



**الإسهام النسبي للإنهاك العاطفي وفاعلية الذات  
فى التنبؤ بوصمة الذات لدى عينة من أبناء المطلقين**

**إعداد**

**د/ نورا أحمد الباز**

**قسم علم النفس، كلية الدراسات الإنسانية بالدقهلية،**

**جامعة الأزهر، مصر.**

## الإسهام النسبي للإتهاك العاطفي وفاعلية الذات في التنبؤ بوصمة الذات

## لدى عينة من أبناء المطلقين

نورا أحمد الباز

قسم علم النفس، كلية الدراسات الإنسانية بالدقهلية، جامعة الأزهر، مصر.

البريد الإلكتروني: noraelbaz@azhar.edu.eg

## الملخص:

هدف البحث الحالي إلى التعرف على العلاقة بين وصمة الذات والإتهاك العاطفي، وكذلك التعرف على العلاقة بين وصمة الذات وفاعلية الذات لدى عينة البحث من أبناء المطلقين، كما هدف أيضاً إلى الكشف عن الفروق في وصمة الذات في ضوء متغيري النوع (ذكور - إناث) والإقامة (مع الأب/ مع الأم)، وكشف عن دور الإتهاك العاطفي وفاعلية الذات في التنبؤ بوصمة الذات لدى عينة البحث، وتكونت عينة البحث الأساسية من (150) مراهقا ومراهقة ممن تراوحت أعمارهم بين (12-14) سنة، بمتوسط حسابي (12.51) وانحراف معياري (1.43)، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي المقارن لتحقيق أهداف البحث، ولتحقق من ذلك تم تطبيق ثلاثة مقاييس هي مقياس وصمة الذات (إعداد الباحثة) مقياس الإتهاك العاطفي (إعداد الباحثة) مقياس فاعلية الذات (إعداد الباحثة)، وقد كشفت نتائج البحث عن وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) بين أبعاد مقياس فاعلية الذات والدرجة الكلية وأبعاد مقياس وصمة الذات والدرجة الكلية، كما أشارت نتائج البحث إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) بين درجات الطلاب على أبعاد مقياس وصمة الذات والدرجة الكلية ودرجاتهم على أبعاد مقياس الإتهاك العاطفي والدرجة الكلية، وأشارت نتائج البحث إلى وجود فروق بين عينة الدراسة على مقياس وصمة الذات باختلاف متغير (النوع) وكانت الفروق في اتجاه الذكور، كما أسفرت النتائج أيضاً عن عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) في الدرجة الكلية باختلاف متغير "الإقامة (مع الأب/ مع الأم)"، وأشارت النتائج عن إسهام كلاً من الإتهاك العاطفي وفاعلية الذات في التنبؤ بوصمة الذات لدى أبناء المطلقين، وقد تم تفسير النتائج في ضوء ما انتهت إليه نتائج البحوث والدراسات السابقة، كما لقت الدراسة الضوء على إثارة الإنتباه حول الإهتمام بعينة البحث ومراعاة عواطفهم ومشاعرهم ومساعدتهم على تحقيق ذاتهم للتغلب على ما يواجههم من متاعب والوصول بهم إلى أبناء صالحين في المجتمع.

الكلمات المفتاحية: وصمة الذات، الإتهاك العاطفي، فاعلية الذات، أبناء المطلقين.



---

## The Relative Contribution of Emotional exhaustion and Self-efficacy in predicting Self-stigma among a sample of sons of Divorced.

Noura Ahmed Elbaz Othman

Department of Psychology, Faculty of Humanities, Dkahlia, Al-Azhar University, Cairo, Egypt.

Email:noraelbaz@azhar.edu.eg

### Abstract:

The current research aimed to identify the relationship between self-stigma and emotional exhaustion, as well as to identify the relationship between self-stigma and self-efficacy among the research sample of sons of divorced children, and also aimed to reveal the differences in self-stigma in the light of the variables of gender (males - females) and residence, (With the father / with the mother), and revealed the role of emotional exhaustion and self-efficacy in predicting the self-stigma of the research sample, The main research sample consisted of (150) male and female adolescents whose ages ranged between (12-14) years, with a mean of (12.51) and a standard deviation of (1.43) ,The researcher used the comparative descriptive approach to achieve the objectives of the research, and to verify this, three scales were applied: the self-stigma scale (prepared by the researcher) the emotional exhaustion scale prepared by (the researcher) and the self-efficacy scale (prepared by the researcher), Statistically at the level of significance (0.01) between the dimensions of the self-efficacy scale and the total score and the dimensions of the self-stigma scale and the total score, and the research results indicated that there is a positive, statistically significant correlation at the level (0.01) between the students' scores on the dimensions of the self-stigma scale and the total degree and their scores on the dimensions of emotional exhaustion scale and overall score, The results of the research indicated that there were differences between the study sample on the scale of self-stigma with a different variable (gender), and the differences were in the direction of males, and the results also resulted in the absence of statistically significant differences at the level of significance (0.01) in the total degree according to the variable "residence (with the father), (with the mother), and the results indicated the contribution of both emotional exhaustion and self-efficacy in predicting the self-stigma of the sons of divorced and their feelings and help them to realize themselves to overcome the troubles they face and to reach good sons in society.

*Key words:* Self-stigma, Emotional exhaustion, Self-efficacy, Sons of Divorced.

## مقدمة البحث :

يعتبر الزواج هو العلاقة الأساسية في تكوين الأسرة ، وهو أسس علاقات الكون فهو أساس بناء المجتمع وتكاثر النسل ، فإن صلحت البيئة الأولى صلح المجتمع بآثره، حيث تلعب الأسرة دوراً مهماً وفعالاً في تربية الأبناء وتعليمهم ، وفي تكوينهم الأيجابي من جانب صحتهم البدنية والنفسية . وإكسابهم المهارات المختلفة ، مما ينعكس على صلاح المجتمع وتطوره . والزواج ضرورة من ضرورات الحياة وتكوين أسرة صالحة ، إن الأصل في الرابطة الزوجية هو الإستقرار والإستمرار والطمأنينة النفسية .

ومن المشاكل التي تهدم استقرار الأسرة وتزعزع الأمن النفسي وتؤثر على حياة الأبناء من كافة الجوانب هي الطلاق ، فقد أشارت دراسة ( Reine,et al,2018) الى ان آثار الطلاق على الأطفال لا رجعه فيها ومدمرة ، وأن الأطفال يتحملون عبئاً صادمًا طويل الأمد بعد سنوات من الطلاق ، لا سيما فيما يتعلق بالرفاهية النفسية والعاطفية والعلاقات الإجتماعية ، فإن عوامل الخطر التي تسبق الطلاق وتليه على المدى القصير والطويل (على سبيل المثال نزاع الوالدين ، التنقلات السكنية وغيرها ) تزيد من فرصة حصول مشكلات سلوكية وعاطفية واجتماعية وأكاديمية بين الأبناء، كما اشارت دراسة ( Meinou,et al,2017 ) أن الطلاق له آثار ضارة على الأطفال ، فأطفال الآباء المطلقين يكون أداؤهم أسوأ في المدرسة ، ولديهم مشاكل سلوكية أكثر، ويتأثر رفاههم النفسي والعاطفي ، ولديهم ثقة أقل بأنفسهم وعلاقات اجتماعية أكثر إشكالية من الأطفال من أسر سليمة .

وترى الباحثة ان ابناء المطلقين يواجهون صعوبة في السيطرة على مشاعرهم وتقبل قرار الانفصال ، فيتأثرون نفسياً وعاطفياً ، وتختلف هذه المشاعر حسب نضج وفهم الأطفال للأمر ، فقد يظنون انهم سبب الانفصال ، ويشعرون بالألم والذنب ، هذا بالإضافة لشعورهم بالقلق والإجهاد النفسى والعاطفى بسبب التفكير المتكرر والدائم بأسباب الانفصال ، فقد يظنون ان والداهم سيتوقفان عن حبهم بسبب فرقتهم ، مما يؤثر على مشاعرهم الداخلية ويزيد من شعورهم بالإحباط والخوف والتوتر، حيث يعتبر الطلاق أو الانفصال واحداً من التجارب الرئيسية المعاكسة للطفولة والتي تستمر تأثيراتها على الجوانب العاطفية والسلوكية وتشعرهم بالعجز والدونية والرفض الإجتماعى .

فقد أسفرت نتائج دراسة ( Muhmmad,et al,2021) الى ان الوصمة هي تشويه لسمعة الشخص وتقليل قيمته بسبب خصائصه او بعض الصفات التي يمتلكها بشكل عام ، فهي تؤدي الى تجارب اجتماعية وشخصية سلبية مثل العزلة والرفض وانخفاض احترام الذات .

وأيدت ذلك نتائج دراسة (Philippe, et al,2021) بأن لوصمة العار الذاتية العديد من النتائج النفسية والإجتماعية السلبية ، فالمستويات العليا من وصمة العار الذاتية ارتبطت بمستويات أقل من الأمل ، واحترام الذات ، والتمكين ، وفاعلية الذات ، ونوعية الحياة ، والدعم الإجتماعي، بالإضافة إلى زيادة حدة الأعراض النفسية وضعف الإلتزام بالعلاج ، حيث يشعرون بأنهم غير جديرين أو غير قادرين على متابعة أهدافهم الشخصية .

كما أسفرت نتائج دراسة (Caitlin,et al,2022) عن تأثير الصراع بين الوالدين بعد الانفصال على فاعلية الذات للأطفال وتأثير شعور الأبناء بوصمة الذات على شعورهم بالضيق النفسى والعاطفى ، وأوضحت نتائج دراسة (Kimberly & Maria , 2022) بالعلاقة السلبية بين



الإرهاق العاطفى وفاعلية الذات ، حيث يؤثر كلاهما على الرفاهية النفسية بشكل مستقل عن بعضهما البعض .

وأشارت نتائج دراسة (Carr,2015) بأن وصمة الذات أثرت على ابناء الأفراد الذين تعرضوا للفصل بتطور المشاعر السلبية لديهم حول هويتهم ، حيث بدأوا فى تحميل انفسهم المسئولية عن وضعهم الحالى ، مما يؤثر سلباً على احترامهم لذاتهم ويزيد من توترهم النفسى وشعورهم بعدم الأمان ، وانتهك مشاعرهم وعواطفهم

وقد افادت نتائج دراسة (Allison,et al,2022) بأن فاعلية الذات تنبئ بوصمة العار الذاتية ، وعليه فقد أشارت دراسة ( Elis &Rahma,2019 ) انه من الضرورى تنمية فاعلية الذات لدى ابناء المطلقين لتقوية قدرتهم على التعامل مع الصراع الأبوى. مما يؤدى الى تكييفهم النفسى حيث تنخفض فاعلية واستقلالية الذات لدى ابناء المطلقين عنه لدى اقرانهم من ابناء الأباء غير المطلقين .

حيث أشارت نتائج دراسة (Dongfang,et al,2022) بأن الأشخاص الذين يتمتعون بمستوى عال من فاعلية الذات هم أقل عرضة لوصمة الذات وبالتالي تنخفض لديهم الإضطرابات النفسية والعاطفية .

وبناء على ذلك ، فالبحث الحالى يستهدف دراسة شعور أبناء المطلقين بوصمة الذات ، وكيفية تأثيرها على الجوانب العاطفية والإجتماعية والشخصية من خلال علاقتها بالإنهك العاطفى وفاعلية الذات .

مشكلة البحث وتساولاته :

يعتبر الطلاق من أكثر المشاكل انتشاراً ، فيشكل الطلاق خطراً كبيراً على تفكك الأسرة وضيق الأطفال ، فهم أول من يتأثر بالطلاق ، فيضيعون بالحبيرة بين الأب والأم ، بالإضافة الى المشاكل النفسية التى تتكون عندهم ، والتى من الممكن عدم التخلص منها مهما بلغ الأطفال من العمر .

ومن الدراسات التى ايدت هذا ما أشارت اليه نتائج دراسة (Sahar,et al,2021) من أن ابناء الأباء المنفصلين بالطلاق لديهم خوف وتجنب اجتماعى أعلى واكتئاب وانخفاض فاعلية الذات لديهم ، مما يبرز أهمية الحاجة الى برامج وقائية مناسبة لدعم كل من الأبناء والأباء خلال هذه الفترة الصعبة عاطفياً .

والطلاق تجربة عاطفية تولد مجموعة من المشاعر المتضاربة ، وعندما لا يتم التعامل مع هذه المشاعر بطريقة صحية وداعمة ، يمكن أن تخلق مشاكل فى حياة الأبناء، فقد أشارت دراسة ( Anderson ,2014 ) الى الطلاق بأنه بمثابة تجربة محورية للأطفال ، وفي بعض الأحيان يغير مسار حياتهم.

ويمثل الطلاق بالنسبة للطفل فقدان الإستقرار، والأهم من ذلك فقدان الأسرة الموحدة ، وبالتالي ليس من المستغرب أن يتسبب الطلاق فى مجموعة من الإستجابات العاطفية لدى الأطفال بما فى ذلك شيء من الغضب والإحباط إلى القلق والحزن.

فقد ثبت أن الطلاق يقلل من كفاءة الطفل في المستقبل في جميع مجالات الحياة ، بما في ذلك العلاقات الأسرية والتعليم والرفاهية العاطفية والقدرة على الكسب في المستقبل ، حيث اشارت (D'Onofrio & Emery, 2019) بأنه غالبًا ما تنخفض رفاهية أطفال الأباء المطلقين بعد الطلاق وتنشأ لديهم الإضطرابات النفسية. وقد كشف الجهاز المركزي للتعبئة والإحصاء (2021) بأن هناك زيادة في عدد حالات الطلاق . حيث زادت عدد حالات الطلاق من (222) الف حالة طلاق عام 2020م الى (254) الف عام 2021م بنسبة 13% .

وأشارت دراسة (Dougls, 2019) الى تأثير الطلاق على الأطفال من حيث شعورهم بالذنب ، فقد يتسائل الأطفال عما إذا كان لديهم فعل شيء خاطئ ، كما يمكن أن يؤدي الى الإكتئاب والتوتر ومشاكل صحية أخرى ، ولذلك يجب تقديم المشورة للطفل لفهم دوره ، حيث يساعد ذلك في تقليل الشعور بالذنب

وقد رأت الباحثة انه مع ارتفاع نسب الطلاق تصبح كثير من الأسر مهددة بالتفكك وبضياع حياة ابنائها المستقبلية ، وذلك للأثار السلبية التي تطرأ عليهم من نظرة الآخرين لهم ، فيشعرون بالخجل والدونية وتضعف إرادتهم وعزيمتهم ويشعرون بفقدان الأمان والنشئت بين الوالدين وتصبح مشاعرهم متناقضة ، وكل ذلك بسبب الوصم الذي يتعرضون له ، وهذا ما أشارت اليه دراسة (Cole, & Ingram, 2020) ودراسة (Kim, et al, 2020) بأن الوصمة الذاتية تتنبأ بزيادة السلوكيات التجنبية والضييق العاطفي. فقد تم الإشارة الى وصمة الذات بأنها تشير الى الخجل الذاتي ، والخزي اجتماعي وفقدان المكانة) ، فالخجل واللوم الذاتي أحد مكونات وصمة العار الذاتية .

وهنا يتعين على الآباء الإهتمام بتحقيق التوازن بين احتياجاتهم ورفاههم النفسي مع احتياجات أطفالهم أثناء التكيف مع أمور مختلفة من الظروف الإجتماعية والحياتية ، وذلك حتى لا تتدهور حالتهم ومن أهمها شعورهم بوصمة الذات .

فقد اسفرت نتائج دراسة (Andrea, et al, 2020) بأن تجربة وصمة العار التي تعرض لها الأطفال أدت بهم الى الشعور بالتنمر والإحراج والشعور بالذنب والعزلة الإجتماعية ، هذا بالإضافة الى بذل مجهود كبير لإخفاء ما يتعرضون له ، كما أن وصمة العار منعت الأطفال والآباء من طلب الدعم والمساعدة الذي هم في أمس الحاجة إليه فهم يخفون مشاعرهم ويشعرون بإنتهاك طاقتهم النفسية والجسمية والعاطفيه .

وهذا ما أيدته نتائج دراسة (Anna, et al, 2021) بأن وصمة العار قد ترتبط بمستويات أعلى من الإكتئاب والقلق والإجهاد العاطفي ، علاوة على ذلك فقد تم الإشارة الى الأبناء الذين يتسمون بموقف أكثر تعاطفًا مع الذات وإرادة قوية تنخفض عندهم وصمة العار الذاتية .

وفي الوقت نفسه ، فقد اسفرت نتائج دراسة (Guerrero, et al, 2021) أيضاً الى تأثير وصمة الذات وارتباطها بمتلازمة الإرهاق ومنها الإرهاق العاطفي ، حيث أن وصمة العار الذاتية مرتبطة بالعواقب الوخيمة على الرفاهية النفسية للوالدين ، وبالتالي العلاقة بين الوالدين والطفل، والتي بدورها تتنبأ بالضييق العاطفي.

كما اشارت نتائج دراسة (Abbey, et al, 2016) ان وصمة العار تلعب دورا في التأثير على الضيق النفسي والعاطفي والعافية ، مما يؤثر على الصحة النفسية ، وأفادت بأهمية تدخل علاج القبول والإلتزام (Acceptance and Commitment Treatment (ACT) لزيادة المرونة

النفسية لدى الأشخاص من أجل تقليل تأثير تجارب وصمة العار، وأيدت ذلك نتائج دراسة (Lokhee & Hogg, 2021) أن الوصمة الذاتية تنبأ بأعراض الإكتئاب والإجهاد العاطفي والنفسي، كما أشارت إلى أن الحد من التوتر وطلب المساعدة من وصمة العار الذاتية لدى الطلاب، قد يكون مهماً في تحسين مستويات رفاهيتهم وتخفيف مستوى الإجهاد العاطفي لديهم.

فقد أفادت نتائج دراسة (Myong, 2021) إلى أن الأفراد الذين يدركون وصمة العار قد ينسحبون من مجتمعاتهم ويحدون أو يوقفون مجالات النشاط لديهم لتجنب الناس الذين قد يعتبرونهم فاشلين والإبتعاد عن أشكال مختلفة من الدعم الاجتماعي، في الوقت نفسه أوصت نتائج الدراسة بمناقشة الآثار المتعلقة بإستراتيجيات الحد من وصمة العار المحتملة والتدخلات لمساعدة الأفراد على الإدماج في المجتمع وعيش حياة ناجحة ومرضية.

وأظهرت نتائج دراسة (Ching-Wen & Fang-Pei, 2016) بأن التفاعلات الأسرية السلبية تؤثر على نوعية الحياة وقد توسطت الوصمة الذاتية بين التفاعلات الأسرية السلبية ونوعية الحياة. وقد أوصت النتائج بضرورة الأخذ في الاعتبار الدعم العاطفي للأسره وتقليل التفاعلات الأسرية السلبية التي ينتج عنها العديد من المشكلات قد يكون في نهايتها شعور الأبناء بالوصم.

كما أشارت دراسة (Konradi A, et al, 2021) بأن الشعور بالوصمة قد يشكل خطراً فريداً على الأطفال نظراً لتأثيراتها الأساسية على تكوين هويتهم، واتفقت معها نتائج دراسة (Seo, 2021) بوجود علاقة ارتباطية سلبية بين وصمة الذات وفاعلية الذات.

كما يترتب على شعور الأبناء بالوصم أيضاً كما أسفرت بذلك نتائج دراسة (Sezer & Kezer, 2013) ودراسة (Gordeles & Inci, 2014) عجز الأفراد عن طلب المساعدة النفسية والمشاركة الكاملة في الحياة الاجتماعية مع الآخرين، فشعورهم بوصمة الذات يؤثر على الحالة النفسية، ويؤدى بهم إلى الإنسحاب الاجتماعي، مما يؤثر على فاعليتهم الذاتية، فبسبب الشعور بوصمة العار والفضل تعرضت العائلات للإنقسام الاجتماعي.

وترى الباحثة ذلك بأن الأبناء بحاجة إلى والديهم في جميع مراحل الحياة ولكن يكونون أكثر احتياجاً كلما كانوا أصغر سناً وخاصة في بداية فترة المراهقة عندما يبدأ الأبناء في ادراك معنى انفصال والديهم والمشاكل التي تنتج عن ذلك، ويتعرضون لها في مواجهتهم سواء في حياتهم الأكاديمية، فيتأثر مستواهم أو من الناحية الشخصية، فيتجنبون الإختلاط بغيرهم لشعورهم بالنقص والخزي والدونية وبأنهم أقل من الآخرين، ولكن مع مرور الوقت يبدأ الأبناء خلال مراحل حياتهم المتتالية في التأقلم مع الوضع الجديد الذي يعيشون فيه رغم ما يشعرون به من الألم النفسى ويبدأون في التفكير في حياتهم المستقبلية والإستقلال بأنفسهم بعيداً عن والديهم، لذلك يكون شعورهم بوصمة الذات كبيراً في المرحلة الأصغر من العمر ويقل مع التقدم في العمر.

كما رأت الباحثة خطورة تأثير شعور أبناء الوالدين المنفصلين بالطلاق بالوصم من حيث شعورهم بالإختلاف عن الآخرين والنظرة السلبية التي ترتبط بهم، والتي يترتب عليها انهيار عواطفهم وضعف عزيمتهم وثقتهم في أنفسهم، ومن جانب آخر، فقد وجدت الباحثة عدم دراسة هذا المتغير لدى عينة الدراسة رغم أهمية العينة، فهم من يواجهون الحياه بضغوطاتها ومواقفها وهم الأمل في المستقبل وتقدم المجتمع فمع شعورهم بالوصمة واليأس والعزلة وعدم المبادرة والتراجع، كل ذلك كفيل بتدهور حياتهم النفسية والاجتماعية وعدم إقبالهم على الحياة.

وبناءً على ما تقدم فقد أسفرت نتائج دراسة (Vatanasin,2021) الى أنه يجب تعزيز احترام وفاعلية الذات لمنع أو تقليل وصمة العار الذاتية . والتركيز على إنشاء برامج أو أنشطة لتقليل وصمة العار الذاتية ، حيث أشارت دراسة (Livingston ,2010) أن وصمة العار الذاتية مرتبطة سلبياً بالمتغيرات المتعلقة بالشفاء والرفاهية النفسية ومرتبطة إيجابياً بتدني احترام الذات ، وسوء نوعية الحياة ، وتقليل التمكين ، واليأس والأسى ، تجمد المشاعر وزيادة الأعراض النفسية ، وهو ما دفع الباحثة لدراسة متغيرات البحث مع عينة البحث لأهميتها ، وخاصة بأن الباحثة لم تجد في حدود اطلاعها دراسة جمعت بين متغيرات البحث الثلاثة لدى عينة الدراسة ، لذلك جاء البحث الحالي في محاولة الإجابة على التساؤلات الآتية :

ما العلاقة بين وصمة الذات والإتهام العاطفي لدى عينة الدراسة من أبناء المطلقين ؟

ما العلاقة بين وصمة الذات وفاعلية الذات لدى عينة الدراسة من أبناء المطلقين ؟

ما الفروق في وصمة الذات لدى أبناء المطلقين وفقاً للنوع (ذكور – إناث)؟

ما الفروق في وصمة الذات لدى أبناء المطلقين وفقاً لمتغير الإقامة (مع الأب – مع الأم) ؟

ما مدى إمكانية التنبؤ بوصمة الذات لدى أبناء المطلقين من خلال متغيري الإتهام العاطفي وفاعلية الذات ؟

**أهداف البحث :** يهدف البحث الحالي الى :

1. التعرف على العلاقة بين وصمة الذات والإتهام العاطفي لدى أبناء المطلقين
2. التعرف على العلاقة بين وصمة الذات وفاعلية الذات لدى أبناء المطلقين
3. الكشف عن الفروق في وصمة الذات لدى أبناء المطلقين وفقاً لمتغير الجنس (ذكور – إناث)
4. الكشف عن الفروق في وصمة الذات لدى أبناء المطلقين وفقاً لمتغير الإقامة (مع الأب – مع الأم)
5. الكشف عن إمكانية التنبؤ بوصمة الذات من خلال الإتهام العاطفي وفاعلية الذات لدى أبناء المطلقين

**أهمية البحث :** تتمثل أهمية البحث الحالي في جانبين أحدهما نظري والآخر تطبيقي :

**أولاً: الأهمية النظرية :** تتمثل الأهمية النظرية للبحث الحالي في

1. تأتي أهمية البحث في تناوله لعينة أبناء المطلقين وبيان الأثر النفسي والعاطفي والإجتماعي لما تسببه الوصمة الذاتية لدى هؤلاء الأبناء ، وأهمية لفت الإنتباه لضرورة الإهتمام بهم ومساندتهم والوقوف بجانبهم للتغلب على هذه المحنة ومواجهة صعوبات الحياة والإقبال عليها مع التعايش مع الوضع الحالي
2. تناول مفهوم وصمة الذات بالدراسة والبحث لدى أبناء الأباء المنفصلين بالطلاق، وما يسببه هذا المفهوم من الآثار النفسية السلبية لهذه الفئة .

3. تأتي أهمية البحث في ظل ندرة الدراسات التي تناولت وصمة الذات والإيهاك العاطفي وفاعلية الذات ، ومن ثم يمكن توجيه انتباه الباحثين الى أهمية تناول هذه المتغيرات في علاقتها بمتغيرات اخرى.

ثانياً: الأهمية التطبيقية : تتمثل أهمية البحث التطبيقية في :

1. توجيه الإنتباه الى نشر الوعي عن تصحيح الأفكار الخاطئة عن الأسر المنفصلة بالطلاق ، وأثر ذلك على نفوس الأبناء فهم أكثر تأثراً ومعاناه بسبب ما يواجهونه في محيط حياتهم.
2. اثراء المكتبة النفسية بمجموعة من المقاييس (وصمة الذات – إيهاك عاطفي) تفيد الباحثين في الأبحاث المستقبلية .
3. يمكن ان توجه هذه الدراسة انظار المسؤولين في جهات متعددة ( التعليم - الإرشاد النفسى - التوجيه المهني ) الى ضرورة الإهتمام ببرامج ارشادية وعلاجية وتفعيلها بما يعود بالفائدة على ابناء الوالدين المنفصلين بالطلاق وخاصة في خفض السلوكيات السلبية كوصمة الذات والإيهاك العاطفي

### التعريفات الإجرائية لمصطلحات البحث :

#### 1.1. الإيهاك العاطفي

حالة شعورية يترتب علمها استنفاد الأبناء لطاقتهم الإنفعالية نتيجة الخبرات المتراكمة بسبب انفصال الوالدين تؤثر على ادائهم النفسى والإجتماعى (التوتر، تقلبات المزاج ، صعوبات التفكير، اضطراب النوم )، وتؤدى بهم الى عدم القدرة على متابعة حياتهم بطريقة صحية .

#### 2. فاعلية الذات

قدرة الأبناء على التحدى والمثابرة ومواصلة الجهد وتجاوز المواقف الضاغطة التي يتعرضون لها بسبب انفصال والديهم ، مما يمكنهم من الإستمرار في الحياة وتحقيق اهدافهم والوصول الى الرضا.

#### 3. وصمة الذات

التقييم السلبي للأبناء وشعورهم بالدونية والحرج بسبب مفاهيم وعادات خاطئة من الآخرين نحو الأبناء ، مما يؤدى لشعورهم بالعزلة والإنسحاب وفقدان الأمل.

#### 4. أبناء المطلقين

الأبناء الذين تم انفصال والديهم بالطلاق ، ويقيمون مع أحد والديهم دون الآخر ، ويتم تحديدهم في هذا البحث من طلاب المرحلة الإعدادية ممن تتراوح اعمارهم من (12-14) سنة .

#### محددات البحث :

محددات موضوعية : تتمثل في موضوع البحث الحالى وهو وصمة الذات لدى ابناء المطلقين وعلاقتها بالإيهاك العاطفي وفاعلية الذات .

محددات بشرية : شارك في البحث الحالي (150) من أبناء المطلقين (62) من الذكور و(88) من الإناث ممن تتراوح أعمارهم (12-14) عاماً.

محددات زمنية : تم تطبيق أدوات البحث خلال الفصل الدراسي الثاني لعام 2021/2022م

محددات منهجية : استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الإرتباطي المقارن ، حيث انه أنسب منهج لتحقيق أهداف البحث.

محددات جغرافية : تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة أبناء المطلقين من تلاميذ المرحلة الإعدادية بعدة مدارس بالدقهلية .

### الإطار النظري:

أولاً الإرهاك العاطفي : لا تتوقف أنواع الإرهاق التي يصاب بها البشر على الإرهاق البدني أو النفسي بعد التعرض لخبرات سلبية أو التعرض لأمراض تتعلق بالجانب النفسي فقط ، فالحقيقة أن مشاعرنا كبشر تصاب بالإرهاق أيضاً ، فالإرهاق أو الإجهاد العاطفي هو أشد أنواع التعب والإرهاق خطورة على البشر والوقوع فريسة له أمر خطير ومدمر؛ لأن إصابة مشاعرنا بالإجهاد لا تعني أن الضرر سيتوقف عند هذا الحد بل سيمتد ليشمل بدنا وعقلنا ، فهو حالة من التعب والإجهاد العاطفي والجسدي والعقلي الناجمة عن الوقوع تحت مؤثرات خارجية ضاغطة تخرج عن قدرة وسيطرة الإنسان على التعامل معها ويمكن تعريفه أكثر كالتالي :

### تعريف الإرهاك العاطفي : Emotional exhaustion

يشير (Timoth J.,2021) الى الإرهاق العاطفي بأنه: حالة من الشعور بالإرهاق العاطفي والإستنزاف نتيجة الإجهاد المتراكم من حياتك الشخصية أو العملية ، أو مزيج من الإثنين معاً ، والإرهاق العاطفي هو أحد علامات الإرهاق.

كما يعرف ( Daumiller, et al,2021) الإرهاق العاطفي بأنه : حالة مزمنة من التعب العاطفي والجسدي فهو مرتبط بمشاعر الإرهاق من مصادر عاطفية بشكل عام ، إنه يفترض عدم الرضا عن الحياة وتشمل العواقب السلبية للإرهاق العاطفي مشاكل الصحة العقلية والجسدية ، وتدهور العلاقات الإجتماعية والعائلية .

وتعرف كلاً من (المعايطة والسوالقة ، 2021) الإرهاك العاطفي : بأنه حالة مزمنة من الشعور بالإرهاق والإستنزاف الجسدي والنفسي لدى عينة الدراسة نتيجة انغماسهن في ادارة عواطفهن مصحوبة بتوقعات شخصية وافكار مثلى تتعلق بأدائهن الإجتماعي والمهني .

كما يعرف ( Jonathan,et al,2022) الإرهاق العاطفي بأنه : الموقف الذي يشعر فيه الناس أنهم لم يعودوا قادرين على إعطاء المزيد من أنفسهم على المستوى العاطفي ؛ إنها حالة استنفاد لطاقة الفرد أو الموارد العاطفية .

وتعرف الباحثة الإرهاك العاطفي : حالة شعورية يترتب عليها استنفاد الأبناء لطاقتهم الإنفعالية نتيجة الخبرات المتراكمة بسبب انفصال الوالدين ، والتي تؤثر على ادائهم النفسي والإجتماعي (التوتر، تقلبات المزاج صعوبات التفكير، اضطراب النوم ) وتؤدي بهم الى العجز عن متابعة حياتهم بطريقة صحية .



## اسباب الإنهاك العاطفي :

قد أشارت دراسة ( Tigidink & Smulders 2014 ) الى إنه عادة ما ينشأ الإرهاق العاطفي بعد فترة من التوتر، ويمكن لأشياء مختلفة أن تساهم في الإرهاق العاطفي لدى الفرد ، اعتمادًا على تحمل الشخص للتوتر وعوامل أخرى في حياته في ذلك الوقت ، وتتضمن الأمثلة على الأشياء التي يمكن أن تسبب الإرهاق العاطفي ما يلي:

المرور بتغيير كبير في الحياة ، مثل الطلاق أو وفاة أحد أفراد الأسرة . المعاناه من ضغوط مالية ، إنجاب طفل أو تربية الأطفال، أن تكون بلا مأوى ، التوفيق بين عدة أشياء في وقت واحد ، مثل العمل والأسرة والمدرسة، العيش مع حالة طبية مزمنة ، العمل لساعات طويلة ، العمل في بيئة عالية الضغط.

وعادةً ما يحدث الإرهاق العاطفي إذا شعر شخص ما بالإرتباك بسبب عوامل في حياته ، قد يعتقد أنه يفترق إلى السيطرة على حياته أو قد لا يوازن بشكل صحيح بين الرعاية الذاتية ومتطلبات الحياة.

## أثارالإرهاق العاطفي :

أفادت دراسة ( Laschinger,2012) بأن الإنهاك العاطفي يؤثر بشكل خطير على نوعية حياة الفرد وصحته العقلية ، وإذا استمر مدة طويلة يؤدي مع مرور الوقت الى اضطراب الشخصية ونزع الصفة الإنسانية ، وهو ما يعيق بشكل خطير احترام الذات وفعاليتها ويزيد من التوتر ، فالإرهاق هو العنصر المركزي في إحداث اضطرابات نفسية لأنه يكون مصحوبا بشعور ضعف الكفاءة ، الحافز المنخفض ، مواقف غير متزنة تجاه المهام التي يجب ان تجرى ، كما أشارت دراسة ( Son, J. et al,2007 ) عن وجود اضطرابات جسدية ونفسية لها عواقب على علاقة افراد الأسرة بعضهم ببعض .

بينما أسفرت دراسة ( Yeomans,2022) علاوة على ذلك ، يتطور الإرهاق العاطفي من مشكلة حادة إلى مشكلة مزمنة عند مواجهة ظروف مرهقة باستمرار.

## أعراض الإنهاك العاطفي :

توصلت نتائج دراسة (Timothy,et al, 2021) بأن أعراض الإنهاك العاطفي تتمثل في عدم وجود الحافز ، مشكلة في النوم ، التهيج والتعب الجسدي ، مشاعر اليأس ، النحول اللامبالاة ، الصداع ، تغير في الشهية ، العصبية ، صعوبة في التركيز ، الغضب غير العقلاني ، زيادة السخرية أو التشاؤم ، الشعور بالرهبة والكآبة .

وأشارت دراسة ( Daumiller et al,2021) ودراسة (Li, et al,2018) ودراسة ( Devine & Hunter, 2016) الى أن الإرهاق العاطفي يؤدي الى التعب العاطفي والجسدي ومشاكل الصحة الجسدية والعقلية ، ودهور العلاقات الإجتماعية والعائلية وعدم الرضا عن الحياة وفقدان الحماس ، تدهور الرفاهية النفسية والأداء .

ثانياً فاعلية الذات : فاعلية الذات من المتغيرات الهامة التي تحدد إيمان الفرد بقدرته على النجاح في مواقف معينة ، إن الشعور بفاعلية الذات له تأثير كبير على كيفية التعامل مع التحديات

والأهداف ، ويعد مفهوم فاعلية الذات من أهم مفاهيم علم النفس الحديث، وهو من المفاهيم التي أصبحت شائعة في الكتابات النفسية، وترجع أهميته إلى الدور الحيوي الذي يؤديه في دفع السلوك وتوجيهه واستمراره، فهو معيار النجاح في مختلف جوانب الحياة، حيث يتضمن اعتقاد الفرد بشأن المهارات التي يمتلكها ويؤثر في قراراته وسلوكياته في شتى المجالات ، ويمكن تعريفه كالتالي :

### تعريف فاعلية الذات : Self-efficacy

يعرف (Lennings & Bussey, 2017) فاعلية الذات بأنها : قدرة الأفراد على تحفيز أنفسهم والوصول إلى الموارد المعرفية اللازمة للسيطرة أو بذل جهود التأقلم في حالة مواقف الإجهاد .

كما يشير ( Dale & Maria, 2020 ) الى فاعلية الذات بأنها : القدرة المتصورة للفرد على التعلم أو أداء الإجراءات على مستويات معينة ، كما انها الدافع إلى العمليات الإدراكية والعاطفية الداخلية التي تحفز وتدعم التفاعلات والنتائج الموجهة نحو الهدف ، فهي بناء تحفيزي مهم يمكن أن يؤثر على الخيارات والجهد والمثابرة والإنجاز .

وتذكر ( Veronia & Yustinus, 2022) في تعريف فاعلية الذات بأنها : تقدير شخصي لقدرة الفرد المعرفية والجسدية لممارسة السيطرة على المطالب الطرفية بشكل عام ، ويأتي مفهوم فاعلية الذات من البناء النفسي للنظرية المعرفية الاجتماعية (Social Cognitive Theory (SCT) ، والتي تشرح للناس الإيمان بقدرتهم على التأثير في أفعالهم وتحقيق النتائج المرجوة.

كما يعرف (النرش وأخرون، 2022) فاعلية الذات بأنها : معتقدات الطالب حول قدرته على اداء المهام ، وتحقيق الأهداف ومواجهة التحديات والتغلب على الصعوبات بالشكل الذي يحقق له الإزدهار والرفاهية .

ويعرف ( Jihua , et al, 2022 ) فاعلية الذات بأنها: هي الحالة المعرفية والعاطفية التي يتكون منها الفرد في موقف معين، فهي تعنى تصور الفرد وإيمانه بالقدرة الذاتية عند إنجاز مهام محددة وتحقيق أهداف محددة.

وتعرف الباحثة فاعلية الذات: قدرة الأبناء على التحدى والمثابره ومواصلة الجهد وتجاوز المواقف الضاغطة التي يتعرضون لها بسبب انفصال والديهم ، مما يمكنهم من الإستمرار في الحياة وتحقيق اهدافهم والوصول الى الرضا.

### أهمية فاعلية الذات :

ترجع أهمية فاعلية الذات الى الدور الذي تؤديه في دفع السلوك وتوجيهه واستمراره ، ويرى باندورا ان مفهوم فاعلية الذات من المفاهيم التي تحتل مركزاً رئيسياً في تحديد القوة الإنسانية وتفسيرها حيث تهتم فاعلية الذات المدركة بأحكام الفرد حول قدرته على انجاز تصرفات مطلوبة للتعامل مع المواقف المستقبلية ، وان احكام فاعلية الذات سواء كانت صواباً او خطأ تؤثر في اختيار الفرد للأنشطة والمواقف البيئية .

وتعد فاعلية الذات من اهم ميكانيزمات القوى الشخصية لدى الأفراد ، حيث تمثل مركزاً هاماً في دافعية الأفراد للقيام بأى عمل أو نشاط ، إذ تساعد الفرد على مواجهة الضغوط التي تعترضه في مراحل حياته المختلفه

وتعد فاعلية الذات إحدى موجبات السلوك ، فالفرد الذى يؤمن بقدرته يكون أكثر نشاطاً وتقديراً لذاته ، وتمثل مرآة معرفية للفرد تشعره بقدرته على التحكم فى معطيات البيئة من خلال الأفعال والوسائل التكيفية التى يقوم بها ، والثقة بالنفس فى مواجهة ضغوط الحياة .

ويمكن ان تصبح فاعلية الذات نمطاً من الأنماط المحققة للذات ، التى تعنى ان الأفراد يمكن ان يقوموا ببذل جهد وكل ما يستطيعون من اجل التغلب على المشكلات التى تواجههم والعمل على تحقيق هذه التوقعات بغض النظر عما هم موجود فى الواقع وسواء كانت هذه التوقعات سلبية ام ايجابية (دلاج، ساره وجرالفيه ، مريم ، 2019)

**خصائص فاعلية الذات : تشير (أحمد ، 2016) أن هناك خصائص عامة لفاعلية الذات وتتمثل فيما يلى :**

1. مجموعة القرارات والمعتقدات والمعلومات عن مستويات الشخص وامكاناته ومشاعره
  2. ثقة الشخص فى اداء عمل ما بجدارة
  3. توفر الإستطاعه مع وجود دافعية فى المواقف
  4. توقعات الشخص لأداء العمل فى الحاضر والمستقبل
  5. الإعتقاد بأن الشخص يمكنه تنفيذ احكام مطلوبة ، اى انها تشمل المهارات الممتلكه من طرق الشخص وحكمه على ما يمكنه القيام به مع ما يتوافر لديه من مهارات
  6. لا تعكس توقعات الشخص ربما تكون امكاناته قليله ولديه توقع بفاعلية ذات مرتفعه
  7. هى ادراك وتوقع مترجم الى بذل جهد وتحقيق نتائج مشهودة
- ويحدد باندورا مصادر فاعلية الذات فيما يأتى :
- الإنجازات الأدائية : فالأداء الناجح الذى يمر به الفرد يقوى فاعلية الذات لديه ، بينما يقلل الإخفاق من فاعلية الذات
1. الخبرات البديلة : فمشاهدة النماذج الناجحة من الأفراد يدفع الفرد نحو النجاح
  2. الإقناع اللفظى : حيث يعزز اقناع الأفراد بفاعليتهم الذاتية من قدرتهم على انجاز المهام بفاعلية
  3. الإستثارة الإنفعالية : فالخوف الشديد او القلق الزائد يخفض فاعلية الذات ( Dabas & Pandey, 2015)
- أبعاد فاعلية الذات :** معتقدات الفاعلية الذاتية لدى الأشخاص يتحكم فيها ثلاثة عوامل من اجل اعطاء اداء معين للشخص ، وهى قدر الفاعلية ، العمومية ، قوة او شدة الفاعلية ، حيث تتأثر وتتغير الفاعلية الذاتية لدى الأشخاص تبعاً للتغيرات التى تحدث على كل عامل حسب المواصفات التى يمتاز بها كل عامل

قدر الفاعلية : ان قدر او عظم او كم الفاعلية يختلف تبعاً لطبيعة او صعوبة الموقف . ويتضح قدر الفاعلية بصورة اكبر عندما تكون المهام مرتبة وفقاً لدرجات او لمستوى الصعوبات او الفروق بين الأفراد في توقعات الفاعلية ، ويمكن تحديدها بالمهام البسيطة المتشابهة ، متوسط الصعوبة ، ولكنها تتطلب مستوى اداء شاق في معظمها ، وكلما كانت درجة الفاعلية الذاتية مرتفعة كلما كانت المثابرة واحتمال انجاز الأنشطة والأهداف ناجحاً ومهماً (مرسى ، 2015: 75) .

العمومية : وتعني انتقال توقعات فاعلية الذات من موقف ما الى موقف متشابه لأن النجاح في التعامل مع حادثة ما او موقف ما يكسب الفرد خبرات جديدة تزيد معتقدات فاعليته الذاتية ، فيمكن تعميم تلك الخبرات في التعامل مع المستجدات او مواقف اخرى تكون مشابهة لها نسبياً ، ان عمومية الفاعلية الذاتية يمكنها ان تتنوع على مستوى العديد من الأبعاد حسب درجة تشابه النشاطات واسلوب التعبير عن الإمكانات (سلوكية ، معرفية ، وجدانية ) وخصوصية الموقف الذي يكون فيه الشخص والذي يتطلب سلوكاً معيناً وكذا التقييمات المرتبطة بمجالات النشاطات التي تبرز تأثير درجة عمومية الفاعلية عند الأشخاص ( المصري ، 2011: 50) .

القوة : هو ادراك الفرد ان بإمكانه تأدية المهام او الأنشطة موضوع القياس ( حجازي ، 2013: 420 ) ان قوة او شدة فاعلية الذات عند الفرد تتحدد في ضوء خبراته السابقة ومدى ملاءمتها للموقف ، فالمعتقدات الضعيفة عن الفاعلية تجعل الفرد أكثر قابلية للتأثر مما يلاحظه ، وان الأفراد ذوي المعتقدات القوية عن فاعلية ذواتهم لديهم قدرة على المثابرة في مواجهة الأداء الضعيف ، ويرى باندورا ان قوة الشعور بالفاعلية الشخصية يعبر عن المثابرة الكبيره والقدرة المرتفعة التي تمكن من اختيار الأنشطة التي سوف تؤدي للنجاح ، وحسب باندورا فان اي عمل فعال يتطلب في البداية استعدادات واعتقادات للفاعلية من اجل استعمال هذه الاستعدادات والإعتقادات استعمالاً مثالياً ، وان قوة الفاعلية الذاتية المدركة ، لا تمثل بالضرورة علاقة خطية (طردية) ، مع السلوكيات المرغوبة .

تعقيب : ترى الباحثة أن الطلاق من اخطر المشكلات التي يواجهها الأبناء ، وذلك لأن الأسره بالنسبه لأبنائها مصدر الحماية والشعور بالطمأنينة وعدم الخوف من المستقبل ، فإذا ما تهدمت هذه الأشياء بانفصال الأبوين يفقد الفرد الرغبة في الإحساس الإيجابي تجاه الأحداث والمواقف التي يعيشها ، فينظره الآخرين له وعدم تفهمهم لظروفه ومعاناته يشعر بأنه منبوذ وعليه ان يتحمل عبء ظروف لم يكن له ذنب فيها ، بل يؤدي به الأمر بالشعور بأنه السبب في حدوثها ، وذلك بسبب لوم احد الأباء للأخر باستمرار او كلاهما يتحمل المعيشة بسبب الأبناء ، الأمر الذي يترتب عليه شعور الأبناء بالحزن والكابه وانعدام الأمل وتبلد المشاعر والرغبة في عدم الظهور كل ذلك يفقدهم العزيمة والإرادة ومواصلة حياتهم بسبب انخفاض تقديرهم واحترامهم لذاتهم بسبب رفضها من الآخرين في المجتمع ، لذلك ترى الباحثة ان الشعور بالوصم من المتغيرات التي يجب ان تحظى بمزيد من البحث والدراسة وخاصة إذا اقترنت بمشكلة الطلاق وهو ما سعت الباحثة الى الكشف عنه في هذا البحث .

### ثالثاً: وصمة الذات :

وصمة العار هي سمة غير مرغوب فيها أو تشويه للسمعة التي يمتلكها الفرد ، وبالتالي تقليل مكانة ذلك الفرد في نظر المجتمع ، فالشخص الموصوم هو الشخص الذي تدعو هويته الإجتماعية الى التشكيك في انسانيته الكاملة فهي علامة على الخزي والنقص والدونية تؤثر في الكيفية التي يرى الأفراد بها انفسهم ، وكيف يتم تصورهم من قبل الآخرين إنه يخلق اختلالاً في توازن القوى وعدم المساواة الإجتماعية بين الفئات الموصومة وغير الموصومة بالعار، يمكن أن تكون عواقب الوصم مدمرة ، تؤثر سلبيًا على السلوكيات والنتائج الصحية الجسدية والعاطفية والأداء الإجتماعي ، ونعرف وصمة الذات كالتالي :

#### تعريف وصمة الذات Self-stigma :

يعرف (Luoma,et al,2008) وصمة العار الذاتية بأنها : "العار والأفكار التقييمية السلبية والخوف من وصمة العار الناتجة عن تحديد الأفراد مع مجموعة موصومة بالعار، والتي تعمل كحاجز للسعي وراء أهداف الحياة القيمة.

كما يعرف (Molina et al,2013) وصمة العار الذاتية بأنها : حالة من التقييم السلبي للفرد ، والتي ترتبط عادةً بانخفاض احترام الذات وفاعلية الذات ، وقد يؤدي الوصم الذاتي في الأمراض العصبية والنفسية إلى عواقب وخيمة ، مثل العزلة الإجتماعية ، انخفاض في نشاطات الحياة اليومية .

ويشير (Lin, Y.et al,2016) الى وصمة العار الذاتية بأنها : كيفية تفكير المريض في نفسه ، على غرار الإدراك في نظرية في علم النفس، حيث يكمن المفهوم الرئيسي للنظرية المعرفية في تفسير الفرد للحدث ، فهي عملية تتحول فيها الهوية الإجتماعية للفرد تدريجيًا واستبدالها بـ "هوية سيئة".

كما يذكر (Shanta M& Bimala,2019) بأن وصمة العار الذاتية هي : المواقف السلبية التي يتبناها أفراد الجمهور تجاه الأشخاص المهملين ، في حين أن وصمة العار الذاتية تحدث عندما يستوعب الناس تلك المواقف العامة ويعانون من عواقب سلبية عديدة نتيجة لذلك.

وتذكر (سليمان وآخرون ، 2020) في تعريفها وصمة الذات بأنها: صورة ذهنية تلصق بالفرد وتتبع من تصورات شخصية طبيعية ، مما يشعره بالدونية وتؤثر على ذاته وتحد من تفاعله الإجتماعي وتشعره بالنبذ.

ويشير (Philippe et al,2021) الى وصمة العار الذاتية بأنها : التقييم السلبي للشخص بناءً على سمة يُنظر إليها على أنها مختلفة عن القاعدة ، ويمكن تطبيقها على الأفراد من خلفيات مختلفة بما في ذلك العرق أو الأمة أو الدين أو الجنس أو التوجه الجنسي أو الخصائص النفسية أو الظروف الصحية.

كما يعرف (Vatanasin &Jinjutha, 2022) وصمة العار الذاتية بأنها : هي وجود تقييم سلبي ، ومواقف ، ومشاعر ، وأفكار ناتجة عن تعريف الفرد بمجموعة موصومة بالعار، والشعور بأنه غير مقبول داخل المجتمع.

وتعرف الباحثة وصمة الذات : التقييم السلبي للأبناء وشعورهم بالدونية والحرج بسبب مفاهيم وعادات خاطئة من الآخرين نحو الأبناء ، مما يؤدي لشعورهم بالعزلة والإسحاب وفقدان الأمل .

### أنواع الوصمة : ( Lindsay S. et al,2017 )

وصمة العار العامة : التأييد العلني للتحيز والتمييز تجاه الأقلية

وصمة العار الذاتية : يستوعب الشخص المنتمي إلى مجموعة الأقلية الصور النمطية العامة / التحيزات ويطبقها على حياته .

وصمة العار الهيكلية : سياسات القطاعين العام والخاص التي تقيد عن غير قصد فرص الأقليات  
وصمة العار : تجربة وصمة العار من قبل أولئك الذين هم على اتصال وثيق بالمجموعة الموصومة (العاملون في مجال الصحة العقلية والأصدقاء والعائلة)

قوة وصمة العار : وسيلة يمكن للوصم من خلالها الحفاظ على السلطة الاجتماعية من خلال السيطرة والاستغلال وإقصاء المجموعة الموصومة

وصمة العار التلقائية : وصم الأفكار والمشاعر والسلوكيات التي تحدث تلقائيًا بقليل من الوعي أو انعدامه

وصمة عار مزدوجة أو وصمة عار متعددة : الوصمة التي تتفاقم بسبب العضوية في أكثر من مجموعة موصومة (طلاق ، فقر ، السمعة المفترطة ، إلخ).

### الآثار المترتبة على الوصمة :

افادت نتائج دراسة ( Matthew,et al, 2018 ) الأثر السلبي للوصم على احترام الذات ، والتحصيل الدراسي ، والصحة العقلية ، والرفاهية الجسدية للأفراد ، لقد وثقت الأبحاث المتعلقة بالتكيف كيف يدير الأشخاص الموصومون هويتهم والتعامل مع حالات محددة من التمييز ينسبونها إلى وصمة العار التي يتعرضون لها ، كما اشارت دراسة (Konradi A. et al,2021) بأن وصمة العار تشكل خطرًا فريدًا على الأطفال نظرًا لتأثيراتها الأساسية على تكوين هويتهم ، في الوقت نفسه أسفرت أيضاً دراسة ( Gentile, et al,2018 ) بأن وصمة العار الذاتية هي عملية مشبعة بسياق اجتماعي ثقافي يتضمن تحويل الهوية او تطبيق قوالب نمطية تنتج عن تجربة فردية او توقع ردود فعل اجتماعية سلبية ، وبالتالي فمن بين أثارها العديدة قد تؤدي الى مشاعر احباط مع مشاعر خجل وقلّة الثقة بالنفس مع تعزيز العزلة وإعاقة طلب المساعدة ، كما تتم ملاحظة العواقب في الصورة الشخصية والاجتماعية للفرد وبيئته .

كما أسفرت أيضاً نتائج دراسة (Hiroshi ,et al,2020) بتأثير وصمة العار الذاتية سلبيًا على احترام الذات ونوعية الحياة وفاعلية الذات والإلتزام بالعلاج والتعافي في حالة المرضى ، فمن خلال الكشف عن سمات الشخصية التي تؤثر على وصمة العار الذاتية ، يمكننا اكتساب معرفة مفيدة لإدارة وصمة العار الذاتية .

من خلال التعرف على الآثار السلبية لوصمة الذات على شعور الفرد بذاته وعلى الناحية العاطفية ، ونظرًا لأن وصمة العار جعلت من الطلاق والأفراد الذين يتعرضون للإنفصال عرضة للإضطرابات النفسية من تطور مشاعر سلبية حول هويتهم ، حيث بدأوا في تحميل

أنفسهم المسؤولة عن وضعهم الحالي ، مما يؤثر سلباً على احترامهم لذاتهم ، علاوة على ذلك فإن البيئة التمييزية تزيد من توترهم النفسي وشعورهم بعدم الأمان ، مما يؤثر سلباً على حياة ابنائهم ، وهذا ما أثبتته معظم البحوث السابقة بأن أبناء الوالدين المنفصلين بالطلاق هم أكثر معاناة بسبب المشاكل والتوترات التي يعيشونها مع والديهم ، لذلك فقد قامت الباحثة بالتعرف على شعور هؤلاء الأبناء بوصمة الذات ومعرفة كيف يؤثر ذلك على شعورهم بذاتهم ومشاعرهم وهو ما يهدف إليه البحث الحالي .

الحد من وصمة الذات : أشارت نتائج دراسة ( Duangjai & Jinjutha, 2021) أن مقدمي الرعاية الصحية أو المحيطين بالأفراد الموصومين يجب أن يعززوا احترام الذات لمنع أو تقليل وصمة العار الذاتي والتركيز على إنشاء برامج أو أنشطة لتقليل الاندماج المعرفي.

كما أشارت نتائج دراسة ( Corrigan, et al, 2013) بأنه قد يستفيد الأشخاص الذين يتضاءل تقديرهم لذاتهم وفعاليتهم الذاتية بسبب استيعاب الوصم من التدخلات الموجهة نحو الحد من الوصمة ومن الكشف عن حالتهم ، في الواقع يمكن للتدخلات أن تقلل من الآثار الضارة للوصمة على نوعية الحياة وتعزز رفاهية الناس لأنهم يشعرون بالقوة ، فهناك اهتمام كبير بفهم وصمة العار بشكل أفضل وتطوير تدخلات للحد من وصمة العار ، ولكن لم يتم إحراز تقدم يذكر فيما يتعلق بتطوير أدوات تقيس فعالية مثل هذه البرامج.

كما أفادت نتائج دراسة ( Mittal, 2012) بإمكانية معالجة وصمة العار الذاتية لتعزيز التعافي، بالإضافة إلى البرامج التي تقلل من وصمة العار الذاتية ، باستخدام التثقيف النفسي أو الأساليب السريرية أو دعم الأقران ، من المرجح أيضاً أن تقلل التدخلات من وصمة العار العامة ووصمة العار الذاتية .

تري الباحثة من خلال العرض السابق أهمية تعزيز فاعلية الذات وتقديم الرعاية الكاملة للأفراد الموصومين ، لذلك يجب على المحيطين بالأبناء وخاصة الوالدين احتوائهم وتقديم كل سبل الإهتمام بهم وعدم ادخالهم أو استخدامهم كطرف في مشاكلهم حتى يجنبهم الشعور باللوم والذنب الذي من شأنه أن يفقدتهم الثقة بالنفس ويؤثر على حياتهم النفسية والعاطفية من تذبذب مشاعرهم وشعورهم بالتوتر وفقدان الأمان ، كما رأت أهمية عمل برامج وجلسات إرشادية لتصحيح الأفكار والمعتقدات السلبية التي يعتنقها الأبناء ، فعلاج تلك الأمور أو الحد منها يعيد للأبناء ثقتهم بأنفسهم ويجعلهم يقبلون على الحياة ويواجهون الصعاب التي يتعرضون لها مع الدعم الإجتماعي من الجميع وأهميته وخاصة لتلك الفئة.

#### دراسات سابقة :

#### أولاً: دراسات تناولت وصمة الذات:

هدفت دراسة ( Varda, et al, 2016 ) الى التعرف على وصمة العار والطلاق لدى النساء الناشئات والشابات ، فحصت هذه الدراسة تجارب وصمة العار المرتبطة بالطلاق لدى النساء البالغات الناشئات والشابات اللاتي كانت تتراوح أعمارهن وقت الطلاق بين (23 و32) عاماً، حدد الباحثون آثاراً تتعلق بالوصمة والطلاق: ومنها الفشل والإحراج وإدراك اللوم ، ومن نتائج الدراسة أشارت التحليلات إلى أن وصمة العار تؤثر على سلوك النساء البالغات الناشئات والشابات بطرق دقيقة ومتناقضة ، وعددًا كبيرًا من المشاركين تصرفوا بطرق تتفق مع الاعتقاد بأن الوصم وثيق

الصلة بحياتهم ، وكان للأبناء النصيب الأكبر من الآثار السلبية للوصم التي أثرت على حياتهم النفسية والعاطفية .

وتصدي ( Danielle ,et al,2020 ) الى التعرف على اثار الوصم الضارة ، حيث يمكن أن تؤدي تجارب وصمة العار أيضاً إلى وصمة عار ذاتية ، والإستيعاب المعرفي والعاطفي للأفكار النمطية السلبية ، وتطبيق تلك الأفكار النمطية السلبية على الذات ، قد تؤدي وصمة العار إلى أضرار إضافية ، بما في ذلك انخفاض احترام الذات وفاعلية الذات ، لذلك فحصت هذه الدراسة آثار تجارب الوصم على النتائج المتعلقة بالتعافي من خلال الوصمة الذاتية ، واحترام الذات ، والفعالية الذاتية في نموذج شامل واحد، وكانت عينة الدراسة من البالغين (عددهم = 516) وتم تطبيق مقاييس لتقييم المتغيرات ذات الأهمية أثناء التقييمات الأساسية (وصمة العار، وفاعلية الذات ، والإنسحاب الإجتماعي ) ، في تحليل ثانوي لبيانات التجربة ، تم اختبار نماذج وساطة متسلسلة منفصلة لتوجيه التعافي ، ونوعية الحياة المتصورة ، والانسحاب الاجتماعي كنتائج ، مع تجارب الوصمة باعتبارها متغيراً للتنبؤ ووصمة العار الداخلية ، واحترام الذات ، والفعالية الذاتية كوساطة متسلسلة بهذا الترتيب، اسفرت نتائج التجربة الى ان تجارب وصمة العار أدت إلى وصمة العار الذاتية ، والتي أثرت على احترام الذات وفاعلية الذات والنتائج المتعلقة بالتعافي والتي من أثارها الإنسحاب الإجتماعي ، بما يتفق مع النموذج المعرفي الإجتماعي للوصمة الذاتية .

قام ( Fang,et al,2021 ) بالتحقيق في كيفية تأثير طلاق الوالدين وهجرة الوالدين على الصحة العقلية للأطفال والأفكار والسلوكيات الضارة بالنفس ولوم الذات والرفض والدونية ، مع مراعاة العوامل الإيجابية ، بما في ذلك التواصل بين الوالدين والمراهقين والمرونة النفسية ، وتم اختيار المشاركين بشكل عشوائي في الصفوف (5-8) من 18 مدرسة ، تم إجراء استبيان ذاتي لقياس الصحة العقلية للأطفال ، والتواصل بين الوالدين والمراهقين ، والمرونة النفسية ، والخصائص الاجتماعية والديموغرافية ، تم تطبيق بيانات من 1026 طفلاً كلا الوالدين مهاجرين ، و 1322 طفلاً مع أحد الوالدين مهاجر ، و 475 طفلاً يعيشون في عائلة مطلقاً ، و 1160 طفلاً من أبوين غير مهاجرين ، أظهرت نتائج نموذج الإنحدار أنه مقارنة بالمجموعات الثلاث الأخرى ، أظهرت أطفال العائلة المنفصلين بالطلاق العديد من المشكلات مقارنة بالمجموعات الأخرى ، ومنها مشاكل استيعاب أعلى ، مشاكل خارجية أعلى ، سلوكيات اجتماعية أقل ، واحساس بالدونية والرفض ، و معدلات أعلى من التفكير الإنتحاري ، والشعور بالوصم الداخلي ، وسلوكيات إصابة النفس غير الإنتحارية عند ضبط المتغيرات الاجتماعية والديموغرافية ، ومع ذلك ، عند إجراء مزيد من الضبط للتواصل بين الوالدين والمراهقين والمرونة النفسية ، لم يعد لدى اطفال العائلة المنفصلين بالطلاق مستويات أعلى من المشكلات الداخلية ، والمشاكل الخارجية .

### ثانياً: دراسات تناولت وصمة الذات والإتهاك العاطفي لدى عينات أخرى.

هدفت دراسة ( Ruben, et al ,2020 ) الى التعرف على الدور الوقائي للذكاء العاطفي في وصمة العار الذاتي والإرهاق العاطفي لأفراد عائلة الأشخاص المصابين باضطرابات عقلية ، كان الهدف من هذه الدراسة هو تحليل تأثير الذكاء العاطفي للأسر على وصمة العار الذاتية والإرهاق ، شارك في هذه الدراسة مجموعه (537) من أفراد الأسرة من جنوب إسبانيا الذين يعنون بأفراد يعانون من اضطرابات عقلية لتحليل نتائج الدراسة ، تم بناء نموذج معادلة بنيوية ، أظهرت نتائج المعادلة أن الذكاء العاطفي يرتبط سلباً بوصمة العار الذاتي والإرهاق ، في المقابل ترتبط وصمة العار الذاتية ارتباطاً إيجابياً بمتلازمة الإرهاق ، وبالتالي تشير النتائج إلى أن الذكاء العاطفي قد

يكون له دور وقائي ضد وصمة العار الذاتية، والتي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بمتلازمة الإرهاق، تمت مناقشة أهمية هذه النتائج عند تصميم التدخلات التي تعمل مع المشاعر السلبية الناتجة عن وصمة العار الذاتي والإرهاق العاطفي، وأن المشاعر السلبية (الحزن، الغضب، الكراهية، التوتر) الناتجة عن الإرهاق العاطفي بمثابة منبئ للوصمة الذاتية.

كما هدفت دراسة (Guerrero, et al, 2021) الى التعرف على مواجهة آثار وصمة العار الذاتية على الإرهاق العاطفي والغياب بالنسبة لأداء بعض الموظفين، تصور هذه الدراسة وصمة العار كتهديد لأمن الفرد واحترام الذات - المرتبط بدوامه فقدان الموارد، وفقاً لذلك، نفترض أن تصورات الوصمة مرتبطة بشكل إيجابي بالإرهاق العاطفي والغياب، وتحدد عددا من الصفقات المرنة أو التي تخفف من التأثير غير المباشر لوصمة العار الذاتية على حالات الغياب عن طريق الإرهاق العاطفي، تم اختبار فرضيات البحث على عينة من (201) موظفاً في شركة تنظيف تجارية، قمنا بجمع البيانات عن طريق الإستبيان، في حين تم قياس الغياب بعد (6) أشهر من الإنتهاء من المسح، تدعم النتائج أن تصورات وصمة العار تضر بصحة الفرد وتدعم الروابط بين الوصمة والإرهاق العاطفي، وبين الإرهاق العاطفي والغياب، تؤكد هذه النتيجة الإرتباط الإيجابي لوصمة الذات بالإرهاق العاطفي الذي كان من نتائجها ازدياد نسب الغياب والتي أثرت على أداء الموظفين.

وقام (Lokhee & Hogg, 2021) بمقارنة مستويات الإجهاد العاطفي وأعراض الاكتئاب والوصمة الذاتية لدى الطلاب البيطريين مع تلك الخاصة بالطلاب غير البيطريين، وفحص ما إذا كان الإجهاد ووصمة العار الذاتية تنبئ بشكل إيجابي بأعراض الاكتئاب لدى الطلاب، تكونت عينة الدراسة من 287 طالباً بيطرياً و 317 طالباً غير بيطري من الجامعات الأسترالية، وتم تطبيق استبياناً عبر الإنترنت يقيس الإجهاد ووصمة العار الذاتية وأعراض الاكتئاب، أظهرت النتائج أن طلاب الطب البيطري أبلغوا عن مستويات أعلى بكثير من التوتر والوصمة الذاتية من الطلاب غير البيطريين، ولكن لم يكن هناك فرق معنوي بين الطلاب البيطريين وغير البيطريين في أعراض الاكتئاب، أشار تحليل الإنحدار المتعدد إلى أن الوصمة الذاتية تنبأ بأعراض الاكتئاب والإجهاد العاطفي والنفسي لدى الطلاب، تشير هذه النتائج إلى أن الحد من التوتر وطلب المساعدة من وصمة العار الذاتية لدى الطلاب البيطريين قد يكون مهماً في تحسين مستويات رفاهيتهم وتخفيف مستوى الإجهاد العاطفي.

### ثالثاً: دراسات تناولت وصمة الذات وفاعلية الذات لدى عينات أخرى.

هدفت دراسة (Rolnd, et al, 2007) الى التعرف على فاعلية الذات والتمكين كنتيجة لوصم الذات والتكيف مع المرض، إن مفهوم وصمة العار الداخلية أو وصمة العار الذاتية أمر أساسي لفهم الضرر النفسي الناجم عن وصمة العار في هذه الدراسة، تهدف إلى توضيح كيف أن البعد التقييمي لمفهوم الذات (الكفاءة الذاتية والتمكين) يتوسط الآثار النفسية لوصم الذات والتكيف مع وصمة العار كأتملة مهمة للتأثيرات النفسية، تم التركيز على الإكتئاب ونوعية الحياة في (172) مريضاً، تم تقييم مقاييس الوصمة الذاتية، والتعامل مع وصمة العار، وفاعلية الذات، والتمكين، ونوعية الحياة والإكتئاب، تم الافتراض بأن الإنسحاب والسرية باعتبارهما من الإستراتيجيات الهامة للتكيف أدت إلى مستويات عليا من القلق من وصمة العار في المستقبل، تم الافتراض أن المستويات الأعلى من التمييز المتصور والتقييم تخفض فاعلية الذات والتمكين

المرتبطة بالمرض ، كان من المفترض أن يؤدي خفض التمكين إلى تعزيز الإكتئاب وتقليل نوعية الحياة، دعمت النتائج النموذج المفترض، أي أن 46٪ من الإكتئاب و 58٪ من انخفاض جودة الحياة يمكن تفسيرها من خلال انخفاض التمكين، علاوة على ذلك تم تفسير 51٪ من انخفاض التمكين من خلال تقليل فاعلية الذات على مستوى أكثر عمومية من خلال المستويات الأعلى من الوصمة الذاتية ، مما يؤدي إلى انخفاض فاعلية الذات والتمكين هذه البيانات لها آثار على الأساليب السلوكية المعرفية ، والتي يجب أن تركز على الوصمة المتوقعة لتحسين التعافي من المرض

وهدفت دراسة (Pasmazi,et al,2016) الى التعرف على العلاقة بين وصمة الذات وتقدير واحترام الذات وبينهما وبين فاعلية الذات ، وتم التحقيق في الطريقة التي ترتبط بها وصمة العار الإجتماعية للمرضى بوصمة العار الذاتية ، والتي بدورها تؤثر على احترام الذات والفعالية الذاتية للمرضى ، تمت مشاركة عينة من (66) مريضاً ، وتم تصميم أداة لقياس الخصائص الديموغرافية والإجتماعية للمشاركين ، بالإضافة إلى ذلك ، تم استخدام مقياس الوصمة الذاتية للمشاركين ، ومقياس (Rosenberg) لتقدير الذات ، ومقياس (Sherer) العام لفاعلية الذات ، ومقياس (GSESH) لقياس وصمة العار الذاتية ، أظهرت النتائج أن احترام الذات والفعالية الذاتية كانا مرتبطين ارتباطاً وثيقاً ببعضهما البعض ، كما ارتبطت وصمة العار الذاتية بتدني احترام الذات وفاعلية الذات ، مما يؤكد قوة هذه العلاقة التي ترتبط بالتمكين النفسي للمرضى ، وتعمل كوسيط بين تصنيف المرضى لأنفسهم على أنهم "مريضون" وتقديرهم لذاتهم وفعاليتهم ذاتهم بالإضافة إلى ذلك ، ارتبط المستوى التعليمي العالي بزيادة فاعلية الذات، كانت زيادة وصمة العار الذاتية إلى جانب المستوى التعليمي المنخفض من أهم العوامل التي تنبئ بتقدير الذات والفعالية الذاتية للمرضى ، أظهرت الدراسة الحالية أن وصمة العار الذاتية تساهم في تدني فاعلية الذات واحترام الذات للمرضى ، ومن ثم فإن الحد من وصمة العار لصالح المرضى يعد هدفاً عادلاً من ناحية ، وثانياً رفع مستوى الوعي العام من أجل تقليل الوصم العام تجاه المرض النفسي وهو السبب الرئيسي لوصمة العار الذاتي.

وقام (Niwako&Jana,2020) بالتعرف على علاقة الوصمة الذاتية بالفعالية الذاتية لدى عينة من الطلاب وكيف تؤثر الوصمة على طلب المساعدة في مجال الصحة النفسية ، وتكونت عينة الدراسة من إجمالي 155 طالباً جامعياً من أمريكا و 116 طالباً جامعياً من اليابان شارك في هذه الدراسة الكمية ، أكمل المشاركون استطلاعات الرأي العام ، ووصمة العار الذاتية ، والفعالية الذاتية ، والثقة في أخصائي الصحة العقلية ، ونية طلب المساعدة ، وأسفرت النتائج عن طلاب الجامعات في مجال الصحة النفسية كان لديهم مستوى عال من وصمة العار الذاتية ومستوى منخفض من الفعالية الذاتية والثقة في مهني الصحة العقلية والنية في طلب المساعدة مقارنة بطلاب الجامعات اليابانية ، تمت مناقشة التدخلات من أجل القضاء على وصمة العار والوصمة الذاتية لدى العامة وزيادة الفعالية الذاتية.

وهدفت دراسة (Seo, Kawoun 2021) الى التعرف على آثار فاعلية الذات والوصمة الذاتية على الرعاية الذاتية لدى مرضى السكري ، بحثت هذه الدراسة الوصفية في آثار فاعلية الذات والوصمة الذاتية على الرعاية الذاتية لدى مرضى السكري. اشتملت الدراسة على مجموعه (377) مريضاً من مرضى السكر مسجلين في المستشفيات الجامعية ، تم جمع البيانات من 1 يوليو إلى 31 أغسطس 2017 ، وتم تحليلها باستخدام الإحصاء الوصفي ، واختبار t ، وتحليل التباين ،

ومعامل ارتباط بيرسون ، والإنحدار المتعدد الهرمي ، ارتبطت الرعاية الذاتية لمرضى السكري ارتباطاً إيجابياً بفاعلية الذات لمرضى السكري ، بينما ارتبطت ارتباطاً سلبياً بوصمة العار الذاتية لمرضى السكري، وأوضح مستوى تعليم المشاركين ، والحالة الاجتماعية ، والحالة الصحية المتصورة ، ونوع الدواء ، وفاعلية الذات ، والوصمة الذاتية 42.4٪ من التباين في الرعاية الذاتية لمرضى السكري والخلابة : تشير النتائج إلى أن فاعلية الذات للسكري ووصمة العار الذاتية من العوامل المهمة لتحسين الرعاية الذاتية لدى مرضى السكري، لذلك يجب تطوير برامج منهجية لتعزيز فاعلية الذات وتقليل وصمة العار الذاتية لهؤلاء الأفراد.

كما هدفت دراسة ( Allison, et al, 2022 ) الى التعرف على أثر دورة تقنيات المهارات لمجموعة من العاملين في مجال الصحة العقلية على فاعلية الذات ووصمة الذات، قام الباحثون بتحليل البيانات من إرشاد المتدربين في دورة المهارات لفحص فاعلية الذات ووصمة العار، تم الافتراض بأن الفاعلية الذاتية ستزداد ، وأن الوصمة الذاتية ستخف ، وأن زيادة الفاعلية الذاتية ستقلل من وصمة العار الذاتية . كانت زيادة فاعلية الذات ذات دلالة إحصائية ، لكن تغيرات الفاعلية الذاتية لم تتنبأ بانخفاض وصمة العار الذاتية ، وكان انخفاض فاعلية الذات تنبئ بوصمة العار الذاتية المرتبطة بطلب المساعدة، يذكر الباحثون ما الأهمية العامة لهذه المقالة والآثار المترتبة عليها ؟ تشير هذه الدراسة إلى أن فاعلية الذات تزداد في تقديم المشورة للمتدربين عبر دورة المهارات السريرية ، وأن هذه الفاعلية الذاتية تتنبأ أيضاً بالوصمة التي يشعر بها المتدربون عند طلب المساعدة في مجال الصحة العقلية، على الرغم من أنه كان من المتوقع أن تساعد دورة المهارات في زيادة فاعلية الذات .

وقام ( Lydia , et al, 2022 ) بالتعرف على آثار تنوع الطلاب والتحول الرقمي على إرشاد فاعلية الذات ، وتقديم المشورة بشأن وصمة العار الذاتية ، والصحة العقلية ، باستخدام مقياس التعاطف العرقي والثقافي ، تم فحص التغييرات في التعاطف الموجه تجاه الأشخاص من مجموعات ثقافية عرقية / مختلفة عن تلك التي تخص الفرد لـ (189) طالباً جامعياً من (20) قسماً من فصول المهارات المساعدة كما افترض أن الطلاب من الأقليات العرقية سوف يحصلون على درجات أعلى من نظرائهم في التعاطف العرقي والثقافي في بداية الفصل الدراسي ، كما توقعنا أن ينمو الطلاب البيض أكثر من طلاب الأقليات العرقية في التعاطف العرقي والثقافي بحلول نهاية الفصل الدراسي ، كما اتضح أن طلاب الأقليات العرقية تميل إلى الإبلاغ عن مستويات أولية أعلى بكثير من الطلاب البيض على أبعاد التعاطف العرقي والثقافي، كما أن الذكور والنساء البيض أظهروا في المتوسط نمواً أكبر في النطاق الفرعي للشعور العاطفي والتعبير مقارنة بالذكور والنساء من الأقليات العرقية ، وتشير النتائج إلى أن التدريب على مهارات المساعدة قد يكون فعالاً بشكل خاص لمساعدة الطلاب البيض على اكتساب فهم تعاطفي وتعبير للأفراد من خلفيات عرقية مختلفة ، وإلى آثار وصمة الذات على الطلاب من الأقليات العرقية على فاعلية الذات لديهم .

وهدفت دراسة ( Ming-hui,et al,2022 ) الى التعرف على الدور الوسيط للفعالية الذاتية في الإرتباط بين وصمة العار الذاتية والتكيف النفسي والاجتماعي تم إجراء مسح مقطعي ، كما تم إجراء تحليلات البيانات باستخدام برنامج SPSS WIN 25.0 ارتبطت وصمة العار وفاعلية الذات بشكل سلبي مع المرض بين الشخصيات غير القابلة للشفاء ، دخلت فترة البقاء على قيد الحياة الخالية من الورم ، والسميات المتأخرة (التعب ، والدوخة ، والصداع ، وفقدان السمع) ، ووصمة العار الذاتية ، وفاعلية الذات ، في نموذج الإنحدار النهائي وشرحت (55.9٪) من تباين المرض ،

كانت التأثيرات الإجمالية والمباشرة للوصمة الذاتية على الحالة النفسية، تم العثور على تأثيرات إيجابية غير مباشرة لوصمة العار الذاتية على المرضى من خلال فاعلية الذات ، ترتبط وصمة العار وفاعلية الذات ارتباطاً وثيقاً بالحالة النفسية والعاطفية ، كما أن فاعلية الذات هي أيضاً متغير وسيط بين وصمة العار والحالة النفسية بين الناجين من الشخصيات غير القابلة للشفاء، يمكن للموظفين الطبيين تحسين الحالة النفسية للناجين من المرض من خلال التخفيف من وصمة العار الذاتية ، وتعزيز فاعليتهم الذاتية ، وتخفيف السموم المتأخرة (التعب ، والدوخة ، والصداع ، وفقدان السمع) ، كما أن الحالة النفسية والمشاعر العاطفيه السلبية وانخفاض فاعلية الذاتية من أكثر العوامل المنبئة بوصمة الذات بين الأفراد .

### تعقيب على الدراسات السابقة :

من حيث الأهداف : هدفت بعض الدراسات الى دراسة أثر انفصال الوالدين بالطلاق على الأبناء في شعورهم بالوصم وأثاره الضاره على صحة الأبناء النفسية مثل دراسة ( Varda, et al, 2016 ) ودراسة ( Danielle ,et al,2020 ) ودراسة ( Fang,et al,2021 ) ، كما هدفت بعض الدراسات الى التعرف على العلاقة الإرتباطية الموجبة بين وصمة الذات والإتهام العاطفي مثل دراسة ( Ruben, et al, 2020 ) ودراسة ( Guerrero,et al,2021 ) ودراسة ( Lokhee& Hogg, 2021 ) ، بينما هدفت بعض الدراسات الأخرى الى بيان العلاقة الإرتباطية السالبة بين وصمة الذات وفاعلية الذات مثل دراسة ( Pasmatz,et al,2016 ) ودراسة ( Niwako&Jana,2020 ) ودراسة ( Seo, 2021 ) ودراسة ( Allison, et al, 2022 )

من حيث العينة : تنوعت عينة الدراسات السابقة فمنها ما تم على المراهقين مثل دراسة ( Fang,et al,2021 ) ، ومنها ما تم على الطلاب مثل دراسة ( Lokhee& Hogg, 2021 ) ودراسة ( Niwako&Jana,2020 ) ودراسة ( Lydia H., et al, 2022 ) وذلك لندرة الدراسات التي تناولت متغيرات البحث مع عينة ابناء المطلقين ، ونظرا للأثر الهام لوصمة الذات وما تسببه من مشاكل نفسية وعاطفية للأبناء لذلك قامت الباحثة بإختيارها كعينة للبحث الحالي .

### من حيث النتائج :

- اتفقت نتائج بعض الدراسات على الأثار السلبية لوصمة الذات ومنها مشاكل استيعاب أعلى ، سلوكيات اجتماعية أقل ، واحساس بالدونية والرفض مثل دراسة ( Fang,et al,2021 ) ودراسة ( Danielle ,et al,2020 ) .
- كما اتفقت نتائج بعض الدراسات الأخرى على ارتباط وصمة الذات بمتلازمة الإرهاق ومنها الإرهاق العاطفي ، وان المشاعر السلبية (الحزن ، الغضب ، الكراهية ، التوتر ) الناتجة عن الإرهاق العاطفي بمثابة منبأ للوصمة الذاتية مثل دراسة ( Ruben, et al, 2020 ) ودراسة ( Lokhee& Hogg, 2021 ) .
- بينما اتفقت نتائج بعض الدراسات الأخرى أن وصمة العار الذاتية تساهم في تدني فاعلية الذات واحترام الذات للأفراد ، وانخفاض الفاعلية الذاتية من أكثر العوامل المنبئة بوصمة الذات بين الأفراد ، لذلك يجب تطوير برامج منهجية لتعزيز فاعلية الذات وتقليل وصمة العار الذاتية لهؤلاء الأفراد ، مثل دراسة ( Ming-hui,et al,2022 ) ودراسة ( Seo, 2021 ) ودراسة ( Pasmatz,et al,2016 ) .



### موقع البحث الحالي من البحوث السابقة :

- يختلف البحث الحالي عن البحوث السابقة في تناوله لفئة أبناء المطلقين ، حيث ان معظم الدراسات السابقة تناولت فئات المرضى وعينة المطلقات ، ولكنها لم تتناول هذه الفئة ونظراً لتأثر الأبناء بانفصال الوالدين وتأثر عواطفهم واحترامهم لذاتهم ورغبتهم في الإنسحاب الإجتماعى ، فقد قامت الباحثة بدراسة هذه الفئة وكيفية تأثير شعورهم بوصمة الذات على حياتهم
- يختلف البحث الحالي في تناوله لمتغيرات وصمة الذات و(الإنهاك العاطفى – فاعلية الذات) ، حيث وجدت الباحثة ندرة في الدراسات التى جمعت متغيرات البحث الثلاثة لدى عينة الدراسة .
- لم تتناول الباحثة دراسات كشفت عن تباين وصمة الذات وفقاً لمتغير الجنس ونوع الإقامة لدى عينة الدراسة من أبناء المطلقين ، لذلك قامت الباحثة بتناول هذه الفروق
- قامت الباحثة بإعداد مقاييس لمتغيرات البحث لعدم توافرها لدى فئة الدراسة من أبناء المطلقين

### فروض البحث :

1. توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين درجات أفراد العينة على مقياس وصمة الذات وبين درجاتهم على مقياس الإنهاك العاطفى .
2. توجد علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة احصائية بين درجات أفراد العينة على مقياس وصمة الذات وبين درجاتهم على مقياس فاعلية الذات.
3. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على مقياس وصمة الذات وفقاً لمتغير النوع ( ذكور – إناث ) ، و متغير الإقامة ( مع الأب – مع الأم ) .
4. يمكن التنبؤ بوصمة الذات من خلال متغيرى الإنهاك العاطفى وفاعلية الذات لدى أبناء المطلقين .

### إجراءات البحث :

### أولاً: منهج البحث :

اعتمدت الباحثة على المنهج الإرتباطي الفارق للتعرف علي العلاقات بين متغيرات البحث والفروق فيما تبعاً لمتغيرات النوع والإقامة (مع الأب/مع الأم) ، وكذلك التنبؤ بوصمة الذات من خلال أبعاد متغيرات البحث.

## ثانياً : عينة البحث

## [ أ ] عينة التحقق من الخصائص السيكومترية :

هدفت الباحثة إلى الوقوف على مدى مناسبة الأدوات المستخدمة لمستوى أفراد العينة ، والتأكد من وضوح تعليمات الأدوات والبنود المتضمنة في أدوات البحث ، والتعرف على الصعوبات التي قد تظهر أثناء التطبيق والعمل على تلاشيها والتغلب عليها، إلى جانب التحقق من صدق وثبات أدوات البحث ، ولتحقيق هذه الأهداف قامت الباحثة بتطبيق أدوات البحث على عينة التحقق من الخصائص السيكومترية ، وقد روعي عند اختيارها أن يتوافر فيها معظم خصائص العينة الأساسية للدراسة، والتي تكونت من (100) من أبناء المطلقين ممن تراوحت أعمارهم بين (12-14) سنة.

[ب] عينة البحث النهائية (الأساسية) : تكونت عينة البحث من (150) من أبناء المطلقين ، ممن تراوحت أعمارهم بين (12-14) سنة بمتوسط حسابي (12.51) وانحراف معياري (1.43) ، من عدة مدارس ومعاهد بالدقهلية بواقع (62) للذكور و(88) للإناث ويتضح توزيع العينة من الجدول التالي :

## جدول (1)

## توزيع العينة وفقاً للمتغيرات الديموجرافية

الإقامة		النوع
مع الأب	مع الأم	
37	25	ذكور
62		إجمالي الذكور
33	55	إناث
88		إجمالي الإناث
150		إجمالي الذكور والإناث

جدول (2)

توزيع عدد العينة على المدارس التي تم اختيارها منها

الإجمالي	النوع		المدرسة
	إناث	ذكور	
18	10	8	مدرسة كفر الروك
18	11	7	مدرسة البلامون
15	9	6	مدرسة الجلايله
12	7	5	مدرسة العزاوى
15	9	6	مدرسة العزب
14	6	8	مدرسة البشنيى
12	8	4	مدرسة برج النور العرب
17	-	7	معهد البلامون بنين
	10	-	معهد البلامون بنات
16		6	معهد العزاوى بنين
	9		معهد العزاوى بنات
14	9	5	مدرسة العزاوى
150	88	62	الإجمالي

وقد راعت الباحثة اختيار عينة البحث من أبناء المطلقين الذين تتراوح اعمارهم (12-14) سنة ، وذلك لما أيدته نتائج الدراسات السابقة ومنها نتائج دراسة ( Corey,S,2019 ) التي أشارت بأن المشاركين الأكبر سناً لديهم أدنى مستويات الوصم ، كما اتفقت أيضاً مع نتائج دراسة ( Perla, et al,2008 ) التي أسفرت بأن وصمة العار الذاتية كانت نسبتها معتدلة حيث أبلغ المشاركون الأكبر سناً عن مستويات أقل من وصمة العار الذاتية من المشاركين الأصغر سناً ، وأيدته أيضاً نتائج دراسة ( Fareeda, et al, 2020 ) التي أفادت بأن الأبناء الأصغر سناً هم أكثر شعوراً بوصمة الذات .

## ثالثاً: أدوات البحث

تكونت أدوات البحث من مقياس وصمة الذات ومقياس الإرهاك العاطفي، ومقياس فاعلية الذات لدى أبناء المطلقين، وفيما يلي الخصائص السيكومترية لأدوات البحث.

## 1- مقياس الإرهاك العاطفي لدى أبناء المطلقين / إعداد الباحثة :

[ أ ] هدف المقياس: قامت الباحثة بإعداد مقياس الإرهاك العاطفي لقياس أبعاد الإرهاك العاطفي لدى أبناء المطلقين.

[ب] إجراءات إعداد وتصميم المقياس : تتكون عملية إعداد وتصميم المقياس المصمم للبحث الحالي من (4) خطوات كل خطوة من هذه الخطوات تشتق من الخطوة التي تسبقها وتمهد للخطوة التي تليها، حتى تترابط جميع الخطوات ويصبح العمل متكامل وفي صورته النهائية، ويمكن من خلال الشكل التالي توضيح تلك الخطوات:



شكل (1) خطوات إعداد مقياس الإرهاك العاطفي

## الخطوة الأولى : مراجعة الإطار النظري والمقاييس السابقة :

اطلعت الباحثة على ما أتيح لها من إطار نظري ودراسات سابقة وبحوث ومراجع عربية وأجنبية والآراء والنظريات المتعلقة بموضوع البحث والمقاييس والإختبارات التي تناولت الإرهاك العاطفي ، من أجل التعرف على الطرق والأدوات المستخدمة في قياس الإرهاك العاطفي ، وصياغة العبارات التي تناسب كل بعد من الأبعاد ، وكذلك الاستفادة من المعلومات الموجودة على شبكة الإنترنت عن الإرهاك العاطفي ، كما قامت الباحثة بالاستفادة من بعض الإختبارات والمقاييس العربية والأجنبية التي أتاحت للباحثة وتناولت الإرهاك العاطفي، أو التي تضمنت بنود أو عبارات قد تسهم في بناء مقياس الدراسة الحالية ومنها : مقياس الإرهاك العاطفي إعداد (Marit, 2015) ، (Martin, 2015) ، ومقياس الإرهاك العاطفي إعداد (Jonathan, et al, 2022) ، ومقياس الإرهاك العاطفي إعداد (Cecillie, 2020).

## الخطوة الثانية: أسس تصميم المقياس وصياغة بنوده:

راعت الباحثة طبيعة عينة البحث ، كما راعت طبيعة مفهوم الإرهاك العاطفي وضرورة مراعاة شمولية المقياس لعباراته المختلفة ، كما حاولت أن يكون المقياس بسيط في محتواه ويعبر عن الإمكانيات الحقيقية لهذه الفئة، كما راعت عدد عبارات وطول المقياس ودقة عباراته، وسعت الباحثة في صياغة العبارات في صورتها الأولية أن تكون سهلة، وواضحة، وقصيرة، ولا تحمل أكثر

من معنى وأن تقيس ما وضعت لقياسه دون غموض وأن تعبر عن وجهات النظر المختلفة ، وأن تكون الإستجابة مفيدة وقصيرة، كما راعت الباحثة تحديد شكل المقياس والذي توقف على طبيعة العينة من حيث العمر ومستوى الذكاء والمستوى الإقتصادي الإجتماعي، حيث يطبق المقياس على أبناء المطلقين الذين يتراوح أعمارهم ما بين (12-14) عام ، لذلك كان أنسب شكل للمقياس هو إعداد مقياس للتقدير الذاتي Self Report Measure ، حيث تهتم تلك النوعية من المقاييس بإتساق السلوك عبر المواقف المختلفة.

وقامت الباحثة بتحديد أبعاد المقياس وصياغة بنوده ، وتكون المقياس من ثلاث أبعاد رئيسية تمثل الإنهاك العاطفي ، وقد عرفت الباحثة الإنهاك العاطفي والأبعاد كالتالي :

**الإنهاك العاطفي :** عرفت الباحثة بأنه " حالة شعورية يترتب عليها استنفاد الأبناء لطاقتهم الإنفعالية نتيجة الخبرات المتراكمة بسبب انفصال الوالدين ، تؤثر على ادائهم الجسدي والمعرفي والإجتماعي ( صعوبات التفكير، اضطراب النوم ، البعد عن الآخرين ) ، وتؤدي بهم الى عدم القدرة على متابعة حياتهم بطريقة صحية" ، كما عرفت الأبعاد كما يلي .

**البعد الأول :** التعب والإجهاد العاطفي : " حالة متناقضة من المشاعر وعدم القدرة على تحمل التعب والإجهاد العاطفي بسبب ما يتعرض له الأبناء في مواقف حياتهم" .

**البعد الثاني :** ضعف الأداء الجسدي : " ضعف مهارات الأبناء الصحية بسبب استنفاد طاقتهم الإنفعالية" .

**البعد الثالث :** " ضعف الأداء المعرفي والإجتماعي: ضعف مهارات الأبناء المعرفية والإجتماعية كالتشتت وعدم التركيز وقلة التفاعل الإجتماعي المترتبة على استفاد مشاعرهم وعواطفهم" .

**صياغة بنود المقياس :** تم صياغة العبارات التي تعكس المواقف التي يمر بها أبناء المطلقين والتي تقيس مكونات الإنهاك العاطفي، وذلك بما يتناسب مع طبيعة وثقافة وخصائص عينة البحث

وقد روعي صياغة البنود بلغة سهلة بحيث يسهل على أفراد العينة فهمها وإستيعابها بشكل صحيح، حتى يمكنهم تحديد إستجاباتهم بشكل دقيق، وبلغ من خلالها عدد عبارات المقياس في صورته النهائية (30) عبارة ، والجدول التالي يوضح عدد العبارات في كل بعد من ابعاد المقياس.

### جدول (3)

#### أبعاد مقياس الإنهاك العاطفي وعبارات كل بعد

(28, 25, 22, 19, 16, 13, 10, 7, 4, 1)	10	التعب والإجهاد العاطفي
(29, 26, 23, 20, 17, 14, 11, 8, 5, 2)	10	ضعف الأداء الجسدي
(30, 27, 24, 21, 18, 15, 12, 9, 6, 3)	10	ضعف الأداء المعرفي والإجتماعي

**الخطوة الثالثة : حساب الخصائص السيكومترية للمقياس:**

أولاً: الصدق: استخدمت الباحثة عدة طرق للتأكد من صدق مقياس الإتهاك العاطفي ، وذلك على النحو التالي :

1- صدق المحكمين : وذلك لتأكد من مدى وضوح المفردات وحسن صياغتها، ومدى مطابقتها للبعد الذي وُضعت لقياسه، فقد قامت الباحثة بعرض المقياس على مجموعة من المحكمين من اساتذة الصحة النفسية وعلم النفس مع التعريفات الإجرائية ، وقد أوضحت عنوان الدراسة وهدفها ، والعبارات المتضمنة في كل بعد ، مع التعريف الإجرائي للأبعاد المختلفة التي يتضمنها المقياس ، وطلبت منهم ابداء وجهة نظرهم حول - مدى اتفاق بنود المقياس مع الهدف الذي وضعت من أجله ودقة صياغتها، إرتباط المفردات بالأبعاد المراد قياسها في ضوء التعريف الإجرائي لكل بعد ، إبداء ما يقترحوه من ملاحظات حول تعديل أو إضافة أو حذف ما يلزم.

وتم حساب النسبة المئوية التي توضح نسبة اتفاق المحكمين على كل مفردة من مفردات مقياس الإتهاك العاطفي ، وتم تعديل صياغة (5) مفردات بناءً على آراء السادة المحكمين ليصبح المقياس في صورته النهائية (30)

جدول (4)

**العبارات التي تم تعديلها على مقياس الإتهاك العاطفي**

م	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
1	لم اعد اتحمل بسبب انفصال والدي وطاقتي الإفعالية تدهورت	طاقتي الإفعالية استهلكت بسبب انفصال والدي
2	لم يعد يسعدني اى خبر حتى إذا كان مفرح	الأخبار الساره لم تعد تسعدني
3	عندما انفعل فإن قلبي ينبض بشكل سريع	اشعر بنبضات قلب سريعة عندما انفعل
4	يتشتت انتباهي في اغلب الاوقات بسبب شعوري بالحزن	اشعر بانني مشتت الإنتباه من وقت لآخر
5	عندما اتحدث عن ظروفى مع احد يشعرنى بالضيق	أشعر بالضيق عندما يتحدث معى أحد عن ظروفى

**- الصدق العاملى : Factorial Validity**

قامت الباحثة بحساب الصدق العاملى على عينة تكونت من (100) من ابناء المطلقين من الذكور والإناث، وقد قامت الباحثة بحساب المصفوفة الإرتباطية كمدخل لإستخدام أسلوب التحليل العاملى ، وقد أشارت قيم مصفوفة معاملات الإرتباط المحسوبة إلى خلو المصفوفة من معاملات ارتباط تامة ، مما يوفر أساساً سليماً لإخضاع المصفوفة للتحليل العاملى ، وقد تأكدت الباحثة من صلاحية المصفوفة من خلال تفحص قيمة محدد المصفوفة والذي بلغ 0,000067 وهي تزيد عن الحد الأدنى المقبول ، ومن جانب آخر بلغت قيمة مؤشر Meyer-Oklin-Kaiser (KMO) للكشف عن مدى كفاية حجم العينة 0.870 ، وهي تزيد عن الحد الأدنى المقبول لإستخدام



أسلوب التحليل العاملي وهو 0,50، كما تم التأكد من ملائمة المصفوفة للتحليل العاملي بحساب اختبار Bartlett's test حيث كان دالاً إحصائياً عند مستوى 0,01. وبعد التأكد من ملائمة البيانات لأسلوب التحليل العاملي، تم إخضاع مصفوفة الارتباط لأسلوب تحليل المكونات الأساسية (Principal components analysis PCA) وتدوير المحاور تدويراً متعامداً باستخدام طريقة الفارماكس، وقد أسفر التحليل عن وجود ثلاثة عوامل تزيد قيم جذورها الكامنة عن الواحد الصحيح بحسب معيار كايزر وتفسر ما مجموعه 68.174% من التباين الكلي في أداء الأفراد على مقياس الإنهاك العاطفي، والجدول التالي رقم (5) يوضح تشعبات المكونات المستخرجة بعد التدوير المتعامد لمقياس الإنهاك العاطفي.

جدول (5)

العوامل المستخرجة من التحليل العاملي لمقياس الإنهاك العاطفي (ن=100)

نسب الشيع	العوامل المستخرجة		
	الأول	الثاني	الثالث
0.537	0.670		1
0.526	0.706		4
0.753	0.865		7
0.856	0.911		10
0.265	0.447		13
0.718	0.837		16
0.552	0.709		19
0.689	0.781		22
0.804	0.885		25
0.373	0.525		28
0.781		0.863	2
0.862		0.902	5
0.850		0.917	8
0.727		0.844	11
0.702		0.803	14
0.684		0.767	17
0.825		0.898	20
0.586		0.685	23

نسب الشيع	العوامل المستخرجة			
	الثالث	الثاني	الأول	
0.494		0.656		26
0.469		0.625		29
0.720			0.848	3
0.889			0.934	6
0.854			0.924	9
0.725			0.849	12
0.870			0.931	15
0.881			0.938	18
0.816			0.903	21
0.445			0.652	24
0.491			0.696	27
0.699			0.833	30
التباين الاجمالي	6.073	6.910	7.469	الجذر الكامن
68.174	20.244	23.034	24.896	التباين

تفسير العوامل الناتجة من التحليل العاملى :-

يتضح من الجدول السابق ما يلى :

- العامل الأول قد تشبعت به (10) عبارات تشبعاً دالاً إحصائياً، وكان الجذر الكامن لها (7.469) بنسبة تباين (24.896%) ، وجميع هذه العبارات تنتمي لبعدها ضعف الأداء المعرفي والاجتماعي
- العامل الثاني قد تشبعت به (10) عبارة تشبعاً دالاً إحصائياً ، وقد كان الجذر الكامن لها (6.910) بنسبة تباين (23.034%) ، وجميع هذه العبارات تنتمي لبعدها ضعف الأداء الجسدي
- العامل الثالث قد تشبعت به (10) عبارات تشبعاً دالاً إحصائياً، وكان الجذر الكامن لها (6.073) بنسبة تباين (20.244%) ، وجميعها تنتمي لبعدها التعب والإجهاد الانفعالي. وقد فسرت هذه العوامل الثلاثة نسبة تباين 68.174 وهي نسبة تباين كبيرة تعكس أن هذه العوامل مجتمعة تفسر نسبة كبيرة من التباين في المقياس ، وتؤكد هذه النتيجة على الصدق العاملي للمقياس ، حيث تشبعت العبارات على العوامل التي تنتمي إليها وهو ما يعزز الثقة في المقياس.

ثانياً الثبات: قامت الباحثة بحساب ثبات مقياس الإنهاك العاطفى باستخدام الطرق التالية:

(أ) معادلة ثبات ألفا كرونباخ: وذلك على عينة بلغت (100) من ابناء المطلقين، وكانت النتائج كما هي ملخصة في جدول (6)

معاملات ثبات ألفا كرونباخ  $n=100$

الأبعاد	ألفا كرونباخ
التعب والإجهاد الإنفعالي	0.719
ضعف الأداء الجسدي	0.743
ضعف الأداء المعرفي والإجتماعي	0.755
الدرجة الكلية	0.796

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات ثبات الأبعاد الثلاث لمقياس الإنهاك العاطفى والدرجة الكلية كانت مرتفعة ، وهو ما يعزز الثقة في المقياس.

(ب) طريقة التجزئة النصفية: قامت الباحثة بحساب معامل التجزئة النصفية وذلك بقسمة المقياس إلي نصفين (العبارات الفردية والزوجية) وتم التصحيح باستخدام معادلة سبيرمان براون على عينة قوامها (100) مفحوصة ، والنتائج موضحة في جدول (7)

معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية  $(n=100)$

الأبعاد	التجزئة النصفية
التعب والإجهاد الإنفعالي	0.743
ضعف الأداء الجسدي	0.751
ضعف الأداء المعرفي والإجتماعي	0.789
الدرجة الكلية	0.791

يتضح من الجدول السابق (7) أن جميع معاملات التجزئة النصفية جاءت مرتفعة ومطمئنة للإستخدام في الدراسة الحالية.

#### الخطوة الرابعة: التعليمات وطريقة التصحيح:

[1] التعليمات: وضعت الباحثة في الإعتبار أن تكون التعليمات المكتوبة تتميز بالبساطة والوضوح لكي تتناسب مع أفراد العينة ، كذلك صيغت في بدايتها بعبارة تحفيزية ، وجاءت التعليمات كالتالى (عزيزى الطالب : سيعرض عليك فيما يلى مجموعة من العبارات التى تعبر عن بعض المواقف فى حياتك ، وتوجد أمام كل عبارة من العبارات ثلاثة بدائل وعليك أن :

1- تضع علامة (√) أسفل (دائماً) إذا كانت العبارة تنطبق على ما تشعر به دائماً .

2- أو تضع علامة ( √ ) أسفل (أحياناً) إذا كانت العبارة تنطبق على ما تشعر به أحياناً.

3- أو تضع علامة ( √ ) أسفل (أبداً) إذا كانت العبارة لا تنطبق عليك .

ونأمل أن لا تترك عبارة واحدة دون أن تجيب عليها وإلا ستعتبر الإستمارة لاغية في هذه الحالة، وأن تجيب بإختيار بديل واحد فقط على كل عبارة مع ملاحظة أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، فالإجابة تعتبر صحيحة عندما تعبر عن رأيك الشخصي تجاه كل عبارة ، وتذكر عزيزي الطالب أن المعلومات الواردة في هذا المقياس والتي ستخبرنا بها ستكون في غاية السرية ، ولن تستخدم هذه المعلومات إلا لأغراض البحث العلمى فقط ، شكراً على تعاونك معنا.

[2] طريقة التصحيح: إتمدت الباحثة على الميزان الثلاثي لتتيح الفرصة للعينة حرية الإختيار والقدرة على التحديد الدقيق مع مراعاة عمر العينة وخصائصها، وكانت البدائل هي (دائماً = 3 أحياناً= 2, ابداً= 1) ، بحيث تعطى الإستجابة على البدائل درجات كالتالى: (3: 2: 1) .

### جدول (8)

#### أبعاد وأرقام عبارات المقياس

الأبعاد الأساسية	عدد العبارات	الدرجة الصغرى	الدرجة العظمية
التعب والإجهاد الإنفعالي	10	10	30
ضعف الأداء الجسدي	10	10	30
ضعف الأداء المعرفي والإجتماعي	10	10	30
الدرجة الكلية	30	30	90

[3] تفسير الدرجات: تفسر الدرجة المنخفضة بانخفاض مستوى الإنهاك العاطفى ، بينما تعني الدرجة المرتفعة ارتفاع مستوى الإنهاك العاطفى ، وتتراوح الدرجة علي المقياس بين (30) إلي (90) درجة.

### 2- مقياس فاعلية الذات لدى أبناء المطلقين / إعداد الباحثة :

[ أ ] هدف المقياس: قامت الباحثة باعداد مقياس فاعلية الذات لقياس أبعاد فاعلية الذات لدي أبناء المطلقين.

[ب] اجراءات إعداد وتصميم المقياس : تتكون عملية إعداد وتصميم المقياس المصمم للدراسة الحالية من (4) خطوات كل خطوة من هذه الخطوات تشتق من الخطوة التي تسبقها وتمهد للخطوة التي تليها، حتي تترابط جميع الخطوات ويصبح العمل متكامل وفي صورته النهائية، ويمكن من خلال الشكل التالي توضيح تلك الخطوات:



شكل (2) خطوات إعداد مقياس فاعلية الذات

### الخطوة الأولى :مراجعة الإطار النظري والمقاييس السابقة:

اطلعت الباحثة على ما أتيج لها من إطار نظري ودراسات سابقة وبحوث ومراجع عربية وأجنبية والآراء والنظريات المتعلقة بموضوع الدراسة والمقاييس والإختبارات التي تناولت فاعلية الذات ، من أجل التعرف على الطرق والأدوات المستخدمة في قياس فاعلية الذات ، وصياغة العبارات التي تناسب كل بعد من الأبعاد ، وكذلك الإستفادة من المعلومات الموجودة على شبكة الإنترنت عن فاعلية الذات ، كما قامت الباحثة بالإستفادة من بعض الإختبارات والمقاييس العربية والأجنبية التي أتاحت للباحثة وتناولت فاعلية الذات، أو التي تضمنت بنود أو عبارات قد تسهم في بناء مقياس الدراسة الحالية ومنها: مقياس فاعلية الذات إعداد (زيدان ، 2010) مقياس فاعلية الذات إعداد (خالدي ، 2007) ، مقياس فاعلية الذات إعداد (يوسف ، 2016) ، مقياس فاعلية الذات إعداد (العدل، 2001) و(الشعراوى ، 2000).

### الخطوة الثانية: أسس تصميم المقياس وصياغة بنوده

راعت الباحثة طبيعة عينة الدراسة ، كما راعت طبيعة مفهوم فاعلية الذات وضرورة مراعاة شمولية المقياس لعباراته المختلفة ، وحاولت أن يكون المقياس بسيط في محتواه ويعبر عن الإمكانيات الحقيقية لهذه الفئة، كما راعت عدد عبارات وطول المقياس ودقة عباراته، وسعت الباحثة في صياغة العبارات في صورتها الأولية أن تكون سهلة، وواضحة، وقصيرة، ولا تحمل أكثر من معنى وأن تقيس ما وضعت لقياسه دون غموض وأن تعبر عن وجهات النظر المختلفة، وأن تكون الإستجابة مفيدة وقصيرة، كما راعت الباحثة تحديد شكل المقياس والذي توقف على طبيعة العينة من حيث العمر ومستوى الذكاء والمستوى الأقتصادي الأجماعي، حيث يطبق المقياس على المراهقين الذين يتراوح أعمارهم ما بين (12-14) عام ، لذلك كان أنسب شكل للمقياس هو إعداد مقياس للتقدير الذاتي Self Report Measure ، حيث تهتم تلك النوعية من المقاييس بإتساق السلوك عبر المواقف المختلفة.

وقامت الباحثة بتحديد أبعاد المقياس وصياغة بنوده ، وتكون المقياس من ثلاث أبعاد رئيسية تمثل فاعلية الذات وقد عرفت الباحثة فاعلية الذات وإبعاده كالتالي :

فاعلية الذات : عرفته الباحثة بأنه " قدرة الأبناء على التحدى والمثابره ومواصلة الجهد وتجاوز المواقف الضاغطة التي يتعرضون لها بسبب انفصال والديهم مما يمكنهم من الإستمرار في الحياة وتحقيق اهدافهم والوصول الى الرضا" ، كما عرفت الأبعاد كما يلي :

البعد الأول : القدرة على التحدى والمثابرة : " مدى قدرة الأبناء على الثقة بأنفسهم واستغلال الفرص المتاحة أمامهم " .

البعد الثاني : تجاوز المواقف الضاغطة : " قدرة الأبناء في التغلب على مواقف الضغط والإجهاد والصعوبات التي تعترضهم في مواصلة حياتهم " .

البعد الثالث : " قدرة الأبناء على الوصول الى اهدافهم وتحقيق امالهم لمواصلة حياتهم والإستمرار فيها " .

صياغة بنود المقياس : بعد تحديد التعريف الإجرائى لفاعلية الذات ومكوناتها تم تحليل مضمون المقاييس والأدوات السيكمترية الخاصة بفاعلية الذات والتي أعدت من قبل على عينات مختلفة ، وقد تم صياغة العبارات التي تعكس المواقف التي يمر بها المراهق والتي تقيس مكونات فاعلية الذات ، وذلك بما يتناسب مع طبيعة وثقافة وخصائص عينة الدراسة ، وقد تنوعت البنود في الصياغة بين " العبارات الإيجابية والعبارات السلبية " ، بلغ من خلالها عدد بنود المقياس في صورته النهائية (24) بنداً، والجدول التالي يوضح عدد البنود في كل مكون من مكونات المقياس.

جدول (9)

#### أبعاد مقياس فاعلية الذات وعبارات كل بعد

العدد	عبارات
8	القدرة على التحدى والمثابرة
( 1، 4، 7، 10، 13، 16، 19، 22 )	
8	تجاوز المواقف الضاغطة
( 2، 5، 8، 11، 14، 17، 20، 23 )	
8	انجاز المهام والأهداف
( 3، 6، 9، 12، 15، 18، 21، 24 )	

#### الخطوة الثالثة : حساب الخصائص السيكمترية للمقياس:

أولاً: الصدق: استخدمت الباحثة عدة طرق للتأكد من صدق مقياس فاعلية الذات. وذلك على النحو التالي:

1. صدق المحكمين : وذلك لتأكد من مدى وضوح المفردات وحسن صياغتها، ومدى مطابقتها للبعد الذي وُضعت لقياسه، تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين من اساتذة الصحة النفسية وعلم النفس مع التعريفات الإجرائية ، وقد أوضحت عنوان الدراسة وهدفها ، والعبارات المتضمنة في كل بعد ، مع التعريف الإجرائى للأبعاد المختلفة التي يتضمنها المقياس ، وطلبت منهم ابداء وجهة نظرهم حول - مدى اتفاق بنود المقياس مع الهدف الذي وضعت من أجله ودقة صياغتها، إرتباط المفردات بالأبعاد المراد قياسها في ضوء التعريف الإجرائى لكل بعد ، ابداء ما يقترحونه من ملاحظات حول تعديل أو إضافة أو حذف ما يلزم .

وتم تعديل صياغة (4) مفردات بناءً على آراء السادة المحكمين، ليصبح المقياس في صورته النهائية (24)



جدول (10)

العبارات التي تم تعديلها على مقياس فاعلية الذات

م	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
1	براودنى شعور مستمر بعدم القدرة على التحمل	ينتابنى أحياناً شعور بأننى غير قادر على التحمل
2	لدى عزيمة قوية و ارادة عظيمة	اعتقد بأننى أمتلك عزيمة و ارادة قويتين
3	أشعر بالعجز عن التفكير فى امور حياتى بسبب غياب احد والداى	غياب احد والداى يجعلنى عاجز عن التفكير فى أمور حياتى
4	عندما واجه اى صعوبات فى حياتى اشعر بخيبة أمل بسبب ظروفى	أشعر بخيبة أمل عند مواجهة اى صعوبات فى حياتى بسبب ظروفى

2-الصدق العاملى : Factorial Validity

قامت الباحثة بحساب الصدق العاملى على عينة من (100) من أبناء المطلقين من الذكور والإناث، وقد قامت الباحثة بحساب المصفوفة الإرتباطية كمدخل لإستخدام أسلوب التحليل العاملى، وقد أشارت قيم مصفوفة معاملات الإرتباط المحسوبة إلى خلو المصفوفة من معاملات ارتباط تامة، مما يوفر أساساً سليماً لإخضاع المصفوفة للتحليل العاملى. وقد تأكدت الباحثة من صلاحية المصفوفة من خلال تفحص قيمة محدد المصفوفة والذي بلغ 0,000045 وهي تزيد عن الحد الأدنى المقبول ومن جانب آخر بلغت قيمة مؤشر Meyer-Oklin-Kaiser (KMO) للكشف عن مدى كفاية حجم العينة 0.778 وهي تزيد عن الحد الأدنى المقبول لإستخدام أسلوب التحليل العاملى وهو 0,50 كما تم التأكد من ملائمة المصفوفة للتحليل العاملى بحساب اختبار بارتلليت Bartlett's test حيث كان دالاً إحصائياً عند مستوي 0,01.

وبعد التأكد من ملائمة البيانات لأسلوب التحليل العاملى، تم إخضاع مصفوفة الإرتباط لأسلوب تحليل المكونات الأساسية (Principal components analysis PCA) وتدوير المحاور تدويراً متعامداً بإستخدام طريقة الفارماكس، وقد أسفر التحليل عن وجود ثلاثة عوامل تزيد قيم جذورها الكامنة عن الواحد الصحيح بحسب معيار كايزر وتفسر ما مجموعه (72.611%) من التباين الكلى في أداء الأفراد على مقياس فاعلية الذات، والجدول التالى رقم (11) يوضح تشيعات المكونات المستخرجة بعد التدوير المتعامد لمقياس فاعلية الذات.

جدول (11)

*العوامل المستخرجة من التحليل العاملي لمقياس فاعلية الذات (ن=100)*

نسب الشيع	العوامل المستخرجة			
	الثالث	الثاني	الأول	
0.567	0.906		1	
0.579	0.861		4	
0.748	0.846		7	
0.843	0.787		10	
0.211	0.745		13	
0.731	0.738		16	
0.591	0.685		19	
0.687	0.388		22	
0.820		0.918	2	
0.844		0.915	5	
0.853		0.891	8	
0.759		0.883	11	
0.723		0.862	14	
0.692		0.810	17	
0.855		0.770	20	
0.598		0.687	23	
0.665			0.945	3
0.901			0.940	6
0.853			0.940	9
0.789			0.923	12
0.896			0.919	15
0.885			0.884	18
0.846			0.814	21
0.490			0.679	24



نسب الشيع	العوامل المستخرجة		
	الثالث	الثاني	الأول
التباين الاجمالي	5.032	6.066	6.329
72.611	20.968	25.27	26.369

### تفسير العوامل الناتجة من التحليل العاملي :-

يتضح من الجدول السابق ما يلي :

- العامل الأول قد تشبعت به (8) عبارات تشبعت دالاً إحصائياً، وكان الجذر الكامن لها (6.329) بنسبة تباين (26.369%). وجميع هذه العبارات تنتمي لبعده انجاز المهام والأهداف
- العامل الثاني قد تشبعت به (8) عبارات تشبعت دالاً إحصائياً، وقد كان الجذر الكامن لها (6.066) بنسبة تباين (25.27%) وجميع هذه العبارات تنتمي لبعده تجاوز المواقف الضاغطة.
- العامل الثالث قد تشبعت به (8) عبارات تشبعت دالاً إحصائياً، وكان الجذر الكامن لها (5.032) بنسبة تباين (20.968%) وجميعها تنتمي لبعده القدرة علي التحدي والمثابرة. وقد فسرت هذه العوامل الثلاثة نسبة تباين 72.611 وهي نسبة تباين كبيرة تعكس أن هذه العوامل مجتمعة تفسر نسبة كبيرة من التباين في المقياس، وتؤكد هذه النتيجة على الصدق العاملي للمقياس حيث تشبعت العبارات على العوامل التي تنتمي إليها وهو ما يعزز الثقة في المقياس.

3- صدق المحك الخارجي: تم التحقق من صدق المقياس بطريقة صدق الارتباط بمحك خارجي حيث تم إيجاد قيمة معامل الارتباط بين مقياس فاعلية الذات المستخدم في الدراسة (إعداد الباحثة)، ومقياس فاعلية الذات إعداد (خالد، 2007)، وتم تطبيقه علي عينة الدراسة الإستهلاعية كما هو موضح في

جدول (12)

يوضح قيمة صدق الارتباط بمحك خارجي

قيمة معامل الارتباط	البعده
**0.684	الدرجة الكلية

يتضح من الجدول (12) ان معامل الارتباط بين المقياسين بلغ قيمته (0.684)، وهو معامل دال إحصائياً عند (0.01).

ثانياً الثبات: قامت الباحثة بحساب ثبات مقياس فاعلية الذات بإستخدام الطرق التالية :

- (أ) معادلة ثبات ألفا كرونباخ: وذلك على عينة بلغت (100) من ابناء المطلقين، وكانت النتائج كما هي ملخصة في

## جدول (13)

معاملات ثبات ألفا كرونباخ ن= (100)

الأبعاد	ألفا كرونباخ
القدرة على التحدى والمثابرة	0.753
تجاوز المواقف الضاغطة	0.792
انجاز المهام والاهداف	0.759
الدرجة الكلية	0.801

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات ثبات الأبعاد الثلاث لمقياس فاعلية الذات والدرجة الكلية كانت مرتفعة ، وهو ما يعزز الثقة في المقياس.

(ب) طريقة التجزئة النصفية: قامت الباحثة بحساب معامل التجزئة النصفية ، وذلك بقسمة المقياس إلي نصفين (العبارات الفردية والزوجية) ، وتم التصحيح باستخدام معادلة سبيرمان براون على عينة قوامها (100) مفحوصة ، والنتائج موضحة في

## جدول (14)

معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية ن= (100)

الأبعاد	التجزئة النصفية
القدرة على التحدى والمثابرة	0.744
تجاوز المواقف الضاغطة	0.733
انجاز المهام والأهداف	0.786
الدرجة الكلية	0.805

يتضح من الجدول السابق (14) أن جميع معاملات التجزئة النصفية جاءت مرتفعة ومطمئنة للإستخدام في الدراسة الحالية.

## الخطوة الرابعة: التعليمات وطريقة التصحيح:

[1] التعليمات : وضعت الباحثة في الإعتبار أن تكون التعليمات المكتوبة تتميز بالبساطة والوضوح لكي تتناسب مع أفراد العينة، كذلك صيغت في بدايتها بعبارة تحفيزية وجاءت التعليمات كالتالى (عزيزى الطالب : سيعرض عليك فيما يلى مجموعة من العبارات التى يمكن أن تعبر عن بعض المواقف فى حياتك وتوجد أمام كل عبارة من العبارات ثلاثة بدائل وعليك أن :

1- تضع علامة (√) أسفل (أوافق بشدة) إذا كانت العبارة تنطبق على ما تشعر به دائماً .

2- أو تضع علامة (√) أسفل (أوافق أحياناً) إذا كانت العبارة تنطبق على ما تشعر به أحياناً.

3- أو تضع علامة (√) أسفل (لا أوافق) إذا كانت العبارة لا تنطبق عليك .

وتأمل أن لا تترك عبارة واحدة دون أن تجيب عليها ولا ستعتبر الإستمارة لاغية في هذه الحالة، وأن تجيب باختيار بديل واحد فقط على كل عبارة مع ملاحظة أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، فالإجابة تعتبر صحيحة عندما تعبر عن رأيك الشخصي تجاه كل عبارة، وتذكر عزيزي الطالب أن المعلومات الواردة في هذا المقياس والتي ستخبرنا بها ستكون في غاية السرية، ولن تستخدم هذه المعلومات إلا لأغراض البحث العلمي فقط، شكراً على تعاونك معنا.

[2] طريقة التصحيح: إتمدت الباحثة على الميزان الثلاثي لتتبع الفرصة للعينة في حرية الاختيار والقدرة على التحديد الدقيق مع مراعاة عمر العينة وخصائصها، وكانت البدائل هي (أوافق بشدة، أوافق أحياناً، لا أوافق)، بحيث تعطى الإستجابة على البدائل درجات كالتالي: (أوافق بشدة=3، أوافق أحياناً=2، لا أوافق=1) وذلك على العبارات الإيجابية في حين أن العبارات السلبية تصحح كالتالي (أوافق بشدة=1، أوافق أحياناً=2، لا أوافق=3)، وتقدر الدرجة علي المقياس وفقاً لميزان التصحيح الثلاثي وفقاً للجدول التالي:

جدول (15)

أبعاد وأرقام عبارات المقياس

الأبعاد الأساسية	عدد العبارات	الدرجة الصغرى	الدرجة العظمى
القدرة على التحدى والمثابرة	8	8	24
تجاوز المواقف الضاغطة	8	8	24
انجاز المهام والاهداف	8	8	24
الدرجة الكلية	24	24	72

[3] تفسير الدرجات: تفسر الدرجة المنخفضة بإنخفاض مستوي فاعلية الذات بينما تعني الدرجة المرتفعة ارتفاع مستوي فاعلية الذات، وتتراوح الدرجة علي المقياس بين (24) إلي (72) درجة.

3- مقياس وصمة الذات لدى أبناء المطلقين / إعداد الباحثة:

تم تصميم مقياس وصمة الذات المستخدم في الدراسة لقلّة الأدوات التي تناولت وصمة الذات في المرحلة لعينة الدراسة، ولكي يتناسب مع خصائص عينة الدراسة الحالية من خلال الخطوات التالية:

[أ] هدف المقياس: قامت الباحثة بإعداد مقياس وصمة الذات لقياس أبعاد وصمة الذات لدى أبناء المطلقين.

[ب] اجراءات إعداد وتصميم المقياس: تتكون عملية إعداد وتصميم المقياس المصمم للدراسة الحالية من (4) خطوات كل خطوة من هذه الخطوات تشتق من الخطوة التي تسبقها وتمهد للخطوة التي تليها، حتي تترابط جميع الخطوات ويصبح العمل متكامل وفي صورته النهائية، ويمكن من خلال الشكل التالي توضيح تلك الخطوات:



شكل (3) خطوات إعداد مقياس وصمة الذات

**الخطوة الأولى: مراجعة الأطار النظري والمقاييس السابقة:** اطلعت الباحثة على ما أتيج لها من إطار نظري ودراسات سابقة وبحوث ومراجع عربية وأجنبية والآراء والنظريات المتعلقة بموضوع الدراسة والمقاييس والإختبارات التي تناولت وصمة الذات ، من أجل التعرف على الطرق والأدوات المستخدمة في قياس وصمة الذات ، وصياغة العبارات التي تناسب كل بعد من الأبعاد ، وكذلك الإستفادة من المعلومات الموجودة على شبكة الإنترنت عن وصمة الذات ، كما قامت الباحثة بالإستفادة من بعض الإختبارات والمقاييس العربية والأجنبية التي أتاحت للباحثة وتناولت وصمة الذات، أو التي تضمنت بنود أو عبارات قد تسهم في بناء مقياس الدراسة الحالية ومنها: مقياس (Vogel & Haak,2006) ، ومقياس وصمة الذات إعداد (الديدي وحسن، 2015) ، ومقياس (Sezer&Kezer,2013) ، ومقياس (Morris, et l, 2018)

#### الخطوة الثانية: أسس تصميم المقياس وصياغة بنوده

راعت الباحثة طبيعة عينة الدراسة ، كما راعت طبيعة مفهوم وصمة الذات وضرورة مراعاة شمولية المقياس لعباراته المختلفة ، كما حاولت أن يكون المقياس بسيطاً في محتواه ويعبر عن الإمكانات الحقيقية لهذه الفئة، كما راعت عدد عبارات وطول المقياس ودقة عباراته، وسعت الباحثة في صياغة العبارات في صورتها الأولية أن تكون سهلة وواضحة، وقصيرة ، ولا تحمل أكثر من معنى وأن تقيس ما وضعت لقياسه دون غموض وأن تعبر عن وجهات النظر المختلفة، وأن تكون الإستجابة مفيدة وقصيرة، كما راعت الباحثة تحديد شكل المقياس والذي توقف على طبيعة العينة من حيث العمر ومستوى الذكاء والمستوى الإقتصادي الإجتماعي، حيث يطبق المقياس على أبناء المطلقين الذين يتراوح أعمارهم ما بين (12-14) عام ، لذلك كان أنسب شكل للمقياس هو إعداد مقياس للتقدير الذاتي Self Report Measure ، حيث تهتم تلك النوعية من المقاييس بإتساق السلوك عبر المواقف المختلفة.

وقامت الباحثة بتحديد أبعاد المقياس وصياغة بنوده ، وتكون المقياس من ثلاثة أبعاد رئيسية تمثل وصمة الذات ، وقد عرفت الباحثة وصمة الذات وأبعادها كالتالي :

**وصمة الذات :** عرفت الباحثة وصمة الذات بأنها " التقييم السلبي للابناء وشعورهم بالدونية والحرج بسبب مفاهيم وعادات خاطئة من الآخرين نحوهم ، مما يؤدي لشعورهم بالعزلة والانسحاب وفقدان الامل " ، كما عرفت الأبعاد كما يلي :

**البعد الأول :** التقييم السلبي : " نظرة الابناء السلبية لأنفسهم بسبب سيطرة مجموعة من الأفكار السلبية عليهم ، مما يجعلهم يشعرون بالرفض والدونية "

البعد الثاني: الإنسحاب الإجتماعي: "إحساس الأبناء بعدم الراحة أثناء التواجد مع الآخرين، وتفضيل العزلة وعدم الإشتراك في أى أنشطة اجتماعية".

البعد الثالث: فقدان الأمل: "شعور الأبناء باليأس وعدم التفكير في المستقبل بسبب ما يعترض حياتهم (انفصال والديهم)".

صياغة بنود المقياس: تم صياغة العبارات التي تعكس المواقف التي يمر بها أبناء المطلقين والتي تقيس مكونات وصمة الذات وذلك بما يتناسب مع طبيعة وثقافة وخصائص عينة الدراسة، وقد روعي صياغة البنود بلغة سهلة، بحيث يسهل على أفراد العينة فهمها وإستيعابها بشكل صحيح، حتى يمكنهم تحديد إستجاباتهم بشكل دقيق، بلغ من خلالها عدد بنود المقياس في صورته النهائية (24) بنوداً، والجدول التالي يوضح عدد البنود في كل مكون من مكونات المقياس.

#### جدول (16)

##### أبعاد مقياس وصمة الذات وعبارات كل بعد

التقييم السلبي	10 عبارات	(1، 4، 7، 10، 13، 16، 19، 22، 23، 24)
الإنسحاب الإجتماعي	7 عبارات	(2، 5، 8، 11، 14، 17، 20)
فقدان الأمل	7 عبارات	(3، 6، 9، 12، 15، 18، 21)

##### الخطوة الثالثة: حساب الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولاً: الصدق: استخدمت الباحثة عدة طرق للتأكد من صدق مقياس وصمة الذات. وذلك على النحو التالي:

1- صدق المحكمين: وذلك لتأكد من مدى وضوح المفردات وحسن صياغتها، ومدى مطابقتها للبعد الذي وُضعت لقياسه، فقد قامت الباحثة بعرض المقياس على مجموعة من المحكمين من اساتذة الصحة النفسية وعلم النفس مع التعريفات الإجرائية، وقد أوضحت عنوان الدراسة وهدفها، والعبارات المتضمنة في كل بعد، مع التعريف الإجرائي للأبعاد المختلفة التي يتضمنها المقياس، وطلبت منهم ابداء وجهة نظرهم حول -مدى اتفاق بنود المقياس مع الهدف الذي وضعت من أجله ودقة صياغتها، إرتباط المفردات بالأبعاد المراد قياسها في ضوء التعريف الإجرائي لكل بعد، إبداء ما يقترحونه من ملاحظات حول تعديل أو إضافة أو حذف ما يلزم، وتم حساب النسبة المئوية التي توضح نسبة اتفاق المحكمين على كل مفردة من مفردات مقياس وصمة الذات، وتم تعديل صياغة (3) مفردات بناءً على آراء السادة المحكمين، ليصبح المقياس في صورته النهائية (24)

## جدول (17)

العبارات التي تم تعديلها على مقياس وصمة الذات

م	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
1	أشعر بالنقص باستمرار حتى عندما اتفوق واحصل أعلى الدرجات	يلازمني الشعور بالنقص حتى لو وصلت لأعلى الدرجات
2	عدم الإستقرار يسبب لي طموح منخفض	طموحاتي منخفضة بسبب عدم الإستقرار
3	أفضل أن اسافر بعيداً حتى لا يراني احد اعرفه	أود الهجرة الى بلاد لا أحد يعرفني فيها

## 2- الصدق العاملي : Factorial Validity

قامت الباحثة بحساب الصدق العاملي علي عينة من (100) من أبناء المطلقين من الذكور والإناث، وقد قامت الباحثة بحساب المصفوفة الإرتباطية كمدخل لإستخدام أسلوب التحليل العاملي ، وقد أشارت قيم مصفوفة معاملات الإرتباط المحسوبة إلى خلو المصفوفة من معاملات ارتباط تامة مما يوفر أساساً سليماً لإخضاع المصفوفة للتحليل العاملي، وقد تأكدت الباحثة من صلاحية المصفوفة من خلال تفحص قيمة محدد المصفوفة والذي بلغ 0,000067 وهي تزيد عن الحد الأدنى المقبول ، ومن جانب آخر بلغت قيمة مؤشر Meyer-Oklin-Kaiser (KMO) للكشف عن مدى كفاية حجم العينة 0.870 وهي تزيد عن الحد الأدنى المقبول لإستخدام أسلوب التحليل العاملي وهو 0,50 ، كما تم التأكد من ملائمة المصفوفة للتحليل العاملي بحساب اختبار بارلتيت Bartlett's test ، حيث كان دالاً إحصائياً عند مستوي 0,01.

وبعد التأكد من ملائمة البيانات لأسلوب التحليل العاملي، تم إخضاع مصفوفة الإرتباط لأسلوب تحليل المكونات الأساسية (Principal components analysis PCA) وتدوير المحاور تدويراً متعامداً بإستخدام طريقة الفارماكس ، وقد أسفر التحليل عن وجود ثلاثة عوامل تزيد قيم جذورها الكامنة عن الواحد الصحيح بحسب معيار كايزر ، وتفسر مجموعه 73.096% من التباين الكلي في أداء الأفراد على مقياس وصمة الذات، والجدول التالي رقم (18) يوضح تشبعات المكونات المستخرجة بعد التدوير المتعامد لمقياس وصمة الذات.



جدول (18)

العوامل المستخرجة من التحليل العاملي لمقياس وصمة الذات (ن=100)

نسب الشيع	العوامل المستخرجة			
	الثالث	الثاني	الأول	
0.555			0.675	1
0.529			0.710	4
0.756			0.867	7
0.856			0.916	10
0.267			0.452	13
0.718			0.841	16
0.555			0.716	19
0.683			0.760	22
0.804			0.888	23
0.388			0.530	24
0.823	0.883			2
0.860	0.897			5
0.869	0.925			8
0.788	0.874			11
0.676	0.779			14
0.659	0.741			17
0.884	0.927			20
0.683		0.825		3
0.917		0.949		6
0.862		0.928		9
0.782		0.881		12
0.906		0.950		15
0.883		0.939		18
0.842		0.917		21
التباين الاجمالي	5.622	5.907	6.014	الجذر الكامن
73.096	23.425	24.612	25.059	التباين

## تفسير العوامل الناتجة من التحليل العاملي :-

يتضح من الجدول السابق ما يلي :

- العامل الأول قد تشبعت به (10) عبارات تشبعاً دالاً إحصائياً، وكان الجذر الكامن لها (6.014) بنسبة تباين (25.059%) وجميع هذه العبارات تنتمي لبعده التقييم السلي
- العامل الثاني قد تشبعت به (7) عبارات تشبعاً دالاً إحصائياً ، وقد كان الجذر الكامن لها (5.907) بنسبة تباين (24.612%) وجميع هذه العبارات تنتمي لبعده الإنسحاب
- العامل الثالث قد تشبعت به (7) عبارات تشبعاً دالاً إحصائياً، وكان الجذر الكامن لها (5.622) بنسبة تباين (23.425%) وجميعها تنتمي لبعده فقدان الأمل.

وقد فسرت هذه العوامل الثلاثة نسبة تباين 73.096 وهي نسبة تباين كبيرة تعكس أن هذه العوامل مجتمعة تفسر نسبة كبيرة من التباين في المقياس، وتؤكد هذه النتيجة على الصدق العاملي للمقياس حيث تشبعت العبارات على العوامل التي تنتمي إليها ، وهو ما يعزز الثقة في المقياس.

ثانياً الثبات: قامت الباحثة بحساب ثبات مقياس وصمة الذات باستخدام الطرق التالية :

- (أ) معادلة ثبات ألفا كرونباخ: وذلك على عينة بلغت (100) من أبناء المطلقين، وكانت النتائج كما هي ملخصة في

جدول (19)

معاملات ثبات ألفا كرونباخ ن = (100)

الأبعاد	الفا كرونباخ
التقييم السلي	0.761
الإنسحاب	0.782
فقدان الأمل	0.769
الدرجة الكلية	0.811

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات ثبات الفا كرونباخ للأبعاد الثلاث لمقياس وصمة الذات والدرجة الكلية كانت مرتفعة وهو ما يعزز الثقة في المقياس.

(ب) طريقة إعادة التطبيق: قامت الباحثة بحساب معامل ثبات إعادة التطبيق وذلك بإعادة التطبيق على عينة الدراسة الإستطلاعية على عينة قوامها 100 من أبناء المطلقين ، والنتائج موضحة في جدول (20)

## جدول (20)

معاملات الثبات بطريقة اعادة التطبيق (ن=100)

الأبعاد	اعادة التطبيق
التقييم السلبي	0.744
الانسحاب	0.733
فقدان الأمل	0.786
الدرجة الكلية	0.805

يتضح من الجدول السابق (20) أن جميع معاملات ثبات اعادة التطبيق لأبعاد وصمة الذات والدرجة الكلية جاءت مرتفعة ومطمئنة للإستخدام في الدراسة الحالية.

## الخطوة الرابعة: التعليمات وطريقة التصحيح

[1] التعليمات : وضعت الباحثة في الإعتبار أن تكون التعليمات المكتوبة تتميز بالبساطة والوضوح لكي تتناسب مع أفراد العينة، كذلك صيغت في بدايتها بعبارة تحفيزية وجاءت التعليمات كالتالي (عزيزي الطالب : سيعرض عليك فيما يلي مجموعة من العبارات التي يمكن أن تعبر عن بعض المواقف في حياتك وتوجد أمام كل عبارة من العبارات ثلاثة بدائل وعليك أن :

1- تضع علامة (√) أسفل (تنطبق بشدة) إذا كانت العبارة تنطبق على ما تشعر به دائماً .

2- أو تضع علامة (√) أسفل (تنطبق أحياناً) إذا كانت العبارة تنطبق على ما تشعر به أحياناً.

3- أو تضع علامة (√) أسفل (لا تنطبق) إذا كانت العبارة لا تنطبق عليك .

ونأمل أن لا تترك عبارة واحدة دون أن تجيب عليها وإلا ستعتبر الإستمارة لاغية في هذه الحالة، وأن تجيب بإختيار بديل واحد فقط على كل عبارة مع ملاحظة أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، فالإجابة تعتبر صحيحة عندما تعبر عن رأيك الشخصي تجاه كل عبارة ، وتذكر عزيزي الطالب أن المعلومات الواردة في هذا المقياس والتي ستخبرنا بها ستكون في غاية السرية ، ولن تستخدم هذه المعلومات إلا لأغراض البحث العلي فقط ، شكراً على تعاونك معنا.

[2] طريقة التصحيح : إتمدت الباحثة على الميزان الثلاثي لتتيح الفرصة للعينة حرية الإختيار والقدرة على التحديد الدقيق مع مراعاة عمر العينة وخصائصها، وكانت البدائل هي (تنطبق بشدة =3، تنطبق أحياناً=2، لا تنطبق=1) ، بحيث تعطى الإستجابة على البدائل درجات كالتالي: (3):2، (1).

## جدول (21)

## أبعاد وأرقام عبارات المقياس

الدرجة العظمي	الدرجة الصغري	عدد العبارات	الأبعاد الأساسية
30	10	10	التقييم السلبي
21	7	7	الانسحاب
21	7	7	الأمل
72	24	24	الدرجة الكلية

[3] تفسير الدرجات: تفسر الدرجة المنخفضة بإنخفاض مستوى وصمة الذات بينما تعني الدرجة المرتفعة ارتفاع مستوى وصمة الذات ، وتتراوح الدرجة علي المقياس بين (21) إلي (72) درجة.

## نتائج الدراسة ومناقشتها :

نتائج الفرض الأول ومناقشتها : وينص على أنه " توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين درجات أفراد العينة على مقياس وصمة الذات وبين درجاتهم على مقياس الإتهاك العاطفي" ، وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط بيرسون للعلاقات بين درجات افراد العينة على مقياس وصمة الذات والدرجة الكلية وبين درجاتهم على مقياس الإتهاك العاطفي والدرجة الكلية ، كما وضحه الجدول التالي :

## جدول (22)

معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة على مقياس وصمة الذات وبين درجاتهم على مقياس الإتهاك العاطفي لدى عينة الدراسة ( ن = 150 )

الأبعاد	التعب والاجهاد الإنفعالي	ضعف الأداء الجسدي	ضعف الأداء المعرفي والإجتماعي	الانهك العاطفي
التقييم السلبي	**0.550	**0.686	**0.597	**0.688
الانسحاب	**0.573	**0.651	**0.594	**0.683
فقدان الأمل	**0.581	**0.667	**0.565	**0.680
الدرجة الكلية لوصمة الذات	**0.619	**0.726	**0.636	**0.744

معامل الارتباط دال عند مستوى 0.01 ن=150  $\geq 0.208$  وعند مستوى 0.05  $\geq 0.159$

اتضح من الجدول السابق وجود علاقة إرتباطية موجبة دالة احصائية عند مستوى (0.01) بين أبعاد مقياس وصمة الذات والدرجة الكلية وأبعاد مقياس الإتهاك العاطفي والدرجة الكلية لدى أبناء المطلقين، وهذا يعنى تحقق الفرض البحثي.

## مناقشة نتائج الفرض الأول وتفسيرها :

تتفق نتائج هذا الفرض مع نتائج دراسة ( Zheng&zheng,2015 ) التي أشارت بأن وصمة الذات ترتبط ارتباطاً سلبياً مع الجوانب الاجتماعية والعاطفية ، كما تتفق أيضاً مع نتائج دراسة (Marisa, et al,2021) التي أشارت بأن وصمة العار الذاتية والحزن الناجمين عن الوصمة غير المباشرة ارتبطت ارتباطاً وثيقاً بمزيد من الإكتئاب والغضب وتدهور نوعية الحياة .

بينما أسفرت نتائج دراسة ( Newton, et al,2015) بأن الأفراد الذين يعانون من وصمة الذات يواجهون الغضب والكراهية والقليل من الشفقة والمشاعر السلبية تجاه الآخرين ، وهذا ما أكدته نتائج دراسة ( Myong , 2021 ) بأنه قد تثقل الوصمة النفسية والاجتماعية الجوانب الجسدية والعقلية للأفراد عن طريق تفاقم رفاههم وزيادة إجهادهم النفسي والعاطفي .

وترى الباحثة ان ابناء المطلقين وإجماع اراء الباحثين والعلماء هم أكثر من يقع عليهم الضرر نتيجة لما تتأثر به نفسياتهم من انفصال والديهم وعيش كل منهم في مكان بعيد عن الآخر ووقوع الأبناء في الحيرة والتردد والتساؤل عن احوالهم في ايام حياتهم المقبلة وكيف تبدو الأمور ، هل سيواجهون الحياة مع ظروفهم الجديدة التي فرضت عليهم ؟ هل يتيسر لهم تحقيق كل ما يتمنون ؟ كل تلك الأمور تجعلهم في وضع غير مستقر يشعرون فيه بأنهم أقل من اقربائهم من الأسر غير المنفصلين بالطلاق .

كما يشعرون بالصراع الداخلي وخاصة إذا استمرت المشاكل بين الأبوين بعد الطلاق تجعلهم يكرهون الذي تسبب في حدوث الطلاق من والديهم او من وجهة نظرهم تخلى عنهم فترداد حالتهم سوءاً ويشعرون بالنقص والخزي والمهانة وسوء التكيف النفسى والإجتماعى ، فينسحبون تدريجياً من الحياة الاجتماعية ويفضلون العزلة ، ومن الطبيعي ان تؤثر هذه الحالة على نموهم الإنفعالي والعقلي، كما أنهم يتعرضون لحالة من الكبت والضغط والإحباط والحزن والأسى التي تؤثر على علاقاتهم الإجتماعية، جراء تفكك أسرهم، وتتأثر عواطفهم جراء ما يمرون به .

فيشعرون بأن طاقتهم الإنفعالية قد استنفذت ولا مجال للمشاعر في حياتهم ، فيتصرفون بالتجمد واللامبالاه وحالة من الفتور وذلك ان لم يكن هناك تعاون من الجهات المحيطة بهم وعمل اللازم من احتواء هؤلاء الأبناء وتقديم الدعم النفسى والإجتماعى المناسب لهم حتى لا يقعوا فريسة للمرض النفسى او ارتكاب الجرائم.

## نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:

وينص على أنه "توجد علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة احصائية بين درجات أفراد العينة على مقياس وصمة الذات وبين درجاتهم على مقياس فاعلية الذات"، وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط بيرسون للعلاقات بين درجات افراد العينة على مقياس فاعلية الذات والدرجة الكلية وبين درجاتهم على مقياس وصمة الذات والدرجة الكلية ، كما وضعه الجدول التالي :

## جدول (23)

معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة على مقياس فاعلية الذات وبين درجاتهم على مقياس وصمة الذات لدى عينة الدراسة ( ن = 150 )

الأبعاد	القدرة على التحدى والمثابرة	تجاوز المواقف الضاغطة	انجاز المهام والاهداف	فاعلية الذات
التقييم السلبي	** -0.701	** -0.715	** -0.730	** -0.720
الإنسحاب	** -0.690	** -0.694	** -0.726	** -0.708
فقدان الأمل	** -0.736	** -0.738	** -0.769	** -0.753
الدرجة الكلية	** -0.773	** -0.780	** -0.808	** -0.793

معامل الارتباط دال عند مستوى 0.01 ن=150  $\geq 0.208$  وعند مستوى 0.05  $\geq 0.159$

اتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد مقياس فاعلية الذات والدرجة الكلية ووصمة الذات لدى عينة الدراسة ، وهذا يعنى تحقق الفرض البحثي.

## مناقشة نتائج الفرض الثاني وتفسيرها :

تتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج دراسة ( Asuka et al, 2016 ) التي اشارت بأن للوصمة الذاتية تأثير سلبياً على فاعلية الذات ، حيث تؤثر الوصمة الذاتية على الأهداف السلوكية للأفراد من خلال تدنى مستوى فاعلية الذات لديهم ، كما اوضحت نتائج دراسة ( Philippe et al, 2021 ) إلى أن المستويات الأعلى من وصمة العار الذاتية ارتبطت بمستويات أقل من الأمل ، واحترام الذات ، والتمكين ، وفاعلية الذات ، ونوعية الحياة ، والدعم الإجتماعي ، بالإضافة إلى زيادة حدة الأعراض النفسية، واسفرت أيضاً نتائج دراسة ( Seo, 2021 ) بوجود علاقة ارتباطية سلبية بين وصمة الذات وفاعلية الذات .

كما بينت نتائج دراسة ( Elis, et al, 2014 ) ان وصمة العار الذاتية تؤثر على مشاعر احترام الذات والفعالية الذاتية ، وايد ذلك أيضاً ما توصلت اليه نتائج دراسة ( Danielle, et al , 2020 ) التي أشارت بأن التعرض للتحيز والتمييز ووصمة العار داخلية (أي الاستيعاب المعرفي والعاطفي للقوالب النمطية السلبية وتطبيق تلك القوالب النمطية على الذات)، قد تؤدي وصمة العار الذاتية إلى انخفاض في احترام الذات وفاعلية الذات ، مما يؤثر سلباً على مستوى الحياة النفسية للأفراد

وترى الباحثة ان أبناء المطلقين نتيجة ما يشعرون به من اليأس وفقدان الأمل والقلق من المستقبل يجعل نظرتهم لأنفسهم سلبية وتقديرهم لأنفسهم منخفض ، وغالباً ما يكون التأثير العاطفي للوصمة الذاتية كبير إنه يضر باحترامهم لذاتهم وتوقعاتهم للحياة ، وبالتالي تؤثر على فاعلية الذات لديهم.

إن العار والإحراج اللذين يتأصلان في وصمة العار الذاتية يمكن أن يجعلهم مترددين في الحديث عن حالتهم وهذا يمكن أن يحد من الفهم والوعي لديهم ، مما يسمح لوصمة العار بأن تصبح أقوى



، وبالتالي ينخفض احساسهم بذاتهم وثقتهم في أنفسهم وعدم اقدمهم على الأمور ويخافون من المستقبل وما يحدث فيه ، كل ذلك يجعلهم يفضلون العزلة وعدم مشاركة الآخرين بسبب نظرة الآخرين لهم وانهم يختلفون عن الآخرين .

وهذا ما تبين من العرض السابق بالإرتباط السلبي بين وصمة الذات وفاعلية الذات ، وما يسببه الشعور بالخزي والحرج ، ونظرة الأبناء السلبية وتقييمهم للأمور بفقدان شعور الفرد بقيمة ذاته ومثابرتة على تحقيق اهدافه ، والشعور بقيمته ومكانته الإجتماعية من خلال اقامه علاقات مع الآخرين .

**نتائج الفرض الثالث ومناقشتها:** ينص الفرض علي أنه " توجد فروق ذات دالة إحصائية بين درجات افراد العينة على مقياس وصمة الذات وفقا لمتغير النوع (ذكور، وإناث)، و متغير الإقامة (مع الأم/مع الأب) وتفاعلهما". وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام تحليل التباين (2×2)

جدول (24)

**نتائج تحليل التباين (2×2) لأثر النوع (ذكور، وإناث)، والإقامة (مع الأم/مع الأب) وتفاعلهما على مقياس وصمة الذات**

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة	حجم التأثير
النوع	787.328	1	787.328	117.587	0.001	0.446
الإقامة	12.887	1	12.887	1.925	غ.د	
النوع×الإقامة	9.968	1	9.968	1.489	غ.د	
الخطأ	977.575	146	977.575			
المجموع	41771.00	150	41771.00			
النوع	1058.390	1	1058.390	146.954	0.001	0.502
الإقامة	1.658	1	1.658	0.230	غ.د	
النوع×الإقامة	5.244	1	5.244	0.728	غ.د	
الخطأ	1051.520	146	1051.520			
المجموع	36437.00	150	36437.00			
النوع	1360.157	1	1360.157	190.909	0.001	0.567
الإقامة	0.467	1	0.467	0.066	غ.د	
النوع×الإقامة	0.009	1	0.009	0.001	غ.د	
الخطأ	1040.199	146	1040.199			

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة	حجم التأثير
المجموع	37117.00	150	37117.00			
النوع	9500.903	1	9500.903	217.906	0.001	0.599
الإقامة	8.915	1	8.915	0.204	غ.د	
النوع×الإقامة	26.638	1	26.638	0.657	غ.د	
الخطأ	6365.727	146	6365.727			
المجموع	342545.00	150	342545.00			

أوضحت النتائج في جدول (24) ما يلي:

النوع: وجود أثر دال إحصائياً لمتغير النوع (ذكور-إناث) على مقياس وصمة الذات، حيث كانت قيم ف دالة إحصائياً عند مستوى 0.01.

الإقامة: عدم وجود أثر دال إحصائياً لمتغير الإقامة (مع الأب/مع الأم) على مقياس وصمة الذات ، حيث كانت قيمة ف غير دالة إحصائياً عند مستوى 0.01.

تفاعل متغيري النوع في الإقامة: عدم وجود أثر دال إحصائياً لتفاعل متغيري النوع والإقامة، حيث كانت قيمة ف غير دالة إحصائياً.

جدول ( 25 )

المتوسطات الحسابية والخطأ المعياري لأبعاد مقياس وصمة الذات وفقاً لمتغيرات النوع والإقامة وتفاعلهما

الجنس	الإقامة	المتوسطات الحسابية	الخطأ المعياري
التقييم السلبي	الإناث	14.62	3.55
	الذكور	13.51	1.70
الإنسحاب	الإناث	18.73	2.22
	الذكور	18.66	2.23
فقدان الأمل	الإناث	12.65	3.35
	الذكور	12.48	3.13
	الإناث	17.64	2.12
	الذكور	18.23	1.43
	الإناث	12.32	3.58
	الذكور	12.22	3.23
		18.42	1.41



الجنس	الإقامة	المتوسطات الحسابية	الخطأ المعياري
الإناث	الأم	18.30	1.46
	الأب	39.60	9.59
الذكور	الأم	38.22	6.76
	الأب	54.80	3.69
	الأم	55.20	3.65

### مناقشة نتائج الفرض الثالث وتفسيرها :

#### بالنسبة للنوع :

أوضحت نتائج تحليل التباين عدم وجود أثر دال إحصائياً لتفاعل متغيري النوع والإقامة، حيث كانت قيمة ف غير دالة إحصائياً ، بينما أوضحت وجود فروق في وصمة الذات تبعاً لمتغير النوع لصالح الذكور

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع دراسة ( Nursel,2014) التي أشارت إلى أن الذكور هم أكثر عرضة لتجربة الوصم الذاتي والوصمة العامة المرتبطة بالتماس المساعدة النفسية عند مقارنتها بالإناث ، كما أوضحت أيضاً بأن من المتوقع أن يفسر العمر والجنس التباين في وصمة العار الذاتية.

حيث وجد أن وسائل المشاركين الذكور الذين عانوا من وصمة العار الذاتية كانت أعلى من الإناث في تلك المجموعة عينة الدراسة ، على هذا النحو فإن البيانات الخاصة بذلك تظهر وصمة عار ذاتية أعلى بين الذكور المشاركين.

كما أسفرت نتائج دراسة ( Simone & Tina , 2022 ) الى وجود فروق في وصمة الذات بين الجنسين في اتجاه الذكور وفي الوقت نفسه اوصت الدراسة بأنه يجب تطوير مناهج تراعي الفروق بين الجنسين لتقليل وصمة العار الذاتية ووصمة العار العامة وخاصة في الشباب الذكور.

كما أشارت نتائج دراسة (Shawnda, et al,2020) بأن الإناث أظهرن وصمة عار ذاتية أقل من الذكور وشملت تداعيات الدراسة الحاجة إلى تعزيز حملات محو الأمية بالصحة النفسية للذكور عينة الدراسة.

وأوضحت نتائج دراسة (Hiroshi K.,et al,2020) بأن وصمة العار الذاتية تؤثر سلباً على احترام الذات ونوعية الحياة وفاعلية الذات والإلتزام بالعلاج والتعافي لدى المرضى النفسيين، من خلال الكشف عن سمات الشخصية التي تؤثر على وصمة العار الذاتية ، حيث تبين أنه يمكننا اكتساب معرفة مفيدة لإدارة وصمة العار الذاتي ، ولكن اختلفت مع نتيجة الفرض الحالي حيث أظهرت أن المرضى الإناث حصلن على مستوى أعلى من وصمة العار الذاتية مقارنة بالذكور.

وتفسر الباحثة بأن ذلك ربما يرجع الى اختلاف بعض خصائص النمو للذكر عن الأنثى ، وخاصة في بداية فترة المراهقة ، فهم يبدأون في الرغبة في الإستقلال وحرية الرأي وأن يكون لهم تقديرهم واحترامهم ولكن مع وقوع مشكلة الطلاق والعيش مع أحد الأبوين ربما لا يكون لديه

الفرصة للتمتع بما تفرضه عليه هذه المرحلة من العمر لأنه يغرق في مشاكل وخلافات متتالية ، فتعرض المراهق الذكر إلى سلسلة من الصراعات النفسية والاجتماعية المتعلقة بصعوبة تحديد الهوية ومعرفة النفس يقوده نحو التمرد السلبي على الأسرة وقيم المجتمع، ويظهر ذلك في شعوره بضعف الإنتماء الأسري، وعدم التقيد بتوجيهات الوالدين، والمعارضة والتصلب في المواقف، والتكبر، والغرور، وحب الظهور، وإلقاء اللوم على الآخرين، التلفظ بألفاظ سيئة كل ذلك يجعل الوضع أصعب في حالة تعرضه لمشكلة انفصال والديه وشعوره بالوصم يكون اعلى من الأثنى .

بالنسبة للإقامة :

أوضحت نتائج تحليل التباين عدم وجود أثر دال إحصائياً لتفاعل متغيري النوع والإقامة، حيث كانت قيمة ف غير دالة إحصائياً ، بينما أوضحت عدم وجود فروق في وصمة الذات تبعاً لمتغير الإقامة

ولكن أشارت نتائج دراسة (النادي، 2019) إلى أن تقدير الذات اعلى لمن يقيمون مع الأم عن الأب ، بينما أسفرت نتائج دراسة ( شنين ، 2012) بوجود فروق في شعور ابناء المطلقين بأمنهم واطمئنانهم النفسى وفقا لنوع الإقامة مع الأب والأم لصالح الإقامة مع الأم ، والذي أيدته أيضاً نتائج دراسة ( العجمي ، 2015) بشعور ابناء المطلقين بالأمن والهدوء والطمأنينه النفسية للمقيمين مع الأم أكثر من الأب بينما اشارت نتائج نفس الدراسة الى ان الصلابة النفسية أكثر للابناء المقيمين مع الأب عنه لدى الأم .

وتفسر الباحثة ذلك بأن معظم الدراسات أكدت على أهمية الإقامة مع الأم وذلك لدورها العظيم في التضحية والوقوف بجانب اولادها واحتوائهم من الناحية النفسية والعاطفية وخاصة للإناث ، فقد يكون الأبناء أكثر شعوراً بالأمن النفسى والطمأنينه والهدوء والسكينة وتقدير الذات وذلك في حالة الإقامة مع الأم عن الأب ، ولكن في هذا البحث وبالنسبة لشعور الأبناء بوصمة الذات والتي تعنى التقييم السلبي والرفض والدونية لا يختلف بالإقامة مع الأب أو الأم فهو شعور ناتج عن مشكلة يتعرضون لها وينتج عنها آثار سلبية تؤثر عليهم من مختلف النواحي وهى مشكلة انفصال والديهم بالطلاق ، فسواء أقامو مع الأب أو الأم فهم يفتقدون الأخر ويعانون بسبب ذلك وخاصة إذا استمرت المشاكل بعد الطلاق من رؤية ونفقة وخلافات قبل وبعد الطلاق ، كل ذلك ينتج عنه شعور الأبناء بالخزي والشعور بالنقص ويفضلون العزلة والإنسحاب ولا يكون هناك فرق في الإقامة مع أحد من الأبوين.

نتائج الفرض الرابع ومناقشتها:

ينص الفرض الرابع علي " يمكن التنبؤ بوصمة الذات من خلال متغيري الإتهاك العاطفي وفاعلية الذات لدى عينة البحث"، وللتحقق من صحة ذلك الفرض ولمعرفة تأثير فاعلية الذات والإتهاك العاطفي على وصمة الذات تم استخدام معادلة الانحدار المتعدد بطريقة Enter على اعتبار أن الإتهاك وفاعلية الذات متغيرات مستقلة ، ووصمة الذات متغير تابع.

وقد قامت الباحثة أولاً بالإطمئنان على تحقق الإفتراضات الأساسية لإستخدام تحليل الانحدار المتعدد وهي اعتدالية البيانات وكفاية حجم العينة ، والذي يشترط أن يكون حجم العينة مساوياً على الأقل لأربعة أضعاف عدد المتغيرات المستقلة وتجانس أو ثبات تباين البواقي كما كانت قيمة اختبار دوربن واتسون Durbin Watson Test أقل من القيمة الجدولية للاختبار

عندما تكون العينة 150 وعدد المتغيرات المستقلة 2 باستخدام اختبار تقدير دالة الانحدار وجد أن أنسب نموذج للعلاقة بين وصمة الذات والإنهاك العاطفي وفاعلية الذات هو النموذج الخطي وبلغت قيمة  $R^2$  (0.665) وهي قيمة مرتفعة وتعني إمكانية تفسير التغير في وصمة الذات بدرجة 66% مما يعنى قدرة النموذج علي تفسير العلاقة بنفس الدرجة، وبلغت قيمة  $F$  (145.742) وهي قيمة دالة عند مستوى معنوية (0.01) وبلغت قيمة الثابت 66.683 وهي دالة احصائياً، وذلك كما يتضح في الجدول التالي:

جدول (26)

فاعلية الذات والإنهاك العاطفي كمنبئات بوصمة الذات باستخدام معادلة الانحدار المتعدد (ن=150)

المتغير التابع	المتغيرات المفسرة	الارتباط المتعدد R	نسبة المساهمة $R^2$	قيمة ف	قيمة الانحدار B	قيمة الانحدار المتعدد Beta	الدلالة
وصمة الذات	فاعلية الذات	0.815	0.665	145.742	-0.557	0.654	0.01
الذات	الإنهاك العاطفي				0.381	0.236	0.01

قيمات الجدولية دالة عند مستوى 0.01 عند د.ح = 150 = 2.60. وعند 0.05 = 1.97.

وأظهرت النتائج أن قيمة  $F$  (145.742) وهي دالة احصائياً عند مستوى (0.01)، مما يشير الى أن نموذج الانحدار دال احصائياً عند مستوى 0.01، وتفسر النتائج أن المتغيرات المستقلة تفسر (66%) من التباين الحاصل في وصمة الذات وذلك بالنظر الى معامل التحديد  $R^2$ .

كما نستطيع كتابة معادلة الانحدار كالتالى :

$$\text{وصمة الذات} = 66.683 + (-0.557) \text{ (فاعلية الذات)} + 0.381 \text{ (الإنهاك العاطفي)}$$

مناقشة نتائج الفرض الرابع وتفسيرها :

توصلت نتيجة هذا الفرض الى امكانية التنبؤ بوصمة الذات من خلال الإنهاك العاطفي وفاعلية الذات، وايدت نتيجة هذا الفرض ما اشارت اليه نتائج دراسة (Ruben, et al, 2020) بأن المشاعر السلبية (الحزن، الغضب، الكراهية، التوتر) الناتجة عن الإرهاق العاطفي بمثابة منبأ للوصمة الذاتية، كما اتفقت ايضاً مع نتائج دراسة (Anna, et al, 2021) التي افادت بضعف الروابط بين الإندماج المعرفي والأعراض العاطفية ووصمة الذات وأن المستويات الأعلى من الإكتئاب والقلق والإجهاد تنبأ بوصمة العار الذاتية.

وأُسفرت نتائج دراسة (Guerrero, et al, 2021) عن ارتباط وصمة العار الذاتية بالعواقب الوخيمة على الرفاهية النفسية للوالدين، وبالتالي العلاقة بين الوالدين والطفل، ووصمة العار الذاتية، والتي بدورها تنبأ بالضيق العاطفي

وهذا ما اكدته دراسة (Allison, et al, 2022) والتي من نتائجها أن انخفاض فاعلية الذات تنبأ بوصمة العار الذاتية، وأن هذه الفعالية الذاتية تنبأ أيضاً بالوصمة التي يشعر بها

المتدربون عند طلب المساعدة ، على الرغم من أنه كان من المتوقع أن تساعد دورة المهارات في زيادة فاعلية الذات

كما اشارت نتائج دراسة (Ming-hui,et al,2022) بأنه يمكن للموظفين الطبيعيين تحسين الحالة النفسية للناجين من المرض من خلال التخفيف من وصمة العار ، وتعزيز فاعليتهم الذاتية ، وتخفيف السموم المتأخرة (التعب ، والدوخة ، والصداع ، وفقدان السمع) ، كما أن الحالة النفسية والمشاعر العاطفيه السلبية وانخفاض فاعلية الذاتية من أكثر العوامل المنبئة بوصمة الذات بين الأفراد .

وترى الباحثة انه من خلال العرض النظري والدراسات السابقة فإن شعور الأبناء بالإضطراب العاطفي نتيجة ما يعانون من الأثار السلبية المترتبة على انفصال والديهم إما شعور بالحزن والكراهية وحيانا الغضب الذي يجعلهم في حالة لامبالاة .

كما أن شعورهم بفقدان هدفهم في الحياة وعدم قدرتهم على مواجهة الصعاب التي يواجهونها من مشاكل وتوتر والشعور بأنهم مشتتين بين الوالدين ، يفقدهم الشعور بذاتهم وبكيانهم وأنهم أشخاص تسببت لهم ظروفهم بأنهم أقل اهمية ومكانه من الآخرين فيتأثر طموحهم واقبالهم على الحياه وتقل رفاهيتهم النفسية ، فالمشاكل التي تهدد امن الأسرة واستقلالها وخاصة الطلاق تعد من اعظم الأمور التي تجعل من الأبناء مصدر للضياع والإنحراف والإصابة بالإضطرابات النفسية والعاطفية والإجتماعية وخاصة إذا كان الأبوان لا يتفهمان الوضع ولا يضعان الأبناء موضع اهتمام ویتماديان في المشاكل والمشاحنات .

فشعور الأبناء بإستنفاد مشاعرهم وعواطفهم وانعدام قيمتهم واحساسهم بذاتهم يكون احساس طبيعي من الشعور بتقييمهم السلبي والنبذ والرفض لظروفهم من الآخرين المحيطين بهم في المجتمع وعدم تقبل ظروفهم وانعدام الرعاية من قبل والديهم وتعويضهم بما يقلل من الإحساس بتلك الأمور.

### توصيات البحث :

في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة وما توصلت اليه نتائج البحث الحالي ، قامت الباحثة بتقديم بعض التوصيات الآتية :

1. اجراء المزيد من الدراسات حول وصمة الذات والتعرف على اثارها السلبية على الفرد والمجتمع
2. عمل برامج تعزز من احترام ومفهوم وفاعلية الذات للحد والتقليل من وصمة الذات وذلك بناءً للعلاقة السلبية بين هذه المتغيرات
3. عقد ندوات وجلسات مع ابناء المطلقين تقوم على العلاج بالقبول والالتزام (ACT) لزيادة المرونة النفسية لدى الأبناء من أجل تقليل تأثير تجارب وصمة العار
4. الحاجة إلى برامج وقائية مناسبة لدعم كل من الأطفال والآباء خلال هذه الفترة الصعبة عاطفياً.

5. عمل لقاءات وندوات في المؤسسات التعليمية مع الأخصائيين النفسيين والإجتماعيين لأبناء المطلقين واحتوائهم عاطفياً ومحاولة التقرب منهم للإفصاح عن مشاعرهم ومشاكلهم ومحاولة حلها .
6. بث روح التحدى والثقة بالنفس في نفوس الأبناء من خلال المحيطين بهم وبخاصة الأباء وتوعيتهم لكيفية معاملة الأبناء وعدم تركهم وحدهم والتخلى عنهم .
7. إبراز الحاجة إلى الوقاية الكافية من برامج الدعم لكل من الأطفال وأولياء الأمور ، ويجب إرشاد أولياء الأمور في خلق بيئة وقائية وداعمة لأطفالهم، كما يجب أن تركز مزيد من الدراسات على تحسين هذه البرامج لتعزيز ثقة الأبناء وبناء مجتمع أفضل على المدى الطويل
8. كما أوصت نتائج الدراسة الى الأباء الذين انتهت علاقاتهم فعلا بالطلاق أو الانفصال عليهم ان يقدموا المساعدة والعون لأطفالهم كما يلي :-
9. ان يشعروا الطفل بانه لا يزال يعيش في كنف والدين يغمرانه بالحب والرعاية بصورة مستمرة
10. يكونا عوناً لأطفالهم لما قد يواجهوه في مرحلة البلوغ من قلق وحيرة ومسئوليات.
11. أن يوضح الوالدان للطفل ان مسئولية ما قد يحدث لأطفالهم يقع عليهم وليس على أطفالهم

#### البحوث المقترحة :

1. فاعلية برنامج ارشادى قائم على فاعلية الذات لخفض وصمة الذات لدى ابناء المطلقين
2. علاقته وصمة الذات بالقلق من المستقبل والطموح الاكاديمى لدى ابناء المطلقين من ابناء الجامعة
3. وصمة الذات وعلاقتها بالتوجه نحو الحياة لدى ابناء المؤسسات الإيوائية
4. وصمة الذات وعلاقتها بالإرهاك العاطفى لدى عينات اخرى

## المراجع:

## أولاً: المراجع العربية

- أحمد ، بدرية كمال (2016): التوافق المرنى وعلاقته بفاعلية الذات لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس في الجامعة المستنصرية ، مجلة دراسات الطفولة - مصر ، مج 19 ، ع 17 ، ص ص 47- 52 .
- الجهاز المركزي للتعبئة والإحصاء (2021): النشره السنوية لإحصاءات الزواج والطلاق .
- الديدي ، رشا عبد الفتاح وحسن ، مريم صالح (2015): العلاقة بين الوصمة الذاتية وتأخر طلب العلاج والتحسين العلاجي والمتغيرات الديموجرافية لدى عينة من الذكور المتعاطين للمواد المؤثرة نفسياً بالمؤسسات العلاجية ، مجلة كلية الآداب ، جامعة الزقازيق ، ع 72 ، ص ص 1-46 .
- الشعراوى ، علاء محمود (2000): فاعلية الذات وعلاقتها ببعض المتغيرات الدافعية لدى طلاب المرحلة الثانوية ، مجلة كلية التربية ، جامعة المنصورة ، ع 44 ، ص ص 287-325 .
- العدل ، عادل محمود (2001): تحليل المسار للعلاقة بين مكونات القدرة على حل المشكلات الإجتماعية وكل من فاعلية الذات والإتجاه نحو المخاطرة ، مجلة كلية التربية ، مج 1، ع 25 ، ص ص 121-174 ، جامعة عين شمس .
- العجى ، راشد مانع راشد (2015): الشعور بالأمن النفسى وعلاقته بالصلابة النفسية لدى عينة من أبناء المطلقين ، مجلة العلوم الاجتماعية ، مجلس النشر العلمى ، جامعة الكويت ، مج 43، ع 3، ص ص 12-48 .
- المعاينة، اروى والسوالقة ، ورولا (2021): العلاقة بين العمل العاطفي المأجور والإتهاك العاطفي دراسة ميدانية على الممرضات العاملات في المستشفيات الخاصة في عمان ، دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية ، مج 48، العدد 2 ، 2021 ، ص ص 495-515 .
- المصرى ، نيفين عبد الرحمن (2011): قلق المستقبل وعلاقته بفاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعه الطائف ، اطروحة دكتوراه منشوره ، جامعة ام القرى ، مكة .
- النادى ، هبة فتحى (2019): تقدير الذات وعلاقته بمستوى الطموح لدى عينة من ابناء المطلقين فى ضوء بعض المتغيرات ، مجلة الإرشاد النفسى ، جامعة عين شمس ، ع 58 ، ص ص 329-370 .
- النرش ، هشام ابراهيم ، وعثمان، ايمان محمد ، وعبد العزيز ، مايسه احمد (2022): فاعلية برنامج تدريبي قائم على ابعاد فاعلية الذات فى تحسين الصمود النفسى لدى طلبة الجامعة ، مجلة كلية التربية ، جامعة بورسعيد ، ع 37 ، ص ص 487-518 .
- حجازى ، جولتان حسن (2013): فاعلية الذات وعلاقتها بالتوافق المهني وجودة الأداء لدى معلمات غرف المصادر فى المدارس الحكومية فى الضفه الغربية . المجلة الأردنية فى العلوم التربوية ، مج 9 ، ع 4 .

- خالدي، عبد الله (٢٠٠٧): فاعلية الذات لدى طلبة المدارس الثانوية في مدينة الناصرة في ضوء بعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، اربد.
- دلاج، سارة، وجرافية، مريم (2019): تأثير فعالية الذات على دافعية الإنجاز لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوى شعبة أداب وفلسفة، كلية العلوم الإجتماعية والإنسانية، جامعة البويرة، الجزائر.
- زيدان، ربيعة مانع (2010): معنى الحياة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية، مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية، مج 17، ع 6، ص ص 505-541.
- محمود، كاظم و سهيل، حسن أحمد (2008) فاعلية الذات وعلاقتها بالسلوك الفوضوي لدى طلاب المرحلة المتوسطة، مجلة الأستاذ، جامعة بغداد.
- سليمان، مروة محمد، والبحيرى، محمد رزق، ويونس، ايناس راضى (2020): فاعلية برنامج إرشادي في خفض وصمة الذات لدى عينة من الأطفال المتأخرين دراسيا، مجلة دراسات الطفولة، كلية الدراسات العليا للطفولة، مج 23، ع 88، ص ص 125-132
- شنين، فاتح الدين (2012): الأمن النفسى لدى التلاميذ ابناء المطلقين في مرحلة التعليم المتوسط، كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية ورقلة جامعة قاصدى مرياح، الجزائر
- محمود، كاظم و سهيل، حسن أحمد (2008): فاعلية الذات وعلاقتها بالسلوك الفوضوي لدى طلاب المرحلة المتوسطة، مجلة الأستاذ، جامعة بغداد.
- مرسى، سامى عبد السلام (2015): الفاعلية الذاتية لدى ذوى الاعاقة السمعية، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، عمان.
- يوسف، ولاء سهيل (2016): فاعلية الذات وعلاقتها بالمسؤولية الإجتماعية لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق.

#### ثانياً: المراجع العربية مترجمة

- Ahmed, Badria Kamal (2016): Occupational compatibility and its relationship to self-efficacy among a sample of faculty members at Al-Mustansiriya University, *Journal of Childhood Studies - Egypt*, Vol. 19, N. 17, pp. 47-52
- Central Agency for Mobilization and Statistics (2021): **Annual Bulletin of Marriage and Divorce Statistics.**
- El-Didi, Rasha Abdel-Fattah and Hassan, Maryam Saleh (2015): The relationship between self-stigma, delay in seeking treatment, therapeutic improvement and demographic variables among a sample of males who abuse psychoactive substances in therapeutic institutions, *Journal of the Faculty of Arts, Zagazig University*, N. 72, p. 1- 46.

- Al-Shaarawy, Alaa Mahmoud (2000): Self-efficacy and its relationship to some motivational variables among secondary school students, **Journal of the College of Education, Mansoura University, N. 44, pp. 287-325.**
- Al-Adl, Adel Mahmoud (2001): Path analysis of the relationship between the components of the ability to solve social problems and both self-efficacy and the tendency to take risks, **Journal of the College of Education, Vol. 1, N. 25, pp. 121-174, Ain Shams University .**
- Al-Ajmi, Rashid Manea Rashid (2015): The feeling of psychological security and its relationship to psychological toughness among a sample of divorced children, **Journal of Social Sciences, Scientific Publication Council, Kuwait University, Vol. 43, N. 3, pp. 12-48 .**
- Al-Maaytah, Arwa, Al-Sawalqa, and Rola (2021): The relationship between emotional paid work and emotional exhaustion, a field study on nurses working in private hospitals in Amman, **Human and Social Sciences Studies, Vol. 48, No. 2, 2021, pp. 495-515.**
- Al-Masry, Nevin Abdel-Rahman (2011): Future anxiety and its relationship to self-efficacy and the level of ambition among a sample of Taif University students, **published doctoral thesis, Umm Al-Qura University, Mecca.**
- Al-Nadi, Heba Fathy (2019): Self-esteem and its relationship to the level of ambition among a sample of divorced children in the light of some variables, **Psychological Counseling Journal, Ain Shams University, N. 58, pp. 329-370 .**
- Al-Narash, Hisham Ibrahim, Osman, Iman Mohamed, and Abdel Aziz, Maysa Ahmed (2022): The effectiveness of a training program based on the dimensions of self-efficacy in improving psychological resilience among university students, **Journal of the College of Education, Port Said University, N. 37, pp. 487- 518 .**
- Hijazi, Gultan Hassan (2013): Self-efficacy and its relationship to professional compatibility and quality of performance among resource room teachers in public schools in the West Bank, **The Jordanian Journal of Educational Sciences, Vol. 9, N. 4.**
- Khalidi, Abdullah (2007): Self-efficacy among secondary school students in the city of Nazareth in the light of some variables, **unpublished master's thesis, Yarmouk University, Irbid .**



- Dallaj, Sarah, and Gerafia, Maryam (2019): The effect of self-efficacy on achievement motivation among third-year students of the Secondary School of Arts and Philosophy, **Faculty of Social Sciences and Humanities, University of Bouira, Algeria.**
- Zeidan, Rabia Manea (2010): The meaning of life and its relationship to self-efficacy among middle school students, Tikrit University **Journal for Human Sciences, Vol. 17, N. 6, pp. 505-541.**
- Mahmoud, Kazem and Suhail, Hassan Ahmed (2008) Self-efficacy and its relationship to chaotic behavior among middle school students, **Al-Professor magazine, University of Baghdad .**
- Suleiman, Marwa Muhammad, and Al-Buhairi, Muhammad Rizk, and Younis, Enas Rady (2020): The effectiveness of a counseling program in reducing self-stigma among a sample of school-retarded children, **Journal of Childhood Studies, College of Graduate Studies for Childhood, Vol. 23, N. 88, pp. 125- 132.**
- Shanine, Fatih El-Din (2012): Psychological security among students of divorced children in the intermediate education stage, **Faculty of Humanities and Social Sciences, Ouargla, Kasdi Merbah University, Algeria.**
- Mahmoud, Kazem and Suhail, Hassan Ahmed (2008): Self-efficacy and its relationship to chaotic behavior among middle school students, **Al-Ustaz magazine, University of Baghdad .**
- Morsi, Sami Abdel Salam (2015): **Self-efficacy for people with hearing disabilities**, Al-Warraaq Publishing and Distribution Corporation, Amman.
- Youssef, Walaa Suhail (2016): Self-efficacy and its relationship to social responsibility among university students, **published Master's thesis, College of Education, Damascus University .**

#### ثالثاً: المراجع الأجنبية

- Abbey, V., Rebecca, M.F., Lauren,P. W., Lara, S. , Kimberly, L. Amy H.(2016): The Relationship between Cognitive Fusion, Stigma, and Well-Being in People with Multiple Sclerosis , **ournal of Contextual Behavioral Science 5(4) .**

- Allison, C., Richard, L., Janee, A. H. , Loin, C., Syntia, S. D. (2022): The Impact of a Counseling Techniques Course on Self-efficacy and Stigma , **Teaching and Supervision in Counseling: Vol, 4 : Iss. 1 , Article**
- Anderson , J.(2014): The impact of family structure on the health of children. Effects of divorce. Linacre Q. 2014;81(4):378-387.  
Andrea, R., Brenda, G., Rochelle, H. L. , Violette, M., Grant, C.,
- Louisa, D.(2020): Stigma in relation to families living with parental mental illness: An integrative review, **International Journal of Mental Health Nursing, Volume 30, Issue 1, p. 6-26.**
- Anna, P., Krzysztof R., Zuzanna, F.,(2021): Self-stigma and cognitive fusion in parents of children with autism spectrum disorder, The moderating role of self-compassion, Pyszkowska et al, (2021), **PeerJ, DOI 10.7717/peerj.12591.**
- Asuka, K., Yuko, F., Shin, F., Akihiro I., Yukiko, O., Ryo, S., Toshimasa Y., Kohjiro, U., Takashi, K., Hideki, H.(2016): Association between self-stigma and self-care behaviors in patients with type 2 diabetes: a cross-sectional study, **BMJ Open Diabetes Research and Care 2016;4:e000156. doi:10.1136/bmjdr-2015- 000156**
- Caitline, B., Leanne, F., Prudence, M.(2022): A Child's Hidden Struggles: Self-Efficacy and Painful Feelings in the Years following Parental Separation, **Journal of Divorce & Remarriage, Volume 63, 2022 - Issue 2.**
- Carr, D.(2015): “Marital transitions: widowhood, divorce, and marriage”, The Encyclopedia of Adulthood and Aging, pp. 1-5.
- Cecillie, S. (2020): Emotional exhaustion and job satisfaction among Norwegian school principals: relations with perceived job demands and job resources, **International Journal of Leadership in Education, DOI: 10.1080/13603124.2020.1791964 .**
- Ching, W. C. & Fang,P. (2021): Relationships of Family Emotional Support and Negative Family Interactions with the Quality of Life among Chinese People with Mental Illness and the Mediating Effect of Internalized Stigma, **Psychiatr Q. 2021 Mar;92(1):375-387, doi: 10.1007/s11126-020-09811-9.**



- Cole, B. P. & Ingram, P. B.(2020): Where do I turn for help? Gender role conflict, self-stigma, and college men's help-seeking for depression, **Psychology of Men & Masculinities**, 21(3), 441–452.
- Corey, S., Mackenzie, J., Heath, D. L., Vogel, R.C. (2019): Age differences in public stigma, self-stigma, and attitudes toward seeking help: A moderated mediation model, *Journal of Clinical Psychology*, Volume 75, Issue 12, p.2259-2272.
- Corrigan, P.W., Kosyluk, K.A., Rusch, N.(2013) : Reducing self-stigma by coming out proud. **Am J Public Health**, 2013;103(5):794–800.
- Dabas, D. & Pandey, N. (2015) : Role of Self-Efficacy and Intrinsic Motivation on Work Place Environment. **International Journal of Education and Psychological Research**, 4(1), 52-57.
- Dale, S. & Maria, D.(2020): Self-efficacy and human motivation, ISSN2215-0919 All rights reserved, <https://doi.org/10.1016/bs.adms.2020.10.001>
- Jahn D., - Danielle, R., Jahn, Jaclyn, L., Anjana, Muralidharan, Clayton H. B., Amy, L., Drapalski, S. H., Alicia, L.(2020): The Influence of Experiences of Stigma on Recovery: Mediating Roles of Internalized Stigma, Self-Esteem, and Self-Efficacy, *Psychiatr Rehabil J*. 2020 Jun; 43(2): 97–105.
- Daumiller, M., Rinas, R., Hein, J., Janke, S., Dickhäuser, O., and Dresel, M. (2021): Shifting from face-to-face to online teaching during COVID-19: the role of university faculty achievement goals for attitudes towards this sudden change, and their relevance for burnout/engagement and student evaluations of teaching quality, **Comput, Hum. Behav.** 118:106677. doi: 10.31234/osf.io/yuw8
- Devine, K., & Hunter, K. (2016): Doctoral students' emotional exhaustion and intentions to leave academia. **Int. J. Dr. Stud.** 11, 35–61. doi: 10.28945/3396
- 38- D'Onofrio, B., & Emery, R. (2019): Parental divorce or separation and children's mental health, **World Psychiatry**, 1, 100–101, <https://doi.org/10.1002/wps.20590> ,Wiley Online Library Web of Science Google Scholar.

- Dong,F. W., Ya-Nan, Z., Yue,H. L., Yu-Zhu, H., Jun,H. Z., Tie-Qiao, L., Yue-Jiao, M. (2022): Social support and depressive symptoms: exploring stigma and self-efcacy in a moderated mediation model, **BMC Psychiatry (2022) 22:117**<https://doi.org/10.1186/s12888-022-03740-6>.
- Douglas, V.L.(2020): ): Review on the Effects of Divorce on Children, International Digital Organization for Scientific Research ISSN: 2579-0757 **IDOSR JOURNAL OF CURRENT ISSUES IN ARTS AND HUMANITIES 6(1):67-74, 2020.**
- Duangjai, V.,& Jinjutha, C. D. (2021): Factors Predicting Self-stigma among Youths Receiving Substance Abuse Treatment, **Journal of Nursing Research , Volum 26,N1, PP 5-190.**
- Elis, P., Mieke, V., Charlotte, S., Piet, B.(2014): Public Stigma and Self-Stigma: Differential Association With Attitudes Toward Formal and Informal Help Seeking, [ps.psychiatryonline.org](http://ps.psychiatryonline.org) ' **February 2014 Vol. 65 No. 2.**
- Elis, S. P.,& Rahma, F.( 2019 ): Self-Efficacy in Young Adults with Divorced Parents, *Advances in Social Science, Education and Humanities Research (ASSEHR), volume 304,*
- Fareeda, A., Perla, W., Shiri, S. ( 2020): Self-stigma formation process among younger and older Israeli Arabs diagnosed with depression, **Aging & Mental Health, Volume 25, 2021 - Issue 6.**
- Fang, W., Jिंगing, I., Leesa, L., Jिंगing, C., Jiayao, X., Xudong, Z. (2021): Impact of parental divorce versus separation due to migration on mental health and self-injury of Chinese children: a cross sectional survey, Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health volume 15. **Article number: 71 (2021)**
- Gentile, A., Servidio, R., Caci, B., Boca, S.(2018): Social stigma and self-esteem as mediators of the relationship between Body Mass Index and Internet addiction disorder. An exploratory study. **Curr, Psychol. 2018, 1–9.**
- Gordeles,B. N., & Inci, F. (2014): Comparison of trait anxiety levels and state anxiety levels of mothers with disabled children, **Journal of Psychiatric Nursing, 5(2), 84–91.**



- Guerrero, S., Bentein, K., & Garcia, F. A. (2021): Countering the effects of occupational stigma on emotional exhaustion and absences with idiosyncratic deals, **International Journal of Stress Management**, **28(2)**, 130– 140.
- Hiroshi, K., Takashi, O., Yoshinori, M., Yusuke, I. (2020): Association Between Autistic Symptoms and Self-Stigma in Patients with Schizophrenia Spectrum Disorders, **Neuropsychiatr Dis Treat**, **2020 Oct 29**: 16: 2553-2561.
- Jihua, C., Jie, Li., Yunfeng, W., Mengqi, A. (2022) : The Impact of Self-Efficacy and Perceived Value on Customer Engagement under Live Streaming Commerce Environment, **Security and Communication Networks Volume 2022, Article ID 2904447, 13 pages**.
- Jonathan, M. L., María, M. Y., Juan-Carlos, O. (2022) : Psychometric Properties of the Emotional Exhaustion Scale (ECE) in Chilean Higher Education Students, **European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education**, . **Educ. 2022, 12, 50–60**.
- Kim, E., Patric, C., Werner, S., Jeneva, O. (2020): Pathways to Self-Stigma in Parents of Children with a Mental Health Disorder, **Journal of Child and Family Studies 29(2)**, June 2020.
- Kimberly, K. C. & Maria, C. H. T. (2022): Impact of Emotional Exhaustion and Self-efficacy on the Psychological Well-Being of Child Care Workers in the Philippines, **Psychological Studies 2022**.
- Konradia, A. (2021): Stigma and psychological distress among pediatric participants in the FD/MAS Alliance Patient Registry, **BMC Pediatr**, **2021;21(1):173**. <https://doi.org/10.1186/s12887-021-02647-7>.
- Laschinger, H., Grau, A. (2012): The Influence of Personal Dispositional Factors and Organizational Resources on Workplace Violence, Burnout, and Health Outcomes in New Graduate Nurses: A Cross-Sectional Study, **Int. J. Nurs. Stud.** **2012, 49, 282–291**. [CrossRef]
- Lennings, H. I. B., & Bussey, K. (2017): The mediating role of coping self-efficacy beliefs on the relationship between parental conflict and child psychological adjustment, **Social Development, (March)**, 1–14. <https://doi.org/10.1111/sode.12241>.

- Li, J., Han, X., Wang, W., Sun, G., and Cheng, Z. (2018): How social support influences university students' academic achievement and emotional exhaustion: the mediating role of self-esteem. *Learn, Individ. Differ.* **61**, 120–126. doi: 10.1016/j.lindif.2017.11.016
- Lin, Y.-Y., Lin, M.-L., Huang, Y.-H., Ma, W.-F., Yen, W.-J., Lee, S.-K. (2016) : Effects of Rehabilitation Models on Self-Stigma among Persons with Mental Illness, *Healthcare* **2022**, **10**, 213. <https://doi.org/10.3390/healthcare10020213>.
- Lindsay, S., Katherine, N., Patrick, W. C.(2017): Structures and Types of Stigma, **Springer International Publishing Switzerland 2017 43** W. Gaebel et al. (eds.), The Stigma of Mental Illness - End of the Story?, DOI10.1007/978-3-319-27839-1\_3
- Livingston, J.D. (2010) : Correlates and consequences of internalized stigma for people living with mental illness: a systematic review and meta-analysis, *Soc Sci Med* **71**:2150–2161.
- Lokhee, S.& Hogg, R.C. (2021): Depression, stress and self-stigma towards seeking psychological help in veterinary students, *Australian Veterinary Journal*, p. 309-317. Volume 99, Issue 7
- Luoma, J.B., Kohlenberg, B.S., Hayes, S.C., (2008): Reducing self-stigma in substance abuse through acceptance and commitment therapy: model, manual development, and pilot outcomes, *Addiction Research and Theory* **16**:149–165, 2008 Crossref, Google Scholar.
- Lydia, H. A., Dennis, M. K., Clara, E. H.(2022): Helping skills courses: The effects of student diversity and numeric marginalization on counseling self-efficacy, counseling self-stigma, and mental health, *J Couns Psychol* , .2022 **Jan**;69(1):27-36, doi: 10.1037/cou0000573. Epub 2021 Jul 1.
- Marisa, D., Serchuk, P. W., Corrigan, S. R., Jeneva, L. O.(2021) : Vicarious Stigma and Self-Stigma Experienced by Parents of Children with Mental Health and/or Neurodevelopmental Disorders, *Community Mental Health Journal* (2021) **57**:1537–1546.
- Martin, A. T., & Marit, N. (2015 ) : Emotionally exhausting factors in general practitioners ' work , *Scandinavian Journal of Primary Health , care* **33**(3):1-6



- Matthew, M., Misato, H., Atreyee, M., Zeeshan, A. S.(2018): Detecting Linguistic Traces of Depression in Topic-Restricted Text: Attending to Self-Stigmatized Depression with NLP, In Proceedings of the **First International Workshop on Language Cognition and Computational Models**, pages 11–21, Santa Fe, New Mexico, USA. Association for Computational Linguistics.
- Meinou, H.C., Theunissen -Meinou, H.C., Theunissen, M. K., Anne P.G., C., Sijmen, A. R.(2017); **Effects of Divorce, European Journal of Public Health, Volume 27, Issue 5, October 2017,Pages 840–845, <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckx056>.**
- Ming-hu, Y. , YUying, F., Minline, C., June, Z. (2022): The mediating role of self-efficacy in the association between perceived stigma and psychosocial adjustment: a cross-sectional study among nasopharyngeal cancer survivors, **Psycho-Oncology, 03 January 2022.**
- Mittal, D., Sullivan, G., Chekuri, L., Allee, E., Corrigan, P.W. (2012) : Empirical studies of self-stigma reduction strategies: a critical review of the literature, **Psychiatr Serv 63:974–981.**
- Molina, Y., Choi, S. W., Cella, D., and Rao, D. (2013): The stigma scale for chronic illnesses 8-item version (SSCI-8): development, validation and use across neurological conditions, **Int. J. Behav. Med. 20, 450–460. doi: 10.1007/s12529-012-9243-4.**
- Morris, E., Hippman, C., Murray, G., (2018): Self-stigma in relatives of people with mental illness scale: development and validation, **Br J Psychiatry. 2018:1–6. doi: 10.1192/bjp.2017.23.**
- Muhammd, A., Netrida, N.,Vetty, P., Jacqueline, M., Mini, S. Abraham ,S., Slewa , N. (2021): Types of stigma experienced by patients with mental illness and mental health nurses in Indonesia: a qualitative content analysis, Subu et al. **Int J Ment Health Syst (2021) 15:77.**
- Myong, S. C. (2021): Stigma and life satisfaction among out-of- school Korean youth: the mediating roles of self-esteem and depressive symptoms, **Published: 06 September 2021.**

- Newton, T.L., Burns, V.E., Miller, J.J., Fernandez-Botran, G.R. (2015):  
“Subjective sleep quality in women with divorce histories the role of  
intimate partner victimization”, **Journal of Interpersonal Violence**,  
**Vol. 31 No. 8**, pp. 1430-1452, doi: 10.1177/0886260514567961.
- Niwako, Y., & Jane, G. (2020): Stigma and self-efficacy as predictors of  
intention to seek help among American and Japanese college  
students, *International Journal of Psychology and Counselling* Vol.  
12(3), pp. 63-72, July-September 2020.
- Nursel , T. (2014): Gender, Self-stigma, and Public Stigma in Predicting  
Attitudes toward Psychological Help-seeking, **Educational  
Sciences: Theory and Practice** 14(2).
- Pasmatzi, E., Koulierakis , G. (2016): Self-stigma, self-esteem and self-  
efficacy of mentally ill , **Psychiatriki Oct-Dec 2016;27(4):243-  
274 doi: 10.22365/jpsych.2016.274.243.**
- Perla, W., Alex, A., Yoram, B. (2008) : Self-stigma, self-esteem and age in  
persons with schizophrenia, **International  
Psychogeriatrics** , **Volume 20** , **Issue 1** , **February 2008** ,  
**pp. 174 – 187.**
- Philippe, G., Mihaela, I., Caroline, S., Benedetta, S., Charles, B. (2021):  
Measuring the paradox of self-stigma: psychometric properties of a  
brief scale, *Annals of General Psychiatry*, **Annals of General  
Psychiatry** volume 20, **Article number: 5 (2021).**
- Reine, C., Van ,C. F., Margreet, M.(2018): Reconciling Mixed Findings on  
Children’s Adjustment Following High-Conflict Divorce, *Journal of  
Child and Family Studies*, volume 28, pages468–478 (2019).
- Rolnd, V., Birgit, K., Mrkus, A., Patric, C. (2007): Self efficacy and  
empowerment as outcomes of self stigmatizing and coping in  
schizophreni ,**Psychiatry Research**, **150(1):71-80.**
- Ruben, T , Noelia, N., Adolfo, J., Cangas, I.I M. -(2020) : The Protective  
Role of Emotional Intelligence in Self-Stigma and Emotional  
Exhaustion of Family Members of People with Mental Disorders,  
**Sustainability** 12(12):4862, DOI:10.3390/su12124862



- Sahar, O., Gloria, A., Chadia, H., Hala, S., Michel, S., Souheil, H. (2021): Association between parental divorce and mental health outcomes among Lebanese adolescents: results of a national study, *BMC Pediatr* (2021) 21:455.
- Seo, K. (2021): The Effects of Self-efficacy and Self-stigma on self-care in people with Diabetes, *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing* 32(1):86.
- Sezer, S., & Kezer, F. (2013): The reliability and validity of self stigma of seeking help scale (SSOSH) in a Turkish sample, *Düşünen Adam the Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 26, 148–156
- Shanta, M. & Bimala, P. (2019): Prevalence of self-stigma and its association with self-esteem among psychiatric patients in a Nepalese teaching hospital: a cross-sectional study, *BMC Psychiatry*, **Article number:374 (2019)** 87
- Shawnda, S., Chih, M. T., Brian, U. (2020): The Role of Rural and Urban Geography and Gender in Community Stigma Around Mental Illness, *Journal Indexing and Metrics*, **Vol 48, Issue 1, 2021**.
- Simone, P. & Tina, A. (2022): Gender specificity of self-stigma, public stigma, and help-seeking sources of mental disorders in youths, American Psychological Association, *University of Koblenz-Landau, Landau, Germany*.
- Son, J., Erno, A., Shea, D.G., Femia, E.E., Zarit, S.H., Parris Stephens, M.A. (2007): The caregiver stress process and health outcomes, *J. Aging Health* 2007, 6, 871–887. [CrossRef] [PubMed]
- Tijdink, J. K., Vergouwen, A. C. M., & Smulders, Y. M. (2014): Emotional exhaustion and burnout among medical professors; A nationwide survey [Abstract]. *BMC Medical Education*, 14, 183.
- Timothy, J. L. (2021) Emotional Exhaustion : What is it and How to Treat ,PhD,PsyD, Updated on September 9,2021.
- Varda, K., Samantha, K., Teyana, C., Meaghan, L., Selda, C. (2016): Stigma and Divorce: A Relevant Lens for Emerging and Young Adult Women?, *Journal of Divorce & Remarriage*, Volume 57, 2016 **Issue 3**.

- 
- Vatanasin, D.& Jinjutha, C. D.(2022): Factors Predicting Self-stigma among Youths Receiving Substance Abuse Treatment, **PRIJNR [Internet], 2021 Dec. 9 [cited 2022 Feb. 25];26(1):78-89**. Available from:  
  
<https://he02.tci-thaijo.org/index.php/PRIJNR/article/view/255277>
- Veronia, A. S.,& Yustinus, B, H., (2022): Impact of Entrepreneurial Self-Efficacy and Entrepreneurial Motivation on Micro and Small Business Success for Food andBeverage Sector in East Java,**Indonesia,EconomIndonesia,Economies2022,10,10** .
- Vogel, D. L., Wade, N. G., & Haake, S. (2006): Measuring the self-stigma associated with seeking psychological help, **Journal of Counseling Psychology, 53, 325–337**.
- Yeomans, M.M., Martínez,L. J., Silva, A.(2022): Emotional Exhaustion in Chilean Higher Education Students during the Pandemic: **Analysis by Gender, [(accessed on 3 January 2022)];Psychol. Educ. 2021 Available online**
- Zheng, Y., & Zheng, X. (2015): Current state and recent developments of child psychiatry in China, **Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health, 9(1), 1–10**.