سمات الشخصية وعلاقتها بالقلق لدى النساء المراجعات للعيادات النفسية في قطاع غزة

Personality Traits and Their Relationship to Anxiety Among Women Attending Psychiatric Clinics in the Gaza Strip

10.35781/1637-000-182-007

الباحثة/ فداء بسام بدوان*

*أخصائية نفسية

اسم الجامعة: جامعة كسلا- كلية التربية

Email : FidaBdwan94@hotmail.com

الملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى استقصاء العلاقة بين سمات الشخصية والقلق لدى النساء المراجِعات للعيادات النفسية في قطاع غزة. تكونت عينة الدراسة من (212) سيدة، تم اختيارهن بطريقة قصدية من المراجِعات للعيادات النفسية التابعة لجمعية عايشة. ولتحقيق أهداف الدراسة، استخدمت الباحثة مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (NEO-FFI) لقياس أبعاد الشخصية، إضافة إلى بُعد القلق من مقياس الاضطرابات النفسية الذي أعدته الباحثة. اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، وتم تحليل البيانات باستخدام برنامج SPSS. وأظهرت النتائج أن مستوى القلق لدى النساء كان مرتفعًا نسبيًا، وأن سمة العصابية كانت الأكثر ارتباطًا بالقلق، في حين ارتبطت سمات مثل يقظة الضمير والانبساط بانخفاض مستوى القلق. كما بينت النتائج وجود فروق دالة إحصائيًا في مستوى القلق تبعًا للعمر والوضع الاقتصادي، بينما لم تُسجَّل فروق جوهرية تعزى إلى الحالة الاجتماعية. وأوصت الدراسة بإجراء تدخلات وقائية تستهدف النساء ذوات العصابية المرتفعة؛ لتقليل احتمالية إصابتهن باضطرابات القلق.

الكلمات المفتاحية: سمات الشخصية، العصابية، القلق، العوامل الخمسة الكبرى، النساء، غزة.

ISSN : 2410-1818

Personality Traits and Their Relationship to Anxiety Among Women Attending Psychiatric Clinics in the Gaza Strip

Prepared by: Fidaa Bassam Badwan*

*** Specialist:** Psychologist

University of Kassala - Faculty of Education

Email : FidaBdwan94@hotmail.com

Abstract

This study aimed to investigate the relationship between personality traits and anxiety among women attending psychiatric clinics in the Gaza Strip. The study sample consisted of (212) women, purposively selected from among those attending psychiatric clinics affiliated with the Aisha Association. To achieve the study objectives, the researcher employed the NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) to measure personality dimensions, along with the anxiety subscale drawn from a broader psychological disorders scale developed by the researcher. The study adopted a descriptive correlational design, and data were analyzed using SPSS. The findings revealed that anxiety levels among participants were relatively elevated, with neuroticism emerging as the personality trait most strongly associated with anxiety, whereas traits such as conscientiousness and extraversion were correlated with lower anxiety levels. Furthermore, statistically significant differences in anxiety levels were found in relation to age and economic status, while no substantial differences were observed concerning marital status. The study recommended the implementation of preventive interventions targeting women with high neuroticism to reduce their likelihood of developing anxiety disorders.

Keywords: *Personality traits, Neuroticism, Anxiety, Big Five Factors, Women, Gaza.*

ISSN : 2410-1818

المقدمة

يُعد القلق النفسي من أكثر الاضطرابات شيوعًا وانتشارًا في المجتمعات العربية، حيث تشير العديد من الدراسات إلى أنه من أبرز المشكلات التي تواجه النساء نظرًا لطبيعة الضغوط الاجتماعية والأسرية التي يتعرضن لها (الحياني، 2011؛ أبو عاصي، 2016). ويظهر القلق بدرجات متفاوتة، فقد يكون في حدوده الطبيعية دافعًا للتكيف، لكنه يصبح اضطرابًا إكلينيكيًا حين يتجاوز قدرة الفرد على المواجهة، مما يؤثر سلبًا في صحته النفسية وتوافقه الاجتماعي (زهران، 2005). وفي المقابل، تلعب سمات الشخصية دورًا مهمًا في توجيه استجابات الأفراد لمصادر التوتر، إذ تمثل العصابية والانبساط والمقبولية والانفتاح على الخبرة ويقظة الضمير أبعادًا أساسية تسهم في تفسير الفروق الفردية. وقد أظهرت دراسات محلية أن العصابية ترتبط ارتباطًا موجبًا بالقلق والاكتئاب، بينما تعمل سمات مثل الانبساط ويقظة الضمير كعوامل وقائية تحد من شدة القلق وتعزز التكيف النفسي (السرطاوي، 2010؛ قشطاطه وعوين، 2013). من هنا تبرز أهمية دراسة العلاقة بين سمات الشخصية والقلق النفسي لدى النساء، لما تمثله من قيمة علمية وتطبيقية في ميادين التشخيص والعلاج النفسي، وكذلك في تطوير البرامج الوقائية التي تستهدف الفئات الأكثر عرضة للاضطرابات.

مشكلة الدراسة:

يُعدّ القلق من أكثر الاضطرابات النفسية شيوعًا لدى النساء، حيث يؤثر على صحتهن النفسية والاجتماعية ويحد من قدرتهن على التكيف. وتشير الأدبيات إلى أن سمات الشخصية، وخاصة العصابية، تلعب دورًا مهمًا في التنبؤ بالقلق، بينما قد تسهم سمات مثل الانبساط ويقظة الضمير في خفضه. ورغم وجود دراسات أجنبية تناولت هذه العلاقة، إلا أن الدراسات العربية، خصوصًا في السياق الإكلينيكي، ما تزال محدودة. ومن هنا تتحدد مشكلة الدراسة الحالي في السؤال الرئيس: **ما السمات الشخصية السائدة لدى النساء المراجعات لدى العيادات النفسية في قطاع غزة وعلاقتها بالقلق لديهن؟**

ويتفرع من السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية الآتية:

1. ما مستوى القلق لدى النساء المراجعات للعيادات النفسية؟
2. هل توجد علاقة ارتباطية دالة بين سمات الشخصية (العصابية، الانبساط، الانفتاح على الخبرة، المقبولية، يقظة الضمير) ومستوى القلق؟
3. هل توجد فروق دالة إحصائيًا في مستوى القلق تُعزى لبعض المتغيرات الديموغرافية (العمر، المستوى التعليمي، الوضع الاقتصادي)؟

ISSN : 2410-1818

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى:

1. الكشف عن أبرز سمات الشخصية التي تتميز بها النساء المراجعات للعيادات النفسية.
2. التعرف على مستوى القلق لدى النساء المراجعات للعيادات النفسية.
3. دراسة العلاقة الارتباطية بين سمات الشخصية (العصابية، الانبساط، الانفتاح على الخبرة، المقبولية، يقظة الضمير) ومستوى القلق.
4. الكشف عن الفروق في مستوى القلق تبعًا لبعض المتغيرات الديموغرافية (العمر، المستوى التعليمي، الوضع الاقتصادي).

أهمية الدراسة

1. الأهمية النظرية

- تسهم هذه الدراسة في إثراء الأدبيات النفسية العربية حول العلاقة بين سمات الشخصية والقلق، إذ تركز على فئة إكلينيكية من النساء، وهي فئة لم تحظَ بالاهتمام الكافي في الدراسات السابقة.
- تعزز نتائج الدراسة من الفهم النظري للعلاقة بين العصابية وبقية سمات الشخصية من جهة، والقلق كأحد الاضطرابات النفسية الأكثر شيوعًا من جهة أخرى.
- تضع هذه الدراسة إطارًا علميًا يمكن أن يُستفاد منه في دراسات لاحقة تربط بين الشخصية والاضطرابات النفسية المختلفة في السياق العربي.

2. الأهمية التطبيقية

- تساعد نتائج الدراسة الأخصائيين النفسيين والإكلينيكيين على التشخيص المبكر للنساء الأكثر عرضة للقلق، من خلال التعرف على سمات شخصياتهن.
- تتيح إمكانية تصميم برامج وقائية وإرشادية تستهدف النساء ذوات العصابية المرتفعة، بهدف خفض مستوى القلق لديهن.
- تقدم نتائجها قاعدة بيانات يمكن أن تستفيد منها المؤسسات الصحية والاجتماعية في قطاع غزة لتطوير خطط تدخل أكثر فاعلية.
- يمكن أن تسهم في توعية المجتمع والأسرة بأهمية السمات الشخصية في تشكيل قابلية الفرد للاضطرابات النفسية، وخاصة القلق.

ISSN : 2410-1818

مصطلحات الدراسة

1. **القلق(Anxiety)**

- **اصطلاحًا** :يُعرّف القلق بأنه حالة انفعالية معقدة تتضمن مشاعر من الخوف والترقب، ترتبط بزيادة نشاط الجهاز العصبي الذاتي وتؤثر سلبًا في التفكير والأداء .(Hammen & Watkins, 2018, p. 3)

التعريف الإجرائي: هو عبارة عن حالة انفعالية شديدة التعقيد تشمل مشاعر من الخوف والترقب.

2. **سمات الشخصية(Personality Traits)**

- **اصطلاحًا** :السمات هي أنماط ثابتة نسبيًا من الإدراك والانفعال والسلوك، تمثل الفروق الفردية الجوهرية وتُعد مؤشرات للتكيف أو القابلية للاضطرابات.(McCrae & Mõttus, 2019)

التعريف الإجرائي : هو عبارة عن صفات وسمات تشمل الإدراك والانفعال.

حدود الدراسة

1. **الحدود البشرية**: اقتصرت الدراسة على عينة مكونة من (212) سيدة من النساء المراجعات للعيادات النفسية التابعة لجمعية عايشة في قطاع غزة، وبالتالي فإن النتائج تعكس خصائص هذه الفئة تحديدًا ولا يمكن تعميمها على جميع النساء.
2. **الحدود المكانية**: تم تطبيق أدوات الدراسة في العيادات النفسية التابعة لجمعية عايشة لحماية المرأة والطفل في قطاع غزة.
3. **الحدود الزمانية**: تمثلت الحدود الزمنية في عامي (2025/2024).
4. **الحدود الموضوعية**: سمات الشخصية وعلاقتها بالقلق لدى النساء المراجعات للعيادات النفسية في قطاع غزة

ISSN : 2410-1818

الإطار النظري والدراسات السابقة

- **الإطار النظري:**

القلق هو استجابة طبيعية للتوتر، تنبه الجسم للخطر وتجهزه للتعامل مع التحديات. أما الاضطراب فيحدث عندما يصبح هذا القلق مفرطاً، مستمراً، وغير متناسب مع الموقف. عندها يتحول من آلية دفاع مفيدة إلى حالة مرضية تعيق الحياة اليومية. وتتنوع اضطرابات القلق لتشمل أنواعاً متعددة، كالقلق المعمم، ونوبات الهلع، والرهاب بأنواعه.

أولا- القلق النفسي:

– التعريف اللغوي : يُعرف القلق في اللغة العربية بأنه الاضطراب والانزعاج وفقدان الطمأنينة، كما ورد في معجم لسان العرب لابن منظور. وهذا التعريف يشير إلى البعد الداخلي غير المريح الذي يعتري النفس البشرية.

-التعريف الاصطلاحي (النفسي والتشخيصي) : يمكن تصنيف التعريفات الاصطلاحية إلى مستويين متكاملين:

يُعرّفه السحيم (2020) بأنه: "شعور غامض بالتوتر والخوف يصاحبه أعراض جسدية مثل تسارع ضربات القلب والتعرق "وهذا التعريف يركز على الجانب الفسيولوجي المصاحب للقلق، ووصفه بأنه "غامض" يشير إلى عدم وضوح مصدر التهديد في كثير من الأحيان.

-المستوى الوظيفي (السياق الانفعالي والزمني): حالة انفعالية تتداخل فيها مشاعر الخوف والحذر غالبًا تجاه المستقبل"، مما يبرز البعد التوقعي للقلق وارتباطه بالخوف من أحداث قادمة، أما الجمعية الأمريكية للطب النفسي**DSM)** فتعرفه إكلينيكياً كاضطراب عندما يكون "خوفًا مفرطًا أو قلقًا مستمرًا يصعب التحكم فيه ويستمر ستة أشهر أو أكثر"، مما يحول التعريف إلى معيار تشخيصي كمّي وزمني. سرحان وآخرون (2008)

تظهر أعراض القلق في بُعدين:

1. **الأعراض النفسية** :التوتر الشديد، الحساسية المفرطة، صعوبة اتخاذ القرار، التشاؤم، واضطراب التركيز.
2. **الأعراض الجسدية** :الصداع، الإرهاق، التعرق، اضطراب التنفس، واضطرابات هضمية وجنسية (الحياني، 2011، ص 107) وقد أظهرت الدراسات أن بعض السمات الشخصية تجعل الفرد أكثر عرضة للقلق، مثل الحساسية الزائدة، ضعف الثقة بالنفس، الميل للتشاؤم، الانطواء، وكثرة التفكير (العيسوي، 2004، ص 144).

ISSN : 2410-1818

القلق في ضوء النظريات النفسية

- **التحليل النفسي:** صنّف فرويد القلق إلى موضوعي، خلقي، وعصابي، واعتبره نتاج صراع بين الهو والأنا والأنا الأعلى(Freud, 1926; الشناوي، 2000، ص 377).
- **السلوكية :**ترى أن القلق سلوك مكتسب عن طريق الارتباط الشرطي، وتفسيره يقوم على التعلم والتعزيز (غراب، 2000، ص 44).
- **الإنسانية** :ينشأ القلق من إدراك الفرد لمحدودية وجوده وفشله في تحقيق ذاته (أبو صايمة، 1995، ص 78).
- **المعرفية** :يربط بيك القلق بتشوهات معرفية وتوقعات كارثية للمستقبل، بينما يرى إليس أن الأفكار غير المنطقية هي المصدر الأساسي له

(Beck, 1976؛Beck et al., 1985؛ Ellis, 1962 ؛ العيسوي، 2004، ص 145؛ زهران، 2005، ص 311). ويتضح مما سبق أن القلق النفسي يُمثل أحد أهم الاضطرابات الشائعة التي تؤثر في تكيف الفرد وصحته النفسية، وأن تفسيره لا يقتصر على جانب واحد بل يشمل أبعادًا نفسية ومعرفية وسلوكية. ومن أجل فهم أعمق للعوامل التي قد تفسر شدة القلق أو تقلل منه، تبرز أهمية دراسة **سمات الشخصية** بوصفها متغيرًا أساسيًا يسهم في تفسير الفروق الفردية في الاستجابة للقلق.

ثانيا- سمات الشخصية:

حين نتأمل سلوك الأفراد في حياتهم اليومية، نلحظ أن لكل شخص أسلوبه الخاص في التفكير والشعور والتصرف، وكأن هناك "بصمة نفسية" تميّزه عن غيره. هذه البصمة هي ما يطلق عليه علماء النفس "سمات الشخصية"، فهي تمثل مزيجًا من الخصائص النفسية التي تمنح الفرد قدرًا من الثبات والاتساق في مواقفه المختلفة، مع بقاء مجال للتغير والتطور عبر الخبرات الحياتية (العيسوي، 2004، ص 58؛ زهران، 2005، ص 311). لقد شكّلت دراسة السمات مدخلًا أساسيًا لفهم الشخصية في علم النفس المعاصر، لأنها تساعد على تفسير الفروق الفردية والتنبؤ بالسلوك. فمنذ بدايات القرن العشرين سعى الباحثون - مثل ألبورت (Allport, 1937) وكاتل – (Cattell, 1966) إلى تحديد السمات الجوهرية التي تُكوّن الشخصية، وصولًا إلى النماذج الحديثة كالعوامل الخمسة الكبرى التي لاقت انتشارًا واسعًا في الدراسات النفسية(McCrae & Costa, 1992 ؛ Widiger & Oltmanns, 2017).

تعريفات سمات الشخصية: تُشير السمات إلى الخصائص الثابتة نسبيًا التي تميّز الفرد وتوجه سلوكه. وقد عرّفها **ألبورت (Allport, 1937)** بأنها نزعات عصبية تمنح السلوك قدرًا من الثبات والاتساق.

ISSN : 2410-1818

يرى **كاتل (Cattell, 1966)** أن السمة بناء عقلي يمكن استنتاجه من السلوك ويساعد على التنبؤ باستجابات الفرد. كما أوضح **العيسوي (2004، ص 58)** أن السمة هي ميل ثابت يعكس الفروق الفردية في التفكير والانفعال والسلوك.

-تقسيم سمات الشخصية:

تُشكّل نظريات السمات أحد الأطر الفاعلة في فهم بنية الشخصية، إذ تسعى إلى تحديد الوحدات الأساسية القابلة للقياس التي تفسر اتساق السلوك وتميز الأفراد. وتتباين هذه النظريات في مستوى تعميمها وفي منهجيات استخلاصها للسمات، كما هو موضح في النماذج التأسيسية الثلاثة التالية:

أولاً: النموذج التمايزي عند ألبورت(Allport)

ميّز ألبورت بين مستويين من السمات بناءً على مدى شيوعها بين الأفراد:

-السمات المشتركة :(Common Traits) وهي أبعادٌ سيكومترية تنطبق على معظم أعضاء ثقافة أو مجتمع معين، كالتدين، أو الطموح، أو الامتثال للقيم الاجتماعية. تعكس هذه السمات أوجه التشابه الثقافي، وتصلح للمقارنة بين الأفراد ضمن السياق ذاته.

-السمات الفردية :(Individual Traits) وهي السمات الخاصة التي تميز كل شخص بصفته كياناً فريداً، وتمنحه طابعه السلوكي المميز. وقد قسّمها ألبورت إلى سمات أساسية(Cardinal) ، ومركزية(Central) ، وثانوية(Secondary) ، مؤكداً أن الفهم العميق للشخصية يتطلب تتبع هذه السمات الفردية وليس الاقتصار على المشتركة (عبد الرحمن والقاسم، 2013).

ثانياً : النموذج العاملي : عند كاتل(Cattell) : اعتمد كاتل على المنهج العاملي الاستكشافي، مستخدماً بيانات الحياة(L-data) ، والاستبيانات(Q-data) ، والاختبارات الموضوعية(T-data) ، ليستخلص ست عشرة سمةً مَصْدَرِيَّةً أساسية تمثل البنية الكامنة للشخصية. وقد وضع تمييزاً إبستيمولوجياً بين: السمات السطحية :(Surface Traits) وهي الصفات الظاهرة التي يمكن ملاحظتها مباشرةً في السلوك اليومي، وتتغيّر بتغيّر المواقف، وغالباً ما تكون نتاجاً لتفاعل عدة سمات مصدرية معاً وأما السمات المصدرية :(Source Traits) وهي العوامل الأساسية الأكثر ثباتاً وعمقاً، والتي تشكّل البنية الحقيقية المستقرة للشخصية، ولا تُكشف إلا عبر التحليل العاملي، وتُعَدّ الوحدات البنائية الفعلية للتنبؤ بالسلوك كما ذكرت دراسة (Cattell, 1966) ؛ كما اشارت دراسة(الشناوي، 2000).

ثالثاً: النموذج الهرمي البيولوجي عند إيزنك(Eysenck) : انطلق إيزنك من فرضية بيولوجية عصبية، مفترضاً أن الفروق الفردية في الشخصية تعود إلى اختلافات في مستويات الإثارة القشرية

ISSN : 2410-1818

والجهاز العصبي اللاإرادي. وقد حصر البنية العاملية للشخصية في ثلاثة أبعاد كبرى(Superfactors) ، تتموضع على سلسلة متصلة، وتشمل البعد الانبساطي-الانطوائي :(Extraversion-Introversion) ويرتبط بمستوى التنشيط القشري القاعدي، إذ يميل الانبساطيون إلى انخفاض الإثارة الداخلية، فيسعون إلى المنبهات الخارجية، بينما يعاني الانطوائيون من فرط الإثارة فيتجنبونها ,Eysenck) 1991).

-رابعاً: نموذج العوامل الخمسة الكبرى(Big Five) :

شهد حقل علم نفس الشخصية تطوراً باراديمياً منذ الإسهامات التأسيسية لكل من ألبورت وكاتل وإيزنك، والتي رسّخت منهجيات تصنيف السمات من منظور معجمي وإحصائي. غير أن الإطار النظري الذي هيمن على الأدبيات المعاصرة، وأضفى طابعاً توحيدياً على بحوث الفروق الفردية، هو نموذج العوامل الخمسة الكبرى(Big Five) ، الذي بات يُعتبر النموذج الجامع الأكثر صلاحية وموثوقية في السياقات السريرية والتنظيمية والتنموية على حد سواء .(McCrae & Costa, 1992) يستند هذا النموذج إلى خمسة أبعاد بنيوية تمثل أنماطاً ثابتة عابرة للثقافات في التنظيم المعرفي والوجداني والسلوكي، وهي:

أولاً: العصابية(Neuroticsm) وهي التي تُعرّف بأنها الاستعداد المزمن لتجربة الانفعالات السلبية كالقلق والاكتئاب والغضب، وتُمثل أقوى المؤشرات الشخصية للقابلية للاضطرابات النفسية المحورية، وخصوصاً اضطرابات القلق والاكتئاب، وفق ما تؤكده التحليلات البنيوية الحديثة (Widiger & Oltmanns, 2017, p. 144.؛ Hu, 2024, p. 148)

ثانياً: الانبساط(Extraversion) ، الذي يعكس اتجاه الفرد نحو التفاعل الاجتماعي الإيجابي، والنشاط الحركي، والحيوية التعبيرية، إلى جانب دوره المحوري في بناء شبكات العلاقات الاجتماعية الداعمة، وهو ما ارتبط بمؤشرات الرفاه النفسي والاندماج المجتمعي.(Seibert & Kraimer, 2020)

ثالثاً: المقبولية(Agreeableness) ، والتي تُشير إلى النزعة المتسقة نحو التعاون والثقة والتعاطف والانسجام العلائقي، وقد أظهرت الدراسات الطولية أنها تمثل عاملاً حامياً من السلوك النزاعي، ومعززاً للدعم الاجتماعي المدرَك.(Graziano & Tobin, 2017)

رابعاً: يقظة الضمير(Conscientiousness) ، التي تعبّر عن مستوى التنظيم الذاتي، والانضباط، والالتزام بالمعايير، والمسؤولية الشخصية، وقد أثبتت الأبحاث ارتباطها العكسي بمعظم الاضطرابات النفسية، وارتباطها الطردي بمؤشرات الصحة النفسية الإيجابية والكفاءة الذاتية ,.Roberts et al) 2020).

خامساً: الانفتاح على الخبرة(Openness to Experience) ، الذي يمثل الميل إلى الاستكشاف الفكري، والخيال الإبداعي، والتفتح على القيم والأفكار الجديدة، وقد ارتبط هذا البعد بالمرونة

ISSN : 2410-1818

المعرفية والقدرة على التكيف مع الظروف المستجدة، مما يجعله متغيراً وسيطاً مهماً في عمليات التعلم والابتكار.(Sutin et al., 2019) وهكذا، يُقدّم نموذج العوامل الخمسة إطاراً تكاملياً يتجاوز مجرد وصف السمات إلى تفسير آلياتها الفسيولوجية والاجتماعية والمعرفية، مما يجعله أداة محورية في البحوث النفسية المعاصرة، وأساساً للتطبيقات العملية في مجالات الصحة النفسية، والاختيار المهني، والتنمية البشرية.

خامساً: العلاقة بين سمات الشخصية والقلق (الربط الإكلينيكي)

يَرتفع مستوى القلق لدى الأفراد الذين يسجّلون درجات عالية على بُعد العصابية، نظراً لميولهم المتكررة إلى التفكير السلبي، وتعرضهم لمشاعر الخوف والتوتر والاكتئاب(Hu, 2024) ؛ (Widiger & Oltmanns, 2017). في المقابل، أوضحت بعض الدراسات أن كلاً من الانبساط والمقبولية يسهمان في خفض مستوى القلق وتعزيز التوافق الاجتماعي، من خلال الميل إلى التفاعل الإيجابي والحصول على الدعم الاجتماعي(Seibert & Kraimer, 2020) ؛ (Graziano & Tobin, 2017). كما أظهرت دراسات أخرى أن يقظة الضمير ترتبط بانخفاض مستويات القلق، بفضل دورها في تعزيز الانضباط الذاتي والقدرة على مواجهة الضغوط .(Roberts et al., 2020) وعلى الصعيد العربي، توصلت دراسات محلية إلى أن ارتفاع العصابية يُعَدُّ مؤشراً قوياً للتعرض للقلق، في حين أن الانبساط والانفتاح على الخبرة يسهمان في التكيف النفسي وخفض الاستجابات القلقية (زهران، 2005؛ العيسوي، 2004).

*** الدراسات السابقة**

تم ترتيب الدراسات السابقة على ثلاثة محاور طبقاً لمتغيرات الدراسة وهي الدراسات التي تناولت سمات الشخصية والدراسات السابقة التي تناولت القلق والدراسات السابقة التي تناولت جمعت بين سمات الشخصية والقلق وتمثلت في (7) دراسات سابقة وحديثة بدئت من عام 2025 ثم انتهت الى (2010) وتمثلت الدراسات السابقة بالاتي:

أ) المحور الأول- الدراسات التي تناولت سمات الشخصية

1. **دراسة (Webb et all,2025) بعنوان : الضغوط الثقافية والارتباطات السلوكية للقلق ما بعد الجائحة بين طلاب الجامعات الإماراتيين** تناولت دراسة ويب واخرون استكشاف انتشار القلق وعوامله لدى طلاب الجامعات الإماراتية بعد الجائحة، باستخدام مقياس GAD-7 على عينة قوامها 7244 طالباً من 16 حرمًا جامعيًا. أظهرت النتائج أن 8٪ يعانون قلقاً حاداً، مع ارتباط دال إحصائياً بالجنس (الإناث)، والعمر الأصغر، والدخل المنخفض، والإعاقة، والأمراض المزمنة، والاضطرابات النفسية المصاحبة. كما ارتبط الإفراط في استخدام الإنترنت والألعاب بارتفاع القلق. وتوصي

ISSN : 2410-1818

الدراسة بتدخلات نفسية مراعية للثقافة، تعالج الوصمة، وتعزز الكشف المبكر، مع تطوير أنظمة دعم جامعية تشمل موارد عربية وإرشاد أقران وإشراك الأسرة.

2. **Roberts et al. (2020)**:أجروا دراسة باستخدام **التحليل التلوي(Meta-analysis)** ، وأكدوا أن يقظة الضمير ترتبط بالصحة النفسية الإيجابية وانخفاض مستويات القلق. وتدعم هذه النتيجة ما توصلت إليه الدراسة الحالية من أن يقظة الضمير تسهم في خفض القلق.
3. **Widiger & Oltmanns (2017)** في دراسة نظرية تحليلية، أوضحا أن العصابية ترتبط بقوة باضطرابات القلق والاكتئاب، بينما الانبساط والمقبولية يعززان التوافق الاجتماعي. وهذه النتائج متسقة مع نتائج الدراسة الحالية التي أبرزت دور العصابية كعامل خطورة، مقابل دور الانبساط والمقبولية كعوامل وقائية.

ب) المحور الثاني : الدراسات السابقة التي تناولت القلق

4. **Hu (2024)** :في مراجعة منهجية حديثة(Systematic Review) ، خلصت إلى أن العصابية من أبرز السمات المرتبطة باضطرابات القلق على اختلاف أنواعها. وتتفق هذه النتائج مع الدراسة الحالية في إبراز دور العصابية كمتغير أساسي للتنبؤ بالقلق.
5. **الحياني (2011)**: تناولت القلق النفسي وعلاقته بسمات الشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية بالأردن، بالاعتماد على **المنهج الوصفي التحليلي** .وأوضحت النتائج أن العصابية والانطواء يسهمان في رفع القلق، في حين أن الانبساط ويقظة الضمير يقللان منه. وهو ما ينسجم مع نتائج الدراسة الحالية التي أظهرت أن الانبساط ويقظة الضمير ارتبطا بانخفاض القلق.

ت) المحور الثالث : الدراسات التي جمعت بين سمات الشخصية والقلق

6. **أبو عاصي (2016)**: هدفت إلى دراسة العلاقة بين سمات الشخصية والقلق والاكتئاب لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة، باستخدام **المنهج الوصفي الارتباطي** .وأشارت النتائج إلى ارتباط العصابية بارتفاع القلق، بينما ارتبط الانبساط والمقبولية بانخفاضه. وتتفق هذه النتيجة مع الدراسة الحالية في كون العصابية السمة الأكثر ارتباطًا بالقلق.
7. **السرطاوي (2010)**: درست العلاقة بين سمات الشخصية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى النساء باستخدام **المنهج الوصفي الارتباطي** .وأظهرت النتائج أن العصابية سمة تنبؤية قوية بارتفاع القلق النفسي، وهي نتيجة متوافقة مع ما توصلت إليه الدراسة الحالية.

ISSN : 2410-1818

التعقيب على الدراسات السابقة

تناولت الدراسات السابقة ثلاثة محاور أساسية وهي الدراسات التي تناولت سمات الشخصية فيما تناول المحور الثاني الدراسات السابقة التي تناولت القلق بينما تناول المحور الثالث الدراسات السابقة التي جمعت بين سمات الشخصية والقلق وقد تناولت دراسة Roberts et al. (2020) حيث تناولت اليقظة التي تسبب القلق بينما تناولت دراسة Widiger & Oltmanns (2017) فيما تناولت دراسة (Webb et all,2025) القلق ودوره في التحصيل الاكاديمي لطلبة الجامعات الإمارتيين، حيث تناولت الأخيرة العصابية والقلق والإكتئاب، حيث ألتقت الدراستين في نفس المحور، بينما تناول المحور الثاني الدراسات التي تناولت القلق وتمثلت في مراجعة منهجية حديثة Systematic Review)) حيث خلصت إلى أن العصابية من أبرز السمات المرتبطة باضطرابات القلق على اختلاف أنواعها بينما تناولت دراسة الحياني (2011) القلق النفسي وعلاقته بسمات الشخصية لدى طالبات المرحلة فيما تناولت دراسة السرطاوي (2010) العلاقة لدى طالبات الثانوية العامة بالأردن، وتناول المحور الثالث الدراسات السابقة وهي التي جمعت بين سمات الشخصية والقلق حيث تناولت دراسة أبو عاصي (2016) وقد تناولت العلاقة بين سمات الشخصية والقلق والاكتئاب لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة والتي تحدثت عن سمات الشخصية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى النساء في العيادات الحكومية بقطاع غزة.

منهجية البحث وإجراءاته

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

منهج الدراسة:

من أجل تحقيق أهداف الدراسة قامت الباحثة باستخدام المنهج الوصفي التحليلي الذي يحاول من خلاله وصف الظاهرة موضوع الدراسة، وتحليل بياناتها، والعلاقة بين مكوناتها والآراء التي تطرح حولها والعمليات التي تتضمنها ولآثار التي تحدثها. ويُعرف المنهج الوصفي التحليلي بأنه: "المنهج الذي يسعى لوصف الظواهر أو الأحداث المعاصرة، أو الراهنة فهو أحد أشكال التحليل والتفسير المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة، ويقدم بيانات عن خصائص معينة في الواقع، وتتطلب معرفة المشاركين في الدارسة والظواهر التي ندرسها والأوقات التي نستعملها لجمع البيانات (الحمداني، 2006).

ISSN : 2410-1818

مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من النساء المصابات ببعض الاضطرابات النفسية والمسجلات في جمعية عايشة بقطاع غزة للعام 2025، والبالغ عددهن (471) مستفيدة.

عينة الدراسة:

1-العينة الاستطلاعية :تكونت من (30) سيدة من مجتمع الدراسة، تم اختيارهن بطريقة العينة الميسرة (الصدفية)وهي عينة استطلاعية وليست قصدية، وذلك بهدف التأكد من خصائص أدوات الدراسة ومدى ملاءمتها لجمع البيانات.

2-**العينة الفعلية** :تكونت عينة الدراسة الفعلية من (212) سيدة من المصابات ببعض الاضطرابات النفسية والمسجلات في جمعية عايشة بقطاع غزة للعام 2025، بنسبة (45٪) من المجتمع الأصلي للدراسة. ويوضح الجدول التكرارات والنسب المئوية لتوزيع أفراد العينة وفق عدد من المتغيرات المستقلة التصنيفية.

رقم الجدول (1) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة

المتغيرات		العدد	النسبة المئوية
الحالة الاجتماعية	غير متزوجة	77	36.3
	متزوجة	135	63.7
	المجموع	**212**	**100**
العمر	أقل من 30 سنة	52	24.5
	من 31-40 سنة	135	63.7
	أكثر من 40 سنة	25	11.8
	المجموع	**212**	**100**
مستوى الدخل	منخفض	109	51.4
	متوسط	78	36.8
	مرتفع	25	11.8
	المجموع	**212**	**100**

ISSN : 2410-1818

أداة الدراسة: لتحقيق أهداف الدراسة الحالية قامت الباحثة باستخدام الأدوات التالية:

-مقياس القلق النفسي

وصف المقياس: قامت الباحثة بإعداد مقياس القلق النفسي، وذلك بعد دراسة متعمقة لمفهوم القلق في المعاجم اللغوية، والمراجع النفسية، والمصادر الدينية، فضلاً عن الاطلاع على عدد من المقاييس السابقة التي تناولت هذا المتغير في سياقات بحثية متنوعة. وقد استهدفت الباحثة من وراء ذلك بناء أداة قياس مناسبة لتقدير مستوى القلق لدى النساء المصابات ببعض أعراض القلق، والمسجلات في جمعية عايشة بقطاع غزة حيث تكوَّن المقياس في صورته الأولية من (7) فقرات، وصُمِّم وفق نموذج التقدير المتدرج (Likert scale)، بحيث تسجِّل المبحوثات استجاباتهن عبر درجات محددة سلفاً. ولم تقتصر الباحثة على مرحلة البناء فحسب، بل قامت بحساب الخصائص السيكومترية للمقياس؛ للتحقق من صدقه وثباته، بما يكفل ملاءمته لأهداف الدراسة الراهنة، ويضمن دقة النتائج المستخلصة منه.

صدق المقياس:

أولاً: صدق المحكمين: تم عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من أساتذة جامعيين من المتخصصين، حيث قاموا بإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول مناسبة فقرات المقياس، ومدى انتماء الفقرات إلى كل بعد من أبعاد المقياس، وكذلك وضوح صياغاته اللغوية، وفي ضوء تلك الآراء تم استبعاد بعض الفقرات وتعديل بعضها الآخر.

ثانياً: صدق الاتساق الداخلي جرى التحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (30) مستفيدة، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات البعد والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه وذلك باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS).

رقم الجدول (2) معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات الاكتئاب مع الدرجة الكلية له

البعد	م	معامل الارتباط	قيمة الدلالة sig
القلق	1	.822**	0.000
	2	.842**	0.000
	3	.755**	0.000
	4	.785**	0.000
	5	.736**	0.000
	6	.754**	0.000
	7	.796**	0.000

ISSN : 2410-1818

يبين رقم الجدول (2) أن معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات البعد والدرجة الكلية لفقراته دالة عند مستوى دلالة (0.01)، وتراوحت معاملات الارتباط بين (0.574-0.887)، وبذلك تعتبر فقرات المقياس صادقة لما وضعت لقياسه.

ثبات المقياس Reliability: أجرت الباحثة خطوات التأكد من ثبات المقياس وذلك بعد تطبيقها على أفراد العينة الاستطلاعية بطريقة معامل ألفا كرونباخ.

-طريقة ألفا كرونباخ استخدمت الباحثة طريقة أخرى من طرق حساب الثبات وذلك لإيجاد معامل ثبات المقياس، حيث حصلت على قيمة معامل ألفا لكل بعد من أبعاد المقياس وكذلك للمقياس الذي ينص عليه رقم الجدول (3) يوضح ذلك:

رقم الجدول (3) يوضح معاملات ألفا كرونباخ للمقياس ككل

البعد	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
القلق	7	**0.927**

يتضح من رقم الجدول (3) أن معامل الثبات الكلي للمقياس (0.927)، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات تطمئن الباحثة إلى تطبيقها على عينة الدراسة.

تصحيح المقياس يتضمن المقياس (7) فقرة، وكل عبارة في المقياس ترتبط بالقلق، وأمام كل عبارة خمس إجابات تبدأ الإجابة الأولي موافق بشدة والثانية موافق، والثالثة محايد، والرابعة معارض، والخامسة معارض بشدة، وأعطيت الأوزان (5-4-3-2-1)، وبذلك تكون أعلى درجة على المقياس (35)، وأقل درجة (7)، والدرجة العالية على المقياس تعني ارتفاع مستوى الاكتئاب لدى عينة الدراسة.

ثانياً: مقياس سمات الشخصية ترجمة وتعريب محمد هيبة,2011 بعد الاطلاع على الأدب التربوي والدراسات السابقة المتعلقة بموضوع الدراسة تم استخدام مقياس سمات الشخصية ترجمة وتعريب محمد هيبة,2011

وصف المقياس تُعد القائمة المختصرة لنموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (NEO-FFI) من إعداد **كوستا وماكريه (1992)**، وتهدف إلى قياس الأبعاد الخمسة الرئيسة للشخصية، وهي:

1. **العصابية(Neuroticism)**
2. **الانبساط(Extraversion)**
3. **التفتح على الخبرات(Openness to Experience)**
4. **المقبولية(Agreeableness)**
5. **يقظة الضمير(Conscientiousness)**

ISSN : 2410-1818

تتكون القائمة في صورتها الأصلية من 60 **مفردة**، بحيث يشتمل كل عامل من العوامل الخمسة على **12مفردة** .وتُجاب المفردات على مقياس **ليكرت خماسي**(أوافق بشدة، أوافق، محايد، أعارض، أعارض بشدة.) قام **محمد هيبة (2011)** بترجمة القائمة إلى اللغة العربية وتعريبها بما يتناسب مع البيئة المصرية، ثم أعاد ترجمتها إلى اللغة الإنجليزية للتحقق من دقة الترجمة. كما طبقها على عينة من طلاب وطالبات كلية التربية بجامعة عين شمس (ن = 231). وبعد التعريب أصبحت القائمة تتكون من 61 **فقرة**.

يشمل المقياس (61) فقرة موزعة على خمسة أبعاد رئيسية، وذلك على النحو الآتي:

1. **العصابية :(Neuroticism)** الميل إلى القلق والانفعال والشعور بعدم الاستقرار العاطفي، وتحمل الأرقام (1، 6، 11، 16، 21، 26، 31، 36، 41، 46، 51، 56.61)
2. **الانبساط :(Extraversion)** يتمثل في الحيوية، والقدرة على التعبير، وحب التفاعل الاجتماعي، وتحمل الأرقام (2، 7، 12، 17، 22، 27، 32، 37، 42، 47، 52، 57)
3. **التفتح على الخبرة :(Openness to Experience)** يشير إلى حب الابتكار، والخيال، والانفتاح على الأفكار والتجارب الجديدة، وتحمل الأرقام (3، 8، 13، 18، 23، 28، 33، 38، 43، 48، 53، 58)
4. **المقبولية :(Agreeableness)** تعكس الميل إلى التعاون، واللطف، والقدرة على التوافق مع الآخرين، وتحمل الأرقام (4، 9، 14، 19، 24، 29، 34، 39، 44، 49، 54، 59.)
5. **يقظة الضمير :(Conscientiousness)** تدل على الانضباط الذاتي، وتحمل المسؤولية، والقدرة على التنظيم والالتزام، وتحمل الأرقام (5، 10، 15، 20، 25، 30، 35، 40، 45، 50، 55، 60)

وقامت الباحثة في الدراسة الحالية بحساب الخصائص السيكومترية للمقياس، وذلك على النحو الآتي:

الخصائص السيكومترية للمقياس: للتأكد من صدق المقياس قامت الباحثة بحساب صدق الاتساق الداخلي، وصدق البناء.

أولاً: صدق الاتساق الداخلي جرى التحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (30) مستفيدة، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه وذلك باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS).

ISSN : 2410-1818

رقم جدول (4) معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات أبعاد مقياس سمات الشخصية مع الدرجة الكلية لكل بعد من الأبعاد

البعد	م	معامل الارتباط	قيمة الدلالة sig	البعد	م	معامل الارتباط	قيمة الدلالة sig
العصابية	1	.894**	0.000	الانبساطية	2	.628**	0.000
	6	.875**	0.000		7	.860**	0.000
	11	.848**	0.000		12	.885**	0.000
	16	.853**	0.000		17	.943**	0.000
	21	.754**	0.000		22	.741**	0.000
	26	.890**	0.000		27	.672**	0.000
	31	.761**	0.000		32	.859**	0.000
	36	.812**	0.000		37	.768**	0.000
	41	.899**	0.000		42	.811**	0.000
	46	.853**	0.000		47	.777**	0.000
	51	.857**	0.000		52	.790**	0.000
	56	.799**	0.000		57	.760**	0.000
	61	.864**	0.000				
التفتح على الخبرة	3	.729**	0.000	المقبولية	4	.860**	0.000
	8	.664**	0.000		9	.875**	0.000
	13	.517**	0.003		14	.715**	0.000
	18	.561**	0.001		19	.780**	0.000
	23	.466**	0.010		24	.601**	0.000
	28	.755**	0.000		29	.876**	0.000
	33	.649**	0.000		34	.790**	0.000
	38	.688**	0.000		39	.901**	0.000
	43	.785**	0.000		44	.868**	0.000
	48	.659**	0.000		49	.866**	0.000
	53	.642**	0.000		54	.773**	0.000
	58	.761**	0.000		59	.889**	0.000

ISSN : 2410-1818

البعد	م	معامل الارتباط	قيمة الدلالة sig	البعد	م	معامل الارتباط	قيمة الدلالة sig
يقظة الضمير	5	.763**	0.000				
	10	.715**	0.000				
	15	.829**	0.000				
	20	.703**	0.000				
	25	.738**	0.000				
	30	.856**	0.000				
	35	.724**	0.000				
	40	.913**	0.000				
	45	.892**	0.000				
	50	.941**	0.000				
	55	.685**	0.000				
	60	.845**	0.000				

يتضح من الجدول رقم (4) أن جميع معاملات الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) في معظم الفقرات، وعند مستوى (0.05) في بعض الفقرات (وهي الفقرات: 13، 18، 23 من بُعد التفتح على الخبرة، والفقرات: 24 من بُعد المقبولية). وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (0.362) كأدنى قيمة، و(0.779) كأعلى قيمة، وذلك وفق النطاق الكلي لجميع الأبعاد وتشير هذه النتائج إلى وجود ارتباط دال إحصائياً بين أداء كل فقرة وأداء بُعدها الكلي، مما يُعد دليلاً على تمتع المقياس بدرجة جيدة من الصدق الداخلي (Internal Validity)، أي أن الفقرات تقيس بالفعل البعد الذي صُممت لقياسه، وتُسهم بشكل متجانس في بناء العامل الكامن (Latent Factor) الخاص بكل بُعد. كما تُشير قيم معاملات الارتباط المرتفعة (خاصة في أبعاد العصابية، والمقبولية، ويقظة الضمير) إلى اتساق الفقرات داخلياً، وخلوها من الفقرات الضعيفة أو غير المتناسبة مع محتوى البعد. وهذا يمنح الباحثة ثقة منهجية في صلاحية المقياس كأداة لجمع البيانات، ويؤهلها للانتقال إلى مرحلة تقدير الثبات والتحقق من الاتساق الكلي للأداة قبل تطبيقها على عينة الدراسة الأساسية.

ISSN : 2410-1818

رقم الجدول (5) يوضح معاملات الارتباط بين نصفي المقياس ككل قبل التعديل ومعامل الثبات بعد التعديل

	عدد الفقرات	معامل الثبات قبل التعديل	معامل الثبات بعد التعديل
العصابية	13*	0.978	0.979
الانبساطية	12	0.904	0.950
التفتح على الخبرة	12	0.831	0.908
المقبولية	12	0.907	0.951
يقظة الضمير	12	0.914	0.955

***تم استخدام معادلة جتمان لان النصفين غير متساويين**

يتضح من جدول (5) أن معامل الثبات تراوحت (0.908-0.955)، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات تطمئن الباحثة إلى تطبيقها على عينة الدراسة.

–نتائج الدراسة: ستقوم الباحثة بعرض نتائج الدراسة، وذلك من خلال الإجابة عن أسئلة الدراسة واستعراض أبرز نتائج المقياس التي تم التوصل إليها من خلال تحليل فقراتها، بهدف التعرف على العلاقة بين سمات الشخصية والقلق لدى النساء المراجعات للعيادات النفسية في قطاع غزة، وقد تم إجراء المعالجات الإحصائية للبيانات المتجمعة من استبانة الدراسة باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للدراسات الاجتماعية (**SPSS**)، للحصول على نتائج الدراسة التي سيتم عرضها وتحليلها في هذا الفصل.

الإجابة عن السؤال الأول من أسئلة الدراسة:

1. ينص السؤال الأول من أسئلة الدراسة على: **ما مستوى القلق لدى النساء المراجعات للعيادات النفسية في قطاع غزة؟**

وللإجابة عن هذا السؤال قامت الباحثة باستخدام المتوسطات والنسب المئوية، وقيمة "ت" والجدول يوضح ذلك:

رقم الجدول (6) المتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي للقلق .

م	البعد	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	قيمة"ت"	قيمة الدلالة	الترتيب	الدرجة
1	القلق	2.933	0.953	58.65	-1.029	0.305	2	متوسطة

تُظهر النتائج الواردة في الجدول رقم (6) أن المتوسط الحسابي لمستوى القلق النفسي لدى أفراد العينة بلغ (2.933) بانحراف معياري قدره (0.953)، وبوزن نسبي مقداره (58.65٪)، وهو مستوى

ISSN : 2410-1818

يُصنف ضمن الفئة المتوسطة وفق المقياس المعتمد في هذه الدراسة وللتحقق من دلالة هذا المتوسط إحصائياً، قامت الباحثة بحساب قيمة "ت (T-test) "لمقارنة متوسط العينة بالقيمة المحايدة (3) التي تعادل الإجابة "محايد" على مقياس ليكرت الخماسي. وقد بلغت قيمة "ت" المحسوبة (-1.029) بمستوى دلالة(Sig. = 0.305) ، وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة($\alpha \leq 0.05$) ، مما يشير إلى عدم وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين متوسط استجابات أفراد العينة والمتوسط النظري المحايد.

وتُفسر هذه النتيجة على النحو الآتي:

1. **من الناحية الإحصائية :**تشير قيمة "ت" غير الدالة إلى أن مستوى القلق الملاحظ لدى العينة لا يختلف بشكل معنوي عن المستوى المحايد، مما يعني أن العينة لا تعاني من ارتفاع حاد أو انخفاض شديد في القلق، بل يقع مستواه ضمن المنطقة المتوسطة.
2. **من الناحية السيكومترية :**يُعد الوزن النسبي (58.65٪) مؤشراً على أن مستوى القلق لدى المبحوثات يتجاوز بقليل منتصف المقياس (50٪)، لكن هذا الفائض ليس كبيراً بما يكفي ليصل إلى مستوى الدلالة الإحصائية.
3. **من الناحية التصنيفية :**يُصنف مستوى القلق في هذه الدراسة بأنه **"متوسط"**، وهو ما يتماشى مع الدراسات السابقة التي أشارت إلى تفاوت مستويات القلق لدى النساء في السياقات المجتمعية المشابهة، خاصة في ظل الظروف النفسية والاجتماعية التي تمر بها المرأة الفلسطينية في قطاع غزة.
4. **من الناحية التطبيقية :**يشير هذا المستوى المتوسط إلى حاجة معتدلة للتدخلات النفسية والدعم الاجتماعي، دون أن يكون مؤشراً على وجود حالة وبائية أو حادة تستدعي تدخلاً عاجلاً، ولكن يبقى ضرورياً متابعة هذه الفئة وتقديم خدمات الإرشاد النفسي الوقائي.

الإجابة عن السؤال الثاني من أسئلة الدراسة:

ينص السؤال الثاني من أسئلة الدراسة على: **ما السمات الشخصية السائدة لدى النساء المراجعات للعيادات النفسية في قطاع غزة ممن يعانين من القلق؟**

ISSN : 2410-1818

وللإجابة عن هذا السؤال قامت الباحثة باستخدام المتوسطات والنسب المئوية، وقيمة "ت" والجدول يوضح ذلك:

رقم الجدول (7) المتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لكل بعد من أبعاد سمات الشخصية وكذلك ترتيبها في المقياس

م	البعد	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	قيمة"ت"	قيمة الدلالة	الترتيب	الدرجة
1	العصابية	3.969	0.391	79.38	36.085	0.000	1	كبيرة
2	الانبساطية	3.083	0.587	61.65	2.048	0.042	5	متوسطة
3	التفتح على الخبرة	3.265	0.568	65.30	6.792	0.000	4	متوسطة
4	المقبولية	3.565	0.704	71.31	11.697	0.000	3	كبيرة
5	يقظة الضمير	3.638	0.497	72.77	18.689	0.000	2	كبيرة

يتضح من رقم الجدول (7) أن **العصابية** حصلت على المرتبة الأولى بوزن نسبي (79.38٪)، يليها ذلك **يقظة الضمير حيث** حصل على المرتبة الثانية بوزن نسبي (72.77٪)، يلي ذلك **المقبولية حيث** حصلت على المرتبة الثالثة بوزن نسبي (71.31٪)، يلي ذلك **التفتح على الخبرة** حيث حصلت على المرتبة الرابعة بوزن نسبي (65.30٪)، تلى ذلك **الانبساطية** حصلت على المرتبة الخامسة بوزن نسبي (61.65٪).

وتُفسِّر الباحثة أن السمة الأكثر شيوعًا بين الأفراد المصابين ببعض الاضطرابات النفسية في قطاع غزة هي العصابية، حيث احتلت المرتبة الأولى بوزن نسبي مرتفع بلغ (79.38٪)، وهو مستوى كبير. ويشير ذلك إلى أن غالبية الأفراد يميلون إلى الاستجابة للمواقف المختلفة بدرجة عالية من القلق والتوتر وعدم الاستقرار الانفعالي. كما يعكس ذلك استعدادًا نفسيًا للانفعال المفرط، وصعوبة في السيطرة على المشاعر السلبية، مما يجعلهم أكثر عرضة للتأثر بالضغوط البيئية والاجتماعية المحيطة.

وفي المرتبة الثانية، جاءت سمة يقظة الضمير بوزن نسبي (72.77٪)، وبدرجة كبيرة. وتُعزى هذه النتيجة إلى تميُّز الأفراد بالقدرة على التنظيم والانضباط الذاتي، والشعور بالمسؤولية، والحرص على أداء الواجبات. وهو ما يشير إلى جانب إيجابي في الشخصية، يتمثل في السعي للالتزام بالمعايير العالية، حتى في ظل المعاناة من بعض الاضطرابات النفسية.

أما في المرتبة الثالثة، فقد جاءت سمة المقبولية بوزن نسبي (71.31٪)، وبدرجة كبيرة أيضًا. ويعني ذلك أن الأفراد يميلون إلى التعاون والمرونة وحسن النية في التعامل مع الآخرين، إضافة إلى

ISSN : 2410-1818

الاستعداد للتعاطف وتقديم المساعدة. ويبدو أن هذه السمة تمثل عاملاً مساعدًا في التكيف مع الظروف الصعبة، حيث تبرز الحاجة إلى العلاقات الاجتماعية الداعمة.

أما سمة **التفتُّح على الخبرة** فقد جاءت في المرتبة الرابعة بوزن نسبي بلغ (65.30٪)، وهو مستوى متوسط. وتشير هذه النتيجة إلى تمتع الأفراد بقدر مقبول من الانفتاح على الأفكار والتجارب الجديدة، غير أن هذا الانفتاح لا يبدو بارزًا بشكل ملحوظ. وقد يُعزى ذلك إلى تأثير البيئة الضاغطة التي تحدّ من فرص الاستكشاف والتجديد، وتجعل الأفراد أميل إلى التمسُّك بالخبرات المألوفة.

وفي المرتبة الخامسة والأخيرة، جاءت سمة **الانبساطية** بوزن نسبي (61.65٪)، وهو مستوى متوسط أيضًا. ويدل ذلك على أن الأفراد لا يميلون بقوة إلى الانفتاح الاجتماعي أو البحث عن الإثارة، وإنما يفضّلون مستويات معتدلة من التفاعل الاجتماعي. كما يعكس هذا قدرًا من التحفُّظ في التعبير عن الذات، وربما يرتبط بوجود أعراض نفسية تحدّ من قدرتهم على الانخراط الاجتماعي الواسع.

الإجابة عن السؤال الثالث من أسئلة الدراسة

ينص السؤال الثالث من أسئلة الدراسة على: **هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى القلق وسمات الشخصية لدى النساء المراجعات للعيادات النفسية في قطاع غزة؟**

وللإجابة عن هذا السؤال قامت الباحثة بصياغة **الفرضية الاولى** التالية: **لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين مستوى القلق وسمات الشخصية لدى النساء المراجعات للعيادات النفسية في قطاع غزة.**

وللتحقق من صحة الفرضية قامت الباحثة باستخدام معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة بين مستوى الاضطرابات النفسية وسمات الشخصية للأفراد المصابين ببعض الاضطرابات النفسية في قطاع غزة والجدول (12) يوضح ذلك:

رقم جدول (8) معامل الارتباط بين مستوى الاضطرابات النفسية وسمات الشخصية للأفراد المصابين ببعض الاضطرابات النفسية في قطاع غزة

البعد	العصابية	الانبساطية	التفتح على الخبرة	المقبولية	يقظة الضمير
القلق	.207**	-.135-*	-.160-*	-.156-*	-.211-**

تُظهر النتائج الواردة في الجدول رقم (8) وجود نمطين من العلاقات الارتباطية بين القلق النفسي وأبعاد الشخصية الخمسة، يمكن تفسيرهما على النحو الآتي:

أولاً: العلاقة الموجبة مع العصابية:(Neuroticism)

بلغ معامل الارتباط بين القلق وبُعد العصابية (0.207)، وهو ارتباط موجب ودال إحصائياً عند مستوى (0.01). وهذا يعني أن ارتفاع درجة العصابية لدى المبحوثات يرتبط بارتفاع مستوى القلق

ISSN : 2410-1818

النفسي، والعكس صحيح. وتُعد هذه النتيجة متسقة مع الأدبيات النفسية التي تعتبر العصابية سمة أساسية مرتبطة بزيادة القابلية للانفعالات السلبية، وعلى رأسها القلق والاكتئاب (Widiger & Oltmanns, 2017؛ McCrae & Costa, 1992). وتشير هذه النتيجة إلى أن النساء الأكثر ميلاً للقلق وعدم الاستقرار العاطفي هن الأكثر عرضة لتجربة أعراض قلقية مرتفعة.

ثانياً: العلاقات السالبة مع الأبعاد الأخرى:

أظهرت النتائج وجود علاقات ارتباطية سالبة (عكسية) بين القلق النفسي وكل من الأبعاد التالية:

- الانبساطية :(Extraversion) معامل ارتباط (-0.135)، دال عند مستوى(0.05)
- التفتح على الخبرة :(Openness to Experience) معامل ارتباط (-0.160)، دال عند مستوى (0.05)
- المقبولية :(Agreeableness) معامل ارتباط (-0.156)، دال عند مستوى(0.05)
- يقظة الضمير :(Conscientiousness) معامل ارتباط (-0.211)، دال عند مستوى(0.05)

وتعني هذه القيم السالبة أن ارتفاع مستوى القلق يرتبط بانخفاض درجات المبحوثات على هذه الأبعاد الشخصية الأربعة. وبعبارة أخرى، فإن النساء الأقل انبساطاً، والأقل انفتاحاً على الخبرات الجديدة، والأقل مقبولية في علاقاتهن الاجتماعية، والأقل التزاماً وانضباطاً (يقظة ضمير) يُظهرن مستويات أعلى من القلق النفسي.

وتُفسر هذه النتائج في ضوء الإطار النظري للدراسة على النحو التالي:

1. الانبساطية :يُعد الانبساط سمة مرتبطة بالنشاط الاجتماعي والدعم العلائقي، وهو عامل حامٍ من مشاعر العزلة والقلق .(Seibert & Kraimer, 2020) ولذلك، فإن انخفاضه يرتبط بزيادة القلق.
2. التفتح على الخبرة :يُسهم التفتح في تعزيز المرونة المعرفية والتكيف مع الضغوط، وبالتالي فإن انخفاضه قد يحد من قدرة الفرد على مواجهة المواقف المثيرة للقلق.(Sutin et al., 2019)
3. المقبولية :تؤدي المقبولية إلى تحسين جودة العلاقات الاجتماعية وتقليل النزاعات، مما يُخفف من مصادر القلق. وعليه، فإن انخفاضها قد يُسهم في زيادة القلق.(Graziano & Tobin, 2017)
4. يقظة الضمير :ترتبط يقظة الضمير بسلوكيات التنظيم الذاتي والانضباط، وهي ترتبط عكسياً بالاضطرابات النفسية .(Roberts et al., 2020) وانخفاضها قد يعني افتقاراً إلى آليات المواجهة المنظمة، مما يُعزز القلق.

ISSN : 2410-1818

الاستنتاج العام للعلاقة الارتباطية: تُشير مجمل النتائج إلى أن نموذج العوامل الخمسة الكبرى يُقدّم تفسيراً ذا دلالة إحصائية للتباين في مستويات القلق النفسي لدى عينة الدراسة، إذ تظهر العصابية كأكثر الأبعاد ارتباطاً طردياً بالقلق، في حين تظهر الأبعاد الأربعة الأخرى

الإجابة عن السؤال الرابع من أسئلة الدراسة: ينص السؤال الرابع من أسئلة الدراسة على: **هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القلق لدى النساء المراجعات للعيادات النفسية في قطاع غزة تعزى للمتغيرات التالية (الحالة الاجتماعية، العمر، المستوى الاقتصادي)؟**

وللإجابة عن هذا السؤال قامت الباحثة بصياغة **الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القلق لدى النساء المراجعات للعيادات النفسية في قطاع غزة للمتغيرات التالية (الحالة الاجتماعية، العمر، المستوى الاقتصادي).**

وللتحقق من صحة الفرضية قامت الباحثة بصياغة الفرضيات الفرعية التالية:

<u>الفرضية الفرعية الأولى</u>: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القلق لدى النساء المراجعات للعيادات النفسية في قطاع غزة تعزى للمتغير(الحالة الاجتماعية)

وللتحقق من صحة الفرضية قامت الباحثة باستخدام اختبار ت T.test للمقارنة بين تقديرات متوسطات عينة الدراسة وفقاً لمتغير الحالة الاجتماعية والجدول (10) يبين ذلك :

رقم الجدول (9) نتائج متوسطات استجابات عينة الدراسة على مقياس القلق وفقا لمتغير الحالة الاجتماعية

الأبعاد	الحالة الاجتماعية	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
القلق	غير متزوجة	77	2.896	1.012	0.420	0.675	غير دالة إحصائياً
	متزوجة	135	2.953	0.922			

تظهر نتائج الجدول رقم (9) أعلاه أن القيمة الاحتمالية (.Sig) المقابلة لاختبار تحليل التباين الأحادي أكبر من مستوى الدلالة($\alpha \leq 0.05$) ، وهذا يدل على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات عينة الدراسة حول القلق وفقًا لمتغير الحالة الاجتماعية. ويمكن تفسير ذلك بأن الضغوط النفسية التي تعاني منها النساء المراجعات للعيادات النفسية قد تكون مشتركة، بغض النظر عن الحالة الاجتماعية؛ فالنساء غير المتزوجات قد يواجهن ضغوطًا مرتبطة بالاستقرار الاجتماعي والنظرة المجتمعية، بينما تواجه المتزوجات أعباءً ومسؤوليات أسرية واقتصادية قد تولّد بدورها مستويات

ISSN : 2410-1818

متقاربة من القلق. وهذا يوضح أن الحالة الاجتماعية وحدها ليست عاملًا حاسمًا في تحديد مستوى القلق لدى العينة المدروسة.

الفرضية الفرعية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القلق لدى النساء المراجعات للعيادات النفسية في قطاع غزة تعزى للمتغير(العمر) وللتحقق من صحة الفرضية قامت الباحثة باستخدام نتائج تحليل التباين الأحادي(**One Way ANOVA**) للمقارنة بين تقديرات متوسطات عينة الدراسة وفقاً لمتغير العمر والجدول رقم (10) يبين ذلك :

رقم الجدول (10) تحليل الفروقات في الاضطرابات النفسية وفقاً لمتغير العمر

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
القلق	بين المجموعات	0.739	2	0.370	0.404	0.668	غير دالة إحصائياً
	داخل المجموعات	191.074	209	0.914			
	المجموع	**191.813**	**211**				

تُظهر نتائج تحليل التباين الأحادي (ANOVA) الواردة في الجدول رقم (10) ما يلي:

أولاً: تحليل التباين بين المجموعات وداخلها:

- مجموع المربعات بين المجموعات :(SSB) بلغ (0.739) بدرجات حرية (2)، وهو يمثل التباين الناتج عن الاختلافات بين متوسطات المجموعات المختلفة وفقاً للمتغير التصنيفي.
- مجموع المربعات داخل المجموعات :(SSW) بلغ (191.074) بدرجات حرية (209)، وهو يمثل التباين الناتج عن الاختلافات الفردية داخل كل مجموعة.
- المجموع الكلي للمربعات :(SST) بلغ (191.813) بدرجات حرية (211)، وهو مجموع التباين الكلي في درجات القلق.

ثانياً: قيمة "ف (F-ratio) "ودلالتها الإحصائية:

بلغت قيمة "ف" المحسوبة($F = 0.404$) ، وهي قيمة منخفضة نسبياً، وبلغت قيمة الدلالة المصاحبة لها($Sig. = 0.668$) ، وهي أكبر من مستوى الدلالة المعتمد في هذه الدراسة .($\alpha \leq 0.05$) وهذا يعني أن الفروق بين متوسطات المجموعات ليست دالة إحصائياً، وبالتالي يُرفض الفرض البديل الذي يفيد بوجود فروق ذات دلالة إحصائية، ويُقبل الفرض الصفري الذي ينص على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق النفسي تُعزى إلى المتغير التصنيفي المدروس.

ISSN : 2410-1818

ثالثاً: تفسير النتيجة في سياق الدراسة: تُشير هذه النتيجة إلى أن مستوى القلق النفسي لدى النساء المراجعات للعيادات النفسية في قطاع غزة لا يختلف بشكل دال إحصائياً باختلاف فئات المتغير التصنيفي (سواء كان العمر، أو المستوى التعليمي، أو الحالة الاجتماعية، أو أي متغير ديموغرافي آخر تم دراسته). ويمكن تفسير ذلك على النحو الآتي:

1. **التجانس النسبي للعينة** :قد تعكس هذه النتيجة تجانساً نسبياً في مستويات القلق بين فئات العينة المختلفة، مما يعني أن القلق النفسي في هذا السياق قد يكون استجابة شاملة لظروف بيئية واجتماعية مشتركة (كالحرب، الحصار، الظروف الاقتصادية الصعبة) تتجاوز تأثير المتغيرات الفردية.
2. **تأثير العامل البيئي الغالب** :قد يُشير عدم وجود فروق إلى أن العامل الظرفي (البيئة النفسية والاجتماعية في قطاع غزة) له تأثير أكبر من العوامل الديموغرافية الفردية في تفسير مستوى القلق، مما يجعل المتغيرات التصنيفية أقل قدرة على تفسير التباين في الدرجات.
3. **قوة الأداة** :كما قد تعكس النتيجة قوة المقياس في قياس القلق كمتغير شامل يتوزع بشكل متساوٍ نسبياً بين فئات العينة، دون تأثر كبير بالخصائص الديموغرافية.

<u>الفرضية الفرعية الثالثة</u>: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القلق لدى النساء المراجعات للعيادات النفسية في قطاع غزة تعزى للمتغير (المستوى الاقتصادي)

وللتحقق من صحة الفرضية قامت الباحثة باستخدام نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للمقارنة بين تقديرات متوسطات عينة الدراسة وفقاً لمتغير المستوى الاقتصادي والجدول (15) يبين ذلك: رقم الجدول (11) تحليل الفروقات في الاضطرابات النفسية وفقاً لمتغير المستوى الاقتصادي

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
القلق	بين المجموعات	3.941	2	1.970	2.192	0.114	غير دالة إحصائياً
	داخل المجموعات	187.872	209	0.899			
	المجموع	**191.813**	**211**				

تظهر نتائج الجدول رقم (11) أن القيمة الاحتمالية (.Sig) المقابلة لاختبار تحليل التباين الأحادي أكبر من مستوى الدلالة($\alpha \leq 0.05$) ، وهذا يدل على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات عينة الدراسة حول القلق وفقاً لمتغير المستوى الاقتصادي. وتُفسَّر هذه النتيجة بأن مستوى القلق لدى النساء المراجِعات للعيادات النفسية متقارب إلى حد كبير، بغض النظر عن المستوى الاقتصادي لهن. ويُحتمل أن يعود ذلك إلى أن الضغوط النفسية والاجتماعية في البيئة الفلسطينية تؤثر

ISSN : 2410-1818

في جميع الفئات الاقتصادية بشكل متشابه، بحيث لا يشكل الوضع الاقتصادي وحده عاملًا فاصلًا في تحديد مستوى القلق. كما يمكن أن يعكس ذلك طبيعة العينة الإكلينيكية التي تتميز بارتفاع مستوى القلق أصلًا، مما يقلل من إمكانية ظهور فروق واضحة بين الفئات الاقتصادية المختلفة.

ISSN : 2410-1818

النتائج والتوصيات والمقترحات

أولا : النتائج

أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى القلق لدى النساء المراجعات للعيادات النفسية جاء في الدرجة المتوسطة، مما يعكس معاناة هذه الفئة من ضغوط نفسية ملحوظة، لكنها لا تصل إلى أقصى درجات القلق. كما تبين أن سمة **العصابية** كانت الأكثر بروزًا بين السمات الشخصية، تلتها يقظة الضمير والمقبولية، في حين جاءت الانبساطية في المرتبة الأخيرة، وهو ما يشير إلى ميل المبحوثات نحو الاستجابة الانفعالية العالية مع قدر من التنظيم والمسؤولية والانضباط كذلك كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين العصابية والقلق، مقابل علاقات سالبة بين القلق وكل من الانبساطية، التفتح على الخبرة، المقبولية، ويقظة الضمير، مما يوضح الدور التنبؤي للسمات في تفسير الفروق الفردية بمستويات القلق. أما فيما يتعلق بالمتغيرات الديموغرافية، فقد أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في مستوى القلق تعزى للحالة الاجتماعية أو العمر أو المستوى الاقتصادي وبشكل عام، تؤكد هذه النتائج أن سمات الشخصية، وخاصة العصابية، تمثل مؤشرات مهمة للتنبؤ بالقلق النفسي، مما يبرز أهميتها في السياق الإكلينيكي والتطبيقي في ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج، وبالاستناد إلى ما أظهرته من علاقات ارتباطية بين سمات الشخصية ومستوى القلق، وما كشفته من عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في مستوى القلق تعزى للمتغيرات الديموغرافية، توصي الدراسة بما يلي:

ثانيا : التوصيات

أ) التوصيات المتعلقة بالجانب العلاجي والإكلينيكي:

1. **تطوير برامج تدخلية قائمة على السمات الشخصية :**نظرًا للدور التنبؤي الذي أظهرته سمة العصابية في تفسير مستوى القلق، توصي الدراسة بتصميم برامج علاجية وإرشادية تراعي الفروق الفردية في السمات الشخصية، بحيث تُخصص تدخلات خاصة للأفراد مرتفعي العصابية تركز على تنظيم الانفعالات، وتعديل أنماط التفكير السلبية، وتعزيز مهارات التكيف.
2. **تعزيز السمات الوقائية :**في ضوء العلاقات السالبة بين القلق وسمات الانبساط، والتفتح على الخبرة، والمقبولية، ويقظة الضمير، توصي الدراسة بتعزيز هذه السمات من خلال برامج تنمية المهارات الحياتية، وتشجيع الانخراط في الأنشطة الاجتماعية، وتعزيز المرونة النفسية، وتنمية الوعي الذاتي، لما لذلك من أثر في خفض مستوى القلق.
3. **تبني المنظور التكاملي في التشخيص والعلاج :**توصي الدراسة بضرورة تبني الأخصائيين النفسيين والإكلينيكيين لمنظور تكاملي في تشخيص وعلاج القلق، يأخذ في الاعتبار كلاً من الأبعاد البيولوجية والنفسية والاجتماعية والسمات الشخصية، بما يسهم في تقديم خطة علاجية شاملة وفعالة.

ISSN : 2410-1818

4. **توصي الدراسة بدراسة مقاييس** الشخصية والقلق على عينات أكبر وأكثر تنوعاً، تشمل مناطق جغرافية مختلفة، وفئات عمرية متنوعة، وذلك لتعميق الفهم حول هذه العلاقة والتحقق من إمكانية تعميم النتائج.
5. **توصي الدراسة** بإجراء دراسات طولية تتبع أفراد العينة على مدى فترات زمنية متعددة، فضلاً عن استخدام المناهج المختلطة التي تجمع بين الأساليب الكمية والكيفية، لما يتيح ذلك فهماً أعمق لديناميكية العلاقة بين سمات الشخصية والقلق وتطورها بمرور الوقت.
6. **تعزيز التعاون بين المؤسسات الأكاديمية والصحية وذلك من خلال** تعزيز التعاون المشترك بين الجامعات ومراكز الصحة النفسية والعيادات النفسية في قطاع غزة، وذلك لتطوير برامج تدريبية مشتركة، وإجراء أبحاث تطبيقية تعكس احتياجات المجتمع الفعلية، وتوفر قاعدة علمية لتطوير السياسات الصحية والنفسية.

ب) التوصيات المتعلقة بالجانب الوقائي:

1. **تطوير برامج وقائية تستهدف الفئات الأكثر عرضة :**أوصت الدراسة بتطوير برامج وقائية نفسية واجتماعية تستهدف النساء الأكثر عرضة للإصابة بالقلق، خاصة اللواتي يتصفن بارتفاع سمة العصابية، وذلك من خلال تقديم خدمات الدعم النفسي المبكر، وتعزيز شبكات الدعم الاجتماعي، وتنظيم حملات توعوية حول الصحة النفسية.
2. **إدماج الصحة النفسية في الرعاية الأولية :**توصي الدراسة بإدراج خدمات الصحة النفسية ضمن الرعاية الصحية الأولية، وتوفير خدمات الفحص المبكر للاضطرابات النفسية، بما في ذلك القلق، لتقديم الدعم والعلاج في مراحل مبكرة، خاصة للنساء اللواتي يواجهن ضغوطاً نفسية واجتماعية متزايدة.
3. **رفع مستوى الوعي المجتمعي :**التوصية بتنظيم حملات توعوية تستهدف الأسرة والمجتمع المحلي حول أعراض القلق النفسي، وأهمية طلب المساعدة النفسية، والحد من الوصم الاجتماعي المرتبط بالأمراض النفسية، خاصة لدى النساء في المجتمعات العربية.
4. **تعزيز التعاون بين المؤسسات الأكاديمية والصحية وذلك من خلال** تعزيز التعاون المشترك بين الجامعات ومراكز الصحة النفسية والعيادات النفسية في قطاع غزة، وذلك لتطوير برامج تدريبية مشتركة، وإجراء أبحاث تطبيقية تعكس احتياجات المجتمع الفعلية، وتوفر قاعدة علمية لتطوير السياسات الصحية والنفسية.
5. **توصي الدارسة بتوفير الدعم النفسي المستمر للنساء في قطاع غزة وذلك من خلال** تأهيل كوادر نفسية متخصصة للعمل في مجال الصحة النفسية للمرأة، وتوفير بيئة آمنة ومحفزة للعلاج والتأهيل النفسي.

ISSN : 2410-1818

6. **تضمين برامج الصحة النفسية في خطط التنمية الوطنية** والذي يشمل التوصية بإدراج برامج الصحة النفسية، وبخاصة تلك المتعلقة بالنساء والفئات الأكثر عرضة للاضطرابات النفسية، ضمن خطط وسياسات التنمية الوطنية في فلسطين، مع تخصيص ميزانيات كافية لدعم هذه البرامج وضمان استدامتها
7. **توصي الدراسة بدراسة سمات** الشخصية والقلق على عينات أكبر وأكثر تنوعاً، تشمل مناطق جغرافية مختلفة، وفئات عمرية متنوعة، وذلك لتعميق الفهم حول هذه العلاقة والتحقق من إمكانية تعميم النتائج

ثالثاً: المقترحات

1. **توصي الدراسة** بإجراء دراسات طولية تتبع أفراد العينة على مدى فترات زمنية متعددة، فضلاً عن استخدام المناهج المختلطة التي تجمع بين الأساليب الكمية والكيفية، لما يتيح ذلك فهماً أعمق لديناميكية العلاقة بين سمات الشخصية والقلق وتطورها بمرور الوقت.

ISSN : 2410-1818

قائمة المراجع

1. ابن منظور. (د.ت) .*لسان العرب* .القاهرة: دار المعارف.
2. ابن منظور، محمد بن مكرم. (1990). *لسان العرب* .بيروت: دار صادر.
3. أبو عاصي، نسرين. (2016) *سمات الشخصية وعلاقتها بالقلق والاكتئاب لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة* (رسالة ماجستير غير منشورة). الجامعة الإسلامية، غزة.
4. أبو صايمة، محمود. (1995). *مدخل إلى علم النفس الوجودي* .عمان: دار الفكر.
5. الحمداني، موفق، وآخرون. (2006). *مناهج الدراسة العلمي: الكتاب الأول، أساسيات الدراسة العلمي* .عمان:مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع.
6. الحياني، أمل. (2011). *القلق النفسي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية* (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة اليرموك، الأردن.
7. الحياني، قاسم. (2011). علم *النفس الإكلينيكي* .عمان: دار المسيرة.
8. السرطاوي، سحر. (2010) . *علاقة بين سمات الشخصية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء* (رسالة دكتوراه غير منشورة). جامعة عين شمس، القاهرة.
9. السحيم، أحمد. (2020). *مدخل إلى علم النفس المرضي* .الرياض: دار الزهراء.
10. الشناوي، مصطفى. (2000). *التحليل النفسي بين النظرية والتطبيق* .القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
11. الشناوي، محمد. (2000). *علم النفس العام* .القاهرة: دار الفكر العربي.
12. صبرة، أحمد، وشربت، محمود. (2004). *الاضطرابات النفسية والعقلية* .القاهرة: دار الفكر.
13. قشطاطه، سميرة، وعوين، منى. (2013). السمات الشخصية وعلاقتها بالاضطرابات النفسية لدى المراهقين .*مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث التربوية والنفسية*، *2*(7)، 144-162
14. كميليا، وفاء. (2016)*القلق النفسي: دراسة نظرية وتطبيقية* .القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية
15. غراب، محمد. (2000) . *مدخل إلى المدرسة السلوكية* .القاهرة: دار غريب.
16. العيسوي، عبد الرحمن. (2004). *علم النفس الشخصي* .القاهرة: دار الفكر العربي.
17. العيسوي، عبد الرحمن. (2004) . *علم النفس المرضي* .القاهرة: دار غريب.
18. زهران، حامد عبد السلام. (2005). الصحة *النفسية والعلاج النفسي* .القاهرة: عالم الكتب.
19. عبد الرحمن، محمد، والقاسم، أحمد. (2013) . *مدخل إلى علم النفس الشخصي* .عمان: دار المسيرة.
20. سرحان، وليد، وآخرون. (2008). *الاضطرابات النفسية الشائعة* .عمان: دار المسيرة

ISSN : 2410-1818

المراجع باللغة الإنجليزية :

21. Allport, G. W. (1937). *Personality: A psychological interpretation*. New York: Holt
22. Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International Universities Press.
23. Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. L. (1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. New York: Basic Books.
24. Cattell, R. B. (1966). *The scientific analysis of personality*. Baltimore: Penguin.
25. Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. New York: Lyle Stuart.
26. Eysenck, H. J. (1991). Dimensions of personality: 16, 5 or 3? Criteria for a taxonomic paradigm. *Personality and Individual Differences, 12*(8), 773–790.
27. Freud, S. (1926). *Inhibitions, symptoms and anxiety*. London: Hogarth Press.
28. Graziano, W. G., & Tobin, R. M. (2017). Agreeableness and the Five Factor Model. In T. A. Widiger (Ed.), *The Oxford handbook of the five factor model* (pp. 105–132). Oxford University Press.
29. Hammen, C., & Watkins, E. (2018). Depression and anxiety. In *Handbook of Clinical Psychology* (pp. 1–20). Wiley.
30. Hu, Q., Yang, C., Wang, T., & Li, T. (2024). Causal effects of neuroticism on postpartum depression. *Archives of Women's Mental Health, 27*(2), 145–154.
31. Hu, T. (2024). Neuroticism and anxiety disorders: A systematic review. *Journal of Anxiety Research, 89*(2), 145–160.
32. McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) professional manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
33. Roberts, B. W., Luo, J., Briley, D. A., Chow, P. I., Su, R., & Hill, P. L. (2020). A systematic review of personality trait change through intervention. *Psychological Bulletin, 143*(2), 117–141.
34. Seibert, S. E., & Kraimer, M. L. (2020). Extraversion and career success: A meta-analytic review. *Journal of Applied Psychology, 105*(3), 237–260.
35. Seibert, S. E., & Kraimer, M. L. (2020). The Five-Factor Model of personality and career success. *Journal of Vocational Behavior, 117*, 103–111.
36. Sutin, A. R., Stephan, Y., & Terracciano, A. (2019). Facets of openness to experience and mortality. *Psychological Science, 30*(7), 1037–1047.
37. Widiger, T. A., & Oltmanns, J. R. (2017). The Five-Factor Model of personality disorder: A translation across science and practice. *Clinical Psychology: Science and Practice, 24*(1), 85–97.
38. Widiger, T. A., & Oltmanns, J. R. (2017). Neuroticism as a public health concern. *World Psychiatry, 16*(2), 144–145

ISSN : 2410-1818

39. Webb, H., Abdullah, A., Fenech, R., Dalky, H. F., Mahmoud, Y., & Chemouni, J. (2025). Cultural stressors and behavioral correlations of post-pandemic anxiety among Emirati university students. *Frontiers in Psychology, 16*, 1666403. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1666403

ISSN : 2410-1818

مجلــة الأندلس للعلوم الإنسانية والاجتماعية
مجلــة دوليــة شهـريــة علميــة محكمــة
الترقيـم الدولي الإلكتروني: ISSN:2410- 521X
الترقيـم الدولـي الورقـي :ISSN:2410- 1818
البريد الإلكتروني : journal@andalusuniv.net

المجلــة مفهرســة فــي المواقــع الآتيــة :

العام	2021	2022	2023	2024	2025
معامل أرسيف	0.2692	0.1954	0.3759	0.3068	0.5978
معامل التأثير العربي	1.60	1.73	1.25	1.55	1.59