الصلابة النفسية وعلاقتها بالقلق النفسي الاجتماعي لدى عينة من النساء المطلقات في الأردن

روان إسماعيل الزعبي* **د. فاطمة محمد التلاهين****

تاريخ وصول البحث: 2025/5/20م تاريخ قبول البحث: 2025/8/3م

الملخص

هدفت الدراسة التعرف إلى الصلابة النفسية وعلاقتها بالقلق النفسي الاجتماعي لدى عينة من النساء المطلقات في الأردن. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التنبؤي، وتكونت عينة الدراسة من (367) مطلقة من النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان، تم اختيارهن بطريقة العينة المتيسرة. ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطوير مقياس الصلابة النفسية وتكون من (24) فقرة، ومقياس القلق النفسي الاجتماعي وتكون من (25) فقرة، أظهرت النتائج أن مستوى الصلابة النفسية والقلق النفسي الاجتماعي لدى عينة الدراسة كان متوسطًا، كما بينت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة بين متوسطات استجابات النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان على أبعاد مقياس الصلابة النفسية والمقياس ككل، وأبعاد مقياس القلق النفسي الاجتماعي والمقياس ككل وفقًا لمتغيري العمر والمؤهل العلمي والتفاعل بينهما، كما أظهرت النتائج أن الصلابة النفسية قد فسرت (39.3%) من التباين الحاصل في القلق النفسي الاجتماعي لدى النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان، بينما لم تكن لمتغيري العمر والمؤهل العلمي دلالة إحصائية تُذكر. وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من التوصيات أهمها تشجيع مراكز دعم الأسرة والمجتمع في الأردن على تبني ورش عمل تركز على تعزيز الصلابة النفسية للنساء المطلقات وذلك للتخفيف من مشاعر القلق النفسي الاجتماعي.

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية، القلق النفسي الاجتماعي، النساء المطلقات.

* باحثة.

** أستاذ مشارك، قسم الإرشاد والصحة النفسية، جامعة العلوم الإسلامية العالمية.

Psychological Hardiness and Its Relationship with Psychosocial Anxiety Among a Sample of Divorced Women in Jordan.

Abstract

The study aimed to identify psychological hardiness and its relationship with psychosocial anxiety among a sample of divorced women in Jordan. The study employed a descriptive predictive approach, and the sample consisted of 367 divorced women from the capital governorate, Amman, selected through a convenience sampling method. To achieve the objectives of the study, a Psychological Hardiness Scale was developed, consisting of 24 items, and a Psychosocial Anxiety Scale, consisting of 25 items. The results indicated that the levels of psychological hardiness and psychosocial anxiety among the study sample were moderate. The findings also revealed no statistically significant differences in the mean responses of divorced women in Amman Governorate on the dimensions of the Psychological Hardiness Scale and the overall scale, as well as the dimensions of the Psychosocial Anxiety Scale and the overall scale, according to the variables of age and educational qualification. Additionally, the results showed that psychological hardiness accounted for (39.3%) of the variance in psychosocial anxiety among divorced women in Amman Governorate, while the variables of age and educational qualification did not have any statistically significant effect. The study concluded with a set of recommendations, most notably encouraging family and community support centers in Jordan to adopt workshops focusing on enhancing psychological hardiness among divorced women in order to alleviate feelings of psychosocial anxiety.

Keywords: Psychological Hardness, Psychosocial Anxiety, Divorced Women.

المقدمة والخلفية النظرية:

يعد الزواج وتكوين الأسرة سنة كونية شرعها الله تعالى، وتبنتها المجتمعات على مر العصور كمصدر لاستقرار الإنسان وسعادته، ووسيلة لبناء مجتمع متماسك يَعمرُ الأرض ويعزز رفاهيته؛ بإرضاء الغرائز الإنسانية الطبيعية على نحو مشروع، وتوفير السكن والاطمئنان النفسي، وتمكين الزوجين من دعم بعضهما بعضا في مواجهة تحديات الحياة، وضمان بقاء النوع البشري من الزوال باستمرارية التناسل، إلا أن الحياة الزوجية قد تواجه أحياناً تحديات وأزمات تهدد هذه الرابطة المقدسة، وتحرم الزوجين من السعادة والاستقرار، حيث تختفي المودة والعاطفة، وتحل محلها مشاعر اللوم وتبادل الاتهامات والغضب والاستياء، ومع تعثر التواصل يختل الانسجام، وقد لا تتحقق أهداف الزواج، ويصبح الطلاق هو الحل لإنهاء الزواج (Al-Sayyid, 2022).

إن وصول الزوجين إلى مرحلة الطلاق يعد تحديًا للأسرة كمؤسسة اجتماعية، ويؤثر في الرفاهية العامة لجميع الأفراد المعنيين وصحّة الأسر (Almutairi et al, 2024). وهذا ما أشار إليه المجالي (Majali, 2024) بأن الطلاق مشكلة مجتمعية، تختلف باختلاف المجتمعات، وهو مؤشر خطير على درجة تفاقمها في المجتمع، ومؤشر قوي على وجود حالة من الخلل الاجتماعي الناتج عن معايير الحياة الزوجية والقواعد التي تحكمها، فالطلاق من مهددات بناء الأسرة، ويترك آثاراً مؤلمة ذات أبعاد اجتماعية خطيرة، كالتشرد والانحراف.

إن الطلاق شائع في جميع أنحاء العالم، لكن أسبابه تختلف حسب الثقافة والمنطقة، وتشهد الولايات المتحدة أعلى معدل طلاق بين الدول الصناعية، حيث ينتهي واحد من كل زواجين بالطلاق، كما يبلغ متوسط معدل الطلاق في الدول الأوروبية (40%). ومع ذلك، يمكن أن تختلف معدلات الطلاق بشكل كبير داخل البلدان بسبب العوامل الاجتماعية والثقافية والظروف الفردية (Sheykhi, 2020). وتشير دائرة قاضي القضاة (2024) أنه تم تسجيل (25887) حالة طلاق في الأردن لعام (2023).

إن المرأة المطلقة في المجتمع الأردني قد تعاني أكثر من غيرها بسبب خصوصية الأردن الثقافية العربية، وطبيعة العلاقات مع الأقارب والتقاليد الثقافية، فضلاً عن النظام الديني السائد الذي يحظر على المرأة العيش بمفردها، والخروج من المنزل، وإقامة أي علاقة جنسية بين الرجل والمرأة إلا ما يتم في إطار الزواج ووفق التقاليد والعادات المنضبطة، واللافت للنظر أن المجتمع الأردني شهد هذه الأيام زيادة في عدد الأسر المتفككة نتيجة للطلاق، وعلى هذا النحو أصبح الطلاق من

القضايا الخطيرة التي تساهم في زعزعة وحدة الأسرة، على الرغم من أنه حل يذيب بعض المشاكل المعقدة التي تحد بشدة من استمرارية العلاقة الزوجية(Khataybeh, 2022).

ونتيجة للطلاق فإن النساء المطلقات يواجهن تحديات عاطفية متزايدة، ويواجهن المزيد من القضايا الاجتماعية مقارنة بالنساء المتزوجات، فالطلاق في كثير من الأحيان الحدث الأكثر إيلامًا وإيذاءً للأسر المعنية، ويؤدي الضرر الناجم عن المشاكل قبل وأثناء الطلاق إلى حدوث صعوبات عاطفية ونفسية، بحيث يكون القلق أكثر انتشارًا لدى النساء المطلقات منه لدى النساء المتزوجات (Rajabi et al, 2023).

وتشير الجمعية الأمريكية للطب النفسي بأن القلق النفسي الاجتماعي يؤثر في النساء أكثر من الرجال مع معدل انتشار أعلى بين الإناث بنسبة (1.5 إلى 2.2)؛ حيث تُعد النساء أكثر عرضة للإصابة بالقلق النفسي الاجتماعي مقارنة بالرجال، ويتسم هذا القلق بخوف واضح ومستمر من موقف اجتماعي أو أكثر أو أنشطة أدائية، وقد يواجه تدقيقًا محتملًا من قِبَل الآخرين (American Psychiatric Association, 2013).

ويرى هالد وآخرون (Hald et a, l2022) أن مستويات القلق النفسي الاجتماعي أعلى بين المطلقات بسبب الطبيعة المدمرة المحتملة للطلاق، ويشمل ذلك التغييرات المحتملة في مكان المعيشة، والعلاقات الاجتماعية، والوضع المالي، والشبكات الاجتماعية، والأبوة ، وقد ارتبط القلق النفسي الاجتماعي بالعديد من النتائج الصحية الضارة بما في ذلك انخفاض الفاعلية الذاتية والأمراض المزمنة والشعور بالوحدة، وهذا ما أكده عبد القادر(Abdel Qader, 2023) بأن الشعور بالوحدة النفسية يرتبط بصعوبة تكوين علاقات اجتماعية صحية، مما قد يؤدي بدوره إلى القلق النفسي الاجتماعي.

إن القلق النفسي الاجتماعي إذا اصيبت به المرأة المطلقة يمكن أن يجعلها غير قادرة على اتخاذ قرارات حكيمة، مما يؤدي إلى أفعال لا تخدم مصلحتها، وتشمل أعراض القلق النفسية لدى المرأة المطلقة القلق المزمن والخوف من الحكم، وانخفاض مستمر في احترام الذات، وغالبًا ما يصاحب ذلك الاكتئاب وعدم الاستقرار العاطفي وأنماط التفكير السلبية التي تركز على الندم ، واجتماعيًا غالبًا ما تنسحب النساء المطلقات من الأصدقاء والعائلة، خوفًا من الحكم أو الرفض، وقد يكافحن من أجل الثقة بالآخرين أو بناء علاقات جديدة، ويتفاقم هذا العزل بسبب

فقدان الروابط المتبادلة التي تشكلت أثناء الزواج مما يؤدي إلى تقليص شبكة الدعم Hamid, (2022).

ويمكن أن يُكوّن الطلاق خبرة تعليمية للمطلقة في جعلها قوية عاطفيًا، ولكن كل هذا يعتمد على موقفها وكيف تتصرف، فبعد الطلاق يتعين على المطلقة التعامل مع إعادة التكيف الاجتماعي والاقتصادي، وبالنسبة لبعض الإناث يكون الطلاق عملية حداد مصحوبة بمشاعر العجز والغضب والقلق والذنب والوحدة (Iftikhar et a, 2023). ومع ذلك، يرى فراجات(Feraghat, 2024) أن جميع المطلقات لا تعانينَ من القلق النفسي الاجتماعي، ويرجع ذلك إلى وجود عوامل ربما تؤثر في حياتهن، ومنها العوامل الشخصية، وأحد الجوانب الشخصية هي الصلابة النفسية، والتي تعد سمة شخصية تساعد المطلقات في التعامل مع أحداث الطلاق الضاغطة، فالصلابة النفسية تعد عاملاً لتحسين الصحة، وهي في الواقع مزيج من المعتقدات حول الذات والعالم الذي يحمي المطلقة من الضغوط الداخلية والخارجية، كما تعد عاملا يقودها في المواقف الصعبة ويساعدها في التغلب على المواقف المهددة بنجاح، وبالتالي فإن التحدي والالتزام والضبط في القدرات والشخصية، تشكل قوة نفسية لدى المرأة المطلقة.

وهذا ما أكده عبد الفتاح والسايس (Abdelfatah & Elsayes, 2023)أن الصلابة النفسية هي إحدى سمات الشخصية التي تمكن المرأة المطلقة من التعامل مع القلق والتوتر بشكل جيد والحفاظ على صحتها الجسدية والعقلية وتجنب الإصابة بأمراض نفسية وفسيولوجية مرتبطة بالقلق والتوتر، فالمطلقات ذوات الصلابة النفسية العالية يتميزن بالإيجابية والهدوء العاطفي، وفعّالات في التعامل مع الضغوط والقلق والتوتر، كما أن لديهن القدرة على تغيير الظروف العصيبة إلى ظروف أقل خطورة.

لذ؛ فإن الصلابة النفسية هي إحدى العوامل التي تقود المرأة المطلقة في المواقف الصعبة ويساعدها في التغلب على المواقف المهددة بنجاح، فأشياء مثل التحدي والالتزام والتحكم العاطفي والتحكم في الحياة والثقة في قدراتها تشكل صلابتها النفسية (Fahmi, 2022).

الصلابة النفسيةPsychological Hardness :

طرحت كوباسا (Kobasa ,1979) مفهوم الصلابة النفسية لدراسة كيفية تأثير الشخصية في استجابة الشخص للتوتر، كما هدفت إلى فهم سبب بقاء بعض الأشخاص بصحة جيدة رغم تعرضهم لتوتر شديد، بينما يُصاب آخرون بمشاكل صحية جسدية أو نفسية. وأشارت كوباسا إلى أن من يتأقلمون جيدًا مع التوتر الشديد يشتركون في سمة شخصية محددة تُسمى الصلابة

النفسية، وتتضمن هذه السمة ثلاثة مكونات رئيسة وهي: الالتزام، والتحكم، والتحدي، والتي تُشكل نظرة الأفراد إلى أنفسهم وتفسيرهم للمواقف العصيبة. ويمكن تعريف الصلابة النفسية بأنها "القدرة على التعامل مع المواقف العصيبة بالالتزام (مقابل الاغتراب)، والتحكم (مقابل العجز) والتحدي (مقابل التهديد)"(Ravindran & Vimala, 2024:461).

ويشير مفهوم الصلابة النفسية إلى سمة شخصية لتفسير سبب عدم رد فعل بعض الأشخاص سلبًا تجاه الأحداث الصعبة في الحياة، فالصلابة النفسية هي إحدى سمات الشخصية التي تمكن المرأة المطلقة من التعامل مع التوتر بشكل جيد والحفاظ على صحتها الجسدية والعقلية وتجنب الإصابة بأمراض نفسية فسيولوجية مرتبطة بالتوتر، وتتميز المطلقات ذوات الصلابة النفسية العالية بالإيجابية والهدوء العاطفي.، وهنّ فعّالات في التعامل مع الضغوط والتوتر، ولديهن القدرة على تغيير الظروف العصيبة إلى ظروف أقل خطورة، فالصلابة النفسية هي عملية تكيف المرأة المطلقة مع تحديات الحياة وحل المشكلات بنجاح من خلال الإيمان بقدرتها على التحكم في عواطفها والقدرة على إدارة مشاكل حياتها اليومية (Abdelfatah & Elsayes, 2023).

وفقًا لشيخانتسوفا (Chykhantsova, 2024) فإن السمات الشخصية التي تميز الصلابة النفسية تشمل احترام الذات العالي، والشعور الواضح بالهدف في الحياة، والموقف الهادئ تجاه الخطر، والاستعداد لارتكاب الأخطاء، وبالتالي فإن الصلابة النفسية تعد سمة شخصية مستقرة، فضلاً عن كونها سمة تميز القدرة على حماية الذات من التأثيرات السلبية المجهدة.

وتتكون الصلابة النفسية من ثلاثة أبعاد هي:

بعد الالتزام:Commitment يعني الالتزام النظر إلى العالم على أنه مثير للاهتمام وجذاب، حتى عندما تكون الأمور صعبة، فالأفراد الذين يمتلكون الصلابة النفسية يتابعون اهتماماتهم بقوة، وينخرطون بعمق في عملهم أو هواياتهم، ويتفاعلون اجتماعيًا مع الآخرين، كما يصف الالتزام الميل إلى البقاء منخرطًا مع الأشخاص والأحداث والسعي لتحقيق الأهداف بدلاً من التراجع إلى العزلة حتى عند مواجهة ضغوط كبيرة، وبالتالي فإن القدرة على البقاء بصحة جيدة تحت الضغط تتوقف على شعور قوي بالالتزام تجاه الذات (Mahmoud, 2020).

بعد التحكم Control: إن الأفراد الذين يتمتعون بالصلابة النفسية يظهرون التحكم بثلاث طرق وهي: أولاً، يظهرون سيطرة على القرار ويتقنون الاختيار بشكل مستقل من بين مسارات

العمل المختلفة للتعامل مع المواقف العصيبة. ثانيًا، يتمتع الأفراد الأقوياء بالتحكم المعرفي ويظهرون القدرة على تفسير وتقييم ودمج التوتر في خطة حياتهم المستمرة. وأخيرًا، يُظهر الأفراد الذين يمتلكون الصلابة النفسية ذخيرة أكبر من مهارات التأقلم التي يمكنهم الاعتماد عليها عند مواجهة الأحداث العصيبة (Harris, 2022).

بعد التحدي:Challenge يتميز التحدي بالنظر إلى الضغوطات والمأساة على أنها أجزاء طبيعية من الوجود بدلاً من الاستسلام لها، وعندما تحدث الضغوطات يؤدي ارتفاع التحدي إلى وجهة نظر أكثر ترجيحًا بأن الضغوطات تمثل فرصًا مع إمكانية النمو إذا قام المرء بتنظيم موارده لمواجهتها بشكل مناسب (Loebel, 2020).

ومن النظريات المفسرة للصلابة النفسية النظرية الوجودية، وهي إحدى النظريات الرئيسة التي تساعد في تفسير الصلابة النفسية وترتبط بها ارتباطًا وثيقًا، حيث تنظر هذه النظرية إلى البشر على أنهم كائنات حرة بطبيعتها، وليسوا مجرد مستجيبين سلبيين للأحداث الخارجية، وتقر بأن الحياة مليئة بالتحديات ومثيرة للقلق بطبيعتها، مما يتطلب من الأفراد اتخاذ خيارات صعبة للبقاء على قيد الحياة. وتسلط الوجودية الضوء على أهمية الشجاعة الوجودية - مواجهة صعوبات الحياة وجهاً لوجه - كاستجابة حيوية للشدائد، ويمكن أن يؤدي نقص هذه الشجاعة إلى زيادة التوتر والقلق وإضعاف الشعور بالهوية الشخصية، وتتوافق الشجاعة الوجودية، وهي جوهر هذه النظرية، بشكل وثيق مع فكرة الصلابة النفسية، والتي غالبًا ما تُرى لدى الأشخاص الذين يبقون أقوياء تحت الضغط (Sharma, 2018).

القلق النفسي الاجتماعي Psychosocial Anxiety:

يعد القلق النفسي الاجتماعي الفئة الأكثر انتشارًا من بين أنواع القلق ويرتبط بضعف وظيفي، حيث يخاف الأشخاص المصابون بالقلق النفسي الاجتماعي ويتجنبون تدقيق الآخرين، وقد يكون القلق من الإحراج واضحًا لدرجة أن العديد من اللقاءات الشخصية يتم تجنبها أو تحملها بانزعاج شديد، لذلك فإن القلق النفسي الاجتماعي له عواقب سلبية متنوعة في العمل والحياة الاجتماعية (Paz, 2023).

إن الطبيعة السببية للقلق النفسي الاجتماعي غير واضحة، ومع ذلك، فإن العوامل البيئية المحتملة مثل الشدائد في مرحلة الطفولة، أو سوء المعاملة، أو التجارب السلبية قد تشكل خطرًا أعلى للإصابة بالقلق النفسي الاجتماعي، فعلى سبيل المثال، يمكن أن يحدث ظهور القلق النفسي الاجتماعي بعد تجربة مرهقة أو مهينة، مثل التعرض للتنمر أو الطلاق (Garcia, 2024). وتشمل

المخاطر المحتملة الأخرى وعوامل التشخيص المرتبطة بالقلق النفسي الاجتماعي العوامل الوراثية، ووفقًا لعامر وآخرين (Amer et al, 2023) فإن الوراثة هي نسبة التباين في الخصائص أو السمات الجسدية التي يُعتقد أنها ناجمة عن التمييز الوراثي بين الناس، وعادةً ما يُعزى التباين المتبقي إلى القضايا البيئية، وعادةً ما تقدر الوراثة التأثير المتناسب للتأثيرات الوراثية والبيئية على سمة أو ميزة، فإذا تم تحديد الفرد بأنه مصاب بالقلق النفسي الاجتماعي، فمن المحتمل أن يكون لديه جينات دقيقة تجعله أكثر استعدادًا للإصابة بهذا بالقلق.

ويعتقد الأشخاص المصابون بالقلق النفسي الاجتماعي عادةً أنهم معرضون للتصرف بطرق غير مقبولة أو أن السلوك سيكون له عواقب سلبية مثل فقدان المكانة والقيمة أو إفساح المجال للرفض، ويمكن أن يبدأ الخوف والقلق لدى الأفراد المصابين بالقلق النفسي الاجتماعي في إظهار الأعراض قبل أسابيع من حدوث الحدث، وتشمل الأعراض التي قد يعاني منها عند الأداء أمام الآخرين أو حولهم هي الشعور بالغثيان والاحمرار والتعرق والارتعاش والصوت الخافت وصعوبة التواصل البصري والحكم على أنفسهم بشكل سلبي أو الخوف من أن يحكم عليهم الآخرون بشكل سلبي، وفي النهاية، قد يتجنبون الأماكن التي قد يكون فيها الآخرون Scheibal, (2024).

ووفقًا لعمارة (Emara, 2023) يظهر القلق النفسي الاجتماعي لدى الأشخاص في ثلاثة مستويات وهي:

- المستوى السلوكي: يتميز بتجنب أو الانسحاب من المواقف الاجتماعية، بما في ذلك رفض الدعوات الاجتماعية، والامتناع عن الاختلاط الاجتماعي، والحد من الاتصالات والعلاقات الاجتماعية.

- المستوى المعرفي: يتميز بإدراك سلبي وغير مناسب للمواقف الاجتماعية، وغالبًا ما يكون مصحوبًا بالانشغال بإمكانية تلقي أحكام سلبية من الآخرين.

- المستوى الفسيولوجي: يتضح من خلال الأعراض الجسدية مثل ضيق التنفس، والأرق، والتعرق، وسرعة ضربات القلب، والغثيان، والتوتر، حيث يميل الأفراد المصابون بالقلق النفسي الاجتماعي إلى التركيز على هذه الأعراض، معتقدين أن الآخرين يلاحظونها ويفسرونها على أنها علامات على عدم الكفاءة أو ضعف الأداء الاجتماعي.

وهناك أربعة أبعاد للقلق النفسي الاجتماعي وهي:

البعد الأول: سلوك التهرب: يتميز بميل الشخص إلى الانسحاب من التفاعلات الاجتماعية أو التهرب منها بسبب الخوف من الحكم أو الإحراج، وقد يتجنب الأفراد الذين يظهرون هذا السلوك التجمعات أو التحدث أمام الجمهور أو حتى التفاعلات الاجتماعية البسيطة مثل التواصل البصري أو بدء المحادثات، وينبع هذا التجنب من القلق المفرط بشأن التقييم السلبي، مما يؤدي إلى عدم الراحة أو الضيق في المواقف الاجتماعية (Karp, 2024).

البعد الثاني: توقع الفشل: وفيه يتوقع الأفراد نتائج سلبية قبل الانخراط في التفاعلات الاجتماعية، وقد يعتقدون أنهم سيقولون شيئًا محرجًا، أو سيُحكم عليهم بقسوة، أو يحرجون أنفسهم، مما يؤدي إلى زيادة القلق، وغالبًا ما يكون هذا الخوف غير عقلاني، ولكنه يبدو حقيقيًا جدًا، مما يتسبب في الإفراط في مراقبة الذات والتردد (Mahmoud, 2020).

البعد الثالث: الأعراض النفسية: وتشمل استجابات عاطفية وإدراكية مكثفة أثناء أو قبل التفاعلات الاجتماعية، وقد يعاني الأفراد من قلق مفرط أو خوف أو رهبة من الحكم عليهم أو إحراجهم أو رفضهم، وغالباً ما تتجلى هذه الأعراض في الأفكار المتسارعة أو النقد الذاتي أو الشعور بعدم الكفاءة (Taha et al., 2017).

البعد الرابع: الأعراض الجسمية: تعكس استجابة الجسم للتوتر الناتج عن التهديدات الاجتماعية المتصورة، فعند مواجهة التفاعلات الاجتماعية، قد يعاني الأفراد من أعراض مثل تسارع ضربات القلب، والتعرق، والارتعاش، أو ضيق التنفس، وتنشأ هذه الاستجابات نتيجة لاستجابة الجسم للمواجهة أو الهروب، مما يجعله مستعداً للتعامل مع الخطر المتصور (Al-Zwairi, 2015).

ويعد الطلاق من أهم التحديات التي تواجه العديد من المجتمعات، ويعتقد علماء النفس وعلماء الاجتماع أن الطلاق في كثير من الأحيان الحدث الأكثر إيلامًا وإيذاءً للأسر المعنية، فالضرر الناجم عن المشاكل قبل وأثناء الطلاق ينتهي به الأمر إلى التسبب في صعوبات عاطفية ونفسية لدى الأمهات المطلقات، بحيث يكون القلق النفسي الاجتماعي أكثر انتشارًا لدى النساء المطلقات منه لدى النساء المتزوجات، وبالتالي فإن الأفكار المقلقة هي سلسلة من الأفكار والآراء السلبية التي لا يمكن السيطرة عليها إلى حد كبير والتي تسبب مشاكل نفسية لدى من يعانون منها وقد تؤدي إلى نتيجة سلبية واحدة أو أكثر (Rajabi et al., 2023).

ومن النظريات المفسرة للقلق النفسي الاجتماعي النظرية المعرفية، حيث تعتمد على أن أفكار الفرد ومعتقداته وإدراكاته تؤدي دورًا محوريًا في تشكيل المشاعر والسلوكيات، وتفترض هذه

النظرية أن الاضطرابات العقلية، بما في ذلك القلق النفسي الاجتماعي، ينشأ من أنماط تفكير مشوهة أو سلبية، والتي تؤثر في كيفية تفسير الشخص لتجاربه، وتفترض النظرية المعرفية أن الأفراد الذين يعانون من القلق النفسي الاجتماعي غالبًا ما يحملون معتقدات غير عقلانية حول الحكم عليهم أو رفضهم في المواقف الاجتماعية، وتخلق أنماط التفكير السلبية هذه حلقة مفرغة حيث يرى الفرد التفاعلات الاجتماعية على أنها تهديد، مما يؤدي إلى زيادة سلوكيات التجنب وزيادة القلق، كما تؤكد النظرية المعرفية أنه من خلال تحديد هذه الأفكار المشوهة وتحديها، يمكن للأفراد تطوير طرق تفكير أكثر صحة وتقليل قلقهم النفسي الاجتماعي Bui et al., 2020).

أما منظرو السلوك فيرون أن القلق سلوك مكتسب تشكله بيئة الفرد، ووفقًا للمنظور السلوكي، يتم تفسير القلق من خلال الإشراط الكلاسيكي، حيث يرتبط المنبه المحايد بمنبه أصلي، مما يتسبب في إثارة نفس الاستجابة. فعلى سبيل المثال إذا تم إقران المنبه المحايد بمنبه محفز للخوف، فيمكنه إثارة نفس استجابة الخوف، حتى لو لم يكن الموقف يسبب الخوف بشكل طبيعي. وبمرور الوقت، تؤدي هذه الاستجابة المشروطة إلى تطور القلق، وفي هذا الإطار يتم التمييز بين القلق والخوف من خلال مصدره: ينشأ الخوف من منبه واضح وقابل للتحديد، في حين قد يحدث القلق استجابة لمنبه غير واضح أو غير محدد، وبالتالي يفسر النهج السلوكي القلق كنتيجة للعلاقة بين المنبهات والاستجابات المكتسبة (Rachman, 2004).

وفي سياق العلاقة بين الصلابة النفسية والقلق النفسي الاجتماعي أشار روغاني (Roghani et al, 2024) بأن الصلابة النفسية تتشكل من خلال ثلاث سمات شخصية رئيسة هي: الالتزام والسيطرة والتحدي، والتي تساعد على حماية الأفراد في مواجهة الأحداث المجهدة وتعزيز جودة حياتهم بشكل عام، حيث يتمتع الأفراد ذوو المستويات العالية من الصلابة النفسية بمنظور فريد لأنفسهم والعالم من حولهم، مما يؤدي إلى التقييم المعرفي الإيجابي والدافع والموقف والسلوك عند مواجهة الصعوبات في الحياة. ونتيجة لذلك، فإنهم يعانون من مستويات أقل من أعراض القلق النفسي الاجتماعي، ويُظهرون مستويات أعلى من مهارات التأقلم والصحة العامة.

إن انتشار القلق المرتفع وطبيعته المزمنة والأضرار المرتبطة به مقارنة بالمشاكل النفسية الأخرى، فإنه يخلق عبئًا اجتماعيًا واقتصاديًا أكبر على الصحة العقلية (Paz, 2023). وإحدى العمليات المعرفية التي تؤدي دورًا أساسيًا في تطور القلق هي المخططات غير التكيفية المبكرة،

والتي تتشكل بشكل أساسي نتيجة للتجارب المؤلمة، وعدم القدرة على تنظيم العواطف، وعند مواجهة تجارب ومواقف مثيرة للقلق، يستخدم الأشخاص استراتيجيات تنظيم العواطف المعرفية للحفاظ على صحتهم العقلية والعاطفية، ويمكن أن يكون استخدام استراتيجيات تنظيم العواطف فعالاً في زيادة المهارات العاطفية لتقليل الارتباك والمشاكل العاطفية والنفسية، بما في ذلك القلق، وبالتالي فإن إحدى المتغيرات النفسية المهمة التي تؤثر في طريقة ونوعية تعامل الأشخاص مع مصادر القلق هي الصلابة النفسية، فكلما تمتع الأشخاص بصلابة نفسية أعلى فإنهم يواجهون القلق، وبالتالي فإن الصلابة النفسية لها علاقة سلبية بالقلق، بمعنى كلما زادت الصلابة النفسية لدى الفرد قل الشعور بالقلق (Ariyansepehr et al., 2024).

ونظرًا لأهمية هذا الموضوع، تتضمن الأدبيات التربوية العديد من الدراسات التي تتناول جوانب مختلفة من الصلابة النفسية والقلق النفسي الاجتماعي لدى النساء المطلقات، فعلى سبيل المثال، في دراسة نوعية أجراها شلبي (Shalabi, 2022) تم استكشاف الصلابة النفسية، والصعوبات الاقتصادية، وتقدير الذات لدى (15) امرأة مطلقة في منطقة الناصرة، وأظهرت نتائج الدراسة أن المطلقات في منطقة الناصرة استطعن أن يعدن بناء احترامهن لذاتهن وصلابتهن النفسية ويتغلبن على الصعوبات الاقتصادية بعد الطلاق بالاعتماد على أسرهن وعملهن. كما يُعدّ الاكتئاب بعد الطلاق مصدر قلق كبير لدى الدنماركيين، وهذا ما بينته نتائج دراسة هالد وآخرين (Hald et al , 2022) حيث أجرى استطلاعًا لآراء (1856) مطلقًا ومطلقة حديثًا، حيث أبلغوا عن ارتفاع مستويات الاكتئاب والقلق لديهن، كما أكدت الدراسة الأثر النفسي الكبير الذي يمكن أن يُحدثه الطلاق في أعقابه مباشرة.

وفي إندونيسيا، كانت ثلاث نساء مطلقات محور دراسة حالة تم إجراؤها، حيث أظهرت النتائج أن هؤلاء النساء الثلاث لديهن صلابة نفسية مرتفعة بعد الطلاق ولا يستسلمن بسهولة في أي موقف (Fahmi, 2022). وبحثت دراسة أجراها شواقفة والمهايرة مستوى القلق الاجتماعي لدى (378) امرأة مطلقة في محافظة عمان، وأشارت النتائج إلى وجود مستوى مرتفع من القلق الاجتماعي لدى المطلقات في عمان، ووجود فروق في مستوى القلق الاجتماعي تعزى لمدة وقوع الطلاق لصالح سنة أو أقل ومن سنتين إلى 4 سنوات، والمستوى التعليمي لصالح الماجستير والبكالوريوس (Shawaqfeh & Al-Mahayreh, 2022).

وهدفت دراسة المعراجي (Maʿraji, 2023) الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى النساء المطلقات بمدينة ورقلة، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي،

وتكونت عينة الدراسة من (85) مطلقة من المطلقات بمدينة ورقلة بالجزائر، وأظهرت النتائج أنه لا توجد علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى المطلقات بمدينة ورقلة. وسعت دراسة عبد الفتاح والسايس(Abdelfatah & Elsayes, 2023) التعرف إلى أثر تقييم العلاقة بين الطلاق العاطفي والصلابة النفسية للأم والرفاهية النفسية للطفل، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (100) أم من مدينة طنطا ومدينة كفر الشيخ في مصر. وأظهرت نتائج الدراسة أن أغلب الأمهات لديهن صلابة نفسية منخفضة.

وفي محافظة الطفيلة الأردنية، بحث الخوالدة (Al-Khawaldeh, 2023) في القدرة التنبؤية للصلابة النفسية وهوية الأنا بالتوجس الاتصالي والندم الموقفي لدى المطلقات لدى (150) مطلقة. وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الصلابة النفسية وهوية الأنا بالتوجس الاتصالي والندم الموقفي لدى المطلقات في محافظة الطفيلة جاءت جميعها بدرجة متوسطة، وأن هناك علاقة بين الصلابة النفسية وهوية الأنا بالتوجس الاتصالي والندم الموقفي، فكلما زاد التوجس انخفضت الصلابة النفسية.

ومن منظور ديموغرافي، وُجد أن عمر الزوجة ومستواها التعليمي هما العاملان الوحيدان اللذان يُنبئان بشكل كبير بالمرونة النفسية لدى (70) امرأة مطلقة في أسيوط والقاهرة، وهذا ما خلصت إليه دراسة أجراها المستكاوي وآخرون (Al-Mistikawi et al., 2023)، في حين لم يكن هناك إسهام في التنبؤ بالصلابة النفسية لباقي المتغيرات الديموغرافية وهي: (محل الإقامة "ريف – حضر"، ومدة الزواج، وعدد الأبناء، ومستوى تعليم الزوج). كما أجرى شريفي (Sharifi, 2023) دراسة هدفت التعرف إلى العلاقة بين العنف الأسري والطلاق بوساطة القلق الاجتماعي على الشعور بالوحدة لدى المطلقات المقيمات في مدينة مشهد في إيران، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (189) مطلقة، وأظهرت نتائج أن هناك علاقة ارتباطية موجبة ومعنوية بين القلق الاجتماعي والعنف الأسري والطلاق والشعور بالوحدة لدى المطلقات.

كما وجدت دراسة مقارنة إقليمية أن انتشار القلق الاجتماعي كان الأعلى في العراق والأدنى في الإمارات العربية المتحدة بين (160) امرأة مطلقة، وشددت الدراسة على كيفية تأثير السياقات الثقافية والوطنية في تجارب ما بعد الطلاق (Wadaʿa, 2023).وفي ضواحي القدس، أفادت النساء المطلقات الأصغر سنًا بمستويات أعلى بكثير من القلق الاجتماعي، وقد عزا عبد القادر

(Abdel Qader, 2023) هذه النتائج إلى عوامل ديموغرافية مثل: العمر، ومدة الزواج، وعدد الأطفال، والتي يبدو أن جميعها تؤثر على مستويات القلق.

وفي لاهور، باكستان، كانت تحديات التكيف العاطفي والاجتماعي بارزة بين (60) امرأة مطلقة، حيث أبلغن عن مستويات عالية من الاكتئاب والقلق الاجتماعي والتوتر والشعور بالوحدة (Iftikhar et al., 2023). وهدفت دراسة أجريت في ريف الهند إلى تقييم الصحة النفسية لدى النساء المنفصلات والأرامل والمطلقات لدى (162) امرأة في الدراسة، من بينهن 76 و37 و49 أرملة ومنفصلة ومطلقة على التوالي، حيث وجد قريشي وآخرون (Qureshi et al., 2023) أنه لم يكن هناك قلق في حوالي 80٪ من النساء المطلقات والأرامل بينما كان لدى 24.3٪ من النساء المنفصلات قلق شديد. وسعت دراسة أوليا (Awaliah, 2024) إلى تحديد تأثير الدعم الاجتماعي والذكاء العاطفي على الصلابة النفسية لدى الأمهات العازبات في اندونيسيا، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (82) مستجيبة من النساء اللاتي تعرضن لطلاق أو ترملن بسبب وفاة الزوج. وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الصلابة النفسية لدى المطلقات اللاتي لديهن عدد كبير من الأطفال جاء بمستوى منخفض.

وبعد الاطلاع على الدراسات السابقة تبين أن بعضها تناول الصلابة النفسية لدى النساء المطلقات كدراسة (Shalabi, 2022) ، ودراسة (Fahmi, 2022)، وبعضها تناول القلق الاجتماعي لدى النساء المطلقات كدراسة (Shawaqfeh & Al-Mahayreh, 2022)، ودراسة Wadaʿa, (2023)، وقد اختلفت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في استخدامها المنهج الوصفي التنبؤي، بينما اشتركت بعض هذه الدراسات مع موضوع الدراسة الحالية في عينة الدراسة وهن النساء المطلقات، وقد استفادت الباحثتان من الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الصلابة النفسية والقلق الاجتماعي من حيث الأدب النظري والمنهجية وتطوير أدوات الدراسة، وتتميز الدراسة الحالية بأنها هدفت التعرف إلى الصلابة النفسية وعلاقتها بالقلق النفسي الاجتماعي لدى عينة من النساء المطلقات في الأردن. و- بحدود علم الباحثتين- لم توجد أي دراسة تناولت موضوع الدراسة الحالي في الأردن، ومن هنا جاءت الحاجة لهذه الدراسة.

مشكلة الدراسة:

يعد الطلاق من المشاكل الخطيرة التي تهدد بشكل عميق بنية ووحدة المجتمع والأسرة في الأردن، فقد بلغت نسبة الطلاق الإجمالية في الأردن 23.3% (دائرة قاضي القضاة، 2023). حيث تواجه المطلقات عددًا من التحديات النفسية مثل زيادة القلق والتوتر، وهذا ما أكدته نتائج

دراسات (Shawaqfeh & Al-Mahayreh, 2022؛ Qureshi et al ,2023؛ Iftikhar et al., 2023؛ Haldet al 22023؛Abdel Qader, 22023) بأن المطلقات لديهن مستوى عالٍ من القلق النفسي الاجتماعي.

وعلى الرغم من الجهود المبذولة لتحسين الوعي ومعالجة قضايا الصحة النفسية بين المطلقات، إلا أن عدد حالات القلق النفسي الاجتماعي بين النساء المطلقات مستمر في الارتفاع، مما يشير إلى أن التدابير الحالية قد لا تكون فعالة، وقد يكون هذا بسبب انخفاض مستويات صلابتهن النفسية التي تعد ضرورية في توليد الطاقة النفسية الإيجابية وتحقيق الثقة بالنفس اللازمة لمواجهة الصراعات الداخلية والتحديات النفسية والإحباطات التي يتعرضن لها والتي بدورها تمكنهن من التكيف بشكل إيجابي مع ضغوطات الطلاق المختلفة (Holakoie et al., 2024).

وترى الباحثتان أن الصلابة النفسية لدى النساء المطلقات تعد من العوامل الرئيسة في مساعدتهن على إدارة الضغوط النفسية والاجتماعية للطلاق، وكذلك في الحد من مستويات القلق النفسي الاجتماعي لديهن؛ لذا لا بد من فهم احتياجات هؤلاء المطلقات والتحديات التي تواجههن ومساعدتهن في البحث عن حلول تسعى إلى تحسين حياتهن بعد الطلاق، إضافة إلى أن الإحساس بهذه المشكلة والرغبة في استكشاف العلاقة بين الصلابة النفسية والقلق النفسي الاجتماعي لدى المطلقات يأتي من اطلاع الباحثتين على الأدبيات السابقة ذات الصلة ووجود هذه الظاهرة لدى بعض الأزواج المطلقين، إضافة إلى أن ندرة الدراسات التي تناولت هذا الموضوع، الأمر الذي دفعهما لإجراء هذه الدراسة. ونتيجة لما سبق جاءت هذه الدراسة للتعرف إلى الصلابة النفسية وعلاقتها بالقلق النفسي الاجتماعي لدى عينة من النساء المطلقات في الأردن.

أسئلة الدراسة:

سعت الدراسة للإجابة عن الأسئلة الآتية:

السؤال الأول: هل توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدّلالة (α= 0.05) في مستوى الصلابة النفسية والقلق النفسي الاجتماعي لدى النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان وفقاً لمتغيري (العمر، والمؤهل العلمي) والتفاعل بينهما؟

السؤال الثاني: ما مدى اسهام الصلابة النفسية في التنبؤ بأعراض القلق النفسي الاجتماعي بعد ضبط تأثير كل من العمر والمؤهل العلمي لدى النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان؟

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى ما يأتي:

-التعرّف إلى دلالة الفروق بين المتوسطات لكل من الصلابة النفسية والقلق النفسي الاجتماعي لدى النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان وفقاً لمتغيري العمر والمؤهل العلمي والتفاعل بينهما.

-التعرف إلى المدى الذي تسهم فيه الصلابة النفسية بالتنبؤ في خفض أعراض القلق النفسي الاجتماعي بعد ضبط تأثير كل من العمر والمؤهل العلمي لدى النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان.

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة النظرية والتطبيقية فيما يلي:

أولاً: الأهمية النظرية:

تنبع أهمية الدراسة من أهمية الصحة النفسيّة للمطلقات كونهن أمهات المستقبل، حيث يؤمل أن تقدم معلومات تؤكد أو تنفي القدرة التنبؤية للصلابة النفسية في خفض أعراض القلق النفسي الاجتماعي لدى النساء المطلقات، الأمر الذي يشكل أساسًا ومرجعًا للباحثين المهتمين في هذا المجال. كما يؤمل أن تقدم الدراسة معلومات عن النساء المطلقات، والتي قد تتحدث عن الحاجة إلى البحث المستقبليّ حول تطبيق الصلابة النفسية كتدخل للنساء المطلقات. كما تكمن أهمية الدراسة من قلة الدراسات التي تناولت العلاقة بين متغيري الصلابة النفسية والقلق النفسي الاجتماعي لدى النساء المطلقات في الأردن في حدود ما اطلعت عليه الباحثتان.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

يؤمل من الدراسة أن تُقدّم تشخيصًا لأصحاب القرار يبين مستوى الصلابة النفسية والقلق النفسي الاجتماعي لدى النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان. كما يؤمل أن تفيد نتائج هذه الدراسة المطلقات أنفسهن؛ إذ إن الاهتمام بالصلابة النفسية يعزز ثقتهن بأنفسهن، وقدرتهن على التفاني والمثابرة في مواجهة المشكلات والأثار السلبية للطلاق. كما يؤمل أن تفيد نتائج هذه الدراسة في تحفيز المزيد من البحث حول تصميم التدخلات الإرشادية المستهدفة لهذه الفئة من المطلقات، وتقليل الفجوة الموجودة في الأدبيات الحالية المُتعلّقة في رفع الصلابة النفسية وخفض أعراض اضطراب القلق النفسي الاجتماعي لدى المطلقات المعرضات للخطر.

كما يؤمل أن توفر الدراسة الحالية أدوات لقياس مستوى الصلابة النفسية ومستوى القلق النفسي الاجتماعي لدى فئة المطلقات.

حدود الدراسة:

تم تطبيق الدراسة في ضوء الحدود الآتية:

-**الحد الموضوعيّ**: اقتصرت هذه الدراسة على الصلابة النفسية وعلاقتها بالقلق النفسي الاجتماعي لدى عينة من النساء المطلقات في الأردن.

-**الحد البشريّ**: تمّ تطبيق هذه الدراسة على عينة من المطلقات في محافظة العاصمة عمان.

-**الحد المكانيّ**: اقتصرت هذه الدراسة على محافظة العاصمة عمان.

-**الحد الزمانيّ**: تمّ تطبيق هذه الدراسة خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي (2025/2024م).

محددات الدراسة: تحدت مدى إمكانيّة تعميم نتائج هذه الدراسة وفقًا لمدى صدق استجابات أفراد عينة الدراسة ودقة الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة، كما واجهت هذه الدراسة عددًا من المحددات المتعلقة بطبيعة العينة، وأسلوب اختيارها، وصعوبات تطبيق أدوات الدراسة عليها، ومن أبرز هذه المحددات: حساسية الوضع الاجتماعي لفئة النساء المطلقات، فقد واجهت الباحثتان صعوبات في الوصول إلى المشاركات، خاصة في ظل تحفظ بعضهن على المشاركة في الدراسة، وللتغلب على ذلك تم التعاون مع عدد من مراكز الدعم الأسري والجمعيات التي تقدم خدمات اجتماعية ونفسية للمطلقات، مما سهّل الوصول إلى العينة، كما تم استخدام العينة المتيسرة في اختيار المشاركات، وهو ما قد يحد من تعميم نتائج الدراسة على جميع النساء المطلقات في الأردن، إلا أن الباحثتين حرصتا على تنويع خصائص العينة من حيث العمر، والمؤهل العلمي، والموقع الجغرافي ضمن محافظة العاصمة عمّان، بهدف زيادة تمثيل العينة للمجتمع الأصلي قدر الإمكان، كما واجهت الباحثتان بعض التحديات المتعلقة بتحديد مواعيد مناسبة لجمع البيانات، بسبب ارتباطات المشاركات الأسرية والعملية، ولتجاوز هذا التحدي، تم توفير خيارات مرنة للمشاركة من خلال توزيع الاستبانات إلكترونيًا وورقيًا على عينة الدراسة.

مصطلحات الدراسة:

الصلابة النفسية: Psychological Hardiness:" مجموعة السمات التي تمثّل بشكل عام قدرة الشّخص في الاستفادة من المصادر التي يمتلكها، وهي: (أ) الاعتقاد بأنهم قادرون على التحكم في أحداث تجربتهم أو التأثير عليها، و(ب) القدرة على الشعور بالانخراط العميق أو الالتزام بأنشطة حياتهم، و(ج) توقع التغيير باعتباره تحديًا مثيرًا لمزيد من التطور"(Kobasa, 1979:11).

وتُعرّف الصلابة النفسية إجرائيًا بأنها: قدرة النساء المطلقات في التعامل مع المواقف الضاغطة بالالتزام، والتحكم، والتحدي، والتي تؤدي دورًا حاسمًا في التوسط في ضغوط الحياة، وهي الدرجة التي حصلت عليها المطلقات على مقياس الصلابة النفسية المعد في الدراسة الحالية.

القلق النفسي الاجتماعي (Psychosocial Anxiety): "الخوف الذي يشعر به الناس أثناء التفاعلات الاجتماعية، والذي يحركه القلق من أن يراقبهم الآخرون أو يحكموا عليهم أو يقيموهم" (Liao et al., 2023:1).

ويعرّف القلق النفسي الاجتماعي إجرائيّاً بأنه: القلق بشأن المواقف الاجتماعية التي تتعرض فيها النساء المطلقات لتقييم سلبي محتمل من قبل الآخرين، وهي الدرجة الكليّة التي حصلن عليها المطلقات على مقياس القلق النفسي الاجتماعي المعد في الدراسة الحالية.

النساء المطلقات (Divorced Women): " النساء الذي انحل عقد زواجهن الصحيح سواء دخل بهن أم لم يدخل" (السرطاوي، 2008 :144).

وتعرّف النساء المطلقات إجرائيّاً بأنهن: النساء التي تم إنهاء زواجهن قانونيًا من خلال عملية رسمية معترف بها قانونًا، وهذا يتضمن تقديم طلب الطلاق، واستيفاء المتطلبات القانونية أو القضائية، وتلقي حكم الطلاق النهائي، ويتم توثيق حالتهن بوصفهن "مطلقات" رسميًا في محافظة العاصمة عمان.

إجراءات الدراسة:

منهج الدِّراسة: اتبعت الدراسة المنهج الوصفي التنبؤي لملاءمته لطبيعة الدراسة.

مجتمع الدِّراسة: تكون مجتمع الدّراسة من جميع النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان البالغ عددهن (7319) مطلقة حسب إحصاءات دائرة قاضي القضاة 2022/ 2023.

عينة الدِّراسة: تم اختيار عيّنة الدّراسة بطريقة العينة المتيسرة تبعًا لمتغيري العمر والمؤهل العلمي من النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان والبالغ عددها (367) مطلقة، وذلك وفقًا لجدول تحديد حجم العيّنة لكريجسي ومورجان (Krejcie & Morgan, 1970)، وهذا يشكل

تقريبًا (5%) من مجتمع الدراسة، ويبين الجدول (1) توزيع أفراد مجتمع وعيّنة الدّراسة حسب متغيري العمر والمؤهل العلمي.

جدول (1): توزيع أفراد عيّنة الدّراسة حسب متغيري العمر والمؤهل العلمي.

المتغير	الفئة	العيّنة	النسبة المئوية
العمر	أقل من 30 سنة	120	32.7%
	30- أقل من 40 سنة	136	37.1
	أكبر من 40 سنة	111	30.2
المؤهل العلمي	ثانوي فأقل	105	28.6%
	دبلوم وبكالوريوس	218	59.4%
	دراسات عليا	44	12.0%
	المجموع	367	%100

أدوات الدراسة:

اولاً: مقياس الصلابة النفسية:

قامت الباحثتان بتطوير مقياس الصلابة النفسية للنساء المطلقات بعد مراجعة المصادر المتوفرة من الأدب السابق والدراسات التالية: دراسة (Al-Mistikawi et al., 2023)، ودراسة Al-Khawaldeh, 2023)، ودراسة (Ma'raji, 2023)، ودراسة (Abdelfatah & Elsayes, 2023)، وقد تكون المقياس بصورته الأولية من (33) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد: بعد الالتزام (11) فقرات، وبعد التحكم (11) فقرة، وبعد التحدي (11) فقرة.

صدق المقياس:

للتأكد من صدق محتوى مقياس الصلابة النفسية، تم عرضه على لجنة من المتخصصين في الإرشاد النفسي من الجامعات الأردنية بلغ عددهم (9) خبراء. وقد قام الخبراء بتقييم المقياس بناءً على مدى وضوح ودقة صياغة فقرات المقياس، ومدى صلتها بالبعد الذي تنتمي إليه، وصحة الفقرة من الناحية النحوية، وبناءً على ملاحظات المحكمين، تمت مراجعة بعض فقرات المقياس وإعادة صياغتها. كما تم حذف الفقرات ذات الأرقام (8، 9، 10، 11) من بُعد الالتزام، والفقرات (9، 11) من بُعد التحكم، والفقرات (8، 10، 11) من بعد التحدي.

كما تم التأكد من صدق بناء مقياس الصلابة النفسيّة من خلال تطبيقه على عيّنة استطلاعية بلغت (30) امرأة مطلقة من خارج عينة الدراسة ومن مجتمعها، وقد تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة وبعدها الذي تنتمي إليه ودرجة المقياس الكلية، وقد تراوحت معاملات ارتباط الفقرة مع بُعد الالتزام بين (0.72-0.90)، وارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية (0.66-0.74)، وتراوحت معاملات ارتباط الفقرة مع بُعد التحكم بين (0.54 - 0.87)، وارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية (0.47 - 0.76)، وتراوحت معاملات ارتباط الفقرة مع بُعد التحدي بين (0.59 -0.73)، وارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية (0.53 - 0.69). وجميع هذه القيم دال إحصائيًا مما يشير إلى جودة بناء فقرات المقياس. كما تم حساب معاملات الارتباط البينية لأبعاد مقياس الصلابة النفسية باستخدام معامل ارتباط بيرسون، وقد بلغ معامل ارتباط الأبعاد مع المقياس ككل على التوالي (0.84، 60.8، 30.9))، وهيدالة إحصائياً ($\alpha = 0.05$)، مما يدل على تمتع المقياس بصدق عالٍ وملائم لأغراض الدراسة.

ثبات المقياس:

للتأكد من ثبات مقياس الصلابة النفسيّة طبق على عيّنة استطلاعية بلغت (30) امرأة مطلقة من خارج عينة الدراسة ومن مجتمعها، وقد استخدمت طريقتين للتأكد من ثبات المقياس وهما: طريقة الاتساق الداخليّ كرونباح -ألفا (Cronbach Alpha)، حيث بلغت قيمة معامل الثبات للاتساق الداخلي لمقياس الصلابة النفسية الكلي (0.93)، بينما تراوحت معاملات الثبات لأبعاده من (0.81 إلى 0.92)، وطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test - Retest)، حيث تم إعادة تطبيقه على عيّنة الدراسة الاستطلاعية نفسها بعد أسبوعين، حيث بلغ معامل الارتباط لإعادة الاختبار للمقياس الكلي (0.85)، وتراوحت معاملات الثبات الخاصة بالأبعاد من (0.77 إلى 0.83)، وجميعها ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)، وتشير هذه النتائج إلى أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات ومناسب لأغراض الدراسة.

وتضمنت النسخة النهائية لمقياس الصلابة النفسية على (24) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد: بعد الالتزام (7) فقرات، وبعد التحكم (9) فقرات، وبعد التحدي (8) فقرات. وقد استجابت النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان عن كل فقرة باستخدام مقياس ليكرت خماسي النقاط، حيث تراوحت درجاته من (5) " دائمًا " إلى (1) " أبدًا ". ولتقييم مستويات الصلابة النفسية بين النساء المطلقات اعتمد نظام تصنيف يعتمد على نطاق الاستجابات، حيث تم تقسيم مقياس التقييم إلى ثلاث فئات متساوية باستخدام الصيغة: أعلى استجابة – أقل

استجابة مقسومة على 3 مستويات كالآتي: (5 - 1) / 3 = 1.33، بحيث تمثل (1-2.33) المستوى المنخفض، و(2.34-3.67) المستوى المتوسط، و(3.68-5) المستوى المرتفع.

ثانياً: مقياس القلق النفسي الاجتماعي:

قامت الباحثتان بتطوير مقياس القلق النفسي الاجتماعي للنساء المطلقات بعد مراجعة المصادر المتوفرة من الأدب السابق والدراسات التالية: كدراسة (Raynes, 2024)، ودراسة Karp, (2024)، ودراسة (Scheibal, 2024)، ودراسة (Mahmoud, 2020)، ودراسة Taha et al., (2017)، ودراسة (Al-Zwairi, 2015). وقد تكون المقياس بصورته الأولية من (25) فقرة موزعة على بعدين: بعد القلق النفسي (13) فقرة، وبعد القلق الاجتماعي (12) فقرة.

صدق المقياس:

للتأكد من صدق محتوى مقياس القلق النفسي الاجتماعي، فقد تم عرضه على لجنة من المتخصصين في الإرشاد النفسي من الجامعات الأردنية بلغ عددهم (9) خبراء. وقد قام الخبراء بتقييم المقياس بناءً على مدى وضوح ودقة صياغة فقرات المقياس، ومدى صلتها بالبعد الذي تنتمي إليه، وصحة الفقرة من الناحية النحوية، وبناءً على ملاحظات المحكمين، تمت مراجعة بعض فقرات المقياس وإعادة صياغتها.

كما تم التأكد من صدق بناء مقياس الصلابة النفسيّة من خلال تطبيقه على عيّنة استطلاعية بلغت (30) امرأة مطلقة من خارج عينة الدراسة ومن مجتمعها، وقد تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة وبعدها الذي تنتمي إليه ودرجة المقياس الكلية، وقد تراوحت معاملات ارتباط الفقرة مع بُعد القلق النفسي بين (0.51- 0.78)، وارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية (0.53-0.78)، وتراوحت معاملات ارتباط الفقرة مع بُعد القلق الاجتماعي بين (0.66 - 0.84)، وارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية (0.52 - 0.81)، وجميع هذه القيم دال إحصائيًا مما يشير إلى جودة بناء فقرات المقياس. كما تم حساب معاملات الارتباط البينية لأبعاد مقياس القلق النفسي الاجتماعي باستخدام معامل ارتباط بيرسون، وقد بلغ معامل ارتباط الأبعاد مع المقياس ككل على التوالي (0.93، 0.94)، وهي دالة إحصائياً ($\alpha = 0.05$)، مما يدل على تمتع المقياس بصدق عالٍ وملائم لأغراض الدراسة.

ثبات المقياس:

للتأكد من ثبات مقياس القلق النفسي الاجتماعي طبق على عيّنة استطلاعية بلغت (30) امرأة مطلقة من خارج عينة الدراسة ومن مجتمعها، وقد استخدمت طريقتين للتأكد من ثبات المقياس وهما: طريقة الاتساق الداخليّ كرونباخ -ألفا (Cronbach Alpha)، حيث بلغت قيمة معامل الثبات للاتساق الداخلي للمقياس الكلي هو (0.95)، بينما بلغت معاملات الثبات لأبعاده (0.90، 0.93)، وطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test - Retest)، حيث تم إعادة تطبيقه على عيّنة الدراسة الاستطلاعية نفسها بعد أسبوعين، حيث بلغ معامل الارتباط لإعادة الاختبار للمقياس الكلي (0.89)، وبلغت معاملات الثبات الخاصة بالأبعاد (0.80، 0.86)، وجميعها ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)، وتشير هذه النتائج إلى أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات ومناسب لأغراض الدراسة.

وتضمنت النسخة النهائية لمقياس القلق النفسي الاجتماعي (25) فقرة موزعة على بعدين: بعد القلق النفسي (13) فقرة، وبعد القلق الاجتماعي (12) فقرة. وقد استجابت النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان عن كل فقرة باستخدام مقياس ليكرت خماسي النقاط، حيث تراوحت درجاته من (5) " دائمًا " إلى (1) " أبدًا ". ولتقييم مستويات القلق النفسي الاجتماعي بين النساء المطلقات، اعتمد نظام تصنيف يعتمد على نطاق الاستجابات، حيث تم تقسيم مقياس التقييم إلى ثلاث فئات متساوية باستخدام الصيغة: أعلى استجابة – أقل استجابة مقسومة على 3 مستويات كالآتي: (5 - 1) / 3 = 1.33، بحيث تمثل (1-2.33) المستوى المنخفض، و(2.34-3.67) المستوى المتوسط، و(3.68-5) المستوى المرتفع.

إجراءات تطبيق البحث:

اتبع هذا البحث مجموعة من الخطوات المنهجية لتطبيق أدواته وتحقيق أهدافه، وقد تمت الإجراءات وفق التسلسل الآتي:

1.تحديد موضوع البحث وأهدافه ومشكلته والمتمثل في الصلابة النفسية وعلاقتها بالقلق النفسي الاجتماعي لدى النساء المطلقات في الأردن.

2.الاطلاع على الأدب النظري والدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع البحث، بهدف بناء إطار نظري ساعد في تطوير أدوات البحث وتفسير النتائج.

3.بناء مقياس الصلابة النفسية، ومقياس القلق النفسي الاجتماعي، وعرضهما على مجموعة من المحكمين المختصين في الإرشاد النفسي من الجامعات الأردنية بلغ عددهم (9) خبراء، للتحقق

من صدق المحتوى، كما تم التحقق من ثبات المقياسين من خلال معامل الاتساق الداخلي (كرونباخ ألفا)، وطريقة الاختبار وإعادة الاختبار، وذلك بتطبيقهما على عينة استطلاعية بلغت (30) سيدة مطلقة من مجتمع البحث وخارج عينتها بهدف التأكد من وضوح العبارات وسهولة فهمها، وتضمنت النسخة النهائية لمقياس الصلابة النفسية على (24) فقرة، وتضمنت النسخة النهائية لمقياس القلق النفسي الاجتماعي (25) فقرة.

4.الحصول على الموافقة الرسمية لتطبيق مقياسي البحث من الجهات المختصة، وتم تحديد مجتمع البحث من جميع النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمّان، ولصعوبة الوصول إلى هذه الفئة بطريقة عشوائية، تم استخدام أسلوب العينة المتيسرة، حيث بلغ عدد المشاركات في العينة (367) مطلقة، تم اختيارهن من خلال التواصل مع مراكز الدعم الأسري والجمعيات التي تعنى بالنساء المطلقات، وقد تم توزيع المقاييس على عينة البحث باستخدام طريقتين: الأولى ورقية بالتعاون مع مراكز الدعم، والثانية إلكترونية باستخدام نماذج (Google Forms)، وذلك لتوفير خيارات مرنة للمشاركة.

5.جمع الاستجابات وترميز البيانات وإدخالها إلى برنامج التحليل الإحصائي (SPSS)، واستخدمت الإحصاءات الوصفية (المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية) لتحديد مستويات الصلابة النفسية والقلق النفسي الاجتماعي، كما تم استخدام تحليل التّباين (2 Way ANOVA)، وتحليل التَّباين المتعدد (MANOVA) لاختبار الفروق وفقًا لمتغيري العمر والمؤهل العلمي والتفاعل بينهما، كما تم تطبيق تحليل الانحدار البسيط لمعرفة مدى قدرة الصلابة النفسية في التنبؤ بالقلق النفسي الاجتماعي.

6.عرض النتائج في جداول ثم نوقشت في ضوء الدراسات السابقة، وصولاً إلى تقديم التوصيات المناسبة بناءً على ما توصل إليه البحث من نتائج.

نتائج الدراسة:

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: هل توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدّلالة (α=0.05) في مستوى الصلابة النفسية والقلق النفسي الاجتماعي لدى النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان وفقاً لمتغيري (العمر، والمؤهل العلمي) والتفاعل بينهما؟

أولًا: النتائج المتعلقة بالصلابة النفسية

للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب المُتوسِّطات الحِسابيّة والانحرافات المعياريّة لاستجابات النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان على أبعاد مقياس الصلابة النفسية والمقياس ككل وفقاً لمتغيري العمر والمؤهل العلمي، ويبين الجدول رقم (2) يبين ذلك.

الجدول (2): المُتوسِّطات الحِسابيّة والانحرافات المعياريّة لأبعاد مقياس الصلابة النفسية والمقياس ككل تبعًا لمتغيري العمر والمؤهل العلمي.

المتغير	فئات المتغير	المتوسّط الحِسابيّ الانحراف المعياريّ	الالتزام	التحكم	التحدي	الصلابة النفسية ككل
العمر	أقل من 30	المتوسّط الحِسابيّ	3.89	3.57	3.45	3.62
		الانحراف المعياريّ	0.67	0.52	0.66	0.51
	30- أقل من 40 سنة	المتوسّط الحِسابيّ	3.92	3.63	3.51	3.68
		الانحراف المعياريّ	0.59	0.47	0.61	0.45
	أكبر من 40 سنة	المتوسّط الحِسابيّ	3.95	3.66	3.49	3.69
		الانحراف المعياريّ	0.56	0.49	0.62	0.45
المؤهل العلمي	ثانوي فأقل	المتوسّط الحِسابيّ	3.86	3.59	3.49	3.63
		الانحراف المعياريّ	0.56	0.49	0.60	0.44
	دبلوم وبكالوريوس	المتوسّط الحِسابيّ	3.96	3.63	3.47	3.67
		الانحراف المعياريّ	0.64	0.51	0.65	0.49
	دراسات عليا	المتوسّط الحِسابيّ	3.90	3.65	3.52	3.68
		الانحراف المعياريّ	0.54	0.42	0.62	0.43

يبين الجدول (2) وجود فروق ظاهرية بين المُتوسِّطات الحِسابيّة والانحرافات لاستجابات النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان على أبعاد مقياس الصلابة النفسية وفقاً لمتغيري العمر والمؤهل العلمي. وللتحقق من دلالة الفروق بين المُتوسِّطات الحِسابيّة، تم إجراء تحليل التَّباين المتعدد (MANOVA). والجدول (3) يوضح ذلك.

الجدول (3): تحليل التَّباين المتعدد (MANOVA) لأثر متغيري العمر والمؤهل العلمي والتفاعل بينهما لاستجابات النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان في أبعاد مقياس الصلابة النفسية.

مصدر التَّباين	الأبعاد	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف" المحسوبة	مستوى الدلالة الإحصائيّة
العمر معامل ويلكس لمبادا =0.993 ف=0.432 ح=0.858	الالتزام	.043	2	.021	.057	.9450
	التحكم	.381	2	.190	.764	.4660
	التحدي	.132	2	.066	.162	.8510
المؤهل العلمي معامل ويلكس لمبادا =0.991 ف=0.553 ح=0.768	الالتزام	1.041	2	.521	1.387	.2510
	التحكم	.291	2	.146	.585	.5580
	التحدي	.046	2	.023	.057	.9450
العمر* المؤهل العلمي ويلكس لمبادا =0.989 ف=0.661 ح=0.861	الالتزام	1.866	3	.622	1.657	.1760
	التحكم	.702	3	.234	.940	.4210
	التحدي	1.097	3	.366	.897	.4430
الخطأ	الالتزام	134.711	359	.375		
	التحكم	89.423	359	.249		
	التحدي	146.337	359	.408		
المجموع المعدل	الالتزام	137.543	366			
	التحكم	90.874	366			
	التحدي	147.695	366			

* ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

يتبين من الجدول (3) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان على أبعاد مقياس الصلابة النفسية وفقًا لمتغيري العمر والمؤهل العلمي والتفاعل بينهما، حيث بلغت قيمة (ف) المحسوبة لمتغير العمر على أبعاد الصلابة النفسية (الالتزام والتحكم والتحدي) على التوالي (057.، 0.764، 162 .0)، والدلالة الإحصائيّة على التوالي (0.945، 0.466، 851 .0) وهي غير دالة

إحصائِيًّا عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$). كما بلغت قيمة (ف) المحسوبة لمتغير المؤهل العلمي على أبعاد الصلابة النفسية (الالتزام والتحكم والتحدي) على التوالي (1.387، 0. 585، 0. 057)، والدلالة الإحصائيّة على التوالي (0.251، 0. 558، 0945) وهي غير دالة إحصائِيًّا عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$). كما بلغت قيمة (ف) المحسوبة للتفاعل بين متغيري العمر والمؤهل العلمي على أبعاد الصلابة النفسية (الالتزام والتحكم والتحدي) على التوالي (1.657، 0. 940، 0. 897)، والدلالة الإحصائيّة على التوالي (0.176، 0.421، 0.443) ، وهي غير دالة إحصائِيًّا عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

كما يبين الجدول (2) وجود فروق ظاهرية بين المُتوسِّطات الحِسابيّة والانحرافات المعياريّة لاستجابات النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان على مقياس الصلابة النفسية ككل وفقاً لمتغيري العمر والمؤهل العلمي. وللتحقق من دلالة الفروق بين المُتوسِّطات الحِسابيّة، تم إجراء تحليل التَّباين الثنائي (2Way ANOVA)، والجدول (4) يوضح ذلك.

الجدول (4): تحليل التَّباين الثنائي (2 Way ANOVA) لأثر متغيري العمر والمؤهل العلمي والتفاعل بينهما لتقديرات عيّنة الدراسة في مقياس الصلابة النفسية ككل.

مصدر التَّباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف" المحسوبة	مستوى الدلالة الإحصائيّة
العمر	.168	2	.084	.371	.6900
المؤهل العلمي	.230	2	.115	.508	.6020
العمر* المؤهل العلمي	.869	3	.290	1.279	.2810
الخطأ	81.277	359	.226		
المجموع	82.557	366			

* ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

يتبين من الجدول (4) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان على مقياس الصلابة النفسية ككل وفقًا لمتغيري العمر والمؤهل العلمي، حيث بلغت قيمة (ف) المحسوبة لمتغير العمر (0.371) والدلالة الإحصائيّة (0.690)، وهي غير دالة إحصائِيًّا عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$). كما بلغت قيمة (ف) المحسوبة لمتغير المؤهل العلمي (0.508) والدلالة الإحصائيّة (0.602)، وهي غير دالة إحصائِيًّا عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$). كما بلغت قيمة (ف) المحسوبة للتفاعل بين

متغير العمر والمؤهل العلمي (1.279) والدلالة الإحصائيّة (0.281)، وهي غير دالة إحصائِيًّا عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

ثانيًا: النتائج المتعلقة بالقلق النفسي الاجتماعي:

للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب المُتوسِّطات الحِسابيّة والانحرافات المعياريّة لاستجابات النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان في أبعاد مقياس القلق النفسي الاجتماعي والمقياس ككل وفقاً لمتغيرات العمر والمؤهل العلمي، ويبين الجدول رقم (5) يبين ذلك.

الجدول (5): المُتوسِّطات الحِسابيّة والانحرافات المعياريّة لأبعاد مقياس القلق النفسي الاجتماعي والمقياس ككل تبعًا لمتغيري العمر والمؤهل العلمي.

المتغير	فئات المتغير	المتوسّط الحِسابيّ الانحراف المعياريّ	القلق النفسي	القلق الاجتماعي	القلق النفسي الاجتماعي ككل
العمر	أقل من 30	المتوسّط الحِسابيّ	3.26	3.11	3.19
		الانحراف المعياريّ	0.63	.810	0.66
	30- أقل من 40 سنة	المتوسّط الحِسابيّ	3.18	3.06	3.12
		الانحراف المعياريّ	0.64	.750	0.64
	أكبر من 40 سنة	المتوسّط الحِسابيّ	3.11	2.94	3.03
		الانحراف المعياريّ	0.68	.750	0.67
المؤهل العلمي	ثانوي فأقل	المتوسّط الحِسابيّ	3.25	3.13	3.19
		الانحراف المعياريّ	0.57	.720	0.58
	دبلوم وبكالوريوس	المتوسّط الحِسابيّ	3.17	3.01	3.09
		الانحراف المعياريّ	0.68	.800	0.69
	دراسات عليا	المتوسّط الحِسابيّ	3.08	2.97	3.03
		الانحراف المعياريّ	0.69	.730	0.68

يبين الجدول (5) وجود فروق ظاهرية بين المُتوسِّطات الحِسابيّة والانحرافات لاستجابات النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان على أبعاد مقياس القلق النفسي الاجتماعي وفقاً لمتغيري العمر والمؤهل العلمي. وللتحقق من دلالة الفروق بين المُتوسِّطات الحِسابيّة، تم إجراء تحليل التَّباين المتعدد (MANOVA). والجدول (6) يوضح ذلك.

الجدول (6): تحليل التَّباين المتعدد (MANOVA) لأثر متغيري العمر والمؤهل العلمي والتفاعل بينهما لاستجابات النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان في أبعاد مقياس القلق النفسي الاجتماعي.

مصدر التَّباين	الأبعاد	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف" المحسوبة	مستوى الدلالة الإحصائيّة
العمر معامل ويلكس لمبادا =0.991 ف=0.814 ح=0.516	القلق النفسي	.557	2	.278	.654	.521
	القلق الاجتماعي	1.112	2	.556	.931	.395
المؤهل العلمي معامل ويلكس لمبادا =0.992 ف=9.694 ح=0.597	القلق النفسي	.956	2	.478	1.123	.326
	القلق الاجتماعي	1.315	2	.657	1.101	.334
العمر* المؤهل العلمي معامل ويلكس لمبادا =0.982 ف=1.083 ح=0.371	القلق النفسي	2.156	3	.719	1.688	.169
	القلق الاجتماعي	.841	3	.280	.469	.704
الخطأ	القلق النفسي	152.863	359	.426		
	القلق الاجتماعي	214.458	359	.597		
المجموع المعدل	القلق النفسي	157.126	366			
	القلق الاجتماعي	218.252	366			

* ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

يتبين من الجدول (6) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان على أبعاد مقياس القلق النفسي الاجتماعي وفقًا لمتغيري العمر والمؤهل العلمي والتفاعل بينهما، حيث بلغت قيمة (ف) المحسوبة لمتغير العمر على بعدي القلق (النفسي، الاجتماعي) على التوالي (654 .0، 931 .0) ، والدلالة الإحصائيّة على التوالي (0.521، 0. 395) وهي غير دالة إحصائِيًّا عند مستوى الدلالة (α 0.05 =). كما بلغت قيمة (ف) المحسوبة لمتغير المؤهل العلمي على بعدي القلق (النفسي،

الاجتماعي) على التوالي (1.123، 1.101)، والدلالة الإحصائيّة على التوالي (0.326،0.334) وهي غير دالة إحصائِيًّا عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$). كما بلغت قيمة (ف) المحسوبة للتفاعل بين متغيري العمر والمؤهل العلمي على بعدي القلق (النفسي، الاجتماعي) على التوالي (1.688، 0. 469)، والدلالة الإحصائيّة على التوالي (0.169، 0. 704) وهي غير دالة إحصائِيًّا عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

كما يبين الجدول (5) وجود فروق ظاهرية بين المُتوسِّطات الحِسابيّة والانحرافات المعياريّة لاستجابات النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان على مقياس القلق النفسي الاجتماعي ككل وفقاً لمتغيري العمر والمؤهل العلمي. وللتحقق من دلالة الفروق بين المُتوسِّطات الحِسابيّة، تم إجراء تحليل التَّباين الثنائي (2 Way ANOVA)، والجدول (7) يوضح ذلك.

الجدول (7): تحليل التَّباين الثنائي (2 Way ANOVA) لأثر متغيري العمر والمؤهل العلمي والتفاعل بينهما لتقديرات عيّنة الدراسة في مقياس القلق النفسي الاجتماعي ككل.

مصدر التَّباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف" المحسوبة	مستوى الدلالة الإحصائيّة
العمر	.755	2	.377	.864	.423
المؤهل العلمي	1.080	2	.540	1.236	.292
العمر* المؤهل العلمي	1.367	3	.456	1.042	.374
الخطأ	156.899	359	.437		
المجموع	160.698	366			

* ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

يتبين من الجدول (7) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان على مقياس القلق النفسي الاجتماعي ككل وفقًا لمتغيري العمر والمؤهل العلمي والتفاعل بينهما، حيث بلغت قيمة (ف) المحسوبة لمتغير العمر (0. 864) والدلالة الإحصائيّة (0.423) ، وهي غير دالة إحصائِيًّا عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$). كما بلغت قيمة (ف) المحسوبة لمتغير المؤهل العلمي (1.236) والدلالة الإحصائيّة (0. 292)، وهي غير دالة إحصائِيًّا عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$). كما بلغت قيمة (ف) المحسوبة للتفاعل بين متغير العمر والمؤهل العلمي (1.042) والدلالة الإحصائيّة (0. 374)، وهي غير دالة إحصائِيًّا عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما مدى اسهام الصلابة النفسية في التنبؤ بأعراض القلق النفسي الاجتماعي بعد ضبط تأثير كل من العمر والمؤهل العلمي لدى النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان؟

للإجابة عن هذا السؤال، ولتحديد درجة تنبؤ المتغير المستقل والمتمثل في الصلابة النفسية في المتغير التابع والمتمثل في أعراض القلق النفسي الاجتماعي بعد ضبط تأثير كل من العمر والمؤهل العلمي لدى النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان تم استخدام تحليل الانحدار الهرمي المتعدد (Hierarchical Multiple Regression) ونتائج التنبؤ موضحة بالجدول (8).

جدول (8): نتائج تحليل الانحدار الهرمي المتعدد لمتغير الصلابة النفسية والعوامل الديموغرافية العمر، المؤهل العلمي في التنبؤ بالقلق النفسي الاجتماعي لدى المطلقات.

النموذج	المتغيرات المدخلة	R	R^2	ΔR^2	F	الدلالة الإحصائية
1	العمر، المؤهل العلمي	0.119	0.014	—	2.607	0.075
2	العمر، المؤهل العلمي، مجموع الصلابة النفسية	0.627	0.393	0.379	226.947	*0.000

* ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

كما يوضح الجدو ل (9)معاملات الانحدار للنموذج الثاني.

جدو ل (9): معاملات الانحدار للنموذج الثاني.

المتغير	B	Beta	T	الدلالة الإحصائية
الثابت	6.472	—	28.360	0.000
العمر	-0.047	-0.056	-1.357	0.176
المؤهل العلمي	-0.056	-0.052	-1.272	0.204
مجموع الصلابة النفسية	-0.861	-0.617	-15.065	*0.000

* ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

أظهرت نتائج تحليل الانحدار الهرمي المتعدد (Hierarchical Multiple Regression) أن النموذج الأول، الذي تضمن المتغيرات الديموغرافية (العمر والمؤهل العلمي)، كان غير دال إحصائيًا، حيث بلغ معامل التحديد (R^2) (0.014)، وهو ما يشير إلى أن هذه المتغيرات فسرت فقط (1.4%) من التباين في القلق النفسي الاجتماعي لدى عينة النساء المطلقات، بدلالة إحصائية (0.075) وهي أقل من (α= 0.05).

أما النموذج الثاني، والذي أُضيف إليه متغير "مجموع الصلابة النفسية"، فقد أظهر تغيرًا جوهريًا في القدرة التفسيرية، حيث ارتفع معامل التحديد(R^2) إلى (0.393)، أي أن النموذج فسر (39.3%) من التباين في القلق النفسي الاجتماعي، وكانت الزيادة في التفسير ΔR^2 = (0.379)، وهي دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة($\alpha = 0.000$) ، وهو ما يدل على أن الصلابة النفسية تسهم في التنبؤ بمستويات القلق النفسي الاجتماعي.

وبالنظر إلى معاملات الانحدار في النموذج الثاني، فقد تبين أن الصلابة النفسية كانت المتغير الوحيد الدال إحصائيًا، حيث جاءت قيمة (B) للصلابة النفسية بقيمة (0.861-) وهي دالة إحصائيًا، حيث يمكن استنتاج ذلك من قيمة (t) البالغة (15.065-) ودلالتها الإحصائية (0.000) وهذا يعني أنه كلما تحسن مستوى الصلابة النفسية بمقدار وحدة واحدة انخفضت أعراض القلق النفسي الاجتماعي لدى النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان بمقدار (0.861) وحدة، بينما لم تكن متغيرات العمر والمؤهل العلمي دالة إحصائيًا في النموذج.

مناقشة نتائج الدراسة

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: هل توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدّلالة (α= 0.05) في مستوى الصلابة النفسية والقلق النفسي الاجتماعي لدى النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان وفقاً لمتغيري (العمر، والمؤهل العلمي)؟

أولًا: مناقشة النتائج المتعلقة بالصلابة النفسية:

أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة بين متوسطات استجابات النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان على أبعاد مقياس الصلابة النفسية والمقياس ككل وفقًا لمتغيري العمر والمؤهل العلمي، وقد تعزى هذه النتيجة إلى أنه في المجتمع الأردني، تميل الضغوط الثقافية والأسرية على النساء المطلقات إلى التشابه بغض النظر عن العمر، فقد يواجهن أحكامًا اجتماعية أو إقصاءً، وقد تؤدي هذه الضغوطات إلى بيئة نفسية مشتركة. ونتيجةً لذلك، قد تتقارب مستويات الصلابة النفسية بين الفئات العمرية، حيث تميل الأعراف الثقافية إلى التأثير في النساء بشكل متساوٍ بعد الطلاق. وبالتالي، تصبح الاختلافات المرتبطة بالعمر غير دالة إحصائيا.

وربما تعود هذه النتيجة إلى أن تجربة الطلاق قد تكون شديدة ومؤثرة في الحياة لدرجة أنها تطغى على تأثير العمر، حيث تميل العواقب العاطفية والاجتماعية للطلاق إلى التشابه بغض

النظر عما إذا كانت المرأة شابة أم أكبر سنًا، فمشاعر الفقد أو عدم اليقين شائعة بين الفئات العمرية. وبالتالي، يصبح الطلاق هو العامل الرئيسي في تشكيل الصلابة النفسية، وليس العمر، وهذا ربما قلل من الاختلافات الملحوظة بين الفئات العمرية على مقياس الصلابة النفسية.

كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة بين متوسطات استجابات النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان على مقياس الصلابة النفسية ككل وفقًا لمتغير المؤهل العلمي، وقد تعزى هذه النتيجة إلى أنه في كثير من الحالات، تستند نظرة المجتمع للمرأة المطلقة إلى حالتها الاجتماعية، وليس إلى مستواها التعليمي، فقد تواجه النساء المتعلمات والأقل تعليمًا، على حد سواء اللوم، أو المعاملة غير العادلة. ولهذا السبب، ربما تُعد الصلابة النفسية متساوية في جميع المستويات التعليمية.

وربما تعود هذه النتيجة إلى أنه غالبًا ما تواجه النساء المطلقات في الأردن وصمة ثقافية موحّدة، بغض النظر عن مستواهن التعليمي، وسواء أكانت المرأة متعلمة تعليمًا عاليًا أم لا، فقد تظل عرضة للأحكام المسبقة وأدوار اجتماعية محدودة، وقد تُولّد هذه التجربة المجتمعية المشتركة أعباءً عاطفية متشابهة. وبالتالي، لا يُغيّر التعليم بشكل كبير كيفية إدراك النساء المطلقات لهذه التحديات أو تعاملهن معها.

ومن الجدير بالذكر أن الباحثتين لم تجدا دراسات تناولت الفروق في الصلابة النفسية لدى النساء المطلقات تعزى لمتغيري العمر والمؤهل العلمي.

ثانيًا: مناقشة النتائج المتعلقة بالقلق النفسي الاجتماعي:

أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة بين متوسطات استجابات النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان على بعدي مقياس القلق النفسي الاجتماعي والمقياس ككل وفقًا لمتغيري العمر والمؤهل العلمي، وقد تعزى هذه النتيجة إلى أن النساء المطلقات سواءً كنّ صغيرات أم كبيرات في السن، فإن الطلاق يجلب ألمًا نفسيًا وارتباكًا وقلقًا، وهذه المشاعر لا تعتمد على العمر، بل هي جزء طبيعي من التجربة، حيث تمر النساء من جميع الأعمار بنفس مراحل التوتر والتكيف؛ لهذا السبب ربما لا يُحدث العمر فرقًا كبيرًا في مستويات القلق النفسي والاجتماعي بين النساء المطلقات.

وربما تعود هذه النتيجة إلى أنه في المجتمع الأردني، غالبًا ما يُؤدي الطلاق إلى أحكام الآخرين، وهذا لا يتغير مع التقدم في السن، وقد تشعر النساء، الصغيرات في السن أم الكبيرات على حد

سواء، بالخجل أو الإحراج في الأماكن العامة، كما أن الضغط لشرح أو إخفاء وضعهن يُسبب التوتر. ولأن المجتمع يُعاملهن بالمثل، تبقى مستويات القلق متساوية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن تربية الأطفال بعد الطلاق تُعدّ مصدرًا رئيسًا للقلق النفسي والاجتماعي، ويمتد هذا التحدي إلى جميع الفئات العمرية، فقد تواجه الأمهات المطلقات الأصغر سنًا قلة الخبرة، بينما قد تتعامل الأمهات المطلقات الأكبر سنًا مع أبناء مراهقين أو بالغين، وفي كلا الحالتين يُمكن أن تُثير التوتر والشعور بالذنب والقلق بشأن سلامة الأبناء، وبالتالي ربما تُسبب هذه المسؤوليات المستمرة ضغطًا عاطفيًا، وتبقى ضغوط الأمومة مُحفزًا مستمرًا للقلق بغض النظر عن العمر. وتختلف نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (Abdel Qader, 2023) التي توصلت إلى أن مستويات القلق الاجتماعي تنخفض بشكل ملحوظ مع التقدم في العمر.

كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق بين النساء المطلقات على مقياس القلق النفسي الاجتماعي يعزى لمتغير المؤهل العلمي، وقد تعزى هذه النتيجة إلى أن الطلاق يُعدّ أزمة حياتية كبرى، وبغض النظر عن المستوى التعليمي، فإن الصدمة النفسية الناجمة عن الانفصال والفقد والوصمة الاجتماعية يمكن أن تُثير القلق، والأثر النفسي للطلاق شخصي وعميق الشعور. لذلك، قد لا يحمي التعليم النساء من العواقب العاطفية، فالنساء المتعلمات والأقل تعليمًا معرضات لهذه الصدمة على حد سواء، وهذا يؤدي إلى مستويات قلق نفسي واجتماعي متقاربة في مختلف الفئات التعليمية. وفي المجتمع الأردني، تميل ردود فعل الأسرة والمجتمع تجاه الطلاق إلى اتباع أنماط تقليدية لا تُميز بين المستويات التعليمية، وتُؤدي التجربة المُشتركة في التعامل مع النظام القانوني الأبوي الأردني لإجراءات الطلاق إلى قلق نفسي اجتماعي مُتشابه بين الفئات التعليمية. وتختلف نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة شواقفة والمهايرة Shawaqfeh & (Al-Mahayreh, 2022) التي توصلت إلى وجود فروق في مستوى القلق الاجتماعي يعزى للمؤهل العلمي ولصالح حملة درجات الماجستير والبكالوريوس.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما مدى إسهام الصلابة النفسية في التنبؤ بأعراض القلق النفسي الاجتماعي بعد ضبط تأثيركل من العمروالمؤهل العلمي لدى النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان؟

أظهرت النتائج أن الصلابة النفسية قد فسرت (39.3%) من التباين الحاصل في القلق النفسي الاجتماعي لدى النساء المطلقات في محافظة العاصمة عمان، بينما لم تكن متغيرات العمر والمؤهل العلمي دالة إحصائيًا في النموذج.

وقد تعزى هذه النتيجة إلى أن الصلابة النفسية تشمل الاعتقاد بقدرة المرء على التأثير في أحداث الحياة، حيث تشعر النساء المطلقات اللواتي يتبنين هذه العقلية بتحكم أكبر في حياتهن، وبالتالي فإن الشعور بالسيطرة يقلل من الخوف والتوتر، حيث يعتقدن أنهن قادرات على التعامل مع المشاكل بدلًا من الشعور بالعجز، وهذا ربما يخفف من قلقهن النفسي والاجتماعي. وربما تعود هذه النتيجة إلى أن بعض النساء المطلقات اللواتي يتمتعن بالصلابة النفسية قد لا يرين الطلاق مجرد خسارة، بل فرصة للنمو، ويتعلمن من المصاعب بدلًا من الاستسلام، وهذا الموقف الإيجابي يساعدهن على تجنب الانهيار العاطفي، وهذا ربما يمنع القلق من السيطرة عليهن.

ولعل هذه النتيجة تعود إلى أن من أهم عناصر الصلابة النفسية الالتزام، أي بقاء النساء المطلقات مُنخرطات في الحياة حتى في الأوقات الصعبة، حيث تُحافظ النساء اللواتي يتمتعن بالصلابة النفسية على التزامهن تجاه عائلاتهن ووظائفهن ومستقبلهن، وهذا التركيز يمنحهن شعورًا بالهدف، وعندما يكون للحياة معنى، يقل القلق النفسي الاجتماعي ولا يشعرن بالفراغ أو الضياع بعد الطلاق.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن النساء المطلقات ذوات الصلابة النفسية العالية يملن إلى إدارة الحزن والغضب والخوف بشكل بنّاء أكثر، حيث يساعد هذا التحكم العاطفي على منع تراكم أعراض القلق النفسي الاجتماعي، ويمكنهن تهدئة أنفسهن وإعادة صياغة الأفكار السلبية بفعالية. وفي المقابل، يؤدي انخفاض الصلابة النفسية إلى الإرهاق العاطفي وارتفاع أعراض القلق النفسي الاجتماعي. وبالتالي، فإن القدرة على تنظيم العواطف تُخفّض القلق النفسي والاجتماعي بشكل مباشر.

كما أشارت النتائج إلى أن الصلابة النفسية تمثل عاملًا حاسمًا في تفسير القلق النفسي الاجتماعي لدى النساء المطلقات، أكثر من العوامل الديموغرافية مثل العمر أو المؤهل العلمي،

وقد تعزى هذه النتيجة إلى أن القلق النفسي والاجتماعي ينشأ عادةً من التهديدات المُتصوَّرة للهوية الاجتماعية، ومشاعر العزلة، وانعدام الاستقرار العاطفي أو الشخصي، وكلها عوامل يمكن أن تتشابه بشكل كبير ضمن أي عمر أو فئة تعليمية، وهذا يعزز الدور المهم للصلابة النفسية في مواجهة التحديات النفسية والاجتماعية التي قد تواجهها المرأة بعد الطلاق. وتتفق نتائج هذه الدراسة جزئيًا مع نتائج دراسة الخوالدة (Al-Khawaldeh, 2023) التي توصلت إلى وجود علاقة عكسية بين الصلابة النفسية والمتغيرات التي تناولتها الدراسة. بينما تختلف نتائج هذه الدراسة جزئيًا مع نتائج دراسة المعراجي (Maʿraji, 2023) التي توصلت إلى أنه لا توجد علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى النساء المطلقات.

التوصيات والمقترحات: بناءً على نتائج الدراسة توصي الباحثتان بالآتي:

- تطوير برامج دعم وإرشاد مُنظمة لتعزيز الصلابة النفسية لدى النساء المطلقات، حيث وُجد أن الصلابة النفسية تُنبئ بشكل كبير بانخفاض مستويات القلق النفسي والاجتماعي.
- إطلاق حملات توعية عامة للحد من وصمة العار المرتبطة بالطلاق والقلق النفسي والاجتماعي، وتشجيع المطلقات المتضررات على طلب الدعم النفسي.
- تشجيع صانعي السياسات على تصميم تدخلات رعاية اجتماعية تُعنى تحديدًا بالاحتياجات النفسية والاجتماعية للمطلقات، مع الأخذ في الاعتبار أن العمر والمؤهل التعليمي ليسا عاملين مهمين، مما يعني أن جميع شرائح هذه الفئة في حاجة متساوية.
- إجراء دراسة تهدف إلى استكشاف العلاقة بين الصلابة النفسية والقلق النفسي والاجتماعي مع متغيرات أخرى مثل: الوضع الاقتصادي، ومدة الطلاق، وترتيبات الحضانة، والدعم الاجتماعي.

References

Abdel Qader, M. (2023). Social Anxiety Disorder Among a Sample of Divorced Women in the Jerusalem Suburbs. Al-Quds University, Palestine, *Journal of Xi'an Shiyou University, Natural Science Edition*.1(1), 171-182.

Abdelfatah, M., & Elsayes, H. (2023). Association between Emotional Divorce, Mother's Psychological Hardiness and Child's Psychological Wellbeing. *International Egyptian Journal of Nursing Sciences and Research*, *3*(2), 563-581.

Al-Khawaldeh, M. (2023). *The predictive ability of psychological hardiness and ego identity in communication apprehension and situational regret among divorced women in Tafila Governorate* (Unpublished doctoral dissertation). Mutah University, Karak, Jordan.

Al-Mistikawi, A., Taha, & Hamdi, A., Al-Talawi, H., & Hassan, M. (2023). Some demographic variables predicting psychological hardiness among divorced women. *Annals of the Faculty of Arts, Ain Shams University*, 51(1), 430–456.

Almutairi, N., Al-Muafa, W., Al-Hatmi, M., Al-Hatmi, M., & Al-Amry, A. (2024). The Causes and Effects of Divorce on the Public Health of Family Members in the Makkah Al-Mukaro-mah Region in the Kingdom of Saudi Arabia. *Epidemiol Pub-lic Health*. 2024; 2 (3): 1048.

Al-Sartawi, M. (2008). *Fiqh of personal status: Marriage and divorce*. Beirut: Dar Al-Fikr for Publishing and Distribution.

Al-Sayyid, H. (2022). Verification of the fit of the proposed structural model for causal relationships between mindfulness, emotional regulation, and life satisfaction among early-divorced women. *Journal of the Faculty of Arts, Sohag University*, 65(1), 589–627.

Al-Zwairi, M. (2015). *Psychological resilience and its relationship with social anxiety among a sample of divorced women and their children* (Unpublished master's thesis). University of Jordan, Amman, Jordan.

Amer, A., Ibrahim, L., & Awad, K. (2023). Social anxiety and its relationship with self-awareness among university students. *Journal of the Faculty of Education*, Menoufia University, 1(2), 459–498.

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.).* American Psychiatric Publishing

Ariyansepehr, F., Moghtader, L., & Akbari Govaberi, B. (2024). Developing a structural model of the relationship between early maladaptive schemas and emotion regulation with the mediating role of psychological hardiness in people with anxiety disorders. *Journal of Psychological Science*, 23(134), 431-450.

Awaliah, F. N. (2024). Social Support and Emotional Intelligence on Hardiness in Single Mothers. *Journal of Social and Economics Research*, 6(1), 1373-1383.

Bui, E., Charney, M. E., & Baker, A. W. (2020). *Clinical Handbook of Anxiety Disorders.* Springer International Publishing.

Chykhantsova, O. (2024). Hardiness among Ukrainians: challenges and opportunities. *Social Science and Humanities Journal (SSHJ)*, *8*(02), 34484-34492.

Emara, N. (2023). The role of social anxiety, depression, and experiential avoidance in predicting alexithymia among university students. *Journal of the Faculty of Arts, Menoufia University,* 34(3), 505–543.

Fahmi, R. (2022). Hardiness on women post divorce. *Journal of Gender Studies*, *12*(1), 37-58.

Feraghat, L. (2024). Effectiveness of Metacognitive Therapy on Quality of Life and Mental Strength in Divorced Women in Tehran. *Power System Technology*, *48*(1), 2074-2085.

Garcia, E. M. (2024). *The Relationship Between Eating Disorders, Perfectionism, and Social Anxiety Disorder* (Doctoral dissertation, The Chicago School of Professional Psychology).

Hald, G. M., Ciprić, A., Sander, S., & Strizzi, J. M. (2022). Anxiety, depression and associated factors among recently divorced individuals. *Journal of Mental Health, 31*(4), 462-470.

Hamid, F. T. (2022). *The Psychosocial Consequences Of Divorce: Prevalence Of Stress, Depression And Anxiety Among Victims In Erbil.* (Master's Thesis, Near East University).

Harris, E. M. (2022). *Self-Compassion, Psychological Flexibility, Hardiness, and a Hint of Harmonious Passion: The Recipe for Building Athletes Adaptable to the Stress of Sport Related Injury*. (Doctoral dissertation, The University of Regina ,Canada).

Hassan, A. S. (2023). The relationship between social anxiety and vitality among children of divorced mothers at the preparatory stage. *Journal of the Faculty of Education, Mansoura University*, 122(2), 77–110.

Holakoie, A., Mahmoodi, A., & Maredpour, A. (2024). Predicting Psychological Well-Being and Psychological Cohesion Based on Mindfulness and Emotion Regulation Strategies with the Mediating Role of Resilience of the Women on the Verge of Divorce in Isfahan City in 2023: A Descriptive Study. *Journal of Rafsanjan University of Medical Sciences*, *22*(10), 1053-1070.

Iftikhar, S., Kainaat, F., & Siddqiue, M. U. (2023). Reconstructing Lives: Emotional and Social Adaptation of Divorced Women in Lahore, Pakistan. *Annals of Human and Social Sciences*, *4*(4), 342-356.

Karp, R. (2024). *Examining the Predictive Relationship of Sluggish Cognitive Tempo and ADHD on Social Anxiety Symptoms* (Doctoral dissertation, California Lutheran University).

Khataybeh, Y. D. A. (2022). The consequences of divorce on women: An exploratory study of divorced women problems in Jordan. *Journal of Divorce & Remarriage, 63*(5), 332-351.

Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: an inquiry into hardiness. *Journal of personality and social psychology*, *37*(1), 1-12.

Liao, J., Xia, T., Xu, X., & Pan, L. (2023). The Effect of Appearance Anxiety on Social Anxiety among College Students: Sequential Mediating Effects of Self-Efficacy and Self-Esteem. *Behavioral Sciences*, *13*(8), 692.

Loebel, G. A. (2020). *An examination of the relationships between vocational identity, hardiness, meaningful work, burnout, and work engagement*. (Doctoral dissertation, Colorado State University).

Mahmoud, S. (2020). The relationship between life satisfaction and social anxiety: A comparative study between widowed and divorced women. *Journal of the Future of Social Sciences*, 2, 323–356.

Majali, A. (2024). Attitudes of graduate students at Mu'tah University towards the factors leading to divorce in Jordanian society. *Journal of Humanities and Literary Studies, 30*(1), 261-282.

Maʿraji, Y. (2023). The *relationship between psychological hardiness and future anxiety among divorced women in the city of Ouargla* (Unpublished master's thesis). Kasdi Merbah University, Ouargla, Algeria.

Maʿrouf, W. (2022). Psychological hardiness of working women and its reflection on family balance during the COVID-19 pandemic. *Journal of Research in the Fields of Specific Education*, 8(39), 1495–1561.

Paz, N. (2023). *The Role of Pride in Social Anxiety Disorder* (Master's thesis, University of Haifa

Qureshi, S., Ambekar, P., Usman, S., & Achalia, R. (2023). A study of prevalence and comparison of anxiety and depression among separated, divorced and widowed females in the rural population. *Perspect. Med. Res.*, *11*(01), 50-54.

Rachman, s (2004). *Anxiety* (2nd ed). Oxford, England: Blackwell.

Rajabi, M., Mohagheghi, H., Zoghi Paydar, M. R., & Kord Noghabii, R. (2023). The Effect of Narrative Therapy on Anxiety Thoughts of Divorced Mothers. *Journal of Woman and Family Studies*, *11*(3), 65-93.

Ravindran, A., & Vimala, M. (2024). Psychological hardiness and optimism: A study among orphans and non-orphans. *World Journal of Advanced Research and Reviews*, *22*(1), 461-469.

Raynes, S. (2024). *Refining the Measurement and Analysis of State Mindfulness* (Doctoral dissertation, University of California, San Diego).

Roghani, R., Rahmati Nezhad, L., Saberi, N., Bozorgi Saran, S., & Menat Ali, S. (2024). Investigating the Relationship Between Hardiness and Resilience with the Mediating Role of Hope in Women-Headed Households. *Iranian journal of educational sociology*, 7(3), 131-140.

Scheibal, J. (2024). *The Association Between Social Anxiety-Like Symptoms (SALS) and Cognitive Processes* (Master's thesis, Southern Illinois University at Edwardsville).

Shalabi, N. (2022). *Psychological hardiness, economic difficulties, and self-esteem among Arab divorced women in the Nazareth area* (Unpublished master's thesis). An-Najah National University, Palestine.

Sharifi. A., (2023). The relationship between domestic violence and divorce with the mediation of social anxiety on feelings of loneliness in divorced women. *Quarterly Journal of New Ideas in Psychology, 18*(22), 1-15.

Sharma, R. K. (2018). *The influence of employee gender on the relationship between hardiness and job stress*. (Doctoral dissertation, Grand Canyon University).

Shawaqfeh, B., & Al-Mahayreh, F. (2022). Social anxiety symptoms among divorced women in Amman and differences based on some demographic variables. *Al-Quds Open University Journal for Educational and Psychological Research & Studies*, 13(38), 87–96.

Sheykhi, M. T. (2020). World perspective od divorce in selected countries: *a sociological appraisal. Middle East Journal of Family Medicine*, *18*(6), 66-70.

Taha, A. A., El-Shereef, E. A., Abdullah, T. I. M., Abdullah, R. I. M., & Aldahasi, W. A. M. (2017). Social anxiety disorder and its correlates among female students at Taif University, Saudi Arabia. *Res Psychol Behav Sci*, *5*(2), 50-56.

Wadaʿa, N. (2023). Social anxiety among divorced women: A comparative study across Arab societies. *In The 26th Scientific Conference on Human and Educational Sciences, College of Education*, Al-Mustansiriya University, May 3–4, Iraq.