

أعراض اضطراب القلق الاجتماعي لدى المطلقات في عمان والفروق بينها تبعاً لبعض المتغيرات الديموغرافية

Social Anxiety Disorder Symptoms Among Divorced Women in Amman and the Differences in It According to Some Demographic Variables

Baha' Suhail Shawaqfeh

Ph.D. student \ University of Jordan \ Jordan

Shawaqfehbahaa@gmail.com

بهاء سهيل شواقفه

طالب دكتوراه/ الجامعة الأردنية/ الأردن

Abdallah Salem Al-Mahaireh

Associate Professor \ The University of Jordan \ Jordan

a.mahaere@ju.edu.jo

عبد الله سالم المهايره

أستاذ مشارك/ الجامعة الأردنية/ الأردن

Received: 18/ 7/ 2021, Accepted: 25/ 9/ 2021.

DOI: 10.33977/1182-013-038-007

<https://journals.qou.edu/index.php/nafsia>

تاريخ الاستلام: 18/ 7/ 2021م، تاريخ القبول: 25/ 9/ 2021م.

E-ISSN: 2307-4655

P-ISSN: 2307-4647

women in Amman.

Keywords: Social anxiety disorder symptoms, social anxiety, divorced women.

الملخص:

المقدمة:

إن رحلة حياة الإنسان مليئة بالتغيرات التي تؤثر عليه سلباً أو إيجاباً؛ إذ تساعده على التطور والنمو، أو تسبب مشكلات متنوعة قد تنمو لتصبح اضطرابات نفسية مختلفة، وإن العوامل النفسية والاجتماعية لدى الفرد تؤدي دوراً مهماً في اتجاه الفرد نحو أحد الخيارين، والطلاق كغيره من الضغوطات النفسية التي قد يمر فيها الفرد يتطلب من الفرد التكيف مع الوضع الجديد، إذ يسبب الطلاق ضغطاً نفسياً يؤثر على المرأة من نواح عدة منها التكيف الاجتماعي، فقد تتعرض للإساءة والرفض والوصمة الاجتماعية، وذلك يجعل المطلقة تختبر أعراض القلق الاجتماعي التي من الممكن أن تتطور إلى اضطراب.

ارتفعت معدلات الطلاق في المملكة الأردنية الهاشمية في الآونة الأخيرة، إذ نشرت جريدة الدستور الأردنية في عام 2017 أن الأردن يشغل المرتبة الأولى عربياً والرابعة عشر عالمياً من حيث معدلات الطلاق، وأوضحت أنهن يعانين من الثقافة المجتمعية ومن وصمة العار تحديداً؛ إذ ينظر لهن بنظرة دونية لا تحترم إنسانيتهن واحتياجاتهن، بالإضافة إلى حرمانهن من رسم مستقبلهن بأنفسهن (عطية، 2017).

وأظهرت الإحصائيات الصادرة عن دائرة قاضي القضاة عدداً مرتفعاً من حالات الطلاق اليومية؛ إذ بلغت النسبة (47) حالة يومية في عام 2020، وقد بلغ العدد الكلي للحالات (17144) في ذات العام، أما عن إجمالي حالات الطلاق في الفترة بين 2016 - 2020 فقد بلغت (99843) بنسبة (27%) من عدد حالات الزواج في المملكة (دائرة قاضي القضاة، 2020).

يعدّ الطلاق حلاً مناسباً لوضع أسري تستحيل فيه استمرارية الزواج، ولكنه يخلف العديد من الآثار السلبية ذات الأبعاد الاجتماعية والنفسية؛ إذ تتعرض المرأة بعد الطلاق للشك والشائعات والازدراء والنظرة الدونية من قبل أفراد المجتمع، والبيئة الأسرية التي تعيش فيها، ومن الآثار المترتبة على الطلاق: اضطراب العلاقات الاجتماعية والإحساس بالفشل مما يجعل تكيفها الاجتماعي مع وضعها الجديد صعباً (أبو درويش، أبو تايه، الطراونة والحروب، 2016).

يُسبب الطلاق ضغطاً نفسياً يؤثر على كلا الزوجين خاصة على المرأة؛ إذ يلقي عليها اللوم في بعض المجتمعات، وقد يبدي المجتمع رفضاً لها، بالإضافة إلى ضغوط وحصار واحتمالية عدم الزواج مرة أخرى؛ لأنها وصمت بوصمة الطلاق، مما ينعكس سلباً على توافقه النفسي والاجتماعي. (قرشي والأمين، 2017).

بتغير الوضع الاجتماعي للمرأة بعد الطلاق تظهر لديها متطلبات مختلفة لإعادة انخراطها في المجتمع، ويرتبط ذلك مع فقدان الثقة بالذات والوضع المادي والمعاناة من الناحية النفسية، أما من الناحية الاجتماعية فيسبب الطلاق العزلة الاجتماعية والوحدة والحكم الاجتماعي السلبي على المطلقة، فقد أظهرت دراسة (Zafar & Kausar, 2014) أنها تعاني من الاكتئاب، والقلق، والوحدة،

هدفت هذه الدراسة للتعرف إلى مستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي لدى المطلقات في عمان، ومعرفة فيما إذا كان هناك فروق في مستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي تبعاً للمتغيرات: مدة وقوع الطلاق، والفئة العمرية، والمستوى التعليمي، وعدد الأبناء، والوضع الاقتصادي، ومدة استمرار الزواج، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (378) مطلقة من العاصمة عمان، اخترن بالطريقة العشوائية البسيطة، وطوّرت مقياس أعراض اضطراب القلق الاجتماعي لغايات تحقيق أهداف الدراسة بعد التحقق من دلالات صدقه وثباته.

أظهرت النتائج وجود مستوى مرتفع من أعراض اضطراب القلق الاجتماعي لدى المطلقات في عمان، ووجود فروق في مستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي تعزى لمدة وقوع الطلاق لصالح سنة أو أقل ومن سنتين إلى 4 سنوات، والمستوى التعليمي لصالح الماجستير والبيكالوريوس، وعدد الأبناء لصالح عدم وجود الأبناء، والوضع الاقتصادي لصالح المتوسط، ومدة استمرار الزواج لصالح السنة أو أقل وأكثر من 19 سنة، وأنه لا توجد فروق في مستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي تعزى للفئة العمرية، وأوصت الدراسة بتقديم برامج إرشادية وقائية وعلاجية، وبرامج لتمكين للمطلقات في عمان.

الكلمات المفتاحية: أعراض اضطراب القلق الاجتماعي، القلق الاجتماعي، المطلقات.

Abstract:

This study aims to identify the level of social anxiety disorder symptoms among divorced women in Amman and identify its differences according to the variables: Duration of divorce, age, educational level, number of children, economic status, duration of marriage. The study follows the descriptive - analytical approach, and the study sample consists of 378 divorced women selected using a simple random sample. Moreover, the social anxiety disorder symptoms scale is developed to achieve the study's objectives and verify its validity and reliability.

The results show a high level of social anxiety disorder symptoms among divorced women in Amman, and differences according to the duration of the divorce in favor of one year or less, educational level in favor of masters and bachelors degrees, number of children in favor of women without children, the economic situation in favor of moderate level, and duration of marriage in favor of one year or less, and more than 19 years. However, there are no differences according to age.

The study recommends providing a preventive, curative, and empowerment program for divorced

المطلقات جاء بمستوى منخفض، ووجود فروق في العلاقة تعزى إلى متغير الفئة العمرية لصالح الفئة العمرية (40) عاماً فما دون والمستوى التعليمي لصالح الأعلى من توجيهي ومدة وقوع الطلاق لصالح (9) أعوام فأكثر.

هدفت دراسة العاسمي والعجمي والعجمي (2013) إلى معرفة العلاقة بين الطلاق والقلق لدى عينة من المطلقات، وغير المطلقات بدولة الكويت، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (262) امرأة منها (169) امرأة مطلقة، وأظهرت النتائج أن المطلقات لديهن قلق أعلى من غير المطلقات، وكان مستوى القلق لدى المطلقات متوسطاً.

وطبق بركات (2017) والخلايلة (2016) برنامجاً إرشادياً جمعياً لخفض القلق لدى النساء المطلقات وأظهرت النتائج وجود أثراً للبرنامج الجمعي على القلق.

ويمكن التعقيب على ندرة الدراسات السابقة أنها دلالة على تميز هذه الدراسة من حيث تناولها لمتغيرات وأعراض القلق الاجتماعي، فلا توجد أي دراسة أجنبية أو عربية تناولت هذه المتغيرات والأعراض، وبالتحديد في الأردن.

مشكلة الدراسة وأسئلتها:

تنبثق مشكلة الدراسة الحالية من ازدياد حالات الطلاق في الأردن وفقاً لما نُشر في جريدة الدستور (عطية، 2017)، وقد بلغ عدد الحالات اليومية في عام 2020 (47) حالة وفقاً لإحصائيات دائرة قاضي القضاة الأردنية (2020)، ورصد أعلى عدد من حالات الطلاق في العاصمة عمان إذ بلغ (6484) حالة، وما ينتج عنها من ضغط نفسي يسبب مشكلات نفسية لدى المرأة المطلقة كالقلق الاجتماعي، ويختلف تأثير الضغط النفسي للطلاق من مطلقة إلى أخرى، وهذا الاختلاف يتأثر بمجموعة من العوامل الديموغرافية المتعلقة بأدوارهم الجديدة ونظرة المجتمع في هذا التأثير، فإن نظرة المجتمع للمرأة المطلقة التي لديها أبناء مختلفة عن المطلقة التي ليس لديها أبناء، ومن العوامل الأخرى: مدة وقوع الطلاق، والفئة العمرية، والمستوى التعليمي، وعدد الأبناء، والوضع الاقتصادي، ومدة استمرار الزواج التي تؤثر على أعراض اضطراب القلق الاجتماعي، والذي بدوره يؤثر على إعادة اندماج المرأة المطلقة في المجتمع، وعلى إعادة تمكينها بعد الضغط النفسي الذي تعرضت له وهنا تكمن مشكلة الدراسة في بحث مستوى القلق الاجتماعي لدى المطلقات في عمان، وذلك من خلال الإجابة عن الأسئلة الفرعية الآتية:

● السؤال الأول: ما مستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي لدى المطلقات في عمان؟

● السؤال الثاني: هل توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي تعزى لمتغير: مدة وقوع الطلاق، و الفئة العمرية، والمستوى التعليمي، وعدد الأبناء، والوضع الاقتصادي، ومدة استمرار الزواج لدى المطلقات في عمان؟

وضعف الثقة بالنفس، إضافة إلى ضعف التفاعل الاجتماعي والرفض، وهذه المشكلات ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالقلق الاجتماعي.

يشير مفهوم اضطراب القلق الاجتماعي إلى وجود مستوى مرتفع من القلق عند القيام بنشاط اجتماعي أو أي نشاط أمام الجماعة، ويتصف الأشخاص المصابون به بضعف تقدير الذات، والثقة بالآخرين، والتفسيرات السلبية والخاطئة لاتجاهات الآخرين وسلوكهم، وأعراض اضطراب القلق الاجتماعي هي: خوف ملحوظ أو قلق حول واحد أو أكثر من المواقف الاجتماعية والتي يحتمل أن يتعرض فيها للتدقيق من قبل الآخرين، يخاف الفرد من أنه سيتصرف بطريقة محرجة أو سوف تظهر أعراض القلق التي سيجري تقييمها سلباً، ويثير التعرض للموقف الاجتماعي القلق أو الخوف دائماً تقريباً والذي قد يتخذ شكل هجمة هلع مرتبطة بالمواقف الاجتماعية، ويجري تجنب المواقف الاجتماعية أو الأدائية المخيفة، أو بخلاف ذلك قد يتحملها الشخص مع قلق أو ضائقة شديدين، يعطل التجنب المواقف الاجتماعية بشكل بارز الأنشطة الروتينية الطبيعية (APA, 2013).

يختلف الوضع الاجتماعي والنفسي والاقتصادي للمرأة بعد الطلاق، فتظهر لديها متطلبات مختلفة تبعاً لاختلاف بعض المتغيرات الديموغرافية التي تؤثر على القلق الاجتماعي وإعادة انخراطها في المجتمع، إذ إن المرأة المطلقة التي لديها أبناء قد تتعرض لضغوطات اجتماعية مختلفة في تربيتهم والاعتناء بهم، إضافة إلى صعوبة اتخاذ قرار الزواج مرة أخرى مراعاة لأبنائها، ويختلف أيضاً باختلاف عدد الأبناء فكلما زاد عددهم زادت صعوبة إعادة الانخراط، وتتأثر بمدة وقوع الطلاق: إذ إن مدة وقوع الطلاق تساعد في تنمية القلق الاجتماعي أو خفضه وفقاً لدرجة التكيف لدى المطلقة.

تعد الفئة العمرية مؤثراً مهماً فكلما زاد عمر المرأة بشكل عام، وبدأت علامات الكبر في الظهور سيقبل من فرصتها بالارتباط، ويزيد من النظرة السلبية التي تتعرض لها من الآخرين، ويساعد المستوى التعليمي والوضع الاقتصادي للمطلقة في تمكين نفسها بعد الطلاق من خلال العمل والحصول على دخل مناسب يساعدها في حياتها، وبذلك فإن الوضع الاقتصادي المتدني يخفض من القدرة على تحمل أعباء المتطلبات الحياتية الجديدة بعد الطلاق، فتزداد الفجوة بينها وبين الآخرين، والذي بدوره يزيد مستوى القلق الاجتماعي (القرشي والأمين، 2017).

المطلقات معرضات لاختبار أعراض اضطراب القلق الاجتماعي؛ إذ إنهن بعد الطلاق يتعرضن لضغوطات نفسية واجتماعية ومهنية مرتفعة ومن هنا جاءت هذه الدراسة لبحث مستوى القلق الاجتماعي لديهن وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية كمدة وقوع الطلاق، والفئة العمرية، والمستوى التعليمي، وعدد الأبناء، والوضع الاقتصادي، ومدة استمرار الزواج.

وأظهرت سجلات الرعاية النفسية أن أصحاب الدخل المرتفع يلجؤون إلى الإرشاد النفسي أكثر من أصحاب الدخل المتوسط والمنخفض لمساعدتهم في مشكلات القلق الاجتماعي (رضوان، 2007)، وبحثت الزويري (2015) في القلق الاجتماعي لدى المطلقات وأبنائهن في الأردن، وكانت عينة الدراسة من محافظتي العقبة ومعان، وأظهرت النتائج أن مستوى القلق الاجتماعي لدى

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة إلى تحقيق الهدفين الآتيين:

- التعرف إلى مستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي لدى المطلقات في عمان.
- التعرف إلى فروق في مستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي تعزى لمتغير: مدة وقوع الطلاق، والفئة العمرية، والمستوى التعليمي، وعدد الأبناء، والوضع الاقتصادي، ومدة استمرار الزواج لدى المطلقات في عمان.

أهمية الدراسة

تتمثل أهمية الدراسة في معرفة مستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي لدى المطلقات في عمان والفروق فيها تبعاً لبعض المتغيرات الديموغرافية، ويمكن صياغتها على النحو الآتي:

■ الأهمية النظرية:

تأتي هذه الدراسة في ظل الحاجة الماسة إلى فهم الآثار النفسية للطلاق كضغط نفسي على أعراض اضطراب القلق الاجتماعي، والعوامل المؤثرة فيه؛ إذ سيساعد في فهم تأثير خبرة الطلاق وتبعاتها على المرأة المطلقة، وإن نتائج هذه الدراسة تساعدنا في توفير بيانات حول طبيعة ومستوى تأثير المتغيرات المختلفة على أعراض اضطراب القلق الاجتماعي.

■ الأهمية التطبيقية:

إن تطبيق هذه الدراسة يساهم في مساعدة الباحثين وأصحاب القرار والمؤسسات المعنية بالطلاق في وضع برامج وخطط تساعد المطلقات نفسياً واجتماعياً وانفعالياً على التفاعل مع الطلاق بصورة إيجابية، والتركيز على مراعاة الفروق في وضع المطلقات وفقاً للمتغيرات المختلفة، وجرى تطوير مقياس خاص لأعراض اضطراب القلق الاجتماعي يفاد منه في البحوث العلمية المستقبلية والبرامج الإرشادية.

حدود الدراسة:

اشتملت الدراسة على الحدود والمحددات الآتية:

- الحدود الزمانية: طبقت هذه الدراسة في عام 2021.
- الحدود المكانية: الإطار الجغرافي للدراسة هو العاصمة عمان.
- الحدود البشرية: طبقت هذه الدراسة على عينة من المطلقات في عمان.
- محددات القياس: تحدت الدراسة الحالية باستجابات المطلقات على مقياس الدراسة الحالية، ومن صعوبات التطبيق الدراسة أنها طبقت في أثناء جائحة كورونا، إضافة إلى امتناع بعض المطلقات عن تطبيق المقياس لحساسية الموضوع، والمشاعر السلبيّة عند تذكر الطلاق.

التعريفات الاصطلاحية والإجرائية:

اشتملت الدراسة على المصطلحات الآتية:

- ◀ المطلقات (Divorced Woman's): هن النساء اللواتي انفصلن عن أزواجهن بعد الدخول، ويشترط وقوعه ثلاث مرات ليصنف طلاقاً بائناً بينونة كبرى (دائرة قاضي القضاة، 2013)
- ◀ أعراض اضطراب القلق الاجتماعي (Social Anxiety Disorder Symptoms): الخوف من المواقف الاجتماعية التي قد يحدث فيها الإحراج. وهناك خطر التعرض للتقييم السلبي من قبل الآخرين. يتضمن القلق الاجتماعي الخوف من الوضع الاجتماعي للفرد ودوره وسلوكه (VandenBos, 2007)، وتُعرّف إجرائياً بالدرجة التي تحصل عليها المطلقة بمقياس أعراض اضطراب القلق الاجتماعي.

منهجية الدراسة وإجراءاتها:

منهجية الدراسة:

لتحقيق أهداف الدراسة، استخدم المنهج الوصفي التحليلي لمناسبته لأغراض هذه الدراسة، فيقوم المنهج بدراسة مستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي، والفروق في مستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي تبعاً لبعض المتغيرات الديموغرافية.

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من المطلقات اللواتي تطلقن طلاقاً بائناً بينونة كبرى في العاصمة عمان، والبالغ عددهن (24670) حالة بين الأعوام من (2016 - 2020) وفقاً لإحصائيات دائرة قاضي القضاة الأردنية لعام 2020 (دائرة قاضي القضاة، 2020).

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من المطلقات اللواتي تطلقن طلاقاً بائناً بينونة كبرى في العاصمة عمان، ولم يتزوجن بعد حدوث الطلاق، اخترن بالطريقة العشوائية البسيطة، واستخرج حجم عينة الدراسة بالرجوع إلى معادلة ستيفن ثامبسون عند مستوى خطأ (0.05)، وبلغ عدد عينة الدراسة (378) مطلقة، والجدول (1) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة تبعاً للمتغيرات الديموغرافية.

الجدول (1)

توزيع أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغيرات الدراسة

| المتغير | التكرار | النسبة المئوية % |
|------------|---------|------------------|
| سنة أو أقل | 88 | 23.3 |
| 2 - 4 | 93 | 24.6 |
| 5 - 7 | 93 | 24.6 |
| 8 - 10 | 51 | 13.5 |
| أكثر من 11 | 53 | 14.0 |

القلق الاجتماعي المطور في الدراسة الحالية استخرجت مؤشرات
الصدق الآتية:

- أولاً: الصدق الظاهري:

للتحقق من صدق مقياس أعراض اضطراب القلق الاجتماعي
بصورته الأولى، عُرض على (10) محكمين من أعضاء هيئة
التدريس المتخصصين في علم النفس التربوي والإرشاد النفسي،
بهدف تحكيم المقياس من حيث: مدى شمولية فقرات المقياس، ودقة
الصياغة اللغوية، ووضوح الفقرات، وحذف الفقرات غير المناسبة، أو
اقتراح فقرات جديدة، وقد أخذ بملاحظات المحكمين حول المقياس،
ولم تحذف أي فقرة، وجرى تعديل فقرة واحدة وهي الفقرة الخامسة،
إذ كانت «أعتقد أنني كنت اجتماعية أكثر قبل طلاقي» وأصبحت
«أصبحت مقلة في علاقاتي الاجتماعية بعد طلاقي».

- ثانياً: صدق البناء الداخلي:

للتحقق من صدق البناء للمقياس، طبق على عينة تكونت من
(36) مطلقاً، من خارج عينة الدراسة وداخل المجتمع، واستخرجت
قيم معاملات ارتباط بيرسون بين الاستجابات على الفقرات
والدرجة الكلية للمقياس، كما هو مبين في الجدول (2).

الجدول (2)

معامل ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية لمقياس أعراض اضطراب القلق الاجتماعي

| الرقم | ارتباط الفقرة | الرقم | ارتباط الفقرة |
|-------|---------------|-------|---------------|
| 1 | .700* | 6 | .782* |
| 2 | .521* | 7 | .846* |
| 3 | .478* | 8 | .821* |
| 4 | .910* | 9 | .753* |
| 5 | .836* | 10 | .915* |

* دالة عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (2) أن قيم معاملات
ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (0.478 -
0.915)، واعتمد معيار قبول الفقرة الدالة عند مستوى دلالة
($\alpha \leq 0.05$)، وبذلك فإن معاملات ارتباط الفقرات مقبولة.

ثبات مقياس أعراض اضطراب القلق الاجتماعي

للتأكد من ثبات مقياس أعراض اضطراب القلق الاجتماعي،
حسب معامل الاتساق الداخلي للمقياس حسب معادلة كرونباخ
ألفا للاتساق الداخلي، وثبات إعادة بفارق زمني أسبوعين بين
التطبيقات؛ إذ طبق على عينة استطلاعية تكونت من (36) مطلقاً،
من خارج عينة الدراسة وداخل المجتمع، وقد بلغت قيمة معامل
كرونباخ ألفا لمقياس أعراض اضطراب القلق الاجتماعي (0.916)،
أما ثبات إعادة فقد بلغ (0.904)، فاعتمد المقياس بصورته
النهائية إذ يتكون المقياس بصورته النهائية من (10) فقرات.

تصحيح المقياس

بهدف تصحيح المقياس، اعتمد تدرج ليكرت الرباعي لقياس
مستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي لدى المطلقات، فأعطيت

| المتغير | التكرار | النسبة المئوية % |
|---------------------|---------|------------------|
| أقل من 26 سنة | 51 | 13.5 |
| 27 - 34 | 98 | 25.9 |
| 35 - 42 | 125 | 33.1 |
| 43 - 50 | 88 | 23.3 |
| أكثر من 51 | 16 | 4.2 |
| دون الثانوية العامة | 46 | 12.2 |
| ثانوية عامة | 65 | 17.2 |
| بكالوريوس | 194 | 51.3 |
| ماجستير | 42 | 11.1 |
| دكتوراه | 31 | 8.2 |
| لا يوجد | 102 | 27.0 |
| 1.00 | 65 | 17.2 |
| 2.00 | 95 | 25.1 |
| 3.00 | 74 | 19.6 |
| 4 أو أكثر | 42 | 11.1 |
| منخفض | 88 | 23.3 |
| متوسط | 279 | 73.8 |
| مرتفع | 11 | 2.9 |
| سنة أو أقل | 73 | 19.3 |
| 2 - 5 | 96 | 25.4 |
| 6 - 10 | 96 | 25.4 |
| 11 - 18 | 81 | 21.4 |
| أكثر من 19 | 32 | 8.5 |
| المجموع | 378 | 100 |

أداة الدراسة:

• أولاً: مقياس أعراض اضطراب القلق الاجتماعي:

بعد الاطلاع على الأدب التربوي، وبعض المقاييس السابقة
ذات العلاقة بموضوع الدراسة (عباس، 2011؛ مشاعل، 2010؛
Tarkhan, Esmaeilpour & Tizdast, 2013)، طُوّر مقياس لاستخدامه
في جمع البيانات حول مستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي
لدى المطلقات، وتكون المقياس بصورته الأولى من (10) فقرات
أعدت لقياس مستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي لدى
المطلقات، كما اعتمد تدرج ليكرت الرباعي لتقدير مستوى أعراض
اضطراب القلق الاجتماعي المتضمن في كل فقرة.

دلالات صدق وثبات المقياس في الدراسة الحالية:

للتحقق من مؤشرات صدق مقياس مستوى أعراض اضطراب

| الرقم | الرتبة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | التقدير |
|-------|--------|-----------------|-------------------|---------|
| 2 | 5 | 3.11 | .865 | مرتفع |
| 7 | 6 | 3.11 | .873 | مرتفع |
| 1 | 7 | 3.01 | .896 | مرتفع |
| 6 | 8 | 2.99 | 1.089 | متوسط |
| 4 | 9 | 2.95 | 1.056 | متوسط |
| 5 | 10 | 2.92 | .992 | متوسط |
| | | 3.09 | .758 | مرتفع |

يتضح من الجدول (3) أن مستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي لدى المطلقات في عمان كان مرتفعاً بمتوسط حسابي (3.09)، أما المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة على مستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي لدى المطلقات في عمان فتتراوح بين (2.92 - 3.32)، وحصلت الفقرة (9) على أعلى متوسط حسابي وتنص على «أحس بضيق في التنفس عندما أقابل الآخرين» بمتوسط حسابي (3.32)، وكانت الفقرة (5) ذات أقل متوسط حسابي وتنص على «أصبحت مقلة في علاقاتي الاجتماعية بعد طلاقي» بمتوسط حسابي (2.92).

تتفق هذه النتيجة مع نتيجة (العاسمي، العجمي والعجمي، 2013)، وتتعارض مع دراسة (الزويري، 2015) التي أظهرت نتائجها وجود مستوى منخفض من القلق الاجتماعي لدى المطلقات في الأردن، ويعود هذا الاختلاف إلى اختلاف عينة الدراسة؛ إذ طبقت دراسة الزويري على المطلقات في جنوب الأردن، أما هذه الدراسة فقد طبقت على المطلقات في عمان إذ تختلف الثقافة بين المجتمعين. ويمكن عزو هذه النتيجة إلى الضغط النفسي الذي تعرضت له المطلقات بعد الطلاق؛ إذ إن المطلقة في المجتمع الأردني تعاني كثيراً من الانتقادات، ووصمة العار التي ترافقها أينما حلت كمطلقة، وهذا بدوره يؤدي إلى رفع مستوى القلق الاجتماعي لديها.

إضافة إلى ذلك فإن المطلقة تتعرض إلى العديد من النظرات السلبية أسرياً واجتماعياً وثقافياً؛ كالشفقة، وسوء الظن، والاستغلال، أما بالنسبة لنظرتها لذاتها فإنها تختبر مشاعر الخجل والعار إضافة إلى العديد من الأفكار السلبية نحو الذات والآخرين، وتدني مفهوم الذات، والعزلة وهذا بدوره أيضاً يرفع القلق الاجتماعي.

الناتج المتعلقة بالسؤال الثاني: هل توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي تعزى للمتغيرات: مدة وقوع الطلاق، والفئة العمرية، والمستوى التعليمي، وعدد الأبناء، والوضع الاقتصادي، ومدة استمرار الزواج لدى المطلقات في عمان؟

للإجابة عن السؤال الثاني، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي تبعاً لمدة وقوع الطلاق، والفئة العمرية، والمستوى التعليمي، وعدد الأبناء، والوضع الاقتصادي، ومدة استمرار الزواج لدى المطلقات

الإجابة موافق بشدة (4 درجات)، وموافق (3 درجات)، وغير موافق (درجتان)، وغير موافق بشدة (درجة واحدة)، وقد بلغت أعلى درجة يمكن أن تحصل عليها (40)، وأدنى درجة (10)، كما جرى الحكم على متوسطات تقدير مستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي على النحو الآتي:

- من (1.00 - 1.99) مستوى منخفض.
- من (2.00 - 2.99) مستوى متوسط.
- من (3.00 - 4.00) مستوى مرتفع.

المعالجة الإحصائية:

للإجابة عن أسئلة الدراسة، استخدم برنامج SPSS لفحص الأسئلة كالتالي:

● للإجابة عن سؤال الدراسة الأول، استخرجت المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس القلق الاجتماعي.

● للإجابة عن سؤال الدراسة الثاني، استخدم تحليل التباين السداسي (Way ANOVA 6) لاستجابات عينة الدراسة على مقياس القلق الاجتماعي

متغيرات الدراسة

- المتغير التابع: أعراض اضطراب القلق الاجتماعي
- المتغيرات المستقلة:
 - مدة وقوع الطلاق
 - الفئة العمرية
 - المستوى التعليمي
 - عدد الأبناء
 - الوضع الاقتصادي
 - مدة استمرار الزواج

نتائج الدراسة ومناقشتها

الناتج المتعلقة بالسؤال الأول: ما مستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي لدى المطلقات في عمان؟ للإجابة عن السؤال الأول حسب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي لدى المطلقات في عمان، والجدول (3) يبين النتائج.

الجدول (3)

| الرقم | الرتبة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | التقدير |
|-------|--------|-----------------|-------------------|---------|
| 9 | 1 | 3.32 | .840 | مرتفع |
| 8 | 2 | 3.18 | .927 | مرتفع |
| 10 | 3 | 3.15 | .889 | مرتفع |
| 3 | 4 | 3.14 | .869 | مرتفع |

في عمان، والجدول (4) يبين النتائج.

الجدول (4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي تبعاً لمدة وقوع الطلاق، والفئة العمرية، والمستوى التعليمي، وعدد الأبناء، والوضع الاقتصادي، ومدة استمرار الزواج

| المتغيرات | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري |
|---------------------|-----------------|-------------------|
| سنة أو أقل | 3.16 | .88 |
| 2 - 4 | 3.20 | .74 |
| 5 - 7 | 3.12 | .59 |
| 8 - 10 | 3.03 | .77 |
| أكثر من 11 | 2.77 | .74 |
| أقل من 26 سنة | 3.17 | .74 |
| 27 - 34 | 3.11 | .72 |
| 35 - 42 | 3.00 | .76 |
| 43 - 50 | 3.13 | .79 |
| أكثر من 51 | 3.11 | .85 |
| دون الثانوية العامة | 2.90 | .88 |
| ثانوية عامة | 2.63 | .73 |
| بكالوريوس | 3.21 | .72 |
| ماجستير | 3.44 | .47 |
| دكتوراه | 3.04 | .74 |
| لا يوجد | 3.23 | .70 |
| 1.00 | 2.80 | .77 |
| 2.00 | 3.09 | .74 |
| 3.00 | 3.08 | .81 |
| 4 أو أكثر | 3.20 | .74 |
| منخفض | 2.75 | .78 |
| متوسط | 3.20 | .73 |
| مرتفع | 2.87 | .61 |
| سنة أو أقل | 3.25 | .75 |
| 2 - 5 | 2.91 | .72 |
| 6 - 10 | 2.98 | .68 |
| 11 - 18 | 3.12 | .90 |
| أكثر من 19 | 3.50 | .40 |

وقوع الطلاق، والفئة العمرية، والمستوى التعليمي، وعدد الأبناء، والوضع الاقتصادي، ومدة استمرار الزواج، ولمعرفة فيما إذا كانت هذه الفروق الظاهرية ذات دلالة إحصائية استخدم تحليل التباين السداسي (WAY ANOVA 6)، والجدول (5) يبين النتائج.

الجدول (5)

تحليل التباين السداسي (WAY ANOVA 6) للفروق في المتوسطات الحسابية لمستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي تبعاً لمتغيرات الدراسة

| مصدر التباين | مجموع المربعات | درجات الحرية | متوسط المربعات | قيمة ف | مستوى دلالة | مربع إيتا |
|--------------------|----------------|--------------|----------------|--------|-------------|-----------|
| مدة وقوع الطلاق | 7.992 | 4 | 1.998 | 4.36 | .002 | .047 |
| الفئة العمرية | 3.232 | 4 | .808 | 1.76 | .135 | .019 |
| المستوى التعليمي | 15.45 | 4 | 3.864 | 8.44 | .000 | .087 |
| عدد الأبناء | 5.728 | 4 | 1.432 | 3.12 | .015 | .034 |
| الوضع الاقتصادي | 3.021 | 2 | 1.511 | 3.30 | .038 | .018 |
| مدة استمرار الزواج | 4.679 | 4 | 1.170 | 2.55 | .039 | .028 |
| الخطأ | 162.5 | 355 | .458 | | | |
| الكلية | 216.5 | 377 | | | | |

قيمة التباين المفسر R2=250.

يبين الجدول (5) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي تعزى للفئة العمرية، فبلغت قيمة ف (1.765)، وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي تعزى لمدة وقوع الطلاق، والمستوى التعليمي، وعدد الأبناء، والوضع الاقتصادي، ومدة استمرار الزواج، فكانت قيمة ف دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، وقد بلغت قيمة مربع إيتا لأثر مدة وقوع الطلاق على أعراض اضطراب القلق الاجتماعي (4.7%)، أما للمستوى التعليمي (1.9%)، بينما لعدد الأبناء كانت (3.4%)، وكانت للوضع الاقتصادي (1.8%)، في حين كانت لمدة استمرار الزواج (2.8%)، وقد بلغ التباين المفسر للمتغيرات مجتمعة (25%) من مستوى القلق الاجتماعي لدى المطلقات، ولتحديد الفئة التي تعد الفروق لصالحها استخدمت اختبار شيفيه للمقارنات البعدية والجدول (6) يبين النتائج.

الجدول (6)

نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية للفروق في مستوى جودة الحياة الزوجية تبعاً للفئة العمرية

| المتغير | مستويات المتغير | الفروق في المتوسطات | الخطأ المعياري | الدلالة الاحصائية |
|-----------------|-----------------|---------------------|----------------|-------------------|
| مدة وقوع الطلاق | 4 - 2 | -.0387 | .1006 | .997 |
| | 7 - 5 | .0452 | .1006 | .995 |
| | 10 - 8 | .1289 | .1190 | .883 |
| | أكثر من 11 | .3866* | .1176 | .031 |

يبين الجدول (4) وجود فروق ظاهرية في المتوسطات الحسابية لمستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي تبعاً لمدة

يبين الجدول رقم (6) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أعراض اضطراب القلق الاجتماعي تعزى لمدة وقوع الطلاق لصالح سنة أو أقل، ومن سنتين إلى (4 سنوات مقارنة بأكثر من) 11 (سنة؛ إذ كان المتوسط الحسابي لمدة وقوع الطلاق أكثر من) 11 (سنة أقل، ووجود فروق تعزى للمستوى التعليمي لصالح الماجستير والبيكالوريوس مقارنة بالثانوية العامة؛ إذ حصلت المطلقات من حملة شهادة الثانوية العامة على متوسط حسابي أقل، ولصالح الماجستير مقارنة بدون الثانوية العامة؛ إذ حصلت المطلقات دون الثانوية العامة على متوسط حسابي أقل، أما عدد الأبناء فقد كانت هناك فروق لصالح عدم وجود الأبناء مقارنة باللاتي لديهن طفل واحد؛ إذ كانت اللواتي لديهن طفل واحد حاصلات على متوسط حسابي أقل، ووجود فروق تعزى للوضع الاقتصادي لصالح المتوسط مقارنة بالمنخفض؛ إذ حصلت اللاتي وضعهن الاقتصادي متوسطاً على متوسط حسابي أقل، أما مدة استمرار الزواج فقد كانت هنالك فروق لصالح السنة أو أقل مقارنة بالسنتين إلى (5 سنوات؛ إذ حصلت المطلقات اللواتي استمرت مدة زواجهن بين سنتين إلى) 5 (سنوات على متوسط حسابي أقل، ولصالح أكثر من) 19 (سنة مقارنة بسنتين إلى) 5 (سنوات، ومن) 6 (إلى) 10 (سنوات فقد حصلت اللواتي استمر زواجهن بين سنتين إلى) 5 (سنوات، ومن) 6 (إلى) 10 (سنوات على متوسط حسابي أقل، كما تبين عدم وجود فروق بين المستويات الأخرى.

ويمكن عزو نتيجة الفروق في القلق الاجتماعي تبعاً لمدة وقوع الطلاق إلى أنه في بداية الحدث الضاغط تكون الأفكار والمشاعر المتولدة منه كثيرة وقوية، مما يؤدي على ارتفاع القلق الاجتماعي، ومع مرور السنوات تبدأ المطلقة بالتكيف مع وضعها الحالي، مما يؤدي إلى انخفاض القلق تدريجياً، إضافة إلى ذلك فإن تكرار التعرض للضغوط النفسية ومواجهته ينمي أساليب التعامل معه وفقاً لقانون التعرض للضغط، فكلما زادت عدد الضغوط على الفرد زادت القدرة على مواجهته والتكيف معه.

ويمكن عزو نتيجة عدم وجود الفروق في القلق الاجتماعي تبعاً للفئة العمرية إلى أن تأثير الطلاق على المرأة يبدأ عند حدوثه بغض النظر عن عمر المرأة، والضغط النفسي الناتج عن الطلاق صنفه البروفيسور ويلكنسون على أنه من الضغوطات العالية جداً المؤثرة على الفرد بغض النظر عن عمره (ويلكنسون، 2013)، وبدوره يسبب القلق الاجتماعي في أي مرحلة من مراحل الحياة في مستويات متقاربة.

ويمكن عزو نتيجة الفروق في القلق الاجتماعي تبعاً للمستوى التعليمي أنه كلما ارتفع المستوى التعليمي للمطلقة فإن عدد المعارف، والوعي بأفكار المجتمع يزداد مع ازدياد اختلاطها بالمجتمع، وبالتالي فإن المطلقة التي درست البكالوريوس والماجستير خالطت العديد من الأشخاص وتعرضت إلى نبذ اجتماعي أكثر من المطلقة التي أوقفت دراستها عند الثانوية العامة أو ما قبلها.

ويمكن عزو نتيجة الفروق في القلق الاجتماعي تبعاً لعدد الأبناء إلى أن المرأة المطلقة التي لديها طفل واحد يمكنها أن تعيله، وتستمتع بتربيته وإعالتة، وأنه سيبقى معها وسيكون سنداً لها عند تقدمها بالسن، بينما المطلقة التي ليس لديها أبناء يورقها كونها

| المتغير | مستويات المتغير | الفروق في المتوسطات | الخطأ المعياري | الدلالة الاحصائية |
|---------------------|-----------------|---------------------|----------------|-------------------|
| | 5 - 7 | .0839 | .0992 | .949 |
| | 2 - 4 | .1676 | .1178 | .732 |
| | أكثر من 11 | .4253* | .1164 | .011 |
| | 5 - 7 | .0837 | .1178 | .973 |
| | أكثر من 11 | .3415 | .1164 | .074 |
| | 8 - 10 | .2578 | .1327 | .439 |
| | ثانوية عامة | .2720 | .1303 | .362 |
| دون الثانوية العامة | بكالوريوس | -.3101 | .1109 | .101 |
| | ماجستير | -.5314* | .1443 | .010 |
| | دكتوراه | -.1376 | .1572 | .943 |
| المستوى التعليمي | بكالوريوس | -.5821* | .0969 | .000 |
| | ثانوية عامة | -.8034* | .1339 | .000 |
| | دكتوراه | -.4096 | .1476 | .106 |
| | ماجستير | -.2213 | .1151 | .450 |
| بكالوريوس | دكتوراه | .1725 | .1308 | .784 |
| ماجستير | دكتوراه | .3938 | .1602 | .199 |
| | 1.00 | .4240* | .1073 | .004 |
| | 2.00 | .1350 | .0964 | .744 |
| لا يوجد | 3.00 | .1444 | .1033 | .744 |
| | 4 أو أكثر | .0303 | .1240 | 1.000 |
| | 2.00 | -.2890 | .1089 | .136 |
| عدد الأبناء | 3.00 | -.2795 | .1150 | .209 |
| | 4 أو أكثر | -.3937 | .1339 | .073 |
| | 3.00 | .0094 | .1049 | 1.000 |
| | 2.00 | -.1047 | .1253 | .951 |
| | 3.00 | -.1142 | .1307 | .943 |
| | متوسط | -.4473* | .0827 | .000 |
| الوضع الاقتصادي | منخفض | -.1193 | .2163 | .859 |
| | متوسط | .3280 | .2079 | .290 |
| | 2 - 5 | .3393* | .1050 | .036 |
| | 6 - 10 | .2643 | .1050 | .179 |
| | 11 - 18 | .1305 | .1091 | .839 |
| | أكثر من 19 | -.2565 | .1434 | .526 |
| | 6 - 10 | -.0750 | .0976 | .964 |
| مدة استمرار الزواج | 2 - 5 | -.2088 | .1020 | .384 |
| | أكثر من 19 | -.5958* | .1381 | .001 |
| | 6 - 10 | -.1338 | .1020 | .787 |
| | أكثر من 19 | -.5208* | .1381 | .007 |
| | 11 - 18 | -.3871 | .1412 | .114 |

والاكتئاب لدى النساء السوريات المطلقات والارامل، (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الهاشمية

الخلايلة، أسماء (2016). فاعلية برنامج ارشاد جمعي يستند الى النظرية السلوكية في خفيض القلق النفسي والانسحاب الاجتماعي. مجلة كلية التربية الأساسية، الجامعة المستنصرية، 94، 897 - 924.

دائرة قاضي القضاة (2020). التقرير الاحصائي السنوي لعام 2020، (24)، الأردن.

رضوان، سامر (2007). الصحة النفسية، عمان، الأردن: دار المسيرة.

الزويري، مرام (2015). المرونة النفسية وعلاقتها بالقلق الاجتماعي لدى عينة من المطلقات وأبنائهن، (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الأردنية، الأردن.

العاسمي، رياض والعجمي، حمد والعجمي، راشد (2013). الطلاق وعلاقته بالقلق لدى عينة من المطلقات وغير المطلقات بدولة الكويت. مجلة كلية التربية، جامعة الإسكندرية، 23 (3)، 191 - 225.

عباس، لينا (2011). مظاهر التشوه الوهمي للجسد وعلاقته بالقلق الاجتماعي والوسواس القهري والشخصية الارتقائية لدى طلبة الجامعات، (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، جامعة عمان العربية، عمان، الأردن.

عطية، حسام (2017). الأردن الأعلى عربياً في نسبة حالات الطلاق، الأردن: جريدة الدستور، تاريخ الاسترجاع: 2/ 6 / 2021.

<https://www.addustour.com/articles/940326>

قرشي، أميرة والأمين، محمد (2017). الطلاق وآثاره النفسية والاجتماعية، مجلة تأصيل العلوم، (3)، 1 - 28.

مشاعل، فاتن (2010). صورة الجسد لدى المرأة وعلاقتها بكل من الاكتئاب والقلق الاجتماعي وتقدير الذات، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة دمشق، دمشق، سوريا.

ويلكنسون، غريغ (2013). الضغط النفسي (ترجمة: زينب منعم)، الرياض: دار المجلة العربية.

المصادر والمراجع العربية مترجمة:

- Abu Darwish, M. and Abu Tayeh, A. and Tarawneh, I. and Alhroub, A. (2016). Characteristics of widows and divorced women in the governorates of southern Jordan and the problems they face. *The Arab Journal in the Humanities and Social Sciences*, 8 (23), 275 - 289.
- Barakat, S. (2017). *The effect of a group counseling program in reducing anxiety and depression among divorced and widowed Syrian women*, unpublished master's thesis, The Hashemite University.
- Al - Khalayleh, Asma (2016). *The effectiveness of a group counseling program based on the behavioral theory in reducing psychological anxiety and social withdrawal*. *Journal of the College of Basic Education, Al - Mustansiriyah University*, 94, 897 - 924.
- Chief Justice Chamber (2020). *Jordan: Annual Statistical Report for the year 2020*, (24),
- Radwan, S. (2007). *Mental Health, Amman, Jordan: Dar Al Masirah*.
- Zweiri, M. (2015). *Psychological resilience and its relationship to social anxiety among a sample of divorced women and their children*, (unpublished master's thesis).

ستكون وحيدة مستقبلاً إذا لم تتزوج مرة أخرى، كما لا تشعر بالأمن والاستقرار، بينما المطلقات اللواتي لديهن ابنان أو أكثر فستواجه صعوبات في إعالتهم، وإشباع حاجاتهم المختلفة لكثرتهم وكثرة متطلباتهم.

ويمكن عزو نتيجة الفروق في القلق الاجتماعي تبعاً للوضع الاقتصادي، أن نوات الدخل المنخفض بسبب خسارتهم النفسية المرتفعة للزوج والمعيّل يُصن بالبرود والبلادة أكثر من غيرهن، إضافة إلى تقديم المعونة لهن ومساعدتهن من قبل العائلة أكثر من اللواتي لديهن دخل متوسط ومرتفع، مما يقلل من فرصة تعرضهن للإساءة من قبل المجتمع. أما اللواتي لديهن دخل مرتفع فإنهن يستطعن إعالة أنفسهن مما يعطيهن القوة في اتخاذ القرار، والاستقلال بذاتهن، والدفاع عن أنفسهن، وهذا يؤدي إلى تمكينهن داخل المجتمع أكثر من نوات الدخل المتوسط اللواتي يكفين دخلهن، ولكنهن يبقين قلقات لعدم امتلاك القوة التي تمكنهن في المجتمع.

أظهرت النتائج وجود الفروق في القلق الاجتماعي تعزى لمدة استمرار الزواج فكانت أعلى مستوى من القلق الاجتماعي لدى اللواتي استمر زواجهن سنة مرتفعاً، ثم انخفض لدى اللواتي استمر زواجهن بين سنتين إلى 5 سنوات، ثم عاود الارتفاع تدريجياً إلى أن وصل إلى حد مرتفع لدى اللواتي استمر زواجهن (19 سنة فأكثر، وبالتالي يمكن عزو هذه النتيجة إلى أن استمرارية الزواج لمدة سنة أو أقل تسبب لدى المطلقة أفكاراً مختلفة عن تجربتها الفاشلة، وعن قصر المدة التي استمرت فيها أثناء الزواج، ولكن اللواتي استمر زواجهن سنتين وإلى 5 سنوات فإنهن حاولن الاستمرار لمدة أطول وأعطين فرصاً عديدة، وفي مدة الاستمرار الأكثر من 5 سنوات يزداد القلق الذي قد يعزى إلى أفكار متعلقة بالتخلي عن الشريك بعد عمر وعشرة زوجية طويلة.

التوصيات:

1. تقديم برامج علاجية للمطلقات لخفض أعراض اضطراب القلق الاجتماعي لديهن.
2. مراعاة الفروق الفردية بين المطلقات تبعاً لاختلاف المتغيرات الديموغرافية، نحو مدة وقوع الطلاق، والمستوى التعليمي، وعدد الأبناء، والوضع الاقتصادي، ومدة استمرار الزواج عند تقديم البرامج العلاجية والوقائية لهن.
3. إعداد برامج وقائية من النوع الثالث لإعادة تأهيل المطلقات، ومساعدتهن في الاندماج في المجتمع.
4. تنمية البرامج الوطنية والدولية في الأردن لتمكين النساء المطلقات نفسياً.

المصادر والمراجع العربية:

- أبو درويش، منى وأبو تايه، عايدة والطراونة، إخلاص والحروب، عامر (2016). خصائص الأرامل والمطلقات في محافظات جنوب الأردن والمشكلات التي يواجهنها، المجلة العربية في العلوم الإنسانية والاجتماعية، 8 (23)، 275 - 289.
- بركات، سلسبيل (2017). أثر برنامج ارشاد جمعي في التقليل من القلق

Jordan: University of Jordan.

- Al - Asmy, R. and Al - Ajmi, H. and Al - Ajmi, R. (2013). Divorce and its relationship to anxiety among a sample of divorced and non - divorced women in the State of Kuwait. *Journal of the Faculty of Education, Alexandria University*, 23 (3) , 191 - 225.
- Abbas, L. (2011). *Manifestations of delusional deformation of the body and its relationship to social anxiety, obsessive - compulsive disorder, and suspicious personality among university students, (unpublished doctoral thesis). Jordan, , Amman: Amman Arab University.,*
- Attia, H. (2017). Jordan is the highest Arab country in the rate of divorce cases, *Jordan: Al - Dustour Newspaper*, date of retrieval: 2/ 6/ 2021. [https:// www. addustour. com/ articles/ 940326](https://www.addustour.com/articles/940326)
- Qureshi, A. and Al - Amin, M. (2017). Divorce and its Psychological and Social Effects, *Ta' seel Al - Uloom Journal*, (3) , 1 - 28.
- Mashaal, F. (2010). *Women's body image and its relationship to depression, social inferiority and self- esteem, (unpublished master's thesis). Syria, Damascus: Damascus University.*
- Wilkinson, G. (2013). *Psychological Stress (Translation by: Zainab M.). Riyadh: Dar Al - Majalla Al - Arabiya.*

المصادر والمراجع الأجنبية:

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM - 5®)*. American Psychiatric Pub.
- Tarkhan, M. , Ismaeilpoor, M. , & Tizdast, T. (2013). A study of the relationship between social anxiety, social self - efficacy and body image in the girl students of the Islamic Azad University at Tonekabon Branch. *European Online Journal of Natural and Social Sciences*, 2 (4) , 510 - 704.
- VandenBos, G. R. (2007). *APA dictionary of psychology*. American Psychological Association.
- Zafar, N. , & Kausar, R. (2014). Emotional and social problems in divorced and married women. *Education*, 2350, 21 - 22.