

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة محمد خيضر -بسكرة-

كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية

شعبة علم النفس



عنوان المذكرة

# المرونة النفسية لدى المرأة المطلقة

( دراسة عيادية لثلاث حالات بولايتي بسكرة و قسنطينة )

مذكرة تخرج مكتملة لنيل شهادة ماستر في تخصص علم النفس العيادي

تحت إشراف الدكتورة :

- سليمة حمودة

إعداد الطالبة :

- سارة حساني

السنة الجامعية 2020 / 2019 :

# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قال تعالى :

﴿ وَإِذَا طَلَقْتُمْ النِّسَاءَ فَبَلَغْنَ أَجَلَهُنَّ فَأَمْسِكُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ أَوْ  
سَرَخُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ وَلَا تُمْسِكُوهُنَّ ضِرَارًا لِيَتَعْتَدُوا وَمَنْ يَفْعَلْ  
ذَلِكَ فَقَدْ ظَلَمَ نَفْسَهُ وَلَا تَتَّخِذُوا آيَاتِ اللَّهِ هُزُوعًا وَادْكُرُوا  
نِعْمَتَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ وَمَا أَنْزَلَ عَلَيْكُمْ مِنَ الْكِتَابِ وَالْحِكْمَةِ  
يَعْظُمُ بِهِ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَكُلُّ شَيْءٍ عَالِمٌ ﴾

{ البقرة : 231 }

# شكر و عرفان

الحمد لله كثيرا مباركا علي نعمه التي وهبنا إياها  
اللهم لك الحمد بما يليق بجلال وجهك و عظيم سلطانك  
اللهم لك الحمد حتى ترضي و لك الحمد إذا رضيت  
و لك الحمد بعد الرضا .

و مصدقا لقوله تعالى : ﴿ رب أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي و  
علي والدي و أن أعمل صالحا ترضاه و أدخلني برحمتك في عبادك  
الصالحين ﴾

{ الآية 19 من سورة النمل } .

و لقول الحبيب المصطفى صلى الله عليه و سلم : " من لم يشكر الناس لم  
يشكر الله " ، لا يفوتني أن أتقدم كل شكري و امتناني إلي والديا  
الكريمين

كما أتقدم بجزيل الشكر و العرفان و الامتنان إلي الأستاذة المؤطرة  
" د . حمودة سليمة " التي لم تبخل عليا بإرشاداتها و توجيهاتها طيلة  
فترة انجاز هذه المذكرة .

و أتوجه أيضا بالشكر أيضا لجميع أساتذة قسم علم النفس  
و في الأخير نتقدم بخالص تشكراتنا إلي كل من ساهم بشكل أو بآخر في  
إتمام هذا العمل المتواضع من زملاء الدراسة و من أفراد العائلة و من  
أصدقاء الحياة .



# فهرس المحتويات

## فهرس المحتويات

الصفحة	فهرس المحتويات
أ	البسمة
ب	شكر وتقدير
ج - و	فهرس محتويات الدراسة
و	فهرس الجداول
ز	فهرس الملاحق
ي	ملخص الدراسة
1	مقدمة
<b>الجانب النظري</b>	
<b>الفصل التمهيدي مدخل الدراسة</b>	
14-13	1- إشكالية الدراسة
15-14	2- تساؤلات الدراسة
15	3- أهمية الدراسة
15	4- أهداف الدراسة
15	5- التحديد الإجرائي للمفاهيم

23-16	6- الدراسات السابقة
24	الفصل الثاني المرونة النفسية
25	تمهيد
26-25	1- تعريف المرونة النفسية
28-27	2- بعض المفاهيم المرتبطة بالمرونة النفسية
32-28	3- النظريات المفسرة للمرونة النفسية
35-33	4- مصادر المرونة النفسية
35	5- استراتيجيات بناء المرونة النفسية
37-36	6- آثار المرونة النفسية
38	خلاصة الفصل
39	الفصل الثالث: سيكولوجية المرأة المطلقة .
40	تمهيد
41-40	1- تعريف الطلاق
44-42	2- رؤيا نفسو اجتماعية لظاهرة الطلاق
49-44	3- المقاربة النفسية للطلاق
50-49	4- آثار الطلاق على المرأة الجزائرية
51	5- نظرة المجتمع الجزائري للمرأة المطلقة

52	خلاصة الفصل
----	-------------

<b>الجانب التطبيقي</b>	
<b>الفصل الرابع : الإجراءات المنهجية للدراسة</b>	
55	تمهيد
56-55	1-الدراسة الاستطلاعية
56	2-الدراسة الأساسية
57-56	3-منهج الدراسة
57	4-أدوات جمع المعلومات
58-57	4-1- المقابلة
60-58	4-2- مقياس المرونة النفسية
60	5- حالات الدراسة
61	خلاصة الفصل
62	<b>الفصل الخامس : عرض و مناقشة نتائج الحالات</b>
63	تمهيد
69-63	1- عرض و مناقشة نتائج الحالة الأولى
76-69	2- عرض و مناقشة نتائج الحالة الثانية

82-76	3- عرض و مناقشة نتائج الحالة الثالثة
85-82	4- التحليل العام للحالات
86	5- خلاصة الفصل
87	خاتمة
93-89	قائمة المراجع
106-95	الملاحق

## فهرس الجداول

الصفحة	الجداول	الرقم
67	جدول يوضح أبعاد النفسية لدى الحالة الأولى	01
74	جدول يوضح أبعاد النفسية لدى الحالة الثانية	02
81	جدول يوضح أبعاد النفسية لدى الحالة الثالثة	03
82	جدول يوضح أبعاد النفسية لدى الحالات الثلاث	04
83	جدول يوضح نتائج مصادر المرونة النفسية لدى الحالات 3	05
84	جدول يوضح نتائج أبعاد المرونة النفسية لدى الحالات 3	06

## فهرس الملاحق

الصفحة	الملاحق	الرقم
96-95	دليل المقابلة	01



99-97	المقابلة كما وردت مع الحالة الأولى: ( م . ع )	02
102-100	المقابلة كما وردت مع الحالة الثانية: ( س . ج )	03
105-103	المقابلة كما وردت مع الحالة الثالثة: ( ن . م )	04
106	مقياس المرونة النفسية	05

# ملخص الدراسة

## ملخص الدراسة

يظل الطلاق مشكلة من المشكلات الرئيسية التي تواجه الأسرة اليوم ، حيث تزداد نسبته بشكل ملحوظ في مجتمعنا ، و الطلاق بلا شك له أثار علي الأسرة و خاصة المرأة المطلقة التي تتعرض لظروف اجتماعية و اقتصادية و نفسية صعبة و تحاول جاهدة التكيف مع أوضاعها الجديدة من خلال مرونتها النفسية ، حيث هدفت الدراسة الحالية إلي التعرف علي مستوي و مصادر و أبعاد المرونة النفسية لدي المرأة المطلقة من ذلك من خلال طرح التساؤلات التالية :

1. ما مستوي المرونة النفسية لدي المرأة المطلقة ؟ .
2. ما هي أهم مصادر القوة لدي المرأة المطلقة ؟ .
3. ما هي أبرز أبعاد المرونة النفسية لدي المرأة المطلقة ؟ .

و للإجابة علي هذه التساؤلات تم إتباع المنهج العيادي الذي يتناسب مع موضوع الدراسة ، طبقنا مقياس المرونة النفسية ( **L'echelle de hardiesse / Résilience** ) ، كما قمنا بإجراء المقابلة العيادية النصف موجهة ، علي ثلاث حالات من النساء المطلقات من ولايتي بسكرة و قسنطينة ، بعد القيام بتحليل البيانات التي حصلنا عليها من خلال الأدوات المستخدمة توصلنا إلي النتائج التالية :

- مستوي المرونة النفسية لدي المرأة المطلقة عند حالتين مرتفع و أما الحالة الثالثة مستوي متوسط
- المصادر التي تعتمد عليها المرأة المطلقة لاكتساب مرونتها النفسية هي خصائص الشخصية و المساندة الأسرية و المستوي التعليمي .
- أما أبرز أبعاد المرونة النفسية لدي المرأة المطلقة فوجدنا بأن النساء المطلقات اشتركوا في بعد الفاعلية الذاتية .

**الكلمات المفتاحية :** المرونة النفسية ، سيكولوجية المرأة المطلقة .

## Study summary

Divorce is still one of the main problems that faces family today, its having a noticeable increase in our community, divorce without a doubt have its print on the family but specially on the divorced women who faces social and economical circumstances, also her own mental state trying so hard to adapt with her new conditions through her psychological resilience, the purpose of this study is to acknowledge the level and the sources and dimensions of psychological resilience of the divorced women and from that we propose the following questions :

- 1) What's the level of psychological resilience the divorced women can get ?
- 2) what's the most important strength points of the divorced women ?
- 3) what's the supreme dimensions of psychological flexibility for divorced women ?

And to answer all these questions we followed Clinical approach which follows good the subject of this study, We applied the psychological resilience scale , we also applied half directed clinical interview, on three cases of divorced women from biskra and Constantine , after analyzing the data we've got from the ways used we got the following results :

- The level of psychological resilience of a divorced woman in two cases is high and the third case is medium level
- The sources that a divorced woman relies on to gain her psychological resilience are personality characteristics, family support and educational level.
- As for the most prominent dimensions of psychological resilience of divorced women, we found that divorced women participated in the self-efficacy dimension.

**Key words** : psychological resilience , the psychology of divorced women .

# مقدمة

تتحدد الصحة النفسية للأسرة بمدى نجاح الزواج ، و الأسرة المتوافقة هي تلك الأسرة التي تتمتع بالاتصال الوظيفي الذي يفضي إلي إرساء قواعد و تقاليد من شأنها تعزيز هوية متماسكة و نمو سليم لأفرادها ، أما عندما تتعقد مسيرة الحياة المشتركة بين الزوجين إلي درجة صعوبة استمرار الحياة الزوجية وتستنفذ كل الوسائل المتاحة للتفاهم و الإصلاح يحدث الانفصال و ينتهي الزواج و يعلن عن الطلاق لحل نهائي.

لقد أحل الله تعالى الطلاق للتوسيع علي الناس و لم يشرع الطلاق إلا لرحمة منه سبحانه و تعالي ولكن من الناس من استغل هذه النعمة بأن جعلها سلاحا يسلطه علي من تحت يده و يستغل هذه النعمة فيها ليس هو بحاجة إليه ، و يعتبر الطلاق مشكلة نفسيو اجتماعية و هو ظاهرة تلحظ انتشارا واسعا في مجتمعنا الجزائري في الوقت الراهن ، و يعد الطلاق أبغض الحلال إلي الله لما يترتب عليه من آثار سلبية في تفكك الأسرة و ازدياد العداوة و البغضاء و من ثم الآثار الاجتماعية و النفسية لدي المرأة المطلقة .

إن معاناة المرأة المطلقة في المجمع الجزائري سبب لها عدة مشكلات تكيفية و ضغوطات نفسية مما شكل لها أزمة نفسية ، لكن تختلف طرق التعاطي مع هذه الأزمات بالاختلاف البيئـة النفسية للمرأة المطلقة حيث نجد مطلقات قد صمدوا أمام الأزمات و الضغوط و آخرون لم يتمكنوا من الصمود و أصيبوا بالاضطرابات نفسية أعاققتهم عن العيش بطريقة سوية ، و من الأسباب الأساسية التي مكنت النساء المطلقات من التعامل مع هذه الظروف الصعبة بطريقة الايجابية سوية و تجاوز أزمة الطلاق هو المرونة النفسية .

و لقد حاولنا في دراستنا التركيز علي جانب نفسي مهم لدي فرد من أفراد الطلاق ألا و هو المرونة النفسية لدي المرأة المطلقة و تم تقسيم الدراسة إلي :

**الجانب النظري :** و يحتوي علي ثلاثة فصول و هي :

**الفصل الأول :** الإليطار العام للإشكالية الذي يمثل مدخل إلي الدراسة و هو بمثابة تقديم البحث حيث تم فيه عرض الإشكالية ، التساؤلات ، دوافع اختيار الموضوع ، أهمية الموضوع ، و أهداف البحث تم تحديد المفاهيم الإجرائية و الدراسات السابقة .

**الفصل الثاني :** المرونة النفسية و يتضمن تعريف المرونة النفسية و بعض المفاهيم المرتبطة بالمرونة النفسية ، النظريات المفسرة للمرونة النفسية ، مصادر المرونة النفسية ، استراتيجيات بناء المرونة النفسية وأثار المرونة النفسية .

**الفصل الثالث :** سيكولوجية المرأة الطلاق و تطرقنا فيه إلي تعريف الطلاق ، رؤيا تفسو اجتماعية لظاهرة الطلاق ، المقاربات النفسية للطلاق ، أثار الطلاق علي المرأة الجزائرية ، و نظرة المجتمع الجزائري للمرأة المطلقة .

**أما الجانب التطبيقي فيتضمن فصلين و هما :**

**الفصل الرابع :** يتمثل في منهجية البحث و فيه الإجراءات المنهجية التي اتبعناها في الجانب الميداني وتضمنت الدراسة الاستطلاعية ، الدراسة الأساسية ، منهج الدراسة ، أدوات جمع المعلومات ، و حالات الدراسة .

**الفصل الخامس :** خصص لعرض و تحليل الحالات و مناقشة النتائج و يضم أيضا التحليل العام لكل حالة الذي يخص النتائج المتحصل عليها و ذلك من خلال أدوات البحث للإجابة عن التساؤلات و في الأخير تم وضع خاتمة و أخيرا قائمة المراجع ز الملاحق .

# الجانب النظري



# الفصل الأول

## مدخل الدراسة

تمهيد

1 . إشكالية الدراسة

2 . تساؤلات الدراسة

3 . أهمية الدراسة

4 . أهداف الدراسة

5 . التحديد الإجرائي للمفاهيم

6 . الدراسات السابقة

خلاصة الفصل

## 1 - الإشكالية:

رغم التطور الهائل في جميع المجالات في العصر الحالي إلا أنه لا تزال المرأة هي الركيزة الأساسية في المجتمع بجميع أدوارها سواء أما أو زوجة أو بنت ، و ما تحمله من أعباء عظيمة والتي لا تستقيم الحياة الكريمة من دون تضحياتها سواء من خدمة الزوج أو الوالدين أو تربية الأبناء تحت وطأة الجحود و النكران لما تعانيه المرأة و خاصة المرأة المطلقة . (حيدر، 2019، ص19)

فظاهرة الطلاق ظاهرة عالمية و اجتماعية و نفسية و ديمغرافية ، حيث تشكل أزمة و مشكلة نفسية للمرأة حيث ازدادت حالات الطلاق في السنوات الأخيرة حسب الإحصائيات الرسمية بشكل يبعث القلق بمعدل 68 ألف حالة طلاق سجلت سنة 2018.

( [https:// www .elhiwar dz.com/national/160408](https://www.elhiwar.dz.com/national/160408) )

ولعل خطورة الطلاق تكمن في مدي تأثيره علي تماسك المجتمع و سلامته خصوصا و إن الأسرة هي حجر الزاوية في البنية الاجتماعية و هي الأساس الذي يقوم عليه المجتمع الكبير خصوصا و أن الطلاق من أقوى المشكلات التي تعصف بالأسرة و بالتبعية هدم في جدار المجتمع و تعد ظاهرة الطلاق من المؤشرات الواضحة لفشل النسق الأسري لأن الطلاق من المنظور السيكولوجي هو ذلك التفكك الذي يحدث بين الزوجين كإنهاء لحياتهما الزوجية التي لا خير فيها نظرا لتعرض المرأة لضغوط و مضايقات أدت إلي عدم قدرتها علي الاستمرار و الديمومة في الزواج و يترك هذا الحدث صدمة للمرأة المطلقة التي لا تزال حبيسة المعتقدات السلبية في المجتمع المحلي .

(كسال ، 1986 ، ص20 )

و هذا ما نفت انتباه السيكولوجيين و هو الحالة النفسية للمرأة المطلقة بعد التجربة التي عاشتها ومدى تقبلها لوضعها النفسي و الاجتماعي و كيفية تعاملها مع ضغوطات الحياة ، و هذا ما يطلق عليه بالمرونة النفسية التي تعتبر مقياسا للتوافق و التكيف الشخصي و الاجتماعي لدي الأفراد وكذلك من خلال إظهار السلوك الايجابي التكيفي خلال مواجهة المصائب و الصدمات ، حيث تعتبر من الخصائص الايجابية في شخصية الفرد .

( تونسي ، 2002 ، ص 5 )

فالمرونة النفسية تلعب دورا هاما في تحديد مدي قدرة المرأة المطلقة علي التكيف مع الصعوبات والمواقف الضاغطة التي تواجهها في حياتها و مدي قدرتها علي السيطرة في انفعالاتها و المواجهة الواعية لظروف الحياة و أزمتها ، فكلما كانت مستوي المرونة النفسية لدي المرأة المطلقة مرتفعة كلما

زادت قدرتها علي التكيف والتوافق مع ذاتها و محيط ظروفها و بيئتها الجديدة ، وتشير المرونة النفسية في علم النفس حسب أبو حلاوة إلي فكرة ميل الفرد إلي الثبات و الحفاظ علي هدوئه و اتزانه الذاتي عند التعرض لضغوط أو مواقف عصبية ، فضلا عن قدرته علي التوافق الفعال لمواجهة هذه الضغوطات و بالتالي سرعة التعافي و التجاوز السريع للضغوطات النفسية .  
( أبو حلاوة ، 2013 ، ص 13 )

و تتحدد المرونة النفسية بخمس مصادر تتمثل في : خصائص الشخصية الذي يعبر عن القوة الداخلية الذاتية التي تتكون مع مرور الوقت ، المساندة الاجتماعية و الأسرية الذي يشكل دعما ليحافظ علي الاستمرارية والمستوي التعليمي الذي يكسب الفرد مهارة حل المشكلات ، و المعتقد الديني الذي يساعد الفرد علي مواجهة المحن و الشدائد ، فالمرأة الجزائرية المطلقة هي محور دراسة الطالبة لما لاحظته من نقشي ظاهرة الطلاق في البيئة المحلية ، و منه طرح التساؤلات التالية :

## 2- التساؤلات :

- ما مستوي المرونة النفسية لدي المرأة المطلقة ؟
- ما هي مصادر القوة التي تعتمد عليها المرأة المطلقة ؟
- ما هي أبرز أبعاد المرونة النفسية لدي المرأة المطلقة ؟

## 3- أهمية الدراسة :

- تتجلي أهمية الدراسة في أنها تلقي الضوء علي الاهتمام بالمرأة المطلقة من الناحية النفسية.
- تناولت هذه الدراسة جانب نفسي مهم و هو المرونة النفسية لدي المرأة المطلقة من خلال إبراز أبعاد المرونة النفسية لدي المرأة المطلقة.
- إبراز الجانب الايجابي في شخصية المرأة بعد طلاقها .

## 4- أهداف الدراسة :

- التعرف علي مستوي المرونة النفسية لدي المرأة المطلقة .
- التعرف علي مصادر القوة التي تعتمد عليها المرأة المطلقة الاكتساب المرونة النفسية.
- إبراز أبعاد المرونة النفسية لدي المرأة المطلقة .

## 5- التحديد الإجرائي لمصطلحات الدراسة :

**المرونة النفسية :** هي السيرورة النفسية و قدرة المرأة المطلقة علي المواجهة الايجابية لمواقف الصعبة و الضغوطات النفسية ، ومع إمكانية المرأة المطلقة من التكيف الايجابي مع مواقف الحياة المختلفة ، و التي سنكشف عنها من خلال استجابة المرأة المطلقة لبنود مقياس المرونة النفسية (EHR) Brien , et al (2008). de L'échelle de hardiesse / Résilience

**المرأة المطلقة :** هي المرأة التي انفصلت عن زوجها بقرار من قاضي ولاية بسكرة .

## 7- الدراسات السابقة :

### 1.7 : دراسات حول المرونة النفسية

#### دراسة فايذة عثمانى (2019)

بعنوان : المرونة النفسية الدراسية لدي الطالب الجامعي المعاق حركيا

هدفت الدراسة إلي التعرف علي مستوي و مصادر المرونة النفسية لدي الطالب الجامعي المعاق حركيا ، تكونت عينة الدراسة من 3 حالات استخدمت الطالبة في دراستها المنهج العيادي ، طبقت مقياس المرونة النفسية من إعداد L'échelle de hardiesse / Résilience

جميع الحالات من ولاية بسكرة و طلبة جامعة محمد خيضر .

و قد أظهرت النتائج :

- أن الطلبة الثلاث يتمتعون بمرونة نفسية مرتفعة .
- إن المصدر الغالب علي الحالات هو مصدر المساندة الأسرية .
- لا يوجد اختلاف في مصادر المرونة النفسية لدي الطلبة الجامعيين المعاقين حركيا باختلاف الجنس .
- الطالب الجامعي المعاق حركيا يتميز بمرونة نفسية مرتفعة .

## دراسة زهرة سعودي (2018)

## بعنوان : مستوى المرونة النفسية لدي الراشد مبتور الأطراف

هدفت الدراسة إلي معرفة مستوى المرونة النفسية لدي الراشد مبتور الأطراف تكونت عينة الدراسة من (3) حالات من مبتوري الأطراف بمدينة بسكرة , استخدم فيها المنهج العيادي و الأدوات التالية : المقابلة العيادية النصف الموجهة ، و الملاحظة العيادية و اختبار الروشاخ ، و مقياس المرونة النفسية لهيام عبد السلام 2017.

أهم النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة :

- لدي الراشد مبتور الأطراف مستوى مرتفع من المرونة النفسية
- و نجد أن الراشد مبتور الأطراف لديه مستوى مرتفع في كل من البعد الانفعالي ، الاجتماعي العقلي و الديني .

## دراسة جودي عربية (2018)

## بعنوان : المرونة النفسية و علاقتها بالرضا عن الحياة لدي النساء المتزوجات المصابات باضطرابات الغدة الدرقية

هدفت الدراسة إلي التعرف علي المرونة النفسية و علاقتها بالرضا عن الحياة لدي النساء المتزوجات المصابات باضطراب الغدة الدرقية , كما هدفت الي التحقيق من وجود علاقة ارتباطية بين المرونة النفسية و الرضا عن الحياة لدي النساء المصابات باضطرابات الغدة الدرقية .

و هدفت إلي معرفة مستوى المرونة النفسية , كما هدفت إلي التعرف علي وجود فروق دالة إحصائيا في المرونة النفسية لدي النساء المتزوجات المصابات باضطراب الغدة الدرقية ، و في الرضا عن الحياة لدي النساء المتزوجات المصابات باضطراب الغدة الدرقية يعزي لمتغير السن و فد تم الاعتماد علي مقياس المرونة النفسية و مقياس الرضا عن الحياة لمجدي الدسوقي (1996) ، حيث كان عدد أفراد العينة (30) امرأة متزوجة مصابة باضطراب الغدة الدرقية , و تم الاعتماد علي المنهج الوصفي الارتباطي و استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية لتحليل البيانات .

و التوصل إلي النتائج التالية :

- لا توجد علاقة ارتباطية بين المرونة النفسية و الرضا عن الحياة لدي النساء المتزوجات المصابات باضطراب الغدة الدرقية .
- مستوى المرونة النفسية لدي النساء المتزوجات المصابات باضطراب الغدة الدرقية مرتفع .
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المرونة النفسية لدي النساء المتزوجات المصابات باضطراب الغدة الدرقية يعزي لمتغير السن .
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا عن الحياة لدي النساء المتزوجات المصابات باضطراب الغدة الدرقية يعزي لمتغير السن .

#### دراسة رؤى صلاح قدوري ( 2016 )

بعنوان : تقديم المرونة النفسية لدى لاعبي بعض الألعاب الجماعية في مدينة الموصل في العراق.  
تكونت عينة الدراسة من (41) لاعبا ، استخدمت الباحثة في دراستها المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي.

طبقت مقياس المرونة النفسية من إعداد "عبد العباس عبد الرزاق العبود " .

- حيث توصلت الباحثة إلى نتائج أشارت إلى:  
أن جميع أفراد عينة البحث من اللاعبين المتقدمين من مدينة الموصل في الألعاب الجماعية (القدم، اليد، السلة) يتمتعون بدرجة عالية جيدة من المرونة النفسية.
- المرونة التي يتمتع بها أفراد عينة البحث لا تختلف بقيمتها ودرجتها من فعالية إلى أخرى.

#### دراسة سألما أنصير ديهوم (2016).

بعنوان : المرونة النفسية وعلاقتها بالتكيف الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بالفرع الغربي بمدينة زلتين.

تكونت عينة الدراسة من ( 262 ) طالبا وطالبة ، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي.

وطبقت مقياس المرونة النفسية من إعداد يحي عمر شعبان شقورة (2012) .

حيث توصلت الباحثة إلى عدة نتائج منها:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الأفراد العينة على إستبانة المرونة النفسية في الاختبار القبلي و البعدي.

دراسة يحي عمر شعبان شقورة (2012).

بعنوان : المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة.

تكونت عينة الدراسة من (600) طالب وطالبة ،استخدمت الباحثة في دراستها المنهج الوصفي التحليلي ، طبقت مقياس المرونة النفسية ومقياس الرضا عن الحياة من إعداد "مجدي الدسوقي ( 1998 ) .

حيث توصلت الباحثة إلى النتائج التالية:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المرونة النفسية وأبعادها الفرعية تغزي للمستوى التعليمي لآباء وأمّهات طلبة الجامعات.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المرونة النفسية وأبعادها الفرعية تغزي للترتيب الميلادي للطلاب وإخوته.

دراسة سعيد ألسويل ،وفتحي نصر(2012) .

بعنوان : الفرد بين مرتفعي ومنخفضي المرونة النفسية الإيجابية في بعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة.

تكونت عينة الدراسة من ( 232) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية بجامعة الباحة واعتمدت الباحثة في دراستها على عدة مقاييس منها مقياس المرونة النفسية ، تقدير الذات واتخاذ القرار.

حيث توصلت الباحثة علي النتائج التالية :

- عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في المتغيرات الثلاثة للمرونة الإيجابية وتقدير الذات واتخاذ القرار.

## 2.7 : دراسات حول المرأة المطلقة .

دراسة زكية بن الزين ( 2017 )

بعنوان : مستوى تقدير الذات لدى المرأة المطلقة لأسباب جنسية .

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى تقدير الذات لدى المرأة المطلقة لأسباب جنسية و ذلك باستخدام مقياس تقدير الذات لكوبر سميث بالاستعانة بمقياس التوافق الزوجي لمراد بقطاية ( 2000 ) .

استخدم في هذه الدراسة المنهج العيادي ، تكونت عينة الدراسة من (3) حالات من النساء المطلقات لأسباب جنسية اللاتي تراوحت أعمارهن ( 24 - 32 سنة ) بمدينة بسكرة .

أهم النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة :

- لدى المرأة المطلقة لأسباب جنسية مستوى تقدير ذات منخفض .

دراسة نصيرة عتروس (2016)

بعنوان : تقدير الذات لدى المرأة المطلقة .

هدفت الدراسة إلى مستوي تقدير الذات لدى المرأة المطلقة ، تكونت عينة الدراسة من (3) حالات من النساء المطلقات لمدينة بسكرة ، استخدم فيها المنهج العيادي ، حيث استخدمت الأدوات التالية :  
المقابلة العيادية النصف موجهة و مقياس كوبر سميث و اختبار إدراك مفهوم صورة الذات GPS

أهم النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة :

- تعاني المرأة المطلقة من سوء تقدير الذات .



### دراسة عابد أحمد (2015)

**بعنوان : الإحباط و علاقته بالطلاق المبكر لدى المرأة المطلقة .**

هدفت الدراسة إلى معرفة أوجه الاختلاف بين الطلاق و الطلاق المبكر ، حيث يكمن الاختلاف في مدة زمنية . كذلك هدفت الدراسة إلى محاولة التطرق للتأثير النفسي الذي يحدثه الطلاق المبكر و هو الإحباط ، و كذلك الكشف عن العلاقة ما بين الإحباط و الطلاق المبكر لدى المرأة المطلقة .

تكونت عينة الدراسة من (4) حالات من مدينة مستغانم و غليزان .

استخدمت في هذه الدراسة المنهج العيادي و تقنية دراسة الحالة التي تضم المقابلة و الملاحظة العيادية .

أهم النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة :

- لا توجد علاقة ايجابية ما بين الإحباط و الطلاق المبكر لدى المرأة المطلقة .
- لا يوجد اختلاف في درجة الإحباط حسب سن المرأة المطلقة ، و إنما الاختلاف تم من ناحية نمط و اتجاه الاستجابة بين الحالات .

### دراسة فضيلة نقايس (2014)

**بعنوان : الحاجات الإرشادية للنساء المطلقات**

هدفت الدراسة إلى الحاجات الإرشادية للنساء المطلقات في ظل الظروف الاجتماعية والاقتصادية والنفسية الصعبة التي تتعرض لها المرأة المطلقة .

تكونت عينة الدراسة من (87) امرأة مطلقة ببلدية ورقلة .

استخدمت في هذه الدراسة المنهج الوصفي الاستكشافي .

و كذلك هدفت الدراسة إلى الكشف عن الحاجات الإرشادية النفسية ، و المعرفية الاجتماعية والمعرفية المادية للنساء المطلقات و مدى تباينها بينهن من حيث مدة الطلاق و وجود الأبناء ، و المستوى التعليمي ، و مستوى الدخل .

أهم النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة :

- إن الحاجات النفسية أخذت أعلى نسبة ، ثم تليها الحاجات المعرفية المادية ثم الحاجات المعرفية الاجتماعية .
- توجد فروق بين النساء المطلقات في حاجتهن الإرشادية ، باختلاف مدة الطلاق و اختلاف وجود الأبناء لديهن ، وباختلاف مستواهن التعليمي ، و باختلاف مستوى دخلهن .

دراسة عديلة حسن ظاهر تونسي (2012)

بعنوان : القلق و الاكتئاب لدى عينة من المطلقات و الغير المطلقات في مدينة مكة المكرمة .

هدفت الدراسة إلى محاولة الكشف الفروق بين المطلقات و الغير المطلقات في متوسط كل من القلق والاكتئاب .

تكونت عينة الدراسة من (180) نساء مطلقات و غير مطلقات بمدينة مكة المكرمة .

استخدمت في هذه الدراسة المنهج السببي المقارن و تم تطبيق مقياس القلق و الاكتئاب .

أهم النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة :

- تعاني مجموع النساء المطلقات من درجة أعلى ودالة إحصائيا من القلق و الاكتئاب مقارنة بغير المطلقات .

### دراسة فقيه العيد (2011)

بعنوان : الآثار النفسية للطلاق .

هدفت الدراسة إلي تقسيم الوضعية النفسية و السيكوسوماتية لدي المطلقات و المطلقين و معرفة أي من الجنسين أكثر تأثرا بالطلاق من حيث الصحة النفسية .

كما هدفت الدراسة إلي تقديم حلول موضوعية علي شكل إجراءات وقائية تساهم بشكل أو بآخر في الحفاظ علي الصحة النفسية .

استخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي , اتبع الباحث طريقة المعاينة القصدية .

العينة : 40 مطلق , و 77 مطلقة .

الأساليب الإحصائية : النسب المئوية , معامل الارتباط , مقياس دراسة الفروق .

أهم النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة :

- تشغل المشكلات السيكوسوماتية و الاضطرابات الانفعالية الصادرة في قائمة مختلف المشكلات التي يعاني منها المطلقات و المطلقون و مستوى الثقة بالنفس منخفض لديهم .
- الطلاق في مرحلة متأخرة من الزواج أكثر تأثيرا علي الشخصية اذا ما قورن بالطلاق في المرحلة المبكرة من الزواج .
- يوجد فرق دال إحصائيا بين الجنسين من المطلقين من حيث الاضطرابات السيكوسوماتية والانفعالية لصالح النساء .
- يوجد فرق دال إحصائيا بين الجنسين من المطلقين من حيث مستوى الثقة بالنفس لصالح الذكور .

## التعقيب علي الدراسات السابقة

### 1- من حيث الأهداف :

هدفت معظم هذه الدراسات السابقة إلي معرفة العلاقة و الفروق بين المتغيرات ، أما دراستنا الحالية هدفت إلي معرفة أهم مصادر القوة التي تعتمد عليها المرأة المطلقة ، و كذلك لمعرفة مستوى المرونة النفسية لديها ، و هدفت الدراسة الحالية إلي كشف الجوانب الايجابية في شخصية المرأة المطلقة من الناحية النفسية و الاجتماعية و الانفعالية بعد طلاقها .

### 2- من حيث المنهج :

معظم الدراسات السابقة استخدمت المنهج الوصفي بأسلوبيه الارتباطي و المقارن ، أما الطالبة في هذه الدراسة استخدمت المنهج الإكلينيكي .

### 3- من حيث العينة :

يتراوح أفراد العينة في الدراسات السابقة ما بين (30- 600) فرد ، أما هذه الدراسة فقد تناولت 3 حالات من النساء المطلقات .

### 4- من حيث أدوات البحث:

استخدمت الدراسات السابقة استبيانات و مقاييس لقياس متغيرات الدراسة المتمثلة في (مقياس تقدير الذات ، مقياس الإحباط ، مقياس القلق ، مقياس الاكتئاب ) ، أما في هذه الدراسة استخدمنا المقابلة الإكلينيكية النصف موجهة و مقياس المرونة النفسية .

## الفصل الثاني

# المرونة النفسية

تمهيد

- 1 . تعريف المرونة النفسية
- 2 . بعض المفاهيم المرتبطة بالمرونة النفسية
- 3 . النظريات المفسرة للمرونة النفسية
- 4 . مصادر المرونة النفسية
- 5 . استراتيجيات بناء المرونة النفسية
- 6 . آثار المرونة النفسية

خلاصة الفصل

## تمهيد

تلعب المرونة النفسية دورا هاما في تحديد مدى قدرة الفرد على التكيف مع الصعوبات و المواقف الفاعلة التي تواجه الفرد في حياته ، ويفيد "الشر قاوي" بأن الشخص الصحيح نفسيا و الذي يمتلك اتزاناً انفعالياً هو الذي يمكنه السيطرة على انفعالاته بمرونة عالية والتعبير عنها بحسب طبيعة الموقف ، وهذا يساعد الفرد على المواجهة الواعية لظروف الحياة و أزماتها فلا يضطرب أو ينهار للضغوط و الصعوبات التي تواجهه وفي هذا الفصل سوف نتطرق إلى تعريف المرونة النفسية و أهم المصطلحات التي ذات علاقة بها والنظريات المفسرة للمرونة النفسية و مصادرها ، و إستراتيجيات بناء المرونة النفسية ، و أخيرا أثار المرونة النفسية .

## 1. تعريف المرونة النفسية:

بداية وجبت الإشارة بأن مصطلح **Résilience** تم ترجمته بعدة مفاهيم منها الجلد ، الرجوعية المناعة النفسية ، المرونة النفسية ... ، وقد نوهت بعض المراجع إلى توحيد المفهوم في الدراسات العربية ، وعليه سوف يتم التطرق إلى مفهوم المرونة النفسية في بعض المواطن انطلاقاً من المفاهيم الأخرى و التي ترجمت **La résilience** على أنه الجلد النفسي .

أصل الكلمة لاتيني "**Resilio Resiliere** " ولعل "**Salir** " يعني القفز إلى الأمام و الضمير "**Re** " يفيد التكرار وهي تعني "**Rebandir** " ، يضيف الفعل عناصر أخرى التقدم للإمام بعد مرض أو صدمة إجهاد يعني أنها مقاومة الأحداث الضاغطة و المحن ثم تجاوزها لمواصلة العيش بسلام .

أما "**Cyruinick Boris** " فيرى أن الجلد لا يعني القفز مرة ثانية في نفس المكان كأن شيئاً لم يحدث و إنما هو إعادة للوثب قريبا لمواصلة التقدم ، كما عرفه على أنه : " القدرة على النمو بالرغم من الأوساط الخطرة التي كان ليكون لها تأثير مهدهما " .

ويرى كل من : "**Stefan Vaanistendael** " ، "**Michel Manciaux** " ، "**Cyruinick Boris** " أن الجلد هو : قدرة الفرد أو الأنظمة ( جماعة أو عائلة ) على التطور الإيجابي و مواصلة التوجه البناء نحو المستقبل على الرغم من وجود الجرح الصدمي ، وتحدد مسار الجلد في الشخص بفعل التفاعل بين الفرد نفسه و محيطه .  
( مزريدي ، 2017 ، ص 27 )

أما الجمعية الأمريكية لعلم النفس 2014 (**APA**) **Ameican Association** فعرفت المرونة النفسية بأنها :

عملية التوافق الجيد و المواجهة الإيجابية للشدائد ، و الصدمات النفسية و النكبات أو الضغوط النفسية العادية التي يواجهها البشر مثل : المشكلات الأسرية ، مشكلات العلاقات مع الآخرين ، المشكلات الصحية الخطيرة ، ضغوط العمل ، المشكلات المالية . ( إسماعيل ، 2017 ، ص 295 )

كما يقدم قاموس أوكسفورد 1989 لكلمة الجلد " **Résilience** " إضافة إلى معناها العودة أو الرجوعية عدة تعريفات وهي :

1. هو عملية العودة إلى الحالة السابقة .
2. المرونة و قوة الحفاظ على الحالة المألوفة بعد التعرض لخطر أو الصدمة .
3. الأشخاص برغبة منهم يعودون إلى حالتهم بعد إصابتهم بالاكتئاب ، ويكونون في حالة نفسية طبيعية مليئة بالحيوية .

الجلد لا يحدث فقط بعد التعرض للأحداث الصادمة مثل : الزلازل و الأعاصير و فقدان أحد الأقارب وغير ذلك ، بل يحدث أيضا في حالات التعرض لضغوط الحياة و المرض و الطلاق وتغير الإقامة و البلد والوظيفة وغيرها . ( جار الله ، 2013 ، ص ص 114 . 115 )

إن المهتم بتحديد مفهوم المرونة النفسية ، يدرك أن أغلبها ذات طابع وصفي أكثر مما هو مفاهيمي ، إذ يرى **Jacques Lecomte (2004)** أنه لا وجود لنظرية المرونة النفسية ، بل ومن أجل توضيح هذا المفهوم يتطلب وضعه أمام الخلفيات النظرية المتعددة ، بمعنى حين نطلع على الإطار النظري المختلف والثري للذي حلل وقف على جميع العوامل التي لها علاقة سواء بطريقة مباشرة أو غير مباشرة بالمفهوم لدى مختلف الفئات العمرية ( أطفال ، مراهقين ، كبار السن ) لدى كلا الجنسين ، حينها سوف نتمكن من تحديد هذا المفهوم المتمس بالتناؤل في علم النفس . (حمودة و طاووس ، 2016 ، ص 5 )

### التعريف الإجرائي:

هي القدرة الايجابية على التكيف و التلاؤم على مواجهة المواقف الصعبة التي قد يتعرض لها الإنسان في حياته وتمكن من تخطيها وتجاوزها و القدرة على استعادة التوازن من جديد .

## 2. بعض المفاهيم المرتبطة بالمرونة النفسية :

1.2 . مرونة الأنا: يعرفها برمازي (1991): أنها القدرة على إعادة بناء الشخصية والقدرة على التشافي من المحنة .  
( أبو حلاوة ، 2013 ، ص 28 )

2.2 . قوة الأنا: هي القدرة على التكيف مع شروط الواقع و الاحتفاظ بأوضاع انفعالية متزنة ، و التوافق مع المطالب الاجتماعية و الاتزان و القدرة على التحكم في الانفعالات و في التعبير عنها في المواقف الغضب ، و مواقف الرضا ، وعند الخوف ، وتحقيق الصحة النفسية

( شقورة ، 2012 ، ص 12 )

3.2 . المناعة النفسية : قدرة الفرد على مواجهة الأزمات و الكروب و تحمل الصعوبات و المصائب و مقاومة ما ينتج عنها من أفكار و مشاعر ، غضب و سخط و عداوة و بأفكار بأس و عجز و انهزامية و تشاؤم .  
( جودي ، 2018 ، ص 32 )

4.2 . التفكير الايجابي : هو التفاؤل و الإحساس بالقدرة على النجاح حيث أن التفكير بالفشل مقدمة للوصول إليه والتفكير بالنجاح سبب لإدراكه ونيله .  
( شقورة ، 2012 ، ص 13 )

5.2 . الهدوء الانفعالي : هو القدرة على مواجهة الظروف المختلفة في الحياة الحسنة منها و السيئة بالشجاعة و الحزم و البهجة و الانشراح .

6.2 . الاتزان الانفعالي : هو قدرة الفرد على التحكم و السيطرة على تفاعلاته المختلفة و لديه مرونة في التعامل مع موافق و أحداث الجارية بحيث تكون الاستجابات الانفعالية مناسبة للمواقف التي تستدعي هذه الانفعالات .  
( فهمي ، 1995 ، ص 16 )

7.2 . الثبات الانفعالي : هو التعايش مع الأحداث و المواقف بالثبات النسبي ، مع القدرة على ضبط النفس و استقرار الحالة المزاجية ، و الاعتدال في إشباع الحاجات النفسية و البيولوجية .

( فهمي ، 1995 ، ص 17 )



**8.2 . التوافق الايجابي :** هو قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه و هذا ما يؤدي به إلى التمتع بحياة خالية من التأزم و الاضطرابات ، يعني أن يرضى الفرد عن نفسه ، أن يتقبل ذاته كما يتقبل الآخرين .  
( فهمي ، 2012 ، ص 17 ، 18 )

**9.2 . القدرة على التكيف :** هو تلك العملية الديناميكية المستمرة التي تهدف بها الشخص إلى أن يغير سلوكه ، ليحدث علاقة أكثر توافقاً بينه وبين البيئة ، ويعرف أيضاً بأنه القدرة على تكوين العلاقة المرضية بين المرء و بيئته .

**10.2 . الصلابة النفسية :** هي مجموعة من الخصائص النفسية تشمل متغيرات الالتزام ووضوح الهدف و التحكم و التحدي للحفاظ على الصحة النفسي .  
( أرجايل ، 1992 ، ص 117 )

### 3 . النظريات المفسرة للمرونة النفسية :

#### 1.3 . نظرية التحليل النفسي :

في بدايات التحليل النفسي لم يستعمل مفهوم الجلد في التحليل النفسي كما هو متعارف عليه حالياً ويمكن تصنيفه حسب فرويد و فيرنيتزي مع ما يعرف بآليات الدفاع و الارصال النفسي في حالة صدمة بينما اعتبر أن مدعم المرونة النفسية عنصر أساسي في تطوير هذه القدرة ، ويرى ( ليفزولو ودي تشي 2005 Lighazzolo et Datycheyy ) أن دور مدعم الجلد يتمثل في إعادة بناء الأنا الأعلى و الأنا المثالي للفرد بعد إصابتهما أثناء الحدث الصدمي ، مما يساعد على التهامي مع نماذج جديدة و أهداف جديدة ، من خلال استدخال عدد من القيم .

وبينما يؤكد ( ماركي 2007 Markey ) أن ما يمكن اعتباره مدعماً للمرونة النفسية يحمله الفرد في ذاته و بداخله من اعتقاد و قناعات تدخلت في تكوين شخصيته ، وهو السند في الأوقات التي يتعرض لها للمحن و الصدمات ، فيلجأ إليها ليستمد منها قوته و مخزونه المتراكم الذي اكتسبه خلال مراحل حياته .

( جار الله ، 2013 ، ص 115 . 116 )

#### 2.3 . النظرية السلوكية :

تهتم المدرسة السلوكية بالسلوك القابل للقياس ولا تتشغل بالشخصية ، بينت النظرية السلوكية على أساس من البحوث التجريبية العملية بهدف تفسير السلوك الإنساني ، من أبرز أقطاب هذه النظرية بافلوف (Pavlov) وسكينر ( F. B Skinner ) أو تعد الشخصية في رأى سكينر خيالا أو وهما في جوهرها فالناس يرون ما يفعله الآخريين ويستنتجون الخصائص ( الدوافع . السمات . القدرات ) الموجودة أصلا في ذهن صاحبها وأن الاستعدادات الداخلية تفسيرات غير كافية للسلوك ، والدوافع والانفعالات لا تدخل في حسابات سكينر ، لأنها من وجهة نظره لا يمكن ملاحظتها ثم لا يمكن التعامل معها ما دمنا قادرين على رؤيتها وأنه يجب تحويلها إلى متغيرات سلوكية قابلة للملاحظة .

إن المرونة النفسية من وجهة نظر السلوكيين تتطلب الكافية و السيطرة على الذات ، القدرة على قمع السلوكيات التي لم تعد من المعززات الايجابية ، تعلم السلوكيات الفاعلة في بلوغ الأشياء الجيدة ، وتحقيق من هذه المرونة إذا استطاع المرء أن يكشف الشروط و القوانين الكامنة في الطبيعة و المجتمع التي يستطيع المرء على وفقها سد احتياجاته و تجنبها .

( أبو علية ، 2017 ، ص 45 )

### 3.3 . النظرية الانسانية :

إن الشخصية السلمية المرنة بنظر روجرز Rogers دالة على الانسجام بين الذات و الخبرات فالأشخاص الإحصاء نفسيا قادرين على إدراك أنفسهم وبيئاتهم كما في الواقع وهما منفتحون بحرية كل التجارب لأن أي واحدة من هذه الخبرات لا تشكل تهديدا للذات لديهم ، وهم أحرار يحققوا ذواتهم في السير قدما ليكونوا أشخاصا متكاملين في أداء مهامهم وليس بالضرورة أن يغيروا وجه العالم بل يكفي أن يكون مبدعا حتى ولو في شيء صغير .

وحدد Coats Worth المرونة في أنها المحافظة على الكفاءة في سياق التحديات الكبيرة من أجل التكيف أو التطور ، فيشير للمرونة في ضوء مصطلح تحقيق الذات على أنها النتيجة الملاحظة ما بين الأفراد ليكونوا مرنين و التي تعكس خصائص الأشخاص المحققين لذواتهم في :

- ✓ لديهم إدراك الواقع .
- ✓ يظهرون قبولا لأنفسهم و الآخرين و الوضع المحيط بشكل عام.
- ✓ لديهم استقلال نسبي عن البيئة .
- ✓ يطورون علاقات قوية مع أفراد قليلين محققين لذواتهم .
- ✓ لديهم تمييز أخلاقي بين الوسائل والغايات .
- ✓ لديهم روح دعاية غير عدائية .

( أبو القمصان ، 2017 ، ص 34 )

### 4.3 . النظرية النفس اجتماعية :

باعتبار الفرد يعيش داخل جماعة ، ولا يمكن أن يعيش في غنى عن العائلة و الجو الأسري فالإنسان بطبعه اجتماعي فمن بين الدراسات التي حاولت دراسة الجلد من منطلق نفسي اجتماعي تلك التي قام بها **J. Tebes** من خلال دراسة علاقة ظهور الاضطرابات النفسية لدى أطفال الأمهات المضطربات عقليا وأظهرت أن نجاح المهام الأبوية هي أساس لهيكله الجلد.

و إذا أخذ الجلد من منطلق أنه نتيجة لتفاعل العوامل الداخلية للفرد مع ما يشمله المحيط من عوامل حماية وخطر ، فنجد أن العديد من الباحثين أقروا بأن الجلد يعتمد على نجاعة الفعاليات الاجتماعية المختلفة ، ونجد أن **Garmezy** تحدث عن الكفاءة الاجتماعية التي تستند على النتيجة الفعالة لنجاعة شخص في سن معين ، في سياق أو مجتمع محدد ، في فترة معينة ، كما نجد أن **A.Maslen** من بين الباحثين الذين حاولوا دراسة الجلد داخل نسق نفسي اجتماعي ، والتي تساءلت كيف رغم الشدة يكتسب الفرد و يحافظ أو يسترجع الفعالية في المحيط ؟

من خلال ما سبق لقد تبين ان الجلد لا يمكن دراسته من جانب النموذج الخطي ، بل تتطلب دراسته من منظور متعدد الأبعاد تفاعلي تصالحي ، و لا يمكن أن يتحقق هذا إلا من خلال مقارنة إيكولوجية ، نسبية فمجرد أن عوامل الحماية و الخطر من جهة على عدة مستويات ( فردية - عائلية- طائفية اجتماعية ... ) . ومن جهة أخرى تفاعل يضمن نظرة كلية و تصالحية تساهم في تحسين فهمنا للجلد وتفتح منظور هام للحماية و التدخل و هو المقارنة النسقية أو الايكولوجية . ( مزردى ، 2017 ، ص 37 - 38 )

### 4.3 . النظرية الايكولوجية أو النسقية :

بنيت هذه النظرية أو المقاربة على التفاعل بين مختلف الأنساق الاجتماعية ( عائلة ، جماعة ، جيران أصدقاء ، مدرسة ... ) وقد كان ظهور التيار الايكولوجي ثريا فقد ألح على بعض الفرضيات البحث في علم النفس النمو و الصحة العقلية و الجسدية ، كفريضة عوامل الخطر و عوامل الحماية التي تخص الأشخاص من جهة ومن جهة أخرى الأوساط أو الإطار الذي تحدده ، و في هذا النموذج أجذت عوامل الحماية وهي العوامل التي تساعد الفرد على مقاومة وتحسين المخاطر التي يتعرض لها - الحظ الأوفر و يتعلق الأمر

بفهم طبيعة العلاقات الداخلية المعقدة التي تربط الشخص بمحيطه و في هذا السياق اقترح Tousignant نموذج ايكولوجي للجدل لتفاعل الشخص و المحيط .

و على هذا الأساس اقترح دائرة من الأسباب مترابطة و متماسكة في بعضها البعض حيث يأخذ علاقة التفاعل بين الشخص و محيطه الخارجي في تفعيل سيرورة الجدل لديه . ( مزدي ، 2017 ، ص 38 ) .

و لقد رأى Tousignant أن الطبيعة النسقية للجدل أو الايكولوجية الاجتماعية للجدل تحدث بتحليل التفاعل بين مختلف الأنساق التي تحيط بالطفل عوض التمرکز حول مفهوم الجدل التي تتموضع داخل منظور الفردي ، هذا التحليل انطلق من مسلمة أن النمو ناتج عن التفاعل بين مستويات الأنساق التي تتحكم سواء كانت الخصائص الداخلية للفرد أو العائلة أو العشيرة ، أو الثقافية و النسق السياسي هذه النظرية فسرت لنا دور كل نسق في النمو ، و المحافظة على التكيف الناجح حيث تعد العائلة مركز الحماية النفسية للفرد ، أما المحيط و المحافظة على التكيف الناجح حيث تعد العائلة مركز الحماية النفسية للفرد أما المحيط الاجتماعي فله دور في التكيف أمام المحن و الصدمات المختلفة كالمرض وغيرها ، ولا سيما الأفراد المحيطين بالشخص و الذين لديهم تأثير على تطوره النفسي و الاجتماعي و الثقافي ، أما عن الثقافة و المجتمع فهما دور في بناء شخصية الفرد من خلال تأثيره بثقافة معينة أو فكر سياسي و ايدولوجي معين .

( مزدي ، 2017 ، ص 39 )

إذن يتبين لنا من خلال هذه النظرية أن المرونة النفسية تتشكل لدى الفرد نتيجة لتفاعل مجموعة من العوامل النفسية للفرد مع مختلف العوامل المحيطة به من أسرة و أصدقاء و مدرسة وغيرها .

#### 5.4 . نظرية التعلق:

عند التعرض لنظرية التعلق لأعمال " بولبي " " J. bowlby " و الذي يعرف التعلق على أنه : نزعة فردية داخلية لدى كل إنسان تجعله يميل إلى إقامة علاقة عاطفية حميمة من الأشخاص الأكثر أهمية في حياته ، تبدأ من الولادة و تستمر مدى الحياة ، و يرى بولبي أن الفرد الذي يتمتع باهتمام منذ نعومة أظفاره يتمتع بالثقة بالنفس ، و يكون قادراً على تقديم المساعدة للآخرين ، و يصبح أقل عرضة للاضطرابات النفسية ، بالإضافة إلى أن الاهتمام و الرعاية يزيد من قوة الطفل على مواجهة الضغوطات التي يتعرض لها في حياته ، و يكون قادراً على حل مشاكله .

فطبيعة التعلق لدى الأطفال مع الأم أو بديلها يكمن أن تحدد من خلال استجابات الأم لأطفالها وطريقتها في الاهتمام و الرعاية و الحماية ، وقد قسمت " انيزورت " أنماط سلوك التعلق إلى أربعة أنواع مختلفة هي :

➤ **التعلق الأمن :** هنا يكشف محيطه مع الابقاء على اتصال بالأم ، و عند ذهابها يظهر الانزعاج وعند عودتها يظهر فرحه وترحيبه بها ، ثم بعد فترة و جيزة يعود للعب .

( بوحجاز ، 2016 ، ص 35 )

هذا النوع من التعلق يحصن الطفل ضد أي هزات مستقبلا في العلاقات ، فالتعلق الأمن يلاحظ عند أطفال يكونون أكثر ثقة بأنفسهم عندما يدخلون على المدرسة .

وهذا النوع من التعلق يرجع إلى سلوكيات الأم مع الطفل منذ الأشهر الأولى ، والتي تميزت بالاهتمام والاستجابة المطابقة لحاجاته و التفاعلات الجيدة وجها لوجه .

➤ **التعلق المجتنب évitant**

➤ **التعلق المتناقض Ambivalent**

➤ **التعلق المضطرب Désorganisant**

وحسب أعمال " فوناجي و آخرون 1994 " ترتبط قوة المرونة النفسية بالتعلق الأمن ، وأكدت على أنها قاعدة التعلق الأمانة ، تلعب دورا كبيرا في التوافق النفسي اللاحق للطفل ، قدرته لدعم أو إعاقة تعديل الوجدانات التابعة للتمثل الذي يقوم به الموقف الوالدين تجاه وجداناته الخاصة التي يصدرها في عمر لا يملك فيه الطفل الكلمات كي يعطيها معنى يتم الارصان من خلال الرمزية التي يقدمها الوالدان ، و استعمل " فوناجي " اصطلاح " وظيفة التفكير الذاتي " ليعرف التعقيل و يشرحها على أنها القدرة على الاهتمام بالحالات العقلية وفهم وتحديد سلوك الشخصي .

وهنا يمكننا القول أن التجارب العلائقية هي أساسية في بناء المرونة النفسية .

( بوحجاز ، 2016 ، ص 36 )

#### 4 . مصادر المرونة النفسية :

#### 1.4 . الأسرة:

إن تعزيز وتنمية الجلد لدى الأطفال يتطلب بيئات أسرية التي تمثل أساس للرعاية و التربية و تنظيمها مما يجعل الأمل كبير بأن يكون سلوك الطفل يتميز بقدرة الجلد ، ومن ذلك تشجيع الأعمال الجيدة التي يقوم بها الأطفال و جعلهم يحسون بالمشاركة ، في حياة الأسرة وأن لهم دور فيها ، أغلب الأطفال الذين لديهم قدرة الجلد مرتفعة ، نجد لديهم علاقة قوية على الأقل مع واحد من أفراد العائلة الكبار و ليس دائما مع أحد الوالدين ، كون هذه العلاقة تساعد كثيرا على تقليص الخطر المرتبط بحالات تصدع الأسرة .

لقد أوردت بينارد (Bénard ، 1991) أنه على الرغم من الطلاق الذي ينشأ عنه ضغوط نفسية ، إلا أن توفر الدعم من الأسرة ومن المجتمع ، فإنه يقلل كثيرا من درجة الضغط و يحقق نتائج إيجابية ، أي لدى العائلة التي تؤكد على قيمة الأعمال المساندة ، وقيمة رعاية الأخوة أو الأخوات و مساهمتهم جزئيا في دعم الأسرة ، يساعد على تعزيز القدرة على التكيف و إبداء في قدرة الجلد عند التعرض لأحداث صدمية مولدة للضغوط أو التعرض للصعوبات بشكل يومي . ( جار الله 2013 ، ص ص 123 . 124 )

#### 2.4 . الشخصية :

حددت رابطة علم النفس الأمريكية ( A P A ) مجموعة من المحددات التي تؤدي إلى بناء وهيكلة الجلد واقترحت عشرة طرق تساهم في ذلك وهي بمثابة مصادر ذاتية تمثلت في :

- الحفاظ على علاقات جيدة مع أفراد العائلة المقربين و الأصدقاء و غيرهم .
- تجنب رؤية الأزمات و الأحداث الصادمة و الأحداث التي لا تطاق .
- تقبل الظروف التي لا يمكن للشخص تغييرها .
- وضع أهداف واقعية والسعي لتحقيقها .
- اتخاذ قرارات حاسمة إزاء المواقف ذات التأثيرات لسلبية .
- البحث عن فرص لاكتشاف الذات بعد التعرض و مقاومة الصدمة .
- تنمية الثقة بالنفس .
- الحفاظ على منظور طويل الأمد والنظر للأحداث الصادمة ضمن سياق أوسع .
- الحفاظ على التفاؤل و توقع الأشياء ايجابية ووضع تصور للأمال و الأمنيات .
- الرعاية والعناية بالجانب النفسي و البدني مع ممارسة الرياضة بشكل منتظم ، مع الاهتمام بالحاجات و المشاعر و الانخراط في أنشطة ممتعة .

( مزودي ، 2016 ، ص 47 )

### 3.4 . المدرسة :

يعد الأطفال الذين يميزوا ببناء قدرة الجلد كما وضعهم ( جرمزي ، 1974 Garmezy ) أنهم أخذوا قسطا من الدراسة و اللعب بشكل جيد ولديهم الآمال الكبيرة ، مع مراقبة احترام الذات من خلال التحكم الذاتي والكفاءة الذاتية التي يبديونها ، و قد خلص ( بينارد ، 1991 Bénard ) إلى أن الأطفال الذين لديهم توقعات عالية حول مواجهة المصاعب ، و لديهم معنى للحياة و رسموا الأهداف ، وثقة في النفسيتين أنهم اكتسبوا مهارات حول المشاكل ، كل هذه المصادر التعليمية تعمل معا لمنع ظهور السلوكيات المدمرة المرتبطة مع العجز المكتسب لدى الأطفال الذين عانوا من أنواع العوز، بينما حدد ( وانغ و اخرون 1994 ) " التكيف أبعاد " بأنها عملية نفسية حيث يمكن للفرد أن يقف بعيدا عن أفراد الأسرة و الأصدقاء بالأساس من أجل تحقيق أهداف البناء والنهوض بالتنمية النفسية له و لها تبتعد إلى الكلية بعد المدرسة الثانوية هو وسيلة لممارسة أبعاد التكيفية . ( جار الله ، 2013 ، ص 124 . )

وقد اتضح في الفصول التي يقدم فيها للطلاب فرص المشاركة في بنية التعلم و التعاون لها دور في تحديد الأهداف و التوقعات العالية لتحصيلهم الدراسي ، كما يساعد ذلك الطلاب على تنمية الشعور لديهم بالانتماء وتعزيز المشاركة ، هذه الخصائص تعمل أيضا على تخفيض مشاعر الاغتراب و الانفصال عن المجتمع .

وهذا النوع من التواصل في المدرسة سوف يكون درع واقى ضد الظروف الصعبة و الأخطار التي يمكن أن يتعرض لها في الحياة ، المجتمع المدرسي يبني علاقات مهمة جدا ، و يمنح المزيد من المعارف لتلبية الحاجات النفسية الأساسية للطلاب و لأسرهم . ( جار الله ، 2013 ، ص 125 . )

### 4.4 . المجتمع :

للمجتمع دور كبير في بلورة الجلد لدى الفرد حيث يرى بيرنار ( 1991 ) أن هناك ثلاث خصائص تتميز بها المجتمعات المحلية وهي :

- ❖ وجود المنظمات الاجتماعية التي توفر موارد متنوعة للأفراد .
- ❖ احترام وثبات المعايير الاجتماعية بحيث أن جميع أفراد المجتمع يتقيدون بالسلوك المرغوب فيه .
- ❖ منح الفرص للأطفال و الشباب للمشاركة في المجتمع ، كأعضاء فاعلين ما يعزز لديهم الجانب الذاتي .

إن الفرد يحظى بمساندة اجتماعية في طفولته قادر على تقديم المساعدة للآخرين ، و كذا قدرته على مواجهة مختلف مصاعب الحياة في المستقبل ، كما أن الفرد الذي يحظى بمساندة من مجتمعه يحس بالاستقرار و الطمأنينة ما يخلق لديه قدرة على مواجهة المشقة ( مزودي ، 2017 ، ص 48 )

#### 5.4 . المعتقد الديني :

يتمثل التوجه الديني في مجموعة من القيم و المعايير الأسرية و الاجتماعية التي يتقاسمها أفراد الجماعة فهم يؤدون نفس المراسيم التي تقام على مستوى الأسرة أو لجماعة ، و للأفراد نفس التقاليد و الأعراف هذه العوامل لها دور في إعادة إصلاح الخلل والسعي لمواجهته ، لتجاوز المحن و الظروف الصعبة يستند الأفراد إلى الدين و المعتقدات و العادات و التقاليد و كل ما يبرز جانبهم الروحي .

من خلال دراسة عبر الثقافات ( كلارندو . أوليفرا ، 2006 ، Clarindo Oliveira ) أجريت على عدد من الجماعات الثقافية فقد توصلت إلى أن الدين و العادات و التقاليد تلعب دور رئيسي في مساعدة الذين يعانون أحداث الحياة الضاغطة و الاستمرار في إعطاء معنى للحياة ، فالدين معاملات وتوثيق للروابط التي تكون بمثابة أرضية لتطور الجلد حيث يعتبر الدين من القواعد الأساسية التي تشكل بناء الانسان النفسي والاجتماعي و الروحي ، ومصدر الطمأنينة و التكيف مع الواقع ، الالتزام الديني وفي مقدمتها الصبر ويعتبر بمثابة صناعة نفسية و مصدر استقرار نفسي . ( جار الله ، ص ص 124 . 125 )

#### 5 . استراتيجيات بناء المرونة النفسية :

قدمت الجمعية الأمريكية لعلم النفس طرقا لبناء المرونة النفسية هي :

- العلاقات الاجتماعية الايجابية مع الآخرين بصفة عامة و أعضاء الأسرة والأصدقاء بصفة خاصة .
- تجنب الاعتقاد بأن الأزمات أو الأحداث الفاعلة مشكلات لا يمكن تجنبها.
- تقبل الظروف التي يمكن تغييرها .
- وضع أهداف واقعية و الاندفاع الإيجابي باتجاه تحقيقها .
- التطلع لفرص اكتشاف الذات .
- تنمية الثقة في الذات .
- الحفاظ على روح التفاؤل و الاستبشار و توقع الأفضل.

( الأحمدي ، 2007 ، ص 25 )



➤ رعاية المرء لعقله وجسده وممارسة تدريبات منتظمة مع الانتباه لحاجات فضل عن الاندماج في أنشطة الترفيه و الاسترخاء و إمتاع الذات و التعلم من الخبرات السابقة .

( الأحمدي ، 2007 ، ص 26 )

## 6 . آثار المرونة النفسية :

### 1.6 . النظرة الإيجابية للحياة :

كلما كان الإنسان متحملاً بخاصية المرونة كان أكثر إيجابية في تعامله مع ما يدور حوله من موجودات فالنظرة الايجابية في الحياة هي التي تحدد مكانته وقيمه الاجتماعية في الحياة لأنها سبب في العمل والحركة وعامل في الفاعلية ، و العزم فالنظرة إلى الأشياء عند الفرد ينبغي أن تتسم بالإيجابية التي لا تعرف إفراطاً و لا تفريطاً مثل هذه النظرة المعتدلة ستمكّنه من التفاعل مع الواقع بثقة و حزم و فاعلية و عزم لأنه يدرك أنه هو الصانع للأحداث و المؤثر في الوقائع ، و أن عليه تقديم العمل الصائب ليحصل على أحسن النتائج ، أما إذا اختلفت النتائج فسيكون مطمئناً راضياً بقدر الله وقضائه .

### 2.6 . الاستمرارية في العطاء :

إن العمل المنقطع لا يؤتي ثمرته ، و إن العمل المتكرر يؤثّر الكآبة ، و الإنسان المرن يكتسب استمرارية لا تعرف الانقطاع و عمله لا يعرض الكآبة و الملل ، فهو يواصل العمل بهمة و حماس و روح إتقان في عطاء متجدد ، و ما ذلك إلا أنه مرّن في استخدام وسائله ، فهو دائم التنقل بين وسيلة و أخرى .

### 3.6 . الصحة النفسية :

من آثار المرونة النفسية تحقيق الصحة النفسية ، و تعرف الصحة النفسية بأنها حالة إيجابية تتضمن التمتع بصحة العقل و سلامة السلوك ، و ليست مجرد غياب أو الخلو أو البرء من أعراض المرض النفسي .  
( زهران ، 2005 ، ص 9 )

فالشخص المعافى يجب أن يتمتع بالصحة العقلية و النفسية أيضاً ، و بالتالي يكون قادراً على التفكير بوضوح ، و على حل المشكلات المختلفة التي تواجهها في حياته ، و أن يتمتع بعلاقات جيدة مع أصدقائه و زملائه ، و مع أسرته ، و أن يشعر بالراحة الطمأنينة و أن يحمل السعادة إلى الآخرين في المجتمع وهذه النواحي الصحية هي التي يمكن أن تعتبر صحة نفسية .  
( باتل ، 2008 ، ص 3 )

فالشخص المتمتع بالصحة النفسية لا يخلو تماما من التوتر أو مشاعر الذنب ولكن هذه المشاعر لا تستحوذ عليه و لا تغمره فهو قادر على أن يكون حرا من سطوة قيودها أو على مواجهتها بطريقة بناءه في معظم الأحوال يستطيع حل مشكلاته دون إخلال بتركيبه الداخلي .

( منصور ، 2014 ، ص 11 )

#### 4.6 .الاتصال الفعال :

إن الإنسان منذ مجيئه إلى هذه الحياة و هو يقوم بعملية اتصال سواء أراد ذلك أم لم يرد ، و هذا الاتصال هو الذي يكون العلاقات الإنسانية ، الإنسان المرن لديه القدرة على تقبل الآخرين ، أما الإنسان الذي يفقد المرونة فهو كثير الاصطدام مع أفكار الآخرين و مشاعرهم و ضعيف القدرة على التفاعل معهم .

( عبد صعبة ، 2016 ، ص 30 )

**الخلاصة:**

من خلال ما تم تقديمه في هذا الفصل يتضح لنا مدى تقديمه في هذا الفصل يتضح لنا مدى أهمية المرونة النفسية لكونها تحدد درجة تمتع الفرد بالصحة النفسية السوية و التي بدورها تؤثر على مسار الحياة المستقبلي للفرد ، و تعتبر المرأة المطلقة أحد مكونات المجتمع ، والتي تساهم في العديد من النجاحات وتحقق العديد من الأهداف ، فلا بد من توافر قدر عالي من المرونة النفسية لدى المرأة المطلقة لتمكنها من اجتياز العقبات التي تتعرض لها في حياتها اليومية من خلال القدرة على إحداث التكيف اللازم لمواجهتها بنجاح .

## الفصل الثالث

# سيكولوجية المرأة المطلقة

تمهيد

- 1 . تعريف الطلاق
  - 2 . رؤيا نفسو اجتماعية لظاهرة الطلاق
  - 3 . المقاربة النفسية للطلاق
  - 4 . آثار الطلاق عل المرأة الجزائرية
  - 5 . نظرة المجتمع الجزائري للمرأة المطلقة
- خلاصة الفصل

**تمهيد:**

إن الطلاق هو مؤشر واضح لفشل نسق الأسرة ، هو ذلك التفكك الذي يحدث بين الزوجين كإنهاء لحياتهما الزوجية التي تعتبر عن عدم قدرة الزوجين على الاستمرار و الديمومة وتعذر الحياة مع بعضهما البعض ، و يترك هذا الحدث آثار سلبية على الزوج و الزوجة و الأولاد ، بالرغم من أنه فشل في العلاقة الزوجية يعتبر في بعض الأحيان علاج ينهي الخلافات و يقضي على النزاع و التنافر الطباع بين الزوجين يعود هذا الطلاق بالآثار الايجابية للمرأة سنحاول في هذا الفصل التعرف على سيكولوجية المرأة المطلقة في البيئة الجزائرية من خلال التطرق إلى تعريف الطلاق و رؤيا نفسو اجتماعية لظاهرة الطلاق ، والمقاربة النفسية للطلاق و آثار الطلاق على المرأة الجزائرية و أخيرا نظرة المجتمع الجزائري للمرأة المطلقة .

**1. تعريف الطلاق :****1 - 1. تعريف الطلاق لغة :**

معناه رفع القيد مطلقا ، أي سوا كان حسيا أو معنويا ، فكما يقال في اللغة طلقت المرأة أي رفعت قيد الزواج المعنوي عنها ، و قال ابن عابدين الطلاق هو لغة رفع القيد ، لكن جعلوه في المرأة طلاقا وفي غيرها إطلاقا .  
(بحانة ، 1982 ، ص 7 )

**1 - 2 . تعريف الطلاق اصطلاحا:****التعريف الشرعي:**

**الطلاق شرعا هو:** رفع القيد الزواج الصحيح في الحال أو في المال بلفظ ذلك صراحة أو كتابة أو بما يقوم مقام اللفظ في الكتابة و الإشارة .

أي أن قيد النكاح يرفع في الحال ، إذا كان الطلاق بائنا ، ويرفع قيد النكاح في المال إذا كان الطلاق رجعيا

وقد أقرت الشريعة الإسلامية الطلاق لحكم منها :

قد تكون الزوجة عقيما و الرجل يريد نسلا ، وطلب النسل مشروع وهو الهدف الأول من الزواج ، ولا ترضى الزوجة أن يضم إليها أخرى ، ولا يستطيع هو أن ينفق على زوجتين وبالمثل قد يكون بالزوج عيب يمنع وجود النسل ، وهي تتوق لإشباع غريزة الأمومة فلا سبيل إلا الطلاق .

( معن ، 2000 ، ص 214 )

وقد يكون الزوج سيئ العشرة خشن المعاملة لا يجدي معه النصيح ، وقد تكون هي كذلك فلا مفر من الفراق.

### 1 - 3 الطلاق القانوني :

عرف المشرع الجزائري الطلاق في المادة 48 من قانون الأسرة بقوله : " الطلاق حل عقد الزواج ، ويتم بإرادة الزوج أو بتراضي الزوجين أو بطلب من الزوجة في حدود ما ورد في المادتين 53 و 54 من هذا القانون " .  
( الشيخ شمس الدين 2003 ، ص 221 )

واستعمل المشرع كلمة " حل " التي تشمل طرق انحلال الزواج أو صور الطلاق سواء بالإرادة المنفردة أو بالتراضي أو بواسطة الحكم القضائي وهو ما ذهب إليه المشرع المغربي في المادة " 44 " من المدونة.

بقوله : " الطلاق هو حل عقد نكاح بإيقاع الزوج أو وكيله أو من فوض له في ذلك أو الزوجة إن ملكت هذا الحق أو القاضي " ويقع الطلاق حسب مادة 46 من نفس القانون باللفظ المفهم له و بالكتابة ويقع مع العاجز عنهما بإشارته المعلومة ، كما أن المادة 45 من القانون المغربي توضح أن محل الطلاق : المرأة التي في نكاح صحيح أو المعتمدة من طلاق رجعي ، و لا يصح على غيرها الطلاق و لو معلقا .

( بلحاج ، 1994 ، ص 208 )

### 1 - 4 التعريف النفسي:

يرى علماء النفس أن معظم حالات الطلاق ترجع إلى عوامل لا شعورية تدخل في علم النفس المرضى أو أن الشخص الذي لا يرى حلا للأزمات الزوجية إلا عن طريق الطلاق ليس بالشخص السوي ، و أن السبب الجوهري الذي يجعله يفكر في الطلاق ثم يهدد به و أخيرا ينفذه هو سبب مرضى في نفسه ، يتمثل في عدم نضجه العاطفي ، الانفعالي ، فالزوج المريض نفسيا يستخدم في حياته الزوجية نفس الأساليب الخاطئة التي اعتاد استخدامها من قبل كعدم الثقة و الخوف من المسؤولية ، حب التملك و الغير التي تدفعه في النهاية إلى الطلاق .

( كمال ، ص 66 )

### 1 - 5 التعريف الاجتماعي:

الطلاق هو انفصال عملية الزواج بسبب منصوص عليه دينا و شرعا و قانونا و من أهم الأسباب التي تجيز طلب الطلاق هو الزنا ، الهجران لعدة سنوات و القسوة و الجنون الذي يكون من الميئوس شفاؤه.

( شلبي ، ص 13 )

ونستنتج من التعارف السابقة بأن الطلاق هو إنهاء العلاقة الزوجية بحكم الشرع و النظام و المرأة المطلقة هي التي انفصلت عن زوجها لأي سبب من الأسباب .

## 2. رؤيا نفسو اجتماعية لظاهرة الطلاق :

يذهب علماء الاجتماع إلى أن الطلاق مرض اجتماعي خطير يهدد كيان المجتمع و الأسرة و الأفراد و قد لوحظ أنه كلما أصبح الطلاق ميسورا كلما زاد استهتار الناس بالزواج كنظام اجتماعي ، ومن هنا تزايدت معدلات الطلاق في العالم العربي و الغربي نتيجة تخفيف القيود الزوجية ، و تسير أسباب الطلاق فضلا عن معرفة الناس بالقوانين المتعلقة بالطلاق حتى قبل إقدامهم على الزواج .

ولاشك في أن الطلاق عملية تطويرية ، تطويرية ، تبدأ بظهور الأسباب ثم تستمر إلى ما بعد الطلاق وفي ذلك يشير الدكتور عمر ( 1992 ) ماهر محمود إلى أن الطلاق يمر بسبعة مراحل سيكولوجية منفصلة و لكنها مترابطة مع بعضها البعض حيث تؤدي إحداها إلى الأخرى ، ويعتبر المرحلة التالية نتيجة طبيعية للمرحلة السابقة عنها .

و يمر الزوجان بهذه المراحل على حد سواء حيث يتأثر كل منهما بها ، و هي على الترتيب التالي :

**2 - 1 مرحلة الانفصال الفكري :** إن بداية ظهور المشكلات بين الزوجين و استمراريتها كفيلا بأن يحدث انفصال فكري بينهما حيث يفكر كل منهما بطريقة مختلفة عن طريقة تفكير الآخر حول المشكلات بل قد يكون مضادة لها و على النقيض منها مما يزيد من شدة الخلاف بينهما ، ومما يصعد الخلافات حتى ليصعب الالتقاء بينهما على فكرة مشتركة ، و تمثل هذه الحالة البداية للاتجاه نحو الطلاق ، إذ يؤدي استمرارها إلى مرحلة الثانية و المتمثلة في التبعاد الوجداني .

(محمود ، 1992 ، ص 41 )

**2 - 2 مرحلة الانفصال الوجداني :** مع استمرارية الانفصال الفكري بين الزوجين واحتفاظ كل منهما برأيه الخاص المخالف و المنفصل عن رأي الطرف الآخر ، يبدأ كل منهما ممارسة سلوكيات قد تكون غير مرغوبة وغير مقبولة في نطاق الأسرة ، هذا الانفصال الفكري وسلوكي يؤدي إلى انفصالهما الوجداني وبرود مشاعرهما و أحاسيسهما و عواطفهما نحو بعضهما .

**2 - 3 مرحلة الانفصال الجسدي :** مع استمرارية التبعاد الوجداني و العاطفي ، وتبدأ مرحلة جديدة حيث يؤدي ذلك إلى التبعاد الحقيقي على المستوى المادي فيصبح أداة الحقوق و الواجبات الزوجية بين

الزوجين عمل روتيني أشبه بأداء الواجب ، مما يزيد من كرههما لبعضهما ، و بالتالي يعتمد كل منهما إلى الانفصال الجسدي عن الآخر بطريقة عملية حيث يستخدمان فراشين منفصلين عن بعضهما .

**2 - 4 مرحلة الانفصال الشرعي القانوني :** عندما تصل الحالة بالزوجين إلى الانفصال المادي (الجسدي ) ، لا يكون هناك مبرر لوجودهما مع بعضهما في بيت واحد حيث لا تحقق أدنى معاني الحياة الزوجية التي ينشدها كل منهما ، فيصبح الطلاق موضع تفكير أحدهما أو كليهما ، و قد يتحول التفكير إلى قرار فعلي حيث تنتهي الحياة الزوجية بالطلاق . (محمود ، 1992 ، ص 41 )

**2 - 5 مرحلة الانفصال الاقتصادي المادي :** يصاحب عادة واقعة الطلاق إجراءات اقتصادية يحكمها الشرع و القانون ، حيث يبدأ كل من الزوجين دفع ما عليه من التزامات مادية و أخذ ماله منها ، وقد تتم التسوية المادية بينهما بالحسنى ، و في جو من التسامح و الاحترام المتبادل للآخر ، و قد ترتبط هذه المرحلة بالكثير من المشكلات حيث قد يثير أحد الطرفين أو كليهما المشكلات التي لا هدف منها إلا التنفيس عن مشاعر الحقد و الانتقام شدة الكراهية من الطرف الذي يثيرها و قد يكون ذلك لعدم رغبته في أداء التزاماته ، مما يقود إلى مزيد من الصراعات ، فيواجه كل منهما الآخر بأسراره ، و كشف عيوبه وتعريه ما خفي من سلوكياته في ساحات المحاكم و أمام الأصدقاء و الأسرة .

(تونسي ، 2002 ، ص 17 )

**2 - 6 مرحلة الانفصال الأبوي :** قد يكون الطلاق نهاية لبعض مشكلات الزوجين ، و لكنه بلا شك سيتسبب في مشكلات أخرى تؤثر تأثيرا مباشرا على أطفالهما إذا كان لهما أطفال ، وقد يتفق المطلقان بطريقة ودية متميزة بالتسامح و التفاهم على كيفية رعاية الأطفال من حيث توفير المكان المناسب الذي يؤويهم ، وتحديد الشخص المناسب الذي يشرف على رعايتهم ، وعلى مصدر الإنفاق ، و مقداره اللازم لتغطية مصروفاتهم و نفقاتهم ، وطريقة لقائهم بأبويهم وغيرها من الأمور التي عادة تنظم علاقة المطلقين ببعضهما و بأطفالهم بعض حدوث الطلاق مباشرة وخلال الفترات التالية لها لأنها تعتبر مرحلة انفصالية بالنسبة لأحد الأبوين عن أطفاله لوجودهم عند الطرف لآخر ، أو انفصالهما هما الاثنان عن أطفالهم لوجودهم مع أحد الأقارب أو في أماكن خاصة تتولى رعايتهم و الإشراف عليهم .

(تونسي ، 2002 ، ص 17 )

**2 - 7 مرحلة الانفصال النفسي الانفعالي :** يعتقد بعض المطلقين أن المشكلات تنتهي بالطلاق أوحى بالقدرة على الاتفاق على حل مشكلات الأبناء إلا هناك مشكلات تظهر من نوع جديد تمس الجانب الشخصي للمطلقين و المطلقات لأنها تتعلق بالحالة النفسية المضطربة لهما ، والتي تؤثر بالضرورة على



انفعالها التي تضطرب بصورة ملحوظة وواضحة للجميع ، و تتصف مرحلة الانفصال الانفعالي النفسي التي يمر بها الشخص في هذه المرحلة بانعزاله عن الناس و تفضيله الاختلاء بنفسه لمراجعة حساباته استعادة ذكرياته بحلوها ومرها مع الطرف الآخر و تقويم سلوكياتهم معه ، وتحديد ايجابياته و سلبياته مقارنة واقعة بعد الطلاق بحاله أثناء الزواج و رسم خطته المستقبلية ، و التعرف على إمكانياته و قدراته ومدى إمكانية البدء من جديد في خطوة أخرى نحو زواج ثان ، و من ثم ينتاب الشخص المطلق عقب طلاقه مباشرة حالة من القلق الدائم و الاكتئاب المستمر ، مما يجعله يشرد بذهنه عما حوله ، وقد يتعثر المطلق بعد طلاقه مباشرة ، فلا يستطيع عبور مرحلة الانفصال الانفعالي النفسي ، مما يدفعه لمقاومتها التغلب عليها بكافة الوسائل السوية و غير السوية ، فقد يغرق نفسه في أعمال إضافية جادة ترهق أعصابها توترها تبعده عن الواقع الذي يعيشه ، فيصبح على هامش الحياة لا نفع منه و لا قيمة .

(محمود ، 1992 ، ص 41 )

ويشير الدكتور عمر ماهر ( 1992 ) إلى الدراسات السيكولوجية للأثار السلبية للطلاق حيث تفيد بأن نسبة كبيرة من المطلقين و المطلقات يعانون من تنوع متباين من الاضطرابات الانفعالية الحادة و الأمراض النفسية الشديدة و منها الشعور بالقلق و الاكتئاب و الصراع و عقدة الذنب ، تأنيب الضمير و إيلام الذات وكره الذات و الاضطرابات السيكوجنسية و يتعرضون كثيرا و يتعرضون كثيرا للإحباط و يخبرون مشاعر الحرمان و الظلم و القهر و التوتر ، و تتسلط عليهم أفكار العداوة و التشاؤم و الانهزامية ، و جميعها مشاعر و أفكار سيئة ترتبط بقائمة طويلة من الأمراض السيكوسوماتية و العادات السلوكية كتعاطي المخدرات وإدمان الكحول .

(محمود ، 1992 ، ص 41)

### 3. المقاربة النفسية للطلاق :

#### 3 - 1 النظرية البنائية الوظيفية :

يؤكد أنصار هذه النظرية أن البناء الاجتماعي في حالة توازن وتماسك و اعتماد متبادل بين الأجزاء وأن لكل جزء من أجزاء البناء دور ووظيفة تساعد على استمرار البناء و أن الهدف الرئيسي لجميع النظم الاجتماعية هو المحافظة على استمرار هذا البناء و استقراره كما أن كل جزء من أجزاء البناء يؤثر و يتأثر بالنظم الاجتماعية الأخرى و الأسرة وفقا لهذه النظرية جزء من البناء الاجتماعي لها عدة وظائف هامة تساعد على استمرار المجتمع مثل : البطالة و ضعف الوازع الديني و عدم استقرار السياسي وغيرها مما يعكس على الأسرة و يؤثر على ظاهرة الطلاق ، كما يرون حسب هذه الظاهرة أن لكل فرد في المجتمع مجموعة من الاحتياجات الغريزية و الاجتماعية و العاطفية التي يسعى إلى إشباعها و يحاول كل مجتمع

إشباعها هذه الحاجات عن طريق النظم الاجتماعية المختلفة و استمرار أي نظام مرهون بالوظائف يؤدي لإشباع هذه الحاجات و إذا فقد هذا الجزء وظيفته انتهى الزوال ، فإذا لم تستطيع الزواج تحقيق الأهداف التي يسعى إليها الأفراد مثلاً : تحقيق الاستقرار العاطفي و الوجداني و الإنجاب و الإشباع الجنسي و الحصول على الاستقرار الاجتماعي ، فإن أحد الزوجين أو كلاهما سيقرران الانفصال و انتهاء الزواج .

(حيدر، 2019 ، ص 151 )

و لذلك نشير إلى أن النظرية البنائية معينة بمسألة حفظ النظام أو البناء الاجتماعي و صيانتها من الخلل فهي نظرية محافظة مقارنة بنظريات الصراع الاجتماعي و تطلق الوظيفية على عملية صيانة البناء الاجتماعي وحفظه " التوازن " ويؤكد على حدوث خلل في نسق ما لابد أن يتبعه خلل في مواقع آخر عليه فإن معدلات الطلاق لابد أن يكون مؤشراً لخلل وظيفي في النسق العائلي و التنشئة الاجتماعية ، أو بسبب خلل آخر في النسق القيمي " موجّهات الفعل " كما يشير إلى ذلك تالكوت بارسونز و روبرت ميرتون وزملاءهم ( شافير ولام ، 1992 ) ، وفي كتابها الموسوم " عندما ينتهي الزواج " تعتقد نكي هارت (1976) أن حدوث الطلاق يمكن تفسيره وظيفياً ، فهو يشير إلى تحولات عميقة في النسق القيمي في المجتمع ، وأن أي تحليل سوسيولوجي لظاهرة الطلاق لابد أن ينطلق بالدراسة من ثلاثة متغيرات تشير في المحصلة النهائية إلى ما طرأ على نسق القيم الاجتماعية توجزها هارت بما يلي :

### أولاً : الزواج كقيمة اجتماعية :

من منظور وظيفي فإن تاكوت بارسونز ورونالد فلتشر ( 1955) يعتقدان أن زيادة معدلات الطلاق يعود إلى أن الزواج يحظى بقيمة اجتماعية عالية ، ما يدفع بعض المتزوجين إلى إنهاء زيجاتهم ، والعبارة تنطوي على مفارقة واضحة ، ويفسر فلتشر ( 1988) بالقول إن معدلات الطلاق المرتفعة يمكن أن تكون مؤشراً ليس لتدني قيمة الزواج كما يبدو للوهلة الأولى ، فالأفراد يعتقدون أملاً عريضة على الزواج و يتوقعون أن يحقق لهم الكثير إلا لما أقدموا عليه ابتداءً ، عندما لا يتحقق تلك التوقعات يصبح الطلاق هو الحل .

(حيدر، 2019 ، ص 152 )

### ثانياً : المشاحنات بين الزوجين :

تجادل هارت ( 1976) بأن المشاحنات الزوجية وما ينتج عنها يشكلان المتغير الثاني الذي يجب أخذه في الاعتبار لتفسير الطلاق ، فمن منظور وظيفي ترى هارت أن عدم القدرة على التكيف مع الأوضاع الاقتصادية الحديثة يشكل ضغطاً على العلاقات الأسرية ، فالأسرة تحولت من ممتدة إلى نووية الأمر الذي

قلص أفراد الأسرة مع الأقارب وحرّمهم بالتالي من الإفادة من شبكة واسعة من العلاقات القربانية التي كانت تشكل لهم السند العاطفي مما يخفف من حدة المشاحنات .

ويطرح أدموند ليك ( 1995 ) نظرة مشابهة فهو يعتقد أن الأسرة النووية تعجز عن توفير الملاذ العاطفي لأفرادها مما يقود في نهاية المطاف إلى نشوء توترات بين أفراد الأسرة الواحدة ، في المجتمعات الصناعية تقلصت وظائف الأسرة بدرجة واضحة الأمر الذي جعل ترابط أعضائها ضعيف بعكس أسرة الأمس " الممتدة " التي كانت تقوم بمجموعة من الوظائف التي تستلزم اعتماد أفرادها على بعضهم ومن ثم تماسكهم بدرجة تمنعهم من التخلي عن بعض . (حيدر، 2019 ، ص 153 )

### ثالثا : سهولة فصم عرى العلاقة الزوجية :

العامل الثالث الذي يجب أخذه في الاعتبار عند دراسة الطلاق كما نكي هارت ( 1976 ) يتعلق بقضية الفرص التي يحصل عليها الزوج أو الزوجة بعد فصم العلاقة الزوجية ، فمن منظور وظيفي يؤكد أصحاب هذا الاتجاه أن سلوك الأفراد محكوم بمنظومة من المعايير والقيم أو ما يطلق عليه الوظيفيون " موجات الفعل " و عليه فإن تغيرا في القيم و المعايير المرتبطة بالطلاق لابد أن يكون متوقعا .

و تدلل هارت على ذلك بالقول إن الطلاق كان يشكل في السابق وصمة اجتماعية للمطلقين و المطلقات على حد سواء إلا أن الوصمة قد خفت حدتها لاحقا ، بل لم تعد موجودة في المدن الأمر الذي يشير إلى حدوث تحول في القيم الثقافية . نتج عن ذلك إن الطلاق نهاية متوقعة بل و مبررة لكل زوجين فشلا في علاج مشكلاتهما عند استنفاد البدائل . (حيدر، 2019 ، ص 153 )

### 3 - 2 نظرية التفاعل الرمزي:

يفترض التفاعليون الرمزيون أن العالم الرمزي و الثقافي يختلف باختلاف البيئة اللغوية و العرفية أو حتى الطبقة للأفراد ، وفي ضوء هذه الفرضية يهتم دارسوا الأسرة بطبيعة الاختلاف بين العالم الرمزي للزوج والزوجة و تأثير هذا الاختلاف على تحديد توقعات أدوارها و على مجريات التفاعل بينهما ، وقد أكدت الدراسات في هذا الصدد أنه كما كان العالم الرمزي مختلفا ومتباينا كما يحدث في الزوجات بين أفراد ينتمون إلى بيئات لغوية و ثقافية مختلفة أي كلما تبلورت توقعات الأدوار بينهما بشكل ضعيف و بطئ كلما شهد التفاعل بينهما ضروبا من التوتر و الصراع الذي يؤدي إلى الانفصال و يحدث العكس في حالة اشتراك الطرفين في عالم رمزي واحد .

كما يرى العلماء هذه النظرية أن الأسرة يجب أن لا تدرس كنموذج مثالي بل يجب أن تدرس كما هي في الحياة اليومية فليس هناك أسرتين متشابهتين لدرجة التطابق فكل أسرة لها علاقتها الخاصة بها و التي تميزها عن الأسر الأخرى . ( شكري ، علياء و آخرون ، 1998 ، ص 34 )

وتلعب الأسرة دورا هاما في تلقين الأفراد أدوارهم المستقبلية ، وكل أسرة لها مجموعة من الرموز والمعايير التي تعلمها لأبنائها في مرحلة الصغر و هذه الرموز و المعاني تختلف من أسرة لأخرى ، فالفرد يحاول أن يستوعب الدور المتوقع منه أولا ثم يحاول من خلال تعامله اليومي مع الآخرين إدخال بعض التعديلات على دوره وفقا للرموز التي يكتسبها في مرحلة الصغر ووفقا للظروف المحيطة به لذلك نجد أن كل علاقة زوجية تختلف عن العلاقات الزوجية الأخرى و كلما كانت المعاني و الرموز التي اكتسبتها الزوجين من أسرهما متقاربة ساعد ذلك على تحقيق التفاهم بينهما و العكس صحيح و كلما كانت الرموز و المعاني متباعدة بل متنافرة بين الزوجين أدى ذلك إلى خلق فجوة بينهما مما يؤدي إلى الطلاق . ( شكري ، علياء و آخرون ، 1998 ، ص 34 )

### 3 - 3 نظرية التمرکز حول الذات - روجرز:

أكد روجرز أن التوافق النفسي يتوفر عندما يكون الفرد متسقا مع مفهوم ذاته لذا فإن مفهوم الذات الموجب يعبر عن التوافق النفسي و الصحة النفسية و أن تقبل الذات و فهمها يعتبر بعدا رئيسيا في عملية التوافق الشخصي ، وترکز نظرية الذات على أهمية الاحترام و التقدير و أنه مطلب عام عند كل البشر ويسعى الجميع للحصول على تقدير ايجابي من الآخرين . ( العزة ، 1999 ، ص 111 )

و إن الحب والاحترام و التقدير كلاهما مكمل للآخر فلا يمكن أن يعيش الحب بدون احترام و لا يعيش الاحترام بدون الحب فالاحترام يولد الحب مع العشرة الطويلة وهو الأساس التعامل مع الآخرين وهو شرط أساسي لاستقامة العلاقة الزوجية بين الزوجين و بالعكس ، لذا فإن استخدام العنف بكافة أشكاله اللفظي والجسدي و الجنسي و الاجتماعي يؤدي إلى قلة و انعدام الاحترام بين الزوجين ( العواودة ، سالم ، 2002 ، ص 29 )

### 3 - 4 نظرية القوة :

ترى هذه النظرية إن القوة تتبع من المصادر التي يملكها الفرد في سعيه نحو سد حاجات الشريك و في تعزيز قدرته على إصدار القرارات ، و تحدد هذه المصادر في ضوء مكانة الفرد و الأدوار التي يقوم بها وانجازاته العامة ، كعضويته في منظمات الرسمية أو التطوعية ، و أن ارتفاع مكانة الفرد و تعدد أدواره

وانجازاته يرتبط ارتباطا ايجابيا بقوته و في تأثيره على مجموعة المواقف التي تصادف الأسرة في حياتها الزوجية كاختيار العمل مثلا و يظهر الاهتمام بقوة المرأة التي غالبا ما تستمد جانبا من قوتها من الرجل خاصة في المجتمعات التقليدية ، كما تستمد جانبا آخر من قوتها من الأنشطة الإنتاجية و المنزلية التي تقوم بها ، فمثلا تكون القدرة على الإنجاب مصدر القوة الحقيقية للمرأة ، بينما تكون قدرة الاقتصادية مصدر للقوة لأي من الطرفين الرجل أو المرأة إذا كانت عاملة . ( العواودة ، سالم ، 2002 ، ص 30 )

### 3 - 5 نظرية التبادل الاجتماعي أو نظرية التبادلية :

يرى أنصار هذه النظرية أن الأفراد يدخلون مع بعضهم البعض في علاقات تبادلية فهم يتبادلون العواطف والمشاعر و الآراء و الأفكار والمصالح و الأموال و غيرها في تبادلهم هذا هم يسعون إلى تحقيق أكبر قدر من الربح بأقل خسائر ممكنة .

بمعنى أنه تقوم هذه النظرية على مجموعة من الفرضيات التي تنظر إلى السلوك الاجتماعي على أنه يبني على العلاقة المتبادلة بين الطرفين ، حيث يتكون التبادل الاجتماعي من الأفعال الإرادية التي يقوم بها الأفراد و يحركها العائد أو المكسب الذي يتوقعون الحصول عليه و عبئ هذا الأساس فإن مفهوم التبادل يستبعد الأفعال القائمة على القهر أو الفرض القسري .

( العواودة ، سالم ، 2002 ، ص 31 )

عندما تتعذر الحياة الزوجية بين الطرفين و تصبح الحياة مليئة بالمشكلات و المشاحنات فإن المرأة تحاول أن تحسب مقدار الخسائر المترتبة من هذا الطلاق و مقدار المكاسب فإذا أحست أن مكاسبها من الطلاق تفوق خسائرها فإنها تتخذ قرار الطلاق و العكس صحيح إذا كانت الخسائر أكثر من المكاسب فإنها ستستمر في حياتها الزوجية ، و أن هذه المكاسب أو الخسائر ليست هنا مادية فقط و إنما هي مادية ومعنوية أو اجتماعية ، إذا اختلف ميزان التكاليف و النفقات فإن هذه سيؤدي في رأيه إلى إلحاق الظلم الاجتماعي بجانب معين من الجوانب العلاقة و ما يؤدي قيام ذلك الجانب بتوتر علاقته مع الجانب الآخر ، وكذلك ما يتصل بالخصومات و النزاعات واستعمال العنف و القوة بين أفراد الجماعات فإن العدالة التوزيعية تنص على استعمال القوة و التهديد كم قبل الجانب الآخر و إذا لم يستعمل الجانب المهدد أسلوب العنف والتهديد من جانبه فإن هذه ستؤدي إلى هدر حقوقه و هذا لا يتفق مع مبدأ العدالة التوزيعية مطلقا مع مبدأ كرامة الإنسان و الجماعة .

( زهران ، ص 85 )

وتفرق البحوث و الدراسات بين مصادر أو الموارد الخارجية مثل الحالة الاقتصادية أو المهنية أو الاجتماعية للزوج و لزوجته وبين المصادر غير اقتصادية المرتبطة بالحب و العلاقة الجنسية و الحالة النفسية و أداء الأدوار المتوقعة ، وقد توصلت البحوث إلى أ، المصادر غير الاقتصادية أي تلك المتصلة بالجانب التعبيري أكثر من اتصالها بالجانب الذرائعي أو الاداتي تؤثر في تفاعل داخل الأسرة .

( شكري ،علياء و آخرون ، 1998 ، ص 30 )

### 3 - 6 النظرية التطورية ( التنمية ) :

في هذه النظرية يهتم الباحثون بتحديد مراحل الأسرة فهي عند بعضهم تبدأ مع بداية الحياة الزوجية وتنتهي بوفاة الزوجين أو أحدهما أو طلاقهما ، وهي عند البعض الآخر تبدأ مع إنجاب أول طفل و تنتهي ببلوغ الزوجين مرحلة متقدمة من العمر مع اختلاف هنا و هناك في عدد المراحل ، مهما كان عدد المراحل التي تمر بها دورة حياة الأسرة فأن لكل منها أعباءها الخاصة و مسؤولياتها الخاصة ، ففي بداية حياة الأسرة ترتبط أدوار الزوجين بالتكيف مع الحياة الجديدة ، ثم تظهر فيها بعد إنجاب الأطفال أعباء التنشئة الاجتماعية ، وهي أعباء تقل مع تقدم الأطفال في العمر ، وفي نهاية دورة حياة الأسرة تتحول إلى الأسرة توجيه بالنسبة للأسرة الزوجية التي يكونها الأبناء ، ولا شك إن كل هذه الأعباء و الأدوار المتغيرة تختلف باختلاف عدد من المتغيرات مثل ( الريف - الحضر - البادية ) و العمل طبيعة الأنشطة و الإنتاجية و غير الإنتاجية التي ينخرط فيها الزوجان ( حجم الأسرة ، طبيعة عمل المرأة ، و المستوى التعليمي للزوجين )

( شكري ، وعلياء و آخرون ، 1998 ، ص 39 )

### 3 - 7 نظرية التفكك الاجتماعي :

إن ثبات و رسوخ أي مجتمع يعود إلى إجماع أفراد و اتفاهم على المعايير السلوك و قواعده التي ارتضوها لأنفسهم ، ولكن حينما يهتز إجماع هؤلاء الأفراد لسبب أو لآخر و حينما لا تصبح قواعد السلوك الموجودة متماسكة أو حينما تتحدى هذه القواعد السلوكية قواعد أخرى جديدة يصبح المجتمع حينئذ في (حالة تفكك اجتماعي ) ، نتائج تفكك الاجتماعي يسبب ضغطا على الأفراد و الجماعات داخل المجتمع الواحد ، ولأن الأسرة هي البنية الأولى لبناء أي مجتمع فأن كل ما يهددها من أخطار و ما يعترئها من مشاكل تؤثر سلبا على المجتمع و يدفع به إلى التفكك و الانحلال و تعد ظاهرة الطلاق التي تعاني منها الكثير من المجتمعات السبب الرئيس في زعزعة استقرار المجتمع و استمراريته ذلك أنه يسبب خلل في الخلية الأولى للمجتمع وهي الأسرة و كذلك الأدوار التي يقوم بها الوالدين أيضا تتعرض للخلل مما يزيد من حدة التفكك الاجتماعي .

( زهران ، ص 85 )

#### 4. آثار الطلاق على المرأة الجزائرية :

مما لا شك فيه بأن الطلاق يترك أثرين على المرأة المطلقة في البيئة الجزائرية و هما :

##### 4 - 1 الآثار السلبية على المرأة الجزائرية :

- ❖ صورة المرأة المطلقة في المجتمع الجزائري و معاناتها من النظرة السيئة .
- ❖ حرمانها من أبنائها في بعض الحالات .
- ❖ عدم توفر فرص زواج أخرى في بعض الحالات .
- ❖ إحساسها بالضعف و تدنى صورة الذات .
- ❖ الضيق المادي إن لم تكن عاملة أو لها أسرة مقتدرة .
- ❖ الميل لدى البعض بالعدائية الاجتماعية و الأنواق .
- ❖ الاضطرار للعمل في حالة عدم الاكتفاء المادي .
- ❖ العدمة النفسية وما يترتب عنها من آثار .
- ❖ الحرج النرجسي ، العدمة العاطفية .
- ❖ فقدان الثقة في النفس و الغير . ( الحلي ، 2008 ، ص 13 )

##### 4 - 2 الآثار الايجابية للطلاق على المرأة الجزائرية :

- الشعور بالسعادة والحرية .
  - التمتع بالصحة النفسية الجيدة .
  - الحفاظ على اللياقة النفسية و الجسدية .
  - امتلاك زمام أمورها .
  - امتلاك فرصة تغيير حياتها إلى الأفضل .
  - النمو الشخصي و النمو الاجتماعي .
  - امتلاك أكبر قدر من الاستقلالية الذاتية .
  - الانطلاق في مساحات الحياة
  - الشعور بالارتياح بعد الطلاق .
  - التمتع بفرص توسيع أدوار في الشخصية والمجتمع .
  - توفر فرص التطوع في الشبكات الاجتماعية التي تزيد من ارتفاع تقدير الذات .
- ( الحلي ، 2008 ، ص 14 )

## 5. نظرة المجتمع الجزائري للمرأة المطلقة :

تعيش المطلقات في الجزائر معانات و مآسي و يواجهن خاصة نظرة السلبية للمجتمع اتجاهين و التي لم تتغير منذ عشرات السنين رغم المستوى التعليمي والثقافي الذي يمتاز به الجيل الحالي ، إذ تعتبر المطلقة في الجزائر عارا على الأسرة إلى الآن ، و تعيش التهميش والضغط النفسية داخل أسرتها و خارجها .

تعيش الكثير من المطلقات في الجزائر أوضاعا مزرية و جملة من المشاكل التي تتفاقم كل يوم في ظل رفع الطليق يده عن مسؤولية أطفاله ، رغم القانون و تقاعس منفذي القانون عن أداء عملهم لتمتكن المطلقة من الحصول على حقوقها كاملة ، بالإضافة إلى نظرة غير عادلة من قبل المجتمع بمن فيهم أقرب الناس إليهن و جهت العديد من الجمعيات الناشطة في هذا المجال دعوة لإنشاء صندوق يحمي المطلقات و أكدت أن الإجراءات التي تضمنها قانون الأسرة بتعديلته الأخيرة لا تطبق وفي ذات السياق تقول رئيسة جمعية أميرة لترقية الأسرة ومحاربة العنف ضد المرأة أنها تتابع يوميا تجاربا مريرة لنساء محرومة من حقوقهن " وتضيف أن منحة التي تآزم القانون المطلق بدفعها لطليقتها و أم أولاده تقدر ب 3000 دج ، أي ما يعادل 30 دولار تقريبا ، وهو مبلغ ضئيل جدا في ظل ارتفاع الأسعار في الجزائر ، كما كشفت وزارة التضامن وقضايا الأسرة الجزائرية عن نتائج دراسة أجريت مؤخرا و مست ألفي أسرة جزائرية ، وجاء في الدراسة أن المطلقات و الأرمال هن أكثر الفئات تعرضا للعنف وسط الأسرة 20% تتعرض للإهانة و 5 % للعنف المادي ، كما أفضت الدراسة إلى أن امرأتين من بين عشرات نساء تتعرض للعنف داخل الأسرة و أن 10% من الجزائريات هن ضحايا عنف جسدي كما نجد أيضا أن المرأة المطلقة تعاني من التحرش الجنسي والضغط النفسية داخل المجتمع حيث تضطر كثيرا من المطلقات إلى العمل للتمكن من إعالة أسرتهن .

(ليحاني ، 2015 )

خاصة في ظل محدودية النفقة إلا أن حصول المطلقة على عمل لا تعني بالضرورة نهاية المعانات إذ يزيد التحرش الجنسي في العمل الطين بلة ، إذ كشفت لجنة المرأة العاملة التابعة للاتحاد العام الجزائريينوهو أعرق تنظيم نقابي عالمي بالجزائر أن خلية الإحصاء التابعة للجنة سجلت تعرض ما يزيد عن نصف العاملات المطلقات للتحرش كما كشفت دراسة حديثة في علم الاجتماع الجنائي بجامعة بوزريعة ، أن أكثر النساء المطلقات عرضة للتحرش الجنسي على عكس العازبات إذ أن النظرة السائدة لدى أصحاب العمل أوالزملاء تعتبر أن السيطرة على المطلقة و إغراؤها سهل كما أثبتت أن التحرش الجنسي عرف انتشارا في الوسط المهني الجزائري خلال السنوات الأخيرة ، وهكذا يكون وضع المرأة المطلقة في المجتمع الجزائري وبالرغم من القوانين مندهورا و غير مريح بالنسبة لها و مكانتها تستدعي المراجعة. (ليحاني ، 2015 )



**خلاصة:**

من خلال التعرض لظاهرة الطلاق كظاهرة متعددة الآثار و الأبعاد للمرأة الجزائرية فإن هناك جملة من الأسباب التي أدت إلى تفاقم هذه الظاهرة في الآونة الأخيرة ، حيث أصبحت المادة هي المعيار الأساسي في الاختيار شريك الحياة بغض النظر عن المعايير و العوامل الأخرى الأكثر أهمية بالإضافة إلى ضعف قيم الحب و الاحترام و التعاون و التماسك الأسري بين الزوجين بسبب المشاكل و الحلافات المتكررة مما ينتج عن هذه الأسباب التفكك الأسري و حل رابطة الزواج .

# الجانب التطبيقي

# الفصل الرابع

## الاجراءات المنهجية للدراسة

### تمهيد

1 - الدراسة الاستطلاعية

2 - الدراسة الأساسية

3 - منهج الدراسة

4 - أدوات الدراسة

4 - 1 - المقابلة

4 - 2 - مقياس المرونة

5 - حالات الدراسة

خلاصة الفصل

**تمهيد :**

كل موضوع بحث يتطلب خطوات علمية للكشف عن المتغيرات و تحديد العناصر المهمة و المكونة للبحث ، كمكان الدراسة و مواصفات الحالات و أدوات البحث فلكل بحث علمي جانب نظري نحدد من خلاله لإطار الإيستمولوجي المعرفي للمفاهيم تم تطبيق ذلك من خلال وجهة نظر إجرائية في جانب تطبيقي منهجي له طرقه ووسائله فالمنهج المعمق و الشامل يعتمد على عدة وسائل منها المقابلة و المقياس ، وذلك لتحقيق من الإشكالية و التساؤلات المطروحة و المتمثلة فيما يلي :

- ما مستوى المرونة النفسية لدى المرأة المطلقة ؟
- ما هي أهم مصادر القوة لدى المرأة المطلقة ؟
- ما هي أبرز أبعاد المرونة النفسية لدى المرأة المطلقة ؟

**1. الدراسة الاستطلاعية :**

تعد الدراسة الاستطلاعية خطوة هامة من خطوات البحث العلمي و ذلك أنها تساهم بدرجة كبيرة في دعم المجال البحثي ككل كالجانب النظري ، و تحديد مجال الدراسة و من خلالها يتم ضبط المتغيرات ووضع الإشكالية و التساؤلات ، بالإضافة إلي أنها تسهل من عملية للطالب عملية التأكد من صحة توافق المنهج المختار للدراسة من متغيراتها ، و كذا معرفة مدي ملائمة أدوات القياس.

( المليحي ، 2001 ، ص 64 )

بعد ضبط الموضوع بشكل نهائي ، انطلقنا في البحث عن المعلومات المتعلقة بالجانب النظري من جهة و عن حالات الدراسة من جهة أخرى .

وجدنا صعوبات في الدراسة الميدانية بحكم انتشار وباء كورونا مما صعب علينا العثور علي الحالات والتفاعل معنا ، و لكن بفضل العون الذي تلقيناه من الأقباء و الأصدقاء سهل علينا التقرب من الحالات وإجراء المقابلة و تطبيق مقياس المرونة النفسية من خلال موقع التواصل الاجتماعي ( Messenger ) والهاتف حيث أن الحالة الأولى صديقة من الجامعة أما الحالة الثانية فهي صديقة في العمل ، أما الحالة الثالثة فهي طالبة جامعية و قريبة صديقة لنا ، إذ كان اختيار الحالات الدراسية بشكل قصدي من المحيط الاجتماعي لنا .

## أهداف الدراسة الاستطلاعية :

- تساعدنا في تحديد مكان تواجد العينة أو الحالات المراد دراستها .
- تساعدنا في بناء أدوات الدراسة .
- تساعدنا في جمع المعلومات حول دراستنا " المرونة النفسية لدي المرأة المطلقة "
- التأكد من صدق و ثبات أداة القياس التي استخدمناها في دراستنا " مقياس المرونة النفسية لي L'echelle de hardiesse " و مدي فاعليتها في الكشف عن موضوع الدراسة و التوصل إلي النتائج المراد التوصل إليها :
- معرفة مدي استجابة أفراد العينة و كذا حالات الدراسة للمقياس و كذا اللغة المناسبة و المفهومة .
- الاطلاع علي معطيات مشكلات الحياة الزوجية و الأسرية في المجتمع الجزائري و تحديدا في ولاية بسكرة - نمودجا - و مدي قابلية المطلقات للتعاون معنا .

## 2. الدراسة الأساسية :

### حدود الدراسة :

تم تطبيق الدراسة و استخراج نتائجها ضمن الحدود الآتية :

### ➤ الحدود البشرية :

قامت الطالبة بتطبيق المقياس علي الحالات ( 3 ) من النساء المطلقات , اللاتي تتراوح أعمارهن ما بين 35 إلي 54 سنة ، و قد تم اختيارهم بشكل قصدي من ولاية بسكرة و قسنطينة.

### ➤ الحدود الزمنية :

تحددت الفترة الزمنية التي طبق فيها المقياس و المقابلة ( من 05 مارس إلي غاية 7 سبتمبر)

### ➤ الحدود المكانية :

تم تطبيق اجراءات الدراسة بمدينة بسكرة و قسنطينة و تم إجراء المقابلة مع الحالات الثلاثة عبر موقع التواصل الاجتماعي (Messenger) و الهاتف .

## 3. منهج الدراسة :

إن طبيعة الموضوع هي التي تحدد نوع المنهج ، و المنهج هو الكيفية التي يتبعها الباحث لدراسة مشكلة الموضوع ، حيث الاعتماد علي المنهج الإكلينيكي بصفته يعالج الحالات الفردية بطريقة علمية موضوعية .

فحسب العالمان **J.Delay et P.Pichot** : ينعدم المنهج الإكلينيكي من كل القوانين كما في روائز الذكاء حيث يسمح بإعطاء علامات خاصة ، و التي تتطلب بدورها وضع أسئلة تستلزم التحقيق فيها بطريقة فردية ، و كذلك يعتمد هذا المنهج في بناء التشخيص علي قواعد ناتجة عن ملاحظات الفاحص .

( J.Delay et P.Pichot ، 1969، p10)

أما العالم “ **D.Lagache** ” فيعرفه : هو المنهج الذي يدرس السلوك بطريقة موضوعية لمحاولة الكشف عن كينونة الفرد و الطريقة التي يشعر بها و السلوك التي يقوم بها في وضعية معينة مع البحث عن بنية و معني و مدلول هذا السلوك و الكشف عن الصراعات الدافعة له و طرق التخلص

( M.Reuchlin، 1979، p106 )

المنهج الإكلينيكي يدخل ضمن نشاط تطبيقي موجه إلي معرفة و تحديد بعض الحالات ، الاستعدادات والسلوكيات بهدف اقتراح علاج نفسي ، و الإرشاد نحو التغيير الايجابي .

( Pedinielli، 1994 ،p35 )

#### 4. أدوات جمع البيانات :

#### 4 - 1 المقابلة الإكلينيكية :

طبقتنا المقابلة الإكلينيكية علي (3) حالات من النساء المطلقات .

تعتبر من الأدوات الأكثر استعمالا في البحوث ، إذا هي اتصال مباشر بين الفرد و الآخر وجها لوجه حيث يقوم الباحث بطرح أسئلة يريد من خلالها التعرف علي بعض الظواهر و التعمق أكثر .

يعرفها بوسنة : علي أنها إدراك و تسجيل دقيق و مصمم لعمليات تخص موضوعات ، أو مواقف معينة يتم جمع البيانات فيها عن طريق ملاحظة العميل بصورة مباشرة أو عن طريق استسقاء المعلومات أشخاص قاموا بالملاحظة .

(بوسنة، 2012، ص15)

#### أهداف المقابلة الإكلينيكية :

- التعرف علي الحالات بجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات الخاصة بالحالة .
- الكشف عن أهم مصادر القوة للمرونة النفسية لدي المرأة المطلقة.
- الكشف علي أهم تعتمد عليه المرأة المطلقة.
- التعمق أكثر حول الحياة النفسية و شخصية المرأة المطلقة.

و قد اعتمدنا في موضوع دراستنا المرونة النفسية لدي المرأة المطلقة المقابلة الإكلينيكية النصف موجهة لكونها تسمح لنا بجمع قدر كافي من المعلومات و تفتح مجال الحرية إلي حد ما للأفراد للإجابة .

**4 - 2 المقابلة الإكلينيكية النصف موجهة :** هي أداة من أدوات البحث و هي علي شكل إستبانة شفوية يقوم من خلالها الباحث بجمع المعلومات بطريقة شفوية من المفحوص ، و تعتبر لقاء يتم بين الشخص (الباحث ) الذي يقوم بطرح مجموعة من الأسئلة علي الأشخاص المستجوبين وجها لوجه ، و تتميز بغزارة البيانات و إمكانية تصنيفها و تحليلها إحصائيا . (غرابية و آخرون، 2020، ص62)

تهدف المقابلة الإكلينيكية النصف موجهة إلي توجيه حديث النساء المطلقات نحو أهداف البحث مع المحافظة علي حرية الرأي و التعبير .

و قد اعتمدنا في موضوع دراستنا " المرونة النفسية لدي المرأة المطلقة " علي المقابلة الإكلينيكية النصف موجهة و التي تتضمن مصادر القوة للمرونة النفسية ، و تحتوي 21 سؤالاً وفق المحاور التالية :

1. محور خصائص الشخصية .
2. محور المساندة الأسرية .
3. محور المستوي التعليمي .
4. محور المساندة الأسرية
5. محور المعتقد الديني.

#### 4 - 3 - مقياس المرونة النفسية :

يعد المقياس النفسي أداة هامة و أساسية في علم النفس ، بحيث لا يمكننا الاستغناء عنه ، فالطبيب الجراح لديه أدواته الخاصة للجراحة ، أما الأخصائي النفسي فيستعين بالمقياس ليستطيع تشخيص الحالة التي بين يديه و يريد معاينتها .

وقد عرفه العالم كامل على أنه : عملية تحويل الأحداث الوصفية إلى أرقام بناء على قواعد و قوانين معينة ، ومعنى ذلك هو أن القياس عبارة وصف و ظواهر إلى ما هو أسهل من حيث التعامل و أكثر قابلية إلى التحويل من حالة إلى أخرى إلا و هو الرقم . ( عثمانى ، 2019 ، ص 77 )

وقد اعتمدنا في دراستنا هذه على مقياس المرونة النفسية

L échelle de hardiess/ Résilience ( EHR) de Brien et al . ( 2008)

ويتكون المقياس من 23 بندا ويولي كل بند 5 بدائل ( دائما ، كثيرا ، أحيانا ، نادرا ، أبدا ) ، و يقابل البدائل الخمسة الأوزان الآتية على نفس الترتيب ( 1 - 2 - 3 - 4 - 5 ) ماعدا البندين 7 و 9 يعكس ترتيب الأوزان فيهما ( 1 - 2 - 3 - 4 - 5 ) ، وقد تم ترجمته و تكيف المقياس من طرف :

Impact de l'autorité parentale sur la : دراسة حول Hamouda et al ( 2006 )  
résilience des jeunes Algériens

### الخصائص السيكومترية للمقياس :

**ثبات المقياس :** تم الاعتماد على ألف كرونباخ لحساب ثبات المقياس حيث سجلت معاملات ألف كرونباخ القيم التالية : قيمة 0,889 للمقياس ككل ، قيمة 0,792 لبعد التفاؤل ، قيمة 0,808 لبعد الكفاءة الذاتية قيمة 0,639 لبعد التطوير . وعليه فإن المقياس يتمتع بمعاملات مرتفعة من الثبات .

**صدق المقياس :** تم الاعتماد على صدق الاتساق الداخلي حيث كانت النتائج : سجلت قيمة معامل الارتباط بين المقياس ككل و بعد التفاؤل  $r = 0.83$  ، و سجلت قيمة معامل ارتباط المقياس و بعد الكفاءة الذاتية  $r = 0.92$  في حين سجلت قيمة معامل الارتباط بين المقياس ككل و بعد التطوير  $r = 0.86$

( عثمانى ، 2019 ، ص 77 )

### تصحيح المقياس :

تعطي درجة 5 للبدل ( دائما ) و الدرجة 4 للبدل ( كثيرا ) ، ودرجة 3 للبدل ( أحيانا ) و الدرجة 2 للبدل ( نادرا ) و الدرجة 1 للبدل ( أبدا ) ، ماعدا البندين 7 و 9 تعطي الدرجات البدائل بشكل عكسي أي من 1 إلى 5 لأن عبارات البنود فيهما سلبية ، و تجمع الدرجات التي تتحصل عليها الحالة من خلال إجابتها على بنود ، فأعلي درجة متحصل عليها هو 115 درجة و أدني درجة هو 23 ، المتوسط الحسابي الفرضي هو 69 ، كلما ارتفع المتوسط الفرضي كلما كان مؤشرا علي ارتفاع مستوى المرونة النفسية ، و اذا انخفض المتوسط الفرضي كلما كان مؤشرا علي انخفاض مستوى المرونة النفسية .

### 4 - 3 - 3 وصف مقياس المرونة النفسية :

مقياس المرونة ( HER ) المعد من طرف ( EHR ) de L'échelle de hardiess/ Résilience

Brien et al 2008



حيث يشمل المقياس على ( 23 ) بندا موزعة على ثلاث أبعاد للمرونة النفسية هي : الفعالية الذاتية ( 12 ) بند النمو و التطور ( 5 ) بنود التفاؤل ( 6 ) بنود كما هي موضحة في الجدول الموالي :

**الجدول رقم ( 1 ) : أبعاد مقياس المرونة النفسية و بنوده :**

الأبعاد	رقم البند
بعد التطور النمو	23 - 21 - 20 - 12 - 8
بعد الفعالية الذاتية	22 - 18 - 15 - 14 - 11 - 10 - 9 - 7 - 5 - 3 - 1
بعد التفاؤل	19 - 17 - 16 - 13 - 6 - 2

و يشمل على خمسة بدائل لأجوبة هي : ( دائما 5 ) - ( كثيرا 4 ) - ( أحيانا 3 ) - ( نادرا 2 ) - ( أبدا 1 ) و يعكس التقييط بالنسبة للبنود رقم ( 9 و 7 ) ، وكذا الجزء التالي من المقياس البنود من ( 1 إلى 5 )

( Hamouda et al. 2018 )

## 5. حالات الدراسة :

تم اختيار العينة بطريقة قصدية حيث تتراوح أعمار حالات الدراسة ما بين 35 إلى 54 سنة المتمثلة في:

- الحالة الأولى : ( م . ع ) من مدينة بسكرة ، عمرها 35 سنة مطلقة منذ ( 2 ) سنوات .
- الحالة الثانية : ( س . ج ) من مدينة قسنطينة ، عمرها 37 سنة مطلقة منذ ( 4 ) سنوات .
- الحالة الثالثة : ( ن . م ) من مدينة بسكرة ، عمرها 54 سنة مطلقة منذ ( 12 ) سنة .

**خلاصة :**

حددنا في هذا الفصل المناهج و الأدوات المستخدمة في بحثنا ، حاولنا قدر الإمكان التحكم فيها والاستفادة منها بما يخدم موضوع الدراسة التي نحن بصدها ، باستعراض كل من مكان الدراسة ، المدة المستغرقة و التفاصيل المهمة التي ساعدتنا و سهلت علينا البحث عليها لأنه يصبح الباحث غير قادر عل أداء عمله بأسلوب علمي منظم و منهج و الوصول إل معرفة يقينه .

# الفصل الخامس

## عرض ومناقشة نتائج الحالات

### تمهيد

1 . عرض و مناقشة نتائج الحالة الأولى

2 . عرض و مناقشة نتائج الحالة الثانية

3 . عرض و مناقشة نتائج الحالة الثالثة

4 . التحليل العام للحالات

خلاصة الفصل

## تمهيد

خصصنا هذا الفصل لدراسة الحالات و تقييمهم من خلال مقابلات مضبوطة بتواريخ ، و الزمن المستغرق في كل مقابلة ، بالإضافة إلي تحليل محتوى المقابلات التي أجريت و المقياس الذي تم تطبيقه علي كل حالة من الحالات ، إضافة إلي النتائج التي توصلنا إليها .

## 1. البيانات الأولية للحالة الأولي :

الاسم : م

اللقب : ع

السن : 35

المستوي الدراسي : لسانس

المقر : بسكرة

المهنة : مديرة جمعية و خياطة

الحالة الاجتماعية : مطلقة منذ 2018

عدد الأولاد : 0

السن عندما تزوجت : 18 سنة

مدة الزواج : 12 سنة

عدد المقابلات التي أجريت معها عبر المواقع التواصل الاجتماعي ( فيسبوك والهاتف ) : ثلاثة مقابلات .

بيانات عن زوج الحالة :

سن الزوج عندما تزوج : 45

المهنة : تاجر

المستوي الدراسي : ثانوي

السكن : مستقل

## 1.1 عرض المقابلات للحالة :

المقابلة الأولي : أجريت بتاريخ : 2020/08/10 ، دامت حوالي 30د ، تمت عبر موقع التواصل الاجتماعي ( Messenger ) .

خصصت هذه المقابلة للتعرف علي الحالة و تقديم توضيح عن سبب اختيارها كحالة في دراستنا والجوانب التي سوف نتطرق لها خلال المقابلة المقبلة , بالإضافة إلي الاتفاق علي مواعيد للمقابلات المقبلة و أخذ الموافقة منها طبعاً ، كان الهدف هو كسب ثقتها .

المقابلة الثانية : أجريت بتاريخ 2020/08/11 , دامت حوالي 59 د , تمت عبر موقع التواصل الاجتماعي ( Messenger ) .

خصصت هذه المقابلة للتحدث و التعمق أكثر في الحياة الشخصية للحالة الهدف منها جمع البيانات الأولية عن الحالة .

المقابلة الثالثة : أجريت بتاريخ 2020/08/12 , دامت حوالي 2سا , تمت عبر الهاتف .

خصصت هذه المقابلة من أجل تطبيق دليل المقابلة و طرح الأسئلة و كذلك تطبيق مقياس المرونة النفسية ( L'echelle de Hardiesse 2008 ) من أجل التعرف علي درجات المتحصلة عليها الحالة.

## 2.1 ملخص الحالة :

الحالة ( م . ع ) تبلغ من العمر 35 سنة ، تزوجت في سن 18 سنة ، زواج تقليدي من رجل عمره 28 سنة يعمل تاجر ، تعتبر الوسطي بين أخواتها الخمس ، تعمل مديرة جمعية و خياطة تمكث مع والديها المتقدمان في السن ، لم تتعرف علي زوجها بشكل كافي ، عاشت مع زوجها في منزل خاص ( مستقل ) عانت الحالة منذ عامها الأول الظلم و المعاناة و العنف اللفظي من قبل الزوج ، كان بخيل لا يعينها كانت وتنفق علي نفسها ، لم تستطع البقاء معه أكثر فقررت الطلاق ، فطلبت منه الطلاق عدة مرات و لكنه دائماً يقابلها بالرفض ، بعد سنوات قررت الحالة أن ترفع عليه قضية خلع و لكن أهلها رفضوا بحجة أن أسبابها غير مقنعة و لا يعنفها و يحبها لا يريد التخلي عنها ، لكن الزوج استمر في عدم احترامها ، ففدت الأمان اتجاهه ، فرفعت قضية خلع لكن المحكمة رفضت طلاقهما لعدم وجود دليل مقنع ، الحالة تخلت عن الزوج من جميع النواحي ، فقررت الزواج و بالفعل تزوج استغلت الحالة الموقف ، فرفعت عليه قضية خلع ثانية بسبب زواجه عليها دون إذنها ، تطلقت الحالة في 2018 بعد زواج دام 12 سنة بدون أطفال ، الحالة ترغب في إعادة تجربة الزواج مع رجل تشعره معه بالأمان، الاستقرار و الحب.

### 3.1 تحليل المقابلة :

من خلال تطبيق المقابلة العيادية النصف موجهة التي تضمنت 5 محاور لمصادر المرونة النفسية و هي كالتالي : خصائص الشخصية , المساندة الأسرية , المستوى التعليمي, المساندة الاجتماعية , المعتقد الديني .

**محور خصائص الشخصية :** تبين لنا بأن الحالة تستمد طاقتها و قوتها من خلال الخصائص الايجابية لشخصيتها تتمتع الحالة بالتفاؤل و النظرة الايجابية للذات و الثقة في قدراتها التي تملكها من خلال إدراكها الحقيقي للأحداث من حولها و تحمل المسؤولية حيث تكيفت الحالة تأقلمت و تكيفت بعد أزمة الطلاق التي مرت بها ، كذلك الحالة تهتم كثيرا بسعادتها و حبها لذاتها ونضجها الانفعالي و الاجتماعي و هذا يتجلي في قولها : **( عندي الثقة في روعي و فاهمة هذي الدنيا مليح )** ، الحالة تتمتع بالقدرة علي حل المشكلات المختلفة التي تواجهها في حياتها اليومية ، الحالة تشعر بالراحة و الطمأنينة و السعادة النفسية و الرضا عن الذات في قولها : **( أنا مطلقة بصح منحسش روعي كيما المطلقات لخرين لي حاسين بالحقرة و مذلولين أنا بالعكس نحس بأن العباد يحترموني , مكانش واحد مطيح من قيمتي و لا اجيب سيرتي )** ، تعتبر الصحة النفسية من ثمرات المرونة النفسية حيث تعرف علي أنها النضج الانفعالي و الاجتماعي و توافق الفرد مع نفسه و مع العالم حوله و القدرة علي تحمل المسؤوليات الحياة و مواجهة ما يقابله من المشكلات .  
( عبد الكريم ، 2016 ، ص 19 )

قيمت الحالة ثقتها بنفسها 1000 % في قولها : **( واثقة من روعي 1000% مش حتي 100 % )** و هذا دليل بأنها تتمتع بالشخصية القوية و هذا ما جعلها تواجه الضغوطات النفسية قبل وبعد طلاقها بقوة و شجاعة فهي تأمن بأهدافها و تحققها مما جعلها تشعر بالاطمئنان والنجاح في حياتها الخاصة و العملية ، الحالة راضية عن نفسها بشكل كبير و لها القدرة علي اتخاذ القرارات المصيرية فالحالة تطلعت بإرادتها دون تدخل أي فرد في قرارها في قولها : **( قبل ما نطلق كنت خايفة من الاشاعات قويت روعي و بيتها و درت الثقة في نفسي )** ، تبين لنا بأن الحالة لديها القدرة علي تحمل الإحباط و تتمتع بضبط النفس و الأفكار و الأحاسيس و العواطف السلبية ، حيث يؤكد هاييز ( 2006 ) بأن سمات الشخصية القوية مستمدة من المرونة النفسية لدي الفرد حيث تتمثل في الايجابية و التكيف مع الظروف المعاكسة كذلك التفاؤل و المهارات الانفعالية و التغلب علي النتائج السلبية للضغوط .  
( برقيقة ، 2017 ، ص 19 )

خلال المقابلة العيادية النصف موجهة سألنا الحالة عن أسباب طلاقها فكان ردها كالتالي :  
(راجلي هو السبب تمادي عليا و عفس عليا و لبز عليا مش محترمني ميقدرنيش أسبني أكثر

حاجة ضررتني ) ، الحالة عاشت العنف المعنوي و اللإهانات و الغيرة المرضية من قبل طليقتها وكذلك اللامبالاة و عدم الاهتمام و التجاهل و حرمانها من الزيارات العائلية أو الخروج أكدت دراسة فضيلة الشعبي بأن السبب المباشر لطلاق النساء الجزائريات هو الخلافات الزوجية وسوء التفاهم مع الشريك و هذا راجع إلي وجود صراعات بينهما و نقص إدراك مسؤولياتهما وأدوارهما الزوجية تبين لنا بأن الحالة عاشت الحالة 12 سنة مع زوج متسلط ، عنيد ، عصبي و مسيطر . ( الشعبي ، 2013 ، ص )

أما محور المساندة الأسرية : تبين لنا بأن الحالة ( م ، ع ) فقد تلقت الحالة الدعم المادي والمعنوي من والديها و أخواتها من أجل رفع قضية الخلع كذلك تلقت المساعدة و التشجيع من أخيها من أجل استقلاليتها المادية بفتح ورشة خياطة ، و هذا دليل علي العلاقة القوية بين الحالة و أفراد أسرتها في قولها : ( دارنا مرفضوش طلاقي و تقبولي و ساعدوني و خويا سلفي صوارد باش حليت جمعيتي ) ، عائلة الحالة لم يتقبلوا فكرة طلاق ابنتهم خوفا من نظرة المجتمع لكن مع مرور الوقت تقبلوا طلاقها في قولها : ( مع أول دارنا مقبوليش باش نطلق بصح مع الوقت قنعتم و كرهوا مني لأنني كنت ديما غضبانة عندهم ) ، لقد أكد Bénard (1991) أنه على الرغم من الطلاق الذي ينشأ عنه ضغوط نفسية ، إلا أن توفر الدعم من الأسرة يقلل كثيرا من درجة الضغط و يحقق نتائج إيجابية ، العائلة التي تؤكد على قيمة الأعمال المساندة وقيمة رعاية الأخوة أو الأخوات و مساهمتهم جزئيا في دعم الأسرة يساعد على تعزيز القدرة على التكيف لدي المرأة و إبداء في قدرة الجلد عند التعرض لأحداث صدمية مولدة للضغوط أو التعرض للصعوبات بشكل يومي . ( جار الله 2013 ص 124 )

محور المستوي التعليمي : الحالة ( م . ع ) تعتبر دراستها و مستواها التعليمي فخر لها وشهادة تعزز بها ، لكن لا تعتبر مستواها التعليمي له دور في تخطي أزمة طلاقها في قولها : ( محسيتش بلي قرائتي عندها دور في طلاقي ، قرائتي نحبها كمتعة و زادنتي في المستوي ) ، تبين لنا بأن الحالة قبل طلاقها دعمت شخصيتها من خلال كتب علم النفس و خاضة كتب تطوبر و بناء الذات و هذا كون لها دافع من أجل تخطي أزمة الطلاق في قولها : ( سنين و أنا نقرا و نبعث باش نقوي ذاتي باش كي نطلق منحسش بالنقض باش نكون قوية قدام نفسي و قدام الناس ) ، الحالة لديها نموذج من النساء المطلقات الناجحات اللاتي تغلبن علي أزمة الطلاق و هي امرأة عاشت نفس تجربها هذه النموذج من النساء استطاعت إعادة توازنها وأصبحت امرأة نو مكانة علمية و اجتماعية في المجتمع حيث تملك جميع مستلزمات الحياة في قولها : ( كان عندي نظرة بأن المرأة المطلقة انسانة فاشلة و مدمرة و خاصة نظرة المجتمع للمطلقة بصح كي شفت هذي الحالة بلي عاودت حياتها و مخفتش من هدره الناس هزيت العبرة منها و طلقت ) .

أما محور المساندة الاجتماعية : الحالة ( س . ج ) لديها علاقات اجتماعية ايجابية مع وزملائها من العمل و محيطها و تتميز شخصيتها المرحة و المتسامحة و البشاشة و لكن لا يوجد لديها شخص مقرب في قولها : ( عندي صحباتي بصح معنديش صديقات مقربين لأنني بعد الطلاق قطعت علاقتي بهم ) ، فالحالة ليس لديها منحة طلاق ، لكن لديها جمعية من خلالها تعين بها قوت يومها أي لديها استقلالية مالية في قولها : ( عندي جمعية نصرف منها كافية روي الحمد الله ) الحالة لا تعتبر نفسها عالة علي عائلتها لأنها تعتمد علي نفسها وهذا ما عزز ثقتها بنفسها ، طلبنا من الحالة تقديم نصيحة للنساء المقبلات علي الطلاق ، فكانت إجابتها كالتالي : ( تخم مريح قبل ما تطلق و نوفر خدمة أو مصروف تعين بيه روحا بصح بلاصة الرجل تبقي بلاصة الرجل قبل ما تطلق لازم تخم مريح لأنو الطلاق ماشي ساهل حتي بلا ولاد مش ساهل ، أنا محتاجة راجل اونسني ويفهمني ) ، تبين لنا بأن الحالة تشعر بالوحدة النفسية نتيجة لعدم وجود زوج يفهمها و يحبها لتعيش معه حياة سعيدة مبنية علي الحب والاستقرار النفسي ، حيث أكد أكد تشينج و فيرنهام بأن خبرة الشعور بالوحدة النفسية تؤثر سلبا علي الثقة بالنفس وعدم الشعور بالسعادة النفسية و كذلك الأسوي و الحاجة إلي الألفة ، كما أكد نموذج Rokach بأن السبب الرئيسي للشعور المطلقة بالوحدة النفسية هو قصور في النظام المساندة الأسرية .

(دهون ، 2017 ، ص 33 )

أما المحور الأخير المتمثل في المعتقد الديني : الحالة ( م . ع ) لديها صلة قوية بالله تعالي ومؤمنة بقضاء الله وقدره ، ﴿ فالطلاق أبعض الحلال إلي الله ﴾ ، لكن في بعض الأحيان ينهي معاناة المرأة و ذلك يتجلي في قولها : ( الحمد لله لقيت راحتي النفسية بعد الطلاق ) ، الحالة لديها الرغبة في تكرار تجربة الزواج مع الزوج المناسب الذي يحترمها ويساندها و ليكون لها دعما و أنيسا لحياتها القادمة ( نحوس نزوج براجل لازم نكون نحو ميهمش الجانب المادي المهم محترمني و اونسني و اكون زيادة فيا ) ، كذلك تبين لنا بأن الحالة متقبلة وضعها و راضية بحكمة الله و لا تعارض قدر الله تعالي في قولها : ( الطلاق بالنسبة ليا نعمة لأنني دمرت نفسيا كون بقيت معاه راني وليت نشرب الأدوية النفسية و الحمد لله متقبلي كلش من عند ربي ) ، ، في الأخير سألنا الحالة هل إذا كان الخلع نعمة أو نعمة بالنسبة للنساء الجزائريات فكان ردها كالتالي : ( الخلع نعمة لأنو المرأة متخمش تروح تروح من أول مشكلة ، الراجل بالو طويل ميطلقش في سع ) ، الحالة تعتبر الخلع نعمة بالنسبة للنساء الجزائريات لأنه تعتبر تسرع و الحل الأول بالنسبة لهن و تسرع في لحظة غضبهن ، أما بالنسبة للحالة فهي رافضة الرجوع إلي طليقها لأنه سبب لها ألم نفسي .



#### 4.1 نتائج مقياس المرونة النفسية :

➤ تحصلت الحالة ( م . ع ) علي درجة 93 من المقياس المرونة النفسية حسب إجابتها علي الكثير من العبارة كثيرا فهي تتمتع بمستوي مرونة نفسية مرتفع.

الأبعاد	الدرجات
بعد التطور و النمو	21 درجة
بعد الفاعلية الذاتية	63 درجة
بعد التفاؤل	22 درجة

➤ يظهر من خلال الجدول بأن الحالة ( م . ع ) تعتمد علي بعد الفاعلية الذاتية بي 63 درجة وهذا يفسر بان الحالة لديها القدرة علي حل المشكلات وهذا ما جعلها تتوافق ايجابيا مع أحداث و وقائع الحياة كذلك يعتبر ميكانيزم ينشأ من خلال تفاعل الحالة مع الظروف المحيطة بها و هذا ما عكس ثقتها بنفسها و قدرتها علي النجاح في حياتها العملية حيث تؤكد ريفيتيش علي اختلاف مفهوم فعالية الذات عن مفهوم تقدير الذات بمعنى أن فاعلية الذات ليست مجرد الرضا المرء عن ذاته بل إنها مجموعة من المهارات المتركرة علي فكرة التمكن من التوافق مع الأحداث و وقائع الحياة الايجابية و السلبية. (عبد الكريم, 2019, ص 24 )

#### 5.1 التحليل العام للحالة :

➤ من خلال المقابلة العيادية النصف موجهة مع الحالة ( م . ع ) و تطبيق مقياس المرونة النفسية اتضح بأن للحالة مستوي مرونة نفسية مرتفع ، حيث تتمتع الحالة بالصحة النفسية الجيدة و القدرة علي تحمل المسؤولية بجدية و العلاقات الاجتماعية الايجابية مع الآخرين والاستقلالية الذاتية وكذلك الشعور بالسعادة النفسية ، أكد أزلينا و شاهير بأن الأفراد الذين يتمتعون بمستوي مرونة نفسية مرتفع لديهم القدرة علي التعافي من الأمراض ، الاكتئاب والمصائب و قيام الفرد بوظائفه بالرغم من التحديات و الظروف الصعبة المحيطة به و هذا يتطلب من الفرد القدرة علي التكيف الفعال الذي يتضمن الأفكار و الأفعال . ( شقورة ، 2012 ، ص 10 )

➤ و تعتمد الحالة علي بعد الفاعلية الذاتية حيث تتمتع بالاجابية و بالكفاءة اتجاه الظروف العصبية التي عاشتها الحالة حيث الحالة مدركة لقدراتها الفكرة و الاجتماعية أي أن لديها القدرة علي تحقيق أهدافها

علي نحو فعال و شعور قوي يسمح لها بالمتابعة علي الرغم من الصعوبات و العقبات التي مرت بها يعرف باندورا الفاعلية الذاتية بأنها توقعات الفرد عن أدائه للسلوك في مواقف تتسم بالغموض تنعكس وهذه التوقعات علي اختصار الفرد للأنشطة المتضمنة في الأداء و كمية الجهود المبذولة و مواجهة الصعاب و انجاز السلوك . ( سرايه و بالقاسمي ، 2019 ، ص 126 )

الحالة تعتمد علي مصدر خصائص الشخصية و هذا ما عزز ثقته بنفسها و جعلها تتخطي أزمة طلاقها و تجدد حياتها ، الحالة تتميز بتقدير ذاتها المرتفع و شعورها بالرضا و القناعة بالإضافة إلي إدراكها لحجم قدراتها العقلية وعدم اعتمادها علي الآخرين و كذلك اجتهادها لتحقيق أهدافها ولإستقلاليتها المادية و لإتزانها الانفعالي ، تعرف خصائص الشخصية بأنها الصفات الجسمية أو العقلية أو الانفعالية أو الاجتماعية سواء كانت هذه السمات فطرية أو مكتسبة يتميز بها الشخص ، و تعبر عن استعداد ثابت نسبيا كنوع معين من السلوك و يفهم الفرد في ضوء سمات شخصيته . ( تريكي و طيب ، 2017 ص 28 )

## 2. البيانات الأولية للحالة الثانية :

الاسم : س	اللقب : ج
السن : 37 سنة	المستوي الدراسي : جامعي
المقر: قسنطينة	المهنة : مستشارة توجيه
الحالة الاجتماعية : مطلقة منذ 2016	عدد الأولاد : طفل
السن عندما تزوجت : 24 سنة	مدة الزواج : 8 سنوات
عدد المقابلات التي أجريت مع الحالة : ثلاثة مقابلات عيادية .	

بيانات عن زوج الحالة :

سن الزوج عندما تزوج : 44 سنة	السكن : مستقل
المستوي الدراسي : ثانوي	المهنة : جندي

## 1.2 عرض المقابلات للحالة :

المقابلة الأولى : أجريت بتاريخ : 2020/08/11 , دامت حوالي 20د , تمت عبر الموقع التواصل الاجتماعي ( Messenger ).

خصصت هذه المقابلة للتعرف علي الحالة و تقديم توضيح عن سبب اختيارها كحالة في دراستنا بالإضافة إلي الاتفاق علي مواعيد للمقابلات المقبلة و أخذ الموافقة منها طبعاً .

المقابلة الثانية : أجريت بتاريخ 2020/08/12 , دامت حوالي 55 د , تمت عبر موقع التواصل الاجتماعي ( Messenger ).

خصصت هذه المقابلة من أجل تطبيق دليل المقابلة , طرح الأسئلة و التحدث و التعمق أكثر في الحياة الشخصية للحالة و كذلك من أجل جمع البيانات الأولية .

المقابلة الثالثة : أجريت بتاريخ 2020/08/13 , دامت حوالي 30د , تمت عبر الموقع التواصل الاجتماعي ( Messenger ).

خصصت هذه المقابلة من أجل تطبيق مقياس المرونة النفسية (L'echelle de Hardiesse 2008 ) من أجل التعرف علي درجات المتحصلة عليها الحالة.

## 2.2 ملخص الحالة :

الحالة ( س . ج ) تبلغ من العمر 37 سنة ، تزوجت في سن 24 سنة زواج تقليدي و أم لطفل تعمل مستشارة توجيه في قسنطينة ، تعتبر الوسطي بين أخواتها الستة ، فالحالة قبل الزواج انفقت مع زوجها أن يقطنان مدة قصيرة في بيت أهله بحكم زوجها يعمل بعيد عن المدينة و بعد تقاعده من العمل ينتقلان إلي منزل مستقل و علي هذا الأساس تم الزواج ، بعد مدة من الزواج تفاجأت بتصرفات الغير العقلانية و غيرته عليها الغير الطبيعية ، و كذلك الفرض عليها مالا تطيقه , الحالة تحملت قسوة الزوج ظناً منها بأن عندما تنتقل إلي بيتها الخاص سوف تتحسن علاقتهم ، بعد ثلاثة سنوات من الحرمان انتقلت الحالة إلي مسكن خاص ، لكن الحالة تفاجأت باتهامات الزوج لها بالخيانة و الطعن في شرفها حيث هذا الحدث جعلها تخرج عن صمتها طالبة من زوجها الطلاق و متجهة نحو منزل والديها الزوج رفض الطلاق لأنه يجبها لكن الحالة أصرت علي الطلاق لأنها شعرت بالاهانة و عدم الثقة في زوجها ، الحالة رفعت قضية خلع علي زوجها و تطلقت سنة 2016 بعد زواج دام ثمانية سنوات الحالة رافضة الزواج مرة أخرى , أما طليقها فقد تزوج منذ سنة .

## 3.2 تحليل المقابلة :

من خلال تطبيق المقابلة العيادية النصف موجهة التي تضمنت 5 محاور لمصادر المرونة النفسية وهي كالتالي : خصائص الشخصية , المساندة الأسرية , المستوى التعليمي, المساندة الاجتماعية المعتقد الديني .

**محور خصائص الشخصية :** تبين لنا بأن الحالة ( س. ج ) تتمتع بالصحة النفسية الجيدة وبالاجابية كذلك سلامة العقل و السلوك و لها قدرة علي التفكير و حل المشكلات المختلفة التي تواجهها في حياتها اليومية ، الحالة تشعر بالراحة و الطمأنينة و السعادة النفسية في قولها : (راني عايشا هانية وطلقت عن قناعة ) ، الحالة لديها القدرة علي تحمل المسؤولية في قولها : ( نربي في ولدي ربي اخيهولي و نخدم و نلاوي بجدي المريضة بالزهايمر ) تبين لنا بأن الحالة متقبلة لحياتها و تشعر بالرضا و متوافقة و متكيفة مع وضعها كونها امرأة مطلقة و أم لطفل و متقبلة لظروف جدتها الصعبة و تعتني بها عن قناعة حب ، تعتبر الصحة النفسية من ثمرات المرونة النفسية حيث تعرف علي أنها النضج الانفعالي و الاجتماعي و توافق الفرد مع نفسه مع والعالم حوله و القدرة علي تحمل المسؤوليات الحياة و مواجهة ما يقابله من المشكلات . ( عبد الكريم ، 2016 ، ص 19 )

الحالة تعتبر شخصية انبساطية و لها قابلية علي التكيف السريع مع أزمة طلاقها و تتعامل مع متطلبات الحياة بالرضا الذاتي و الاجتماعي و ذاك يتجلي في قولها : ( نحب نساعد الناس و نحب نعيش و نلبس و نخرج متأثرش فيا هدرة الناس ) ، أكد هانز أيزنيك بأن أدمغة اللامبساطيين يتم تشيبتها بصورة مختلفة بحسب الظروف و لهذا علاقة وثيقة للدوبامين الذي هو ناقل عصبي مسؤول عن ضبط مراكز المكافأة و المتعة في الدماغ .

قيمت الحالة ثقتها بنفسها 99 % في قولها : ( واثقة من روعي كل الثقة و ثيقتي بنفسني عالية جدا ) و هذا دليل بأنها تتمتع بالشخصية القوية و هذا ما جعلها تواجه الضغوطات النفسية قبل و بعد طلاقها بقوة و شجاعة فهي تأمن بأهدافها و تحققها مما جعلها تشعر بالاطمئنان والنجاح في حياتها الخاصة و العملية ، الحالة راضية عن نفسها بشكل كبير و لها القدرة علي اتخاذ القرارات المصيرية فالحالة تطلعت بإرادتها دون تدخل أي فرد في قرارها في قولها : ( محتاج حتي واحد افهمني في شخصيتي فاهما روعي واش نحوس و واش منحوسش ) ، تبين لنا بأن الحالة لديها القدرة علي تحمل الإحباط وتتمتع بضبط النفس و الأفكار و الأحاسيس والعواطف السلبية .

حيث يؤكد هايز ( 2006 ) بأن سمات الشخصية القوية مستمدة من المرونة النفسية لدي الفرد حيث تتمثل في الايجابية و التكيف مع الظروف المعاكسة كذلك التفاوض و المهارات الانفعالية و التغلب علي النتائج السلبية للضغوط . ( برقية ، 2017 ، ص 19 )

خلال المقابلة العيادية النصف موجهة سألنا الحالة عن أسباب طلاقها فكان ردها كالتالي : (راجلي كان شكاك و موسوس بزاف لدرجة اتهمني في عرضي مع راجل أختو كان غيار بزاف غيرتو مع هبال مش عادية ) ، الحالة عاشت مع زوجها الظلم ، القسوة ، العنف و الضرب الحالة كانت متحبة في منزلها و لا تقابل أحد من أفراد أسرتها أو أسرته ، كان زوجها في أغلب الأحيان يسجنها في غرفتها كي لا تلتقي بأحد من أخواته الذكور و مانعها من الخروج سوي بمرافقة أمه في قولها: ( كان يحبسني لي اجو ضياف و كي نلومو يضربني و نخرج غير مع يماه و محبني في دار نظيب ونقضي بالخمار ) ، بكت الحالة لأنها تذكرت مشهد زوجها ويعنفها و قالت : ( حسبيا الله و نعم الوكيل ) ، أكدت دراسة فضيلة الشعبي بأن السبب المباشر لطلاق النساء الجزائريات هو الخلافات الزوجية و سوء التفاهم مع الشريك و هذا راجع إلي وجود صراعات بينهما و نقص إدراك مسؤولياتهما و أدوارهما الزوجية . ( الشعبي ، 2013 ص 54 )

تبين لنا بأن الحالة عاشت الحالة ثمانية سنوات مع زوج متسلط ، عنيد ، عصبي و مسيطر لا يتقن فن الحوار .

أما محور المساندة الأسرية : تبين لنا بأن الحالة ( س ، ج ) تستمد طاقتها و مناعتها النفسية من محيط أسرتها حيث الحالة تلقت الدعم و الرعاية من طرف أسرتها و تم احتواءها و محاولة إسعادها و الاهتمام بطفلها الوحيد من الناحية المادية و المعنوية و تعويضه عن حنان الأب حيث والد الحالة يهتم بأنها كأنه ابنه و يخاف عليه و يراعه في قولها : ( أسرتي دعموني بزاف و حاولو إلبولي جميع احتياجاتي مدولي كلشي ، اقومو بيا و خاصة بولدي اهزوه و يكسوه و يلعبو بيه كي شغل ولداهم ) عائلة الحالة لم يقبلوا فكرة طلاق ابنتهم خوفا من نظرة المجتمع لكن مع مرور الوقت تقبل الأب طلاق ابنتهم و كان مشرفا علي الأمور القانونية للطلاق لأنه اعتبر سعادة ابنتهم أهم من المجتمع و معتقداته في قولها : ( بابا كان رافض طلاقي لأنو هوا حشام و عاقل و خطيه المشاكل ) ، أكد Bénard بأنه على الرغم من الطلاق الذي ينشأ عنه ضغوط نفسية إلا أن توفر الدعم من الأسرة يقلل كثيرا من درجة الضغط و يحقق نتائج إيجابية العائلة التي تؤكد على قيمة الأعمال المساندة و قيمة رعاية الأخوة أو الأخوات و مساهمتهم جزئيا في دعم

الأسرة ،يساعد على تعزيز القدرة على التكيف لدي المرأة و إبداء في قدرة الجلد عند التعرض لأحداث صدمية مولدة للضغط أو التعرض للصعوبات بشكل يومي. (جار الله ، 2013 ، ص123)

**محور المستوي التعليمي :** الحالة ( س . ج ) استطاعت تخطي الصعاب وأزمة طلاقها من خلال مستواها العلمي الجامعي و مستواها الثقافي و به عززت ثقتها بنفسها و إعادة توازنها النفسي ، المادي و العقلي و الانفعالي ، حيث الحالة شكرت الله ثم والديها اللذان درساهما إلي مستويات عليا من التعليم في قولها: ( نعم أكيد و ألف أكيد لولا مستويا التعليمي ماكنتش نقدر نتغلب علي مشكلة الطلاق نهائيا الحمد لله بها راني انسانة متزنة و بها راني نخدم الشكر لله لأنو والديا قرآوني و بها راني نعرف بلي القضاء و القدر من عند ربي و لازمنا نرضاو بيه ) وهذا ما أكده وانغ و آخرون بأن المستوي التعليمي يعتبر من المصادر المهمة للمرونة النفسية فهو عبارة عن عملية نفسية حيث يمكن للفرد أن يقف بعيدا عن أفراد أسرته و أصدقائه من أجل تحقيق أهدافه و بناء شخصيته من أجل النهوض بالتنمية النفسية . ( جار الله ، 2013 ، ص 124)

تبين لنا بأن الحالة شديدة المطالعة للكتب و خاصة كتب علم النفس المتعلقة بالصحة النفسية وهذا دليل بأن الحالة تحاول استعادة عافيتها النفسية من أثر صدمة طليقها من خلال كتب تقوية الذات الحالة لديها نموذج من النساء المطلقات الناجحات اللاتي تغلبن علي أزمة الطلاق و هي صديقة الحالة التي عاشت نفس تجربها وهي أيضا أم لي طفل هذه النموذج من النساء استطاعت إعادة توازنها وأصبحت امرأة ذو مكانة علمية و اجتماعية في المجتمع حيث تملك جميع مستلزمات الحياة من مسكن خاص و سيارة و عمل ، الحالة تطمح إلي أن تحاكي هذه النموذج من النساء المطلقات القويات في قولها : ( نعرف وجدا عانة كيفي و كانت ضحية راجلها كيفي و دارت الكوراج و طلقت و ضرك عايشة مع ولدها هانية في دارها و عندها طكسي و بالبوست تاها عايشة لابال في ) .

**أما محور المساندة الاجتماعية :** الحالة ( س . ج ) لديها علاقات اجتماعية ايجابية مع وزملائها من العمل و محيطها و حتي مع عائلة طليقها مازلت تتواصل معهم و تسأل عن حالهم الحالة تتميز شخصيتها المرحة و المتسامحة في قولها ( حباباتي و صديقاتي علاقتي بيهم مليحة و ديما واقفين معايا حتي فامليت طليقي مزلت معاهم متفاهمة ) ، العلاقات الاجتماعية للحالة قائمة علي الثقة والاهتمام ، الأمن و السعادة مما ساعدها علي تخطي أزمة طلاقها وساهم في التخفيف من ضغوطات حياتها و تشجيعها عن الاندماج في الأنشطة الاجتماعية(العمل) حيث عرفها سارسون وجونسون (1989) بأنها مدي وجود أو توافر أشخاص يمكن للفرد أن

يثق فيهم ، و يعتقد أنهم في وسعهم أن يعتنوا فيه و يحبوه و يقللوا بجانبه عند الحاجة .  
( أبو القمصان ، 2017 ، ص 10 )

لكن الحالة ليس لديها أي صديقة مقربة لأن كان طليقها هو الشخص الوحيد المقربة لديها واعتبرته صديقتها و زوجها في نفس الوقت في قولها : ( المقرب الوحيد لي كان عندي هو طليقي) الحالة لديها شعور بالوحدة العافية و الحنين إلي طليقها ، بكت الحالة لأنها تذكرت الذكريات الجيدة مع طليقها ثم قالت : ( ساعات نحسوا مسحور مرات اكون معايا مليح و مرات يتقلب عليا) فالحالة تقييم في منزل والديها ، تعمل مستشارة توجيه و كذلك لديها نفقة و بدل ايجار أي لديها استقلالية مالية و طليقها يعينها علي تربية ابنهما من خلال الدخل المادي ، من خلال المقابلة العيادية النصف موجهة طلبنا من الحالة تقديم نصيحة للنساء المقبلات علي الطلاق حيث بدأت الحالة حديثها من انطلاقا من الآية القرآنية التالية : ( ﴿الطلاق أبغض الحلال إلي الله﴾ ، بصح لا هوا عيب و لا هوا حرام و في الكثير من الاحيان تكون الضحية تاعو المرأة و الأطفال و الطلاق متهوش ساهل خاصة نظرة الناس للمرأة المطلقة يخرجوا فيها طول العيب لازم لكل مرأة تخمم ألف مرة قبل الطلاق ) ، بكت الحالة عن حالي ابنها لأنه يعيش بدون أب .

أما المحور الأخير المتمثل في المعتقد الديني : الحالة ( س . ج ) لديها صلة قوية بالله تعالي ومؤمنة بقضاء الله و قدره ، ﴿ فالطلاق أبغض الحلال إلي الله﴾ ، لكن في بعض الاحيان ينهي معاناة المرأة و ذلك يتجلي في قولها : ( أنا تخليت علي الرجل الوحيد عرفتوا وحببتوا في حياتي بصح منيش نمدانة علي الطلاق لأنني عشت معاه كلشي مش مليح في هذي الدنيا ) الحالة مقتتعة بطلاقها و رافضة الزواج مرة أخرى أو العودة لطلاقها لأنها مقتتعة بأن حكمة الله فوق كل شيء و هذا في قول الله تعالي: ﴿ ما أصاب من مصيبة في الأرض و لا في أنفسكم إلا في كتاب من قبل أن نبرأها﴾ ( الحديد آية 22 ) ، الحالة سعيدة كون الشرع منحها حضانة طفلها الوحيد الذي اعتبرته كل حياتها فهي شاكرة لله و تسأل الله أن يحفظه لها و يرعاه في قولها : ( الحمد لله ولدي معايا و هذا واش نتمني من هذي الدنيا غير نشوفو بين يديا و قدام عيني ربي يحفظهولي ) ، في الأخير سألنا الحالة هل إذا كان الخلع نعمة أو نقمة بالنسبة للنساء الجزائريات فكان ردها كالتالي : (بالنسبة ليا كان نعمة لأنو كون ماجاش كاين الخلع راني مازلت نعاني و نكون ضحية المرض النفسي لي اعاني منو طليقي وخاصة ولدي لي كان راح ينشأ في بيئة أسرية غير مستقرة ) ، الحالة تعتبر الخلع نعمة لأنها في أغلب الاحيان يكون مفتاح الفرج للنساء اللاتي يعانين من ظلم الزوج و استبداده .

#### 4.2 نتائج مقياس المرونة النفسية :

➤ تحصلت الحالة ( س. ج ) علي درجة 100 من المقياس المرونة النفسية حسب إجابتها علي الكثير من العبارة دائما فهي تتمتع بمستوي مرونة نفسية مرتفع .

الأبعاد	الدرجات
بعد التطور و النمو	23 درجة
بعد الفاعلية الذاتية	43 درجة
بعد التفاؤل	26 درجة

➤ يظهر من خلال الجدول بأن الحالة ( س. ج ) تعتمد علي بعد الفاعلية الذاتية بي 43 درجة وهذا يفسر بان الحالة لديها القدرة علي حل المشكلات وهذا ما جعلها تتوافق ايجابيا مع أحداث و وقائع الحياة حيث تؤكد ريفيتيش علي اختلاف مفهوم فعالية الذات عن مفهوم تقدير الذات بمعني أن فاعلية الذات ليست مجرد الرضا المرء عن ذاته بل إنها مجموعة من المهارات المتركرة علي فكرة التمكن من التوافق مع الأحداث و وقائع الحياة الايجابية والسلبية. (عبد الكريم ,2019,ص 24 )

#### 5.2 التحليل العام للحالة :

➤ من خلال المقابلة العيادية النصف موجهة مع الحالة ( س . ج ) و تطبيق مقياس المرونة النفسية اتضح بأن للحالة مستوي مرونة نفسية مرتفع ، حيث تتمتع الحالة بالصحة النفسية الجيدة و القدرة علي تحمل المسؤولية بجدية و العلاقات الاجتماعية الايجابية مع الآخرين والاستقلالية الذاتية وكذلك الشعور بالسعادة النفسية ، أكد أزلينا و شاهير بان الأفراد الذين يتمتعون بمستوي مرونة نفسية مرتفع لديهم القدرة علي التعافي من الأمراض ، الاكتئاب والمصائب و قيام الفرد بوظائفه بالرغم من التحديات و الظروف الصعبة المحيطة به و هذا يتطلب من الفرد القدرة علي التكيف الفعال الذي يتضمن الأفكار و الأفعال . ( شقورة ، 2012 ، ص 10 )



- و تعتمد الحالة علي بعد الفاعلية الذاتية حيث تتمتع بالايجابية و بالكفاءة اتجاه الظروف العصبية التي عاشتها الحالة حيث الحالة مدركة لقدراتها الفكرة و الاجتماعية أي أن لديها القدرة علي تحقيق أهدافها علي نحو فعال و شعور قوي يسمح لها بالمثابرة علي الرغم من الصعوبات و العقبات التي مرت بها ، يعرف باندورا الفاعلية الذاتية بأنها توقعات الفرد عن أدائه للسلوك في مواقف تتسم بالغموض ، و تنعكس هذه التوقعات علي اختصار الفرد للأنشطة المتضمنة في الأداء و كمية الجهود المبذولة و مواجهة الصعاب و انجاز السلوك .
- الحالة تعتمد علي مصدر المساندة الأسرية الحالة وجدت الدعم الكافي من أفراد أسرتها و كانوا لها سند في محنتها و ظروفها العصبية حيث تعاطفوا معها و اهتموا بطفلها و هذا ما جعلها تتحمل و تصبر علي الضغوطات و الشدائد التي مرت بها ، فأسرة الحالة ( س . ج ) لبت لها جميع الوظائف من حب ، تقدير ، توجيه و ضبط للسلوك ، كذلك التعليم ، يعرف **عبد السلام** المساندة الأسرية بأنها المشاركة الفعالة للأسرة و البيئة عموماً لتعزيز مواجهة أحداث الحياة الضاغطة والتكيف معها من أجل الشعور بالقيمة و احترام الذات و التخفيف من هذه الأحداث حتي لا يقع الفرد فريسة للإصابة بالاضطرابات النفسية (صوشي ، 2017 ، ص 42)

### 3. البيانات الأولية للحالة الثالثة :

الاسم : ن

اللقب : م

السن : 54

المستوي الدراسي : لسانس

المقر : بسكرة

المهنة : ورشة خياطة

الحالة الاجتماعية : مطلقة منذ 2008

عدد الأولاد : 0

السن عندما تزوجت : 39

مدة الزواج : 2 سنوات

عدد المقابلات التي أجريت معها عبر المواقع التواصل الاجتماعي ( فيسبوك و فايبر ) : ثلاثة مقابلات .

بيانات عن زوج الحالة :

السن عندما تزوج : 40

المهنة : موظف

المستوي الدراسي : ثانوي

السكن : مستقل

### 1.3 عرض المقابلات للحالة :

المقابلة الأولى : أجريت بتاريخ : 2020/03/05 ، دامت حوالي 40د ، تمت بمكان عمل الحالة .

خصصت هذه المقابلة للتعرف علي الحالة و تقديم توضيح عن سبب اختيارها كحالة في دراستنا ، بالإضافة إلي الاتفاق علي مواعيد للمقابلات المقبلة و أخذ الموافقة منها طبعاً .

المقابلة الثانية : أجريت بتاريخ 2020/08/11 ، دامت حوالي 2 سا ، تمت عبر موقع التواصل الاجتماعي ( Messenger ) .

خصصت هذه المقابلة من أجل تطبيق دليل المقابلة ، طرح الأسئلة و التحدث و التعمق أكثر في الحياة الشخصية للحالة و كذلك من أجل جمع البيانات الأولية .

المقابلة الثالثة : أجريت بتاريخ 2020/08/12 ، دامت حوالي 30د ، تمت عبر الموقع التواصل الاجتماعي ( Messenger ) .

خصصت هذه المقابلة من أجل تطبيق مقياس المرونة النفسية ( L'echelle de Hardiesse 2008 ) من أجل التعرف علي درجات المتحصلة عليها الحالة .

### 2.3 ملخص الحالة :

الحالة ( ن . م ) تبلغ من العمر 54 سنة ، تزوجت في سن 39 سنة من ابن خالتها الذي وعدها بالحياة المستقرة ، تعتبر الحالة هي الصغرى بين أخواتها الخمس و والديها متوفيان .

عند زواجها مكثت بمنزل والديها لكي لا تترك والدتها العاجزة المريضة لوحدها بالاعتبار زوجها هو رجل العائلة ، للعلم زوجها مطلق و له ولدان ، الحالة كانت رافضة لهذا الزواج لأنه رجل غير صالح و غير مسؤول لكن والدتها أجبرتها علي الزواج به ، دامت مدة زواجها حوالي العامين ، بعد ثلاثة أشهر من الزواج توفيت والدة الحالة ، بعد ذلك عاشت الفقر و الحرمان و كانت تضرب يومياً تقريباً بسبب إدمانه علي الكحول و كان زير نساء ، الحالة لم تتحمل الإهانة لأنه تزوج عليها تطلقت سنة 2008 الحالة رافضة الزواج مرة أخرى و تعمل الآن في ورشة خياطة من أجل إعانة نفسها و تقطن مع أخيها و زوجة في منزل والديهما ، عانت الحالة الإحباط من حملها لقب المطلقة و انعزلت عن كل المحيطين بها .

## 3.3 تحليل المقابلة :

من خلال تطبيق المقابلة العيادية النصف موجهة التي تضمنت 5 محاور لمصادر المرونة النفسية و هي كالتالي : خصائص الشخصية ، المساندة الأسرية ، المستوى التعليمي ، المساندة الاجتماعية المعتقد الديني

**محور خصائص الشخصية :** تبين لنا بأن الحالة ( ن ، م ) تتمتع ببعض السمات الايجابية و أخرى سلبية حيث أن الحالة تتمتع بالصحة النفسية الجيدة و بالاجابية كذلك بصحة العقل و سلامة السلوك فلها القدرة علي حل المشكلات المختلفة التي تواجهها في حياتها في قولها ( **طلقت عن قناعة و بريضايتي دون تردد** ) ، الحالة لديها القدرة علي التحكم بانفعالاتها و الاحتفاظ بالهدوء أثناء تعرضها للمصائب والضغوطات النفسية لقولها ( **نحب نخم مليح قبل ما ندير حتى قرار** ) ، أما بالنسبة للسمات السلبية تتجلى في الشعور الشديد بالذنب اتجاه ذاتها لأنها اختارت الشخص الخطأ للزواج به في قولها ( **من الأول كان اختياري خطأ للزواج بيه** ) ، الحزن الوحدة و الإحباط بادية علي الحالة لأنها لا تعبر عن حالاتها النفسية و خيبتها في الحياة في قولها ( **ساعات نحس روجي نحتاج إنسان يفهمني معنديش الثقة في روجي** ) تبين لنا أن الحالة تتسم بنوع من ضعف في الشخصية و هذا ما أكدته الباحثة مسعودة كسال في دراستها بأن المرأة بعد طلاقها تفقد هويتها الذاتية بسبب المشاعر و الأفكار السلبية.

( كسال ، 1986 ، ص 57 )

قيمت الحالة ثقها بنفسها حوالي 50 % و هذا راجع إلي شعورها بالعجز و النقص اتجاه ذاتها في قولها ( **أشك في ثقتي بنفسي علي ما أعتقد 50% أو أقل** ) ، خلال المقابل لمقابلة العيادية النصف موجهة سألنا الحالة عن أسباب طلاقها فكان ردها كالتالي : ( **اختياري الخطأ** ) ، الحالة شديدة اللوم لذاتها مما أدي إلي نقص في تقدير ذاتها ، الحالة عاشت مع طليقها الفقر، العنف ، الضرب ، الشتم ، سوء المعاملة و استغلالها لتربية أبنائه في قولها : ( **عشت معاه الفقر و الاهانة والضرب و استغلني باش نربيلو ولادو و هو اعيش كيما المراهق معندوش أدني مسؤولية** ) ، تعرضت الحالة للخيانة الزوجية لعدة مرات لكن رفضت طلب الطلاق لأنها كانت تريد الحفاظ علي العلاقات الأسرية بين أفراد عائلتها ، لكن بعد سنة من الزواج تزوج عليها فقررت الحالة رفع قضية خلع بعد صبرا وعناء ، تطلقت الحالة عام 2008 بعد زواج دام قرابة العامين صممت الحالة ثم قالت : ( **أمي أفسدت حياتي ومحبتش تزوجني و أنا صغيرة كانت أنانية باش متبقاش وحدها كي كبرت قاتلي زوجي بولد خالك يسترک** ) طليق الحالة كان مدمن كحول وزير نساء مما جعل الحالة تشبه حياتها مع طليقها علي أنه مستنقع في قولها : ( **طليقي كان تع نسا ويسكر كنت عايشة معاه في مستنقع ، كون كملت معاه راني منشوفش في وجه ربي** ) ، الحالة غير متقبلة لقب مطلقة ، لأن المطلقة في نظر المجتمع الجزائري تعتبر فاشلة في حياتها و يلغو عليها اللوم كذلك

تعتبر فريسة سهلة للرجل و هذا يتجلي في قولها : ( **نفضل لقب عانس علي لقب مطلقة لان الناس مترحمش** ) حيث أكدت دراسة فضيلة الشعبي أن من بين أسباب رفع النساء لقضايا الخلع هو الخيانة الزوجية ، هاته الخيانة التي لا تأتي من الفراغ بل تأتي بسبب قصور في العلاقة بين الزوجين و الشعور بالملل و الضجر من الشريك و عدم تجديد نشاط الحياة الزوجية بالفكر و الحوار مما يولد لديهم شعور بالانتقام يدفعهم للخيانة الزوجية . (الشعوبي , 2013 , ص 56)

**أما محور المساندة الأسرية** : فقد تلقت الحالة الدعم من أخواتها من أجل رفع قضية الخلع كذلك تلقت المساعدة والتشجيع من أخيها من أجل استقلاليتها المادية بفتح ورشة خياطة ، و هذا دليل علي العلاقة القوية بين الحالة و أفراد أسرتها في قولها : ( **خاوتي مرفضوش طلاقي بالعكس هوما لي شجعوني باش نطلق ، خويا عطاني حانوت باش نحل خياطة** ) لكن مع مرور السنوات لم تعد الحالة محور اهتمام عائلتها و لا يسألها أخواتها عن حالها في حد قولها : ( **أخواتي نبذوني، كنت قطة صغيرة و قطعولها ذيلها** ) الحالة بادي عليها الحزن و اليأس ، بكت الحالة لأنها يتيمة الأبوين و بلا أولاد ، بلا شريك تشكي له حزنها الحالة تعتمد علي نفسها في تلبية حاجياتها ، حيث أكد **تشينج و فيرنهام** بأن خبرة الشعور بالوحدة النفسية تؤثر سلبا علي الثقة بالنفس وعدم الشعور بالسعادة النفسية وكذلك الأسي و الحاجة إلي الألفة ، كما أكد نموذج **Rokach** بأن السبب الرئيسي للشعور المطلقة بالوحدة النفسية هو قصور في النظام المساندة الأسرية. (بن دهنون, 2017, ص33)

**محور المستوي التعليمي** : تبين لنا بأن الحالة ( ن ، م ) تستمد طاقتها و مناعتها النفسية لمواصلة حياتها بهدوء وسكينة نفسية من خلال مستواها الثقافي و العلمي الذي اكتسبته من الجامعة في قولها : ( **كون جيت أقل مستوي كون راني تعبت في حياتي كثر** ) ، الحالة سعيدة كونها تدرس في الجامعة ، حيث تعتبرها المتنفس الوحيد الذي تجد فيه ذاتها ، الحالة بعد طلاقها مباشرة سجلت في دورة بكالوريا سنة 2016 جعلت الدراسة هدفها الوحيد للخروج من أزمة الطلاق فتحدثت نفسها و تحصلت علي شهادة البكالوريا في قولها : ( **درت تحدي و جبت الباك و حققت حلمي و درت الشعبة لي كنت نتمناها من صغري** ) ، الحالة شديدة مطالعة الكتب و المجالات الالكترونية ، تقضي معظم يومها في مطالعة كتب علم النفس و خاصة كتب علم النفس الأسري محاولة بذلك فهم الأنساق الأسرية والاضطرابات الناجمة عنها في قولها : ( **أحاول أن أدمع نفسي من خلال علم النفس ، ديما نطالع الكتب والمجلات تبين لنا بأن الحالة تحاول تدعيم نفسها و زيادة ثققتها بنفسها من خلال علم النفس ، كما أبدت الحالة رغبتها الشديدة في التسجيل لدورات تدريبية لتقوية وتطوير الذات ، و أن هدفها بعد التخرج هو تكوين حقيبة معرفية حول علم النفس الأسري في قولها : ( **حابة ندير حقيبة معرفية حول علم النفس الأسري و هذا هدفي بعد التخرج** ) ، و هذا ما أكده وانغ وأخرون بأن المستوي التعليمي يعتبر من المصادر المهمة للمرونة النفسية فهو عبارة عن عملية نفسية حيث**

يمكن للفرد أن يقف بعيداً عن أفراد أسرته و أصدقائه من أجل تحقيق أهدافه و بناء شخصيته من أجل النهوض بالتنمية النفسية .

إذا فالحالة تعتبر مستوى تعليمها وسيلة لممارسة الأبعاد التكيفية الذي يعزز شعورها بالانتماء و لتعزيز ثقتها بذاتها وتخفيف مشاعر الاغتراب و الانفصال عن المجتمع .

**بالنسبة لمحور المساندة الاجتماعية :** الحالة ( م . ن ) ليس لديها أصدقاء مقربين فالمقربة الوحيدة لديها هي ابنة أخيها التي تعتبرها ابنتها حيث تبحث من خلالها عن الحنان و الأمان في قولها : **( بنت خويا فيها لحنانة لي محستهاش في حتي واحد و تفهم خير من كبار )** ، الحالة تفضل الوحدة و العزلة الاجتماعية و هذا يعتبر نوع من العقاب الذاتي لأنها اعتبرت زواجها جريمة ارتكبتها في حق نفسها ، مما خلف لها هذا الشعور جرح نرجسي و هذا في قولها : **( ندمت علي الزواج )** ، حيث أكدت دراسة محمد سعيد محمد بأن النساء المطلقات لديهم مشاكل في التكيف الاجتماعي و النفسي وعدم التوافق مع المجتمع و عدم اندماجهم في حياتهم الجديدة لأن المرأة المطلقة تتلقى معاملة غير ايجابية سواء من أفراد أسرتها أو من المجتمع المحيط بها .

إذا فالمرأة المطلقة لديها شعور بالخوف من المستقبل و مشكلات في التفاعل الاجتماعي و أكثر عرضة للشائعات و تقييد حريتها ، فالحالة ليس لديها منحة طلاق ، لكن لديها ورشة خياطة من خلالها تعين بها قوت يومها أي لديها استقلالية مالية في قولها : **( عندي محل خياطة نصرف منها و عايشة بيها و نسكن مع خويا و مرتو و بناتو)** ، الحالة لا تعتبر نفسها عالة علي أخيها لأنها تعتمد علي نفسها و هذا ما عزز ثقتها بنفسها ، طلبنا من الحالة تقديم نصيحة للنساء المقبلات علي الطلاق ، فكانت إجابتها كالتالي : **( الطلاق أبغض الحلال و قرار صعب جدا ، لازم تشوف ظروفها و الأسباب لي راح طلق عليهم و إذا كان عندها أطفال لازم تخمم مليون مرة ، الطلاق مش مليح خاصة نظرة الناس )** ، الحالة تعتبر طلاقها وصمة عار لأنها أخفت طلاقها لسنوات في قولها **( لست فخورة بنفسي كوني مطلقة ، أخفيت الموضوع لسنوات لأنني أخجل منه )** ، صممت الحالة ثم قالت : **( نصيحتي الوحيدة أن تفكر مليار مرة قبل الارتباط بشخص ، هل سيكون سند لك في الحياة أم لا كي لا تفكر في الطلاق و العياذ بالله )** .

**أما المحور الأخير المتمثل في المعتقد الديني :** فالحالة ( ن . م ) لديها صلة قوية بالله تعالي و مؤمنة بقضاء الله و قدرته ، **﴿ فالطلاق أبغض الحلال إلي الله ﴾** ، لكن في بعض الأحيان ينهي معاناة المرأة و ذلك يتجلي في قولها : **( الحمد لله علي كل حال هكا و لا كثر تهنيت من عذاب الرجل )** و هذا في قول الله تعالي : **﴿ ما أصاب من مصيبة في الأرض و لا في أنفسكم إلا في كتاب من قبل أن نبرأها ( الحديد ، آية 22 )** الحالة صبرت و احتسبت معاناتها إلي الله عزوجل ، فالحالة بعد طلاقها توجهت إلي بيت الله لتخفف من أثر صدمتها من خلال طاعة الله و التقرب إليه ، صبرت لحكمة الله و اختارت الآخرة

عن الدنيا في قولها ( أسأل الله حسن الخاتمة ، إن شاء الله نكمل نحفظ كتاب الله مع زميلاتي في الجامع أنا ضاع حقي من الدنيا بصح طامعة في الآخرة ربي اعوضني ما خير ) ، صممت الحالة ثم قالت : ( حسبنا الله و نعم الوكيل ) ، في الأخير سألنا الحالة هل إذا كان الخلع نعمة أو نقمة بالنسبة للنساء الجزائريات فكان ردها كالتالي : ( بالنسبة ليا كان حل صالح و مقبول لأنني في حالتي و الظروف لي عشتها كان استحالة العيش مع هذاك الانسان بصح أكيد نقمة للمرأة الجزائرية لأنها تطلق علي أتففه الأسباب مثال تحوس علي دار وحدها لكن في الحقيقة المرأة تريد الاستقرار فقط ). الحالة ترفض الرجوع إلي طليقها لأنها تعيش نوع من الصدمة النفسية حول الزواج بالأخص الزوج المنحرف ، الحالة كانت تتمني الاستقرار .

### 4.3 نتائج مقياس المرونة النفسية :

➤ تحصلت الحالة ( ن . م ) علي درجة 74 من المقياس المرونة النفسية حسب إجابتها علي الكثير من العبارة أحيانا فهي تتمتع بمستوي مرونة نفسية متوسط .

الأبعاد	الدرجات
بعد التطور و النمو	19 درجة
بعد الفاعلية الذاتية	33 درجة
بعد التفاؤل	17 درجة

➤ يظهر من خلال الجدول بأن الحالة ( ن . م ) تعتمد علي بعد الفاعلية الذاتية بي 33 درجة و هذا يفسر بان الحالة لديها القدرة علي حل المشكلات و هذا ما جعلها تتوافق ايجابيا مع أحداث و وقائع الحياة حيث تؤكد ريفيتيش علي اختلاف مفهوم فعالية الذات عن مفهوم تقدير الذات بمعني أن فاعلية الذات ليست مجرد الرضا المرء عن ذاته بل إنها مجموعة من المهارات المتركرة علي فكرة التمكن من التوافق مع الأحداث و وقائع الحياة الايجابية و السلبية . ( عبد الكريم ,2016,ص 24 )

### 5.3 التحليل العام للحالة :

➤ من خلال المقابلة العيادية النصف موجهة مع الحالة ( ن . م ) و تطبيق مقياس المرونة النفسية اتضح بأن للحالة مستوي مرونة نفسية متوسط ، حيث لديها القدرة السوية بتحمل المسؤولية يدفعها إلي أن

تدرس كل المواقف بدقة لكي تصدر القرار المناسب و السليم دون تردد ، كما يعد الصبر من السمات التي تتسم بها الحالة ، فهو أهم ركائز و دعائم التي يجب أن يتحلي بها كل مسلم يريد تحقيق السعادة والسكينة لنفسه في الدنيا و الآخرة لذلك فقد أمر الله عباده بالصبر و حث عليه في العديد من الآيات في القرآن الكريم .

( الشماط ، 2013 ، ص 29 )

➤ و تعتمد الحالة علي بعد الفاعلية الذاتية حيث أن لديها القدرة علي تحقيق أهدافها علي نحو فعال وشعور قوي يسمح لها بالمثابرة علي الرغم من الصعوبات و العقبات التي مرت بها ، حيث يعرف باندورا الفاعلية الذاتية بأنها توقعات الفرد عن أدائه للسلوك في مواقف تتسم بالغموض ، و تنعكس هذه التوقعات علي اختصار الفرد للأنشطة المتضمنة في الأداء و كمية الجهود المبذولة و مواجهة الصعاب و انجاز السلوك .

➤ الحالة تعتمد علي مصدر المستوي التعليمي من خلاله تحقق ذاتها و تعزز ثقتها بنفسها ، و هذا ما يسمي الفاعلية الذاتية الأكاديمية حيث تشير إلي إدراك الفرد لقدرته علي أداء المهام التعليمية بمستويات مرغوب فيها

فقد أشارت العديد من الدراسات علي وجود علاقة ايجابية قوية بين فاعلية الذات و بين الانجاز الأكاديمي والرغبة الأكاديمية و أن فعالية الذات الأكاديمية تعطي تنبؤات واضحة للانجاز و الأداء الأكاديمي.

( جودي ، 2018 ، ص 37 )

#### 4. التحليل العام للحالات :

للتذكير بتساؤلات الدراسة :

1. ما مستوي المرونة النفسية لدي المرأة المطلقة ؟ .
2. ما هي أهم مصادر القوة التي تعتمد عليها المرأة المطلقة ؟ .
3. ما هي أبرز أبعاد المرونة النفسية لدي المرأة المطلقة ؟ .

بالنسبة للتساؤل الأول :

فقد تم التوصل إلي أن النساء المطلقات الثلاث يتمتعون بمستوي مرونة نفسية كالتالي :

الدراجات	النقطة المتحصل عليها من المقياس	الحالات
درجة مرتفعة	93	الحالة الأولى ( م . ع )
درجة مرتفعة	100	الحالة الثانية ( س . ج )
درجة متوسطة	74	الحالة الثالثة ( ن . م )

من خلال الجدول تبين لنا بأن الحالة الأولى ( م . ع ) و الحالة الثانية ( س . ج ) يتمتعان بمستوي مرونة نفسية مرتفع ، و ذلك راجع إلي قدرتهما المرتفعة علي مواجهة و تخطي أزمة طلاقهما بطريقة توافقية و عقلانية رغم الظروف الضاغطة التي مروا بها خلال فترة زواجهما ، إذا فالحالة الأولى و الثانية يتمتعان بالتكيف الايجابي مع ذاتهما و محيطهما و لديهما قابلية للتغيير نحو حياة أفضل ، حيث تؤكد الجمعية الأمريكية لعلم النفس ( APA ) بأن الأفراد الذين يتمتعون بمستوي مرونة نفسية مرتفع لديهم القدرة التوافق و المواجهة الايجابية للشدائد و الصدمات و الضغوط النفسية (بوصبيح ، 2019 ، ص 23 )

أما الحالة الثالثة ( ن . م ) تبين لنا من خلال الجدول بأنها تتمتع بمستوي مرونة نفسية متوسط ، و ذلك راجع إلي قدرتها المتوسطة علي مواجهة و تخطي أزمة طلاقها بسبب نظرتها السلبية حول ذاتها كونها امرأة مطلقة و نظرة المجتمع لها و كذلك إحساسها بالضعف و تدني صورة ذاتها و فقدان الثقة في نفسها ، أكد ليحاني بأن المطلقات في الجزائر يعانون من نظرة السلبية للمجتمع اتجاهين و التي لم تتغير منذ عشرات



السنين رغم المستوى التعليمي والثقافي الذي يمتاز به الجيل الحالي ، إذ تعتبر المطلقة في الجزائر عارا على الأسرة إلى الآن، وتعيش التهميش والضغط النفسية داخل أسرتها و خارجها . (ليحاني ، 2015 )

**بالنسبة للتساؤل الثاني :**

فقد تم التوصل إلي أن النساء المطلقات الثلاث لديهم صادر مختلفة لاكتساب مرونتهم النفسية و هو كالتالي :

أهم مصدر قوة للمطلقة	الحالات
خصائص الشخصية	الحالة الأولى ( م . ع )
المساندة الأسرية	الحالة الثانية ( س . ج )
المستوي التعليمي	الحالة الثالثة ( ن . م )

من خلال الجدول تبين لنا بأن الحالة الأولى ( م . ع ) تعتمد علي مصدر **خصائص الشخصية** مما ساعدها علي تحمل الاحباطات التي تعرضت لهم خلال فترة زواجها حيث تعكس القدرة الشخصية الايجابية علي التكيف مع الظروف المعاكسة التي عاشتها الحالة ، حيث أكد **ماكلان** بأن لخصائص الشخصية أربعة أبعاد و هي : المشاعر الايجابية ، ضبط النفس ، الانفتاح علي الخبرة و الابتعاد عن الفضيضة .

( جودي ، 2018 ، ص 38 )

أما الحالة الثانية ( س . ج ) تعتمد علي مصدر **المساندة الأسرية** مما ساعدها علي تخطي أزمة طلاقها و محاولة التكيف مع ظروف حياتها الجديدة ، حيث أكدت العديد من الدراسات بأن الأسر عبارة عن منظومات يكون أعضائها متأثرين بها بالصدمة بحدث لأي فرد آخر منها أو الأسرة كوحدة واحدة ، و تتميز العائلات بنماذج التفاعل التي يمكن أن تضخم أو تنفض من الاستجابات للحوادث السلبية ، و بالتالي فإن المرونة النفسية العائلية تعرف علي أنها مميزات و أبعاد و خصائص عائلية تلك التي تساعد الأسر علي أن تصبح مرنة في مواجهة التغيرات و أن تكون متكيفة في مواجهة الحالات التي تمثل أزمة .

أما الحالة الثالثة فقد تعتمد علي مصدر **المستوي التعليمي** مما ساعدها علي المواجهة الفعالة لضغوطات الحياة و تحمل الاحباطات الناجمة عن طلاقها ، و من خلاله تحقق ذاتها و تعزز ثققتها بنفسها

فالحالة تعتبر مستوي تعليمها وسيلة لممارسة الأبعاد التكيفية الذي يعزز شعورها بالانتماء وتخفيف مشاعر الاغتراب لديها و انفصالها عن المجتمع نتيجة شعورها بالنقص كونها امرأة مطلقة .

من خلال الجدول السابق لاحظنا تباين في مصادر المرونة النفسية و هذا الاختلاف راجع إلي اختلاف في التنشئة الاجتماعية لدي النساء المطلقات الثلاث ، فالبيئة الأسرية هي التحدد طبيعة العلاقات بين الأفراد و مبادئها وكذلك تعتبر المصدر الأول و الأساسي لكل سلوك ينتج عن الفرد سواء كان ايجابي أو سلبي و عليه فإن دور الأسرة و وظيفتها تحدد إلي حد كبير طبيعة المجتمع و بنيته .

### بالنسبة للتساؤل الثالث :

المطلقات الثلاث لديهم بعد مشترك و هو الفاعلية الذاتية .

الحالات	بعد التطور و النمو	بعد الفاعلية الذاتية	بعد التفاؤل
الحالة الأولى ( م . ع )	21 درجة	63 درجة	22 درجة
الحالة الثانية ( س . ج )	23 درجة	43 درجة	26 درجة
الحالة الثالثة ( ن . م )	19 درجة	33 درجة	17 درجة

من خلال الجدول تبين لنا بأن أهم بعد تعتمد عليه المرأة المطلقة هو **بعد الفاعلية الذاتية** ، فهي مقوما للمرونة النفسية ، إن النساء المطلقات الثلاث يتمتعن ببنية القدرات العقلية و الاجتماعية و الجسمية بحيث تصل إلي درجة المهارة و الكفاية و تساعدهم علي التوافق مع متطلبات الحياة المختلفة ، يؤكد **الشعراوي (2000)** بأن الفاعلية الذاتية هي مجموعة من الأحكام الصادرة عن الفرد و التي تعبر عن معتقداته حول قدراته علي القيام بسلوكات معينة ، و مرونته في التعامل مع المواقف الصعبة و المعقدة و تحدي الصعاب و مدي مثابرته علي الانجاز .

( شقورة ، 2012 ، ص 24 )

أهمية الفاعلية الذاتية :

- الأمل ( Hope ) .
- تقدير الذات ( Esteem Self ) .
- الإحساس بالهدف من الحياة ( Sense Of Purpose Of Life ) .
- الدين ( Religion ) .

- الشعور بالانتماء ( **Belanging** ) .
- الانفعال الايجابي و روح المداعبة ( **Positive Emotion Humour** ) .
- المهارات الفعالة في حل المشكلات ( **Active Problema Salving Skills** ) .
- استخدام العمليات الوقائية ( **Protective processes** ) . ( مزري ، 2017 ، ص 52 )

**الخلاصة :**

لقد تم الاعتماد في الدراسة الحالية علي المنهج العيادي ، للوصول إلي الإجابة علي تساؤلات الدراسة و التي تتمحور حول المرونة النفسية لدي المرأة المطلقة و قياس درجة مرونتها النفسية و كذلك أهم مصادر المرونة التي تعتمد عليها المرأة المطلقة للخروج من أزمة الطلاق بطريقة توافقية سوية وأيضا تحليل أبعاد المرونة النفسية للكشف عن أهم بعد تستند إليه المرأة المطلقة .

خاتمة

تزايدت حالات الطلاق في السنوات الأخيرة حتى أصبح سمة من سمات المجتمع الجزائري ، حيث كان الطلاق قبل مدة صعبا لأنه يعتبر أمرا مستكبرا من الدين و المجتمع كله ، أما الآن فنجد أن أعداد المطلقات في تزايد مستمر بسبب التغيرات التي طرأت علي العصر الحديث سواء علي الصعيد الثقافي أو الاجتماعي أو الاقتصادي ، و من الضروري دق ناقوس الخطر لأنه ارتفع بشكل مبالغ فيه ، ملاحظين أن أغلب حالات الطلاق تكون لأسباب تافهة جدا و هذا يدل علي عدم وعي كلا الزوجين ، حيث أكدت دراسة حيدر بأن حالات الطلاق في مجتمعنا قد تفاقمت إلي حد كبير و خاصة حالات الخلع بنسبة 20 ألف حالة في سنة 2019 . ( حيدر ، 2019 ، ص 27 )

وفي الختام حاولنا من خلال هذه الدراسة التطرق لموضوع هام يتعلق بالنساء المطلقات حيث سعت هذه الدراسة من خلال الأدوات المطبقة إلي التعرف علي مستوى المرونة النفسية لدي المرأة المطلقة ، لأهمية هذه الفئة في المجتمع استخدمنا مقياس المرونة النفسية و المقابلة العيادية النصف موجهة ، حيث أظهرت نتائج الدراسة الحالية بأن لطلاق أثر سلبي علي المرأة المطلقة و يلعب دور سلبي في تدني الحالة النفسية للمطلقة و إعاقتها أمام التكيف الشخصي مع وضع طلاقها ، كما و قد أظهرت نتائج الدراسة أيضا بأن الطلاق له أثره الايجابي في تحسن الحالة النفسية للمرأة المطلقة ، إذ تلعب المرونة النفسية دورا مهما في تحسين الحالة النفسية وتساهم في الحصول علي الصحة النفسية الجيدة و التكيف الايجابي مع ظروف حياة المرأة المطلقة ويرجع هذا الاختلاف في مستوى المرونة النفسية إلي وضع المرأة المطلقة و اختلاف مصادر المرونة النفسية التي تستمد منها المطلقة قوتها و كذلك في اختلاف خصائص الشخصية من حالة إلي أخرى .

و تبقي المرونة النفسية من المصطلحات المهمة في علم النفس الايجابي فهي تحدد قدرة المرأة المطلقة علي تجاوز الصعاب و الضغوطات النفسية التي تواجهها في حياتها .

# قائمة المراجع

### أولا : المراجع العربية :

1. أبو حلاوة ، محمد السعيد ( 2013 ) . *الطريق إلى المرونة النفسية* . قسم علم النفس . كلية التربية بدمنهور . جامعة الإسكندرية.
2. أبو عجيبة ، هيام سلامة عبد العظيم سلامة ( 2017 ) . *المرونة النفسية و الرضا الوظيفي لدي المعلمين مرتفعي و منخفضي السعادة بمرحلة التعليم الأساسي* ( رسالة ماجستير ) . قسم علم النفس جامعة السادات . مصر .
3. أبو قمصان ، ألاء أحمد ( 2017 ) . *نمو ما بعد الصدمة لدي ضحايا الألغام* ( رسالة ماجستير ) الجامعة الإسلامية . غزة .
4. أرجايل ، مايكل ( 1997 ) . *سيكولوجية السعادة* . ترجمة فيصل عبد القادر يوسف . سلسلة عالم المعرفة . العدد 175 . الكويت .
5. إسماعيل هالة ، خير سناوي ( 2017 ) . *المرونة النفسية و علاقتها باليقظة العقلية لدي طلاب كلية التربية* . مجلة الإرشاد النفسي . جامعة عين الشمس . العدد 50 .
6. الحلي ، أحمد بن محمد بن إدريس ( 2008 ) . *التقرير الفقهي* . العدد 76 .
7. الأحمدى ، أنس سليم ( 2007 ) . *المرونة بين الثوابت و المتغيرات* { ط 1 } . الرياض ، السعودية مؤسسة الأمة للنشر و التوزيع .
8. الشعوبي ، فضيلة ( 2013 ) . *أسباب انتشار الطلاق في مدينة تڤرت* . مذكرة ماستر . جامعة قاصدي مرباح ورقلة ، الجزائر .
9. الشماط ، مازن فواز ( 2013 ) . *مرونة الأنا كمؤشر وقائي من سيطرة الميول الاكتئابية و افكار الانتحار* . رسالة ماجستير . جامعة دمشق ، سورية .
10. الشيخ شمس الدين ( 2003 ) . *قانون الأسرة و المقترحات البديلة* { ط 1 } . الجزائر : شركة دار الأمة .
11. العزة ، سعيد حسني ( 1999 ) . *الإرشاد الأسري نظرية و أساليبه العلاجية* { ط 1 } عمان،الأردن



12. العوادة ، أمل سالم ( 2002 ) . *العنف ضد الزوجة في المجتمع الأردني* { ط 1 } . دراسة اجتماعية لعينة من الأسر في محافظة عمان . جامعة البلقاء التطبيقية .
13. المليحي ، حلمي ( 2000 ) . *مناهج البحث في علم النفس* . دار . بيروت ، لبنان : النهضة العربية
14. المليحي ، حلمي ( 2001 ) . *مناهج البحث في علم النفس* . بيروت ، لبنان : دار النهضة العربية للنشر و التوزيع .
15. باتل ، فيكرام ( 2008 ) . *كتاب الصحة النفسية للجميع حيث لا يوجد طبيب نفسي* . بيروت لبنان ترجمة كلود شلهوب و كلارا جعلوك : ورشة الموارد العربية .
16. بالحاج ، العربي ( 1994 ) . *الوجيز في شرح قانون الأسرة الجزائري* . الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية .
17. برقيفة ، محمد ( 2017 ) . *علاقة المرونة النفسية بمتغيري الجنس و السن* . قسم علم النفس رسالة ماستر . جامعة قاصدي مرباح ورقلة . الجزائر .
18. بوحجار ، سناء ( 2016 ) . *عوامل الجلد لدي الطفل العامل في الجزائر* . أطروحة دكتوراه جامعة محمد خيضر . بسكرة ، الجزائر .
19. بن دهن ، سامية شيرين ( 2017 ) . *بعض الخصائص ( الاكتئاب ، الوحدة النفسية ) وعلاقتها بتقدير الذات في ضوء متغير الجنس و المستوى التعليمي* . أطروحة دكتوراه . جامعة محمد بن احمد وهران - 2 - ، الجزائر .
20. بوسنة ، عبد الوافي زهير ( 2012 ) . *تقنيات الفحص العيادي* . قسنطينة . الجزائر . جامعة منتوري : مخبر التطبيقات النفسية و التربوية
21. بوصبيح ، هدي ( 2019 ) . *تقدير الذات و المرونة النفسية لدي المهاجرين غير الشرعيين الجزائريين ( الحارقة )* . قسم علم النفس . مذكرة ماستر . جامعة قاصدي مرباح ورقلة . الجزائر .
22. تريكي مهدي ، طيب أمير ( 2017 ) . *دور السمات الشخصية في تحديد مراكز اللاعبين في كرة القدم صنف أوسط أقل من 19 سنة* . رسالة ماستر . قسم التربية البدنية و الرياضية . جامعة العربي بن مهدي أم بواقي . الجزائر .

23. تونسي ، عديلة حسن ظاهر ( 2002 ) . *القلق و الاكتئاب لدي عينة من المطلقات و غير المطلقات* . رسالة مقدمة لنيل شهادة الماستر ، جامعة أم بواقي . الجزائر .
24. جار الله ، سليمان ( 2013 ) . *منظور الزمن و علاقته بالجلد في مواجهة الأحداث الصادمة* . رسالة دكتوراه في العلوم . جامعة محمد خيضر . بسكرة ، الجزائر .
25. جودي ، عربية ( 2018 ) . *المرونة النفسية و علاقتها بالرضا عن الحياة لدي النساء المتزوجات المصابات باضطرابات الغدة الدرقية* . قسم علم النفس . جامعة محمد بوضياف المسيلة،الجزائر .
26. حمودة ، سليمة و وازي ، طاووس ( 2016 ) . *المرونة النفسية كإستراتيجية تكيفية نحو اندماج المهاجرين العرب في المجتمعات الغربية* . لندن . جامعة لندن : المؤتمر الدولي العلمي الثاني للمركز الأوروبي للبحوث و الاستشارات .
27. حيدر ، جوهرة ( 2019 ) . *أثار الصدمة النفسية لدي المرأة المعنفة المطلقة* . رسالة دكتوراه جامعة محمد خيضر بسكرة . الجزائر .
28. رشوان ، حسين عبد الحميد ( 2003 ) . *في مناهج العلوم : مؤسسة شباب الجامعة* .
29. زهران ، حامد عبد السلام ( 2005 ) . *الصحة النفسية و العلاج النفسي* . القاهرة ، مصر : عالم الكتب نشر و توزيع .
30. سرايه ، الهادي ؛ بالقاسمي ، محمد الأزهر ( 2019 ) . *الفاعلية الذاتية الإرشادية للأخصائي النفسي المدرسي و دورها في العملية الإرشادية* . مجلة العلوم النفسية و التربوية . جامعة ورقلة. العدد 31 .
31. سماتي ، أمينة ( 2019 ديسمبر 09 ) . *مقال حول تزايد ظاهرة الطلاق في الجزائر* . النهار  
<https://www.elhiwar.dz.com/national/160408>
32. شكري ، علياء و آخرون . ( 1998 ) . *المرأة و المجتمع ( وجهة نظر علم الاجتماع )* . مصر : دار المعرفة الجامعية .
33. شقورة ، يحي عمر شعبان ( 2012 ) . *المرونة النفسية و علاقتها بالرضا عن الحياة لدي طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة* (رسالة ماجستير . جامعة الأزهر . مصر) .

34. شلبي ، ثروت محمد ( د ت ) . الطلاق و التغيير الاجتماعي في المجتمع السعودي . الإسكندرية: الكتب الجامعي الحديث .
35. صوشي ، سامية ( 2017 ) . المساندة الأسرية و علاقتها بالصحة النفسية لدي عينة من مرضي القصور الكلوي . قسم علم النفس مذكرة ماستر . جامعة محمد بوضياف . المسيلة . الجزائر
36. عبد الصحبه ، زينة عبد الكريم ( 2016 ) . المرونة النفسية و علاقتها بالتوجه نحو الحياة لدي طلبة كلية الآداب مذكرة بكالوريوس ( جامعة القادسية . فلسطين ) .
37. عبد الكريم ، زينة ( 2017 ) . إمرونة النفسية و علاقتها بالتوجه نحو الحياة لدي الطلبة (بكالوريوس في علم النفس . كلية الأدب . جامعة القادسية ) .
38. غرابية ، فوزي و اخرون ( 2002 ) . أساليب البحث في العلوم الاجتماعية و الانسانية { ط 3 } عمان ،الأردن : دار وائل للنشر و التوزيع .
39. فمهي ، مصطفى ( 1995 ) . الصحة النفسية و دراسات في سيكولوجية التكيف { ط 3 } القاهرة ، مصر : مكتبة الخاجي .
40. كسال ، مسعودة ( 1986 ) . مشكلة الطلاق في المجتمع الجزائري . الجزائر : ديوان المطبوعات الجامعية .
41. كمال ، ليحاني ( 2015 ) . مقال حول المطلقات في الجزائر حقوق مهدورة و تحرش جنسي 20 نوفمبر 2015 .
42. لحالة ، عمر رضا ( 1982 ) . الطلاق { ط 3 } . بيروت ، لبنان : مؤسسة الرسالة.
43. محمود ، عمر ماهر ( 1992 ) . سيكولوجية العلاقات الاجتماعية . الاسكندرية ، مصر : دار المعرفة الجامعية .
44. مزردى ، حنان . ( 2017 ) . مؤشرات الجلد عند الراشدين المصابين بداء الربو . اطروحة دكتوراه . جامعة محمد خيضر . بسكرة ، الجزائر .
45. مسعود ، كمال ( ب س ) . مشكلات الطلاق في المجتمع الجزائري . الجزائر : ديوان المطبوعات الجزائرية .
46. معن ، خليل عمر ( 2000 ) . علم اجتماع الأسرة { ط 1 } . الجزائر : دار الشرق للنشر والتوزيع .

47. منصور ، السيد كمال الشربيني ( 2014 ) . *الصحة النفسية للعاديين و نوي الاحتياجات الخاصة* . مصر : دار العلم و الايمان للنشر و التوزيع .

ثانيا : المراجع باللغة الأجنبية :

48. Delay.j et pichot.p (1969) . *abrégé de psychologie* . 3 ed masson et cie. paris.

49. Hamouda salima et al ( 2018 ) . *autorité parentale et son impact sue la résilience des jeunes algérienin culture et résilience*. Canada .

50. Pardinielli (1994) . *INTRODUCTION A La Psychologie Clinique* Université,Col . Paris .

51. Reuchlin, M (1979) . *Les Méthodes en psychologie* . Alger .



الملاحق

## الملحق رقم : (1)

### دليل المقابلة

#### المحور الأول : خصائص الشخصية :

1. هل تحتاجين لم يساعدك في فهم شخصيتك ؟
2. تعتقدين بأن الأشخاص يحترمونك ؟
3. إلى أي مدى تصل ثقتك في نفسك؟
4. من كان السبب في طلاقك ؟

#### المحور الثاني : المساندة الأسرية :

1. هل تعتقدين بان أسرتك لبت لك جميع الاحتياجات النفسية و الاجتماعية ؟
2. تجدين نفسك قادرة علي الاعتماد علي نفسك دون مساعدة أسرتك ؟
3. هل وجدت دعما الكافي من أفراد اسرتك ؟
4. هل أطفالك محبوبين من طرف عائلتك ؟

#### المحور الثالث : المستوى التعليمي :

1. هل استفدت من مستواك التعليمي في التغلب علي وضعية الطلاق ؟ و كيف ذلك ؟
2. هل تعجبي ببعض النساء المطلقات القويات اللاتي تغلبن علي وضعية الطلاق ؟
3. هل لديك نموذج و قدوتك لك ؟
4. هل تطالعي المجلات و الكتب لتقوية ذاتك ؟ و هل دخلت دورات في تطوير الذات أو إدارة الذات ؟
5. ماذا تقدمي كنصيحة للنساء المقبلات علي الطلاق ؟

#### المحور الرابع : المساندة الاجتماعية :

1. هل لديك سكن خاص بك مع أطفالك ؟
2. لديك منحة طلاق أو مدخول تعونني به نفسك ؟
3. هل يواسيك و يؤازرك الآخريين علي تحملك كل هذه المسؤوليات من بعد طلاقك ؟
4. من هو الشخص المقرب لديك ؟

**المحور الخامس : المعتقد الديني :**

1. انطلاقا من الآية القرآنية "أبغض الحلال إلي الله الطلاق " هل كان طلاقك نعمة أو نقمة ؟
2. هل تشعرين بأن الشرع ظلمك بخصوص حضانة الأطفال ؟
3. الخلع نعمة أو نقمة بالنسبة للمرأة الجزائرية ؟
4. هل تفكرين في الرجوع ؟

## الملحق رقم : (2)

### المقابلة كما وردت مع الحالة الأولى : ( م . ع )

#### المحور الأول : الخصائص الشخصية

س 1- هل تحتاجين لم يساعدك في فهم شخصيتك ؟

ج : فاهما شخصيتي و فاهما هذي الدنيا جدا جدا .

س 2- تعتقدين بأن الأشخاص يحترمونك ؟

ج : ايه الحمد لله ، أنا مطلقة بصح منحسش روحي كيما مطلقين لخرين هذيك لي تحس روحا مذلولوا و الناس حقرينها بل العكس نحس بأن العباد يحترموني ، مكانش واحد اطيح من قيمتي و لا اجيب سيرتي ، أنا لي ميحترميش نجبرو يحترمني .

س 3- إلى أي مدى تصل ثقتك في نفسك؟

ج : 1000 % مش حتي 100 % حاولت قبل ما نطلق بنبي روحي و ندير الثقة في روحي ، الخوف من الاشاعات خلاني نولي قوية .

س 4- من كان السبب في طلاقك ؟

ج : راجلي هو السبب كانت حنينة عليه و هو يتيم الأب و الأم و لاقى فيا الأمان فتماذي عليا ، مش محترمني أنا عطيتوا الأمان و عرف بلي مش رايح يفقدني تماذي عليا و عفس عليا لبز عليا ، لقي فيا لي نكانش لاقياها حسسني بلي أنا ضعيفة ولا مش محترمني ، اسبني أكثر حاجة ضررتني اطيحلي من قيمتي ، بديت نبعد عليه أنا زوجت صغيرة معندي حتي واحد في حياتي هو كان كلشي في حياتي كنت قادرة نبغيه بصح هو ديما اسبني حببت نطلق من عامي الأول دارنا قالولي مش يضرب فيك و يصرف عليك مكانش سبب مقنع باش تطلقني ، كنت صغيرة مكننش نقدر نتخذ قرارات بنفسي ، من بعد بديت نبعد عليه و رفعت عليه 2 قضايا خلع وحدة في 2010 و أخري في 2015 ، السبب الأول و الأخير طيحي من قدرتي و قيمتي ، كيما نجي للجامعة اقطعلي بحوثي و السبب الأخير لرفعت عليه قضية خلع هو زوج عليا و أنا وليت نكرهوا لقيت سبب قوي نطلق عليه .

#### المحور الثاني : المساندة الأسرية :

س 1- هل تعتقدين بان أسرتك لبت لك جميع الاحتياجات النفسية و الاجتماعية ؟



ج : يعني قبل ما نطلق وجدت روحي نفسيا باش نواجه العالم أكل بصح لحد الان محسونيش بلي مطلقة و خويا عاوني في فتح جمعية .

س 2- تجدين نفسك قادرة علي الاعتماد علي نفسك دون مساعدة أسرتك ؟

نعم أكيد أنا أصلا نعتمد علي روحي و ونصرف علي روحي

**المحور الثالث : المستوى التعليمي :**

س 1- هل استفدت من مستواك التعليمي في التغلب علي وضعية الطلاق ؟

ج : محسيتش بلي قرائتي عندها دور في طلاقي ، قرائتي نجبها كمتعة و زادتني في المستوى .

س 2- هل تعجبي ببعض النساء المطلقات القويات اللاتي تغلبن علي وضعية الطلاق ؟ هل لديك نموذج و قدوتك لك ؟

ج : ايه كاينة وحدة طلقت شافت حياتها ، و حياتها تبدلت هذا السبب لي شجعني باش نطلق و كانت وحدة أخرى تقرا في الجامعة عاشت نفس ظروفها ماخفتش من نظرة المجتمع ليها و طلقت ، هذو الاثنان هزيت منهم العبرة و طلقت .

س 3 - هل تطالعي المجالات و الكتب لتقوية ذاتك ؟

ج : قريرتهم في القرار الأخير باش نطلق ، وجدت روحي نفسيا ، مكننتش خايفة من المجتمع قد ما كنت خايفة علي نفسياتي و التعب تع نفسياتي ، لأنني الألم النفسي عشتو و مش حابة نزيد نعيشوا .

س 4 - هل دخلت دورات في تطوير الذات أو إدارة الذات ؟

ج - لا

**المحور الرابع : المساندة الاجتماعية :**

س 1 - هل لديك سكن خاص بك ؟

ج - لا نسكن مع دارنا بصح دارنا كبيرة و تقريبا عندي طاج تحتاني .

س 2 - لديك منحة طلاق أو مدخول تعونني به نفسك ؟

ج - منحة طلاق معنديش بصح نصرف من الجمعية .

س 3 - هل يواسيك و يؤازرك الآخرين علي تحملك كل هذه المسؤوليات من بعد طلاقك ؟

منيش مستتيا المواساة ، قويت روعي بروحي .

و من هو المقرب لديك ؟

عندي صحاباتي تع جامعة بصح مش مقربين بزاف قطعت علاقتي مع صديقاتي لاني مش قادرة نزيد نهز همومهم

لان الشي لي عشتوا تاعي أنا وحدي .

س 4- ماذا تقدمي ك نصيحة للنساء المقبلات علي الطلاق ؟

ج - تخم مليح قبل ما تطلق و توفر خدمة أو مصروف تعين بيه روحا ، بصح بلاصة الرجل تبقي بلاصة الرجل ، المهم قبل ما تطلق لازم تخم مليح لأنوا الطلاق ماشي ساهل حتي بلا ولاد خاصة نظرة الناس ليك ، أنا محتاجة راجل يوسيني و يفهمني .

**المحور الخامس : المعتقد الديني**

س 1 - انطلاقا من الآية القرآنية "أبغض الحلال إلي الله الطلاق " هل كان طلاقك نعمة أو نقمة ؟

ج - بالنسبة ليا كان نعمة لأنني دمرت نفسيا كون بقيت معاه كون راني وليت نشرب في الأدوية النفسية و الحمد لله متقبلي كلشي من عند ربي ، لقيت راحتي النفسية بعد الطلاق .

س 2 - الخلع نعمة أو نقمة بالنسبة للمرأة الجزائرية ؟

ج - الخلع نعمة لأنوا المرأة متخمش و بالها صغير تروح تخلع من أول مشكلة أما الرجل بالو طويل ميطلقش أنا 12 سنة و أنا نخم باش نطلق و زيد معنديش لولاد مضريت حتي واحد بطلاقي .

س 3 - هل تفكرين في الرجوع ؟

ج - أبدا ، جامي خمت باش نرجع .

الملحق رقم : ( 3 )

المقابلة كما وردت مع الحالة الثانية : ( س . ج )

المحور الأول : خصائص الشخصية

س 1 - هل تحتاجين لم يساعدك في فهم شخصيتك ؟

ج - لا

س 2 - تعتقدين بأن الأشخاص يحترمونك ؟

ج - نعم لأن الشخص هو لي يفرض الاحترام للغير ليه .

س 3 - إلى أي مدى تصل ثقتك في نفسك ؟

ج - ثيقتي بنفسي عالية جدا 99 %

س 4 - من كان السبب في طلاقك ؟

هو كي سبب لأنني بعد الزواج اكتشفت أمور سلبية كثيرة ، كان مشكاك بزاف و موسوس لدرجة اتهمني في عرضي مع زوج أختوا ، طليقي غيور بزاف غيرتوا تع هبال مش عادية ، اغير عليا حتي من خوتو تع دار و محجيني في الدار و ساعات يضربني و منخرجش من الشمبرة و أنا نتبهدل ما نحبش دجيني عيب كفاش اجو ضياف نخليهم اطيوا و هما و اجيولي ماکلة للبيت ، كان يفرض عليا نروح مع أمو وين تروح و أهم الأسباب الضرب و الخيانة و الاتهام بالخيانة ، هوا إحبني إموت عليا بصح ساعات اجيني مريض نفسي و لا مسحور .

المحور الثاني : المساندة الأسرية

س 1 - هل تعتقدين بان أسرتك لبت لك جميع الاحتياجات النفسية و الاجتماعية ؟

ج - أسرتي حاولت تلبيلي احتياجاتي بالشئ لي قدروا عليه و دعموني بزاف في أصعب ظروفني مدولي لحنانة و الصوارد و كلشي كلشي ، اقوموا بيا و خاصة بولدي اهزوه و يكسوه و يلعبوا بيه الحمد الله ، بابا عمرو ما حسسني بلي راني ثقيلة .

س 2 - تجدين نفسك قادرة علي الاعتماد علي نفسك دون مساعدة أسرتك ؟

ج - أحيانا نعم و أحيانا لا بصح كون نضطر و نتحط في ظروف أعتمد علي نفسي عادي .

هل وجدت دعما منهم ؟

نعم أكيد

س 3 - هل طفلك محبوب من طرف عائلتك ؟

ج - الحمد لله كي شغل ولدهم .

### المحور الثالث : المستوي التعليمي

س 1 - هل استقدت من مستواك التعليمي في التغلب علي وضعية الطلاق ؟

ج - أكيد و الف أكيد لولا مستواي التعليمي ما كنتش نقدر نتغلب علي مشكلة طلاقي نهائيا الحمد لله بيها راني حكمت خدمة لاشتي سلاكها قليل المهم تلايلي حاجيات ولدي و مانقولش مدولي ألف فرنك ، الشكر لله أو والديا قراوني و بيها راني نعرف بلي القضاء و القدر من عند ربي سبحانو و لازمنا نرضاو بيه .

س 2 - هل تعجبي ببعض النساء المطلقات القويات اللاتي تغلبن علي وضعية الطلاق ؟

ج - نعم لأنو الطلاق مش نهاية العالم .

س - هل لديك نموذج و قدوتك لك ؟

ج - وحدة نعرفها حتي هيا كانت ضحية ، ضرك راهي خدامة بالبوست تااعها و عندها طفل عايشة لباس عليها و ناب عليها ربي بالسكنة و الله عايشة عالكيف .

س 3- هل تطالعي المجالات و الكتب لتقوية ذاتك ؟

ج - نعم كثيرا نطالع الجرائد و الكتب و خاصة تع علم النفس .

س 4 - هل دخلت دورات في تطوير الذات أو إدارة الذات ؟

ج - لا .

### المحور الرابع : المساندة الاجتماعية

س 1 - هل لديك سكن خاص بك مع أطفالك ؟

ج - لا نسكن في دارنا مع خويا و والديا بصح عندي شمبرتي .

س 2 - لديك منحة طلاق أو مدخول تعوني به نفسك ؟

ج - إيه نعم عندي النفقة تع الطفل و بدل الإيجار و الحمد راني خدامة

س 3 - هل يواسيك و يؤازرك الآخرين علي تحملك كل هذه المسؤوليات من بعد طلاقك ؟

ج - عندي أصدقائي و زميلاتي في العمل و حتي علاقتي مع عائلة طريقة مزالت مليحة .

س - و من هو المقرب لديك ؟

ج - تصدقي بالله لحد الآن ما عنديش واحد مقرب ، المقرب الوحيد لي كان عندي طليقي و راح .

س 4 - ماذا تقدمي كنصيحة للنساء المقبلات علي الطلاق ؟

## مقياس المرونة :

نطلب منكم الإجابة بكل صدق علي العبارات التالية التي تعكس جميع نواحي حياتكم. الرجاء وضع علامة × أمام العبارة التي تتناسب موقفكم ، و محيطكم علما أن نتائج المقياس ستوظف في إطار إعداد دراسة ميدانية و معلوماتك ستبقي سرية .

أبدا	نادرا	أحيانا	كثيرا	دائما	البنود
					1- ابحث عن حل لمواجهة الموقف .
					2- لا اترك المشكل يؤثر علي باقي نواحي حياتي .
					3- قدرة علي التأثير في مسار سير الأمور
					4- أحول المشكل إلي تحدي .
					5- أصر علي حل المشكل .
					6- أومن أنني قادرة علي تحسين الأمور .
					7- أشك في تجاوز المشكل .
					8- أواصل مشوار حياتي رغم وجود الحواجز .
					9- أشعر بالعجز أمام الصعوبات .
					10- ألتزم في حل المشكل .
					11- أعتبر المشكل فرصة للتقدم نحو الأمام .
					12- أعتقد إنني أتحكم بما يحدث .
					13- أري الحاجز بنظرة ايجابية .
					14- أتحكم في سير الأمور .
					15- أعتقد أنني لدي استعدادات تمكني من

					التغلب علي المشكل .
					16- النظر في الناحية الايجابية للمشكل.
					17- النظر إلي النتائج الايجابية الناتجة عن حل المشكل .
					18- النظر إلي نفسي كقادرة علي حل المشكل و لا كعاجزة علي حله.
					19- أعود من جديد باستعداد أكثر .
					20- الخروج من المشكل بقوة أكثر .
					21- تطوير استعدادات جديدة .
					22- القدرة علي مواجهة صعوبات جديدة.
					23- تطوير معارف جديدة .