

العنوان:	الشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة لدي المطلقات
المصدر:	المجلة المصرية للدراسات النفسية
الناشر:	الجمعية المصرية للدراسات النفسية
المؤلف الرئيسي:	قاسم، عبد المرید عبد الجابر محمد
مؤلفين آخرين:	عبدالمعطي، السعيد عبدالخالق(م. مشارك)
المجلد/العدد:	مج28، ع100
محكمة:	نعم
التاريخ الميلادي:	2018
الشهر:	يولية
الصفحات:	419 - 468
رقم MD:	1011304
نوع المحتوى:	بحوث ومقالات
اللغة:	Arabic
قواعد المعلومات:	EduSearch
مواضيع:	علم النفس الاجتماعي، الاضطرابات النفسية، الصحة النفسية، المطلقات
رابط:	<a href="http://search.mandumah.com/Record/1011304">http://search.mandumah.com/Record/1011304</a>

## الشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلة

### لدي المطلقات

د السعيد عبد الخالق عبد المعطى  
أستاذ باحث مساعد بالمركز القومي  
للامتحانات والتقييم التربوي

د عبد المرید عبد الجابر محمد قاسم  
أستاذ علم النفس المساعد كلية الآداب  
جامعة حلوان

### المستخلص :

هدفت الدراسة الحالية الى فحص العلاقة بين الوحدة النفسية وكلا من الاتجاهات المختلة والشفقة بالذات، كما تهتم بفحص الدور الذى تقوم به الشفقة بالذات في تعديل هذه العلاقة، وتكونت عينة الدراسة من (١٠٠) من المطلقات تتراوح أعمارهن ما بين ( ٢٥ إلى ٥٤) سنة بمتوسط قدره (٣٦.٥) وانحراف معياري (٤.٨) وتم استخدام ثلاثة مقاييس هي: مقياس الوحدة النفسية والاجتماعية (SELSAS; 2004) من اعداد DiTommaso, Brannen, & Best, 2004) ومقياس الاتجاهات المختلة تعريب وتقنين الباحثان ، مقياس الشفقة بالذات من اعداد نيف Neff عام ٢٠٠٣ تعريب وتقنين محمد السيد عبد الرحمن وفتحي الضبع (٢٠١٤) وقد توصلت الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين الوحدة النفسية والاتجاهات المختلة، كما تبين وجود علاقة ارتباطية سلبية ودالة بين الوحدة النفسية والشفقة بالذات، وأخيراً أشارت النتائج إلى دور الشفقة بالذات في تعديل العلاقة بين الوحدة النفسية والاتجاهات المختلة، إذا تقل قيمة ودلالة معامل الارتباط بين الوحدة النفسية والاتجاهات المختلة في ظل المستوي المرتفع للشفقة بالذات .

== الشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة ==

## الشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة

### لدى المطلقات

د عبد المريد عبد الجابر محمد قاسم	د السعيد عبد الخالق عبد المعطي
أستاذ علم النفس المساعد كلية الآداب	أستاذ باحث مساعد بالمركز القومي
جامعة حلوان	للامتحانات والتقييم التربوي

### مدخل إلى مشكلة البحث

أبرزت العديد من الدراسات الآثار النفسية المترتبة على الطلاق إذ أشارت دراسات (Ben,2012, Pearl&Tineke,2007, Tilburg, Aortsen and Pas,2014) و الحسين عبد المنعم (٢٠٠٩) إلى أن الطلاق يؤدي إلى تزايد مظاهر عدم التوافق النفسي حيث تعاني غالبية المطلقات من أعراض القلق والاكتئاب، وكشفت دراستي (خويطر ٢٠١٠, Tilburg,et,al,2015) إلى زيادة تركيز المطلقات حول ذواتهن، فتصبح المطلقة في حالة من الانطواء الشديد تؤدي بها إلى زيادة الشعور بالوحدة النفسية بمرور السنوات ، إذ يعد الشعور بالوحدة النفسية نقطة للبداية لكثير من المشكلات والاضطرابات النفسية التي تعانيها المطلقات (Zahar&Kausar,2014,Jeangros ,Courvoisier ,Cullati and ,Perrig,2016).

وعلى الرغم من هذه التأكيدات العلمية علي دور الطلاق كموقف ضاغط يؤدي إلي تزايد الشعور بالوحدة النفسية، إلا أن هذه الدراسات لم توضح أسباب تباين مستوى الشعور بالوحدة النفسية من مطلقة إلى أخرى، فقد لا يظهر هذا الشعور عند بعضهم أو يتزايد ،وقد يرجع ذلك التباين إلى بعض المتغيرات النفسية التي من شأنها زيادة تأثير الأحداث الضاغطة ، ومن هذه المتغيرات الاتجاهات المختلفة أو السلبية عن العالم والذات التي من شأنها أن تزيد من حجم تأثير الطلاق ويكون عامل مساعد في زيادة الشعور بالوحدة النفسية لدى المطلقات، فقد أوضح بيكBeck عام ١٩٦٧ و أبرامسون وآخرين Abramson et al. عام ١٩٨٩ والورى وآخرون Alloy,et,al, عام ٢٠٠٦ أن الاتجاهات المختلفة وظيفيا عن الذات والعالم والمستقبل تهيئ الفرد للضغط مما يجعله عرضة لكثير من المشكلات الانفعالية والسلوكية (Christopher,Vivek,Thomas,,2014).

فالاتجاهات المختلفة تحول دون تأقلم الفرد مع ذاته ومع الآخرين وتزيد من احتمالية إساءه تفسير الفرد للمواقف التي يواجهها في حياته ومن ثم تلعب دورا مهما في نشأة القلق

(Haeffel, Abramson, Metalsky, Dykman, and Donovan, Hogan, Alloy,2005)

وقد برهنت نتائج دراسات ( Young,Zakalik,and Philip,2005,Duy,Hamamci,2007, Huffziger,Liebsch,2009,Rohany,Zainah,,Rozainee,,Mohd,2016) علي وجود علاقة موجبة بين الاتجاهات المختلة والشعور بالوحدة النفسية، من ناحية ثانية بعض الدراسات نوهت إلي انتشار الإدراك المشوه والمعتقدات المختلة لدى المطلقات معظم المطلقات ،فمثلا كشفت دراسة(Shahbazi,Mahshid,Salmn and Mehdi,2016) عن انتشار الأفكار والاتجاهات السلبية نحو الذات والعالم لدى المطلقات، وتوصلت دراسة(Eguileta,2007) إلى شيوع الأفكار اللاعقلانية لدى المطلقات والتي يؤدي تزايدها إلى سوء التوافق النفسي لديهن، ونوهت دراسة (الحوفي، ٢٠١٤) عن انتشار التشوهات المعرفية لدى المطلقات والتي تتمثل في التعميم الزائد أو التجريد الانتقائي أو الاستدلال الاعتباطي.

و فيما يتعلق بالمتغيرات النفسية التي قد تلطف من تأثير الطلاق بوصفه موقف ضاغط، برهنت دراسات ( Fall, Hityoshi, Netuveli, and Montqomery,2015, Hong,2012,Vincent,Dugas, and Bobby,2009, النفسية في نجاح المطلقة في استعادته توازنها النفسي وتحقيق التوافق بعد الطلاق ومن أمثلة هذه المتغيرات: الصمود النفسي والمرونة والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية والمشاعر الإيجابية والحكمة وفاعلية الذات، بحيث تلعب هذه المتغيرات دورا معدلا ومخففا لمختلف المتغيرات السلبية المحيطة أو اللصيقة بالمطلقة ولاسيما متغير الشفقة بالذات ، فمنذ سنوات قليلة بدأ الباحثون دراسة مفهوم الشفقة بالذات وفحصه بوصفه مفهوما نفسيا يرتبط بالتوافق النفسي ( Gilbert and Irons, 2005,,Leary ,Adams, and Tate,2005)

وتناولت دراسة(Akin,2010) دور الشفقة بالذات في تحقيق التوافق النفسي باعتبارها استراتيجية إيجابية تعمل علي خفض المشاعر السلبية وتنمية مشاعر إيجابية لتجنب جلد الذات تجاه الخبرات المؤلمة وتشير دراسات(Neff,2003,a, Kirkpatrick, and Rude, 2007) إلى أن الشفقة بالذات تعد مؤشرا مهما في تقليل النواتج النفسية السلبية لخبرات الفشل وتعزيز السعادة.

إلى جانب ذلك كشفت بعض الدراسات عن وجود علاقة ارتباطية سلبية بين الشعور بالوحدة النفسية وكلا من اللطف بالذات والإنسانية الاجتماعية بوصفهما من أبعاد الشفقة بالذات

== الشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة ==  
( Hakan,Halis,2015,Taylor,2015, Akin,2010, ) كما أن الشفقة بالذات تضعف العلاقة بين القلق والوحدة النفسية والاكئاب (Irem,Nazan, and Coskun,2014) فضلا عن ذلك يتزايد مستوى الشعور بالوحدة بانخفاض مستوى الشفقة بالذات والعكس(Annett,Coroiu,Copeland,Carlos,Markus,2015, Tiburg,et,al,2014)، كما أن كل من العزلة والإفراط في الوحدة والتحكم في الذات منبئات بالشعور بالوحدة النفسية (Akin,Akin,2015)

إضافة إلى ذلك،توصلت بعض الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الشفقة بالذات والاختلالات المعرفية فمثلا انتهت دراسة(Akin,2012) إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الشفقة بالذات والأحكام التلقائية ، وكشفت دراسة(Akin,2010) عن وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الشفقة بالذات والاختلالات المعرفية، وتوصلت دراسة(Neff, 2010) إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الشفقة بالذات وأفكار ابتغاء الكمال.

ومما سبق يمكن أن يكون للشفقة بالذات دورا في تعديل العلاقة بين الاتجاهات المختلفة والوحدة النفسية، فعلى الرغم من وجود تأكيدات علمية على دور الشفقة بالذات كمتغير معدل ومخفف للعلاقة بين المتغيرات السلبية التي تبرزها الاحداث المؤلمة في حياة الفرد ، فإن تعدد أبعادها من ناحية وعدم توافر معلومات حول هذا الموضوع في الدراسات النفسية العربية من ناحية أخرى كان حافزا لإجراء الدراسة الحالية التي تختبر دور الشفقة كمتغير معدل للعلاقة بين الاتجاهات المختلفة والشعور بالوحدة النفسية لدى المطلقات.

من جهة ثانية، صنفت مصر وفقاً للتقرير الديموغرافي للأمم المتحدة(٢٠١٢) كأحد الدول التي ترتفع بها معدلات الطلاق حيث بلغت عدد حالات الطلاق في عام ٢٠٠٨ حوالي (١) في الألف حالة طلاق، وفي عام (٢٠٠٩) حوالي (١.٨) في الألف حالة طلاق، و في عام (٢٠١٠) حوالي (١.٩) في الألف  
United Nations Statistic  
Division.Demographic,2012)

كما أشار الكتاب السنوي للجهاز المركزي للتعبئة والإحصاء في مصر (٢٠١٧) الي وصول إجمالي عدد المطلقين الي(٧١.٨٥٠) ، في زيادة قدرها (١٥%) عن العام ٢٠١٦ وكان أعلى معدل للطلاق في الحضر حيث بلغت نسبته(٦٠.٧%) ، في حين بلغت نسبة الطلاق في الريف(٣٩.٣%) ، ويوجد (٢٠٠) ألف حالة طلاق تقع سنويا وتتركز حالات الطلاق في الفئة العمرية (٢٥ إلى ٣٠ سنة )

ومن ثم يمكن صياغة مشكلة الدراسة الحالية في التساؤلات التالية التي يأمل الباحثان

أن تجيب عنها:

### أسئلة الدراسة

- ١) هل توجد علاقة دالة احصائياً بين الشعور بالوحدة النفسية وكلا من الشفقة بالذات والاتجاهات المختلة لدى المطلقات؟
- ٢) هل توجد علاقة دالة احصائياً بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلة بعد عزل متغير الشفقة بالذات لدى المطلقات؟
- ٣) هل يمكن التنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية من الشفقة بالذات والاتجاهات المختلة لدى المطلقات؟

### أهداف الدراسة

وتتمثل أهداف الدراسة الحالية في التالي:

- ١- الكشف عن طبيعة العلاقة بين كل من الشفقة بالذات والاتجاهات المختلة والوحدة النفسية لدي عينة من المطلقات.
- ٢- الوقوف علي دور الشفقة بالذات بوصفها متغير ملطف او معدل لقوة وطبيعة العلاقة بين الاتجاهات المختلة والوحدة النفسية لدي المطلقات.
- ٣- معرفة دور كل من الشفقة بالذات والاتجاهات المختلة والتفاعل بينهما في التنبؤ الوحدة النفسية لدي عينة من المطلقات

### أهمية الدراسة.

ترجع أهمية الدراسة الحالية إلى الاعتبارات التالية:

- ١) أهمية فحص ودراسة الخصائص النفسية لدي فئة المطلقات تلك الفئة التي تتعرض للضغوط الاجتماعية نتيجة الطلاق والتي قد تعاني من مشكلات نفسية واجتماعية لا يستهان بها.
- ٢) تكمن أهمية الدراسة في تناولها متغير الشفقة بالذات الذي يمثل أهمية للتوافق النفسي والاجتماعي لدي من يعانون من ازمان حياتية وضغوط في حياتهم وأهمية الكشف عن المتغيرات الإيجابية في الشخصية بوصفها قوة ضد الضغوط.
- ٣) في ضوء ما تتوصل إليه الحالية من نتائج يمكن تصميم برنامج إرشادي قائمة على تنمية الشفقة بالذات وخفض الاتجاهات المختلة حول الذات والعالم التي يمكن أن تسبب العديد

== أشقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة ==  
من الاضطرابات النفسية.

## الاطار النظري

### الوحدة النفسية psychological Loneliness

مفهوم الوحدة النفسية من المفاهيم التي ظهرت منذ بداية تاريخ البشرية، ليعبر بشكل عام عن وصف نفسي لشعور سلبي ينتج عن إدراك الفرد للعلاقات الاجتماعية & Kutlu, (Pamuk,2016)، وعلي الرغم من ظهور مفهوم الوحدة النفسية منذ تاريخ طويل إلا أنه لا يوجد إجماع علي تعريف محدد له، وكانت التعريفات التي قدمت من قبل ما هي إلا مقترحات قدمها الباحثون لفهم الوحدة النفسية (Bekhet,Zausz,Nicwsk and Faan,2008)

وقد نال مفهوم الوحدة النفسية اهتماما متزايدا منذ منتصف القرن الماضي لاسيما وأنه مفهوم متشابه مع العديد من المفاهيم الأخرى مثل الاغتراب ، والعزلة ، والاكتئاب، ووردت تعريفات لمفهوم الوحدة النفسية في التراث النفسي ، منها تعريف كل من Bozorgour, (Salimi,2012) للوحدة النفسية على اعتبار أنها خبرة عامة غير محببة مشحونة بالمشاعر السلبية نتيجة نقص العلاقات الاجتماعية، ويعرف كلا من دهنون وإبراهيم (٢٠١٤)، الشعور بالوحدة النفسية: على أنها حالة يمر بها الفرد كنتيجة لخبرات سلبية مؤلمة يفتقر فيها إلي عناصر المودة والمحبة والألفة بينه و الآخرين ، كما يعرف العطافي (٢٠١٤) الوحدة النفسية بأنها خبرة ذاتية مؤلمة يعانى منها الفرد لفقدانه شخصا مقربا عليه بعدها تتحول حياته إلى حياة تفتقر للألفة والمحبة والحنان .

ويظهر للباحثان مما سبق من تعريفات للوحدة النفسية وجود عامل مشترك فيها وهو افتقاد الفرد للعلاقات الاجتماعية أو وجود علاقات اجتماعية لدى الفرد ولكنها غير مرضية بالنسبة له وتؤدي إلى شعوره بالوحدة ويبرز ذلك الشعور من وجهة نظر الباحثين لدى المطلقات .

وتتبنى الدراسة الراهنة تعريف الوحدة النفسية (DiTommaso et al) عام ٢٠٠٤ بأنها ضعف في التواصل الاجتماعي لدى الفرد وإحساسه المرير بالغربة عن الآخر ويؤكد ارتباط هذا الشعور بكمية العلاقات الاجتماعية المتاحة ونوعيتها للفرد وتقاس بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص علي مقياس الوحدة الاجتماعية والنفسية للراشدين المستخدم بالدراسة الحالية والذي يضمن أبعاد ثلاثة ، هي : الوحدة الأسرية و الوحدة العاطفية و الوحدة الاجتماعية.

وفيما يتعلق بالتفسير النظري للوحدة النفسية، نجد عددا من التوجهات النظرية فسرت

د / عبد المرید عبد الجابر محمد & د/ السعيد عبد الخالق عبد المعطي

الوحدة النفسية، منها النظرية التفاعلية التي دمجت بين العوامل الشخصية والاجتماعية في تفسيرها للشعور بالوحدة النفسية، حيث يرى ويس Weiss صاحب هذه النظرية أن التفاعل بين العوامل الشخصية والاجتماعية مع بعضها ينتج عنه شعور الفرد بالوحدة النفسية، وبين ويس Weiss وجود ستة استعدادات اجتماعية تدرج تبعاً لمقدار العلاقات الاجتماعية الجيدة الاتصال- التكامل الاجتماعي- العطاء- تأكيد القيمة- اقتران الثقة- المسؤولية) ولكل نوع من هذه الاستعدادات مصدر أو عدة مصادر و أي نقص في هذه الاستعدادات يؤدي إلى الشعور بالوحدة النفسية (Rokack,2014).

وفسر روجرز الوحدة النفسية مشيراً إلى ضغوط المجتمع الواقعة على الفرد تجعله يسلك بطرق محددة ومقبولة اجتماعياً، وهذا يؤدي إلى التناقض بين ذاته الداخلية والذات المدركة من قبل الآخرين، ويكون أداؤه لمتطلبات المجتمع بدون رغبة أو اهتمام بأدائها بدقة مما يسبب الشعور بالفراغ، ويؤكد روجرز أن الوحدة النفسية هي انعكاس للتوافق السيئ ناجم عن التناقض الظاهراتي لمفهوم الفرد عن ذاته وهنا تكون الوحدة النفسية مظهراً من مظاهر ضغط التوافق، وأن جذورها تكمن داخل الفرد نتيجة التباعد بين مفهوم الذات المثالية والذات الواقعية (العطافي، ٢٠١٤).

كما أرجع (أبراهام ما سلو): الشعور بالوحدة النفسية إلى عدم إشباع حاجات الانتماء والحب، فالوحيد نفسياً مدفوعاً بجوع الاحتكاك والصداقة الحميمة والانتماء والحاجة إلى التغلب على مشاعر الاغتراب والعزلة التي سادت بسبب الحراك الاجتماعي وتحطم الجماعات التقليدية ويعثرة الأسرة والفجوة بين الأجيال نتيجة للتحضر المستمر واختفاء العلاقة (الوجه لوجه) (في خويطر، ٢٠١٠).

ومن جهة أخرى، ينكر كلا من باير وروكاش (Rokach, Bauer 2003) أن للوحدة النفسية أربعة مكونات أساسية وهي:

١- اغتراب الذات: هو شعور الفرد بالخواء النفسي والانفصال عن المحيطين به واغتراب الفرد عن ذاته وانخفاض تقديره لذاته.

٢- العزلة في العلاقات الشخصية: تتمثل في شعور الفرد بأنه وحيد انفعالياً واجتماعياً، وشعوره بعدم الانتماء ونقص في العلاقات الشخصية ذات الأهمية للفرد.

٣- ألم/ صراع خفيف: ويتكون ذلك الألم من معاناة الفرد من شعوره بالوحدة النفسية.



== أشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة ==

٤-ردود الأفعال المؤلمة الضاغطة: تتمثل في سرعة الاستثارة الانفعالية والغضب وفقدان القدرة على الدفاع والتوتر والاضطراب واللامبالاة.

الوحدة العاطفية : يقصد بها غياب العلاقة الحميمة أو الفراغ العاطفي ويعبر عن عدم إشباع الحاجة إلى الحب والجنس(أمطانيوس، ٢٠١١).

الوحدة الاجتماعية: يقصد بها الافتقار إلى شبكة العلاقات الاجتماعية التي يكون الفرد فيها جزءاً من جماعة يشاطرهم المصالح والاهتمامات المشتركة(البيلي، والرشيدي ٢٠١٤).

بعض المسلمات المرتبطة بالشعور بالوحدة النفسية لدى المطلقات:

١-الطلاق يعد حدثاً ضاغطاً: الطلاق من أشد الأحداث المؤلمة في خبرات النساء ويتوقف إحساس المطلقات بالضغط وفقاً لمدى إدراكهن لحدث الطلاق وقدرتهن على تحمله (Crino,Hurley,Griffh,Fonson,2017) ويرى [ديفيد وأخريين (David, James,,2016) أن الطلاق يساهم في إحداث التوتر في حياة المرأة، ويأتي مباشرة بعد موت شريك الحياة، و يشير أبكر(٢٠١٥) إلى أن المطلقة تعاني ضغوطاً ذاتية نابعة من داخلها تتمثل في تأنيب الضمير وترك رعاية أبنائها بسبب ظلم زوجها أو تعنت أهلها.

٢-الطلاق وصمة اجتماعية: يعد الطلاق وصمة اجتماعية تلتصق بالزوجات بعد طلاقهن حيث يتم إطلاق مسميات غير مرغوب فيها بالمطلقة من جانب الآخرين على نحو يجردنها من التقبل الاجتماعي، كما يصف الآخرون المطلقة بصفات بغيضة أو صفات تحمل معنى العار عليها وتزيد من نظرة المجتمع السلبية وغير المتسامحة تجاهها (Zandiyeh ,Yousefi, 2014).

إضافة إلى ذلك يرى المجتمع أن السيدة التي طلقت هي المسؤولة الأولى عن حدوث الطلاق ويرجع ذلك إلى سوء خلقها، أو سيادة أهلها معها والشك والريبة في تفسير كل تصرفاتها ، بما يولد صراعاً يجعلها تعاني من الشعور بالوحدة النفسية والاجتماعية(أبكر، ٢٠١٥).

٣-فقدان الدعم المادي والمعنوي: تعاني معظم المطلقات من فقدان الدعم المعنوي نتيجة لتناقص شبكة العلاقات الاجتماعية وعدم وجود شريك الحياة بعد حدوث الطلاق و تشعر المطلقة بتناقض نمط العلاقات الاجتماعية القائمة فعلياً بينها و الآخرين، في حين ترغب في أن تكون لها علاقات اجتماعية جديدة ولكنها ترى أن معظم هذه العلاقات الجديدة تقتصر إلى العمق والحرارة(pearl&Tineke,2007). إضافة إلى معاناة معظم المطلقات من انخفاض الدعم المادي بسبب قلة الموارد المالية والتي تلعب دوراً في سوء عواقب الطلاق على النساء ، حيث تظهر

د / عبد المرید عبد الجابر محمد & د / السعيد عبد الخالق عبد المعطي

لديهين مشكلات تتعلق بالتأمين الصحي، والسكن، وتدبير النفقات ومصاريف الحياة اليومية

(Chipperfield,Havens ، 2001, Peal,Tineka,2007 Zandiyeh&Yousefi, 2014 )

### الاتجاهات المختلة: Dysfunctional Attitude

تعدد المفاهيم التي تعبر عن الاتجاهات المختلة مثل مفهوم المعتقدات المختلة وظيفيا أو المعتقدات غير التكيفية أو المعارف والافتراضات المختلة وظيفيا أو الإدراكات المختلة (Huffziger,Liebsch,2009) وقد وردت تعريفات لمفهوم الاتجاهات المختلة نذكر منها على سبيل المثال لا الحصر تعريف هيرسن وبيلاك (Herson&Bellack,1985) وتعريف كلا من معوض و سيد (١٩٩٧) حيث اتفقا على تعريف الاتجاهات المختلة بأنها مجموعة من المعتقدات غير الواضحة لدى الفرد عن ذاته وعن العالم تزيد من احتمالية إساءة تفسير الفرد للمواقف الحياتية، إضافة إلى ذلك يعرف كل من ( Jeffrey,Shelley,Sidney and ) (Lorne,Gregory,Jean,Alan,Thomas,Rahel ,2003) الاتجاهات المختلة بأنها المعتقدات المنحرفة عن الذات والعالم والمستقبل والتي تؤدي إلى عدم التوافق النفسي والاجتماعي، كما عرف كلا من باجبي و مكبرد (Bagby ,Mcbride,2008) الاتجاهات المختلة على أنها تلك الأعراض من التصلب وسوء التكيف والاحكام المتطرفة على الذات والعالم.

ويعرفها الباحثان اجرائيا بأنها النظرة السلبية لدى الفرد عن الذات والآخرين والحساسية المفرطة للنقد والاعتماد على الآخرين، وهذا يعكس في رفضه لذاته و إدراك نقاط الضعف و النقص في ذاته وغالبا ما ينظر لذاته على أنها الأقل مقام وأدنى منزله من الآخرين، كما أن هذه النظرة السلبية للآخرين تجعله يتشكك بشكل دائم في حبههم واحترامهم له.) (Beck,1978) كما تقاس بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الاتجاهات المختلة المستخدم بالدراسة الحالية

وفيما يتعلق بالتفسير النظري للاتجاهات المختلة، فهناك نظرية الاتجاهات المختلة والنماذج الاستدلالية السلبية والتي تم اقتراحها بواسطة بيك ١٩٦٧ / ١٩٨٧ وإبرامسونايال ١٩٧٨: ١٩٨٧ من أشهر النظريات المعرفية التي قد فسرت الاتجاهات المختلة على نطاق واسع كدلالة على حدوث أعراض الاكتئاب، ويرى بيك Beck أن الاتجاهات المختلة ما هي إلا أنماط مختلفة من الأخطاء وتشوهات معرفية تؤثر على إدراك الفرد وتفسيراته لمختلف المواقف بالحياتية (Robert,Arnold,Frenk, and peetersd,Marcus,Lotte,2016).

إضافة إلى ذلك افترض بيك ( Beck,1987) أن الاتجاهات المختلة تمثل معايير

المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٠٠ المجلد الثامن والعشرون - يولية ٢٠١٨ (٤٢٧)

## == أشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة ==

سلبية عن الذات والآخرين والمستقبل ويمكن توضيح ذلك علي النحو التالي:

١- النظرة السلبية نحو الذات: وهي تقييمات سلبية للذات نتيجة وضع معايير غير منطقية وقاسية للحكم على الذات إذ يعتبر أصحاب هذا الاتجاه أنفسهم بلا قيمة عندما يقارنون أنفسهم بالآخرين، إذا يرون أنفسهم عاجزين وأقل مكانة من الآخرين.

٢- نظره سلبية نحو العالم: هي رؤية العالم من خلال معايير مختلة على أنها مليئة بالمعوقات والكوارث والإحباطات التي تحول دون تحقيق الأهداف وطموحات في الحياة.

٣- نظرة سلبية نحو المستقبل: هي معايير سلبية تجعل الفرد ينظر بشكل تشاؤمي تجاه المستقبل وتجعله يميل إلى تكرار خبرات الفشل السابقة وتوقع تزايد الاحتمالات المخيبة للأمال في المستقبل.

إضافة إلي ذلك ذكر كلا من با جبي و مكبرد (Bagby, Mcbride, 2008) أن بيك Beck وضع في عام ١٩٨٣ تصنيفا آخر للاتجاهات المختلة على نحو تقليدي في فئتين هما) فئة التفاعل وفئة الإنجاز) ، وفئة الاتجاهات المختلة المتصلة بالتفاعل هي: تلك الاتجاهات المختلة المعنية" بالحاجة إلى الاستحسان" و هي تعكس بدورها الاعتمادية و الحاجة المفرطة للقبول و الرعاية الجسدية و النفسية، أما الفئة الثانية :وهي الاتجاهات المختلة المتصلة بالإنجاز، فهي الاتجاهات المعنية "بالكمال"، و هي تعكس النقد و الحاجة المفرطة للإنجاز و الاستقلالية

كذلك خلصت يوركا عام ٢٠٠٢ من مراجعتها لبعض النظريات المعرفية التي تناولت مفاهيم مثل: مفهوم الاتجاهات المختلة ومفهوم المعتقدات المختلة وظيفياً ومفهوم المعتقدات غير التكيفية و المعارف المختلة ومفهوم الافتراضات المختلة وظيفياً ومفهوم الإدراكات المشوهة مثل: نظرية بيرن Burns عام ١٩٨٩ نظرية كيلي Kelly عام ١٩٥٥ ونظرية بيك Beck عام ١٩٦٧ ونظرية أليس Eliss إلى صياغة نظرية لها فسرت بها الاتجاهات المختلة علي أنها نتاج لمعتقدات راسخة بعمق أو حقائق مفترضة حول ذات الفرد وبيئته ،ومستقبله، والتي تتطور عادة في مرحلة الطفولة المبكرة والتي منها الميل للاستحسان من الآخرين بوصفها وسيلة لتقييم الذات فضلا عن ذلك الشعور بالدونية عند مقارنة نفسه بالآخرين (Morris, 2011).

وانتهى كلا من معوض وسيد (١٩٩٧) من إعدادهما لمقياس الاتجاهات المختلة وظيفيا الذي يضم مجموعة من أبعاد للمقياس، و هذه الأبعاد تشكل أنماطا من الاتجاهات المختلة وظيفيا وهي كالتالي:

د / عبد المرید عبد الجابر محمد & د/ السعيد عبد الخالق عبد المعطي

الحساسية للنقد: يتمثل في الإحساس بالضيق عند النقد، والاهتمام الزائد باتجاهات الناس نحو الفرد والاعتقاد في طلب المساعدة أو النصيحة يعد ضعفاً وشعور الفرد بالدونية عند تفوق الآخرون عليه، وإذا أخطأ في تصرف ما يعد نفسه أحمق .

الحاجة للاستحسان الزائد: يشمل حاجة الفرد الزائد الاستحسان من الآخرين من أجل السعادة ووجوب احترام الآخرين دون وجه حق وأن نقاط ضعف الفرد سبباً مؤكداً لنبذها وجوب تقليل قيمة الذات لتحقيق القبول لدى الآخرين

الاعتمادية: وتتمثل في الاعتماد على الآخرين ويحزن الفرد لعدم وجود أشخاص يعتمد عليهم وأنه سوف يفشل دائماً في تحقيق الأهداف دون مساعدة الآخرين ويعتمد شعوره بالسعادة على الآخرين أكثر من اعتماده على نفسه كما يعتمد علي تقييم نفسه وفقاً لما يعتقد الآخرون عنه .

الإتقان الزائد: تتمثل في معايير عالية للإتقان في الأداء ويرى عدم فائدة العمل إذ لم يكن جيداً علي الدوام وعدم الشعور بمعنى الحياة إذ لم يكن النجاح دائماً، وضرورة أن يكون الشخص الأفضل في كل شيء يؤديه.

الإلزامية: يتضمن وجوب التحكم الكامل في المشاعر، وحل المشكلات بسرعة وبدون مجهود كبير، وإلزامية القدرة على حل مشكلات الآخرين وإسعادهم.

دور الاتجاهات المختلفة في الوحدة النفسية في ضوء تفسير المنحى المعرفي

السؤال الذي يفرض نفسه هنا هو أي المنحى يعد مناسباً لتفسير دور لاتجاهات المختلفة في الوحدة النفسية؟ والإجابة على هذا السؤال تظهر واضحة من خلال الأدبيات المتعلقة بهذا الموضوع بأن المنحى المعرفي هو أحد أهم المنحى المناسبة لتفسير دور الاتجاهات المختلفة في الوحدة النفسية، حيث يربط المنحى المعرفي بين الظواهر النفسية والعمليات المعرفية، حيث أشار بيك ١٩٧٦ إلى أن اتجاهات الفرد السلبية عن ذاته والعالم تؤثر في تقييمه لمختلف المواقف الحياتية بشكل سلبي وكارثي، وتكون مصدراً لكل تصرفات الكراهية التي تجافي القيم المشاركة و المرغوبة الاجتماعية، كما أن ذوى الاتجاهات المختلفة يتسمون بالحساسية المفرطة للنقد من قبل الآخرين، وهذه الحاجة تجعلهم منعزلين عن الآخرين نتيجة لخوفهم من نقد الآخرين لهم ( Dye, Eckhardt,2000)

إضافة إلي ذلك يؤكد بيك (١٩٨٧) أن ذوى الاتجاهات المختلفة أكثر تأثراً بالضغوط الحياتية ونمو الاضطرابات النفسية ( Jeffrey, , Esther. Marcus2009, )

المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٠٠ المجلد الثامن والعشرون - يولية ٢٠١٨ (٤٢٩)

## == الشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة ==

كذلك يشير بيك (١٩٨٧) إلى أن ذوي الاتجاهات المختلة وظيفيا يتسمون بالتفسير السيئ للمواقف التي يواجهونها، بما يترتب عليه عدم المشاركة الاجتماعية ، وعدم القدرة علي الالتزام بالواجبات الاجتماعية، وكذلك عدم القدرة علي ضبط الذات وعدم الشعور بالمسؤولية الاجتماعية وقد توصل كيوبر ١٩٨٨ إلى أن الأفراد ذوي الاتجاهات المختلة أكثر توترا وأقل تدعيما اجتماعيا وأكثر ميلا للعزلة (معوض وسيد ، ١٩٩٧).

### ٣-الشفقة بالذات: Self-Compassion

مفهوم الشفقة بالذات من المفاهيم الحديثة نسبيا في علم النفس وتوصف على أنها وسيلة إيجابية في توجه الفرد نحو ذاته من حيث الانتباه إليها والاهتمام بها، والتعامل معها بلطف عند التعرض لمعاناة أليمة أو الفشل (منصور ٢٠١٦)

ومفهوم الشفقة بالذات من مفاهيم المعتقدات و الفلسفات الشرقية، وهو مفهوم رئيس في البوذية من وجهة نظر علماء النفس الغرب(Neff,2003,a) ولقد ظهر مفهوم الشفقة بالذات كمفهوم من مفاهيم علم النفس الصحة النفسية في بداية القرن الحادي والعشرين علي يد عالمة الأمريكية كرستين نيفNeff عام ٢٠٠٣ ( في العاسمى،٢٠١٤). وقد وردت تعريفات لمفهوم الشفقة بالذات منها تعريف نيف (Neff,2003,b) لمفهوم الشفقة بالذات على أنها شعور داخلي بالعناء الانفعالي وشعور بالتأثير الإيجابي نحو هذه المعاناة،كما صاغت نيف(Neff,2003,a) تعريفا آخر للشفقة بالذات على أنها إحدى سمات الشخصية التي توجد بدرجات متباينة بين الأفراد. وعرف كل من (Hancock,Leary,Tate,Adoms,2007) الشفقة بالذات على أنها إحدى استراتيجيات المواجهة العاطفية للضغوط داخلية المنشأ والتي من خلالها يتغلب الفرد علي الضغوط، ويعرف كلا من (Akin,Akin,2015) الشفقة بالذات على أنها تعامل الفرد مع ذاته بلطف ورحمة عند تعرضه لمعاناة أليمة أو خيرات فاشلة بدلا من توجيه النقد القاسي لها، ويعرف اننيت وزملاؤه(Annett,et,al,2015) الشفقة بالذات بأنها الاتجاهات الإيجابية نحو الذات في وقت الأزمات والمعاناة التي يمر بها الفرد.

كما تتبنى الدراسة الحالية تعريف منصور (٢٠١٦) كتعريف أجرائي في الدراسة الراهنة، إذا أنه يعرف الشفقة بالذات على أنها موقف ذاتي يتضمن معالجة الفرد لذاته في المواقف العصبية التي يمر بها من خلال الدفاء والفهم والوعي والاعتراف بالأخطاء، وتقاس بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص في مقياس الشفقة بالذات المستخدم بالدراسة الحالية والذي يتضمن ستة أبعاد هي(اللفظ بالذات ، الإنسانية العامة ، اليقظة العقلية والحكم علي الذات والعزلة

د / عبد المرید عبد الجابر محمد & د / السعيد عبد الخالق عبد المعطي

والإفراط في التوحد) وعن تفسير الشفقة بالذات في ضوء النظريات النفسية، ذكرت نيف(Neff,2003,a) أن تفسير مفهوم الشفقة بالذات جاء علي نحو ضمني بمختلف التوجهات النظرية، و عرضت نيف(Neff,2003,a) بشكل مختصر بعضا من هذه التوجهات علي النحو الآتي:

أول هذه التوجهات المفسرة للشفقة هو نموذج التعلق بالذات لجوديث جوردن Judith Jordan عام ١٩٩٧ الذي جاء ضمن التوجه النظري الخاصة بالعلاج النسوي والذي فسر مفهوم التعاطف الذاتي، ولكن هذا النموذج لم يتناولها بعمق وقد ووصف هذا النموذج مفهوم التعاطف الذاتي على أنه عملية يتبنى فيها الفرد موقفا إيجابيا أكثر انفتاحا وأريحية ولطفا بالذات ونوه هذا النموذج إلى أن التعاطف الذاتي يمثل انعكاسا للتعاطف مع الآخرين، فالفرد يتعاطف مع الآخرين في مواقف الفشل والخسارة ، وفي نفس الأمر يتطابق مع التعاطف الذاتي فالفرد يتعاطف مع ذاته وقت الفشل حيث يتجنب التعامل معها بقسوة، فضلا عن ذلك يعد التعاطف الذاتي، خبرة تصالحية مع الذات لتقبل فشلها وتبرئتها واللفظ بها ،كذلك قسمت جوديث جوردن Judith Jordan التعاطف الذاتي إلى ثلاثة عناصر هي( اللطف بالذات والإنسانية المشتركة وبقطة العقل)(Neff,2003,a).

كما فسر أنصار التوجه الإنساني من أمثلة (اليس، Ellis١٩٧٣؛ فروم، Fromm ١٩٦٣؛ ماسلو، Maslow ١٩٥٤، روجرز، Rogers ١٩٦١) مفهوم الشفقة بالذات علي نحو غير مباشر في كتاباتهم فمثلا، تناول ماسلو Maslow (١٩٦٨) أهمية مساعدة الفرد علي قبول ذاته والتصالح معها عند ما يواجه الفرد الفشل في تحقيق أمرا ما، و عليه أن يعترف بالآمه الخاصة، ويدرك أنها خبرة إنسانية يمر بها كل البشر، ولكن القضية العظمى تتمثل في شدة معاناة الذات التي تتبع من الخوف من الأثائية أو التمرکز حول الذات، وخاصة أن هذا النوع من الخوف هو ميكيزيم دفاعي، بمعنى أنه حماية للذات وقبول أخطائها وزيادة فهمها، مما يساعد الفرد كما رأى ماسلو على احترام الذات وتسامح معها(Neff,2003,a).

إلى جانب ذلك تناول روجرز Rogers(١٩٦١) مفهوما التقدير الإيجابي غير المشروط تجاه الذات، بمعنى الأحكام أو التقييمات الإيجابية نحو الذات دون قيد أو شرط أي تتبنى موقفا عاطفيا دون قيد أو شرط نحو الذات، وأشار روجرز إلي أن التعاطف الذاتي، قد يتخطى هدف العلاج النفسي المتمركز حول العميل، مما يسمح للفرد أن يصبح أكثر معرفة ولطفا بذاته وأكثر قبولا وانفتاحا، عليها.

## == الشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة ==

و يطلق إيليس Ellis (١٩٧٣) علي التعاطف الذاتي مصطلح القبول غير المشروط للذات، " أي تقدير الذات أو تقييمها كجزء لا يتجزأ من الوجود الإنساني، ويعتقد إليس أن قبول الذات غير المشروط يمثل أساسا نفسيا للتسامح مع الذات (Neff,2003,a)

وتعد نظرية تنظيم الانفعالات المتنامي التي أسسها سالوفي وبرينر (Salovey, Brenner) عام ١٩٩٧ وثيقة الصلة بمفهوم الشفقة بالذات ضمن ما يعرف بالتنظيم الانفعالي أو العاطفي الذي يقصد به قدرة الفرد على تحمل الانفعالات العاصفة والتعامل مع المواقف والأزمات بشكل أفضل حيث يقوم الفرد بالاهتمام بمشاعره، والتحكم فيها ومدّة تأثيرها، وتحويلها إلى مشاعر إيجابية، كذلك ينظر أنصار هذه النظرية إلي الشفقة بالذات على أنها أحد أساليب المواجهة الانفعالية للضغوط داخلية المنشأة لتفادي المشاعر المؤلمة المرتبة على هذه الضغوط من خلال اللطف بالذات وتفهمها مما يؤدي إلى التوافق الإيجابي (Neff,2003,a).

وعلي سعيد آخر، اشترقت كرسيتين نيف (Neff) عام ٢٠٠٣ من مراجعتها أبحاث كل من بيننتي Bennett عام ٢٠٠١ و براش Brach عام ٢٠٠٣ وكورفيلد Kornfield عام ١٩٨٧ ثلاثة أبعاد أساسية للشفقة بالذات متداخلة مع بعضها البعض وهي (اللطف بالذات و الإنسانية المشتركة واليقظة العقلية) (Bellare,2013).

وقد أوضحت نيف (Neff) عام ٢٠٠٣ مفهوم كل بعد من الأبعاد الثلاثة للشفقة بالذات ، فمثلا يعرف اللطف بالذات: بأنه ميل الناس لإظهار اللطف والابتعاد عن الحكم علي أنفسهم ويتضمن إظهار التأثير الإيجابي نحو الذات بدلا من نقدها، كما تعرف اليقظة العقلية: علي أنها الممارسة التي يكون فيها الناس مطلقين للأحكام ويكونون مدركين لأفكارهم وأفعالهم في اللحظة الحالية، وتعرف الإنسانية المشتركة علي أنها إدراك الصلة بين التجارب الشخصية وتجارب الآخرين ومكون إدراك الإنسانية المشتركة يتضمن إدراك الفرد أن المعاناة وعدم الكفاية الذاتية هو جزء من التجارب الإنسانية المشتركة (علوان، ٢٠١٦).

كذلك أكدت نيف (Neff) عام ٢٠٠٣ على وجود تفاعل وتعزيز بين الأبعاد الثلاثة للشفقة بالذات حيث يمكن اشتقاق كل بعد من الآخرين فمثلا اليقظة العقلية تساعد في خفض الأفكار السلبية عن الذات، وتزود باستبصار للتعرف علي القواسم المشتركة مع الآخرين، واللطف بالذات تخفف من تأثير الخبرات الوجدانية السلبية، وإدراك المعاناة والفشل الشخصي علي أنهما قاسمان مشتركان مع الآخرين وهذه بفرز درجة متدنية من ذم الذات ولومها ويساعد في تقليص التضخيم (منصور، ٢٠١٦).

### علاقة الشفقة بالذات بالوحدة النفسية

أشارت كرسنتين نيف (Neff, 2003,a) وهي صاحبة أبحاث نظرية وتطبيقية لمفهوم الشفقة بالذات أن للشفقة بالذات دوراً في تخفيف معاناة الفرد من الوحدة النفسية، حيث أن الشفقة بالذات تعزز الاتصال الاجتماعي كما أن بعد الإنسانية المشتركة بوصفه أحد أبعاد الشفقة بالذات يعنى الدمج المتوازن بين الذات والآخرين خاصة أن هذا البعد يمثل إدراك الصلة بين التجارب الشخصية وتجارب الآخرين، وأن المعاناة وعدم الكفاية الذاتية هي جزء من التجارب الإنسانية، بما يقي الفرد من التشوه المعرفي والذي يتمثل بشكل واضح في شخصه الوقوع بالإخفاقات، التي عادة ما تؤدي بشكل فعال للشعور بالعزلة الاجتماعية والنفسية، فبذلك تكون الشفقة بالذات أن يكون الفرد قادراً على تجنب الاعتقادات الخاطئة بشخصه الأخطاء وتعزيز الإدراك الاجتماعي الإيجابي مما يؤدي إلى الوقاية من الشعور بالوحدة النفسية التي عادة ما تكون نتاج للخبرات المؤلمة بحياة الفرد.

ومن جهة أخرى تعزز الشفقة بالذات من الثقة بالنفس إذا أن الاتجاهات التعاطفية مع الذات تعد وسيلة تزيد من احترام الذات وتعزز الصبر والعزيمة لديه في حالة معاناة الفرد من افتقاره للتفاعلات الاجتماعية الجيدة (Cheng, Furnham 2002).

كما ترتبط الشفقة بالذات بأبعادها المختلفة إيجابياً بالمجاعة الاجتماعية وبالقدرة على التواصل الاجتماعي مع الآخرين (Neff, Kirkpatrick. and Rude, 2007)

ومن ناحية أخرى تخفف الشفقة بالذات من المشكلات النفسية المرتبطة بالوحدة النفسية مثل القلق والاكتئاب والكمالية العصابية حيث أنها ترتبط مباشرة وسلبياً بالاكتئاب والكمالية العصابية والفرجسية (Cheng&Furnham 2002) إضافة إلى ذلك تضعف الشفقة بالذات من قوة واتجاه العلاقة بين الوحدة النفسية والقلق الاجتماعي (Werner, Jazaieri, Goldin, and Heimberg, Gross, 2012)

### الشفقة بالذات كمتغير مخفف لآثار المتغيرات النفسية السلبية

أشارت بعض الدراسات أن الشفقة بالذات من المتغيرات الواقية التي يفترض أنها تخفف من التأثير السلبى لمصاعب الحياة، إذ إن دراسات (Neff, et, al, 2007, Gilbert & Irons, 2005, Leary et al., 2005) أشارت إلى أن الشفقة بالذات عامل نفسي فعال وحيوي في مجال علم النفس، و عامل مؤثر في تحسين الأداء النفسي ، فضلاً عن ذلك فقد ذكرت



== الشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة ==  
Neff عام ٢٠٠٣ أن المكونات الثلاثة للشفقة بالذات تعمل معا للمحافظة على السلامة النفسية، (منصور، ٢٠١٦).

إلى جانب ذلك أظهرت هذه المراجعة أيضا أن الشفقة بالذات تمكن الفرد من تبني استراتيجية توافقية غير تجنبيه مثل صياغة المشكلة بطريقة إيجابية أو بتبني استراتيجية حل المشكلات عند مواجهة الضغوط (عماد علوان، ٢٠١٦)، كذلك تحسن الشفقة بالذات من طيب الحياة وتخفف المشاعر السلبية وتتمى المشاعر الإيجابية مثل التفاؤل والرضا عن الحياة (Abu Ghai, 2015)، كما ترتبط الشفقة بالذات ارتباطا موجبا بزيادة الوعي وتقبل الخبرات الوجدانية وإدارتها علي نحو جيد (منصور الشرييني، ٢٠١٦)، في المقابل توجد علاقة ارتباطيه سالبة بين الشفقة بالذات وكل من الاضطرابات النفسية والعصابية، والانفعالات السلبية (Akin, 2010, Akin, 2012, Arimitsu, Hofmann, 2015)

وما سبق عرضه يؤكد على أن الشفقة بالذات من المتغيرات النفسية الواقية التي يفترض أنها سوف تخفف من تأثير الاتجاهات المختلفة والوحدة النفسية خاصة أن ثمة دراسات ربطت بين الشفقة بالذات و مختلف الاختلالات المعرفية مثل دراسات (Neff, 2010, Akin, 2010, Colosimo, Walker, 2011,) والتي كشفت عن وجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائية بين الشفقة بالذات و مختلف الاختلالات المعرفية ، كما أشارت بعض الدراسات التي عنيت بدراسة العلاقة بين الشفقة بالذات والوحدة النفسية مثل (Tiburg, et, al, 2014, Irem, et, al, 2014, ) دراسات : عن وجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائيا بين الشفقة بالذات والوحدة النفسية.

وعلي سعيد آخر فهناك دراسات عنيت بدور الشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقات الارتباطية بين المتغيرات المختلفة مثل دراسة ( Raque, Bogdan, Ericson and Jackson, Martin, Bryan, 2011) التي تناولت الشفقة بالذات كمتغير معدل في العلاقة بين الصحة النفسية وأنماط التعلق ودراسة (Keng, et, al, 2012) بعنوان الشفقة بالذات كمتغير معدل في العلاقة بين أحادية الرؤية العقلية والاستهداف للضغوط، كما تناولت دراسة (Abu Ghai, 2015) الشفقة بالذات كمتغير معدل في العلاقة بين المعاناة النفسية والسعادة الذاتية لدى النساء الأرامل،

بناء على ما سبق يتضح للباحثان الدور الفعال للشقة بالذات كمتغير ملطف يمكن أن يخفف من الآثار السلبية للضغوط الحياتية كالطلاق، فضلا عن ذلك فإن الشقة بالذات يمكن أن تقلل من تأثير الاتجاهات المعرفية المختلة التي قد تسود لدى المطلقات وتؤدي إلي الاضطرابات النفسية كالوحدة النفسية.

### دراسات سابقة

تم عرض الدراسات السابقة في ثلاثة محاور على النحو التالي:  
دراسات تناولت الوحدة النفسية لدى المطلقات.

من الدراسات التي عُنيت بالوحدة النفسية لدى المطلقات ما قام بها كلا بيرل وتينكي (Pearl & Tineke, 2007) بهدف الكشف عن الفروق في مستوي الوحدة النفسية بين المطلقين والمتزوجين (ذكور وإناث)، واشتملت الدراسة علي عينتين وكانت العينة الأول قوامها (٥٢٠) من المتزوجين منهم (٢٦٨) من الإناث و(٢٥٢) الذكور إما العينة ثانية كانت من المطلقين قوامها (٨١٩) ، الإناث (٥٤٥) و(٢٧٤) من الذكور تراوحت أعمارهم من (٣٠ إلى ٧٦) عاما واستخدمت الدراسة مقياس الوحدة النفسية لجون وزملائه, Johen, et,al عام ١٩٨٥، وأشارت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الوحدة النفسية بين أفراد العينتين حسب العمر، في حين توصلت الدراسة إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الوحدة النفسية بين المطلقات والمتزوجات في اتجاه المطلقات. في حين كشفت النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالوحدة الاجتماعية لدى الرجال المطلقين والمتزوجين.

إضافة إلى ذلك تبين من الدراسة التي أجراها عبد المنعم (٢٠٠٩) أن الوحدة النفسية تأتي في الترتيب الأول للآثار النفسية المرتبة على مشكلات التفاعل الاجتماعي لدى المطلقات في مصر والكويت، وقد كانت المطلقات المصريات أكثر شعورا بالوحدة النفسية من المطلقات الكويتيات.

وهدفت دراسة خويطر (٢٠١٠) إلى معرفة مستوى الأمن النفسي والشعور بالوحدة النفسية لدى المرأة الفلسطينية (المطلقة والأرملة) وتألفت العينة من (١٤٦) أرملة (٩١) مطلقة من محافظة غزة، وتم استخدام استمارة جمع المعلومات واختبار الأمن النفسي، واختبار الوحدة النفسية، وبينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المرأة للفلسطينية المطلقة والأرملة بالنسبة لدرجات الوحدة النفسية، بما يشير إلى أن المرأة أكثر شعورا بالوحدة النفسية. كما كشفت

== أُلشفةة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة ==  
الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوحدة النفسية تعزى لمتغير نمط السكن مع أهل الزوجة أكثر شعورا بالوحدة النفسية.

واستهدفت دراسة بين (Ben,2012) للكشف عن الفروق بين المطلقات والمتزوجات والأرامل في كل من الوحدة النفسية والتفاوت و الرضا عن الحياة، وتكونت عينة الدراسة من (١٩٦ من النساء متوسط أعمارهن (٤٥.٩٤) سنة منهم ٣٤% من أفراد العينة من المطلقات و(٣٤% ) من المتزوجات و(٣٢% ) من الأرامل، توصلت الدراسة ضمن نتائجها إلى أن النساء الأرامل أعلى في مستوى الشعور بالوحدة النفسية من المطلقات والمتزوجات، وارتبطت الوحدة النفسية ارتباطا سالباً دالاً إحصائياً بالرضا عن الحياة والتفاوت.

كما هدفت دراسة كلا من البيلي والرشيد(٢٠١٤) إلى الكشف عن العلاقة بين الثقة بالنفس والوحدة النفسية لدى المطلقات ، فضلاً عن معرفة الفروق في الوحدة النفسية بين المطلقات حسب العمر، وكذلك معرفة التفاعل بين العمر الزمني وعدد مرات الطلاق على الوحدة النفسية لدى المطلقات. وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) مطلقة وتراوحت أعمارهن ما بين (١٨-٢٩ سنة) كفة عمرية صغرى مقابلها(٣٠-٤٨ سنة) كفة عمرية كبرى وقد استخدمت الدراسة مقياس الثقة بالنفس. ومقياس الوحدة النفسية. وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الوحدة النفسية والثقة بالنفس لدى المطلقات. كما كشفت الدراسة عن عدم وجود تفاعل دال إحصائياً بين العمر وعدد مرات الطلاق على الوحدة النفسية لدى المطلقات.

وهدفت دراسة لسهلي(٢٠١٦) إلى الكشف عن علاقة العوامل الخمسة الكبرى بالشعور بالوحدة النفسية لدى المطلقات في المجتمع السعودي في ضوء بعض المتغيرات، وتكونت عينة الدراسة من(١٨٠) مطلقة ، واستخدمت الدراسة أداتين هما: مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ومقياس جامعة كاليفورنيا للوحدة النفسية ، وكشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين العصابية والشعور بالوحدة النفسية، في حين توصلت الدراسة إلى وجود ارتباط سالب دال إحصائياً بين الشعور بالوحدة النفسية وكل من الانبساط والصفاء و يقظة الضمير.

كذلك هدفت دراسة كل من (Jeangros,et,al, 2016)إلى المقارنة بين ثلاث عينات من النساء من سويسرا عينة من المطلقات(٥٣٢) ،وعينة من المتزوجات(٣٩٩) ،وعينة من سبق لها الطلاق وتزوجت(٤٢٤) تراوحت أعمارهن من(٤٠إلى٦٥) سنة، وكشفت الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الوحدة النفسية بين المتزوجات والمطلقات حديثاً و اللاتي طلقن

### دراسات تناولت الوحدة النفسية في علاقتها بالاتجاهات المختلفة.

من الدراسات التي تناولت الاتجاهات المختلفة في علاقتها بالوحدة النفسية، دراسة قام بها كلا من جيفري وروبرت (Jeffrey,Rupert,1986) لمعرفة العلاقة بين الاتجاهات المختلفة والوحدة النفسية والاكثاب لدى طلاب الجامعة تكونت عينة الدراسة من (٥٠) متطوعا من طلاب الجامعة منهم (٢٠) من الذكور مقابل (٣٠) من الإناث، طبق عليهم مقياس للاكتئاب والاتجاهات المختلفة والوحدة النفسية، وكشف الدراسة عن وجود ارتباط موجب دال إحصائيا بين أبعاد الاتجاهات المختلفة ( الاتجاه السلبي نحو الذات، والحساسية المفرطة للنقد، واعتقاد الفرد بأنه مرفوض من الآخرين) وكلا من الوحدة النفسية والاكثاب .

وهدفت دراسة كل من معوض وسيد (١٩٩٧) إلى الكشف عن العلاقة بين الاتجاهات المختلفة و كل من الشعور بالوحدة النفسية والمرغوبية الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، و تكونت عينة الدراسة من (٤٢١) طالبا منهم (١٨٨) ذكور مقابل (٢٣٣) من الإناث، طبق عليهم ثلاثة مقاييس لقياس المتغيرات (الاتجاهات المختلفة و الشعور بالوحدة النفسية والمرغوبية الاجتماعية) وتوصلت الدراسة إلى أن شدة المعاناة من الاتجاهات المختلفة من وجود معتقدات غير سوية عن الذات والعالم تؤدي إلى الشعور بالوحدة النفسية.

وفي دراسة يونج وزملائه (Young,et,al,2005) تبين ضمن نتائجها وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين الوحدة النفسية و الاتجاهات المختلفة مثل: الحساسية المفرطة للنقد والاهتمام الزائد باتجاهات الناس نحو الفرد وشعوره بالدونية عند التعامل مع الآخرين ، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٠٣) طالبا جامعيًا من الذكور (١٢٤) والإناث ( ٩٦ ) متوسط أعمارهم (١٩.٤)

وحاولت دراسة كلا من ديوى وهامامشى (Duy,Hamamci,2007) إلى الكشف عن العلاقة بين الوحدة النفسية وكل من المهارات الاجتماعية، والاتجاهات مختلفة، والمعتقدات غير العقلانية، والتشوهات المعرفية فضلا عن معرفة قدرة هذه المتغيرات على التنبؤ بالوحدة النفسية .وكان المشاركون (٣٣٦) طالبا منهم (١٧٣) من الإناث مقابل (١٦٣) من الذكور من الجامعات الحكومية في تركيا. ومتوسط أعمارهم (٢١.٠٨) سنة. واستخدمت الدراسة مقياس جامعة كاليفورنيا للوحدة النفسية، ومقياس المهارات الاجتماعية، ومقياس الاتجاهات المختلفة وظيفيا ومقياس الأفكار غير العقلانية ومقياس، العلاقات الشخصية ومقياس التشوهات المعرفية

## == أشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة ==

حيث أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين "الوحدة النفسية وكلا من الاتجاهات المختلة والتشوهات المعرفية" في حين كشفت النتائج عن وجود ارتباط سالب دال إحصائياً بين المهارات الاجتماعية والوحدة النفسية. وأظهرت نتائج تحليل الانحدار أن الاتجاهات المختلة نحو الآخرين" والتشوهات المعرفية كان مؤشرا دالا للتنبؤ بالشعور بالوحدة.

وسعت دراسة كلا من هوفزجر ولييش (Huffziger, Liebsch,2009) إلى الكشف عن الآثار النفسية المترتبة علي الاتجاهات المختلة لدي الفرد وقد أجريت الدراسة علي عينة قوامها (٦٠) طالبا من جامعة مانهايم الألمانية منهم (٣٠) من الذكور مقابل (٣٠) من الإناث متوسط أعمارهم (٢٢.٤) سنة، استخدمت الدراسة مقياس المزاج السلبي والإيجابي من إعداد وستون وزملائه Waston عام ١٩٨٨ والصورة الألمانية من مقياس الاتجاهات المختلة ل هوفتزنكر وزملائهHavtzinyer,et,al عام ٢٠٠٥ ومقياس الاكتئاب لبيك، وكشفت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الاتجاهات المختلة و أعراض الاكتئاب مثل الميل للعزلة والوحدة.

وتناولت دراسة علي وزملاؤه (Ali,et,al ,2016) العلاقة بين الاعتقاد في الله وكل من الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلة لدي طلاب الجامعة في آزاد في إيران، تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالب جامعي منهم (١١٩) من الذكور مقابل (٨١) من الإناث، تراوحت أعمارهم من (٢١) إلى (٣٠) سنة ، طبق عليهم مقياس كاليفورنيا للشعور بالوحدة النفسية ومقياس الاتجاه المختلة من أعداد هورويتز Horowitz و مقياس الاعتقاد في الله من أعداد باحثي للدراسة، وقد كشفت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين الاعتقاد في الله، والشعور بالوحدة والاتجاهات المختلة وظيفياً، فضلا عن ذلك وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الاتجاهات المختلة والوحدة النفسية.

وحاولت دراسة رهاني وزملاؤه (Rohany,et,al ,2016) الكشف عن العلاقة بين الاكتئاب والشعور بالوحدة والاتجاهات المختلة. وكان المشاركون في هذه الدراسة (١٥٠) من الفتيات الحوامل غير المتزوجات اللاتي تراوحت أعمارهن من ١٤ إلي ٢٩ عاما واللاتي تم وضعهن في ملاجئ للنساء الحوامل غير المتزوجات في ماليزيا. واستخدمت أربع أدوات البحث وهي: مقياس جامعة كاليفورنيا للوحدة النفسية ومقياس رينولدز الاكتئاب و مقياس بريري Briere للاتجاهات المختلة وأظهرت الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة وكلا من الاكتئاب والاتجاهات المختلة.

### دراسات تناولت الوحدة النفسية في علاقتها بالشفقة بالذات.

من هذه الدراسات ، ما قام بها أكيند (Akin,2010) للكشف عن العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والشفقة بالذات، وقد طبقت الدراسة علي عينة قوامها (٣٩٨) طالبا جامعيًا تركيا منهم ( ١٧٩ ) من الإناث مقابل (٢١٩) من الذكور متوسط أعمارهم (٢٠.٩) سنة، واستخدمت الدراسة مقياس جامعة كاليفورنيا للشعور بالوحدة النفسية ومقياس نيف (Neff) للشفقة بالذات ،وتوصلت الدراسة إلي وجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية وكلا من اللطف بالذات والإنسانية الاجتماعية بوصفهما من أبعاد الشفقة بالذات، بينما ارتبط الشعور بالوحدة النفسية ارتباطا موجبا دالا إحصائيا بكل من العزلة والإفراط في الوحدة والتحكم في الذات بوصفهم إيعادا للشفقة بالذات .

أما دراسة اريم وزملائه (Irem,et,al,2014) كانت بعنوان الشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الوحدة النفسية والقلق والاكتئاب، و تكونت العينة من (٢٢٥) من طالبا جامعيًا، متوسط أعمارهم (٢١.١) سنة ،منهم (١٢٢) من الإناث مقابل (١٠٣) من الذكور، وقد استخدمت الدراسة مقياس جامعة كاليفورنيا للوحدة النفسية، ومقياس سمة وحالة القلق لجرد ومقياس بيك للاكتئاب ومقياس الشفقة بالذات نيف، وكشفت الدراسة عن وجود ارتباطات سالبة دالة إحصائيا بين الشفقة بالذات وكل من الوحدة النفسية والقلق والاكتئاب، في حين توصلت الدراسة إلي وجود علاقات ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين كل من الاكتئاب و القلق والوحدة النفسية ،وكشفت الدراسة عن وجود علاقة بين القلق والوحدة النفسية والاكتئاب تتضاءل بفعل الشفقة بالذات.

وأجري تبيرج وزملاؤه (Tiburg,et,al,2014)دراسة للمقارنة بين عينة من المسنات المطلقات والمتزوجات والأرامل في كل من الوحدة النفسية والشفقة بالذات في مدينة هالاى، بهولندا و تكونت عينة الدراسة من (١٨٠) من المسنات من المطلقات والمتزوجات والأرامل منهم (١١٨) متزوجة و(٩) مطلقات و(٥٣) أرملة تراوحت أعمارهن ما بين (٦٠ إلي ٩٣) عاما، وقد كشفت الدراسة ضمن نتائجها عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالوحدة النفسية لدى المطلقات والأرامل والمتزوجات في اتجاه المطلقات والأرامل، إضافة إلى ذلك فقد كشفت الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالوحدة النفسية بين أفراد عينة الدراسة حسب مستوى الشفقة بالذات في اتجاه منخفضي مستوى الشفقة بالذات.

وحاولت دراسة تايلور ( Taylor,2015 ) الكشف عن العلاقة بين الشفقة بالذات والوحدة النفسية والاجتماعية وتكونت عينة الدراسة من (١٩٨) طالبا جامعيًا من جامعة جنوب

== الشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة ==  
تأون متوسط أعمارهم (٢١.١) سنة منهم (٦٠) من الذكور مقابل (١٣٨) من الإناث، واستخدمت  
للدراسة مقياس جامعة كاليفورنيا للوحدة النفسية ومقياس نيف للشفقة بالذات، وتوصلت الدراسة  
إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الوحدة النفسية والشفقة بالذات،

كما هدفت دراسة كل من أكين وأكين (Akin&Akin,2015) الى الكشف عن دور  
الشفقة بالذات في التنبؤ بالرفاهية النفسية والمشكلات النفسية التي منها الوحدة النفسية، وتكونت  
عينة الدراسة من (١٥٣) طالبة و(١٢٥) طالباً، تراوحت أعمارهم ما بين (١٨ إلى ٣٠) عاماً،  
طبق عليهم مقياس التوافق ومقياس الرفاهية النفسية ومقياس المشكلات الوجدانية والنفسية  
ومقياس الشفقة بالذات، وكشفت الدراسة ضمن نتائجها أن كلا من العزلة والإفراط في الوحدة  
والتحكم في الذات بوصفهم أبعاد للشفقة بالذات تنبئ بشكل جوهري بالشعور بالوحدة النفسية.

كما أجري اننيت وزملاؤه (Annett,et,al,2015) دراسة لمعرفة دور الشفقة بالذات  
في تخفيف أعراض الاكتئاب والوحدة النفسية وزيادة الرفاهية النفسية، وتكونت عينة الدراسة  
من (٢٤٠٤) فرداً ألمانيا أعمارهم تراوحت ما بين (١٤ إلى ٥٢) سنة وقد كشفت الدراسة ضمن  
نتائجها عن وجود فروق في أعراض الوحدة النفسية بين أفراد العينة حسب مستوى الشفقة  
بالذات في اتجاه منخفضي الشفقة بالذات

واستهدفت دراسة كلا هakan (Hakan,Halis,2015) للكشف عن العلاقة بين الشفة  
بالذات والعمو والإحساس بالرفض والعزلة الاجتماعية و تكونت عينة الدراسة من (٤٩٦) طالباً من  
جامعياً من تركيا منهم (٢٥٤) من الإناث مقابل (٢٤٢) من الذكور متوسط أعمارهم (٢١,٣) سنة،  
استخدمت الدراسة مقياس الشفقة بالذات لنيف عام ٢٠٠٣ ومقياس العمو لود وأخرين Wade  
ومقياس الحساسية المفرطة لدوني وفرولدمان، Downey, Feldman عام ١٩٩٦، وقد تبين من  
نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين الإحساس بالعزلة والرفض  
الاجتماعي والشفقة بالذات، إضافة إلى ذلك كشف تحليل الانحدار أن الشفقة بالذات منبئاً عكسياً  
بالإحساس بالعزلة والرفض الاجتماعي.

### تعقيب على الدراسات السابقة

تم استخلاص عدد من المؤشرات من الدراسات السابقة نجلها في التالي:

١- الدراسات التي تناولت علاقة الاتجاهات المختلة بالوحدة النفسية والدراسات التي تناولت العلاقة  
بين الشفقة بالذات والوحدة النفسية، أجريت معظمها علي عينات من طلاب الجامعة ما عدا دراسة  
تبيرج وزملائه (Tiburg,et,al,2014) التي أجريت علي عينة من المطلقات والمترزوجات

٢- وجود تباين ثقافي في أغلب الدراسات المعنية بمشكلة الدراسة الحالية، تنتمي إلى مجتمعات ذات أطر ثقافية مختلفة، والذي يمكن أن يسهم على نحو ما في اختلاف النتائج المتعلقة بفهم المشكلة ونتائجها وبناء على ما سبق استعراضه من دراسات سابقة يتضح أن مشكلة الوحدة النفسية لدى المطلقات، مازالت في حاجة لمزيد من البحث لمعرفة دور المتغيرات النفسية المؤثرة فيها.

٣- أجمعت الدراسات السابقة التي اهتمت بدراسة العلاقة بين الشفقة بالذات والوحدة النفسية على وجود علاقات ارتباطية سالبة دالة إحصائياً، في حين أجمعت الدراسات التي تناولت العلاقة بين الاتجاهات المختلة والوحدة النفسية علي وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً.

٤- لم يستدل من الدراسات السابقة علي أي دراسة تناولت الشفقة بالذات كمتغير معدل في العلاقة بين الاتجاهات المختلة والوحدة النفسية، بخلاف دراستان تناولتا الشفقة بالذات كمتغير معدل وهي دراسة اريم وزملائه (Irem,et,al,2014) بعنوان الشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الوحدة النفسية والقلق والاكتئاب ودراسة ميهير وادمس (Mehr,Adams,2016) التي بحثت عن دور الشفقة بالذات كمتغير معدل في علاقة أعراض الاكتئاب بالكفالية العصابية لدى طلبة الجامعة.

### فروض الدراسة

- ١) توجد علاقة دالة إحصائياً بين الشعور بالوحدة النفسية وكلا من الشفقة بالذات والاتجاهات المختلة لدى المطلقات.
- ٢) توجد علاقة دالة إحصائياً بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلة بعد عزل متغير الشفقة بالذات لدى المطلقات.
- ٣) يمكن التنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية من الشفقة بالذات والاتجاهات المختلة لدى المطلقات.

### ١) منهج الدراسة وإجراءاتها

**منهج الدراسة:** نظراً لطبيعة الدراسة الحالية التي تسعى للكشف عن العلاقات الارتباطية المتبادلة بين متغيرات الدراسة الحالية، فضلاً عن معرفة دور الشفقة بالذات في تعديل العلاقة الارتباطية بين الوحدة النفسية والاتجاهات المختلة استخدمت الدراسة الحالية المنهج الوصفي الارتباطي المقارن.





بنود المقياس، كما حسب الصدق التلازمي للمقياس عن طريق حساب الارتباطات بين مقياس الشفقة بالذات ومقياس نقد الذات أعداد، Blatt, et, al عام ١٩٧٦ بلغ (-٠.٦٥) ومقياس الترابط الاجتماعي لكل من Lee, Robbin بلغ (٠.٤١) وقائمة بيك للاكتئاب فبلغ (-٠.٥١) ومقياس الرضا عن الحياة ل Dinnner, et, al عام ١٩٨٥ بلغ (٠.٤٥)، وحسب معامل ثبات المقياس بطريقة الفا كرنباوخ تراوحت ما بين لكل بعد بين (٠.٦٨ إلى ٠.٨٣) ومن خلال إعادة الاختبار كان معامل الارتباط (٠.٩١)

إضافة إلى ذلك خضع المقياس في صورته العربية لعدة إجراءات لتحقيق من خصائصه السيكومترية فقد استخدم عبد الرحمن وآخرون (٢٠١٣) عدة طرق للتحقق من صدقه وثباته في كل من المجتمع المصري والسعودي، وتمثلت طرق الصدق في الصدق الظاهري والعالمي وتم استخراج عاملين للمقياس إجمالي نسبة تباين (٤٧%) أما طرق الثبات فتم التحقق من ثبات المقياس عن طريق معامل الفا كرنباوخ فبلغ (٠.٧٩) وعن طريق التجزئة النصفية للمقياس ككل فبلغ (٠.٨٦) وأعادته ثبات المقياس بلغ (٠.٦١).

#### الخصائص السيكومترية للمقياس بالدراسة الحالية:

الصدق: باستخدام (١) صدق المجموعات المضادة: حيث تم المقارنة بين مجموعتين متعارضتين، تمثل المجموعة الأولى أقل من ٢٥% (الربيع الأدنى) من أفراد العينة السيكومترية علي المقياس في حين تمثل المجموعة الثانية أعلى ٢٥% (الربيع الأعلى)، بهدف اختبار قدرة القدرة المقياس علي التمييز بين المنخفضين والمرتفعين وقد أشارت نتائج هذه الإجراءات إلى وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين المضادتين علي أبعاد المقياس ما يعد مؤشرا لصدق المقياس

(٢) كما حسب الصدق التلازمي للمقياس من خلال حساب معامل ارتباط بين الدرجة الكلية علي مقياس الحالي والدرجة الكلية لمقياس الشفقة بالذات الصورة المختصرة من أعداد Neff, et, al في عام ٢٠١١ تعريب المنشاوي (٢٠١٦) إذ بلغ معامل الارتباط بين المقياسين (٠.٦٦) مما يمثل مؤشرا لصدق المقياس .

الثبات: عن مؤشرات الثبات، فقد تراوحت معاملات الثبات بطريقة الفا كرنباوخ ما بين (٠.٧٠ : ٠.٧٣) للأبعاد المقياس و(٠.٧٢) للدرجة الكلية للمقياس وتراوحت معاملات الثبات بطريقة القسمة النصفية للأبعاد المقياس بين (٠.٧٦ إلى ٠.٨٢) والدرجة الكلية (٠.٩٢) وأخيرا بلغ معامل الثبات ما بين (٠.٦٥) عن طريق إعادة التطبيق على (٣٠) سيدة مطلقة من العينة

== أشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة ==  
السيكومترية بعد مرور ١٧ يوما من التطبيق الأول بما يشير إلى تمتع المقياس بدرجات ثبات  
مقبولة بما يسنح بإمكانية الاعتماد عليه بالدراسة الحالية

المقياس المختصر للوحدة الاجتماعية والنفسية للراشدين SELSA-S: تم تعريب الصورة  
المختصرة لمقياس الوحدة الاجتماعية والنفسية للراشدين الصورة التي أعدها DiTommaso et  
(al) عام ٢٠٠٤ بالدراسة الحالية والتي تتكون من (١٥) بندا تغطي ثلاثة أبعاد، هي: بعد الوحدة  
الأسرية يتكون من (٥) بنود أرقامها (١، ٤، ٧، ١٠، ١٣) و بعد الوحدة العاطفية ويتكون من (٥)  
بنود أرقامها (٢، ٥، ١١، ١٤، ١٥). وبعد الوحدة الاجتماعية يتكون من (٥) بنود وأرقامها (٣،  
٦، ٨، ٩، ١٢). وتم وضع بدائل للإجابة تراوحت من (١ إلى ٧) درجة وهي لا أوافق أبدا  
وتحصل علي درجة واحدة لا أوافق بدرجة كبير وتحصل على (درجتين) لا أوافق بدرجة بسيطة  
وتحصل على (ثلاث) درجات و محايد وتحصل على أربع درجات وموافق بدرجة بسيطة  
وتحصل على (خمس) درجات وموافق بدرجة كبيرة وتحصل على (ست) درجات وموافق بشدة  
وتحصل على سبع درجات وعلى ذلك يبلغ الحد الأقصى للدرجة على بعد الوحدة الأسرية  
الفرعي (٧ X٥) والحد الأقصى للدرجة على بعد الوحدة العاطفية (٧ X٥) والحد الأقصى للدرجة  
على بعد الوحدة الاجتماعية الفرعي (٧ X٥) وطبقا لنظام توزيع الدرجة على مقياس التدرج  
تصبح الدرجة المرتفعة على المقياس اشارة الي ازدياد الشعور بالوحدة النفسية والاجتماعية

وبصفة عامة فقد تمتعت الصورة المختصرة للمقياس في صورتها الأجنبية بخصائص  
سيكومترية جيدة من حيث صدق وثبات من خلال عينة من (٤٠٠) فردا من الراشدين البولنديين  
فقد بلغت معاملات ألفا (٠.٨٨) للمقياس الوحدة في الأسرة و (٠.٩٥) لمقياس الوحدة العاطفية و  
( ٠.٨٨ ) لمقياس الوحدة الاجتماعية من جهة أخرى أعطت المقاييس الفرعية للصورة المختصرة  
عند دراسة ارتباطها بالمحكات المعتمدة ارتباطات عالية مع المقاييس الفرعية مع مقياس جامعة  
كاليفورنيا للوحدة النفسية ومقياس الوحدة (Katarzyna ,Tmmas,2014).

كما أخضع المقياس لدراسة متأنية ومر بمراحل وخطوات عديدة حتى إخراجها بشكله النهائي،  
وقد تمثلت في: إعداد ترجمة أولية للمقياس ، ثم إخضاع ترجمة المقياس للتحكيم من خلال عرضه  
على عدد (٢) من أعضاء التدريس المصريين بقسم اللغة الإنجليزية بكلية اللغات والترجمة بجامعة  
الأمام محمد بن سعود الإسلامية، وذلك للتأكد من دقة الترجمة فضلا عن إجراء ترجمة عكسية  
لبنود المقياس Back Translation (من العربية إلى الانجليزية)، ومقابلة هذه الترجمة بالأصل  
الانجليزي ، ثم عرض المقياسين على ( ٨ ) من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس بجامعة

د / عبد المرید عبد الجابر محمد & د/ السعيد عبد الخالق عبد المعطي

الأمام محمد بن سعود وجامعتي طنطا وحلوان للتأكد من وضوح البنود ومدى مناسبتها للغرض الذي أعدت من أجله ومدى ملائمة البنود للأبعاد.

الخصائص السيكومترية للمقياس بالدراسة الحالية:

طبق المقياس علي عينة سيكومترية من المطلقات بلغ عددهن (٥٠) سيدة، لتحقق من صدق وثبات المقياس، الصدق: حيث استخدم (١) صدق المحكمين حيث تم حساب نسبة الاتفاق بين المحكمين حيث تبين اتفاق تقديرات المحكمين لتصنيف البنود على الأبعاد المختلفة بنسب تتراوح بين (٨٠% إلي ٩٧%) من الملاحظ أن معظم البنود المنفق عليها المحكمين بنسبة ٩٥% الي ٩٧% وهذا مؤشر علي مدي تمثيل هذه البنود في كل المقياس للهدف المطلوب قياسه. (٢) صدق المقارنة الطرفية: حيث تم المقارنة بين مجموعتين متعارضتين، تمثل المجموعة الأولى أقل من ٢٥% (الربيع الأدنى) من أفراد العينة السيكومترية علي المقياس في حين تمثل المجموعة الثانية أعلى ٢٥% (الربيع الأعلى)، بهدف اختبار قدرة القدرة المقياس علي التمييز بين المنخفضين والمرفعين وتبين وجود فروق دالة إحصائية مما يعد مؤشرا لصدق المقياس . (٣) كما حسب الصدق التلازمي للمقياس من خلال حساب معامل ارتباط بين الدرجة الكلية علي مقياس الحالي والدرجة الكلية لنسخة المعربة من مقياس رسل للوحدة النفسية (١٩٩٦) تحريز السوق (٠.٦٤٠) مما يمثل مؤشرا لصدق المقياس .

الثبات: أما عن مؤشرات الثبات، فقد تراوحت معاملات الثبات بطريقة الفا كرونباخ ما بين ( ٠.٨٠ إلي ٠.٨٧ ) للأبعاد المقياس و(٠.٨٠ ) للدرجة الكلية للمقياس وتراوحت معاملات الثبات بطريقة القسمة النصفية للأبعاد المقياس ما بين ( ٠.٧٦ إلي ٠.٨٢ ) والدرجة الكلية ( ٠.٩٠ ) وأخيرا بلغ معامل الثبات (٠.٦٣) عن طريق إعادة التطبيق على (٣٠) سيدة مطلقة من العينة السيكومترية بعد مرور (١٧) يوما من التطبيق الأول ما يشير إلى تمتع المقياس بدرجات ثبات مقبولة بما يسنح بإمكانية الاعتماد عليه بالدراسة الحالية.

مقياس الاتجاهات المختلفة أعداد بيك وزملاؤه (Beck, et, al) عام ١٩٧٩ (تعريب الباحثان ) وقد سبق أن ترجم هذا المقياس إلي خمسة لغات ، ويتكون في صورته الأجنبية من (٤٠) بنداً تدور كلها علي مجموعة من الافتراضات الخاطئة والتي تتمثل في النقد الذاتي و الاتجاهات الدونية، نحو الذات والشعور بالذنب والضالة والاعتمادية ومشاعر العجز والضعف، والخوف من أن يتم نبذه من الآخرين فضلا عن تعميم الفشل وإبتغاء الكمال. وتم وضع بدائل للإجابة تراوحت من (٧ إلي ٧) وهي غير موافق علي الإطلاق وتحصل علي درجة واحدة لا أوافق بشدة وتحصل المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٠٠ المجلد الثامن والعشرون - يولية ٢٠١٨ (٤٤٥).

## == أنشقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة ==

علي درجتين لا أوافق بدرجة قليلة وتحصل علي ثلاث درجات و محايد وتحصل علي أربع درجات أوافق قليلا وتحصل علي خمس درجات أوافق كثيرا وتحصل علي ست درجات أوافق بشدة وتحصل علي سبع درجات وتصحح البنود أرقام ( ٢، ٦، ١٢، ١٧، ٢٤، ٢٩، ٣٠، ٣٥، ٣٧، ٤٠) بشكل عكسي، وتشير مستويات عالية من الاتجاهات المختلة أعلى درجة ممكنة ٢٨٠ (٤٠ × ٧ وحدات)، في حين أن أدنى درجة ممكنة هي ٤٠ (١ × ٤٠ وحدة) ويتمتع هذه المقياس في صورته الأصلية بخصائص سيكومترية، وأجريت عدة من عمليات حساب وصدق لهذا المقياس منذ تصميمه فمثلا حسب بيك وزملاؤه Beck, et, al عام ١٩٧٩ الثبات وصدق المقياس علي عينة (٢٧٥) من طلاب الجامعة من الجنسين وحيث حساب الاستقرار ، عن طريق إعادة الاختبار بفواصل زمني مدته (٨)أسابيع، وبلغت قيمته (٠.٧١)، وحسب معامل ثبات (ألفا لكرونباخ) (٠.٩٠). وحسب الصدق التلازمي للمقياس مع مقياس بيك للاكتئاب وبلغ=٠,٦٣ كما تم حساب الصدق العاملي للمقياس استخلص بيك وزملاؤه أربعة عوامل لهذا المقياس(Beck,1978.)

وخضع المقياس في صورته الأجنبية لعدد من دراسات التقنين فمثلا دراسة ( David Isabel and Mongrain

1990) انتهت إلي توفر ثبات وصدق جيد للمقياس فقد بلغت قيمة ثبات ألفا للمقياس(٠.٩٢) وثبات إعادة التطبيق بعد مرور أسبوعين(٠.٨٢) و استخلصت الدراسة عاملين للمقياس هما الاعتمادية والنقد الذاتي كما حسب الاتساق الداخلي للأبعاد المقياس فقد ارتبطت بعد النقد الذاتي بالدرجة الكلية للمقياس(٠,٨٩) في حين بلغت قيمة الارتباط بين بعد الاعتمادية والدرجة الكلية للمقياس(٠,٧٩) وكشفت نتائج دراسة(Timr,Helen,Goldene, 2006) علي عينة إيرانية من تمتع المقياس بصدق وثبات جيد فقد بلغت قيمة معامل ألفا(٠,٩٠) وقيمة ثبات إعادة التطبيق بعد مرور أسبوعين (٠,٩٢)

### الخصائص السيكومترية للمقياس بالدراسة الحالية:

طبق المقياس علي عينة سيكومترية من المطلقات بلغ عددهن(٥٠) سيدة، لتحقق من صدق وثبات المقياس، الصدق(١) حيث استخدم صدق المحكمين عن فحص بنود الصورة المعربة للمقياس والتقدير الكيفي لمدي تمثيلها للمجال محل الاهتمام ثم حساب نسبة اتفاق تقديرات المحكمين، وأشارت نتائج هذه الإجراءات إلي اتفاق تقديرات المحكمين علي بنود المقياس بنسبة لا تقل عن (٨٠%) وهذا مؤشر على مدى تمثيل هذه البنود في كل المقياس للهدف المطلوب قياسه (٢) صدق المقارنة الطرفية: حيث تم المقارنة بين مجموعتين متعارضتين، تمثل المجموعة الأولى أقل من ٢٥% (الربع الأدنى) من أفراد العينة السيكومترية علي المقياس في حين تمثل

د / عبد المرید عبد الجابر محمد & د/ السعيد عبد الخالق عبد المعطي

المجموعة الثانية أعلي ٢٥% (الربيع الأعلى)، بهدف اختبار قدرة القدرة المقياس علي التمييز بين المنخفضين والمرتفعين وتبين وجود فروق دالة إحصائياً ما يعد مؤشراً لصدق المقياس (٣) كما حسب الصدق التلازمي للمقياس الحالي ومقياس الاتجاهات المختلة من أعداد باظة (٢٠٠١) من خلال حساب معامل ارتباط بين الدرجة الكلية علي مقياس الحالي والدرجة الكلية لمقياس الاتجاهات المختلة وظيفياً من أعداد أمال باظة (٢٠٠١) حيث بلغ معامل الارتباط (٠.٧٥)، يمثل مؤشراً لصدق المقياس .

الثبات: أما عن ثبات المقياس، فقد بلغ معامل الثبات بطريقة الفا كرونباخ (٠.٨٠) للمقياس ككل كما بلغ معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية (٠.٧١) وأخيراً بلغ معامل الثبات عن طريق إعادة التطبيق على (٣٠) سيدة مطلقة من العينة السيكومترية بعد مرور (١٧) يوماً من التطبيق الأول (٠.٦٦) ما يشير إلي تمتع المقياس بدرجات ثبات مقبولة مما يسمح بإمكانية الاعتماد عليه بالدراسة الحالية.

**ثالثاً- المعالجة الإحصائية للبيانات:** المعالجة الإحصائية للبيانات: تم استخدام النسب المئوية والتكرارات ، و المتوسطات والانحرافات المعيارية ، اختبار (ت) ، معامل ارتباط بيرسون وتحليل التباين الثنائي والارتباط الجزئي ، وتحليل الانحدار الهرمي.

**رابعاً- نتائج الدراسة :** سنعرض النتائج التي توصلت إليها الدراسة وفقاً لترتيب الفروض

**نتائج الفرض الأول:** " توجد علاقة دالة احصائياً بين الشعور بالوحدة النفسية وكلا من الشفقة بالذات والاتجاهات المختلة لدى المطلقات " للتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الوحدة النفسية والاتجاهات المختلة والشفقة بالذات، وكانت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (٢) معاملات ارتباط بيرسون بين درجات الوحدة النفسية والاتجاهات المختلة والشفقة بالذات

الانجازات المختلة	الشفقة بالذات					الانسوية المشتركة	اللتلف بالذات	متغيرات الوحدة النفسية
	الدرجة الكلية	الارباط في التوحد	العزلة	الحكم على الذات	الوقظة العقلية			
٠.٦١	٠.٣٣	٠.١٠	٠.١٢	٠.٣٢	٠.٠٢	٠.٠٣	٠.١٢	الوحدة الانسوية
٠.١٣	٠.٣٠	٠.٦٤	٠.٠٧	٠.١٨	٠.٠٨	٠.١١	٠.٠٢	الوحدة المعطفية
٠.١٨	٠.٣٠	٠.٢٤	٠.٣٢	٠.١٣	٠.٠٨	٠.٣٢	-	الوحدة الاجتماعيه
٠.٢٤	٠.٣٦	٠.٢٨	٠.٢٥	٠.٠٧	٠.٠٧	٠.٢٣	٠.١٨	الدرجة الكلية

لدى المطلقات (ن=١٠٠) \* \* دالة ٠.٠٠١ ، \* دالة ٠.٠٥

المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٠٠ المجلد الثامن والعشرون - يولية ٢٠١٨ (٤٤٧)

## == الشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة ==

يتضح من نتائج الجدول ( ٢ ) ما يلي :

- وجود علاقة ايجابية دالة احصائياً بين الاتجاهات المختلة وكل من الوحدة الأسرية ( كأحد أبعاد الوحدة النفسية ) والدرجة الكلية للوحدة النفسية حيث بلغت معاملات الارتباط على الترتيب ( ٠.٦١ إلى ٠.٢٤ ) وهي قيم دالة عند مستويي ( ٠.٠٠١ ، ٠.٠٥ ) على الترتيب .

- وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين الوحدة الأسرية ( كأحد أبعاد الوحدة النفسية ) وكل من الحكم على الذات ( كأحد أبعاد الشفقة بالذات ) ، والدرجة الكلية للشفقة بالذات حيث بلغت معاملات الارتباط على الترتيب ( -٠.٣٢ ، -٠.٣٣ ) وهي قيم دالة عند مستوي ( ٠.٠٠١ ) .

- وجود علاقة ايجابية دالة إحصائياً بين الوحدة العاطفية ( كأحد أبعاد الوحدة النفسية ) و العزلة ( كأحد أبعاد الشفقة بالذات ) حيث بلغت قيمة معامل الارتباط ( ٠.٦٤ ) وهي قيمة دالة عند مستوي ( ٠.٠٠١ ) .

- وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين الوحدة العاطفية ( كأحد أبعاد الوحدة النفسية ) و الدرجة الكلية للشفقة بالذات حيث بلغت قيمة معامل الارتباط ( -٠.٣٠ ) وهي قيمة دالة عند مستوي ( ٠.٠٠١ ) .

- وجود علاقة سلبية دالة احصائياً بين الدرجة الكلية للوحدة النفسية و كل من الانسانية المشتركة، والدرجة الكلية للشفقة بالذات حيث بلغت قيم معاملات الارتباط ( -٠.٢٣ ، -٠.٣٦ ) على الترتيب وهي قيم دالة عند مستوي ( ٠.٠٠١ ) . - وجود علاقة ايجابية دالة احصائياً بين بين الدرجة الكلية للوحدة النفسية و كل من العزلة، والافراط في التوحد ( كأبعاد للشفقة بالذات ) حيث بلغت قيم معاملات الارتباط ( ٠.٢٥ ، ٠.٢٨ )

### نتائج الفرض الثاني:

توجد علاقة دالة احصائياً بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلة بعد عزل متغير الشفقة بالذات لدى المطلقات\* للتحقق من هذا الفرض الثالث قام الباحثان بحساب معامل الارتباط الجزئي وكانت النتائج كما يوضحها الجدول (٣)

جدول ( ٣ ) معامل الارتباط الجزئي للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلة بعد عزل متغير الشفقة بالذات ( ن = ١٠٠ )

المتغير المعزول تأثيره	المتغيرات	بالوحدة النفسية	دلالة الارتباط الجزئي
الشفقة بالذات	الاتجاهات المختلة	٠.١٣	٠.١٠ غير دالة

بالنظر إلى الجدول (٣) يتضح عدم وجود علاقة بين الاتجاهات المختلة والوحدة النفسية عند العزل الإحصائي لمتغير الشفقة بالذات حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (٠.١٣) وهي

قيمة غير دالة احصائياً عند أي من مستويات الدلالة الاحصائية، وبمقارنة هذه النتيجة بنتيجة الفرض الأول الواردة في الجدول (٢) يتضح الاختلاف الكبير في قيمة معامل الارتباط قبل عزل متغير الشفقة بالذات (٠.٢٤) عنها بعد عزل المتغير وبذلك يتحقق الفرض.

نتائج الفرض الثالث: " يمكن التنبؤ بالشعور بالوحدة النفسية من الشفقة بالذات والاتجاهات المختلفة لدى المطلقات" للتحقق من هذا الفرض تم استخدام تحليل الإنحدار الهرمي لإدخال المتغير المستقل (الاتجاهات المختلفة) في الخطوة الأولى في معادلة الانحدار ( Hierarchical MR ) ثم في الخطوة الثانية تم إدخال المتغير المعدل (الشفقة بالذات) وفي الخطوة الثالثة أدخل التفاعل بين المتغير المستقل (الاتجاهات المختلفة) والمتغير المعدل وهو الشفقة بالذات (الاتجاهات الوظيفية X الشفقة بالذات) وكانت النتائج موضحة بالجدول (٤)

الجدول (٤) نتائج تحليل الانحدار الهرمي لقدرة متغير الشفقة بالذات في تعديل العلاقة بين

#### الاتجاهات المختلفة والوحدة النفسية

المقدرات	الدرجة	الارتباط المتعدد (R <sup>2</sup> )	مربع الارتباط المعدل Adjusted R <sup>2</sup> Square	F	T	القيمة	دلالة قيمة ت
المتغير المستقل للاتجاهات المختلفة (الدرجة الكلية)	١	٠.٢٤	٠.٠٦٢	٠.٥٢	٦.٤	٠.٠١٣	٠.٠٠٠
الشعور المعدل بالشفقة بالذات (الدرجة الكلية)	٢	٠.٣٦	٠.١٣	٠.١٢	١٥.٤	٠.٠٠٠	٠.٠٠٠
التفاعل بين الشفقة بالذات والاتجاهات المختلفة	٣	٠.٣٨	٠.١٥	٠.١٣	٨.٦	٠.٠٠٠	٠.٠٠٢

تشير النتائج بالجدول (٤) إلى:

- أن المتغير المستقل (الاتجاهات المختلفة) قد فسر ما نسبته (٦%) من التغيير في الوحدة النفسية وهذا يعني أن للاتجاهات المختلفة علاقة ارتباطية موجبة مع الوحدة النفسية حيث إن (Beta=0.24, T=7.1, Sig=0.00).
- وفي الخطوة الثانية تشير النتائج الى أن الشفقة بالذات قد فسرت ما نسبته (١٣%) من التباين في متغير الوحدة النفسية وقد كانت العلاقة بين الشفقة بالذات والوحدة النفسية علاقة سلبية- حيث أن (Beta=-0.47, T=3.9, Sig=0.000).
- تبين من نتائج الخطوة الثالثة أن التفاعل بين المتغير المستقل والمعدل (الاتجاهات الوظيفية X الشفقة بالذات) أن معامل التحديد زاد نسبة (٩%) وكان التفاعل بين المتغير المستقل والمعدل دالا إحصائيا عند مستوى دلالة (٠.٠٠٢) حيث يوضح الجدول



== الشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة ==  
أن (Beta=0,32-,T=3.1Sig=0,002) وهذا يدل على أن الشفقة بالذات تعمل  
كمتغير معدل في العلاقة بين الاتجاهات المختلة والوحدة النفسية.

### سادسا- مناقشة النتائج

سيتم مناقشة وتفسير نتائج الدراسة الحالية وفقا لمستويين: المستوى الأول يتضمن مناقشة  
تصيلية لنتائج الدراسة، نوضح من خلالها مدى تحقق فروض الدراسة وعنايتها بالمتغيرات  
المرتبطة بالوحدة النفسية لدي المطلقات ودور الشفقة بالذات والاتجاهات المختلة في هذا الأمر  
وذلك بما يخدم الرد على الأسئلة المطروحة بالدراسة الراهنة من ناحية، وبيان مدى اتفاق أو  
اختلاف نتائجها مع الدراسات السابقة والتصورات النظرية، في حين يهتم المستوى الثاني بتقديم  
مناقشة عامة للنتائج، ونختم بتوصيات وأهم ما تثيره الدراسة من أفكار لدراسات مقترحة تحتاج  
إلى مزيد من البحث والدراسة على النحو التالي :

### أولا المستوى الأول:

في ضوء المشكلات الأساسية التي طرحتها الدراسة الحالية والفروض المقترحة للإجابة عنها سيتم  
مناقشة النتائج على النحو التالي:

١- مناقشة وجود علاقات ارتباطية دالة بين كل من الاتجاهات المختلة، والشفقة بالذات،  
والوحدة النفسية لدى المطلقات

حققت نتائج الدراسة الحالية اتساقا واضحا مع نتائج الدراسات السابقة، إذ وجدت بشكل عام  
ارتباطات دالة موجبة بين الاتجاهات المختلة و الوحدة النفسية ( الدرجة الكلية وبعد الوحدة  
الاسرية)، وجود ارتباطات سالبة و دالة بين الوحدة النفسية( الوحدة الاجتماعية، والدرجة الكلية)  
و الأبعاد الإيجابية للشفقة بالذات( اللطف بالذات ، والإنسانية المشتركة) ومن مجمل هذه النتائج  
يتضح أن زيادة مستوى الاتجاهات المختلة يصاحبها زيادة في الوحدة النفسية لدي المطلقات وقد  
اتفقت مع هذه النتيجة عدة نتائج لدراسات تناولت العلاقة بين الاتجاهات المختلة والوحدة  
النفسية لدي عينات من طلبة الجامعات والأطفال والمرضى النفسيين من هذه الدراسات نذكر

دراسات(Young,et,al,2005,Jeffrey,Rupert,1986,

Huffziger,Liebsch,2009,Duy,Hamamci,2007,

,Juhari, Yaacob, Abu Talib, and Uba,2012,Rohany,et,al,2016,Ali,,et,al,2016,

(Gonzlez,2017,Akynus,Gencoz,2017, معوض وسيد1٩٩٧ )

إضافة إلى ذلك جاءت هذه النتيجة منطقية وتفسر على أساس أن المطلقة التي لديها مستوى مرتفع من الاتجاهات المختلة تلجأ إلى تحريف التفكير عن الذات والعالم مما يؤدي إلى تكوين تصور سلبي عن ذاتها وعن الآخرين، وتفقد مهارات التأقلم مع الآخرين وبالتالي تبتعد وتت عزل عن الآخرين.

كما نعرزو هذه النتيجة إلى تصور كل من Heinrich , Gullone, 2006; Murphy & (Kupshik, 1992) بأن ما يفكر فيه الفرد عن نفسه يمكن أن يؤثر على قدرته في تكوين علاقات مرضية مع الآخرين، لأن ما يعتقد يحد إطارا مرجعيا لتفسير سلوك الآخرين، ففي حالة وجود مستوى مرتفع من الاتجاهات المختلة لدى الفرد عن ذاته وعن الآخرين يصعب السيطرة عليها مما يؤدي إلى تنني احترامه لذاته والاعتقاد بأنه الأقل شأنًا وأنه كشخص لا قيمة له وأنه غير محبوب وغير كفؤ اجتماعيا بما يعيق قدرته على الدخول في علاقات اجتماعية ثابتة ومستقرة مع الآخرين.

وتتفق هذه النتيجة مع تصور جاردنر وآخرون Gardner,et,al عام ٢٠٠٠ الذي أرجع الإخفاق في إقامة علاقات اجتماعية جيدة إلى عملية التحيز في معالجة المعرفية للمنبهات الاجتماعية وهذا التحيز ينطلق من التمرکز علي الذات والنظرة السلبية لها وللآخرين وأن زيادة هذا التحيز واستمراره يؤدي إلى مزيد من التعقيدات التي تؤثر سلبا علي أي علاقات اجتماعية مما يتولد الشعور بالوحدة النفسية (Thambo,Pradeep,2016)

من جهة ثانية، يرى جونز وزملاؤه Jones عام ١٩٨٢ أن الاتجاهات المختلة تعد استراتيجيات سلبية لتقييم الذات وللآخرين وهذه الاستراتيجيات تعوق مهارات التواصل الاجتماعي مما ينعكس سلبا علي العلاقات الاجتماعية مما يجعل الفرد أكثر ميلا للعزلة (Jeffrey,1985).

إضافة إلى ذلك يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء النموذج المعرفي للاكتئاب لبنيك وزملاؤه عام ١٩٧٢ و١٩٧٩ ففي أثناء تفسيره للاكتئاب استند إلى ما يعرف بالاختلالات المعرفية مثل نمطيه الروية السلبية للذات ولبيئة وللمستقبل واعتبار الذات بلا قيمة وتوقع بعدم المرغوبية الاجتماعية والشعور بالنقص، قد وجد أن تزايد هذه الاختلالات المعرفية يجعل الفرد أكثر عرضه للضغوط الحياتية ونواتجها السلبية مثل الاضطرابات النفسية والتي من بينها الوحدة النفسية (Jeffrey,et al, 2009).

أما عن تفسير وجود علاقة ارتباطية دالة وموجبة بين الأبعاد السلبية للشفقة بالذات(الحكم المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٠٠ المجلد الثامن والعشرون- يولية ٢٠١٨) (٤٥١)

== الشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة ==  
علي الذات والعزلة والافراط في التوحد) و الوحدة النفسية، جاءت هذه النتيجة منطقية إذا أنه من المتوقع أن ترتبط هذه الابعاد السلبية للشفقة بالذات والتي تعنى التمرکز حول الذات والقسوة عليها في المحن بالوحدة النفسية ، وهذا ما أكدته نتائج دراسات (Akin,2010, Van Dam, Taylor,2015, Sheppard, Forsyth, and Earleywine,2011) التي انتهت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الأبعاد السلبية للشفقة بالذات(الحكم علي الذات ، والعزلة و الافراط في التوحد) وكل من القلق والاكتئاب والوحدة النفسية فضلا عن وجود ارتباطات موجبة ودالة بين تلك الابعاد السلبية للشفقة بالذات والاحكام التفكائية والتشوهات المعرفية.

وفيما يتعلق بتفسير وجود ارتباطات سالبة و دالة بين الوحدة النفسية (الوحدة الاجتماعية، والدرجة الكلية) و الابعاد الإيجابية للشفقة بالذات (اللطيف بالذات ، والإنسانية المشتركة) ، تعني هذه النتيجة أن الأفراد المشفقين على أنفسهم هم الأقل شعورا بالوحدة النفسية مقارنة بالأفراد من غير المشفقين على أنفسهم لأن المشفقين على أنفسهم لديهم إيجابية تمكنهم من أن يؤسوسوا بسهولة علاقات مع الآخرين وأن يحافظوا على تلك العلاقات وأن يشعروا بالارتياح عند تفاعلاتهم الاجتماعية أما الافراد غير المشفقين علي أنفسهم يكون سلبين تجاه انفسهم واتجاه الآخرين وتتقصم المهارات الاجتماعية اللازمة لتأسيس العلاقات الاجتماعية الجيدة، مما يؤدي إلى شعورهم بالوحدة النفسية.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج

دراسات (Akin,2010, Cheng,Furnham,2002,Neff,2003,a,Neff,et,al,2007, , Werner,et,al,2012,Irem,et,al,2014,Tiburg,et,al,2014,Akin,Akin,2015,Taylor, (2015,Noel,2017

من جهة ثانية ،تدعم هذه النتيجة ما توصلت اليه دراسة(Neff,Beretvas,2012) إلى أن الشفقة بالذات منبىء قوي للعلاقات الإيجابية، ودراسة (Akin,Eroglu,2013) التي كشفت عن أن المشفقين على أنفسهم يتمتعون بقدر أكبر من التماسك مع الآخرين لذا فهم أقل شعورا بالوحدة النفسية.

ويدعم هذه النتيجة أيضا تصور كرسئين نيف Neff عن أحد مكونات الشفقة وهي الإنسانية المشتركة والتي يعنى بها رؤية الفرد لخبراته الخاصة كجزء من الخبرة الإنسانية العامة بدلا من انعزالها وابتعادها عن الآخرين(منصور، ٢٠١٦).

كما تؤكد هذه النتيجة ما توصلت إليه دراسة (Neff,et,al,2005) إلى أن الشفقة بالذات تعزز

د / عبد المرید عبد الجابر محمد & د/ السعيد عبد الخالق عبد المعطي

التفاعل الاجتماعي من خلال ارتباطها الإيجابي بالذكاء العاطفي وهذا الارتباط يساهم في التنظيم العاطفي الفعال واستراتيجيات التأقلم العاطفية وقبول الآخرين والتماسك معهم، وما انتهت إليه دراسة (Neff, Pommier, 2012) إلى أن الشفقة بالذات ترتبط إيجابيا بالعمو عن الآخرين مما يعزز الترابط الاجتماعي الجيد فالمشفقين علي أنفسهم قادرين علي حل النزاعات مع الآخرين والتعاطف معهم.

## ٢- قدرة الشفقة بالذات في تعديل العلاقة بين الاتجاهات المختلة والوحدة النفسية

تبين نتائج الدراسة الحالية أن الشفقة بالذات قد عدلت العلاقة بين الاتجاهات المختلة والوحدة النفسية وهذا يعني أن المستوى المرتفع من الشفقة بالذات يصاحبه انخفاض في مستوى الوحدة النفسية والاتجاهات المختلة، وبعبارة أخرى المطلقات ذوات درجات منخفضة في الشفقة علي أنفسهم أظهرن درجات مرتفعة في الاتجاهات المختلة، وهو ما ارتبط لديهن بدرجات مرتفعة من الوحدة النفسية، أما المطلقات ذوات المستوى العالي من الشفقة علي أنفسهم فقد أظهرن درجات منخفضة في الاتجاهات المختلة وهو ما ارتبط لديهن بدرجات منخفضة من الوحدة النفسية وجاءت هذه النتيجة متسقة مع نتائج الفرض الأول .

وتتسق هذه النتيجة مع عدة دراسات سابقة تناولت الشفقة بالذات بوصفها متغيرا معدلا له تأثير فعال في تعديل العلاقات الارتباطية بين المتغيرات النفسية ، فمثلا انتهت دراسة (Abu Ghai, 2015) الي تأكيد قدرة الشفقة بالذات في تعديل العلاقة بين المعاناة النفسية والسعادة، وكشفت ودراسة (Mak, chio, and Yib, Law, 2017) عن دور الشفقة بالذات في تعديل العلاقة بين الإرهاق الذهني والضغط المهني لدي الأطباء في هونج كونج وتوصلت دراسة (Keg, Liew, 2017) إلى قدرة الشفقة بالذات في تعديل العلاقة بين احادية الرؤية والمشكلات النفسية.

ومن جهة أخرى، تدعم هذه النتيجة ما كشفت عنه دراسة (Rendon, 2007) أن الشفقة بالذات مؤشر دال علي التوافق النفسي والاجتماعي ،وما توصلت إليه دراسة (Pauley, Mcpherson, 2010) إلى أن الشفقة بالذات ترتبط بشكل إيجابي مع السمات الإيجابية مثل الانبساط والمقبولية الاجتماعية التي تساعد الفرد في زيادة قدرته علي التصالح مع الذات والترابط الاجتماعي وإخضاع حاجاته الشخصية إلى حاجات الجماعة وقبول معايير الجماعة

== الشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة ==  
والتوافق وأيضا كشفت دراسة نيف (Neff,b,2003) عن وجود ارتباط سلبى بين الشفقة بالذات  
وكل من الاختلالات المعرفية والقلق والاكتئاب والكمالية العصابية ونقد الذات

ونرجع تأثير الشفقة بالذات المعدل للعلاقة بين الاتجاهات المختلة والوحدة النفسية إلى ما أشار  
إليه نيف (Neff) عام ٢٠٠٣ أن الشفقة بالذات مفهوم إيجابي يرفع إمكانية قيام الشخص عندما  
يواجه بمشكلة ببنى استراتيجية توافق غير تجنبية مثل أن يعيد صياغة المشكلة بطريقة إيجابية أو  
يتبنى استراتيجية من استراتيجيات حل المشكلات وأن مثل هذه الطرق للتوافق ربما تقلل من  
الشعور بالوحدة من تبنى اتجاهات سلبية(علوان، ٢٠١٦).

### المستوى الثاني :: مناقشة عامة

أمكن لنتائج الدراسة الحالية الإيجابية عن تساؤلاتها الأساسية، قد توصلت إلى وجود تأثير ملحوظ  
لكل من الاتجاهات المختلة والشفقة بالذات والمستوى التعليمي على الشعور بالوحدة الاجتماعية  
والعاطفية والأسرية لدى المطلقات وقد انقسم المتغيرين الأساسيين للدراسة الحالية وفقا لطبيعتهما  
إلى نمطين ، أحدهما متغير نفسي سلبى يزيد من الوحدة النفسية بأشكها المتنوعة في حالة  
ارتفاعه، مثل الاتجاهات المختلة.

وأما المتغير النفسى الإيجابي وهى الشفقة بالذات والتي تقلل من نواتج الأحداث الضاغطة في  
حالة ارتفاعها ولذا فالشفقة بالذات تضعف من مستوى الشعور بالوحدة النفسية  
وننتائج الدراسة الحالية تتفق دلالاتها في مجموعها مع ما توصلت إليه نتائج الدراسات السابقة  
التي تناولت الوحدة النفسية في علاقتها بالشفقة بالذات من ناحية أخرى ، و الدراسات التي تناولت  
الوحدة النفسية في علاقتها بالاتجاهات المختلة. ونستخلص من هذه الدراسات، أن هناك شبه  
إجماع على أن الاتجاهات المختلة دورا في زيادة مستوى الوحدة النفسية، في المقابل للشفقة  
بالذات تحد من تزايد مستوى الوحدة النفسية بل أن الشفقة بالذات تعدل من قوة وشكل العلاقة بين  
الوحدة النفسية والاتجاهات المختلة.

ونحن بصدد هذه المناقشة العامة لنتائج الدراسة الحالية يجب أن نشير إلى أن الطلاق يعد أحد  
أزمات الروابط الاجتماعية للمرأة الذى قد يسبب لها صعوبات عديدة في الاندماج داخل المجتمع  
أو إلى هزات نفسية حادة تنعكس على حياتها (Greenberg,2008) .

كما أن العوامل الاجتماعية عوامل مهمة في تزايد مستوى الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات  
المختلة لدى المطلقات إذا أن الطلاق من التحولات الاجتماعية والتغيرات الطارئة التي تلقى

د / عبد المرید عبد الجابر محمد & د/ السعيد عبد الخالق عبد المعطي

بتداعياتها السلبية علي المرأة، فهو لا يقتصر على فقدان العلاقة بالزوج بل يمتد ليشمل علاقات آخر ارتبطت باستمرار الزواج،

(Kalmijn&Groenou,2005)

من جانب آخري تفرض المجتمعات ذات الطبيعة المحافظة على المطلقات ضغوطا نفسية واجتماعية فمثلا ينظر المجتمع المصري إلى المطلقة باعتبارها أصبحت عضوا غير صالح في المجتمع مما يجعلها تشعر بأنها أصبحت غير ذي جدوى وفائدة الأمر الذي يؤدي إلى شعورها بالوحدة والاعتراب النفسي والاكنتاب.

فضلا عن حاجة المطلقة إلى العلاقات الاجتماعية والعاطفية والانتقار إلى صلة حميمة ووثيقة بشخص آخر فالأفراد الذين انفصلوا عن أزواجهم يعيشون هذا النوع من الوحدة النفسية وهو ما يسمى بالوحدة العاطفية. كذلك يفتقدون العلاقات الاجتماعية التي يكون فيها الفرد جزءا من جماعة الأصدقاء ويشاركونهم اهتماماتهم ومصالحهم المشتركة.

وتجدره الإشارة إلى أن الاتجاهات المختلفة، تظل كامنة لحين مرور الفرد باي حدث ضاغط يؤدي إلى تنشيطها. لذا، يظهر تأثير الاتجاهات المختلفة على الفرد بوضوح مما يسبب اصابته بالاضطرابات النفسية. ويدعم ذلك منظور الضغط-المرضي، فالكثير من الدراسات المطولة بينت وجود تأثير لتفاعل بين الاتجاهات المختلفة والأحداث الحياتية الضاغطة، والتي ينتج عنها العديد من الاضطرابات النفسية.

(Christopher , Slavich, and Hammen,2015)

كذلك تنشط الشفقة بالذات لدى البعض في المواقف والخبرات المؤلمة والتي هي اتجاه إيجابي نحو الذات تنطوي على اللطف بالذات وعلى عدم الانتقاد والشديد لها وخبراتها كجزء من الخبرة التي يعاينها جميع الناس ومعالجة المشاعر المؤلمة.

### سابعا- التوصيات والمقترحات:

خلاصة ما سبق من مناقشة نتائج الدراسة الحالية يمكن التوصل إلى عدد من الاستنتاجات المتعلقة بمتغيرات الدراسة الحالية:

== الشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة ==

### توصيات الدراسة

١. تقديم برامج إرشادية قائمة على تنمية الشفقة بالذات لمعالجة المشكلات النفسية لدى المطلقات
٢. زيادة عدد المراكز الاستشارية الأسرية من أجل تعديل الاتجاهات المختلة والاختلالات المعرفية والوجدانية لدى بعض المطلقات .
٣. تكثيف الأعلام المرئي والمسموع للبرامج الأسرية لتغيير الصورة النمطية السلبية عن المطلقات بالمجتمع
٤. الاهتمام بدراسة واقع المطلقة المصرية في مجتمعنا وتلمس احتياجاتها وتوافر الإمكانات التي تلزم ذلك

### مقترحات لدراسات مستقبلية

- (١) يوصى البحث بدراسة نفس المتغيرات على عينة من الذكور المطلقين.
- (٢) دراسة علاقة الشفقة بالذات بمختلف المتغيرات الايجابية مثل الثقة بالنفس وفاعلية الذات والصمود النفسي والمرونة وقوة الانا لدى عينات من فئات عمرية مختلفة.
- (٣) دراسة فاعلية برنامج ارشادي قائم على الشفقة بالذات لتعديل الاتجاهات المختلفة لدى المستهدفين للضغوط.
- (٤) دراسة الشفقة بالذات وعلاقتها بجودة الحياة لدى المطلقات والمتزوجات.
- (٥) إجراء دراسة لمفهوم الشفقة على عينات أخرى (الأرامل والأيتام وجنوح الأحداث... الخ).
- (٦) إجراء دراسة لمتغيرات نفسية أخرى على عينة المطلقات منها (معنى الحياة، الإحباط الوجودي... الخ).

## المراجع

أبكر، سميرة حسن (٢٠١٥). فاعلية برنامج قائم علي العلاج بالمعنى لمواجهة الأحداث الضاغطة والتوجه نحو الحياة لدي عينة من المطلقات بمدينة جدة، مجلة العلوم التربوية. ١، (١)، ٥١-٨٤.

أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف. (٢٠١٠). الفرق في الشعور بالوحدة والتوجه الحياتي بين المتزوجين والعازبين والأرامل من مستويات اقتصادية مختلفة. مجلة جامعة دمشق. ٢٦، (٣)، ٦٩٥ - ٧٣٥.

أمطانيوس، مخائيل (٢٠١١). دراسة للصورة المختصرة لمقياس الوحدة الاجتماعية والعاطفية للراشدين SelsA-A علي عينات سورية، مجلة جامعة دمشق، ٢٧، (١)، ٥٧-٨٦  
باطة، أمال عبد السميع. (٢٠٠١). كراسة تعليمات مقياس الاتجاهات المختلة وظيفيا. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية

بن دهنون، شيرين سامية وإبراهيم، ماحي. (٢٠١٤). الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة قاصدي مرباح ورقلة، ١٦، ٦٩-٨٦

البيلي، اسماعيل الطاهر والرشيدي، علي أشرف محمد (٢٠١٤) الثقة بالنفس وعلاقتها بالشعور بالوحدة النفسية لدي المطلقات. مجلة كلية الآداب جامعة النيلين، ١، (٢)، ٢٨٨-٢٥٢

الحوفي، أسماء عبد الرحمن عودة. (٢٠١٤). درجة انتشار التشوهات المعرفية لدي المعلمات المطلقات والعاملات وعلاقتها بالكفاية الاجتماعية لديهن. رسالة ماجستير. (غير منشورة). جامعة مؤتة

الجهاز المركزي للتعبئة العامة والأحصاء (٢٠١٧). الكتاب الإحصائي السنوي ٢٠١٧، ١٠٨، ٧١-١١١١.

المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٠٠ المجلد الثامن والعشرون - يولية ٢٠١٨ (٤٥٧)



== الشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة ==  
خويطر، وفاء حسن على. (٢٠١٠). الأمن النفسي و الشعور بالوحدة النفسية لدى المرأة  
الفلسطينية (المطلقة والأرملة) وعلاقتها ببعض المتغيرات. رسالة ماجستير (غير  
منشورة). الجامعة الإسلامية بغزة. كلية التربية.

الدسوقي، مجدي محمد. (١٩٩٨). دليل مقياس الشعور بالوحدة النفسية. القاهرة: مكتبة الأنجلو  
المصرية

زقوت، ماجدة محمد. (٢٠١١). هوية الذات وعلاقتها بالتوكيدية والوحدة النفسية لدى مجهولي  
النسب، رسالة ماجستير (غير منشورة). كلية الدراسات العليا. الجامعة الإسلامية  
غزة.

السهي، حصة سعد (٢٠١٦). العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بالشعور بالوحدة  
النفسية لدى المطلقات في المجتمع السعودي. المجلة الدولية التربوية  
المتخصصة، ٥، (٣)، ٤٢-٢٤.

عبد المنعم، الحسين محمد. (٢٠٠٩). الآثار النفسية والجسمية المترتبة على الطلاق، دراسات  
عربية في علم النفس، ٨، (٢)، ٣٦٨-٣١٥.

العطافي، حسن عبد الله (٢٠١٤). فاعلية برنامج إرشادي لخفض الوحدة النفسية لدى الأرمال  
العابلات وغير العاملات. مجلة الأستاذ، ٢٠٨، (١)، ٣٢٤-٢٩٧.

العاسمي، رياض نايل. (٢٠١٤). الشفقة بالذات وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى عينة من  
طلاب جامعة الملك خالد. مجلة جامعة دمشق، ٣٠، (١)، ١٧-٥٦.

عبد الرحمن، محمد السيد والضبع، فتحي عبد الرحمن. (٢٠١٤). مقياس الشفقة بالذات دراسة  
ميدانية لتقنين مقياس الشفقة بالذات علي عينات عربية. المجلة المصرية للدراسات  
النفسية. الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ٢٤، ٨٢، ٤٩-٧٢.

علوان، عماد عبده (٢٠١٦). الشفقة بالذات والشعور بالذنب لدي الأحداث الجانحين المودعين بدار  
الملاحظة الاجتماعية بمدينة أبها، المجلة الدولية التربوية، ٥، (٩) ٢٢-١.

العززي، فارس حمود. (٢٠١٠). الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بالسلوك العدواني لدى نزلء دار

== (٤٥٨) = المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٠٠ - المجلد الثامن والعشرون - يولية ٢٠١٨

د / عبد المرید عبد الجابر محمد & د/ السعيد عبد الخالق عبد المعطي

التربية الاجتماعية. رسالة ماجستير، (غير منشورة). كلية الدراسات العليا. جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

معوض، محمد عبد القواب و سيد، محمد عبد العظيم. (١٩٩٧). الاتجاهات المختلفة وظيفيا وعلاقتها بالشعور بالوحدة والمرغوبية الاجتماعية، لدى عينة من طلبة الجامعة، دراسة سيكومترية- إكلينيكية، مجلد المؤتمر الدولي الرابع لمركز الإرشاد النفسي بجامعة عين شمس، كلية التربية، ٢-٤، ١٤٣-١٩٦

المنشاوي، عادل محمود. (٢٠١٦) نموذج سببي للعلاقات المتبادلة بين الشفقة بالذات وكل من الإرهاق والصمود الأكاديمي لدى الطالب المعلم. مجلة كلية التربية بالإسكندرية، ٢٦. (٥)، ١٥٣-٢٢٥

منصور، السيد كامل الشربيني. (٢٠١٦) المرونة النفسية والعصابية والشفقة بالذات والأساليب الوجدانية لدى طلاب قسم التربية الخاصة- العلاقات والتدخل، مجلة التربية الخاصة- مركز المعلومات التربوية والنفسية والبيئة، جامعة الزقازيق، ١٦، ١٦٣-٦١

Abu Ghali,A(2015)Self- Compassion as a Mediator and Moderator of the Relationship between Psychological Suffering and Psychological Well-being among Palestinian Widowed Women. **Research on Humanities and Social Sciences**,5, 24, 66-76

Akin,A, (2010). Self-compassion and interpersonal cognitive distortions. **Hacettepe University Journal of Education**, 39, 1-9

Akin, A. (2012).Self-compassion and automatic thoughts.Hacettepe Universities EğitimFakültesiDergisi.H U. **Journal of Education**, 42, 01-10

Akin,A , &,Akin,U,(2015)Examining the predictive role of self-compassion on flourishing in Turkish university students .**Annals de psicologia**,. 31,3,802-807

Akin,A and Eroglu,Y. (2013). Self-compassion and relational-interdependent self-construal. **Studia Psychologica**, 55,111-121.

المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٠٠ المجلد أثنان والعشرون- يولية ٢٠١٨ (٤٥٩)

== الشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة ==

Akyunus, A and Gençöz, T. (2017). Dysfunctional Personality Beliefs in Relation to Positive and Negative Affect: Support for the Cognitive Model of Personality Disorders. *International Journal of Cognitive Therapy* 101, 47-61

Ali, Y, Mohammadpour, F, Naderi, H (2016). The relationship between Perception of God and Feeling of Loneliness and Dysfunctional Attitude in the University Students , *International Journal of Humanities And Cultural Studies* 2356-5926

Annett ,K, Coroiu, A, Copeland, L, Carlos, G, Markus, Z (2015) The Role of Self-Compassion in Buffering Symptoms of Depression in the General Population. *Pona Journal*. 1, 2, 6-14

Arimitsu, K and Hofmann, S. (2015) Cognitions as mediators in the relationship between self-compassion and affect. *Personality and Individual Differences*, 74, 41-48

Arimitsu, k, and Hofmann, G. (2015). Cognitions as mediators in the relationship between self-compassion and affect. *Personality and Individual Differences*, 74, 41-48

Bagby, M, McBride, C (2008) Evidence for the cognitive meditational model of cognitive behavioral therapy for depression.. *Psychol Med.*, 38, 11, 1531-41

Beck, A, T, (1987) Cognitive models of depression *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 1, 5-37

Beck, A, T, (1978). *Development and validation of the Dysfunctional Attitude Scale: The American Educational Research Association*, Toronto, Ontario

Bekhet, A, K., Zauszniewski, M, G. and Faan, R, C (2008) Loneliness: A Concept Analysis *Nursing Forum* , 43, 4, 207-213

Bellare, Y (2013). *Self-compassion as a mediator between coping styles and psychopathology*. Master of arts in clinical psychology, Eastern Illinois University

Ben, H. (2012). Loneliness, optimism, and well-being among married, divorced, and widowed individuals. *Journal of Psychology*:

Cheng, H., &Furnham, A. (2002). Personality, peer relations, and self-confidence as predictors of happiness and loneliness. **Journal of Adolescence,25,,3,327-339**

Chipperfield, JG &, Havens B.(2001) Gender differences in the relationship between marital status transitions and life satisfaction in later life. **J Gerontology B PsycholSciSocSci. ;56,3, 176-86**

Christopher C, Slavich, G and Hammen,C(2015) Dysfunctional Attitudes and Affective Responses to Daily Stressors: Separating Cognitive, Genetic, and Clinical Influences on Stress Reactivity. **Cognitive Therapy and Research,39.3. 366-377**

Christopher, L,D. Vivek P .and Thomas ,R(2014) Stress and Sleep Reactivity: A Prospective Investigation of the Stress-Diathesis Model of Insomnia. **Sleep,. 37, 8, 1295-1303**

Colosimo,K, Walker,L(2011)Mindfulness, self-compassion, and happiness in non-meditators: A theoretical and empirical examination. **Personality and Individual Differences,50 ,222-227**

Crino,C,Hurley,B, Griffith,C, Fanson,A.(2017) Divorce in the socially monogamous zebra finch: Hormonal mechanisms and reproductive consequences. **Hormones and Behavior, 87 , 155-163**

David C., Isabel I, and Mongrain,M(1990)Dysfunctional Attitudes, Dependency, and SelfCriticism as Predictors of Depressive Mood States: A12-Month Longitudinal Study. **Cognitive Therapy and Research,. 14,. 3,315-326**

David, A,S &James,A,C.(2016) Divorce and health: good data in need of better theory. **Current Opinion in Psychology,. 13, , 91-95**

Duy,B,Hamamci,Z.(2007). The Relationship Among Social Skills, Dysfunctional Attitudes, Irrational Beliefs, Interpersonal Cognitive Distortions and Loneliness. **Eurasian Journal of Educational Research, 26, 121-130**

Eguileta,A,M.(2007).Irrational Beliefs as Predictors of Emotional Adjustment After Divorce. **Journal of Rational-Emotive &**

- Cognitive-Behavior Therapy, 251, 1-15 Fall, H. A., Hityoshi, A., Netuveli, G and Montgomery, N. S. (2015). Remarriage after divorce and depression risk. *Social Science & Medicine*, 141, 30, 109-114
- Gilbert, P., & Irons, C. (2005). Therapies for shame and self-attacking, using cognitive, behavioural, emotional imagery and compassionate mind training. In P. Gilbert (Ed.), *Compassion: Conceptualizations, research and use in psychotherapy* (pp. 263–325). London: Routledge
- Gonzalez, A. (2017). "The Effect of Parenting Styles ON Academic Self-Efficacy, Resilience, And Help Seeking" All Master's Theses The Graduate Faculty Central Washington University
- Greenberg, J (2008). *Comprehensive stress management* (10th edition). New York, NY: McGraw-Hill
- Haefel, G. J., Abramson, L. Y., Metalsky, G. I. and Dykman, B. M., Donovan, P., Hogan, M. E., Alloy, L. B. (2005). Negative cognitive styles, dysfunctional attitudes, and the remitted depression paradigm: A search for the elusive cognitive vulnerability to depression factor among remitted depressives. *Emotion*, 5, 3, 343-348
- Hakan, S. & Halis, S. (2015). Self-compassion and forgiveness: The protective approach against rejection sensitivity. *International Journal of Human Behavioral Science*, 1, 2, 10-2
- Hancock, J., Leary, M., Tate, E., Adams, E. (2007) Self-Compassion and Reactions to Unpleasant Self-Relevant Events: The Implications of Treating Oneself Kindly. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 5, 887–904
- Heinrich, L.M., & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, 26, 695-718
- Hersen, M., and Bellack A. (1985), , Himmelhoch J.M. Social skills training for unipolar depression. *Psychotherapy in Private Practice*. , 1: 9–13

- Hong, Y, J. (2012) Why do some beginning teachers leave the school, and others stay? Understanding teacher resilience through psychological lenses, **Teachers and Teaching**, 18,4, 417-440
- Huffziger ,C, and. Liebsch, K (2009) Ruminatıon, distraction and mindful self-focus: effects on mood, dysfunctional attitudes and cortisol stress response. **Psychological Medicine**, 39, 219-228
- Huffziger, S, Kuehner, C and Liebsch, K, (2009). Ruminatıon, distraction and mindful self-focus: effects on mood, dysfunctional attitudes and cortisol stress response. **Psychological Medicine**, 39, 2, 219-229
- İrem B, Nazan K, Coşkun, o. (2014) Loneliness, Hopelessness, Anxiety and Self Compassion of Medical Students: **Gazi example of medical students**,; 25: 165-170
- Jeangros, C, B. Courvoisier, D, S. Cullati, K, S. , C, Perrig, C, C. (2016). Marital breakup in later adulthood and self-rated health: a cross-sectional survey in Switzerland. **International Journal of Public Health**, 61, 3, 357-366
- Jeffrey ,H, Shelley, M, Sidney, H. , Lorne K, Gregory ,M, Jean N, Alan A, Thomas, ,A, Rahel, ,A, Verdell, S, Sylvain, H, Paul, L (2003). Dysfunctional Attitudes and 5-HT<sub>2</sub> Receptors During Depression and Self-Harm. **Am J Psychiatry** 160:90-99
- Jeffrey R (1985) "Dysfunctional Attitudes, Social Skill Deficits, and Loneliness Among College Students: The Process of Social Adjustment". Dissertations. 2446. <http://ecommons.edu/incdiss/224>
- Jeffrey, R, Esther. L Marcus, J (2009), Measuring Dysfunctional Attitudes in the General Population: The Dysfunctional Attitude Scale (form A) Revised. **Cogn Ther Res** 33:345-355
- Jeffrey, R, Marcus, J and Esther, G (2009) Measuring Dysfunctional Attitudes in the General Population: The Dysfunctional Attitude Scale (form A) . **Cogn Ther Res**, 33:345-355
- Juhari, R, Yaacob, S, N, Abu Talib, M and Uba, J. (2009). Loneliness, stress, self-esteem and depression among Malaysian adolescents. **Journal**

- Kalmijn, M., and Groenou, M. I. (2005). Differential Effects of Divorce on Social Integration. **Journal of Social and Personal Relationships**, 22,4, 455-476
- Katarzyna,A,Tommos,E(2014).Psychometric Properties of the Polish Version of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA-S).**Psihologijsketeme**, 23 3, 327-341
- Keng, S; Smoski, M ,Robins, C,, Ekblad, A, Jeffrey G.(2012)Mechanisms of Change in Mindfulness-Based Stress Reduction: Self-Compassion and Mindfulness as Mediators of Intervention Outcomes. **Journal of Cognitive Psychotherapy**, 26, 3, 270-280
- Katarzyna,A,Tommos,E(2014).Psychometric Properties of the Polish Version of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA-S).**Psihologijsketeme**, 23 3, 327-341
- Leary, M. R., Adams, C. E., & Tate, E. B. (2005). **Adaptive self-evaluations: Self-compassion versus self-esteem**. Paper presented at the annual meeting of the American Psychological Association: Washington, DC
- Mak,W,S,Chio,H,N ,Yip,S,Y,and law,R,W.(2016) The Mediating Role of Self-Compassion Between Mindfulness and Compassion Fatigue Among Therapists in Hong Kong. **Mindfulness**,8, 2, , 460-470
- Mehr,K&. Adams,C (2016) Self-Compassion as a Mediator of Maladaptive Perfectionism and Depressive Symptoms in College Students, **Journal of College Student Psychotherapy**, 30:2, 132-145
- Morris,A(2011) Aweb of Distortion:How Internet Use is Related to Cognitive Distortion personality Traits and Relationship Dissatisfaction .Unpublished doctoral dissertation.<http://digitakcommons.pcom.edu/psychology-dissertations>
- Murphy, P. M., & Kupshik, G. A. (1992). **Loneliness, stress and well-being: A helper's guide**. London: Routledge
- Neff ,K,D & Pommier, E.(2012). The Relationship between Self

- compassion and Other-focused Concern among College Undergraduates, Community Adults, and Practicing Meditators. **Self and Identity**, 1-7
- Neff, K. D. (2003a). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. **Self and Identity**, 2,2, 85-102 .
- Neff, K. D. (2003b). The development and validation of a scale to measure self-compassion. **Self and Identity** ,2(3), 223-250
- Neff, K. (2010). Review of ' the mindful path to self-compassion: Freeing yourself from destructive thoughts and emotions'. **British Journal of Psychology**, 101, 179-181
- Neff, K. D., &Berettas, S. N. (2012).The role of self-compassion in romantic relationships. **Self and Identity**, 12,1, 78-98
- Neff, K. D., Kirkpatrick, K. L., & Rude, S. S. (2005). Accepting the human condition: Self-compassion and its link to adaptive psychological functioning. **Manuscript submitted for publication**, 1-43.
- Neff, K. D., Kirkpatrick, K. L., & Rude, S. S. (2007a).Self-compassion and adaptive psychological functioning .**Journal of Research in Personality**, 41, 139-154
- Neff,K, Kirkpatrick,L, Rude ,S(2007) Self-compassion and adaptive psychological functioning. **Journal of Research in Personality** 41 139-154
- Noel,H,K,(2017) **Loneliness and Depression: Contrasting the Buffering Effects of Self-Compassion and Self-Esteem In**. Partial Fulfillment of the Bachelor's degree With Honors in care, health& Society The University OF Arizona
- Pauley,G and McPherson,S(2010) .The experience and meaning of compassion and self-compassion for individuals with depression or anxiety **Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice**, 83, 129-143.
- Pearl, A,D. & Tineke, F.(2007). Social and Emotional Loneliness among Divorced and Married Men and Women: Comparing the Deficit and Cognitive Perspectives. **Basic and Applied Social**



Psychology,29,1,347-367

Raque-Bogdan, T. L., Ericson, S. K., Jackson, J., Martin, H. M., & Bryan, N. A. (2011). Attachment and mental and physical health: Self-compassion and mattering as mediators. *Journal of Counseling Psychology*, 58,2, 272-278.

Rendon, K. P. (2007). **Understanding alcohol use in college students: A study of mindfulness, self-compassion and psychological symptoms.** Unpublished doctoral dissertation, University of Texas at Austin, TX, USA .

Robert J. ,Arnoud A, c , Frenk P,. Peetersd , Marcus J.H Lotte H(2016 )  
Sudden gains in Cognitive Therapy and Interpersonal  
(Psychotherapy for adult depression. **Behavior Research and Therapy**, 77 , 170-176

Rohany,N,Zainah, A ,Rozainee, k, and Sulaiman,W,,Aizan,S  
Mohd,N.(2016,) Depression, Loneliness and Cognitive Distortion  
among Young Unwed Pregnant Women in Malaysia: Counseling  
Implications. *Asian Social Science*, 12,. 8,1911-2017

Rokach,A(2014). Leadership and Loneliness. *International Journal of Leadership and Change*,2,1,6,48-58

Shahbazi M,S,, Mahshid,R, Salmn ,R,R and Mehdi R,M(2016) He  
Relationship Between Disability And Variables OF Depression,  
Cognitive Status, And Morale Among Older People. *Salmand*, 11 ,  
1; 132 - 140.

State Self-Esteem, Loneliness and Life Satisfaction  
Bozorgour,F,Salimi,A(2012)

Taylor, L (2015)**Self-Compassion as a Predictor of Loneliness: The Relationship Between Self-Evaluation Processes and Perceptions of Social Connection.** Submitted to the Honors Program Committee in partial fulfillment of the requirements for University Honors Scholars

Thamboo, Pradeep A ,(2016). **The Effects of a Mindfulness-Based Intervention on Feelings of Loneliness and Ruminative Thinking**  
Psychology Master's The College at Brockport State University of

New York

- Tilburg, T. G., Aartsen, M. J., Pas, S. V. (2014) Loneliness after Divorce: A Cohort Comparison among Dutch Young-Old Adults. **European Sociological Review**, 31, 3, 243–252
- Tim, D., Helen, S., Golden, A. (2006) Dysfunctional attitudes in seasonal affective disorder. **Behavior Research and Therapy** 44, 1159–1164
- United Nations Statistical Division. Demographic yearbook. 2011-2012. New York, NY: United Nations. 2012. Available from: <http://unstats.un.org/ustd/demographic/products/dyb/dyb2011-2012>
- Van Dam, N. T., Sheppard, S. C., Forsyth, J. P., and Earleywine, M. (2011). Self compassion is a better predictor than mindfulness of symptom severity and quality of life in mixed anxiety and depression. **Journal of Anxiety Disorders**, 25, 123-130–
- Vincent, V., Dugas, D., and Bobby G. (2009). Stress Resilience Among Border Mexican American Women. **Hispanic Journal of Behavioral Sciences** 31, 2, 228-243
- Werner, K. H., Jazaieri, H., Goldin, P. R., Ziv, M., Heimberg, R. G., & Gross, J. J. (2012). Self-compassion and social anxiety disorder. **Anxiety, Stress & Coping**, 25, 543–558
- Young, S. K., Zakalik, R. A., and Philip, A. S. (2005) Adult Attachment, Shame, Depression, and Loneliness: The Mediation Role of Basic Psychological Needs Satisfaction. **Journal of Counseling Psychology**, 52(4), 591-601
- Zahar, N. & Kausar, R. (2014). Emotional and Social Problems in Divorced and Married Women **FWU Journal of Social Sciences**, 8, 1, 31-35
- Zandiyeh, Z. & Yousefi, H. (2014) Woman's experiences of applying for a divorce. **Iran J Nurs Midwifery Res.**; 19, 2: 168–172

== أشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة ==

**Self- Compassion As a Moderator variable of The relationship  
between Dysfunctional Attitudes and loneliness among divorced  
women**

Elsaeed Abdel khalek Abdel moety

Abd El. Mureed Abd El Gaber kassem

National center for examination and  
educational evaluation

Helwan University , Faculty of Arts

**ABSTRACT:**

The aim of this study to find the mediated effects of self-compassion on the relationships between Dysfunctional Attitudes and loneliness. By Participants in this study included (100) divorced women who completed a three of measures (Self-Compassion Scale, Social and Emotional Loneliness Scale for Adults-Short Form dysfunctional Attitude Scale. Results indicated loneliness would be positively Correlated with Dysfunctional Attitudes but negatively self -compassion. Dysfunctional Attitudes were negatively with self -compassion, Results indicated self-compassion wholly mediated the relationship between Dysfunctional Attitudes and loneliness. In addition, Result showed significant differences at the level of loneliness due to educational level for women, who were secondary education level.

**Keywords:** Self-Compassion, , Dysfunctional Attitudes, psychological loneliness