Dirasat, Human and Social Sciences, Volume 49, No. 3, 2022

Deanship of Scientific Research

The Role of Palestinian Universities in Enhancing Self-management of Myrters' Wives and Widows among Their Students and Methods to Developing it

Munawwar Adnan M. Najim[1]*, Mahmoud Khalil S. Abu Daff[1], Roaa Ibrahim H. Salahat[2]

[1] Faculty of Education at the Islamic University, Palestine.

[2] North Gaza Directorate, Ministry of Education, Palestine.

https://doi.org/10.35516/hum.v49i3.1374

Received: 13/11/2021

Revised: 26/12/2021

Accepted: 5/4/2022

Published: 15/5/2022

* ***Corresponding author:***
mnajim@iugaza.edu.ps

Abstract

The study aims to identify the role of Palestinian universities in enhancing self-management by their student widows and martyrs' wives from their point of view, and to reveal the presence of differences between the average estimates of the sample members for this role. The researchers used the descriptive analytical approach and designed a questionnaire consisting of (33) items distributed into four areas. The questionnaire was applied to a sample of (200) student widows and martyrs' wives from Islamic University, Al-Quds Open University, Al-Aqsa University, and Al-Azhar University. The constructivist approach was used in order to suggest ways to develop this role through interviews conducted by the researchers with a number of experts. **Among the most important findings of the study are the following:** The role of the Palestinian universities practice in promoting self-management among widows and martyrs' wives had a relative weight (72.44%), i.e., to a large degree, and the areas obtained large degrees, arranged in descending order as follows: personal planning, self-confidence, managing social relations, managing emotions. There are no statistically significant differences between the average degrees of the sample members' estimate of the degree to which Palestinian universities practice their role in promoting self-management among widows and wives of martyrs due to the study variables (university, age, cause of death of the husband), while there are significant ones due to the variables of academic qualification, and the differences are in favor of widows and wives of martyrs whose academic qualifications are postgraduate. The study found a set of ways to develop the role of Palestinian universities in promoting self-management of widows and wives of martyrs.

Keywords: Self-Management, Widows, Wives of Martyrs, Palestinian universities.

دور الجامعات الفلسطينية في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء من طالباتها وسبل تطويره

منور عدنان محمد نجم[1]*، محمود خليل أبو دف[1]، رؤى إبراهيم حسني الصلحات[2]

[1] قسم أصول التربية، كلية التربية بالجامعة الإسلامية، فلسطين.

[2] مديرية شمال غزة، وزارة التربية والتعليم، فلسطين.

ملخّص

هدفت الدراسة تعرف دور الجامعات الفلسطينية في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء من طالباتها من وجهة نظرهن، والكشف عن وجود فروق بين متوسطات تقديرات أفراد العينة لهذا الدور، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، وصممت استبانة من (33) فقرة موزعة على أربعة مجالات، وقد تم تطبيق الاستبانة على عينة من (200) من الطالبات الأرامل وزوجات الشهداء في جامعات (الإسلامية، القدس المفتوحة، الأقصى، الأزهر)، واستخدمت المنهج البنائي بهدف اقتراح سبل لتطوير هذا الدور من خلال مقابلات مع عدد الخبراء، **وكان من أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة:** أن تقدير عينة الدراسة لدرجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء؛ حصل على وزن نسبي (72.44%) أي بدرجة كبيرة، وحصلت مجالات الدراسة على درجة كبيرة، جاءت مرتبة تنازليًا على النحو التالي: [التخطيط الشخصي، الثقة بالنفس، إدارة العلاقات الاجتماعية، إدارة الانفعالات]، ولم تظهر النتائج وجود فروق دالة بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لدور الجامعات الفلسطينية في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء تعزى للمتغيرات (الجامعة، العمر، سبب وفاة الزوج)، وتبين وجود فروق دالة تعزى إلى متغير المؤهل العلمي، وكانت الفروق لصالح الأرامل وزوجات الشهداء ممن يحملن مؤهل علمي دراسات عليا، توصلت الدراسة إلى مجموعة من سبل تطوير دور الجامعات الفلسطينية في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء

الكلمات الدالة :إدارة الذات، الأرامل، زوجات الشهداء، الجامعات الفلسطينية.

© 2022 DSR Publishers/ The University of Jordan. All Rights Reserved.

المقدمة:

إن التربية والتعليم عمليتان ضروريتان للإنسان في حياته: الخاصة والعامة، باعتبارهما سلسلة وشبكة متكاملة من القيم والأفعال والسلوكات الإيجابية التي تساعده في تحسين أفعاله، واندماجه في المجتمع، وكونهما سبيلًا ييسرا له التكيف مع محيطه، وتحقيق الانسجام والتناغم مع بيئته؛ فالتعليم شريان الحياة، ولبنة تؤسس للأمم في نهضتها وتقدم مسيرتها، ويعد ضرورة من الضروريات التي لا غنى للإنسان عنها، فهو الدواء لداء الجهل والأمية، فلا سبيل لتقدم المجتمع ورقيه إلا بالعلم، فالمجتمع المسلح بسلاح التعليم مجتمع قوى وقادر على حل مشكلاته، مهما بلغت درجة صعوبتها، ولأن التعليم لم يعد قاصرًا على الرجل بل أصبحت المرأة مشاركة للرجل في الكثير من المجالات والتخصصات، وحيث إن للتعليم الجامعي دورًا خاصًا وجوهريًا في مواجهة التغيير أيًا كان نوعه ومصدره؛ فالجامعات باعتبارها أعلى قمة في هرم منظومة التربية تعد من أهم المؤسسات التي يفترض أن يكون لها دور مميز ومؤثر؛ حيث تتعامل مع الشريحة الأكثر تأثرًا وتأثيرًا في مجريات الأحداث المعاصرة، وهذا يجعل منها منارة تنير الطريق لأفرادها في جميع مجالات الحياة (سكر، 2018)، وإن الناظر إلى أحوال المجتمعات اليوم يدرك حاجة التعليم الجامعي إلى المرأة القائدة، وهذه ليست حاجة اختيار، وإنما هي ضرورة، ولئن كانت واجبات المرأة في الماضي محصورة في شؤون البيت ورعاية الأهل وتربية الأبناء، فإنها اليوم اتسعت؛ لتشمل كل مناحي الحياة، ومن هنا بات لزامًا على المرأة المسلمة القائدة أن تلج الساحات بقدر ما أودع الله فيها من المواهب والملكات، وأصبح الأمر منوطًا بها؛ لتنير الزاوية التي تشغلها على أمل أن ينتشر النور، فتتضح الرؤية، ويستقيم المجتمع، وليس بالضرورة أن تكون قيادتها من الخارج، ولكن تتنوع بتنوع الساحات ومطالبها، وبحكم الوضع الاستثنائي الذي تعيشه فلسطين على نحو عام ومحافظات غزة على نحو خاص من اعتداءات صهيونية متكررة واستشهاد عدد كبير من المواطنين خلّف وراءه العديد من الأرامل وزوجات الشهداء؛ حيث بلغ عددهن (40933) أرملة حسب إحصائية عام (2020) لوزارة التنمية الاجتماعية التي تم الحصول عليها من خلال إجراء مقابلة مع موظفة في وزارة التنمية الاجتماعية، لذا وجب الاهتمام بمثل هذه الشريحة، وخصوصًا على المستوى الشخصي لهن؛ لأنه إذا صلح حالها صلحت الأسرة التي ترعاها بأكملها، ويأتي على رأس أولويات الاهتمام بشخصية هذه الفئة إدارة الذات والتحكم فيها، وبالتالي تكتسب المرأة القدرة على تحمل الحياة الشاقة، والصبر على الآلام طوال رحلة الحياة. ونحتاج هذا الاهتمام لأنه كما أكد (درادكه، 2019) أن الإنسان المعاصر يعيش زمنًا كثرت فيه وتعددت به روافد الضغوط النفسية والاجتماعية، وامتاز هذا العصر بالتغير السريع في جميع مجالات الحياة مما جعل الانسان يواجه الكثير من الصعوبات والتحديات في طريقة تحديد أهدافه والوصول إليها وتلبية حاجاته للوصول لتوافقه الشخصي الاجتماعي، وقدرته على إدارة ذاته من خلال تفاعله مع بيئته المحيطة. وكما أشار (نعمان، 2020) إلى أن تنمية الذات في الاتجاه الصحيح أمر مطلوب ومرغوب، ولكن يحتاج إلى الوسطية وعدم التطرف؛ فهي وسيلة لتحقيق التوازن الاجتماعي والاقتصادي بل ترتقي بصاحبها إلى التوازن النفسي لمواكبة تطورها في مراحل الحياة المختلفة، ولا يتم ذلك إلا بالتخطيط الشخصي السليم، وحيث إن قدرات الأشخاص تتفاوت في مواجهة مواقف الفقد والتعامل معها تفاوتًا كبيرًا؛ وذلك أن شدة الموقف تجعلهم يقفون أمام خيارات صعبة، تتطلب منهم اتخاذ قرارات حازمة؛ فمنهم من يمتلك القدرة على مواجهة الضغوط والتكيف والتوافق معها، وتحويل الألم والحزن إلى انتصارات ونجاحات إيجابية، وآخرون يترددون في اتخاذ القرار، وتجنب المواجهة وترك الأمور تسير كيفما شاءت. ومن الجدير ذكره في هذا المقام أن عددًا غير قليل من زوجات الشهداء والأرامل يتجهن لإكمال دراستهن الجامعية مما زاد مسؤولية الجامعات اتجاههن للعمل على إكسابهن العديد من المهارات، لأنه كما أكد (التخاينة، 2018) ترتبط المهارات بأسلوب التعامل مع الإنسان ضمن البيئة المحيطة به، وما يرتبط به من معارف واتجاهات وقيم تعمل على تمكين الفرد من اتخاذ القرارات المناسبة ليصبحن قادرات على إدارة ذواتهنَّ، وبالتالي إدارة جميع مناحي الحياة بنجاح، وعليه، فإن النجاح في الحياة يتطلب التركيز على أهمية إدارة الذات والثقة بالنفس. كما أكد (الجراح والشريفين، 2017) على أن " إدارة الذات أهم خطوة لتحقيق الإنجاز والنجاح"، وقد أكد (خطاطبة، 2020) أيضًا على أهمية إدارة الذات ودورها في بناء وتكوين الشخصية الإنسانية. وقد أوصت (نجم، وآخرون، 2020) بضرورة الاهتمام بتعزيز إدارة الذات لدى هذه الفئة المهمة من المجتمع، علاوةً على ذلك استهدفت يتجهن الأرملة وزوجة الشهيد الطالبة الجامعية التي أوصت دراسة (غباري، 2019) على ضرورة التركيز على أداء الطالب الجامعي في أثناء الدراسة والاهتمام به لزيادة الكفاءة الذاتية لدية واستكمالًا للجهود السابقة، تم إجراء هذه الدراسة لتعرف دور الجامعات الفلسطينية في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء وسبل تطويره.

مشكلة الدراسة:

تعد إدارة الذات من أهم خطوات تطوير الشخصية وخصوصاً للنساء ممن فقدن أزواجهن، فمن خلال خبرة الباحثين في البيئة الفلسطينية وجدوا أن زوجة الشهيد والأرملة من أكثر الفئات تضررًا لفقدها زوجها، ومن خلال ملاحظتهم لقلة الدراسات التي تناولت واقع الأرامل وزوجات الشهداء لذا أجروا هذه الدراسة؛ لتقديم الفائدة للأرامل وتزويدهن بكافة المهارات التي تنقصهن؛ حتى يصبحن قادرات على حمل الرسالة وإدارة حياتهن وتربية أبنائهن تربية صالحة، بما يضمن لهن التفوق والنجاح في جميع مناحي الحياة، وفي ضوء تزايد عدد الأرامل وزوجات الشهداء اللواتي التحقن بالجامعات؛ لإكمال دراستهن، وبالتالي وقع على عاتق الجامعات مهمة العناية بتطوير قدراتهن الذاتية، وهذا ما أشارت إليه دراسة (سويدان، وآخرون، 2018) حيث برز دور المؤسسات التعليمية في تعزيز القيم الإيجابية لدى طلبتها، وفي مقدمتها مؤسسات التعليم العالي المتمثلة بالجامعات، وذلك من خلال ما

تقدمه من معلومات ونشاطات ضمن خططها وبرامجها التعليمية، كما أكدت دراسة (الرويلي، 2021) أن الجامعات من أهم المؤسسات التربوية التي لها دور كبير في تنمية المجتمع ومعالجة مشكلاته وتلبية متطلباته لما تمتلكه من مقومات بشرية ومادية كما أنها ومن خلال هذه المقومات تكون قادرة على إنتاج المعرفة ونشرها لتنتج مجتمع المعرفة فيا يتشكل من خلال التعلم والبحث والاكتشاف والابتكار، لذا كان لا بد من دراسة دور الجامعات في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء من طالباتها حيث أشارت دراسة (نجم، وأخرون، 2020) إلى وجود قصور لدى الأرامل في عدة نواحي؛ منها التخطيط الشخصي، وهذا ولّد دافعًا قويًا لإجراء دراسة دور الجامعات في تمكين الأرامل وزوجات الشهداء، وتعزير إدارة الذات؛ ليصبحن قادرات على إدارة ذواتهن، وبالتالي إدارة حياتهن ككل للاستمرار في أداء رسالتهن على أكمل وجه.

ويمكن صياغة مشكلة الدراسة في الأسئلة التالية:

1. ما درجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء من وجهة نظرهن؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لدرجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء تعزى إلى متغيرات الدراسة (الجامعة، العمر، المؤهل العلمي، سبب وفاة الزوج)؟
3. ما سبل اللازمة لتطوير دور الجامعات الفلسطينية في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء؟

هدف الدراسة:

هدفت الدراسة تعرف درجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء من وجهة نظرهن، واقتراح سبل لتطوير دور الجامعات الفلسطينية في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء.

الأهمية النظرية للدراسة:

تتمثل الأهمية العلمية للموضوع؛ حيث إن إدارة الذات من المصطلحات الجديدة نسبيًا التي لاقت اهتمام جميع مدربي التنمية البشرية، وأنها ستلقي الضوء على دور الجامعة الحقيقي في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء، وتفتح المجال أمام الباحثين لاستكمال الدراسات حول الفئة المستهدفة، والحاجة إلى القيام بمثل هذه الدراسات لافتقار البيئة الفلسطينية لهذا النوع من الدراسات التي تبحث في دور الجامعات في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء.

أهمية الدراسة العملية التطبيقية:

وتتضح أهمية الدراسة العلمية التطبيقية من خلال الآتي:

- قد تلفت انتباه الأرامل وزوجات الشهداء إلى أهمية التعليم الجامعي وتحفيزهن على إكمال مسيرتهن التعليمية.
- قد تفيد المسئولين في مؤسسات رعاية أسر الشهداء في دعم الأرامل وزوجات الشهداء، وتبادل الخبرات والمنافع فيما بينهم وبين الجامعات.
- لفت انتباه المؤسسات الرسمية إلى أهمية تطوير الحياة الجامعية لدى الأرامل وزوجات الشهداء وسيما وزارة الشئون الاجتماعية.

حدود الدراسة ومحدداتها:

- **حد الموضوع:** اقتصرت هذه الدراسة على تعرف دور الجامعات الفلسطينية في تعزيز إدارة الذات؛ وذلك في المجالات التالية: (إدارة العلاقات الاجتماعية، والثقة بالنفس، وإدارة الانفعالات، والتخطيط الشخصي) لدى الأرامل وزوجات الشهداء وسبل تطويره.
- **الحدود البشرية والمكانية والزمانية:** اشتملت الدراسة على جميع الأرامل وزوجات الشهداء اللواتي التحقن بـ (الجامعة الإسلامية، جامعة الأقصى، جامعة القدس المفتوحة، جامعة الأزهر) بالمحافظات الجنوبية لفلسطين، من العام (2020م/2021م).

مصطلحات الدراسة وتعريفاتها الإجرائية:

الدور: هو مجموعة من البرامج الأكاديمية والنشاطات والفعاليات التي تقدمها الجامعة لطالباتها من الأرامل وزوجات الشهداء؛ بهدف تنمية شخصياتهن وتقوية إدارة ذواتهن.

الجامعات الفلسطينية: هي " المؤسسات التي تضم ما لا يقل عن ثلاث كليات جامعية، وتقدم برامج تعليمية تنتهي بمنح درجة البكالوريوس، الدرجة الجامعية الأولى، وللجامعة أن تقدم برامج الدراسات العليا وتنتهي بمنح درجة الدبلوم العالي أو الماجستير أو الدكتوراه، ويجوز لها أن تقدم برامج تنتهي بمنح شهادة الدبلوم وفق أنظمة الدبلوم من خلال كليات مجتمع منفصلة" (وزراة التربية والتعليم، 2018).

إدارة الذات: الطريقة المثلى التي تستخدمها الأرملة أو زوجة الشهيد؛ لتحقيق أهدافها وأهداف أسرتها، من خلال توجيه أفكارها لإنجاز أعمالها، والاستثمار الأمثل لقدارتها وإمكاناتها ومهارتها الذاتية، واستغلالها الأمثل لوقتها، وأن يكون لديها ثقة عالية بنفسها، وقدره على مواجهة المواقف الصعبة، والتعامل مع المستجدات، وتحمل المسؤوليات.

الأرملة وزوجة الشهيد: هي المرأة التي فقدت زوجها؛ وذلك بسبب المرض أو الاعتداءات الصهيونية على الشعب الفلسطيني خلال الحروب أو بسبب الاعتداءات اليومية المتكررة على أرض فلسطين، أو لأي سبب آخر.

ويقصد بدور الجامعات الفلسطينية في تعزيز إدارة الذات لدى زوجات الشهداء والأرامل إجرائيًا: ويتضح دور الجامعات الفلسطينية في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء بالدرجة الكلية التي تم الحصول عليها من خلال استجابة أفراد العينة لأداة الدراسة الحالية التي أعدّ الباحثون ؛ لقياس دور الجامعات الفلسطينية المتمثل بمجموع النشاطات والإجراءات المساقات التي تقدمها الجامعة للأرامل وزوجات الشهداء، لتعزيز إدارة الذات لديهن في المجالات التالية: (إدارة الوقت، وإدارة العلاقات الاجتماعية، والثقة بالنفس والدافعية الذاتية، والتخطيط الشخصي).

الإطار النظري

أولاَ: إدارة الذات:

لكل شخص منا أهداف وطموحات يسعى إلى تحقيقها؛ وذلك أن طبيعة النفس الإنسانية تتطلع دائمًا للأفضل والوصول إلى أعلى الدرجات، ولذا فإن إدارة الذات تعدّ أولى خطوات النجاح، وتحتاج إلى القدرة على التعامل معها بفاعلية من أجل تحقيق الأهداف.

كما تعد إدارة الذات من أهم المرتكزات التي تقوم عليها حياة الفرد؛ فهي تعد أمرًا محوريًا واستراتيجيًا في نجاح الأفراد، وهي تختلف اختلافًا كليًا عن إدارة المؤسسة أو البيت أو أي إدارة أخرى، وهي تتعامل مع إدارة الآخر، أما إدارة الذات فتتعلق بإدارة النفس، ويجب على الشخص أن يكون صادقًا مع نفسه على علم بكل خباياها وأسرارها ونقاط القوة والضعف فيها حتى تكون قادرًا على إدارتها، وبالتالي النجاح في الإدارات الأخرى (الأحمدي، 2019)، وقد أشار الغزالي في دراسة (عوض، 2016) إلى أن إدارة الذات تعد من مطالب الشريعة، وأن الله تعالى رسم معالم وحدودًا رئيسة في تشريعاته السماوية؛ لتنظيم حياة الفرد، وبيّن تفاصيل هذه الحدود في القرآن الكريم والسنة المطهرة؛ فالمسلم يعيش ضمن ضوابط محددة لتحقيق النجاح في حياته، ويمكن عدّ أركان الإسلام الخمسة مثالًا واضحاً للحدود الدنيا لإدارة الذات، وقد ظهر مفهوم إدارة الذات في أوائل السبعينات وحظي باهتمام العلماء على مر الزمن وكل تناوله تبعًا للظروف التي تحيط بالإنسان، ويتميز مفهوم إدارة الذات بالمرونة؛ بسبب اختلاف طبيعة الفرد أو الموقف الذي يواجهه، فإدارة الذات خطة يضعها الفرد بتطبيق استراتيجيات إدارة الذات لزيادة كفاءته وفعاليته للتغلب على العوائق التي تمنع وصوله إلى الأهداف المرجوة (أبو مسلم، والموافي، 2012)، وبعد الاطلاع على مجموعة من التعريفات لإدارة الذات؛ يتضح من أن إدارة الذات تعدّ قدرة ذاتية لدى الفرد تساعده على إيجاد التوازن في حياته، وتضم مجموعة المهارات التي تنمي وعي الفرد بقدراته، استراتيجيات تساعد الفرد على النجاح في حياته، كما توجد العديد من النظريات التي فسرت إدارة الذات، ويرجع لاختلاف وجهات نظر العلماء والطريقة التي فسروا فيها إدارة الذات، ومن أهم هذه النظريات: نظرية الذات عند وليام جيمس، والنظرية السلوكية، ونظرية التحليل النفسي، الذات عند بورت، نظرية فعالية الذات، نظرية العلاقات المتبادلة، نظرية الذات لدى روجرز، ومع أهمية جميع النظريات إلا أنه – في هذه الدراسة- تم تبني نظرية روجرز الاجتماعية؛ لأنها تعطي دورًا كبيرًا للبيئة المحيطة بالفرد في تعزيز قدرته على إدارة ذاته، وهذا ما يتماشى مع دور الجامعة كبيئة محيطة بالأرامل وزوجات الشهداء تساعد على تعزيز إدارة الذات لديهن، وقد عرف روجرز الذات على أنها نموذج منظم ومنسق مع الخصائص المدركة أو الضمير المكمل للقيم المتعلقة بهذه الرموز، ويرى أن لدى الإنسان نزعة فطرية لتحقيق ذاته، ومن خلال تعامل الفرد بواقعية يدرك ويفهم مما يدور حوله، يعمل على تقويم خبراته بما ينسجم مع نزعته وقيمه الإيجابية، وبيّن أن الذات لها خصائص؛ أهمها أنها تنمو بتفاعل الفرد مع البيئة المحيطة، وتتأثر يقيم الآخرين وتؤثر فيها، وأن كل فرد يسلك أساليب تتناسب مع ذاته، وأنها متغيرة نتيجة النضج والتعلم، فمفهوم الذات ينتج من تفاعل الفرد مع الآخرين في بيئته المحيطة، ويتكون عادة من القيم والمعايير التي يأخذها الفرد من الآخرين (انجلر، 2009)، وتقوم هذه النظرية على عدة مبادئ ذكرها (الدفاعي، 2018) وهي: أن الفرد يعيش في عالم متغير يدركه من خلال خبراته، ويتوقف تفاعله مع عالمه الخارجي وفقًا لإدراكه للواقع الذي يعيش فيه، ويتفاعل مع محيطه على نحو كلي، ويختار سلوكه بما يتوافق مع ذاته، ويتكيف نفسيًا عندما يقوم باستيعاب جميع خبراته بما يتلاءم مع مفهوم الذات لديه، ويستوعب الخبرات المتوافقة مع الذات، وبالتالي تزيد قدرته على تفهم الآخرين وتقبلهم.

وأشار (عوض، 2016) إلى أن من فوائد إدارة الذات أنها توفر رؤية واضحة للأهداف المرجوة، وتحقيق الأهداف الواضحة قصيرة المدى، وتحقيق النجاح في الحياة المهنية، والتقييم المستمر للاستراتيجيات المناسبة لتحقيق الأهداف، وإيجاد حلول للصعوبات التي تحول دون النجاح. وهذا يساعد الأرامل وزوجات الشهداء على إدارة حياتهم ومجريات أحداث أيامهم، بحيث تكون قيادية ناجحة، كما أن الإدارة الفاعلة تعبر عن قدرة الفرد على إدارة ذاته، من خلال توفيره للوقت، وإيجاد فرص من أجل استثمار وقته، لإنجاز أفضل الأعمال في أقل وقت ممكن، ما يحدث تغييرًا للفرد على المستوى الشخصي، والأسري، والمجتمعي.

ولقد حدد (أبو النصر، 2008) العديد من المبادئ لإدارة الذات منها؛ ركز على كل ما هو جديد، ولا تستنفذ طاقتك في إصلاح القديم، والفشل يولد اليأس، والمرونة تكسبك الفعالية، والنوايا تختلف عن السلوك، والأفراد في حاجة إلى نتيجة التغيير، وما هو ممكن لشخص ما، فهو ممكن للآخرين، والمعنى المراد توصيله من خلال الرسالة يكمن في الاستجابة لها، والإدراك يكون في العقل والواقع، وأنا مسؤول عن قرارتي ونتائجها، ويرى الباحثون أن من أهم المبادئ التي يجب أن تسير عليها الأرملة وزوجة الشهيد من أجل إدارة الذات: الاستعانة بالله، وعدم الالتفات للماضي ووضع الأهداف، ثم التخطيط الجيد لتحقيق هذه الأهداف، وتحديد جميع الوسائل التي تناسب قدراتها وإمكاناتها لتحقيق هذه الأهداف، والصبر والثبات والإصرار على الوصول وتحقيق الأهداف والإيمان بأن التوفيق من الله وأن لكل مجتهد نصيب.

كما تعددت مجالات إدارة الذات وبعد اطلاع الباحثين على الدراسات السابقة صنفتها في الجدول التالي:

الجدول (1) يوضح تصنيفات مجالات إدارة الذات

المجال	كوفى 2004	شحاته 2012	هويدة 2013	عوض 2016	خطاطبة 2018	الدسوقى 2020
إدارة الوقت	×	×	×	×	×	×
إدارة الانفعالات	×		×	×	×	×
إدارة العلاقات الاجتماعية			×	×	×	
الثقة بالنفس	×		×	×	×	×
الدافعية الذاتية			×	×	×	×
الاتصال والتواصل	×					
التخطيط	×	×				
اتخاذ القرار	×				×	
تقدير الذات	×					
التحدي والمثابرة	×					
التقويم		×				
التعامل مع التأجيل		×				
مراقبة الذات					×	×
التنظيم الذاتي					×	
التفاؤل					×	
إدارة الضغوط					×	

وبناء على ما سبق وبناءً على إجراء مقابلات تمت مع بعض الأكاديميين في الجامعات الفلسطينية لتحديد أهم مجالات إدارة الذات التي تحتاجها الأرامل وزوجات الشهداء فإنها قد توصلت الدراسة إلى أن المجالات الأكثر مناسبة للدراسة الحالية هي: إدارة العلاقات الاجتماعية، الثقة بالنفس، إدارة الانفعالات، التخطيط الشخصي.

ثانيًا: الأرامل وزوجات الشهداء

يعد الشعب الفلسطيني من الشعوب التي تعرضت لظروف قاسية جدًا، بدأت منذ أكثر من سبعة عقود، واستمرت حتى وقتنا الحاضر؛ فالاعتداءات المتتالية من الاحتلال الصهيوني التي حصدت أرواح الكثير من أبنائه أدت إلى انتشار ظواهر اجتماعية متعددة، كان من أبرزها اتساع الشريحة الاجتماعية التي ارتبطت بعدد الضحايا من الرجال الذين سقطوا ويسقطون يومياً، يطلق على هذه الشريحة النساء الأرامل وزوجات الشهداء، وقد حصلنا من خلال زيارة ميدانية لوزارة التنمية الاجتماعية أن أعداد النساء الأرامل قد وصل (40933) أرملة، وهذا العدد في تزايد مستمر؛ حيث ارتفعت نسبة الأسر التي ترأسها أنثى من (8.8%) في عام 2007 إلى (11%) في عام 2020، بواقع (12%) في الضفة الغربية، و(9%) في قطاع غزة (الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني، 2020).

ومن خلال الاطلاع على أدبيات الدراسة يتضح أنَّ الأرملة وزوجة الشهيد تعني: هي المرأة التي فقدت زوجها؛ وذلك بسبب المرض أو الاعتداءات الصهيونية على الشعب الفلسطيني خلال الحروب أو بسبب الاعتداءات اليومية المتكررة على أرض فلسطين، أو لأي سبب آخر

وتواجهه الأرامل وزوجات الشهداء في فلسطين تحديات عدة صنفها (الأغا، 2011) إلى ما يلي: مشكلات نفسية، ومشكلات اقتصادية، ومشكلات الاجتماعية، كما ذكر (أبو دف، 2009) عدة تحديات منها: عدم توفر مصدر دخل ثابت للزوجة، تزويجها عنوة لأحد أخوة الزوج، عدم قدرتها على تحمل المسئولية تجاه الأبناء، تدخل أهل الزوج في تربية الأبناء وفرض آرائهم عليهم، حجب الأبناء عنها بعد زواجها من شخص آخر، النظر إليها على أنها عنصر غريب بين أهل الزوج، الحد من حركة الزوجة والتضييق على خروجها من البيت، التشكيك في قدرتها على رعاية الأولاد، افتعال مشاكل من قبل أهل الزوج والتعدي على حقوقها المالية، منعها من إكمال دراستها، الشعور بالوحدة وفقدان المساند والنصير، عدم وجود بيت مستقل لها ولأولادها.

كما توجد العديد من المؤسسات الأهلية والخدماتية في فلسطين التي تقدم المساعدة للأرامل وزوجات الشهداء، ولا تقتصر هذه المساعدة على الدعم المادي فقط، بل تتعدى إلى الدعم النفسي أيضًا، ومن هذه المؤسسات:

أ. **مؤسسة رعاية أسر الشهداء والجرحى:** وهي إحدى أهم المؤسسات التي تقدم الخدمات لأسر الشهداء والجرحى من الشعب الفلسطيني، ولها

صوت عالٍ في المطالبة بالحقوق والمساعدة في شتى المجالات.

ب. وزارة التنمية الاجتماعية: وهي الوزارة المسؤولة عن القضايا الاجتماعية في دولة فلسطين، مثل معالجة الفقر، وتنظيم الجمعيات الخيرية، ورعاية الفئات الضعيفة والمهمشة في المجتمع، والتنمية الشاملة والأمن الاجتماعي وتحسين الأوضاع المعيشية للسكان، وإغاثة المنكوبين بسبب الكوارث، وغيرها من القضايا الاجتماعية في فلسطين،، ورعاية أسر الأسرى والشهداء وذوي الإعاقة والعمل على تخفيف معاناتهم، والمساهمة في تحسين ظروف السكن لذوي الدخل المحدود والفقراء والفئات المعدومة؛ وذلك من خلال توفير الحماية الاجتماعية لهم والعمل على تمكينهم في المجتمع، وتطوير البنية المؤسسية، وتطوير برامج وخدمات اجتماعية للفقراء، وتعزيز التعاون المؤسساتي؛ بما يسهم في تعظيم الجدوى لصالح هذه الفئات، وتحقيق بيئة قانونية صديقة لها في المجتمع الفلسطيني، وتشرف الوزارة على العديد من المراكز التي تقدم الخدمة للمستفيدين منها: مركز الإيواء والرعاية، ومراكز التأهيل والتدريب، ومراكز تمكين المرأة (موقع وزارة التنمية الاجتماعية، 2021)، ومن الجدير بالذكر أن هناك العديد من المؤسسات التي تقدم المساعدات للأيتام، مثل: (قطر الخيرية، مؤسسة الرحمة الكويتية، الإغاثة التركية، وغيرها)، ولكن هذه المساعدات تقتصر على المساعدات المالية للأيتام فقط دون تقديم أي مساعدة أو دعم للأمهات.

الدراسات السابقة

قد تناولت العديد الدراسات السابقة مفهوم إدارة الذات، ومن الدراسات التي جرى الرجوع إليها نذكر الآتي:

الدراسات العربية:

توصلت دراسة نجم وآخرون (2020) إلى أن مستوى حصل التخطيط الشخصي على وزن نسبي (74.4%) أي بدرجة كبيرة. كما توصلت دراسة خطاطبة (2018) إلى أن مهارات إدارة الذات جاءت بدرجة مرتفعة، وأن مهارات الثقة بالنفس بدرجة مرتفعة، وأن إدارة العلاقات الاجتماعية بدرجة مرتفعة، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمستوى إدارة العلاقات الاجتماعية تعزى إلى متغير المستوى التعليمي (بكالوريوس، دراسات عليا)، وجود فروفق ذات دلالة إحصائية لمستوى الثقة بالنفس لصالح البكالوريوس. **وأما** دراسة قنديل، وآخرون. (2018). توصلت إلى عدة نتائج من أهمها: عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في إدارة الذات للزوجات العاملات باختلاف السن، وجود فروق دالة إحصائيًا في إدارة الذات للزوجات العاملات تبعًا لمتغير (مدة الزواج - تعليم الزوج - تعليم الزوجة) لصالح مدة الزواج من 10 سنوات إلى أقل من 15 عام، والزوج الحاصل على تعليم جامعي، والزوجة الحاصلة على تعليم جامعي. في حين توصلت دراسة عوض. (2016). إلى وجود مستوى مرتفع لإدارة الذات وإدارة العلاقات الاجتماعية وإدارة الانفعالات وإدارة الثقة بالنفس لدى زوجات الشهداء، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لبعدي: (إدارة الانفعالات، والثقة بالنفس) يعزى إلى متغير المستوى التعليمي (بكالوريوس، دراسات عليا)، وجود فروق ذات دلالة إحصائية لبعد إدارة العلاقات الاجتماعية وإدارة الذات ككل يعزى إلى متغير المستوى التعليمي لصالح الدراسات العليا، وجود فروق ذات دلالة إحصائية لأبعاد إدارة الذات تعزى إلى متغير العمر لصالح العمر الأكبر 51 فأكثر.

الدراسات الأجنبية:

توصلت دراسة جاشونغا وآخرون (Gachunga et al.,2020) إلى عدة نتائج من أهمها: الإدارة الذاتية لمديري المدارس لها علاقة كبيرة مع الالتزام التنظيمي للمعلمين، وأن الكفاءة الذاتية للمعلمين أدارت العلاقة بين الإدارة الذاتية لمديري المدارس وكفاءة المعلمين، والفعالية الذاتية كان لها تأثير إيجابي على الالتزام التنظيمي للمعلمين. **بينما** دراسة بيتي وآخرون (Piety et al.,2019) توصلت إلى عدة نتائج من أهمها: أن العلاقات إيجابية بين الإدارة المهنية التنظيمية والإدارة الذاتية للوظيفة جرى توسطها من خلال الكفاءة الذاتية المهنية وتوجيه أهداف التعلم.

موقع الدراسة الحالية من الدراسات السابقة:

استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة، والفقرات الواردة في بناء أداتها، وتشابهت معها في المنهجية دراسة (قنديل وعبد الحافظ 2018)، وتشابهت معها في الأداة دراسة (نجم وآخرون 2020)، وتشابهت مع بعض الدراسات السابقة في تعرف أثر العمر كمتغير في تقييم درجة دور الجامعات الفلسطينية في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء كدراسة (عوض، 2016)، ودراسة (نجم وآخرون 2020)، ودراسة (قنديل، 2018)، ومتغير المؤهل العلمي مع دراسة (خطاطبة، 2018).

وتميزت الدراسة الحالية بالآتي:

- اهتمت الدراسة الحالية بالبحث في دور الجامعات الفلسطينية في تعزيز إدارة الذات لدى فئة مهمة بالمجتمع لم يسبق لأي دراسة تناولها على نحو مستقل وهي زوجات الشهداء والأرامل اللاتي أكملن دراستهم الجامعية بعد فقد أزواجهن، ولكن لم يجري الجمع بين هذه المتغيرات في الدراسات السابقة.
- استخدمت الدراسة منهجين: المنهج الوصفي التحليلي، والمنهج البنائي، وأداتين: **الاستبانة** لتعرف دور الجامعات الفلسطينية في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء من طالباتها من وجهة نظرهن، **والمقابلة** بهدف بناء مجموعة من سبل تطوير هذا الدور من خلال مقابلات جرى القيام بها مع عدد الخبراء
- وجود متغيري الجامعة، وسبب وفاة الزوج.

الطريقة والإجراءات

يتناول هذا الجزء منهج الدراسة ومجتمعها وعينتها والأداة المستخدمة والصدق والثبات

منهج الدراسة:

جرى استخدام المنهج الوصفي التحليلي، والمنهج البنائي، لمناسبته لطبيعة أغراض الدراسة الحالية

مجتمع الدراسة وعينته:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع الأرامل وزوجات الشهداء الملتحقات بالجامعات (الجامعة الإسلامية، جامعة القدس المفتوحة، جامعة الأقصى، جامعة الأزهر) والبالغ عددهن (300) أرملة وزوجة، وفقًا للبيانات التي جرى الحصول عليها من خلال شؤون الطلبة في هذه الجامعات، وقد جرى أخذ المجتمع كاملا كعينة للدراسة وجرى توزيع الاستبانة عليهم، ولم نستطع إلا الحصول على نتائج ثلثي مجتمع الدراسة في ظل جائحة كورونا في ظل صعوبة الوصول إلى جميع عناصر مجتمع الدراسة في خضم الموجة الثالثة منها، وكونه أمرًا يكاد يكون مستحيلًا، لذا تمكنا بعد جهود مضنية من الوصول إلى (200) طالبة من الطالبات الأرامل وزوجات الشهداء بالجامعات الفلسطينية تمثل نسبة (66.7%) من مجتمع الدراسة، والجدول (2) يبين توزيع أفراد العينة حسب البيانات الشخصية

الجدول (2) يوضح خصائص أفراد عينة الدراسة

المتغير	الفئة	العدد	النسبة %
الجامعة	الإسلامية	70	35.0
	القدس المفتوحة	44	22.0
	الأقصى	42	21.0
	الأزهر	44	22.0
العمر	أقل من 30	53	26.5
	من 30 فأكثر	147	73.5
المؤهل العلمي	بكالوريوس	109	54.5
	دراسات عليا	91	45.5
سبب وفاة الزوج	مرض	48	24.0
	استشهاد	114	57.0
	غير ذلك (طبيعي، حادث)	38	19.0
الإجمالي		200	100

أداتا الدراسة:

جرى استخدام أداتين للدراسة لتحيق أهدافها

أولًا: الاستبانة

بعد الاطلاع على أدب الموضوع والدراسات السابقة وأدواتها، تم الإفادة منها في بناء أداة الدراسة الحالية (الاستبانة) لقياس "دور الجامعات الفلسطينية في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء"؛ وقد تكونت من قسمين تمثل القسم الأول منه بالبيانات الشخصية للمبحوث (الجامعة، العمر، المؤهل العلمي، سبب وفاة الزوج)، بينما تكون القسم الثاني من الاستبانة (33) فقرة موزعين على (4) مجالات، وتطبيق مقياس ليكرت الخماسي

الجدول (3) يوضح المحك المعتمد في الدراسة.

درجة التقدير	طول الخلية	الوزن النسبي المقابل له
منخفضة جدًا	أقل من 1.80	أقل من 36%
منخفضة	1.80 إلى 2.59	36% إلى 51.9%
متوسطة	2.60 إلى 3.39	52% إلى 67.9%
كبيرة	3.40 إلى 4.19	68% إلى 83.9%
كبيرة جدًا	4.20 فأكبر	84% فأكبر

الصدق الظاهري للأداة:

تم عرض الاستبانة في صورتها الأولية على عدد من المحكمين من ذوي الاختصاص والخبرة في أصول التربية، وعددهم (21) محكمًا، والذين قاموا مشكورين بتحكيم أداة الدراسة، وإبداء آرائهم ومقترحاتهم فيها، والتأكد من صحة ووضوح الفقرات، ومعرفة مدى انتمائها للمجالات المحددة، وتم إجراء التعديلات التي اتفق عليها معظم المحكمين، من تعديل أو حذف أو إضافة بعض الفقرات وصولًا للاستبانة في صورتها النهائية.

صدق البنائي للأداة:

لحساب الصدق البنائي، تم احتساب معامل الارتباط بين درجة كل مجال من مجالات استبانة (إدارة الذات) والدرجة الكلية للاستبانة، والجدول التالي يبين ذلك:

جدول (4) يوضح معامل ارتباط درجات مجالات استبانة "إدارة الذات" مع الدرجة الكلية للاستبانة

المجالات	معامل الارتباط ®	قيمة Sig
المجال الأول: إدارة العلاقات الاجتماعية.	0.887**	0.000
المجال الثاني: الثقة بالنفس.	0.895**	0.000
المجال الثالث: إدارة الانفعالات.	0.845**	0.000
المجال الرابع: التخطيط الشخصي.	0.882**	0.000

* دالة عند 0.05 ** دالة عند 0.01

قيمة ر الجدولية (د.ح = 2-30) عند مستوى دلالة 0.05 = 0.361، وعند مستوى دلالة 0.01 =463 .0

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات درجات ارتباطات مجالات استبانة "إدارة الذات"، والدرجة الكلية لها دالة إحصائيًا عند مستوى (0.01)، وبذلك يتضح أن مجالات الاستبانة الأربعة تتسم بدرجة عالية من الصدق البنائي، أي أن الأداة تقيس ما صممت لقياسه.

ثبات الاستبانة

تم تطبيق أداة الدراسة على (25) أرملة وزوجة شهيد من مجتمع الدراسة، وتم حساب معامل الثبات باستخدام معادلة ألفا كرونباخ، والجدول (3) يبين ذلك

الجدول (5) يوضح قيم معاملات ثبات استبانة "إدارة الذات" بطريقة كرونباخ ألفا

المجالات	عدد الفقرات	قيمة ألفا
المجال الأول: إدارة العلاقات الاجتماعية.	8	0.914
المجال الثاني: الثقة بالنفس.	8	0.917
المجال الثالث: إدارة الانفعالات.	8	0.887
المجال الرابع: التخطيط الشخصي.	9	0.940
الدرجة الكلية للاستبانة	**33**	**0.966**

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم ألفا مرتفعة، وكانت قيمة معامل كرونباخ ألفا للدرجة الكلية للاستبانة (0.966) وهي قيمة مرتفعة أيضًا، التي تطمئن للوثوق بالاستبانة لتطبيقها على العينة الكلية، ومما سبق يتضح أن الأداة تتسم بدرجة عالية من الصدق والثبات؛ ما يؤهلها للتطبيق على العينة الكلية للدراسة.

ثانيًا: نموذج المقابلة:

بعد الاطلاع على الأدبيات المتعلقة بالدراسة، تحديد أدنى الفقرات في كل مجال، تم صياغة المقترح الأولي لنموذج المقابلة وعرضه على مجموعة من الخبراء الأكاديميين للاطلاع والتعديل حسب ملحوظاتهم وصولًا للنموذج النهائي.

نتائج الدراسة

وللإجابة على السؤال الأول ونصه: ما درجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء من وجهة نظرهن؟

الجدول (6) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي والترتيب لمجالات استبانة " إدارة الذات" ودرجتها الكلية

م	المجالات	عدد الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي%	الترتيب	بدرجة
1	**المجال الأول: إدارة العلاقات الاجتماعية.**	8	3.560	0.927	71.20	3	كبيرة
2	**المجال الثاني: الثقة بالنفس.**	8	3.582	0.885	71.64	2	كبيرة
3	**المجال الثالث: إدارة الانفعالات.**	8	3.549	0.920	70.98	4	كبيرة
4	**المجال الرابع: التخطيط الشخصي.**	9	3.780	0.985	75.60	1	كبيرة
الدرجة الكلية للاستبانة		**33**	3.622	0.822	**72.44**	-	**كبيرة**

يتضح من الجدول السابق أن تقدير عينة الدراسة لدرجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء؛ حصل على وزن نسبي (72.44%) أي بدرجة كبيرة، **ونفسر** هذه النتيجة بأن الجامعات تكسب الطالبات الأرامل وزوجات الشهداء العديد من المهارات التي تمكنهن من التخطيط السليم لأوقاتهن بحيث يتمكنَّ من الدراسة وتحقيق النجاح، وتقودهن إلى التخطيط لحياتهن، وتحقيق طموحاتهم في ضوء الإمكانات المتاحة، تحدث التوازن الذاتي ما بين الحاجات والرغبات الذاتية والأهداف الممكن تحقيقها بما يتناسب والمعايير المجتمعية، وقد اتفقت هذه النتيجة نسبيًا مع دراسة (خطاطبة، 2018) التي توصلت إلى أن مهارات إدارة الذات لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية جاءت بمتوسط حسابي (3.83) وبوزن نسبي (76.6%) بدرجة كبيرة، ودراسة (الرجوب وعمرو، 2018) التي توصلت إلى أن مستوى إدارة الذات والمشاركة المجتمعية لدى الفلسطينيين في محافظة الخليل كان بدرجة كبيرة، وكذلك مع دراسة (عوض، 2016) التي توصلت إلى وجود مستوى مرتفع لإدارة الذات لدى زوجات شهداء حرب 2014 على غزة بلغ (72.4%)، وأيضًا مع دراسة (طمايزة، 2016) التي توصلت إلى أن مستوى إدارة الذات والقدرة على اتخاذ القرار لدى العاملين في المؤسسات الحكومية وغير الحكومية كان بدرجة كبيرة.

أما ترتيب مجالات الاستبانة حسب أوزانها النسبية فكان على النحو التالي: جاء المجال الرابع "التخطيط الشخصي" في المرتبة الأولى؛ حيث حصل على وزن نسبي (75.60%) وبدرجة كبيرة، **ونفسر** هذه النتيجة بأن المنهاج الدراسي بما يحتويه من معلومات واتجاهات ومهارات يساهم في تزويد الطالبات الأرامل وزوجات الشهداء بالقدرات التي تمكنهن من تحليل ما يمتلكن من إمكانات وملكات عقلية وفكرية لدراسة البدائل وتحليلها لاكتشاف أي منها يتناسب مع القدرات، تمكن النشاطات الجامعية الطالبات الأرامل وزوجات الشهداءمن اختيار البديل الذي لديهن القدرة على تنفيذه لحل أفضل لما يواجهن من مشكلات وتحديات، واتخاذ قرارات قائمة على تخطيط سليم وموضوعي للعوامل والظروف المحيطة بهن، وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة (نجم وآخرون، 2020) التي توصلت إلى أن مستوى التخطيط الشخصي حصل على وزن نسبي (74.4%) أي بدرجة كبيرة، كذلك مع دراسة (العسال وأحمد، 2016) التي توصلت إلى أن مستوى التخطيط الشخصي لدى طالبات الجامعة الحدود الشمالية بالمملكة العربية السعودية جاء بدرجة كبيرة، كما جاء المجال الثاني "الثقة بالنفس" في المرتبة الثانية؛ حيث حصل على وزن نسبي (71.64%) وبدرجة كبيرة، **ونفسر** هذه النتيجة بأن الدور المهم الذي يقوم به العاملون في الجامعات من أعضاء الهيئات التدريسية؛ كونهم أكاديميين على مستوى عالٍ من التجربة الإنسانية التي تقوم على بناء الإنسان، التي تبدأ من ترسيخ شعوره بالثقة بنفسه، وتقوية عزيمته على تحقيق النجاح، وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة (خطاطبة، 2018) التي توصلت إلى أن مهارات الثقة بالنفس لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية جاءت بمتوسط حسابي (3.77) وبوزن نسبي (75.4%) بدرجة كبيرة، وكذلك اتفقت مع دراسة (عوض، 2016) التي توصلت إلى وجود مستوى مرتفع لإدارة الثقة بالذات لدى زوجات شهداء حرب 2014 على غزة بلغ (72.3%)، وجاء المجال الأول " إدارة العلاقات الاجتماعية" في المرتبة الثالثة؛ حيث حصل على وزن نسبي (71.20%) وبدرجة كبيرة، **ونفسر** هذه النتيجة بأن قيام الجامعات بعقد العديد من الندوات والمناقشات التي تسهم في تدريب الطالبات الأرامل وزوجات الشهداء على تقبل آراء الآخرين، الدور الفاعل التي تقوم به أقسام العلاقات العامة في الجامعات الفلسطينية وبالتعاون ومع إدارة الجامعات ودائرة الارشاد النفسي والمجتمعي، وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة (خطاطبة، 2018) التي توصلت إلى أن إدارة العلاقات الاجتماعية لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية جاءت بمتوسط حسابي (3.91) وبوزن نسبي (78.42%) بدرجة كبيرة، وكذلك مع دراسة (عوض، 2016) التي توصلت إلى وجود مستوًى مرتفع لإدارة العلاقات الاجتماعية لدى زوجات شهداء حرب 2014 على غزة بلغ (74.3%)، وحل المجال الثالث "إدارة الانفعالات" في المرتبة الرابعة؛ حيث حصل على وزن نسبي (70.98%) وبدرجة كبيرة، **ونعزو** هذه النتيجة إلى: أنه على الرغم من اشتمال الحياة الجامعية على العديد من النشاطات والفعاليات اللامنهجية التي تعمل على التنفيس عن انفعالات الطالبات السلبية، إلا أنه من الصعب بمكان التحكم في انفعالات الطالبات الأرامل وزوجات الشهداء وإدارتها؛ لأن الإنسان كل معقد يصعب سبر أغواره، وجود صعوبة لدى الجامعة في تغيير نظرة الطالبات الأرامل وزوجات الشهداء

للحياة، والتعامل معهن على أنهن مجرد طالبات عاديات لم يمررن بتجارب إنسانية واجتماعية قاسية - نتيجة فقد الأحبة والدرع الحامي لأسرهن؛ لذا فإنهن بحاجة لإشراكهن في المزيد من الفعاليات لإعادة الايجابية لنظرتهن للحياة وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة (العوامرة والزبون، 2014) التي توصلت إلى أن دور الجامعة في تنمية الاستقلالية الذاتية جاء مرتفعًا(في سويدان وآخرون، 2018، 572). ودراسة (عوض، 2016) التي توصلت إلى وجود مستوى مرتفع لإدارة الانفعالات لدى زوجات شهداء حرب 2014 على غزة بلغ (71.9%).

ولمزيد من النتائج، قمنا بدراسة فقرات كل مجال على حدة ليتبين التالي:

أولًا- فيما يتعلق بالمجال الأول "إدارة العلاقات الاجتماعية":

تم احتساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية والترتيب لفقرات هذا المجال وكانت درجات تقدير فقرات مجال "إدارة العلاقات الاجتماعية" من استبانة "إدارة الذات"، تراوحت بين (68.80%-78.50%) وبدرجة كبيرة، وكانت **أعلى فقرة في مجال " إدارة العلاقات الاجتماعية":** الفقرة رقم (1) التي نصت على: **"تنمي الجامعة قدرتي على التأثير في الآخرين"**، احتلت المرتبة الأولى بوزن نسبي قدره (78.50%) بدرجة كبيرة، **ونعزو** هذه النتيجة إلى: أن الجامعات تدرك أن الطالبات الأرامل وزوجات الشهداء منوط بهن الكثير من الأعباء والمهام الجسمية التي تحتاج إلى امتلاكهن لمهارات عدة للقيام بها، فهن أصبحن المسؤولات مباشرة -وبدون شريك- عن تربية أبنائهن وتوجيههن والتأثير في قناعاتهم وسلوكهم بما يضمن تجنيب هؤلاء الأبناء أي انحراف أو تمرد على سلطة الأم، تلتها الفقرة رقم (2) التي نصت على: **"تدعوني للمشاركة في الفعاليات اللامنهجية التي تعقدها"**، احتلت المرتبة الثانية بوزن نسبي قدره (72.50%) بدرجة كبيرة, **ونعزو** هذه النتيجة إلى: الفعاليات المنهجية تعضد المنهاج الرسمي وتتكامل في أهدافها معه؛ من حيث السعي إلى تشكيل اتجاهات الطالبات الإيجابية نحو أنفسهن ونحو مجتمعهن ودورهم في الحياة كأداة بناء وتطوير، تزويد الطالبات بالوعي والمعرفة والمهارات اللازمة للتعامل مع المحيط المجتمعي وبناه الهيكلية (مؤسسات- جمعيات- تنظيمات- شخصيات-وزارات).

وكانت أدنى فقرة في مجال "إدارة العلاقات الاجتماعية": الفقرة رقم (4) التي نصت على: **"تشجعني على اتخاذ قرارات لمصلحة الآخرين"**، احتلت المرتبة الثامنة والأخيرة بوزن نسبي قدره (68.80%) بدرجة كبيرة، **ونعزو** هذه النتيجة إلى أن: ممارسة الطالبات خلال الحياة الجامعية العديد من النشاطات لتحقيق مطالبهن في تخفيض الرسوم أو تقسيطها، وتحقيق العديد من المزايا والخدمات والإعفاءات، وهنا يكون الاعتبار لديهن تحقيق مصالحهن إلى جانب مصالح الآخرين، تلاها الفقرة رقم (3) التي نصت على: **"تنظم لقاءات وفعاليات تسهم في التوعية حول التسامح مع الآخرين"**، احتلت المرتبة السابعة وقبل الأخيرة بوزن نسبي قدره (69%) بدرجة كبيرة، **ونعزو** هذه النتيجة إلى: الانشغالات العديدة لدى إدارة الجامعات، التي تحد من التفرغ لتنظيم فعاليات مخصصة للتوعية حول التسامح، تنظيم الجامعة -حال تنظيم فعاليات وطنية أو دينية - على ما تشتمله محتوياتها من مفاهيم وقيم اجتماعية كالتسامح مع الآخرين.

ثانيًا- فيما يتعلق بالمجال الثاني "الثقة بالنفس":

تم احتساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية والترتيب لفقرات هذا المجال واتضح أن درجات تقدير فقرات مجال "الثقة بالنفس" تراوحت بين (69.70%-73.40%) وبدرجة كبيرة، وكانت **أعلى فقرتين في مجال " الثقة بالنفس":** الفقرة رقم (1) التي نصت على: **" تنمي الجامعة قدرتي على حل المشكلات"**، احتلت المرتبة الأولى بوزن نسبي قدره (73.40%) بدرجة كبيرة تلاها الفقرة رقم (8) التي نصت على: **" تقوي عزيمتي على تحمل صعوبات الحياة"**، احتلت المرتبة الثانية بوزن نسبي قدره (72.8%) بدرجة كبيرة، **ونعزو** النتيجتين السابقتين إلى: لتتمكن الطالبات الأرامل وزوجات الشهداء من التعامل مع مشكلات الحياة وصعوباتها بموضوعية وحكمة والإصرار بعزيمة وإرادة على تجاوز هذه الصعوبات والوصول إلى بر الأمان، لتسترشد الطالبات الأرامل وزوجات الشهداء بمعايير علمية تسهم في حل مشكلات الحياة حلًا سليمًا وجذريًا ودون تأثيرات سلبية.

وكانت أدنى فقرتين في مجال "الثقة بالنفس": الفقرة رقم (4) التي نصت على:**" تكلفني بنشاطات تساعدني على اكتشاف قدراتي"**، احتلت المرتبة الثامنة والأخيرة بوزن نسبي قدره (69.70%) بدرجة كبيرة، **ونعزو** هذه النتيجة إلى: أن الجامعة تهدف إلى تعزيز قدرات الطالبات وتزويدهن بالمهارات اللازمة والحصول على عمل أو مهنة ضمن التخصص الذي قمن بدراسته، تلاها الفقرة رقم (7) التي نصت على:**" توجهني نحو الأعمال التي تناسب مع قدراتي وميولي"**، احتلت المرتبة السابعة وقبل الأخيرة بوزن نسبي قدره (69.70%) بدرجة كبيرة، **ونعزو** هذه النتيجة إلى: اتباع مبدأ مراعاة الفروق الفردية بين الطالبات من خلال طرح نشاطات متدرجة في مهامها لتناسب قدرات الطالبات، ومتنوعة في طبيعتها ومجالاتها لتلبي ميول الطالبات، وبالتالي يقبلن على إنجازها وتحسين مستواهن العلمي بهدف اكتساب المزيد من المهارات التي تؤهلهن لسوق العمل بحسب تخصصاتهن.

ثالثًا- فيما يتعلق بالمجال الثالث "إدارة الانفعالات":

تم احتساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية والترتيب لفقرات هذا المجال واتضح أن درجات تقدير فقرات مجال "إدارة الانفعالات" تراوحت بين (69.40%-73.60%) وبدرجة كبيرة، وكانت **أعلى فقرة في مجال "إدارة الانفعالات":** الفقرة رقم (1) التي نصت على: **"تدربني الجامعة على التحكم في غضبي"**، احتلت المرتبة الأولى بوزن نسبي قدره (73.60%) بدرجة كبيرة، **ونعزو** هذه النتيجة إلى أن: سعي الجامعات لبناء كوادر مؤهلة لقيادة المجتمع والعمل في مؤسساته، إتاحة الجامعات العديد من الفرص لطالباتها الأرامل وزوجات الشهداء بالتعبير عن رأيهن، والتعامل

بلباقة مع مكونات المجتمع الجامعي (إدارة، أكاديميين، زميلات دراسة)، اشتمال النشاطات الجامعية على العديد من الفقرات التعبيرية والنشاطات الفنية والثقافية وغيرها، التي تسهم جميعها في تنفيس الطالبات الأرامل وزوجات الشهداء عن مشاعرهن السلبية وما يشعرهن به من كبت وتمييز، علاوة على أن التحكم في الغضب تحقق نوعا من التوازن كما أنها تصالح النفس مع ذاتها وتحقق لها مستوى جيد من الصحة النفسية التي أكد (معابرة والسفاسفة، 2020) أن الصحة الجسمية والنفسية أهم متطلبات الاتزان العام لدى الفرد، ولعل مهارته في مواجهة المشكلات الحياتية ربما تكون ناتجة عن قدرته في إقامة العلاقة الصحية مع الذات التي تعد ركنًا أساسيًا في بناء الشخصية السوية، لذا وجب على الفرد أن يتمتع بقدر مناسب من الثبات والميل إلى الحفاظ على الهدوء والإتزان الداخلي عند مواجهة تحدي ما، وعليه فإن مرونته النفسية وإستعداده النفسي قد يسهم في رفع سوية سلوكه ليصبح في المسار العقلاني المنطقي المناسب.

تلاها الفقرة رقم (2) التي نصت على: **" تكسبني قيم الصبر وتحمل الصعاب"**، احتلت المرتبة الثانية بوزن نسبي قدره (72.1%) بدرجة كبيرة، **ونعزو** هذه النتيجة إلى: تعود الطالبات على بذل المزيد من الجهد وعدم اليأس حتى تتحقق الأهداف والغايات، إكساب الطالبات القدرة على تحمل الصعاب في حاضر الأيام ومستقبلها.

وكانت أدنى فقرة في مجال "إدارة الانفعالات": الفقرة رقم (4) التي نصت على: **"تحثني على التغلب على مشاعر الحزن التي بداخلي"**، احتلت المرتبة الثامنة والأخيرة بوزن نسبي قدره (69.40%) بدرجة كبيرة، تلاها الفقرة رقم (6) التي نصت على: **"تعمل على تغيير مزاجي للأفضل"**، احتلت المرتبة الثامنة والأخيرة بوزن نسبي قدره (70.30%) بدرجة كبيرة، **ونعزو** النتيجتين السابقتين إلى: تركيز الجامعات على تنمية الجانب العقلي من شخصية الطالبات، وقائع الحياة الصعبة وما يعتري الطالبات من مشاعر الحزن على فقد أعزاء؛ يقلل من فاعلية الدور الإيجابي التي تقوم به الجامعات بهذا الخصوص.

رابعًا- فيما يتعلق بالمجال الرابع "التخطيط الشخصي":

تم احتساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية والترتيب لفقرات هذا المجال واتضح أن درجات تقدير فقرات مجال "التخطيط الشخصي" تراوحت بين (73.70%-78.50%) وبدرجة كبيرة، وكانت **أعلى فقرة في مجال " التخطيط الشخصي":**

الفقرة رقم (7) التي نصت على: **"تعززلدي المرونة في التخطيط الشخصي لشؤون حياتي"**، احتلت المرتبة الأولى بوزن نسبي قدره (78.50%) بدرجة كبيرة، **ونعزو** هذه النتيجة إلى: لإكساب الطالبات القدرة على التعامل مع الواقع المتقلب والمستجدات المؤثرة من إضرابات أو اعتداءات صهيونية أو جائحة كورونا وغيرها؛ الأمر الذي يؤدي إلى حدوث تغير في برنامج اللقاءات التعليمية والأساليب المستخدمة (من وجاهية إلى مدمج أو إلكتروني)، والحاجة إلى تنمية قدرة الطالبات الأرامل وزوجات الشهداء على مراعاة المرونة في التخطيط الشخصي لشؤون حياتهن، تلاها الفقرة رقم (9) التي نصت على: **" تدربني على تحديد الأولويات في الحياة"**، احتلت المرتبة الثانية بوزن نسبي قدره (78.50%) بدرجة كبيرة، **ونعزو** هذه النتيجة إلى: تعويد الطالبات على التفكير المنطقي وتحديد أي المهام ذات أولوية لإنجازها وأي الامتحانات أولى للاستعداد لها، وتدريب الطالبات على التعامل مع مواقف الحياة المختلفة وتحديد الأولويات في التعاطي معها.

وكانت أدنى فقرة في مجال "التخطيط الشخصي": الفقرة رقم (3) التي نصت على: **"ترشدني إلى استثمار الموارد المتاحة"**، احتلت المرتبة التاسعة والأخيرة بوزن نسبي قدره (73.70%) بدرجة كبيرة، والفقرة رقم (2) التي نصت على:**" تنمي قدرتي على تحليل البيئة المحيطة بي"**، احتلت المرتبة الثامنة وقبل الأخيرة بوزن نسبي قدره (73.90%) بدرجة كبيرة، **ونعزو** النتيجتين السابقتين إلى أن: عدّ حرص الجامعات الفلسطينية على تزويد الطالبات الأرامل وزوجات الشهداء بمهارات استثمار الموارد المتاحة في البيئة المحيطة بهن، لحاجتهن في ظل الظروف الاقتصادية الصعبة الى الإفادة منها في قضاء حوائجهن، وهذا يتطلب تطوير قدراتهن على تحليل البيئة المحيطة وتشخيص جوانب القوة فيها للإفادة منها كوارد داعمة لهن.

الإجابة عن السؤال الثاني:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لدرجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء تعزى إلى متغيرات الدراسة (الجامعة، العمر، سبب وفاة الزوج، المؤهل العلمي)؟

للإجابة على هذا السؤال تم التحقق من الفرضيات التالية:

1. **لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لدرجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز إدارة الذات لدى زوجات الشهداء والأرامل تعزى إلى متغير الجامعة (الجامعة الإسلامية، جامعة القدس المفتوحة، جامعة الأقصى، جامعة الأزهر).**

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي One Way ANOVA؛ لمعرفة ما إذا كان هناك فروقات بين المتغيرات والجدول التالي يوضح ذلك.

الجدول (7) يوضح اختبار "F" للكشف عن الفروق بين تقديرات أفراد العينة لدرجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء تعزى إلى متغير الجامعة

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "F"	قيمة Sig	مستوى الدلالة
المجال الأول: إدارة العلاقات الاجتماعية	بين المجموعات	2.509	3	0.836	0.971	0.407	غير دالة إحصائيًا
	داخل المجموعات	168.802	196	0.861			
	الإجمالي	171.311	199				
المجال الثاني: الثقة بالنفس	بين المجموعات	7.575	3	2.525	3.332	0.021	دالة عند 0.05
	داخل المجموعات	148.532	196	0.758			
	الإجمالي	156.108	199				
المجال الثالث: إدارة الانفعالات	بين المجموعات	8.049	3	2.683	3.279	0.022	دالة عند 0.05
	داخل المجموعات	160.385	196	0.818			
	الإجمالي	168.434	199				
المجال الرابع: التخطيط الشخصي	بين المجموعات	3.236	3	1.079	1.112	0.345	غير دالة إحصائيًا
	داخل المجموعات	190.047	196	0.970			
	الإجمالي	193.283	199				
الاستبانة ككل	بين المجموعات	4.349	3	1.450	2.180	0.092	غير دالة إحصائيًا
	داخل المجموعات	130.366	196	0.665			
	الإجمالي	134.716	199				

قيمة F الجدولية عند درجتي حرية (3, 196) ومستوى دلالة 0.05=(2.65)، ومستوى دلالة 0.01=(3.88).

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

* أن قيم "F" المحسوبة أقل من قيمة "F" الجدولية، وأن قيم "Sig" المقابلة لقيم "F" أكبر من (0.05) في المجالين الأول والرابع وفي الدرجة الكلية للاستبانة، وهذا يدل أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لدرجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء تعزى إلى متغير الجامعة، **ونعزو** هذه النتيجة إلى أن: الجامعات الفلسطينية تقدم قدر لا باس به من برامج الدعم النفسي للطالبات خاصة الأرامل منهن وزوجات الشهداء، وجود العديد من النشاطات المتنوعة (الفكرية والاجتماعية والثقافية والرياضية) التي تعزز مشاركة الطالبات الأرامل وزوجات الشهداء قدرتهن على إدارة ذواتهن من خلال توجيه مشاعرهن وأفكارهن وإمكانياتهن إلى الغايات والأهداف اللواتي يرغبن في تحقيقها.

* أن قيم "F" المحسوبة أكبر من قيمة "F" الجدولية، وأن قيم "Sig" المقابلة لقيم "F" أقل من (0.05) في المجالين الثاني والثالث، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لدرجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز الثقة بالنفس وإدارة الانفعالات لدى الأرامل وزوجات الشهداء تعزى إلى متغير الجامعة، وللكشف عن اتجاه هذه الفروق تم استخدام اختبار شيفيه Scheffe، وذلك كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول (8) يوضح اختبار شيفيه للكشف عن اتجاه الفروق على مجالي الثقة بالنفس وإدارة الانفعالات تبعًا لمتغير الجامعة

المتغير	الجامعة	الإسلامية	القدس المفتوحة	الأقصى	المتوسط الحسابي
المجال الثاني: الثقة بالنفس	الإسلامية	-			3.821
	القدس المفتوحة	0.224	-		3.596
	الأقصى	0.470*	0.245	-	3.351
	الأزهر	0.412	0.187	0.057	3.409
المجال الثالث: إدارة الانفعالات	الإسلامية	-			3.775
	القدس المفتوحة	0.164	-		3.610
	الأقصى	0.376	0.211	-	3.398
	الأزهر	0.502*	0.338	0.126	3.272

* دالة عند 0.05

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لدرجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز الثقة بالنفس وإدارة الانفعالات لدى الأرامل وزوجات الشهداء تعزى إلى متغير الجامعة، وكانت الفروق لصالح الأرامل وزوجات الشهداء طالبات الجامعة الإسلامية، **ونعزو** هذه النتيجة إلى: امتلاك الجامعة الإسلامية كادر أكاديمي عريق كونها أقدم جامعة في محافظات فلسطين الجنوبية، هذا الكادر يستطيع بخبرته المتراكمة اختيار الأعمال التي تتناسب مع قدرات وميول الطالبات الأرامل وزوجات الشهداء، حرص الجامعة الإسلامية على تمكين الطالبات من معالجة أي حدث طارئ والتعامل معه بانضباط، وتوجيه أي انفعال نحو المزيد من الإنجاز، أي تحويل طاقتهن السلبية إلى طاقة إيجابية، وجود عدد كبير من المختصين في العلوم الشرعية (الشريعة وأصول الدين).

2. **لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لدرجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز إدارة الذات لدى زوجات الشهداء والأرامل تعزى إلى متغير العمر (أقل من 30، من 30 فأكثر).**

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار T في حالة عينتين (Independent Samples T-Test)؛ لمعرفة ما إذا كان هناك فروقات ذات دلالة إحصائية بين المتغيرين.

جدول (9) يوضح اختبار "T" للكشف عن الفروق بين تقديرات عينة الدراسة لدرجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء تبعًا لمتغير العمر

المجال	العمر	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "T"	قيمة Sig	مستوى الدلالة
المجال الأول: إدارة العلاقات الاجتماعية	أقل من 30 سنة	3.625	0.859	0.594	0.553	غير دالة إحصائيًا
	من 30 سنة فأكثر	3.536	0.953			
المجال الثاني: الثقة بالنفس	أقل من 30 سنة	3.584	0.838	0.023	0.982	غير دالة إحصائيًا
	من 30 سنة فأكثر	3.581	0.905			
المجال الثالث: إدارة الانفعالات	أقل من 30 سنة	3.592	0.919	0.392	0.695	غير دالة إحصائيًا
	من 30 سنة فأكثر	3.534	0.922			
المجال الرابع: التخطيط الشخصي	أقل من 30 سنة	3.723	0.896	0.488	0.626	غير دالة إحصائيًا
	من 30 سنة فأكثر	3.800	1.017			
الاستبانة ككل	أقل من 30 سنة	3.634	0.764	0.115	0.908	غير دالة إحصائيًا
	من 30 سنة فأكثر	3.618	0.845			

قيمة **t** الجدولية عند درجة حرية (198) ومستوى دلالة 0.05 = (1.96)، ومستوى دلالة 0.01 = (2.58)

يتبين من الجدول السابق أن قيمة **T** المحسوبة أقل من قيمة **T** الجدولية، وأن قيم "Sig" المقابلة لقيم "T" أكبر من (0.05) في جميع مجالات الاستبانة وفي درجتها الكلية؛ ما يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لدرجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء تعزى إلى متغير العمر، **ونعزو** هذه النتيجة إلى أن: الخبرات التي تتيح الجامعات للطالبات الأرامل وزوجات الشهداء المرور بها، هي ذاتها التي تميز الحياة الجامعية عن غيرها من المراحل العمرية المختلفة، عدم تجزئة البرامج التعليمية في الجامعات بحسب أعمار الطالبات بل بحسب التخصصات وإعداد التجهيزات من قاعات ومختبرات وغيرها، كافة الفعاليات اللامنهجية التي تنظمها الجامعة وتقديم المعلومات والخبرات يتم لكافة الطالبات بذات المستوى، تتم التقييمات بناء على مستوى التحصيل والإنجاز الذي تحققه كل طالبة دون عدّ لعمرهن الزمني، وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة (قنديل وآخرون، 2018) التي توصلت إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا في إدارة الذات للزوجات العاملات باختلاف السن، ولكنها اختلفت مع دراسة (عوض، 2016) التي توصلت إلى وجود فروق بين متوسطات تقديرات عينة الدراسة لمستوى إدارة الذات لدى زوجات شهداء حرب 2014 على غزة تعزى إلى العمر، لصالح الأكبر عمرًا.

3. **لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين درجات تقدير استجابات أفراد العينة لدرجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز إدارة الذات لدى زوجات الشهداء والأرامل تعزى إلى متغير المؤهل العلمي (بكالوريوس، دراسات عليا).**

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار T في حالة عينتين (Independent Samples T-Test)؛ لمعرفة ما إذا كان هناك فروقات ذات دلالة إحصائية بين المتغيرين.

الجدول (10) يوضح اختبار"T" للكشف عن الفروق بين تقديرات عينة الدراسة لدرجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء تبعًا لمتغير المؤهل العلمي

المجال	المؤهل العلمي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "T"	قيمة Sig	مستوى الدلالة
المجال الأول: إدارة العلاقات الاجتماعية	بكالوريوس	3.357	0.960	3.465	0.001	دالة عند 0.01
	دراسات عليا	3.802	0.828			
المجال الثاني: الثقة بالنفس	بكالوريوس	3.324	0.927	4.745	0.000	دالة عند 0.01
	دراسات عليا	3.891	0.724			
المجال الثالث: إدارة الانفعالات	بكالوريوس	3.361	0.919	3.240	0.001	دالة عند 0.01
	دراسات عليا	3.774	0.873			
المجال الرابع: التخطيط الشخصي	بكالوريوس	3.612	1.030	2.668	0.008	دالة عند 0.01
	دراسات عليا	3.980	0.893			
الاستبانة ككل	بكالوريوس	3.420	0.845	3.953	0.000	دالة عند 0.01
	دراسات عليا	3.865	0.728			

قيمة **t** الجدولية عند درجة حرية (198) ومستوى دلالة 0.05 = (1.96)، ومستوى دلالة 0.01 = (2.58)

يتبين من الجدول السابق أن قيمة **T** المحسوبة أكبر من قيمة **T** الجدولية، وأن قيم "Sig" المقابلة لقيم "T" أقل من (0.05) في جميع مجالات الاستبانة وفي درجتها الكلية؛ مما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة **($\alpha \leq 0.05$)** بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لدرجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء تعزى إلى متغير المؤهل العلمي، وكانت الفروق لصالح الطالبات الأرامل وزوجات الشهداء اللواتي مؤهلهن العلمي دراسات عليا، **ونعزو** هذه النتيجة إلى: استمرار الطالبات الأرامل وزوجات الشهداء في إكمال دراستهن ضمن الدراسات العليا يعني المزيد من تراكم الخبرات لديهن، اكتساب مهارات البحث العلمي في الجامعات ينعكس على الواقع الحياتي للطالبات الأرامل وزوجات الشهداء ايجابيًا بما يُحسن من قدرتهم على إدارة ذواتهن خلال حياتهن، وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة (عوض، 2016) التي توصلت إلى وجود فروق بين متوسطات تقديرات عينة الدراسة لمستوى إدارة الذات لدى زوجات شهداء حرب 2014 على غزة تعزى إلى المستوى التعليمي، لصالح حملة الماجستير، ولكنها اختلفت مع دراسة (خطاطبة، 2018) التي توصلت إلى أنه لا توجد فروق بين متوسطات تقديرات عينة الدراسة لمهارات إدارة الذات لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية تعزي لمتغير المستوى الدراسي (دراسات عليا، بكالوريوس)، كما اختلفت مع دراسة (قنديل وآخرون، 2018) التي توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائيًا في إدارة الذات للزوجات العاملات تبعا لمتغير (تعليم الزوج - تعليم الزوجة) لصالح الزوج الحاصل على تعليم جامعي، والزوجة الحاصلة على تعليم جامعي.

4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لدرجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز إدارة الذات لدى زوجات الشهداء والأرامل تعزى إلى متغير سبب وفاة الزوج (مرض، استشهاد، غير ذلك).

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي One Way ANOVA؛ لمعرفة ما إذا كان هناك فروقات بين المتغيرات.

الجدول (11) يوضح اختبار"F" للكشف عن الفروق بين تقديرات عينة الدراسة لدرجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء تعزى إلى متغير سبب وفاة الزوج

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "F"	قيمة Sig	مستوى الدلالة
المجال الأول: إدارة العلاقات الاجتماعية	بين المجموعات	0.859	2	0.430	0.496	0.609	غير دالة إحصائيًا
	داخل المجموعات	170.452	197	0.865			
	الإجمالي	171.311	199				
المجال الثاني: الثقة بالنفس	بين المجموعات	1.646	2	0.823	1.050	0.352	غير دالة إحصائيًا
	داخل المجموعات	154.462	197	0.784			
	الإجمالي	156.108	199				
المجال الثالث: إدارة الانفعالات	بين المجموعات	2.264	2	1.132	1.342	0.264	غير دالة إحصائيًا
	داخل المجموعات	166.171	197	0.844			

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "F"	قيمة Sig	مستوى الدلالة
	الإجمالي	168.434	199				
المجال الرابع: التخطيط الشخصي	بين المجموعات	6.012	2	3.006	3.162	0.044	دالة عند 0.05
	داخل المجموعات	187.271	197	0.951			
	الإجمالي	193.283	199				
الاستبانة ككل	بين المجموعات	2.450	2	1.225	1.825	0.164	غير دالة إحصائيًا
	داخل المجموعات	132.266	197	0.671			
	الإجمالي	134.716	199				

قيمة F الجدولية عند درجتي حرية (197.2) ومستوى دلالة 0.05=(3.04)، ومستوى دلالة 0.01=(4.71).

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

* أن قيم "F" المحسوبة أقل من قيمة "F" الجدولية، وأن قيم "Sig" المقابلة لقيم "F" أكبر من (0.05) في جميع مجالات الاستبانة وفي درجتها الكلية ما عدا المجال الرابع "التخطيط الشخصي"، وهذا يدل أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لدرجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء تعزى إلى متغير سبب وفاة الزوج، **ونعزو** هذه النتيجة إلى: سعي الجامعات لبناء إدارة الذات لدى طالباتها ليصبحن مواطنات صالحات ونافعات لذواتهن ولمجتمعهن، تقديم الجامعات بمناهجها وبهيئاتها الإدارية والأكاديمية وبدعمها اللوجستي والسيكولوجي اللامحدود للطالبات؛ الجهود لتنمية شخصية الطالبات الأرامل وزوجات الشهداء بغض النظر عن التفصيل لكل حالة كسبب وفاة الزوج، فالجامعات تسعى إلى تأدية أحد أهم المهام والواجبات التي أنشأها المجتمع من أجلها.

* أن قيم "F" المحسوبة أكبر من قيمة "F" الجدولية، وأن قيم "Sig" المقابلة لقيم "F" أقل من (0.05) في المجال الرابع "التخطيط الشخصي"، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لدرجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز التخطيط الشخصي لدى الأرامل وزوجات الشهداء تعزى إلى متغير سبب وفاة الزوج، وللكشف عن اتجاه هذه الفروق تم استخدام اختبار شيفيه Scheffe، وذلك كما هو مبين في الجدول التالي:

الجدول (12) يوضح اختبار شيفيه للكشف عن اتجاه الفروق على مجال " التخطيط الشخصي" تبعًا لمتغير سبب وفاة الزوج

المتغير	سبب وفاة الزوج	مرض	استشهاد	المتوسط الحسابي
المجال الرابع: التخطيط الشخصي	مرض	-		3.789
	استشهاد	0.102	-	3.891
	غير ذلك (طبيعي/ حادث)	0.356	0.459*	3.432

* دالة عند 0.05

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لدرجة ممارسة الجامعات الفلسطينية لدورها في تعزيز التخطيط الشخصي لدى الأرامل وزوجات الشهداء تعزى إلى متغير سبب وفاة الزوج، وكانت الفروق لصالح من كن سبب وفاة أزواجهن (الاستشهاد)، **ونعزو** هذه النتيجة إلى: شعور الطالبات وزوجات الشهداء بالفخر والرضا بما قدره الله والاعتزاز بقيمة الشهيد والتضحية في سبيل الله والوطن، تقديم الجامعات المنح والإعفاءات الدراسية لزوجات الشهداء، بما يزيد من ثقتهن بأنفسهن وثقتهن بالمجتمع الذي لم يتركهن وحيدات في مواجهة مصاعب الحياة بعد فقدان المعيل.

الإجابة عن السؤال الثالث:

ما سبل تطوير دور الجامعات الفلسطينية في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء؟

وللإجابة على هذا السؤال تم استخدام المنهج البنائي، وفيما يلي مجموعة من سبل تطوير دور الجامعات الفلسطينية في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء من طالباتها حسب المجالات الأربعة للدراسة:

إدارة العلاقات الاجتماعية:

- تخصيص لقاءات توعوية وتثقيفية تفاعلية تعزز مهارات الاتصال والتواصل والحوار الفعال.

- توفير فرص عمل للأرامل وزوجات الشهداء بما يتلاءم مع قدراتهن ومستواهن العلمي.
- عقد ندوات وورشات عمل تعزز العمل الجماعي لمساعدتهن في إقامة علاقات اجتماعية طيبة مع الآخرين.
- مشاركة الأرامل وزوجات الشهداء في النشاطات الجامعية لعلاج حالات الانطواء والخجل لديهن.
- عقد لقاءات وورش عمل يقدمها مركز دراسات المرأة في الجامعة الإسلامية لتعزيز الدور القيادي لدى زوجات الشهداء والأرامل.
- عرض تجارب لعلاقات اجتماعية ناجحة.

الثقة بالنفس:

- مساعدة الطالبات زوجات الشهداء والأرامل في اكتشاف قدراتهم عن طريق طرح مبادرات تظهر قدراتهن.
- تفعيل اللقاءات التدريبية الخاصة في تحسين مستوى المناعة النفسية لديهن.
- توجيهن إلى التخصصات التي تتناسب مع قدراتهن.
- عقد دورات لتعزيز الأفكار الإيجابية لدى الأرامل وزوجات الشهداء.
- تكريم الأرامل وزوجات الشهداء المتفوقات في دراستهن وتعزيزهن بالمكافآت.
- عرض نماذج لقصص نجاحهن.

إدارة الانفعالات:

- عقد رحلات ترفيهية نهاية العام الدراسي للترفيه عن الطالبات الأرامل وزوجات الشهداء.
- تدريبهن على مهارات ضبط الانفعالات والتحكم فيها.
- توجيه انفعالاتهن نحو الدراسة والبحث.
- تشجيعهن على إقامة علاقات صداقة طيبة مع الغير.
- القيام بنشاطات ترفيهية لتفريغ الضغط النفسي والمشاعر السلبية لديهن.
- فتح باب مراكز الإرشاد النفسي داخل الجامعات لاستيعاب مشاكلهن وإيجاد حلول لها.
- العمل على إظهار الدور الإيجابي لهن، وإظهار قوتهن وصلابتهن في تحمل الصعاب.
- دراسة واقعهن النفسي وتحديد الحاجات لديهن وتوفيرها.
- تدريبهن على أساليب مواجهة الضغوط النفسية والمهنية وآليات التعامل معها.
- التشبيك مع مؤسسات المجتمع المحلي للإفادة من برامجها النفسية.

التخطيط الشخصي:

- تقديم مساق لجميع الطالبات في التخطيط الشخصي.
- تدريب الأرامل وزوجات الشهداء على آليات الإفادة من الوقت في حياتهن.
- رفع مستوى الدافعية للإنجاز من خلال برامج تحفيزية.
- تدريبهن على نحو فاعل وإجرائي على تحليل البيئة المحيطة واستثمار الفرص المتاحة.
- عقد دورات في التخطيط الشخصي وترتيب الأولويات؛ حتى تستطيع الأرملة وزوجة الشهيد إدارة حياتها ومسؤولياتها.
- توجيه الطالبات لبعض المنصات التعليمية الإلكترونية التي تساعدهن علي التخطيط الشخصي.
- تدريبهن على إعداد نماذج في التخطيط الشخصي وعرضه على الأساتذة وتقديم التغذية الراجعة لهن.
- التأكيد على قيمة التخطيط الشخصي وبيان أهميته في إنجاز الأعمال.
- التأكيد على أن التخطيط الشخصي قيمة إيمانية متعلقة بالتوكل على الله تعالى.

توصيات الدراسة

بناءً على ما توصلت إليه الدراسة من نتائج فإنها توصي بما يلي:

1. الأخذ بمجموعة السبل الهادفة إلى تطوير دور الجامعات الفلسطينية في تعزيز إدارة الذات لدى الأرامل وزوجات الشهداء.
2. عقد لقاءات بين الأخصائيين الاجتماعيين في الجامعة والطالبات الأرامل وزوجات الشهداء؛ لمناقشتهن في كيفية اختيار القرارات التي تراعي مصالحهن الشخصية وبالأخص من لديهن أطفال.
3. تنظيم الجامعة لقاءات مع شخصيات نسوية ناجحة من الأرامل وزوجات الشهداء لعرض تجاربهن الناجحة لتحذوا حذوهن.

المصادروالمراجع

أبو النصر، م (2008) *إدارة الذات المفهوم والأهمية والمحاور*، القاهرة: دار الفجر للنشر والتوزيع، ص20.

أبو دف، م (2009) المعوقات التي تحد من الفعالية الاجتماعية لزوجات الشهداء في قطاع غزة وسبل التغلب عليها، *ورقة عمل مقدمة إلى مؤتمر حق الأرملة، كلية التربية*، فلسطين: الجامعة الإسلامية، ص 25

أبو مسلم، م، والموافي، ف (2102) مهارة إدارة الذات وعلاقتها بالتوافق المهني للمعلم، *مجلة بحوث التربية النوعية بجامعة المنورة*، ع (34)، 150 – 155.

أحمد، إ، والعسال، ه (2015) الكفاءة الذاتية المدركة وعلاقتها بالتخطيط الاستراتيجي الشخصي والقدرة على اتخاذ القرار لدى طالبات الجامعة، *مجلة بحوث التربية النوعية*، ع (37)، ص ص 68-101.

الأحمدي، ح (2019) المساندة الوالدية وعلاقتها بإدارة الذات لدى عينة من أبناء الجنود المرابطين على الحدود بالمرحلتين المتوسطة والثانوية بمدينة جدة، *مجلة البحث العلمي في التربية*، مج (9)، ع (20)، ص ص 303-322.

الأغا، ر (2011) *التنبؤ بالسلوك الاجتماعي للنساء الأرامل في ضوء بعض المتغيرات النفسية*، (رسالة ماجستير)، الجامعة الإسلامية، فلسطين، ص94.

أنجلر، ب (2009) *مدخل إلى النظريات الشخصية*، (ترجمة: فهد الدليم)، السعودية: مطبوعات نادي الطائف الأهلي، ص 75.

التخاينة، ص (2018) المهارات الحياتية لدى طلبة جامعة مؤته وعلاقتها بمرونة الأنا لديهم، مجلة دراسات العلوم التربوية، مج (45)، ع (4)، م (6)، ص ص 516-531.

الجراح، ف، والشريفين، ع (2017) عناصر إدارة الذات في التربية الإسلامية دراسة تأصيلية، *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، ع (5)، ص ص 188 – 218.

الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني (2020) *فلسطين في أرقام*، آذار/ مارس، ص 9.

حسن، س (2006) الخصائص السيكو مترية لأدوات القياس في البحوث النفسية والتربوية باستخدامspss، *مركز البحوث التربوية*، كلية التربية، جامعة الملك سعود، السعودية.

خطاطبة، ي (2020) مهارات إدارة الذات وعلاقتها بالرفاهية النفسية لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية\، *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، السعودية*، ع (54)، ص ص 199 – 278.

درادكه، ص (2019) العلاقة بين المرونة النفسية الأسرية ومهارات إدارة الشخصية لدى طلبة جامعة اليرموك، *مجلة دراسات العلوم التربوية*، مج (46)، ع (2)، ص ص 1 – 22.

دسوقي، ش، وأبو سليمة، ن (2020) إدارة الذات وعلاقتها بالكفاءة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، *مجلة كلية التربية*، ع (21)، ص ص 415 - 436.

الدفاعي، ح (2018) *علم النفس الإرشادي والتوجيه التربوي*، كربلاء، العراق: مكتبة الهدى للطباعة، ص 90.

الرجوب، أ، وعمرو، ع. (2018) إدارة الذات وعلاقتها بالمشاركة المجتمعية لدى الفلسطينيين في محافظة الخليل، *ورقة مقدمة إلى مؤتمر نحو رؤية شاملة لتعزيز البنية التحتية الاقتصادية في فلسطين، فلسطين:* جامعة النجاح.

الرويلي، س (2021) التوجهات المستقبلية للجامعات السعودية في ضوء رؤيتها وتحديات تحقيقها، دراسات للعلوم التربوية، 48(2)، ص ص 73-88.

سكر، ن (2018) دور الجامعات الفلسطينية في مواجهة أثار التغيرات المتلاحقة وانعكاساتها على القضية الفلسطينية، *ورقة مقدمة لمؤتمر جامعة الأقصى "التربية في فلسطين بين المتطلبات الوطنية والمتغيرات العالمية"*، فلسطين، ص 2.

سويدان، ب؛ والقاعود، إ؛ وعبيدات، ه (2018) دور كليات التربية في الجامعات الفلسطينية في تعزيز القيم المواطنة لدى الطلاب من وجهة نظر أعضاء هيئة التدريس والطلاب، مجلة دراسات العلوم التربوية، مج (45)، ع (4)، م (7)، ص ص 567 – 585.

شحاتة، إ ومحمود، س (2012) مفهوم إدارة الذات، *مجلة القراءة والمعرفة*، الجمعية المصرية للقراءة والمعرفة، ع (129)، ص ص 90-112.

طمايزة، و(2016) *إدارة الذات وعلاقتها بالقدرة على اتخاذ القرار لدى العاملين في المؤسسات الحكومية وغير الحكومية في محافظة الخليل*، *رسالة ماجستير*، جامعة القدس، فلسطين.

عوض، أ (2016) *إدارة الذات وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى زوجات شهداء حرب 2014 على غزة*، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة، ص 30.

عوض، ع (2004) *علم النفس العام*، مصر: دار المعرفة الجامعية.

غباري، ث (2019) العوامل المؤسسة للعزو السببي للنجاح والفشل وعلاقتها بالدافعية الأكاديمية الذاتية لدى عينة من طلبة الجامعات الأردنية، مجلة دراسات العلوم التربوية، مج (46)، ع (1)، ص ص 345 – 362.

قنديل، س، وآخرون (2018) العلاقة بين إدارة الذات وأداء المسئوليات الأسرية لربات الأسر العاملات في مدينة بورسعيد، *مجلة التربية النوعية*، ع (8)، ص ص 1 -26.

كوفي، س (2004) *العادات السبع للناس الأكثر فعالية*، ط21، الرياض: مكتبة جرير.

معابرة، شروق والسفاسفة، محمد(2020). فاعلية برنامج إرشادي في تنمية مستوى المرونة النفسية، وخفض قلق المستقبل المهني لدى الطلبة الخريجين في الجامعات الأردنية الخاصة. دراسات، العلوم التربوية، 47(3)، 47-64.

نجم، م؛ وآخرون (2020). الصحة النفسية لدى الأرامل في فلسطين وعلاقتها ببعض المتغيرات، ورقة مقدمة إلى *المؤتمر العلمي الأول لرعاية الأيتام التجارب السابقة*

وآفاق التنمية، تركيا: اتحاد رعاية الأيتام المنعقد في الفترة بين (4 – 5) نوفمبر.

نعمان، ص (2020) إدارة الذات وأثره في عقيدة المسلم: دراسة عقدية ميدانية، *مجلة الشمال للعلوم الإنسانية بعسير*، مج (5)، ع (2)، ص ص 3- 40.

الهذلي، ر (2010) *إدارة الذات وعلاقتها بالإبداع الإداري لدى مديرات ومساعدات ومعلمات مدارس المرحلة الثانوية بمدينة مكة المكرمة من وجهة نظرهن، رسالة ماجستير*، جامعة أم القرى، السعودية.

هويدة، م (2013) الصلابة النفسية وإدارة الذات وعلاقتها بالصحة النفسية والنجاح الأكاديمي في ضوء بعض المتغيرات لدى طلاب الدبلوم المهنية بكلية التربية، *مجلة دراسات عربية في علم النفس بمصر*، مج (11)، ع (541)، ص ص 4-618.

وزارة التربية والتعليم (2018) *الدليل الإرشادي للترخيص والاعتماد في مؤسسات التعليم العالي*، غزة، فلسطين.

المراجع الإلكترونية:

الجامعة الإسلامية بغزة. (2020). 23/ 4، الساعة 9:45م، https://www.iugaza.edu.ps/%D8%B9%D9%86-%D8%A7%D9%84%D8%AC%D8%A7%D9%85%D8%B9%D8%A9

وزارة التنمية الاجتماعية. (2021). http://www.mosa.gov.ps/pages/32.html. 6/30، 2:15م.

References

Alrwail, S. (2021). Future Trends of Saudi Universities in Light of Their Vision and the Challenges of Achieving Them. *Dirasat: Educational Sciences*, *48*(2), 73-88.

Daradkeh, S. (2019). The Relationship between Mental Family Resilience and Personal Skills Management among Yarmouk University Students. *Dirasat: Educational Sciences*, *46*(2), 1-22.

Ghbari, T. (2021). Factors Underlie Causal Attribution of Success and Failure and its Relationship to Academic Self-Motivation among a Sample of Jordanian University Students. *Dirasat: Educational Sciences*, *46*(1), 345-362.

Maabreh, S., & Alsafasfh, M. (2020). The Effectiveness of a Counseling Program to Improve the Psychological Flexibility and Reduce the Career Future Anxiety Among The Undergraduates Students in the Jordanian Private Universities. *Dirasat: Educational Sciences*, *47*(3), 47-64.

Runhaar, P., Bouwmans, M.,Vermeulen, M. (2019). Exploring teachers' career self-management. Considering the roles of organizational career management, occupational self-efficacy, and learning goal orientation, *Human Resource Development International*, 22(4), 364-384, DOI: 10.1080/13678868.2019. 1607675.

Waweru, Nancy & Gachunga, Hazel & Kihoro, John. (2020). Influence of principals' self-management on the organizational commitment of teachers in secondary school in county governments in Kenya, *Independent Journal of Management & Production*, 11(4), 1434- 1453.