

(لاستعمال هيئة التحرير) تاريخ الإرسال (2024-08-12)، تاريخ قبول النشر (2024-10-29)

فاتن أحمد شاكر أبو يوسف Faten Ahmed Abu Youssef	اسم الباحث الأول باللغتين العربية والإنجليزية	دور المبادرات المجتمعية في تعزيز الاستدامة النفسية والإبداعية لدى الفتيات اليافعات في بيئات النزاع: دراسة حالة لمبادرة 'معاً لا للاستسلام' في قطاع غزة"
/	اسم الباحث الثاني باللغتين العربية والإنجليزية:	
/	اسم الباحث الثالث باللغتين العربية والإنجليزية:	
وزارة التربية والتعليم العالي الفلسطينية Ministry of Education and Higher Education, Palestine	¹ اسم الجامعة والدولة (الأول) باللغتين العربية والإنجليزية	The Role of Community Initiatives in Promoting " Psychological and Creative Sustainability Among Adolescent Girls in Conflict Environments: A Case Study of the 'Together No to Surrender' Initiative " in Gaza Strip
/	² اسم الجامعة والدولة (الثاني) باللغتين العربية والإنجليزية	
/	³ اسم الجامعة والدولة (الثالث) باللغتين العربية والإنجليزية	
fatna9404@gmail.com	* البريد الإلكتروني للباحث المرسل: E-mail address:	Doi: لاستعمال هيئة التحرير

المُلخَص:

هدفت الدراسة إلى تقييم أثر المبادرات المجتمعية على تعزيز الاستدامة النفسية والإبداعية لدى الفتيات اليافعات في بيئات النزاع، من خلال دراسة حالة مبادرة "معاً لا للاستسلام" في قطاع غزة. اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، باستخدام استبانات ومقابلات لجمع البيانات من عينة مكونة من 100 فتاة تتراوح أعمارهن بين 12 و18 عامًا. أظهرت النتائج تحسناً ملحوظاً في الحالة النفسية للمشاركات، حيث انخفضت مستويات القلق والاكتئاب بنسبة 30%، وارتفعت الثقة بالنفس لدى 80% من الفتيات. كما أسهمت الأنشطة الإبداعية مثل الرسم والكتابة في تعزيز القدرة على التعبير عن الذات، وأبدت 70% من المشاركات اهتماماً متزايداً بتطوير مهاراتهم الإبداعية. أوصت الدراسة بتوسيع نطاق هذه المبادرات لتشمل مناطق أخرى متأثرة بالنزاعات، مع تعزيز الأنشطة الموجهة نحو بناء الثقة بالنفس وتطوير المهارات الإبداعية. كما شددت على أهمية توفير دعم نفسي مستدام بالتعاون مع المؤسسات المحلية والدولية لضمان استمرارية هذه الجهود وتحقيق أثر أعمق على الصحة النفسية للفتيات.

كلمات مفتاحية: (النزاعات، الاستدامة النفسية، الإبداع، الفتيات، المبادرات المجتمعية)

Abstract:

The study aimed to evaluate the impact of community initiatives on enhancing psychological and creative sustainability among young girls in conflict environments, using the "Together Against Giving Up" initiative in the Gaza Strip as a case study. The study employed a descriptive analytical approach, utilizing questionnaires and interviews to collect data from a sample of 100 girls aged between 12 and 18 years. The findings revealed a significant improvement in the psychological well-being of participants, with anxiety and depression levels decreasing by 30%, and self-confidence increasing among 80% of the girls. Additionally, creative activities such as drawing and writing contributed to enhancing self-expression skills, with 70% of participants expressing increased interest in developing their creative abilities. The study recommended expanding the scope of such initiatives to include other conflict-affected areas, with a focus on activities aimed at building self-confidence and fostering creative skills. It also emphasized the importance of providing sustainable psychological support in collaboration with local and international organizations to ensure the continuity of these efforts and achieve a deeper impact on the mental health of girls.

Keywords: (Conflicts, psychological sustainability, creativity, girls, community initiatives)

الفصل الأول: المقدمة

مقدمة حول الموضوع:

قطاع غزة، الذي يعد من أكثر المناطق تعقيداً في العالم، يعاني من تداعيات النزاع المستمر والمشاكل السياسية والاقتصادية التي تؤثر بشكل كبير على حياة سكانه، خصوصاً الفتيات. الحرب المستمرة والحصار المفروض على المنطقة أسفرا عن بيئة مليئة بالضغوط النفسية والاجتماعية التي تؤثر في الأطفال والشباب، مع تأثيرات شديدة على صحتهم النفسية والعاطفية. في ظل هذه الظروف القاسية، تواجه الفتيات تحديات متعددة، أبرزها قلة الموارد التعليمية والصحية، بالإضافة إلى الخوف المستمر من الحرب والتهديدات التي تحيط بهن. كما يعاني العديد منهن من الشعور باليأس وفقدان الأمل في تحقيق أهدافهن وطموحاتهن.

لكن وسط هذه الأزمات، تظهر أهمية المبادرات المجتمعية التي تهدف إلى تقديم الدعم النفسي والاجتماعي للفتيات، مثل مبادرة "معًا لا للاستسلام". هذه المبادرة تعد واحدة من أهم البرامج التي تهدف إلى تمكين الفتيات في غزة، وتزويدهن بالأدوات اللازمة لتجاوز التحديات النفسية والاجتماعية التي يعانين منها، من خلال تقديم الدعم المعنوي والمهني.

تسعى المبادرة إلى بناء شبكة دعم قوية تساعد الفتيات على اكتشاف إمكانياتهن الكامنة، وتعزيز الثقة بالنفس لديهن، وتطوير مواهبهن الإبداعية رغم الظروف الصعبة. الهدف الأساسي هو تقديم المساندة النفسية، إلى جانب خلق بيئة آمنة يمكنهن من خلالها التعبير عن أنفسهن وتنمية قدراتهن.

أهمية البحث:

يأتي البحث ليعكس أهمية توفير الدعم النفسي والإبداعي للفتيات في قطاع غزة في هذه المرحلة الحرجة. في بيئات النزاع، تزداد المخاطر النفسية التي قد تهدد استقرار الشباب، ويصبح من الضروري إحداث تدخلات تهدف إلى تحسين صحتهم النفسية وتمكينهم من اكتشاف إمكانياتهم وتطويرها. لذلك، يصبح دعم الفتيات في هذه الظروف أمراً حيويًا ليس فقط لتحسين وضعهن النفسي، بل أيضًا لتعزيز قدراتهن الإبداعية، وهو ما يعزز من فرصهن في النجاح والنمو الشخصي رغم كل الظروف.

إن أهمية هذه الدراسة تكمن في فحص تأثيرات المبادرات المجتمعية على الفتيات، حيث تشير الأدلة إلى أن هذه البرامج تؤثر بشكل إيجابي في زيادة الثقة بالنفس وتعزيز التماسك الاجتماعي وتطوير المواهب. لذا، سيتناول البحث تأثير هذه المبادرة بشكل خاص على الفتيات في قطاع غزة، مع التركيز على الدعم النفسي والإبداعي الذي تقدمه وكيف يساهم في تعزيز القدرة على التكيف والتعامل مع الأزمات.

الهدف من البحث:

تهدف هذه الدراسة إلى تحليل تأثير المبادرة "معًا لا للاستسلام" على الفتيات في قطاع غزة، من خلال استكشاف أثرها على الدعم النفسي والإبداعي. يتضمن البحث محاولة لفهم كيف أن المشاركة في مثل هذه المبادرات يمكن أن تساهم في تحسين الصحة النفسية للفتيات، وزيادة الثقة بالنفس، وتطوير قدراتهن الإبداعية رغم الظروف القاسية التي يعيشنها. كما يتطلع البحث إلى تقديم توصيات عملية لتحسين أثر المبادرات المجتمعية في المستقبل.

الأسئلة البحثية:

1. ما هو التأثير النفسي والداعم الذي تقدمه المبادرة على الفتيات في قطاع غزة؟
 - يتساءل البحث حول كيفية تأثير المبادرة على التغيرات النفسية التي قد تطرأ على الفتيات المشاركات، مثل تعزيز الثقة بالنفس، التخفيف من آثار الصدمات النفسية، وتحقيق التوازن العاطفي.
2. كيف تساهم المبادرة في تعزيز الإبداع والثقة بالنفس لدى الفتيات؟

○ يهدف البحث إلى دراسة تأثير الأنشطة الإبداعية والتفاعلية التي تقدمها المبادرة على الفتيات، وكيف تساهم هذه الأنشطة في تمكينهن من التعبير عن أنفسهن، واكتشاف مواهبهن، مما يعزز من تقنهن وقدرتهن على مواجهة التحديات.

من خلال هذه الأسئلة البحثية، يسعى البحث إلى تقديم دراسة معمقة حول فعالية المبادرات المجتمعية في تمكين الفتيات في ظل الأزمات، وتحقيق التغيير الإيجابي في حياتهن.

الفصل الثاني: مراجعة الأدبيات

المبادرات المجتمعية في مناطق النزاع

تعد المبادرات المجتمعية في مناطق النزاع عنصرًا أساسيًا في تقديم الدعم النفسي والاجتماعي للمجتمعات المتأثرة بالحروب والصراعات. تلعب هذه المبادرات دورًا محوريًا في تخفيف تأثيرات النزاعات على الأطفال والشباب، خصوصًا في الحالات التي يكون فيها المجتمع المحلي ضعيفًا ويواجه تحديات اقتصادية واجتماعية كبيرة. فبينما تؤثر الحروب والنزاعات على جوانب عدة من الحياة اليومية، يكون التأثير الأكبر على الأطفال والفتيات الذين يواجهون صدمات نفسية تؤثر في تطورهم الاجتماعي والعاطفي. في مناطق النزاع مثل قطاع غزة، حيث تستمر الحروب والتهديدات المستمرة، تصبح المبادرات المجتمعية التي تستهدف دعم الفتيات في غاية الأهمية. تساعد هذه المبادرات في إعادة بناء ثقة الفتيات بأنفسهن، وتعزز لديهن القدرة على التكيف مع الوضع الراهن. كما أن هذه المبادرات تخلق بيئة آمنة تتيح لهن التعبير عن أنفسهن بحرية وتطوير مهارتهن وإبداعهن.

من الأمثلة المشابهة لمبادرات دعم الفتيات في بيئات النزاع، يمكن الإشارة إلى العديد من البرامج التي أطلقت في مناطق مثل سوريا واليمن ولبنان. على سبيل المثال، المبادرات التي تديرها منظمات مثل "اليونيسف" و"منظمة الصحة العالمية" في سوريا تهدف إلى تقديم الدعم النفسي للأطفال، وتوفير مساحات آمنة لهم للتعبير عن أنفسهم من خلال الأنشطة الإبداعية والتعليمية. من خلال هذه البرامج، تبين أن التفاعل مع الأقران والمشاركة في الأنشطة الجماعية ساعدت الأطفال على تحسين صحتهم النفسية وتقليل مستويات التوتر.

إن هذه المبادرات ليست فقط وسيلة للتسلية، بل تعتبر أيضًا أداة حيوية لبناء مرونة الأطفال والفتيات في مواجهة التحديات، مما يساهم في استعادة توازنهم النفسي والاجتماعي. يساعد الدعم النفسي الذي تقدمه هذه المبادرات على معالجة الصدمات النفسية الناجمة عن الحروب، وتوفير آليات التأقلم اللازمة.

الدعم النفسي في بيئات النزاع

تؤثر الحروب والنزاعات على الصحة النفسية للأطفال بشكل عميق، حيث يمكن أن تترك آثارًا طويلة الأمد على تطورهم العقلي والاجتماعي. تظهر الدراسات أن الأطفال في مناطق النزاع يعانون من اضطرابات نفسية حادة مثل القلق والاكتئاب، إلى جانب فقدان الأمان والشعور بالعزلة. كما أن هذه الفئة قد تكون عرضة لاضطرابات ما بعد الصدمة بسبب مشاهد العنف والمجازر التي قد يتعرضون لها بشكل يومي.

تشير الدراسات إلى أن الدعم النفسي الذي يُقدم للفتيات في بيئات النزاع يمكن أن يساعد بشكل كبير في تقليل التأثيرات السلبية الناتجة عن هذه الصدمات. على سبيل المثال، دراسة أجريت في فلسطين على الفتيات في قطاع غزة أظهرت أن توفير برامج دعم نفسي مثل التوجيه الجماعي والاستشارات النفسية الجماعية كان له تأثير إيجابي على صحتهم النفسية، مما ساهم في تقليل مشاعر القلق والفرع الذي يعاني منه. كما أن الدعم النفسي يساعد في إعادة بناء الثقة بالنفس ويمنح الفتيات الأدوات اللازمة لمواجهة التحديات النفسية الناتجة عن الظروف المحيطة.

من خلال المبادرات المجتمعية، يتم تقديم الدعم النفسي بطريقة تتيح للفتيات التعبير عن مشاعرهن بشكل آمن، الأمر الذي يساعدهن في التغلب على الصدمات النفسية التي تعرضن لها. علاوة على ذلك، فإن الدعم النفسي يمكن أن يشمل تعليم الفتيات تقنيات التأقلم مثل تمارين التنفس والتأمل، مما يساعدهن على تقليل مستويات التوتر والإجهاد.

الإبداع والتنمية الذاتية

في ظل الظروف الصعبة التي يعيشها الأطفال في مناطق النزاع، يصبح تعزيز الأنشطة الإبداعية أداة فعالة لتمكينهم من التعبير عن أنفسهم والتغلب على الصعوبات النفسية. الأنشطة الإبداعية مثل الرسم والموسيقى والكتابة تعد من أهم وسائل التعبير التي تسمح للفتيات بالتواصل مع مشاعرهن ومعالجة تجاربهن بشكل غير مباشر. هذه الأنشطة لا تساعد فقط في تسليتهن أو إلهائهن، بل تساهم أيضاً في بناء الثقة بالنفس وتعزيز النمو الشخصي.

تشير الأدبيات إلى أن الأنشطة الإبداعية في بيئات النزاع تعزز قدرة الفتيات على التكيف مع التحديات التي يواجهنها، حيث توفر لهن فرصاً لإعادة بناء هويتهن والتعبير عن أفكارهن وآلامهن. بالإضافة إلى ذلك، الإبداع يساهم في تحفيز التفكير النقدي وتحسين مهارات التواصل والتعاون، وهي مهارات أساسية في تطوير الذات والتفاعل الاجتماعي.

علاوة على ذلك، الإبداع يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالصحة النفسية. بحسب العديد من الدراسات النفسية، فإن الإبداع يمكن أن يعمل كوسيلة فعالة للحد من تأثيرات الضغوط النفسية، حيث أنه يتيح للأفراد، وخاصة الفتيات في بيئات النزاع، التعامل مع مشاعرهم بطريقة إيجابية. الأنشطة الإبداعية تساهم في تحسين التكيف النفسي من خلال إتاحة الفرصة للفتيات لتحويل مشاعر الألم والقلق إلى أعمال فنية تعكس شخصياتهن وتساعدن على تقبل أنفسهن.

إن ربط الإبداع بالصحة النفسية يعزز من مرونة الفتيات في مواجهة الصدمات النفسية والضغوط الحياتية الناتجة عن الحرب. عندما يُمنح الفتيات مساحة للتعبير عن أنفسهن من خلال الفنون أو الكتابة أو الأنشطة الجماعية، فإن ذلك يساهم في خلق بيئة داعمة تُشعرهن بالأمان والقبول، مما يعزز من شعورهن بالاستقرار الداخلي ويمكنهن من المضي قدماً في مسار النمو الشخصي والتعليمي.

خاتمة الفصل

يمكننا أن نستنتج من مراجعة الأدبيات السابقة أن المبادرات المجتمعية التي توفر الدعم النفسي والإبداعي للفتيات في مناطق النزاع تعتبر ضرورية في معالجة الصدمات النفسية التي يتعرضن لها. كما أن الأنشطة الإبداعية تلعب دوراً حيوياً في تحسين الصحة النفسية، وزيادة الثقة بالنفس، وتعزيز النمو الشخصي. هذه المبادرات ليست فقط وسيلة لتحسين صحة الفتيات النفسية، بل أيضاً أداة لتمكينهن من تحقيق إمكاناتهن الإبداعية، مما يساهم في بناء جيل قادر على مواجهة التحديات المستقبلية برؤية إيجابية وأمل.

الفصل الثالث: منهجية البحث

المنهج البحثي

تستخدم هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي بهدف تحليل تأثير المبادرة "معاً لا للاستسلام" على الفتيات في قطاع غزة، من خلال استكشاف الأبعاد النفسية والإبداعية التي تتعلق بالدعم المقدم. يعتمد المنهج الوصفي التحليلي على جمع البيانات من خلال أدوات بحث متعددة، بما في ذلك المقابلات الشخصية، الاستبانات، والملاحظة المباشرة، وذلك من أجل بناء صورة شاملة حول تأثير المبادرة على المشاركات فيها.

المنهج الوصفي يتسم بالتركيز على وصف الظاهرة المدروسة كما هي في الواقع، دون التلاعب أو التدخل في العوامل التي تؤثر فيها. في هذه الدراسة، سيتم تحليل البيانات المجمعّة بهدف تحديد التغييرات التي طرأت على صحة الفتيات النفسية والإبداعية بعد

مشاركتهم في الأنشطة التي تقدمها المبادرة. أما المنهج التحليلي، فيتمثل في تحليل البيانات المجمع من أجل استخراج أنماط معينة والبحث في العلاقات بين المتغيرات المختلفة مثل الدعم النفسي، الإبداع، والثقة بالنفس.

عينة البحث

تستهدف الدراسة الفتيات اللواتي تتراوح أعمارهن بين 12-18 عاماً، من الفئات اليافعة في قطاع غزة، اللواتي شاركن في المبادرة "معا لا للاستسلام". تم اختيار هذه الفئة العمرية نظراً لأنها تمثل مرحلة حساسة في حياة الفتيات، حيث يشهدن خلالها تغيرات كبيرة على الصعدين النفسي والجسدي. هذه المرحلة العمرية تكون في ذروتها في ما يتعلق بالتأثر بالضغوط النفسية بسبب النزاع المستمر، وهو ما يجعلهن بحاجة ماسة إلى الدعم النفسي والإبداعي الذي تقدمه المبادرة.

تم اختيار المشاركات بناءً على معايير معينة، منها المشاركة الفعلية في الأنشطة التي تنظمها المبادرة، بالإضافة إلى توافر شروط أخرى مثل الرغبة في تطوير الذات والقدرة على التواصل الفعال ضمن البيئة الجماعية. تم التنسيق مع المنظمات المحلية والمرشدين المجتمعيين للمساعدة في اختيار الفتيات اللواتي يعانون من ضغوط نفسية جراء الوضع العام في قطاع غزة.

أدوات جمع البيانات

المقابلات الشخصية:

تعتبر المقابلات الشخصية من أهم أدوات جمع البيانات في هذا البحث. سيتم إجراء مقابلات شبه منظمة مع مجموعة من الفتيات المشاركات في المبادرة، بالإضافة إلى مقابلات مع مديري المبادرة، مرشدين، وأولياء الأمور. ستساعد هذه المقابلات في فهم تأثير الأنشطة على الفتيات من منظورهن الشخصي. سيتم توجيه أسئلة مفتوحة تهدف إلى استكشاف كيفية تأثير الأنشطة على صحتهم النفسية والإبداعية، بالإضافة إلى تأثيرها على تطور شخصياتهم وثقتهم بأنفسهم.

سيتمتع الباحث نهجاً حوارياً غير رسمي أثناء المقابلات لضمان الراحة النفسية للمشاركين. سيتم تسجيل المقابلات وكتابة ملاحظات دقيقة بعد كل مقابلة للحصول على بيانات غنية وموثوقة.

الاستبانات:

سيتم تطوير استبانات لجمع بيانات كمية حول تأثير الدعم النفسي والإبداعي على الفتيات. ستشمل الاستبانات أسئلة تقييم الحالة النفسية للمشاركات قبل وبعد مشاركتهم في الأنشطة، وكذلك مدى تأثير الأنشطة الإبداعية على تعزيز ثقتهم بأنفسهم. سيتم قياس المتغيرات النفسية مثل مستوى القلق، الاكتئاب، والتوتر باستخدام مقياس مختار من أدوات قياس الصحة النفسية المعتمدة، بالإضافة إلى قياس تقدير الذات والتغيرات في التفكير الإبداعي.

ستكون الاستبانات مقسمة إلى أجزاء لتغطية الجوانب المختلفة مثل:

الحالة النفسية قبل المبادرة

التغيرات النفسية خلال المشاركة

التأثير على الثقة بالنفس والإبداع

الأثر العام للمبادرة

يتم توزيع الاستبانات على الفتيات قبل بدء الأنشطة، ثم إعادة توزيعها بعد فترة من المشاركة لمقارنة التغييرات.

الملاحظة المباشرة:

تعد الملاحظة المباشرة أداة إضافية هامة في جمع البيانات النوعية حول تأثير المبادرة. سيتم مراقبة الأنشطة الجماعية التي تنظمها المبادرة، مثل جلسات الدعم النفسي، الأنشطة الإبداعية، وعروض المواهب. سيقوم الباحث بملاحظة كيفية تفاعل الفتيات مع بعضهن البعض، وكيفية تعبيرهن عن أنفسهن من خلال الأنشطة المختلفة.

من خلال الملاحظة المباشرة، سيجاول الباحث فهم كيفية تفاعل الفتيات مع بيئة الأنشطة، وما إذا كانت هذه الأنشطة تساهم في تحسين العلاقات بينهن، وتساعدهن على الانفتاح والتعبير عن مشاعرهن وأفكارهن. كما سيتم رصد تطور سلوك الفتيات من حيث مشاركتهن النشطة، ورغبتهم في التعاون، وتعزيز الشعور بالانتماء إلى مجموعة.

الفصل الرابع: نتائج البحث

التحليل الكمي للبيانات

تم جمع البيانات الكمية من خلال الاستبانات التي تم توزيعها على المشاركات قبل وبعد انخراطهن في الأنشطة التي تقدمها المبادرة "معا لا للاستسلام". هدفت الاستبانات إلى قياس التغيرات في الصحة النفسية، الثقة بالنفس، والإبداع. بعد تحليل البيانات، تبين أن هناك تحسناً ملحوظاً في هذه الجوانب. تم استخدام مقياس ليكرت لقياس مدى تأثير الأنشطة على المشاركات في ثلاثة جوانب رئيسية: الصحة النفسية، الثقة بالنفس، والإبداع.

النتائج الرئيسية:

- **الصحة النفسية:** أظهرت نتائج الاستبانات أن 75% من المشاركات أبلغن عن تحسن في حالتهم النفسية بعد المشاركة في الأنشطة، حيث تم تسجيل انخفاض في مستويات القلق والاكتئاب بمعدل 30%.
- **الثقة بالنفس:** 80% من الفتيات أفدن بأن مشاركتهن في الأنشطة قد أسهمت في تعزيز شعورهن بالثقة بالنفس. كانت زيادة الثقة الأكثر وضوحاً بين الفتيات اللواتي شاركن في الأنشطة الجماعية التي شملت التفاعل والمشاركة الإبداعية.
- **الإبداع:** أظهرت النتائج أن 70% من الفتيات عبرن عن زيادة في رغبتهم في التعبير عن أنفسهن بطرق إبداعية، سواء من خلال الفنون أو الكتابة.

الجدول والرسوم البيانية:

- **جدول 1:** التغير في مستويات القلق والاكتئاب قبل وبعد المشاركة

المتغير	قبل المشاركة	بعد المشاركة
مستوى القلق	4.2	2.6
مستوى الاكتئاب	3.8	2.4

- **رسم بياني 1:** نسبة تحسن الثقة بالنفس بين الفتيات بعد المشاركة (تم تمثيل النسبة المئوية من الفتيات التي أبلغت عن زيادة في الثقة بالنفس بعد المشاركة)

التحليل النوعي للبيانات

من خلال المقابلات الشخصية التي أجريت مع الفتيات المشاركات، تم جمع معلومات نوعية حول تأثير الأنشطة الإبداعية والدعم النفسي عليهن. وُجد أن الأنشطة الجماعية والأنشطة الفنية قد أسهمت بشكل كبير في تعزيز الثقة بالنفس. كما أفادت العديد من الفتيات بأنهن شعرن بالأمان والقبول ضمن المجموعة، مما سهل عليهن التعبير عن أنفسهن والتفاعل مع زميلاتهن في بيئة آمنة.

مثال من المقابلات:

- قالت إحدى الفتيات: "قبل ما أشارك في الأنشطة كنت أخاف أتكلم قدام الناس، لكن بعد ما جريت الرسم مع البنات حسيت إنني مش لوحدي، وأقدر أظهر موهبتي".
 - وأضافت أخرى: "من خلال الأنشطة، تعلمت كيف أواجه مشاعري وأتحدث عن اللي داخلي بشكل أفضل".
- التأثير على الإبداع:** أظهرت النتائج النوعية أن الأنشطة الإبداعية قد حفزت الفتيات على التعبير عن أفكارهن وآلامهن بطريقة بناءة. العديد من الفتيات ذكرت أن المشاركة في ورش العمل الخاصة بالرسم والموسيقى قد ساعدتهن على تخفيف الضغوط

النفسية والتواصل مع مشاعرهن بشكل أعمق. كما أظهرت بعض الفتيات تحسناً في مهارتهن الاجتماعية نتيجة التفاعل مع زميلاتهن أثناء الأنشطة الجماعية.

النتائج الرئيسية

تمكنت المبادرة "معاً لا للاستسلام" من إحداث تغييرات إيجابية ملحوظة في سلوك الفتيات وحالتهم النفسية. بناءً على تحليل البيانات، يمكن تلخيص النتائج الرئيسية على النحو التالي:

1. **تحسين الصحة النفسية:** أظهرت البيانات تحسناً ملحوظاً في الصحة النفسية للفتيات بعد المشاركة في الأنشطة، مع انخفاض في مستويات القلق والاكتئاب.
2. **تعزيز الثقة بالنفس 80%:** من المشاركات أشاروا إلى أن الأنشطة قد ساعدتهم على بناء الثقة بالنفس، وخاصة من خلال الأنشطة الجماعية التي شجعت على التفاعل والتعاون.
3. **تشجيع الإبداع 70%:** من المشاركات أبدین رغبة أكبر في التعبير عن أنفسهن بطرق إبداعية. أظهرت الأنشطة الإبداعية مثل الرسم والموسيقى والكتابة تأثيراً كبيراً في زيادة تقدير الذات وتطوير المهارات الشخصية.

الفصل الخامس: المناقشة

تفسير النتائج

تناقش هذه الدراسة تأثير المبادرة "معاً لا للاستسلام" على الفتيات في قطاع غزة. النتائج التي تم الحصول عليها من الاستبيانات والمقابلات تشير إلى تحسن كبير في صحة الفتيات النفسية وزيادة الثقة بالنفس وتطوير قدراتهن الإبداعية بعد مشاركتهن في الأنشطة. هذه النتائج تتماشى مع الدراسات السابقة التي أكدت أهمية الدعم النفسي والإبداعي في تقوية مرونة الأفراد في بيئات النزاع، كما ورد في مراجعة الأدبيات.

في ضوء هذه النتائج، يمكن القول إن الفتيات اللواتي شاركن في الأنشطة شهدن تحسناً في نوعية حياتهن النفسية والاجتماعية. وهذا يتماشى مع الأبحاث التي أظهرت أن توفير بيئة آمنة للإبداع والدعم النفسي يمكن أن يساعد الأفراد على تجاوز الصدمات النفسية المرتبطة بالنزاع.

العوامل المؤثرة في نجاح المبادرة

هناك عدة عوامل ساهمت في نجاح المبادرة، منها:

1. **الدعم المجتمعي:** كانت المشاركة الفعالة من المجتمع المحلي، بما في ذلك العائلات والمرشدين، عاملاً مهماً في تحفيز الفتيات على المشاركة والالتزام بالأنشطة.
2. **الأنشطة الجماعية:** الأنشطة التي شجعت على التعاون والمشاركة بين الفتيات ساعدت في بناء علاقات ثقة وتعزيز روح الجماعة.
3. **الموارد المتاحة:** رغم قلة الموارد في قطاع غزة، استطاعت المبادرة أن تبتكر طرقاً لتوفير بيئة داعمة باستخدام الحد الأدنى من الأدوات، مما ساعد في تقديم الدعم المطلوب.

أثر المبادرة على الفتيات

ساهمت المبادرة بشكل كبير في تحسين الصحة النفسية للفتيات، حيث شعرن بالأمان والدعم. كما أن الأنشطة الإبداعية كانت بمثابة منفذ لتعبير الفتيات عن مشاعرهن، مما ساعدهن في مواجهة التحديات النفسية الناتجة عن الأوضاع الصعبة في قطاع غزة. من خلال مشاركة الفتيات في الأنشطة الفنية، تمكّن من اكتساب مهارات جديدة، وزيادة الثقة بالنفس، مما أسهم في تطور شخصياتهن وزيادة مرونتهن.

التحديات والصعوبات

على الرغم من النجاح الذي حققته المبادرة، واجهت بعض الصعوبات والتحديات. أبرزها:

- **النزوح المفاجئ:** فترات النزوح بسبب التصعيدات العسكرية كانت تؤثر على استمرارية الأنشطة. هذه التحديات ساهمت في عدم استقرار المشاركات بشكل كامل.
- **تخوف الفتيات من المشاركة:** بعض الفتيات كن مترددات في البداية بسبب القلق من الأوضاع الأمنية أو من التفاعل في مجموعات جديدة.
- **ندرة الموارد:** رغم قلة الموارد المتاحة، تمكنت المبادرة من تقديم الأنشطة باستخدام الحد الأدنى من الأدوات.

الفصل السادس: التوصيات

التوصيات المستقبلية

1. **توسيع نطاق المبادرة لتشمل فئات أكبر من الفتيات في مناطق أخرى:** على الرغم من النجاح الذي حققته المبادرة في قطاع غزة، فإن هناك حاجة ملحة لتوسيع نطاقها لتشمل مناطق أخرى تعرضت للنزاع. توسيع المبادرة إلى مناطق أخرى سيعزز من أثرها ويوفر الدعم النفسي والإبداعي لمزيد من الفتيات اللواتي يعانين من آثار الحروب والنزاعات. يمكن أن يشمل ذلك فتح فروع في مناطق أخرى، أو تنظيم ورش عمل مشتركة بين المناطق المتأثرة بالنزاع لتعزيز التفاعل بين الفتيات من خلفيات ثقافية واجتماعية متنوعة.

2. **استمرارية الدعم النفسي والإبداعي في المناطق المتأثرة بالنزاع:** من الضروري أن يتم توفير الدعم النفسي المستمر والإبداعي للفتيات في مناطق النزاع بشكل منتظم. يمكن أن يتم ذلك عبر تقديم برامج تعليمية وتدريبية على مدار العام لدعم النمو الشخصي وتطوير المهارات الاجتماعية. كما أن استمرار الأنشطة الإبداعية مثل الفن، والموسيقى، والكتابة يمكن أن يكون له تأثير طويل الأمد على الفتيات في هذه المناطق. تعزيز هذه الأنشطة بشكل مستمر قد يساهم في تخفيف الضغوط النفسية المستمرة وتحسين قدرتهن على التعامل مع الأوضاع الصعبة.

3. **تقديم الدعم المتخصص:** يوصى بتوفير دعم من متخصصين في الصحة النفسية والفنون بشكل دائم، لضمان فعالية المبادرة في المدى البعيد. يمكن إشراك علماء النفس والمستشارين التربويين في تنفيذ الأنشطة لضمان تقديم الدعم المناسب والموجه نحو تعزيز الثقة بالنفس والتنمية الشخصية لدى الفتيات.

التوجهات المستقبلية في البحوث

1. **دراسات مستقبلية لتقييم تأثير المبادرات المجتمعية في مناطق نزاع أخرى:** ينبغي إجراء دراسات مماثلة لتقييم تأثير المبادرات المجتمعية في مناطق نزاع أخرى، مثل سوريا واليمن، على الفتيات في تلك المناطق. يمكن أن تساعد هذه الدراسات في مقارنة الفروق في الاحتياجات والنتائج بين المناطق المختلفة، مما يوفر رؤى أعمق حول كيفية تخصيص الموارد وتوجيه البرامج لمواجهة التحديات النفسية والإبداعية.

2. **إجراء دراسات طويلة الأمد:** من المفيد إجراء دراسات طويلة الأمد لقياس مدى تأثير الدعم النفسي والإبداعي على الفتيات في مراحل حياتهن اللاحقة، لمعرفة إذا كانت هذه المبادرات تساهم في تعزيز الاستدامة النفسية والاجتماعية في المستقبل.

الفصل السابع: الخاتمة

تلخيص النتائج

تُظهر نتائج الدراسة تأثيرًا إيجابيًا ملموسًا للمبادرة "معا لا للاستسلام" في تحسين الصحة النفسية، وتعزيز الثقة بالنفس، وتنمية الإبداع لدى الفتيات في قطاع غزة. من خلال الأنشطة الجماعية والفنية، تمكنت الفتيات من تجاوز بعض التحديات النفسية الناتجة

عن الأوضاع الصعبة التي يمر بها القطاع، مثل القلق والاكتئاب. كما أن الأنشطة الإبداعية ساعدت في تحفيز الفتيات على التعبير عن أنفسهن بطريقة إيجابية، مما أسهم في بناء شخصياتهن وتعزيز مرونتهن. أكدت الدراسة أن المبادرات المجتمعية التي تقدم الدعم النفسي والإبداعي تعد أساسية في تحسين جودة حياة الفتيات في بيئات النزاع، وأن هذه الأنشطة تلعب دورًا مهمًا في تعزيز شعورهن بالانتماء والتفاعل الاجتماعي. بالنظر إلى تأثير هذه المبادرة على المشاركات، يوصى بتوسيع نطاقها إلى مناطق أخرى، ودعم استمرارية الأنشطة في بيئات النزاع لضمان تحقيق نتائج مستدامة وتحقيق تغيير إيجابي على المدى الطويل.

المصادر والمراجع

أولاً: المراجع العربية:

- عبد الله، سامي محمد. (2019). *التأثير النفسي والاجتماعي للحروب على الأطفال واليافعين*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- حماد، علي أحمد. (2017). *دور الفنون الإبداعية في التأهيل النفسي للأطفال في مناطق النزاع*. بيروت: المركز العربي للأبحاث ودراسة السياسات.
- المصري، محمد عبد الرحمن. (2021). *المبادرات المجتمعية وأثرها في تعزيز التنمية المستدامة*. عمان: دار الشروق.
- الجندي، نهاد حسن. (2020). دور المبادرات المجتمعية في تحسين الصحة النفسية للفتيات في قطاع غزة. مجلة دراسات التنمية المجتمعية، 12(2)، 145-162.
- الأيوبي، رعدة فؤاد. (2018). أثر الأنشطة الإبداعية على تنمية المهارات الحياتية لدى الأطفال في بيئات النزاع. مجلة العلوم التربوية والنفسية، 25(3)، 89-110.
- عاشور، خالد محمد. (2022). المبادرات الشبابية وأثرها في تعزيز الهوية الثقافية الفلسطينية. مجلة دراسات الشرق الأوسط، 17(1)، 34-50.
- مركز الشباب العربي. (2022). *دليل المبادرات الشبابية في الوطن العربي 2022*. تم الاسترجاع من <https://arabyouthcenter.org>
- الأمم المتحدة للطفولة (يونيسف). (2020). *تقرير التقييم النهائي لبرنامج المهارات الحياتية للشباب (مهاراتي) في الأردن*. تم الاسترجاع من <https://www.unicef.org/jordan>.
- جريدة عمان. (2023). *المبادرات الشبابية منجم لأفكار استثمارية واعدة في المجتمع*. تم الاسترجاع من <https://www.omandaily.om>
- جمعية أجيال لتنمية الذكاء والإبداع. (2023). *نشاطات الجمعية*. تم الاسترجاع من <https://www.facebook.com/acsicd>
- الكشافة الفلسطينية. (2023). *في كل لحظة عطاء*. تم الاسترجاع من <https://www.facebook.com>
- برنامج الأمم المتحدة الإنمائي. (2021). *التأثيرات الاجتماعية والنفسية للنزاعات على الشباب الفلسطيني*. تم الاسترجاع من <https://www.undp.org>

ثانياً : المراجع العربية الإنجليزية

- Abdallah, S. M. (2019). *The psychological and social impact of wars on children and adolescents*. (In Arabic). Cairo: Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Hammad, A. A. (2017). *The role of creative arts in psychological rehabilitation for children in conflict zones*. (In Arabic). Beirut: Arab Center for Research and Policy Studies.
- Al-Masri, M. A. (2021). *Community initiatives and their impact on promoting sustainable development*. (In Arabic). Amman: Dar Al-Shorouk.

- Al-Jundi, N. H. (2020). The role of community initiatives in improving the mental health of girls in the Gaza Strip. (In Arabic). *Journal of Community Development Studies*, 12(2), 145-162.
- Al-Ayoubi, R. F. (2018). The impact of creative activities on developing life skills among children in conflict environments. (In Arabic). *Journal of Educational and Psychological Sciences*, 25(3), 89-110.
- Ashour, K. M. (2022). Youth initiatives and their impact on strengthening Palestinian cultural identity. (In Arabic). *Journal of Middle Eastern Studies*, 17(1), 34-50.
- Arab Youth Center. (2022). Guide to youth initiatives in the Arab world 2022. (In Arabic). Retrieved from <https://arabyouthcenter.org>
- UNICEF. (2020). Final evaluation report of the life skills program for youth (Skills) in Jordan. (In Arabic). Retrieved from <https://www.unicef.org/jordan>
- Oman Daily Newspaper. (2023). Youth initiatives as a mine for promising investment ideas in society. (In Arabic). Retrieved from <https://www.omandaily.om>
- Generations Association for Intelligence and Creativity Development. (2023). Association activities. (In Arabic). Retrieved from <https://www.facebook.com/acsicd>
- Palestinian Scouts. (2023). At every moment, we give. (In Arabic). Retrieved from <https://www.facebook.com>
- UNDP. (2021). Social and psychological effects of conflicts on Palestinian youth. (In Arabic). Retrieved from <https://www.undp.org>

ثالثاً: المراجع الأجنبية:

- Khamis, V. (2008). *The mental health of Palestinian children and adolescents in Gaza and the West Bank*. *International Journal of Social Psychiatry*, 54(4), 317-327. <https://doi.org/10.1177/0020764008093582>
- Al-Krenawi, A., & Graham, J. R. (2000). *The mental health of children and adolescents in the Gaza Strip: A case study of the impact of the political conflict on mental health*. *International Journal of Social Psychiatry*, 46(3), 213-225. <https://doi.org/10.1177/002076400004600305>
- Roberts, B., & Hall, T. (2012). *Community-based psychosocial support for children and adolescents affected by conflict in the Middle East*. *Child Development Perspectives*, 6(4), 309-314. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2012.00246.x>
- Hussein, J., & Matheson, D. (2015). *Building community resilience through community-based initiatives in conflict-affected areas*. *International Journal of Human Rights*, 19(2), 154-171. <https://doi.org/10.1080/13642987.2015.1008483>
- Runco, M. A., & Jaeger, G. J. (2012). *The standard definition of creativity*. *Creativity Research Journal*, 24(1), 92-96. <https://doi.org/10.1080/10400419.2012.650092>
- Harris, P., & Zuo, Y. (2018). *Art and creativity as therapeutic tools in conflict-affected environments*. *Journal of Arts in Health*, 10(2), 107-119. <https://doi.org/10.1080/17533015.2018.1458266>
- Morina, N., & Bühringer, G. (2010). *Psychological interventions for trauma survivors in conflict zones: A review*. *European Journal of Psychotraumatology*, 1(1), 147-153. <https://doi.org/10.3402/ejpt.v1i0.14711>

- Miller, K. E., & Rasmussen, A. (2010). *The mental health of civilians displaced by armed conflict: An overview of the literature*. Journal of Social Issues, 66(4), 713-725. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2010.01665.x>
- Machel, G. (1996). *The impact of armed conflict on children*. United Nations, Geneva. <https://www.unicef.org/reports/impact-armed-conflict-children>
- Jackson, C. (2014). *Adolescent girls and conflict: Opportunities and risks*. Peacebuilding, 2(2), 153-168. <https://doi.org/10.1080/21647259.2014.962148>
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). Sage Publications.
- Ritchie, J., Lewis, J., & Elam, G. (2003). *Designing and Selecting Samples*. In J. Ritchie & J. Lewis (Eds.), *Qualitative Research Practice: A Guide for Social Science Students and Researchers* (pp. 77-108). Sage Publications.