

جامعة محمد خيضر بسكرة
كلية العلوم الانسانية والاجتماعية
قسم علم النفس



مذكرة ماستر

ميدان علم النفس
فرع علم النفس
تخصص علم النفس الاكلينيكي
رقم: أدخل رقم تسلسل المذكرة

إعداد الطالبة:
دريسي أسماء
يوم: //

الهزيمة النفسية لدى المرأة المطلقة

لجنة المناقشة:

مشرف	الرتبة	لخزاري لطيفة
الصفة	الرتبة	العضو 2
الصفة	الرتبة	العضو 3

السنة الجامعية: 2023-2022

قال الله تعالى :

﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا
لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً ۗ إِنَّ فِي
ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾

سورة الروم : الآية 21

فهرس المحتويات	
الفصل الأول: دخل نظري للدراسة	
03	مقدمة
04	1- ملخص الدراسة
04	2- اشكالية الدراسة
05	3- أهمية الدراسة
06	4- أهداف الدراسة
06	5- التحديد الإجرائي لمصطلحات الدراسة
07	6- الدراسات السابقة
الفصل الثاني: الهزيمة النفسية	
11	تمهيد
11	1- تعريف الهزيمة النفسية
13	2- تفسير سلوك الهزيمة النفسية حسب بعض النظريات
19	3- الشخصية الانهزامية
19	4- عوامل الهزيمة النفسية (السلوك الانهزامي)
25	5- اعراض الهزيمة النفسية
28	6- مراحل الهزيمة النفسية
28	7- عوامل الهزيمة النفسية عند المطلقة
30	8- التقنيات العلاجية المقترحة
34	خلاصة الفصل
الفصل الثالث:	
36	تمهيد
36	1- مفهوم الطلاق
37	2- تاريخ الطلاق
39	3- أنواع الطلاق
40	4- النظريات الحاضرة
40	5- السباب الطلاق

42	6- الآثار السلبية الطلاق.
الجانب التطبيقي	
46	تمهيد
46	1- الفصل المنهجي للدراسة
46	1.1. الدراسة الاستطلاعية
46	2.1. الحدود المكانية
47	3.1. الحدود الزمنية
47	4.1. عينة الدراسة
47	2- منهج وادوات الدراسة
47	1.2. منهج الدراسة (المنهج العيادي)
48	2.2. المقابلة النصف موجهه
48	3.2. الملاحظة كأداة داعمه
50	1- عرض وتقديم الحالات
50	1-1 الحالة الأولى
55	1-2 الحالة الثانية
60	1-3 الحالة الثالثة
66	4. مناقشه النتائج على ضوء الفرضيات.
	الخاتمة
	قائمة المراجع
	الملاحق

الفصل الأول: دخل نظري للدراسة

مقدمة

- 1- ملخص الدراسة
- 2- اشكالية الدراسة
- 3- أهمية الدراسة
- 4- أهداف الدراسة
- 5- التحديد الإجرائي لمصطلحات الدراسة
- 6- الدراسات السابقة

مقدمة

تعتبر مشكلة الطلاق من المشاكل التي صارت بشكل مرعب وغير محدود في وقتنا الحالي، وأصبحت أرقام الطلاق وخاصة الطلاق السريع الذي لا يدوم فترة طويلة بأرقام خيالية وترجع لأسباب جد تافهة، صارت رابطة الزواج المقدسة التي بنيت على أسس و ضوابط دينية وخلقية، كلعبة في يد الطفل يرميها لأنفه الأسباب ولو رجعنا ورجحنا أسباب الطلاق لا تعد ولا تحصى ولا تقتصر المشكلة لا في الزوجة ولا في الزوج إلا أن السبب الرئيسي في معظم أسباب الطلاق هو الزوج لأن المرأة كونها العنصر الضعيف في هذه العلاقة وفي الأغلب لا تلجا المرأة الطلاق إلا لضرر القدر المحتم الذي تجبرها إلى هذا الحل - إلا انها في أغلب الحالات تتحمل كل الضغوطات والعواقب، من أجل عدم قبول كلمة مطلقة، وهذا ما سوف نتطرق إليه في بحثنا هذا الذي سوف نتحدث فيه عن الانهزام النفسي لدى المرأة بعد الطلاق، يؤثر الطلاق على نفسية المرأة تأثيرا سلبيا من جميع جوانب الحياة بحيث طبيعة المرأة حساسة ومرحة ودائما تبحث عن السند، والحب والاحترام وتبحث عن الرفيق الذي تكمل معه مسار حياتها، وبمجرد التعرض لمثل هذه الصدمة تبقى مجبرة على تحمل آثارها ورجعتها مدى الحياة وخاصة إذا لم تجدد حياتها من جديد مع زوج يحبها ويقدرها كامرأة و هذا ما سوف نراه من خلال الاجابات و الدراسة التي قمنا بها.

1. ملخص الدراسة:

تهدف دراستنا الحالية عن الكشف عن آثار الهزيمة النفسية لدى المرأة المطلقة، هدفنا للكشف عن الهزيمة النفسية وخاصة لدى المرأة التي لم تدم فترة زواجها مدة طويلة وتضمنت دراستنا المنهج العيادي يقوم بدراسة الفروق لدي المطلقات لمتغير الهزيمة النفسية واخترنا ثلاث حالات كنموذج تم دراستهم لتطبيق دراسة الحالة من خلال اجراء المقابلة العيادية النصف الموجهة. واستخدمنا أدوات الدراسة التالية استبيان الهزيمة النفسية، والذي خضع للأساليب الاحصائية اللازمة، وبعد الدراسة وتحليل النتائج إحصائياً أن لدى المطلقات درجة متوسطة من الهزيمة النفسية، كما أنهن يعانين من بعد الاضطرابات النفسية العابرة، وكانت لدى المطلقات نقاط مشتركة في النتائج والاجابات ومستوى إلا أن هناك لكل حالة اسلوب مواجهة وآليات دفاع نفسية مختلفة عن بعض يعود للحالة الاقتصادية وحالة الأسرة وتبقى النتائج نسبية قابلة للتغير.

2. اشكالية الدراسة

تعد المشكلات الأسرية ظاهرة اجتماعية وإن اختلفت حدتها بين المجتمعات فلا يوجد مجتمع له مشاكل أسرية ومجتمع آخر بدون مشاكل، ولكن الاختلاف ينصب على درجة الاختلاف وليها النوع، تمر الأسرة بمراحل متعددة في دورة حياتها، فهي تبدأ بمرحلة ما قبل الزواج ثم الإعداد إلى الزواج وتكوين أسرة ثم مرحلة إنجاب الأطفال وتربيتهم ثم مرحلة استقلال الأبناء وتكوين أسر جديدة.

وتتعرض الأسرة خلال مرورها بهذه المراحل لأحداث ومواقف متعددة والأسرة المتكاملة الناتجة لديها القدرة على مواجهة هذه الأحداث وتعمل على حلها واستمرار الحياة الطبيعية لجميع أفرادها.

وتتعرض الأسرة في نفس الوقت للعديد من الأزمات وحالات التصدع والتفكك ويكون الحل الأخير والذي لا مفر منه للزوجين هو الطلاق فالطلاق ظاهرة عامة موجودة في كل مجتمع وبنسب متفاوتة وهو امر عرفته البشرية، من قديم الزمان وكانت له طرق وأشكال مختلف من بيئة إلى بيئة ومن عصر الي عصر، وقد اقرته جميع الأديان كل بطريقته لما وصفته عرب الجاهلية بأنه كان شريعة ابراهيم واسماعيل (عليهما السلام) والحقيقة ان الإسلام كره الطلاق ونفر منه

والرسول صلى الله عليه وسلم قال (ما أحل الله شيئاً أبغض إليه من الطلاق) واعتبر الإسلام الحياة الزوجية لها قدسية خاصة لا بد من احترامها وأن مسألة تهديمها ليست بالأمر السهل فهي ميثاق غليظ ينبغي عدم نقضه بسهولة والقرآن الكريم يقول (وأخذنا منكم ميثاقاً غليظاً) ينبغي احترامه وهذا دليل على أن الإسلام صان قداسة الرابطة الزوجية من العبث بها، لما يترتب عليها من أضرار تقع على الأسرة والمجتمع وتقع على الزوجين أو إحداها بصفة خاصة وما يترتب عليه من أضرار نفسية وخيمة، وخاصة للمرأة.

ومن العوامل المؤثرة على حياة المطلقة بعد الطلاق هو العامل النفسي وانطلاقاً من هذا حاولنا خلال دراستنا هذه القاء الضوء على الهزيمة النفسية لدى المرأة المطلقة وما يترتب عليها من أعباء تجعلها بحاجة ماسة للتدخل النفسي، والإرشاد من جميع النواحي، ومن هنا وانطلاقاً من الدراسات السابقة التي أكدت الآثار النفسية والاجتماعية على المرأة المطلقة مما لفت انتباهنا إلى كمية الصدمات والانهازمات التي تتعرض لها المرأة بعد الطلاق ومن هنا تصبح إشكالية وطرح التساؤل التالي.

هل تعاني المرأة المطلقة من الهزيمة النفسية؟

- الفرضيات:

- تعاني المرأة المطلقة من مستوى هزيمة مرتفع.
- تعاني المرأة المطلقة من جرح نرجسي.
- تعاني المرأة المطلقة تدني مستوى الذات لديها.

3. أهمية الدراسة:

تتجلى الأهمية العلمية للدراسة في اهتمامها بشريحة من شرائح المجتمع الهشة، وهي المرأة المطلقة الخاصة في ظل زيادة معدل حالات الطلاق والتي استدعت احاطتها بدراسة، نظراً لما تستدعيه وضعيتها من مشكلات على مستوى الصحة النفسية والاجتماعية ولما ينتج عنه من آثار سلبية. تجعلها في حاجة إلى وجود دعم لإشباع احتياجاتها المختلفة خاصة في ظل التغيرات الاجتماعية والاقتصادية كما حاولنا إبراز معاناتها النفسية فالاهتمام بالمرأة والأسرة ضرورة ملحة لتقدم أي مجتمع وتحقيق التنمية في جميع المجالات

ولهذا السبب قامت دراستنا الحالية بتغطية معلومات كاملة في بعض الجوانب النفسية والانفعالية لهذه الفئة من النساء، حيث اهتمينا بدارية الهزيمة النفسية لدى النساء المطلقات وماينتج عنها من اثار سلبية، فهو يرتبط بسلوكيات غير متوافقة سواء اتجاه نفسها أو غيره من المحيطين بها، مما يؤدي ويجعلها غير قادرة على التغلب على المشاكل والأزمات التي تواجهها. مما قد يؤدي الي انعكاس على الذات بظهور اضطرابات نفسية مختلفة.

كما تكمن أهمية الدراسة على الصعيد الأكاديمي في قلة الدراسات المتعلقة بالهزيمة النفسية خاصة عند المطلقة، ويمكن ان تكون هذه الدراسة إضافة علمية لمكتبتنا بالإضافة إلى توجيه الاهتمام الرئيسي للدراسة بالتطبيق على فئة المطلقات ومن ثم ما توصلت إليه من نتائج يوجه الانظار لإجراء الدراسات أخرى اوسع واشمل.

4. أهداف الدراسة:

تهدف دراستنا الحالية للكشف عن مستوى الهزيمة النفسية لدى المرأة المطلقة، بالإضافة إلى معرفة الفروق في الهزيمة النفسية حسب متغيرات الدراسة ولأن أكثر مرض يمكن ان تصاب المرأة هو اليأس والإنكار الداخلي... واليأس القاتل والخمول والثقة المفقودة كل هذا عدو وعقبة كبيرة تواجه المرأة، بعد تعرضها لهذا الطلاق، وأول بوادر بعد الطلاق هي الهزيمة النفسية، وهذا ما استدعانا أن نتطرق لهذا الموضوع، لدراسته والتطلع على طياته.

5. تحديد الإجرائي لمصطلحات الدراسة:

1-5 الهزيمة النفسية:

تعرف إجرائياً بأنها حالة نفسية تحمل مضاميناً وجدانية ومعرفية وسلوكية، تعاني منها المطلقة تتجلى بشعورها بالعجز وقلة الحيلة اتجاه ما تواجهه من أحداث في الخطوات الجديدة التي لم تألفها من قبل وقد تكون مقرونة بمشاعر، الخزي واليأس، والكآبة وافتاء الحيوية الذاتية وتقاس إجرائياً بمقياس الهزيمة النفسية.

5-2 الطلاق:

وهو الفك الشرعي للرابطة الزوجية، حيث تضع الشريعة الإسلامية السلطة التقديرية وهي العصمة بيد الرجل، حيث تخول له ايقاع الطلاق على زوجته سواء بالإرادة المنفردة، له او بالتراضي، وبالخلع الذي تطلبه المرأة.

6. الدراسات السابقة:

1. دراسة حيدر جوهرة - 2018 تحت عنوان الصدمة النفسية للنساء المعنفة المطلقة استهدفت الدراسة الى معرفة آثار الصدمة النفسية على المرأة بسبب العنف الذي تعرضت له وانهاء العلاقة بالطلاق، وما ينجر عنه من اثار سلبية، على عدة نواحي نفسية اجتماعية وجسمية باتباع منهاج عيادي على أربع مطلقات باستخدام الملاحظة العيادية والمقابلة العيادية والمقابلة العيادية النصف موجهة والاختبارات الاسقاطية الروشاخ و TAT وحيث أسفرت نتائج الدراسة على ان العنف ضد الزوجة الذي يؤدي بهما الي الطلاق بترك أثر الصدمة النفسية على المستوى النفسي كسرعة الاثارة والاحباط والبكاء والمستم، تكرار معايشة الحدث الصدمي، الذي طغى على الجانب الشعوري للحالات، مع نقص الثقة بالنفس ونقص التقدير الذات والسلوكات العدوانية كما أنه له اثار سليمة اسفرت الي ظهور اضطرابات عده واضطرابات سيكوسوماتية، وعلى المستوى الاجتماعي العزلة والانطواء وشعورهن بالدونية.

2. دراسة متعلقة بمتغير الهزيمة النفسية:

• دراسة جاسم أحمد لطيف والتميعي لبث حمزة 2013 - تحت عنوان الشخصية المهزومة ذاتيا وعلاقتها بالمكانة النفسية والاجتماعية هدفت الدراسة لقياس الشخصية المهزومة دانيا لدى الطلبة الجامعية، وقياس المكانة النفسية الاجتماعية لديهم والكشف عن العلاقة بين الشخصية المهزومة ذاتيا والمكانة النفسية الاجتماعية لدى طلبة الجامعة بالاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي والاستعانة بالمقاييس الشخصية المهزومة ذاتيا الكيباني 2008 ومقياس المكانة الاجتماعية للصالحى 2008 على عينة قدرها 400

طالب وطالبة جامعية اختبروا عشوائيا وتوصلت نتائج الدراسة إلى : يتصف الطالب الجامعي بشخصية مهزومة ذاتيا.

- توجد فروق ذات دلالة احصائية في المكانة النفسية الاجتماعية بين طلبة الجامعة

- توجد علاقة عكسية بين الشخصية المهزومة ذاتيا والمكانة النفسية الاجتماعية

● دراسة احمد الزغبى وجمال مصطفى (2019) تحت عنوان هزيمة الذات وعلاقتها بتقدير الذات لدى عينة من المراهقين النازحين.

هدفت الدراسة الي الكشف عن العلاقة بين الهزيمة النفسية وتقدير الذات لدى المراهقين النازحين في مدارس ومراكز الايواء، والكشف عن فروق افراد العينية باستخدام المنهج الوصفي التحليلي بتطبيق مقياس الهزيمة النفسية الذاتية للمراهقين واجريت الدراسة على عينة قدرها 217 - منهم 121 إناث. و96 ذكور، توصلت الدراسة الي

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الهزيمة النفسية وتقدير الذات

● دراسة فقيه العيد (2012) تحت عنوان الآثار النفسية للطلاق دراسة ميدانية على عينة

من المطلقين والمطلقات في الجزائر: هدفت الى تقييم الوضعية النفسية والسكوسوماتية لدى المطلقين والمطلقات و معرفة أي من الجنسين أكثر تأثر بالطلاق من حيث الصحة النفسية و توضح الفرق بين المطلقين من حيث المشاكل النفسية الناجمة عن الطلاق في المرحلة المبكرة من الزواج أو في مرحلة متأخرة منه استخدم المنهج الوصفي في هذه الدراسة واتبع الباحث طريقة المعانية القصدية في اختيار عينة البحث قوامها 40 مطلق و77 اعتمد الباحث على قائمة كورنل الجديدة ومقياس الثقة في النفس لسيدني شروجر 1990 مع استخدام الأساليب الاحصائية في معالجة النتائج وخلصت الدراسة إلى النتائج التالية

- تشغل الخلافات السيكوسوماتية والاضطرابات والانفعالية الصادرة مع مستوى الثقة بالنفس وخلصت الدراسة الي النتائج التالية

- الطلاق في مرحلة متأخرة من الزواج أكثر تأثيراً على الشخصية إذا ما قورن بالطلاق خلال المرحلة المبكرة من الزواج.

-يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بينا الجنسين من المطلقين والمطلقات من حيث الاضطرابات السكولومانية والانفعالية لصالح الاناث أي أن المرأة أكثر عرضة للاضطرابات

- يوجد فروق دالة إحصائية بين الجنسين من المطلقين من حيث مستوى الثقة بالنفس لصالح الذكور.

الفصل الثاني: الهزيمة النفسية

تمهيد

- 1- تعريف الهزيمة النفسية
 - 2- تفسير سلوك الهزيمة النفسية حسب بعض النظريات
 - 3- الشخصية الانهزامية
 - 4- عوامل الهزيمة النفسية (السلوك الانهزامي)
 - 5- اعراض الهزيمة النفسية
 - 6- مراحل الهزيمة النفسية
 - 7- عوامل الهزيمة النفسية عند المطلقة
 - 8- التقنيات العلاجية المقترحة
- خلاصة الفصل

تمهيد:

قال الله تعالى ﴿وَلَا تَمْنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ﴾ (سورة آل عمران، الآية

(139)

السعي وراء الحفاظ على الذات، والمصلحة الشخصية من سمات السلوك العقلاني للفرد، وقد حدد علماء النفس الاكينيكي العديد من السلوكيات المضطربة على انها سلوكيات مدمرة للذات وهي أساليب او استجابات غير ملائمة، توقع ضررا بالنفس قد يتوقعه الفرد لكنه غير مرغوب فيه، ربما يكون القصد منه بعض الفوائد النفسية والحفاظ على الاقتصاد النفسي، لذا يتم قبول النتيجة الغير مرغوب فيها كتكلفة لتحقيق النتيجة المرجوة (Baumeister. Sher1988) من هنا جاء هذا الفصل للتفصيل في أحد هذه السلوكيات المضطربة الا وهو السلوك الانهزامي والذي يحدث عادة وقت التوتر او الصدمة أو القلق الشديد الذي يخلق مخاوف قوية بالنسبة للفرد.

1. تعريف الهزيمة النفسية:

- لغة: الهزيمة بالفتح فالكسر، جمع هزائم من هزم خصمه غلبه وكسره defeating (رواس قلعة 1985، ص373) أصل الهزم غمر الشيء اليابس حتى يتحطم، واصابته هزيمة الدهر اي كاسرة (الاصفهاني 502هـ، 543 ص)
- اصطلاحا: الهزيمة النفسية أو هزيمة الذات: self-defeating هي شعور الشخص بالعجز، والفشل، وضعف الإرادة على التغيير والاستسلام والانكسار أمام ضغط الواقع، والظلم الذي يعيشه، مما يجعله يستسلم للأعداء أو ينسحب من عمل الخير ويبتعد عن تحمل المسؤوليات (الشليبي، 2014 ص 4).
- هي انكسار ارادة النفس امام حدث معين او واقع معين او فكر معين او ظاهرة معينة، بحيث لا تقوى على مجابهته، فهي تستسلم او تسلم بدون تفكير في التخلص منه او مواجهته مع وجود القدرة والاستطاعة (الشليبي، 2014، ص 4).
- Cudney: هي سلوكيات تعلمها الانسان من خلال تجارب سابقة والتي يوظفها في لحظات جديدة من الحياة، والتي يضعها في حالة تأهب وتعمل ضده، هم اشخاص

يحاولون إجبار أنفسهم على ان يكونوا مثاليين، واثقال أنفسهم بالذنب والتوقعات الغير واقعية محاولين عزل أنفسهم عن أنفسهم وعن الآخرين وممارسة الاكتئاب والقلق والانسحاب والملل والتبعية، ويخلقون امراض نفسية جسدية ويحافظون على السلبية والعداء والدفاعات".

- **يقترح (1978) Chamberlain:** مفهوم الهزيمة النفسية يشمل الافكار والمشاعر والمواقف والسلوكيات المتكررة، هنا يؤكد (2000) Brownson & Hartzler هؤلاء الاشخاص ينخرطون في دورة متكررة من المحاولات الفاشلة لتلبية احتياجات الاساسية سواء كانت الحاجة الى العلاقات الحميمة او الانتماء او السيطرة او القبول قد يكونون عرضة لصعوبات الصحة العقلية مثل الاكتئاب او القلق او العزلة الاجتماعية او مشاكل خارجية تعويضية، ويتشارك هؤلاء الاشخاص في الاحباط وجود حاجات اساسية لاتزال غير محققة ، تضائل الامل او نقص الكفاءة الذاتية (براونسون وهارتزler، 2000)

- **يعرفها ميلون (1987) Millon:** " هي مجموعة متكاملة من سلوكيات المتعلقة بسمات غير مرنة، وتتصف بانها تكبد صاحبها خسائر نفسية على مدى طويل من الزمن، ولا يجني من الفوائد الا الشيء القليل" (التميمي، 2014).

- **يعرفها: (1988) RoyF.baumeister and Sher** أي سلوك متعمد له آثار واضحة أو مؤكدة أو ربما سلبية على الذات، سواء كان السلوك مقصود أو غير مقصود في إيذاء الذات، يسبب الفشل ويجلب المتاعب، وقد يؤدي الشعور القوي بالذنب أو الندم أو ربما القلق إلى استخفاف حاد بالنفس مما يؤدي إلى تدمير الذات. كما يعرفان الهزيمة النفسية انها: " أي سلوك مقصود أو غير مقصود له اثار واضحة سلبية على الذات او مشاريع الذات (King, 2014).

- **يعرفها "كبتاي" (2008) Kabatay** هو نمط من السلوكيات الهازمة للذات، التي يتصف صاحبها بإخفاء الخبرات الممتعة، ويسعى الى المواقف او الاشخاص او العلاقات التي تسبب له المعاناة ويضع نفسه في مواقف تسبب له القهر والاحباط ويمتنع عن تقبل مساعدة الآخرين له (2014، التميمي) وأيضا يعرفها بانها: مجموعة من السلوكيات الثابتة

لسمات غير مرنة والتي تتميز بالدرجة الأولى بدفع تكاليف نفسية سلبية طويلة المدى، كما انها مرتبطة بالصورة الذاتية الغير مستحقة.

- يؤكد "العاسمي" ان السلوك الانهزامي يعبر عن نقص في المعرفة والجهد والرغبة في تحقيق الاهداف. يعرفها ابو حلاوة" (2012): الهزيمة النفسية هي حالة عامة ذات مضامين معرفية ووجدانية وسلوكية، تسيطر على المبتلى بها، وهي تتجسد في الشعور بالعجز وقلة الحيلة وانعدام الفعالية الشخصية اتجاه احداث ووقائع الحياة المختلفة في الحاضر والمستقبل وتقترن بمشاعر الاكتئاب والياس والخزي مع افتقاد الشخص للفعالية والحيوية الذاتية مما يدفعه للاستسلام والركون وتقبل واقعه الشخصي دونما بذل أي جهد لتغييره وتبعية تامة للآخر على مستوى التفكير والانفعال والفعل والميل الى استصغار الذات واهانتها وتحقيرها واعتبارها شيئاً مادياً لا حياة فيه " (ص 194).

- تعرفها اسماء العمري" (2014): الهزيمة النفسية هي الياس من امكانية القيام باي عمل ايجابي والشعور بعدم القدرة، لذا يصاحبها تخل عن الاهداف لدى الانسان لصالح تبنيه اهداف وافكار غيره، ومن هنا صاحبها يعاني من الانطواء على الذات والخوف".

فالهزيمة النفسية هي ضعف إرادة الذات، وعجز الفرد عن مواجهة احداث الحياة، والتي قد تعود لعدة عوامل منها الداخلية، والمتمثلة في العوامل الشخصية من سوء تقدير الذات، ونقص الكفاءة الذاتية في تبني إستراتيجيات المواجهة المناسبة في التصدي للموقف الضاغط، بالإضافة الى العوامل الخارجية من البيئية الاجتماعية المحيطة بالفرد، وأساليب التنشأة.

2. تفسير سلوك الهزيمة النفسية حسب بعض النظريات:

1.2. نظرية التعلم الاجتماعي:

تعطي نظرية التعلم الاجتماعي اطاراً متكاملًا لتحليل طريقة تعامل الأشخاص مع المهام الموكلة إليهم خاصة الصعبة منها، وكيفية تأثير العوامل الظرفية والشخصية على التحفيز والأداء والتعلم حيث ساهمت اعمال "باندورا" و "ميشال" و "شودا" Bandura; Shoda & Michel واخرين في فهم السلوك البشري من خلال التركيز على العمليات المعرفية والعاطفية على كيفية التعامل مع المواقف الحياتية المختلفة.

فسلوك الهزيمة النفسية يعبر عن كيفية تقييم الفرد لكفاءته الذاتية وردود افعالهم العاطفية وكيفية تفسيرهم للموقف العام (Taberbero, 2008)

أكد "باندورا" (1997) انه عندما تكون المواقف سلبية والتعرض للإقصاء الاجتماعي ويدرك الشخص كفاءة ذاتية اجتماعية عالية فانهم يخضعون لنوع معين من التمرد الاجتماعي الذي يسمح لهم بالتغلب على حالة الاقصاء هاته دون الوقوع في العجز (Taberbero, 2008).

يعتقد "باندورا" تلعب التغذية الراجعة السلبية ضمن السياقات الاجتماعية دورا أساسيا في قدرة الفرد في التنظيم الذاتي ومراقبة السلوك فيما يتعلق بالمعايير الداخلية والتأثيرات الاجتماعية وقدرته على التمييز بين المواقف وتعميم التعلم السابق (Curtis,1989)

كما يشير "باندورا" ان حكم الشخص على الكفاءة الذاتية يعتمد على المعتقدات الذاتية للفعالية فالشخص يختار التحديات التي يتعين عليه القيام بها والجهد المبذول في السعي لذلك ومدى المثابرة في مواجهة الصعوبات ، فالمعتقدات الذاتية تؤثر على مدى تعرض الشخص الضعيف للتوتر والإحباط عندما يواجهون الصعوبات ويعانون الإخفاقات، فالتفاعل المعقد بين الأهداف التي يضعها الشخص وتعليقات الأداء التي يتلقونها ومشاعر الرضا او عدم الرضا التي تنشأ من حجم التناقض بين الأهداف والمعتقدات حول الكفاءة الذاتية هنا تتحدد الكفاءة الذاتية المتصورة، فالتفاعل الديناميكي بين تحديد الأهداف وردود الفعل، والأداء وردود الفعل العاطفية على التناقضات والكفاءة الذاتية المحققة، مؤكدا على الطبيعة المستمرة للأحداث السلوكية والتعديلات التي تحدث في ضوء التجربة.(كيرتس، 1998)

فحسب باندورا: "Bandura تؤثر الكفاءة الذاتية المتوقعة على قدرة الفرد على تحمل الضغوط، هذا ما اكده "هورمان" واخرين ان الأشخاص ذوي كفاءة ذاتية مدركة حول الاحداث الهامة في حياتهم استجابوا بإيجابية على الاكتئاب من الأشخاص الذين كانت توقعاتهم عن كفاءتهم متدنية" (السمران والمساعد، 2014، ص. 19).

كما ان تحديد الأهداف الشخصية تتأثر بالكفاءة الذاتية المتصورة، فانعدام الكفاءة الذاتية المتصورة قد يضعف الأداء الإنتاجي، أي انهم يرون انفسهم غير قادرين على التعامل مع مطالب البيئة يركزون على عيوبهم الشخصية ويدركون أن الصعوبات المحتملة أكثر صعوبة مما هي

عليه في الواقع، فهذه المعتقدات تخلق لدى الفرد ضغوطات تحول دون الاستخدام الفعال للكفاءة الذاتية فيزيد القلق لدى الشخص بشأن اخفاقاته والحوادث المحتملة، والذي قد يترتب عنها هزيمة ذاتية بسبب التقدير الذاتي للقدرات والاستمرار في الفشل، فهؤلاء الأشخاص تجددهم يتخلون عن أهدافهم والمهام الموكلة اليهم في وقت مبكر عندما تواجههم عقبات او صعوبات (1998 Curtis).

2.2. النظرية الإنسانية:

تعد النظرية الإنسانية وعلى رأسها ابرهام ماسلو من بين النظريات التي قدمت اسهامات في فهم الشخصية والدافعية ، من خلال التركيز على الحاجات الفطرية والتي رتبها "ماسلو" في هرم الحاجات، ومدى تلبيتها لتحقيق التوافق النفسي، من بينها الحاجة لاحترام الذات، الذي يتلقاه الفرد من الآخرين، فمن خلال اشباعه يعطي للفرد الشعور بالثقة والكفاءة، فيشعر بقيمة ذاته والتي تمنحه القوة للإنجاز والعتاء، في حين احباط تلبية هذه الحاجة تدفع الفرد للشعور بالعجز ولوم الذات والشعور بالانهزام النفسي ومن ثم الانسحاب من تأدية النشاطات اللازمة (العاني والدجيلي 2008).

فالحاجة الى احترام الذات تشبع من خلال الاسرة والأصدقاء والزملاء وكل المحيطين، فغياب هذه العلاقات في حياة الفرد تحول دون تحقيق تقدير الذات والشعور بالانهزام النفسي.

3.2. نظرية العجز المتعلم:

ساهم سليجمان " Seligman بنظريته العجز المتعلم learned helplessness، وأشار

اليه انه مفهوم ذو ثلاث ابعاد وهي:

- الدافعية
- المعرفية
- الانفعالية

من هنا فالعجز المتعلم يحدث عندما تكون المطالب البيئية والاعباء الاجتماعية التي تفوق قدرات الشخص والتي تؤثر عليه هنا تحدث المعاناة وتتطور، كما تكلم سليجمان " طريقة وصول بعض الأشخاص الى الشعور بالهزيمة النفسية امام مطالب البيئة والمجتمع، فالخبرات الفاشلة

والمتكررة الغير مسيطر عليها تولد الاكتئاب والياس فالشخص يتعلم العجز عندما لا يستطيع السيطرة على الاحداث التي يواجهها يوميا والتكيف معها، كما انه يفقر الى الخبرات الفعلية والسلوكية في مواجهة الضغوط بسبب قناعته انه فاشل في ذلك مهما حاول، فهذه القناعة تزيد من فرصة الإصابة بالاكتئاب والشعور بالهزيمة النفسية (السمران 39 والمساعد ، 2014، ص) 4.2. النظرية التحليلية:

تطرق فرويد الى مشكلة المازوشية او اختيار المعاناة بالنسبة للعمليات العقلية تخضع لمبدأ اللذة بطريقة تجعل هدفها الأول تجنب عدم اللذة (Curtis,1989) بطلب بصورة غير مباشرة او لاشعورية لإشباع النزعة اللاشعورية موجهة نحو الذات، لإشباع انا اعلى كثير المطالب بعقاب موجه نحو الذات والتي تتبع من سلوكيات الفشل المتكررة التميي 2014، ص. 224). وصف "فرويد" السلوك الانهزامي بميكانيزم دفاعي اسماه الانقلاب على الذات، turning against the self مفترضا ان مصدر هذا النوع من مشاعر الذنب تكون نتيجة كبت العداوة اتجاه الابوين في الطفولة ومشاعر الخوف من اظهار هذه المشاعر خوفا من العقاب، فتتجلى لديهم سمات لوم الذات والهجوم عليها وتشويه السمعة، فتوجه المشاعر السلبية للذات بدل الهدف المناسب، محور هذه العملية هو التوحد مع الشخص الذي لم يتم التعبير عن الغضب ضده، ويحول هذا الغضب للذات، وهنا تتم مهاجمة الذات وهزيمتها (خطاب، 2019، ص. 167). فنزعة التدمير يمكن تصريفها الى الخارج والتي تعرف بالعدوان او تصريفها الى الداخل انهزام الذات، ويحدث هذا الأخير عندما يحدث تعارض بين سلوك الشخص وبين ما تعلمه من سلوكيات وفق معايير أخلاقية واحكام تعلمها، ليتولد لديه إحساس بالذنب والخوف من العقاب، ليتكون لديه إحساس مؤلم يتضمن توجيه اللوم والاتهام لذاته وانتقادها.

كما ان "الخطيب" أشار الى أسباب السلوك الانهزامي من خلال تفسيرات "فرويد" تعود الى

اختلال أداء الوظائف النفسية من خلال مسارين هما:

- اختلال التوازن بين منظمات النفس الانا، الانا الأعلى، الهو.

مشاكل التنشئة في الطفولة المبكرة، خلال الخمس سنوات الأولى. (العاني والد جيلي 2018).

كما يرى "فرويد" ان الفرد الانهزامي يقع فريسة انفعال ذاتي قد أخفق في التعبير عن ذاته ومن ثم انعكس الى الداخل (حسين محمد، 2017، ص. 343).

يرجع "ادلر" (1908) ميكانزيم الانقلاب على الذات الى العدوان الذي هو في الأصل غريزة فطرية في الانسان، واي خطأ او اخفاق فيها يؤدي الى اختلال كيانه وتدهوره. (التميمي 2014، ص225)

كما يوضح "ادلر" ان اضطراب عملية تنشئة الطفل من تدليل زائد او حرمان زائد، والتنافس الشديد بين الاخوة قد يرسخ ميكانزيم الانقلاب على الذات وظهور العدوان الموجه للذات. (جاسم والتميمي 2013)

5.2. الهزيمة النفسية حسب الدليل التشخيصي الثالث DSM-III:

- حسب الدليل التشخيصي الثالث DSM-III يتم تشخيص الشخصية الهازمة للذات وفق المعايير التالية لابد ان تتوفر خمسة معايير أو أكثر منها حتى يشخص هذا النمط من الاضطراب:
- يختار الشخص المواقف والعلاقات المسببة للفشل وخيبة الأمل وسوء المعاملة رغم توفر خيارات أفضل.
- يرفض المساعدات المقدمة من الآخرين، لأنه لا يرغب في مضايقتهم.
- يستجيب للأحداث الشخصية الإيجابية النجاح، الإنجاز، الحصول على شهادات تفوق بالشعور بالذنب والاكئاب أو أي سلوك يسبب له الألم.
- رفض الآخرين له او الغضب منه يشعره بالإهانة والهزيمة والاذلال.
- لا ينتهز فرص الاستمتاع، او يرفض الاعتراف بالاستمتاع، رغم توفر المهارات الاجتماعية اللازمة لديه، والقدرة على استتعار المتعة.
- يفشل في انجاز مهام أساسية بالنسبة لأهدافه الشخصية رغم قدراته الواضحة في الانجاز.
- يشعر بالملل اتجاه من يعاملونه معاملة طيبة او لا يهتم بهم.
- مثال من الناحية الجنسية لا يجذبه من يبدي اهتمام به او يحبه من الجنس الآخر).

- يبالغ في التضحية بنفسه رغم انه لم يطلب منه ذلك وعدم تشجيع المستفيدين من هذه التضحية. (184 غانم، 2006، ص)
- كما حددت اهم السمات التي تميز الشخصية الهازمة للذات وهي:
 - لا يشعر بالمتعة في مواقف تتطلب ذلك.
 - تكون ردة فعله إزاء هذه المواقف السعيدة باستدعاء الخبرات السيئة.
 - يضع نفسه في مواقف تجلب له المهانة.
 - يتحاشى المواقف والتفاعلات التي تتطلب وجوده مع الآخرين، التضحية (غانم، 2006).
- في تاريخ DSM تم اقتراح اثنين من الاضطرابات للنظر في تقاسم الكثير من القواسم المشتركة بين اضطراب الشخصية الهازمة للذات SDPD واضطراب الشخصية الإكتئابية DPD، وفي ورقة بحثية تم الابلاغ عن 34 حالة SDPD و 240 حالة DPD يشتركان في تداخل تشخيصي بنسبة 70%، حيث خلص الى انه لا يمكن دعم SDPD تجريبيا كفاءة تشخيصية، حيث وجد ان اعراض الاضطرابين مترابطة بشكل كبير.
- قدم تحليل العوامل المؤكدة CFA دعما قويا لنموذج لهيكلان متميزان ولكنهما مترابطان للغاية حيث استنتج ان SDPD و DPD هي مكونات من نفس البناء، وان تشخيصهما الحالي كما هو مقترح في DSM هي في الواقع انواع فرعية من امراض الشخصية الشائعة. (Huprich & al,2011).
- بناء على الانتقادات العديدة تم استبعاد اضطراب الشخصية المهزومة ذاتيا DSM-IV(SDPD) وفق جدل المعارضون الذين أكدوا انه لا يمكن تمييزه عن اضطرابات الشخصية الاخرى مثل الشخصية الحدية والشخصية المعتمدة، رغم قيام العديد من الدراسات بإثبات العكس مثل دراسة
- Jacqueline Cruz & al (2000) والتي اعتبرت استبعاد هذا الاضطراب من DSM-IV سيؤدي الى فهم وتصنيف غير دقيق لاضطرابات الشخصية علاوة على ذلك فان الافراد الذين يعانون من هذا الاضطراب لن يتلقوا أكثر اشكال العلاج فعالية طالما لم يتم التعرف على هذا الاضطراب.

تم إزالة أربع اضطرابات للشخصية من DSM وتم تضمينها في ملحق الإصدارات السابقة والتي تم تحديدها على أنها تتطلب مزيداً من التحقق قبل التضمين وهي: الإكتئابي، عدواني سلبي، السادية، الهزيمة النفسية، رغم عدة دراسات اثبتتها في السلوك الانتحاري الا انها لم تدرج في DSM5 (Segal & all, 2014).

3. الشخصية الانهزامية: self-defeating personality

حسب الدليل التشخيصي الثالث للأمراض النفسية والعقلية DSMIII تعد الشخصية الهازمة للذات (SDPD) هي أحد اضطرابات الشخصية المصنفة، والتي كانت تدرج تحت مجموعة اضطراب الشخصية المازوشية في DSM-III-R، فهم يتميزون بان لديهم مخاوف تتعلق بالحماية الذاتية.

حسب ليولورد كوردل (2012) Lilord Kordel: "الشخصية الانهزامية هي شخصية يسيطر عليها الشعور بالعياء والوهن النفسي العام والافتقاد للحوية الذاتية مع انهيار مقاومتها للمتاعب والصعاب الحياتية العادية، مع الاتكالية والاعتماد على الآخرين والنظرة السلبية للذات والآخرين وتوقع الشر والخوف من المستقبل مع الميل الى تحقير الذات واستصغارها واعتبارها شيئاً مادياً لا حياة فيه (ابو حلاوة، 2012، ص8)

فالاضطرابات الشخصية تحدث في سياق العلاقات الشخصية وتنتج عن النزاعات الشخصية حيث يرى "فيلان" و "بيري Vaillant et Perry ان اضطرابات الشخصية على انها الأنماط التي يتأقلم بها المرء مع العلاقات الشخصية او المطالب التي تفوق قدراته، والتي تؤدي الى اضطرابات التكيف تشمل المزاج، القلق والشكاوى الجسدية وتثبيط العمل".

4. عوامل الهزيمة النفسية (السلوك الانهزامي):

تحدث الاضطرابات النفسية بسبب تفاعل عدة عوامل، منها ما تمثل الاستعداد والأخرى تمثل العامل المفجر، وسلوكيات الهزيمة النفسية هنا تنبع من عوامل داخلية والتي تكون بمثابة الاستعداد والعوامل الخارجية والاجتماعية المفجرة لهذا الاستعداد.

تكلم ميفن" و"تسون" (2007) Meifen &Tsun حول نشوء الشخصية المهزومة ذاتياً

بسبب تفاعل العوامل النفسية والاجتماعية فيما بينها واهم هذه العوامل هي:

- تقدير الشخص لذاته
- مدى فعالية الذات
- مستويات متعددة من الاكتئاب
- الكرب الناتج عن العلاقات الشخصية بين الأفراد.
- فقد لاحظ وجود ارتباط عال لهذه العوامل مع سلوكيات الهزيمة النفسية.

1.4. العوامل الداخلية الاستعدادات النفسية:

العوامل الداخلية تتعلق بالبناء النفسي للشخص والذي يتسم عند الانهزاميين بالهشاشة، فهي عامل ينبع من الشعور الشخصي للفرد وتكون على هيئة ميكانيزم يعمل على التحول ضد الذات والعمل على هزمها.

- تجنب الرفض او الاذلال من طرف الاشخاص الخجولين الذي يؤدي به الى انسحاب من التفاعل الاجتماعي، يؤكد "ليري" (1986) Leary: "ما يميز الأشخاص الخجولين العنصر العاطفي مثل القلق الاجتماعي، مكون سلوكي مثل التحفظ في المواقف الاجتماعية، فالخوف من ان يترك انطباع سلبي او غير مرغوب فيه يجعله يتبنى أسلوب سلوكي وقائي بدلا من المواجهة الاجتماعية والمخاطرة بالحراج والرفض". حسب ما توصلت له دراسة "فرانكل" و "سنايدر" (1981)، انه بعد تجربة فشل أولية كان أداء الأشخاص اسوء في مهمة ثانية، فالفشل مرة أخرى من شأنه تهديد احترام الذات وانه شخص يفتقر القدرة.

- ضعف الايمان واليقين بالله، فاللجوء الى الله والانابة اليه وقت الشدائد والازمات يساعد الفرد على تخطي الازمات، اما الابتعاد عن الجانب الديني يجد الفرد نفسه عاجز وضعيف وعندها سيهزم نفسيا (العاني والدجيلي 2019). حيث تمر على الانسان مواقف يختبر الله تعالى فيها قوة ايمانه ومدى عزمته وصموده امام ملذاته ومقاومته لها، فعندما لا يستطيع انكار منكر او امر بالمعروف عندها سيهزم نفسيا وتحول العبادات الى عادات ودراسة العقيدة الى نظريات بدلا من جعلها منهج حي، حيث أكد "ستيفن" بلوم (2008) Steven Bloom في كتابه: نفوس كسيرة الأمل في الشفاء» انه توجد علاقة بين الهزيمة النفسية والخواء النفسي الدال على افتقاد الرغبة في الإرادة

- والقدرة على الكشف عن معنى الحياة نتيجة الابتعاد عن القيم الروحية والدينية والانغماس في الملذات والسعي وراء الشهوات ابو حلاوة (2012، ص 14).
- عدم التعود على تحمل المسؤولية، والتعود على التبعية وتنفيذ الأوامر وسلب الارادة، وعدم التعود على مجابهة الصعاب وتحمل المسؤوليات ومحاولة البحث عن الحلول، فالفشل في بعض مراحل التغيير لاي سبب كان قد يؤدي بهم الى الاحباط والهزيمة النفسية (الشلبي، 2014، ص11)
 - اسباب معرفية في كثير من الأحيان المعتقدات الخاطئة عن الآخرين بأنهم لا يحبونهم او رافضين لهم الانطباعات الاجتماعية، تكوين علاقات اجتماعية غير صحية والتي تعبر عن عدم فعالية الذات الاجتماعية الى سلوكيات الهزيمة النفسية، حيث تنشأ هذه المعتقدات من التنشئة الاجتماعية والتي تلعب دور كبير في معرفة الفرد بالعالم من حوله، ومعرفة قدراته في تكوين العلاقات الاجتماعية (جاسم التميمي 2014، ص. 231).
 - الشعور المتكرر بالإحباط والياس والافتقار الى السيطرة المرجوة بسبب عدم تلبية الحاجات صعبة المنال، والفشل في تلبية الحاجات الاساسية خاصة حاجة الاحترام والحب والانتماء او السيطرة والقبول، مما يؤدي الى مشكلات نفسية متباينة منها القلق والاكتئاب والعزلة الاجتماعية وهي الاعراض المحتملة لسلوك الهزيمة النفسية العاني والدجيلي (2019).
 - الشعور بالوحدة النفسية والتي يعتبرها "رايزمان" (1995) Reisman نقطة بداية الكثير من المشكلات التي يعاني منها الشخص المعاصر والتي تؤدي الى الانكسار والهزيمة النفسية (أبو حلاوة، 2012، ص2)
 - عقدة الذنب والتأنيب المستمر للذات ولومها.

2.4. العوامل الخارجية المفجرة للاضطراب:

حسب الجبوري" (1990) ان اسباب الهزيمة النفسية قد يرجعها العلماء لعدة اسباب، فمنهم من يرى انها نتاج ضغوط المشاكل الاجتماعية، وهناك من يعزیه الى اساليب التنشئة الاجتماعية والاسرية الغير سوية والسلبية العاني والدجيلي، (2019).

➤ أساليب التنشئة الاجتماعية الغير السوية، مع التعرض المستمر للقهر والاكراه والتي تعود بالسلب على الشخصية المقهورة (ابو حلاوة، 2012، ص2). فترتبط بذكرات الاباء الراضين او الغير الداعمين، حيث توصف البيئة الأسرية للفرد بانها تفتقر للتماسك، وقد اشار Ward (1992) ان الاسر التي تسود فيها النزاعات وذات اساليب تربوية خاطئة يكون ابناؤها أكثر عرضة للانخراط في سلوكيات الهزيمة النفسية (العاني والدجيلي 2009). فهناك ممارسات تربوية من طرف الوادين سواء كانت مقصودة او غير مقصودة تكون لها الآثار السلبية في تكوين خبرات وسلوكيات الطفل اهمها سوء المعاملة والشعور بالخوف حسب نتشيه "Nietsche" السلوكات الخاطئة التي تصدر من الفرد تولد لديه الخوف من العقاب ومن ثم الشعور بالذنب، ويبدأ بتعذيب نفسه وذلك من خلال توجيه اللوم والاتهام لذاته، فهو يشعر باستمرار بالشقاء والخوف الرهيب من ارتكاب الخطأ مما يدفعه للهزيمة النفسية (العاني والدجيلي 2019). في هذا الصدد تقول "سابيتزا": "ان افكار هزيمة الذات تتبع من الطفولة عند حدوث صدمات عائلية كالطلاق والمرض والموت يعتقد الطفل انه مسؤول ويحمل هذه المعتقدات الى مرحلة المراهقة والبلوغ(Tartakovsky, 2018).

➤ الاقصاء الاجتماعي هو أحد أسباب الهزيمة النفسية، فالاستبعاد من الارتباطات الاجتماعية ينتج عنه الم نفسي وجسدي، مما يدفع الشخص الى تبني آليات دفاعية تساعد على التعامل مع الموقف ولتجنب الوعي الذاتي بالضيق العاطفي، فقد تظهر لديهم حالات نفسية مفككة في تأخير اشباع الحاجات التسوييف تأخير غير عقلاني لمهام مطلوب إنجازها في فترة زمنية محددة) ضعف إدارة الوقت، الخمول والسلبية (2013) (Renn, حيث يؤكد "بومستر" وزملاءه (1995): "ان الاقصاء الاجتماعي والرفض يتسبب في اضطراب عاطفي وعادة ما يكون مصحوبا بمشاعر الاكتئاب والحسد والوحدة وتدني احترام الذات (Brions, Tabernero, 2008). وكذا العدوانية وتقل الرغبة في المساعدة والتعاون Chouachra, 2013

➤ التعرض المستمر للماسي والأزمات من فقد الأشخاص بسبب الوفاة أو الطلاق، أو الاموال والممتلكات، وطول المدة التي يتعرض لها الشخص للضغوط الداخلية والخارجية مما يفقده توازنه وقدرته على التحمل (الشلبي، 2014، ص. 6).

قد تحدث مشاعر الهزيمة النفسية نتيجة اضطرابات الضغط ما بعد الصدمة post Traumatic stress ، لتصبح حالة مرضية مع توالي التعرض للصدمة النفسية والفشل في مواجهتها (أبو حلاوة، 2013).

➤ مع غياب الدعم الاجتماعي والتكافل بين الأشخاص وقت الأزمات والمحن، فالصعوبات التي يواجهها الفرد والتي تفوق قدراته وطاقته للتعامل والتكيف والتي تفرض عليه مطالب تهدد استقراره، من شأنها أحداث خلل في التوازن النفسي والاجتماعي له، ويمكن ذكر ثلاث عوامل تنتج الازمة وهي:

- حدث او مجموعة من الاحداث الخطيرة تفرض على الفرد نوع من التهديد
 - تهديد الحاجات الأساسية الحالية او الماضية التي ينتج عنها اضطراب او صراع.
 - عجز الفرد عن استخدام ميكانزمات التصدي اللازمة
- (التميمي، 2016، ص 150).

5. اعراض الهزيمة النفسية:

قد تتجلى اهم الاعراض التي تميز المصاب بالهزيمة النفسية في مواقف التفاعلات الحياتية المختلفة اثناء التفاعلات الاجتماعية، اثناء العمل وفي مواقف التعليم والتعلم، تبدو عليهم علامات البلادة النفسية والتعاسة وافتقاد الحيوية الذاتية، والتي تتجسد على مستوى التفكير والانفعال والسلوك واخلاقيات اللحظة (ابو حلاوة، 2012، ص. 185).

من هنا نجز عدة اعراض أهمها:

1.5. الاعراض النفسية:

ان اهم الاعراض النفسية والانفعالية والوجدانية التي يمكن ان تصيب الفرد ذو السلوك الانهزامي تكون تدريجيا او مترامنة حسب شدة الحالة اهمها:

- الشعور بالإحباط والغضب والاستياء والتي تكون مباشرة عقب الموقف المحبط او المأساة المتعرض لها.
- الاكتئاب، حيث وجد اندرسن" و "ارنولت" (1989) Anderson & Arnolt ان المعتقدات الغير المنطقية عن الذات ترتبط بشكل ايجابي بالتأثير السلبي للاعتقاد بعدم القدرة على التكيف والاكتئاب (Curtis,1989)
- الشعور بالقلق المفرط.
- الاعياء العاطفي.
- الغضب والعدائية.
- تغيرات في الحالة المزاجية (الشليبي، 2014، ص.14).
- انخفاض تقدير الذات ومشاعر انعدام المعنى.
- لوم الذات والياس.
- التوقعات السلبية حول الاحداث المستقبلية.
- الشعور بالعجز والفشل قبل البدا بالعمل.
- عدم القدرة على تحمل المسؤولية، والهروب من الاحداث الضاغطة.

- يعتقدون انهم غير مناسبون ويحاولون التعويض عن أوجه القصور المتصورة لديهم من خلال الاسناد السلبي للذات.
- الأشخاص ذوو الشعور بالهزيمة النفسية تقييهم لذاتهم لا يتأسس من خلال رؤية داخلية بل من خلال تقديرات الآخرين لهم (أبو حلاوة، 2013).
- السلوك القهري.
- الخوف من النجاح.
- الشعور بالذنب المفرط.

2.5. الاعراض السلوكية:

يعتبر السلوك الترجمة الفعلية لما يجول داخل اي شخص، فالسلوكيات الغير السوية او الغير توافقية توضح نوع الاضطراب الذي يعاني منه الشخص، واهم الأعراض السلوكية للهزيمة النفسية هي:

- التذمر من العمل، والتغيب عن العمل وعدم الالتزام
 - لا ينهي المهام التي بدا فيها مع الشعور بالعجز والارتباك لإنجاز مهامهم.
 - التهرب من الاعمال المعتادة والقيام بالمسؤوليات.
 - عدم وجود الدافعية أو الإنجاز، والاعتمادية.
 - عدم القدرة على مواجهة المشاكل اليومية أو الضغوطات.
 - ينكرون أي حلول او نصائح ممكنة.
 - ينخرطون في الحديث الذاتي السلبي والمبالغة في استعمال عبارات العجز في اداء المهام الموكلة اليه لا يمكنني فعل ذلك، انه عمل كثير).
 - سلوكيات إدمانية قهرية الاكل الجنس الكحول، القمار المخدرات، اضطراب الغضب.
- (جيمس، 1998)
- القسوة في التعامل مع الآخرين (الشلبي، 2014، ص.14).

3.5. الأعراض العضوية:

الشيء الذي لا يمكن نكرانه تأثير النفس على الجسم او العكس، فالمشاعر السلبية للشخص ذوي سلوك الهزيمة النفسية قد تبرز عدة اعراض جسمية اهمها:

- الاجهاد والاعياء.
- مشاكل عدم النوم بشكل طبيعي.
- ارتفاع ضغط الدم.
- الام الظهر.
- الارهاق الشديد.
- الصداع المستمر.
- الارق والتعب.
- فقدان الشهية او الشرهه الزائدة.
- نقص المناعة لمقاومة الامراض وشكاوى بدنية من الام متفرقة بالجسم.

4.5. الاعراض الاجتماعية:

اهم الاعراض الاجتماعية التي قد يبيدها هي ضعف في الحضور الاجتماعي، والانسحاب الاجتماعي (Brownson & Hartzler, 2000)

- يفضل الأشخاص الانهزاميون الانعزال الاجتماعي، فالشكوك الشديدة حول قدراتهم الاجتماعية تجدهم يتجنبون التفاعلات الشخصية، ويطورون مجموعة من المشكلات الشخصية مثل الوحدة والخجل والاكتئاب، وعندما يجبرون على التفاعل في ظل ظروف مختلفة لا يظهرون الاستقرار اجتماعي حقيقي (Curtis, 1989)
- تجنب التفاعلات الاجتماعية لحماية أنفسهم من الرفض المحتمل (Yaoku,2007).
- الانكفاء على الذات.
- عدم الثقة في الآخرين وفي أكثر الاحيان غير واقعي (العاسمي (2014).

6. مراحل الهزيمة النفسية:

- **أولاً: الشعور بالإحباط:** يكون الشخص في هذه المرحلة ملتزم بالتزاماته مع وجود طاقة كافية مع بداية تطوير بعض الاتجاهات السلبية إزاء ما يقوم به من اعمال.
 - **ثانياً: سيطرة الشعور بالوهم** في هذه المرحلة تسيطر على الفرد أفكار توهم نفاذ القدرة والصبر لمواجهة العقبات التي تواجهه مما يؤدي الى احساسه بالتعب، مع التقييم السلبي لذاته.
 - **ثالثاً: انخفاض الطاقة** بداية سيطرت الاحباط والتقييم السلبي للذات خاصة مع تزايد الضغوط الداخلية والخارجية تظهر لدى الشخص اعراض سلوكية تعبر عن انخفاض الطاقة لدى الشخص بعدم الالتزام بالعمل، فقد الشهية او الشراهة مع كثرة تناول المهدئات (الشلبي، 2014، ص.12).
 - **رابعاً: فقدان الحماس** هنا يشعر الشخص بأن ما يقوم به من اعمال بلا هدف او معنى، فيتخلى عن اهدافه.
 - **خامساً: اليأس والاستسلام**
- الشعور بالفشل والتشاؤم والشك بالنفس والفراغ، والرغبة بالانطواء والعزلة، والتي تنتج عنها اعراض جسدية وانفعالية والتي قد تتطور الى عجز مزمن (الشلبي، 2014، ص.12).

7 . عوامل الهزيمة النفسية عند المطلقة:

عندما نتكلم عن الانهزام النفسي لدى المطلقة في المجتمع العربي عامة والمجتمع الجزائري خاصة يقودنا أولاً للتكلم على أساليب التنشئة الاجتماعية التي تتلقاها الفتاة خلال مراحل حياتها، والتي تؤثر على ادراكها لذاتها والتي قد تبنيها من خلال القيم الثقافية السائدة في المجتمع والذي يعتبر مجتمع ذكوري، فهو يعطي كل الصلاحيات للرجل في حين يقيد المرأة ويجرمها في عدة مواقف او تصرفات منها الطلاق الذي قد تحمل المرأة كل اللوم في حال فشلت علاقتها الزوجية، ولهذا السبب يجعل المرأة تستمر في زواج غير متوافق تتحمل كل الضغوط الواقعة عليها من اجل تفادي الطلاق والامتنال للرغبات الاجتماعية التي تجرم المرأة المطلقة والنظرة الدونية التي تلاحقها بالتقليل من مكانتها الاجتماعية والريبة والشك في سلوكياتها وتصرفاتها بالاتهام بالانحراف

الأخلاقي، كما انها تصبح عرضة لأطماع الناس في بعض الحالات، والتي قد تدفعها للإحساس بالذنب وخيبة الامل والإحباط، والذي يمكن ان تسبب لها اضطرابات نفسية كالقلق والاكتئاب، وعدم الرضا عن النفس والانسحاب الاجتماعي، فالشعور الداخلي بالانهزام، الذي قد يكون نابع من الشعور بالخوف من المجتمع والفشل في محاولة مواجهة الظروف الراهنة، بسبب ما قد يتولد لديها من حساسية للتأثير الاجتماعي مع عدم القدرة على الدفاع عن ذاتها، والشعور بالذنب، فهذه الخبرات التي تتضمن قيمة ثقافية منخفضة.

من هنا قد تلجا المطلقة لهزيمة ذاتها لإحساسها بفقد قيمتها من خلال فقد المكانة الاجتماعية المقبولة اجتماعيا زوجة فلان ، فخوفها من رفض الآخرين لها يجعلها تتسحب لتجنب الأذى، هذا ما قد يولد لديها الإحساس بالوحدة وفقدان الأمان، والخوف من استغلال الآخرين لها. هذا ما تكلم عنه (Cudney 1975) ان الأشخاص يلجؤون السلوكيات الهزيمة بسبب ثلاثة عوامل هي:

- الخوف مما قد يكتشفه عن نفسه (ساجد شخصا لا احبه، سأكون غبي، سأكون ضعيفا، سأكون غير جدير بالثقة، سأكون غير قادر على تحمل المسؤولية. الخوف مما سيحدث له سأفقد احترام الآخرين، سأأذى أخشى أن أفقد الأمان، سوف أتألم بشدة، سأفقد (المستقبل)

- من الأفضل تبني سلوك الهزيمة النفسية لأنه اقل خطورة.
- كما ان المطلقة قد تواجه عدة مشاكل تتعلق بالأبناء والسكن والتكفل المادي والمتابعات القانونية التي تستنزف جهدها، وافتقاد المساندة الاجتماعية كل هذا قد يشعرها بالعجز والفشل وكذا الانكسار امام ضغط الواقع الذي تعاني تبعاته، حيث يؤكد عبد الله" (2012) ان "الضغوط الشديدة تؤثر في صحة الفرد وتضعف من كفاءة وظائف أجهزة جسمه، فالتعرض المستمر مع فشل التعامل مع هذه الضغوط، قد يسبب نوعا من الاعياء والتعب والاجهاد العصبي والنفسي مثل القلق والشعور بالذنب والخوف والعدوانية والانطواء وفقدان الثقة بالنفس" (عبد الله ، 2012، ص 124).

كل هذه الضغوط من الممكن تتسبب في تكاليف نفسية سيئة بالنسبة لها، بسبب العيش في

الخوف وقلق الدائم مع عدم وجود خبرة كافية في التعامل مع الخيارات المتاحة، والذي يمكن ان يخلق لديها الشعور بالعجز والارتباك، مع غياب الدعم الاجتماعي في حالات ليست بالقليلة، وعندما نتكلم على المتغيرات الشخصية بالنسبة للمطلقة في الجزائر، فإننا نتكلم عن الاحتياجات وطرق تلبيتها والقيم الاجتماعية السائدة في بيئتها، وخياراتها في أداء أدوارها بشكل فعال، والعمليات المعرفية المتعلقة بالمعتقدات والتوقعات والصفات وتقييم البدائل، لذا قد تعاني المطلقة في ظل التغيرات الحديثة وزيادة مطالب البيئة الاجتماعية وتغيرها من مستويات عالية من قلق الاختيار وانخفاض مستويات تحقيق الحاجات، الذي قد يولد لديها الشعور بالعجز، والنظرة السلبية حول الكفاءة الذاتية او القدرات، والتي قد تتبناها من خلال ما اكتسبته خلال التنشئة الاجتماعية، فتعلم مشاعر العجز في مراحل التربية المبكرة، قد يساعد على تعزيز الاستعداد للفشل في مواجهة المحن، والذي اطلق علي سليجمان "العجز المتعلم خلاصتها ان الفرد لا يستطيع التأثير او التحكم في مثير موجود في البيئة المحيطة به، وعدم القدرة على تعلم الجديد فريزر، (2012). وكذا ما تتوقعه من المجتمع والمكانة التي يعطيها لها المحيطون بها.

8. التقنيات العلاجية المقترحة

يركز العلاج النفسي على النواحي الانفعالية وحل المشكلات الشخصية لإزالة القلق المزمن وإعادة الثقة في النفس وتحقيق النضج الانفعالي.

هذا ما أكده (1975) Cudney بقوله: ان التحرر من المخاوف الأسطورية يسمح للمرء باتباع الذات المتكاملة، فالدوافع مرتبطة بالمشاعر والتعلم المناسب والقيم المناسبة والواقع الخارجي.

بالاستعانة بالمخطط التوكيدي الذي صممه كل من دافيد "شارمان" و "جيفري كوهن"

(2005) يمكن وضع خطة تكفل للسلوك الانهزامي David K Cherman & Geoffrey L

Cohen والوصول الى التوكيدية الذاتية.

يمكن للعلاج ان ينجح انطلاقا من ان الفرد يتعرف على مجموعة من الجوانب المتعلقة بسلوكياتهم المهزومة للذات والتعبير عنها.

أولا : العلاج المعرفي: القائمة على مبدا ارون "بيك" والتي ترجع المشكلات السلوكية ومشكلات تفاعلات الافراد مع الآخرين ترجع في المقام الأول لأخطاء في التفكير.

• **إعادة التقييم المعرفي:** والهدف هنا يكمن في تعديل نماذج الاعتقاد الخاطئة لدى الفرد من خلال تقييم المعارف، وعمليات التعميم لكل الاحداث والعمل على تعديلها، من خلال إعادة التقييم الإيجابي والنظر للأحداث العادية بالإيجابية من خلال:

- زيادة التبصر في الأفكار تحديد السلوكات الهزيمة النفسية وفهم تأثيرها السلبي على حياتهم والخسائر الممكن التعرض لها، مع لفت الانتباه الى الجوانب الإيجابية للحياة.

- زيادة التبصر في الافكار والمشاعر والسلوكيات للهزيمة النفسية من خلال تحديد عواقبها الضارة

- العمل على تغيير المعتقدات الأساسية المستمرة الغير قادرة على التكيف، بإنشاء تفسيرات سببية تتوافق مع تغيير المعتقد المرغوب فيه سواء كان يتضمن مواقف او المعتقدات الذاتية او المعتقدات الاجتماعية، فتعديل المعتقدات الانهزامية تفيد الشخص في تحسين علاقاته الاجتماعية والشخصية.

- تعلم مهارات معرفية لتحديد وتقييم وتعديل التوقعات السلبية، واكتساب المرونة المعرفية في التعامل مع المواقف الصعبة في المستقبل.

- تحديد الاحتياجات غير مشبعة والسمات الذاتية السلبية وزيادة الدافعية لمحاولة الاستجابات البديلة

- التأكيد على الحاجة للاستمرار في التجريب على الاستجابات للمواقف عالية الخطورة لتفادي الانتكاس مرة أخرى، وإن تأخذ المهارات الجديدة المكتسبة منهج حياة.

• **التكيف المعرفي:** عن طريق تعلم طريقة التفكير التكيفية بديلة الأفكار السلبية عن الذات والعالم والمستقبل وذات الهزيمة النفسية، بتطوير القدرة على المراقبة الذاتية للفكر والسلوك، وتطوير معتقدات وسلوكيات بديلة محتملة لتعزيز الذات، أي تعلم عملية التكيف في

المواقف الحرجة، من خلال اكتساب مهارات التكيف المعرفي اثناء حالات التوتر باختيار أفكار تكيفية، عبر أربع مراحل

- المتهيئ للموقف.
- التحكم في الموقف.
- التكيف في المرحلات الحرجة في الموقف.
- تهدئة النفس بعد الموقف السمران) والمساعد ، 2014 ، ص.342).
- القيمة التكيفية للأخلاق التي لا تتطلب من الشخص التضحية بإمكانياته للنمو والتغيير، بتعلم الموازنة بين احتياجات الذات والآخرين، في موازنة اسمها "سبنس" (1985) Spence اسمها الاستقلالية والانتماء"

فالنظرة الذاتية الخاطئة قابلة للتعديل من خلال التجارب الإيجابية والمعلومات الجديدة وتشجيع التجارب التي ستؤدي الى ردود فعل غير متسقة مع التصورات الذاتية الخاطئة، وبالتالي فان النماذج المعرفية للذات توفر فهما مناسباً (Curtis,1989).

• العمل على زيادة الكفاءة الذاتية:

من خلال:

- بناء النجاحات بوضع اهداف.
- استخدام نماذج لتعلم التغلب على الصعوبات.
- استخدام الاقناع اللفظي من طرف المعالج او من طرف الأشخاص المحيطين بها مؤتمنين. تعليم أساليب خفض الاستثارة كالتأمل لزيادة احتمالية التفكير الأكثر تكيفية الوبز وبدروتى

ثانيا : العلاج الديني: من خلال العمل على زيادة المستوى الايماني، والاستعانة بالصبر والصلاة والدعاء لقوله تعالى: *وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ * الَّذِينَ يَظُنُّونَ أَنَّهُمْ مُلَاقُوا رَبِّهِمْ وَأَنَّهُمْ إِلَيْهِ رَاجِعُونَ* (سورة البقرة، الآية (45-46)

يؤكد "ستيفن بلووم": "ان" التمسك بالقيم الروحية تمنح الفرد حالة الاعتزاز بالنفس وبالآخرين وبالعالم وبالتالي تقبل الحياة والاندفاع الإيجابي لتحسينها، والتغلب على الهزيمة النفسية".

ثالثا : العلاج الاسري: حيث اقترح في ذلك (Widiger 1988) طرق لكيفية انشاء والحفاظ على التفاعلات التي تقلل من مدى معاناة التي يتم التعرض لها والمعاناة الناتجة عنها، بالتعرف أكثر على الديناميكيات الاسرية لتفادي خيبات الأمل والاحباطات وزيادة الوعي بهذه المشكلة والتدريب على المهارات الاجتماعية وتأكيد الذات بتعلم كيفية التعبير عن المخاوف او الاحتياجات او الرغبات فالدعم من الاسرة والأصدقاء والزملاء في العمل والمجتمع ككل له تأثير قوي وايجابي على تعافي الفرد، فالمعلومات الداعمة التي يتلقاها الفرد تخفف من تجربتهم المؤلمة، ومنه يمكن ان يستوعب التجربة التي مر بها بطريقة تكيفية. فمن خلال المتغيرات الاجتماعية والعمليات بن الافراد تتخذ التعزيزات الموضوعية والمحفزة (Curtis,1989) .

رابعا : العلاج بالعمل:

- عن طريق الانخراط في الأنشطة التي من خلالها اكتساب معلومات وخبرات تشخيصية حول قدراتهم، وبالتالي تبني سلوكيات أكثر فعالية في حياتهم والالتزام بها الاستعانة بالتقنيات المناسبة مع كل حالة العمل، اشغال يدوية، ممارسة الرياضة.
- فالعمل يحسن من صورة الذات وكذا يرفع من مستوى المكانة الاجتماعية.

اقترح (Ilardi & Karowski 2005) علاج سمي ب التغيير العلاجي لأسلوب الحياة" TLC مكونات هذا البرنامج هي التمارين الرياضية، والتكملة الغذائية بمركبات omega3 والحامض الدهني والتعرض للضوء وخفض الاجترار والقلق، مع الدعم الاجتماعي، بالإضافة الى النوم الجيد لوبيز وبيدروتي وشنايدر ، (2019).

خاتمة الفصل:

يسعى الافراد دائما الى التحقيق الإيجابي لذواتهم سعيا لتحقيق المتعة وتقليل الألم، الا انه يوجد افراد يبدون أنماط سلوكية غير قادرة على التكيف والتي لا تتوافق مع أهدافهم وصالحهم الخاصة، منها سلوكيات الهزيمة النفسية والذي كان موضوع دراستنا. قد يتبنى الفرد سلوكيات الهزيمة النفسية نتيجة التصورات الخاطئة في تحقيق الأهداف، والتي قد تبدو انها ذات فائدة ذاتية على المدى القصير، الا انها قد تنعكس بتكاليف نفسية وجسدية على المدى الطويل، كما ان الأدلة البحثية تشير الى ان الضغوط والاحداث الحياتية التي لا يمكن السيطرة عليها او الغير متوقعة تقلل أيضا من تقدير الذات الأمر الذي يمكن ان يؤدي الى تبني سلوكيات الهزيمة النفسية، كما يمكن ان تتداخل عدة عوامل لاستمرار الاضطرابات النفسية منها الاستعداد الشخصي والتنشئة الاجتماعية وافتقار أساليب التعامل مع المشاكل خلل في معالجة المعلومات والتصورات الخاطئة، وكذا عدم تحمل المسؤولية ونقص خبرات الحياة والانتقال الى البيئة جديدة.

الفصل الثالث:

تمهيد

- 1- مفهوم الطلاق
- 2- الخلفية التاريخية لظاهرة الطلاق
- 3- أنواع الطلاق
- 4- النظريات الحضرة
- 5- السباب الطلاق
- 6- الآثار السلبية الطلاق.

تمهيد

قال الله تعالى >> و من أيته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها و جعل بينكم مودة ورحمة إن في ذلك لآيات لقوم يتفكرون (سورة الروم (1)

إن لكل إنسان لا بد له من شريك في حياته (الزواج) ولا بد في العلاقة الزوجية من مشادات أحيانا فحينها يتصرف الأزواج بمشاحنة قد ينتقل هذا التصرف إلى دائرة الطلاق فهو أبغض الحلال عند الله ، وذلك نتيجة لعدة أسباب وتعرقات فيأخذ الطلاق أشكالا عدة الطلاق ظاهرة باتت تهدد البشرية عام وفئة النساء خاصة وذلك لما لها من أثار نفسية ودخولها في دوامة من اخطوبات

على رأسها الاضطرابات الشخصية التحتية ولقد تطرقنا في هذا الفصل مفهوم الطلاق والأسباب المؤدية إليه وأنواعه وأثاره على المرأة - الطلاق في الجزائر وأثاره على المجتمع ، والطلاق في الجزائر.

1. مفهوم الطلاق

- مفهوم الطلاق لغة وهو رفع القيد مطلق سواء هذا القيد حيا أو معنويا فيقال أطلق الرجل الأمير إذا رفع القيد عنه كما يقال طلق الرجل زوجته
- إصطلاحا : حرفه أكثر الانهاء بقولهم أنه : رفع قيد الزواج : الصحيح في الحال أو في المال يلفظ يقيد ذلك صراحة أو كناية أو ما يقوم مقام اللفظ في الكتابة والإشارة (الدروس رسمية عبد الفتاح 200 .
- الطلاق شرعا : أجازت الشريعة الاسلامية الطلاق كحل للتخلص من العلاقات الزوجية التي لا خير فيها لإن الطلاق في بعض الأحيان يكون حل للمشكلات والصراعات المتواصلة التي تخيم على الحياة الزوجية الأصل في الطلاق طبقا للشريعة الإسلامية أنه مباح ، إلا أنه غير معبد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " أبغض الحلال عند الله الطلاق".

- **الطلاق في القانون الجزائري:** لقد أطلق المشروع الجزائري لفظ الطلاق في اللفظ الواقع بإرادة الزوج أو بالخليج وقد عرفته المادة 43 من قانون الأسرة الجزائري على أن حل لعدد الزواج ويتم بإرادة الزوج أو بالتراضي أو يطلب من الزوجة في حدود ما ورد في المادتين 14:53 في نفس القانون

- قد يقع الطلاق بالإرادة المفردة الروح أو بالتراضي أو بطلب من الزوجة بإرادتها المنفردة - لا يثبت الطلاق إلا بعدة محاولات صلح والتي يقوم بها الدافي دون أن تتجاوز مدة ثلاث اشهر طبقا للمادة 48 من قانون الأسرة.

- لا يمكن مراجعة الزوجة بعد صدور الحكم إلا بعقد جديد وهذا تأسيسا على نص المادة مو من قانون الأسرة .

- لا يمكن مراجعة زوجته من طلاقها ثلاث مرات مثالية حتى تتزوج غيره وتتطلق منه أو بوفاته عنها طين لنص المادة 30 من قانون الأسرة

2. **تاريخ الطلاق:** ان مشروعية الطلاق استمدت منذ البداية الخلق معرف الطلاق من القدم عند

جمع الأمم ووضعته الشرائع لتنظيم المجتمع والحياة الأسرية ويعثر الكثير من اليا مينا ان حمورابي البابلي صاحب أشهر القوانين في التاريخ كان أقدم المخترعين الذين تولوا طلاق والتي كانت تنص على إعطاء حق الزوجة في تطبيق الزوجة في حالة العقر - للمرأة حق الانفصال الدائم عن زوجها في حالة الكرامية بعد ان يفصل القضاء في ذلك وإذا أخطأ الزوج في حقها فإنها تعود الى البيت أهلها وأخذ حاجتها في ذلك قدر القانون الروماني مريم عددوا فيها حالات يجاز فيهما الطلاق منها الزنا . كما مارس الاغريق واليونان الطلاق الذي اعتبروه من حق الرجل على المرأة لأي سبب يراه وفي أي وقت شاء كما شرع القانون الروماني وإعطاء الرجل السلطة المطلقة في إيقاعه

أما من الطلاق بالنية المختلف الديانات فهو يختلف وله ضوابطه مع اجماعها بأنه حل المشكلات لا يجب اللجوء اليه الاحن الضرورة فاليهودية تعطي الحق للزوج بتطليق زوجته عبور أو يدوه وأهم هذه المبررات هي او ذلك للأسباب منها الحرص والعقم ، والجوب الخلفية والزنا والغرب في حين القانون اليهودي قيد حل الرجل في استعماله كما اعطى الحق

في طلب الطلاق لما جعل الطلاق في مواقف واجبا كزنا المرأة وميتة وممنوع في مواقف تطعن الرجل في شرف زوجته والادعاء عليها ، اما حق الزوجة في طلب الطلاق يعود لأسباب منها (مرض معدي .

العقم امرات الزوج في الفجور - ارتكاب جرم - إخلاله بواجباته وبعد الطلاق في اليهودية نعماني فلا يحل الرجل إرجاع طليقته مرة أخرى (الركابي (61) . أما الطلاق عند الميحية فلا يسمع به في الانجيل الألييب واحد وهو الزنا وقد تمكن الكتيبة بهذا الحكم معها كانت معاناة الزوجة، والحاجة المعين للطلاق لجا رجل الدين والفكر إلي مخرج التطلاق الذي أعطى الحق للزوجين بطلب الطلاق من القضاء بإعتباره حق قانوني وليس شرعي ويكون لأسباب معينة منها - الخيانة الزوجية ، يحن أحد الزوجين ، محاولة قتل أحد الزوجين للآخر - الإصابة بالجنون (الركابي 219) في حين الطلاب في الإسلام جاء لينظم الحياة الزوجين بعد استقالة العشرة بينهما فالحكمة منه هو توفير الراحة لكلا الزوجين وحنان أداء الأسرة لواجبتها الإنسانية والاجتماعية كما ان الشريعة الإسلامية تتميز من الديانات الأخرى ببصماتها للطلاق منه الرجعي والبائن . فالحكمة الشرعية للطلاق تأتي للأسباب منها إختلان الطباع بين الزوجين ونباين الأخلاق الإصابة بالعلم الاتيان بالفحاشة الجبنة اذا كان هناك تقصير في الايقاق و أنواع الطلاق بإرادة المنفردة للزوج كلفت العصمة في الدين الإسلامي للزوج وحده وذلك لاعتباره الأكثر مؤولية والأكثر صيرا والأحرى على البقاء العلاقة الزوجية لعدة اعتبارات منها المادية لاند هو من يدفع المهر و كذا تبعات الطلاق وأيضا اعتبارات اجتماعية و قضائية كالمتابعة من طرف أهل الزوجة والمادة 48 من قانون الأسرة الجزائري على للزوج الطلاق بإرادته والى فى نابعة اساسا من العصية الزوجية المملوكة شرعا للزوج (ذيابي 7 - حى (1) لاند من المفروض الأخرى على المراد الحياة الزوجية منقرة لكن الواقع وما يشير إليه الإحصائيات وما يلاحظ داخل المحاكم يعبر عكس ذلك في إتعمال الزوج لحقه بطريقه تعسفية في أغلب الحالات، قد حقق القانون الجزائري حالات تبرر إيقاع الطلاب بالارادة المنفردة للزوج وهي :

- عدم الكفاءة الجنسية، بإعتبار ان العلاقة الجنة والمعاشرة من بين أهم المقاصد السامية للزواج في دينا الحنيف وتشكل عنصر الاستقرار لدى الزوجين فاضطراب هذه العلاقة بين الزوجين تسبب ضي لا يمكن الاحتمالة به والتي باتت تعرض في المحاكم وبشكل كبير، وهي من المسائل التي يصعب اثباتها لدى المحكم إلا عن طريق إقرار الطرف الذي يعاني من المشكل وبذلك ايجاد المصدر الشرعي والقانوني وإثباته
- فقدان العذرية : أمام الحرج الكبير والنزاعات الكثيرة والمطروحة على المحاكم إلا ان معالجتها تكون مثل سابقتها الاصابة بامراض خطيرة والتي تشكل خطر يتعارض من مع الزواج

أنواع الطلاق

1.3 الطلاق التعسفي

- **الحق** : وهو السير بغير هدى والأخذ على غير الطريق ، يقال عنف عن في الأمر فعله بلا رؤية ولا تدبير الطريق أي عدل وحاد و عق الرجل العوف : اي ظلوم (جانم 209 - ص 30) وهو مناقضة وهد الشارع في وقع النكاح حالا أو حالا بلفظ مخصوص فالقصد من الطلاق هو الخلاص من الحياة الزوجية التي تعترضها بعض العوارض التي تعيق استعداد الأسرة وتستحيل فيها الحياة بين الزوجين فالطلاق يدفع ضرر اكبر ، فكل طلاق مقصده الإضرار او مخالفة قصد الشارع فهو غير مشروع

- 2.3 **الطلاق بالتراضي**: يقصد بهذا فك الرابطة الزوجية بقاعة كاملة وبقامة الطرفين باتحالة استمرار العلاقة الزوجية بينهما وتحدث بناء على طلب أحد الزوجين الموافقة الزوج الآخر. أو بناء على طلبهما مع اشتراط الأهلية الكاملة لكل من الزوجين دون أي ضغط او كره وطبقا للمادة 48 من قانون الأسرة الجزائري فإنه على عدد الزواج بالطلاق الذي يتم بإرادة الزوج أو يتراعى الزوجين أو يطلب من الزوجة في حدود ما يسمع به القانون وفقا لمادة 54.53 على ان يجري القاضي المكلف محاولات الصلح رفع الاتفاق الحيق للطرفين للتالية من العزم والقصد دون اي ضغط أو كره . كما يمكن الاتفاق على الآثار المترتبة عن

الطلاق من رعاية مصلحة المحضون والنفقة ويجب أن لا يكون هذا الاتفاق منافيا لمصلحة الأولاد والاحكم بخلاف ذلك أما جانب التعويض فلا تكون في الطلاق بالتراضي (حبايلي 2019 في (106)

3.3. التطلق : وهو شكل من أشكال الطلاق ويكون عن طريق الثاني بطلب من الزوجة اذا اثبتت يا مشروعا يجعل الحياة الزوجية مستحيلة ، حيث أجاز القانون الجزائري للزوجة ان تطلب الطلاق للأسباب التالية عدم الإنفاق ويشمل (الغزار الكسوة . والسكن) ما لم تكن عاملة بإحساره وقت الزواج

- العرب التي تحول دون تحقيق الهدف من الزواج منها الجنة (الغة الحبيب والخصاء) واخرى الجنون الجدام والبرص

4. النظريات المفسرة للطلاق :

1.4. النظرية الوظيفية : أدا جدهما من تحقيق يسمى الفرد إلى إشباع حاجاته النفسية والفريزية والاجتماعية، ويعد المقصد من الزواج هو تلبية وقدر من هذه الحاجات ، فاذا لم يستطع الزوجين الأهداف المرجوة منه من توفير الاستقرار العاطفي والوحداني والاجتماعي وتحقيق الإشباع الجنسي وإنجاب الأطفال ، فإنهما قد يصلان إلى اتخاذ قرار إنهاء الزواج والانقصال ، وهذا ما يعيم أسباب الطلاق من المنظور الوظيفية الذي يقوم بها فكرة ارتباط أجزاء كل من أفراد المجتمع مع بعضها رغم الاستقلال الظاهري . فحب هذه النظرية أن لكل جزء دور ووظيفة تساعد على إسمرار كل مزه من أجزاء البناء الاجتماعي، وكل جزء يؤثر ويتأثر بالنظم الاجتماعية الأخرى والأسرة ، ومنه فإن هذا البناء عدة وظائف هامة تساعد على الاستمرارية لهذا المجتمع ، فالمشاكل التي تواجهه من بطالة، ضعف المواقع الابن، عدم الاستقرار، وغيرها تنعكس على الأسرة وحدود التقديك

3.4. النظرية البنائية الوظيفية : **functional Structural theory** أكد "تالا موج بارسونتر في كتاب التنسيق الاجمالي : أنه توجد علاقة تفاعلية والوظيفة ، مع وجود درجة عالية من التكامل بينهما، أي لا يوجد بين البناء بناء اجتماعي دون وظيفة اجتماعية، ولا وظائف

دون بناء اجتماعي فلا يمكن الفصل بينها الي لا يجددوا باعتبار أن النظام الأسري نظام قريحي داخل النظام الاجتماعي لن بناؤه الخاص ووظيفته ، فأى خلل في البناء أو الوظيفة يؤدي إلى زعزعة وحصول .

3.4. النظرية التفاعلية الرمزية Symbolic intermation-alison أسرة كيان مختلف عن باقي الأسر والتي تملك علاقات خاصة ، فهي تلعب دور أساسي في تلقين الأفراد أدوارهم المستقبلية من خلال رموز و معايير التي تتبناها وتعلمها لأبنائها مند الصغر ، فكل فرد داخل العائلة أو الأسرة يحاول : استيعاب الدور المتوقع منه والذي قد يغير فيه أو يعد له من خلال تعاملاته اليومية بالآخرين والظروف المحيطة به ، من هنا فكل زوجين جدد يأتیان حاملين أدوار رمزية أكد هبت من أمرهم ، فإذا كانت هذه الرموز متقاربة ساعد على تحقيق التوافق والتفاهم بينهما والعكس، فكلما كانت الرموز والمعاني المنسية 3 أو متاخرة بينها قد يؤدي الى عدم الاتفاقية وخلق فجوة بين الزوجين والوصول إلى الطحان تعتبر طبيعة العلاقة بين الأفراد داخل الأسرة يرجع بالأساس إلى الأدوار الاجتماعية التي من المتوقع استيعابها والقيام بها من طرفا كل واحد منهم ، فالتحديات التي تواجه أفراد الأسرة بالإضافة إلى إدراك الأدوار الموكلة إليهم

4.4. النظرية التبادلية تقوم على مبدأ الكلفة والمنفعة في تفسير العلاقات الاجتماعية ، حيناً Walster & Berkowitz (1976 Social orchange theory)) (يؤكد رواد هذه النظرية كل من أن العلاقات شير طاليا (Hermans (1961), thi bay & Kelly) ودور (المكافآت فيها تقوم الكلف ، والتي تطلق عليه اسم الريح النفس theong profit) Psychic ، ففي العلاقات الزوجية حسب " هوس " يشعر الزوج في التفاعل إذا كانت الاثابة التي يحصل عليها مساوية أو تفوق في قيمتها النفسية ما يقوم به من سلوك ليزداد قرب الزوجين من بعضهما البعض واسمرار التفاعل الايجابي بينهما ، في حين أن تصدع العلاقة الزوجية يحدث نتيجة الخسارة النفسية لأحد الزوجين أو كلاهما مسا يؤدي إلى الصراع مع الطرق الذي كان السيد في الخسارة أو الاحالة دون الريح النفسي التي لا يتقبلها الطرق الآخر التحول علاقتها إلى حالة مراغ نفس وتعارض المصالح والمواقع بينهما لتخلق

اضطرابات علائقية تؤثر أيضا على الأطفال وكيان الأسرة ككل حيث نشر هذه النظرية حدوتة الصلاح عندما تتقدر الحياة الزوجية هنا يقوم الرية النظرية دار العصائر المدارية من هذا الطلة 3 و مقدار المكاسب ، فإن الحالة الملكية المرجوة من الطلاق المكاسب مادية معنوية أو اجتماعية) ففوق الضائر فإنهما يتقدا قرار الطلحة والعكس

5.4. **نظرية التعلم lamang theories** رورة الطلاق حسب نظرية التعلم من مطلق الحصول على الاثابة فقت دما لا يحمل الزوج على الاثابة من الخروج الآخر وشعوره بالحرمان من إشباع حاجاته المتوقعة فى الزواج أو التعرض للعقاب والشعور بالتوتر والقلق في تفاعلها الذي يجعل من العلاقة الزوجية مصدر الألم الذي لا يمكن تعمله، ليكون الطلاق الوسيلة الأنسب للتخلص من المشاعر المؤلمة من التوتر والقلق والحرمان الصادر فى علاقتها مها ، التتاح الفرصة مرة أخرى في انتقال والمحرمات روحية جديدة يحقق من خلالها إشباع حاجاته الحسبة والنفسية والاجتماعية والاقتصادية (كنة 1819 ص 310)

5. أسباب الطلاق:

1.5. الأسباب الشخصية :

حسب تجيب بنظام المحامى الذي اعتبر الطلاق التزلزال الذي يقرب الأسرة الجزائرية ، والذي يقع لأتفه الأسباب والطلاق أرخص ثمنا من الزواج ، وإن أهم الأسباب التي تتعلق بالزوجين والتي تؤدي إلى الطلاق .

- عدم تقدير أهمية مشروع الزواج من طرف الزوجين ، وتحديد مكانة و دور كل منهما، فالزواج متطلبات والتزامات ، مع تهيئة نفسية ومادية
- عدم الالتزام بالسن الشرعية الأثنائية وعدم تحمل المسؤولية التزوجية وتقديرها أسباب أخلاقية وتربوية : فساد أخلاق أحد الزوجين ، لجوء بعض الشباب إلى تناول بعض المهلوسات والمقدرات والقصور والذي يكون سببا في دروغ المشاكل العائلية وتقاومها
- الحكم على أحد الزوجين بالسجن خاصة إذا كانت المدة طويلة والجريم مرفوض في المجتمع الأمر الذي قد يدفع الشريك لطلب عدم مقدرته على تحمل الأعياء النفسية

للارتباط يشريك مجرم أو ذو سوابق عدلية ودعم دراية الزوجين في حالة وقوع الخصومة بينها كيفية التصرف

- قد يكون عقم أحد الزوجين حائلا لا شرار الزواج . ولا يشعر أحدهما يميل جنسي للشريك ودروع تصور بينهم .

- إصابة أحد الزوجين يمرض مزمن أو خطير قد إلى طلب الطلاق الخيانة الزوجية والتي تعتبر أهم الأسباب التي تمقتها جميع الديانات والأعراف الاجتماعية

وقد ساهمت التكنولوجيا والتقنيات الحديثة في تسهيل لوصول إليها حيث كثرت وتحدثت أشكال الخيانة الزوجية ، وتتاسي الشكوك والريبة بين الزوجين وفقد الثقة والوصول في أقصى الحالات

- مشكل الشدود الجنس

- عامل السيطرة والخضوع وطريقة أداء القرد لدوره في العلاقة الزوجية، والحدود الداخلية والخارجية بين الشريكين (أحمد جمال (2) حيث يقول الدكتور " محمد الغزالي" أن مشكلة التفاهم وصعوبة بسبب العناد والاصرار على الرأي والترعة التنافسية الشديدة بين الزوجين وحب السيطرة والا توقعية في إتخاذ القرارات من أهم الإتجاهات في شخصية الزوجين أو أحدهما ، وتيا بنهما في سمات الشخصية كأن يكون أحدهما إنطوائي والآخر انيسا للي، والتي من الممكن أن تكون سبب في لدعم الإنتاج بين الزوجين وحدث الطلاق

- العنف الأسري ، الذي يمارس في أغلب الحالات على المرأة من قبل الزوج أو أسرته ، ويمكن أن يكون العنف جسديا أو تنسي أو اقتصادي أو عاطفي (Ubgmg 2018)

3.5. الأسباب النفسية :

- بعد التوتر والصراع الذي يعاني منه الزوجين في علاقتها ناتج عن : . تقص الاهتمام الإحساس بفقدان الدعم من الشريك . قدم تقبل الصفاح الشخصية للام قمر وكفاء الله
- الإهمال العاطفي، وعدم القدرة على الإشباع العاطفي والتقني للطرفين وفقدان الحب والاطمئنان بين الزوجين والذي يعير عامل أساسي في العلاقة الزوجية

- تعدد فترة الصراع عبير المنتمين في المنزل . الخلاق المنسي يعاود الظهور بين الزوجين
- يتم تقليل الالتزام العاطفي كوسيلة للحماية من الفريد من الأذى
- يقرر أحد الزوجين أنه لم يعد يهتم بما يفعله الآخر - تبادل الانفعالات السلبية والحوار الهدام

الجانب التطبيقي :

1- الفصل المنهجي للدراسة

تمهيد

1-1 الدراسة الاستطلاعية

1-2 الحدود المكانية

1-3 الحدود الزمنية

1-4 عينة الدراسة

2- منهج وادوات الدراسة

2-1 منهج الدراسة (المنهج العيادي)

2-2 المقابلة النصف موجهه

2-3 الملاحظة كأداة داعمه

2-4 اختيار الهزيمة النفسية

3- فصل عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

1- عرض وتقديم الحالات

1-1 الحالة الأولى

1-2 الحالة الثانية

1-3 الحالة الثالثة

مناقشه النتائج على ضوء الفرضيات.

تمهيد

كما هو وارد في اي بحث علمي وبعد اتباع الخطوات المنهجية تطرقنا للجانب النظري ولمجموعة من المفاهيم المتعلقة بمتغيرات الدراسة الحالية، من الدراسات السابقة ونظريات مساهمه وعلاجات وغيرها وفي هذا الجانب التطبيقي والذي يعتبر أكثر جانب ملموس وغير جاف في الدراسة سوف نوضح الجانب المنهجي الدراسة وكذلك الجانب الاجرائي لدراسة الحالات المرجو منها الهدف مدعمين ذلك بمقياس مقنن ومدروس.

1- الفصل المنهجي:

1-1 الدراسة الاستطلاعية:

حسب دراستنا الراهنة لموضوع الهزيمة النفسية لدى المطلقة تم اختيار اربعة محاور اساسية وعلى اساسها وضعنا ابعاد المقابلة الموجهة وحددنا هذه المحاور كالتالي:

- الهزيمة النفسية: ومن خلاله استخرجنا دلائل انهزام الذات لدى الحالة ومدى قدرتها على مواجهه كل الظروف الى اخره.
- اساليب المواجهة: ومن خلالها استخرجنا اهم الاساليب للمواجهة التي تعتمد عليها الحالة في التعامل مع كل الظروف المحيطة بها.
- الدعم الاجتماعي: وكان الهدف منه معرفة كل الامدادات المادية والمعنوية من المحيطين بها وهل هي بحاجة لهذا الدعم ام لا.
- الجرح النرجسي: ومن خلاله أردنا معرفة مدى شعور الحالة بالوحدة النفسية ومن التمركز حول الذات والشعور بالنقص والعجز... الخ

1-2 الحدود المكانية:

تمت الدراسة الحالية في ولاية بسكرة، اين تمكنا من الحصول على حالات الدراسة حيث شملت عينه تعمل بالمؤسسة الاستشفائية بدائرة سيدي عقبة، العينة الثانية طالبة تدرس ثانية ماستر علم الاجتماع، وتمت المقابلة في الجامعة، أما العين الثالثة كانت المقابلة في مقر سكنها أما الحصول عليها بمعرفة سابقة لجميع الحالات في حد ذاتها.

1-3 الحدود الزمنية:

تمت الاجراءات الميدانية لدراسة الحالة مع نهاية شهر مارس الى غاية شهر ابريل 2024 وكانت الزيارة للحالات في مقر العمل والدراسة والمنزل وفي اوقات مختلفة من اليوم.

1-4 عينه الدراسة:

تمت دراستنا الحالية مع ثلاث حالات من انماط مختلفة تعرضت للطلاق في مده قصيره مين الزواج ثلاثة أشهر وكانت العينة من ولاية بسكرة بالتحديد:

الحالة	السن	المهنة	عدد الاطفال	سنوات الزواج	سنوات الطلاق	نوع الطلاق	السكن
الحالة (ع)	36 سنة	طالبة م_2	00	2 أشهر	4 سنوات	تعسفي	العائلة
الحالة (و)	33 سنة	قابلة	00	2 أشهر	3 سنوات	تعسفي	العائلة
الحالة (ك)	30 سنة	ماكثة بالبيت	00	3 أشهر	1 سنة	تعسفي	العائلة

2- منهج وأدوات الدراسة العيادية:

1-2 المنهج العيادي:

يعتبر منهج علم النفس العيادي فرع من فروع علم النفس الذي يتناول دراسة وتحليل السلوك للأفراد الذين يختلفون في سلوكهم اختلافا كبيرا من غيرهم من الناس مما يدعو الى اختبارهم اسوياء او غير اسوياء وذلك يقصد به مساعدتهم في التغلب على مشكلاتهم وتحقيق تكيف افضل لهم فالمنهج العيادي والتفاعل والاصطدام بالواقع فهو يريد دراسة شخصية بكل ما يحتويه فهو دراسة عميقة لحاله فردية في بيئتها يعني في ضوء المجتمع الذي ينتمي اليه اذا فالمنهج العيادي هو دراسة معمقة للشخصية كحالة فردية(عادية ام مرضية) يستهدف فهم مع تقدير او التنبل بتطورها مستقبلا، ثم الانتقاء بعد ذلك العلاجية المناسبة ما يمكن ان يستنتجه المنهج العيادي يتميز بالنقاط الأساسية التالية .

- يستهدف الحالات التي تعاني من المشكلات السلوكية والاضطرابات النفسية والتي تتقدم للعيادة لالتماس العلاج والتوجيه.

- يركز هذا المنهج على بحث شامل لتاريخ الحالة، على وحدتها الكلية الحالية وصولا الى الصراعات الحالية

- يستخدم هذا المنهج الطرق المختلفة المناسبة للحالة (ملاحظه مقابلة اختبارات نفسية)
(المنهج العيادي حاج فاطمة سليمان صفحه 35 2021)
2-2 المقابلة النصف الموجهة:

تعتبر المقابلة من اهم ادوات البحث العلمي لمساهمتها في توفير المعلومات العميقة والكثيرة حول الموضوع، والظاهرة المراد دراستها، وتمتاز المقابلة بانها أكثر الادوات دقه وذلك لقدره الباحث مناقشه المبحوث حول الاجابات التي يعتمد على تقديمها.
تعريفها:

هي تخصص للتعلم في ميدان معين او لتحقيق من تطور ميدان معروف مسبقا وفيها يكون الباحث على علم مسبق بشيء من الموضوع ويريد ان يستوضح من المبحوث، وفيها يدعي المستوجب للإجابة بنحو شامل بكلماته واسلوبه الخاص على المبحوث حتى يتمكن المستوجب انتاج حديث حول هذا الجزء من الموضوع (الابعاد للمقابلة ابراش 2009 صفحه 268).
2-3 الملاحظة كأداة داعمة:

تعتبر الملاحظة من الوسائل المهمة التي تستخدم في الفحص العيادي والتي يمكن الحصول من خلالها على معلومات يتعذر الحصول عليها من خلال وسائل اخرى، اهم خصائصها انها تعتمد على قدرات الفاحص (الادراك، الانتباه، التدريب، الملاحظة) وخبرته ومعرفته تمكنهم من ضبط الملاحظة، تهدف عموما الى اختبار سلوك الفرد في موقف معين وفي بحثنا الحالي اعتمدنا على الملاحظة بحثية اثناء تطبيق المقابلات والاختبار في الدراسة لمعرفة السمات العامة للحالة (انفعال، استرجاع الاحداث، الانتباه، الوعي والادراك، المزاج)
وحسب كارثير جور فهي الوسيلة التي نحاول بها التحقيق من السلوك الظاهري للأشخاص بمشاهدتهم يعبرون عن أنفسهم في مختلف الظروف والمواقف والعوامل التي اختيرت لتمثيل ظروف الحياة العادية او تمثل مجموعته خاصه من العوامل (مروان عبد المجيد 2000 صفحه 176)

4-2 استبيان الهزيمة النفسية:

من اجل تحقيق اهداف الدراسة الحالية عن مقياس الهزيمة النفسية شرط ان تخدم البحث الحالي واهدافه رغم اننا صادفنا في حدود امكانياتنا البحثية عدة مقاييس معه لقياس الهزيمة النفسية انها لا تتطابق مع فئة المطلقات لان اغلبها اعدت لفئة الطلبة واخرى لا تتوفر على مقياس التصحيح اتصالنا بمعد المقياس عدة مرات عبر المواقع المتاحة الا اننا لم نتلقى اي رد فعل فتعذر علينا استخدامها ما دفعنا لبناء استبيان لغرض الكشف الهزيمة النفسية عند المطلقة.

4-1 اعداد استمارة البحث

عمدنا الى بناء استمارة من اجل تحقيق بحثنا في قياس الهزيمة النفسية لدى المطلقة
(صدق تقنين الاستبيان)

عرض وتقديم الحالات

الحالة الاولى

1 البيانات العامه للحالة

الاسم : (نون)

السن : 30 سنة

المهنة : ما كثة في البيت

الحالة الاجتماعية : مطلقه منذ سنة تقريبا

عدد الاطفال : لا يوجد اطفال

سنوات الزواج : ثلاثة أشهر

سنوات الطلاق : سنة واحده

نوع الطلاق : تعسفي

الحالة الاقتصادية : جيدة

السكن : مع العائلة

1 ملخص الحالة

2 الحالة (ن) سيده تبلغ من العمر 30 سنة، متحصلة على شهادة ماستر 2 علوم التربية ماكته في البيت، مطلقه منذ سنة لكن اجراءات الطلاق لا تزال في المحكمه وكان وكان سبب الطلاق تدخل امه في جميع تفاصيل حياتهم منذ بداية الزواج، حتى ادق التفاصيل الشخصية وكل امور الفراش مما ادى هذا الى تفاقم المشاكل مع اهل زوجها وبين الزوج في حد ذاته وخيرته بين الخروج بمنزل مستقر او الانفصال عنه ولان الزوج لا يملك شخصية اي شيء من القرارات على نفسه وصل بهم الامر الطلاق والحالة حاليا تعيش مع اهلها واخواتها منزل راقى ومريح ويتوفر على كل شروط الحياه والرفاهية الا انها تشعر بالحزن والاحباط الواضح على ملامحها كون الموضوع لا يزال قيد المحكمه

3 التحليل الكمي والكيفي للمقابلة مع الحالة الاولى

3-1 التحليل الكمي

ومن خلال التحليل الكمي نسعى الى معرفه نسب مضمون المقابلة من خلال الجدول التالي:

البعد	مجموع التكرارات	النسبة المئوية
الهزيمة النفسية	26	27.95%
اساليب المواجهة	24	25.80%
الدعم الاجتماعي	21	22.58%
الجرح النرجسي	22	23.65%
المجموع	93 تكرار	99.98%

النسبة المئوية = (التكرارات × 100) ÷ عدد العبارات

التعليق على الجدول :

بعد القيام بتقطيع المقابلة وعباراتها التي تكررت وتقسيمها على حساب دلالتها على ابعاد المقابلة كان عددها 93 عباره اما بقية الكلمات تلميحات من الحالة او اعاده توجيه اسئله توضيحية مني انا فكانت نسبة التكرارات الداله مؤويا هي 99.98% وهي نسبة جد مقبولة الحالة تعاني من هزيمة نفسية التي قدرت نسبتها ب 27.95% وهي اعلى نسبة بالنسبة للابعاد الاخرى الا ان النسب كانت متقاربة نوعا ما واساليب المواجهة التي استخدمتها الحالة في مواجهه والظروف التي تمر بها لذلك كانت متمركزه على الانفعال والتجنب الا انها كانت دائما منسحبه وبالنسبة لبعدين الدعم الاجتماعي والجرح النرجسي كانوا جد متقاربين

3-2 التحليل الكيفي للمقابلة للحالة الاولى

من خلال تحليل مضمون المقابلة مع الحالة (نون) والتي ابدت تجاوبها معنا لحد كبير كونها كانت تشعر بضغط نفسي وتبحث عن متنفس وهذا تبين من قولها (والله كنت حابه نفضض شوي) من خلال الملاحظه تبين ان الحالة مهتمه بمظهرها الخارجي جيدا واتضح هذا من خلال جمال وتناسق هندامها والاهتمام بشعرها وبشرتها الا ان التعب الداخلي بات واضحا

الجانب التطبيقي

وجليا كون الحالة لا تزال رهن المحاكم من خلال قولها (مازال نتكرر في المحاكم) الحالة غير متقبله لحد الساعة ومصدومه كونها تطلقت لقولها (لم اتوقع هذا وانه حياتي وحب سنين احلام السنين تروح بهذه السهولة)

وكذلك اتضح لدينا تقدير ذاتي ضعيف لقولها (تغيرت ياسر عليك عدت مستصغره نفسي كثيرا ونشوف روحي بلا فايده ونحس بالنقص ساعات) تبين لدي ان لدى الحالة مخاوف كثيره لقولها (اية والله عدت نخاف من كلش في كلش)

الحالة ليس لديها القدره على المواجهة وحل المشاكل حتى البسيطه في الوقت الراهن وذلك من خلال قولها من بعد الطلاق (عدد نتجنب المشاكل قليل ونخرج ولا نروح مشاكل نتاع الدار تتحل وحدها) كما ان الحالة تشعر بالوهن الجسدي وذلك من خلال قولها (والله عدت فيبل طول مانيش تتدير والو كنت نشتي ندير الكاتو درك ماذا بي ما ندير والو مريحه وخلص راح الشغف) الحالة بالنسبة للدعم الاجتماعي فانها مدعومه اجتماعيا كونها تعيش في عائله ميسوره وتمسكه اجتماعيا خاصه انه اثبت ذلك قولها (الحمد لله ما تخسيت حتى شيء) وقولها (الكل حسين بيا واقفين معي) والحالة لديها نوع من نقص الاشباع للحاجات وهذا يثبتها قولها (خاصني ياسر اشياء لكن ما نقدرش نحدد وكاين اشياء تعنيك ما تتجشم تطلبها من اهلك) على الحاجات النفسية والعاطفية

4 تطبيق وتحليل استبيان الهزيمة النفسية للحالة الاولى

طبقنا استبيان النفسية مع الحالة (نون) في مقر سكنها والتي ابدت تجاوبها معنا واستقبالها لنا والاجابه على جميع بنود الاستبيان وقد جاءت نتائج الاجابات موضحة في الجدول التالي

الجانب التطبيقي

نتائج الحالة الاولى على استبيان الهزيمة النفسية

النسبة	الدرجة	ابعاد الاستبيان
%19.56	09	البعد العاطفي والانفعالي
%26.86	12	البعد النفسي
%23.91	11	البعد السلوكي
%19.56	09	البعد العضوي
%10.86	05	البعد الاجتماعي
%80.41	46	المجموع

تحليل نتائج استبيان الهزيمة النفسية

1-4 تحصلت الحالة على 46 من 110 في استبيان الهزيمة النفسية والتي تقع في المجال 37 - 73 اي ان الحالة تعاني من مستوى متوسط من حاله الهزيمة النفسية من خلال استبيان الهزيمة النفسية المطبق مع الحالة (نون) يتضح ان الحالة تعاني من بعض المشاكل النفسية بحصولها على 12 درجة الا انها تعتبر مشاكل انية غير ثابتة ترجع لسبب الحالة وعدم الاستقرار النفسي التي هي عالية وتحصلت على 9 درجات في البعد العاطفي والانفعالي وهي درجة متوسطه وراجعه لعدم استقرارها العاطفي والانفعالي في الاونه الاخيره وتحصلت على 11 درجة في البعد السلوكي حيث انها اصبحت تشعر بنوع من الوهن والتعب وعدم قدرتها على اداء المهام كما كانت معتاده عليه في السابق

التحليل العام للحالة الاولى

من خلال المقابلة العيادية النصف موجهه والملاحظه الضمنية مع الحالة (نون) التي ابلت استعدادها وتعاونها معنا وكذلك تطبيق استبيان الهزيمة النفسية اتضح لنا ان عوامل الانهزام بادية عليه ومن بين الاسباب التي زادت في حده الموضوع بقاء قضيتها قيد المحاكم ولم تتوصل لحل نهائي واتضح لنا جليا ان سبب قصر مده الزواج كان من الاسباب الرئيسية في زياده حده الحالة

النفسية التي هي عليا على الرغم من اتران الحالة العامه الا ان فقدان الثقة في الطرف الاخر بعد ان عاشت معه قصه حب وصارت تلقي اللوم على نفسها لانها لم تحسن الاختيار وذلك اتضح من قولها (القي اللوم على نفسي ونقول نستاهل ما عرفتس وين نحط روحي) وهذا ما اكدته دراسه 2007 wei heigen التي توصلت الى ان الاشخاص ذوي مستوى مرتفع من انماط الهزيمة النفسية يميلون الى ان تكون لديهم معتقدات سلبية عن انفسهم اي لديمه تقدير ذاتي منخفض وكفاءه ذاتية منخفضة ويحصلون على نسبه عاليه من القلق

الا ان الحالة تحاول الخروج من الحالة النفسية التي هي عليها ومحاولة تغيير نمط حياتها وهذا اتضح من قولها (والله ماني حابه نبقي في الحالة هذه احب التغيير في كل اتجاهات حياتي) وذلك ما يؤكد البعد النفسي لاستبيان الهزيمة النفسية

كما ان الجانب الايماني يلعب دور كبير في التقبل والرضا وتجاوز المحن وهذا التمسناه عند الحالة فهي متقربه من الله بالعبادة والصبر والصلاة لقوله تعالى (واستعينوا بالصبر والصلاه وانها لكبيره الا على الخاشعين الذين يظنون انهم ملاقوا ربهم وانهم اليه راجعون) (سوره البقره الاية 45 46) يؤكد ستيفن بلورم ان التمسك بالقيم الروحية تمنح الفرد الاعتزاز بالنفس اخرين وبالعالم وبالتالي تقبل الحياه والاندفاع الايجابي لتحسينها

والطلاق بالنسبة الحالة حادث صادم وهي في الشهر الثالث من الزواج كان السبب الرئيسي في الانهزام النفسي وهذا من عكس على سلوكياتها وحالتها النفسية والصحية الا انها متماسكه الى حد كبير وساعدها اتباعها لارشادات الاخصائية النفسية في التماسك نوعا ما، وهذا ما تؤكد دراسه صفاء الامير (2010) وهو قدره الفرد على استعادته توازنه بعد التعرض للمحن والمصاعب بل وقد يوظف هذه المصاعب والمحن لتحقيق النمو والتكامل من اجل الخروج من قوقعه الانهزام النفسي وذلك ما يؤكد نتائج استبيان الهزيمة النفسية

الحالة الثانية

1 البيانات العامة للحالة

الاسم :ع- ص

المهنة: قابله في الصحة

السن: 34 سنة

مدته الزواج: 2 شهرا

سنوات الطلاق: ثلاث سنوات

نوع الطلاق: تعسفي

عدد الاطفال: 00

السكن: مع الاهل

الحالة الاقتصادية : متوسطة

2 ملخص الحالة

الحالة (ع-ص) تبلغ من العمر 34 سنة تعمل قابله بالصحة العمومية الحالة مطلقه منذ ثلاث سنوات حسب ما حكته الحالة لا تختلف عن الحالات السابقة من حيث تفاصيل وواقعه الطلاق حيث انها تزوجت زواج تقليدي عادي لم تمضي فتره الخطبة مدته زمنية كبيره تحكي الحالة عن الواقع المشين الذي كانت تعيشه مع زوجها بحيث تقول انه انسان منعدم الشخصية كل عائلته تسيطر عليه سيطرة كامله حيث اتخاذ القرار وكذلك لا تجتمع معه لا تستطيع ان تطبخ له ما يحب او ما يرغب لان كل القرارات ترجع لاهله وابية كذلك عامل عمل زوجها بعيدا عنها اثر تأثيرا كبيرا على علاقتهم بحيث انها لم تجتمع معه نهائيا بتقريب مدته 15 يوما فقط كل مدته زواجهم اخر مره ذهب فيها زوجها للعمل رجعت الحالة لبيت اهلهلها سيارة ولما عادت للبيت لم تفتح لها امه الباب وهي تقول لها هذه العبارة (لم تعودني تعني ابني ارجعي لدار ابيك من جيتي انا اللي جبتك انا اللي نرجعك ومن بعد قالت لي كلمي الزوج نتاعي قال لي بهذا العبارة انا واش قالت امي هناك ما نخرجش على طاوعها وهكذا كانت نهاية حياتنا الزوجية) وكانت اكبر صدمه انا شخصيا حسيت عداد الحياه توقف في تلك اللحظة بحيث انهم كان الطلاق اول حل لمشكل

الجانب التطبيقي

صغير وهنا كانت صدمتي كبيره بعدها صارت عندي نوع من الهلع والخوف والاحباط ولم اكن اقدر في بدايتها السيطرة على مشاعري وخوفي من كل شيء الا انني حاليا تماثلت للشفاء والتعافي مما كنت عليه.

3 التحليل الكمي والكيفي للحالة الثانية

3-1 التحليل الكمي

ومن خلال التحليل الكمي نسعى لمعرفة مضمون المقابلة من خلال الجدول التالي

البعد	مجموع التكرارات	النسبة المئوية
الهزيمة النفسية	19	22.35%
اساليب المواجهة	27	31.76%
الدعم الاجتماعي	24	29.26%
الجرح النرجسي	15	17.64%
المجموع	85	101.01%

النسبة المئوية = (التكرار × 100) ÷ عدد العبارات

التعليق على الجدول

بعد القيام بتقطيع المقابلة وعباراتها التي تكررت وتقسيمها على حساب دلالتها على ابعاد المقابلة كان عددها 85 عباره لان اجابات هذه الحالة كانت محدودة في قليل من العبارات فكانت نسبه التكرارات الدالة المئوية 101.01 وهي نسبه جد عالية حيث الحالة تعاني نسبيا من الهزيمة النفسية بنسبه 22.35% وهي نسبه متوسطه اما نسبه بعد اساليب المواجهة كانت عالية 31.76 بالمئة وهي اعلى نسبه في الحالة اي لديها اساليب المواجهة جد عالية كونها تعرضت لصددمات عده عدم كفاءتها وخبرتها في الحياه فكانت النقلة بعد الطلاق من انسانه ضعيفة انسانه تواجه كل المواقف، الحالة لديها دعم اجتماعي جيد ودلاله عبارتها كانت بنسبه 29.26 بالمئة الجرح النرجسي اقل نسبه وقدر ب 17.64% وهي اقل نسبه في الجدول

2-3 التحليل الكيفي للمقابلة للحالة الثانية

من خلال تحليل مضمون المقابلة مع الحالة (عين صاد) والتي ابدت تجاوبها معنا لحد كبير وابدت مشاعرها الحقيقية وكل ما بداخلها بكل شفافية وهذا ما سهل علينا اجراء المقابلة ما لفت انتباهي ان الحالة لديها شخصية محببه بين اصدقائها وزملاء العمل وكانت جد مرحة في التعامل معهم كذلك كاي موظفه مهتمه بهندامها وشكلها الخارجي الا ان ضغوط العمل وحساسية كونها تعمل كقابله تشتكي من الام على مستوى الفقرات القطنية في الظهر، وترتدي مشدا طبيا على مستوى الكتف ولم تستطع الجلوس الا قليلا وكل المقابلة كانت واقفه تمشي ذهابا وايابا، اما بالنسبة لموضوع الطلاق وهو الاساسي قالت بدأت نتعاش هذه الكلمة ومع هذا الوضع والحمد لله لكن كاين حوايج باقية ضاررتي وذلك من خلال قولها خاصة لقطه ورقه العريضة كي لحقتني الدار والله ما مدوا لي فرصه وهذه اكثر حاجه ضررتني في الموضوع وقول الحالة انهزام نفسي واضح واش راح يكون شعور وحده مطلقه ظلم لحد الساعة ماني فاهمه والو احساس الحد الساعة مشتت عارفه نتخذ حتى قرار

الحالة تغيرت نظرتها في مواجهه ظروف الحياه وذلك بقولها تغيرت كثيرا من وراء الطلاق وما عادش نسمح في حقي لو كان نعود ظالمه

الحالة (عين) لديها دعم اجتماعي جيد من قبل اسرتها والمحيطين بها وهذا ما جعلها تكون اكثر قوه وثقه من هذه الناحية والله لا انسى موقف اهلي معايا لأخر يوم في حياتي قرب اهلي مني في هذا الموقف ما خلونيش نحس بالنقص ولاي شيء

تشعر الحالة بالوحدة العاطفية وخاصة لما تكون داخل موضوع بهذا الشيء وذلك في قولها ساعات نقول لك ونحس واحد الشعور لا يوصف وخاصة يبدو يحكوا على رجالهم واولادهم ميمما نحبش نبين وهنا يظهر لنا الجرح النرجسي الذي سببه لها الطلاق

الجانب التطبيقي

4-3 تطبيق وتحليل استبيان الهزيمة النفسية للحالة الثانية

طبقتنا استبيان الهزيمة النفسية مع الحالة (عين صاد) في مقر العمل والتي ابدت تجاوبها معنا هي الاخرى وكانت جد سلسه في التعامل واجابت على جميع بنود الاستبيان وقد جاءت نتائج الاجابات موضحة في الجدول التالي

النسبة	الدرجة	ابعاد الاستبيان
20%	11	البعد العاطفي والانفعالي
25.45%	14	البعد النفسي
21.81%	12	البعد السلوكي
14.54%	08	البعد العضوي
18.18%	10	البعد الاجتماعي
99.98%	55	المجموع

1-4 تحليل نتائج استبيان الهزيمة النفسية

تحصلت الحالة على 55 من 110 في استبيان الهزيمة النفسية والتي تقع في المجال 37- 73 وهي نسبه متوسطه ونقول ان الحالة لديها مستوى متوسط من الهزيمة النفسية ومن خلال حساباتنا للأبعاد كل على حده في الحالة الثانية اتضح لنا ان النسبة كانت 14% ومن هنا نستنتج ان البعد النفسي لدى الحالة مرتفع نسبيا وهذا راجع لضغوط العمل التي تتعرض لها الحالة كونها تعمل في وظيفه تتطلب الصبر والتركيز دائما وتحصلت على 12 درجه في البعد السلوكي وهذا راجع للأليات الدفع عن النفس والرغبة اسلوب ونمط الحياه التي كانت عليه قبل ان تتعرض لصدمه الطلاق، 08 درجات في البعد العضوي وهي نسبه ضعيفة لان الحالة تقريبا بصحه جيده الا ان ما تعانيه من الام في الظهر بسبب ابتعاد الفقرات، ولا ننسى البعد الاجتماعي والذي قدر ب 10 درجات وهذا دليل على ان الحالة لها دعم اجتماعي وتوافق اجتماعي

3 التحليل العام للحالة الثانية

4 من خلال المقابلة العيادية النصف موجهه والملاحظة الضمنية مع الحالة (عين) التي ابدت تعاونها معنا مع نوع من التحفظ وكذلك استبيان الهزيمة اتضح لنا ان الحالة تعاني من الانهزام الذي بدا لنا من خلال استجاباتها في استبيان الهزيمة النفسية وكذلك نسبة الدلالات في المقابلة النصف موجه

كما ان الحالة تعاني نوعا ما من القلق النسبي بسبب وظيفتها كقابله وتعتبر هذه الوظيفة حساسة نوعا ما وتسبب لصاحبها الضغط النفسي والقلق النفسي، والقلق الذي تعاني منه الحالة نسبيا ويكون غالبا في اوقات العمل او بعد الرجوع من المناوبة وهذا ما اكدته مورسيا (1976) ان اضطرابات القلق تنتج عن العمل الليلي الذي سببه قلة النوم وعدم تعويضه نهارا هذا ما سبب نوبات من الضغط والقلق، الا ان الحالة تحاول تحقيق الاتزان النفسي والعاطفي اتضح لنا جليا من خلال ملاحظه تصرفاتها مع زملاء العمل والحرص اثناء اداء وظيفتها وتحاول التغيير في نمط وطبيعة حياتها بكل السبل وهذا ما قالته لنا (راني داخله نلعب سبور ودائما نروح رحلات ونروح نحضر ملتقيات) الا ان جانب المواجهة كان عندها جد عالي رغم الضغوطات النفسية التي تصارعها داخليا تقول (رغم الوضع اللي راني فيه وطبيعة خدمتي لازم نكون واقفه على روحي وما خلي حتى واحد يستغل طبييتي هذه كانت بكري اما درك خلاص).

وبالحكم العام على ما طبقناه يتضح ان الحالة مستقرة نوعا ما نفسيا الا ان السبب الرئيسي وراء ما هي فيه وعلية الظروف التي بسبب صدمه الطلاق خاصه هي الاخرى اثر الصدمة كان قويا بسبب عدم وجود اي سبب يستدعي لطلاقها من زوجها وتقول لم افهم لماذا اتخذ ضدي هذا القرار وكان هذا هو الحل الاول لما راوه مشكلا عابرا وعنده كل الحلول وتقول (ولكن ان شاء الله نعوض كل شيء ويتبدل كل شيء بإذن الله)

الحالة الثالثة

الاسم : (و - م)

السن : 35 سنة

المهنة : طالبة ماستر 2.

الحالة الاجتماعية : المطلقة منذ 3 سنوات

عدد الأطفال : لا يوجد

مدة الزواج : 02 شهر

الحالة الاقتصادية : متوسطة

نوع : الطلاق تعسفي

السكن : مع العائلة

الحالة (و-م) سيدة تبلغ من العمر 35 سنة متحصلة على شهادة الماستر علم اجتماع كانت تعمل من قبل كموظفة استقبال في أحد العيادات . الحالة مطلقة منذ 3 سنوات، تزوجت الحالة زواج تقليدي من شخص لا تعرفه، من مدينة أخرى تعرف بصدفة، حيث أن الحالة بعد الزواج تفاجأت عكس ما كانت تتوقع تماما بحيث ان زوجها ، كانت تسيطر عليه أخته الأكبر منه ولم تكن متزوجة تسيطر عليه سيطرة تامه او حسب ما حكى أنها لم تجد راحتها من جميع النواحي حتى انها كانت ، لا تتغدى جيدا بسبب تقشفهم وشحهم، مما خلق لديها حالة من الإحباط والتوتر ، وتقول أن شخصيه . غامضة وغير مفهومة بدأت المشاكل منذ بداية الأيام الأولى، وبعد أول زيارة لبيت أهلها كانت المفاجأة بحيث أرسل إليها وقال لها أنت طالق وسوف تلحقك ورقتك . كانت صدمة جد عنيفة بحيث انها لم تتوقع ان تحصل معها هذا الشيء وبهذه السرعة تقول الحالة دخلت في حالة من هستيريا البكاء والهلع ، والاكتئاب ما يقارب السنة كاملة ، إلا انها حاليا تجاوزت تلك المرحلة حاليا و تعاود بناء حياتها من جديد بحيث رجعت للدراسة ومصممة انيل شهادة الدكتوراه.

تطبيق وتحليل استبيان الهزيمة النفسية مع الحالة الثالثة

طبقنا استبيان الهزيمة النفسية مع الحالة (ن) في مقر سكنها، والتي ابدت تجاوبها معنا واستقبالها لنا والإجابة على جميع بنود الاستبيان وقد جاءت نتائج الاجابات موضحة في الجدول كالتالي

الجانب التطبيقي

الابعاد	التكرارات	النسبة
البعد العاطفي والانفعالي	12	% 19.04
البعد النفسي	16	%25.39
البعد السلوكي	10	%15.87
البعد العضوي	12	%19.04
البعد الاجتماعي	13	%20.63
المجموع	63	%99.97

نتائج الحالة الثالثة على استبيان الهزيمة النفسية

التعليق على نتائج الجدول.

- تحصلت الحالة على 33 درجة من 110 على استبيان الهزيمة ينتمي الى المجال من 37 الى 23 مجال متوسط اي ان الحالة الهزيمة لدى الحالة (ن) متوسطة
- لدي الحالة بعض الأعراض النفسية بحصولها على درجة 16 من 22 وهذا ما يجعل لديها بعض الشعور من القلق والفتور وخاصة لما هي عليه في الوقت الحالي.
- لدي الحالة بعض الأعراض العاطفية والانفعالية بشعورها بتأنيب الضمير اتجاه نفسها لأنها لم تكن تحسن التصرف والدفاع عن نفسها في بعض المواقف
- كذلك حصلت على نفس الدرجات في البعد العضوي فالحالة تعاني دائما من الشعور بالتعب والوهن الذي جراء ما يحصل لها من ضغوطات ، وتعاني من بعض الأمراض الجسدية
- البعد الاجتماعي تحصلت على 13 درجة من 22 . وهنا الحالة لديها دعم اجتماعي ومساندة قوية تستطيع الاعتماد عليها

التحليل الكمي والكيفي للحالة

التحليل الكمي

ومن خلال التحليل الكمي نسعى لمعرفة مضمون المقابلة ومعرفة النسب المئوية للعبارات

الدالة على كل بعد ومن خلال الجدول التالي سنعرض ذلك

البعد	التكرار	النسبة المئوية
الاول	28	30.43%
الثاني	24	26.08%
الثالث	24	26.08%
الرابع	19	20.65%
المجموع	92	103.24%

النسبة المئوية = (التكرار × 100) ÷ عدد العبارات

التعليق على الجدول

بعد القيام بتقطيع المقابلة وعبارات التي تكررت وتقسيمها على حساب دلالتها على أبعاد

المقابلة كان عددها الاجمالي 112 وكان الدال منها وبتحديد وتخدم ابعاد المقابلة هو 92 عبارة

وكانت النسبة المئوية الإجمالية هي 103,24 % وهي نسبة عالية تخدم موضوعنا وكانت النسب

كالتالي نسبة الهزيمة النفسية وهي 30.43 % وهي أعلى نسبة وكانت الحالة لديها معظم العبارات،

تدل على الهزيمة النفسية الواضحة

التحليل الكيفي للحالة الثالثة

من خلال تحليل مضمون المقابلة مع الحالة (و) والتي أبدت هي الأخرى تجاربها معنا بكل اريحية وكان هذا بعد إجراء المقابلة مباشرة لربح الوقت وكان هذا بطلها لعدم وجود متسع من الوقت. لديها وارتباطها بتحضير هي الأخرى برسالة التخرج لشهادة الماستر كانت تحاول الثبات الانفعالي وعدم إظهار نقاط ضعفها إلا أن المشاعر الداخلية لا بد ان تعكس في مثل هذه المواقع، وأول كلماتها أثناء طرح اسئلة المقابلة : والله يا أختي تهزيت وتهزت معايا كل الأحاسيس الجميلة تجربة كانت جد قاسية عليا وأنا انسانة بطبعي حساسة ، وهنا ظهرت عليها الهزيمة النفسية واضحة وجلية ، بالنسبة لأساليب المواجهة كان ردها قوي : دائما وهذا ما اتضح في قولها ، عدت نبنني في نقاط ضعفي درجة درجة وما نحبش بيان عليها الضعف ، كذلك قولها عدت رد بكل صحية وجه ما نحشم في حتى موقف لانني تخاف يجهلوني ، ومن خلال هذا تبين لنا انها تبحث على كل اساليب المواجهة في مواقف الحياة كلها كي لا تظهر ضعيفة

الحالة (و.م) لديها دعم اجتماعي قوي من كل أفراد أسرتها، وخاصة امها قالت ماما تبات تبكي عليا وتقول حليلي على بنتي وهذا لزاد ظرني في هذا الوقت، تقول استمد كل قوتي من أهلي هم الخلوني ترجع انسانة جديدة برغم اني عشت تقريبا سنة كاملة من الانهيار وعدم التقبل لوضعي

أما بالسببية للجرح النرجسي لم تكن متواجدة كثيرا واحسست انها تنترد في الإجابات بالرغم انها داخليا لديها حرج جلي وثبت هذا من قولها.: عدت ما نحبش قعدات النساء خاصة كي - يهدروا على مواضيع الراجل والخصوصيات نحس روحي ناقصة حاجة وتجيني البكية . اما باقي الاسئلة كانت جد متحفظة في كلامها.

التحليل العام الحالة الثالثة

من خلال المقابلة العبادية النصف موجهة ، والملاحظة الضمنية مع الحالة (و) التي كانت جد واضحة ومتفهمة معنا في الموضوع ، إلا انها كان لديها نوع من الارتباك في بعض المواقف وهذا ما كان ملاحظا على ملامح وجهها وكأنها تسترجع ذكريات في صعوبة لا تنسى، أما بالنسبة لإجاباتها في أبعاد المقابلة كانت معظم الكلمات قصيرة ولكنها في نفس الوقت دالة على مدى ما تعاني منه من الم داخلي ، بمجرد استرجاع أحداث واسباب الطلاق وهذا ما فسرتة المعالجة النفسية جوني سويت المتخصصة في علاج القلق والصدمات نتائج الدراسة قائلة إن الذكريات السيئة تثبت بشكل أقوى حيث تنشط خلال مواقف الضاغطة على مناطق أكثر من الدماغ وهذا ما أظهرته الحالة من قلق وتوتر اتناء سردها لنا لأحداث وصدمة الطلاق بحيث تقول انها ذهبت في زيارة بيت أهلها بصفة عادية . كونها عروس في شهرها الثاني وتفاجئ في صباح اليوم التالي برسالة نصية يقول لها فيها أنت طالق ولا تفكري ابدا في الرجوع وهذا ما حفر عندها ذكريات سيئة وبمجرد استرجاعها تحضر كل المشاعر السلبية لحظية، ويتقلب مزاج الانسان ويشعر بضيق والكدر الشديد

الا انها انسانة هادئة وتتمتع بخلق ومستوى عالي من الثقافة، وتحاول أن تتوفق في حياتها القادمة وتتجح بكل السبل، وهذا ما دفعها لإعادة فتح واكمال دراستها في الجامعة وكان بعد أساليب الدفاع والدعم الاجتماعي مدعوم بأجوبة توضع لنا قوة الدعم الاجتماعي لديه واسرار أهلها على نسيان الموضوع وتفهمهم لها وأنها كانت ضحية الرجل لا يملك لا حبا ولا ضمير لذا كان دعمهم لها جد قوي وهذا ما اثبتته نظرية التأثير الرتبي بحيث ترى ان اصحاب الدعم الاجتماعي الكبير بصحة افضل من الناس ذوي الدعم الاجتماعي الأقل.

ومن خلال تحليل استجابات المقابلة والاستبيان ودلالته وبشكل عام الحالة تعاني من انهزام نفسي بسبب ذكريات ومخلفات صدمة الطلاق، الا انها في حالة التشافي والخروج من مخلفات الصدمة والرجوع لحياتها الطبيعية تدرجيا

4/ مناقشة النتائج على ضوء على مع الفرضيات

انطلاقا من دراستنا بغرض التعرف على الهزيمة النفسية لدى المرأة المطلقة وكان هدفنا الوصول إلى نتائج تبين مدى تأثير الطلاق ومرجعياته ووصول المرأة الوصول التي تعرضت الى الطلاق إلى الانهزام النفسي وتأثيره على جوانب حياتها الصحية والنفسية

وبعد التطرق لجميع مراحل الدراسة من جمع بيانات، وإجراء مقابلة، وتوثيق استبيان الهزيمة النفسية ، وكذلك إجراء التحليل الكمي والكيفي والتحليل العام للحالات : من هنا سوف نجري المناقشة للنتائج المتحصل عليها على ضوء الفرضيات وبما أن دراستنا انطلقت من الاشكال التالي: هل تعاني المرأة المطلقة من الهزيمة النفسية، ومن هذا التساؤل طرحنا الفرضيات التي كانت كالآتي

الفرضية الأولى: تعاني المرأة من هزيمة نفسية مرتفعة، ومن خلال دراستنا العيادية المعمقة لثلاث حالات تبين لنا نتائج متقاربة جدا لديهن، وكانت الهزيمة النفسية بدرجة متوسطة وهنا تستطيع القول أن الفرضية لم تتحقق، إلا أننا! الا تنفي وجود الانهزام لديهن وخاصة بعد التعرض لصدمة الطلاق بعد فترة جد قصيرة تتراوح بين 4 شهور، وتستطيع القول هنا يعتبر هذا العامل أكثر الأسباب الى تترك المرأة تتعرض لأزمة نفسية ، وأعراض متأزمة مع الحال التي هي عليها و هذا ما اكدته الدراسات العديدة في الجزائر وفي العالم العربي وحتى الدراسات الأجنبية تقول ان اي امرأة مطلقة تتعرض لمشاكل نفسية وجسمية تتفاوت حدتها على طبيعة كل حالة وكمية المشاكل

الجانب التطبيقي

التي تعرضت إليها ، إلا أن كل الحالات التي أجرينا عليها دراستا مستعدة التشافي والخروج من الحالة الى هي عليها ، وتكوين علاقات مختلفة وجديدة .

اما بالنسبة للفرضية الثانية : تعاني المرأة من تدني مستوى الذات ، وحسب الحالات التي لدينا تحققت بشكل نسبي وكانت تدني مستوى الذات لديهن من متوسط الي ضعيف وترجع هذا إلى المعاناة الحالية، والإصرار على تغيير ما هي عليه في الوقت الحالي، وهذا الشعور ينتاب اي امرأة مطلقة ويعطيها انطبعا بانها عديمة القيمة مقارنة مع غيرها من المتزوجات واستدلالا بإجابات الحالات اثناء توجيه أسئلة المقابلة ، وترى الدراسات أن الطلاق يشكل لدى المرأة صراع نفسي يجبرها لوهلة أنها غير مهمة في المجتمع، وانها بلا قيمة وحسب الدراسات في العقد الماضي اعتبر 1991 Andronite - ان تصور الذات محور الهوية، ويضمن الشعور بالديمومة ، وبالاستمرارية فالذات هي التي تؤنس هوية الشخص، والشعور الغامض بالذات ، يتبلور من خلال التجارب الأولى للمرأة التي تسمح بميلاد الذات

إلا ان الحالات التي أجرينا عليها الدراسة تقريبا مستوى تقدير الذات من متوسط الى مرتفع وكلتا الحالات تسعى لترفع من مستوى ذاتها وتغير نظرتها للإيجابية.

اما بالنسبة للفرضية الثالثة: التي جاءت كالتالي تعاني المرأة من جرح نرجسي وهنا نستطيع القول وعلى حسب المؤثرات التي أخذناها من الإجابات الجزئية والتحليل الكمي والكيفي والتقييم العام للحالات في حد ذاتها ، تحققت هذه الفرضية بشكل نسبي كل الحالات لديها جرح نرجسي، لماهي عليه ، أنيا بخلاف الحالة الثالثة الى تعاني من جرح نرجسي مرتفع ، ومن هنا نستطيع القول أن الطلاق ، يهدد هوية الأفراد والمرأة بالتحديد فهو يستدعي دائما إلى وضعيه صراعية تهدد توازن النفسي ، وان الأفراد يمكنهم الشعور بالإهمال، من قبل الغير والتهميش، وبالفشل في المواضيع المثالية، اين يصبح تقدير مستوى الذات ومع وجود جرح نرجسي.

الجانب التطبيقي

ومع كل هذا بعد كل المراحل التي تطرقنا إليها من تحليل ومناقشة النتائج تبقى النتائج نسبية قابلة للتغير في دراسات وحالات أخرى وظروف اجتماعية أخرى ومن هنا تؤكد على حسب استنتاجنا ، ان الطلاق وبكل حالاته - وظروفه وأسبابه يسبب ضغوطات نفسية ، وانعزال وفقدان الثقة والتعرض للانتقادات شتات لكيان الأسرة وأفرادها ، كذلك تتعرض المرأة للعديد من الآثار الصحية بعد الطلاق ، وعلى الرغم من كل هذا فقد يولد الطلاق اثار نفسية إيجابية منها الشعور بالارتياح للخروج من علاقات صعبة أو مؤذية أو غير صحية ، وتوسيع الهوية الذاتية تولى أدوار جديدة توسيع العلاقات الاجتماعية

ومن خلال الحالات التي أجرينا عليها دراستنا تبين لنا ان من بين الأسباب الأكثر زيادة في حدة الازمات والصدمات النفسية الطلاق بعد فترة قصيرة من الزواج ما يولد لدي المرأة نوع من الخوف والاحباط والتراجع في اتخاذ القرارات المصيرية لديها، وهذا ما توصي به الدراسات القادمة. ان تركز على هذه النقطة بالذات، وتتوجب أن تدرس دراسة معمقة وكان هذا ما ارتثيت إليه في بداية الدراسة، إلا أن الظروف حالت وراء هدفنا

الخاتمة

الخاتمة

وفي الاخير نستطيع ان نختتم بحثنا الذي بحثنا فيه عن مختلف العوامل و الاسباب المؤدية إلي الهزيمة النفسية لدي المرأة المطلقة حيث استعرضنا تفصليا الدوافع و المحركات التي تقف خلف هذه الاشكالية وتطرقنا كذلك إلي ظاهرة الطلاق بكل اشكالها وأنواعها ولها آثار سلبية علي جميع نواحي حياة المرأة وفي الاخير اووصي الأبحاث القادمة التركيز علي موضوع الطلاق الذي يحدث بعد فترة زواج قصيرة لأنها أصبحت ظاهرة متفشية وبكثرة في مجتمعنا في الوقت الحالي ومحاولة ايجاد حلول تنقذ الوقوع في مثل هذه الحالات من الطلاق وفي الاخير نتمني من المولي عز وجل ان يوفقنا ويوفق كل طالبي العلم لسداد ونجاح

قائمة المراجع

قائمة المراجع

- القرآن الكريم
- أبو اسعد، احمد عبد اللطيف. (2015). الصحة النفسية منضور جديد (ط.1). دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- أبو الندى، عبد الرحمان . (2007). الصلابة النفسية وعلاقتها بضغوط الحياة لدى طلبة جامعة الازهر.
- أبو بكر، نجوى. (2018). الاضطرابات السلوكية والوجدانية والتوافق النفسي والاجتماعي. مركز الكتاب الأكاديمي.
- أبو حلاوة، محمد السعيد عبد الجواد (2012). الهزيمة النفسية : ماهيتها، محدداتها، تداعياتها، والوقاية منها "دراسة في بناء المفهوم" . مجلة كلية التربية، جامعة دمنه، 4(3)، 273187
- أبو سبيتان، نرمين. (2014). الدعم الاجتماعي والوصمة وعلاقتها بالصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى المطلقات في محافظة غزة أطروحة ماجستير ، الجامعة الإسلامية بغزة، شؤون البحث العلمي والدراسات العليا . المكتبة المركزية <https://library.iugaza.edu.ps>
- اختبار تفهم الموضوع 3 (2012). tat. جويليةPsyco-dz).
<http://www.psyco-dz.info>
- اسماعيل عبد الفتاح سامية عبد الغني. (2011) المرأة العربية ومشكلاتها الاجتماعية (ط.1). العربي للنشر والتوزيع.
- اشتوي، امينة. البطي، احمد . (2018). الضغوط النفسية للمطلقات وأساليب مواجهتها. مركز الكتاب الاكاديمي.
- الأسمر، ماجد . 2023 ، جانفي (27) الطلاق في الجزائر 2023 الإجراءات، المصاريف والقانون الجديد امجد
<https://amjd.org>
- الاصفهاني، الراغب. (502هـ). المفردات في غريب القرآن. دار احياء التراث العربي، تحقيق عدنان داودي
- البنة، أنور حمودة (2006). الامراض النفسية والعقلية (ط.1). غزة.
- البهنساوي، ليلي. (2019) جويلية). اليات التكيف بعد ازمة الطلاق دراسة على عينة من المطلقات قسم علم الاجتماع، كلية الآداب، جامعة القاهرة، 8(3) 168-109
- التميمي، محمود كاظم محمود (2016) . الازمة النفسية، مفهومها ، أسبابها، أنواعها، وأساليب التعامل معها (ط.1) . الدار المنهجية للنشر والتوزيع.
- الجنابي، صاحب عبد مرزوك. (2019) . الازمة النفسية. دار اليازوري العلمية.
- الجوهري، محمد محمود .(2011) . المشكلات الاجتماعية (ط.1). دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- الحمادي، أنور. (2021). الاضطرابات العقلية والسلوكية في التصنيف الدولي للأمراض-11
<https://www.noor-book.com>. Noor-book.ICD-11

قائمة المراجع

- الحمادي، انور ()، معايير DSM5-
- الخالدي، اديب محمد. (2009) الصحة النفسية (ط.3). دار وائل.
- الخالدي، اديب محمد (2014) المرجع في علم النفس الفسيولوجي. دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة
- الخالدي، اديب محمد. . (2015). علم النفس الاكلينيكي في التدخل العلاجي (ط.1). دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة..

الملاحق

1-1 الحالة الاولى المقابلة كما وردت

الحالة (نون) سيده تبلغ من العمر 30 سنة متحصلة على شهادة ماستر 2 في علوم التربية ، ماكنه في البيت مطلقه منذ سنه اجراءات الطلاق لا تزال مقيدة في المحكمه وكانت اسباب الطلاق بسبب تدخل امه واخوته تفاصيل حياتهم الخاصه والعامه لدرجه لا يستوعبها العقل، كانت والده زوجها تتدخل في امورهم الشخصية وامور الفراش الزوجية بحيث انها ام متسلطه تتحكم في زمام الامور كلها لدرجه انها سيطرت على زوجها انه يترك عمله بسبب بعد مسافه العمل انفصل عن عمله واصبح بطلال لا يعمل بحجه ارضاء امه حسب ما سردت لنا الحالة انها لم تتحمل كل هذه التصرفات وتركت بيت الزوجية والرجوع الى بيت اهلها وطلبت منه ان تستقر في منزل خاص بعيدا عن اهله لكن الزوج رفض رفضا قاطعا ولجا الى الطلاق، كانت هذه التفاصيل الاولية للمشكلة وسبب حدوث الطلاق، وبعد التحاور مع الحالة مبدئيا كانت انسانه رائعه لدية روح مرحة في التعامل والحديث، ولم تكن المقابلة متعبه نهائيا الا انني لاحظت عليها التوتر نوعا ما والارتباك في بداية طرح الاسئلة وكانت كالتالي سالتها هل تشعرين بخوف او توتر من شيء ما قالت والدموع في عينيةا تذكرت فقط شريط اتعس فتره من حياتي عادي اختي اللي راح هذه مجرد اسئلة خalina نفضفضها على الاقل

سؤالي الثاني كان ما هو شعورك واحساسك فقالت واش حبيبتيني نقول لك مشاعري كانت غير مفهومه ولم تكن مشاعر واضحة كنت نقول هذا الانسان اخترت وحببت وكافحت معه قداش من عام يبيعني بسهولة هذه يعني لم اكن اعرف لا نصدق ولا نكذب ولا واش ندير الاحساس فقدته تقدرني تقولي في تلك اللحظة ما عدت حاسه بحتى شيء غير نبكي ونحاول نصدق انه هذا الشيء صح وهنا الحالة اجهشت بالبكاء طويلا لدرجه انني عدت نبكي معها حتى انا

استبيان الهزيمة النفسية

جامعه محمد خيضر بسكره

قسم علم النفس

سيدتي تحية طيبه وبعد

بين يديك مقياس يهدف للتعرف على مستوى الهزيمة النفسية لدى المطلقات في الجزائر وهي دراسته تطبيقية ميدانية لنيل شهاده ماستر2 في علم النفس العيادي، وكل البيانات الوارده تستعمل بسرية تامه وتستعمل لغرض البحث العلمي فقط الاستبيان على مجموعه من الفقرات يرجى قراءه العبارات بدقه ثم وضع العلامه (x) في الخانه التي تتفق مع رايك وشكرا لكم على حسن تعاونكم

في خدمه البحث العلمي

البيانات العامه للحاله

- السن
- المهنه
- عدد الاطفال
- عدد سنوات الطلاق
- نوع الطلاق
- نوعية السكن
- المستوى الدراسي
- سن الزواج
- مده الزواج
- المستوى الاقتصادي

1 ما هي رده فعلك على طلاقك؟

والله كانت رده فعلي بكيت وبكيت ايام وليالي ولم اتوقع انه حياتي حب السنين احلام السنين بسهولة هذه، ما عرفت نصدق ولا نكذب وقتها ولا واش ندير، نكذب عليك تعبت وتالمت وتصدمت صدمت عمري

2 ما هو شعورك في من تسبب في طلاقك

حسبي الله ونعم الوكيل حسبي الله ونعم الوكيل حسبي الله ونعم الوكيل بنات الناس لعبه هل هذه الدرجة لكن نرجع ونقول مهما كان الاهل السبب الرئيسي في تلاقي لكن غاضني الحال من الرجل اللي حسيت به سند والمامن واللي راح نبني معه حياتي طلع انسان بلا شخصية بلا رحمه خليني والله ما عدت نشتي نتفكر هذيك الايامات

3 كيف حالك بعد الطلاق

حالتي عادية الحمد لله نحاول ننسى الموضوع بكل جوارحي

4 هل تغيرت نظرتك لذاتك بعد الطلاق

تغيرت ياسر نكذب عليك عدت مستصغرى نفسي كثيرا ونشوف روجي بلا فايده نحس بالنقص الساعات

5 هل لديك القدره على الدفاع عن نفسك

لم اشعر انني لا استطيع الدفاع عن نفسي قلت لها كيفاش قالت لي ما صراش موقف يخليني ندافع عن نفسي قلت لها حتى بالكلام قالت لي نسكت قلت لها انا ربما ما فهمتيش السؤال قلت لا بالعكس فهمت قالت لي ساعات ما نحشش روجي اني مانيش قادره ندافع على نفسي لكن نحب السكوت في المواقف سامطه لا اكثر قلت لها لحد الساعه لم تعطيني اجابه كافية ورحت للسؤال اللي بعده

6 هل انت راضية عن نفسك

اللهم لك الحمد مي ساعات اللوم نفسي لانني ما عرفتتش نتصرف في مواقف محده كيف قالت لي نندم على تصرفات نديرها كثيرا

7 هل اثر الطلاق على نفسك

اية كثيرا ياسر بزاف بكل اللغات واللهجات اقولها صراحه نكذب عليك نقول لم يؤثر حياتك بين لحظه وضحاها اتقلبت للاسوء

8 هل تلومين نفسك

دائما نلوم نفسي نقول كنت نية ياسر وعلاش ما عرفتش نتصرف في بعض المواقف كون هكاك ما يسراش كل هذا

5 هل لديك مخاوف

اية والله عدت نخاف من كلش فقدت الثقة في كلش واش هي مخاوفك ما نقدرش نحدد صح المستقبل بيد الله والعلم عند الله لكن تقدري تقولي عدت خايفه من اتخاذ القرارات

البعد الثاني

1 كيف تعاملك مع المشاكل التي تقعين فيها

من بعد الطلاق عدت اصلا نتجنب المشاكل قليل من نخرج ولا نروح مشاكلي مع دارنا نتحل وحدها في الوقت الحالي لانهم يتجنبوا اصلا انهم يزيدوا علي

2 هل تبحثين على من يساعدك في حل مشكلاتك التي تواجهينها

ما نعرفش نتصرف نطلب المساعدة من اختي دبر علي كيما يقولوا

3 هل تطلبين النصيحة في قراراتك

درك الصراحه تقدري تقولي عدت ما نتخذ حتى قرار كل ما نطلبش النصح لاني نحس روجي مشوشه ياسر وما نعرفش كيفاش ندير

4 ممن تطلبين النصح

عندي عمتي قريبه لي ونحسها دلني على واش نحب بلا ما نقول لها واختي عقلها خفيف ساعات نندم اني قلت لها هذيك الحاجه كيفاش تتدمي قالت لي تبقى تدبر علي وما تسكتش حتى نزيد نتخلط

5 هل تلومين نفسك فيما وقعت فيه

دائما الوم نفسي لدرجه نعود نبكي بالشهقه

6 هل لديك القدره على مواجهه المشاكل

ما عدتتش نقدر على مواجهه المشاكل وان شاء الله ما نزيدش نوقع فيها

7 كيف تقضين وقت فراغك

عادي قضية نتاع الدار ما عندي وين نروح وكى نقلق نسمع مواعظ ونسمع فيديوهات دينية
وساعات يخرجنى خويا ندور

8 هل لديك مهارات تمارسينها

والله عدت فابل طول قبل كنت نحب نخدم الكاطو وتحليات درك لا ماذا بي مريحه وخلص راح
الشغف

9 ما هي نظرتك للمستقبل

ان شاء الله ربي يعوضني خير ربي ما ينساش عباده

10 ما هي الاشياء التي تشعرك بالراحه وتنقص عليك الضغط

انا نحس بالراحه كي نعود مريحه وحدي ونعود كالم فم ينقص علي الضغط

البعد الثالث

1 مع من تقيمين

ساكنه مع ماما وبابا وخويا وجداتي واختي اصغر مني

2 كيف كانت نظره اهلك لطلاقك

بالعكس اهلي كانوا اكبر سند لي كامل ما حسيتش بالنقص ولا القلق في هذا الموضوع كانوا جدا
متفاهمين

3 كيف علاقتك مع اهلك

والله طيبه كيما امس كيما اليوم لم يتغير شيء بالعكس زاد اهتمامهم بي

4 هل انت متقبله دعمهم لك

اكيد كون ما دعم اهلي لي راني دخلت في بعضي خاصه شافوني مظلومه

5 ما هو نوع الدعم الذي تتلقينه

كلش دعم عاطفي ومعنوي ومادي الحمد لله ما تخسيت حتى الشيء

6 متى تتلقين الدعم من وسط اهلك

والله اكل حاسين بيا ويبكو معي وكيفا قلت لك قبيل عندي عمتي قريبه مني ما حسيتش انها
اخطاتني ولا لحظه

7 كيف علاقتك مع اصدقائك

حبست عليهم كامل الا واحده ساعات نحكو برك

8 كيف كانت علاقتك زملاء العمل اثناء فتره طلاقك

ان شاء الله ندخل نخدم جيت نخدم ندير مالادي ما نروحش

9 هل تلقيت الدعم من وسط وداخل العمل

سؤال لا يعني الحاله لانها لا تعمل حاليا

10 هل لديك اصدقاء مقربين

كانوا لكن الوقت الحالي كاينه واحده فقط لكن اتصالي بها قل جدا

البعد الرابع

1 هل انت راضية عن حياتك الشخصية

الحمد لله على كل حال لكن متمنية الكثير من التغيير

2 هل تحسي نفسك مقبوله لدى الاخرين

اياه والله الحمد لله الناس اكل نحسها تحبني الا اهل زوجي ما عرف علاش ما حبونيش

3 هل تحسي انك محبوبه وسط المحيطين بك

اياه والله اكل يحبوني ومتعاطفين معي لابعد الحدود

4 هل يستوعبون حاجاتك

مش كل الحاجات كاين ياسر اشياء خاصه اصلا ما تقدرش تطلبها منهم قلت لها مثلا قالت

لي والله ما نقدر نحدد لك لكن عندي نقص في بعض الحاجات

5 هل تحضرين المناسبات والافراح

لا ما نحبش نروح نحس بالغربه ونبقى غير نتفكر في عمري نقول ما نروحش خير حضرت

عرس واحد ندمت اصلا اني رحنت له

6 هل تشعرين برغبه في وجود الاخرين بجانبك

ساعات في مواقف ماذا بي ما نكونش وحدي لكن في اغلب الاحيان نحب نبقى وحدي لان هذا الشيء يشعلني بالراحه

7 هل تشعرين بمخاوف اجتماعية كونك مطلقه

اية نخاف من نظره المجتمع لي ينظرون لي بنظره سلبية مع اني انسانه مليحه راكي تعرفي مجتمعنا ما يرحمش خاصه في هذه النقطه بالذات

8 هل تسترجعين ذكرياتك دائما

والله انا ما طولتش في فتره زواجي ذكريات بسيطه ايامات العرس ولا نتفكر المشاكل مع اهله هذا واش نتفكر اصلا ما لحقتش به نعيش وتعود عندي ذكريات معاه

9 هل تشعرين انه غير مرحب بك وسط المتزوجات من المقربين منك

لا عادي الصراحه ما لحقتش لهذه المرحله المقربين مني نحترم بعض وتعاطفوا مع موقف زوجي

10 هل تشعرين انك اقل قيمه

ما اعرف ساعات نقول ما عاد عندي حتى قيمه وساعات نقول وعلاش قيمتك غير بالزواج هذه هي وبعد اجابه الحاله على كل الاسئله دردشنا وتقاسمنا اطراف الحديث وتركت لها الاستبيان لكي تجيب بكل اريحية

1-2 الحالة الثانية المقابلة كما وردت

الحاله (عين - صاد) سيده تبلغ من العمر 34 سنة تعمل قابله بالصحة العمومية مطلقه منذ ثلاث سنوات طلاق الحاله كان تعسفيا غصبا عنها استقبلتني الحاله بكل صدر رحب وحب ولم يكن هناك اشكال في اجراء المقابلة بالعكس كانت جد مرحبه بالفكره، اول ما بداننا الحديث كانت جد عادية لكن بمجرد ما بدأت في سؤالها عن استرجاع ذكريات مرحله الطلاق شعرت بتغيير في ملامح وجهها ونبره صوتها ولجلجه في العبارات وتنهدت تنهيدة طويلة وقالت واش راح نتفكر غير الحمايص واش فات علي ماهوش ساهل انا تقدري تقولي تكلمت واضريت ياسر بسبب هذه المشكله قلت لها حاولي تريحي روحك واذا مش حابه تحكي خلاص قالت لي لا عادي تقدري تقولي تناسيت قالت لي انا اللي ضحيت وحاولت نبني بيت ومستقبل لكن الله غالب الظروف والعائله اللي تحطيت فيها صعاب ويتحكموا في كل صغيره وكبيره راجلي كان يخدم بعيد ونبقى غير انا وامو كانت تمارس علي كل انواع التسلط والتجبر ما لقيتس راحتي نهائيا هو كيكون معي في الغرفه انسان طبيعي اوكي روح لامو عبد اخر طول المهم هكاك وكنت حابه نحافظ على زواجي صراحه ما نشتيش نتطلق وكنت خايفه ومرعوبه وفي نفس الوقت نادمه على سوء الاختيار وليت قلت لهاخلي نفضفض شوي عن طريق طرح الاسئله

البعد الاول

1. كانت شوك كبيره صراحه عمري ما كنت نتوقع هذا الشيء ابداء، ما صدقتش كي ورقه

العريضه لحقتني للدار ما ما دوليش حتى فرصه ولا حاولوا يفهموني بكيت وقتها ايام

ولياياني لاني حسيت بالظلم والقهر

2. ما هو شعورك اتجاه من كان السبب في طلاقك

كره شديد وحطي عليه 100 خط لدرجه نتمنى لها الموت واليومنا هذا كون نلقاها حاشاك

ندفل على وجهها انسانه بلا ضمير ولا رحمه حطمتني وحطمت كل احلامي بين ايله

ونهار حسبي الله ونعم الوكيل

3 ما هو شعورك واحساسك

واش راح يكون شعور وحده مطلقه ظلما لا يوجد اي مشكل لحد الساعه ماني فاهمه والو
احساسي كان مخط ومشتت حابه نصدق في نفس الوقت نقول حلم وكذبه

4 كيف احوالك بعد الطلاق:

الحمد لله نحس روحي انسانه عاديه وتقبلت لانه الحكاية فات عليا وقت مش كيما في المره
الاولى

5. هل تغيرت نظرتك لذاتك بعد الطلاق:

اكيد تغيرت كثيرا كيفاش للاسوء ولا للاحسن لا للاحسن شوف في نفسي ضعيفه لكن حاليا
وليت نشوف نقاط قوه اكثر فيا

6. هل لديك القدره على الدفاع عن نفسك

نعم لدي القدره على الدفاع على نفسي في كل المواقف وي ما عدت نشتي نخاف

7. هل انت راضية على نفسك

اية الحمد لله عندي نسبه رضا كبيره عن نفسي

8 هل تلومين نفسك دائما

اية نلوم روحي على التسرع في اتخاذ القرارات واش من قرارات تقصديا اولهم قرار زواجي من
هذا الانسان

9 هل عندك مخاوف

ما نكذبش عليك عدت نخاف من اتخاذ قرارات مصيرية تخص حياتي خاصه بعد الشوك اللي
صرالي معرف مثلا نتخيل نقع في نفس المشكل ويتخلى عني الانسان اللي راح نرتبط به مره
اخرى

10 هل اثر الطلاق على نفسيتك

مش حاجه ساهله نكذب اذا قلت لك ما اثرش علي وين كابر بالعكس اثر علي وتبدلت فيا
ياسر حوايج

البعد الثاني

1. قبل كنت نحشم ونحاول نجبد روجي لكن الان خلاص نحلها في البلاصه مهما كان الثمن
اللي راح نتلقاه
2. هل تبحئين على من يساعدك في مشاكلك التي تقعين فيها
على حساب المشكل اذا كان يحتاج المساعده اكيد نبحت على مساعده
3. هل تطلبين النصيحه في اتخاذ قراراتك
القرارات المصيرية لانني عدت نخاف من التسرع ولا الوقوع في نفس الخطا
4. ممن تطلبين النصح
عندي صديقتي قريبه مني في العمل نحسها تفهمني وتعرف الدبر ههه هههه وضحكت
5. من نفسك فيما وقعت فيه
اية اللوم نفسي ونبقى نقول كون درت هاك وتصرفت هاك راني لا باس علي
- 6 القدره على مواجهه مشاكلك
اية لدي القدره واجهت ما اكثر وما اصعب ساعات مشكلات عادية لما مريت به
- 7 كيف تقضين اوقات فراغك
والله الوقت الحالي ما عندي فراغ لاني اعمل في نظام المناوبات واتعب كثيرا بين اشغال المنزل والعمل
8. هل لديك مهارات تمارسينها
كي نعود قاعده نشتي نطيب ونجرب وصفات وحلويات تستهويني نطلع ونهبط في التيك توك وهكا
- 9 ما هي نظرتك للمستقبل
نظرتي ايجابية وعوض ربي كريم وعظيم
- 10 ما هي الاشياء التي تشعرك بالراحه وتنقص عليك الضغط

اكثر حاجه تشعرنى بالراحه وهى اتقان العمل ومدح اصدقائى لى ولعملى والله نحس بالفرحه
كى تدعى لى لافام وتقول لى سلكتينى الله يسلكك ثانى عدت نحى نخرج اندفولى ونبدل الجو
ونسافر نحس بالراحه

البعد الثالث

1 مع من تقيمىن الوقت الحالى

انا اقيم مع اهلى (ابى واخوتى الذكور وامى)

2 نظره اهلك للموضوع طلاقك

اهلى تقدرى تقولى تضرروا اكثر منى وتعاطفوا معى لابعده الحدود الرقاد ما ترقدش تبات تبكى
وهذا اكثر موقف اثر على وزاد من تحطيم معنوياتى والله لا انسى موقف اهلى معى لآخر يوم
فى حياتى

3 كيف كانت علاقتك مع اهلك

علاقه جيده وزادت قربت من هم ما خلونيش فى كل المواقف وكنت نفكر فى امى لانها مريضه
وخفت كون تصرا لها حاجه بسببى صراحه

4 هل انت متقبله لدعمهم

بكل حب اكيد واصلا كل ما جاش دعم اهلى واخوتى رانى مانيش واقفه معك درك وبهذه الحاله
صراحه اهلى اكبر سند لى بعد الله

5 ما هو نوع الدعم الذى تتلقينه من اهلك

كل انواع الدعم عاطفى معنوى كلش لقيته مع اهلى

6 شكون اكثر شخص لقيتية فى موقف طلاقك

اخى ربى يحفظه كان معى راجل وسيد الرجال

7 كيف علاقتك مع اصدقائك

عندى صديقه واحده مقربه نحكى معها ياسر ومتقربه منى

8 كيف كانت علاقتك بزملائك فى العمل اثناء فتره طلاقك

الملاحق

عادي انا كنت نحاول ما نبينش على روعي الضعف ولا النقص وزيد كاين المسؤوله نتاعي مسكينه مرت بنفس ظروفه مطلقه حتى هي كانت تحس بي وتحاول تكوفريني كي نقلق ونحب نخرج من الخدمه ولا ما نجيش

9 هل تتلقي الدعم من وسط وداخل العمل

راكي تعرفي الخدمه وراكي خدامه في القطاع واش من دعم لربي اي وحده ماذا بها تخدم خدمتها وخلص شكون راح يقول لك روعي ونخدم في بلاصتك انا نحس روعي تعبانه نحط مالادي

10 اصدقاء مقربين

كيما قلت لك قبيله عندي وحده هي القريبه اما الباقي علاقه عمل لا اكثر

البعد الرابع

1 هل انت راضية عن حياتك الشخصية

الحمد لله راضية والخدمه منسيتي الفراغ والانكسار اللي كنت فيه

2 هل تحس نفسك مقبوله لدى الاخرين

انا نحس روعي مقبوله لاني تغيرت كثيرا واستقدت من اخطائي اللي ما كنتش متولها لها من قبل