

القدرة التنبؤية لأساليب الحياة، والتواصل (الزواجي) وبعض اضطرابات الشخصية في الكرب (الزواجي) لدى عينة من الأزواج

The Predictive Ability of Lifestyles, Marital Communication, and Some Personality Disorders in Marital Distress Among a Sample of Spouses

Nermeen Nedal AL Shraifin

PhD student / Yarmouk University / Jordan
nshraifin@yahoo.com

نرمين نضال الشرايفين

طالبة دكتوراه/ جامعة اليرموك / الأردن

Qasem Mohammad Sammour

Associate Professor / Yarmouk University / Jordan
sammour@yu.edu.jo

قاسم محمد سمور

أستاذ مشارك/ جامعة اليرموك / الأردن

Received: 06/01/2020, Accepted: 19/04/2020

DOI: 10.33977/1182-012-035-010

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

تاريخ الاستلام: 2020/01/06، تاريخ القبول: 2020/04/19

E-ISSN: 2307-4655

P-ISSN: 2307-4647

المخلص

هدفت الدراسة إلى الكشف عن القدرة التنبؤية لأساليب الحياة والتواصل (الزواجي) وبعض اضطرابات الشخصية في الكرب (الزواجي) لدى عينة من الأزواج. ولتحقيق هدف الدراسة، تم استخدام مقاييس لقياس أساليب الحياة، والتواصل (الزواجي)، واضطرابات الشخصية، والكرب (الزواجي) بعد أن تم التحقق من صدقها وثباتها، وتكونت عينة الدراسة من (436) زوجًا وزوجة، اختيروا بالطريقة المتيسرة باستخدام برنامج محسوب. كشفت نتائج الدراسة عن أن أسلوب الحياة المدلل هو الأسلوب السائد لدى عينة المتزوجين، باستثناء أن الأزواج من فئة الزواج (5-10) سنوات، وفئة الدخل الاقتصادي المتوسط كان أسلوب الحياة المتحكم- المؤذي هو الأسلوب السائد. وأظهرت النتائج أن مستوى التواصل (الزواجي) لدى أفراد عينة الدراسة كان مرتفعًا، وأن مستوى الكرب (الزواجي) كان متوسطًا. كما بينت نتائج تحليل الانحدار أن المتغيرات المتنبئة في الكرب (الزواجي) (ذات الدلالة الإحصائية)، هي: التواصل (الزواجي)، وأسلوب الحياة المتحكم- المؤذي، ونمط الشخصية الوسواسية، وأسلوب الحياة المدلل، وقد فسرت ما نسبته (55%) من التباين في الكرب (الزواجي)، فسّر منها متغير التواصل (الزواجي) (37.7%)، وأسلوب الحياة المتحكم- المؤذي (11.5%)، ونمط الشخصية الوسواسية (3.3%)، وأسلوب الحياة المدلل (2.4%)، أما متغيرات أسلوب الحياة المدعن، ونمط الشخصية التَّجَنُّبِيَّة، ونمط الشخصية الاعتمادية، فكانت غير دالة إحصائيًا.

الكلمات المفتاحية: أساليب الحياة، التواصل (الزواجي)، اضطرابات الشخصية، الكرب (الزواجي).

Abstract

This study aimed to investigate the predictive ability of lifestyles, marital communication, and some personality disorders in marital distress among a sample of spouses. To achieve the purposes of the study, the lifestyles scale, marital communication scale, personality disorders scale, and marital distress scale were used after verifying their validity and reliability. The sample of the study consisted of 436 spouses selected with available sampling method using a computerized program. The results of the study showed that the spoiled lifestyle is the predominant among the sample of spouses, except couples from the marriage category ranging from 5-10 years, and the middle economic income category and the controlled-harmful of life were dominant. The results showed that the level of marital communication among the study sample members was high and the level of marital distress was average. The results of the regression analysis also showed that the variables predicting marital distress are statistically significant, and these are: Marital communication, the controlling-harmful

lifestyle, the obsessive personality style, and spoiled lifestyle explained 55% of the variance in marital distress, where marital communication explain 37.7% of the variance, the controlled-harmful lifestyle 11.5%, the obsessive personality pattern 3.3%, and the spoiled lifestyle 2.4%, while the obedient lifestyle variable, the avoided personality pattern and the dependent personality pattern were not statistically significant.

Keywords: *Lifestyles, Marital Communication, Personality Disorders, Marital Distress .*

المقدمة

يُنظر إلى الزواج على أنه أهم مبادئ العلاقات الإنسانية؛ لأنه يشكل الأساس في هيكل العلاقات الأسرية ورعاية الجيل القادم، وقد أشارت العديد من الدراسات إلى أن المتزوجين الناجحين في حياتهم لديهم مستويات أعلى من الصحة النفسية والسعادة، لكن الوصول إلى تلك العلاقات المناسبة لا يُعد أمرًا سهلاً، والصراعات (الزواجية) لا مفر منها في جميع العلاقات بين الأزواج التي تؤدي إلى حياة بائسة، كما تؤدي إلى الكرب (الزواجي) (Mofrad, Jazayeri, Fatehizade, Fatehizade, & Abedi, 2018).

وتُعد أساليب الحياة لدى الزوجين من العوامل الحاسمة في تلك التغيرات التي ربما تبقي الزواج ناجحًا، فالفرق كبير جدًا عندما تأخذ أساليب الحياة طابع التعاون أو السيطرة أو التنافس والصراع، أي أن العلاقة بين أساليب حياة الزوجين والكرب (الزواجي) لها من الأسس النظرية والمنطقية، الأمر الذي يجعلها مؤثرة في مسارات الحياة العاطفية للزوجين (Carlson & Maniaci, 2012).

ويُعد التواصل (الزواجي) من العوامل القادرة على التنبؤ في الكرب (الزواجي)؛ إذ إن انخفاض مستويات التواصل الإيجابي سيعرض الزوجان لتطور المشاكل بينهما وتآزم صراعاتهما، وتكمن القدرة في مهارات التواصل على نقل المعاني والرسائل بين الزوجين، وبذلك يمتلكون القدرة على تبادل الأفكار والمشاعر، والذي يعتبر خط وقيائي من الكرب (Baghiopour, Karney, & Lavner, 2010; Bradbury, 2016; Johnson et al., 2005).

كما تُعد اضطرابات الشخصية أحد العوامل المؤثرة في التفاعل مع الأشخاص بشكل عام، والموضوع المشترك في اضطرابات الشخصية جميعها هو الضعف الملحوظ في العلاقات، الذي غالبًا ما يتحول إلى وجود كرب بين الزوجين. فالاضطرابات الشخصية من العوامل التي تؤثر على العلاقة الزوجية سلبيًا، ومن المتوقع من الزواج الناجح الحصول على الإشباع النفسية والعاطفية وأن يدوم ذلك مدى الحياة؛ فمن خلالها يتحقق الاستقرار النفسي، (Snyder & Abbott, 2002).

ويُعد الكرب الزوجي أحد أهم الضغوط التي تؤثر سلبيًا على الرضى (الزواجي)، كما أن الكرب (الزواجي) يؤثر سلبيًا على الكفاءة الاجتماعية لدى الأطفال، وتؤدي إلى تطور مجموعة من الصعوبات السلوكية والأدائية لديهم (Timmons, Arbel, & Margolin, 2017; Vaez &)

والموقف، والقيم، والعقل الواعي، وغير الواعي؛ حيث صنف أساليب الحياة بالأسلوب المتحكم-المؤذي: ويظهر الفرد أسلوب التحكم من خلال التحكم مع قليل من الاهتمام الاجتماعي، ويكون الشخص أكثر إيذاءً وحنقاً وهو يهاجم الآخرين، ويميل إلى إعطاء الأوامر للآخرين والانتقاص من قيمتهم، وهو ذو أسلوب يتسم باللوم والسخرية (Manaster et al., 2002).

وفي الأسلوب التجنبي (الانسحابي): يتسم الشخص بالانسحابية، وضعف النشاط، وعدم القدرة على تحقيق أهدافه، فاهتماماته الاجتماعية ضعيفة بالمقارنة مع الآخرين، فهو يتجه نحو الهروب من حل المشكلات الحياتية، وتتكون لديه مشاعر الإحباط بشكل تراكمي (Carlson & Maniacchi, 2012)، وفي الأسلوب الاعتمادي: يتسم الشخص باهتمامات اجتماعية لكنها ضعيفة، وينطبق هذا الأسلوب على الأشخاص الذين لديهم اتجاه لأسلوب حياة يرتبط بالعالم الخارجي بطريقة طفيفة (Nehrt, 2012)، وهم يعتمدون على الآخرين في تلبية معظم احتياجاتهم، وقد تتحول هذه الأعراض لاضطراب الشخصية الاعتمادية (Mosak, 2005).

والأسلوب المتعاون: يُعد من أفضل أساليب الحياة وهو الأسلوب السليم، ويميل أصحاب هذا الأسلوب لتعلم أهمية المساواة والتعاون بين الناس، فتمنط الشخصية السليم يتطلب تغير الأهداف الخيالية، إن كانت الظروف تتطلب ذلك (Brink, 2010). وينظر إلى للفرد في هذا الأسلوب على أنه شخص واقعي (Taylor & Kottman, 2019)، وقد أشارت العديد من الدراسات (Manaster et al., 2002) إلى أهمية أسلوب الحياة في تحقيق الرضى (الزواجي) والسعادة لدى الزوجين، ودوره في الكشف عن الروابط الاجتماعية وأساليب التواصل بين الزوجين، والذي يتأثر بمجموعة من خصائص الشخصية (Molaei, 2016).

ويشير هودت وبورتمان (Houdt & Poortman, 2018) إلى أن وجود أساليب الحياة المشتركة بين الزوجين يؤدي إلى تقليل فرص الانفصال، كما ويعد أسلوب الحياة أحد العوامل المؤثرة بشكل كبير في خفض مستويات الكرب (الزواجي)، ويلعب أسلوب الحياة دوراً مهماً في مستوى التواصل (الزواجي)، (Mohammadi, Samavi, & Ghazavi, 2016). ويرى الباحثان أن أساليب الحياة لها دور كبير في التعرف إلى الصراعات بين الزوجين، التي تكشف عن نوع التواصل في المواقف المختلفة التي تتضمن صراعات، والذي يحدده طبيعة أسلوب الحياة في حل المشكلات والصراعات التي تواجه الزوجين.

ويشير هاريس وكومار (Haris & Kumar, 2018) أنه كلما ارتفع مستوى فاعلية الاتصال بين الزوجين فإن ذلك يؤدي إلى جعلهما أقرب من بعضهما البعض، وإن استمر ودوام الزواج يتطلب الحب والمشاعر الإيجابية بين الزوجين هي التي تعزز هذه المشاعر (Aghdam, Towers, & Jamehri, 2012). كما أشار (تاورز) (Towers, 2002) إلى أن مشاركة المشاعر الإيجابية مع الشريك تعد من خصائص التواصل الناجح، وأن أكثر من نصف العلاقات الفاشلة تعود حقيقة إلى أنه يوجد فيها نقص حاد بالتواصل بين الأزواج.

(Juhari, 2017)، ومما يجعل الكرب (الزواجي) سمة مهمة لا بُد من دراستها أن وجوده يجعل الحياة الأسرية جواً مليئاً بالصراعات اليومية، التي تؤثر على الصحة النفسية والعقلية والجسمية لكلا الزوجين وللأسرة كلها (Balci & Ayrance, 2005).

ومع ارتفاع مستوى الصراعات المستمرة عن الحد الطبيعي قد يؤدي إلى كرب زواجي (Mofrad, Jazayeri, Fatehizade, Etemadi, & Abedi, 2018). والكرب (الزواجي) جزء من الحياة المشتركة والذي بدوره يؤثر على العلاقات الزوجية، الأمر الذي يؤدي إلى حدوث العديد من الاضطرابات في العلاقات الزوجية، وارتفاع مستوى التوتر والضغط، مما يؤثر سلباً على استمرارية العلاقة الزوجية (Bokaie, Alian, Farzinrad, & Degghani, 2018).

ويعرف الكرب (الزواجي) بأنه: حالة من عدم الرضى، وضعف العلاقة الزوجية، والمعاناة غير السعيدة والتنافر بين الأزواج (As Cited in Snyder & Abbott, 2002). ويعرف نواتو وشيغوزي (Nwatu & Chigozie, 2018) الكرب (الزواجي) بأنه عبارة عن مجموعة من المشكلات والنزاعات التي لم يتمكن الزوجان من حلها، ويعرف الكرب (الزواجي) بأنه مجموعة مواقف يواجه خلالها الزوجان مجموعة من مشكلات التواصل، وهذا الأمر يؤدي إلى صعوبة قدرتهم على التعامل مع الخلافات التي تنشأ بينهم، وبالتالي، فإن عدم القدرة على التعامل معه يؤدي إلى إحداث الخلل في نظام الأسرة ككل (Bokaie, Alian, Farzinrad, & Degghani, 2018).

وتعد أساليب الحياة المبدأ الذي يوجه حياة الفرد ويمثل جوهره، ويعتبر نظام موحد يوفر المبادئ التي توجه السلوك اليومي، ويعطي الفرد منظوراً يمكنه من إدراك الذات والعالم، وقد اعتبر (أدلر) (Adler) الفرد حر الإرادة مدفوع بأهداف واعية وغير واعية نحو المستقبل (Kottman & Meany-Walen, 2016). وعرفها (أنسباشر وأنسباشر) (Ansbacher & Ansbacher, 1964) بأنها الطريقة المتميزة للفرد في الحياة وفي التعامل والتأثير في عالمه المحيط لتحقيق أهدافه، ويعرفها (أدلر) (Adler, 2013) بأنها نظام أو فلسفة خاصة في النظر للمستقبل، وطريقة مميزة تساعد في فهم كيف أصبح الناس على ما هم عليه الآن، وهي ذات قيمة كبيرة في مجال الإرشاد والعلاج النفسي، والتربية، والمساعدة الذاتية، وتنظيم الحياة.

ويُعتبر أسلوب الحياة عن الطريقة التي يعيش الفرد من خلالها حياته، وكيف يتعامل مع الصعوبات، كما ويُعد من المتنبئات المهمة لما سيكون عليه الشخص مستقبلاً كمهنته، وزواجه؛ حيث إنها تساعد على تحديد السمات التي تجعل الفرد أكثر عرضة للتأثر السلبي بالضغط النفسية، وللإصابة بالاضطرابات النفسية (Gilbert & Morawski, 2005).

ويرى (أدلر) المشار إليه في (تايلر وكوتمان) (Taylor & Kottman, 2019)، أن الفرد بأكمله هو وحده المسؤول عن اتخاذ القرارات المهمة والحاسمة، وبناءً على ذلك فهو لم يؤمن بتقسيم الفرد إلى وظائف مجزأة بل يركز على وحدة كل من التفكير، والشعور، والفعل،

وتؤثر الشخصية التجنبية على واقع الحياة الزوجية؛ حيث يميل أصحاب هذا الاضطراب في الشخصية إلى مشاعر مستمرة، وواسعة من التوتر، وعدم الارتياح والألفة (Smith & Cottler, 2020). كما أنهم لديهم حساسية مفرطة تجاه الرفض والنقد، الأمر الذي يهدد مصير العلاقات الأسرية (Dimaggio, Popolo, & Salvatore, 2019).

ويستسم أصحاب هذه الفئة بالاعتماد الزائد على الآخرين، وعدم الثقة في النفس، ولديهم شعور دائم بعدم الارتياح إذا ما بقوا وحدهم، (Kellett & Lees, 2019)، وتعرف الاعتمادية بأنها: حاجة منتشرة ومفرطة يجب الاهتمام بها، مما يؤدي إلى سلوك مستسلم ومتناسك ومخاوف من الانفصال، ويظهر هذا النمط في مجموعة متنوعة من السياقات، وتنشأ من إدراك الذات بأنها غير قادرة على العمل بشكل كافٍ دون مساعدة الآخرين (Liggett & Sellbom, 2018).

كما تعرف الشخصية الاعتمادية بالميل للاعتماد على الآخرين، وعدم الثقة بالنفس، وتصنف ضمن الفئة الثالثة من اضطرابات الشخصية، مع الشخصية التجنبية والشخصية الوسواسية، والتي تتميز جميعها بالقلق المفرط (Paris, 2020)، واستنادًا للدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية، الإصدار الخامس (DSM-5)، يعرف اضطراب الشخصية الاعتمادية بأنها: حاجة منتشرة ومفرطة يجب الاهتمام بها، والتي تؤدي إلى سلوك خانع والتشبث ومخاوف من الانفصال (APA, 2013).

وأشار سميث وكوتلر (Smith & Cottler, 2020) إلى أن الأشخاص الذين يعانون من اضطراب الشخصية الاعتمادية يطورون قلق الانفصال، لأنهم يشعرون أنهم مهجورون عندما لا يكونون في وجود أولئك الذين يعتمدون عليهم.

وأشار كل من بانو وواريش وناز وشهزادي (Bano, Warraich, Naz, & Shahzadi, 2019) إلى أن السلوك الاعتمادي يتم التعبير عنه بطريقة متباينة في مختلف المواقف، وبالتالي يمكن أن تكون نفس السلوكيات مناسبة أو غير مناسبة وفقاً لمرحلة النمو والحالة التي تحدث فيها، وأن هنالك نوعين من الاعتمادية: الاعتمادية المرضية، والاعتمادية غير المرضية (Tyrka et al., 2009)، وهم يختلفون عن المصابين باضطراب الشخصية التجنبية، فالاعتماديون لديهم شعور بعدم الكفاية ويظهرون فرط الحساسية للنقد، لكنهم يسعون للحفاظ على الاتصالات، بدلاً من الانسحاب إذا لم يكن هناك شك في القبول، كما يفعل الأفراد المتجنبون خوفاً من الرفض بأنهم سينسحبون غريزياً حتى يكونوا متأكدين من القبول لدى الآخرين (De Francisco, Carvalho, Pianowski, & Gonçalves, 2019).

فقد أظهرت دراسة لوز وكورمر وبيرز-ديز (Loas, Cormier, & Perez-Diaz, 2011) أن النساء المصابات باضطراب الشخصية الاعتمادية معرضات لخطر سوء المعاملة الزوجية، وقد يميل الأزواج المصابون باضطراب الشخصية الاعتمادية للتشبث بالأفراد الداعمين والمعتمد عليهم، وبسبب هذا التشبث قد يلجأ الزوج المصاب إلى السلوكيات

ويشير سارواتي وديفاتيا (Sarwatay & Divatia, 2016) إلى أن التواصل (الزواجي) يُعد من المؤشرات المهمة في نجاح الزواج؛ حيث يعتبر الحديث بين الأزواج بشكل مستمر من العوامل المهمة والضرورية لنجاح هذا الزواج، ويعتبر التواصل عنصر أساس يؤثر على جودة العلاقة الزوجية؛ حيث إن العلاقة الزوجية تتشكل من خلال أربعة جوانب رئيسية، هي: العاطفي، المعرفي أو الفكري، الاقتصادي، العلاقة الزوجية (Tavakol, Nasrabadi, Moghadam, Salehiniya, & Rezaei, 2017).

فقد ضُمن اضطراب الشخصية التجنبية لأول مرة في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية الثالث (DSM-III)، لما له من تأثير على الحياة الاجتماعية، والعاطفية، والسلوكيات المعيشية، ويشعر الفرد فيه بالفشل في تخفيف الألم المصاحب لهذه الأعراض (Paris, Beck & Freeman, 2020). وقد عرفها آرون بيك وفريمان (Paris, Beck & Freeman, 1990)، وميزها لأول مرة عن الفصامية، ووصف بأنه ضعف في مجال الهوية، وذو شخصية منخفضة في احترام الذات باعتبار نفسه غير كفاء اجتماعياً وغير جذاب شخصياً، ولديه مشاعر عار من نفسه مفرطة، واستناداً للدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية، الإصدار الخامس (DSM-5) يعرف اضطراب الشخصية التجنبية: بأنه ضعف في مجال الهوية، واحترام منخفض للذات، واعتبار نفسه بأنه غير كفؤ اجتماعياً أو غير جذاب شخصياً، وتنتابه مشاعر مفرطة للعار تجاه نفسه (APA, 2013).

وأشار باريس (Paris, 2020) إلى أن التجنبية تتضمن اختلالاً في مستويين: مستوى وظيفي، ومستوى بنائي: ويكون الشخص في المستوى الوظيفي حريص سلوكياً وينظر للبيئة المحيطة على أنها مصدر تهديد، وردد أفعاله القلقة تجاه الأحداث تحكم علاقته بالآخرين على أنها علاقة مخيفة ومرعبة.

أما على المستوى البنائي: فهو شخص ذو مزاج مكتئب غير مستقر يصف الأحداث بالتوتر والحزن والغضب، وهو يعاني من الخوف، ويرى نفسه معزول اجتماعياً ومرفوض من الآخرين ويعيش في وحده، وتملؤه صراعات حول التفكير بالأزمات وكيفية التخلص منها (Yoldas et al., 2019).

وأشار كريمر وتورغيرسون وكرينغلن (Cramer, Torgersen, & Kringlen, 2006) إلى أن اضطراب الشخصية التجنبية هو مؤشر عام على نوعية الحياة الرديئة، وسوء الصحة الجسدية، وأشار (Olsson & Dahl, 2012) في نتائج دراسته أيضاً إلى أن غالبية الأشخاص المصابين بهذا النوع من الاضطرابات يعيشون وحدهم ويعانون من أمراض جسدية، ومادية، كما أنهم يعانون من الأرق، وهم أقل قدرة على الإنجاز في العمل، كما أن أصحاب هذا الاضطراب لديهم مستويات أقل من الوعي والتعبير المفاهيمي، وبالتالي هم أقل قدرة على التواصل مع الآخرين بشكل فعال، ويفتقرون لمهارات التواصل الإيجابي.

وجد أن بعض الدراسات أشارت إلى الكرب (الزواجي) على أنه مسبب للاضطرابات النفسية والجسدية، والبعض الآخر يشير للكرب على أنه نتيجة للمشكلات النفسية، فقد أجرى هيبي وبايسي وفان اوست (Heene, Buysse, & Van Oost, 2005) دراسة على عينة مكونة من (415) زوجاً وزوجة، إذ أشارت النتائج إلى أن التكيف مترابط بشكل كبير مع أعراض الاكتئاب والكرب (الزواجي) لدى الإناث بالمقارنة مع الرجال.

كما أجرى القرني (2007) دراسة على عينة من (154) زوجاً وزوجة، وأشارت النتائج إلى أن نسبة كبيرة من الأزواج الذين لديهم كرب زواجي يترددون على العيادات الطبية غير النفسية، ويشكون من اضطرابات النفسية جسدية تعزى للكرب (الزواجي). وقام ساوث وتركهيمر وأولتمانس (South, Turkheimer, & Oltmanns, 2008) بدراسة على عينة مكونة من (84) زوجاً وزوجة، وأظهرت النتائج ارتفاع نسبة الكرب (الزواجي) مع وجود أحد اضطرابات الشخصية من الأنواع الثلاثة، وكانت النتائج لصالح الإناث.

وفي دراسة أخرى لماركمان وروذر وستانلي وراجان وويتون (Maekman, Rhoades, Stanley, Ragan, & Whitton, 2010)، على عينة مكونة من (210) من الأزواج، وأظهرت النتائج وجود ارتباط قوي بين التواصل غير الفعال والكرب (الزواجي) وأنه يتنبأ بوجوده، كما هدفت دراسة لانغات ونجينغا (Langat & Njenga, 2015) إلى التعرف إلى الأسباب التي تؤدي إلى حدوث الكرب (الزواجي)، وتكونت عينة الدراسة من (40) فرداً متزوجاً، وأظهرت النتائج أن أهم الأسباب التي تؤدي إلى الكرب (الزواجي) هي تدني مستويات التواصل (الزواجي).

وأجرى أهلكفيسيت-بيوركورث وآخرون (Ahlqvist- Björkroth et al., 2016) دراسة على (153) من الزوجات الحوامل، وأشارت النتائج إلى وجود ارتباط بين كل من الأعراض الاكتئابية والكرب (الزواجي) وبين الأزواج، وقام (فايز وجوهري) (Vaez & Juhari, 2017) بدراسة على عينة من (462) من طلبة الشرق الأوسط في ماليزيا، وقد أشارت النتائج إلى أنه يوجد ارتباط كبير بين التوتر العالي بين الأزواج وعدم الرضى (الزواجي)، وبينت النتائج إلى أن الكرب (الزواجي) هو أقوى الضغوط التي تؤثر سلباً على الرضى (الزواجي).

وأجرى هالديرسون ودريسي وكوبر وكريسويل (Halldorsson, Draisey, Cooper, & Creswell, 2018) دراسة على عينة مكونة من (40) زوجة قُسمن على مجموعتين، مجموعة لديها كرب زواجي، والأخرى لا تعاني منه، وأشارت النتائج إلى عدم وجود أعراض اكتئابية لدى العينة التي لا تعاني من الكرب (الزواجي)، وارتفاع الأعراض الاكتئابية لدى المجموعة التي تعاني من الكرب (الزواجي).

وهناك عدد من الدراسات السابقة تناولت أساليب الحياة، فقد أجرى كازاكيفيوسويت ورومانيوستكيوت وفينسكيوت (Kazakeviciue, Ramanauskaitė, & Venskute, 2013) دراسة على عينة الدراسة من (182) موظفًا، وأشارت النتائج إلى ارتباط كل من النمط المنتهي والمسار إيجابيًا مع أساليب المساومة مع

العدوانية التي تلحق ضررًا بالآخرين، عند شعورهم بعدم الأمان أو أن علاقتهم تتعرض للخطر (Liggett, & Sellbom, 2018).

ويُعد اضطراب الشخصية الوسواسية واحدًا من اضطرابات المجموعة الثالثة التي تتميز بالقلق والخوف وتثبيت السلوك (APA, 2013). ويعد اضطراب الشخصية الوسواسية بأنه أحد أكثر إضرابات الشخصية شيوعًا وانتشارًا في العالم (Akhan & Besiroglu, 2020). وتعتبر الشخصية الوسواسية عن الشخص شديد التنظيم، والمظهر بطريقة شخصية، ولديه شعور قوي بالأخلاق والصلابة النفسية، ومتبع قوي للقواعد والجداول الزمانية، ولديهم شعور متضخم بالمسؤولية الشخصية والانضباط الذاتي، وأصحابها يمتازون بالتفاني في الإنجاز، وتعد الكمالية ميزة مهمة لاضطراب الوسواس من خلال ميلهم إلى تنظيم معايير عالية غير واقعية وتقييمات ذاتية بالغة الأهمية (Kilicaslan et al., 2020)، واستنادًا للدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية (DSM-5)، يعرف اضطراب الشخصية الوسواسية على أنه نمط عام من القلق المفرط مع الانتظام والكمال والسيطرة العقلية والشخصية، وفقدان المرونة الشخصية والانفتاح والفعالية، بدءًا من المراحل المبكرة من البلوغ (APA, 2013).

وتتسم هذه الشخصية بالوساوس القهرية والاندفاعية المتمثلة في الاهتمام الزائد بالتفاصيل، والتفاني في العمل، والابتعاد عن الأنشطة التي تجلب الاستمتاع مع كثرة تأنيبه لذاته وتصلبه في الأمور المتعلقة بالأخلاق، وعدم التخلي عن الأشياء البالية، والبخل في الإنفاق المالي، والعناد (Holthausen & Habel, 2018)، وهم يواجهون صعوبة كبيرة في اتخاذ القرارات المخالفة للصواب ويجدون صعوبة في توزيع الوقت خوفًا من ضياع وقتهم وانصرافه للشيء الخطأ، وغالبًا ما تكون علاقتهم الشخصية ضعيفة، وذلك لأنهم يتسمون بالعناد (De Panfilis et al., 2018).

وأشار كل من ساوث وتركهيمر وأولتمانس (South, Turkheimer, & Oltmanns, 2008) إلى أن وجود أحد الاضطرابات النفسية هو مؤشر على ارتفاع نسبة الكرب (الزواجي) بين الأزواج، وخاصة اضطراب الشخصية الوسواسية، لما له من أثر كبير على جودة التواصل ونوعية الحياة بين الزوجين. كما أشار موفراد وجزابري وففاتيزياد وإيتيمادي وعبيدي (Mofrad et al., 2018) في دراستهم إلى إمكانية التنبؤ في الكرب (الزواجي) لدى الأشخاص المصابين باضطراب الشخصية الوسواسية وخاصة لدى النساء، وأشار العديد من الباحثين (Disney, Weinstein, & Oltmanns, 2012; Hoveidafar, Fatehizadeh, Ahmadi, Jazayeri, & Abedi, 2017) إلى وجود أثر لاضطراب الشخصية الوسواسية كبير العلاقات التواصلية بين الزوجين والأبناء، وانخفاض في مستوى الاتصال وانخفاض الشعور بالأمان، وارتفاع في مستوى الكرب (الزواجي) بين الأزواج الذي قد يؤدي إلى الطلاق لصعوبة استمرارية هكذا حياة.

وبعد الاطلاع على الأدب النظري في الكرب (الزواجي)، وعلاقته بأساليب الحياة، والتواصل (الزواجي)، وبعض الاضطرابات الشخصية،

عياديتين، وأشارت النتائج إلى وجود أعراض مشتركة كالقلق والخوف والحساسية الزائدة بإعطاء أنفسهم مستوى جيد من التقدير، كما أظهرت النتائج وجود تقدير ذات منخفض للحالتين.

وقام هوفيدافار وفاتميزاد وأحمدي وجازيري وعبيدي (Hoveidafar, Fatehizadeh, Ahmadi, Jazayeri, & Abedi, 2017) بدراسة هدفت إلى تعرف أثر اضطرابات الشخصية على التواصل (الزواجي). تكونت عينة الدراسة من (10) من الرجال الذين تعاني زوجاتهم من مجموعة من الاضطرابات الشخصية. بينت نتائج الدراسة وجود أثر سلبى لاضطرابات الشخصية على التواصل (الزواجي)، وأظهرت النتائج التأثير السلبى لاضطرابات الشخصية على العلاقة الزوجية والأطفال وتؤدي إلى رفع مستويات الاضطرابات النفسية لدى الأزواج الذكور.

كما أجرى موفراد وجازيري وفاتميزاد وايتيمادي وعبيدي (Mofrad, Jazayeri, Fatehizade, Fatehizade, & Abedi, 2018) دراسة هدفت إلى استطلاع عام لمقياس الكرب (الزواجي) لدى النساء اللواتي يعانين من اضطراب الشخصية الوسواسية، وتكونت عينة الدراسة من (140) زوجا وزوجة، وأشارت النتائج إلى تمتع المقياس بقدرة على التنبؤ في الكرب (الزواجي) لدى النساء اللواتي تعانين من اضطراب الشخصية الوسواسية.

بعد استعراض الدراسات السابقة ذات العلاقة المباشرة بالموضوع، تبين أنه لا توجد دراسة أجنبية أو عربية تناولت البحث حول القدرة التنبؤية لأساليب الحياة، والتواصل (الزواجي)، واضطرابات الشخصية، في الكرب (الزواجي) لدى الأزواج -في حدود اطلاع الباحثين-، ولذلك فإن الباحثين قد سعوا للكشف عن القدرة التنبؤية لأساليب الحياة، والتواصل (الزواجي)، وبعض اضطرابات الشخصية في الكرب (الزواجي) لدى عينة من الأزواج لتحديد أكثر هذه العوامل قدرة على تفسير الكرب (الزواجي)..

مشكلة الدراسة وأسئلتها

لا تخلو أي علاقة زوجية مما يُكدر صفوها ويعرقل مسيرتها في الحياة، فيحل القلق والتوتر محل السكن، وتنعكس على سلوك الزوجين وتصرفاتهما سلباً، ويُعد الكرب (الزواجي) أحد العوامل التي تؤدي لحدوث العديد من المشكلات التي ينبغي التعامل معها؛ إذ يشير إلى حالة من عدم الرضى المتولدة لدى أحد الطرفين في العلاقة الزوجية أو كليهما، مما ينتج عنها العديد من المشاعر السلبية، والاضطرابات النفسية لدى الزوجين باعتبار الرضى أحد مؤشرات الحياة الزوجية السعيدة، واستقرار الأسرة وقوتها (Snyder & Abbott, 2002; Lebow, 2005). ويعبر الكرب (الزواجي) عن حالة من التباين في الأفكار والمشاعر واتجاهات الزوجين حول أمورهم ينتج عنه إرجاع غير مرغوب فيه، فتظهر الخلافات وتوضحه، ثم تحوله إلى نفور وشقاق وزيادة في الخلاف فيختل التفاعل (الزواجي) ويسوء التوافق، وتضعف العلاقة الزوجية، ويؤدي إلى انهيار في الصحة النفسية والعقلية (Balci & Ayranci, 2005).

الصراع، وارتبطت سلبياً مع أسلوب حل الصراع، وهدفت دراسة محمدي وسامافي وغازافي (Mohammadi, Samavi, & Ghazavi, 2016) إلى التعرف إلى العلاقة بين أسلوب الحياة وأنماط التعلق بالرضى (الزواجي). تكونت عينة الدراسة من (292) زوجاً وزوجة، بينت نتائج الدراسة أن أسلوب الحياة وأنماط التعلق كانت عامل تنبؤ الرضى (الزواجي).

وهناك عدد من الدراسات السابقة التي تناولت التواصل (الزواجي)، فقد أجرى إيسر وايرلو وأوجيه وبوكي وشيك (Esere, Irouloh, Ojiah, Bukoye, & Chieke, 2015) دراسة لاكتشاف أثر سوء التواصل والإدراك الخطأ على الاستقرار (الزواجي) استناداً إلى تصور المتزوجين البالغين في مدينه (اويري)، وتكونت عينة الدراسة من (600) زوجاً وزجه (411 ذكراً، 189 من الإناث)، وأظهرت النتائج وجود فرق كبير بين المتزوجين البالغين في التعبير عن ضعف التواصل بين الزوجين، وأثره على الاستقرار (الزواجي) الذي يعزى إلى المستوى التعليمي.

كما قامت برافو ومارتينز (Bravo & Mart'inez, 2017) بدراسة هدفت إلى تعرف إلى أنماط التواصل (الزواجي) الأكثر تأثيراً على مستويات الرضى (الزواجي) لدى مجموعة من النساء والرجال المتزوجين. تكونت عينة الدراسة من (104) أزواج وزوجات، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين أنماط التواصل (الزواجي) الإيجابية ومستويات الرضى الزوجي، كما أظهرت وجود علاقة ارتباطية سالبة بين أنماط التواصل (الزواجي) السلبية ومستويات الرضى (الزواجي).

وهدفت دراسة هاريس وكومار (Haris & Kumar, 2018) إلى التعرف إلى العلاقة بين الرضى (الزواجي) والتواصل (الزواجي)، وتكونت عينة الدراسة من (50) زوجاً و (50) زوجة. بينت نتائج الدراسة أن التواصل (الزواجي) كان عامل تنبؤ دال إحصائياً بالرضى (الزواجي)، وكشفت النتائج أن التواصل (الزواجي) كان قادراً على التنبؤ بما نسبته (31%) من الرضى (الزواجي)، وأجرى فازيهابي ورييس (Vazhappilly & Reyes, 2018) دراسة هدفت لفهم العلاقة بين الرضى (الزواجي) ومهارات التواصل بين الزوجين، تكونت عينة الدراسة من (100) زوج وزوجة (50 ذكراً، 50 من الإناث)، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الرضى (الزواجي) والتواصل (الزواجي).

وهناك عدد من الدراسات السابقة التي تناولت اضطرابات الشخصية، فقد أجرى بوشارد وسابورين ولوسير وفيليو في (Bouchard, Sabourin, Lussier, & Villeneuve, 2009) دراسة هدفت تعرف مستوى استقرار العلاقة الزوجية لدى عينة من الأزواج التي يعاني أحدهما من الاضطرابات الشخصية، وتكونت عينة الدراسة من (35) زوجاً وزوجة. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الكرب (الزواجي) في العلاقة الزوجية كان مرتفعاً لدى الأزواج الذي يعاني أحدهما من الاضطرابات الشخصية.

وأجرت طاهر (2014) دراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى تقدير الذات عند الشخصية التجنبية. تكونت العينة من حالتين

- الحدود البشرية: اقتصر هذه الدراسة على عينة من الأزواج الأردنيين، الذين اختيروا من المتزوجين باستخدام الوسائل الإلكترونية المتاحة، ووسائل التواصل الاجتماعي.

- الحدود الزمانية: العام (2018/2019م).

- نتائج هذه الدراسة تتحدد في ضوء الخصائص السيكومترية لأدوات القياس المستخدمة في هذه الدراسة إذ لا يمكن اعتبارها أدوات صادقة صدقاً مطلقاً.

- نتائج هذه الدراسة تتحدد بمدى تمثيل المفاهيم والمصطلحات المستخدمة في هذه الدراسة للسمات المقيسة وما تتضمنه من مجالات مختلفة.

التعريفات الاصطلاحية والإجرائية

اشتملت الدراسة على المصطلحات التالية:

القدرة التنبؤية: إجراء إحصائي يتم من خلاله تعرف الوزن أو الأهمية النسبية التي يساهم بها كل متغير من متغيرات التنبؤ في العلاقة التنبؤية، وكيف يمكن ترتيب هذه المتغيرات من حيث درجة مساهمتها في العلاقة التنبؤية (الكيلاي، والشريفين، 2017)، وفي هذه الدراسة تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد المتدرج (Stepwise) للكشف عن الأهمية النسبية من خلال معرفة نسبة التباين المفسر ودلالاتها لمتغيرات (التواصل (الزواجي)، أسلوب الحياة المتحكم- المؤذي، أسلوب الحياة المدلل، أسلوب الحياة المذعن، نمط الشخصية التَّجْنِيبِيَّة، نمط الشخصية الاعتمادية ونمط الشخصية الوسواسية) كمغيرات متنبئة في تفسير التباين في الكرب (الزواجي) كمتغير متنبأ به، لدى عينة من الأزواج.

أساليب الحياة: طرق حياة الأفراد والأسر والمجتمعات، التي يظهرونها أثناء التعامل مع بيئاتهم النفسية والاجتماعية، والاقتصادية في حياتهم اليومية (Wheeler, Harkness, Barkat & Swartz, 1996). وتعرف إجرائياً في ضوء الدرجة التي حصل عليها الزوج/ الزوجة على مقياس أساليب الحياة الذي استخدم في الدراسة الحالية، وتصنيفهم في ضوء ذلك، إما: متحكم-مؤذي، أو مدلل، أو مذعن، أو ليس لديه نمط سائد.

التواصل (الزواجي): عملية تجري بين الناس يتم فيها تبادل المعلومات والأفكار والمشاعر، ولا تشتمل على اللغة المنطوقة والمكتوبة فقط بل تشتمل على لغة الجسد والسلوكيات الشخصية، ونمط الاتصال سمة لا تتجزأ من سمات الشخصية والأنشطة البشرية فهو الدعامة التي تحافظ على التفاهم المتبادل (القواسمه، وسمور، 1999). وتعرف إجرائياً في ضوء الدرجة التي حصل عليها الزوج/ الزوجة على مقياس التواصل (الزواجي) الذي استخدم في الدراسة الحالية.

اضطراب الشخصية الاعتمادية: حاجة منتشرة ومفرطة يجب الاهتمام بها، والتي تؤدي إلى سلوك خانع والتشبث ومخاوف من الانفصال (Lampe, 2016). ويعرف إجرائياً في ضوء الدرجة التي حصل عليها الزوج/ الزوجة على مقياس اضطراب الشخصية الذي تم استخدامه في الدراسة الحالية.

وعلى الرغم من وجود العديد من الدراسات التي بحثت في موضوع الكرب (الزواجي) إلا أن معظمها تناولت ارتباط الكرب (الزواجي) مع أحد المتغيرات، وهذه الدراسة تتناول ظاهرة مهمة ويزداد انتشارها في الأردن، ويظهر ذلك جلياً من خلال ازدياد حالات الطلاق على مستوى المجتمع، كما تناولت الدراسة متغيرات لم تخضع للبحث والتمحيص في مجتمع الدراسة -في حدود اطلاع الباحثين-؛ حيث تُعد من أوائل الدراسات التي تناولت أساليب الحياة، والتواصل (الزواجي)، وبعض اضطرابات الشخصية كمتنبئات في الكرب (الزواجي) لدى الأزواج الأردنيين، والتي قد تكون مرجعاً للباحثين، من خلال ما ستوفره من نتائج، وتكون حافزاً لإجراء المزيد من الدراسات المستقبلية في هذا المجال. وسعت هذه الدراسة للبحث في قدرة بعض المتغيرات: (أساليب الحياة، التواصل (الزواجي)، بعض اضطرابات الشخصية) للتنبؤ في الكرب (الزواجي). وبالتحديد، فإن هذه الدراسة قد سعت للإجابة عن الأسئلة الآتية:

أولاً: ما أبرز أساليب الحياة السائدة لدى عينة المتزوجين تبعاً لمتغيرات: (الجنس، عدد سنوات الزواج، المستوى الاقتصادي)؟

ثانياً: ما مستوى التواصل (الزواجي) والكرب (الزواجي) لدى عينة المتزوجين تبعاً لمتغيرات: (الجنس، عدد سنوات الزواج، المستوى الاقتصادي)؟

ثالثاً: ما الأهمية النسبية لكل من متغيرات: (التواصل (الزواجي)، أسلوب الحياة المتحكم- المؤذي، أسلوب الحياة المدلل، أسلوب الحياة المذعن، نمط الشخصية التَّجْنِيبِيَّة، نمط الشخصية الاعتمادية، ونمط الشخصية الوسواسية) في تفسير التباين في الكرب (الزواجي) لدى العينة الكلية؟

أهمية الدراسة

تمثل أهمية الدراسة في جانبين: الأول نظري؛ إذ يتوقع من خلال هذه الدراسة أن تكشف عن أساليب الحياة السائدة لدى المتزوجين في الأردن، وكذلك الكشف عن مستوى التواصل (الزواجي) والكرب (الزواجي) لدى عينة المتزوجين تبعاً لمتغيرات: (الجنس، عدد سنوات الزواج، المستوى الاقتصادي)، وكذلك الكشف عن المتغيرات ذات الأهمية النسبية في تفسير أو التنبؤ في الكرب (الزواجي) لدى عينة المتزوجين.

والجانب الآخر تطبيقي (عملي)؛ حيث يؤمل من هذه الدراسة توظيف النتائج في فهم دور أساليب الحياة، والتواصل (الزواجي)، وبعض اضطرابات الشخصية في الكرب (الزواجي) لدى الأزواج الأردنيين، ومساعدة الباحثين والمتخصصين في تصميم برامج إرشادية يمكن أن تساهم في إرشاد وتوجيه الأزواج، كما أنها وفرت بعض المقاييس ذات الخصائص السيكومترية المقبولة لقياس الكرب (الزواجي)، وقياس أساليب الحياة، وقياس التواصل (الزواجي)، وقياس لبعض اضطرابات الشخصية لدى الأزواج الأردنيين التي يمكن استخدامها من قبل المعنيين.

حدود الدراسة ومحدداتها

اشتملت الدراسة على الحدود والمحددات التالية:

الإنجليزية على يد مترجم آخر، ثم إجراء مطابقة بين الترجمتين باللغة الإنجليزية للتأكد من سلامة الترجمة، وعرضت الصورة المعربة/ الأولى مزودة بالنسخة الأصلية والتعريفات الإجرائية الخاصة بها في الدراسة الحالية على مجموعة من أعضاء هيئة التدريس من ذوي الاختصاص؛ للتأكد من صحة ومطابقة الترجمة، وبعد ذلك أخذ بملاحظاتهم حول الترجمة وسلامتها، ثم عرض المقياس على مجموعة تكونت من (10) محكمين بهدف إبداء آرائهم حول دقة محتوى المقياس وصحته، ومدى مناسبه للمشاركين المستهدفين في الدراسة الحالية، واعتمد الباحثان بأن لا تقل نسبة الاتفاق بين المحكمين عن (80%)، وقد أشار المحكمون إلى الاستغناء عن أبعاد عدة؛ ليصبح عدد الفقرات (14) موزعة على ثلاثة أبعاد، هي: (الأسلوب المتحكم، والأسلوب المدلل، والأسلوب المدعن).

مؤشرات صدق البناء: طبق مقياس أساليب الحياة على عينة استطلاعية مكونة من (40) زوجًا وزوجة، وهم من خارج العينة المستهدفة، وللتأكد من صدق البناء حسبت قيم معاملات الارتباط، حيث وجد أن قيم معاملات الارتباط البيئية بين أبعاد مقياس أساليب الحياة قد تراوحت ما بين (54-67)، كما أن قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد والمقياس ككل تراوحت ما بين (55-63)، وجميعها ذات دلالة إحصائية، ويعد ذلك مؤشراً على صدق البناء للمقياس.

دلالات ثبات المقياس

ثبات الأداة: قدر ثبات الاتساق الداخلي لأساليب الحياة باستخدام معادلة (ألفا كرونباخ) (Cronbach Alpha) على بيانات التطبيق الأول للعينة الاستطلاعية، والمكونة من (40) زوجًا وزوجة، حيث بلغت قيمته للمقياس ككل (91).

تصحيح المقياس: تكون مقياس أساليب الحياة بصورته النهائية من (14) فقرة، موزعة على ثلاثة أبعاد، يستجيب المفحوص عليها وفق تدرج خماسي يشتمل على البدائل الآتية: دائماً وتعطى عند تصحيح المقياس (5 درجات، غالبًا وتعطى عند تصحيح المقياس (4 درجات، أحيانًا وتعطى عند تصحيح المقياس (3 درجات، نادرًا وتعطى عند تصحيح المقياس درجتان، ومطلقًا وتعطى عند تطبيق المقياس درجة واحدة. وكانت الفقرات جميعها مصاغة بشكل إيجابي.

ثانيًا: مقياس التواصل (الزواجي)

استخدم مقياس القواسمة وسمور (1999)، والمكون من (25) فقرة تقيس بعدين أساسيين للاتصال، وهما: التواصل اللفظي وتقبيسه الفقرات من (1-14)، والتواصل غير اللفظي، وتقبيسه الفقرات (15-25).

دلالات صدق المقياس وثباته بصورته الحالية

تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس بصورته الأولية (25) فقرة من خلال عرضه على (10) محكمين، إذ طلب منهم إبداء رأيهم في فقرات المقياس من حيث الصياغة اللغوية، ووضوح المعنى، ومدى مناسبة الفقرة للبعد الذي تنتمي إليه، وفي ضوء ملاحظات المحكمين، أجريت

اضطراب الشخصية التجنبية: هو ضعف في مجال الهوية، واحترام منخفض للذات، واعتبار نفسه بأنه غير كفؤ اجتماعيًا أو غير جذاب شخصيًا وتنتابه مشاعر مفردة للعار تجاه نفسه (Cramer, Torgersen, & Kringlen, 2006). ويعرف إجرائيًا في ضوء الدرجة التي حصل عليها الزوج على مقياس اضطراب الشخصية الذي استخدم في الدراسة الحالية.

اضطراب الشخصية الوسواسية: نمط عام من القلق المفرط مع الانتظام والكمال والسيطرة العقلية والشخصية، وفقدان المرونة الشخصية والانفتاح والفعالية، بدءًا من المراحل المبكرة من البلوغ (Besharat, Hosseini, & Jahed, 2019). ويعرف إجرائيًا في ضوء الدرجة التي حصل عليها الزوج على مقياس اضطراب الشخصية الذي استخدم في الدراسة الحالية.

الكرب (الزواجي): الحالة النفسية للزوج/ الزوجة نتيجة مجموعة من المشكلات والتزاعات التي لم يتمكن الزوجان من حلها تسبب عبئًا كبيرًا يلقي على الزوج/ الزوجة، بالإضافة إلى العبء الكبير الملقى على الفرد إجرائيًا في ضوء الدرجة الكلية التي حصل عليها الزوج على مقياس الكرب (الزواجي) الذي استخدم في الدراسة الحالية.

منهجية الدراسة وإجراءاتها

منهج الدراسة: تعد الدراسة الحالية تنبؤية من حيث نوع دراسة الروابط والعلاقات (الكيلاني، والشريفين، 2017)، واستخدم المنهج الارتباطي الوصفي بهدف التعرف إلى تأثير المتغيرات المستقلة (المتنبئة) في الكرب (الزواجي) (المتغير التابع) المتنبأ به.

عينة الدراسة: اختيرت عينة الدراسة من مجموعة من الأفراد المتزوجين والمتطوعين للاشتراك بهذه الدراسة من خلال الاستجابة على أدواتها المصممة باستخدام برنامج محوسب، حيث تم الاستجابة على أدوات الدراسة إلكترونياً بعد توضيح الهدف من الدراسة، وتكونت عينة الدراسة من (436) فردًا من المتزوجين.

أدوات الدراسة

أولاً: مقياس أساليب الحياة

يهدف الكشف عن أساليب الحياة لدى المتزوجين، وبعد مراجعة لعدد من الأدوات والمقاييس ذات الصلة قام الباحثان باستخدام القائمة الشخصية لأساليب الحياة (The Life Style Personality Inventory (LSPI)) من إعداد (ويلبر وهاركنس وباركات وسوارتس) (Wheeler, Harkness, Barkat & Swartz, 1996)، وتتكون القائمة من (54) فقرة تقيس تسعة أساليب للحياة تمثل انعكاس إدراك الفرد للخبرات والأحداث التي عايشها.

دلالات صدق المقياس وثباته بصورته الحالية:

الصدق الظاهري: قام الباحثان بترجمة المقياس من اللغة الإنجليزية إلى اللغة العربية، ثم إعادة ترجمته من اللغة العربية إلى اللغة

التطبيق الأول للعينة الاستطلاعية، والمكونة من (40) زوجًا وزوجة، حيث بلغت قيمته للمقياس ككل (94).

تصحيح مقياس الكرب (الزواجي): اشتمل مقياس الكرب (الزواجي) بصورته النهائية على (23) فقرة، يجاب عليها بتدرج خماسي يشتمل على البدائل: (دائمًا وتعطى عند تصحيح المقياس خمس درجات، وغالبًا وتعطى أربع درجات، وأحيانًا وتعطى ثلاث درجات، ونادرًا وتعطى درجتان، ومطلقًا وتعطى درجة واحدة)، وينطبق ذلك على الفقرات ذات الاتجاه الموجب، في حين يعكس التدرج في الفقرات ذات الاتجاه السالب، وهي: (1، 4، 5، 7، 9، 10، 13، 14، 15، 16، 17، 20، 21، 23).

رابعًا: مقياس اضطراب الشخصية الاعتمادية

يهدف الكشف عن اضطراب الشخصية الاعتمادية لدى المتزوجين، قام الباحثان بتطوير مقياس خاص بهذه الدراسة، استنادًا إلى المحكات التشخيصية لاضطراب الشخصية الاعتمادية الواردة في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية الطبعة الخامسة (The Diagnostic and Statistical Manual DSM5)، الذي يحدد أن هناك اضطرابًا لا بد من توافر خمسة مظاهر (أعراض) أو أكثر من أصل ثمانية محكات، وقد كتبت الفقرات اعتمادًا على خبرة المتخصصين، ومن خلال الاستفادة من المقاييس والدراسات ذات الصلة، وقد تكون المقياس في صورته الأولى من (38) فقرة موزعة على الأبعاد (التي تصف الأعراض أو المظاهر).

دلالات صدق المقياس وثباته بصورته الحالية

دلالات الصدق الظاهري: للتأكد من الصدق الظاهري للمقياس، عرض على (10) محكمين، إذ طلب منهم إبداء رأيهم في فقرات المقياس من حيث الصياغة اللغوية، ووضوح المعنى، ومدى مناسبة الفقرة للبعد الذي ينتهي إليه، وفي ضوء ملاحظات المحكمين تكون المقياس بعد التحكيم من (13) فقرة، تقيس أعراض الشخصية الاعتمادية ككل لدى المتزوجين.

مؤشرات صدق البناء: كما جرى حساب قيم معاملات ارتباط الدرجة على الفقرة مع الدرجة الكلية على مقياس اضطراب الشخصية الاعتمادية، باعتبارها مؤشرًا على الصدق الداخلي للمقياس، إذ تراوحت قيم معاملات ارتباط الدرجة على الفقرة مع الدرجة الكلية على مقياس اضطراب الشخصية الاعتمادية ما بين (51-81).

ثبات المقياس: جرى التحقق من ثبات المقياس بصورته عن طريق تقدير معامل ثبات الاتساق الداخلي للمقياس باستخدام معادلة (كرونباخ ألفا) (Cronbach Alpha)، إذ بلغت قيم معاملات ثبات الاتساق الداخلي للمقياس (917).

تصحيح مقياس اضطراب الشخصية الاعتمادية:

اشتمل مقياس اضطراب الشخصية الاعتمادية على (13) فقرة يجاب عليها بتدرج خماسي يتضمن البدائل الآتية: (دائمًا وتعطى عند تصحيح المقياس خمس درجات، غالبًا وتعطى أربع درجات، أحيانًا وتعطى ثلاث درجات، نادرًا وتعطى درجتان، ومطلقًا تعطى درجة واحدة). وتنطبق

التعديلات المقترحة التي أجمعوا عليها، وبذلك تكون المقياس بعد التحكيم من (21) فقرة، تقيس الاتصال بين الزوجين.

مؤشرات صدق البناء: كما جرى حساب قيم معاملات ارتباط الدرجة على الفقرة مع الدرجة الكلية على مقياس التواصل (الزواجي)، باعتبارها مؤشرًا على الصدق البناء للمقياس، وقد تراوحت قيم معاملات ارتباط الدرجة على الفقرة مع الدرجة الكلية على مقياس التواصل (الزواجي) ما بين (39-79).

ثبات المقياس: بهدف التحقق من ثبات المقياس قامت الباحثة بتقدير ثبات الاتساق الداخلي باستخدام معامل (كرونباخ α)، وبلغت قيمة الأداة ككل (886).

تصحيح مقياس التواصل (الزواجي): اشتمل المقياس على (21) فقرة، يجاب عليها بتدرج خماسي يشتمل على البدائل الآتية: (دائمًا وتعطى

عند تصحيح المقياس (5) درجات، غالبًا وتعطى (4) درجات، أحيانًا وتعطى (3) درجات، نادرًا وتعطى (درجتان)، ومطلقًا وتعطى (درجة واحدة)، وهذه الدرجات تنطبق على الفقرات المصاغة جميعها بطريقة إيجابية، في حين يعكس التدرج في الفقرات المصوغة باتجاه سالب وهما الفقرتان: (13، 15).

ثالثًا: مقياس الكرب (الزواجي)

يهدف الكشف عن مستوى الكرب (الزواجي) لدى المتزوجين، فقد قام الباحثان بتطوير مقياس خاص بهذه الدراسة اعتمادًا على خبرة المتخصصين والأدب النظري، كما استفيد من الدراسات ذات الصلة ومن أبرزها: قدورة (2013) ودراسة (جيرمان) (German, 2013)، حيث تكوّن المقياس في صورته الأولى من (43) فقرة، موزعة على ثلاثة أبعاد هي: (طبيعة البنية المعرفية في العلاقات الزوجية، وطبيعة العلاقة العاطفية، وطبيعة الاتصال والتفاعل).

دلالات صدق المقياس وثباته في صورته الحالية

صدق المقياس الظاهري: تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس بصورته الأولى (43) فقرة من خلال عرضه على (10) محكمين، إذ طلب منهم إبداء رأيهم في فقرات المقياس من حيث الصياغة اللغوية، ووضوح المعنى، ومدى مناسبة الفقرة للبعد الذي تنتهي إليه، وفي ضوء ملاحظات المحكمين تم حذف بعد الاتصال والتفاعل؛ لأنه تكرر لما يتضمنه مقياس الاتصال بين الزوجين، كما تم إعادة صياغة العديد من الفقرات وضبطها من حيث اللغة، وبذلك تكون المقياس بعد التحكيم من (23) فقرة، تقيس الكرب (الزواجي) ككل بين الزوجين.

مؤشرات صدق البناء: جرى حساب قيم معاملات ارتباط الدرجة على الفقرة مع الدرجة الكلية على مقياس الكرب (الزواجي)، باعتبارها مؤشرًا على صدق البناء للمقياس، وقد تراوحت قيم معاملات ارتباط الدرجة على الفقرة مع الدرجة الكلية على مقياس الكرب (الزواجي) ما بين (41-77).

ثبات المقياس: قدر ثبات الاتساق الداخلي لأساليب الحياة باستخدام معادلة (ألفا كرونباخ) (Cronbach Alpha) على بيانات

أصل ثمانية محكات، وقد كتبت الفقرات اعتماداً على خبرة المختصين، ومن خلال الاستفادة من المقاييس والدراسات ذات الصلة، وقد تكون المقياس في صورته الأولية من (62) فقرة موزعة على الأبعاد (التي تصف الأعراض أو المظاهر).

دلالات صدق المقياس:

صدق المقياس الظاهري: للتأكد من الصدق الظاهري للمقياس، عرض على (10) محكمين طلب منهم إبداء رأيهم في فقرات المقياس من حيث الصياغة اللغوية ووضوح المعنى، ومدى مناسبة الفقرة للبعد الذي ينتهي إليه، وفي ضوء ملاحظات المحكمين، أجريت التعديلات المقترحة التي أجمعوا عليها، تكون المقياس بعد التحكيم من (16) فقرة، تقيس أعراض الشخصية الوسواسية ككل لدى المتزوجين.

مؤشرات صدق البناء: جرى حساب قيم معاملات ارتباط الدرجة على الفقرة مع الدرجة الكلية على مقياس الوسواس القهري، باعتبارها مؤشراً على الصدق الداخلي للمقياس، وتراوحت قيم معاملات ارتباط الدرجة على الفقرة مع الدرجة الكلية على مقياس اضطراب الوسواس القهري ما بين (37-71).

دلالات ثبات المقياس: جرى التحقق من ثبات المقياس بصورته عن طريق تقدير معامل ثبات الاتساق الداخلي للمقياس باستخدام معادلة (كرونباخ ألفا) (Cronbach Alpha)، إذ بلغت قيم معاملات ثبات الاتساق الداخلي للمقياس (924).

تصحيح مقياس اضطراب الوسواس القهري: اشتمل مقياس اضطراب الوسواس القهري على (16) فقرة يجاب عليها بتدريج خماسي يتضمن البدائل الآتية: (دائماً وتعطى عند تصحيح المقياس خمس درجات، غالباً وتعطى أربع درجات، أحياناً وتعطى ثلاث درجات، نادراً وتعطى درجتان، ومطلقاً تعطى درجة واحدة). وينطبق ذلك على فقرات المقياس كونها مصاغة باتجاه موجب.

متغيرات الدراسة: تتضمن الدراسة عدداً من المتغيرات: الكرب (الزواجي) (المتنبأ به)، وأساليب الحياة، والتواصل (الزواجي)، واضطراب الشخصية الاعتمادية، واضطراب الشخصية الوسواسية، واضطراب الشخصية التجنبية (المتغيرات المتنبئة)، والمتغير التصنيفي: الجنس (الذكر/ الأنثى).

نتائج الدراسة ومناقشتها

ويتناول هذا الجزء من البحث عرض لنتائج الدراسة تبعاً لأسئلة الدراسة على النحو الآتي.

أولاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الأول ومناقشتها، ونصه " ما أبرز أساليب

الحياة السائدة لدى عينة المتزوجين تبعاً لمتغيرات: (الجنس، عدد سنوات الزواج، المستوى الاقتصادي)؟"

للإجابة عن سؤال الدراسة الأول: حُسبت التكرارات والنسب المئوية لمستوى وجود أساليب الحياة لدى أفراد عينة الدراسة تبعاً

هذه الدرجات على فقرات مقياس الشخصية الاعتمادية كونها مصاغة باتجاه موجب، وبذلك تتراوح درجات المقياس ما بين (13-65).

خامساً: مقياس اضطراب الشخصية التجنبية

يهدف الكشف عن اضطراب الشخصية التجنبية لدى المتزوجين، قام الباحثان بتطوير مقياس خاص بهذه الدراسة، استناداً إلى المحكات التشخيصية لاضطراب الشخصية التجنبية الواردة في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية الطبعة الخامسة (The Diagnostic and Statistical Manual DSM5)، والذي يحدد أن هناك اضطراباً لا بدّ من توافر خمسة مظاهر (أعراض) أو أكثر من أصل سبعة محكات، وقد كتبت الفقرات اعتماداً على خبرة المتخصصين، ومن خلال الاستفادة من المقاييس والدراسات ذات الصلة، وقد تكون المقياس في صورته الأولية من (31) فقرة موزعة على الأبعاد (التي تصف الأعراض أو المظاهر).

صدق المقياس الظاهري: للتأكد من الصدق الظاهري للمقياس، عرض على (10) محكمين، إذ طلب منهم إبداء رأيهم في فقرات المقياس من حيث الصياغة اللغوية ووضوح المعنى، ومدى مناسبة الفقرة للبعد الذي ينتهي إليه، وفي ضوء ملاحظات المحكمين، أجريت التعديلات المقترحة التي أجمعوا عليها، وتكون المقياس بعد التحكيم من (14) فقرة، تقيس أعراض الشخصية التجنبية ككل لدى المتزوجين.

مؤشرات صدق البناء: جرى حساب قيم معاملات ارتباط الدرجة على الفقرة مع الدرجة الكلية على مقياس اضطراب الشخصية التجنبية، باعتبارها مؤشراً على الصدق الداخلي للمقياس، حيث تراوحت قيم معاملات ارتباط الدرجة على الفقرة مع الدرجة الكلية على مقياس اضطراب الشخصية التجنبية ما بين (42-76).

ثبات المقياس: جرى التحقق من ثبات المقياس بصورته عن طريق تقدير معامل ثبات الاتساق الداخلي للمقياس باستخدام معادلة (كرونباخ ألفا) (Cronbach Alpha)، إذ بلغت قيم معاملات ثبات الاتساق الداخلي للمقياس (924).

تصحيح مقياس اضطراب الشخصية التجنبية: اشتمل مقياس اضطراب الشخصية التجنبية على (14) فقرة يجاب عليها بتدريج خماسي يتضمن البدائل الآتية: (دائماً وتعطى عند تصحيح المقياس خمس درجات، غالباً وتعطى أربع درجات، أحياناً وتعطى ثلاث درجات، نادراً وتعطى درجتان، ومطلقاً تعطى درجة واحدة). وينطبق ذلك على فقرات المقياس كونها مصاغة بشكل موجب.

سادساً: مقياس الوسواس القهري

يهدف الكشف عن اضطراب الشخصية الوسواسية لدى المتزوجين، قام الباحثان بتطوير مقياس خاص بهذه الدراسة، استناداً إلى المحكات التشخيصية لاضطراب الشخصية الوسواسية الواردة في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية الطبعة الخامسة (The Diagnostic and Statistical Manual DSM5)، والذي يحدد أن هناك اضطراباً لا بدّ من توافر خمسة مظاهر (أعراض) أو أكثر من

يتضح من الجدول (3) تساوي نسب الأفراد ذوي أسلوب الحياة المتحكم- المؤذي والمدلل لدى عينة الأزواج من ذوي المستوى الاقتصادي المتدني بنسبة بلغت (30%)، في حين كان أسلوب الحياة المتحكم- المؤذي هو السائد لدى عينة الأزواج من ذوي المستوى الاقتصادي المتوسط بنسبة بلغت (33.30%)، وكان أسلوب الحياة المدلل هو الأسلوب السائد لدى عينة الأزواج من ذوي المستوى الاقتصادي المرتفع بنسبة بلغت (55.60%).

ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني ومناقشتها، ونصه "ما مستوى

التواصل (الزواجي) والكرب (الزواجي) لدى عينة المتزوجين تبعاً لمتغيرات:

(الجنس، عدد سنوات الزواج، المستوى الاقتصادي)؟"

للإجابة عن سؤال الدراسة الثاني؛ حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة على فقرات مقياس التواصل (الزواجي) تبعاً لمتغيرات: (الجنس، عدد سنوات الزواج، المستوى الاقتصادي)، كما هو مبين في الجدول (4).

جدول (4) مستوى التواصل (الزواجي) لدى عينة المتزوجين تبعاً لمتغيرات الدراسة

المتغير	الفئة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى التواصل (الزواجي)
الجنس	ذكور	3.879	403	مرتفع
	إناث	3.968	540	مرتفع
عدد سنوات الزواج	1-5 سنوات	4.079	457	مرتفع
	5-10 سنوات	3.963	569	مرتفع
المستوى الاقتصادي	متدني	3.871	428	مرتفع
	متوسط	3.936	498	مرتفع
العينة الكلية	مرتفع	3.944	482	مرتفع
		3.931	490	مرتفع

يتضح من الجدول (4) أن مستوى التواصل (الزواجي) لدى أفراد عينة الدراسة كان مرتفعاً بغض النظر عن الجنس، وعدد سنوات الزواج، والمستوى الاقتصادي؛ إذ تراوحت قيم المتوسط الحسابي لمستوى التواصل (الزواجي) بين (3.871) لدى عينة المتزوجين من ذوي المستوى الاقتصادي المتدني و(3.968) لدى عينة المتزوجين من الإناث، ووقعت جميعها في المستوى المرتفع استناداً إلى التصنيف الذي يضع المتوسط الذي يتراوح بين (2.33) و(2.34) بين (1) و(2.33) في المستوى المتدني، والمتوسط الذي يتراوح بين (3.68) و(3.67) في المستوى المتوسط، والمتوسط الذي يتراوح بين (3.68) و(5) في المستوى المرتفع. كما حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة على فقرات مقياس الكرب (الزواجي) تبعاً لمتغيرات: (الجنس، عدد سنوات الزواج، المستوى الاقتصادي)، كما هو مبين في الجدول (5).

لمتغيرات: (الجنس، عدد سنوات الزواج، المستوى الاقتصادي)، كما هو مبين في الجداول (1، 2، 3).

جدول (1) التكرارات والنسب المئوية لمستوى وجود أساليب الحياة تبعاً لمتغير الجنس

الجنس	أسلوب الحياة				المجموع
	متحكم-مؤذي	مدلل	مذعن	ليس لديه نمط سائد	
ذكر	التكرار	60	72	20	180
	النسبة المئوية %	33.30	40.00	11.10	100
أنثى	التكرار	70	72	44	256
	النسبة المئوية %	27.30	28.10	17.20	100
المجموع	التكرار	130	144	72	436
	النسبة المئوية %	29.80	33.00	16.50	100

يتضح من الجدول (1) أن أسلوب الحياة السائد لدى عينة الذكور هو أسلوب الحياة المدلل بنسبة بلغت (40%)، في حين كانت نسب التكرارات لأساليب الحياة السائدة لدى عينة الإناث متقاربة، وكان أعلاها أسلوب الحياة المدلل بنسبة بلغت (28.10) من عينة الإناث، وفي العينة الكلية كان أسلوب الحياة السائد هو أسلوب الحياة المدلل بنسبة بلغت (33%).

جدول (2) التكرارات والنسب المئوية لمستوى وجود أساليب الحياة لدى عينة

الدراسة تبعاً لمتغير عدد سنوات الزواج

عدد سنوات الزواج	أسلوب الحياة				المجموع
	متحكم-مؤذي	مدلل	مذعن	ليس لديه أسلوب سائد	
1-5 سنوات	التكرار	16	36	20	90
	النسبة المئوية %	17.8	40.0	22.2	100
5-10 سنوات	التكرار	34	22	16	80
	النسبة المئوية %	42.5	27.5	20.00	100
10-20 سنة	التكرار	80	86	54	266
	النسبة المئوية %	30.1	32.3	20.3	100

يتضح من الجدول (2) أن أسلوب الحياة السائد لدى عينة الأزواج من ذوي عدد سنوات الزواج (1-5 سنوات) هو أسلوب الحياة المدلل بنسبة بلغت (40%)، في حين كانت أسلوب الحياة المتحكم- المؤذي هو الأسلوب السائد لدى عينة الأزواج من ذوي عدد سنوات الزواج (10-5 سنوات) بنسبة بلغت (42.50%)، وفي عينة الأزواج من ذوي عدد سنوات الزواج (10-20) سنة كان أسلوب الحياة المدلل هو السائد بنسبة بلغت (32.30%).

جدول (3) التكرارات والنسب المئوية لمستوى وجود أساليب الحياة لدى أفراد عينة

الدراسة تبعاً لمتغير المستوى الاقتصادي

المستوى الاقتصادي	أسلوب الحياة				المجموع
	متحكم-مؤذي	مدلل	مذعن	ليس لديه أسلوب سائد	
متدني	التكرار	12	12	8	40
	النسبة المئوية %	30.00	30.00	20.00	100
متوسط	التكرار	114	102	76	342
	النسبة المئوية %	33.30	29.80	22.20	100
مرتفع	التكرار	4	30	14	54
	النسبة المئوية %	7.40	55.60	25.90	100

يضع المتوسط الذي يتراوح بين (1) و(2.33) في المستوى المتدني، والمتوسط الذي يتراوح بين (2.34) و(3.67) في المستوى المتوسط، والمتوسط الذي يتراوح بين (3.68) و(5) في المستوى المرتفع.

ثالثاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث ومناقشتها، ونصه "ما الأهمية

النسبية لكل من متغيرات (التواصل (الزواجي)، أسلوب الحياة المتحكم- المؤذي، أسلوب الحياة المدلل، أسلوب الحياة المذعن، نمط الشخصية التَّجَنُّبِيَّة، نمط الشخصية الاعتمادية ونمط الشخصية الوسواسية) في تفسير التباين في الكرب (الزواجي) لدى العينة الكلية؟"

للإجابة عن سؤال الدراسة الخامس: حُسبت قيم معاملات الارتباط بين المتغيرات المتنبئة، ومتغير الكرب (الزواجي)، كما استخدم تحليل الانحدار المتعدد بطريقة (stepwise) لمتغير الكرب (الزواجي) على المتغيرات المتنبئة باستخدام بيانات العينة الكلية، كما هو مبين في الجدول (6).

المتغير	الفئة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الكرب النفسي
الجنس	ذكور	2.419	.607	متوسط
	إناث	2.700	.840	متوسط
عدد سنوات الزواج	1- 5 سنوات	2.488	.830	متوسط
	5-10 سنوات	2.386	.678	متوسط
المستوى الاقتصادي	20-10 سنة	2.677	.753	متوسط
	متدن	2.617	.731	متوسط
مرتفع	متوسط	2.580	.776	متوسط
	مرتفع	2.588	.726	متوسط
العينة الكلية		2.584	.765	متوسط

يتضح من الجدول (5) أن مستوى الكرب (الزواجي) لدى أفراد عينة الدراسة كان متوسطاً، بغض النظر عن الجنس، وعدد سنوات الزواج، والمستوى الاقتصادي، حيث تراوحت قيم المتوسط الحسابي لمستوى التواصل (الزواجي) بين (2.386) لدى عينة المتزوجين من ذوي عدد سنوات الزواج (10-5 سنوات)، و(2.700) لدى عينة المتزوجين من الإناث، ووقعت جميعها في المستوى المرتفع استناداً إلى التصنيف الذي

جدول (6) نتائج تحليل الانحدار الخطي المتعدد بطريقة (stepwise) للكرب (الزواجي) على المتغيرات المتنبئة لدى العينة الكلية

المتغير	معامل الارتباط المتعدد	نسبة التباين في التباين المفسر	نسبة الزيادة في التباين المفسر	قيمة (F) لاختبار الزيادة في نسبة التباين المفسر	الدلالة الإحصائية لاختبار (F)	معامل الانحدار (b)	الخطأ المعياري لـ (b)	قيمة (t) لاختبار معامل الانحدار	الدلالة الإحصائية لاختبار (t)	معامل الانحدار المعيارى (β)	ثابت الانحدار (a)
التواصل (الزواجي)	.614	.377	.377	263.003	.000	-.719	.054	-13.241	.000	-.460	6.687
أسلوب الحياة المتحكم- المؤذي	.702	.493	.115	98.523	.000	.471	.048	9.721	.000	.343	
نمط الشخصية الوسواسية	.725	.526	.033	30.241	.000	-.223	.039	-5.677	.000	-.189	
أسلوب الحياة المدلل	.742	.550	.024	23.006	.000	.214	.045	4.796	.000	.169	
أسلوب الحياة المذعن	.743	.552	.002	1.690	.194	-.076	.069	-1.110	.268	-.041	
نمط الشخصية التَّجَنُّبِيَّة	.744	.553	.001	1.059	.304	-.042	.046	-0.908	.364	-.046	
نمط الشخصية الاعتمادية	.744	.553	.000	0.014	.906	-.006	.051	-0.118	.906	-.006	

المتحكم- المؤذي، (X₃) نمط الشخصية الوسواسية، (X₄): أسلوب الحياة المدلل.

بينت نتائج الدراسة أن أبرز أساليب الحياة السائدة لدى المتزوجين تبعاً لمتغير الجنس هو أسلوب الحياة المدلل، وكانت نسبة انتشاره لدى الذكور أعلى منه لدى الإناث، وقد اختلفت هذه النتيجة مع دراسة سليمان (2007)، التي أشارت إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث، ويمكن عزو هذه النتيجة إلى أن عينة الدراسة سواء الذكور أم الإناث، فهم يتوقعون الحصول على ما يريدونه في ظل العلاقة الزوجية القائمة مع الطرف الآخر، كما ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى الاختلاف في طبيعة العلاقة الزوجية اليوم عما كانت عليه سابقاً، نتيجة ما يحصل من تغيرات في المجتمع تدعو الطرفين إلى عدم التنازل عما يرى كل منهما أنه يستحق الحصول عليه، وفي ضوء ما يعمد على تقديمه في ظل العلاقة الزوجية القائمة، الأمر الذي يدفع الطرفين نحو توقع الحصول على كل ما يرغب فيه (Sweeney, 2019).

أظهرت نتائج تحليل الانحدار المتعدد للكرب (الزواجي) على المتغيرات المتنبئة لدى العينة الكلية في جدول (6) أن المتغيرات الداخلة في معادلة الانحدار للتنبؤ في الكرب (الزواجي) هي: التواصل (الزواجي)، وأسلوب الحياة المتحكم- المؤذي، ونمط الشخصية الوسواسية، وأسلوب الحياة المدلل، وقد فسَّرت ما نسبته (55%) من التباين في الكرب (الزواجي)، فسَّر منها متغير التواصل (الزواجي) (37.7%)، وفسَّر متغير أسلوب الحياة المتحكم- المؤذي (11.5%)، كما فسَّر متغير نمط الشخصية الوسواسية (3.3%)، وفسَّر متغير أسلوب الحياة المدلل (2.4%)، وكانت الزيادة في نسبة التباين المفسَّر لهذه المتغيرات داله إحصائياً على مستوى (0.05)، في حين كانت الزيادة في نسبة التباين المفسَّر التي أضافتها متغيرات (أسلوب الحياة المذعن ونمط الشخصية التَّجَنُّبِيَّة ونمط الشخصية الاعتمادية) غير دالة إحصائياً على مستوى (0.01)، وتكون معادلة الانحدار للتنبؤ في الكرب (الزواجي) لدى العينة الكلية كالآتي: $\hat{Y} = 6.687 - 0.460x_1 + 0.343x_2 - 0.189x_3 + 0.169x_4$ ، حيث تمثل (Y):

الكرب (الزواجي)، (X₁): التواصل (الزواجي)، (X₂): أسلوب الحياة

عاملاً مهماً يمكن الزوجين من تبادل الأفكار والمشاعر بسهولة، وهي وسيلة فاعلة أيضاً لتمكينهما من فهم بعضهما البعض، وهذا الأمر ينعكس إيجاباً على مستويات الرضى لديهما، وعلى حياتهما الأسرية. وبالتالي، كلما كان مستوى الاتصال فاعلاً أدى ذلك إلى جعلهما أقرب من بعضهما البعض، ويؤدي إلى تخفيض مستويات الكرب (الزواجي) بينهما.

كما أن الحياة الأسرية المتوازنة والمستقرة تتطلب توافر مستويات عالية من الاتصال الإيجابي المتبادل، والذي يقوم على النقاش وتبادل وجهات النظر بشكلٍ حر، دون أي قيود، مع تقبل وجهات النظر، والذي يساهم بدوره في تجنب حالات الكرب (الزواجي) وارتفاع مستويات الرضى، وتجنب التوتر الذي قد ينشأ في العلاقة الزوجية، ونشوء فرص الانفصال بينهما (Nussbeck, Hilpert, & Bodenmann, 2012).

كما يمكن تفسير هذه النتيجة إلى الزوجين، في ظل أن عدد سنوات الزواج المختلفة تحتاج إلى إحداث التواصل (الزواجي) المستمر، باعتباره استراتيجية مهمة تلعب دوراً مهماً في استمرارية العلاقة الزوجية وخفض نسب فشلها، ولضمان استمرارية هذه العلاقة ينبغي أن يدرك الطرفان أهمية التواصل (الزواجي) المستمر من أجل تحقيق علاقة دائمة وطويلة مع الطرف الآخر. كما وأن الزوجين وعلى مر السنين يصبحان أكثر إدراكاً لطبيعة بعضهما البعض وطريقة تفكيرهما، مما يؤدي إلى قدرتهما على الحفاظ على التواصل بشكلٍ مستمر بأشكاله المختلفة اللفظية وغير اللفظية، وزيادة مستوياتهما بما يحقق استقرار الأسرة (Wood, 2020). إن غياب التواصل بين الزوجين يضع علاقتهما الزوجية في خطر، قد يصل بهما إلى الطلاق، خاصةً في بداية الحياة الزوجية والتي يعتبر التواصل بين الطرفين أمراً مهماً؛ ليتمكن كل منهما تعرف طبيعة الآخر وطريقة تفكيره، من أجل العمل على تحقيق التوافق وإدراك الطرفين للطريقة المناسبة في التعامل، وعدم الوصول إلى مرحلة يحتاجان فيها إلى طلب النصح حول الطرق المناسبة للتواصل سواءً من الأهل، أم الأصدقاء، أم من المرشد الأسري (Nooroney, Jaafar, Hassan, & Noah, 2019).

فالتغير في مستويات التواصل بين الزوجين تؤثر بشكلٍ مباشر في رضى الزوجين عن حياتهما الزوجية، إذ إن مستويات التواصل المنخفضة تؤثر سلباً على الزوجين بعكس مستويات التواصل المرتفعة والأكثر إيجابية وفاعلية، وقد اتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة لافنير وكارني وبرادبوري (Lavner, Karney, & Bradbury, 2016)، التي تشير إلى أن التواصل (الزواجي) هو أحد العوامل القادرة على التنبؤ بمستويات الرضى، والتغير الذي يحصل فيها لدى الأفراد المتزوجين، وخاصةً أولئك المتزوجين حديثاً.

بيّنت نتائج الدراسة أن مستوى الكرب (الزواجي) لدى المتزوجين تبعاً لتغير الجنس، وعدد سنوات الزواج، والمستوى الاقتصادي كان متوسطاً، ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن الأزواج وعلى اختلاف عدد سنوات الزواج، والمستوى الاقتصادي، فإنهم يمرون بمجموعة من الظروف التي تعترض حياتهما الزوجية، والتي قد تؤدي إلى ارتفاع مستويات الضغوط لدى الطرفين، مما يؤدي إلى حدوث مستويات من الكرب

كما أن الذكر والأنثى وقبل مرحلة الزواج يتطور لديهما أسلوب حياة محدد خلال فترة طفولتهما وما يتبعه من مراحل عمرية تؤدي إلى تكون أسلوب حياة محدد، لا يرغبان بالتخلي عنه عند الارتباط بالشريك (Meany-Walen & Kottman, 2019). وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة محمدي وسامافي وغازافي (Mohammadi, Samavi, & Ghazavi, 2016)، حيث إن هذا الأمر يؤدي إلى الاستمرار في أسلوب حياة محدد لا يتوقعان العمل على تغييره، وبذلك فإن الزوجين ذوي أسلوب الحياة المدلل يعتبران أسلوب حياتهما الوسيلة التي يمكنهما من خلالها العمل على تحقيق أهدافهما والشعور بالذات وبالآخرين، وتحقيق الرضى (الزواجي).

كما وبيّنت النتائج أن أسلوب الحياة السائد لدى المتزوجين تبعاً لمتغير الوضع الاقتصادي هو أسلوب الحياة المتحكم - المؤذي، ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن الأفراد المتزوجين وتبعاً لظروفهم الاقتصادية فهم يسعون نحو التحكم بالطرف الآخر وبالأمر التي تتعلق بالأسرة بشكلٍ كامل. ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن الزوجين وفي ظل الظروف الاقتصادية الصعبة التي يمرون بها يسعى كل منهما إلى فرض سيطرته والتحكم، والذي قد يصل إلى إلحاق الأذى بالطرف الثاني. في حين أن الزوجين اللذين يتمتعان بمستوى اقتصادي مرتفع، فإنهما يميلان نحو الانخراط في أسلوب الحياة المدلل نظراً لأن حياتهما مستقرة بشكلٍ أكبر من الناحية الاقتصادية، الأمر الذي يدفعهما لعدم التنازل عن أسلوب حياتهما واتباع أسلوب آخر (Moreno-Maldonado, Ramos, Moreno, & Rivera, 2019).

بيّنت نتائج الدراسة أن مستوى التواصل (الزواجي) لدى المتزوجين تبعاً لمتغير الجنس، وعدد سنوات الزواج، والمستوى الاقتصادي كان مرتفعاً، ويمكن عزو هذه النتيجة إلى إدراك عينة الدراسة إلى أهمية التواصل (الزواجي)، باعتبارها عاملاً مهماً في بناء علاقة أسرية قوية، وتحقيق التوافق بين الزوجين، والذي ينعكس إيجاباً على مستوى استقرار الأسرة، وهذا ما يتفق مع دراسة أوجشي وجميله وأديبسي (Ogechi, Jamila, & Adebsi, 2011) فيما يتعلق بالإدراك من قبل المتزوجين إلى أن الافتقار للتواصل الفعال بين الزوجين هو الذي يؤدي إلى عدم الاستقرار (الزواجي) والمشكلات العائلية.

كما يمكن عزو هذه النتيجة إلى أن التواصل (الزواجي) تعد من أحد المهارات المهمة في الحياة الزوجية نظراً لما توفره من لغة يتم من خلالها التعبير عن الآراء والأفكار التي تجمع بين الطرفين وتؤثر على حياتهما بشكلٍ مباشر، وبالتالي حل ما يعترضهما من مشكلات، وتحقيق الأهداف التي تجمع الطرفين، وفهم كل طرف للآخر وطبيعته، وبالتالي تمكنه من التعامل معها وفقاً لخصائصها. وقد اتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة اوسورو وايكوت واينيانج (Usoroh, Ekot, & Iyang, 2010)، التي أشارت إلى الارتباط الإيجابي بين أنماط التواصل (الزواجي) والاستقرار (الزواجي).

وفي هذا السياق، يشير تفاكول وناسرابادي وموغادام وسالينيا وريزالي (Tavakol, Nasrabadi, Moghadam, Salehiniya, & Rezaei, 2017) إلى أن التواصل (الزواجي) يعتبر

(الزواجي) في الحياة الزوجية، ونظرًا لما يحققه من قدرة على نقل الرسائل والمعاني بين الزوجين وتوضيح وجهات النظر المختلفة.

كما يشير لافندر وكارني وبراديري (Lavner, Karney, & Bradbury, 2016) إلى أن التواصل (الزواجي) الفعال متنبئ رئيس في مستوى نجاح العلاقة الزوجية، وتحقيق الرضى (الزواجي)، فالتواصل الفعال بين الزوجين يؤدي إلى امتلاك الزوجين قدرة على التعامل مع ما يعترضهما من مواقف، مما يؤدي إلى تحقيق الاستقرار الأسري، كما وينعكس إيجابًا على العلاقة وأسلوب الحياة لديهما خاصة لدى المتزوجين حديثًا. إذ إن أساليب التواصل (الزواجي) السلبية غالبًا ما تؤدي إلى حدوث العديد من المشاكل الزوجية، نظرًا لسوء الفهم المتحقق بين الزوجين، والذي يؤدي إلى ارتفاع مستوى الضغوط النفسية التي يعاني منها الزوجين وهذا الأمر يؤدي إلى ارتفاع مستوى الكرب (الزواجي) الذي ينشئ بين الزوجين، والذي ينعكس في نفس الوقت سلبًا على الأبناء. وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة ماركمان (Markman et al., 2010)، التي تشير إلى وجود ارتباط قوي بين التواصل غير الفعال والكرب (الزواجي) وأنه يتنبأ بوجوده.

كما يمكن تفسير النتيجة إلى أن الأفراد الذين ينتمون إلى أسلوب الحياة المتحكم - المؤذي غالبًا ما يمتلكهم رغبة قوية في التحكم بمن حولهم، نتيجة الشعور الذي يمتلكهم بأنهم غير قادرين أن يسيطروا على حياتهم، كما وقد يعود ذلك إلى تدني مستويات الثقة بمن حولهم، وهذا الأمر يدفعهم إلى أن يعمدوا على تنفيذ كل شيء بطريقتهم الخاصة. وهذا الأمر غالبًا ما يؤدي إلى حدوث العديد من المشكلات بين الزوجين، مما يؤدي إلى ارتفاع مستويات الكرب (الزواجي) بين طرفي العلاقة الزوجية نتيجة رغبة أحد الطرفين فرض سيطرته على الطرف الآخر. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كازاكيفيوسويت (Kazakevicius et al., 2013)، التي تشير لأن الأسلوب المتحكم لديه ضعف في مهارات حل الصراعات. وبينت النتائج أن أسلوب الحياة المدلل أيضًا كان عاملًا من عوامل التنبؤ في الكرب الزوجي، ويمكن تفسير النتيجة إلى أن الأفراد ضمن هذا الأسلوب من الحياة يكونون قد حظوا خلال حياتهم على أسلوب حياة محدد يحظون خلاله بما يرغبون، فإنهم يرفضون العمل على تغييره نتيجة الارتباط بطرف آخر، أو أن يعمدوا على تقديم مجموعة من التنازلات في إطار العلاقة الزوجية، وفي الوقت نفسه يتوقعون الحصول على كل ما يرغبون به، وهذا الأمر قد يؤدي إلى حدوث مستويات من الكرب (الزواجي) بين الطرفين مما يخل في مستوى استقرار الأسرة (Taylor & Kottman, 2019).

وأشارت نتائج الدراسة إلى أن نمط الشخصية الوسواسية كانت أيضًا من عوامل التنبؤ في الكرب (الزواجي)، وهذا يتفق مع دراسة موفراد وآخرون (Mofrad et al., 2018)، بأن لأعراض اضطراب الشخصية الوسواسية القدرة على التنبؤ في الكرب (الزواجي)، وهذا الأمر يعود إلى ما يمتلكه أصحاب هذه الشخصية من مستويات مرتفعة من القلق، والذي يعمدون من خلاله إلى الميل نحو النظام والدقة والانضباط، في سبيل تحقيق التوازن في حياتهم. ويمكن تفسير النتيجة إلى أن أصحاب الشخصية

(الزواجي) بينهم. فالكرب (الزواجي) هو جزء من العلاقة الزوجية، التي تنشأ نتيجة مجموعة من المواقف التي يمر بها خلالها الطرفان، ويواجهان خلالها صعوبة في التعامل مع ما ينشأ بينهما من خلاف. وقد اختلفت نتيجة هذه الدراسة مع دراسة أروما (Aromaa, 2016)، التي أشارت نتائجها إلى ارتفاع مستوى الكرب (الزواجي) لدى الأزواج.

وتعد هذه النتيجة مفاجئة نوعًا ما نظرًا؛ لأن مستويات التواصل (الزواجي) لدى عينة الدراسة كانت مرتفعة، إذ بينت دراسة لانغات ونجينغا (Langat & Njenga, 2015) إلى أن أحد العوامل التي تؤدي إلى حدوث الكرب (الزواجي) هو تدني مستويات التواصل (الزواجي)، وفي هذا السياق يمكن القول بأن التواصل (الزواجي)، وإن كان مرتفعًا لدى عينة الدراسة فقد لا يكون دائمًا إيجابيًا وبناءً، إذ إن التواصل غير الفعال بين الزوجين هو أحد العوامل التي تؤدي إلى حدوث الكرب (الزواجي)، الأمر الذي يفسر وجود مستويات متوسطة من الكرب (الزواجي) لدى عينة الدراسة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة باعتبار أن الزوجين وفي ظل العلاقة الزوجية فيما يرتبطان ببعضهما في العديد من الأمور، والتي غالبًا ما تكون تصوراتهما نحوها مختلفة، ونظرًا لأن لكل فرد طبيعة، وطريقة تفكير ونظرة غالبًا ما تكون مختلفة عن الطرف الآخر، فإن هذا الأمر قد يؤدي إلى حدوث بعض الخلافات بين الزوجين، بسبب التعارض الحاصل في وجهات النظر والأفكار، وهذا الأمر يؤدي إلى حصول مجموعة من الاضطرابات في الحياة الزوجية، والتي غالبًا لا تصل بهما إلى إنهاء العلاقة الزوجية (Garcia & Umberson, 2019).

ونظرًا لما يعترض الزوجان من ضغوط سواء على مستوى العمل أو العائلة، وما قد تمر به العائلة من ظروف اقتصادية واجتماعية صعبة، فقد يتولد لديهما مستويات من القلق والتوتر والضغط، الأمر الذي يدفعهما إلى تفريغها في الطرف الآخر، وهذا الأمر يؤدي إلى حدوث مؤقت للكرب (الزواجي)، والذي لا يستمر أثره لفترة طويلة.

ونظرًا لأن المجتمع الأردني هو مجتمع إسلامي، فغالبًا ما تبنى الحياة الزوجية بين طرفين مختلفين في الطباع والشخصيات وطرق التفكير، ولذلك فإن الزوجين وفي بداية الحياة الزوجية غالبًا ما يواجهان صعوبة في التأقلم مع نمط الحياة الجديدة، وعلى الاختلاف في طبيعة شخصية الطرف الآخر، بالإضافة إلى الفروق الحسية والوجدانية بينهما.

وتختلف نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة نوبات (2013)، التي أشارت إلى أن مستوى الكرب (الزواجي) مرتفع لدى المتزوجين. كما تختلف نتيجة الدراسة مع نتيجة دراسة ابن زاهي (2015) التي أشارت إلى أن مستويات الكرب (الزواجي) لدى الزوجات منخفضة.

وبينت نتائج الدراسة أن التواصل (الزواجي) وأسلوب الحياة المتحكم- المؤذي ونمط الشخصية الوسواسية وأسلوب الحياة المدلل) فسرت ما نسبته (55%) من التباين في الكرب (الزواجي). ويمكن تفسير هذه النتيجة بالنظر إلى أن التواصل (الزواجي) وما يتخلله من قدرة على الاستماع والتعبير، فهو يعد أحد العوامل المهمة في الحد من الكرب

قائمة المصادر والمراجع

أولاً: المصادر والمراجع العربية

- ابن زاهي، سعيدة. (2015). التفكير اللاعقلاني وعلاقته بالكدر (الزواجي). (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة قاصدي مرياح ورقلة، الجزائر.
- القرني، محمد. (2007). تصميم برنامج علاجي معرفي سلوكي لتخفيف مستوى الكدر (الزواجي) وقياس فاعليته. (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، جامعة الملك عبد العزيز، جدة، المملكة العربية السعودية.
- الكيلاني، عبد الله والشريفين، نضال. (2017). مدخل إلى البحث في العلوم التربوية والاجتماعية: أساسياته، مناهجه، تصاميمه، أساليبه الإحصائية، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع.

ثانياً: المصادر والمراجع العربية مترجمة إلى اللغة الإنجليزية

- Bin Zahi, S. (2015). *Irrational thinking and its relationship to marital distress. (Unpublished Master Thesis), Kassadi University Mirbah & Ouargla, Algeria.*
- Al-Qarni, M. (2007). *Design a cognitive behavioral therapy program to reduce the level of marital distress and measure its effectiveness. (Unpublished PhD Dissertation), King Abdulaziz University, Jeddah, Saudi Arabia.*
- Al-Kailani, A., & Al-Shraifin, Nedat. (2017). *An Introduction to research in educational and social sciences: basics, curricula, designs, statistical methods, Oman, Dar Al Masirah for Publishing and Distribution.*

ثالثاً: المصادر والمراجع الأجنبية

- Adler, A. (2013). *The practice and theory of individual psychology. (Vol.133). Routledge: Martino Fine Books.*
- Aghdam, G., Ahadi, H., & Jamehri, F. (2012). *A comparison of the effectiveness of communication skills training for marital conflicts and quality of life in female students of Islamic azad university, science and research branch. ScholarsResearch Library Journal, 3(4), 1994-2000*
- Ahlqvist-Björkroth, S., Korja, R., Junttila, N., Savonlahti, E., Pajulo, M., Riihikö, H.,...& Aromaa, M. (2016). *mothers' and fathers' prenatal representations in relation to marital distress and depressive symptoms. Infant Mental Health Journal, 37(4), 388-400.*
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders. Washington, DC: Author*
- Ansbacher, H., & Ansbacher, R. (1964). *The individual psychology of Alfred-Adler: A systematic presentation in selection from his writing. New York: Harper & Row.*
- Balci, Y., & Ayranci, V. (2005). *Physical evidence against women: evolution of women assaulted by spouses. Journal of Clinical Forensic Medicine Physical, 12, 1-12.*
- Bano, Z., Warraich, A., Naz, I., & Shahzadi, A. (2019). *Socioeconomic status, dependent personality and nail-biting behavior among adults: Evaluation of structural relationship. Review of Economics and Development Studies, 5(2), 387-396*
- Bokaie, M., Alia, F., Farzinrad, B., & Degghan, A. (2018). *The effectiveness of group counseling-based mindfulness on marital stress in women reproductive age: A clinical trial. International Journal of Pharmaceutical Research, 10(3), 414-422.*

الوسواسية تكون مستويات الاتصال لديهم منخفضة، ولا يرون في الاتصال أمراً مهماً بالرغم من أهميته في الحياة الزوجية وهذا الأمر يؤدي إلى ارتفاع مستويات سوء الفهم الناشئة بين الزوجين، مما يؤدي إلى ارتفاع مستويات الكرب (الزواجي) بينهما.

في حين كانت الزيادة في نسبة التباين المفسر التي أضافتها متغيرات (أسلوب الحياة المدعن ونمط الشخصية التَّجْنِيبِيَّة ونمط الشخصية الاعتمادية) غير دالة إحصائياً على مستوى (0.01)، ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن أصحاب أسلوب الحياة المدعن، ونمط الشخصية التجنيبية والشخصية الاعتمادية غالباً ما يميلون نحو الإذعان والخضوع إلى الآخرين من حولهم، والاعتماد المفرط على من حولهم، وهذا الأمر يؤدي بهم إلى قبول ما يقدمه الطرف الآخر من اقتراحات في ظل العلاقة الزوجية، وهذا الأمر يؤدي للحد من حدوث الكرب (الزواجي)، نظراً لما يقدمه أصحاب هذا الأسلوب من تنازلات، ويمكن تفسير النتيجة إلى أن هذه الفئة غالباً ما يميلون نحو إلقاء المسؤولية على الآخرين وعدم الاعتراض بسبب الخوف الذي يمتلكهم من فكرة الانفصال عن شريكهم، وهذا الأمر يؤدي بهم إلى الاعتماد الزائد على الآخرين نتيجة عدم القدرة على إدارة حياتهم بأنفسهم.

التوصيات

بناءً على نتائج الدراسة، يمكن التوصية بالآتي:

- ضرورة اهتمام المؤسسات (الزواجية) والمؤسسات الأسرية بظاهرة الكرب (الزواجي)، وعلاقتها بأساليب الحياة، والتواصل (الزواجي)، واضطرابات الشخصية، ووضع خطط واستراتيجيات تستهدف خفض الكرب (الزواجي) لدى الأزواج والتصدي له.
- ضرورة تصميم وبناء برامج تدريبية تستهدف التواصل (الزواجي) لدى الأزواج الذين يعانون من الكرب (الزواجي) لا سيما وأن نتائج الدراسة كشفت عن علاقة سالبة وقوية بين التواصل (الزواجي) والكرب (الزواجي)، وكذلك تصميم وبناء برامج تدريبية للحد من اضطرابات الشخصية لدى الأزواج.
- توجيه اهتمام العاملين في مجال الإرشاد النفسي إلى وضع الخطوط الرئيسية لطرق الإرشاد والعلاج النفسي، والتي تتناسب وطبيعة الشخصية التي تعاني من الكرب (الزواجي).
- إجراء المزيد من الدراسات العلمية حول موضوع الدراسة الحالي في البيئات غير الأردنية، حيث لم تتوافر دراسات ربطت بشكل مباشر بين هذه المتغيرات في البيئة غير الأردنية وندرتهما في البيئات الأجنبية.
- إجراء دراسات تبيّن أهم طرق علاج الكرب (الزواجي) لدى الأزواج.
- عقد دورات تدريبية لتنمية مهارات التواصل (الزواجي) لدى المؤسسات التي تعنى بالأسر كمرکز الإصلاح الأسري.

- dependent personality disorder. *Journal of Psychotherapy Integration*, 1(2), 87-107.
- Kellett, S., & Lees, S. (2019). Quasi-experimental N= 1 evaluation of the effectiveness of cognitive analytic therapy for dependent personality disorder. *Journal of Psychotherapy Integration*, 7(3), 32-56.
 - Kilicaslan, E., Türe, H., Kasal, I., Çavuş, N., Akyüz, A., Akhan, G., & Besiroglu, L. (2020). Differences in obsessive-compulsive symptom dimensions between patients with epilepsy with obsessive-compulsive symptoms and patients with OCD. *Epilepsy & Behavior*, 102(2), e106640.
 - Lampe, L. (2016). Avoidant personality disorder as a social anxiety phenotype: risk factors, associations and treatment. *Current Opinion in Psychiatry*, 29(1), 64-69.
 - Lavner, A., Karney, R., & Bradbury, N. (2016). Does couples' communication predict marital satisfaction, or does marital satisfaction predict communication. *Journal of Marriage and Family*, 78(3), 680-694.
 - Lebow, J. (2005). Marital distress. *Family Therapy Magazine*, 2(1), 38-45.
 - Liggett, J., & Sellbom, M. (2018). Examining the DSM-5 alternative model of personality disorders operationalization of obsessive-compulsive personality disorder in a mental health sample. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 9(5), 397.
 - Loas, G., Cormier, J., & Perez-Diaz, F. (2011). Dependent personality disorder and physical abuse. *Psychiatry Research*, 185(1-2), 167-170.
 - MacDonald, K., Berlow, R., & Thomas, L. (2013). Attachment, affective temperament, and personality disorders: a study of their relationships in psychiatric outpatients. *Journal of Affective Disorders*, 151(3), 932-941
 - Mansager, E., Gold, L., Griffith, B., Kal, E., Manaster, G., McArter, G., & Silverman, N. (2002). Spirituality in the adlerian forum. *Journal of Individual Psychology*, 58(2), 177-190.
 - Markman, J., Rhoades, K., Stanley, M., Ragan, P., & Whitton, W. (2010). The premarital communication roots of marital distress and divorce: The first five years of marriage. *Journal of Family Psychology*, 24(3), 289-299.
 - Meany-Walen, K., & Kottman, T. (2019). Group Adlerian play therapy. *International Journal of Play Therapy*, 28(1), 1-12.
 - Michaels, M. (2003). Preventing marital distress in remarried couples. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 2(1), 29-42.
 - Mofrad, H., Jazayeri, S., Fatehizade, M., Etemadi, O., & Abedi, M. (2018). Construction and Validity and reliability of Survey of Marital Pathology Woman with Symptoms of Obsessive-Compulsive Personality. *Zahedan Journal of Research in Medical Sciences*, 20(3), 221-256.
 - Mohammadi, K., Samavi, A., & Ghazavi, Z. (2016). The relationship between attachment styles and lifestyle with marital satisfaction. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, 18(4), e23839.
 - Molaei, M. (2016). Relationship between marital satisfaction and lifestyle. *International Journal of Humanities and Cultural Studies*, 2(9), 874-884.
 - Moreno-Maldonado, C., Ramos, P., Moreno, C., & Rivera, F. (2019). Direct and indirect influences of objective socioeconomic position on adolescent health: The mediating roles of subjective socioeconomic status and lifestyles. *International journal of environmental research and public health*, 16(9), 1637.
 - Bouchard, S., Sabourin, S., Lussier, Y., & Villeneuve, E. (2009). Relationship quality and stability in couples when one partner suffers from borderline personality disorder. *Journal of Marital and Family Therapy*, 35(4), 446-455.
 - Bravo, C., & Mart'inez, A. (2017). Profiles using indicators of marital communication styles, and marital satisfaction in Mexican couples. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 43(3), 361-376.
 - Cramer, V., Torgersen, S., & Kringlen, E. (2006). Personality disorders and quality of life: A population study. *Comprehensive Psychiatry*, 47, 178-184.
 - De Francisco Carvalho, L., Pianowski, G., & Gonçalves, P. (2019). Dimensional Clinical Personality Inventory-2: investigating key factors on the assessment of dependent personality disorder. *Psychology, Health & Medicine*, 24(6), 732-738.
 - De Panfilis, C., Schito, G., Riccardi, S., Roscigno, F., & Marchesi, C. (2018). Obsessive-compulsive personality disorder and personality organization: Implications for psychosocial functioning. *Clinical Neuropsychiatry: Journal of Treatment Evaluation*, 3(2), 56-88.
 - Dillman Taylor, D., & Kottman, T. (2019). Assessing the utility and fidelity of the Adlerian play therapy skills checklist using qualitative content analysis. *International Journal of Play Therapy*, 2(1), 13-30.
 - Dimaggio, G., Popolo, R., & Salvatore, G. (2019). Formulation of functioning for avoidant personality disorder in metacognitive interpersonal therapy. In *Case Formulation for Personality Disorders* (pp.137-160). Academic Press.
 - Draisey, J., Halldorsson, B., Cooper, P., & Creswell, C. (2019). Associations between family factors, childhood adversity, negative life events and child anxiety disorders: an exploratory study of diagnostic specificity. *Behavioral and Cognitive Psychotherapy*, 2 (4), 1-15.
 - Esere, M., Irouloh, B., Ojiah, F., Bukoye, R., & Chieke, D. (2015). Poor communication and faulty cognition on marital stability of married adults in nigeria. *The Journal of Social Sciences Research*, 1 (5), 58-65.
 - Garcia, A., & Umberson, D. (2019). Marital strain and psychological distress in same-sex and different-sex couples. *Journal of Marriage and Family*, 81(5), 1253-1268.
 - Gilbert, J., & Morawski, C. (2005). Stress & coping for elementary school children: A case for Including Lifestyle, individual psychology. *Journal of Adlerian Theory, Research and Practice*, 61(4), 315-328.
 - Halldorsson, B., Draisey, J., Cooper, P., & Creswell, C. (2018). Symptoms of social anxiety, depression, and stress in parents of children with social anxiety disorder. *British Journal of Clinical Psychology*, 57(2), 148-162.
 - Haris, F., & Kumar, A. (2018). Marital satisfaction and communication skills among married couples. *Indian Journal of Social Research*, 59(1), 35-44.
 - Holthausen, S., & Habel, U. (2018). Sex differences in personality disorders. *Current psychiatry reports*, 20(12), 107-210.
 - Hoveidafar, R., Fatehizadeh, M., Ahmadi, A., Jazayeri, R. & Abedi, M. (2017). Interactional pathology among couples with borderline personality disorder wives: A qualitative study. *Global Journal of Health Science*, 9(8), 139-147.
 - Kazakevičiūtė, A., Ramanauskaitė, J., & Venskute, R. (2013). Adlerian lifestyle and conflict resolution strategies in a Lithuanian organization. *The Journal of Individual Psychology*, 69(2), 156-167.
 - Kellett, S., & Lees, S. (2019). Quasi-experimental evaluation of the effectiveness of cognitive analytic therapy for

- South, S., Turkheimer, E., & Oltmanns, T. (2008). *Personality disorder symptoms and marital functioning*. *Jornal Consult Clin Psychol*, 76(5), 769–780.
- Sweeney, T. (2009). *Adlerian counseling and psychotherapy: A practitioner's approach (5th ed)*. Routledge: Taylor & Francis Group.
- Tavakol, Z., Nasrabadi, A., Moghadam, Z., Salehiniya, H., & Rezaei, E. (2017). *A review of the factors associated with marital satisfaction*. *Galen Medical Journal*, 6(3), 197-207.
- Timmons, C., Arbel, R., & Margolin, G. (2017). *Daily patterns of stress and conflict in couples: Associations with marital aggression and family-of-origin aggression*. *Journal of family psychology*, 31(1), 93- 104.
- Tyrka, R., Wyche, C., Kelly, M., Price, H., & Carpenter, L. (2009). *Childhood maltreatment and adult personality disorder symptoms: influence of maltreatment type*. *Psychiatry Research*, 165(3), 281-287.
- Usoroh, C., Ekot, M., & Inyang, E. S. (2010). *Spousal communication styles and marital stability among civil servants in akwa ibom state*. *Journal of Health and Environmental Research*, 13(3), 74-84.
- Vaez, E., & Juhari, R. (2017). *Stress and marital satisfaction of married middle eastern students in Malaysia*. *The Family Journal*, 25(2), 146-155.
- Vazhappilly, J., & Reyes, S. (2018). *Efficacy of emotion-focused couples' communication program for enhancing couples' communication and marital satisfaction among distressed partners*. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 48(2), 79-88.
- Vogel, N. (1983). *Sexual and marital communication and perceived marital adjustment*. Unpublished master's degree thesis, University of British Columbia, USA.
- Wheeler, C., Harkness, P., Barkat, Z., & Swartz, D. (1996). *Supernovae, super nebulae, and nucleosynthesis*. *Publications of the Astronomical Society of the Pacific*, 98(608), 1018-1024
- Wood, A. (2020). *Commitment, satisfaction, cohabitation and forgiveness for couples*. *Doctoral dissertation, Regent University*.
- Yoldas, C., Dogan, B., Kocabas, O., Memis, O., Sevincok, D., & Sevincok, L. (2019). *The importance of avoidant personality in social anxiety disorder with and without attention-deficit/hyperactivity disorder*. *ADHD Attention Deficit and Hyperactivity Disorders*, 2(1), 1-8.
- Mosak, H. (2005). *Adlerian psychotherapy*. Thomson Learning: CA.
- Nehrt, G. (2012). *Adlerian lifestyle assessment of adolescent substance users: A family approach published Dissertation, School of Professional Psychology, Chicago–Illinois*.
- Njenga, W., & Langat, J. (2015). *A study of marital conflict management among couples in Ainamoi division of Kericho County*. *Kabarak Journal of Research & Innovation*, 3(2), 98-109.
- Nooroney, N., Jaafar, W., Hassan, A., & Noah, M. (2019). *The effect of schema therapy and schema-focused mindfulness therapy on marital communication of Iranian women in Malaysia*. *Konselor*, 8(3), 445-480.
- Nussbeck, F., Hilpert, P., & Bodenmann, G. (2012). *The association between positive and negative interaction behavior with relationship satisfaction and the intention to separate in married couples*. *Zeitschrift für Familienforschung*, 24(1), 85-103.
- Ogechi, M., Jamila, Y., & Adebisi, J. (2011). *Influence of spousal communication on marital stability: Implication for conducive home environment*, *Edo Journal of Counselling*, 4(1 & 2), 50-61.
- Olsson, L., & Dahl, A. (2012). *Avoidant personality problems-Their association with somatic and mental health, lifestyle, and social network. A community-based study*. *Comprehensive psychiatry*, 53(6), 813-821.
- Paris, J. (2020). *Treatment of borderline personality disorder: A guide to evidence-based practice*. Guilford Press.
- Saeidi, M., Zakiei, A., & Komasi, S. (2019). *The mediator role of aggression in the relationship between marital stress and depression among patients with coronary artery disease*. *The Malaysian journal of medical sciences*, 26(4), 94-109.
- Sarwatay, D., & Divatia, A. (2016). *A study on interpersonal communication between married couples on planned parenthood*. *International Journal of Social Science and Humanity*, 6(1), 1-8.
- Scahill, L. (2019). *Hoarding and Obsessive-Compulsive Disorder*. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 58(8), 754-800.
- Smith, D., & Cottler, B. (2020). *What's old is new again: updated findings on personality disorders and substance use disorders*. *Current Opinion in Psychiatry*, 33(1), 51-56.