الترقيم الدولي
ISSN 1998-6424

وزارة التعليم العالي
والبحث العلمي

جامعة
ديالى

مركز
أبحاث
الطفولة
والأمومة

الكتاب السنوي

لمركز ابحاث الطفولة والامومة

المجلد الثالث عشر/ العدد (٣) لسنة ٢٠٢٢

عدد خاص بوقائع المؤتمر العلمي الخامس و الدولي الاول التخصصي المدمج

(نساؤنا وأطفالنا: ازمات مجتمعية وتحديات واقعية وتطلعات مستقبلية)

بتاريخ ٢٠٢٢/٣/٢٩

الكتاب السنوي لمركز ابحاث الطفولة والامومة

المجلد الثالث عشر/ العدد (٢) لسنة ٢٠٢٢

حولية علمية متخصصة محكمة

عدد خاص بوقائع المؤتمر العلمي الخامس والدولي الاول التخصصي المدمج

(نساؤنا وأطفالنا: ازمات مجتمعية وتحديات واقعية وتطلعات مستقبلية)

بتاريخ ٢٠٢٢/٣/٢٩

رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق ببغداد

٦٠٩لسنة ٢٠٠٦

الترقيم الدولي

ISSN ١٩٩٨-٦٤٢٤

الكتاب معتمد لأغراض الترقيات العلمية

بموجب كتاب وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

هيئة الراي ١٢ س/١٠٩٢ في ٢٧/ ٧/ ٢٠٠٨

حقوق النشر محفوظة لمركز أبحاث الطفولة والأمومة

لا يجوز اقتباس أو نشر أي جزء من الكتاب إلا بإذن المركز

رئيس التحرير

أ. د. أخلاص علي حسين

مدير التحرير

أ.م. د. مؤيد حامد جاسم

أعضاء هيئة التحرير

أ.م. د. أسماء عبد الجبار سلمان

أ.م. د. فرات امين مجيد

م. م. رشا روكان اسماعيل

سكرتير التحرير

أ.م . وفاء قيس كريم

المراجعة اللغوية

أ . د. غادة غازي عبد المجيد

الإخراج الفني

المهندس. علاء عبادي حميد

الهيئة الاستشارية

أ. د. مهند محمد عبد الستار	جامعة ديالى كلية التربية الأساسية
أ. د. بشرى عناد مبارك	جامعة ديالى كلية التربية الأساسية
أ. د. ئاسو صالح سعد	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
أ. د. لطيفة ماجد محمود	جامعة ديالى كلية التربية للعلوم الانسانية
أ. د. فتحي طه مشعل	جامعة الموصل كلية التربية الاساسية

الآراء الواردة في الكتاب تعبر عن وجهة نظر كاتبها

ولا تعبّر بالضرورة عن وجهة نظر المركز

ثبت المحتويات

كلمة السيد رئيس المؤتمر..... ز- س
اهداف المؤتمر ومحاوره..... ش
اللجان المشرفة على المؤتمر..... ص-ض
الباحثون المشاركون في المؤتمر ..... ذ- ر

انتشار ظاهرة الطلاق في محافظة ديالى من وجهة نظر طلبة قسم التاريخ كلية التربية الأساسية جامعة ديالى
أ.د سلمى مجيد حميد, أ.د تنزيه مجيد حميد, انتهاء جمال علي ١٧-٣٦

الادمان الرقمي وتأثيره على الأطفال
أ.د. زهرة موسى جعفر م.م. علي جعار لفته ٣٧-٥٧

التشوهات المعرفية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى عينة من المطلقات غير العاملات بمدينة جدة بالمملكة العربية السعودية
أ. نهله عوض عايض المطيري, أ. سمية علي عبد الوارث أحمد ٥٨-٨٦

حق الطفل في التعليم وأهداف التنمية المستدامة
أ.م.د نسرين حمزة عباس, أ.م.د. ابتسام جعفر جواد, أ.م.د. اسراء فاضل امين ٨٧-٩٩

حقوق الطفل في فكر الرسول (صلى الله عليه واله وسلم)وال بيته
أ.م.د غادة علي هادي, أ.م.د. رغد جمال مناف ١٠٠-١١٣

الاتجاهات الحديثة في قصص الأطفال الإلكترونية في رياض الأطفال وسبل الاستفادة منها
أ.م.د وفاء أبو المعاطي يوسف يوسف ١١٤-١٣٦

الطلاق الصامت (العاطفي)
أ.م.د. احلام جبار عبدالله ١٣٧-١٤٦

الازمات الصحية والاقتصادية والتربوية والاجتماعية واثرها على البناء النفسي للمرأة والطفل
أ.م احلام احمد عيسى ١٤٧-١٥٨

المهارات الاجتماعية لدى اطفال الرياض
م.م. ياسمين حسن حسين العامري ١٥٩- ١٨١

آليات تعزيز حقوق الطفل في العراق بعد عام ٢٠٠٣
م.د منتصر حسين جواد وزه الباوي ١٨٢- ١٩٨

الالعاب الالكترونية العنيفة وعلاقتها بالتفكير الرياضي لدى المراهقين
م.د انتصـار جـواد مهـدي ١٩٩-٢١٠

حقوق وواجبات الطفل في القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة
م.د .عثمان شهاب أحمد , م.د. شروق عبد الإله ٢١١-٢٢٣

ضغوط الحياة وعلاقتها بالسلوك الاجتماعي لدى لاعبات ذات الاعاقة الحركية بكرة السلة بأعمار(١٨-٢٠) سنة
م.د. هيام سعدون عبود ٢٢٤-٢٣٨

برنامج " ريجيو إميليا " Reggio Emilia ودوره في تعليم أطفال الروضة
د. هند محمود حجازي محمود ٢٣٩- ٢٥١

حقوق الطفل في الوثائق الدولية والدستور العراقي
د. زينب خالد حسين ٢٥٢-٢٦٧

تصور مقترح لإدارة الأزمات التربوية لدى المراهقين بعد جائحة كوفيد١٩
د. هبة توفيق أبو عيادة ٢٦٨-٢٨٧

المشاكل التي تواجهها ذوات الإعاقة الأرملات من وجهة نظرهن في الجزائر ولاية وهران انموذجا
د. صراح بولدراس ٢٨٨- ٢٩٥

الابعاد النفسية والاجتماعية لارتفاع نسبة الطلاق في العراق من (٢٠٠٣-٢٠١٩)
م.د.ميس محمد كاظم ,م.د. سيف محمد رديف, أ.م.د. ميسون كريم ضاري , أ.د. اسماء صبر علوان ...٢٩٦- ٣٣٠

الاوراق البحثية

دور الأم في تنمية الوعي الغذائي للطفل الـــــ SMART SNACKES انموذجا
ا.د. مريم ما ل الله غزال , أ.م. نادية حسين منخي ٣٣١-٣٣٧

الارهاب السيبراني وحماية الطفل منه
م.د. ضحى بدر اللامي ٥٨٦- ٥٩١

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

والصلاة والسلام على سيد المرسلين محمد وآله وصحبه أجمعين، والسلام عليكم ورحمه الله وبركاته وبعد..

السيد رئيس جامعة ديالى الأستاذ الدكتور عبد المنعم عباس كريم المحترم...

السادة أعضاء مجلس الجامعة المحترمون..

السادة الحضور الاكارم...

صباح الخير جامعة ديالى، صباح الخير مركز أبحاث الطفولة والأمومة بكل ورد الربيع، صباح الورد والياسمين ...

فلله الحمد أولا وأخيرا أن وفقنا إلى الوصول إلى هذا اليوم المبارك لنعلن بدأ فعاليات مؤتمرنا العلمي الخامس الموسوم ب نساؤنا وأطفالنا ازمات مجتمعية وتحديات واقعية وتطلعات مستقبلية لقد كان هذا المؤتمر بذرة خير سقتها مداولات علمية ثرية مع اللجنة العلمية رئيسا وأعضاء وكانت القضايا الاولى قضية المرأة والطفل بما يشوبها من اشكاليات واطروحات تستدعي الوقوف والمعالجة في عمل علمي رفيع المستوى هدفه الارتقاء بالفرد والمجتمع.

فجاء هذا المؤتمر ليكون منارة لتحقيق ما يصبو إليه مركزنا من أهداف إنسانية سامية ، وقد تنوعت محاوره إلى خمسة محاور هي:

المحور الاول : اثار الحروب والأزمات الثقافية والاقتصادية والتربوية على بناء النفسي للمرأة والطفل .

فيما تناول المحور الثاني: مشكلات المرأة العاملة وصراع الأدوار في البيت والعمل.

المحور الثالث: دور المرأة في الوعي الصحي والتغذية السليمة للأسرة والطفل.

الرابع: مشكلات المرأة والارملة والمطلقة وتداعياتها المجتمعية.

أخيراً: الآثار السلبية لعمالة الاطفال.

وقد ازدادت المؤتمر بأقلام صادقة اتخذت من العلم طريقاً ينير بها دروب الحياة، فكانت حروف الباحثين وكلماتهم هي نكهة هذا العمل ورصيده الحقيقي ، إذ بلغ عدد البحوث العلمية والأوراق البحثية التي تم قبولها للمشاركة في فعاليات المؤتمر خمسة وثمانين بحثاً و ورقة عليمة، وبمشاركة إحدى عشرة جامعة عراقية نذكرها على سبيل المثال لا الحصر-جامعة بغداد جامعة المستنصرية جامعة ذي قار جامعة الموصل....

فضلاً عن مشاركات عربية مميزة بواقع خمس دول عربية من ضمنها المملكة العربية السعودية جمهورية مصر العربية المملكة الأردنية الهاشمية والجزائر والمغرب.

إضافة إلى مشاركة غير عربية من جامعة بنسلفانيا الأمريكية بمحاضرة عليمة..

وقد خضعت جميع البحوث والأوراق البحثية العلمية إلى التقويم العلمي من خبيرين أو أكثر، بمراعاة التخصص الدقيق لأصحاب البحوث العلمية.

ولا نحيط أن هذا المشروع العلمي ما كأن ليكون لولا أن بدأ كريمة رعته و احتضنته بالعناية والمتابعة ممثلة في شخص السيد رئيس جامعة ديالى الأستاذ الدكتور عبد المنعم عباس كريم المحترم. فله منا أسمى آيات الشكر والعرفان لما قدمه لنا من أيادي بيضاء أنتجت هذا المنجز الذي سيرتقي بمركزنا نحو تحقيق مبتغاه في ارتقاء المجتمع بارتقاء واقع المرأة والطفل

وختاماً ومن باب رد الفضل لأهل الفضل نقول شكرا لكل من ساهم في هذا العمل بحرف أو كلمة أو عمل وان كان بسيطا أو دعمهم وان كان معنويا ، فلكم جميعاً الفضل في اظهار هذا المنجز إلى النور وهذا عهدنا بكم فأنتم الباقية التي نفتخر بها ويفوح منها عبق الأمل نحو عراق الحضارة والسلام...
والسلام عليكم ورحمه الله وبركاته.....

رئيس المؤتمر
أ.د اخلاص علي حسين
مدير مركز ابحاث الطفولة والامومة

المؤتمر العلمي الخامس الدولي الاول التخصصي المدمج

(نساؤنا وأطفالنا: ازمات مجتمعية وتحديات واقعية وتطلعات مستقبلية)

بتاريخ : ٢٠٢٢/٣/٢٩

اشكالية المؤتمر

لا يخفى على كل ذي وعي وثقافة مجتمعيه ان الازمات والتحديات التي مر بها المجتمع العراقي بشكل خاص وحتى المجتمعات العربية بشكل عام هي التي كانت ولا زالت تهدد الكيان النفسي والاجتماعي والثقافي والمعيشي لكل من المرأة والطفل هي التي اوجدت هذه الويلات والمطبات والمعاناة التي تدفع ثمنها المرأة من حياتها ووجودها الإنساني ويدفع ثمنه الطفل من نموه كونه أنسان يستحق أن يحيى بمعاني العيش الكريم . ومن هنا جاءت إقامة هذا المؤتمر ؛إذ يحاول ان يوجه الجهود ويستنهض الباحثين لمواصلة نتاجاتهم العلمية بغية توسيع حلقاتهم العلمية تثمينا وتقديرا لدور المرأة في المجتمع وتأسيس ثقافة مجتمعية تعنى بشؤون الطفولة وتطلعاتها المستقبلية.

اهداف المؤتمر

١. الدعوة لتبني ثقافة الاهتمام بقضايا المرأة والطفل ودراستها بطرائق البحث العلمي المختلفة.
٢. تعريف الباحثين بأهمية الارتباط بين قضايا المرأة والطفل وان كل واحد منهم هو انعكاس للآخر في بنائه النفسي و المعرفي والاجتماعي والثقافي الخ.
٣. الخروج برؤية شاملة عن مشكلات المرأة المعاصرة وأثرها في بناء المجتمع.
٤. التطلع إلى حلول عملية لكل المشكلات برؤية علمية .

محاور المؤتمر

المحور الأول : آثار الحروب والازمات الثقافية والاقتصادية والتربوية والمجتمعية على البناء النفسي الاجتماعي للمرآه والطفل.

المحور الثاني : مشكلات المرأة العاملة وصراع الادوار في البيت والعمل.

المحور الثالث : دور المرأة في الوعي الصحي والتغذية السليمة للأسرة والطفل.

المحور الرابع : مشكلات المرأة الأرملة والمطلقة وتداعياتها المجتمعية

المحور الخامس : الآثار السلبية لعمالة الأطفال

رئيس المؤتمر

أ.د. اخلاص علي حسين

لجان المؤتمر

اللجنة العلمية

ا.د. بشرى عناد مبارك	**رئيساً**	**جامعة ديالى / كلية التربية الاساسية**
أ.د. اياد هاشم محمد	عضوا	جامعة ديالى / كلية التربية المقداد
ا.د. لطيفة ماجد محمود	عضوا	جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الانسانية
أ. د. زهرة موسى جعفر	عضوا	جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الانسانية
أ..د. خنساء عبد الرزاق عبد	عضوا	مديرية تربية ديالى /معهد الفنون الجميلة
أ.م.د. أسماء عبد الجبار سلمان	عضوا	رئاسة الجامعة/ مركز أبحاث الطفولة والامومة
أ.م.د. سناء حسين خلف	عضوا	جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الانسانية
أ.م.د. سيف محمد رديف	عضوا	وزارة التعليم العالي/ مركز البحوث النفسية
أ.م.د. نور نظام الدين نجم الدين	عضوا	جامعة بغداد / كلية التربية ابن رشد
أ.م.د. صابر طه يس	عضوا	جامعة الموصل / كلية التربية الاساسية
ا.م.د حذام خليل حميد	عضوا	جامعة ديالى / كلية التربية الاساسية

اللجنة التحضيرية

أ.م.د. سلام جاسم عبدالله	**رئيساً**	**رئاسة الجامعة / الأمين العام للمكتبة المركزية**
أ.م.د. مؤيد حامد جاسم	عضوا	رئاسة الجامعة / مركز أبحاث الطفولة والامومة
أ.م.د فرات امين مجيد	عضوا	رئاسة الجامعة / مركز أبحاث الطفولة والامومة
م.د هيام سعدون عبود	عضوا	رئاسة الجامعة / مركز أبحاث الطفولة والامومة
م. عمار موسى جعفر	عضوا	رئاسة الجامعة / جامعة ديالى
م.م رشا روكان اسماعيل	عضوا	رئاسة الجامعة / مركز ابحاث الطفولة والامومة
م. رعد ذياب خلف	عضوا	رئاسة الجامعة / جامعة ديالى
ر. مترجمين عصام سرحان ذياب	عضوا	جامعة ديالى / كلية التربية الاساسية
م. بايولوجي عبدالله سامر عدنان	عضوا	جامعة ديالى / كلية العلوم

اللجنة الاعلامية

ا.م.د. أحمد عبدالستار حسين	**رئيساً**	**رئاسة جامعة ديالى**
منصور خضير سكران	عضوا	جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الانسانية
اسعد سحاب مطر	عضوا	رئاسة جامعة ديالى

لجنة التشريفات

ا.م رجاء حميد رشيد	**رئيساً**	**كلية الفنون الجميلة**
م.د غصون فائق صالح	عضوا	رئاسة الجامعة / مركز أبحاث الطفولة والامومة
م. أسماء عباس عزيز	عضوا	رئاسة الجامعة / مركز أبحاث الطفولة والامومة
م.مدير نهاد محمد شهاب	عضوا	رئاسة الجامعة / مركز أبحاث الطفولة والامومة
م. مدير همام اكرم محمود	عضوا	رئاسة الجامعة / مركز أبحاث الطفولة والامومة
مترجم صدام علي مهدي	عضوا	رئاسة الجامعة / مركز أبحاث الطفولة والامومة
السيد احمد شاكر سلمان	عضوا	رئاسة الجامعة / مركز أبحاث الطفولة والامومة

سكرتارية المؤتمر

ا.م. وفاء قيس كريم	**رئيساً**	**رئاسة الجامعة / مركز أبحاث الطفولة والامومة**
المهندس علاء عبادي حميد	عضوا	رئاسة الجامعة / مركز أبحاث الطفولة والامومة
مبرمج ضحى عبد الكريم طه	عضوا	رئاسة الجامعة / مركز أبحاث الطفولة والامومة

التشوهات المعرفية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى عينة من المطلقات غير العاملات بمدينة جدة بالمملكة العربية السعودية

نهله عوض عايض المطيري

استاذ - وزارة الموارد البشرية والتنية الاجتماعية - المملكة العربية السعودية

سمية علي عبد الوارث أحمد

أستاذ - جامعة المنيا - كلية التربية - قسم علم النفس التربوي – جمهورية مصر العربية

المستخلص:

هدفت الدراسة الحالية الكشف عن مستويات كل من التشوهات المعرفية والضغوط النفسية، وطبيعة العلاقة بينهما، بالإضافة إلى التعرف على الفروق بين أفراد عينة البحث في التشوهات المعرفية والضغوط النفسية وفقاً لمتغيرات (العمر، عدد سنوات الطلاق، رعاية الأبناء)، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي والمقارن، وتكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) مطلقة غير عاملة بمدينة جدة بالمملكة العربية السعودية، طبق عليهن مقياس التشوهات المعرفية من إعداد الجوفي (٢٠١٤) ومقياس الضغوط النفسية من إعداد الباحثتان وذلك في العام الدراسي ٢٠١٨/٢٠١٩م بعد التحقق من خصائصهما السيكومترية، وبمعالجة البيانات إحصائيًا بالأساليب المناسبة توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين التشوهات المعرفية (الدرجة الكلية والأبعاد) وبين الدرجة الكلية للضغوط النفسية، كما وجد تباين في مستويات التشوهات المعرفية لدى أفراد العينة حيث أظهرت النتائج ارتفاع مستوى التجريد الانتقائي ومستوى التفكير القائم على الاستنتاجات الانفعالية، في حين جاء مستوى الاستدلال الاعتباطي متوسطاً، ومستوى التعميم الزائد والتسمية أو فقد التسمية منخفضًا، وانعدام مستوى لوم الذات، كما أظهرت النتائج وجود تباين في مستويات الضغوط النفسية لدى أفراد العينة حيث جاء كل من البعد الفسيولوجي والبعد الانفعالي مرتفعين جداً، بينما جاء مستوى كلا من البعد الاجتماعي والبعد المعرفي متوسطًا، كما توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق لدى أفراد عينة الدراسة في كل من التشوهات المعرفية والضغوط النفسية تعزى لمتغيرات (العمر، عدد سنوات الطلاق، رعاية الأبناء)، وعلى ضوء نتائج الدراسة تم صياغة عدد من التوصيات.

الكلمات المفتاحية: التشوهات المعرفية - الضغوط النفسية - المطلقات غير العاملات

Abstract:

The current study aimed to reveal the levels of both cognitive distortions and psychological pressures, and the nature of the relationship between them and to identify the levels of cognitive distortions and psychological stress, as well as finding the differences in cognitive distortions and psychological stress levels in the search sample according to these variables (age, divorce years, supporting or not supporting children, not having children). To achieve the goal of this study the descriptive research correlational and comparative approach has been used, the sample of the study consisted of (٤٠٠) divorced woman who took the cognitive distortions scale (Goffy, ٢٠١٤) and the psychological stress inventory by the researcher, at the academic year ٢٠١٨/٢٠١٩ after verifying their psychometric properties, and by statistically processing data with appropriate methods The study found the following results:. differences in the cognitive distortions levels within the sample as the results showed a rise in the levels of selective abstraction and the levels of emotional conclusion thinking although the arbitrary inference levels were average. It also showed a decrease in the overgeneralization and dysnomia, anomia and lack of self-blame levels and statistically positive correlation between total score and dimensions of cognitive distortions and psychological stress total score In addition to that the study also discovered differences in the levels of psychological stress within the sample, as the physiological and emotional aspects were very high, but the social and cognitive aspect were average. The sample of this study didn't show differences in the cognitive distortions and psychological stress according to the studied variables (age, divorce years, supporting or not supporting children, not having children), In the light of the results of the study, a number of recommendations were formulated.

Keywords: cognitive distortions - psychological stress - unemployed divorcees.

مقدمة ومشكلة الدراسة:

يعّد الطلاق في الوقت الحاضر مشكلة حقيقية تعاني منها كافة المجتمعات نظراً لارتفاع معدلات انتشاره بصورة مخيفة تهدد كيان الأسرة نفسياً وتربوياً واجتماعياً .(عبدالمنعم ،٢٠٠٩). وتشير الإحصاءات التي صدرت عن وزارة العدل السعودية، إلى أنّ إجمالي صكوك الطلاق بلغ في عام ١٤٣٦هـ (٤٦٣٧٣) صكاً، وارتفع العدد في آخر إحصائية في عام ١٤٣٨هـ ليبلغ (٥٦٠٨٤) صكاً بمعدل (١٢٩) صك يومياً .(وزارة العدل ، ١٤٣٦-١٤٣٨). والطلاق من أكثر الظواهر حساسية وضرراً على المجتمع نظراً لما ينشأ عنه من ضغوط على كافة الجوانب النفسية والاجتماعية والاقتصادية للمطلقات. (بودبابة،٢٠٠٥). هذا ما أكدته نتائج دراسة Bernnan (٢٠٠٠) ودراسة المصري (٢٠٠٧) من أن الطلاق يمثل حدثا ضاغطًا في ذاته بالنسبة للمرأة لما يصاحبه من عدم التوافق والإصابة بالأمراض النفسية والجسمية بالإضافة إلى أن الفترة التي تلي الطلاق مباشرة تنشأ فيها أحداث جديدة لها تأثيرات عاطفية، وسلوكية، وصحية، واقتصادية سلبية أحداث تسبب الشعور بالضغوط النفسية.

وتُحدث الضغوط النفسية تغييرات وتحولات فسيولوجية غير طبيعية داخل الجسم، مما ينتج عنها ضعف القدرة على إحداث الاستجابة المناسبة للموقف، وما يصاحب ذلك من إضطرابات إنفعالية وفسيولوجية تؤثر على جوانب الشخصية الأخرى.(شقير،٢٠٠٢) ومن أبرز التأثيرات التي تحدثها الضغوط النفسية هي التأثيرات الجسدية مثل آلام الرأس، المعدة، الصدر، وعسر الهضم، كما أنها تؤثر في الأفكار والأحاسيس والمشاعر، وتؤثر في ردود الأفعال والتصرفات لدى الأفراد، أما التأثيرات النفسية فتتمثل في القلق والاكتئاب والخوف والنسيان، وتشوش الفكر.(الفريحات،٢٠١٦). حيث تسيطر على المطلقة بعد مرورها بخبرة الطلاق مجموعة من الأفكار كعدم التصديق، والشعور بالتشويش، واختلاط الأمور، وعدم التركيز، والاستغراق في التفكير في الطلاق، والتظاهر بالعودة إلى الماضي.

ويرى المعرفيون أن العديد من الأشخاص تسيطر عليهم أفكاراً سلبية عن أنفسهم وعن الآخرين وعن العالم أجمع لمجرد واقعة فشل (كالطلاق مثلاً) ومثل هذه الأفكار السلبية تزيد من التشوه المعرفي، وتؤدي إلى أن يتفاعل الفرد مع من حوله بطرق مبالغ فيها. (رسلان،٢٠١١). والتشوهات المعرفية هي عمليات إدراكية لا تتكون من محتوى سوي وتسهم في تحويل المواقف المختلفة وأحداث الحياة إلى أفكار سلبية تلقائية (Batman, Rochiyik & Yuncu , ٢٠١٥). وتؤثر هذه الأفكار على طريقة تفسير الإحداث، وطريقة التعامل مع المعلومات؛ فيميل الفرد إلى تشويه وتغيير المعلومات بطريقة تجعل منه ضحية لأفكاره المشوهة، دون أي دليل واضح يدعم هذه الأفكار.

ويعد تفكير الإنسان وإدراكه للمواقف المختلفة هو المحدد لطريقة استجابته بناءً على خبراته ومعرفته السابقة بها، فإما أن يكون إدراكه للمواقف منطقياً فتكون لديه استجابة منطقية، وإما أن يكون لديه تشوّهاً معرفياً يؤدي إلى استجابات غير منطقية. وتستدعي لديه بعض المعارف المشوّهة مثل اللوم الزائد للذات، ووضع مستويات عالية لتقييم الذات، ومعاقبة الذات على عدم الوصول لتلك المستويات. (الفرحاتي،١٩٩٧). وعند اللجوء إلى تشويه الحقائق والتهويل وتضخيم السلبيات والتقليل من الإيجابيات يزداد لوم لذات وتعميم خبرات الفشل وتوقع حدوث الكوارث

وهذا كله مرتبط بكيفية إدراك الفرد للأمور وتفسيره للأحداث وتكوينه المعرفي، هذه المعرفة المشوهة تعتبر مدركات وتفسيرات خطأ للمواقف والأحداث، كما أنها لا تعكس الحقيقة، بالإضافة إلى أنها تؤدي إلى التوتر الانفعالي والمشكلات السلوكية.(المعايطة ،٢٠١٦،٩) . حيث يؤثر التشوه المعرفي في عملية معالجة المعلومات، فيقوم الفرد بتزييف المعلومات وتوجيهها نحو لوم الذات والآخرين والعالم، واستمرار هذه التشوهات لدى الفرد تؤثر على ذاته ومدى تقديره لها.(السنيدي،٢٠١٣)

ويشير Seley (١٩٨٤) إلى أن التشوهات المعرفية تميل للظهور بسرعة وبشكل تلقائي في المواقف الضاغطة، ولا تخضع لسيطرة شعورية، ورغم ذلك تبدو للفرد على أنها أفكار منطقية ومعقولة، وتتصل هذه الأفكار في منظومة التواصل البينشخصي للفرد فيظهر انخفاض تقدير الذات، ولوم الذات والتفسيرات السلبية. (نصار،٢٠١٥). وقد أكدّت دراسة الجوفي (٢٠١٤) انتشار التشوهات المعرفية لدى المطلقات وارتفاع بعد لوم الذات عن الأبعاد الأخرى. فالتشوهات المعرفية تزيد من خطورة المرور بخبرة الضغوط فهي المسؤولة عن البداية الدالة للاكتئاب والقلق. (السيد، ٢٠٠٨) وهذا ما أشار إليه Shaffer (١٩٨٩) بأن الأفراد يستجيبون للضغط النفسي بناءً على اعتقاداتهم نحو ذواتهم والعالم المحيط بهم. فالشخص المشوه فكرياً يعاني من الإحباط والضياع والفشل بسبب أفكاره المشوهة. (الجعافرة ،٢٠١٤). ولديه خيال واسع للعثور على السلبيات في أي شيء حتى لو كان ايجابياً.(الفقي،٢٠٠٣)

ويعتقد ألبرت أليس (albert Ellis,١٩٧٧) مؤسس العلاج السلوكي الانفعالي العقلاني أن الناس والأشياء لا تجعلنا نشعر ونسلك بشكل عصابي، بل أفكارنا السلبية واعتقاداتنا غير المنطقية عن هؤلاء الناس والأشياء هي الأساس لضغطنا وعُصاباتنا، وتقوم نظرية العلاج الانفعالي العقلاني على النموذج (ABC) فوجود حدث منشط (A) يثير سلسله من الاعتقادات غير المنطقية، وهذه الاعتقادات (B) تسبب عدة نتائج سلبية (عقلية، انفعالية، جسمية، سلوكية واجتماعية (C) هي في الأساس (A+B). ويؤكد أليس (Ellis) أن الناس الذين يمتلكون الأفكار اللاعقلانية وغير المنطقية السابقة هم أكثر عرضة للضغط النفسي والعصاب من الآخرين بسبب تشويههم أو نظرتهم المشوهة للعالم التي تخلق المزيد من المواقف الضاغطة، فالمثيرات والمواقف البسيطة نسبيا تتطور إلى مثيرات ضاغطة بالنسبة للذين يملكون نطاقًا غير منطقي، وهؤلاء غير قادرين على رؤية الموقف بطريقة أكثر عقلانية. (أبو أسعد والغرير،٢٠٠٩).

وتتحدد الاستجابات الانفعالية والسلوكية الخاصة بشخصٍ ما عن طريق المعنى الذي يعطيه لحدثٍ ما، ولعل هذا ما اهتمت به النظرية المعرفية، حيث افترض بيك Beck أن مشاعر الناس وسلوكياتهم تتأثر بإدراكهم للأحداث، فليس موقفاً بحد ذاته هو الذي يحدد كيف يشعر الناس، ولكنها الطريقة التي يفسرون بها ذلك الموقف .(بيك،٢٠٠٧:٣٦) ويسلم العلاج المعرفي بأن كثيراً من الاستجابات الوجدانية والسلوكية والاضطرابات النفسية تعتمد إلى حدٍ بعيد على معتقدات فكرية خاطئة يبنيها الفرد عن نفسه وعن العالم المحيط به .(الجوفي،٢٠١٤:١٠) وتؤثر هذه المعتقدات على إدراك وتفسير الفرد للخبرات لتتلاءم وبناءه المعرفي، وتؤدي إلى تفكير الفرد بطريقة منحرفة وغير منطقية، بحيث يرى أن المشكلات التي تواجهه هي السبب

في مشاعر الحزن واليأس ومن ثم يوجه الفرد غضبه نحو ذاته والمستقبل والآخرين (Clark,٢٠٠٢). ويرى أحمد (٢٠٠٩) أن هذه المعتقدات والأفكار موجودة مسبقاً لدى الفرد في حالة غير نشطة وترتبط مع ذكرياته، وأنها تتشكل في المراحل المبكرة من حياته، وترتبط مع ذكرياته من خلال خبرات الحياة وعلاقاته مع الآخرين التي تشكل المخطط المعرفي للفرد.

مما سبق ونظراً لارتفاع حالات الطلاق بصورة متنامية تهدد تماسك المجتمعات واستقرارها، ونظراً لكون متغيري التشوهات المعرفية والضغوط النفسية لهما تأثير بالغ على شخصية المرأة المطلقة وصحتها النفسية، وانطلاقاً من أهمية فئة المطلقات واللاتي يعانين من ضغوط نفسية نتيجة الأوضاع المعيشية والقانونية لذلك جاء اهتمام هذه الدراسة للكشف عن العلاقة بين التشوّهات المعرفية والضغوط النفسية لديهن، ويمكن تحديد مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

١. ما هي مستويات التشوهات المعرفية لدى عينة من المطلقات غير العاملات في مدينة جدة؟

٢. ما هي مستويات الضغوط النفسية لدى عينة من المطلقات غير العاملات في مدينة جدة؟

٣. ما هي طبيعة العلاقة بين التشوهات المعرفية والضغوط النفسية لدى عينة من المطلقات غير العاملات في مدينة جدة؟

٤. هل تختلف التشوهات المعرفية بين المطلقات غير العاملات باختلاف العمر (من ٢٠-٢٩ سنة ومن ٣٠ – ٤٠سنة)؛ وباختلاف عدد سنوات الطلاق (من ١ – ٣ سنوات، ومن ٤-٦ سنوات)؛ رعاية الأبناء (مطلقة تعول / مطلقة لا تعول / مطلقة ليس لديها أطفال)؟

٥. هل تختلف الضغوط النفسية بين المطلقات غير العاملات باختلاف العمر (من ٢٠-٢٩ سنة ومن ٣٠ – ٤٠ سنة)؛ عدد سنوات الطلاق (من ١ – ٣ سنوات، ومن ٤-٦ سنوات)؛ رعاية الأبناء (مطلقة تعول / مطلقة لا تعول / مطلقة ليس لديها أطفال)؟

أهداف الدراسة: تهدف الدراسة إلى الكشف عن:

١. مستويات التشوهات المعرفية لدى عينة من المطلقات غير العاملات في مدينة جدة.

٢. مستويات الضغوط النفسية لدى عينة من المطلقات غير العاملات في مدينة جدة.

٣. العلاقة بين التشوهات المعرفية والضغوط النفسية لدى عينة من النساء المطلقات غير العاملات في مدينة جدة.

٤. الفروق في التشوهات المعرفية بين المطلقات غير العاملات باختلاف العمر؛ عدد سنوات الطلاق؛ رعاية الأبناء.

٥. الفروق في الضغوط النفسية بين المطلقات غير العاملات باختلاف العمر؛ عدد سنوات الطلاق؛ رعاية الأبناء.

أهمية الدراسة: تكمن أهمية الدراسة فيما يلي:

أولاً: الأهمية النظرية

- رفد المكتبة العربية بإطار نظري عن مفهوم التشوهات المعرفية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى عينة المطلقات وخاصة لعدم وجود دراسات تناولت هذين المتغيرين مجتمعين في البيئة السعودية.
- حاجة فئة المطلقات في المملكة العربية السعودية إلى المزيد من الدراسات والبحوث لما تعانيه من صعوبات ومشكلات جسمية ونفسية واجتماعية في حاضرها وتؤثر على مستقبلها.

ثانيًا: الأهمية التطبيقية

- إعداد مقياس للضغوط النفسية للمطلقات والذي يمكن للهيئات المهتمة بتلك الفئة من النساء الاستفادة منه في تحديد نوعية الضعوط التي تعاني منها المرأة المطلقة.
- قد تسهم نتائج الدراسة في وضع خطط وبرامج وقائية وتوعوية للمطلقات من قبل المختصين.
- قد تقدم نتائج هذه الدراسة بعض المعلومات للجهات المختصة ببرامج تأهيل المقبلات على الزواج لتضمين تلك البرامج تعديل وتقويم التشوهات المعرفية لديهن.
- يمكن الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في الكشف عن الضغوط النفسية لدى المطلقات مما يساعد المختصين وأصحاب القرار في وضع الخطط والبرامج لمساعدة المطلقات على التعامل مع هذه الضغوط والحد من آثارها.

مصطلحات الدراسة:

١.التشوهات المعرفية (Cognitive Distortions):

تبنت الدراسة تعريف بيك؛ ووليامز؛ وسكوت (٢٠٠٢، ١٣) للتشوهات المعرفية على أنها "مجموعة من العمليات العقلية تمثّل أخطاءً في التفكير تثير أفكاراً ومعتقدات سلبية تبعث بدورها مشاعر سلبية، وتتدخل في تشكيل نمط استجابات الفرد السلوكية " وتتكون من ستة أبعاد هي:

١. الاستدلال الاعتباطي: ويعني الوصول إلى استنتاج معين من حالة أو حدث أو خبرة مثل التنبؤ بأن شيئاً سوف يحدث مع عدم وجود الدليل على ذلك.
٢. التجريد الانتقائي: تركيز الفرد على التفاصيل ذات الطبيعة السلبية وتجاهل المظاهر الإيجابية
٣. التعميم الزائد: استخلاص الفرد قاعدة أو فكرة على أساس خبرة أو حادثة معينة وتعميمها على مواقف غير مماثلة.
٤. التسمية أو فقد التسمية: وضع الفرد تسميات للأشياء أو الأشخاص أو يفقد القدرة على إعطاء تسميات.
٥. لوم الذات: إساءة تفسير الوقائع وفقاً لأفكار سلبية واستنتاجات غير منطقية وفيه يحمّل الشخص نفسه مسؤولية الفشل في كل ما يدور حوله، ويعتبر نفسه مسؤولاً عن فشل الآخرين بشكل مبالغ فيه بتعميم وتضخيم الأمور.

٦. التفكير القائم على الاستنتاجات الانفعالية: الفرد الذي يفسر سلوك الآخرين تفسيراً انفعالياً سيجد نفسه عاجزاً عن التفاعل الاجتماعي الفعال. (الجوفي،٢٠١٤، ٤٥)

وتعرف التشوهات المعرفية إجرائيًا بأنها أخطاء المطلقات في التفكير ومعتقداتهن السلبية التي تتمثل في الاستدلال الاعتباطي، التجريد الانتقائي، التعميم الزائد، التسمية أو فقد التسمية، لوم الذات والتفكير القائم على الاستنتاجات الانفعالية، ويدل عليها الدرجة التي تحصل عليها المطلقة على مقياس التشوهات المعرفية المستخدم في الدراسة الحالية.

٢.الضغوط النفسية

تبنت الدراسة تعريفSchafer (١٩٩٦) للضغوط النفسية وتعني "حالة من عدم قدرة الفرد على التوافق مع التهديد المدرك – سواء كان حقيقياً أم متخيلاً- للصحة النفسية، والجسدية، والانفعالية، والروحية والتي تنتج سلسلة من الاستجابات الفسيولوجية".

وتعرف الضغوط النفسية إجرائيًا بأنها تجربة ذاتية للمرأة المطلقة قد تحدث تغيراً فسيولوجيًا، انفعاليًا، اجتماعيًا ومعرفياً، ويعبر عنها بالدرجة التي تحصل عليها المطلقة على مقياس الضغوط النفسية المستخدم في الدراسة الحالية.

وتعرف **التغيرات الفسيولوجية** إجرائيًا بأنها"مجموعة من الاستجابات أو التغيرات الفسيولوجية والتي تحدث كردود فعل عندما يعجز الفرد عن مواجهة المواقف أو عند تعرضه لمثيرات يتم إدراكها وتفسيرها من قبل الفرد بأنها فوق درجة التحمل لديه وفوق قدرته على التوافق، مثل (الشعور بالتعب والإنهاك، الآم في الرقبة والصدر والعظام، ضيق التنفس، اضطراب الجهاز الهضمي والمعدة، ارتفاع ضغط الدم، الصداع، ومظاهر أخرى تحصل بسبب ضعف مناعة الجسم بسبب الضغط النفسي".

وتعرف **التغيرات الانفعالية** إجرائيًا بأنه "استجابات نفسية ووجدانية تفقد الفرد القدرة على التوازن حين يتعرض لموقف ضاغط وتفقده القدرة على التوافق، مثل الشعور بالقلق، الاكتئاب، كثرة البكاء، العدوانية، الغضب، نوبات الذعر، الشعور باليأس وفقدان الأمل واليأس، عدم الأمن، الشعور بالذنب، الخوف من النقد، المبالغة في التشاؤم.

وتعرف **التغيرات الاجتماعية** بأنها "كل ما يصدر عن الفرد من سلوكيات تؤثر على علاقاته بالمحيطين به نتيجة تعرضه لمواقف ضاغطة تجعله عاجزاً عن السيطرة على أفعاله وعلى التوافق مع هذه المواقف، مثل: ضبط النفس، تحمل المسؤولية، توكيد الذات، التعاون، التعاطف والتواصل مع الأقران.

وتعرف **التغيرات المعرفية** بأنها " تلك العمليات العقلية الذهنية الداخلية والتي تحدث في دماغ الإنسان مثل التفكير، التذكر، الانتباه، الإدراك، التركيز واتخاذ القرار والتي تتأثر عندما يواجه الفرد مواقف ضاغطة تفوق قدرته على التوافق.

حدود الدراسة:

الحدود الموضوعية: تتمثل في متغيري التشوهات المعرفية والضغوط النفسية.

الحدود الزمانية: العام الدراسي٢٠١٨ م/٢٠١٩م.

الحدود المكانية: وكالة الضمان الاجتماعي بمدينة جدة بالمملكة العربية السعودية.

الحدود البشرية: تشمل عينة من المطلقات التي تتراوح أعمارهن من (٢٠-٤٠) سنة.

دراسات سابقة:

صنفت الدراسات السابقة إلى محورين هما: **دراسات تناولت الضغوط النفسية وعلاقتها بالأفكار اللاعقلانية وبعض المتغيرات الأخرى،** وقد أظهرت نتائج هذه الدراسات: وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والأفكار اللاعقلانية (الضلاعين،٢٠١٦؛ بيومي،٢٠١٤؛ مجلي ،٢٠١١). وأن مستوى الضغوط النفسية كان متوسطاً (الضلاعين، ٢٠١٦، مجلي، ٢٠١١؛ والمصري ،٢٠٠٧)، واتفقت دراسة الضلاعين (٢٠١٦)، مجلي (٢٠١١) في عينة الدراسة حيث تم تطبيق الدراسة على الطلبة والطالبات، فيما تم تطبيق دراسة بيومي (٢٠١٤) على أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد، فيما طبقت دراسة المصري (٢٠٠٧) على المطلقات. واستخدم مقياس الضغوط النفسية من إعداد الباحثين في دراسة الضلاعين (٢٠١٦) بيومي (٢٠١٤)، مجلي (٢٠١١) ودراسة المصري (٢٠٠٧) بالإضافة إلى مقياس الأفكار اللاعقلانية من إعداد الباحثين في دراسة بيومي (٢٠١٤)، مجلي (٢٠١١) فيما استخدمت دراسة الضلاعين (٢٠١٦) مقياس الأفكار اللاعقلانية للريحاني.

وتناول المحور الثاني دراسات تناولت بعض المتغيرات النفسية لدى المطلقات وقد تباينت الدراسات التي تناولت المطلقات في المتغيرات المدروسة، ففي دراسات صخري (٢٠١٦)، تونسي (٢٠٠٢) و Menahgan & Liberman (١٩٨٦) تم دراسة متغير الاكتئاب لدى، فيما تم تناول متغير المساندة الاجتماعية وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى وأثره على مواجهة ضغوط الطلاق في دراسة أبو القمصان (٢٠١٧)، العتيبي (٢٠١٥) ودسوقي (١٩٩٦)؛ وتناولت دراسة خويطر (٢٠١٠) متغير الأمن النفسي والشعور بالوحدة ، ومتغير الأفكار غير العقلانية في دراسة جحلان (١٩٩٥)، والتشوهات المعرفية لدى المطلقات لدى الجوفي (٢٠١٤)، أما دراسة sharma(٢٠١١) والابراهيم (٢٠٠٧) فقد تناولت الصحة النفسية، فيما تطرقت دراسة عياد وفرج (٢٠١٤)، توفيق (٢٠١٠)، الغامدي (٢٠٠٩)، ودراسة Selles (١٩٨٣) إلى الجانب الاجتماعية مثل التكيف والتوافق الاجتماعي والتعرف إلى المشكلات التي تواجه المطلقات، بينما تناولت دراسة نقايس (٢٠١٤) الحاجات الإرشادية والنفسية والمعرفية والمادية لدى المطلقات.

وهدفت بعض الدراسات إلى دراسة الفروق في المتغيرات المدروسة لدى المطلقات وفقاً لمتغير العمر كدراسات: أبو القمصان (٢٠١٧)، العتيبي (٢٠١٥)، الجوفي (٢٠١٤)، شارما sharma (٢٠١١)، تونسي (٢٠٠٢)، جحلان (١٩٩٥)، ودراسة Menahgan & Liberman (١٩٨٦). ووفقاً لمتغير عدد سنوات الطلاق في دراسات: أبو القمصان (٢٠١٧)، نقايس (٢٠١٤)، sharma (٢٠١١)، توفيق (٢٠١٠)، تونسي (٢٠٠٢)، دسوقي (١٩٩٦)، ودراسة Selles (١٩٨٣). ووفقاً لمتغير الأمومة وتحمل المسؤولية كدراسات: العتيبي (٢٠١٥)، الجوفي (٢٠١٤)، نقايس (٢٠١٤)، خويطر (٢٠١٠)، الابراهيم (٢٠٠٧)، تونسي (٢٠٠٢)، ودراسة Selles (١٩٨٣). وتتشابه جميع الدراسات السابقة في استخدام المنهج الوصفي.

وتتفق الدراسة الحالية مع دراسة الجوفي (٢٠١٤) من حيث تناولها لمتغير التشوهات المعرفية وفي إجراء الدراسة على عينة (المطلقات). ومع دراسة المصري (٢٠٠٧) في تناولها لمتغير الضغوط النفسية وفي تطبيق البحث على عينة (المطلقات). في حين

تختلف عن الدراسات السابقة في كونها اتجهت لدراسة التشوهات المعرفية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى المطلقات وهو مالم تتجه له أي دراسة أخرى – في حدود الاطلاع على قواعد البيانات العربية والأجنبية –وتم استخدام المقياس المستخدم في دراسة الجوفي (٢٠١٤) والذي يقيس التشوهات المعرفية.

فرضيات الدراسة:

١. تتباين مستويات التشوهات المعرفية لدى عينة من المطلقات غير العاملات في مدينة جدة.
٢. تتباين مستويات الضغوط النفسية لدى عينة من المطلقات غير العاملات في مدينة جدة.
٣. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين التشوهات المعرفية (الدرجة الكلية والأبعاد) والضغوط النفسية (الدرجة الكلية والأبعاد) لدى عينة الدراسة من المطلقات غير العاملات بمدينة جدة".
٤. توجد فروق دالة إحصائياً في الضغوط النفسية بين المطلقات غير العاملات تعزى لمتغير العمر (من ٢٠-٢٩ سنة ومن ٣٠ – ٤٠ سنة)؛ عدد سنوات الطلاق (من١ – ٣ سنوات، ومن ٤-٦ سنوات)؛ رعاية الأبناء (مطلقة تعول/مطلقة لا تعول/ مطلقة ليس لديها أطفال).
٥. توجد فروق دالة إحصائياً في أبعاد التشوهات المعرفية بين المطلقات غير العاملات تعزى لمتغير العمر (من ٢٠-٢٩ سنة ومن ٣٠ – ٤٠ سنة)؛ عدد سنوات الطلاق (من١ – ٣ سنوات، ومن ٤-٦ سنوات)؛ رعاية الأبناء (مطلقة تعول/ مطلقة لا تعول/ مطلقة ليس لديها أطفال).

إجراءات الدراسة ومنهجيتها:

منهج الدراسة: اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي والمقارن.

مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من جميع المطلقات المسجلات في الضمان الاجتماعي في مدينة جدة في المملكة العربية السعودية من عمر (٢٠-٤٠) سنة، والبالغ عددهن (١٣٣٤٥) مطلقة وفقا لإحصائية نظام الضمان الاجتماعي لعام ١٤٣٩هـ.

عينة الدراسة:

١. العينة الإستطلاعية: اختيرت العينة الاستطلاعية عشوائياً للتحقق من الخصائص السيكومترية لأداتي الدراسة، وقد بلغ عددها (١٤٠) امرأة مطلقة بمدينة جدة، تراوحت أعمارهن ما بين (٢٠ – ٤٠) عاما بمتوسط حسابي (٢٩.٠٥) وانحراف معياري (٢.١٢).

٢. عينة الدراسة الأساسية: اختير أفراد العينة الأساسية بطريقة عشوائية طبقية وتكونت من (٤٠٠) امرأة مطلقة غير عاملة من مدينة جدة بلغت نسبتها (٢.٩٩%) من العدد الكلي للمطلقات، وتراوحت أعمارهن بين (٢٠-٤٠) سنة بمتوسط حسابي (٢٨.٢٦) وانحراف معياري (٢.٣)، وقد وجدت صعوبات عديدة أثناء تطبيق المقاييس بسبب رفض بعض المطلقات الاستجابة على مقياسي الدراسة، وعدم تفهمهن لأهمية البحث العلمي، كما تم استبعاد استجابات (٥٢) مطلقة لعدم الموضوعية في الأداء أو عدم استكمال الاستجابة.

أداتي الدراسة: اعتمد في جمع بيانات الدراسة على الأداتين التاليتين:

١.مقياس التشوهات المعرفية: إعداد الجوفي (٢٠١٤) ويتكون المقياس من (٤٦) مفردة موزعة على ستة أبعاد كما يوضحه الجدول (١).

جدول (١) توزيع مفردات مقياس التشوهات المعرفية

	البعد	أرقام المفردات
١	الاستدلال الاعتباطي	من ١-٦
٢	التجريد الانتقائي	من ٧-١٥
٣	التعميم الزائد	من ١٦-٢٢
٤	التسمية أو فقد التسمية	من ٢٣-٣٠
٥	لوم الذات	من ٣١-٣٧
٦	التفكير القائم على الاستنتاجات الانفعالية	من ٣٨-٤٦

تم صياغة جميع مفردات المقياس في الاتجاه السلبي لتدل على الأفكار المشوهة، بمعنى كلما زادت الدرجة التي تحصل عليها المطلقة على المقياس دل ذلك على زيادة الأفكار المشوهة لديها ويتم الاجابة على المفردات باختيار أحد بدائل الاجابة الخمسة وفقًا لمقياس ليكرت (موافق بشدة، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة)، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (٤٦-٢٣٠).

الخصائص السيكومترية لمقياس التشوهات المعرفية:

أ. الاتساق الداخلي: تم تطبيق المقياس على العينة الإستطلاعية وتم حساب الاتساق الداخلي عن طريق حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وتراوحت قيم معاملات ارتباط بيرسون لدرجات المفردات بالدرجة الكلية للتشوهات المعرفية بين (٦٢. – ٧٢.) وجميعها قيم دالة عند مستوى (٠.٠١) . كما تم حساب الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس التشوهات المعرفية وذلك بحساب معاملات الارتباط بين كل مفردة والبعد الذي تنتمي إليه، وجاءت قيم معاملات ارتباط بيرسون جميعها دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠١)، وتراوحت بين (٤٥. - ٨٢.) لبعد الاستدلال الاعتباطي؛ وبين (٤٨. -٨٠.) لبعد التجريد الانتقائي؛ وبين (٣٩. – ٧٣.) لبعد التعميم الزائد ؛ وبين (٥٣. - ٧٧.) لبعد التسمية أو فقد التسمية؛ وبين (٦٧. – ٨١.) لبعد لوم الذات؛ وبين (٦٠. – ٧٩.) لبعد التفكير القائم على الاستنتاجات الانفعالية.

كما تم حساب معاملات الإرتباط البينية للمقاييس الفرعية لمقياس التشوهات المعرفية وبينها وبين الدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية، وتراوحت قيم معاملات الإرتباط البينية للمقاييس الفرعية بين (٦١.- ٨١.) وجميعها قيم دالة عند مستوى (٠.٠١)؛ وبين المقاييس الفرعية والدرجة الكلية للمقياس بين (٨٢. - ٩٠.) جميعها دالة عند مستوى (٠.٠١).

ب. المقارنة الطرفية: تم ترتيب الدرجة الكلية لأفراد العينة الاستطلاعية على مقياس التشوهات المعرفية ترتيبا تنازليا وتم اختيار ٢٧% الممثلة للفئة العليا و٢٧% الممثلة الفئة الدنيا، ثم تم حساب الفروق بين الفئتين باستخدام اختبار (ت) لمتوسطين مستقلين، وقد وجدت فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠١) بين الفئة العليا والفئة الدنيا لدرجات مقياس التشوهات المعرفية وأبعاده لصالح الفئة العليا مما يدل على أن

المقياس يميز بين الفئات العليا والفئات الدنيا ويعني ذلك أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق.

ج. ثبات مقياس التشوهات المعرفية:

تم التحقق من ثبات مقياس التشوهات المعرفية باستخدام طريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية للأبعاد والدرجة الكلية للمقياس وتراوحت قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ بين (٧٥.- ٩٦.) وبالتجزئة النصفية بين (٦٩. - ٩٢.) وهي قيم مرتفعة .

من جميع الاجراءات السابقة يتضح صلاحية أداة الدراسة للتطبيق على العينة الأساسية للحصول على بيانات الدراسة لتحليلها والوصول لنتائج الدراسة.

٢- مقياس الضغوط النفسية:

تم إعداد المقياس (٢٠١٩م) من خلال الاطلاع على الأُطر النظرية التي تناولت الضغوط النفسية وبعض المقاييس كمقياس إبراهيم (٢٠٠٢) للضغوط النفسية، ومقياس ضغوط الحياة لمكاوي (٢٠٠٢)، ومقياس الضغوط النفسية لمحمد (٢٠١٠)، وتكون المقياس في صورته الأولية من (٤) أبعاد وهي: (البعد الفسيولوجي من (٢٠) عبارة ، البعد الانفعالي من (١٦) عبارة، البعد الاجتماعي من (١٥) عبارة والبعد المعرفي من(١٦) عبارة، وتم اعتماد أسلوب (ليكرت) الخماسي بحيث تتم الاستجابة باختيار أحد البدائل الخمسة (تنطبق علي تماما؛ تنطبق علي غالبًا؛ تنطبق علي أحيانًا؛ تنطبق علي نادرًا؛ لا تنطبق علي مطلقًا). وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (٦٧- ٣٣٥ درجة).

تم تطبيق المقياس على العينة الإستطلاعية بهدف التأكد من فهم التعليمات والتأكد من وضوح العبارات وفهمها. وأسفر التطبيق عن إجراء تعديل لبعض عبارات المقياس.

الخصائص السيكومترية لمقياس الضغوط النفسية:

أ. صدق المحتوى: تم عرض المقياس في صورته الأولية على عدد (٩) من المحكمين المتخصصين في الصحة النفسية وعلم النفس التربوي والقياس والتقويم لإبداء آرائهم حول مدى وضوح المفردات، صحة الصياغة العلمية ومدى ملاءمة المفردات للبعد الذي تنتمي إليه ولطبيعة عينة البحث. وتراوحت نسب اتفاق المحكمين بين (٨٨% - ١٠٠%) على مفردات المقياس باستثناء مفردة واحدة تم حذفها، وتم التعديل على مفردة مركبة لتصبح مفردتين، وأصبح المقياس في صورته النهائية مكونًا من (٦٧) مفردة.

ب. الاتساق الداخلي: تم تطبيق المقياس على العينة الإستطلاعية، وحسب الاتساق الداخلي باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين كل مفردة من مفردات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وتراوحت قيم معاملات ارتباط بيرسون لدرجة المفردات بالدرجة الكلية للضغوط النفسية بين (٥٢.- ٦٧.) وجميعها قيم دالة عند مستوى (٠.٠١). كما حسب الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس الضغوط النفسية بحساب معاملات الارتباط بين كل مفردة والبعد الذي تنتمي إليه، وجاءت قيم معاملات ارتباط بيرسون لدرجات المفردات بالدرجة الكلية لكل بعد على حدة دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠١)،

وتراوحت بين (٣٠. - ٧١.) للبعد الفسيولوجي؛ وبين (٣٣. - ٨٠.) للبعد الانفعالي؛ وبين (٤٩.- ٧٨.) للبعد الاجتماعي؛ وبين (٦٤. - ٨٣.) للبعد المعرفي.
كما تم حساب معاملات الإرتباط البينية للمقاييس الفرعية وبالدرجة الكلية للمقياس. وتراوحت قيم معاملات الإرتباط البينية للمقاييس الفرعية بين (٥٣.- ٨٤.) وجميعها قيم دالة عند مستوى (٠.٠١). كما تراوحت قيم معاملات ارتباط بيرسون لدرجة كل بعد من أبعاد المقياس بالدرجة الكلية للمقياس بين (٨٢.- ٩٠.)، وجميعها قيم دالة عند مستوى (٠.٠١).

ج.ثبات مقياس الضغوط النفسية: تم التحقق من ثبات مقياس الضغوط النفسية باستخدام طريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لأبعاد المقياس والدرجة الكلية له، وقد تراوحت قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ بين (٩٠. - ٩٧.)، والتجزئة النصفية سبيرمان - براون بين (٨٤.- ٩.) وهي قيم مرتفعة مما يعنى ثبات مقياس الضغوط النفسية. ومن جميع الاجراءات السابقة يتضح صلاحية أداة الدراسة للتطبيق على العينة الأساسية للحصول على بيانات الدراسة لتحليلها والوصول للنتائج.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

قبل البدء بإجراء الاحصائيات الخاصة بفرضيات الدراسة تم التأكد من إعتدالية التوزيع للبيانات الخاصة بأفراد العينة في المتغيرات المدروسة وذلك باستخدام اختبار شبيرو- ويلك (Wilk-Shapiro) والجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢) اختبار شبيرو- ويلك لدلالة التوزيع الطبيعي للمقاييس المستخدمة

المقاييس	الأبعاد	اختبار شبيرو- ويلك		
		القيمة الاحصائية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
التشوهات المعرفية	الاستدلال الاعتباطي	.٩٧	٤٠٠	.٠٧
	التجريد الانتقائي	.٩٣	٤٠٠	.٠٦
	التعميم الزائد	.٩٥	٤٠٠	.٠٨
	التسمية أو فقد التسمية	.٩٧	٤٠٠	.١٢
	لوم الذات	.٩٨	٤٠٠	.٢٠
	التفكير القائم على الاستنتاجات الانفعالية	.٩٥	٤٠٠	.١٣
الضغوط النفسية	البعد الفسيولوجي	.٩٩	٤٠٠	.٠٩
	البعد الانفعالي	.٩٥	٤٠٠	.٠٩
	البعد الاجتماعي	.٨٧	٤٠٠	.١٥
	البعد المعرفي	.٩١	٤٠٠	.٠٨

يتضح من الجدول (٢) أن نتائج اختبار شبيرو- ويلك لدلالة التوزيع الطبيعي للمقاييس المستخدمة بالدراسة جاءت عند مستوى دلالة أكبر من (٠.٠٥) مما يدل على أن توزيعها يتبع التوزيع الطبيعي.

نتائج الفرضية الأولى:

وتنص الفرضية الأولى على: " تتباين مستويات أبعاد التشوهات المعرفية لدى عينة الدراسة من المطلقات غير العاملات بمدينة جدة**".** وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات المرجحة

والنسبة الترجيحية لدرجات أفراد العينة على مقياس التشوهات المعرفية. والجدول (٣) يوضح هذه النتائج.

جدول (٣) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات المرجحة والنسبة الترجيحية لدرجات أفراد العينة على مقياس التشوهات المعرفية

أبعاد التشوهات المعرفية	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	المتوسط المرجح	النسبة الترجيحية	المستوى التقييمي
الاستدلال الاعتباطي	١٤.٣٧	٤.٤٨	٢.٨٧	٥٧.٤٠	متوسطة
التجريد الانتقائي	١٧.٦٨	٦.٩٤	٣.٥٤	٧٠.٧٢	مرتفعة
التعميم الزائد	١٧.٠١	٦.٧٠	١.٧٠	٣٤.٠٢	ضعيفة
التسمية أو فقد التسمية	١٥.٣٧	٥.٤٢	١.٠٢	٢٠.٤٨	ضعيفة
لوم الذات	١٨.٨٨	٦.٧١	.٦٢٩	١٢.٥٩	منعدمة
التفكير القائم على الاستنتاجات الانفعالية	١٩.٣١	٧.٤٢	٣.٨٦	٧٧.٢٤	مرتفعة

يتضح من الجدول (٣) ارتفاع مستوى (التجريد الانتقائي) ومستوى (التفكير القائم على الاستنتاجات الانفعالية)؛ ويعني ذلك أن أفراد العينة يركزن على التفاصيل ذات الطبيعة السلبية ويتجاهلن المظاهر الإيجابية بصورة مرتفعة؛ بينما جاء مستوى (الإستدلال الإعتباطي) متوسطًا، ويعني ذلك أن النساء المطلقات عينة البحث أدركن موقف الطلاق بطريقة منطقية نوعًا ما؛ وسوف يحاولن التعايش مع الحياة كما هي وأن فشلهن في حياتهن الزوجية لن يؤثر بصورة كبيرة على حياتهن المستقبلية؛ وتتفق هذه النتيجة جزئيًا مع نتائج دراسة الجوفي (٢٠١٤) ودراسة جحلان (١٩٩٥) التي أظهرتا انتشار التشوهات المعرفية والأفكار اللاعقلانية لدى المطلقات، وهذا ما أكده الفرحاتي (٢٠٠٥) في أن تعرض الفرد لخبرات بيئية سيئة يؤدي إلى أن تتكون لديه معارف مشوهة جديدة أو أفكاراً لا منطقية خاطئة، هذه المعارف المشوهة تعتبر مدركات وتفسيرات خطأ للمواقف والأحداث، بالإضافة إلى كونها لا توافقية وتؤدي إلى التوتر الانفعالي والمشكلات السلوكية (المعايطة ،٢٠١٦).

وقد تعود هذه النتيجة إلى عملية التنشئة الاجتماعية التي تعرض لها أفراد عينة الدراسة كما تشير العصار (٢٠١٥) حيث أن التشوهات المعرفية تبدأ بالتشكل منذ الطفولة المبكرة، حينما تبدأ المخططات المعرفية بالتكون من خلال الوالدين بشكل أساسي والأفراد المحيطين بالطفل وتفاعلهم مع البيئة المحيطة مما يشكل قاعدة خصبة منذ الطفولة للتشوهات المعرفية، والتي تبدو واضحة من خلال الخبرات والمواقف التي يمر بها الفرد وعدم قدرته على الاتزان مما يجعل الأفكار تظهر بشكل تلقائي بناءً على ما اعتمدته المخططات المعرفية في طفولته، أما إذا كانت البيئة إيجابية ومنطقية بالتفكير كانت المخططات المعرفية لدى الفرد خالية من التشوهات المعرفية. وتتفق الباحثتان مع رأي العصار في أن التنشئة الاجتماعية والبيئة المحيطة بالمطلقة قد تسهم في ظهور التشوهات المعرفية وذلك من خلال الخبرات والمواقف التي مرت بها وتعرضهن لظروف ضاغطة أدّى إلى تشوش أفكارهن وفقدان الاتزان لديهن مما أسهم في ارتفاع الأفكار السلبية المشوهة، وتتسق هذه النتيجة أيضًا مع ما ذكرته المطيري (٢٠١٤) من أن المطلقة يسيطر على تفكيرها الأفكار السوداوية والأوهام مما يشعرها بعدم الأمان والاستقرار العاطفي والاضطراب النفسي.

ويمكن تفسير ارتفاع مستوى (التجريد الانتقائي) ومستوى (التفكير القائم على الاستنتاجات الانفعالية) لدى أفراد العينة أيضًا إلى الفراغ وخاصة أنهن من غير العاملات أي عدم وجود ما يشغل تفكيرهن من أهداف وطموحات يسعين لتحقيقها، وهذا ما يدفعهن إلى إطلاق الأحكام على الآخرين والمواقف بطريقة لا تتناسب مع المواقف التي يتعرضن لها، ودون وجود أدلة منطقية تدعم أفكارهن، فيما ترى الباحثتان أيضاً أن التفكير المستمر والدائم في مواطن الضعف والقصور الذاتي لديهن والتقليل من المميزات ونقاط القوة يعتبر عامل مهم في ارتفاع التشوهات لديهن بالإضافة إلى التعرض المستمر للتوتر والقلق مما يجعلهن عرضة للإحباط والحزن والذي يعيقهن عن التفكير الإيجابي .

ويتضح من الجدول أيضاً انخفاض مستوى (التعميم الزائد) و(التسمية أو فقد التسمية) ويختلف ذلك مع دراسة الجوفي (٢٠١٤)، وتعزو الباحثتان انخفاض هذين المستويين لدى المطلقات إلى إلى أنهن لم يحمِّلن أنفسهن مسؤولية الفشل (الطلاق) نتيجة تفسيرهن للوقائع وفقاً لأفكار إيجابية واستنتاجات تتسم بالمنطق؛ وارتفاع الوعي الذاتي لديهن، فالوعي بالذات يتضمن الانتباه المستمر للحالة الانفعالية والأفكار المصاحبة لها وتفّحص الخبرة الانفعالية الداخلية، فالواعون بذاتهم لا تشغلهم الأفكار أو تنتابهم الهواجس بل يتخلصون منها سريعاً، ويفيدهم وعيهم في إدارة انفعالاتهم لأنهم يتمتعون بصحة نفسية جيدة ، ويعبرون عن مشاعرهم بطريقة إيجابية. (حسن ،٢٠١٣) كما يتفق ذلك ضمنيًا مع نتيجة دراسة الإبراهيم (٢٠٠٧) التي توصلت إلى أن مستوى الصحة النفسية لدى المطلقات كان متوسطاً، فتمتع الأفراد بالصحة النفسية، والفاعلية الذاتية، والأمل، ومهارات التعامل مع الخبرات، تؤثر في طريقة التفكير لديهم، والنظرة لأنفسهم وللآخرين والمستقبل، والتعامل مع الأحداث والخبرات التي تواجههم بطريقة إيجابية بعيدة عن التطرف بالتفكير أو التعميم. (العصار ،٢٠١٥)

ومن النتائج الهامة التي تم الحصول عليها في هذه الدراسة والتي تتضح من خلال الجدول انعدام بعد (لوم الذات) وهذا يختلف مع دراسة الجوفي (٢٠١٤). ويمكن تفسير هذه النتيجة على ضوء ما يراه النعيمات (٢٠١٦) بتمتع أفراد عينة البحث بالصلابة النفسية فالفرد مرتفع الصلابة يدرك بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة إدراكاً غير محرّف أو مشّوه ويفسرها بواقعية ويتعايش معها بإيجابية، ويدرك أنه مسؤول عن ما يقوم به من أفعال وقرارات، ويدرك أن الأحداث السلبية غير هامة، وأنه غير مسؤول عنها شخصياً، وأنها نتيجة لأسباب خارجية معممة.

وقد تعزى هذه النتيجة إلى أن المطلقة تتلقى دعمًا من الأهل والأصدقاء أو ما يطلق عليه المساندة الاجتماعية لذا فإنها حين تشعر بأن هناك من يهتم بها فإنها تصبح أكثر شعوراً بالقيمة والكفاية والفعالية، وأكثر إدراكاً وتقييماً للحدث مما يسهم في زيادة قدراتها ومهاراتها على التفكير بشكل إيجابي، وأكثر قدرة على التعبير عن الرأي والمشاعر. ويتفق ذلك مع نتيجة دراسة العتيبي (٢٠١٥) التي أظهرت وجود علاقة ارتباطية عكسية بين المساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى المطلقات أي كلما زادت المساندة الاجتماعية لدى المطلقات قل الاكتئاب لديهن فيما توصلت دراسة الدسوقي (١٩٩٦) إلى أن المطلقات اللاتي لا يتمتعن بمساندة اجتماعية يشعرن بعدم القيمة وعدم الكفاية وعدم القدرة على مواجهة ضغوط الحياة.

وربما تعود هذه النتيجة أيضا إلى الآثار المترتبة على التغير الاجتماعي الحاصل في مجتمعنا اليوم، وتغير نظرة المجتمع إلى المطلقة حيث لم تعد نظرة سلبية بل أصبح أمرًا متقبلا بصورة كبيرة اليوم، إضافة إلى ما تحصل عليه من دعم اجتماعي ومساعدات مادية من الضمان الاجتماعي ومن الجمعيات الخيرية نكفل لها حياة كريمة.

نتائج الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على "تتباين مستويات الضغوط النفسية لدى عينة الدراسة من المطلقات غير العاملات بمدينة جدة". وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات المرجحة والنسبة الترجيحية لدرجات أفراد العينة على مقياس الضغوط النفسية. والجدول (٤) يوضح هذه النتائج.

جدول (٤) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات المرجحة والنسبة الترجيحية لدرجات أفراد العينة على مقياس الضغوط النفسية

أبعاد الضغوط النفسية	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	المتوسط المرجح	النسبة الترجيحية	مستوى التقييم
البعد الفسيولوجي	٤٧.٢٧	١٤.٢٩	٤.٢٩	٨٥.٨	مرتفعة جداً
البعد الانفعالي	٣٤.٣٢	١٣.٠٨	٣.٤٣	٦٨.٤	مرتفعة جداً
البعد الاجتماعى	٢٥.٤٨	١٠.٣٧	٢.٨٣	٥٦.٦	متوسطة
البعد المعرفى	٣١.٧٢	١٣.٦٨	٣.١٧	٦٣.٤	متوسطة

يتضح من الجدول (٤) أن مستوى كل من البعد الفسيولوجي والبعد الانفعالي لدى المطلقات جاء مرتفعاً جداً، وأن البعدين المعرفي والاجتماعي جاءا متوسطين. ويعتبر ارتفاع البعد الفسيولوجي نتيجة منطقية في ضوء ما تتعرض له المطلقات من أزمات نفسية صعبة ينتج عنها آثار سيئة من اعتلال الصحة وعدم انتظام النوم وقلة الإنتاجية والتوتر وفقدان الذاكرة وربما الانتحار. (نوال ،٢٠١٤)

وتتفق هذه النتيجة فيما يتعلف بارتفاع مستوى كل من البعد الفسيولوجي والبعد الانفعالي مع دراسة صخري (٢٠١٦) ونوال (٢٠١٤) وخويطر(٢٠١٠) وتونسي(٢٠٠٢) و Nilberma & Nmenahga(١٩٨٦) Selles (١٩٨٣, والمصري (٢٠٠٧) التي أكدّت أن الطلاق حدث ضاغط ينضوي على الشعور بالفقدان والألم، والاضطراب العاطفي والألم الجسدي، كما أنه خلال الفترة التي تلي الطلاق تنشأ أحداث جديدة لها تأثيرات عاطفية، وسلوكية، وصحية، واقتصادية على المطلقات، فتوّلي المسؤولية الفردية للعناية بالأطفال، أو فقدان الاتصال معهم، واستمرار النزاع مع الطرف الآخر حول رعايتهم أو زيارتهم، وفقدان الدعم العاطفي، وانخفاض الوضع الاقتصادي، وانتقال الأسرة من منزل إلى منزل، في حي أفقر، وتغيير المدارس للأطفال، وغيرها من أحداث ممزقة ، ومشتتة للحياة ، تسبب الشعور بالضغوط النفسية, وتتفق أيضاً مع دراسة الدسوقي (١٩٩٦) التي توصلت إلى أن المطلقة أكثر استعداداً للميل العصبي وأكثر اكتئاباً، وأنها تعاني من الشعور باختلال الأمن وعدم التوازن النفسي، ودراسة الغامدي (٢٠٠٩) التي أكدّت أن المطلقة تعاني من المتاعب النفسية والإحساس بالحزن والكآبة.

وتتفق نتيجة هذه الفرضية في مستوى البعد المعرفي مع دراسة الجوفي (٢٠١٤) التي أكدّت على تأثير الطلاق على الجانب المعرفي مما يجعل المطلقة عاجزة عن مواجهة الحدث وبالتالي تهرب أو تتجنب أو تنعزل مما يخلق لديها بعض الأفكار المشوهة.

كما تتفق نتيجة هذه الفرضية التي توصلت إلى وجود تأثير على البعد الاجتماعي بدرجة متوسطة مع دراسات: الغامدي (٢٠٠٩) وعبدالمنعم (٢٠٠٩) وتوفيق (٢٠١٠) وعياد وفرج (٢٠١٤) التي أظهرت وجود أثر للطلاق على الجانب الاجتماعي للمرأة، حيث تشعر بعدم الاستقرار وعدم الأمن وسوء التوافق مع المواقف الاجتماعية المختلفة، ومن ثم الابتعاد عن المعايير الاجتماعية وصعوبة إقامة علاقات اجتماعية إيجابية، مما قد يؤدي إلى خلق مشاعر اكتئابيه كاستجابة لإنهاء العلاقة وفقدان المساندة العاطفية والطمأنينة التي يوفرها الزواج، وهذا ما قد يجعل المطلقة تنظر إلى ذاتها بأنها غير كفء وغير مقبولة من الآخرين، وبالتالي يتولد لديخا الشعور بالعزلة والابتعاد عن الآخرين بدرجة ما.

وتتسق نتيجة هذه الفرضية مع ما ذكره الدسوقي (١٩٩٦) من أن المطلقين كانوا في صحة أسوأ، وانهيار واعتلال صحي، وأكثر انفعالية وعرضة للأمراض الاكتئابية والعصابية ويعانون من ضغوط نفسية عالية، فالطلاق في حد ذاته يعتبر حدث هام من أحداث الحياة الضاغطة والذي يصاحبه عدم التوافق والإصابة بالأمراض النفسية والجسمية. (الدسوقي ،١٩٩٦)

وتختلف نتيجة هذه الفرضية مع دراسة الإبراهيم (٢٠٠٧) التي توصلت إلى أن مستوى الصحة النفسية لدى المطلقات كان مرتفعاً.

وتفسر الباحثتان ارتفاع الأعراض الفسيولوجية بأنها نتيجة منطقية لارتفاع الأعراض الانفعالية وارتباطها بها، فعندما تواجه المطلقة العديد من العقبات والمعوّقات في حياتها سواء كانت اجتماعية أو اقتصادية فإنه ينتابها الخوف والقلق المستمر مما ينتج عنه أعراض جسمية كالصداع، والآم الظهر، وسرعة التنفس وزيادة ضربات القلب والعديد من المشكلات الصحية الأخرى, وبالتالي تبدأ الأعراض المعرفية بالظهور حيث تجد المطلقة نفسها عاجزة عن التركيز في موضوع محدد، وقدرتها على التذكر تتأثر، وتشعر بتشتت في الانتباه، وعدم القدرة على اتخاذ القرار، هذه العوامل مجتمعة تؤثر في علاقاتها الاجتماعية حيث تلجأ إلى العزلة، وتبدأ بلوم الأشخاص المحيطين بها، والشك بهم، والسخرية منهم، وعدم القدرة على التفاعل معهم بنفس مستوى التفاعل قبل الطلاق.

نتائج الفرضية الثالثة:

وتنص الفرضية الثالثة على " توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين التشوهات المعرفية (الدرجة الكلية والأبعاد) والضغوط النفسية (الدرجة الكلية والأبعاد) لدى عينة الدراسة من المطلقات غير العاملات بمدينة جدة". وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لاختبار طبيعة العلاقة بين التشوهات المعرفية والضغوط النفسية لدى عينة الدراسة من المطلقات بمدينة جدة، ويوضح الجدول (٥) هذه النتائج.

جدول (٥) مصفوفة معاملات ارتباط بيرسون بين التشوهات المعرفية والضغوط النفسية

المتغيرات / التشوهات المعرفية	الضغوط النفسية				
	البعد الفسيولوجي	البعد الانفعالي	البعد الاجتماعي	البعد المعرفي	الدرجة الكلية للمقياس
الاستدلال الاعتباطي	.٥٢**	.٦٧**	.٥٩**	.٦٣**	.٦٩**
التجريد الانتقائي	.٤٤**	.٦٣**	.٦٥**	.٦٨**	.٦٩**
التعميم الزائد	.٤٤**	.٦٣**	.٦٧**	.٦٥**	.٦٩**
التسمية أو فقد التسمية	.٤٢**	.٥٦**	.٥٣**	.٥٧**	.٥٩**
لوم الذات	.٣٩**	.٥٥**	.٥٧**	.٥٩**	.٦٠**
التفكير القائم على الاستنتاجات الانفعالية	.٣٨**	.٥٩**	.٦٠**	.٥٩**	.٦٢**
الدرجة الكلية للمقياس	.٤٩**	.٦٩**	.٦٩**	.٧٠**	.٧٤**

**دال عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول (٥) وجود علاقات ارتباطية موجبة دالة إحصائيا عند مستوى (٠,٠١) بين التشوهات المعرفية (الدرجة الكلية والأبعاد) والضغوط النفسية (الدرجة الكلية والأبعاد). أي كلما زادت التشوهات المعرفية زادت الضغوط النفسية، وتتفق هذه النتيجة مع دراسات: الضلاعين (٢٠١٦) وبيومي (٢٠١٤) ومجلي (٢٠١١). كما تتفق مع ما ذكره Beck (١٩٩٥) في أن التشوهات المعرفية عبارة عن مجموعة من الأفكار المنحرفة التي تظهر عندما يتعرض الشخص إلى المواقف الضاغطة، فيما أشار Elis أن الاستجابة الانفعالية قد تكون معقولة أو لا معقولة بحسب اتجاه التفكير فإذا كانت الأفكار والمعارف خاطئة وغير منطقية فإن الانفعالات تكون على درجة عالية من الاضطراب (في السيد والفرحاتي، ٢٠٠٥).

وتتسق هذه النتيجة مع ما يراه كحلة (١٩٩٨،١٧) من العلاقة الوثيقة بين المعرفة والانفعال والسلوك، فعندما يفكر الإنسان فإنه ينفعل ويسلك وعندما ينفعل فهو يفكر ويسلك. كما أن العلاج النفسي السلوكي المعاصر يسلّم بأن كثيراً من الاستجابات الوجدانية والسلوكية تعتمد إلى حد بعيد على وجود معتقدات فكرية خاطئة يبنيها الفرد عن نفسه وعن العالم المحيط به. (إبراهيم ،١٩٨٠، ١٨٣) . وأن التشوهات المعرفية عبارة عن "منظومة من الأفكار الخاطئة التي تؤثر سلباً على قدرة الفرد في مواجهة ضغوط الحياة والتوافق النفسي والاجتماعي مع البيئة المحيطة ". (كامل،٢٠٠٦، ١١)

ويمكن تفسير هذه النتيجة على ضوء ما ذكره Beck (١٩٩٥) بأن التشوهات المعرفية هي مجموعة من الأفكار المنحرفة التي تظهر عندما يتعرض الشخص إلى المواقف الضاغطة. وأرجع بيك Beck التشوه المعرفي إلى ثلاثة عوامل هي: نظرة الفرد السلبية إلى ذاته، حيث يقوم الفرد بعزو الأحداث السلبية من وإلى نفسه

وقدراته، ونظرة الفرد السلبية للعالم، حيث ينظر إلى الآخرين نظرة تشاؤمية، ونظرة الفرد السلبية للمستقبل، حيث ينظر الفرد للمستقبل على أنه غامض وسيء. (في نصار،١،٢٠١٥)

وترى الباحثتان أن هذه العلاقة منطقية في ضوء ما يراود المطلقة من أفكار بعد المرور بخبرة الطلاق وانعكاساته السلبية عليها ومن أبرزها: عدم التصديق، الشعور بالتشويش، اختلاط الأمور، عدم التركيز، الاستغراق في التفكير في الطلاق، والتظاهر بالعودة إلى الماضي؛ وتتطور هذه الأفكار مع ما تعانيه المطلقة من الخوف والقلق من المستقبل وما تعانيه من مشكلات اجتماعية واقتصادية ، وانعزالية اجتماعية عن المجتمع المحيط بها، وما قد تتعرض له من اهانات، ونظرات دونية لها من قبل المحيطين بها ، فتصبح لديها معارف مشوهة وأخطاء في التفكير تتضمن الجمود والتعميم والشخصنة والتفسيرات السلبية، وبما أن الإنسان وحدة متكاملة فإن تفكيره يؤثر في إنفعالاته وبالتالي يبدأ جسم الإنسان بمواجهة التهديد كردة فعل طبيعية وذلك عن طريق ظهور تغيرات جسمية وحيوية تشتمل على زيادة في ضغط الدم، ومعدل ضربات القلب، ومعدل التنفس، وتوتر العضلات هذه الاستجابات وردود الأفعال تدفع المطلقات للشعور بالضغوط النفسية.

نتائج الفرضية الرابعة:

وتنص الفرضية الرابعة على أنه: " توجد فروق دالة إحصائيا في التشوهات المعرفية لعينة البحث تعزى لمتغيرات العمر (من ٢٠-٢٩ سنة ومن ٣٠ – ٤٠ سنة)؛ عدد سنوات الطلاق (من ١ – ٣ سنوات، ومن ٤-٦ سنوات)؛ رعاية الأبناء (مطلقة تعول / مطلقة لا تعول / مطلقة ليس لديها أطفال) والتفاعل بينهم". ولاختبار صحة هذه الفرضية تم إجراء تحليل تباين متعدد لمتغيرات العم؛ عدد سنوات الطلاق؛ رعاية الأبناء كمتغيرات مستقلة، والتشوهات المعرفية كمتغيرات تابعة، وذلك لأفراد عينة الدراسة كما يوضحها الجدول (٦).

جدول (٦) تحليل التباين المتعدد (العمر؛ عدد سنوات الطلاق؛ رعاية الأبناء) والتفاعل بينهم على التشوهات المعرفية

المتغيرات المستقلة	المتغيرات التابعة	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة
العمر	الاستدلال الاعتباطي	٤٨.٥٤	٣	١٦.١٨	.٧٧	.٥١
	التجريد الانتقائي	٦٦.٧٠	٣	٢٢.٢٤	.٤٣	.٧٣
	التعميم الزائد	١٧١.٦٤	٣	٥٧.٢١	١.٢٨	.٢٨
	التسمية أو فقد التسمية	٥٩.٩٩	٣	١٩.٩٩	.٧٠	.٥٥
	لوم الذات	٦٩.٢٢	٣	٢٣.٠٧	.٥٠	.٦٨
	التفكير القائم على الاستنتاجات الانفعالية	١٠١.٩٥	٣	٣٣.٩٨	.٥٩	.٦٢
عدد	الاستدلال الاعتباطي	٦٠.٠٩	٢	٣٠.٠٤	١٠	.٢٤

المتغيرات المستقلة	المتغيرات التابعة	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة
سنوات الطلاق					٤٢	
	التجريد الانتقائي	٢٦٨.٦٨	٢	١٣٤.٣٤	٢.٥٩	.٠٨
	التعميم الزائد	٨١.٩٧	٢	٤٠.٩٩	.٩٢	.٤٠
	التسمية أو فقد التسمية	١١٩.٣٥	٢	٥٩.٦٨	٢.٠٩	.١٣
	لوم الذات	١٢٩.٠٢	٢	٦٤.٥١	١.٤٠	.٢٥
	التفكير القائم على الاستنتاجات الانفعالية	٨٣.٧٧	٢	٤١.٨٨	.٧٣	.٤٨
رعاية الأبناء	الاستدلال الاعتباطي	٤٩.٢٧	٢	٢٤.٦٣	١.١٧	.٣١
	التجريد الانتقائي	١٨٣.٥٨	٢	٩١.٧٩	١.٧٧	.١٧
	التعميم الزائد	٩٢.٠٩	٢	٤٦.٠٥	١.٠٣	.٣٦
	التسمية أو فقد التسمية	٨٠.٠١	٢	٤٠.٠٠	١.٤٠	.٢٥
	لوم الذات	١١٠.٦٢	٢	٥٥.٣١	١.٢٠	.٣٠
	التفكير القائم على الاستنتاجات الانفعالية	١١٤.١٩	٢	٥٧.٠٩	.٩٦	.٣٧
العمر × عدد سنوات الطلاق	الاستدلال الاعتباطي	١٦٠.١٦	٣	٥٣.٣٩	٢.٥٣	.٠٦
	التجريد الانتقائي	٤٨٦.٩٩	٣	١٦٢.٣٣	٣.١٤	.٠٧
	التعميم الزائد	١٨٧.٥٧	٣	٦٢.٥٢	١.٤٠	.٢٤
	التسمية أو فقد التسمية	١٠٥.١٥	٣	٣٥.٠٥	١.٢٣	.٣٠
	لوم الذات	٩٤.٥٢	٣	٣١.٥١	.٦٩	.٥٦
	التفكير القائم على الاستنتاجات الانفعالية	٢٢٥.٢٢	٣	٧٥.٠٧	١.٣١	.٢٧
العمر × رعاية الأبناء	الاستدلال الاعتباطي	٤٤.٢٩	٢	٢٢.١٥	١.٠٥	.٣٥
	التجريد الانتقائي	٤٧.٨٧	٢	٢٣.٩٣	.٤٦	.٦٣
	التعميم الزائد	.٠٧	٢	.٠٤	.٠٠	.٩٩
	التسمية أو فقد	٦٢.٥١	٢	٣١.٢٦	١.٠	.٣٤

المتغيرات المستقلة	المتغيرات التابعة	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة
	التسمية				٠٩	
	لوم الذات	٢٩.٤٧	٢	١٤.٧٤	.٣٢	.٧٣
	التفكير القائم على الاستنتاجات الانفعالية	٨.٤٩	٢	٤.٢٥	.٠٧	.٩٣
عدد سنوات الطلاق ×رعاية الأبناء	الاستدلال الاعتباطي	١٠٢.٠٦	٤	٢٥.٥٢	١٠٢١	.٣١
	التجريد الانتقائي	٣٢.٠٣	٤	٨.٠١	.١٦	.٩٦
	التعميم الزائد	٢٦٢.٦٠	٤	٦٥.٦٥	١٠٤٧	.٢١
	التسمية أو فقد التسمية	١٢٨.٧٣	٤	٣٢.١٨	١٠١٣	.٣٥
	لوم الذات	٢٥٦.٠٦	٤	٦٤.٠١٥	١٠٣٩	.٢٤
	التفكير القائم على الاستنتاجات الانفعالية	٢٥٢.٥٧	٤	٦٣.١٤	١٠١٠	.٣٦
العمر ×عدد سنوات الطلاق × رعاية الأبناء	الاستدلال الاعتباطي	١٤٦.٠٦	٢	٧٣.٠٣	٣٠٤٦	.٠٣
	التجريد الانتقائي	٢٨٥.٤٤	٢	١٤٢.٧٢	٢٠٧٦	.٠٧
	التعميم الزائد	٦٩.٣٩	٢	٣٤.٦٩	.٧٨	.٤٦
	التسمية أو فقد التسمية	٧.٩٥	٢	٣.٩٧	.١٤	.٨٧
	لوم الذات	٥٢.٦٩	٢	٢٦.٣٥	.٥٧	.٥٧
	التفكير القائم على الاستنتاجات الانفعالية	٦٠.٥٩	٢	٣٠.٢٩	.٥٣	.٥٩
الخطأ	الاستدلال الاعتباطي	٤٤٥٨.٨٣	٢١١	٢١.١٣		
	التجريد الانتقائي	١٠٩١٧.٠٨	٢١١	٥١.٧٤		
	التعميم الزائد	٩٤٢١.٠٩	٢١١	٤٤.٦٥		
	التسمية أو فقد التسمية	٦٠٣٠.٧٩	٢١١	٢٨.٥٨		
	لوم الذات	٩٧٠٦.٥٩	٢١١	٤٦.٠٠		
	التفكير القائم على الاستنتاجات الانفعالية	١٢٠٩٥.٩١	٢١١	٥٧.٣٣		
الكلي	الاستدلال الاعتباطي	٥٤٠٢٣.٠٠	٢٣٠			
	التجريد الانتقائي	٨٥٧٢٠.٠٠	٢٣٠			
	التعميم الزائد	٧٧٢٢٤.٠٠	٢٣٠			
	التسمية أو فقد	٦٣٤٧٦.٠٠	٢٣٠			

المتغيرات المستقلة	المتغيرات التابعة	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة
	التسمية					
	لوم الذات	٩٥٣٠٠٠٠٠	٢٣٠			
	التفكير القائم على الاستنتاجات الانفعالية	٩٦٥٧٢٠٠٠	٢٣٠			

يتضح من الجدول (٦) عدم وجود فروق دالة إحصائيا في التشوهات المعرفية (الاستدلال الإعتباطي؛ التجريد الإنتقائي؛ التعميم الزائد؛ التسمية أو فقد التسمية؛ لوم الذات؛ التفكير القائم على الإستنتاجات الانفعالية) لدى أفراد العينة وفقا لمتغيرات: العمر (من ٢٠-٢٩ سنة ومن ٣٠ – ٤٠ سنة)؛ عدد سنوات الطلاق (من ١ – ٣ سنوات، ومن ٤-٦ سنوات)؛ رعاية الأبناء (مطلقة تعول / مطلقة لا تعول / مطلقة ليس لديها أبناء) والتفاعل بينهم. لذا ترفض الفرضية البديلة، وتقبل الفرضية الصفرية الذي يفيد بعدم وجود فروق في التشوهات المعرفية وفقاً لمتغيرات العمر، عدد سنوات الطلاق، إعالة الأبناء وعدم إعالتهم وعدم وجود الأبناء.

وتتفق نتيجة هذه الفرضية في عدم وجود فروق في التشوهات المعرفية وفقاً لمتغيرات العمر (من ٢٠-٢٩ سنة ومن ٣٠ – ٤٠ سنة) مع دراسة الجوفي (٢٠١٤) ودراسة الشيراوي (٢٠١٢) وتختلف مع دراسة جحلان (١٩٩٥) ويمكن أن تعزى هذه النتيجة إلى أن المطلقة عندما تمر بتجربة الطلاق وآثاره السيئة فإنها تتعرض للأفكار المشوهة بغض النظر عن المرحلة العمرية من حياتها، لأن التشوهات المعرفية ليست محددة بعمر معين.

بينما تختلف نتيجة هذه الفرضية من حيث عدم وجود فروق في التشوهات المعرفية وفقاً لمتغير سنوات الطلاق (من ١ – ٣ سنوات ، ومن ٤-٦ سنوات) مع دراسة نقايس (٢٠١٤) ويمكن تفسير استمرار التشوهات المعرفية عند المطلقات إلى ما بعد السنوات الأولى من الطلاق وعدم وجود فروق إلى استمرار ما تعانيه المطلقة من ظروف نفسية واجتماعية واقتصادية سيئة، وهذا ما أثبتته الدراسة الحالية من أن الضغوط النفسية مستمرة إلى سنوات طويلة بعد الطلاق عند أفراد العينة، فالمطلقة غالباً تعاني اقتصاديًا لعدم وجود دخل يكفي متطلبات الحياة، كما ينطبق على أفراد عينة الدراسة الحالية خاصة وأن أفراد العينة من غير العاملات، وهذا ما أشارا إليه عياد وفرج (٢٠١٤) إلى أن كثيرا من المطلقات قد فشلن في التوافق مع أوضاعهن المادية الجديدة بعد الطلاق وأن حالتهن المادية ساءت بعد الطلاق. بالإضافة إلى ما تعانيه المطلقة من ظروف اجتماعية فالمطلقة بعد الطلاق تعاني من مضايقة المحيط الاجتماعي ونظرة المجتمع السيئة لها كمطلقة، وتعاني أيضاً من الشائعات التي تسيء إلي سمعتها، وقلة الفرص المتوفرة لديها في الزواج مرة ثانية، بالإضافة إلى تراجع وضعف علاقة المطلقة بصديقاتها خوفًا على أزوجهن منها، وما تعانيه من المراقبة والحراسة الدائمة لها من قبل أهلها. هذه الظروف السيئة والضغوط المستمرة التي تتعرض لها المطلقات تسهم في استمرار التشوهات المعرفية لديهن.

وتتفق هذه النتيجة من حيث عدم وجود فروق في التشوهات المعرفية وفقاً لمتغير رعاية الأطفال (تعول/لا تعول/ مطلقة ليس لديها أبناء) مع دراسة الجوفي (٢٠١٤) ودراسة الشيراوي (٢٠١٢) وتختلف مع دراسة الإبراهيم (٢٠٠٧) ودراسة نقايس

(٢٠١٤) وتعزى هذه النتيجة إلى أن السبب الأكبر لظهور التشوهات المعرفية هو تجربة الطلاق وبالتالي فإن التعميم والجمود والشخصنة والتفكير السلبي له علاقة بهذه التجربة وليس لإعالة الأبناء أو عدم إعالتهم أو عدم وجودهم أي دور في المعارف المشوهة أو الأفكار الخاطئة.

نتائج الفرضية الخامسة:

وتنص الفرضية الخامسة على أنه " توجد فروق دالة إحصائيا في أبعاد الضغوط النفسية لعينة البحث تعزى لمتغيرات العمر (من ٢٠-٢٩ سنة ومن ٣٠ – ٤٠ سنة)؛ عدد سنوات الطلاق (من ١ – ٣ سنوات، ومن ٤-٦ سنوات)؛ رعاية الأبناء (مطلقة تعول / مطلقة لا تعول / مطلقة ليس لديها أبناء) والتفاعل بينهم". ولاختبار صحة هذه الفرضية تم إجراء تحليل تباين متعدد لمتغيرات العمر؛ عدد سنوات الطلاق، رعاية الأبناء كمتغيرات مستقلة، والضغوط النفسية كمتغيرات تابعة، وذلك لأفراد عينة الدراسة كما يوضحها الجدول (٧).

جدول(٧) تحليل التباين المتعدد (العمر؛ عدد سنوات الطلاق؛ رعاية الأبناء) والتفاعل بينهم في الضغوط النفسية

المتغيرات المستقلة	المتغيرات التابعة	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة
العمر	البعد الفسيولوجي	١٨٠.٨٥	٣	٦٠.٢٨٣	.٢٩٩	.٨٢٦
	البعد الانفعالي	٢٩٥.٦٧٨	٣	٩٨.٥٥٩	.٥٢١	.٦٦٨
	البعد الاجتماعي	٧٥٠.٢٣٧	٣	٢٥٠.٠٧٩	٢.٢١٥	.٠٨٧
	البعد المعرفي	٤٧٥.٤٤٧	٣	١٥٨.٤٨٢	.٧٤٥	.٥٢٦
عدد سنوات الطلاق	البعد الفسيولوجي	٦٦١.٦٩٥	٢	٣٣٠.٨٤٨	١.٦٤٤	.١٩٦
	البعد الانفعالي	٢٦٩.٥٣٨	٢	١٣٤.٧٦٩	.٧١٢	.٤٩٢
	البعد الاجتماعي	١٧٧.٤٧٨	٢	٨٨.٧٣٩	.٧٨٦	.٤٥٧
	البعد المعرفي	٦٩٢.٠٩٢	٢	٣٤٦.٠٤٦	١.٦٢٧	.١٩٩
إعالة الأبناء	البعد الفسيولوجي	٨٨١.٢٢١	٢	٤٤٠.٦١١	٢.١٨٩	.١١٥
	البعد الانفعالي	٣٥٩.٩٢٢	٢	١٧٩.٩٦١	.٩٥١	.٣٨٨
	البعد الاجتماعي	١٢٩.٩٩٥	٢	٦٤.٩٩٨	.٥٧٦	.٥٦٣
	البعد المعرفي	٢٠٤.٠٢٥	٢	١٠٢.٠١٢	.٤٨٠	.٦٢٠
العمر × عدد سنوات الطلاق	البعد الفسيولوجي	٤٦.١٥٣	٣	١٥.٣٨٤	.٠٧٦	.٩٧٣
	البعد الانفعالي	٨٤.٢٨٩	٣	٢٨.٠٩٦	.١٤٨	.٩٣١
	البعد الاجتماعي	١٢٤.٤٧٤	٣	٤١.٤٩١	.٣٦٧	.٧٧٧
	البعد المعرفي	١٤٦.٦٤١	٣	٤٨.٨٨٠	.٢٣٠	.٨٧٦
العمر × إعالة الأبناء	البعد الفسيولوجي	٧٤.٢٦٥	٢	٣٧.١٣٢	.١٨٤	.٨٣٢
	البعد الانفعالي	٣٠.٣٩٤	٢	١٥.١٩٧	.٠٨٠	.٩٢٣
	البعد الاجتماعي	١٠.٤٤٥	٢	٥.٢٢٢	.٠٤٦	.٩٥٥
	البعد المعرفي	١١٦.١٩٤	٢	٥٨.٠٩٧	.٢٧٣	.٧٦١
عدد سنوات الطلاق ×إعالة الأبناء	البعد الفسيولوجي	٩٦٧.٦٢٤	٤	٢٤١.٩٠٦	١.٢٠٢	.٣١١
	البعد الانفعالي	١٠١٣.٢٢١	٤	٢٥٣.٣٠٥	١.٣٣٨	.٢٥٧
	البعد الاجتماعي	٣٧٩.٠٨٣	٤	٩٤.٧٧١	.٨٣٩	.٥٠٢
	البعد المعرفي	٩٣١.٠٣٩	٤	٢٣٢.٧٦٠	١.٠٩٤	.٣٦٠
العمر	البعد الفسيولوجي	٢٢٤.٩٦٠	٢	١١٢.٤٨٠	.٥٥٩	.٥٧٣

المتغيرات المستقلة	المتغيرات التابعة	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة
×عدد سنوات الطلاق × إعالة الأبناء	البعد الانفعالي	١٤٤.٤٥٥	٢	٧٢.٢٢٧	.٣٨٢	.٦٨٣
	البعد الاجتماعي	١٤٧.٥٠٨	٢	٧٣.٧٥٤	.٦٥٣	.٥٢١
	البعد المعرفي	٨١.٧٥٥	٢	٤٠.٨٧٧	.١٩٢	.٨٢٥
الخطأ	البعد الفسيولوجي	٤٢٤٧٣.٢٤٥	٢١١	٢٠١.٢٩٥		
	البعد الانفعالي	٣٩٩٣١.٩٨٠	٢١١	١٨٩.٢٥١		
	البعد الاجتماعي	٢٣٨٢٢.٧٣٠	٢١١	١١٢.٩٠٤		
	البعد المعرفي	٤٤٨٨٥.٣٦٣	٢١١	٢١٢.٧٢٧		
الكلي	البعد الفسيولوجي	٥٦٦٤٠٣.٢٢٧	٢٣٠			
	البعد الانفعالي	٣٢٢٨٧٦.١٢٧	٢٣٠			
	البعد الاجتماعي	١٨١٥٠٠.٨٣٤	٢٣٠			
	البعد المعرفي	٢٩٦٤٦٣.١٦٩	٢٣٠			

يتضح من الجدول (٧) عدم وجود فروق دالة إحصائيا في أبعاد الضغوط النفسية (الفسيولوجي؛ الانفعالي؛ الاجتماعي؛ المعرفي) لدى أفراد العينة وفقا لمتغيرات: العمر (من ٢٠-٢٩ سنة ومن ٣٠ – ٤٠ سنة)؛ عدد سنوات الطلاق (من ١ – ٣ سنوات، ومن ٤-٦ سنوات)؛ رعاية الأبناء (مطلقة تعول/ مطلقة لا تعول/ مطلقة ليس لديها أبناء) والتفاعل بينهم، لذا فإننا ترفض الفرضية البديلة، ويقبل الفرض الصفري الذي يفيد بعدم وجود فروق في الضغوط النفسية وفقاً لمتغيرات العمر، عدد سنوات الطلاق، إعالة الأبناء وعدم إعالتهم وعدم وجود الأبناء.

وتتفق نتيجة هذه الفرضية في عدم وجود فروق في الضغوط النفسية وفقاً لمتغيرات العمر(من ٢٠-٢٩ سنة ومن ٣٠– ٤٠ سنة) مع دراسة أبو القمصان (٢٠١٧) ومع دراسة بدير (٢٠١٦) ومع دراسة العتيبي (٢٠١٥)، فيما تختلف مع دراسة (٢٠١١, Sharma) ودراسة تونسي (٢٠٠٢)، وتفسر الباحثتان هذه النتيجة بأن جميع المطلقات بكافة أعمارهن يعشن تقريبًا نفس المعاناة والظروف الحياتية التي تمر بها غالبية المطلقات والتي تتمثل في سوء الوضع النفسي والإجتماعي والإقتصادي، وبالتالي فإن تعرضهن لنفس الظروف يؤدي إلى مستويات متشابهة من الضغوط النفسية.

وتتفق نتيجة هذه الفرضية من حيث عدم وجود فروق في الضغوط النفسية وفقاً لمتغير عدد سنوات الطلاق (من ١ – ٣ سنوات، ومن ٤-٦ سنوات) مع دراسات: أبو القمصان (٢٠١٧) ؛ الشيراوي (٢٠١٢)؛ توفيق (٢٠١٠)؛ المصري (٢٠٠٧) وتختلف مع دراسة نقايس(٢٠١٤) ودراسة (٢٠١١, Sharma) ودراسة تونسي (٢٠٠٢) ودراسة Lindsay(١٩٨٥) ودراسة (Nilberma & Nmenahga(١٩٨٦)، ودراسة Selles(١٩٨٣) التي توصلت إلى أن المطلقات أظهرن درجة عالية من القلق والاكتئاب بعد الطلاق مباشرة ، كما أنهن استطعن التوافق بشكل فعال مع مرور الزمن .

ويمكن تفسير هذه النتيجة باختلاف أساليب مواجهة الضغوط والتوافق معها بين الأفراد، بسبب اختلاف شخصياتهم وخبراتهم التي تعرضن لها، حيث أن هناك من يتوافق بشكل إيجابي بعد مرور فترة من الزمن وهناك من تؤثر عليه الأحداث السيئة

بصورة سلبية وبالتالي لا يستطيع التخلص من الضغوط بشكل إيجابي، وقد أشارت العنزي (٢٠٠٤) إلى أن استخدام الفرد للاستراتيجيات غير الفعالة في مواجهة ضغوط الحياة كالانسحاب، التبرير، والإنكار لا تؤدي إلى حسم الموقف الضاغط بل تؤدي إلى زيادة معاناة الفرد النفسية والجسمية.

وترى الباحثتان أيضًا أن أزمة الطلاق تؤثر على المرأة بطرق مختلفة بسبب الظروف الخاصة بكل تجربة من حيث من هو متخذ قرار الطلاق، طول فترة الزواج، وتهيؤ الشخص مسبقاً للطلاق أم أن الحدث قد شكّل صدمة لديه. وهذا ما أكدته دراسة فقيه (٢٠١٧) من أن النساء اللاتي كن مستعدات للطلاق يحققن توافقاً وتقبلاً للذات بدرجة تفوق غير المستعدات للطلاق، وأيضاً ما توصلت إليه دراسة Selles (١٩٨٣) من أن النساء اللاتي بادرن بالطلاق كن أكثر قدرة على التوافق من اللاتي كن يمانعن الطلاق.

بالإضافة إلى ما أشارت إليه العنزي (٢٠٠٤) إلى أن الأفراد الذين يعانون من الضغوط النفسية بشكل مستمر هم الذين يعيشون مستوى اقتصادي اجتماعي منخفض، وهذا ما ينطبق على أفراد العينة حيث أنهن غير عاملات، مما أسهم من وجهة نظر الباحثتان في استمرار الضغوط لديهن بالرغم من مرور عدة سنوات على تجربة الطلاق.

وتتفق نتيجة هذه الفرضية من حيث عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الضغوط النفسية وفقاً لمتغير (مطلقة تعول أطفالها/مطلقة لا تعول أطفالها/مطلقة ليس لديها أطفال) مع دراسات الشيراوي (٢٠١٢)، خويطر (٢٠١٠)، Lindsay(١٩٨٥) ودراسة Selles (١٩٨٣) وتتعارض مع دراسة صخري (٢٠١٦)، العتيبي (٢٠١٥)، نقايس (٢٠١٤)، الإبراهيم (٢٠٠٧) ودراسة تونسي (٢٠٠٢) التي أسفرت نتائجها عن وجود فروق لصالح اللاتي لديهن أبناء حيث أنهن أقل قلقاً واكتئاباً.

ويمكن تفسير نتيجة هذه الفرضية بأنه من الطبيعي أن تكون الضغوط النفسية مرتفعة لدى الأمهات سواء كن عائلات لأبنائهن أو غير عائلات وهذا ما أكدته دراسة العتيبي (٢٠١٥) بأن وجود الأطفال ورعاية الأبناء من قبل الأم يزيد من مسؤوليات الأم الاجتماعية والاقتصادية ومعاناتها وقد يزيد من احتمالات التعرض للاضطرابات النفسية، أما ارتفاع الضغوط لدى المطلقات اللاتي ليس لديهن أبناء فيمكن تفسيره بعدم وجود ما يشغل تفكيرهن ووقتهن، فضلاً عن ما واجهته من فشل في تجربة الزواج بالإضافة إلى ما يراودها من خوف وقلق من المستقبل أو من تأخر الزواج مرة أخرى أو قد يرجع إلى عدم الإنجاب في تجربة الزواج الأولى، وهذا ما أشارت إليه دراسة خويطر (٢٠١٠) في أن وجود الأولاد وإنجابهم يدعم الشعور بالأمن النفسي.

التوصيات:

١. إعداد برامج توعوية إرشادية لأفراد المجتمع كافة والمطلقات خاصة تهدف إلى تنمية أنماط التفكير الصحيح، والتخلص من المعارف المشوهة والأفكار الخاطئة أو التقليل من آثارها.
٢. ضرورة إدراج منهج دراسي تعليمي لطلاب المدارس لتأسيس الطرق الصحيحة في التفكير في مرحلة مبكرة.
٣. تدريب المرشدين الطلابيين إلى التنبه للطلبة الذين يتبنون أفكاراً ومعارف مشوهة وإرشادهم للطرق المناسبة للتخلص منها أو التعامل معها.

٤. نشر الوعي الثقافي بين أفراد المجتمع بشكل عام والمطلقات بشكل خاص بالأساليب الصحيحة للتعامل مع الضغوط النفسية.
٥. ضرورة توجيه الأبحاث والدراسات لعلاج المشكلات النفسية والاجتماعية والاقتصادية التي تعاني منها المطلقات وتكثيف جهود الجهات المعنية لذلك.

المراجع العربية

١. الإبراهيم، أسماء بدري (٢٠٠٧). الصحة النفسية لدى عينة من النساء الأردنيات المطلقات. مجلة إربد للبحوث والدراسات، المجلد ١١، ع ١ ،١٦٠-١٨٧.
٢. أحمد، أحمد (٢٠٠٩). أعراض الوسواس القهري وعلاقتها بجوانب التشوه المعرفي . رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة عين شمس، القاهرة، مصر.
٣. أسعد، أحمد والغرير ،أحمد (٢٠٠٩). التعامل مع الضغوط النفسية. الأردن :عمان ، دار الشروق للنشر.
٤. بدير، تهاني رزق.(٢٠١٦). الدعم الاجتماعي المدرك وعلاقته بالأمن النفسى لدى المطلقات في كفر قاسم . رسالة ماجستير غير منشورة .جامعة عمان العربية .الأردن.
٥. بودبابة، رابح. (٢٠٠٥). ظاهرة الطلاق بين الأسباب والآثار: الإمارات العربية المتحدة نموذجاً . شؤون اجتماعية - الإمارات ٨٥ ، ٥٩-٧٨.
٦. بيك، آرون؛ ووليامز، مارك؛ وسكوت، جان (٢٠٠٢). العلاج المعرفي والممارسة الإكلينيكية (موسوعة علم النفس العيادى؛ ٥)، ترمجة حسن عبد المعطى، القاهرة : دار زهراء الشرق.
٧. بيومي، لمياء جميل (٢٠١٤). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد. رسالة ماجستير منشورة . جامعة الزقازيق .مصر .
٨. توفيق ، برغوتي (٢٠١٠). تأثير الطلاق على التوافق الاجتماعي للمطلقين – دراسة مقارنة بين المطلقين والمطلقات بولاية باتنة . رسالة ماجستير غير منشورة . جامعة محمد خيضر، الجزائر .
٩. تونسي، عديلة حسن (٢٠٠٢). القلق والاكتئاب لدى عينة من المطلقات وغير المطلقات في مدينة مكة المكرمة. رسالة ماجستير غير منشورة .جامعة أم القرى ، مكة المكرمة.
١٠.جحلان، زين محمد (١٩٩٥). الأفكار العقلانية وغير العقلانية وعلاقتها باستمرار الحياة الزوجية أو فشلها لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة أم القرى ، مكة المكرمة.
١١.الجعافرة، وفاء محمد (٢٠١٤).علاقة التشوهات المعرفية بالاكتئاب وتقدير الذات لدى عينة من المراهقين في المرحلة الثانوية في محافظة الكرك .رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة مؤتة، الكرك.
١٢.الجوفي، أسماء عبدالرحمن (٢٠١٤) .درجة انتشار التشوهات المعرفية لدى المعلمات المطلقات والمرملات وعلاقتها بالكفاية الاجتماعية لديهن في منطقة

تبوك في المملكة العربية السعودية .رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة مؤتة، مؤتة.
١٣.حسن، انعام هادي (٢٠١٣). الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية .الأردن: عمان ،دار صفاء للنشر والتوزيع.
١٤.خويطر، وفاء حسن (٢٠١٠). الأمن النفسي والشعور بالوحدة النفسية لدى المرأة الفلسطينية (المطلقة والأرملة) وعلاقتهما ببعض المتغيرات .رسالة ماجستير غير منشورة . الجامعة الإسلامية بغزة، غزة .
١٥.دسوقي، راوية محمود (١٩٩٦). النموذج السببي للعلاقة بين المساندة الاجتماعية وضغوط الحياة والصحة النفسية لدى المطلقات . مجلة علم النفس-مصر ،ع ٣٩.
١٦.رسلان، سماح أحمد (٢٠١١). التشوهات المعرفية وعلاقتها بالتفكير الخرافي لدى طلاب كلية التربية . مجلة القراءة والمعرفة-مصر ،ع٥٨،١١٧-٩٧.
١٧.السقا، صباح (٢٠٠٩). العلاج المعرفي السلوكي للاكتئاب. محاضرة علمية ،مستشفى البشر للأمراض النفسية والعصبية.
١٨.سكوت، جون ووليامز ، مارك وبيك، أرون (٢٠٠٢). العلاج المعرفي والممارسة الإكلينيكية. (حسن عبدالمعطي. مترجم). القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.
١٩.السنيدي، خالد عبدالعزيز سليمان (٢٠١٣). التشوهات المعرفية وعلاقتها بسمة الانبساط والانطواء لدى عينة من متعاطى المخدرات والمتعافين منه في مدينة الرياض. رسالة ماجستير غير منشورة .جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية ،الرياض .
٢٠.السيد، عبدالمجيد والفرحاتي، السيد محمود (٢٠٠٥) الدور الوسيطي للمعارف المشوهة في العلاقة بين الضغوط النفسية والاكتئاب لدى عينة من طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية- جامعة المنصورة ،ع٥٧، ٣٢٩.
٢١.السيد، مصطفى راغب (٢٠٠٨). سيكولوجية الاحتراق النفسي في العمل دراسة في علاقة الاحتراق النفسي بضغوط العمل والتشوهات المعرفية والذكاء الوجداني. رسالة دكتوراة غير منشورة، جامعة عين شمس، مصر.
٢٢.شقير، زينب محمود (٢٠٠٢). مقياس مواقف الحياة الضاغطة في البيئة العربية (مصرية-سعودية)، كراسة التعليمات،القاهرة : مكتبة النهضة المصرية.
٢٣.الشيراوي، أماني عبدالرحمن (٢٠١٢). أسلوب مواجهة الأرملة للضغوطات النفسية وعلاقته بالصلابة النفسية. مجلة العلوم التربوية والنفسية- البحرين، ع ١،٢-٥٧.
٢٤.الصخري، مجد (٢٠١٦). الاكتئاب النفسي لدى المرأة المطلقة :دراسة ميدانية .مجلة دراسات –الجزائر ،ع ١٤٠،٤٣-١٥٢.
٢٥.الضلاعين، نرجس حسين (٢٠١٦). الضغوط النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية وعلاقتها بالأفكار اللاعقلانية لديهم .رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة مؤتة، الكرك.
٢٦.الطريري، عبدالرحمن سليمان (١٩٩٤). الضغط النفسي مفهومه تشخيصه طرق علاجه ومقاومته. الرياض.

٢٧.عبد المنعم، الحسين محمد (٢٠٠٩). الآثار النفسية والجسمية ومشكلات التفاعل الاجتماعي المترتبة على الطلاق: دراسة مقارنة بين مجموعتين من المطلقات المصريات والكويتيات. مجلة دراسات عربية في علم النفس - مصر،ع٢ ، ٣١٥-٣٦٨.
٢٨.العتيبي، رسمية (٢٠١٥). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالاكتئاب وتقدير الذات و المطلقات وبعض المتغيرات لدى المطلقات في مدينة الرياض –جامعة الأميرة نورة بنت عبدالرحمن. المجلة الدولية التربوية المتخصصة، المجلد ٤، ع ١١ ،٢٦٠-٢٧٦.
٢٩.العصار، إسلام أسامة (٢٠١٥). التشوهات المعرفية وعلاقتها بمعنى الحياة لدى المراهقين في قطاع غزة. رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الإسلامية، غزة .
٣٠.العنزي، أمل تركي (٢٠٠٤). أساليب مواجهة الضغوط هند الصحيحات والمصابات بالاضطرابات النفجسمية "السيكوسوماتية " دراسة مقارنة. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة الملك سعود ، الرياض.
٣١.عياد ،هاني جرجس وفرج، أيمن أحمد (٢٠١٤). التكيف الاجتماعي للمرأة المطلقة في المجتمع المصري دراسة ميدانية في محافظة الغربية. مجلة الخدمة الاجتماعية، ع٥٤،مصر .
٣٢.الغامدي، محمد سعيد (٢٠٠٩). التكيف الاجتماعي والاقتصادي والنفسي للمرأة السعودية المطلقة في محافظة جدة - جامعة الملك عبدالعزيز، مجلة جامعة أم القرى للعلوم الاجتماعية،المجلد١ ،ع ٢، ١٤٥-١٨٨.
٣٣.الفرحاتي ، السيد محمود (٢٠٠٥). سيكولوجية تحصين الأطفال ضد العجز المتعلم. رؤى معرفية. القاهرة: دار السحاب .
٣٤.الفرحاتي، السيد محمود (١٩٩٧). دراسة تنبؤية للعجز المتعلم والتشوهات المعرفية في ضوء بعض عوامل البيئة التعليمية لدى طلاب المرحلة الثانوية. رسالة ماجستير غير منشورة .جامعة المنصورة ، مصر.
٣٥.فريحات، إسراء جبر(٢٠١٦).العوامل المتنبئة بالضغوط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى اللاجئين السوريين. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة اليرموك، إربد.
٣٦.فقى، إبراهيم (٢٠٠٣). التفكير السلبي والتفكير الإيجابي. مصر: الراية للنشر والتوزيع.
٣٧.فقيه ، ميساء شاهر (٢٠١٧). فاعلية برنامج إرشادي قائم على نظرية إدلر في خفض الضغوط النفسية وتحسين مستوى الحياة لدى عينة من النساء المطلقات في محافظة إربد. رسالة دكتوراة غير منشورة .جامعة العلوم الإسلامية العالمية، الأردن .
٣٨.أبو القمصان، رانيا محمد (٢٠١٧). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى المطلقات في محافظة غزة . رسالة ماجستير غير منشورة .الجامعة الإسلامية بغزة، غزة .

٣٩.كامل، أميمة مصطفى (٢٠٠٦)."التشوهات المعرفية لدى المراهقين وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية" دراسة مقارنة بين الجنسين". المجلة المصرية للدراسات النفسية .ع ١٦، ٥٣، ٢٧-٧٣.
٤٠.كحلة ، ألفت (١٩٩٨). العلاج المعرفي السلوكي والعلاج السلوكي عن طريق التحكم الذاتي لمرضى الاكتئاب. القاهرة : إيريك للطباعة والنشر والتوزيع.
٤١.مجلي ، شايع (٢٠١١). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة كلية التربية بصعدة – جامعة عمران. مجلة جامعة دمشق،ع٢٧، ١٤١-١٩٣.
٤٢.المصري، ايناس رمضان. (٢٠٠٧). الضغوط النفسية والدعم الاجتماعي لدى المطلقين والمطلقات وفاعلية برنامج تدريبي للتعامل مع الضغوط النفسية. رسالة دكتوراه غير منشورة. الجامعة الاردنية، عمان.
٤٣.المطيري ، رحاب الحميدي (٢٠١٤). الإضرار بالمطلقة والتعويض عنه ،دراسة تأصيلية مقارنة. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية ،الرياض.
٤٤.المعايطة، أحمد سالم (٢٠١٦). مستوى التشوهات المعرفية لدى الطلبة وعلاقتها بالإساءة اللفظية الموجهة لهم من المعلمين في مدارس مديرية لواء القصر. رسالة ماجستير غير منشورة.جامعة مؤتة، الأردن .
٤٥.نصار، علا يوسف أحمد (٢٠١٥). التشوهات المعرفية وعلاقتها بتقدير الذات لدى عينة من طلبة منطقة الجليل الأسفل. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة عمان العربية، عمان.
٤٦.النعيمات، محمود هارون (٢٠١٦). الضغط النفسي لدى عينة من الأيتام في محافظة العقبة وعلاقته بالصلابة النفسية وجودة الحياة لديهم. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة مؤتة، مؤتة.
٤٧.نقايس ،فضيلة (٢٠١٥). الحاجات الإرشادية للنساء المطلقات – دراسة ميدانية على عينة من المطلقات ببلدية ورقلة. رسالة ماجستير غير منشورة . جامعة قاصدي مرباح ورقلة ،الجزائر.
٤٨.نوال ، تغزة (٢٠١٤). الاكتئاب عند المرأة المطلقة حديثاً وعلاجها دراسة نفسية علاجية (معرفية سلوكية) مقارنة. رسالة ماجستير غير منشورة .جامعة وهران ، الجزائر.
٤٩.وزارة العدل (١٤٣٦-١٤٣٨). الكتاب الإحصائي. المملكة العربية السعودية . وزارة العدل .

المراجع الأجنبية:

١. Batmaz, S., Kocbiyik, S., & Yuncu, O. A. (٢٠١٥). Turkish Version of the Cognitive Distortions Questionnaire: Psychometric Properties. Depression Research and Treatment, ١-٨.

٢. Beck, A.T.(١٩٦٧). Cognitive Therapy and the emotional disorders. New York.
٣. Beck, J. (١٩٩٥). Cognitive therapy: Basics and beyond. Guilford Press .
٤. Bernnan, L .(٢٠٠٠).Hardiness Stress and perceived health of divorced women, Journal of personality and social psychology,٣٩(١) ٤٨١.
٥. Clark, L . (٢٠٠٢) . *Help for Emotions : Managing Anxiety ,Anger, And Depression*. ٢ idition , USA :Parents Press.
٦. Menaghan, E.G. & Lieberman, M.A (١٩٨٦):Changes in depression following divorce :A panel study, Journal of marriage and the family ,Vol.٤٨.No.(٢).
٧. Schafer, W. (١٩٩٦). Stress management for wellness, (٣ ed.). U .S .A: Harcourt Brace College Publishers.
٨. Selye ,Hans.(١٩٨٤). The stress of life. New york: McGraw-Hill Book Co.
٩. Sells, A.B. (١٩٨٣).The Nature of Women's Adjustment to Divorce. Unpublished Doctoral Dissertation ,United States International University.
١٠. Shaffer, Martin.(١٩٨٩). Life After Stress. New York: plenum press.
١١. Sharma, B .(٢٠١١). Mental and Emotional Impact of Divorce on women .Journal of the Indian Academy of Applied Psychology,٣٧(١),١٢٥-١٣١.