

2023

## The relationship of future anxiety with life quality among a sample of widows in Irbid Governorat

Amna Hekmat Khasawneh

University of Hail/Kingdom of Saudi Arabia, Amna12344@yahoo.com

Follow this and additional works at: [https://digitalcommons.aaru.edu.jo/hujr\\_b](https://digitalcommons.aaru.edu.jo/hujr_b)



Part of the [Arts and Humanities Commons](#)

---

### Recommended Citation

Khasawneh, Amna Hekmat (2023) "The relationship of future anxiety with life quality among a sample of widows in Irbid Governorat," *Hebron University Research Journal-B (Humanities) - (مجلة جامعة الخليل للبحوث- ب (العلوم الانسانية)* Vol. 17: Iss. 2, Article 6.

Available at: [https://digitalcommons.aaru.edu.jo/hujr\\_b/vol17/iss2/6](https://digitalcommons.aaru.edu.jo/hujr_b/vol17/iss2/6)

This Article is brought to you for free and open access by Arab Journals Platform. It has been accepted for inclusion in Hebron University Research Journal-B (Humanities) - (العلوم الانسانية) - مجلة جامعة الخليل للبحوث- ب by an authorized editor. The journal is hosted on [Digital Commons](#), an Elsevier platform. For more information, please contact [rakan@aarj.edu.jo](mailto:rakan@aarj.edu.jo), [marah@aarj.edu.jo](mailto:marah@aarj.edu.jo), [u.murad@aarj.edu.jo](mailto:u.murad@aarj.edu.jo).



**قلق المستقبل وعلاقته بنوعية الحياة لدى عينة من الأرامل في محافظة إربد  
أمنة حكمت أحمد خصاونة، جامعة حائل – السعودية**

**[Amna12344@yahoo.com](mailto:Amna12344@yahoo.com)**

تاريخ استلام البحث: 2021/5/24، تاريخ قبول البحث: 2021/7/15

**الملخص:**

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى كل من قلق المستقبل ونوعية الحياة، والعلاقة بينهما لدى عينة من الأرامل في محافظة إربد. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام مقياس قلق المستقبل المكون من (32) فقرة موزعة في خمسة مجالات (النفسي، الصحي، الاجتماعي، الأسري، الاقتصادي)، ومقياس نوعية الحياة المكون من (27) فقرة. تكوّنت عينة الدراسة من (311) أرملة من الأرامل المسجلات في مراكز الخدمات المجتمعية، ومراكز حماية الأسرة والمرأة ودعمها الموجودة في مختلف الألوية في محافظة إربد. أظهرت نتائج الدراسة أنّ مستوى قلق المستقبل لدى الأرامل مرتفع، وأنّ مستوى نوعية الحياة لدى الأرامل منخفض، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية بين قلق المستقبل ونوعية الحياة لدى الأرامل في محافظة إربد.

**الكلمات المفتاحية:** قلق المستقبل، نوعية الحياة، الأرامل، محافظة إربد.

## The relationship of future anxiety with life quality among a sample of widows in Irbid Governorate

Amna Khasawneh, University of Hail

[Amna12344@yahoo.com](mailto:Amna12344@yahoo.com)

Received: 24/5/2021– Accepted: 15/7/2021

### Abstract:

The study aimed to reveal the level of both future anxiety and quality of life, and the relationship between them among a sample of widows in Irbid Governorate. To achieve the objectives of the study, the researcher used the future anxiety scale consisted of (32) items in five domains (psychological, healthy, social, family, economic), and the quality of life scale consisted of (27) items. The study sample consisted of (311) registered widows in community services centres, family and women's protection and support centres located in various districts in Irbid Governorate. The results of the study showed that the level of future anxiety among widows was high degree, and the level of quality of life among widows was low degree. The results indicated that there was negative correlative relationship between the level of future anxiety and the quality of life among widows in Irbid Governorate.

**Key words:** Future anxiety, quality of life, widows, Irbid Governorate.

يحظى موضوع القلق باهتمام الباحثين والدارسين بشكل كبير؛ وذلك لما له تأثير سلبي على حياة الفرد وسلوكاته واستجاباته تجاه التغيرات والتطورات التي قد تحدث في حياته، إن كانت على المستوى النفسي أو الأسري أو الاجتماعي أو الاقتصادي، ومن أهم الفئات التي تتأثر بالقلق نحو ما سيجري مستقبلاً، وما قد يسببه ذلك من ضغوطات هائلة فئة الأرامل، كون هذه الفئة تواجه صعوبات وتحديات مختلفة ضمن مجتمع شرقي ينظر إلى هذه الفئة بنظرة قد تحد من طموحاتها، وتثبط عزيمتها نحو تحقيق أهدافها التي تسعى لتحقيقها.

ويُعدّ القلق نوعاً من الانفعالات التي تنطوي على شعور الفرد بحدوث خطر ما، وبصاحبه الشعور بالخوف والتوتر تجاه هذا الخطر، حيث يكون موجهاً نحو شخصية الفرد بعناصرها كافة؛ إن كان العنصر النفسي، أم الجسمي، أم الانفعالي، وقد تشتمل جميع أنواع القلق على عنصر قلق المستقبل، حيث يشير قلق المستقبل إلى الخوف من حدوث أحداث في المستقبل خلال مدة زمنية معينة، ويتمثل بحالة من الغموض والتوتر المستمر بشأن أحداث وأمر متوقعة الحدوث في المستقبل البعيد، أو توقع احتمال حدوث أمر سيء (Jamalallail, 2014).

ولقد صنف فرويد (Freud) اضطراب القلق إلى ثلاثة أنواع؛ وهي (Xiao, 2013):

**أولاً: اضطراب القلق الموضوعي:** ويعتبر هذا النوع من القلق ردة فعل طبيعية لتفادي خطر خارجي، أو أذى يتوقعه الفرد، ومصدر هذا القلق خارجي وواضح؛ كالقلق المتعلق باجتياز اختبار ما، وهذا النوع من القلق أقرب إلى الخوف من خطر خارجي معروف، كالخوف من حيوانٍ مفترسٍ أو الحريق، وهذا النوع من الخوف أمر مفهوم ومعقول؛ لأنّ الإنسان يخاف من الأخطار الخارجية التي تهدد حياته، ويمكن أن يوجد لدى كثير من الأفراد، وله عدة تسميات؛ كالقلق الواقعي، والقلق السوي.

**ثانياً: اضطراب القلق العصابي:** يرى فرويد أنه من الممكن أن يظهر على شكل قلق عام، لا يرتبط بموضوع محدد، إذ يشعر فيه الفرد بحالة من الخوف العام غير المحدد. ومن الممكن أن يظهر القلق العصابي كمخاوف عصابية، لمثيرات لا تثير القلق أساساً لدى الأفراد العاديين، وهو خوف غامض وغير مفهوم ولا يستطيع الشخص الذي يشعر به أن يعرف سببه، و الخوف من سيطرة النزعات والدفعات الغريزية من الهو (ID).

**ثالثاً: اضطراب القلق الأخلاقي:** يحدث عادةً عندما تتجاوز رغبات الفرد وأفعاله مستوى حكمه الأخلاقي بالصواب والخطأ، وينشأ من الأنا الأعلى (Superego) ويشعر الفرد بالخجل، والخوف، والعقاب، أو الذنب.

ويعتبر قلق المستقبل أحد أنواع اضطراب القلق الموضوعي؛ كونه ينتج بسبب تفكير الفرد بحدث سيحدث في المستقبل، فقلق المستقبل يمثل عرضاً شائعاً لحالات أخرى بما في ذلك اضطراب الهلع واضطراب القلق العام، فلو كان الفرد مصاباً باضطراب القلق، فسيجد نفسه يتوقع العديد من أحداث الحياة، وقد يكون الذهاب إلى المتجر وحضور تجمع اجتماعي وأنشطة أخرى هو التركيز اليومي لتوقعاته، قبل أن يصاب

بنوبات الهلع، وربما لم يفكر كثيراً في أي من هذه الأحداث الشائعة، لكن التوقع الآن قد يجعله يشعر بالقلق ويتداخل مع قدرته على العمل بشكل كامل في حياته اليومية، وقد يحدث قلق المستقبل استجابةً لأحداث كبيرة؛ مثل تقديم عرض تقديمي في العمل، ولكن يمكن أن يسبق أيضاً الأنشطة اليومية البسيطة؛ مثل قيادة المركبة باتجاه العمل أو ركن المركبة أو إجراء محادثات مع زملاء العمل (Ankrom, 2021).

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

ويُعد قلق المستقبل من أهم وأخطر أنواع القلق التي بدأت بالظهور في عام (1970)، ويشير إلى حالة من الخوف والشك والتوتر تجاه التغييرات غير المرغوب بحدوثها في المستقبل، ويمكن أن يتضمن هذا القلق مجموعة مختلفة من الأعراض والتهديدات الجسدية؛ كالمرض، أو التعرض لحادث ما، أو التهديدات العاطفية، كفقْدان أحد أفراد الأسرة، وتفاوت هذه التهديدات من حيث الشدة، كما يمكن أن يشمل قلق المستقبل على خوف الفرد من الفشل في تحقيق هدف معين، والحصول على ما يريد (Hammad, 2016).

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

واستناداً إلى التعريفات السابقة لمصطلح قلق المستقبل، فإنه يمكن تعريفه بأنه: حالة عاطفية تتضمن شعور الفرد بالخوف والتوتر من الأحداث المستقبلية، والمشكلات التي قد تحدث مستقبلاً في مختلف المجالات الصحية أو الأكاديمية أو الأسرية أو الاجتماعية.

وقد يحدث قلق المستقبل نتيجة قلة الخبرات والتجارب السابقة التي مر بها الفرد، أو ما قد يدور في ذهن الفرد من أفكار سلبية نحو موضوع معين، وعدم قدرته على التعامل مع هذه الردود بشكل فعال، والتي قد

تؤدي إلى عدم قدرته على التكيف مع المشكلات والصعوبات التي تواجهه، كما قد يحدث قلق المستقبل نتيجة عدم قدرة الفرد على الفصل بين الأحلام والأمنيات عن التوقعات والتنبؤات الواقعية، بالإضافة إلى قلة العلاقات الاجتماعية، والتفكك الأسري، وعدم شعور الفرد بالانتماء للأسرة أو المجتمع، وعدم شعوره بالأمن النفسي والاجتماعي (Hammad, 2016).

ويرتبط قلق المستقبل بشعور الفرد بمستوى متدنٍ من الثقة بالنفس والآخرين، وتدني الشعور بتقدير الذات واحترامها، بالإضافة إلى الشعور ببعض الأعراض النفسية والجسدية؛ كالأرق وصعوبة الاستمرار بالنوم لساعات طويلة، والشعور بالتعب والإرهاق بشكل مستمر، وصعوبة التركيز والانتباه نحو موضوع معين، والشعور بالإحباط والتوتر والاكتئاب (Meares & Freeston, 2015).

كما يؤثر قلق المستقبل بشكل سلبي على سلوكيات الفرد، وهذا يتضح في تجاربه وخبراته اليومية، وأدائه في الأنشطة الاجتماعية والأسرية، بالإضافة إلى أدائه الذهني وما يرتبط به من معلومات ومعارف معينة، وأدائه النفسي وما يتعلق به من تقدير الذات واحترامها، والثقة بالنفس؛ حيث إن قلق المستقبل يؤثر على شخصية الفرد، وثقته بنفسه والآخرين، مما يولد لديه مشاعر سلبية نحو الأحداث والمواقف التي قد يمر بها (Astrom, Wiberg, Sircoval, Wiberg & Carelli, 2014). كما يؤثر قلق المستقبل في شعور الفرد بالوحدة والعزلة، وعدم القدرة على التأقلم مع مستجدات الحياة وأحداثها المختلفة، والاتكالية، وتكوين ردود أفعال سلبية قد تعيقه في تحقيق أهدافه المستقبلية، والانسحاب من المواقف الاجتماعية التي لا يستطيع مواجهتها (Luxon, et al, 2009).

ويُعد قلق المستقبل من أكثر الاضطرابات النفسية التي قد تصيب الأراامل؛ لأن القلق بشكل عام يعتبر رد فعل طبيعي ناتج عن فقدان الزوج، وقلق المستقبل ينتج بعد ذلك نتيجة التفكير والخوف من المستقبل، وما يحمله من مسؤوليات متعددة، ومواجهة الضغوطات والصعوبات الحياتية المختلفة التي قد تواجه الأراامل في ظل المجتمع الذي تعيشه فيه (Dunn, 2015).

ويعتبر فقدان المرأة لزوجها من أصعب الخبرات والتجارب المؤلمة التي قد تواجهها في حياتها، وخاصةً بأن فقدان الزوج قد يؤثر على الزوجة بالدرجة الأولى، وعلى الأبناء والأسرة بأكملها بالدرجة الثانية، مما قد يؤثر على الحالة النفسية للمرأة الأرملة، كونها ستجد نفسها بعد وفاة زوجها أمام العديد من التحديات العاطفية، التي تعرضها للإصابة بالقلق نحو الأحداث المستقبلية التي تنتظرها (Holm, Berland & Severinsson, 2019).

وينتج قلق المستقبل لدى الأراامل نتيجة الضغوطات التي تواجهها في المجتمع المحيط بها، بالإضافة إلى العلاقات التي تتطلب منها بذل جهد فكري ومعرفي وسلوكي معين لتستطيع التكيف مع الضغوطات والصعوبات التي قد تتعرض لها، وخاصةً أنها بعد الترملة قد تصاب بحالة من الحزن الشديد لفترة طويلة، وخاصةً بأنها تصبح مسؤولة بشكل كامل عن الأسرة، وهذا يجعلها تتحمل العديد من المسؤوليات والأدوار المختلفة تجاه أولادها وأسرته (Trivedi, Sareen & Dhyhan, 2009).

ويرى هولم وبيرلاند وسيفيرينسون (Holm, Berland & Severinsson, 2019) أن المرأة الأرملة تواجه تحدياً كبيراً عند فقدان زوجها، وتعتبر هذه المرحلة من أصعب المراحل المؤلمة التي قد تواجهها هي وأسرته في مسيرة حياتها، وخاصةً أن الترميل يرتبط بشكل مباشر بشعور المرأة الأرملة بفقدان الحب والاهتمام من شريك الحياة، والشعور بالخوف من المستقبل، وهذا يؤدي إلى إصابتها بأعراض قلق المستقبل والشعور بالاكئاب والوحدة، مما ينعكس سلباً على نوعية حياتها التي تعيشها.

وفي المجتمعات العربية، ونظراً لطبيعتها، فإن هناك عدة قيود تفرض على الأرملة منذ اللحظة الأولى لوفاة زوجها، وبحكم العادات والتقاليد المفروضة عليها، ترفض الزواج بعد وفاة زوجها، وخاصةً إذا كان لها أبناء، وتتقيد بما تفرضه أسرة زوجها المتوفى من شروط وقيود على حياتها الخاصة وحياة أبنائها، وفي العديد من الأسر يتم إجبار الأرملة على الزواج من شقيق المتوفى، وهذا بحد ذاته يعمق الحزن بداخلها ويزيد من المشكلات الجسدية والاضطرابات النفسية، وتفضل البقاء بدون زوج تجنباً للدخول في مشكلات نفسية واجتماعية قد تسبب لها الكثير من المتاعب (Al-Agha, 2011).

ومن المجتمعات التي تعاني من تزايد أعداد الأرامل، ففي المجتمع الأردني بلغت نسبة الأرامل (7.9%) من مجموع الإناث الأردنيات حسب إحصائية دائرة الإحصاءات العامة لعام 2019، وعلى الرغم من حصول النساء الأرامل على الدعم المادي والاجتماعي من وزارة التنمية الاجتماعية والعديد من مؤسسات المجتمع المدني، ومنها الجمعيات التابعة للمركز الإسلامي، وذلك لتسهيل العيش الكريم لهن ولأسرهن، ولكن تعاني غالبية الأرامل من قلة الدعم النفسي، والذي قد يسبب الاضطرابات النفسية (Mahadat, 2019).

وترى الباحثة أن قلق المستقبل يؤثر سلباً على حياة الفرد بشكل عام، وحياة الأرملة – عينة الدراسة – بشكل خاص، وذلك كونها تتعرض لتجربة مؤلمة، وهي فقدان الزوج (شريك الحياة)، وهذا يجعلها عرضةً للشعور بالقلق والاكئاب والخوف، والشعور بالحرمان والفقدان والوحدة، بالإضافة إلى التفكير السلبي نحو المستقبل وما يحمله من أحداث غامضة بالنسبة لها، وهذا يؤثر على حياتها بمختلف أبعادها، وبمستوى نوعية الحياة التي تعيشه.

ويُعد مصطلح نوعية الحياة من المصطلحات التي ظهرت مؤخراً في علم النفس والصحة النفسية، حيث قام بعض العلماء والباحثين إلى دراسة ما يُسمى بعلم النفس الإيجابي الذي تَصَمَّن عدة موضوعات ومفاهيم؛ منها: الأمل والتفاؤل، والسعادة، والتوافق، والثقة؛ وجميع هذه المفاهيم تقع تحت مصطلح واحد؛ وهو نوعية الحياة؛ حيث أنَّ نوعية الحياة تتحدد من خلال سلوكيات الفرد وتجاربته وخبراته إن كانت السلبية أم الإيجابية؛ فالسلبية منها تؤدي إلى التقليل من مستوى الثقة بالنفس، واحترام الذات وتقديرها، مما يؤثر سلباً على رضى الفرد عن حياته؛ بينما الإيجابية تؤدي إلى ازدياد مستوى الأمل والتفاؤل لدى الفرد، مما يؤدي إلى تحفيز طاقاته وقدراته على العمل والإنتاجية، والشعور بالرضى عن ذاته وحياته (Kidd, 2008).

ولقد تناول العديد من الباحثين والدارسين مفهوم نوعية الحياة؛ ومنهم ماتسوموتو (Matsumoto, 2009)، الذي عرّفها بأنها: مدى قدرة الفرد على التمتع بالحياة، وتحقيق متطلباتها؛ كالحفاظ على الصحة

النفسية والجسدية، والاكفاء المادي، والمشاركة الاجتماعية، والقدرة على اتخاذ القرارات الصائبة. بينما عرفها كارانسارن (Charansarn, 2014) بأنها: شعور الفرد بالرضى عن حياته بأبعادها المختلفة، وذلك بالمقارنة مع أبعاد الحياة المثالية، ويتم تقييم مستوى نوعية الحياة بناءً على القيم والثقافة التي يعيش فيها الفرد. كما عرفتها آل سعود (Al-Saud, 2015) بأنها: حالة إيجابية تؤدي إلى شعور الفرد بالهدوء والطمأنينة، والفرح والسعادة والرضى عن حياته، وما يعترضه من أحداث، كما تؤدي إلى شعوره بصحة جسدية ونفسية جيدة.

واستناداً إلى التعريفات السابقة، فإنه يمكن تعريف نوعية الحياة بأنها: شعور ذاتي بمدى الرضى عن الحياة بأبعادها المختلفة (النفسية، الجسمية، الأسرية، الاجتماعية، المادية)، ومدى تقييمها ضمن الثقافة التي يعيش فيها الفرد، والقيم التي اكتسبها خلال تجاربه وخبراته المختلفة.

ويمكن تحقيق مستوى جيد من نوعية الحياة من خلال التوازن بين الجوانب الجسدية والنفسية والاجتماعية والمادية، والسعي إلى تحقيق الأهداف ضمن منظومة معينة تتضمن فرص التعبير عن الذات وتنميتها، واتخاذ القرارات الخاصة في مختلف المواقف الحياتية التي قد يمر بها الفرد، والعمل على التكيف ضمن البيئة التي قد يتواجد بها (Kjwoor, 2010).

وترتبط نوعية الحياة بقدرة الفرد على مواجهة الصعاب والمشكلات اليومية، ومحاولة إيجاد الحلول المناسبة، واتخاذ القرارات الصائبة، والقدرة على التعايش معها كفرد طبيعي يكاد يخلو من المشكلات والأمراض النفسية، لذلك قد تتحقق نوعية الحياة الجيدة من خلال إشباع الحاجات الصحية والنفسية والبيولوجية والاجتماعية والمادية، والقدرة على التعامل مع الضغوطات النفسية (Higgs, 2007).

كما ترتبط نوعية الحياة بالأحداث والمواقف التي يمر بها الفرد؛ إن كان أحداث سعيدة أو حزينة، فالمرأة الأرملة عندما تفقد زوجها، فإنها تشعر بالحزن والخوف، وتصبح أكثر توتراً فيما يتعلق بحياتها، وحياتها أسرتها، وتحاول بشتى الطرق تحقيق السعادة، والتكيف مع الوضع الراهن، وتحقيق الاستقرار النفسي والاجتماعي، وجميع هذه التحديات قد تؤثر على مستوى نوعية الحياة لديها (Dunn, 2015).

كما تتأثر نوعية الحياة لدى الأرملة في ضوء متطلبات الحياة المادية والاجتماعية التي تصبح هي المسؤولة الوحيدة عنها، وذلك بعد وفاة زوجها معيل الأسرة، وخاصة إذا كانت المرأة غير عاملة من قبل، وهنا تبدأ الصعوبات التي قد تواجهها أثناء تحقيق مستوى معيشة جيد لنفسها ولأسرتها، وتحقيق مستوى من الاستقرار والتوازن المعيشي (Fry, 2001).

وأكثر المشكلات التي تعاني منها المرأة الأرملة في المجتمعات العربية نظرة المجتمع إليها، والعوز المادي، والتعبئة الاقتصادية للآخرين، والشعور بالعجز والضعف، وقلة الاهتمام من قبل أهل الزوج، والشعور بالفراغ النفسي والعاطفي، وتدخّل أهل الزوج في أمور الشخصية، وهذا ينعكس سلباً عليها، مما يشعرها بالوحدة النفسية، وانعدام الأمان، وهذا يؤدي إلى تعرضها، وإصابتها بعدد من الاضطرابات النفسية، التي تؤثر سلباً على نوعية الحياة (Al- Hussein, 2011).



ولقد تناولت العديد من الدراسات متغيري قلق المستقبل ونوعية الحياة لدى الأرامل؛ حيث أجرى كار وهاموس وكيسلير ونيسي وسونيجا وورتمان (Carr, House, Kessler, Nesse, Sonnega & Wortman, 2000) دراسة في الولايات المتحدة الأمريكية هدفت الكشف عن العلاقة بين جودة الحياة الزوجية والتوافق النفسي لدى الأرامل. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام مقياس جودة الحياة، ومقياس التوافق النفسي. تكونت عينة الدراسة من (1532) أرملَةً. أظهرت نتائج الدراسة وجود مستوى مرتفع من القلق لدى الأرامل اللواتي كن يعتمدن بشكل كبير على أزواجهن، وذلك مقارنةً بالأرامل الأخريات، كما أشارت النتائج إلى وجود مستويات أقل من التوافق والحنين للأرامل اللواتي تتسم علاقاتهن بالخلاف بين أزواجهن، وارتفعت مستويات القلق للواتي يتمتعن بتقارب في الحياة الزوجية.

وأجرت فري (Fry, 2001) دراسةً في الولايات المتحدة الأمريكية هدفت الكشف عن العلاقة بين تقييمات الأرامل لمعتقدات الكفاءة الذاتية وتقييماتهن لنوعية الحياة المرتبطة بالصحة، والرضا عن الحياة، واحترام الذات. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام المنهج الاستقصائي للعوامل الديموغرافية الاجتماعية لمدة (18) شهر لعينة الدراسة، واستخدام مقياس الكفاءة الذاتية، ومقياس نوعية الحياة. تكونت عينة الدراسة من (231) أرمل وأرملَةً. أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فيما يتعلق بالعلاقة بين المجالات المحددة للكفاءة الذاتية ونوعية الحياة المتصورة على المدى الطويل بعد فقدان الزوج أو الزوجة، لصالح الإناث، كما أشارت النتائج إلى أنَّ الكفاءة الذاتية تؤدي دور تنبؤي في تصورات الأرامل (الذكور والإناث) لنوعية حياتهم المتعلقة بالصحة، والرضا عن الحياة، واحترام الذات.

وقام ونرست وكيجبيرس (Onrust & Cuijpers, 2006) بدراسة في هولندا هدفت الكشف عن مستوى المزاجية واضطرابات القلق لدى النساء الأرامل. ولتحقيق أهداف الدراسة، تمَّ الاطلاع على (11) دراسة، واستكشاف مدى انتشار وحدث القلق لدى (3481) امرأة أرملَةً، و(4685) امرأة غير أرملَةً. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى القلق لدى النساء الأرامل جاء مرتفعاً، وخاصة في السنة الأولى بعد فقدان الزوج. كما أشارت النتائج إلى أن الأرامل أكثر تعرضاً للإصابة باضطرابات الهلع واضطرابات القلق العام، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المزاجية واضطرابات القلق بين الأرامل وغير الأرامل، لصالح الأرامل.

وأجرت رحيم (Raheem, 2010) دراسة في العراق هدفت الكشف عن معنى الحياة لدى المرأة الأرملَةً، والتعرف إلى الفروق في معنى الحياة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام مقياس الحياة. تكونت عينة الدراسة من (503) أرمل. أظهرت نتائج الدراسة أنَّ المرأة العراقية تدرك معنى الحياة بشكل سلبي، وبينت النتائج عدم وجود فروق في معنى الحياة تعزى للمتغيرات الديموغرافية (العمر، التحصيل، الحالة الزوجية، عدد سنوات الزواج، عدد الأولاد).

وقامت الصفدي (Al-Safadi, 2013) بدراسة في فلسطين هدفت الكشف عن العلاقة بين كل من المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية وعلاقتهما بقلق المستقبل لدى زوجات الشهداء والأرامل بمحافظة غزة. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام مقياس المساندة الاجتماعية، ومقياس الصلابة النفسية، ومقياس قلق

المستقبل. تكونت عينة الدراسة من (294) إمراة من زوجات الشهداء والأرامل، منهن (200) زوجة شهيد، و(94) أرملة. أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية وأبعاد مقياس الصلابة النفسية، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية وأبعاد مقياس قلق المستقبل، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة عكسية لدى زوجات الشهداء بين القلق العام، وجميع أبعاد مقياس الصلابة النفسية، وبين الدرجة الكلية لقلق المستقبل، وبُعد التحدي، ووجود علاقة ارتباطية سالبة عكسية لدى الأرامل بين بُعد القلق العام، وكل من بُعد التحكم، وبُعد التحدي، والدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل.

وأجرى الهلول ومحيسن (Al-Halloul & Muhaisen, 2013) دراسة في فلسطين هدفت الكشف عن علاقة المساندة الاجتماعية بالرضا عن الحياة والصلابة النفسية لدى المرأة الفلسطينية فاقدة الزوج. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام مقياس المساندة الاجتماعية، والصلابة النفسية. ومقياس الرضا عن الحياة. تكونت عينة الدراسة من (129) أرملة. أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق في المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة والصلابة النفسية تعزى لنوع فقدان (شهيد- غير شهيد)، ووجود فروق في متغيرات الدراسة تعزى لنوع السكن، ووجود فروق في الرضا عن الحياة لدى المرأة تعزى للعمر، لصالح كبيرات السن، ووجود أثر دال للمساندة الاجتماعية على الرضا عن الحياة والصلابة النفسية.

وقامت كارانسارن (Charansarn, 2014) بدراسة في تايلاند هدفت الكشف عن مستوى الدعم الاجتماعي ونوعية الحياة لدى الأرامل. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام مقياس الدعم الاجتماعي، ونوعية الحياة. تكونت عينة الدراسة من (337) أرملة في مقاطعة باتاني في الجنوب. أظهرت نتائج الدراسة أن الدعم الاجتماعي بين الأرامل جاء بمستوى متوسط، في حين جاءت نوعية الحياة بمستوى متوسط، كما أشارت النتائج إلى أن كل من الدعم الاجتماعي ونوعية الحياة يختلفان وفق متغيرات الدين، ومستوى التعليم، والاحتلال، وأن هناك علاقة سلبية بين حجم الأسرة ودخلها وكل من الدعم الاجتماعي ونوعية الحياة، كما بينت النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الدعم الاجتماعي ونوعية الحياة لدى الأرامل.

وأجرى جامدار وميلكيري وهولكار (Jamadar, Melkeri & Holkar, 2015) دراسة هدفت الكشف عن مستوى نوعية الحياة لدى الأرامل في ضوء نطاق الحياة والقيم والثقافة. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام مقياس نوعية الحياة. تكونت عينة الدراسة من (200) أرملة من مختلف الأعمار. أظهرت نتائج الدراسة وجود مستوى متوسط من نوعية الحياة لدى الأرامل، ووجود فروق في نوعية الحياة بين الأرامل العاملات، والأرامل غير العاملات، لصالح الأرامل العاملات، وبين الأرامل اللواتي يعرفن القراءة والكتابة، والأرامل الأميات، لصالح الأرامل اللواتي يعرفن القراءة والكتابة.

وقام دن (Dunn, 2015) بدراسة في الولايات المتحدة الأمريكية هدفت الكشف عن العوامل المرتبطة بمشاعر فقدان لدى الأرامل، وتقييم تأثير نوعية الحياة، والتكيف النفسي والاجتماعي، والتوازن الاجتماعي، والعوامل الديموغرافية والاجتماعية في هذه المشاعر. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام

بيانات من استطلاع على الإنترنت تم نشره عبر مواقع التواصل الاجتماعي. تكونت عينة الدراسة من (232) أرملة تراوحت أعمارهن بين (18-55). أظهرت نتائج الدراسة أن هناك العديد من العوامل ترتبط ارتباطاً مباشراً بمشاعر فقدان لدى الأرمال؛ كالقلق والاكتئاب وارتفاع مستوى الحزن لديهن، وزعزعة الهوية الذاتية لديهن أيضاً، كما أشارت النتائج إلى وجود تأثير إيجابي للتكيف النفسي والاجتماعي ونوعية الحياة والعوامل الاجتماعية والديموغرافية في الحد من مشاعر فقدان لدى الأرمال، حيث تبين أن التدين وتوازن الهوية الذاتية والدعم الاجتماعي جميعها عوامل تؤثر إيجاباً في الحد من مشاعر فقدان والحزن لدى الأرمال الشابات.

وأجرى سبيجت (Speight, 2018) دراسة هدفت الكشف عن العلاقة بين الرضا عن الحياة والوحدة النفسية لدى عينة من الأرمال. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام مقياس الرضا عن الحياة، ومقياس الوحدة النفسية. تكونت عينة الدراسة من (210) أرملة. أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة سالبة، ودالة بين الرضا عن الحياة والشعور بالوحدة النفسية، ووجود علاقة موجبة غير دالة بين مجالي التقدير الاجتماعي والشعور بالإهمال، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق في الشعور بالوحدة النفسية تعزى لنقص أو قلة عدد الأصدقاء.

وقام هولم وبيرلان وسيفيرينسون (Holm, Berlan & Severinsson, 2019) بدراسة في النرويج هدفت الكشف عن العوامل التي تؤثر على صحة الأرمال؛ كمشاعر فقدان والفجعة، والقلق والاكتئاب. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام المنهج الاستقرائي، ومراجعة المقالات والدراسات المنشورة بين عامي (2013-2017) والمتعلقة بالعوامل المؤثرة على صحة الأرمال، وقد بلغت عدد الدراسات (12) دراسة. أظهرت نتائج الدراسة أن أهم العوامل المؤثرة على صحة الأرمال هي: مشاعر فقدان، والفجعة والاكتئاب والقلق، ولحد من هذه العوامل والتعامل مع الألم العاطفي والمعاناة، والحد من سوء الصحة البدنية، لا بد من توفير الدعم الاجتماعي للأرمال، كما أشارت النتائج إلى أن المتخصصين في الرعاية الصحية بحاجة إلى معرفة المهارات اللازمة للتعامل مع الآثار الصحية المترتبة على الترمل، كونه اتضح وجود علاقة سلبية بين الترمل والصحة النفسية والجسدية.

بمطالعة الدراسات السابقة، يتضح تباين أهداف هذه الدراسات وما سعت إلى تحقيقه من أهداف، فقد تناولت بعض الدراسات العلاقة بين جودة الحياة الزوجية والتوافق النفسي لدى الأرمال؛ كدراسة كار وآخرون (Carr, et al, 2000)، وتناولت دراسات أخرى متغير نوعية الحياة؛ كدراسة فري (Fry, 2001)، وكرانسارن (Charansarn, 2014)، جامدار وآخرون (Jamadar, et al, 2015)، كما تناولت بعض الدراسات القلق لدى الأرمال؛ كدراسة ونرست وكيجبيرس (Onrust & Cuijpers, 2006)، وهولم وآخرين (Holm, et al, 2019)، بينما تناولت دراسات أخرى إلى متغير قلق المستقبل؛ كدراسة الصفيدي (Al-Safadi, 2013).

وبمقارنة الدراسة الحالية بالدراسات السابقة، وما يميزها عن غيرها، أن الدراسة الحالية جمعت بين متغيرين على درجة من الأهمية في حياة النساء الأرمال، وهما قلق المستقبل ونوعية الحياة، ويلاحظ -

على حد علم الباحثة – قلة الدراسات السابقة التي تناولت هذين المتغيرين معاً، وخاصةً في البيئة الأردنية، الأمر الذي يعزز إجراء هذه الدراسة، وبخاصة في ضوء ندرة الدراسات في هذا المجال، ويتوقع أن يكون لهذه الدراسة موقعٌ بين الدراسات السابقة، وانطلاقة لدراسات ضمن مجالات أخرى لفئة من الطلبة لم تحظَ بالاهتمام، بما يساعد في تقديم الدعم والمساندة لهذه الفئة، لمساعدتها على تحقيق طموحاتها، وتوفير بيئة اجتماعية مساندة لها.

### مشكلة الدراسة

يُعدّ قلق المستقبل من أكثر أنواع القلق التي قد تصيب الأمثلة، وذلك نتيجة لفقدان شريك الحياة، وشعورها بالحرمان والفقدان، والخوف من المستقبل وما يحمله من أحداث غامضة بالنسبة لها، بالإضافة إلى ذلك فإن قلق المستقبل قد يحدث لدى الأمثلة نتيجة للأفكار السلبية، والمعتقدات غير المنطقية التي قد تراودها حول الأمور المتوقع حدوثها مستقبلاً، وهذا بدوره قد يؤثر سلباً على تقنيتها بنفسها، وتقديرها لذاتها، وبالتالي ذلك قد يؤثر على نوعية الحياة لديها. وقد أشارت العديد من الدراسات إلى أن التزلزل قد يؤثر سلباً على نوعية الحياة؛ كدراسة كارانسارن (Charansarn, 2014)، وجامدار وآخرين (Jamadar, et al, 2015).

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

وبعد مطالعة الدراسات السابقة، يتضح قلة الدراسات السابقة التي تناولت متغيري قلق المستقبل ونوعية الحياة لدى عينة من الأرمال، خاصةً في البيئة الأردنية. واستناداً إلى ما سبق وُجدت الرغبة لدى الباحثة في إجراء هذه الدراسة التي تهدف إلى الكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل ونوعية الحياة لدى عينة من الأرمال في محافظة إربد.

### أسئلة الدراسة

- ما مستوى قلق المستقبل لدى عينة من الأرمال في محافظة إربد؟
- ما مستوى نوعية الحياة لدى عينة من الأرمال في محافظة إربد؟
- هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين قلق المستقبل ونوعية الحياة لدى عينة من الأرمال في محافظة إربد؟

### أهداف الدراسة

سعت الدراسة إلى تحقيق الأهداف الآتية:

- الكشف عن مستوى قلق المستقبل لدى عينة من الأرمال في محافظة إربد.

- الكشف عن مستوى نوعية الحياة لدى عينة من الأرامل في محافظة إربد.

- التعرف إلى وجود علاقة بين قلق المستقبل ونوعية الحياة لدى عينة من الأرامل في محافظة إربد.

### أهمية الدراسة

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

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

**ثانياً: الأهمية العملية:** تكمن أهمية الدراسة في ما قد تمهده لتطوير برامج إرشاد للنساء الأرامل وتدريبهم وتأهيلهم من قبل متخصصين ومهتمين في المجال الأسري لمواجهة الضغوطات بأنواعها، والتكيف مع قلق المستقبل، وتحسين مستوى نوعية الحياة، بالإضافة إلى أن الدراسة وفرت مقياسين أحدهما لقياس مستوى قلق المستقبل، والآخر لقياس مستوى نوعية الحياة لدى النساء الأرامل. ومن المؤمل بهذه الدراسة بما انتهت إليه من نتائج وتوصيات أن تفتح آفاقاً بحثية للدارسين والمهتمين في هذا المجال.

### التعريفات النظرية والإجرائية

- **قلق المستقبل:** شعور وجداني يتصف بالارتباك والخوف والضييق، وتوقع حدوث أمر سيء في المستقبل، مما يؤثر سلباً على الفرد وسلوكاته في كافة المجالات النفسية والأسرية والاجتماعية (Ibrahim, 2018). ويقاس إجرائياً بالدرجة التي تحصل عليها المرأة الأرملة على مقياس قلق المستقبل المستخدم في هذه الدراسة.

- **نوعية الحياة:** إدراك الفرد لموقفه تجاه الأحداث الحياتية التي يتعرض لها، وذلك ضمن الثقافة والقيم التي يعيش فيها، وربطها بأهدافه الخاصة ومعتقداته وأفكاره واهتماماته (WHO, 2019). وتقاس إجرائياً بالدرجة التي تحصل عليها المرأة الأرملة على مقياس نوعية الحياة المستخدم في هذه الدراسة.

- **المرأة الأرملة:** هي المرأة التي يتوفى زوجها، ولا تتزوج بعده، وتشعر بعده بفقدان الاستقرار والأمان، والشعور بفقدان السند المادي، والداعم المعنوي لها (Khwaiter, 2010).

### محددات الدراسة

- **المحدد البشري:** اقتصرَت هذه الدراسة على عينة من الأرامل.

– **المحدد الزماني:** تم تطبيق هذه الدراسة في شهر تشرين الثاني من عام 2019.

– **المحدد المكاني:** تم إجراء هذه الدراسة في محافظة إربد في الأردن.

### منهجية الدراسة

تم في هذه الدراسة استخدام المنهج الوصفي الارتباطي لمناسبتها لأهداف هذه الدراسة، حيث يُعدّ هذا النوع من المناهج العلمية الأنسب في رصد علاقة بين متغيرين، كما أنه يلائم العديد من المشكلات التربوية التي تحتاج وصف كمي ونوعي (Ribhi & Osman, 2010). وقد تم توزيع أداتي الدراسة على أفراد العينة، وذلك بعد التحقق من صدقهما وثباتهما، وجمع وتحليل البيانات كميًا، والإجابة عن أسئلة الدراسة التي تمّ طرحها، للخروج في النهاية بتوصيات تلائم ما جاء بنتائج الدراسة.

### مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من جميع النساء الأرامل في محافظة إربد في الأردن، والمسجلات في مراكز الخدمات المجتمعية، ومراكز حماية ودعم الأسرة والمرأة، حيث بلغ عددهن (61231) أرملة، وذلك بناء على إحصائيات وزارة التنمية الاجتماعية.

### عينة الدراسة

تم اختيار (311) من النساء الأرامل من مراكز الخدمات المجتمعية، ومراكز حماية ودعم الأسرة والمرأة الموجودة في مختلف الأولوية في محافظة إربد، وتمّ اختيار العينة بالطريقة المتيسرة لاعتقاد الباحثة بسهولة الوصول إلى هذه العينة. علماً أن الأرامل تمّ اختيارهن من الأعمار كافة.

### أداتا الدراسة

لأغراض تحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام أداتين، وهما على النحو الآتي:

#### أولاً: مقياس قلق المستقبل

لتحقيق أهداف الدراسة، تم أعداد مقياس للكشف عن قلق المستقبل، وذلك بعد الرجوع إلى الأدب النظري والدراسات السابقة في هذا المجال؛ كدراسة الصفدي (2013)، حيث تمّ الاطلاع بشكل موسع على الأدب النظري والمقاييس المتعلقة بمتغير قلق المستقبل، وبناءً على ذلك تم بناء فقرات تناسب أهداف الدراسة. وتكون المقياس بصورته الأولية من (34) فقرةً موزعةً على خمسة مجالات وهي: المجال النفسي، والمجال الصحي، والمجال الاجتماعي، والمجال الأسري، والمجال الاقتصادي.

#### صدق مقياس قلق المستقبل

#### أولاً: دلالات صدق المحتوى

للتحقق من دلالات صدق محتوى مقياس قلق المستقبل، تم عرضه بصورته الأولية على مجموعة من المحكمين المتخصصين في علم النفس التربوي والإرشاد النفسي، ومناهج اللغة العربية وطرق تدريسها والإحصاء والتقويم، وطلب إليهم إبداء الرأي حول مناسبة الفقرات للمجالات التي أدرجت فيها، ومدى سلامتها من الناحية اللغوية، ومدى وضوحها من حيث المعنى، وأية ملاحظات وتعديلات يرونها مناسبة،

وتم الأخذ بملاحظات وتعديلات مجموعة المحكمين، حيث اعتمدت الباحثة ما نسبته (80%) من إجماع المحكمين لقبول، أو حذف، أو تعديل أي من الفقرات، وبناءً على ذلك فقد تم حذف فقرتين، واستبدال بعض المفردات لتعطي معنى أوضح، وإعادة صياغة (3) فقرات من الناحية اللغوية، وقد أشار المحكمون إلى مناسبة المقياس لقياس مستوى قلق المستقبل لدى الأرامل، وبناءً على ذلك تكون المقياس بصورته النهائية من (32) فقرة موزعة على خمسة مجالات.

### ثانياً: دلالات صدق البناء

تم استخراج دلالات صدق البناء لمقياس قلق المستقبل من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (30) أرملة من خارج عينة الدراسة، وباستخدام معامل ارتباط بيرسون تم استخراج قيم معاملات الارتباط بين الفقرات والمجالات التي تنتمي إليها، وقيم معاملات ارتباطها بالمقياس ككل، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط بين الفقرات والمجالات التي تنتمي إليها، بين (0.41 – 0.82)، كما أن قيم معاملات الارتباط بين الفقرات والمقياس ككل كانت (0.39 – 0.77)، وترى الباحثة أنَّ هذه القيم تعطي مؤشراً على صدق البناء لمقياس قلق المستقبل بما يسمح باستخدامه في هذه الدراسة، وذلك وفق ما أشار إليه هاتي (Hattie, 1985)، والجدول (1) يبين قيم معاملات ارتباط الفقرة بالمجال الذي تنتمي إليه وبالمقياس ككل.

الجدول (1) قيم معاملات ارتباط الفقرة بالمجال الذي تنتمي إليه وبالمقياس ككل

رقم الفقرة	معامل الارتباط مع المجال	معامل الارتباط مع المقياس ككل	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع المجال	معامل الارتباط مع المقياس ككل
1	0.56	0.62	19	0.47	0.40
2	0.41	0.39	20	0.58	0.47
3	0.52	0.47	21	0.71	0.65
4	0.69	0.61	22	0.82	0.77
5	0.74	0.59	23	0.75	0.68
6	0.48	0.40	24	0.57	0.51
7	0.52	0.46	25	0.69	0.57
8	0.49	0.41	26	0.48	0.42
9	0.66	0.59	27	0.71	0.66
10	0.54	0.47	28	0.68	0.55
11	0.79	0.68	29	0.72	0.67
12	0.51	0.45	30	0.78	0.69

معامل الارتباط مع المقاييس ككل	معامل الارتباط مع المجال	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع المقاييس ككل	معامل الارتباط مع المجال	رقم الفقرة
0.53	0.66	31	0.54	0.63	13
0.65	0.78	32	0.50	0.57	14
0.53	0.61	33	0.51	0.64	15
0.40	0.49	34	0.68	0.71	16

### ثبات مقياس قلق المستقبل

تم إيجاد ثبات مقياس قلق المستقبل من خلال إعادة تطبيقه على العينة السابقة نفسها والبالغة (30) أرملة، بعد أسبوعين من التطبيق الأول، وذلك باستخدام طريقة الاختبار، وإعادة الاختبار (Test-Retest). وتم استخراج قيم معاملات الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، وقيم معاملات الثبات (ثبات الإعادة) باستخدام معامل ارتباط بيرسون، حيث تراوحت قيم معاملات الاتساق الداخلي كرونباخ ألفا للمجالات بين (0.78 – 0.87)، وللمقياس ككل كانت (0.88)، في حين بلغت قيم معاملات الثبات للمجالات باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين (0.76 – 0.84)، وللمقياس ككل بلغ معامل الثبات (0.83)، وتري الباحثة أن هذه القيم تُعدّ مؤشراً على ثبات المقياس بما يسمح باستخدامه لأغراض الدراسة الحالية. والجدول (2) يوضح هذه القيم.

الجدول (2) قيم معاملات الاتساق الداخلي كرونباخ ألفا وثبات إعادة معامل ارتباط بيرسون لمجالات

### المقياس والمقياس ككل

المجال	كرونباخ ألفا (الاتساق الداخلي)	معامل ارتباط بيرسون (ثبات الإعادة)
النفسي	0.78	0.76
الصحي	0.81	0.79
الاجتماعي	0.79	0.76
الأسري	0.84	0.80
الاقتصادي	0.87	0.84
المقياس ككل	0.88	0.83

### تصحيح مقياس قلق المستقبل

تكون مقياس قلق المستقبل بصورته النهائية من (32) فقرة، وللإجابة عن هذه الفقرات يضع المستجيب إشارة (×) أمام كل فقرة بما يتناسب وقناعاته حول محتوى كل فقرة، وذلك وفقاً لتدريج ليكرت (Likert)



الخماسي وهي: أوافق بشدة (5)، أوافق (4)، محايد (3)، لا أوافق (2)، لا أوافق بشدة (1)، وتُعطى هذه الدرجات في حالة الفقرات الموجبة، أما في حالة الفقرات السالبة فيتم عكس الدرجة، وبالتالي فقد تراوحت الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على المقياس بين (32) درجة، وهي أدنى درجة، و(160) درجة وهي أعلى درجة. وقد تم توزيع معيار الحكم على المتوسطات الحسابية لتحديد مستوى قلق المستقبل على النحو الآتي: (أقل من 1 – 2.33 منخفض)، (من 2.34 – 3.67 متوسط)، (من 3.68 – 5 فأكثر مرتفع). وذلك حسب المعادلة التالية:

$$\text{طول الفئة} = \frac{\text{الحد الأعلى للبدائل} - \text{الحد الأدنى للبدائل}}{\text{عدد المستويات}}$$

$$\text{طول الفئة} = \frac{5-1}{3} = 1.33$$

- 1 (أقل تدريج) + 1.33 (طول الفئة) = 2.33، وبالتالي أقل من 1 إلى 2.33 مستوى منخفض.

- 2.34 + 1.33 (طول الفئة) = 3.67، وبالتالي من 2.34 – 3.67 مستوى متوسط

- 3.68 + 1.33 = 5.01، وبالتالي من 3.68 - 5.00 فأكثر مستوى مرتفع.

#### ثانياً: مقياس نوعية الحياة

تم في هذه الدراسة، إعداد مقياس للكشف عن مستوى نوعية الحياة لدى الأرامل، وذلك بعد الرجوع إلى الأدب النظري والدراسات السابقة في هذا المجال؛ كدراسة كارانسارن (Charansarn, 2014)، ودن (Dunn, 2015)، حيث تم بناء الفقرات بعد الاطلاع على الأدب النظري والمقاييس التي تناولت متغير نوعية الحياة. وتكون المقياس بصورته الأولية من (30) فقرة.

#### صدق مقياس نوعية الحياة

##### أولاً: دلالات صدق المحتوى

تم عرض المقياس بصورته الأولية على مجموعة من المحكمين المتخصصين في علم النفس التربوي والإرشاد النفسي ومناهج اللغة العربية وطرق تدريسها والإحصاء والتقويم، حيث طلب إليهم بيان الرأي حول سلامة صياغة الفقرات من الناحية اللغوية، ومدى مناسبة الفقرات للكشف عن مستوى نوعية الحياة، ومدى وضوح الفقرات من حيث المعنى، وأية ملاحظات وتعديلات يرونها مناسبة، أو إضافة وحذف فقرات بما يتناسب وأهداف الدراسة، ولقد اعتمدت الباحثة ما نسبته (80%) من إجماع المحكمين لقبول، أو حذف، أو تعديل أي من الفقرات، وبناءً على ذلك فقد تم حذف (3) فقرات، وإعادة صياغة (3) فقرات من الناحية اللغوية، بالإضافة إلى استبدال بعض المفردات. واستناداً لتلك التعديلات تكون المقياس بصورته النهائية من (27) فقرة.

## ثانياً: دلالات صدق البناء

للتحقق من صدق بناء مقياس نوعية الحياة، تم تطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (30) أرملة من خارج عينة الدراسة، وباستخدام معامل ارتباط بيرسون تم استخراج قيم معاملات ارتباط الفقرة بالمقياس ككل، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط لفقرات مقياس نوعية الحياة بالمقياس ككل بين (0.41 - 0.83)، وترى الباحثة أن هذه القيم تعطي مؤشراً على أن المقياس يتمتع بمعاملات صدق تسمح باستخدامه في هذه الدراسة، وذلك وفق ما أشار إليه هاتي (Hattie, 1985). والجدول (3) يبين قيم معاملات ارتباط الفقرة بالمقياس ككل.

الجدول (3) قيم معاملات ارتباط الفقرة بالمقياس ككل

رقم الفقرة	معامل الارتباط مع المقياس ككل	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع المقياس ككل
1	0.68	15	0.83
2	0.66	16	0.76
3	0.57	17	0.80
4	0.43	18	0.79
5	0.58	19	0.64
6	0.49	20	0.58
7	0.41	21	0.68
8	0.54	22	0.59
9	0.56	23	0.66
10	0.44	24	0.76
11	0.76	25	0.79
12	0.59	26	0.63
13	0.72	27	0.58
14	0.65		0.61

## ثبات مقياس نوعية الحياة

للتحقق من ثبات مقياس نوعية الحياة تم تطبيقه على عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة قوامها (30) أرملة، وتم إعادة تطبيق المقياس على نفس العينة بعد فاصل زمني مدته أسبوعين، حيث تم استخراج قيم معاملات الثبات للمقياس، باستخدام معامل ارتباط بيرسون، وكونباخ ألفا، وبلغ معامل ارتباط بيرسون للمقياس (0.78)، بينما بلغ معامل كرونباخ ألفا للمقياس (0.82).

**تصحيح مقياس نوعية الحياة**

تكوّن مقياس نوعية الحياة بصورته النهائية من (27) فقرة، يضع المستجيب إشارة (×) أمام كل فقرة بما يتناسب وقناعته حول مدى انطباق مضمون هذه الفقرة عليه، وذلك من خلال سُلم تدريجي من خمس درجات، وفقاً لتدريج ليكرت (Likert) الخماسي وهي: أوافق بشدة (5) درجات، أوافق (4) درجات، محايد (3) درجات، لا أوافق (2) درجتان، لا أوافق بشدة (1) درجة، وتعطى هذه الدرجات في حالة الفقرات الموجبة، أما في حالة الفقرات السالبة، فيتم عكس الدرجة، وبالتالي فقد تراوحت الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على المقياس بين (27) درجة، وهي أدنى درجة، و(135) درجة وهي أعلى درجة. وقد تم توزيع معيار الحكم على المتوسطات الحسابية لتحديد مستوى نوعية الحياة على النحو الآتي: (أقل من 1 – 2.33 منخفض)، (من 2.34 – 3.67 متوسط)، (من 3.68 – 5 فأكثر مرتفع).

**إجراءات الدراسة**

- إعداد أدوات الدراسة بصورتها النهائية لغايات التطبيق، وذلك بعد التأكد من دلالات صدقهما وثباتهما، وذلك من خلال عرضهما على مجموعة من المحكمين، بالإضافة إلى تطبيقهما على عينة استطلاعية لاستخراج قيم معاملات الصدق والثبات.
- تحديد مجتمع الدراسة، والممثل بالأرامل في محافظة إربد، وتحديد عدد أفراد عينة الدراسة التي تم اختيارها بالطريقة المتيسرة من مجتمع الدراسة الكلي، والبالغ عددها (311) أرملَةً في محافظة إربد.
- توزيع أدوات الدراسة على أفراد عينة الدراسة، وتم توضيح المعلومات المتعلقة بطريقة الاستجابة على الفقرات، وأن المعلومات التي سيتم الحصول عليها ستعامل بسرية تامة، ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.
- جمع أدوات الدراسة بعد الاستجابة على فقراتها، والتأكد من استكمال المعلومات، والإجابة على جميع الفقرات.
- أدخلت البيانات، وتم تفرغها، واستخدام المعالجات الإحصائية المناسبة، والحصول على نتائج الدراسة، وفي ضوء هذه النتائج تم مناقشتها، والخروج بالتوصيات المناسبة استناداً لما تم التوصل إليه من نتائج.

**متغيرات الدراسة**

- مستوى قلق المستقبل، وله ثلاثة مستويات: (مرتفع، متوسط، منخفض).
- مستوى نوعية الحياة، ولها ثلاثة مستويات: (مرتفع، متوسط، منخفض).

**المعالجة الإحصائية**

- للإجابة عن السؤالين الأول والثاني، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى قلق المستقبل، ونوعية الحياة لدى الأرامل.
- للإجابة عن السؤال الثالث، تم استخراج معامل ارتباط بيرسون للكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل ونوعية الحياة.

## نتائج الدراسة ومناقشتها

أولاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الأول ومناقشتها: "ما مستوى قلق المستقبل لدى عينة من الأرمال في محافظة إربد؟"

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد العينة عن مجالات قلق المستقبل وقلق المستقبل ككل، والجدول (4) يوضح ذلك.

**جدول (4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد العينة عن مجالات قلق**

**المستقبل وقلق المستقبل ككل مرتبة ترتيباً تنازلياً**

الرتبة	الرقم	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	5	الاقتصادي	34.1	80.6	مرتفع
2	1	النفسي	73.9	710.	مرتفع
3	2	الصحي	83.8	650.	مرتفع
4	4	الأسري	53.8	20.6	مرتفع
5	3	الاجتماعي	733.	90.5	مرتفع
مستوى قلق المستقبل ككل			3.91	0.55	مرتفع

ينضح من البيانات الواردة في الجدول (4) أن المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد العينة عن مجالات قلق المستقبل، قد تراوحت بين (3.73-4.13) بمستوى قلق مستقبل مرتفع لجميع المجالات، وجاء في المرتبة الأولى المجال الاقتصادي، بمتوسط حسابي (4.13)، وفي المرتبة الثانية جاء المجال النفسي، بمتوسط حسابي (3.97)، وجاء في المرتبة الثالثة المجال الصحي، بمتوسط حسابي (3.88)، وفي المرتبة الرابعة جاء المجال الأسري، بمتوسط حسابي (3.85)، وفي المرتبة الخامسة والأخيرة جاء المجال الاجتماعي، بمتوسط حسابي (3.73)، وبلغ المتوسط الحسابي لمستوى قلق المستقبل ككل (3.91)، بمستوى مرتفع.

ويمكن عزو هذه النتيجة إلى كثرة المسؤوليات والضغوطات التي تشعر بها المرأة الأرملة، وخاصة أن بعد وفاة زوجها يصبح العبء الأكبر عليها في تأمين لقمة العيش لأسرتها، وتوفير جميع المتطلبات التي يحتاجها أبنائها من مأكّل ومشرب ولباس وتعليم، مما يؤدي ذلك إلى ازدياد مستوى القلق من المستقبل، والتفكير في كيفية مواجهة صعوبات وضغوطات الحياة المختلفة. وقد أكد تريفيدي وآخرون (Trivedi, et al, 2009) على أن قلق المستقبل لدى الأرمال ينتج بسبب الضغوطات التي تواجهها في المجتمع المحيط بها، وخاصة بأنها تصبح مسؤولة بشكل كامل عن الأسرة، وهذا يجعلها تتحمل العديد من المسؤوليات والأدوار المختلفة تجاه أولادها وأسررتها.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء المسؤولية التي تقع على عاتق المرأة الأرملة في القيام بعدد من الأدوار والمسؤوليات بعد وفاة زوجها، كونها تصبح هي المسؤولة عن تربية الأبناء وحدها، وتدبير شؤون

بيتها وأسرته على كافة الأصعدة، بالإضافة إلى مواجهة المجتمع بهوية جديدة وهذا من شأنه أن يرفع مستوى القلق لديها.

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

ويمكن عزو أن المجال الاقتصادي جاء في المرتبة الأولى إلى طبيعة الظروف المعيشية الصعبة التي تمر بها المرأة الأرملة، وتزايد متطلبات الحياة المختلفة والمطلوبة منها، حيث أصبح المستوى المعيشي في ارتفاع مستمر، وازدادت الأعباء المالية المتعددة، مع عدم قدرة المرأة الأرملة على توفير نفقات أسرتها، فلفقد زوجها، تتضاعف مسؤولياتها الاقتصادية لسد حاجات أبنائها، وقد يستدعي ذلك منها العمل بمجالات لا تتناسب مع قدراتها الجسدية والنفسية، وذلك بهدف توفير دخل كافٍ ومستقر يكفي احتياجات أسرتها، وفي حال لم تستطع توفير ما تحتاجه أسرتها يزداد لديها مستوى القلق من المستقبل.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء الصعوبات التي قد تواجه المرأة الأرملة في الحصول على عمل يناسب قدراتها وظروف حياتها، وخاصةً أنها تصبح المسؤول الأول عن أسرتها، وعليها تأمين متطلباتها، أضف إلى ذلك إلى أن بعض المسؤولين في أماكن العمل قد لا يرغبون في توظيف امرأة أرملة، كونها تدير أمورها وأمور أسرة بأكملها، وهذا يدفعها إلى القلق نحو تأمين حياة أفضل وأكثر أماناً لأفراد أسرتها.

أما فيما يتعلق بحصول المجال الاجتماعي على المرتبة الخامسة والأخيرة، فيمكن عزو ذلك إلى طبيعة المجتمع الذي تعيش فيه المرأة الأرملة، فنتيجة الضغوطات الكثيرة التي يمر بها كافة فئات المجتمع، أصبح الفرد في المجتمع ينشغل فقط بأموره وكيفية تأمين عيش كريم له، وأصبح من الصعب مساعدة الآخرين، وذلك لسوء الظروف التي يمر بها. ويمكن تفسير هذه النتيجة أيضاً في ضوء كثرة المشاغل التي يعيشها أفراد المجتمع، والتي تجعلهم يحصرون علاقاتهم الاجتماعية بالأفراد أو الأقارب.

واتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة كار وآخرين (Carr, et al, 2000)، التي أظهرت وجود مستوى مرتفع من القلق لدى الأرامل، كما اتفقت مع نتيجة دراسة ونرست وكيجيرس (Onrust & Cuijpers, 2006)، التي أشارت إلى أن مستوى القلق لدى النساء الأرامل جاء مرتفعاً.

**ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني ومناقشتها:** "ما مستوى نوعية الحياة لدى عينة من الأرامل في محافظة إربد؟"

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد العينة عن فقرات نوعية الحياة ونوعية الحياة ككل، والجدول (5) يوضح ذلك.

## جدول (5): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإستجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات

## مقياس نوعية الحياة والمقياس ككل

الرتبة	الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	10	أشعر بأنني غير سعيدة.	123.	101.	متوسط
2	22	لا أشعر بالأمان الذاتي.	053.	091.	متوسط
3	25	أشعر بأن متطلبات الحياة تزايدت بعد وفاة زوجي.	013.	071.	متوسط
4	27	لا أشعر بأي متعة في الحياة.	2.96	11.1	متوسط
5	2	أشعر بالإحباط عند القيام بالأعمال المطلوبة مني.	2.88	31.1	متوسط
6	7	أشعر بعدم الرضا عن حياتي.	2.79	081.	متوسط
7	6	أشعر بالتوتر في كل شيء أقوم به.	2.64	21.0	متوسط
8	9	لدي مشاعر سلبية نحو كل شيء.	2.61	41.0	متوسط
9	11	أشعر بأن الحياة ليس لها معنى.	2.57	131.	متوسط
10	8	أشعر بعدم الاستقرار في حياتي في الوقت الحالي.	2.45	51.0	متوسط
11	4	أشعر بعدم التوازن عندما أريد عمل شيء ما.	2.40	60.9	متوسط
12	15	لا أستطيع التكلم بالشكل المعتاد مع الآخرين.	2.38	121.	متوسط
13	18	أجد صعوبة في التعامل مع الآخرين.	322.	1.06	منخفض
14	3	شهيتي للطعام منخفضة.	262.	181.	منخفض
15	6	أشعر بأنني بحاجة إلى علاج نفسي.	222.	11.1	منخفض
16	1	صحتي الجسدية لا تساعدني في القيام بما أرغب على أكمل وجه.	182.	41.1	منخفض
17	26	وضعي المالي لا يغطي متطلباتي ومتطلبات أسرتي.	142.	31.2	منخفض
18	24	لا أشعر بوجود فرص متاحة أمامي لاكتساب مهارات جديدة.	092.	51.1	منخفض
19	20	ليس لدي وقت كافٍ للترويح عن نفسي.	032.	91.2	منخفض
20	13	قدرتي على الانتباه والتركيز منخفضة.	1.95	61.1	منخفض
21	16	أشعر بأن الآخرين لطفاء.	1.93	01.1	منخفض
22	14	أحظى بدعم مناسب من صديقاتي.	1.86	1.16	منخفض
23	17	أشعر بأن الآخرين يحبونني.	811.	0.98	منخفض
24	19	أشعر برضا المحيطين عني.	741.	1.01	منخفض
25	23	أشعر بالرضا عن مكان سكني.	661.	1.12	منخفض
26	12	أستطيع التأثير بشكل إيجابي في حياة الآخرين بعد وفاة زوجي.	511.	1.17	منخفض
27	21	أشعر بالقوة عند مواجهة الحياة.	481.	1.26	منخفض
نوعية الحياة ككل			292.	0.79	منخفض

يتضح من البيانات الواردة في الجدول (5) أن المتوسطات الحسابية لإستجابات النساء الأرامل على فقرات المقياس، تراوحت بين (1.48- 3.12)، وكان أعلاها للفقرة (10)، التي تنص على "أشعر بأنني غير سعيدة"، بمتوسط حسابي بلغ (3.12)، وبمستوى متوسط، تلاها الفقرة (22) التي تنص على "لا أشعر

بالأمان الذاتي"، بمتوسط حسابي بلغ (3.05)، وبمستوى متوسط، بينما كان أدناها للفقرة (21)، التي تنص على "أشعر بالقوة عند مواجهة الحياة"، بمتوسط حسابي بلغ (1.48)، وبمستوى منخفض، وبلغ المتوسط الحسابي لنوعية الحياة ككل (2.29)، وبمستوى منخفض.

ويمكن عزو هذه النتيجة في ضوء الضغوطات والصعوبات التي تحيط بحياة المرأة الأرملة، كونها أصبحت تؤدي دور الأم والأب في آن واحد، وهذا يجعلها تتعرض لضغط كبير بسبب التفكير في كيفية تأمين حياة كريمة لها ولأبنائها، بالإضافة إلى توفير متطلباتهم وحاجاتهم، وهذا الضغط والتفكير قد يسبب للمرأة الأرملة الشعور بعدم الرضى عن حياتها، وعدم الشعور بالراحة والأمان، مما ينعكس سلباً على مستوى نوعية الحياة لديها.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى صعوبة تكيف المرأة الأرملة مع الوضع الجديد بعد وفاة زوجها، مما يؤدي إلى عدم التوازن بين الجوانب النفسية والجسدية والاجتماعية والمادية كافة، وهذا يؤدي إلى تخطئ قراراتها على مستوى حياتها الشخصية وفيما يتعلق بحياة أسرتها، وهذا يؤثر سلباً على نوعية الحياة. وقد أشار كجور (Kjwoor, 2010) إلى تحقيق مستوى جيد من نوعية الحياة يكمن من خلال التوازن بين الجوانب الجسدية والنفسية والاجتماعية والمادية كافة، والسعي إلى تحقيق الأهداف ضمن منظومة معينة تتضمن فرص التعبير عن الذات وتمييزها، واتخاذ القرارات الخاصة في مختلف المواقف الحياتية التي قد يمر بها الفرد، والعمل على التكيف ضمن البيئة التي قد يتواجد بها.

ويمكن عزو هذه النتيجة في ضوء ما تتعرض إليه المرأة الأرملة من ضغوطات مادية عديدة، تتمثل أولها توفير متطلبات أسرتها، وتأمين العيش الكريم لهم، وهذا بحاجة إلى بذل جهد جسدي ونفسي من المرأة الأرملة، وفي حال كانت غير عاملة، ولا تستطيع توفير دخل معين لأسرتها، فإن ذلك سيؤدي إلى شعورها بعد الاستقرار والتوازن المعيشي، مما يؤثر سلباً على مستوى نوعية الحياة لديها، وهذا ما أشار إليه فري (Fry, 2001).

وترى الباحثة أن الترميل بحد ذاته يؤدي إلى شعور المرأة الأرملة بالوحدة والحرمان، وعدم الاهتمام من الآخرين، وعدم الاستقرار والاستقلالية، حيث ترى الحياة بشكل سوداوي وحزين، وتفقد الرغبة بالحياة، والتمتع بأمور كانت تراها ممتعة قبل حدوث الترميل، فبعد فقدان زوجها تصبح المرأة الأرملة فاقدة الرغبة في ممارسة حياتها بالشكل الطبيعي لشعورها بأن الداعم والمساند لها قد تركها وحدها تواجه صعوبات الحياة ومشكلاتها، وهذا يفسر لماذا جاء مستوى نوعية الحياة لدى الأرمال منخفضاً.

واختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة كارانسارن (Charansarn, 2014)، التي أظهرت أن نوعية الحياة لدى الأرمال جاءت بمستوى متوسط، كما اختلفت مع نتيجة دراسة جامدار وآخرين (Jamadar, et al, 2015)، التي أشارت إلى وجود مستوى متوسط من نوعية الحياة لدى الأرمال.

ثالثاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث ومناقشتها: "هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين قلق المستقبل ونوعية الحياة لدى عينة من الأرمال في محافظة إربد؟"

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج قيم معاملات الارتباط بطريقة بيرسون (Pearson Correlation) بين تقديرات الأرامل عن مقياس قلق المستقبل، ومقياس نوعية الحياة، كما هو مبين في الجدول (6).

جدول (6): قيم معاملات ارتباط بيرسون بين قلق المستقبل ونوعية الحياة

قلق المستقبل	معامل الارتباط	نوعية الحياة
المجال النفسي	-0.29	معامل الارتباط
	*0.00	الدلالة الإحصائية
المجال الصحي	-0.18	معامل الارتباط
	*0.01	الدلالة الإحصائية
المجال الاجتماعي	-0.28	معامل الارتباط
	*0.00	الدلالة الإحصائية
المجال الأسري	-0.26	معامل الارتباط
	*0.00	الدلالة الإحصائية
المجال الاقتصادي	-0.19	معامل الارتباط
	*0.00	الدلالة الإحصائية
قلق المستقبل ككل	-0.23	معامل الارتباط
	*0.00	الدلالة الإحصائية

\* ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ( $\alpha \geq 0.05$ )

يتبين من الجدول (6) وجود علاقة ارتباطية سلبية دالة إحصائياً بين مستوى قلق المستقبل ومستوى نوعية الحياة ككل، وبين جميع مجالات قلق المستقبل، ومستوى نوعية الحياة لدى عينة من الأرامل في محافظة إربد.

ويمكن عزو هذه النتيجة إلى ما تتعرض له المرأة الأرملة من أفكار سلبية جرّاء القلق من المستقبل، وذلك منذ بدء محاولة مواجهة خبر وفاة زوجها، وتقبل الحياة بعد غيابه، وفقدان مشاعر الحب والحنان المتبادلة بينهما، وصولاً إلى التفكير في كيفية تأمين حياة كريمة لها، وهذا يجعلها ترى الحياة بعين التشاؤم وعدم الرغبة في القيام بأي عمل، مما يؤثر سلباً على مستوى نوعية الحياة لديها.

وترى الباحثة أن هذه النتيجة منطقية كون قلق المستقبل يرتبط بالعديد من المشكلات والاضطرابات النفسية والجسدية؛ كتدني الشعور بالثقة بالنفس والآخرين، وتدني الشعور بتقدير الذات واحترامها، بالإضافة إلى المعاناة من الأرق وصعوبة الاستمرار بالنوم لساعات طويلة، والشعور بالتعب والإرهاق بشكل مستمر، وصعوبة التركيز والانتباه نحو موضوع معين، والشعور بالإحباط والتوتر، وهذا من شأنه أن يؤثر سلباً



على مجريات الحياة لدى المرأة الأرملة، مما ينعكس على نوعية الحياة لديها، وهذا ما أشار إليه مياريس وفريستون (Meares & Freeston, 2015).

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى ما قد يسببه قلق المستقبل من تأثيرات سلبية على تجارب وخبرات المرأة الأرملة، بالإضافة إلى أنه يؤثر على شخصيتها، وثقتها بنفسها، مما يولد لديها مشاعر سلبية نحو الأحداث والمواقف التي قد تمر بها، وهذا يؤثر سلباً على مستوى نوعية الحياة. وقد أكد استروم وآخرون (Astrom, et al, 2014) إلى أن قلق المستقبل يؤثر في كافة الأنشطة التي قد يقوم بها الفرد، مما ينعكس على مجالات الحياة كافة.

ويرى هولم وآخرون (Holm, et al, 2019) أن المرأة الأرملة تواجه تحدياً كبيراً عند فقدان شريك حياتها، حيث تُعد هذه المرحلة من أصعب المراحل المؤلمة التي قد تواجهها هي وأسرته في مسيرة حياتها، وخاصةً أن الترميل يرتبط بشكل مباشر بشعور المرأة الأرملة بفقدان الحب والاهتمام من شريك الحياة، والشعور بالخوف من المستقبل، وهذا يؤدي إلى إصابتها بأعراض قلق المستقبل والشعور بالاكئاب والوحدة، مما ينعكس سلباً على نوعية حياتها التي تعيشها.

ويمكن عزو وجود علاقة ارتباطية سلبية بين المجال النفسي لقلق المستقبل ونوعية الحياة لدى الأرملة، إلى أن الجانب النفسي وما يرتبط به من مشاعر سلبية وإيجابية يؤدي دوراً كبيراً في شعور الأرملة بالرضا عن حياتها والذي ينعكس على مستوى نوعية الحياة لديها، فعندما تشعر الأرملة بالخوف والتوتر من مستقبلها وما يخفيه من أحداث غامضة، فإن ذلك سيجعلها تفكر تفكيراً سلبياً، ويجعلها تكره الحياة خوفاً من التعرض لصعوبات ومشكلات مستقبلية، ترى نفسها بأنها هي في غنى عنها، وهذا ينعكس سلباً على مستوى نوعية الحياة. لقد أشار هولم وآخرون (Holm, et al, 2019) إلى أن قلق المستقبل (الحالة النفسية) تؤثر على الأرملة بشكل سلبي، كونها تجد نفسها أمام العديد من التحديات العاطفية، التي تعرضها للإصابة بالقلق نحو الأحداث المستقبلية التي تنتظره.

أيضاً يمكن تفسير وجود علاقة ارتباطية سلبية بين المجال الصحي لقلق المستقبل ونوعية الحياة لدى الأرملة، إلى أن الأرملة ومنذ تعرضها لحادث وفاة زوجها ستعرض لمشكلات نفسية وجسدية، فقد تصاب بعدة أمراض مزمنة؛ كالتصلب مثلاً وذلك نتيجة التعرض لصدمة عاطفية، وهذه الصدمة ستؤثر سلباً على صحتها الجسدية، وقد تتدهور وتُصاب بأمراض مختلفة وخطيرة، وعندما تُصاب الأرملة بهذا الأمراض فإنها ستفقد الرغبة في الحياة، وستشعر بأن الحياة ضدها، وهذا بالتأكيد سيؤثر سلباً على مستوى نوعية الحياة.

وترى الباحثة أنَّ وجود علاقة ارتباطية سلبية بين المجال الاجتماعي لقلق المستقبل ونوعية الحياة لدى الأرملة، قد يعزى إلى أن خوف وتوتر الأرملة من تكوين علاقات اجتماعية جديدة، وخلق علاقات مع أصدقاء جدد قد يصيبها بالخوف من التعرض لصدمات من الآخرين، وخاصةً بأنها تعرضت فيما قبل لصدمة كبيرة جداً، وهي فقد زوجها، وهذا بالتالي يجعلها تفضل العيش وحيدة، وتتخلى عن الآخرين، لاعتقادها بأن هذا أفضل، ولكن مستقبلاً سيؤثر ذلك على حياتها بشكل سلبي. وقد أكد فري (Fry, 2002)

أمنه خصاونه، قلق المستقبل وعلاقته بنوعية الحياة...، مجلة جامعة الخليل للبحوث، مجلد (17)، العدد (2)، 2022، 177

على أن متطلبات الحياة المادية لدى المرأة الأرملة، ومحاولة تحقيق الاستقرار المادي، وتحقيق مستوى معيشة جيد لنفسها ولأسرتها، من شأن هذه العوامل جميعها أن تؤثر على نوعية الحياة لدى الأرملة. ويمكن عزو وجود علاقة ارتباطية سلبية بين المجال الأسري لقلق المستقبل ونوعية الحياة لدى الأرملة، إلى أن منذ أن تفقد الأرملة زوجها يصبح همها الأول والأخير أسرتها، والتفكير بشكل مستمر في تأمين حياة كريمة لهم، وتأمين متطلباتهم الحياتية، والعمل على إشعارهم بأن معيهم الرئيس ما زال موجود، ولكن نتيجة الضغوطات التي قد تتعرض لها، فقد تشعر الأرملة بأنها لا تستطيع القيام بذلك، وتشعر بالخوف على أسرتها، ومجرد الشعور بالخوف والقلق فإن ذلك ينعكس سلباً على مجريات حياتها. وقد أشار دن (Dunn, 2015) إلى المرأة الأرملة عندما تفقد زوجها، تشعر بالحزن والخوف، وتصبح أكثر توتراً فيما يتعلق بحياتها، وحياة أسرتها، وتحاول بشتى الطرق تحقيق السعادة لهم، وتحقيق الاستقرار الأسري، وجميع هذه التحديات قد تؤثر على مستوى نوعية الحياة لديها.

ويمكن تفسير وجود علاقة ارتباطية سلبية بين المجال الاقتصادي لقلق المستقبل ونوعية الحياة لدى الأرملة، إلى أن فقدان الزوج سيؤدي إلى تعثر الحالة المادية للأرملة، كون زوجها المتوفى كان معيل أسرتها والمسؤول عن توفير متطلبات الأسرة، ولكن بعد وفاته، قد تتعرض لصعوبة توفير المال الكافي لتأمين احتياجاتها واحتياجات أسرتها، وخاصةً إذا كانت الأرملة غير عاملة، وزوجها المتوفى كان يعمل ضمن دخل محدود، وبعد وفاته سيتم انقطاع هذا الدخل، فالأمور المادية للأرملة تؤثر بشكل كبير على حياتها، ومدى رضاها عن الحياة التي تعيشها.

واتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة دن (Dunn, 2015)، التي أشارت إلى وجود تأثير إيجابي للتكيف النفسي والاجتماعي ونوعية الحياة والعوامل الاجتماعية والديموغرافية في الحد من مشاعر فقدان لدى الأرملة، والذي قد يسبب قلق المستقبل، وبالتالي وجود علاقة سلبية بين قلق المستقبل ونوعية الحياة.

### التوصيات

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج، يمكن للباحثة أن توصي بما يأتي:

- عقد محاضرات لتعريف النساء الأرملة بمخاطر اضطراب القلق بشكل عام، واضطراب قلق المستقبل بشكل خاص.
- عقد الورش والندوات التي من شأنها تعريف النساء الأرملة بنوعية الحياة وكيفية رفع مستواها.
- توعية أفراد المجتمع كافة بضرورة الوقوف بجانب فئة الأرملة وتقديم الدعم النفسي والمادي لهن.
- إجراء دراسات وأبحاث تتناول كل من متغيري قلق المستقبل ونوعية الحياة لدى الأرملة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية؛ كالعمر، ومكان السكن، وعدد أفراد الأسرة.

## المراجع:

- إبراهيم، إيمان. (2018). المثابرة والأمل كمنبئات بقلق المستقبل لدى عينة من الهيئة المعاونة لأعضاء هيئة التدريس بالجامعات المصرية. *مجلة كلية التربية في العلوم النفسية*، 42(2). 14-130.
- الأغا، ريهام. (2011). *التنبؤ بالسلوك الاجتماعي للنساء الأرامل في ضوء بعض المتغيرات النفسية*. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
- الحسين، بشرى. (2011). *المشكلات التي تعاني منها المرأة العراقية الأرملة في ظل الظروف الراهنة*. مجلة البحوث التربوية والنفسية، 30، 136-221.
- خويطر، وفاء. (2010). *الأمن النفسي والشعور بالوحدة النفسية لدى المرأة الفلسطينية (المطلقة والأرملة وعلاقتها ببعض المتغيرات*. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
- رجحي، مصطفى و عثمان، محمد. (2010). *مناهج وأساليب البحث العلمي- النظرية والتطبيق*. عمان: دار الصفاء للنشر والتوزيع.
- رحيم، خلود. (2010). *معنى الحياة كما تدركه المرأة العراقية. المؤتمر الإقليمي الثاني لعلم النفس، رابطة الأخصائيين النفسيين*، 772-755.
- الصفدي، رولا. (2013). *المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية وعلاقتهما بقلق المستقبل لدى زوجات الشهداء والأرامل بمحافظة غزة*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.
- مهيدات، مي. (2019). *فاعلية العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي في تحسين نوعية الحياة ومشاعر فقدان وقلق المستقبل لدى عينة من النساء الأرامل*. أطروحة دكتوراة غير منشورة، جامعة اليرموك، إربد، الأردن.
- الهلول، إسماعيل ومحيسن، عون. (2013). *المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالرضا عن الحياة والصلابة النفسية لدى المرأة الفلسطينية فاقدة الزوج*. مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، 27(11).

## References:

- Abdelrazek, O. (2016). Level of aspiration, critical thinking and future anxiety as predictors for the motivation to learn among a sample of students of Najran University. *International Journal of Education and Research*, 4(2), 61-70.
- Al- Hussein, B. (2011). Problems experienced by widowed Iraqi women under the current circumstances (In Arabic). *Journal of Educational and Psychological Research*, 30, 136-221.

- Al-Agha, R. (2011). *Predicting the social behavior of widowed women in light of some psychological variables* (In Arabic). Unpublished Master's Thesis, The Islamic University, Gaza, Palestine.
- Al-Halloul, I. & Muhaisen, A. (2013). Social support and its relationship with satisfaction with life and psychological hardness among Palestinian women losing their husbands (In Arabic). *An-Najah University Journal of Research (Humanities)*, 27(11), 2208-2235
- Al-Safadi, R. (2013). *Social support and psychological rigidity and their relationship to future anxiety among martyrs' wives and widows in Gaza governorates* (In Arabic). Unpublished MA Thesis, Al-Azhar University, Gaza, Palestine.
- Al-Saud, N. (2015). *The relationship between quality of life and irrational thoughts of some King saud University students*. Master Thesis, Naif Arab University for Security Sciences, KSA.
- Ankrom, S. (2021). Anticipatory Anxiety and Panic Disorder. Retrieved from: <https://www.verywellmind.com/anticipatory-anxiety-and-panic-disorder-2584252>.
- Astrom, E., Wiberg, B., Sircoval, A., Wiberg, M. & Carelli, M. (2014). Insights into features of anxiety through multiple aspects of psychological time. *Journal of Integrative Psychology and Therapeutic*, Retrieved on 25/12/2016 from: <http://www.hoajonline.com/journals/pdf/2054-4723-2-3.pdf>.
- Carr, D., House, J., Kessler, R., Nesse, R., Sonnega, J & Wortman, C. (2000). marital quality and psychological adjustment to widowhood among older adultas: A Longitudinal analysis. *Journal of Gerontology Series B Psychological Sciences Social Sciences*, 55(4), 197-207.
- Dunn, C. (2015). *Young widows' grief: a descriptive study of personal and contextual factors associated with conjugal loss*. PhD Thesis, USA: Utah State University.

- Fry, P. (2001). Predictors of health-related quality of life perspectives, self-esteem, and life satisfactions of older adults following spousal loss: An 18-month follow-up study of widows and widowers. *The Gerontologist*, 41(6), 787-798.
- Hammad, M. (2016). Future anxiety and its relationship to students' attitude toward academic specialization. *Journal of Education and Practice*, 7(15), 54-65.
- Hattie, J. (1985). Methodology review: Assessing unidimensionality of tests and items. *Applied Psychological Measurement*, 9(2), 139-164.
- Higgs, N. (2007). Measuring and Understanding the well-being of south Africans: Everyday quality of life in south Africa. *Social Indicators Research*, 812(2), 331-356.
- Holm, A., Berlan, A. & Severinsson, E. (2019). Factors that influence the health of older widows and widowers—A systematic review of quantitative research. *Wiley Nursing Open*, 6, 591-611.
- Ibrahim, I. (2018). Perseverance and hope as predictors of future anxiety in a sample of the assisting body for faculty members in Egyptian universities (In Arabic). *Journal of the College of Education in Psychological Sciences*, 42(2), 14- 130
- Jamadar, C., Melkeri, S. & Holkar, A. (2015). Quality of life among widows. *The International Journal of Indian Psychology*, 3 (1), 56- 68.
- Jamalallail, M. (2014). Future anxiety and optimism among gifted students parents. *The 2014 WEI International Academic Conference Proceedings*, Budapest, Hungary.
- Khwaiter, W. (2010). *Psychological security and the feeling of psychological loneliness of Palestinian women (divorced and widowed) and their relationship to some variables (In Arabic)*. Unpublished MA thesis, Islamic University, Gaza, Palestine.

- Kidd, S. (2008). *Effect of a vocationally-focused brief cognitive behavioural intervention on employment related outcomes for individuals with mood and anxiety disorders*. *Cogn Behav Ther*, 37(4). 247-51.
- Kjwoor, B. (2010). *The levels of quality of life and its dimensions have AIDS Counseling Center Hospital Omdurman education and its relationship to psychological pressure and self confidence, optimism and pessimism*. Niles University, Faculty of Arts -Sudan.
- Luxon, K., Fletcher, R. & Leeson, H. (2009). Predictors of future anxiety about male pattern baldness in New Zealand Males. *New Zealand Journal of Psychology*, 38(3), 35-41.
- Mahadat, M. (2019). *The effectiveness of rational emotive behavioral therapy in improving the quality of life, feelings of loss and future anxiety among a sample of widowed women* (In Arabic). Unpublished PhD thesis, Yarmouk University, Irbid, Jordan.
- Matsumoto, D. (2009). *The Cambridge dictionary of psychology*. Cambridge University Press.
- Meares, K. & Freeston, M. (2015). *Overcoming worry and generalised anxiety disorder: A self-help guide using cognitive behavioural techniques*. Hachette UK.
- Onrust, S. & Cuijpers, P. (2006). Mood and anxiety disorders in widowhood: A systematic review. *Aging & Mental Health*, 10(4), 327–334.
- Raheem, K. (2010). The meaning of life as perceived by the Iraqi woman (In Arabic). *Second Regional Conference on Psychology*, Association of Psychologists, 755-772.
- Ribhi, M. & Osman, M. (2010). *Methods and methods of scientific research - theory and application* (In Arabic). Amman: Dar Al-Safa Publishing and Distribution.
- Speight, S. (2018). *An analysis of loneliness and depression as experienced by Colorado southern*. University degree PHD.

Trivedi, J., Sareen, H. & Dhyani, M. (2009). Psychological aspects of widowhood and divorce. *Mens sana monographs*, 7(1), 37- 49.

World Health Organization. (2019). *The world health report 2019: health systems: improving performance*. World Health Organization.

Xiao, J. (2013). *Academic stress, test anxiety, and performance in a Chinese high school sample: The moderating effects of coping strategies and perceived social support*. PhD, Georgia State University, USA.