463
المجلد 13 العدد 4 ديسمبر 2012

الضغوط النفسية لدى الأم الحامل في منطقة رام الله - فلسطين

د. عمر طالب الريماوي
قسم علم النفس
جامعة القدس- فلسطين

أ.د. تيسير محمد عبدالله
قسم علم النفس
جامعة الاستقلال- فلسطين

الضغوط النفسية لدى الأم الحامل في منطقة رام الله - فلسطين

د. عمر طالب الرماوي
قسم علم النفس
جامعة القدس- فلسطين

أ.د. تيسير محمد عبدالله
قسم علم النفس
جامعة الاستقلال- فلسطين

الملخص

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى الضغوط النفسية لدى الأم الحامل في منطقة رام الله- فلسطين. واستخدم الباحثان استبانة مكونة من (٤٣) فقرة لقياس الضغوط النفسية لدى المرأة الحامل ، وتم اختيار العينة من مجتمع الدراسة وبلغت (١٨٦) امرأة.

وبينت نتائج الدراسة أن ٥٥,٦٪ من النساء يعانين من ضغوط نفسية نتيجة الحمل بدرجة منخفضة، في حين كان هناك ٤٤,٤٪ منهن يعانين من ضغوط بدرجة عالية. وأظهرت النتائج عدم وجود فروق إحصائية دالة لبعض متغيرات الدراسة (المستوى التعليمي، وصلة القرابة بالزوج)، إلا أنها كشفت عن وجود فروق إحصائية دالة للمتغيرات (العمر عند الحمل الأول، والمدة ما بين الزواج وبدء الحمل الأول، عدد مرات الحمل، والسكن مع الزوج).

الكلمات المفتاحية: الضغوط النفسية، الحمل، فلسطين، المرأة الحامل.

* تاريخ تسلم البحث: ٢٠١٢/٢/٢٤م
* تاريخ قبوله للنشر: ٢٠١٢/٤/١٢م

Psychological Stress among Pregnant Women in the Area of Ramallah – Palestine

Dr. Omar T. Rimawi
Educational Science Collage
Alquds University

Prof. Taisir M. Abdallah
Faculty of Humanities & Security
Al-Istiqlal University

Abstract

This study aimed to investigate psychological stress among the pregnant women in the area of Ramallah – Palestine. The researchers used a questionnaire consisting of (43) items which measure stress among pregnant women. The sample of the study consisted of 186 pregnant women from Ramallah West Bank, Palestine. The results revealed that there ewre 55.6% of the pregnant women had low degree of stress, while there were 44.4% suffer from high levels of stress related to pregnancy. Also the results showed that there were no statistically significant differences due to variables of the study (educational level, are relatives of the husband). However, it revealed the significant differences due to the variables (age at first pregnancy, the duration between marriage and the start of the first pregnancy, number of pregnancies, live with husband).

Key words: psychological stress, pregnancy, Palestine, pregnant women.

الضغوط النفسية لدى الأم الحامل في منطقة رام الله - فلسطين

د. عمر طالب الرماوي
قسم علم النفس
جامعة القدس- فلسطين

أ.د. تيسير محمد عبدالله
قسم علم النفس
جامعة الاستقلال- فلسطين

المقدمة

يحتل موضوع الضغوط النفسية مكانة متميزة في تراث علم النفس، ويتضح ذلك من خلال تعدد الأبحاث، سواء التي لها علاقة بأحداث الحياة الضاغطة بالأمراض البدنية أم تلك المتعلقة بالمتغيرات النفسية والتوافق والاضطرابات العقلية.

ونظرًا لتقدير الأم في المجتمع الفلسطيني، وضرورة العناية بها خلال فترة الحمل، ينظر الباحثان إلى أهمية هذا الموضوع (الضغوط النفسية لدى الأم الحامل) من أجل إعطائه الأولوية وخاصة للجانب النفسي والاجتماعي للأم الحامل؛ وذلك لتوفير أسباب الراحة النفسية الكافية: الاجتماعية والصحية؛ لطمأنة الأم طوال فترة الحمل وما بعدها، والمحافظة على صحتها النفسية والاجتماعية وسلامتها، ومساعدتها في أن تضع وضعا "طبيعيا" سهلا.

ويرى "غولد، وورث" (Gold & Roth, 1994)، بأن الإنسان يواجه مشكلات معينة مدةً طويلةً من الزمن قد تشعره بالضغط، مع أنه لا يتلقى خلالها الدعم اللازم من المقربين، فيشعر بأنه متورط ولا حل أمامه للتخلص من هذا الوضع، ،ونتيجة لذلك يحدث الضغط النفسي- كنتيجة أخيرة- ومن ثمّ لا يستطيع الفرد أن يتكيف مع المشكلات التي يدرك أنها مهددة.

وتترك الضغوط النفسية لدى الشخص آثارًا مهمة على مهنته، ومستوى أدائه، وفي جوانب شخصيته، والجوانب الجسمية والعقلية والانفعالية؛ كما تؤثر سلبًا في التكيف النفسي الذي يعد من أهم الآثار الناجمة عن الضغوط النفسية. (الزيودي، ٢٠٠٧)

إن الصورة العامة للمرأة الحامل هي صورة جميلة وسعيدة، في حال مرور مرحلة الحمل دون أية مشاكل صحية ونفسية.

هذه هي الصورة العامة كما يراها الناس أو كما يودون أن تكون بشكل عام، أو الصورة التي يخلقها المجتمع للمرأة الحامل، فهل هذا صحيح؟

ورد في القرآن الكريم عن الأم الحامل ما يأتي، يقول الله تعالى: "ووصينا الإنسان بوالديه

إحساناً حملته أمه كرها ووضعته كرها" سورة الأحقاف (الآية ١٥).

"حملته أمه كرها" أي عانت بسببه، في حال حمله مشقة وتعبا، من وهن، وغثيان، وثقل، وكرب إلى غير ذلك مما ينال الحوامل من التعب والمشقة "ووضعته كرها" أي بمشقة الطلق وشدته أيضًا. (ابن كثير، د.ت).

ويقول الله تعالى: "ووصينا الإنسان بوالديه حملته أمه وهنا على وهن وفصاله في عامين" سورة لقمان (الآية ١٤)

ففي قوله تعالى: "حملته أمه وهنا على وهن" تسجيل لحقيقة قاطعة، وهي بقاء الأم واهنة ضعيفة متعبة- والوهن هو الضعف - طيلة مدة الحمل، ويبدأ وهنها منذ بداية الحمل، ويتمثل في أمراض "الوحم" و "التقيؤ"، وقد يستمر ذلك حتى تضع حملها، وأحيانا إلى ما بعد الوضع.

ولم تقيد الآية الوهن بصورة من الصور، بل جعلته مطلقا عاما؛ ليشمل كل صور الوهن وحالاته وآفاقه، فهو وهن في الجسم، ووهن في النفس، ووهن في الشعور، ووهن في القوة، ووهن في العمل والأداء، ووهن في الخلق والسلوك، ووهن في الصلات والتصرفات، ووهن في المشاعر والأحاسيس، إلى غير ذلك. (الخالدي، ١٩٨٩).

وقد تؤثر الرغبة في حالها الانفعالية؛ فيلاحظ أن الأم التي تكره أن تكون حاملا أو لا ترغب في الحمل قد تكون أكثر ميلا إلى الاضطراب الانفعالي، وأن الاتجاه السالب نحو الحمل يصاحبه عادة الغثيان والتقيؤ، إضافةً إلى أن الانفعال، والاضطراب، وعدم النضج الانفعالي، والصراع بين الزوجين، وسوء التوافق بينهما يرتبط بعدم التكيّف مع الحمل، وظهور بعض الضغوط الاجتماعية الجسمية عند الأم، وربما يبدو ذلك بصورة واضحة في حالات التخلص من الجنين؛ لذلك من الضروري الحرص على حدوث التوافق النفسي الاجتماعي بالنسبة للحامل (زهران، ١٩٨١)

من جانب آخر بين كل من راش (Rache, 1997) وماهونى (Mahoney,1997)، أن البحث والدراسة في مجال أحداث الحياة والضغوط النفسية المرتبطة به، وآثارها على الإنسان ينبغي ألا يتوقف، ويجب أن تستمر الدراسات العلمية والنظرية.

إن الضغوط النفسية والإحباطات التي يكون الفرد تحت وطأتها هي حجر الزاوية لكل الاضطرابات السيكولوجية، وتعرف الضغوط التي تكون قادرة على إحداث تغيير في كيان الفرد بالعناء، أي أن الضغوط النفسية عبارة عن أحداث تحدث تأثيرات داخلية عن طريق الجهاز الإدراكي للفرد، ولا يمكن فهمها إلا من خلال التأثيرات الداخلية عن طريق الجهاز الإدراكي

للفرد، ومن ناحية علاقتها بوجهة نظر الفرد نفسه؛ لأن المعنى الداخلي للضغوط يتصل بحياة الفرد ونموه النفسي.

وعلى سبيل المثال قد لوحظ أن خبرات الفرد كفقدان الحب قد تهيؤه للاضطرابات السيكولوجية، وأن أهم الخبرات التي تولد الضغوط هي العلاقة المتبادلة مع الأفراد، كما أن العلاقة بين الاضطراب النفسي والضغوط النفسية علاقة تبادلية. (العيسوي، ٢٠٠٠).

إن معرفة حجم الضغوط النفسية الواقعة على الأم الحامل، ومعرفة العوامل التي تؤدي إليها تمكن الباحثين من معرفة إمكانية التخفيف من الضغوط الاجتماعية والنفسية والجسمية، وأن تهيئة واستعداد الأم الحامل لمواجهة أية مشكلات أو طوارئ لذو أهمية بالغة. واثبتت نتائج الدراسات بأن الضغط النفسي في أثناء الحمل يمكن أن يؤدي إلى نتائج مثل، نقص وزن الجنين والى إجهاضه قبل الموعد المتوقع للولادة. الضغوط النفسية من العوامل الخطيرة المؤدية إلى الأمراض الجسدية والنفسية (Pasnau, Fawzy, Stress & Psychiatry., 1998; Comer, 2002).

بعد مراجعة موضوع الدراسة تبين للباحثين بأنه لا يوجد دراسات عربية ذات علاقة مباشرة بموضوع الدراسة باللغة العربية – في حدود علمهما – وبمراجعة الدراسات الأجنبية تم الحصول على بعض هذه الدراسات منها:

دراسة "ميلاد وآخرين" (Milad, Klock, Moses & Chatterton, 1998) بينت بأن العلاقة بين الضغوط النفسية والإنجاب غير واضحة بشكل جيد، وأن عملية الإخصاب لدى المرأة سببت الضغوط النفسية.

هدفت الدراسة إلى "معرفة العلاقة بين الضغوط النفسية والإنجاب"، وتكونت عينة الدراسة من (٤٠) امرأة من مدينة شيكاغو بالولايات المتحدة الأمريكية، وتم تطبيق اختبار الضغوط النفسية بعد ٢٨ يوما من بدايات الحمل، وأظهرت نتائج الدراسة وجود مستويات عالية من الضغوط النفسية لدى افراد العينة اذ لم توجد علاقة دالة بين الضغط النفسي وإفراز الهرمونات.

وأجرى كل من سيلكويتوز وآخرون (Zelkoutz, Schinazi & Katof, 2004)، دراسة حول "العوامل النفسية الخطرة المرتبطة بأعراض الاكتئاب لدى عينة من الإناث المهاجرات إلى كندا"، وتكونت العينة من (١١٩) امرأة، وأظهرت نتائج الدراسة أنّ نسبة ٤٢٪ من أفراد العينة كان لديهم درجة عالية من الاكتئاب وارتبط الاكتئاب بالأعراض الجسدية، والإناث المكتئبات كان لديهن درجة اقل من الدعم الاجتماعي ، وضغوطات مرتبطة بأحداث الحياة

اليومية و عدم تكيف زواجي.

وأجرى لوبل وآخرون (Lobel, Dunkel & Scrimshaw, 1992) دراسة حول "الضغوط النفسية لدى الإناث وعلاقتها بالولادة المبكرة"، ودرست الدراسة الأخطار الطبية لدى المرأة الحامل وعلاقتها بالضغوط النفسية، وتكونت عينة الدراسة من (١٣٠) امرأة و كان معظمهن نساء من أصول لاتينية أو أفريقية، وبينت نتائج الدراسة أنّ انخفاض وزن الجنين كان أحد المتغيرات التي تنبأت بالضغط النفسي.

دراسة الصبان (٢٠٠٣). هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى الأنواع المختلفة للضغوط النفسية التي تتعرض إليها عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة. وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) امرأة سعودية عاملة. وتوصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير العمر، والخبرة، وعدد الأبناء، وتوصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعا للعمل، وضغوط الاقتصاد.

دراسة ليه وآخرين (Leigh & Milgrom, 2008). هدفت الدراسة إلى التعرف إلى "العوامل الخطرة المرتبطة بالاكتئاب قبل الولادة وبعد الولادة وضغوط الأمومة"، وأجريت هذه الدراسة على ٣٦٧ امرأة وبينت النتائج أنّ المتغيرات المتنبئة باكتئاب قبل الولادة كانت تقدير الذات المنخفضة، والقلق، وقلة الدعم الاجتماعي، وأحداث الحياة، وانخفاض الدخل، والعمليات العقلية السلبية، في حين كان المتغير الوحيد الذي تنبّأ بضغط الأمومة هو اكتئاب ما بعد الولادة.

وأجرى رتر وآخرون (Ritter, Hobefull & Lavin, 2000) دراسة حول "تأثير الضغوط ومصادر المساندة الاجتماعية وتقدير الذات على أعراض الاكتئاب خلال فترة الحمل"، تكونت العينة من (١٩١) امرأة (١٣٩ أوروبية، ٥٢ أمريكية أفريقية) وبينت النتائج أنّ الضغوط مرتبطة بالاكتئاب، في حين ارتبط كل من المساندة الاجتماعية، وارتفاع الدخل بالاكتئاب المنخفض، وارتبط تقدير الذات بالاكتئاب المنخفض، ولم توجد فروق بين الإناث من الأصول الأوروبية والإفريقية في الاكتئاب.

أما دراسة بنجامين (Benjamine, 1987). فقد بيّنت أن الضغط النفسي الشديد يرتبط بعدد من الاضطرابات والأمراض؛ مثل: الذبحة الصدرية، والأمراض النفسية، وآلام الظهر، وارتفاع ضغط الدم، والأمراض النفسجسمية الأخرى، وأن معظم الذين يتعرضون للضغط النفسي يواجهون ظروفًا صعبة ومؤلمة، ويعانون من أمراض جسمية مختلفة، وأن معامل الارتباط بين الضغط النفسي والمرض الجسمي كان مرتفعًا، كما أشارت النتائج إلى

أن هناك ارتباطاً عالياً ذا دلالة بين الضغط النفسي والقلق والاكتئاب من جهة، والأعراض الجسمية من جهة أخرى.

ودراسة جانيلين وبلاني (Ganellen & Blaney, 1984)، أظهرت أن الصلابة النفسية تتفاعل مع المساندة الاجتماعية كي تخفف من حدة وقع الضغوط على الفرد، وأن المساندة الاجتماعية تقوي المصادر النفسية وتزيد من شعور الفرد بالقيمة والأهمية ومن قدرته على التحدي؛ ما يجعله أكثر نجاحًا في مواجهة الضغوط. وأشار الباحثان إلى وجود ارتباط موجب دال بين إدراك الضغوط وبين الاكتئاب، إلا أن هذه العلاقة تقل مع وجود الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية اللتين تخففان من وقع الضغوط.

وأشارا إلى أن هناك فروقًا بين الذكور والإناث في متغيرات الشخصية والمساندة الاجتماعية، فالرجال أكثر ثقة بالنفس وأكثر صلابة من النساء، أما النساء فكنّ أكثر سعيا للمساندة الاجتماعية في مواجهة الضغوط.

وقد اتفق كل من هولاهان وموس (Holahan & Moos, 1985)، مع كوبازا وبوكيت (Kobasa & Puccetti, 1983)، في أن هناك متغيرات نفسية واجتماعية تساعد الفرد على الاحتفاظ بصحته الجسمية والنفسية رغم تعرضه للضغوط، حيث أشاروا إلى دور البيئة الأسرية التي تتسم بالدفء والحب، والتماسك وحرية التعبير عن الرأي والمشاعر، والدعم والتشجيع في أثناء التعرض للضغوط.

ويؤكد بيك وآخرون (Beck, Rush, Shaw & Emery, 1981)، من خلال دراستهم أن تأثيرات ضغوط الحياة على الأفراد تعود إلى فقدان المساندة الاجتماعية، وأن أحداث الحياة الضاغطة ترتبط إيجابيا ببعض جوانب الشخصية مثل سمة القلق والاكتئاب، وأن الأفراد يختلفون في سرعة تأثرهم بالضغوط الحياتية تبعا لحالتهم النفسية، حيث إنّ الحالة النفسية للفرد تتوسط العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة، والاضطرابات النفسية، والجسمية.

ويتضح من مراجعه الدراسات السابقة نوعيه الضغوط النفسية التي تعاني منها المرأة قلة الدراسات العربية المهتمة والمتخصصة في هذا المجال، وقلة المراكز والمؤسسات في القرى والمدن الفلسطينية المهتمة بالأم الحامل من الناحية النفسية.

مشكلة الدراسة

تتمثل مشكلة الدراسة الحالية في التعرف إلى الضغوط النفسية التي تعاني منها المرأة الفلسطينية ومستوى الضغوط.

أهداف الدراسة

تهدف هذه الدراسة إلى ما يأتي:

- التعرف إلى الضغوط النفسية على الأم الحامل.
- التعرف إلى الفروق في الضغوط النفسية على الأم الحامل تبعًا لمتغيرات الدراسة.
- اقتراح بعض التوصيات التي يمكن أن تساهم في المساعدة على تخفيف الضغوط النفسية على الأم الحامل.

أسئلة الدراسة

يتمثل سؤال الدراسة الرئيس في التعرف إلى درجة الضغوط النفسية لدى المرأة الفلسطينية الحامل.

فرضيات الدراسة

١. لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α≤٠,٠٥) في درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى إلى متغير العمر عند الحمل الأول.

٢. لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α≤٠,٠٥) في درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى إلى متغير المدة ما بين الزواج وبدء الحمل الأول.

٣. لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α≤٠,٠٥) في درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى إلى متغير عدد مرات الحمل.

٤. لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α≤٠,٠٥) في درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى إلى متغير المستوى التعليمي.

٥. لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α≤٠,٠٥) في درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى صلة قرابة بالزوج.

٦. لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α≤٠,٠٥) في درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى إلى متغير السكن مع الزوج.

أهمية الدراسة

تنبع أهمية الدراسة من تركيزها على دراسة الضغوط النفسية على الأم الحامل، وهي المدة التي تشكّل جزءًا مهما من حياتها؛ وكذلك ليس هناك دراسات كثيرة في هذا المجال-

خاصةً المحلية والعربية- تتناول هذا الموضوع؛ وذلك من أجل رفع الوعي، والاستعداد لمواجهة أية مشكلة أو طارئ على الأم الحامل.

حدود الدراسة

الحدود الزمانية: العام ٢٠٠٩-٢٠١٠م.

الحدود المكانية: منطقة رام الله - فلسطين.

الحدود البشرية: الأم الحامل (الأم التي أنجبت طفلاً أو أكثر).

تعريف المصطلحات

الضغوط النفسية: هي حالة من التوتر الناشئة عن المتطلبات أو المتغيرات التي تستلزم نوعًا من إعادة التوافق عند الفرد، وما ينتج عن ذلك من آثار جسمية نفسية (عبيد، ٢٠٠٨)، ويعرف ايثكين وسكولش (Aithken & Schloss, 1994)، الضغط النفسي بأنه حالة نفسية وجسدية، ناتجة عن مواجهة الفرد لحوادث مزعجة تؤدي إلى شعوره بالتهديد.

التعريف الإجرائي

الضغوط النفسية : هي الضغوط النفسية التي تواجه الأم الحامل في أثناء الحمل من خلال رغبتها او عدم رغبتها في الحمل، والمساندة الزوجية لها، وعدد فترات الحمل.

الحمل: هو عملية حمل أنثى واحدًا أو أكثر من الأجنة في جسدها، ويدوم الحمل عند البشر نحو (٩) أشهر بين وقت آخر دورة طمث والولادة (٣٨ أسبوعا بعد الإخصاب)، ويطلق لقب جنين على ما تحمله المرأة من وقت الإخصاب حتى الولادة.

منهجية الدراسة وإجراءاتها:

اتبع الباحثان المنهج الوصفي، وهو المنهج الذي يجمعُ معلومات عن الظاهرة ويصف خصائصها، واستخدم هذا المنهج؛ لأنه يلائم طبيعة الدراسة وأهدافها معتمدًا على أسلوب الدراسة الميدانية في جمع المعلومات؛ لاختبار صحة الفرضيات وتفسير النتائج.

مجتمع الدراسة وعينتها

تكون المجتمع الأصلي للدراسة من جميع النساء اللواتي مررن بفترة الحمل في منطقة رام الله - فلسطين، حيث أُخذت عينة ميسرة تعتمد مبدأ ما هو متاح؛ إذ اختار الباحثان عينةً بلغت (١٨٦) امرأة من مجتمع الدراسة، والجدول رقم (١) يبين خصائص العينة.

الجدول رقم (١)
توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة

المتغير	المستوى	العدد	النسبة المئوية
العمر عند الحمل الأول	من ١٦-٢٠ سنة	١٠٤	٥٥,٦
	٢١-٢٣ سنة	٥٥	٢٩,٤
	من ٢٤ سنة فما فوق	٢٨	١٥,٠
المدة ما بين الزواج وبدء الحمل الأول	من ١- ٣ أشهر	٧٨	٤١,٧
	٤-١٢ شهر	٥٩	٣١,٦
	سنة فما فوق	٥٠	٢٦,٧
عدد مرات الحمل	مرة واحدة	١٨	٩,٦
	مرتان	٤٣	٢٣,٠
	ثلاث مرات فما فوق	١٢٦	٦٧,٤
المستوى التعليمي	اقل من توجيهي	٧٩	٤٢,٢
	توجيهي	٤٢	٢٢,٥
	أعلى من توجيهي	٦٦	٣٥,٣
صلة قرابة بالزوج	يوجد قرابة	٧١	٣٨,٠
	لا توجد قرابة	١١٦	٦٢,٠
السكن مع الزوج	منفصل، وقريبة من عائلة زوجي	٩٢	٤٩,٢
	مع عائلة زوجي	٣٧	١٩,٨
	منفصل، وبعيدة عن أهل زوجي	٥٨	٣١,٠

أداة الدراسة

بعد اطلاع الباحثين على الأدبيات المتعلقة بهذا الموضوع، واستشارة عدد من المختصين في هذا المجال كالمختصين في علم النفس، وأطباء الصحة الإجابية، وقيام الباحثين بإلقاء مجموعة من المحاضرات في هذا المجال، تم إعداد استبانة خاصة لهذا الغرض بلغ عدد فقراتها في صيغتها الأولية (٤٦) فقرة، وقدمت إلى مجموعة من الخبراء للحكم على صلاحية فقرات القياس، فحذفت ثلاث فقرات منها، وبذلك أصبح عدد فقرات الاستبانة في صيغتها النهائية (٤٣) فقرة، وبعد أن تم التأكد من ذلك طُبقت الاستبانة على عينة الدراسة الحالية.

بعد التأكد من صدق أداة الدراسة وثباتها، وتحديد عينة الدراسة، قام الباحثان بتطبيق الأداة على أفراد عينة الدراسة، وبعد أن اكتملت عملية تجميع الاستبانات من أفراد العينة التي أجيب عنها بطريقة صحيحة- تبين للباحثين أن عدد الاستبانات المستردة الصالحة التي خضعت للتحليل الإحصائي هو (١٨٦) استبانة فقط .

صدق الأداة

تم التحقق من صدق أداة الدراسة بعرضها على مجموعة من المحكّمين من ذوي الاختصاص والخبرة، والذين أبدوا بعض الملاحظات حولها، وعليه تم إخراج الاستبانة بشكلها الحالي وصورتها النهائية، ومن ناحية أخرى تم التحقق من صدق الأداة أيضاً بحساب معامل الارتباط بيرسون لفقرات الاستبانة مع الدرجة الكلية للأداة، واتضح وجود دلالة إحصائية في معظم فقرات الاستبانة.

ثبات الدراسة

وللتحقق من ثبات الاستبانة قام الباحثان بحساب الدرجة الكلية لمعامل الثبات، لمقياس الدراسة حسب معادلة الثبات كرونباخ ألفا Cronbach Alpha، وكانت الدرجة الكلية (٠,٨٣)، وهذه النتيجة تشير إلى تمتع هذه الأداة بثبات يحقق أغراض الدراسة.

المعالجة الإحصائية

تمت المعالجة الإحصائية للبيانات باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Statistical Package for Social Sciences)، وذلك بحساب كل من المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والتكرارات (الأعداد)، والنسب المئوية، ومعامل الثبات كرونباخ ألفا (Alpha Cronbach)، واختبار "ت" t-test، ومعامل الارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient)، واختبار تحليل التباين الأحادي (One -Way Analysis Of Variance)، واختبار شيفيه (Scheffe).

نتائج الدراسة

نص سؤال الدراسة الرئيس "ما درجة الضغوط النفسية لدى المرأة الفلسطينية الحامل؟".

توصل الباحثان إلى درجة الضغوط النفسية على الأم الحامل، وبيان كل من المتغيرات من خلال استجابة أفراد العينة على أداة الدراسة، وتحليل البيانات الإحصائية التي تم الحصول عليها.

وحتى يتم تحديد الدرجة من خلال متوسطات استجابة أفراد عينة الدراسة تم اعتماد الدرجات الآتية:

الجدول رقم (٢)
الدرجات التي تم استخدمها لتحديد مدى متوسطها الحسابي استجابة أفراد عينة الدراسة

الدرجة	مدى متوسطها الحسابي
منخفضة	٢,٤٩ فأقل
متوسطة	٢,٥-٣,٤٩
عالية	٣,٥ فأعلى

للاجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للضغوط النفسية والانحراف المعياري +١ و-١ وقد أظهرت النتائج أن ٥٥,٦٪ من النساء يعانين من ضغوط نفسية نتيجة الحمل بدرجة منخفضة، في حين كان هناك ٤٤,٤٪ منهن يعانين من ضغوط بدرجة عالية، وهذا يشير إلى أن عدد النساء اللواتي يعانين من ضغوط نفسية نتيجة الحمل بدرجة كبيرة بحاجة إلى تدخل، و علاج، وإرشاد نفسي.

مناقشة الفرضيات

نتائج الفرضية الأولى

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى إلى متغير العمر عند الحمل الأول.

لفحص الفرضية الصفرية الأولى تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة على استبانة درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل، وهي كما في الجدول رقم (٣).

الجدول رقم (٣)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة على استبانة درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل

العمر عند الحمل الأول	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
من ١٦-٢٠ سنة	١٠٤	٣,٣٦	٠,٤٣
٢١-٢٣ سنة	٥٥	٣,٦٤	٠,٤٥
٢٤سنة فما فوق	٢٨	٣,٣٥	٠,٤٠

يلاحظ من الجدول رقم (٣) وجود فروق ظاهرة في المتوسطات الحسابية في استبانة درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى إلى متغير العمر عند الحمل الأول، ولمعرفة دلالة الفروق

تم استخدام تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA)، كما يظهر في الجدول رقم (٤).

الجدول رقم (٤)
نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لاستجابة أفراد العينة على استبانة درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة «F» المحسوبة	مستوى الدلالة
بين المجموعات	٣,١٢	٣	١,٠٤	٥,٤٧	٠,٠٠١
داخل المجموعات	٣٤,٧٩	١٨٣	٠,١٩		
المجموع	٣٧,٩٢	١٨٦			

يلاحظ أن قيمة ف هي (٥,٤٧) ومستوى الدلالة هي (٠,٠٠١)، وهي أقل من مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥). أي أن ثمة فروقًا دالة إحصائياً في درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى إلى متغير العمر عند الحمل الأول، ولصالح (٢٩-٣٢ سنة)، وبذلك يتم رفض الفرضية الصفرية الأولى.

تشير نتائج الدراسة إلى عدم الاتفاق مع دراسة الصبان (٢٠٠٣) التي أشارت إلى عدم وجود فروق في الضغوط النفسية ترجع إلى متغير العمر، ويشير الباحث على أنه على الرغم من أنّ التقدم في الطب قد قلل من خطورة عمليتي الحمل والوضع بالنسبة للأم وبالنسبة للجنين بصفة عامة، إلا أن هناك بعض الدراسات ما زالت تؤكد على أنه كلما ازداد عمر الأم في أثناء الحمل ازدادت احتمالات حدوث مشكلات بالنسبة للأم والجنين.

نتائج الفرضية الثانية

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى إلى متغير المدة ما بين الزواج وبدء الحمل الأول.

لفحص الفرضية الصفرية الثانية تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة على استبانة درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل، وهي كما في الجدول رقم (٥).

الجدول رقم (٥)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة على استبانة درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل

المدة ما بين الزواج وبدء الحمل الأول	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
من ١- ٣ أشهر	٧٨	٣,٣٥	٠,٤١
٤-١٢ شهر	٥٩	٣,٤٧	٠,٥٠
سنة فما فوق	٥٠	٣,٦٠	٠,٣٨

يلاحظ من الجدول رقم (٥) وجود فروق ظاهرة في المتوسطات الحسابية في استبانة درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى إلى متغير المدة ما بين الزواج وبدء الحمل الأول، ولمعرفة دلالة الفروق تم استخدام تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA)، كما يظهر في الجدول رقم (٦).

الجدول رقم (٦)
نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لاستجابة أفراد العينة على استبانة درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة «F» المحسوبة	مستوى الدلالة
بين المجموعات	١,٩٤	٤	٠,٤٨	٢,٤٦	٠,٠٤
داخل المجموعات	٣٥,٩٧	١٨٢	٠,١٩		
المجموع	٣٧,٩٢	١٨٦			

يلاحظ أن قيمة ف هي (٢,٤٦) ومستوى الدلالة هي (٠,٠٤)، وهي أقل من مستوى الدلالة (α≥٠,٠٥)، أي أن ثمة فروقًا دالة إحصائيًا في درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى إلى متغير المدة ما بين الزواج وبدء الحمل الأول، ولصالح من سنة فما فوق، وبذلك يتم رفض الفرضية الصفرية الثانية. يعزو الباحث ذلك إلى عدم حدوث الإخصاب قبل هذه المدة، مع وجود الرغبة عند الأمهات في الحمل عند الزواج، ربّما يرجع السبب إلى أن عمر البويضة القابلة للتخصيب هو ٢٤ ساعة في كل شهر، أي اليوم الرابع عشر من بداية فترة الحيض في حال الدورة ٢٨ يوماً.

نتائج الفرضية الثالثة

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α≤٠,٠٥) في درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى إلى متغير عدد مرات الحمل.

لفحص الفرضية الصفرية الثالثة تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة على استبانة درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل، وهي كما في الجدول رقم (٧).

الجدول رقم (٧)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة على استبانة درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل

عدد مرات الحمل	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
مرة واحدة	١٨	٣,٥٠	٠,٣٧
مرتان	٤٣	٣,٦٥	٠,٤٧
ثلاث مرات فما فوق	١٢٦	٣,٣٧	٠,٤٣

يلاحظ من الجدول رقم (٧) وجود فروق ظاهرة في المتوسطات الحسابية في استبانة درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى إلى متغير عدد مرات الحمل، ولمعرفة دلالة الفروق تم استخدام تحليل التباين الأحادي (one way ANOVA)، كما يظهر في الجدول رقم (٨).

الجدول رقم (٨)
نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لاستجابة أفراد العينة على استبانة درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "F" المحسوبة	مستوى الدلالة
بين المجموعات	٢,٥٨	٢	١,٢٩	٦,٧١	٠,٠٠٢
داخل المجموعات	٣٥,٣٤	١٨٤	٠,١٩		
المجموع	٣٧,٩٢	١٨٦			

يلاحظ أن قيمة ف هي (٦,٧١) ومستوى الدلالة هي (٠,٠٢)، وهي أقل من مستوى الدلالة ($\alpha \leq ٠,٠٥$) أي أن ثمة فروقًا دالة إحصائياً في درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى إلى متغير عدد مرات الحمل، ولصالح "مرتان"، وبذلك يتم رفض الفرضية الصفرية الثالثة، وتشير نتائج الدراسة إلى عدم الاتفاق مع دراسة الصبان (٢٠٠٣) في الضغوط النفسية العائدة على متغير عدد الابناء.

يستنتج الباحثان وجود فروق لصالح عدد مرات الحمل "مرتان" (أي طفلين)، وهو الرقم المفضل بالنسبة للأمهات، ونسبة الأمهات اللائي يشعرن بالسعادة في حملهن الأول أكبر من نسبة السعيدات في الحمل الثاني؛ ذلك لأن الأم تلقى رعاية خلال الحمل الأول من جانب الزوج ومن جانب المحيطين بها، ولكنها خلال مرات الحمل التالية قد لا تلقى الرعاية ذاتها ربّما؛ ما يجعلها تشعر بالاستياء من الحمل وقد لا تقبله ومن ثم فهي في الحمل الأول تكون أقل اضطرابًا.

نتائج الفرضية الرابعة

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة في درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى إلى متغير المستوى التعليمي.

لفحص الفرضية الصفرية الرابعة تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة على استبانة درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل، وهي كما في الجدول رقم (٩).

الجدول رقم (٩)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة على استبانة درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل

المستوى التعليمي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
أقل من توجيهي	٧٩	٣,٥٠	٠,٤٤
توجيهي	٤٢	٣,٣١	٠,٤٦
أعلى من توجيهي	٦٦	٣,٤٦	٠,٤٤

يلاحظ من الجدول رقم (٩) وجود فروق ظاهرة في المتوسطات الحسابية في استبانة درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى إلى متغير المستوى التعليمي، ولمعرفة دلالة الفروق تم استخدام تحليل التباين الأحادي (one way ANOVA) كما يظهر في الجدول رقم (١٠).

الجدول رقم (١٠)
نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لاستجابة أفراد العينة على استبانة درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة «F» المحسوبة	مستوى الدلالة
بين المجموعات	١,٠١	٢	٠,٥٠	٢,٥٢	٠,٠٨
داخل المجموعات	٣٦,٩١	١٨٤	٠,٢٠		
المجموع	٣٧,٩٢	١٨٦			

يلاحظ أن قيمة ف هي (٢,٥٢) ومستوى الدلالة هي (٠,٠٨)، وهي أكبر من مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥). أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا في درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى إلى متغير المستوى التعليمي، وبذلك يتم قبول الفرضية الصفرية الرابعة.

ويعزو الباحثان ذلك إلى مستوى التعليم والمعرفة والوعي الصحي المتعلق بالحمل وتغيراته الجسمية والنفسية.

نتائج الفرضية الخامسة

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α≥٠,٠٥) في درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى إلى صلة قرابة بالزوج.

لفحص الفرضية الصفرية الخامسة تم حساب اختبار "ت" لاستجابة أفراد عينة الدراسة على فقرات استبانة درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى إلى متغير صلة القرابة بالزوج، وهي كما في الجدول رقم (١١).

الجدول رقم (١١)
نتائج اختبار "ت" للعينات المستقلة لاستجابة أفراد العينة في استبانة درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل

صلة قرابة بالزوج	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (t)	مستوى الدلالة
يوجد	٧١	٣,٤٣	٠,٤٠	٠,٤٠	٠,٦٨
لا يوجد	١١٦	٣,٤٦	٠,٤٧		

يتبين من خلال الجدول السابق أن قيمة مستوى الدلالة (٠,٦٨)، وهي أكبر من مستوى الدلالة (α≥٠,٠٥)، أي أنه لا توجد فروق في درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى إلى متغير صلة القرابة بالزوج، وبذلك يتم قبول الفرضية الصفرية الخامسة.

نتائج الفرضية السادسة

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α≥٠,٠٥) في درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى لمتغير السكن مع الزوج.

لفحص الفرضية الصفرية السادسة تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة على استبانة درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل، وهي كما في الجدول رقم (١٢).

الجدول رقم (١٢)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة على درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل

السكن مع الزوج	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
منفصل، وقريبة من عائلة زوجي	٩٢	٣,٣٢	٠,٣٩
مع عائلة زوجي	٣٧	٣,٥٦	٠,٤٨
منفصل، وبعيدة عن أهل زوجي	٥٨	٣,٣١	٠,٤٦

يلاحظ من الجدول رقم (١٢) وجود فروق ظاهرة في المتوسطات الحسابية في استبانة درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى إلى متغير السكن مع الزوج. ولمعرفة دلالة الفروق تم استخدام تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) كما يظهر في الجدول رقم (١٣).

الجدول رقم (١٣)
نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لاستجابة أفراد العينة على استبانة درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة «F» المحسوبة	مستوى الدلالة
بين المجموعات	٢,٨٠	٢	١,٤٠	٧,٣٤	٠,٠٠١
داخل المجموعات	٣٥,١٢	١٨٤	٠,١٩		
المجموع	٣٧,٩٢	١٨٦			

يلاحظ أن قيمة ف هي (٧,٣٤) ومستوى الدلالة هي (٠,٠٠١)، وهي أقل من مستوى الدلالة (α≥٠,٠٥) أي أن ثمة فروقًا دالة إحصائيًا في درجة الضغوط النفسية لدى الأم الحامل تعزى إلى متغير السكن مع الزوج، ولصالح (مع عائلة الزوج)، وبذلك يتم رفض الفرضية الصفرية السادسة.

ويتضح من نتائج الدراسة وجود فروق دالة، أي أنها تتفق مع كل من دراسات جانيلين وبلاني (Ganellen & Blaney, 1984) في وجود ارتباط موجب دال بين إدراك الضغوط وبين الاكتئاب، إلا أن هذه العلاقة تقل مع وجود الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية اللتين تخففان من وقع الضغوط.

وتتفق مع دراسة كل من هولاهان وموس (Holahan & Moos, 1985) وكوبازا وبوكيت (Kobasa & Puccetti, 1983) اللتين أشارتا إلى أن هناك فروقا بين الذكور والإناث في متغيرات الشخصية والمساندة الاجتماعية، فالرجال أكثر ثقة بالنفس وأكثر صلابة من النساء، أما النساء فكنّ أكثر سعيا للمساندة الاجتماعية في مواجهة الضغوط.

التوصيات

في ضوء ما تم التوصل إليه من نتائج، ومن خلال نتائج البحوث والدراسات السابقة يوصي الباحثان بما يأتي:

١- ضرورة مساندة الأم الحامل نفسيا واجتماعيًا وبالأخص من قبل الزوج.

٢- ضرورة التخطيط والاستعداد الصحي، والمادي، والمعنوي، والنفسي لاستقبال المولود

الجديد، خاصةً من قبل الأم، ومن ثم من حولها.

٣- ضرورة رغبة الأم في الحمل، وليس بالإكراه، أو رغبة أحد من أفراد الأسرة بذلك.

٤- إجراء المزيد من البحوث حول الضغوط النفسية وعلاقتها بالأم الحامل.

المراجع

القرآن الكريم

ابن كثير، إسماعيل (د.ت). **تفسير القرآن العظيم**. دار الكتب المصرية: القاهرة، ج٤، ص١٥٧.

الخالدي، صلاح عبد الفتاح (١٩٨٩). **مع قصص السابقين في القران**، (ط١). دار القلم: دمشق، ص١٧٤.

زهران، حامد عبد السلام (١٩٨١). **علم نفس النمو "الطفولة والمراهقة"**، (ط٥). دار العودة: بيروت، ص٧١-٩٨.

الزيودي، محمد (٢٠٠٧). مصادر الضغوط النفسية والاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في محافظة الكرك وعلاقتها ببعض المتغيرات. **مجلة جامعة دمشق، ٢٣**(٢)، ١٩٤-٢١٧.

الصبان، عبير بنت محمد (٢٠٠٣). **المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغوط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة**. رسالة ماجستير غير منشورة، قسم التربية وعلم النفس، المملكة العربية السعودية.

عبيد، ماجد بهاء الدين (٢٠٠٨). **الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية**. عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.

العيسوي، عبد الرحمن (٢٠٠٠). **الاضطرابات النفسجسمية**، (ط١). بيروت: لبنان. دار الراتب الجامعية.

Aitken, C. & Schloss, J. (1994).Occupational stress and burnout amongst staff working with people with an intellectual disability. **Behavioral Interventions, 9,** 225-234.

Beck, A., Rush, A., Shaw, B. & Emery, G. (1981). **Cognitive therapy of depression.** New York: Allyn and Bacon.

Benjamine, L. (1987). **Understanding and managing stress in the academic world. Washington,** Michigan: Eric Clearinghouse on Counseling and Personal Services.

Comer, J. (2002). **Fundamentals of abnormal psychology.** New York: Worth Publishers.

Ganellen, R. & Blaney, P. (1984). Hardiness and social support as moderators of the effect of life stress. **Journal of Personality and Social Psychology, 47**(1), 156-163.

Gold, Y & Roth, R. (1994). **Teachers managing stress and preventing burnout: the professional health solution,** (2nd Ed). London: The Falmer Press.

Holahan, C. & Moos, R. (1985) Life and health: Personality, coping, and family support in stress resistance. **Journal of Personality and Social Psychology, 49**(3), 739 – 747.

Kobasa, S. & Puccetti, M. (1983). Personality and social resources in stress resistance. **Journal of Personality and Social Psychology, 54**(4), 839 – 850.

Leigh, B & Milgrom, J. (2008). Risk Factors for autenatal depression, Postantal depression and parenting stress. **BMC Psychiatry, 8**(24), 1-11.

Lobel, M., Dunkel – Schetter, C. & Scrimshaw, S. (1992). Parental Maternal stress and Pregnancy: a prospective study of socio economically Disadvantaged women. **Health Psychology, 11**(1), 32-40.

Mahoney, N. (1997). Cognitive therapy and research: A question of questions. **Cognitive Therapy and Research, 40**(1), 5 -17.

Milad, P., Klock, S., Moses, S. & Chatterton, R. (1998). Stress and anxiety do not result in pregnancy wastage. **Human Reproduction, 13**(8), 2296-2300.

Pasnau, R., Fawzy, F., Stress & Psychiatry (1989). In: Psychological factors affecting physical condition Psychosomatic Disorders. In: Kaplan, H. I., Satlok, B. J. (eds). **Comprehensive Text Book of Psychiatry IV.** Volume II. 5th ed., Williams and Wilkins, Baltimore, Hong Kong, London, Sydney 1989; **25**(10), 40-1233.

Rash, R. (1997). The path way between subject's recent life changes and their near - future illness reports. **Representative Results and Musicological Issues.** New York: Wiley.

Ritter, C. Hobefull, S. & Lavin J. (2000). Stress, psychology social resources and depressive symptomatalogy during pregnancy in low- income, inner-city women. **Health Psychology, 19,** 576-585.

Zelkwitz, P. schinazi, J. & Katof, L. (2004). Factors associated with Depression in pregnant Immigrant women. **Trans Cultural Psychiatry, 41,** 445-464.