الطلاق العاطفي وعلاقته بالامتنان ونمط السلوك (أ) لدى عينة من المتزوجين بمحافظة جدة

أ.د. فاطمة خليفة السيد خليفة[1]

(١) أستاذ بقسم علم النفس- كلية الآداب والعلوم الانسانية- جامعة الملك عبد العزيز , fkkhalifa1@kau.edu.sa

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين الطلاق العاطفي وكلاً من الامتنان ونمط السلوك (أ) لدى عينة من المتزوجين بمحافظة جدة، كما تحققت من الفروق بين الأزواج والزوجات في جميع متغيرات الدراسة، واشتملت الدراسة على عينة قوامها (٣٠٠) من الأزواج والزوجات بمحافظة جدة منهم (١٥٠ذكور، ١٥٠إناث)، تراوحت أعمارهم بين (٣٠-٥٠) سنةً، طبق عليهم مقياس الطلاق العاطفي، ومقياس الامتنان، ومقياس نمط السلوك (أ). واستخدم المنهج الوصفي بشقيه الارتباطي والمقارن. توصلت النتائج إلى وجود ارتباط سالب بين الامتنان والطلاق العاطفي، ووجود ارتباط موجب بين نمط السلوك (أ) والطلاق العاطفي، كما ظهر أن الزوجات أعلى من الأزواج في جميع متغيرات الدراسة، وأوصت الدراسة بتصميم برامج إرشادية وعلاجية للحد من الآثار السلبية للطلاق العاطفي ونمط السلوك (أ)، وتنفيذ برامج وقائية وتنموية لتنمية المتغيرات الإيجابية كالامتنان.

الكلمات المفتاحية: الطلاق العاطفي- الامتنان – نمط السلوك(أ)- المتزوجين

للاستشهاد من البحث

خليفة، فاطمة خليفة السيد (٢٠٢١) الطلاق العاطفي وعلاقته بالامتنان ونمط السلوك (أ) لدى عينة من المتزوجين بمحافظة جدة، مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية، المجلد (١٣)، العدد (٤)

Emotional divorce and its relation with Gratitude, Type A behavior among a sample of married couples in Jeddah

Fatma Khalifa Elsayed Khalifa[1]

Professor of Psychology - Faculty of Arts and Humanities

king Abdul-Aziz University

fkkhalifa1@kau.edu.sa

Abstract:

The purpose of this study was to examine the relationship between Emotional divorce and both of Gratitude, Type A behavior among a sample of married couples in Jeddah, also identify the difference between male and female in all study variables, this study includes a sample of married couples (N=300) their ages ranged between (30-50) years, they were evaluated using the Emotional divorce Scale, Gratitude Scale, and Type A behavior scale.The descriptive approach was used, both associative and comparative. the results showed that a negative relationship between Gratitude and Emotional divorce, appositive relationship between Type A behavior and Emotional divorce, also the results showed that wives are higher than husbands in all study variables. The study recommended preparing counseling and treatment programs to reduce the negative effects of emotional divorce and Type (A) behavior, as well as preventive and developmental programs to develop positive variables such as gratitude.

Kaywords: Emotional divorce; Gratitude; Type A behavior; married couples.

Acknowledgment: This research work was funded by institutional fund projects under grant no (G: 15-246-1442) Therefore, author gratefully acknowledge technical and financial support from the Ministry of Education and King Abdelaziz University, Jeddah, Saudi Arabia.

How to cite this paper

Khalifa, F (2021). Emotional divorce and its relation with Gratitude, Type A behavior among a sample of married couples in Jeddah, Journal of Umm Al-Qura University for Educational and Psychological Sciences, Vol (13), No (4)

مقدمة:

تحظى الأسرة في المجتمعات العربية بأهمية خاصة باعتبارها مطلباً إنسانياً ودينياً وثقافياً، ولكي تتمكن من القيام بوظائفها وتحقيق أهدافها لابد أن تعمل كوحدة متماسكة ويسودها علاقات الود والاحترام المتبادل؛ وبالرغم من ذلك قد تشوب الأسرة صعوبات وعقبات وخاصة بين الزوجين والعلاقات بينهما، والتي تؤدي حتماً إلى حدوث الطلاق، وليس بالضرورة أن يكون طلاقاً رسمياً معلناً، وإنما طلاق غير معلن أو عاطفياً، حيث يؤدي ذلك إلى تدمير الأسرة، ويؤثر سلباً على المجتمع ككل.

ويعد الطلاق من القضايا الخطيرة والمزمنة التي تُحدث ثغرة سلبية في الأمن النفسي والاجتماعي والأمن الوطني عامة (السيف،٢٠١٥). حيث يعد تفكك الحياة الزوجية وسيلة لضياع الأسرة، ويؤثر ذلك سلباً على العلاقات داخلها، وقد زادت نسبة الطلاق في المجتمع العربي بشكل كبير، والذي تعود مقدماته إلى الطلاق العاطفي المعلن أو غير المعلن (الجوازنة، ٢٠١٨).

ويشكل الطلاق العاطفي خطراً كبيراً من الناحية النفسية والسلوكية والصحية حيث تكون له عواقب مؤثرة على حياة الزوجين؛ حيث سيادة الانفعالات السلبية وتصيد الأخطاء والتباعد وعدم الشعور بالمودة والمحبة والرغبة بين الزوجين، رغم كونهما لا يزالان تحت سقف واحد (النجداوي،٢٠١٨).كما ينتج عنه مشكلات تضعف بناء المجتمع وتساعد على زيادة معدلات الجريمة وانحراف السلوك وتخريج أبناء مضطربين في كافة جوانب النمو؛ مما لا يجعلهم منتجين بل مدمرين لأنفسهم ومن حولهم (بدوي،٢٠٠٨).

ويعد الطلاق العاطفي نوع من رد الفعل يتضمن الانفصال الجسدي وعدم مراعاة الطرف الآخر بمعاملته كأنه غير موجود (Kafafi, 2019).

كما تخلو الحالة الزوجية التي تتسم بالطلاق العاطفي من الاحترام والحب وعدم وجود علاقة إيجابية بين الزوجين؛ حيث يتصرف الأزواج المطلقون عاطفياً بطرق سلبية لإيذاء وهزيمة وتمزيق بعضهم البعض(Laur & Laur, 2007).وتتمثل مظاهره في عدم الإحساس بالميول للآخر، عدم ارتياح الزوج في البقاء في المنزل، غياب لغة الحوار، عنف وشجار مستمر، واهتمام الزوج بعمله فقط وإهمال الاهتمام بزوجته وأولاده، تربص كل من الزوج والزوجة بالآخر والتركيز على الأخطاء والهفوات (طه،٢٠١٨).

يعد الامتنان أحد المتغيرات الإيجابية التي تسهم في تحقيق غاية الإنسان وشعوره بالسعادة والرضا وجودة العلاقات الاجتماعية، وزيادة القدرة على مواجهة الضغوط والتحديات التي يتعرض لها الإنسان في حياته. ويصاحب الشعور بالامتنان أثناء التفاعلات الإيجابية مع الآخرين مشاعر الحماية والقبول والقيمة، وتكوين نماذج عاملة إيجابية نحوهم تشير إلى وجودهم دائماً بجانب الفرد مقدمين له الدعم والمساندة والحب (محمد،٢٠١٧). كما يعبر الامتنان عن مدى رضا الشخص لجوانب الحياة المختلفة، كما أنه تجربة تحدث عندما يتلقى الشخص نتائج إيجابية كرغبة للرد بالمثل، وهو شعور يحدث عندما يحصل الفرد على منفعة من فرد آخر (Wood, Maltby, Stewart, Linley, Joseph, ,2019).

وقد أظهرت العديد من الدراسات أن الامتنان له ارتباطات قوية مع مقاييس الرفاهية النفسية، والرضا عن الحياة، والانبساط، والتسامح، والارتباطات السلبية بالعصابية وتعاطي المخدرات(Emmons, & Shelton, 2015).

كما أن الامتنان كعاطفة أخلاقية يمكن أن يؤدي إلى سلوكيات أخلاقية تعمل كمعزز للسلوك الاجتماعي الإيجابي؛ ممايؤدي إلى التفاعلات الإيجابية مع الآخرين ويزيد الراحة النفسية (مصطفى،٢٠١٨). فالأشخاص الممتنين يوسعون من أسباب النجاح لديهم لتشمل بالإضافة الى خصائصهم الشخصية عزو خبراتهم الإيجابية إلى عوامل مثل مساعدة الأشخاص الآخرين لهم (حسن،٢٠١٤).

وعلى الجانب الآخر نجد أن نمط السلوك (أ) في هذا العصر الحديث أصبح شائعًا. ويظهر عند السعي المكثف لتحقيق الإنجاز والقدرة التنافسية مع الوقوع تحت ضغط وإلحاح الوقت والعدائية(Friedman, & Rosenman,2016).

ويعد نمط السلوك (أ) أسلوب سلوكي وانفعالي مبالغ فيه، يستجيب به الأفراد الذين لديهم الحساسية للتحدى القادم من البيئة الفيزيقية أو الاجتماعية وله سمات مثل: العداوة والقابلية للاستثارة والاحساس بضغط الوقت وعدم التحلى بالصبر، والنشاط المتعجل، والتنافس العام (عبد الخالق، ٢٠١٠). وأغلب الدراسات التي أولت اهتمامها لتقصي دور نمط السلوك (أ) في مجال العلاقات الزوجية جاءت متضاربة يتضمن بعضها وجود انخفاض في الرضا الزواجي للأفراد ذوي النمط (أ)؛ حيث أنهن أكثر شعوراً بالمشقة والتوتر والمشكلات الصحية والجسمية والخوف من الفشل وأقل تقديراً للذات وأقل توافقاً زواجياً (شكري،١٩٩٨).

وكشفت غالبية الدراسات عن الصعوبات الاجتماعية التي يعاني منها ذوي نمط السلوك (أ) خاصة عندما تسيطر عليهم الحالة الوجدانية المرتبطة بهذا النمط، ويفسر ذلك تعرضهم لبعض الخصائص النفسية المرضية كالقلق والاكتئاب، كما أنهم سريعو الغضب وهذا له انعكاسات سيئة على ذات الفرد وعلى التعبير عن انفعالاته نحو المواقف التي يتعرض لها ونحو الأشخاص الذين يتعامل معهم المتمثلة في عدم القدرة على التعامل الإيجابي في المواقف الاجتماعية المختلفة (بكار وأبو العيلة،٢٠١٤).وهذا يفسر ارتباط نمط السلوك (أ) بعدد من متغيرات العلاقات الزوجية مثل عدم الرضا الزواجي ونقص السعادة الزوجية والرغبة في تغيير العلاقة والسعي للاتفصال، أو الطلاق فضلاً على صعوبات الاتصال بين الزوجين (شكري،١٩٩٨).

مشكلة الدراسة:

يعد الطلاق العاطفي حقيقة تعيشها الكثير من الأسر ولا يمكن تجاهلها، ويثير سلوكيات سلبية أو تصرفات غير مسؤولة لدى الأزواج والأبناء على حد سواء(السماحيين،٢٠١٩). واستمرار الطلاق العاطفي وعدم علاجه مبكرا واستمرار المشاعر السلبية والمحبطة بين الزوجين تؤدي بدوره إلى انهيار الأسرة ونسيج الأدوار الاجتماعية داخلها(الزهراني،٢٠٢١). كما تنطوي أبرز مظاهره في غياب الرفق واللين بين الزوجين وشيع الإهمال لاحتياجات الطرف الآخر، وتبلد المشاعر واليأس والقلق(جوازنة،٢٠١٨). لنظراً لأهمية الأسرة ككيان اجتماعي في المجتمع، والعلاقة الإيجابية بين الأزواج هي المؤشر الرئيس على صحة الأسرة وفاعليتها؛ فإن أي خلل في هذه العلاقة يؤثر على كيان الأسرة. ويعد الاهتمام بدراسة موضوع الطلاق العاطفي اتجاهاً حديثاً جاء في ظل التغيرات التكنولوجية التي بدأت تظهر في المجتمعات المعاصرة التي أصبحنا نلاحظ التأثيرات السلبية المباشرة لها على الحياة الزوجية والأسرية بشكل واضح ومباشر، كما أن التقدم التكنولوجي والحياة المليئة بالصراعات والضغوط النفسية وزيادة متطلبات الحياة بشكل عام، وعلى المتزوجين بشكل خاص أظهر وجود درجة من الطلاق العاطفي لدى المتزوجين، وما يترتب على الطلاق العاطفي من تهديد للعلاقة الزوجية ليس بالانفصال فحسب، وإنما بتفكك الروابط بين أفراد الأسرة، ومعاناة الأبناء أيضاً. الأمر الذي أوضح حاجة قائمة إلى إجراء مزيد من البحوث في البيئة العربية حول متغيرات الدراسة بشكل فردي وأيضاً في علاقتها بمتغيرات أخرى، أو بشكل مجتمع كما في الدراسة الحالية، حيث

وجدت الباحثة ندرة في الدراسات التي تناولت متغيرات الدراسة سواء على المستوى العربي أو المستوى المحلي في حدود الاطلاع على قواعد البيانات، ولم يلق الامتنان اهتماماً من قبل علماء النفس، رغم أنه درس طويلاً من قبل علماء الاجتماع والفلاسفة، وحديثاً لقى هذا المتغير اهتماماً من قبل الباحثين وعلماء النفس.

حيث يعد الامتنان أحد المتغيرات الإيجابية التي تسهم في شعور الفرد بالسعادة والرضا وجودة العلاقات الاجتماعية، وزيادة القدرة على مواجهة الضغوط والتحديات التي يتعرض لها الإنسان في حياته والتي منها الطلاق العاطفي.

ويمكن صياغة مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

أسئلة الدراسة:

١- ما العلاقة بين الطلاق العاطفي والامتنان لدى عينة من المتزوجين بمحافظة جدة؟

٢- ما العلاقة بين الطلاق العاطفي ونمط السلوك (أ) لدى عينة من المتزوجين بمحافظة جدة؟

٣- ما الفروق بين الأزواج والزوجات في كل من الطلاق العاطفي والامتنان، ونمط السلوك(أ)؟

أهداف الدراسة:

١- الكشف عن العلاقة بين الطلاق العاطفي والامتنان لدى عينة من المتزوجين بمحافظة جدة.

٢- الكشف عن العلاقة بين الطلاق العاطفي ونمط السلوك(أ) لدى عينة من المتزوجين بمحافظة جدة.

٣- التحقق من الفروق بين الأزواج والزوجات في كل من الطلاق العاطفي والامتنان، ونمط السلوك(أ).

أهمية الدراسة:

تتضح أهمية الدراسة من خلال ما يلي:

أولاً: الأهمية النظرية:

- تستمد الدراسة أهميتها من أهمية الجانب الذي تتصدى لدراسته حيث توفر إطاراً نظرياً عن متغيرات حديثة نسبياً، وهى الطلاق العاطفي والامتنان ونمط السلوك (أ)، وسد ثغرة في هذا المجال.
- كما تستمد الدراسة أهميتها من خطورة النتائج المترتبة على الطلاق العاطفي وآثاره المدمرة على الأسرة والمجتمع والتي تستوجب الدراسة والاهتمام.
- تكمن أهمية الدراسة في تناولها لمتغير نمط السلوك (أ) حيث يعد عامل خطورة في التنبؤ بالمشكلات النفسية، ولم يلقى اهتماماً بحثياً واضحاً داخل المجتمع السعودي.
- تسهم نتائج الدراسة في توجيه انتباه الباحثين والمهتمين بالمجال في توظيف المتغيرات الإيجابية كالامتنان في حل مشكلات الكرب الزواجي والطلاق العاطفي.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

- ما ستسفر عنه نتائج الدراسة قد يساعد في تصميم برامج إرشادية للمتزوجين للحد من الطلاق العاطفي.
- قد تفيد نتائج الدراسة الحالية العاملين في مجال الإرشاد الزواجي في تصميم برامج إرشادية لحل الصراعات الزوجية وتحسين نوعية العلاقات الزوجية.
- قد تساهم نتائج الدراسة في التخطيط لإعداد برامج وقائية للشباب المقبلين على الزواج لتنمية الامتنان.

مصطلحات الدراسة:

الطلاق العاطفي :

يعرف الطلاق العاطفي بأنه هجران الزوج لزوجته سواء من خلال هجر العلاقة العاطفية أو الامتناع عن الحديث المتبادل وفقدان المودة والتكيف النفسي بين الزوجين مع تقديم النفقة والسكن(Alhakbani, 2013).كما عرف على أنه حالة يبدو فيها أن هيكل الأسرة يتم الحفاظ عليه، في حين أنه أجوف داخليًا لأنه تم استبدال العلاقة العاطفية الإيجابية بعلاقة سلبية (Shabanlou, & Latifi, 2016).

وتناول الجوازنة (٢٠١٨) الطلاق العاطفي بأنه حالة تعترى العلاقة الزوجية يشعر فيها الزوج والزوجة بخواء المشاعر بينهما، ولظروف ما لايتحقق بها الانسجام التام، وقد تتراكم الخلافات والتوتر بين الزوجين ولكنهما لا يصلان للطلاق المباشر.

وتعرفه الباحثة في إطار الدراسة الحالية بأنه انفصال غير معلن بين الزوجين يحدث نتيجة للضغوط المتتالية للحياة الزوجية وتحمل المسؤليات؛ حيث تخلو الحياة الزوجية من العلاقات الإيجابية كالود والاحترام والامتناع عن الأحاديث المتبادلة بينهما، ويترتب عليه تفكيك الروابط بين أفراد الأسرة جميعاً، ويعتبر المقدمة الطبيعية التي تسبق الطلاق الشرعي، ويقاس إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على المقياس المستخدم في الدراسة الحالية.

ومن أسباب الطلاق العاطفي كثرة صمت الأزواج وعدم تبادلهما أطراف الحديث، وغياب روح التجديد في الحياة العاطفية ووجود الروتين بشكل مستمر، الضغوط الحياتية والمادية، وضغوط تربية الأبناء، تفاوت المستوى التعليمي والتثقيفي عند الزوجين وإحساس كل طرف بعدم فهم الآخر وتقدير مشاعره (هادي،٢٠١٢).

وأشارت نتائج الدراسات إلى وجود مراحل للطلاق العاطفي حيث تبدأ بالحلم وتكون في بداية الحياة الزوجية حيث الحب العنيف والرومانسية المزيفة، ثم خيبة الأمل وتبدأ عندما يفشل الزوجان في تحقيق توقعاتهما والاصطدام بالواقع المليء بالضغوط والإحباطات وخاصة عندما يفشلان في تحقيق التوافق الزواجي، فيصلا إلى المرحلة الثالثة وهي الخذلان واليأس، وتبدأ عندما يكون أحد الأطراف أناني فيشبع احتياجاته على حساب احتياجات شريك حياته، بعدها تبدأ المرحلة الرابعة وهي التباعد حيث ينشغل كل طرف في تحقيق أهدافه بعيداً عن الطرف الآخر ليصلوا إلى مرحلة الانفصال حيث يعيشان معاً جسدياً؛ لكنهما منفصلان نفسياً وعاطفياً، ومع طول مرحلة الانفصال تبدأ مرحلة الشقاق وفيها يحدث الخلاف وقلة الاحترام والاحتقار بين الزوجين، وأخيراً تأتي مرحلة الطلاق العاطفي، حيث يعيش الزوجان تحت سقف واحد لكنهما متباعدان عن بعضهما البعض (الكرداشة،٢٠٠٩).

الامتنان:

عرف Emmons, & McCullough (2013) الامتنان بأنه حالة من تأكيد الخير أو الأشياء الجيدة في حياة المرء، مصحوبة بإدراك أن مصادر هذا الخير تكمن جزئيًا على الأقل خارج الذات، مثل النوايا الحسنة لشخص آخر قد يتولد الامتنان من قبل شخص آخر عندما يقدم له أو هي بعض المساعدة أو المنفعة، ولكنه قد ينبع أيضًا من مصادر غير شخصية، مثل الشعور بالشكر للاستيقاظ في الصباح .

كما عرف محمد(٢٠١٤) الامتنان بأنه استجابة انفعالية إيجابية (التقدير والشكر) لدور العطاء الذي قدمه الآخرون في التجارب والخبرات الإيجابية، وهو تقييم معرفي وجداني يقوم به الفرد تجاه من يمنح له أو يقدم إليه خدمات وفوائد، مما يؤدي إلى استعداده للتصرف بإيجابية والشكر ومحبة الآخرين.

وتعرفه **الباحثة** في إطار الدراسة الحالية بأنه شعور وجداني ينتاب الفرد عند حصوله على خدمة مفيدة من شخص آخر تؤدي به إلى الشكر ومحبة الآخرين، ويقاس إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على المقياس المستخدم في الدراسة الحالية.

وامتلاك الفرد للامتنان يؤدي إلى زيادة الشعور بحياة الفرد بعد التعرض لضغوط الحياة المؤلمة، كما أنه يحقق غاية الفرد في زيادة الشعور بالرضا وزيادة العلاقات الاجتماعية التي تمكن الفرد من مواجهة الضغوط الحياتية (حسن،٢٠١٤). والفرد الممتن يتميز بأربع صفات وهي أنه لديه شعور بالإيجابية، ويقدر مساهمة الآخرين له، كما يقدر أبسط أنواع المتع والسرور، ويعترف بأهمية خوض تجربة الامتنان والتعبير عنها (الربيع،٢٠١٨).

نمط السلوك (أ)

عرفه عبد الخالق(٢٠١٠) بأنه نشاط وانفعال يتضمن استعدادات سلوكية مثل الطموح والعدوانية ونفاذ الصبر، والاستغراق في العمل والقلق، وانخفاض تقدير الذات، وعدم الرغبة في تقديم المساعدة للآخرين، والفشل في تفويض الآخرين للقيام بالأعمال والعلاقات الأسرية المختلة والتوتر الزواجي، وعدم القدرة على تحمل الأخطاء البسيطة، وينهمك الشخص ذو النمط (أ) بعدوانية في كفاح مرير ومستمر لإنجاز المزيد والمزيد في أقل وقت ممكن.

كما عرف فريدمان Friedman, (2010) السلوك من النوع (أ) بأنه متلازمة معقدة من العواطف والأفعال المميزة للشخصية الإنسانية لدى أفراد تورطوا في صراعات مزمنة للحصول على أشياء غير محددة في بيئاتهم خلال فترة قصيرة من الزمن مع صراعات مع أفراد آخرين في بيئاتهم ينازعونهم تلك الرغبات والأشياء.

وتتفق الباحثة في تعريفها لنمط السلوك (أ) مع تعريف عبد الخالق(٢٠١٠) حيث يقدم تصوراً نظرياً واضحاً لمعنى المتغير.

وأوضح Dembroski, T.M., & Costa (2015) أن السلوك النمطي(أ) يتسم بخصائص ثلاثة هي العدائية المتحررة بلا هدف تجاه الآخرين، والعمل تحت وطأة ضغط الوقت، وعدم الصبر ووجود بواعث تنافسية مع الآخرين تسبب الضغط النفسي وتدفع العقل للعمل نحو الإنجاز. وهو الانشغال المفرط والمتواصل بالعمل بسبب شعور الفرد بالحاجة إلى الإنجاز والتفوق في وقت قليل، وطريقة للاستجابة للضغوطات، وسلوك يتصف بالتنافسية والعداء ومرتبط بالضغط النفسي (Ogawa et al.,2018).

والأفراد ذوي الدرجة المرتفعة من نمط السلوك (أ) في سعيهم نحو تحقيق أهدافهم ينشغلون كلية بهذا السعي، ويندمجون في أمور الحياة الواقعية اليومية، مما يشغلهم عن التفكير في العلاقات الاجتماعية وجودتها، كما أن الكفاح المستمر لإنجاز المزيد والمزيد من العمل في أقل وقت يخلق لديهم المشاعر المزمنة بالقلق وعدم الراحة والاكتئاب والعصابية (الزاملي،٢٠٠٧).

كما يعتبر الأفراد من ذوي نمط السلوك (أ) أكثر تعرضاً للإثارة والسلبية لضغوط العمل والمتمثلة في الاحتراق النفسي؛ ورغم أنهم يحصلون على مكافأت معنوية من نجاحاتهم الدائمة، إلا أنهم يدفعون ثمناً غالياً في صورة مشقة نفسية وضغوطاً مهنية وأمراض بدنية (كردي،٢٠١٠).

الدراسات السابقة:

يمكن عرض أكثر الدراسات ارتباطاً بمتغيرات الدراسة الحالية من خلال المحاور التالية:

المحور الأول: دراسات تناولت الطلاق العاطفي

تناول الباحثون هذا المتغير من نواحي مختلفة فمنهم من ركز على علاقته ببعض المتغيرات كالضغوط النفسية، وتأثيرة على التوافق النفسي لدى الأبناء، وعلاقته أيضاً بالصلابة النفسية والفاعلية الذاتية، واهتمت معظم الدراسات الأخرى بقياس مستوى وجود الطلاق العاطفي، ومعرفة التباين في المتغير باختلاف بعض المتغيرات الديموجرافية مثلاً هدفت دراسة الفتلاوي (٢٠١٢) إلى قياس مستوى الطلاق العاطفي وأساليب الحياة لدى المتزوجين الموظفين في دوائر الدولة في محافظة القادسية، ومعرفة الفروق في الطلاق العاطفي وأساليب الحياة لدى الموظفين المتزوجين، واختيرت عينة مكونة من (٣٠٠) موظفاً وموظفةً (١٥٠) موظفاً، و(١٥٠) موظفةً، واستخدم مقياس الطلاق العاطفي، ومقياس أساليب الحياة، واتضح وجود مستوى منخفض من الطلاق العاطفي لديهم، كما تبين وجود فروق في الطلاق العاطفي تباعاً للنوع في اتجاه الإناث، كما تبين أن متوسط درجات العينة على اتخاذ أسلوب الحياة المتعاون أعلى من أسلوب الحياة المتجنب، وأظهرت النتائج أيضاً ارتباط بين متغيري الطلاق العاطفي وأساليب الحياة (المسيطر، المتجنب، الاعتمادي).

وتناولت دراسة مصطفى (٢٠١٦) العلاقة بين الضغوط الأسرية والطلاق العاطفي، وشملت الدراسة(٦٠) من الأزواج والزوجات، وطبق مقياس الضغوط الأسرية ومقياس الطلاق العاطفي، وظهر وجود ارتباط دال بين الضغوط الأسرية والطلاق العاطفي، كما كانت الزوجات أعلى من الأزواج في الشعور بالضغوط الأسرية، والطلاق العاطفي، ويمكن التنبؤ بالطلاق العاطفي من خلال الضغوط الأسرية.

وقيمت دراسة(2017) Soltanian العوامل النفسية والاجتماعية المؤثرة على الطلاق العاطفي لدى القائمين على مراكز الطوارئ الاجتماعية للرعاية الاجتماعية في مقاطعة شيرفان شيردفال. وقد تم اختيار(٤٠) امرأةً كعينة لهذه الدراسة، واشتملت أداة البحث على استبيان الطلاق العاطفي. أظهرت النتائج أن العوامل النفسية والاجتماعية لها علاقة إيجابية بالطلاق العاطفي، وأظهر تحليل الانحدار أن العوامل الاجتماعية تأتي في المرتبة الأولى، وتأتي المشكلات النفسية في الأهمية التالية عندما يتعلق الأمر بالطلاق العاطفي.

وحددت دراسة الجوازنة (٢٠١٨) مستوى الطلاق العاطفي لدى الزوجين ، ومستوى التوافق النفسي لدى الأبناء، ومستوى ما ينبئ به الطلاق العاطفي لدى الزوجين في التوافق النفسي للأبناء، وشملت الدراسة (١١٠) حالة من الأزواج، و(١١٠) من أبنائهم، واستخدم مقياس الطلاق العاطفي موجه لعينة الأزواج، ومقياس التوافق النفسي موجه لعينة الأبناء، وتوصلت النتائج إلى متوسطات

مرتفعة لدى عينة الأزواج في الطلاق العاطفي، كما ظهر وجود توافق نفسي متوسط لدى أبناء المطلقين عاطفياً، وأن السمات النفسية والشخصية والاجتماعية والجنسية والاقتصادية فسرت(٧٨,٢٪) من التوافق النفسي للأبناء.

بحثت دراسة Mehrjoo, Hashem, (2018) الفرق بين السلوك السيئ مع الأطفال في عائلات من ذوي الطلاق الرسمي ومن ذوي الطلاق العاطفي. وقد تضمنت عينة البحث مجموعتين من ذوي الطلاق الرسمي مكونة من(٣٩) والدًا مطلقًا ، و(٣٩) طفلًا في سن ما قبل المدرسة وفي سن المدرسة ومجموعة ذوي الطلاق العاطفي تتكون من(٣٤) أبًا مطلقين وأطفالاً في سن ما قبل المدرسة وفي سن المدرسة بمدينة نيريز. وطبق مقياس الطلاق العاطفي ومقياس إساءة معاملة الأطفال. أشارت النتائج إلى أنه في العائلات ذوي الطلاق العاطفي، كان عامل الإساءة العاطفية والعقلية والجسدية للأطفال أكثر من العائلات المشاركة في الطلاق الرسمي. وتشير هذه النتائج إلى أن الطلاق العاطفي أكثر ضررًا للأطفال من الطلاق الرسمي.

وتناولت دراسة النجداوي (٢٠١٨) ظاهرة الطلاق العاطفي في المجتمع الأردني، وشملت الدراسة (١٧) زوجة عانين من الطلاق العاطفي، واستخدم مقياس الطلاق العاطفي. وتوصلت النتائج إلى انتشار الطلاق العاطفي في المجتمع الأردني ، كما عرضت الدراسة لأسبابه ومظاهره وبعض التوصيات للحد من الطلاق العاطفي.

وتناولت دراسة السميحيين(٢٠١٩) العلاقة بين الطلاق العاطفي ومستوى استخدام شبكات التواصل الاجتماعي لدى عينة من النساء المتزوجات، وشملت الدراسة(٣٠) امرأةً متزوجةً، واستخدم مقياس الطلاق العاطفي، ومقياس استخدام شبكات التواصل الاجتماعي، وكشفت النتائج إلى وجود مستوى مرتفع لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي،ومستوى متوسط من الطلاق العاطفي، ووجود ارتباط بين الطلاق العاطفي واستخدام شبكات التواصل الاجتماعي.

هدفت دراسة Jarwan & AL- Frehat, (2020) إلى دراسة تأثير الطلاق العاطفي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى عينة مكونة من (١٠٠) طالبة متزوجة بكلية التربية جامعة اليرموك بالأردن، كما هدفت لإيجاد الفروق بين الطالبات المتأثرات بالطلاق العاطفي باختلاف عوامل: مدة الزواج، الراتب الشهري للعائلة، المستوى التعليمي للزوج، استخدم الباحثان استبيان الطلاق العاطفي، ومقياس الصلابة النفسية. وتوصلت النتائج إلى أن نسبة الطلاق العاطفي بين الطالبات المتزوجات في جامعة اليرموك كانت منخفضة، بينما نسبة الصلابة النفسية مرتفعة، كما توصلت إلى وجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والطلاق العاطفي.

واهتمت دراسة Rasheed & Fahad ,(2020) بالتحقق من العلاقة بين الطلاق العاطفي والفاعلية الذاتية والتوقعات الزوجية لدى عينة من النساء المتزوجات في المملكة العربية السعودية وعددهن (٢٥٨)، وبمتوسط عمر(٢٦-٥٤)، وكانت العينة(٥٢٪) موظفات، (٤٨٪) غير موظفات، واستخدم الباحثون عدة مقاييس مقياس الطلاق العاطفي، والفاعلية الذاتية، والتوقعات الزوجية، وتوصلت الدراسة إلى أن (٧٧٪)من العينة عانت من الطلاق العاطفي بمدى يتراوح بين المتوسط إلى الشديد، والموظفات عانوا من الطلاق العاطفي بشكل أقل من الغير موظفات. كما أوضحت الدراسة أن الفارق العمري بين الأزواج إذا كان أكثر من(١٠) سنين يعانون من طلاق عاطفي أعلى من إذا كان الفارق العمري من سنة إلى ٥ سنوات.

وكشفت دراسة Ahmed, (2021)عن تأثير التدخل في العمل الجماعي الاجتماعي باستخدام طريقة التأهيل الوقائي المهني للتخفيف من مخاطر الطلاق العاطفي للزوجين، على عينة مكونة من(٢٦) امرأةً تم توزيعهن على مجموعتين (مجموعة تجريبية ومجموعة

ضابطة) في كل مجموعة(١٣) امرأةً متزوجة، وتراوحت أعمارهن بين(٢٧-٣٣) سنةً، وكان التقسيم على مخاطر الطلاق العاطفي الاجتماعية والنفسية والجنسية، و تم استخدام مقياس الطلاق العاطفي وبرنامج للتأهيل مكون من(٣٠) جلسةً طبقت على المجموعة التجريبية فقط، وأثبتت النتائج فاعلية برنامج التأهيل الوقائي المهني لتأثير التدخل في العمل الجماعي في تخفيف مخاطر الطلاق العاطفي للمتزوجات حديثاً.

المحور الثاني: دراسات تناولت الامتنان

تناول الباحثون متغير الامتنان في علاقته بمجموعة من المتغيرات الإيجابية كالسعادة والتسامح والصمود الأكاديمي، وجودة الحياة، والرضا عن الحياة والرفاهية النفسية مثل دراسة محمد(٢٠١٤) هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين السعادة وكل من التسامح والامتنان لدى عينة من طلاب الجامعة، والتعرف على درجة إسهام التسامح والامتنان في التنبؤ بالسعادة، والفروق بين الطلاب والطالبات في متغيرات الدراسة، وشملت الدراسة (٢٦٩) طالباً وطالبةً بجامعة المنيا، وطبق مقياس الامتنان، ومقياس التسامح، وقائمة أكسفورد للسعادة .وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة بين السعادة وكل من الامتنان والتسامح لدى طلاب الجامعة، وأن الامتنان والتسامح يسهمان إسهاماً دالاً في التنبؤ بالسعادة، وكانت الطالبات أعلى من الطلاب في التسامح والامتنان، ولم توجد فروق بينهما في السعادة.

وبحثت دراسة محمد (٢٠١٧) دور أنماط التعلق الوجداني كمتغير منبئ بكل من الشعور بالوحدة النفسية والامتنان لدى المراهقين من الجنسين، والكشف عن الفروق بين الجنسين في متغيرات الدراسة، وتكونت العينة من (٣٢٧) من طلاب المرحلة الثانوية، وطبق مقياس أنماط تعلق الراشدين، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية، ومقياس الامتنان، وظهر وجود قيمة تنبؤية دالة لأنماط التعلق الوجداني بالشعور بالوحدة النفسية والامتنان لدى المراهقين من الجنسين، وظهر وجود فروق في متغيرات الدراسة وأبعادها الفرعية، في حين لم تظهر فروق الشعور بالامتنان.

هدفت دراسة مصطفى(٢٠١٨) إلى تحديد العلاقة بين الصمود الأكاديمي وكل من الامتنان والتحيز المعرفي لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية، وتحديد إسهام كل من الامتنان وأبعاد التحيز المعرفي في التنبؤ بالصمود الأكاديمي، وشملت الدراسة (١١٥) من طلاب المرحلة الثانوية، وطبق مقياس الامتنان، ومقياس التحيز المعرفي، ومقياس الصمود الأكاديمي، وتوصلت النتائج إلى وظهر وجود إرتباط دال بين الصمود الأكاديمي وكل من الامتنان والتحيز المعرفي، كما ظهر وجود قيمة تنبؤية دالة لبعض أبعاد الامتنان وبعض أبعاد التحيز المعرفي في التنبؤ بالصمود الأكاديمي.

هدفت دراسة الربيع وعبابنة (٢٠١٨) إلى الكشف عن مستوى الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك، وشملت الدراسة (٧٤٠) من طلبة الجامعة منهم (٢٤٠ ذكور، ٥٠٠إناث)، وطبق مقياس الامتنان ومقياس جودة الحياة، وظهر أن مستوى الامتنان وجودة الحياة منتشرة بدرجة مرتفعة، كما ظهر وجود علاقة بين الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة الجامعة، كما كان طلاب التخصصات الإنسانية أعلى من طلاب التخصصات العلمية في الامتنان، ولم تظهر فروق بين الذكور والإناث في الامتنان.

وكشفت دراسة McGuire, Szabo, Murphy, Erickson, (2019) عن تأثير الامتنان على جودة الحياة المتعلقة بالصحة وذلك على عينة مكونة من(١٤١) فرداً، واستخدموا استبيان الامتنان، ومقياس الامتنان للسمات الأساسية، وتوصلت دراستهم إلى أنه لا يوجد تأثير مباشر للامتنان على جودة الحياة المتعلقة بالصحة.

وتحققت دراسة Przepiorka, & Sobol-Kwapinska (2021) مما إذا كان الامتنان يتوسط العلاقة بين منظور الوقت والرضا عن الحياة. ساهم في الدراسة مشاركون عددهم (٥٩١) بولنديًا تتراوحت أعمارهم بين (١٨-٧٣) عامًا، واستخدمت الباحثتان عدة مقاييس وهي مقياس الرضا عن الحياة، واستبيان الامتنان، ومقياس منظور الوقت الحاضر. أظهرت النتائج أن الامتنان لعب دورًا وسيطًا بين أبعاد منظور الوقت والرضا عن الحياة، وكانت الإناث أعلى من الذكور في الامتنان.

وراجعت دراسة Cregg & Cheavens, (2021) الأبحاث السابقة التي تناولت تجارب عن برامج التدخل لدراسة أثر الامتنان على العديد من العوامل النفسية وعلى الصحة النفسية بصفة عامة، كما تناولت مدى فاعلية الامتنان في التأثير على أعراض الاكتئاب والقلق. وقد بينت الدراسة أن الأبحاث تشير إلى أن تدخلات الامتنان قد تحسن حالة الرفاهية النفسية. وفقًا لذلك، عزز ممارسو الصحة النفسية تدخلات الامتنان كوسيلة للمساعدة الذاتية. قام الباحثان بفحص فعالية تدخلات الامتنان على عينة قوامها (٣٦٧٥) فرداً في تقليل أعراض الاكتئاب والقلق في فترات ما بعد الاختبار والمتابعة. كان لتدخلات الامتنان تأثير ضئيل على أعراض الاكتئاب والقلق في كل من الاختبار اللاحق، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن تأثيرات تدخلات الامتنان على أعراض الاكتئاب والقلق بسيطة نسبيًا.

هدفت دراسة Jovaneevic & Milieevic, (2021) إلى الكشف عن تأثير الشعور بالوحدة والشعور بالامتنان على البناء النفسي، لدى عينة مكونة من (٢١٩) فرد من صربيا، وتتراوح أعمارهم من (١٨-٦١) وكانت(٧٨,٩٩٪)منهم من النساء، وطبق مقياس الشعور بالوحدة العاطفية والاجتماعية للبالغين، ومقياس الرضا عن الحياة، واستبيان الامتنان، وتوصلت الدراسة إلى أن الامتنان له تأثير إيجابي على البناء النفسي، والشعور بالوحدة يؤثر سلباً على الامتنان.

المحور الثالث : دراسات تناولت نمط السلوك (أ)

تم تناول متغير نمط السلوك(أ) من خلال الدراسات السابقة في علاقته بعدة متغيرات نفسية كالضيق الزواجي، والاحتراق النفسي، والقلق الاجتماعي والعدائية والتوتر والاندفاع والميل للمخاطرة، كما تم دراسته في علاقته ببعض الأمراض الجسمية ولدى عينات مرضية كمرضى القلب، والسمنة والربو الشعبي فمثلاً اهتمت دراسة شكري (١٩٩٨) بدراسة الفروق بين السيدات العاملات ذوات نمط السلوك (أ) والسيدات العاملات ذوات نمط السلوك ب في متغيرات نوعية العلاقات الزوجية (الضيق الزواجي والتواصل الوجداني، والمشاركة في قضاء الوقت، والاتصال الموجه لحل المشكلات)، والعلاقة بين نمط السلوك (أ) والضيق الزواجي، وشملت الدراسة (٨٠) سيدة مصرية من العاملات، واستخدم مقياس نمط السلوك (أ) ومقياس الضيق الزواجي، ومقياس التواصل الوجداني، ومقياس المشاركة في قضاء الوقت، ومقياس الاتصال الموجه لحل المشكلات، وتوصلت النتائج إلى أن السيدات ذوات نمط السلوك (أ) أعلى من السيدات ذوات النمط ب في الضيق الزواجي وما يتصل به من ضعف التواصل الوجداني، وعدم المشاركة في قضاء الوقت، وعدم الاتصال الموجه لحل المشكلات، كما ظهر وجود ارتباط بين نمط السلوك (أ) لدى الزوج والزوجة ونوعية العلاقات الزوجية.

تناولت دراسة كردى (٢٠١٠) العلاقة بين إدارة الوقت وكل من نمط السلوك (أ) والاحتراق النفسي، وشملت الدراسة (١٢٠) من موظفات جامعة الطائف، وطبقت الدراسة مقياس إدارة الوقت، ومقياس نمط السلوك ، ومقياس الاحتراق النفسي، وظهر وجود علاقة سالبة بين إدارة الوقت وكل من الاحتراق النفسي ونمط السلوك(أ).

وسعت دراسة صمادي وغوانمة (٢٠١٢)إلى التعرف على مستوى نمط السلوك (أ) لدى مرضى القلب بالأردن ، والتعرف على مدى قدرة المتغيرات الاجتماعية، والجنس، المستوى التعليمي والديني، والدعم، وكمية التدخين، والعمر في التنبؤ بمستوى نمط السلوك (أ)، وتكونت عينة الدراسة من (١٩٧) مريضاً بالقلب استجابوا على نمط السلوك (أ)، وتوصلت النتائج إلى وجود درجة متوسطة من نمط السلوك (أ) لدى مرضى القلب، واستطاعت متغيرات الالتزام الديني، والدعم الاجتماعي، والجنس وكمية التدخين أن تنبأ بنمط السوك (أ).

وهدفت دراسة العازمي(٢٠١٤) إلى التعرف على العلاقة بين نمط السلوك (أ) والقلق والثقة بالنفس، وإمكانية التنبؤ بالقلق من خلال الثقة بالنفس ونمط السلوك (أ)، والفروق بين الجنسين على متغيرات الدراسة، وشملت الدراسة(٢٠٠) من طلبة جامعة الكويت، وطبق مقياس القلق، ومقياس نمط السلوك (أ) ومقياس الثقة بالنفس، وتوصلت النتائج إلى وجود ارتباط سالب بين القلق الاجتماعي وكل من نمط السلوك(أ) والثقة بالنفس.

كما هدفت دراسة Mohan, & Singh, (2016) إلى التحقق من نمط السلوك من النوع (أ) وعلاقته بالعدائية والتوتر والتفاؤل، تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) مريضاً مصاباً بأمراض القلب التاجية (٥٠ من الذكور في المناطق الريفية و٥٠ من الذكور في المناطق الحضرية). تراوحت أعمارهم بين(٤٥-٥٥) سنة؛ طبق عليهم اختبار نمط السلوك (أ)، ومقياس العدائية، ومقياس الإجهاد المدرك، ومقياس التفاؤل، وتوصلت النتائج إلى أن المرضى في المناطق الحضرية سجلوا درجات أعلى في العداء والإجهاد المتصور. وسجل مرضى الريف درجات أعلى على مقياس التفاؤل. وظهر وجود علاقة بين نمط السلوك (أ) والإجهاد والعدائية بين المرضى في المناطق الريفية والحضرية. وكان السلوك من النوع (أ) مرتبطًا سلبًا بالتفاؤل بين مرضى أمراض القلب التاجية.

هدفت دراسة Mishra & Srivastava (2018) إلى تقييم درجة السيطرة على الربو الشعبي في حال وجود نمط السلوك من النوع (أ)، وعلاقته بالاندفاع، والميل إلى المخاطرة والتعاطف، اشتملت الدراسة على (١٥٠) شخصًا، من بينهم (١١١) مصابًا بالربو ، وطبق استبيان الاندفاع IVE ومقياس السلوك من النوع(أ). أشارت النتائج إلى أنه كان مستوى نمط السلوك من النوع(أ) أعلى بشكل ملحوظ في الأشخاص الذين يعانون من الربو الذي يتم التحكم فيه بشكل سيئ مقارنةً بأولئك الذين يعانون من الربو الخاضع للسيطرة جزئياً والأشخاص الأصحاء، وكان الاندفاع والميل للمخاطرة أعلى في المجموعة التي تعاني من الربو الذي لا يتم التحكم فيه بشكل جيد مقارنة مع المجموعات الأخرى التي تم تحليلها.

واهتمت دراسة Witusik, Kuna, Pietras, Mokros, (2018) بتحديد علاقة السيطرة على الربو مع وجود درجة مرتفعة من نمط السلوك (أ)، لدى عينة مكونة من (١٥٠) فرداً تراوحت أعمارهم من(٢٠-٥٠) سنة، منهم (١١) فرد مسيطرين بدرجات مختلفة على الربو، واستخدم مقياس نمط السلوك (أ)، مما ظهر أن نمط السلوك(أ) مرتفع عند الشباب الغير مسيطرين على الربو مقارنة بغيرهم ممن يسيطرون على الربو بدرجات متوسطة وجيدة.

وكشفت دراسة Ogawa, ayama, Saigo, Takeoka, Hayashida, Yamasaki, Shirabe, (2018).عن العلاقة بين السمنة ونمط السلوك (أ) لدى عينة من (٣٠٩٩) عامل ياباني، وطبق عليهم قائمة نمط السلوك (أ)،

وتوصلت الدراسة إلى أن نمط السلوك(أ) مرتبط بزيادة السمنة عند الرجال اليابانيين، والأفراد الذين لديهم نمط السلوك (أ) يميلون للأكل بكميات كبيرة وبشراهة عالية.

هدفت دراسة(Wood, Froh, & Geraghty, (2018 إلى مراجعة الأدبيات ذات الصلة بالسلوك من النوع (أ) واستقصاء علاقته بالضغط النفسي والتوتر وأمراض القلب، ومقارنة الشخصية من النوع (أ) بالشخصية من النوع (ب)، تمت دراسة استجابات القلب والأوعية الدموية وغيرها من الاستجابات للتوتر لدى الأشخاص الذين يُعتبرون معرضين لخطر الإصابة بأمراض القلب التاجية. أظهرت النتائج أن الشخصية من النوع (أ) مقارنة بشخصية النوع (ب) أظهرت استجابات بيوكيميائية وأوعية القلب المتزايدة للمواقف العصيبة.

واهتمت دراسة(Pascual, Ochoa, Gaddi, Khu, (2021 بتحديد وجود نمط سلوك (أ) لدى عينة من جراحين الأعصاب والمتدربين في الفلبين عددهم(١٠٢) منهم(٤١) جراح أعصاب و(٦١) متدرب، واطبق استبيان نمط السلوك(أ) بشكل الكتروني. وتوصلت النتائج إلى أن نمط السلوك (أ) يوجد بدرجة مرتفعة لدى الجراحين والمتدربين، كما ظهر أن التدرب في مشفى عام مرتبط بشكل كبير بنمط السلوك (أ)لدى عينة الدراسة.

تعقيب عام على نتائج الدراسات السابقة

من خلال العرض السابق للدراسات المتعلقة بموضوع الدراسة يتضح ما يلي:

- ندرة الدراسات التي تناولت العلاقة بين متغيرات الدراسة مجتمعة، فلا يوجد في حدود اطلاع الباحثة على قواعد البيانات دراسة واحدة على المستوى العربي، أو الأجنبي تناولت بشكل مباشر العلاقة بين الطلاق العاطفي وكل من الامتنان ونمط السلوك (أ) وجاءت الدراسة الحالية لسد ثغرة في هذا المجال.

- اتفقت معظم الدراسات الخاصة بالطلاق العاطفي على وجود نسب انتشار للطلاق العاطفي بين عينات الدراسة، وارتباطه بكل من الضغوط النفسية، والسمات الشخصية والاجتماعية.

- توصلت الدراسات المرتبطة بالامتنان إلى ارتباطه بعدة متغيرات إيجابية منها السعادة، وجودة الحياة، والرضا عن الحياة والبناء النفسي.

- أوضحت الدراسات فيما يتعلق بمتغير نمط السلوك (أ) ارتباطه بعدة متغيرات سالبة كالضيق الزواجي، والاحتراق النفسي، والقلق الاجتماعي والإجهاد والعدائية.

- تضارب نتائج الدراسات فيما يتعلق بالفروق بين الذكور والإناث في جميع متغيرات الدراسة، وهو ما تسعى الدراسة الحالية للتحقق منه.

-استفادت الباحثة من الدراسات السابقة في تحديد أدوات البحث والمنهجية المستخدمة، وصياغة الفروض في ضوء ما توصلت له النتائج المرتبطة بمتغيرات الدراسة.

– إن أهم ما يميز الدراسة السابقة على الدراسات السابقة تناولها لمتغيرات الدراسة مجتمعة، واجرائها على عينة من الأزواج والزوجات السعوديين، وهو ما يفتقر له التراث النفسي على المستوى العربي.

فروض الدراسة:

في ضوء العرض السابق للدراسات السابقة وفي ضوء أهدافها يمكن صياغة الفروض على النحو التالي:

١- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الطلاق العاطفي والامتنان لدى عينة من المتزوجين بمحافظة جدة.

٢- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الطلاق العاطفي ونمط السلوك(أ) لدى عينة من المتزوجين بمحافظة جدة.

٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الأزواج والزوجات في مقاييس كل من الطلاق العاطفي والامتنان، ونمط السلوك (أ) .

المنهج والإجراءات :

اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي وتحديداً التصميم الارتباطي المقارن نظراً لاعتمادها في تقديم متغيرات البحث على الوصف وليس على التغيير العمدى. حيث يعتمد المنهج الارتباطي على البحث الذي يعمل على جمع البيانات من عدد من المتغيرات، وتحديد إذا ما كانت هناك علاقة بينهما، وإيجاد قيمة تلك العلاقة، والتعبير عنها بشكل كمي من خلال ما يسمى بمعامل الارتباط (قليوبي والسيد، ٢٠٢٠).

واهتمام الدراسات بالكشف عن المتغيرات النفسية المرتبطة بالطلاق العاطفي كمتغير نمط السلوك(أ)، والامتنان يعتبر أمر له أولويته التي تسبق اتخاذ أية إجراءات للتدخل، وذلك في سبيل الاكتشاف المبكر، والتحسب لظهور المشكلات قبل تفاقمها فيما يعرف بالوقاية من الدرجة الأولى.

عينة الدراسة

العينة الاستطلاعية:

تم التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة على عينة مكونة من (٥٠) من الأزواج والزوجات بمحافظة جدة منهم (٢٥زوجةً، ٢٥زوجاً) تراوحت أعمارهم بين ٣٠-٤٥سنةً، تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وتم الوصول إلى العينة عن طريق تصميم الاستبيانات ببرنامج (الجوجل فورم)، ونشره بشكل إلكتروني من خلال تطبيق (واتسآب)

العينة الأساسية:

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٣٠٠) من الأزواج والزوجات بمحافظة جدة، تراوحت أعمارهم بين (٣٠-٥٠) سنة، وتم اختيارهم بطريقة عشوائية، وبنفس طريقة الحصول على العينة الاستطلاعية، والجدول التالي يوضح خصائص العينة

جدول ١ خصائص عينة الدراسة

المتغير	المجموعة	العدد	النسبة%
النوع	أزواج	١٥٠	٥٠
	زوجات	١٥٠	٥٠
المستوى الاقتصادي	مرتفع	٢٠	٦,٦
	متوسط	٢٦٥	٨٨,٣
	منخفض	١٥	٥
مدة الزواج	١-٥سنة	٣٠	١٠
	٦-١٠	٢٥٠	٨٣,٣
	١١-١٥	٢٠	٧,٧
العمل	يعمل	٢٢٠	٧٣,٣
	لا يعمل	٨٠	٢٦,٦
المجموع		٣٠٠	١٠٠

يتضح من الجدول السابق وجود تناسب في عدد الأزواج والزوجات في عينة الدراسة، ومن حيث المستوى الاقتصادي تقع أغلبية العينة في المستوى المتوسط، ومن حيث مدة الزواج يوجد ٨٣,٣٪ من أفراد العينة في المدة من ٦-١٠ سنوات، كما أن ٧٣,٣من عينة الدراسة يعملون .

أدوات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة والتحقق من فروضها، تم الاطلاع على مجموعة استبيانات لقياس متغيرات الدراسة، وبناء على ذلك تم اختيار المقاييس التالية :

١- مقياس الطلاق العاطفي

إعداد بهاء أمين الجوازنة (٢٠١٨)يتكون المقياس من (٥٠) فقرة قسمت إلى أربع مجالات (السمات النفسية والشخصية، السمات الاجتماعية، السمات الجنسية، السمات الاقتصادية)، وتم التحقق من صدق المقياس من خلال صدق المحكمين، وتم التحقق من ثبات المقياس من خلال اعادة التطبيق بفاصل زمني اسبوعين، وذلك على (٣٠) زوجاً، وتم حساب الاتساق الداخلي بحساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية، وتراوحت معاملات الارتباط بين (,٣٩، ,٧٦)، وتم حساب معادلة ألفا كرونباخ وبلغ معامل الثبات (,٩٥).

٢- مقياس الامتنان

إعداد Mccullough,Emmons& Tsang(2002) ترجمة هاني سعيد محمد(٢٠١٤)، ويهدف إلى قياس الخبرات والتعبيرات الخاصة بالامتنان والتقدير في الحياة اليومية بالإضافة إلى المشاعر الخاصة بتلقي ذلك من الآخرين ، ويتكون من (٦) بنود، وتتم الإجابة على عبارات المقياس بالاختيار من سبعة بدائل (غير موافق بشدة، غير موافق، غير موافق قليلاً، محايد، موافق قليلاً، موافق، موافق بشدة)، وتأخذ عبارات (١-٢-٣-٤-٥-٦-٧) على التوالي للعبارات الموجبة، والعكس في العبارات السالبة، وتم التحقق من صدق المقياس من خلال صدق المحكمين، كما تم حساب التحليل العاملي حيث تشبعت جميع العبارات على عامل واحد فسر نسبة(٧٥٪) من التباين الكلي، وذلك على عينة (١٥٠) طالباً وطالبةً، تراوحت أعمارهم بين (١٨-٢٢)، كما تم حساب صدق المحك بحساب معامل الارتباط بين درجة المقياس الحالي ومقياس التفاؤل إعداد عبد الخالق، وبلغ معامل الارتباط (,٦٧) بدلالة ,٠١، كما تم حساب الاتساق الداخلي بحساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية، وجميع معاملات الارتباط دالة عند ,٠١، وتم حساب صدق المقياس بطريقة إعادة التطبيق بفاصل زمني(١٥) يوماً، وبلغ معامل الارتباط (,٧٤)، وبطريقة التجزئة النصفية (,٨٧)، وبطريقة معامل ألفا كرونباخ بلغ (,٩١)

٣- مقياس نمط السلوك(أ)

إعداد علي عبد الزاملي (٢٠١٧)،ويتكون المقياس من(٥٦) فقرة توزعت على أربعة مكونات (العدائية والعدوانية، الفزيولوجية الجسمية، الإلحاحية وعدم الصبر، التنافس والطاقة والطموح)، وتم الاجابة على عبارات المقياس بالاختيار من (دائماً- غالباً- لا ادري- نادراً- أبداً)، وتأخذ درجات (٥-٤-٣-٢-١) على الترتيب، وتم حساب صدق المقياس من خلال صدق المحكمين، وتم حساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ، وتراوحت معاملات الارتباط بين (,٥٨، ,٧٢).

وفي الدراسة الحالية تم إعادة التحقق من صدق وثبات أدوات الدراسة وذلك على العينة الاستطلاعية مكونة من(٥٠) من الأزواج والزوجات بمحافظة جدة منهم (٢٥زوجةً، ٢٥ زوجاً) وكانت النتائج كالتالي:

أ- **الصدق**:- تم التحقق من الصدق بطريقة الاتساق الداخلي بحساب معامل الارتباط بيرسون بين درجة البند والدرجة الكلية للمقياس والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول ٢ معاملات الاتساق الداخلي لمقاييس الدراسة

المقاييس	معاملات الارتباط	الدلالة
الطلاق العاطفي	,٧٧- ,٨٦	,٠٠١
الامتنان	,٨٣- ,٩٤	,٠٠١
نمط السلوك (أ)	,٧٠- ,٨٩	,٠٠١

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً مما يدل على صلاحية استخدام المقاييس في الدراسة الحالية.

ب– الثبات:– تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية والتصحيح بمعادلة سبيرمان بروان وبمعادلة ألفا كرونباخ والجدول التالي يوضح النتائج

جدول ٣ معاملات الثبات لمقاييس الدراسة

المقاييس	التجزئة النصفية	معامل ألفا	سبيرمان براون
الطلاق العاطفي	,٧٩	,٩١	,٨٨
الامتنان	,٦٩	,٨٤	,٩٢
نمط السلوك(أ)	,٧١	,٨٥	,٩٠

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً مما يطمئن إلى استخدام المقاييس في الدراسة الحالية.

عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

عرض نتيجة الفرض الأول ومناقشتها

وينص على : توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين الطلاق العاطفي والامتنان لدى عينة من المتزوجين بمحافظة جدة.

وللتحقق من صحة الفرض تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات العينة على مقياسي الطلاق العاطفي والامتنان والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول ٤ معاملات الارتباط بين درجات العينة على مقياس الطلاق العاطفي ومقياس الامتنان

الطلاق العاطفي	السمات والشخصية	النفسية السمات الاجتماعية	االسمات الجنسية	السمات الاقتصادية	الدرجة الكلية
الامتنان					
الدرجة الكلية	-,٣٩٨**	-,٤٧٢**	-,٥٣١**	-,٦١٩**	-,٥٩٤**

(**) معاملات دالة عند ٠١ ,

يتضح من الجدول السابق وجود ارتباط سالب دال إحصائياً بين درجات العينة على مقياس الطلاق العاطفي (الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية)، والدرجة الكلية للامتنان ويعني ذلك أنه كلما قلت درجة الامتنان كلما زاد الطلاق العاطفي لدى عينة الدراسة، ويؤكد هذا على قبول فرض الدراسة كلياً، ووجدت الباحثة ندرة في الدراسات التي تناولت العلاقة بين متغيري الدراسة بشكل مباشر، بينما تتفق نتيجة الدراسة الحالية بشكل غير مباشر مع ما توصلت له دراسة الربيع وعبابنة (٢٠١٨) من وجود علاقة موجبة بين الامتنان وجودة الحياة، ودراسة Przepiorka, & Sobol-Kwapinska(2021) حيث أوضحت أن الامتنان ارتبط إيجابياً

بمتغير الرضا عن الحياة، ودراسة Jovaneevic & Milieevic, (2021) حيث توصلت إلى أن الامتنان له تأثير إيجابي على البناء النفسي، ودراسة Przepiorka, & Sobol-Kwapinska, (2020) حيث أوضحت أن الامتنان له دور وسيط بين الانطباع الجيد والرضا عن الحياة. وأظهرت عديد من الدراسات أن الامتنان له ارتباطات قوية مع مقاييس الرفاهية النفسية، والرضا عن الحياة، والانبساط، والتسامح(Emmons, & Shelton, 2015).ويؤكد ذلك على الارتباط الموجب بين الامتنان والمتغيرات الإيجابية، في حين ارتباطه سلباً بالطلاق العاطفي.

وتتفق الباحثة مع ما أوضحه حسن (٢٠١٤) أن امتلاك الفرد للامتنان يؤدي إلى زيادة الشعور بحياة الفرد بعد التعرض لضغوط الحياة المؤلمة، كما أنه يحقق غاية الفرد في زيادة الشعور بالرضا وزيادة العلاقات الاجتماعية التي تمكن الفرد من مواجهة الضغوط الحياتية. ولذلك يتفق مع أنه في حال وجود درجة منخفضة من الامتنان حتما سيؤدي إلى الكرب الزواجي و الطلاق العاطفي. كما أن الأشخاص الممتنين يوسعون من أسباب النجاح لديهم لتشمل بالاضافة الى خصائصهم الشخصية عزو خبراتهم الايجابية إلى عوامل مثل مساعدة الأشخاص الآخرين لهم.

عرض نتيجة الفرض الثاني ومناقشتها

وينص على: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الطلاق العاطفي ونمط السلوك (أ) لدى عينة من المتزوجين بمحافظة جدة.

وللتحقق من صحة الفرض تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين متوسطات درجات العينة على مقياسي الطلاق العاطفي ونمط السلوك (أ) والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول ٥ معاملات الارتباط بين درجات العينة على مقياسي الطلاق العاطفي ونمط السلوك (أ)

الطلاق العاطفي	السمات النفسية والشخصية	السمات الاجتماعية	االسمات الجنسية	السمات الاقتصادية	الدرجة الكلية
نمط السلوك (أ)					
العدائية والعدوانية	,٤١٢**	,٥٣٢**	,٦٦٥**	,٤٩٢**	,٥٠٢**
الفيزيولوجية الجسمية	,٣٧٦**	,٦٨٤**	,٤٣١**	,٣٨٩**	,٥١٤**
الالحاحية وعدم الصبر	,٤٨٢**	,٣٧٨**	,٥٦٥**	,٦١٢**	,٧٠٢**
التنافس والطاقة والطموح	,٥٥٤**	,٤٧٣**	,٤٤٦**	,٦٤٣**	,٦٠٤**
الدرجة الكلية	,٣٩٨**	,٤٦٠**	,٦٥٤**	,٦٢٤**	,٦٧١**

(**) معاملات دالة عند ٠١,

يتضح من الجدول السابق وجود ارتباط موجب بين نمط السلوك (أ) والطلاق العاطفي لدى عينة الدراسة، ويعني كلما ارتفع نمط السلوك (أ) ارتفعت درجة الطلاق العاطفي، ويؤكد هذا على قبول فرض الدراسة

ووجدت الباحثة أيضاً من خلال اطلاعها على قواعد البيانات المختلفة ندرة في الدراسات على المستوى العربي والأجنبي التي تناولت العلاقة المباشرة بين نمط السلوك (أ) والطلاق العاطفي سوى دراسة شكري (١٩٩٨) حيث توصلت إلى أن الأزواج والزوجات ذوي نمط السلوك(أ) أعلى من الازواج والزوجات من ذوي النمط(ب) في الضيق الزواجي وما يتصل به من ضعف التواصل الوجداني، وعدم المشاركة في قضاء الوقت، وعدم الاتصال الموجه لحل المشكلات، كما ظهر وجود ارتباط بين نمط السلوك (أ) لدى الزوج والزوجة ونوعية العلاقات الزوجية. كما تتفق نتائج الدراسة الحالية بشكل غير مباشر مع دراسة كردى (٢٠١٠) حيث أظهرت وجود علاقة بين الاحتراق النفسي ونمط السلوك (أ)، ودراسة العازمي(٢٠١٤) وتوصلت نتائجها إلى وجود ارتباط سالب بين القلق الاجتماعي وكل من نمط السلوك (أ) والثقة بالنفس، ودراسة Mohan, & Singh, (2016) حيث كشفت ارتباط نمط السلوك (أ) بشكل إيجابي بالإجهاد والعدائية. كما يوجد لدى ذوي نمط السلوك (أ) انخفاض تقدير الذات، وعدم الرغبة في تقديم المساعدة للآخرين، والفشل في تفويض الآخرين للقيام بالأعمال والعلاقات الأسرية المختلة والتوتر الزواجي(عبدالخالق،٢٠١٠) كما أن ذوي النمط (أ) من السلوك يشعرون بعدم الأمان وانخفاض تقدير الذات مع محاولات تعويضية لاستبدال العاطفة والإعجاب بالحساسية المفرطة للنقد وعدم الاستجابة نسبياً للمديح والفشل في عملية التعويض للآخرين، وعدم القدرة على الشعور بالسعادة تجاه انجازات الآخرين أو تحمل الأخطاء البسيطة منهم (بكار وأبو العيلة،٢٠١٤). وجميع نتائج هذه الدراسات توضح بشكل غير مباشر ارتباط نمط السلوك (أ) بالطلاق العاطفي.

عرض نتيجة الفرض الثالث ومناقشتها

وينص على: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الأزواج والزوجات في كل من مقاييس الطلاق العاطفي والامتنان، ونمط السلوك (أ).

وللتحقق من صحة الفرض تم حساب قيم (ت) لدلالات الفروق في جميع متغيرات الدراسة والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول ٦ قيم (ت) لدلالات الفروق لدى عينة الدراسة

المتغيرات	المجموعات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	التعليق
الطلاق العاطفي	الأزواج	١٦,٢١	١,٧٧	٢,٥٩	٠,٠٥	دالة
	الزوجات	١٨,٤٣	٢,٢٥			
الامتنان	الأزواج	٢٣,٤١	٢,٩٣	٣,٤٣	,٠٥	دالة
	الزوجات	٢٥,٧٧	٣,١٥			
نمط السلوك (أ)	الأزواج	٢٦,٢١	٢,٨١	٣,٦١	,٠٥	دالة
	الزوجات	٢٨,٥٥	٣,٤٣			

يتضح من الجدول السابق أن الزوجات أعلى من الأزواج في جميع متغيرات الدراسة (الطلاق العاطفي، الامتنان، نمط السلوك (أ)، وتؤكد هذه النتيجة على اتفاقها مع فرض الدراسة. ويمكن توضيح نتيجة الدراسة الحالية كما يلي:

أولاً: الطلاق العاطفي

اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع ما توصلت له دراسة الفتلاوي(٢٠١٢) إلى وجود فروق في الطلاق العاطفي تباعاً للنوع لصالح الإناث، ودراسة مصطفى(٢٠١٦) حيث كانت الزوجات أعلى من الأزواج في الشعور بالطلاق العاطفي، ودراسة Rasheed, Amr, & Fahad, (2020) حيث توصلت إلى أن الطلاق العاطفي لدى الزوجات العاملات أعلى من الأزواج العاملين، و دراسة(2020), Rasheed & Fahad حيث عانت الموظفات من الشعور بالطلاق العاطفي وآثاره السلبية بشكل أعلى من الموظفين.

ثانياً: الامتنان

اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع ما توصلت له دراسة محمد (٢٠١٤) ودراسة حسن (٢٠١٤) ودراسة Przepiorka, & Sobol-Kwapinska(2021) إلى أن الإناث أعلى من الذكور في الامتنان، بينما اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع ما توصلت له دراسة محمد (٢٠١٧) ودراسة الربيع وعبابنة (٢٠١٨) في عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في الامتنان. وتلاحظ الباحثة أنه وجد اختلاف في نتائج الدراسات الخاصة بالفروق بين الأزواج والزوجات في الامتنان، وتتفق الباحثة في تفسير ارتفاع متوسط الدرجات لدى الإناث عن الذكور مع ما أوضحت له دراسة محمد (٢٠١٧) حيث أن الذكور يميلون إلى تجنب التعبير عن الامتنان نتيجة إدراكهم للامتنان على أنه ضعف أو يهدد ذكوريتهم ومركزهم الاجتماعي، فيخفون شعورهم بالامتنان بدلاً من التعبير عنه، بينما الإناث لديهن القدرة على التعبير على تقديرهن للآخرين وتعزيز احتمال تكرار الأفعال الحسنة من الآخرين تجاههن مستقبلاً.

وتوضح الباحثة أن الامتنان يعمل كدافع أخلاقي لاستمرار التوافق الزواجي، وويقوي الرابط الاجتماعية بين الزوجين ويميل الإناث للتعبير عن الامتنان وذلك لإشباع حاجة أكبر بالشعور بالاتصال والرعاية من الآخرين، والإحساس المرتفع بالحرية في التصرف، والمزاج الإيجابي، والتشجيع على المساندة الاجتماعية المتبادلة، وتطوير أنواع الصلات الاجتماعية الأمر الذي يؤدي إلى حياة سعيدة وذات معنى (محمد،٢٠١٧). كما أن الإناث يتمتعن بإقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين وتبادل المصالح والإحساس بقيمة الامتنان في الحياة، وأنه ييسر لهن بعض الأمور في الحياة؛ مما يجعلهن أكثر تعبيراً عنه من خلال كلمات الشكر والثناء للآخرين، وتقديم الهدايا المادية والمعنوية والدعم الأسري للآخرين.

ثالثاً: نمط السلوك(أ)

تتفق نتيجة الدراسة الحالية فيما يخص الفروق بين الأزواج والزوجات في نمط السلوك(أ) مع ما توصلت له دراسة شكري(١٩٩٨) أن السيدات العاملات ذوات النمط(أ) أكثر تقريراً بالضيق الزواجي المصادر النوعية لهذا الضيق أنهن أقل رضا عن مقدار العاطفة والفهم التي يوفرها الشريك الآخر كما أنهن يعانون تمزقاً شديداً من التفاعلات السارة مع أزواجهن وعدم رضائهن عن مقدار وكيفية قضاء وقت الفراغ بينهما، ويوجد نقصا في الفعالية العامة لدى الزوجين في حل الخلافات بينهما ووجود توتر زواجي يسود العلاقات الزوجية ويهددها.

توصيات الدراسة:

بناء على نتائج الدراسة توصي الباحثة بالآتي:

- توجيه الأسر من خلال الدورات وورش العمل في البحث عن مسببات الأزمات الأسرية، ومحاولة علاجها قبل أن تزيد وتسبب دمار للأسرة.
- التدخل المبكر من قبل الأخصائيين النفسيين والمرشدين التربويين في الجامعات لاكتشاف مدى التوافق النفسي لدى الطلاب ممن لديهم مشكلات أسرية، وطلاق عاطفي بين الوالدين.
- إنشاء مراكز متخصصة للمقبلين على الزواج لإرشادهم بفنيات الحياة الزوجية، واستراتيجيات مواجهة المشكلات الزواجية.
- تصميم برامج ارشادية وعلاجية للحد من الاثار السلبية للطلاق العاطفي بشكل عام على الأسرة، وبشكل خاص على الأبناء.

مقترحات بحثية

- فعالية برنامج إرشادي انتقائي لتنمية الامتنان لدى عينة من المتزوجين.
- فعالية برنامج علاجي سلوكي معرفي في خفض آثار الطلاق العاطفي لدى عينة من المزوجين.
- نمط السلوك (أ) وعلاقته بالرضا الزواجي لدى عينة من الأزواج والزوجات.
- أثر برنامج إرشادي جمعي في معالجة نمط السلوك (أ) لدى المتزوجين.

*شكر وتقدير: تم تمويل هذا المشروع من قبل عمادة البحث العلمي(DSR) جامعة الملك عبد العزيز، جده – السعودية تحت منحة رقم (G: 15-246-1442) وتتقدم الباحثة بالشكر لعمادة البحث العلمي على الدعم التقني و المادي للبحث.

قائمة المراجع:

الجوازنة، بهاء أمين(٢٠١٨). مستوى الطلاق العاطفي لدى الزوج وأثره على التوافق النفسي للأبناء في المرحلة الثانوية من ذوي الأسر المفككة بمحافظة الكرك. *مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر*، ١(١٧٨)، ٣٨٤-٤١٣.

الزاملي، على عبد جاسم ؛ والجمالي، فوزية عبد الباقي؛ وكاظم، على مهدي(٢٠٠٧). معدلات انتشار نمط السلوك(أ) وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة السلطان قابوس. *مجلة الدراسات التربوية والنفسية*، ١(١)، ٣٥-٦٨.

الزهراني، محمد عبد الله (٢٠٢١). الطلاق العاطفي وعلاقته بكل من الضغوط النفسية وفاعلية الذات لدى عينة من الأزواج بمحافظة جدة. *مجلة كلية الخدمة الاجتماعية*،(١٣)،٤٢٩-٤٧٣.

السميحيين، فادية عادل(٢٠١٩). الطلاق العاطفي وعلاقته بمستوى استخدام شبكات التواصل الاجتماعي لدى عينة من النساء المتزوجات. *مجلة العلوم التربوية الاردن*، ٤٦(٢)، ٥٣٥-٥٤٩.

السيف، محمد ابراهيم(٢٠١٥). التنشئة الأسرية الزواجية وعلاقتها بمشكلة الطلاق في الأسرة السعودية: دراسة ميدانية باستخدام منهج دراسة الحالة في علم الإجتماع. *المجلة الاجتماعية*، (٩)، ٢٥٩-٣٢٦.

العازمي، أحمد سعيدان(٢٠١٤). القلق الاجتماعي وعلاقته بكل من نمط السلوك(أ) والثقة بالنفس لدى طلبة الجامعة بدولة الكويت. *مجلة العلوم التربوية جامعة الكويت*،٢٢(٢)، ٢١١-٢٣٩.

العبيدي، عفراء(٢٠١٥). الطلاق العاطفي في ضوء بعض المتغيرات لدى الطلبة المتزوجين في جامعة بغداد. *مجلة الدراسات والبحوث الإجتماعية*، (١٣)، ٢٣-٤٠.

الفتلاوي، على شاكر (٢٠١٢). الطلاق العاطفي و علاقته بأساليب الحياة لدى المتزوجين الموظفين في دوائر الدولة. *مجلة القادسية للعلوم الانسانية*،١٥(١)،٢١١-٢٦٠.

الكرادشة، عايدة المنصور(٢٠٠٩). العوامل المؤثرة في الانفصال العاطفي بين الزوجين والاثار المترتبة علية من وجهة نظر عينة من الزوجات في الاردن. *رسالة دكتوراه*، كلية الدراسات العليا التربوية، جامعة عمان العربية.

النجداوي، آن موسى(٢٠١٨). الطلاق العاطفي في المجتمع الأردني. *مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية*، (٤٥)، ٤٣-٥٨.

الربيع، فيصل خليل؛ وعبابنة، كوكب يوسف(٢٠١٨). الامتنان وجودة الحياة لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات. *مجلة العلوم التربوية، الاردن*، (٤٥)، ٦٥٣-٦٧٢.

بدوي، أمينة عبدالله(٢٠٠٨). الدوافع الكامنة وراء الاستقرار الزواجي والطلاق في البيئة المصرية. *مجلة كلية التربية جامعة بنها*. ١٩(٧٨)، ٢٣٥-٢٩٦.

بكار، بكار سليمان؛ أبو العيلة، محمد طارق(٢٠١٤). أثر برنامج إرشادي جمعي قائم على العلاج السلوكي المعرفي في معالجة نمط السلوك (أ). *مجلة الدراسات التربوية والنفسية*،٨(٤)،٦٧١-٦٨٢.

حسن، هاني سعيد(٢٠١٤). الإسهام النسبي للتسامح والامتنان في التنبؤ بالسعادة لدى طلاب الجامعة: دراسة في علم النفس الإيجابي. *مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، ٢٤(٢)،١٤٣-١٨٤.

شكري، مايسة محمد (١٩٩٨). العلاقة بين نمط السلوك (أ) لدى عينة من السيدات وبعض متغيرات نوعية العمل والعلاقات الزواجية. *المؤتمر السنوي الخامس للإرشاد النفسي جامعة عين شمس*، (١)،١١٣-١٤٧.

صمادي، عبد المجيد؛ وغوانم، مأمون محمود(٢٠١٢). نمط السلوك(أ) لدى مرضى القلب. *مجلة دراسات نفسية وتربوية*،(٩)،٣٣-٥٦.

طه، منال عبد النعيم(٢٠١٨). دور التضحية في التنبؤ بنوعية العلاقة الزواجية والطلاق العاطفي.*المجلة المصرية لعلم النفس الاكلينيكي والارشادي*،٦(٤)، ٣١٥-٤٥٦.

عبد الخالق، أحمد محمد(٢٠١٠). العلاقة بين نمط السلوك(أ) وقلق الموت. *مجلة دراسات نفسية*، ١٠(٤)، ٤٩٧-٥٠٤.

قليوبي، خالد محمد؛ السيد، فاطمة خليفة(٢٠٢٠). *مناهج البحث في علم النفس*. جدة: مركز النشر العلمي- جامعة الملك عبدالعزيز.

كردي، سميرة عبد الله(٢٠١٠). إدارة الوقت وعلاقته بالاحتراق النفسي ونمط السلوك(أ) لدى عينة موظفات جامعة الطائف. *مجلة علم النفس*، ٢٣(٨٧)، ٥٦-٩٩.

محمد، هاني سعيد (٢٠١٤). الإسهام النسبي للتسامح والامتنان في التنبؤ بالسعادة لدى طلاب الجامعة: دراسة في علم النفس الإيجابي. *مجلة دراسات نفسية*، ٢٤(٢)،١٤٣-١٨٤.

محمد، هبه محمود(٢٠١٧). أنماط التعلق الوجداني كمنبئ بكل من الشعور بالوحدة النفسية والامتنان لدى المراهقين من الجنسين. *مجلة دراسات عربية*، ١٦(١)، ١٧٧-٢٢٨.

مصطفى، أمنية جودة(٢٠١٦). الضغوط الأسرية وعلاقتها بالطلاق العاطفي لدى المتزوجين. *مجلة كلية التربية جامعة بورسعيد*، (٢٠)، ٤٧٢-٤٩١.

مصطفى، منال محمود(٢٠١٨). التحيز المعرفي والامتنان كمنبأت بالصمود الأكاديمي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية. *مجلة كلية التربية جامعة الأزهر*، ١(١٨٠)، ٦٤٨-٧٠٨.

هادي، أنوار مجيد(٢٠١٢). أسباب الطلاق العاطفي لدى الأسر العراقية وفق بعض المتغيرات. *مجلة الأستاذ*،(٢٠١)، ٤٣٥-٤٦٢.

ثانيا:- المراجع الأجنبي

Abdel Khaleq, A.M.(2019). The relationship between behavior pattern (A) and death anxiety. (In Arabic) , *Journal of Psychological Studies*, 10(4), 497-504.

Ahmed, H. A. (2021). Professional Intervention Of Social Group Work Using Preventive Rehabilitative Approach And Mitigation Of Emotional Divorce Risks For The Newlywed Women. *Egyptian Journal of Social Work*, 11(1), 79-100.

Al-Azmi, A. S. (2014). Social anxiety and its relationship to behavior pattern (a) and self-confidence among university students in the State of Kuwait. (In Arabic), *Journal of Educational Sciences, Kuwait University*, 22(2), 211-239.

Al-Fatlawi, A. S.(2012). Emotional divorce and its relationship to the lifestyles of married employees in state departments. (In Arabic), *Al-Qadisiyah Journal for Human Sciences*, 15(1), 211-260.

Al-Jawazna, B. A. (2018). The level of emotional divorce in the husband and its impact on the psychological adjustment of children in the secondary stage of broken families in Karak Governorate. (In Arabic), *Journal of the College of Education*, Al-Azhar University, 1(178), 384-413.

Al-Najdawi., A. M.(2018). Emotional divorce in Jordanian society. (In Arabic) ,*Journal of Human and Social Sciences*, (45), 43-58.

Al-Obaidi, A. (2015). Emotional divorce in the light of some variables among married students at the University of Baghdad. (In Arabic), *Journal of Social Studies and Research*, (13), 23-40.

Al-Rabi`, F. K; Ababneh, K. Y. (2018). Gratitude and quality of life among Yarmouk University students in the light of some variables. (In Arabic), *Journal of Educational Sciences, Jordan*, (45), 653-672.

Al-Saif., M. I. (2015). Marital family upbringing and its relationship to the problem of divorce in the Saudi family: a field study using the case study method in sociology. (In Arabic), *The Social Journal*, (9), 259-326.

Al-Samihien, F. A (2019). Emotional divorce and its relationship to the level of social networking use among a sample of married women. (In Arabic), *Journal of Educational Sciences*, 46(2), 535-549.

Al-Zamili, A. A; Al Jamali, F. A; Kazem, Ali M. (2007). Prevalence rates of behavior pattern (a) and its relationship to some variables among students of Sultan Qaboos University. In Arabic, *Journal of Educational and Psychological Studies*, 1(1), 35-68.

Badawi, A. A. (2008). Motives behind marital stability and divorce in the Egyptian environment. In Arabic, *Journal of the Faculty of Education, Benha University*, 19(78), 296-235.

Cregg, D. R., & Cheavens, J. S. (2021). Gratitude Interventions: Effective Self-help? A Meta-analysis of the Impact on Symptoms of Depression and Anxiety. *Journal of Happiness Studies*, *22*(1), 413–445. https://doi.org/10.1007/s10902-020-00236-6

Dembroski, T.M., & Costa (1987). Coronary-prone behavior: Components of the type a pattern and hostility. *Journal of Personality*,(55),211-235.

Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2013). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(2), 377–389.

Emmons, R. A., & Shelton, C. M. (2015). Gratitude and the science of positive psychology. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), Handbook of positive psychology (pp. 459–471). New York, NY: Oxford University

Friedman, H.S. (2010). Personality, type a behavior, and coronary heart disease: The role of emotional expression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(4), 783-92.

Friedman, M. & Rosenman, R.H. (2016). Type A behavior pattern: Its association with coronary heart disease, *Annual of Clinical Research*,(l), 300-312.

Jarwan, A. & Alfrehat, B. (2020). Emotional Divorce and its Relationship with Psychological Hardiness. *International Journal of Education and Practice*, 8(1), 72-85.

Jovaneevic, A., & Milieevic, N. (2021). Gratitude and Loneliness as Predictors of Subjective Well-being, *Facta Universitatis*, 20(1), 1-11.

Kurdi., S .A (2010). Time management and its relationship to psychological burnout and behavior pattern (a) among a sample of female employees of Taif University. In Arabic , *Journal of Psychology*, 23(87), 56-99.

Laur, R. H., & Laur, J. C. (2007). *Marriage & family: Quest for intimacy*. McGraw Hill.

McGuire, A., Szabo, Y., Murphy, K., & Erickson, T. (2019). Direct and Indirect Effects of Trait and State Gratitude on Health-Related Quality of Life in a Prospective Design, *Psychological Reports*, 123(6), 2248-2262.

Mehrjoo, E.; Hashem, L. (2018). The risk of physical and psychological abuse with children in families involved in emotional divorce and formal divorce. *Indian Journal of Positive Psychology*, 9(3), 364–367.

Mishra, P., & Srivastava, A. K. (2018). The association of type a behavior pattern, stress and cardiac diseases: A review. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, *9*(2), 286–288.

Mohamed, H. S.(2014). The relative contribution of forgiveness and gratitude to predicting happiness among university students: a study in positive psychology. In Arabic, *Journal of Psychological Studies*, 24(2), 143-184.

Mohamed., H. M.(2017). Affective attachment patterns as predictors of loneliness and gratitude in adolescents of both sexes. (In Arabic), *Journal of Arab Studies*, 16(1), 177-228.

Mohan, J., & Singh, S. (2016). A Study of Type A Behavior in relation to Hostility, Stress and Optimism among Rural and Urban Male Coronary Heart Disease Patients. *Journal of Psychosocial Research*, *11*(2), 447–458.

Mustafa, U. J. (2016). Family pressures and their relationship to emotional divorce among married couples. In Arabic, *Journal of the Faculty of Education*, Port Said University, (20), 472-491.

Mustafa., M. M.(2018). Cognitive bias and gratitude as predictors of academic resilience in a sample of secondary school students.(In Arabic), *Journal of the Faculty of Education, Al-Azhar University*, 1 (180), 648-708.

Ogawa, S., Tayama, J., Saigo, T., Takeoka, A., Hayashida, M., Yamasaki, H & Shirabe, S. (2018). Type A Behavior Pattern and Obesity in Japanese Workers: A Cross-Sectional Study. *Acta Medica Nagasakiensia*, 61(3), 105-110.

Pascual, J., Ochoa, D., Gaddi, M., & Khu, K. (2021). Type A Behavior Patterns Among Neurosurgeons and Neurosurgical Trainees. *World Neurosurgery*. doi: .10.1016/j.wneu.2021.03.081

Przepiorka, A., & Sobol-Kwapinska, M. (2021). People with Positive Time Perspective are More Grateful and Happier: Gratitude Mediates the Relationship Between Time Perspective and Life Satisfaction. *Journal of Happiness Studies*, *22*(1), 113–126. https://doi.org/10.1007/s10902-020-00221-z

Relationship between Emotional Rasheed A., Amr A. & Fahad N. (2020): Investigating the Saudi Arabia, *Journal* Divorce, Marital Expectations, and Self-Efficacy among Wives in *of Divorce & Remarriage*, 62(1), 19-40.

Shabanlou, K. S., & Latifi, F. (2016). Factors affecting emotional divorce. *International Journal of Advanced Biotechnology and Research* ,7(2), 763–772.

Shukri, M. M. (1998). The relationship between behavior pattern (A) in a sample of women and some variables, the quality of work and marital relations.(In Arabic), *The Fifth Annual Conference for Psychological Counseling, Ain Shams University*, (1),113-147.

Smadi, A; Ghanim, M. M.(2012). Behavior pattern (a) in heart patients. In Arabic, *Journal of Psychological and Educational Studies*, (9), 33-56.

Soltanian, F. (2017). Evaluation of Psycho-Social Factors Influential on Emotional Divorce among Attendants to Social Emergency Services. *Middle East Journal of FamilyMedicine*,*15*(8),201–204. https://doi.org/10.5742/MEWFM.2017.93077

Witusik, A., Kuna, P., Pietras, T., & Mokros, L. (2018). Type A behavior pattern, risk propensity and empathy in young professionally active patients with bronchial asthma. *Advances In Dermatology And Allergology*, 35(6), 587-591.

Wood, A. M., Froh, J. J., & Geraghty, A. W. A. (2018). Gratitude and well-being: A review and theoretical integration. *Clinical Psychology Review*, 30, 890–905. https ://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.005.

Wood, A. M., Maltby, J., Stewart, N., Linley, P., & Joseph, S. (2019). A social-cognitive model of trait and state levels of gratitude. *Journal of Emotion*, 8(2), 281–290.