

الخصائص السيكومترية لمقياس الكفايات الشخصية لدى الأزواج المنفصلين بالخلع

أ/ إيمان إبراهيم الفيل
باحثة ماجستير – قسم الصحة النفسية
والإرشاد النفسي
كلية التربية – جامعة عين شمس

أ.م.د/ سارة حسام الدين مصطفى
أستاذ مساعد الصحة النفسية
والإرشاد النفسي
كلية التربية – جامعة عين شمس

أ.د/ طلعت منصور
أستاذ الصحة النفسية
والإرشاد النفسي
كلية التربية – جامعة عين شمس

ملخص البحث

تهدف الدراسة الحالية إلى التحقق من الخصائص السيكومترية الكفايات الشخصية لدى الأزواج المنفصلين بالخلع وتكونت العينة من (٨٠) فرد من المنفصلين بالخلع وقد تم حساب الصدق باستخدام معاملات الصدق والثبات لمقياس الكفايات الشخصية عن طريق الصدق العاملي التوكيدي، كما تم حساب الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية تعتمد معادلة ألفا كرونباخ على تباينات أسئلة الاختبار، وتشتترط أن تقيس بنود الاختبار سمة واحدة فقط، ولذلك قامت الباحثة بحساب معامل الثبات لكل بعد على انفراد، أما في طريقة التجزئة النصفية فقامت الباحثة بقياس معامل الارتباط لكل بُعد بعد تقسيم فقراته لقسمين (قسمين متساويين إذا كان عدد عبارات البعد زوجي - غير متساويين إذا كان عدد عبارات البعد فردي) ثم إدخال معامل الارتباط في معادلة التصحيح للتجزئة النصفية لسبيرمان براون ، وقد أظهرت نتائج الدراسة مؤشرات مرتفعة لصدق وثبات المقياس.

الخصائص السيكومترية لقياس الكفايات الشخصية لدى الأزواج المنفصلين بالخلع

أ/ إيمان إبراهيم الفيل
باحثة ماجستير – قسم الصحة النفسية
والإرشاد النفسي
كلية التربية – جامعة عين شمس

أ.م.د/ سارة حسام الدين مصطفى
أستاذ مساعد الصحة النفسية
والإرشاد النفسي
كلية التربية – جامعة عين شمس

أ.د/ طلعت منصور
أستاذ الصحة النفسية
والإرشاد النفسي
كلية التربية – جامعة عين شمس

مقدمة :

تعتبر الكفاية الشخصية Self-Efficacy من المتغيرات النفسية المهمة التي توجه سلوك الفرد، وتسهم في تحقيق أهدافه الشخصية، فالأحكام والمعتقدات التي يمتلكها الفرد حول قدراته، وامكاناته لها دور مهم في التحكم في البيئة؛ مما يسهم في زيادة القدرة على الإنجاز. وعندما يواجه الفرد مشكلة ما أو موقف ما يتطلب الحل فإن الفرد قبل أن يقوم بسلوك ما يعزو لنفسه القدرة على القيام بهذا السلوك، وهذا ما يشكل الشق الأول من الكفاءة أو الفاعلية الذاتية في حين يشكل ادراك هذه القدرة الشق الثاني من الكفاءة الذاتية، كما أنها أساسا مهما لتحديد مستوى دافعيته ومستوى صحته النفسية، وقدرته على الإنجاز الشخصي، فمستوى الكفاءة الذاتية يؤثر على نوعية النشاطات التي يختار الفرد تأديتها، وعلى كمية الجهد الذي يبذله لإنجاز مهمة أو نشاط ما، وعلى طول مدة المقاومة التي يبديها الفرد أمام العقبات التي تعترض طريقه والعكس صحيح ومما لا شك فيه أن مكونات الكفاءة الذاتية لها علاقة وتأثير وانعكاس على العديد من المتغيرات النفسية، لذلك أصبح مفهوم الكفاءة الذاتية ذا أهمية بارزة. (نهلة متولي السيد، ٣، ٢٠١٠)

ويعد (باندورا) أحد علماء النفس أول من أشار إلي مفهوم الكفاءة الذاتية إذ يرتبط هذا المفهوم بالاعتقادات التفاؤلية لدى الأفراد بكونه قادراً على التعامل مع أشكال مختلفة من المواقف والصعوبات التي تواجهه أثناء أداء المهام الإعتيادية والمهارات العامة وصولاً للهدف المراد تحقيقه وتؤثر توقعات الكفاءة الذاتية في اختيار الأداء اليومي للفرد. ولقد زاد الاهتمام في الآونة الأخيرة بالبحث في إدراك الكفايات الذاتية والشخصية وهو يعتبر قريب جداً من البحث الذي يتناول مفاهيم الهوية الشخصية Personal Identity ومفهوم الذات، وتقدير

الخصائص السيكومترية لمقياس الكفايات الشخصية

الذات، وغيرها من المفاهيم المتعلقة بالذات، كما بدأ التحول من تناول النماذج أحادية البعد إلى النماذج متعددة الأبعاد لتقويم الذات Self-evaluation . إلا أنه على أية حال لم توجد دلائل إمبريكية مؤكدة على وجود تمايز بين مجالات الكفاءات المعرفية، والاجتماعية، والبدنية، ولكن توجد دلائل على وجود درجة متوسطة من الارتباطات الدالة بين كفاءات تلك المجالات. وينعكس الطلاق أحيانا بصورة إيجابية على المرأة، فتصبح مكافحة تسعى وراء رزقها ورزق الأولاد، وفي ظل الظروف الاقتصادية الصعبة، فهي الأم والأب معا، والقانون لا يقف الى جانبها لا قبل الطلاق ولا بعده. (علاء جبار عبود ، ٢٠١٣ ، ٣٥)

وتعد الأسرة هي اللبنة الأساسية في بناء المجتمع فهي حجر أساس المجتمع، حيث إنَّها تمثل الأساس الاجتماعي في تشكيل وبناء شخصيات أفراد المجتمع والامة والزواج اصلها... ولكن قد يمر الفرد (الزوجين) بكثير من العواصف قد تؤدي إلى الطلاق فإن الطلاق لا يعني بالضرورة الشتات، قد يكون في بعض الأحيان صلاحاً للأسرة، خاصة اذا كان الزوجان صالحين، وعلى الزوجين أن يحترم كل منهما الآخر، ولكل منهما أن يأخذ حقوقه بعد الطلاق، وأن تكون علاقتهما ودية، خاصة اذا كان هناك أولاد وأن لا ينسيا العشرة بينهما وأنهما في يوم من الأيام كانا في بيت واحد. وإن وجدت المرأة أن الطلاق هو الحل الوحيد، فإنها تخطط له بشكل أدق وتتحدى بالصبر وتدريب نفسها على كيفية التعامل مع النتائج وتصبر أكثر من الرجل وعندها طاقة إيجابية من وراء الصبر في التخفيف من معاناتها وتتأقلم مع الواقع عكس الرجل الذي يفاجأ عندما تطلب زوجته الطلاق، وإن استحالة الحياة بينهما فيكون الخلع أحد هذه الحلول. (خالد عبدالرحمن ياسين أحمد ، ٢٠١٨ ، ٣٧).

■ أولاً : مشكلة الدراسة :

لقد لوحظ في الفترة الأخيرة زيادة نسبة الانفصال بين الأزواج سواء بالطلاق أو بالخلع، فقد كشفت النشرة المستوية لإحصاءات الزواج والطلاق لعام ٢٠١٨ والتي يصدرها الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء أن عدد إسهادات الطلاق بلغت ٢١١ ألفا و ٥٥٤ إسهاداً عالم ٢٠١٨ مقابل ١٩٨ ألفا و ٢٦٩ إسهادا عام ٢٠١٧ بنسبة زيادة ٦,٧%. وسجلت أعلى نسبة طلاق بسبب الخلع إلى ٨٣,٥ % (الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء، ٢٠١٨: ١٣).

أ/ إيمان إبراهيم الفيل

لذلك فإن الباحثة قد وجدت أنه من الضروري أن يتم دراسة هذا الموضوع والذي يمثل عينة كبيرة من المجتمع. ودراسة الآثار المترتبة عليه خاصة قلق المستقبل الناتج عنه وزيادته بشكل كبير عند كلا الزوجين خاصة المرأة وتأثير ذلك على الكفايات الشخصية لكلا منهما. ومن هنا تظهر أهمية بناء المقياس.

▪ **ثانياً : هدف الدراسة :**

تهدف الدراسة إلي بناء مقياس الكفايات الشخصية لدى الأزواج المنفصلين بالخلع ، وتتوفر فيه شروط الصدق والثبات المناسبة.

▪ **ثالثاً : أهمية الدراسة:**

يتحدد أهمية الدراسة الحالية في توفير أداة لقياس بعض جوانب الصحة النفسية (الكفايات الشخصية) لدى انفصال الأزواج بالخلع مما يساهم في استخدامها لأغراض البحث العلمي في مجال الإرشاد النفسي والعلاج الأسري.

▪ **رابعاً : مصطلحات الدراسة:**

• الكفاية الشخصية: Personal Efficacy

وتعرف بأنها قدرات ومهارات معرفية وادائية ووجدانية يمكن ملاحظتها (علوي وإبراهيم، ٢٠٠٧: ١٠٢)

وقد تم تحديد الكفاية الشخصية إجرائية على انهاء : الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة من خلال إجاباتهم على بنود مقياس الكفاية الشخصية المستخدم في هذه الدراسة.

▪ **خامساً : الدراسات السابقة:**

• دراسة جونغريرت وروساندر (Tomas Jungert & Michael Rosander, 2010)

: هدفت إلى التعرف على العلاقة بين استخدام الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات والكفاءة الذاتية وأثرها على بيئة الدراسة لدى طلاب الدراسات العليا وكانت عينة الدراسة مكونة من ٢٧٥ طالباً، وتشير النتائج إلى أن وجود فروق بين الطلاب الذين استخدموا الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات والطلاب الذين لم يستخدموا هذه الاستراتيجيات لصالح الطلاب الذين استخدموا الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات. كما أظهرت النتائج وجود فروق في تأثير الكفاءة الذاتية العالية على نشاط

الخصائص السيكومترية لمقياس الكفايات الشخصية

الطلاب وفي دراستهم. وظهر ذلك من خلال الانخراط في النقاش مع اساتذتهم بعكس الطلاب الذين ليس لديهم كفاءة ذاتية عالية.

- **دراسة عطف محمود أبو غالي (٢٠١٢):** اهتمت هذه الدراسة بالكشف عن العلاقة بين الكفاية الشخصية وضغوط الحياة لدى الطالبات المتزوجات في جامعة الأقصى، إذ تكونت عينة الدراسة من (١٦٠) طالبة متزوجة في جامعة الأقصى، وتم استخدام مقياسي الكفاية الشخصية وضغوط الحياة من إعداد الباحثة، وأهم النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة: أن هناك علاقة ارتباطية سالبة بين الكفاية الشخصية وضغوط الحياة لدى الطالبات المتزوجات، كما أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق في ضغوط الحياة بين الطالبات المتزوجات من ذوات الكفاية الشخصية المرتفعة والمنخفضة لصالح ذوات الكفاية الشخصية المنخفضة.
- **دراسة مها أحمد محمد الرزاز (٢٠١٦)،** بعنوان: الرضا المهني وعلاقته بالكفاءة الذاتية لدى معلمات رياض الأطفال بمحافظة الغربية. هدف البحث إلى بيان "الرضا المهني وعلاقته بالكفاءة الذاتية لدى معلمات رياض الأطفال بمحافظة الغربية". واستخدم البحث المنهج الوصفي. وتكونت عينة البحث من ٤٥ معلمة من معلمات رياض الأطفال تم اختيارهم عشوائية من مدارس رياض الأطفال التابعة للإدارات الثمانية بمحافظة الغربية أسمنود - قطور - السنطة-زفتى-طنطا-بسيون - المحلة الكبرى-كفر الزيات، وتمثلت أدوات البحث في مقياس الرضا المهني ، ومقياس الكفاءة الذاتية ، وتوصل البحث إلى جملة من النتائج منها: أنه كلما ازداد الرضا المهني للمعلمة زاد شعورها بالثقل النفسي وتمتعها بمكانة اجتماعية وتقدير من الآخرين وحصولها على التشجيع والمكافآت المادية وإعطائها فرص التقدم والرقي المهني كلما ازدادت ثقة المعلمة بنفسها وقدرتها على إنجاز الأعمال وتمتعها بالصبر، والثاني في العمل بالإضافة إلى قدرتها على مواجهة الآخرين ومشاركتهم.
- **دراسة سيد عبدالعظيم محمد عبدالوهاب (٢٠١٧)،** بعنوان : الهدف في الحياة كمنبئ للقدرة على تحمل الإحباط والكفاءة الذاتية لدى عينة من طلبة كلية التربية جامعة الملك فيصل. هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين الهدف في الحياة وكل من: القدرة على تحمل الإحباط والكفاءة الذاتية، وكذلك تعرف مدى إسهام الهدف

أ / إيمان إبراهيم الفيل

في الحياة في النيل بالقدرة على تحمل الإحباط والكفاءة الذاتية والكشف عن الفرق بين الذكور والإناث في الهدف في الحياة، ولتحقيق هذه الأهداف قام الباحثون بتطبيق أدوات البحث (مقياس الهدف في الحياة، ومقياس تحمل الإحباط، ومقياس الكفاءة الذاتية) على عينة قوامها (٢٠٠) طالبة بواقع (١٠٠) من الذكور و(١٠٠) من الإناث من طلاب كلية التربية بجامعة الملك فيصل. واستخدمت معاملات الارتباط، واختيارت، تحليل الانحدار كأساليب إحصائية للتحقيق من صحة فروض البحث. وتوصلت نتائج الدراسة إلى: ارتفاع مستوى الهدف في الحياة والكفاءة الذاتية والقدرة على تحمل الإحباط لدى عينة البحث، وعدم وجود فرق دال إحصائياً بين الجنسين في الهدف في الحياة، ووجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الهدف في الحياة وكل من: القدرة على تحمل الإحباط والكفاءة الذاتية، وأن الهدف في الحياة يسهم في التنبؤ بالقدرة على تحمل الإحباط والكفاءة الذاتية لدى عينة البحث. وفي ضوء هذه النتائج تم صياغة مجموعة من التوصيات التربوية.

- **دراسة هاني مصطفى عبد الرازق محمد وآخرون (٢٠١٩)**، بعنوان: الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالتفكير التأملي لدى معلمي التربية الخاصة. هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الكفاءة الذاتية والتفكير التأملي لدى عينة من معلمي التربية الخاصة بمحافظة كفر الشيخ قوامها (١٠٠) معلم ومعلمة ممن تتراوح أعمارهم بين (٤٠ - ٥٠) عاماً بمتوسط عمري (٤٥,٣) وانحراف معياري (١٧٢) واستخدمت الدراسة مقياس الكفاءة الذاتية، ومقياس التفكير التأملي وجميعهم من إعداد الباحث، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين الكفاءة الذاتية والتفكير التأملي (الأبعاد والدرجة الكلية).
- **دراسة إيمان عبدالوهاب محمود (٢٠٢٠)**، بعنوان: مهارات إدارة الذات وعلاقتها بالكفاءة الذاتية والتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة. هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى إدارة الذات - مستوى الكفاءة الذاتية - مستوى التوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة، كما هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين إدارة الذات والكفاءة الذاتية، وأيضاً الكشف عن العلاقة بين إدارة الذات والتوافق المهني، بالإضافة إلى التعرف على الفروق بين متوسط درجات أفراد العينة (ذكور / إناث) في كل من مهارات

الخصائص السيكومترية لمقياس الكفايات الشخصية

إدارة الذات - الكفاءة الذاتية - التوافق النفسي. ولتحقيق هذه الأهداف، تم تطبيق مقياس إدارة الذات - مقياس الكفاءة الذاتية - مقياس التوافق المهني (إعداد الباحثة) ، اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي المقارن ، تكونت عينة الدراسة من (١٤٤) معلم ومعلمه من مدارس التربية الخاصة الحكومية بمحافظة الجيزة . أسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية وارتباطية موجبة في مستوى مهارات إدارة الذات والكفاءة الذاتية والتوافق المهني لدى أفراد العينة من معلمي التربية.

سادساً : خطوات بناء المقياس :

قامت الباحثة بإتباع الخطوات التالية في بناء مقياس الكفايات الشخصية لدى الأزواج المنفصلين بالخلع :

- أ- تحديد تعريف الكفايات الشخصية بأنه : " هي عبارة عن مجموعة من التوقعات العامة التي يمتلكها الأفراد أو الشخص والتي تقوم على الخبرة الماضية فيما لديهم من قدرات تمكنهم من النجاح في حل مشكلاتهم ومواجهتها، وذلك اعتماداً على ما اكتسبوه من خبرات سابقة تساعدهم في التنبؤ بقدرتهم على النجاح في المواقف الجديدة" .
 - ب- قامت الباحثة بالاطلاع على العديد من البحوث والدراسات العربية والأجنبية التي تناولت الكفايات الشخصية ، وعلى عدد من المقاييس التي صممت لقياس الكفايات الشخصية، وذلك بهدف تحديد أبعاد وبنود تساهم في بناء المقياس، ومن هذه المقاييس: مقياس الكفايات الشخصية (ايثار منتصر شعلان، ٢٠١٩) ، (جيهان عيسى ابو راشد العمران، ٢٠١٨)، (نصيرة دبي، ٢٠١٧) ، و (أحمد الشوا، ٢٠١٦) ، و شفارتسر (Schfartzer, 2004) ، ودوير وكمنجز (Dwyer & Cummings, 2001) ؛ ومقياس أهداف الحياة (نادر فتحي قاسم ، ٢٠١٥) ؛ ومقياس إدارة الذات (عبير محمد بالمنعم ، ٢٠٢٠) ، (عبدالمنعم أحمد محمود الدردير ، ٢٠١٨) (طلعت منصور، ٢٠١٥) ؛ ومقياس التوافقية (ملال خديجة، ٢٠١٧)، (وليد خالد رجب، ٢٠١٣) (سامي خليل فحجان ، ٢٠١٠)؛ ومقياس المسؤولية الاجتماعية (سامي خليل فحجان ، ٢٠١٠) ؛ ومقياس الصلابة النفسية (طلعت منصور غبريال ، ٢٠٢١)، (سميرة محمد إبراهيم شند ، ٢٠١٨) .
- وقد يلاحظ على المقاييس السابقة ذات صلة وثيقة بموضوع المقياس الحالي وهي في مجملها ذات فائدة للدراسة الحالية في تحديد بعض أبعاد المقياس.

ج- وفي ضوء تعريف الكفايات الشخصية لدى الأزواج المنفصلين بالخلع وبعد الإطلاع على ما كُتب عن الكفايات الشخصية والدراسات السابقة، تمكنت الباحثة من تحديد أبعاد المقياس، وقد تم تحديد هذه الأبعاد تحديداً إجرائياً، يمكن قياسه، وصيغت عبارات المقياس لتكون بمثابة ترجمة للأبعاد في عبارات مقيسه .

- تبنت الباحثة الحالية الأبعاد التالية للكفايات الشخصية لدى الأزواج المنفصلين بالخلع: التوافقية
- إدارة الذات
- الرعاية
- الأهداف في الحياة
- الصلابة النفسية
- المساندة الاجتماعية

■ وصف المقياس :

أولاً : تعريف الكفايات الشخصية

يشير تعريف الكفايات الشخصية إلى أنه عبارة عن مجموعة من الخبرات والقدرات العقلية والجسمية والانفعالية و التوقعات العامة التي يمتلكها الأفراد أو الشخص والتي تقوم على الخبرة الماضية فيما لديهم من قدرات تمكنهم من النجاح في حل مشكلاتهم ومواجهتها، وذلك اعتماداً على ما اكتسبوه من خبرات سابقة تساعدهم في التنبؤ بقدرتهم على النجاح في المواقف الجديدة" .

ثانياً : أبعاد الكفايات الشخصية :

فيما يلي عرض أبعاد المقياس الستة مع التعريفات الإجرائية كما حددها الباحثة :

١- البعد الأول : التوافقية **Adaptability**:

أن التوافق أو التكيف هو عملية دينامية وظيفية ومستمرة يهدف فيها الفرد بالأساس على تحقيق الانسجام بينه وبين نفسه أولاً، ثم بينه وبين البيئة التي ينتمي إليها، ويتحقق التكيف من خلال تغيير الفرد لسلوكه حسب المؤثرات المختلفة للوصول إلى حالة من الاستقرار النفسي والاجتماعي. فالتكيف والتوافق هما وجهان لعملة واحدة، بحيث يستخدم مصطلح التكيف لوصف عملية الاستبعاد التي يقوم بها الفرد، أي التغيير في نمط السلوك في محاولة

الخصائص السيكومترية لمقياس الكفايات الشخصية

لتحقيق التوافق، حيث يعتمد التكيف على طريقة ودرجة إشباع الدوافع، أي أن التكيف هو عملية ديناميكية مستمرة يهدف بها الشخص إلى تغيير سلوكه من أجل تحقيق التوافق بينه وبين مجتمعه، في حين أن التوافق هو عموماً تكيف الشخص مع بيئته ومعاييرها.

٢- البعد الثاني: الأهداف في الحياة Life goals

إن الأهداف في الحياة نوعان أساسيان:

" هي أهداف قصيرة المدى: وهي الأهداف التي تحققها في المستقبل القريب. تساعد هذه الأهداف على التفكير في ما يمكن القيام به في العام المقبل لتحقيق أحلام. يمكنك التفكير في الأهداف قصيرة المدى كوحدة أصغر ذات أهداف أكبر، والخطوات الأصغر التي تربط بأحلام الأكبر، إن تحديد أهداف قصيرة المدى سوف يبقي الفرد متحمساً. هذا الشعور الذي يأتي مع إنجاز شيء ما وإزالته من قائمة إنجاز الأهداف ويجعل الفرد متحمساً للربح في تحقيق المزيد.

الأهداف طويلة المدى: وهي الأهداف التي يريد الفرد تحقيقها في المستقبل البعيد ولكن عليه اتخاذ خطوات نحو تحقيقها من الآن. عادة ما تتطلب نطاقاً أوسع ووقتاً أطول لتحقيقها، ويمكن أن تتعلق الأهداف طويلة المدى بالأشياء التي يريد الفرد تحقيقها لنفسه، والأسرة، والوظيفة، والعمل، والصحة، وما إلى ذلك، مثل الحصول على درجة علمية مرتفعة مثل الدكتوراه.

٣- البعد الثالث: إدارة الذات Self-management:

" هي عملية تنظيم المصادر الشخصية لتحقيق أهداف محددة وتتضمن مجموعة من المهارات منها: إدارة الوقت ومراقبة وتعزيز وتقييم الذات وتؤثر في وتؤثر بالجوانب الثلاثة للفرد السلوك والتفكير والمشاعر .

٤- البعد الرابع: الصلابة النفسية Psychological Hardiness

تعني الصلابة في علم النفس الإيجابي القدرة على استعادة الفرد لتوازنه بعد تعرضه للمحن والصعاب، بل قد يوظف هذه المحن والصعاب في تحقيق النمو والتكامل، ومن ثم فهو مفهوم دينامي يحمل في معناه الثبات، كما يحمل الحركة. وأية ذلك أن الأطفال والشباب الذين يتعرضون للمحن والصعاب يرتبطون - في الأغلب - بنواتج سلبية، كالتسرب والتعثر الدراسي أو الجنوح ومظاهر العداء الاجتماعي أو الاضطراب النفسي، ولكنهم على الرغم من

أ / إيمان إبراهيم الفيل

ذلك يحققون النجاح والتكامل على المستوى الشخصي والاجتماعي والمهني. وأن الكفاءة النفسية الاجتماعية، وتراكم العوامل النفسية الواقية، ومسارات التفكير، والاستراتيجيات، والتعلم الاجتماعي الانفعالي .

٥- البعد الخامس : الرعاية Caring

الرعاية الذاتية أو مفهوم الـ Self Care هي عبارة عن أي فعل يقوم به الفرد بهدف تحسين صحته النفسية أو البدنية أو العاطفية. فكل فعل يفعله الفرد للاهتمام بنفسه وتحسين أدائه بشكل عام يقع أسفل شمسية الرعاية الذاتية. وإن الرعاية الذاتية الجيدة هي مفتاح تحسين المزاج وتقليل القلق . إنها أيضًا مفتاح العلاقة الجيدة مع الذات ومع الآخرين ، الرعاية الذاتية ليست فعلاً أنانيًا. وتشمل الرعاية أيضا الأسرة ومكوناتها وخصوصيتها ، حيث تقوم على روابط الزواج والدم ويسودها المودة والرحمة والتضحية والرعاية المتبادلة بين أفرادها .

٦- البعد السادس : المساندة الاجتماعية - Social Support

إن المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من خلال الأفراد والجماعات التي ينتمي إليها كالأسر كالأصدقاء كالمزلاء تقوم بدور كبير في خفض الآثار السلبية للأحداث والمواقف الضاغطة التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية .

سابعاً : إجراءات الدراسة :

اتبعت الباحثة الإجراءات المنهجية التالية

منهج الدراسة :

اتبعت الباحثة في هذه الدراسة المنهج الوصفي

عينة الدراسة:

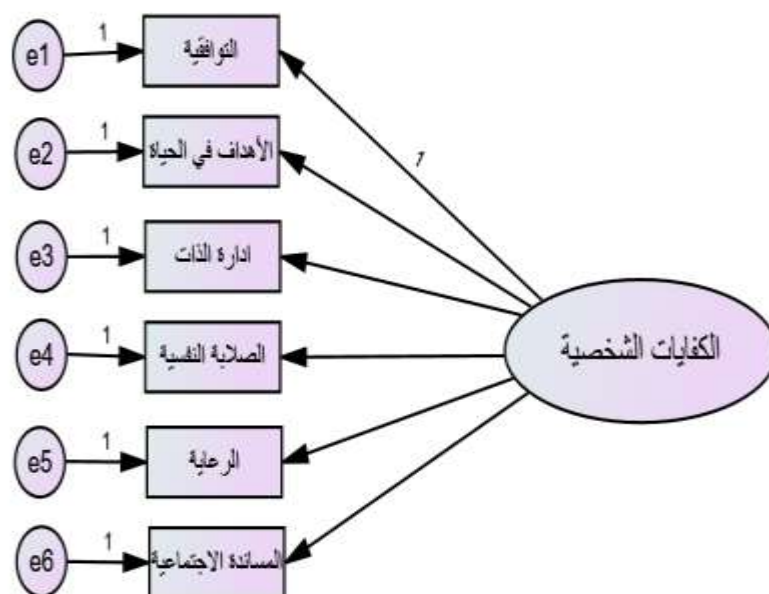
أجرى الباحث عمليات تقنين الكفايات الشخصية على (٨٠) فرد من أفراد العينة وتم حساب معاملات الصدق والثبات لمقياس الكفايات الشخصية بالطرق الآتية:

أ- الصدق العاملي التوكيدي

قام الباحث بعمل تحليل عاملي توكيدي، وقد تم افتراض وجود عامل كامن يمثل الكفايات الشخصية، ويتشعب عليه ستة متغيرات المشاهدة التي تمثل مكوناته. ويظهر الشكل (١) البنية العاملية المقترحة، ويبين الجدول (١) الأوزان الانحدارية المعيارية وغير المعيارية لتشعبات المكونات المشاهدة على العامل الكامن المرتبطة به، وكذلك دلالتها الإحصائية.

الخصائص السيكومترية لمقياس الكفايات الشخصية

ويبين الجدول (٢) قيم مؤشرات المطابقة وتفسيرها. ويوضح الشكل (١) المدى المثالي لكل مؤشر.



جدول (١) الأوزان الانحدارية المعيارية وغير المعيارية لتشعبات المكونات على العامل الكامن المرتبطة بها في مقياس الكفايات الشخصية، وكذلك دلالتها الإحصائية

الأبعاد المقاسة	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري غير المعياري	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	الدلالة
الكفايات الشخصية ← التوافقية	٠,٨٣	١,٠٠			
الكفايات الشخصية ← الأهداف في الحياة	٠,٢٦	٠,٢٧	٠,٠٦	٣,٩٩	٠,٠١
الكفايات الشخصية ← ادارة الذات	٠,٦٧	٠,٤٩	٠,٠٧	٧,٤٠	٠,٠١
الكفايات الشخصية ← الصلابة النفسية	٠,٥٤	٠,٣٥	٠,٠٥	٦,٨٦	٠,٠١
الكفايات الشخصية ← الرعاية	٠,٤٦	٠,١٢	٠,٠٤	٢,٥٠	٠,٠٥
الكفايات الشخصية ← المساندة الاجتماعية	٠,٤٧	٠,٢٧	٠,٠٤	٦,٤٦	٠,٠١

جدول (٢) مؤشرات جودة المطابقة للنموذج الكفايات الشخصية وتفسيرها.

القيمة والتفسير	مؤشرات جودة المطابقة
٦,٨١٦ (غير دالة احصائيا)	٢٤
٦	درجات الحرية
١,١٣٦ ممتاز.	النسبة بين ٢ كما إلى درجات حريتها
٠,٩٩٢ ممتاز.	مؤشر حسن المطابقة (GFI)
٠,٩٧٦ ممتاز.	مؤشر حسن المطابقة المعدل (AGFI)
٠,٩٤٦ ممتاز.	مؤشر المطابقة النسبي (RFI)
٠,٩٩٧ ممتاز.	Comparative fit index مؤشر المطابقة المقارن ممتاز. (CFI)
٠,٩٧٨ ممتاز.	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)
٠,٩٩٧ ممتاز.	مؤشر المطابقة التزايدى (IFI)
٠,٠٢٠ ممتاز.	Root Mean square of approximation (RMSEA) جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب
٠,٧٥١ ممتاز.	PClose قيمة الدلالة الخاصة باختبار الفرض الصفري بأن RMSEA ≤ 0.05

الخصائص السيكومترية لمقياس الكفايات الشخصية

<p>المؤشر / النسبة بين 2 إلى درجات حرثتها</p> <p>ممتاز مقبول غير مقبول</p> <p>1 3 5</p>	
<p>المؤشر CFI / Comparative Fit Index مؤشر المطابقة المقارن</p> <p>غير مقبول مقبول ممتاز</p> <p>0.90 0.95</p>	
<p>المؤشر SRMR / Standardized Root Mean Square Residuals جذر متوسط مربع البواقي المعياري</p> <p>ممتاز مقبول غير مقبول</p> <p>0.08 0.1</p>	
<p>المؤشر RMSEA / Root Mean square of Approximation جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب</p> <p>ممتاز مقبول غير مقبول</p> <p>0.06 0.08</p>	
<p>المؤشر PClose / قيمة الدلالة الخاصة باختبار الفرض الصفري H0: RMSEA ≤ 0.05</p> <p>غير مقبول مقبول ممتاز</p> <p>0.01 0.05</p>	

شكل (٢) المدى المثالي لمؤشرات جودة المطابقة للنموذج المقترح لبنية مقياس الكفايات الشخصية.

ويتضح من نتائج التحليل قبول نموذج التحليل العاملي التوكيدي، وهذا ما أكدته مؤشرات جودة المطابقة، والتي كانت في مداها المثالي . كما أن تشبعات جميع المكونات على العامل الكامن كانت دالة إحصائياً.

ب- ثبات المقياس:

لحساب ثبات المقياس تم استخدام طريقة ألفا - كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية تعتمد معادلة ألفا كرونباخ على تباينات أسئلة الاختبار، وتشتترط أن تقيس بنود الاختبار سمة واحدة فقط، ولذلك قام الباحث بحساب معامل الثبات لكل بعد على انفراد. أما في طريقة التجزئة النصفية فيحاول الباحث قياس معامل الارتباط لكل بُعد بعد تقسيم فقراته لقسمين (قسمين متساويين إذا كان عدد عبارات البعد زوجي - غير متساويين إذا كان عدد عبارات البعد فردي) ثم إدخال معامل الارتباط في معادلة التصحيح للتجزئة النصفية لسبيرمان براون

جدول (٣)

قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية (ن = ٨٠)

الابعاد	عدد العبارات	معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ	معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية
التوافقية	٢٥	٠,٧٩٨	٠,٧٨٥
الأهداف في الحياة	٢٥	٠,٦٩٥	٠,٦٨٢
ادارة الذات	٢٥	٠,٨٧٩	٠,٨٦٣
الصلابة النفسية	٢٥	٠,٥٧٨	٠,٥٥٥
الرعاية	٢٥	٠,٧٤٤	٠,٧٣١
المساندة الاجتماعية	٢٥	٠,٧٢٦	٠,٦٩٨
الدرجة الكلية	١٥٠	٠,٩٣٩	٠,٩٠٦

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات ألفا مرتفعة، وكذلك قيم معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية مما يجعلنا نثق في ثبات المقياس.

الخصائص السيكومترية لمقياس الكفايات الشخصية

النتائج :

توصلت نتائج الدراسة بصفة عامة إلى كفاءة مقياس الكفايات الشخصية لدى الأزواج المنفصلين بالخلع (إعداد الباحثة) حيث يتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات حيث تغطي أبعاده كافة جوانب الكفايات الشخصية لدى الأزواج المنفصلين من الناحية النفسية والإرشادية مثل التوافقية، والأهداف في الحياة، وإدارة الذات، والصلابة النفسية، والرعاية، والمساندة الاجتماعية، والتي اثبتت بدرجات مرتفعة صدق وثباتها مما يجعله صالحاً للتطبيق نظراً لما يتمتع به من خصائص سيكومترية وعلمية يحقق الخدمات الإرشادية والعلاجية من أجل تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي والصحة النفسية لديهم.

مقياس الكفايات الشخصية لدى الأزواج المنفصلين بالخلع

في صورته النهائية
(إعداد الباحثة)

تعليمات تطبيق المقياس:-

السيد الموقر /

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ،،،

يتعرض الإنسان في كثير من مراحل حياته لصعوبات وضغوطات وموالمات وقبول ورفض تؤثر على مسيرة حياة الزوجية وتؤدي في بعض الأحيان إلى الانفصال سواء انفصال طبيعي أو عن طريق القضاء ..

يُعرض عليكم فيما يلي مجموعة من العبارات التي يمكن أن يشعر بها أي زوج / زوجة انتهت مسيرة حياته الزوجية بالانفصال بقانون الخلع ، وتوجد أمام كل عبارة من هذه العبارات ثلاث استجابات تتمثل في (أوافق - لا أوافق - مستبعد)، مع ملاحظة أنه لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة ؛ فالإجابة تعتبر صحيحة فقط عندما تُعبر عن حقيقة مشاعرك تجاه المعنى الذي تحمله العبارة.

لذا ؛ أرجاء منك قراءة كل عبارة من هذه العبارات بدقة ثم تحديد بالضبط مدى انطباق هذه العبارات عليك، مع ملاحظة ما يأتي:-

- ١- أنه إذا كانت العبارة تنطبق عليك تماماً ، تضع علامة (✓) تحت الاختيار (أوافق).
- ٢- أنه إذا كانت العبارة لا تنطبق عليك تماماً ، تضع علامة (✓) تحت الاختيار (لا أوافق).
- ٣- أنه إذا كانت العبارة لا تستطيع الإجابة عليها ، تضع علامة (✓) تحت الاختيار (مستبعد).

علماً بأن هذه الاستجابات ستكون سرية ولا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي فقط..

وشكراً جزيلاً على تعاونكم

الباحثة

الخصائص السيكومترية لمقياس الكفايات الشخصية

الاسم:

السن:

عدد الاطفال :

مدة الزواج :

العمل :

المستوى التعليمي :

أولاً - التوافقية والتكيف

م	العبارات	أوافق	لا أوافق	مستبعد
٠١	الخبرات المؤلمة التي تمر بي تجعلني أواجه الحياة بشكل أقوى وأصلب.			
٠٢	أستمر في عملي وكأن شيء لم يحدث.			
٠٣	الحياة أصبحت أفضل من السابق .			
٠٤	أتقبل النقد بكمياسة شديدة .			
٠٥	أعاني من كثرة الأعباء الملغاة على عاتقي.			
٠٦	أشعر بالغربة وأنا بين أفراد أسرتي .			
٠٧	اعاني من كثرة الخلافات مع أهلي وجيرانني .			
٠٨	أفكر في ترك عملي والبحث عن وظيفة أخرى .			
٠٩	اتعرض لمضايقات من الزملاء في العمل بعد الانفصال			
٠١٠	أستطيع السيطرة على مشاعري .			
٠١١	اعتقد أن مشكلاتي انتهت بالانفصال.			
٠١٢	أشعر بالأمن والإطمئنان في العمل .			
٠١٣	أستمتع بالعمل مع الآخرين وأتعاون معهم .			
٠١٤	اخجل عند التحدث مع زميلاتي .			
٠١٥	أتضايق من نصيحة الآخرين.			
٠١٦	لدي الكثير من المعاني في حياتي الجديرة بالاحترام.			
٠١٧	أقوم بوضع البدائل المقترحة لحل المشكلات التي أتعرض لها.			
٠١٨	أمزح واضحك للتخفيف من حدة المشكلة .			
٠١٩	ألقي اللوم دائماً على شريكي المنفصل.			
٠٢٠	أرى أن الاستسلام هو أفضل طريقة للهروب من الخلافات.			
٠٢١	أتحمل المتاعب مهما كانت كبيرة إذا كانت تساعدني في إتمام المطلوب مني.			
٠٢٢	أعرف كيف أتأقلم مع ظروف حياتي.			
٠٢٣	لا أستطيع مواجهة الناس بعد الانفصال.			
٠٢٤	أتعامل مع زملائي بكل احترام وتقدير			
٠٢٥	يسود بين أفراد أسرتي التوافق والانسجام .			

أ/ إيمان إبراهيم الفيل

ثانياً - الأهداف في الحياة

م	العبارات	أوافق	لا أوافق	مستبعد
٠١	أتمتع بدافعية إيجابية عالية.			
٠٢	أجيد كيفية تحقيق أهدافي .			
٠٣	أخطط جيداً لحياتي.			
٠٤	أتابع بعناية معوقات أهدافي.			
٠٥	أدرك جوانب المواقف التي أمر بها في الحياة.			
٠٦	أنظر للحياة على أنها سلسلة من التحديات يجب مواجهتها.			
٠٧	أستطيع تجاوز الصعوبات في تعلم المهارات المهنية والأكاديمية في مجال عملي .			
٠٨	أبذل كل جهدي لتعديل ما أراه سلبياً.			
٠٩	أعتقد أنه لا يستحق الحياة من يعيش لذاته فقط .			
٠١٠	أشعر بأنني أكثر إنجازاً في حياتي الآن.			
٠١١	أشعر بالخوف أكثر من الناس الآخرين.			
٠١٢	أنا راضي عن حياتي الحالية .			
٠١٣	لدي الكثير من المعاني في حياتي الجديرة بالاحترام.			
٠١٤	سأكرث حياتي لتربية أبنائي بعد الانفصال.			
٠١٥	أعتقد أن المستقبل أفضل من الحاضر .			
٠١٦	أقرر مستقبلي بإرادتي .			
٠١٧	أمتلك إرادة كاملة تجعلني أتجاوز مشكلاتي الحياتية الماضية			
٠١٨	توجد لدي أساليب عديدة لأتخلص من أي مأزق في حياتي.			
٠١٩	أفضل الاعتماد على قدراتي في تحقيق أهدافي .			
٠٢٠	أشعر أن حياتي مقيدة بالماضي لا مستقبل ينتظرني.			
٠٢١	أخشى عدم تحقيق أهدافي في الحياة لأن العادات والتقاليد تحكمني .			
٠٢٢	المستقبل يعني لي انعكاساً لخبراتي الماضية وإعادة لصورتها.			
٠٢٣	أفكر أن أعيش الحاضر بعيداً عن المستقبل.			
٠٢٤	أتوقع أنني سوف أتغلب على مشكلاتي الحياتية في المستقبل.			
٠٢٥	صعوبة التفاهم الفكري والعاطفي .			

الخصائص السيكومترية لمقياس الكفايات الشخصية

ثالثاً : إدارة الذات

م	العبارة	أوافق	لا أوافق	مستبعد
٠١	أطور وأمني ذاتي لأرتقي بحياتي			
٠٢	سأواصل حياتي بدون شريك بعد الانفصال.			
٠٣	أنجز أعمالتي دون تردد.			
٠٤	أعتمد على نفسي في اتخاذ القرارات المهمة			
٠٥	كان من الصعب حل المشاكل الزوجية .			
٠٦	ألتزم بمواعيد العمل الرسمية .			
٠٧	عصبي جداً في تعاملتي مع الآخرين .			
٠٨	استطيع التغلب على شعوري بالقلق .			
٠٩	انصف بأنني شخص هادئ ومترن .			
٠١٠	أعتقد بانني لا أعطي الأشياء الهامة في حياتي وقتاً كافياً .			
٠١١	أقوم بتقدير ذاتي من وقت لآخر .			
٠١٢	أصّر على إيجاد حلول مناسبة ومنطقية للمشاكل التي تواجهني .			
٠١٣	استطيع أن أنظم وقتي حسب أولوياتي بعد الانفصال.			
٠١٤	تحظى أفكارتي وأرائي بتقدير الآخرين .			
٠١٥	أعمل على أن تكون مواقف الإخفاق أحياناً وسيلة لنجاح أكبر			
٠١٦	أقوم بمهامي واجباتي بحرص واهتمام			
٠١٧	أرحب بالعمل ساعات إضافية .			
٠١٨	أبحث عن أفضل الحلول للمشكلة .			
٠١٩	أشعر بالتوتر عند تقييم عمل قمت به .			
٠٢٠	عندما أتعرض موقف يغضبني أتعامل معه بهدوء .			
٠٢١	أقدر الوقت اللازم لكل هدف .			
٠٢٢	لدي القدرة على تفهم أفكار ومشاعر الغير .			
٠٢٣	أهتم معرفة أسباب القصور في أدائي .			
٠٢٤	أرفض الاعتراف بالمشكلة .			
٠٢٥	يصعب علي تنظيم أوقاتي.			

أ/ إيمان إبراهيم الفيل

رابعاً : الصلابة النفسية

م	العبارات	أوافق	لا أوافق	مستبعد
٠١	أشعر بقلق كبير على حياتي بعد الانفصال .			
٠٢	أشعر بقلق شديد على أبنائي عندما أكون خارج البيت .			
٠٣	ينتابني حالة من الإكتئاب بعد الانفصال.			
٠٤	أعاني من الأرق والكوابيس والأحلام المزعجة بشكل متكرر			
٠٥	اعتمد على أكثر من طريقة في التفكير لمواجهة المشكلة.			
٠٦	أطلب مساعدة الآخرين للتخلص من المواقف الضاغطة.			
٠٧	أشعر باللامبالاة عند التعرض لموقف ضاغط.			
٠٨	أحاول التفكير في بعض أحداث الحياة السعيدة التي مرت في حياتي.			
٠٩	أواجه صعوبة في التغلب على كراهيتي لبعض الأشخاص .			
٠١٠	اثبت لأسرتي أنني قوية .			
٠١١	أشعر بالإحباط عندما تمر بي ظروف صحية مضطربة.			
٠١٢	أكون تصورات إيجابية عن كيفية تحويل الأمور للأفضل.			
٠١٣	أعيش حياتي أثناء المواقف الضاغطة بشكل طبيعي.			
٠١٤	أحاول الإستفادة من أخطائي للتعامل مع المواقف الجديدة.			
٠١٥	ألجأ إلى سماع الموسيقى للتخفيف من حجم المشكلة.			
٠١٦	ألجأ إلى الكتابة للتفيس عن همومي.			
٠١٧	ألجأ إلى النوم عند التعرض لموقف ضاغط .			
٠١٨	لدى أشخاص يقدمون لي الدعم والمساندة عندما تواجهني مشكلة.			
٠١٩	أتمنى لو لم أكن موجوداً لأتحمل المشكلة			
٠٢٠	يجب أن أتهيأ للإحداث المستقبلية لكي لا تفاجئني.			
٠٢١	أرى أن القرارات التي سأخذها ستكون صحيحة وفاعلة .			
٠٢٢	أحقق طموحاتي من خلال عملي .			
٠٢٣	أتعاون مع زملائي وأصدقائي في حل مشاكلهم.			
٠٢٤	أسرتي متماسكة.			
٠٢٥	لدى القدرة على إدارة حياتي الأسرية دون مساعدة الآخرين .			

الخصائص السيكومترية لمقياس الكفايات الشخصية

خامساً: الرعاية

م	العبارة	أوافق	لا أوافق	مستبعد
٠١	لن أخوض تجربة الزواج مرة أخرى.			
٠٢	أدرك المشكلة فور حدوثها .			
٠٣	أطلب من الآخرين المساعدة في حل الخلافات التي اتعرض لها.			
٠٤	ألجأ إلى الحوار في حل المشكلات العائلية .			
٠٥	أقوم بوضع البدائل المقترحة لحل المشكلات التي اتعرض لها.			
٠٦	أمزح واضحك للتخفيف من حدة المشكلة .			
٠٧	ألقي اللوم دائماً على شريكي المنفصل.			
٠٨	أرى أن الاستسلام هو أفضل طريقة للهروب من الخلافات.			
٠٩	أتحمل المتاعب مهما كانت كبيرة إذا كانت تساعدني في إتمام المطلوب مني.			
٠١٠	افقد السيطرة على تصرفاتي عندما اغضب .			
٠١١	إذا لم انجح في عمل لأول مره فأنتني أحاول عمله ثانية			
٠١٢	استطيع أن أسترخي عندما أريد ذلك .			
٠١٣	ينتابني الشك والريبة في قدراتي على أدائي في حل المشكلة.			
٠١٤	كنت أشعر بالتهميش في مواجهة المشاكل في حياتي الزوجية السابقة.			
٠١٥	أستطيع كظم غيظي عند الإساءة إلى مهما كان الموقف صعباً.			
٠١٦	عندما أواجه مشكلة تحتاج لحل يستحوذ على كامل تفكيري.			
٠١٧	أعيش حياتي يوماً بيوم ولا أفكر في الغد.			
٠١٨	أشعر بتعاسة لعدم حل مشكلاتي المالية .			
٠١٩	أسعى للعمل الاضافي لزيادة دخلي .			
٠٢٠	يكفي العائد من دخلي متطلبات أسرتي .			
٠٢١	أولادي سبب مشكلاتي .			
٠٢٢	العنف من أهم أسباب الطلاق.			
٠٢٣	النواحي المادية من أهم أسباب الطلاق.			
٠٢٤	الخيانة الزوجية من أهم أسباب الطلاق.			
٠٢٥	النواحي الصحية من أهم أسباب الطلاق.			

أ/ إيمان إبراهيم الفيل

سادساً: المساندة الاجتماعية

م	العبارات	أوافق	لا أوافق	مستبعد
٠١	أجد صعوبة في التعامل مع أطفالي بعد الانفصال.			
٠٢	أشعر بالذنب اتجاه أطفالي بسبب الطلاق.			
٠٣	أرى أن هذا العالم خال من العدالة.			
٠٤	استطيع المحافظة على علاقات حميمة مع اقربائي.			
٠٥	استطيع كسب محبة الآخرين بسهولة.			
٠٦	من الصعب أن أبني صداقات مع الآخرين.			
٠٧	ليس بمقدوري مسامحة الآخرين عندما يسيئون لي.			
٠٨	أرى أنه لا أحد يستحق النصيحة.			
٠٩	أحرص على المشاركة في جميع المناسبات الاجتماعية .			
٠١٠	أفضل الابتعاد والانتقال إلى مكان آخر للعيش فيه.			
٠١١	أصدقائي يحبونني ولا يغضبون مني .			
٠١٢	يثق أصدقائي بقراراتي وأرائي .			
٠١٣	أشعر أن الناس يسخرون مني عندما أتعامل معهم .			
٠١٤	أستطيع أن أمنع تدخل الآخرين في تقرير مصيري .			
٠١٥	أشعر بأن وظيفتي الحالية تنقص من مكانتي الاجتماعية.			
٠١٦	لا ينسني عملي من أداء واجباتي الأسرية .			
٠١٧	أجد الصعوبة في تحضير واجباتي المهنية			
٠١٨	لا أجد التقدير المادي المناسب في عملي .			
٠١٩	أنا راضي عن عملي ولا أريد بديلاً غيره .			
٠٢٠	أنا راضي عن الأجر الذي أحصل عليه.			
٠٢١	أشعر بالسعادة لإنجاز الأعمال ذات العائد المادي.			
٠٢٢	أنا راضي عن الدعم المقدم لي من زملائي.			
٠٢٣	زملائي في العمل تجاهلوا ضائقتي المادية .			
٠٢٤	لدي حساسية في التعامل مع الزميلات المتزوجات في العمل.			
٠٢٥	احتاج للمساندة المادية من الأهل والأقارب بعد الانفصال.			

الخصائص السيكومترية لمقياس الكفايات الشخصية

المراجع :

- أحمد الشوا (٢٠١٦). الكفايات الذاتية وعلاقتها بالضغط النفسية التي يعانيتها أفراد المؤسسة الأمنية الفلسطينية ، *مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)* ، المجلد ٣٠(٨) ، ص ص ١٥٥٥ : ١٥٨٨ .
- ايثار منتصر شعلان(٢٠١٩). مقياس الكفايات الشخصية للمعلمات ، التحكم المعرفي والتنافس والكفايات الشخصية، *رسالة دكتوراه*، كلية التربية للبنات ، جامعة كربلاء ، العراق ، ص ص ١٢٢:١٠٧ .
- إيمان عبدالوهاب محمود (٢٠٢٠). مهارات إدارة الذات وعلاقتها بالكفاءة الذاتية والتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة ، *المجلة المصرية للدراسات النفسية* ، الجمعية المصرية للدراسات النفسية ، مج ٣٠ ، ع ١٠٦ ، ص ص ٨٥ - ١٣٤ .
- جيهان عيسى ابو راشد العمران (٢٠١٨). مدى فاعلية البرنامج التدريبي في رياض الأطفال المقدم من مركز دراسات الطفولة بجامعة البحرين في تحسين كفايات معلمة الروضة: دراسة تجريبية ، *مجلة الطفولة العربية* ، ع ٧٥ ، مج ١٩ ، الجمعية الكويتية لتقديم الطفولة العربية، ص ص ٦٩-٩١ .
- خالد عبدالرحمن ياسين أحمد (٢٠١٨) . الأسرة ودورها التربوي في تنشئة الأبناء على الأمن الفكري ، *المجلة التربوية* ، ج ٥٤ ، كلية التربية، جامعة سوهاج ، ص ص ٣٧ - ٦٤ .
- سامي خليل فحجان (٢٠١٠) . التوافق المهني والمسؤولية الاجتماعية وعلاقتها بمرونة الأنا لدى معلمات التربية الخاصة ، *رسالة ماجستير* ، كلية التربية ، الجامعة الاسلامية.
- سميرة محمد إبراهيم شند (٢٠١٨). الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية لدى المعلمات، *مجلة الإرشاد النفسي* ، مركز الإرشاد النفسي ، ج ٢ ، ع ٥٥ ، كلية التربية ، جامعة عين شمس، ص ص ١٩٩-٢٣٩ .
- سيد عبدالعظيم محمد عبدالوهاب (٢٠١٧). الهدف في الحياة كمنبئ للقدرة على تحمل الإحباط والكفاءة الذاتية لدى عينة من طلبة كلية التربية جامعة الملك فيصل، *المجلة*

أ/ إيمان إبراهيم الفيل

- التربوية الدولية المتخصصة ، دار سمات للدراسات والأبحاث، المجلد (٦)، العدد (٦) ، ص ص ٢٤٥-٢٥٧.
- طلعت منصور (٢٠١٥). الخصائص السيكومترية لمقياس مهارات ادارة الذات لدى عينة من الشباب الجامعي ، *مجلة الارشاد النفسي* ، ع ٤٢ ، ص ص ١٢٣٥ : ١٢٦١.
 - طلعت منصور غبريال (٢٠٢١). الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية لدى عينة من الطالبات الجامعيات ، *مجلة الإرشاد النفسي - مركز الإرشاد النفسي* ، ع ٦٦ ، جامعة عين شمس ، ص ص ٢٢٥ - ٢٤٤.
 - عبدالمنعم أحمد محمود الدريد (٢٠١٨) . الخصائص السيكومترية لمقياس إدارة الذات لطلاب الثانوية العامة ، *مجلة العلوم التربوية* ، ع ٣٧ ، كلية التربية بقنا ، جامعة جنوب الوادي ، ص ص ١٠٩-١٢٣.
 - عبير محمد عبدالمنعم (٢٠٢٠) . الخصائص السيكومترية لمقياس إدارة الذات لمعلمات رياض الأطفال، *مجلة الإرشاد النفسي* ، مركز الارشاد النفسي ، ج ٢ ، ع ٦١ ، كلية التربية، جامعة عين شمس، ص ص ٢٤١-٣٠٥.
 - عطف محمود أبو غالي (٢٠١٢) . فاعلية الذات وعلاقتها بضغوط الحياة لدى الطالبات المتزوجات في جامعة الأقصى ، *مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية* ، ٢٠(١)، ٦١٤-٦٥٤.
 - علاء جبار عبود (٢٠١٣). بناء و تقنين مقياس توقعات الكفاءة الذاتية لطلبة كلية التربية الرياضية، *مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية بالعراق* ، مج (١٣)، ع (٣)، ص ص ٣٥-٦٤.
 - ملال خديجة (٢٠١٧). الخصائص السيكومترية لمقياس التكيف لدى طلبة الجامعة ، *مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية* ، ع ٦ ، ص ص ٩٣ : ١٠٦.
 - مها أحمد محمد الرزاز (٢٠١٦). الرضا المهني وعلاقته بالكفاءة الذاتية لدى معلمات رياض الأطفال بمحافظة الغربية ، *مجلة كلية التربية* ، جامعة طنطا ، ع ٦٢ ، ٤٢٩ - ٤٦٣.

الخصائص السيكومترية لمقياس الكفايات الشخصية

- نادر فتحي قاسم (٢٠١٥). الخصائص السيكومترية لمقياس إرادة الحياة لدى الشباب الجامعي ، *مجلة الإرشاد النفسي*، مركز الارشاد النفسي ، ع ٤٢ ، كلية التربية ، جامعة عين شمس، ص ص ١١٠٣ - ١١٢٠.
- النشرة السنوية لإحصاءات الزواج والطلاق لعام ٢٠١٨ ، الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء، ٢٠١٨.
- نصيرة دبي (٢٠١٧) . الكفايات الذاتية و علاقتها بالتكيف المدرسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي ، *رسالة ماجستير* ، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، جامعة محمد بوضياف المسيلة.
- نهلة متولي السيد (٢٠١٠). الكفاءات الذاتية المدركة والدافع للإنجاز لدى طالبات الصف الأول الثانوي المتأخرات دراسياً والعاديات ، *مجلة دراسات الطفولة* ، مج ١٣ ، ع ٤٧ ، كلية الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس ، ص ص ٣٠٨ - ٢٨٣.
- هاني مصطفى عبد الرازق محمد وآخرون (٢٠١٩). الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالتفكير التأملي لدى معلمي التربية الخاصة ، *مجلة كلية التربية* ، جامعة كفر الشيخ، مج ١٩ ، ع ١٤ ، ٤٩١ - ٥١٦.
- وليد خالد رجب (٢٠١٣). بناء مقياس السلوك التوافقي لطلاب السنة الدراسية الرابعة في كلية التربية الرياضية بجامعة الموصل، *مجلة الرافدين للعلوم الرياضية* ، مج ١٩ ، ع ٦٣ ، ص ص ٣٣٩ : ٣٧٠.
- Dwyer, A. & Cummings, A. (2001). Stress, Self-Efficacy, Social Support and Coping Strategies in University Students. *Canadian Journal of Counseling*, 3 (3). 30-39.
- Schwarzer, R. & Schmitz, G. (2004). Perceived Self-Efficacy and Teacher Burn Out: A Longitudinal Study in Ten Schools. *Freie Universidad Berlin, Germany*, www.self.uevs.edu.au/conferences/.

- Tomas Jungert & Michael Rosander (2010) . Self-efficacy and strategies to influence the study environment, December *Teaching in Higher Education*, 15(6):647-659

Psychometric properties of the Personal Competency Scale of divorced couples

Abstract:

The current study aims to verify the psychometric characteristics of the personal competencies of spouses separated by divorce. The sample consisted of (80) individuals who were separated by dislocation. The validity was calculated using the validity and stability coefficients of the personal competency scale by the confirmatory factor honesty, the stability was calculated by the alpha-Cronbach method, and the half-split method depends on the alpha-Cronbach equation on the variations of the test questions, and it is required to measure items The test is only one feature, and therefore the researcher calculated the reliability coefficient for each dimension individually. As for the split-half method, the researcher measured the correlation coefficient for each dimension after dividing its paragraphs into two parts (two equal parts if the number of dimension phrases is even - unequal if the number of dimension phrases is odd).) Then the introduction of the correlation coefficient in the correction equation for the split-half of Spearman-Brown, and the results of the study showed high indicators of the validity and reliability of the scale.