

برنامج مقترح من منظور الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية للتغلب على ضغوط
الحياة للنساء الأرمال
دراسة ميدانية وصفية على عينة من النساء الأرمال في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة

إبراهيم عبدالمعطي اسليم^{1*} & عطية علي بدوي²

¹ قسم الدراسات الإنسانية والإعلام- الخدمة الاجتماعية، الكلية الجامعية للعلوم التطبيقية بغزة.

² قسم علم الاجتماع، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة الأزهر – غزة.

(تاريخ الاستلام 2022/03/20، تاريخ القبول 2022/05/22)

**A suggested program to overcome the pressures of life for female
widows from the perspective of general practice in social work: A field
study on a sample of female widows in NGOs in Gaza City**

Ibrahim Abdel-Muti Esleem^{1*} & Attia Ali Attia Badawe²

¹ Department of Humanities and Media-Social Work, University College of Applied Sciences, Gaza.

² Department of Sociology, Faculty of Arts and Humanities, Al-Azhar University-Gaza.

(Received 20/3/2022, Accepted 22/5/2022)



*المؤلف المراسل: قسم الدراسات الإنسانية والإعلام، الكلية الجامعية للعلوم التطبيقية بغزة.

***Contact:**

Ibrahim Abdel-Muti Esleem, Department of Humanities and Media - Social Work, University College of Applied Sciences, Gaza, Palestine.

Email: iesleem@ucas.edu.ps

الملخص:

هدفت الدراسة للوصول إلى برنامج من منظور الممارسة العامة للخدمة الاجتماعية للتغلب على ضغوط الحياة للنساء الأرامل في مرحلة الشباب في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة، وتُعتبر الدراسة من الدراسات الوصفية، واستخدم الباحثان منهج المسح الاجتماعي، وطبقت الدراسة في ثلاثة جمعيات أهلية تعتني بالنساء الأرامل بغزة، وبلغت عينة الدراسة (168) أرملة بنسبة (10%) من المجتمع الأصلي، وتوصلت الدراسة إلى تحديد الضغوط الحياتية التي تواجه النساء الأرامل، وجاءت الضغوط الاجتماعية متوسطة، بينما جاءت الضغوط النفسية والاقتصادية بشكل مرتفع، وفي ضوء النتائج توصلت الدراسة إلى برنامج مقترح من منظور الممارسة العامة للخدمة الاجتماعية للتغلب على ضغوط الحياة للنساء الأرامل المنتفعات من الجمعيات الأهلية.

كلمات مفتاحية: البرنامج، ضغوط الحياة، النساء الأرامل، الجمعيات الأهلية، مدينة غزة.

Abstract:

The study aimed to investigate and assess the level of life-pressure for female widows in the youth stage in three women-care associations in Gaza City from the perspective of the social work general practice. The study was a descriptive one, where the researchers used the social survey method that was applied in three civil associations that take care of female widows in Gaza City. A sample of 168 widows as 10% of female widow's population in the Gaza City was studied. It was found that the social pressure was moderate in contrast to the psychological and economic pressure, which was significantly high. In light of the results, the study proposed a (**approach, strategy**) programme from the perspective of the general practice of social work to overcome the pressure of life for female widows who benefit from non-governmental services.

Keywords: the programme, life pressure, widowed women, NGOs, Gaza City.

أولاً: مقدمة الدراسة:

يُعتبر أهم وأخطر تغيير في حياة المرأة التي فقدت زوجها نتيجة الموت هو التحول في ذاتها وتعريفها لنفسها، ففجأة تشعر بأنها لم تعد زوجة ولم تعد جزء من كينونة ثنائية وأنها أصبحت كائن جديد يُدعى "أرملة" وتواجه لأول مرة في حياتها التفكير كفرد واتخاذ القرار وحدها بدون الرجوع إلى الشخص أو هذا الآخر الذي كان على الأقل جزء هام في النقاش إن لم يكن في حقيقة الأمر صاحب كل قرار. (عبد الناصر، 2011: 127)

وتشارك الأرامل في جميع أنحاء العالم في تجربتين مشتركتين وهما فقدان المكانة الاجتماعية وانخفاض الاستقرار المالي، وتعاني النساء الأرامل أيضاً من تحولات جذرية ودقيقة على مستوى الوضع الاجتماعي. (Dasgupta, 2017:36)

وتعاني المرأة الأرملة التي تترأس أسرتها وتعيش مع أبنائها من زيادة واضحة في الأعباء الملقاة على كاهلها، فهي تتحمل مسؤولية نفسها ومسؤولية أبنائها، الأمر الذي يدعو إلى توجيه الاهتمام لهذه الفئة من النساء التي غالباً ما تفقد الدعم الاجتماعي والاقتصادي التقليدي الذي عادة ما يتوفر للمرأة العربية من خلال رباط الزوجية، ويعيش ما نسبته (6%) من سيدات فلسطين تحت مفهوم الترمل، وذلك حسب ما أشارت إليه بيانات الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني في العام 2020. (الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني، 2021: 80)

وأصبح للجمعيات الأهلية دور رئيسي في تقديم الرعاية الاجتماعية والإمداد بالخدمات كجزء من مؤسسات المجتمع المدني وإكمال دور الحكومة؛ حيث إن الجمعيات أكثر قدرة على استيعاب احتياجات المجتمعات في بعض الجوانب وخاصة ما يتعلق بأسر ذوي الاحتياجات الخاصة مثل أسر الأرامل والذين في أشد الحاجة إلى المساندة الاجتماعية من هذه الجمعيات حيث تستطيع الجمعيات حشد الموارد

المحلية وتنمية الأسرة والتعامل مع المشكلات النوعية للمرأة وخاصة الأرملة وتقديم الخدمات. (الزامل، 2015: 683)

ويتضح من العرض السابق أن النساء الأرامل تواجه العديد من الضغوط الحياتية والمشكلات التي تقف عائقاً أمام استقرارهن وتكيفهن الاجتماعي، لذا تأتي هذه الدراسة في محاولة لوضع برنامج اجتماعي للتخفيف من هذه الضغوط في الجمعيات الأهلية. ثانياً: مشكلة الدراسة:

يمكن تحديد وصياغة مشكلة الدراسة الحالية في التساؤلات التالية:

التساؤل الرئيسي: ما ضغوط الحياة التي تواجه النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة؟ ويتفرع من السؤال السابق ما يلي:

- أ. ما ضغوط الحياة الاجتماعية التي تواجه النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة؟
- ب. ما ضغوط الحياة النفسية التي تواجه النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة؟
- ت. ما ضغوط الحياة الاقتصادية التي تواجه النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة؟
- ث. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين ضغوط الحياة التي تواجهها النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة تبعاً لمتغير (فترة الترمل، الحالة التعليمية، عدد الأبناء، قيمة الدخل الشهري).
- ج. ما البرنامج المقترح من منظور الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية للتغلب على ضغوط الحياة التي تواجه النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة؟

ثالثاً: أهمية الدراسة: تتمثل أهمية الدراسة فيما يلي:

1. نسبة النساء الأرامل العالية في المجتمع الفلسطيني حيث بلغت نسبتهن في العام 2021 (6%) من مجموع النساء في فلسطين وفق إحصاءات الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني.

خامساً: مفاهيم الدراسة:

البرنامج: يُعرف البرنامج بأنه ما يوضح سير العمل الواجب القيام به لتحقيق الأهداف المقصودة، ويعرف أيضاً على أنه: الأسس الملموسة لإنجاز الأعمال، وتحديد نواحي النشاط الواجب القيام بها خلال مدة زمنية محددة. (محفوظ، 2004: 148)

كما وتم تعريفه على أنه: كل شيء تقوم به الجماعة طالما يعمل على تحقيق حاجاتها ويتم فيه إشباع ميولها ورغباتها. (عطية، 2005: 194)

ويُعرف البرنامج إجرائياً في الدراسة الحالية على أنه: مجموعة من الأنشطة المرسومة من أجل التخفيف من ضغوط الحياة على النساء الأرامل المعيلات، والمطبقة في الجمعيات الأهلية بواسطة مهنة الخدمة الاجتماعية.

الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية: تعرف الممارسة العامة على أنها إطار عمل يعتمد على نظريات ومداخل متعددة ومنها نظرية الأنساق البيئية ومدخل حل المشكلات للتدخل مع أنساق متعددة (الأفراد- الأسر- الجماعات- المنظمات- المجتمعات) من خلال مجموعة من الخطوات المهنية التي تشمل الارتباط والتقدير وتحديد إمكانيات وقدرات أنساق العملاء والتخطيط لحل المشكلة، والتدخل والتقييم والإنهاء. (Johnson, 2007:1)

ضغوط الحياة: عرفت الجمعية الأمريكية للطب النفسي أحداث الحياة الضاغطة على أنها "أعباء ترهق الفرد وتتجاوز طاقة التحمل لديه" (عبيد، 2008: 20) وتعرف في الدراسة الحالية ضغوط الحياة إجرائياً على أنها: مجموعة من الأحداث البيئية المتلاحقة التي تهدد حالة الاستقرار النفسي والاجتماعي للنساء الأرامل في مرحلة الشباب.

الأرملة: المرأة التي لا زوج لها وقد أرملت المرأة مات عنها زوجها (الرازي، 2000: 150)

الأرملة المعيلة: هي المرأة التي اقتضت ضرورات الحياة وظروفها أن تضطلع بمسئوليات الرجل المعيل في

2. في حدود علم الباحثان تُعتبر هذه الدراسة من أولى الدراسات على المستوى المحلي التي تقترح برنامج مهني من منظور الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية للتغلب على ضغوط الحياة التي تواجه النساء الأرامل المعيلات في مرحلة الشباب.

3. الحاجة المستمرة للجمعيات الأهلية والمؤسسات العاملة في مجال رعاية النساء الأرامل لمثل هذا النوع من الدراسات.

رابعاً: أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى تحقيق الهدف الرئيسي التالي:

تحديد ضغوط الحياة التي تواجه النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة.

ويتفرع من الهدف الرئيسي السابق الأهداف الفرعية التالية:

أ. تحديد ضغوط الحياة الاجتماعية التي تواجه النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة.

ب. التعرف على ضغوط الحياة النفسية التي تواجه النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة.

ت. تحديد ضغوط الحياة الاقتصادية التي تواجه النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة.

ث. تحديد ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين ضغوط الحياة التي تواجهها النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة تبعاً لمتغير (فترة الترميل، الحالة التعليمية، عدد الأبناء، قيمة الدخل الشهري).

ج. الوصول إلى برنامج مقترح من منظور الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية للتغلب على ضغوط الحياة التي تواجه النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة.

مصادر الضغوط الحياتية:

حاولت العديد من الدراسات تحديد وتنظيم المتغيرات التي تُعتبر مصدراً للضغوط الحياتية، فقد قام لازاروس وكوهين (Lazarus & Cohen) بتصنيف العوامل الحياتية الضاغطة إلى ثلاثة عوامل وهي:

- الظواهر الفجائية التي تؤثر على كثير من الناس مثل الكوارث الطبيعية.
 - الأحداث القوية التي تؤثر على قليل من الناس مثل الأزمات الأسرية.
 - المشاكل اليومية المتكررة في مواقف الحياة مثل إحباطات العمل. (عبد المعطي، 2006: 40)
- الضغوط الحياتية التي تواجه النساء الأرامل:

- الضغوط المرتبطة بالجانب الجسمي والعضوي: تزيد الضغوط الناتجة عن فقد الزوج من تعرض الزوجة للأمراض العضوية، فالترمل يكون له تأثير خطير على الحالة الصحية للزوجة مثل إصابتها بأمراض الضغط والسكري والاضطراب في هرمونات الجسم وغيرها من الأمراض الخطيرة مثل جلطات القلب والأزمات القلبية الحادة أو جلطات المخ.

- الضغوط المرتبطة بالجانب النفسي: تتعرض الأرملة لعدة اضطرابات نفسية وانفعالية فتشعر بالأسى والحزن واليأس والإحباط وتميل للعزلة وتسعى للانسحاب من المواقف الاجتماعية وتسيطر عليها مشاعر الضيق والقلق والأرق، لذلك تعاني الأرملة من الشعور بالوحدة النفسية.

- الضغوط المرتبطة بالجانب الاقتصادي: تكون الحالة المادية عنصراً متداخلاً مع الجانب الجسمي والنفسي لذا فالمشكلات المادية تسبب حالة من الانزعاج والارتباك والضيق، كما تزداد مسؤولية الأبناء عليها فتصبح الأرملة تقوم بدور الأب والأم في نفس الوقت مما يؤدي إلى مزيد من التوتر لديها. (الرشيد، 2019: 7)

أسرتها بعد فقدانها لزوجها بالترمل أو من خلال الطلاق أو الهجر وزواج الزوج بأخرى، أو نتيجة مرضه مما يستدعي قيام المرأة بدور الرجل ويبرز الحاجة للمرأة لتغطي مصاريف الأسرة. (زغلول، 2016: 143)

وتعرف النساء الأرامل إجرائياً في الدراسة الحالية بأنهن: النساء اللواتي توفي عنهن أزواجهن في سن مبكر وتتراوح أعمارهم ما بين 18-35 عام، ولديهن أبناء يقمن برعايتهم، ويتلقين خدمات خاصة من خلال الجمعيات الأهلية المطبقة فيها الدراسة.

الجمعيات الأهلية: يُعرف Barker الجمعيات الأهلية على أنها تنظيمات تهدف إلى خدمة بعض الاهتمامات العامة في المجتمع، ويتم تمويلها بواسطة مساهمات الناس من خلال الحصول على بعض المنح والمساعدات سواء من الدولة أو من بعض المنظمات الإقليمية والدولية. (أبو النصر، 2004: 56)

وتعرف الجمعيات الأهلية إجرائياً في الدراسة الحالية على أنها: تنظيمات غير حكومية تهدف إلى مساعدة النساء الأرامل في إشباع الاحتياجات والمساهمة في حل المشكلات من أجل تحقيق أكبر قدر ممكن من التكيف الاجتماعي، وتقديم من أجل ذلك خدمات نوعية ذات علاقة مثل الخدمات الاجتماعية والنفسية والاقتصادية.

مدينة غزة: محافظة من أصل خمس محافظات في قطاع غزة، وتُعتبر الأكبر بين المحافظات الخمس من حيث عدد السكان، والثانية من حيث المساحة. (الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني، 2009: 25)

سادساً: الإطار النظري الموجه للدراسة:

ماهية الضغوط الحياتية:

ينظر الكثير من المختصين إلى الضغوط الحياتية على أنها مجموعة من المؤثرات الخارجية تؤدي إلى إحداث تغيير سيكولوجي بدرجات مختلفة على الأفراد حسب قدراتهم الجسمية والشخصية على التوافق مع هذه المؤثرات (عبد المجيد، 2016: 143)

برامج التدخل المهني على تحقيق هدفين أساسيين مع النساء الأرامل وهما:

- مساعدة النساء الأرامل سواء كانوا أفراداً أو جماعات على تخفيف الضغوط التي تواجههم والتي تعوق أدائهم لوظائفهم الاجتماعية.
 - إكساب النساء الأرامل مهارات حل المشكلات حتى يكونوا قادرين على التعامل مع المشكلات التي تواجههم مستقبلاً دون الحاجة إلى مساعدة الآخرين. (عبد المجيد، 2016: 40)
- الدراسات السابقة:

دراسة مرسى (2021) "فعالية برنامج التدخل المهني في الممارسة العامة باستخدام المدخل الانتقائي للتخفيف من الضغوط الاجتماعية للأمهات الأرامل" وتعتبر الدراسة تجريبية ، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي على مجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية للأمهات الأرامل المتروكيات على الوحدات الاجتماعية بإدارة اطفح الاجتماعية بمصر، وبلغت عينة الدراسة (30) أرملة، وأظهرت الدراسة العديد من النتائج كان من أهمها وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياس البعدي لحالات المجموعة الضابطة و التجريبية على مقياس الضغوط الاجتماعية ككل لصالح القياس البعدي.

دراسة فحل (2020) بعنوان " التحديات التي تواجه الأرملة المعيلة في المجتمع الفلسطيني " محافظة نابلس نموذجاً " وتعتبر الدراسة وصفية، وقد استخدم الباحث منهج المسح الاجتماعي بالعينة، وطبقت الدراسة في جمعية التضامن الخيرية بمدينة نابلس، وبلغت العينة (17) أرملة، وأظهرت نتائج الدراسة أن النساء الأرامل المعيلات يواجهن العديد من التحديات بعضها يرجع لنظرة الأرملة إلى قدراتها وذاتها والبعض الآخر يرجع لنظرة المجتمع المحلي لها، كما أظهرت بعض التحديات الاقتصادية والقانونية.

الجمعيات الأهلية في مواجهة الضغوط الحياتية للنساء الأرامل.

تسعى الجمعيات الأهلية إلى المساهمة في تخفيف الضغوط الحياتية للنساء الأرامل من خلال تقديم خدمات نوعية ذات علاقة، ويمكن تقسيم تلك الخدمات لنوعين:

- خدمات رئيسية: وتتمثل هذه الخدمات في توفير المساعدات المادية أو المساعدات العينية كالملاابس ووسائل المواصلات أو المساعدات في حالة الأزمت وتوفير البرامج الترويحية والاجتماعية والثقافية.
- خدمات تكميلية: وتتمثل هذه الخدمات في عمليات التأهيل المهني للنساء الأرامل وبرامج التشغيل للفئات القادرة والمحتاجة. (أبو المعاطي علي، 2010: 164)

دور الخدمة الاجتماعية في التعامل مع الضغوط الحياتية للمرأة الأرملة:

تسعى الخدمة الاجتماعية إلى مواجهة المواقف الضاغطة من خلال دعم وتنمية قدرات المرأة الأرملة والتأثير في بيئتها المحيطة، لتستطيع مواجهة الضغوط وذلك من خلال الأدوار التالية:

- التمكين: ويكون ذلك من خلال تدعيم وتقوية الدافع لديهم.
- التعليم: ويكون من خلال مساعدة النساء الأرامل على اكتساب المهارات اللازمة لمواجهة الضغوط وتقديم النماذج.
- التيسير: ويكون من خلال مساعدة النساء الأرامل على تجنب المواقف الضاغطة وتحديد المسؤوليات وتوفير المساندة. (عبد الحميد، 2016: 256)

برامج التدخل المهني وتخفيف الضغوط الحياتية:

تساهم برامج التدخل المهني في تخفيف الضغوط الحياتية وتجاوز العديد من المشكلات التي تواجه الأفراد أو الأسر المستهدفة من تلك البرامج، وتعمل

الطفيلة، العقبة) على عينة مكونة (905)أرملة و(852) مطلقة، وأظهرت الدراسة العديد من النتائج كان من أهمها أن النساء الأرامل تعاني من العديد من المشكلات وجاء ترتيب المشكلات على التوالي المشكلات الاجتماعية ثم الاقتصادية ثم النفسية ، وأظهرت النتائج أن على رأس المشكلات الاجتماعية هي تعدد الأدوار وتحمل مسؤولية الأبناء بشكل كامل.

دراسة صالح، أبوهدروس(2014) بعنوان " الصمود النفسي وعلاقته باستراتيجيات مواجهة تحديات الحياة المعاصرة لدى النساء الأرامل في قطاع غزة".

وتُعتبر الدراسة وصفية، وقد استخدم الباحثان منهج المسح الاجتماعي بالعينة، وطبقت الدراسة في مديرية التنمية الاجتماعية الحكومية بمحافظة خانونس في قطاع غزة ومركز الرعاية الاجتماعية التابع لوكالة الغوث وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين بالمحافظة نفسها، وبلغت عينة الدراسة (118) أرملة، أظهرت نتائج الدراسة أن نسبة مستوى الصمود النفسي لدى المرأة الفلسطينية الأرملة بلغت 75%، كما كشفت النتائج وجود علاقة ارتباط دالة إحصائية بين الصمود النفسي واستراتيجيات مواجهة تحديات الحياة المعاصرة لدى المرأة الفلسطينية الأرملة.

دراسة الهلول، محيسن(2013) بعنوان "المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالرضا عن الحياة والصلابة النفسية لدى المرأة الفلسطينية فاقدة الزوج"، وتُعتبر الدراسة وصفية، وقد استخدم الباحثان منهج المسح الاجتماعي بالعينة، وطبقت الدراسة في مؤسسة رعاية أسر الشهداء والجرحى في محافظات قطاع غزة، وتكونت عينة الدراسة من (129) أرملة، وأظهرت النتائج وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة والصلابة النفسية، كما أظهرت وجود دلالة إحصائية بين الرضا عن الحياة والصلابة النفسية تعزى لمتغير زوجة شهيد أو غير شهيد لصالح زوجة الشهيد.

دراسة (Misheck Dube, et al,2018) بعنوان "تدخلات مهنية للأرامل-مراجعة الممارسات في منطقة بينغا"، زيمبابوي"، وتُعتبر الدراسة من الدراسات الوصفية، وناقشت الدراسة الممارسات الاجتماعية غير العائلية التي تعيشها الأرملة ومدى فاعلية التدخلات الموجهة بالسياسات في منطقة بينغا تجاه الأرامل، وخرجت الدراسة بمجموعة من النتائج كان من أهمها وجود فجوات في التدخلات المهنية مع مشكلات النساء الأرامل، وثغرات في السياسات في تلبية احتياجات الأرامل.

دراسة (Desch,2017) بعنوان " النساء وحدهن: مشاكل وتحديات الأرامل في الهند"، حاولت الدراسة رسم صورة لوضع الأسر التي تعيلها نساء وتحديد الضغوط والمشكلات التي تواجهها الأرامل ، وتحديد إجراءات المنظمات غير الحكومية في التخفيف من تلك الضغوط، وسلطت الدراسة الضوء على ضرورة قيام المجتمع بكافة أطرافه الرسمية وغير الرسمية من أجل الوقوف في وجه الضغوط الاقتصادية والاجتماعية للنساء الأرامل.

دراسة (Ryckebosch-Dayez,et al, 2016) بعنوان " ضغوط الحياة اليومية واستراتيجيات المواجهة أثناء الترمل- دراسة يوميات بعد عام واحد من الترمل" وتُعتبر الدراسة من الدراسات الوصفية، واستخدم الباحثون منهج المسح الاجتماعي بالعينة، وبلغت عينة الدراسة (40) أرملة، وأشارت النتائج إلى أنه بعد عام من الترمل تواجه الأرملة العديد من الضغوط النفسية والاجتماعية والمالية، وكما أشارت النتائج إلى أن الأرملة تستخدم استراتيجيات عدة في محاولة لتخفيف تلك الضغوط.

دراسة درويش وآخرون(2016) بعنوان "خصائص الأرامل والمطلقات في جنوب الأردن والمشكلات التي يواجهنها" وتُعتبر الدراسة وصفية، وقد استخدم الباحثون منهج المسح الاجتماعي بالعينة، وطبقت الدراسة في محافظات جنوب الأردن(الكرك، معان،

الأرامل يواجهوا العديد من المشكلات وجاءت حسب الأولوية المشكلات المالية والاقتصادية ثم غياب إرادة الزوج مما يؤدي إلى خسارة ممتلكات الزوج ومن ثم الشعور بالوحدة والاكتئاب ومن ثم الصعوبات المرتبطة بالتفاعل الاجتماعي، وأوصت بضرورة تشجيع الأرامل على التعليم والتمكين الاقتصادي.

التعقيب على الدراسات السابقة:

مناقشة الدراسات السابقة: حيث تبين من خلال عملية عرض الدراسات السابقة العربية منها والأجنبية الاهتمام المتزايد بدراسة الضغوط والمشكلات والاحتياجات الخاصة بالنساء الأرامل، وقدمت العديد منها آليات ومقترحات وتصورات للتغلب على مشكلات النساء الأرامل وإشباع احتياجاتهم، كما تبين من خلال الدراسات السابقة أيضاً ما يلي:

- أوضحت بعض الدراسات بعض الآليات والمعالجات لبعض قضايا النساء الأرامل (مرسي، 2021، الدليمي والشجيري، 2011).
- أظهرت العديد من الدراسات السابقة أن هناك العديد من التحديات والمشكلات التي تواجه المرأة الأرملة والتي بحاجة إلى تدخل مهني (الحسين، 2011، فحل، 2020).
- أوضحت بعض الدراسات العلاقة بين حياة النساء الأرامل وبعض المتغيرات ذات العلاقة بالمساندة الاجتماعية والنفسية لهم من قبل بيئاتهم الاجتماعية (صالح، أبو هديروس، 2014، الهلول، محيسن، 2013).

وتختلف الدراسة الحالية عن الدراسات المذكورة أعلاه:

العديد من الدراسات السابقة حاولت دراسة مشكلات النساء الأرامل بشكل عام بينما الدراسة الحالية تناولت الضغوط الحياتية على النساء الأرامل في مرحلة الشباب، كذلك الدراسة الحالية تختلف من حيث عينة الدراسة ومجالها المكاني حيث لا توجد في حدود

دراسة الدليمي، الشجيري (2011) بعنوان "الضغوط التي تواجه المرأة الأرملة وسبل معالجته" وهدفت الدراسة إلى وصف وتحليل واقع المرأة الأرملة من حيث معاناتها وشعورها بالضغوط النفسية والاجتماعية والاقتصادية وسبل التخفيف من حدة هذه الضغوط ومعالجتها، وتُعتبر الدراسة وصفية، واستخدم الباحثان منهج المسح الاجتماعي بالعينة، وطُبقت في مدينة الفلوجة، وقد بلغت العينة (400) امرأة أرملة تم اختيارهن من المجتمع الأصلي والبالغ (4000) امرأة أرملة ونسبة (10%)، وقد أظهرت النتائج أن مستوى الضغوط للنساء الأرامل اللواتي لديهن أطفال عال مقارنة بالأرامل اللواتي ليس لديهن أطفال، وكذلك مستوى الضغوط للنساء الأرامل اللواتي لديهن تحصيل دراسي أقل هو عال مقارنة بالنساء الأرامل المتعلّمات، واقترح الباحث بعض السبل الإجرائية في معالجة الضغوط التي تتعرض لها المرأة الأرملة مثل تقديم الدعم التعليمي والمالي والتربوي.

دراسة الحسين (2011) بعنوان "المشكلات التي تعاني منها المرأة العراقية الأرملة في ظل الظروف الراهنة" وتُعتبر الدراسة من الدراسات الوصفية، واستخدم الباحث منهج المسح الاجتماعي بالعينة، وطُبقت الدراسة في مركز أمل لرعاية الأرامل والأيتام ببغداد على عينة (70) أرملة، وأظهرت النتائج أن المرأة العراقية الأرملة تعاني من تدني نظرة المجتمع لها، ولديها عور بالضعف والعجز، وضعف من قبل أهل الزوج.

دراسة (Onadeko) et al, 2002، بعنوان مشاكل الترمّل: دراسة الأرامل في مؤسسة التعليم العالي في إبادان في جنوب غرب نيجيريا، وتُعتبر الدراسة من الدراسات الوصفية، واستخدم الباحثون منهج المسح الاجتماعي بالعينة، وطُبقت الدراسة في مستشفى الكلية الجامعية وكلية الطب في إبادان في نيجيريا، على عينة مكونة من (42) أرملة، وأظهرت النتائج أن النساء

ب. الحد البشري: تكوّن مجتمع الدراسة من النساء الأرامل المنتفعات من الجمعيات الأهلية في مدينة غزة، والذي بلغ عددهم (1680) أرملة حسب بيانات المؤسسات المطبقة فيها الدراسة، حيث تم اختيار عينة بالطريقة العشوائية البسيطة بلغ عددها (168) أرملة، وهو ما يعادل (10%) من مجتمع الدراسة.

ت. الحد الزمني: وهي فترة جمع البيانات وتحليلها والتي استغرقت أسبوعين من تاريخ 2022/02/15م حتى 2022/02/28م.

3. أدوات الدراسة: اتساقاً مع متطلبات الدراسة ومنهجيتها، فقد اعتمد الباحثان على أداة استبيان لقياس الضغوط الحياتية التي تواجه النساء الأرامل المنتفعات من الجمعيات الأهلية، فقد تم إعداد أداة الدراسة بعد الاطلاع على الأدبيات المعرفية والاجتماعية والدراسات السابقة ذات العلاقة، وما احتوته من مقاييس ذات علاقة بالموضوع، وقد تكونت الاستبانة من جزئين، الأول يضم البيانات الأولية للمبحوثين، والثاني يضم (28) عبارة موزعة على ثلاثة محاور تقيس اتجاهات أفراد العينة وفقاً لمقياس (ليكرت) الثلاثي.

علم الباحثان دراسة في قطاع غزة هدفت إلى اقتراح برنامج من منظور الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية للتغلب على ضغوط الحياة للنساء الأرامل في مرحلة الشباب. ولقد استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في التالي:

- المساهمة في صياغة مشكلة الدراسة حيث استند الباحثان عليها في تحديد أبعاد مشكلة الدراسة.
- المساهمة في تحديد تساؤلات الدراسة.
- تحديد المحتوى الخاص بالإطار النظري للدراسة وإعداد أداة الدراسة.

سابعاً: الإجراءات المنهجية للدراسة:

1. منهج الدراسة: استخدمت الدراسة الحالية منهج المسح الاجتماعي بطريقة العينة، حيث تم تطبيق الدراسة على عينة عشوائية من النساء الأرامل المعيلات والمنتفعات من الجمعيات الأهلية في مدينة غزة.

2. حدود الدراسة:

أ. الحد المكاني: تم تطبيق الدراسة في ثلاثة جمعيات عاملة في مجال خدمة النساء الأرامل بمدينة غزة وهي (خدمات الطفولة والأسرة الفلسطينية، هيئة فلسطين الخيرية، جمعية مبرة الرحمة للأطفال).

جدول رقم (1): محاور الدراسة

#	المحور	عدد الفقرات
1	المحور الأول: ما ضغوط الحياة الاجتماعية التي تواجه النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة	10
2	المحور الثاني: ما ضغوط الحياة النفسية التي تواجه النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة	9
3	المحور الثالث: ما ضغوط الحياة الاقتصادية التي تواجه النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة	9
	إجمالي الفقرات	28

صدق وثبات الأداة:

جامعة الأزهر والجامعة الإسلامية، طلب منهم إبداء الرأي المهني من حيث وضوح وسلامة صياغة عبارات الفقرات وصلاحياتها لقياس ما صممت لقياسه، وتقديم أية اقتراحات يرونها مناسبة

أ. الصدق الظاهري (المحكمين): تم التحقق من صدق محتوى المقياس بعرضه على (5) من المحكمين المتخصصين في الخدمة الاجتماعية في

لتطوير الاستبانة، وتم الأخذ بجميع ملاحظاتهم، حيث تم تعديل الصياغة اللغوية لبعض الفقرات، وحذف بعضها، ويكون بذلك الاستبيان بصورته النهائية من (28) فقرة.

ب. صدق الاتساق الداخلي: للتحقق من الاتساق الداخلي لأداة الدراسة، تم حساب معامل الارتباط الخطي لبيرسون (Pearson) بين درجات كل عبارة من عبارات الاستبانة والدرجة الكلية للمحور الرئيسي كما هو في الجداول التالية:

جدول رقم(2): معاملات ارتباط بيرسون بين درجات كل عبارة والدرجة الكلية للاستبيان للمحور الأول

العبارة	معامل الارتباط	Sig
أعاني من عدم القدرة على اتخاذ القرارات المرتبطة بحياتي الأسرية	0.784	<0.001
أجد صعوبة في إنشاء علاقات مع الجيران بعد الترمل	0.751	<0.001
أجد صعوبة في التكيف مع الأوضاع الحالية	0.780	<0.001
يعاملني أهلي وأقاربي بفتور بعد الترمل	0.651	<0.001
أعجز على التعامل مع مشاكل أبنائي	0.802	<0.001
انزعج لتدخل الأقارب في شؤوننا بعد الترمل	0.630	<0.001
اعجز عن مواجهة المشكلات التي أعاني منها	0.784	<0.001
أجد صعوبة في تحمل مسؤولية دور الأب والأم في آن واحد	0.679	<0.001
عدم استطاعتي التصرف أمام تدخل الآخرين في تربية أبنائي	0.737	<0.001
عدم وجود من يشاركني في حل المشكلات التي تواجهني	0.694	<0.001

جدول رقم(3): معاملات ارتباط بيرسون بين درجات كل عبارة والدرجة الكلية للاستبيان للمحور الثاني

العبارة	معامل الارتباط	Sig
أشعر بالخوف من الأيام المقبلة	0.622	<0.001
أكره نظرة شفقة الآخرين لي	0.566	<0.001
أشعر بالحزن على وضعي الحالي	0.724	<0.001
عدم شعوري بالرضا عن حياتي	0.820	<0.001
أعاني من فقدان ثقتي بنفسي	0.783	<0.001
أعادي أي شخص يحاول إفساد علاقتي بأبنائي	0.585	<0.001
أشك في قدرتي على التأقلم مع الحياة الجديدة بعد الترمل	0.766	<0.001
أشعر بأني محبطة بشكل دائم	0.774	<0.001
يؤلمني عدم تفهم المحيطون لمشاعري	0.600	<0.001

جدول رقم(4): معاملات ارتباط بيرسون بين درجات كل عبارة والدرجة الكلية للاستبيان للمحور الثالث

العبارة	معامل الارتباط	Sig
ألجأ للاقتراض من الآخرين لتلبية احتياجات الأسرة	0.786	<0.001
عدم مشاركة أقاربي في مواجهة العجز المادي للأسرة	0.663	<0.001
قلة المساعدات المالية المجتمعية	0.667	<0.001
مستوى دخلي لا يتناسب مع ما هو مطلوب مني	0.792	<0.001
عدم قدرتي على تلبية احتياجاتي	0.775	<0.001

برنامج مقترح من منظور الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية للتغلب على ضغوط الحياة للنساء الأامل...

لا أستطيع أداء الكثير من المناسبات الاجتماعية بسبب قلة الدخل	0.777	<0.001
يرهقني عدم القدرة على التخلص من الديون المتراكمة	0.791	<0.001
يزعجني عدم تقدير أبنائي لظروفي المادية	0.642	<0.001
أشعر بالعجز أمام زيادة الضغوط المادية مع بداية العام الدراسي والأعياد	0.758	<0.001

تم حساب معامل الارتباط الخطي لبيرسون (Pearson) بين درجات كل عبارة من عبارات الاستبانة والدرجة الكلية للبُعد الرئيسي الذي تنتهي إليه العبارة، وقد دلت نتائج الاتساق الداخلي على أن جميع العبارات لكل محور من محاور الدراسة كانت إيجابية ودالة إحصائياً عند مستوى المعنوية $0.05 (\alpha)$ وهو ما يؤكد أن الاستبانة تتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي وأنها تقيس ما وضعت لأجله وصالحة للتطبيق على عينة الدراسة. ثبات الاستبانة

وقد تكونت الاستبانة في صورتها النهائية من (28) فقرة موزعة على (3) محاور وقد تم اختبار ثبات الاستبانة باستخدام معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha)، حيث تم الحصول على قيمة معامل ألفا لكل محور من المحاور وكذلك للاستبانة ككل.

جدول رقم (5): قيمة معامل ألفا لمحاور الدراسة

المحور	عدد الفقرات	Cronbach's Alpha
المحور الأول	10	0.900
المحور الثاني	9	0.861
المحور الثالث	9	0.883
الإجمالي	28	0.935

المقياس المستخدم

قام الباحثان باستخدام مقياس ليكرت (Likert) (غير موافقة) درجة واحدة. (أحياناً) درجتين، لا (Scale) ذي الدرجات الثلاث، والتي تم إعطاؤها الأوزان

جدول رقم (6): أبعاد وأوزان المقياس المعالجات الإحصائية المستخدمة

مستوى القياس	المتوسط المرجح	الأهمية النسبية %
لا (غير موافق)	1.0 1.66	33.3 - 55.33
أحياناً	1.67 2.33	55.34 - 77.66
نعم (موافق)	2.34 3.0	77.67 - 100.0

بناءً على طبيعة الدراسة والأهداف التي سعت الدراسة إلى تحقيقها، فقد تم تحليل البيانات باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS)، وقد تم استخدام الأساليب والاختبارات الإحصائية التالية:

- التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية
- معامل الارتباط الخطي لبيرسون (Pearson)
- اختبار صدق الاتساق الداخلي للاستبانة.
- واختبار الفرضيات تم استخدام T-test، واختبار والانحراف المعياري وكذلك الأهمية النسبية.

تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA)، مع - طريقة التجزئة النصفية (Split-half) بالإضافة إلى استخدام معامل ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha لاختبار ثبات الاستبانة. مستوى المعنوية 0.05.

ثامناً: عرض جداول الدراسة ومناقشتها:

جدول رقم (7): التوصيف الإحصائي للبيانات الشخصية لأفراد عينة الدراسة:

البيان (المتغير)	الوصف	العدد	النسبة %
فترة الترميل بالسنوات	أقل من 5 سنوات	20	12.0
	من 5 إلى أقل من 15 سنة	35	21.0
	من 10 إلى أقل من 15 سنة	97	58.0
	من 15 سنة فأكثر	15	9.0
الحالة التعليمية	ابتدائي فأقل	10	6.0
	إعدادي	38	22.8
	ثانوي	76	45.5
	جامعي	43	25.7
عدد الأبناء	ابن واحد	10	6.0
	ابنان	12	7.2
	ثلاثة أبناء	34	20.4
	أربعة أبناء	34	20.4
	خمسة أبناء فأكثر	77	46.0
الدخل الشهري بالدولار	من 100-200 دولار	15	9.0
	من 201-300 دولار	100	59.8
	من 301-400 دولار	40	24.0
	401 دولار فأكثر	12	7.2

منطقية، فالأسرة الفلسطينية أسرة تحت على تعليم الإناث بشكل واضح، ويتضح ذلك في الإحصاءات التي أشار إليها مركز الإحصاء الفلسطيني للعام (2022) إلى أن نسبة (61.7%) من إجمالي طلبة الجامعات هم من الإناث، كما ولوحظ أيضاً عدد أبناء الأرامل موزع توزيع طبيعي ومتوافق مع أعمار النساء الأرامل، ولوحظ أن (46%) من العينة لديهم (5) أبناء فأكثر، وهذا العدد يتوافق مع متوسط الأسرة الفلسطينية والبالغ (6) أبناء للأسرة الواحدة، وخصوصاً إذا ما علمنا أن نسبة (68%) من المبحوثين قد عاشوا مع أزواجهم من (10) أعوام فأكثر، وأخيراً لوحظ أن (68.8%) من المبحوثات يتراوح دخلهم ما بين (\$100-\$300) وهذه دخول منخفضة مقارنة بمتوسط عدد

يتضح من بيانات جدول رقم (7) التوزيع النسبي للمبحوثين حسب متغيرات (فترة الترميل، الحالة التعليمية، عدد الأبناء، قيمة الدخل الشهري) ونلاحظ فيما يتعلق بمتغير فترة الترميل أن ما نسبته (79%) تتراوح فترة الترميل ما بين (5-15) عام، ويرجع الباحثان هذه النسبة المرتفعة لما شهده قطاع غزة من أكثر من عدوان من العام (2012-2021)، نتج عنه ترميل أعداد كبيرة من النساء، علماً بأن جميع المبحوثين تتراوح أعمارهم من (18-35) والتوزيع حسب فترات الترميل يتماشى إلى حد كبير مع أعمار النساء الأرامل المبحوثات، ولوحظ أيضاً أن الغالبية من المبحوثات قد تلقوا تعليم جامعي أو ثانوي على الأقل حيث بلغت النسبة (71.2%) من إجمالي المبحوثات وهذه النسبة

الأسرة للمبحوثات من النساء الأرامل، ويرجع الباحثان الفلسطينيات التي يعشن في ظروف اقتصادية صعبة، ذلك لمحدودية مصادر الدخل للنساء الأرامل وفي ظل غياب المعيل الأساسي وهو الزوج. جدول رقم(8): النتائج المتعلقة بالإجابة على السؤال: ما ضغوط الحياة الاجتماعية التي تواجه النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة

رقم العبارة	العبارة	لا %	أحياناً %	نعم %	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية %	التصنيف والترتيب
1	أعاني من عدم القدرة على اتخاذ القرارات المرتبطة بحياتي الأسرية	24.0	56.9	19.1	1.95	0.657	65.0	أحياناً7
2	أجد صعوبة في إنشاء علاقات مع الجيران بعد الترميل	37.7	37.7	24.6	1.87	0.780	62.3	أحياناً8
3	أجد صعوبة في التكيف مع الأوضاع الحالية	19.8	47.3	32.9	2.13	0.716	71.0	أحياناً5
4	يعاملني أهلي وأقاربي بفتور بعد الترميل	40.1	35.3	24.6	1.84	0.791	61.3	أحياناً10
5	أعجز على التعامل مع مشاكل أبنائي	29.3	55.1	15.6	1.86	0.658	62.0	أحياناً9
6	أنزعج لتدخل الأقارب في شئوننا بعد الترميل	13.2	30.5	56.3	2.43	0.715	81.0	نعم2
7	أعجز عن مواجهة المشكلات التي أعاني منها	18.0	55.7	26.3	2.08	0.662	69.3	أحياناً6
8	أجد صعوبة في تحمل مسؤولية دور الأب والأم في آن واحد	13.2	29.3	57.5	2.44	0.716	81.3	نعم1
9	عدم استطاعتي التصرف أمام تدخل الآخرين في تربية أبنائي	23.4	36.5	40.1	2.17	0.781	72.3	أحياناً4
10	عدم وجود من يشاركني في حل المشكلات التي تواجهني	17.4	37.7	44.9	2.28	0.742	76.0	أحياناً3
	إجمالي المحور الأول % (إجمالي النقاط 1670)	25.6	42.2	34.2	2.11	0.525	70.2	أحياناً

المشكلات التي تواجهني " بمتوسط وزن مرجح(2.11) وبأهمية نسبية (70.2) ومن أهم الضغوط الأقل حصولاً على موافقة النساء الأرامل، " يعاملني أهلي وأقاربي بفتور بعد الترميل " بمتوسط وزن مرجح(1.84) وبأهمية نسبية (61.3)، " أعجز على التعامل مع مشاكل أبنائي " بمتوسط وزن مرجح (1.86) وبأهمية نسبية (62.0) " أجد صعوبة في إنشاء علاقات مع الجيران بعد الترميل " بمتوسط وزن مرجح(1.87)، بأهمية نسبية (62.3).

يتضح من نتائج الجدول السابق أن: النساء الأرامل أجبن عما إذا يواجهن ضغوط اجتماعية أحياناً، حيث بلغت الأهمية النسبية للمحور ككل (70.2) بمتوسط وزن مرجح(2.11). ومن أكثر الضغوط الاجتماعية التي تواجه النساء الأرامل، " أجد صعوبة في تحمل مسؤولية دور الأب والأم في آن واحد " بمتوسط وزن مرجح (2.44) وبأهمية نسبية (81.3)، " أنزعج لتدخل الأقارب في شئوننا بعد الترميل " بمتوسط وزن مرجح(2.43) بأهمية نسبية (81.0) " عدم وجود من يشاركني في حل

ويُرجع الباحثان تلك النتيجة إلى أن النساء الأرامل يعشن في ظل أوضاع استثنائية في ظل غياب الزوج، وتقوم النساء الأرامل بأدوار ومهام متعددة ومسؤوليات متنوعة، سواء على مستوى الحياة الشخصية للمرأة جدول رقم(9): النتائج المتعلقة بالإجابة على السؤال: ما ضغوط الحياة النفسية التي تواجه النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة

رقم العبارة	العبارة	لا %	أحياناً %	نعم %	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية %	التصنيف والترتيب
1	أشعر بالخوف من الأيام المقبلة	3.6	22.8	73.6	2.70	0.532	90.0	نعم3
2	أكره نظرة شفقة الآخرين لي	3.6	13.8	82.6	2.79	0.489	93.0	نعم2
3	أشعر بالحزن على وضعي الحالي	7.2	22.8	70.0	2.63	0.616	87.7	نعم5
4	عدم شعوري بالرضا عن حياتي	26.9	34.2	38.9	2.12	0.805	70.7	أحياناً6
5	أعاني من فقدان ثقتي بنفسي	49.1	27.5	23.4	1.74	0.814	58.0	أحياناً9
6	أعادي أي شخص يحاول إفساد علاقتي بأبنائي	4.2	10.2	85.6	2.81	0.486	93.7	نعم1
7	أشك في قدرتي على التأقلم مع الحياة الجديدة بعد الترميل	32.9	35.3	31.8	1.99	0.807	66.3	أحياناً7
8	أشعر بأني محبطة بشكل دائم	38.9	34.2	26.9	1.88	0.805	62.7	أحياناً8
9	يؤلمني عدم تفهم المحيطون لمشاعري	7.2	19.2	73.6	2.66	0.607	88.7	نعم4
	إجمالي المحور الثاني % (عدد النقاط 1503)	19.3	24.4	56.3	2.37	0.466	79.0	نعم

" بمتوسط وزن مرجح(1.74) وبأهمية نسبية (58.0)، " أشعر بأني محبطة بشكل دائم " بمتوسط وزن مرجح (1.88) و بأهمية نسبية (62.7) " أشك في قدرتي على التأقلم مع الحياة الجديدة بعد الترميل " بمتوسط وزن مرجح(1.99)، بأهمية نسبية (66.3). ويُرجع الباحثان تلك النتيجة إلى أن من الطبيعي أن تواجه النساء الأرامل العديد من الضغوط النفسية نظراً للوضع الاستثنائي التي تعيشه تلك الفئة من تحملها لأدوار متعددة، وندرة البرامج والخدمات النفسية المقدمة من قبل المؤسسات الفلسطينية من جهة، ومن جهة أخرى ضعف إقبال النساء الأرامل على البرامج النفسية القائمة نظراً للشعور بالخجل والإحراج من تلقي مثل هذا النوع من الخدمات.

يتضح من نتائج الجدول السابق أن: النساء الأرامل تواجه ضغوط نفسية بشكل مرتفع، حيث بلغت الأهمية النسبية للمحور ككل (79.0) بمتوسط وزن مرجح(2.37). ومن أكثر الضغوط النفسية التي تواجه النساء الأرامل، " أعادي أي شخص يحاول إفساد علاقتي بأبنائي " بمتوسط وزن مرجح (2.81) وبأهمية نسبية (93.7)، " أكراه نظرة شفقة الآخرين لي " بمتوسط وزن مرجح(2.79) بأهمية نسبية (93.0) " أشعر بالخوف من الأيام المقبلة " بمتوسط وزن مرجح(2.70) وبأهمية نسبية (90.0) ومن أهم الضغوط الأقل حصولاً على موافقة النساء الأرامل، " أعاني من فقدان ثقتي بنفسي

جدول رقم (10): النتائج المتعلقة بالإجابة على السؤال: ما ضغوط الحياة الاقتصادية التي تواجه النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة

رقم العبارة	العبارة	لا %	أحياناً %	نعم %	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية %	التصنيف
1	ألجأ للاقتراض من الآخرين لتلبية احتياجات الأسرة	14.4	25.7	59.9	2.46	0.734	82.0	نعم 8
2	عدم مشاركة أقاربي في مواجهة العجز المادي للأسرة	9.6	20.4	70.0	2.60	0.658	86.7	نعم 7
3	قلة المساعدات المالية المجتمعية	1.8	19.2	79.0	2.77	0.461	92.3	نعم 2
4	مستوى دخلي لا يتناسب مع ما هو مطلوب مني	4.8	15.0	80.2	2.75	0.532	91.7	نعم 3
5	عدم قدرتي على تلبية احتياجاتي	6.0	24.0	70.0	2.64	0.593	88.0	نعم 6
6	لا أستطيع أداء الكثير من المناسبات الاجتماعية بسبب قلة الدخل	4.8	16.2	79.0	2.74	0.537	91.3	نعم 4
7	يرهقني عدم القدرة على التخلص من الديون المتراكمة	6.0	20.4	73.6	2.68	0.584	89.3	نعم 5
8	يزعجني عدم تقدير أبنائي لظروفي المادية	25.1	20.4	54.5	2.29	0.845	76.3	أحياناً 9
9	أشعر بالعجز أمام زيادة الضغوط المادية مع بداية العام الدراسي والأعياد	3.0	7.8	89.2	2.86	0.424	95.3	نعم 1
	إجمالي المحور الثالث % (إجمالي النقاط 1503)	8.4	18.8	72.8	2.64	0.438	88.2	نعم

وزن مرجح (2.29) وبأهمية نسبية (76.3)، " ألجأ للاقتراض من الآخرين لتلبية احتياجات الأسرة " بمتوسط وزن مرجح (2.46) وبأهمية نسبية (82.0) " عدم مشاركة أقاربي في مواجهة العجز المادي للأسرة " بمتوسط وزن مرجح (2.60)، بأهمية نسبية (86.7). ويُرجع الباحثان تلك النتيجة السابقة إلى أن النساء الأرامل تواجه العديد من الضغوط الاقتصادية خصوصاً في ظل الأوضاع المعيشية الصعبة للمجتمع الفلسطيني بشكل عام وللسكان القطاع بشكل خاص مما سينعكس حتماً على الأوضاع المعيشية الخاصة بالنساء الأرامل، علاوة على الوضع الاستثنائي الذي تعيشه تلك الفئة من غياب الزوج الذي يعتبر المصدر الأساسي لدخل الأسرة.

يتضح من نتائج الجدول السابق أن: النساء الأرامل تواجه ضغوط اقتصادية بشكل مرتفع، حيث بلغت الأهمية النسبية للمحور ككل (74.3) بمتوسط وزن مرجح (2.23). ومن أكثر الضغوط الاقتصادية التي تواجه النساء الأرامل، " أشعر بالعجز أمام زيادة الضغوط المادية مع بداية العام الدراسي والأعياد " بمتوسط وزن مرجح (6.28) وبأهمية نسبية (95.3)، " قلة المساعدات المالية المجتمعية " بمتوسط وزن مرجح (2.77) بأهمية نسبية (92.3) " مستوى دخلي لا يتناسب مع ما هو مطلوب مني " بمتوسط وزن مرجح (2.75) وبأهمية نسبية (91.7)، ومن أهم الضغوط الأقل حصولاً على موافقة النساء الأرامل، " يزعجني عدم تقدير أبنائي لظروفي المادية " بمتوسط

جدول رقم(11): الفروق في الضغوط الحياتية للنساء الأرامل تعزى لمتغير فترة الترمول

المحاور الثلاث	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	قيمة الدلالة
الدرجة الكلية	بين المجموعات	2.597	3	0.866	5.697	>0.001
	داخل المجموعات	24.773	163	0.152		
	المجموع	27.370	166			

أظهرت نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One way ANOVA) وجود فروقات جوهرية ذات دلالة إحصائية عند مستوى المعنوية 0.05 تعزى لمتغير فترة الترمول (F=5.697; df=166; sig=<.001)

جدول رقم(12): الفروق في الضغوط الحياتية للنساء الأرامل تعزى لمتغير الحالة التعليمية

المحاور الثلاث	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	قيمة الدلالة
الدرجة الكلية	بين المجموعات	5.006	3	1.669	12.163	>0.001
	داخل المجموعات	22.364	163	0.137		
	المجموع	27.370	166			

أظهرت نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One way ANOVA) وجود فروقات جوهرية ذات دلالة إحصائية عند مستوى المعنوية 0.05 تعزى لمتغير الحالة التعليمية (F=12.163; df=166; sig=<.001).

جدول رقم(13): الفروق في الضغوط الحياتية للنساء الأرامل تعزى لمتغير عدد الأبناء

المحاور الثلاث	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	قيمة الدلالة
الدرجة الكلية	بين المجموعات	1.121	4	0.280	1.728	0.146
	داخل المجموعات	26.249	162	0.162		
	المجموع	27.370	166			

أظهرت نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One way ANOVA) عدم وجود فروقات جوهرية ذات دلالة إحصائية عند مستوى المعنوية 0.05 تعزى لمتغير عدد الأبناء (F=1.728; df=166; sig=.146).

جدول رقم(14): الفروق في الضغوط الحياتية للنساء الأرامل تعزى لمتغير قيمة الدخل

المحاور الثلاث	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	قيمة الدلالة
الدرجة الكلية	بين المجموعات	2.565	3	0.855	5.617	0.001
	داخل المجموعات	24.805	163	0.152		
	المجموع	27.370	166			

أظهرت نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One way ANOVA) وجود فروقات جوهرية ذات دلالة إحصائية عند مستوى المعنوية 0.05 تعزى لمتغير قيمة الدخل الشهري (F=5.617; df=166; sig=.001).

تاسعاً: النتائج العامة للدراسة:

بعد عرض الباحثان لنتائج البحث الميدانية وذلك من خلال عرض استجابات أفراد عينة الدراسة، نستعرض في هذا الجزء النتائج العامة، ومن ثم البرنامج المقترح.

- النتائج المتعلقة بالإجابة على التساؤل الأول، وهو ما ضغوط الحياة الحياتية التي تواجه النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة، وجاءت النتائج بأن مستوى الضغوط الاجتماعية متوسطة بنسبة (70.2%).

- النتائج المتعلقة بالإجابة على التساؤل الأول، وهو ما ضغوط الحياة الحياتية التي تواجه النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة، وجاءت النتائج بأن مستوى الضغوط النفسية مرتفعة بنسبة (79.0%).

- النتائج المتعلقة بالإجابة على التساؤل الأول، وهو ما ضغوط الحياة الحياتية التي تواجه النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة، وجاءت النتائج بأن مستوى الضغوط الاقتصادية مرتفعة بنسبة (88.2%).

- النتائج المتعلقة بإثبات فرض الدراسة، توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين ضغوط الحياة التي تواجهها النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة تبعاً لمتغير (فترة الترميل، الحالة التعليمية، عدد الأبناء، قيمة الدخل الشهري)، جاءت النتائج بوجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لفترة الترميل، والحالة التعليمية، وعدد الأبناء والدخل الشهري.

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج، فقد توصلت الدراسة إلى برنامج مهني مقترح، ويحمل عنوان: البرنامج المهني من منظور الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية للتغلب على ضغوط الحياة للنساء الأرامل.

النظرية الموجهة لبرنامج الدراسة الحالية:

يرى الباحثان أنه يمكن الاعتماد في توجيه البرنامج الحالي على كل من:

أولاً: نظرية الأنساق البيئية: وذلك للعديد من الأسباب ومن أهم تلك الأسباب ما يلي:

- استخدامات هذه النظرية: فهي تساعد في فهم الفرد والأسرة والمجتمع والوقائع من أشكال بالمنظمات والمجتمع، وتؤكد على التفاعل والاعتماد المتبادل بين الأفراد وبيئاتهم، ونقطة البداية لهذا الإطار العلمي هو نظريته الإيجابية للإنسان والفكرة المركزية التي ينطلق منها هي فكرة التغيير. (أبو المعاطي علي، 2002: 361)

- المفاهيم ذات العلاقة: تحتوي النظرية على العديد من المفاهيم مثل التوافق بين الشخص والبيئة، ضغوط الحياة وإجراءات مواجهة الضغوط، الموطن والمكانة، القوة القاهرة. (أحمد، 2021: 69) ثانياً: نموذج الحياة: يُعد نموذج الحياة أحد نماذج الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية، حيث يعتمد على المنظور الإيكولوجي الذي يركز على العلاقة بين الإنسان وبيئته، ويركز على المشكلات التي يتعرض لها نسق العمل في الحياة (التحولات في الحياة، التفاعلات بين الافراد، والمعوقات البيئية) كنتيجة للتعامل مع البيئة التي يعيش فيها (حبيب، 2009: 5)

أهداف برنامج الدراسة:

يتمثل الهدف الرئيسي لبرنامج الدراسة الحالي في: التغلب على ضغوط الحياة للنساء الأرامل المعيلات في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة. ويتحقق الهدف الرئيسي من خلال الأهداف الفرعية التالية:

- التغلب على ضغوط الحياة الاجتماعية التي تواجه النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة.
- التغلب على ضغوط الحياة النفسية التي تواجه النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة.

نسق العمل في الدراسة الحالية في المتطوعين،
ومساعدي الأخصائي الاجتماعي.

استراتيجيات التدخل المهني في البرنامج:

تستخدم العديد من الاستراتيجيات الخاصة في مهنة الخدمة الاجتماعية من أجل إحداث التغيير المطلوب ومن أهم تلك الاستراتيجيات: استراتيجية التمكين، المشاركة، إعادة البناء المعرفي، إعادة التوازن وبناء الأمل، التوجيه والإرشاد، بناء العلاقات، بناء التواصل، الإقناع والتوضيح والشرح، ولعب الأدوار. (عبد الله، 2020، 261)
وبالتطبيق على الدراسة الحالية فيمكننا تحديد استراتيجيات التدخل كما يلي:

1. استراتيجية التمكين: وتتمثل هذه الاستراتيجية في عدة جوانب كما يلي:

أ- التمكين الاقتصادي للنساء الأرامل: من خلال دعمهم مالياً لسد الاحتياجات الأساسية لهم.

ب- التمكين المهني: من خلال مساعدتهم على امتلاك بعض المهارات المهنية التي تساهم في الالتحاق ببعض الأعمال التي تدر دخلاً مناسباً عليهم.

ت- التمكين المعرفي: من خلال دعم المعارف والأفكار الإيجابية نحو الذات والجماعة والمجتمع.

2. استراتيجية المشاركة: وتكمن هذه الاستراتيجية من خلال حث النساء الأرامل على المشاركة في الأنشطة المنفذة من قبل الجمعية مثل الدورات والمحاضرات والندوات وخدمات الإرشاد الفردي والتوجيه الجمعي وغيرها من الخدمات التي ستساهم في تخفيف الضغوط الاجتماعية بشكل غير مباشر على النساء الأرامل وستعمل على بناء العديد من مهارات الحياة ذات الطابع الاجتماعي.

- التغلب على ضغوط الحياة الاقتصادية التي تواجه النساء الأرامل في الجمعيات الأهلية بمدينة غزة.

أنساق التعامل التي يتضمنها البرنامج:

تتضمن عملية التدخل المهني وفقاً للنظرية العامة للأنساق أربعة أنساق رئيسية تشكل الإطار العام الذي يشكل أساس عملية المساعدة، وهذه الأنساق هي نسق العمل، نسق المستهدف، نسق العمل، نسق التغيير. (عبد المجيد، 2016: 27)
وبالتطبيق على الدراسة فيمكننا تحديد أنساق التعامل كما يلي:

1. نسق التغيير: وهم الأفراد القائمون على إحداث التغيير، ويتمثل نسق التغيير هنا في مجموعة العاملين في المؤسسات الأهلية ويشمل كلاً من: الأخصائيون الاجتماعيون، فريق العمل، الجمعية الأهلية ممثلة في مديرتها والطاقت الإدارية على مستوى الإدارة العليا.

2. نسق العمل: وهم الأفراد المتوقع استفادتهم من البرنامج، ويتمثل العمل هنا في النساء الأرامل المعيلات والمنتفعات من خدمات الجمعيات الأهلية، سواء كنسق فردي أو كنسق جماعي.

3. النسق المستهدف: وهم الأفراد الذين يشملهم التغيير لتحقيق أهداف البرنامج وبحاجة إلى التغيير والتأثير عليهم لكي تتم مساعدة العميل بصورة جيدة، ويتمثل النسق المستهدف في الدراسة الحالية (النساء الأرامل أنفسهم) وحدات صغرى، جماعات النساء الأرامل وذويهم" وحدات وسطى"، الجمعيات الأهلية العاملة في المجال والمجتمع المحلي "وحدات كبرى".

4. نسق العمل: ويشمل الأشخاص المهتمين مع الأخصائي الاجتماعي لإحداث التغيير، ويتمثل

3. استراتيجية تغيير السلوك: وتكمن هذه الاستراتيجية في تشجيع النساء الأرامل على تغيير أنماط السلوك السلبي وامتلاك السلوكيات الإيجابية كالانطواء والعزلة، التواكل على الآخرين، والتسويق.
 4. استراتيجية إعادة البناء المعرفي: وتتم من خلال مناقشة الأفكار اللاعقلانية التي تتبناها النساء الأرامل وتبديلها والبدء بتبني أفكار أكثر عقلانية وتدريب النساء الأرامل على استعمالها في حياتهم اليومية، مثل الأفكار حول الذات، بعدم القدرة على النمو والتطور وتغيير الواقع، وأن المجتمع مسؤول عن مشاكله بالكامل.
 5. استراتيجية بناء العلاقات: وهي ذات علاقة بالنساء الأرامل من جهة والجمعيات الأهلية من جهة أخرى، فمن جهة النساء الأرامل فتكمن في دعم بناء علاقات النساء الأرامل مع المكونات البيئية المختلفة من أفراد وجماعات ومؤسسات، أما من جهة الجمعيات الأهلية فتكمن في مساعدة الجمعيات الأهلية على بناء علاقات نوعية مع المؤسسات الشريكة ذات العلاقة النساء الأرامل.
 6. استراتيجية الإقناع: وهي ذات علاقة بالنساء الأرامل والجمعيات الأهلية من جهة أخرى، فمن جهة النساء الأرامل على استخدام هذه الاستراتيجية بإقناعهم بضرورة إحداث التغيير المطلوب من أجل التغلب على الضغوط الحياتية المختلفة، أما من جهة المؤسسات الأهلية فيتمثل بضرورة إقناع الجهات المانحة بدعم البرامج الاجتماعية والنفسية التي تستهدف النساء الأرامل، وأن هذه البرامج ذات مردود اقتصادي غير مباشر وانعكاسات تلك البرامج كبير على حياة هذه الفئة.
 7. استراتيجية المساعدة: وتكمن هذه الاستراتيجية من خلال مساعدة النساء الأرامل على تنمية شخصياتهم وإمكانياتهم، ومساعدتهم في التعرف على مواطن القوة والضعف في شخصياتهم، وتحديد ميولهم ورغباتهم في مجالات الحياة المختلفة من أجل استثمارها من أجلهم.
 8. استراتيجية التوجيه: وتكمن في توجيه جماعات النساء الأرامل حول قضايا حياتية هامة مثل تربية الأبناء في ظل غياب الآباء وكيفية اتخاذ القرارات الأسرية، وآليات حل المشكلات الأسرية.
- التكنيكات المستخدمة:**
- يتطلب تحقيق أهداف التدخل المهني وتنفيذ استراتيجياته أيضاً على استخدام العديد من الأساليب الفنية والتكنيكات المتوفرة لدى الأخصائي الاجتماعي، وتنتمي هذه الأساليب إلى العديد من النماذج المتنوعة والعديدة للتدخل المهني سواء كانت نابعة من نظريات علمية أو نتيجة لخبرات تراكمية من العمل الفني للممارسين، ومن بين أهم التكنيكات المستخدمة في نماذج الممارسة المهنية، المناقشة الجماعية، لعب الأدوار، التعاون، حل المشكلة، الافراغ الوجداني. (عبد المجيد، 2016: 191)
- وبالتطبيق على الدراسة الحالية فيمكننا تحديد التكنيكات كما يلي:**
1. تكنيك المناقشة الجماعية: ويتم ذلك من خلال تشكيل جماعات من النساء الأرامل، ويتم استعراض بعض الموضوعات المشتركة وتتاح فيها فرص المناقشة الجماعية الهادفة من خلال ممارسة بعض الأنشطة الجماعية.
 2. تكنيك لعب الأدوار: ويتم ذلك من خلال تشكيل جماعات من النساء الأرامل وتنفيذ بعض الأنشطة مثل المسرح والدراما ويتم فيها لعب أدوار ذات علاقة بقضايا النساء الأرامل.

3. **تكنيك التعاون:** ويتم ذلك من خلال تنفيذ نشاط جماعي هادف ذو علاقة بقضايا الأرامل يظهر روح الفريق والعمل التعاوني مثل تنفيذ معرض خاص لعرض منتجات خاصة بالنساء الأرامل.
 4. **تكنيك حل المشكلة:** من خلال تزويد النساء الأرامل بمهارات وآليات حل المشكلات الاجتماعية بواسطة التدريب وورش العمل المتخصصة.
 5. **تكنيك الافراغ الوجداني:** ويتم ذلك من خلال إجراء المقابلات الفردية والمشاركة والمقابلات العلاجية من أجل التعبير الهادف عن مشاعرهم المختلفة ومن أجل التخفيف من الضغوط النفسية التي يواجهونها في حياتهم.
- الأدوات المهنية للبرنامج المهني:**
- يتم استخدام العديد من الأدوات المهنية في برامج التدخل المهني في مهنة الخدمة الاجتماعية من أجل إحداث التغيير في العملاء ومن هذه الأدوات، المقابلات، ورش العمل، اللجان، الزيارات الميدانية وغيرها. (المفتي، 2020، 38)
- وبالتطبيق على الدراسة الحالية فيمكننا تحديد أدوات التدخل المهني كما يلي:**
1. **المقابلات:** ويتم فيها استخدام المقابلات الفردية والمشاركة والمقابلات العلاجية مع النساء الأرامل.
 2. **المسرح والدراما:** ويتم استخدام هذه الأداة مع النساء الأرامل اللواتي يمتلكن مهارات خاصة في المسرح والدراما من خلال إشراكهن في هذه الأعمال.
 3. **ورش العمل:** ويتم عقد ورش عمل مشتركة بين المؤسسات الأهلية من أجل الخروج بأفضل الوسائل المتاحة للتخفيف من الضغوط الحياتية على النساء الأرامل.
 4. **الندوات:** وتستهدف النساء الأرامل من خلال إشراكهن في تنظيم وحضور ندوات ذات علاقة باحتياجاتهم ومشكلاتهم المختلفة.
5. **الدورات التدريبية:** ويتم ذلك من خلال إشراك النساء الأرامل في بعض الدورات التدريبية التي تستهدف تنمية القدرات والمهارات الاجتماعية والنفسية والمهنية.
 6. **المحاضرات:** ويتم ذلك بدعوة النساء الأرامل لحضور محاضرات تستهدف بناء أو تغيير بعض أنماط التفكير، وتساعدنهم في التدعيم الفكري والمعرفي للنساء الأرامل في قضايا محورية في حياتهم.
 7. **اللجان:** وتمكن هذه الأداة من خلال تشكيل لجان عمل مشتركة بين المؤسسات ذات العلاقة بقضايا النساء الأرامل في مجالات عدة بحثية وتنسيقية ولجان التمويل.
 8. **الزيارات التبادلية:** ويمكن تنفيذ هذه الأداة من خلال تبادل الزيارات بين الجمعيات الأهلية ذات العلاقة برعاية شؤون النساء الأرامل من أجل تبادل الخبرات وبناء استراتيجيات موحدة في العمل المشترك.
- الأدوار المستخدمة في البرنامج:**
- وهي المسؤوليات والأعمال التي يؤديها الأخصائي الاجتماعي في مؤسسات الرعاية الاجتماعية التي يعمل بها على أي مستوى، مستخدماً الأساليب العلمية التي تنطوي عليها عمليات مهنة الخدمة الاجتماعية، وملتزماً بمبادئها لمساعدة العملاء على إشباع احتياجاتهم ومواجهة مشكلاتهم، بالتعاون مع المهن الأخرى بما يحقق الرعاية الاجتماعية المتكاملة لهم، ومن بين هذه الأدوار، المعالج، باحث، جامع البيانات، وسيط، مساعد، مخطط، منسق، مدافع، معلم (أبو المعاطي علي، 2009: 266-267)
- وبالتطبيق على الدراسة الحالية فيمكننا تحديد الأدوار المستخدمة في البرنامج كما يلي:**
1. **الاستشاري:** ويتمثل في تقديم الاستشارات الأسرية من خلال الأخصائيين الاجتماعيين للنساء الأرامل

- دعوة وزارة شؤون المرأة للتدخل في علاج مشكلات النساء الأرامل في المجتمع الفلسطيني، ودعوتها للتركيز على المشكلات التي تناولتها الدراسة الحالية، وتبني الوسائل الحديثة والعلمية في التدخلات المهنية للتخفيف من حدة الضغوط الاقتصادية والنفسية والاجتماعية على النساء الأرامل.
 - دعوة الجمعيات الأهلية العاملة في مجال رعاية النساء الأرامل بمراجعة برامجها الموجهة تجاه النساء الأرامل، والعمل على زيادة فعاليتها من خلال الإطلاع على البرامج العلمية والتطبيقية المخصصة لرعاية هذه الفئة، خصوصاً في ظل النتائج التي قدمتها الدراسة الحالية بأن حجم المشكلات الحياتية للنساء الأرامل مرتفع، بالرغم من التدخلات المهنية التي تقدمها الجمعيات الأهلية لهن.
 - إجراء دراسات بحثية من قبل الباحثين المهتمين بقضايا المرأة والنساء الأرامل بهدف التعمق في الاحتياجات والمشكلات المعاصرة التي تواجهها هذه الفئة في المجتمع الفلسطيني، والخروج بآليات وبرامج تطبيقية وعملية واضحة تقدم للجهات ذات العلاقة.
- المراجع العربية:**
- أبو المعاطي علي، ماهر(2002) مقدمة في الخدمة الاجتماعية مع نماذج تعليم وممارسة المهنة في الدول العربية، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.
- أبو المعاطي علي، ماهر(2009) الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية " أسس نظرية -نماذج تطبيقية"، القاهرة، نور الايمان للطباعة.
- أبو المعاطي علي، ماهر(2010) الاتجاهات الحديثة في إدارة المؤسسات الاجتماعية، القاهرة، المكتب الجامعي الحديث.
- أبو النصر، مدحت(2004) إدارة الجمعيات غير الحكومية في مجال ذوي الاحتياجات الخاصة، القاهرة، مجموعة النيل العربية.
- في شؤون حياتهم المختلفة ذات العلاقة بالأوضاع الاجتماعية والنفسية والاقتصادية.
2. **المقوم:** ويتمثل في تقييم البرنامج والعمل على إدخال التعديلات المناسبة بشكل دوري ومستمر، على مستوى الأهداف والأنشطة والأدوات.
3. **مقدم التسهيلات:** ويتمثل هذا الدور في مساعدة النساء الأرامل في الاندماج والمشاركة والاستفادة في أنشطة البرنامج المقترح.
4. **المعلم:** ويتمثل في تعليم النساء الأرامل بعض الطرق والأساليب الجديدة المرتبطة بالبرنامج التي تعود عليهم بالنفع.
5. **المنسق:** ويكمن هذا الدور في التنسيق بين النساء الأرامل واحتياجاتهم وبرامج الجمعية الأهلية، والتنسيق بين الجمعية الأهلية ومؤسسات المجتمع المحلي ذات العلاقة في تنفيذ الأنشطة الخاصة بهم مثل ورش العمل.
- عاشراً: التوصيات:**
- من خلال عرض نتائج الدراسة وللتغلب على الضغوط الحياتية على النساء الأرامل توصي الدراسة بما يلي:
- قدمت الدراسة الحالية برنامج مهني يعتمد على نظرية ونموذج علمي، لذا من الممكن الاعتماد على البرنامج المهني المقترح، والأخذ بالأساليب والأدوات والتقنيات المقدمة فيه عند العمل مع النساء الأرامل من قبل الممارسين والعاملين في مجال رعاية شؤون النساء الأرامل في مؤسساتنا الفلسطينية.
 - تبنت الدراسة الحالية مجموعة من الاستراتيجيات العامة في الخدمة الاجتماعية وعلى رأسها استراتيجية التمكين الاقتصادي والمهني ، لذا تؤكد الدراسة الحالية على وزارة التنمية الاجتماعية الفلسطينية بضرورة الأخذ بمثل هذا النوع من الاستراتيجيات من أجل التخفيف من المعاناة الاقتصادية للفئة.

- أحمد، صفاء(2021) برنامج مقترح من منظور الممارسة العامة لتنمية الانتماء المدرسي طلاب المرحلة الإعدادية، مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية، جامعة أسيوط، 25 (2)، 69.
- الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني(2009) التعداد العام للسكان والمساكن والمنشآت-2007، رام الله، فلسطين.
- الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني(2017) الفقر متعدد الأبعاد في فلسطين 2017، رام الله، فلسطين.
- الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني(2021) كتاب فلسطين الإحصائي السنوي، رام الله، فلسطين.
- حبيب، جمال(2009) الممارسة العامة منظور حديث في الخدمة الاجتماعية، الإسكندرية، المكتب الجامعي الحديث.
- الحسين، بشرى(2011) المشكلات التي تعاني منها المرأة العراقية الأرملة في ظل الظروف الراهنة، مجلة البحوث التربوية والنفسية، جامعة العراق، 8(30)، 221-235.
- درويش، منى(2016) خصائص الأرمال والمطلقات في جنوب الأردن والمشكلات التي يواجهنها، مجلة دراسات وأبحاث، جامعة زيان عاشور الجلفة، الجزائر، 8(23)، 274-289.
- الدليحي، طارق، الشجيري، ابتسام(2011) الضغوط التي تواجه المرأة الأرملة وسبل معالجتها، مجلة جامعة الأنبار للعلوم الإنسانية، العراق، 4(4)، 278-291.
- الرازي، محمد(2000) مختار الصحاح، القاهرة، دار الحديث.
- الرشيد، لولوة (2019) فاعلية برنامج إرشادي في تخفيف حدة الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من الأرمال، المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية، عمان، ع 11(1)، 1-17.
- الزامل، الجوهرة، وآخرون(2015) دور الجمعيات الخيرية النسائية السعودية في تحقيق المساندة الاجتماعية للأرمال (دراسة مطبقة على مدينة الرياض)، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، فلسطين، 64(1)، 637-676.
- زغلول، حنان(2016) المشكلات الجندرية للمرأة المعيلة للأسرة في محافظة عجلون، مجلة العلوم الاجتماعية، الجامعة الأردنية، 9 (2)، 143.
- صالح، عائدة وأبو هديوس، ياسرة(2014) الصمود النفسي وعلاقته باستراتيجيات مواجهة تحديات الحياة المعاصرة لدى النساء الأرمال في قطاع غزة، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، السعودية، 50(2)، 346-386.
- عبد الحميد، عبد الله(2016) الخدمة الاجتماعية والتعامل مع الضغوط الحياتية، الرياض، مكتبة طريق العلم.
- عبد الله، حمدي(2020) الممارسة العامة للخدمة الاجتماعية وتنمية بعض مهارات ريادة الأعمال الاجتماعية لدى الشباب الجامعي، مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية، جامعة الفيوم، 18(18)، 261.
- عبد المجيد، هشام(2016) عمليات الممارسة المهنية مع الأفراد والأسر، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- عبد المعطي، حسن(2006) ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، القاهرة، مكتبة زهراء الشرق.
- عبد الناصر، مرفت(2011) هموم المرأة " تحليل شامل لمشاكل المرأة النفسية"، القاهرة، مكتبة مدبولي.
- عبيد، ماجدة(2008) الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية، عمان، الأردن، دار صفاء للنشر والتوزيع.
- عطية، السيد(2005) العمليات الديناميكية والتحليل في الجماعات، الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية.
- فحل، شهيرة(2020) التحديات التي تواجه الأرملة المعيلة في المجتمع الفلسطيني " محافظة نابلس نموذجاً، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة النجاح، فلسطين.
- محفوظ، ماجدي(2004) طريقة خدمة الجماعة " الأسس- التكتيكات -المواقف"، القاهرة، مكتبة الراشد.
- مرسي، محمد(2021) فعالية برنامج التدخل المهني في الممارسة العامة باستخدام المدخل الانتقائي للتخفيف من الضغوط الاجتماعية للأمهات الأرمال، مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية، جامعة الفيوم، 24(5)، 531-578.
- المفتي، أمجد(2020) برنامج مهني مقترح من منظور الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية لتحسين نوعية حياة المسنين الفلسطينيين" دراسة مطبقة في جمعية رعاية كبار السن بغزة"، مجلة البحوث الإنسانية والاجتماعية، جامعة القدس المفتوحة، (53)، 22-39.
- الهلول، إسماعيل ومحيسن، عون (2013) المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالرضا عن الحياة والصلابة النفسية لدى المرأة الفلسطينية فاقدة الزوج، مجلة العلوم الإنسانية، جامعة النجاح، 27(11)، 223-2208.

References:

- Abdel Muti, Hassan (2006) *Life Pressures and Ways to confront them*, Cairo, Zahraa Al Sharq Library.
- Abdel Nasser, Mervat (2011) *Women's concerns "a comprehensive analysis of women's psychological problems"*, Cairo, Madbouly Library.
- Abdul Hamid, Abdullah (2016) *Social Service and Dealing with Life Stresses*, Riyadh, Al-Alam Road Library.
- Abdul Majeed, Hisham (2016) *Professional practice operations with individuals and families*, Amman, Dar Al Masirah for Publishing, Distribution and Printing.
- Abdullah, Hamdi (2020) General practice of social work and the development of some social entrepreneurship skills among university youth, *Journal of the College of Social Work for Social Studies and Research*, Fayoum University, **18**(18), 261.
- Abu Al-Maati Ali, Maher (2002) *Introduction to social work with models of teaching and practicing the profession in the Arab countries*, Cairo, Egyptian Nahda Library.
- Abu Al-Maati Ali, Maher (2009) *General practice in social work "theoretical foundations - applied models"*, Cairo, Nour Al-Iman for printing.
- Abu Al-Maati Ali, Maher (2010) *Modern trends in the management of social institutions*, Cairo, Modern University Office.
- Abu Al-Nasr, Medhat (2004) *Management of non-governmental associations in the field of people with special needs*, Cairo, Arab Nile Group.
- Ahmed, Safaa (2021) A proposed program from the perspective of general practice for the development of school affiliation for middle school students, *Journal of the Faculty of Social Work for Social Studies and Research*, Assiut University, **25** (2), 69.
- Al-Dulaimi, Tariq, Al-Shujairi, Ibtisam (2011) The pressures facing widowed women and ways to treat them, *Anbar University Journal for Human Sciences, Iraq*, **(4)**, 278-291
- Al-Halloul, Ismail and Muhaisen, Aoun (2013) *Social support and its relationship to life satisfaction and psychological toughness among the Palestinian woman who has lost her husband*, *Journal of Human Sciences*, An-Najah University, **27** (11), 2208-223.
- Al-Hussein, Bushra (2011) *The problems experienced by the widowed Iraqi woman under the current circumstances*, *Journal of Educational and Psychological Research*, University of Iraq, **8** (30), 221-235.
- Al-Mufti, Amjad (2020) A proposed professional program from the perspective of general practice in social work to improve the quality of life of the elderly Palestinians "a study applied in the Association for the elderly care in Gaza", *Journal of Human and Social Research*, Al-Quds Open University, (53), 22-39.
- Al-Rasheed, Lulwa (2019) The effectiveness of a counseling program in reducing the feeling of psychological loneliness in a sample of widows, *The Multi-Knowledge Comprehensive Electronic Journal for the Publishing of Scientific and Educational Research*, Amman, (11), 1-17.
- Al-Razi, Muhammad (2000) *Mukhtar Al-Sahah*, Cairo, Dar Al-Hadith.
- Al-Zamil, Al-Jawhara, and others (2015) The role of Saudi women's charities in achieving social support for widows (a study applied to the city of Riyadh), *Journal of the College of Education*, Al-Azhar University, Palestine, **64** (1), 637-676.
- Anne-Sophie Ryckebosch-Dayez & et al (2016) Daily Life Stressors and Coping Strategies During Widowhood: A Diary Study After One Year of Bereavement, *Death Studies* **40**(8), 461- 478.
- Attia, El-Sayed (2005) *Dynamic processes and analysis in groups*, Alexandria, University Knowledge House.
- Darwish, Mona (2016) *Characteristics of widows and divorced women in southern Jordan and*

- the problems they face, *Journal of Studies and Research, Zayan Ashour University, Djelfa, Algeria*, **8** (23), 274-289.
- Dasgupta, Pritha (2017) women alone: the problems and challenges of widows in India, *international journal of humanities and social sciences*, **6**(6),36.
- Fahel, Shahira (2020) *Challenges facing the breadwinner widow in Palestinian society "Nablus governorate as a model*, (unpublished master's thesis), An-Najah University, Palestine.
- Habib, Gamal (2009) *General practice: a modern perspective on social work*, Alexandria, Modern University Office.
- Louise c. Johnson (2007), social work practice generalist approach. Boston. Allyn & Bacon.
- M O Onadeko & et al (2002) Problems of widowhood: a study of widows in a tertiary institution in Ibadan, south west Nigeria, *African Journal of Medicine and Medical Sciences*, **31**(3) 6-201.
- Mahfouz, Magdy (2004) *The way to serve the community "Foundations - Tactics - Attitudes"*, Cairo, Al-Rashid Library.
- Misheck dube & et al (2018) interventions for widows: reviewing practices in binga district, zimbabwe, the indian *journal of social work*, **79**(3), 351- 368.
- Morsi, Mohamed (2021) The effectiveness of a professional intervention program in general practice using the selective approach to alleviate the social pressures of widowed mothers, *Journal of the College of Social Work for Social Studies and Research, Fayoum University*, **24** (5) 531-578.
- Obaid, Magda (2008) Psychological stress, its problems, and its impact on mental health, Amman, Jordan, Dar Safaa for Publishing and Distribution.
- Palestinian Central Bureau of Statistics (2009) General Census of Population, housing and establishments - 2007, Ramallah, Palestine.
- Palestinian Central Bureau of Statistics (2017) Multidimensional poverty in Palestine 2017, Ramallah, Palestine.
- Palestinian Central Bureau of Statistics (2021) Palestine Statistical Yearbook Ramallah, Palestine.
- Saleh, Aida and Abu Hadros, Yasra (2014) Psychological resilience and its relationship to strategies for facing the challenges of contemporary life among widowed women in the Gaza Strip, *Arab Studies in Education and Psychology, Saudi Arabia*, **50** (2), 346-386.
- Zaghloul, Hanan (2016) Gender problems for women heading the family in Ajloun Governorate, *Journal of Social Sciences, University of Jordan*, **9** (2), 143.