جامعة سوهاج

كلية التربية

المجلة التربوية

التنظيم الانفعالي وعلاقته بأنماط التعلق بالشريك لدى المتزوجين حديثا

إعداد

د/ مجدي نجم الدين بخاري

مشرف التدريب إدارة التدريب والابتعاث بجدة

لمملكة العربية السعودية

تاريخ الاستلام : ٩ أبريل ٢٠٢١م – تاريخ القبول : ٢٩ أبريل ٢٠٢١م

DOI: 10.12816/EDUSOHAG.2021.

ملخص البحث:

هدف البحث إلى التعرف على مستوى التنظيم الانفعالي لدى أفراد عينة البحث من المتزوجين حديثًا بمدينة جدة ، وأنماط التعلق بالشريك الشائعة لدى أفراد عينة البحث من المتزوجين حديثًا بمدينة جدة ، والكشف عن العلاقة بين درجات أفراد عينة البحث من المتزوجين حديثًا بمدينة جدة على مقياس التنظيم الانفعالي ودرجاتهم على مقياس أنماط التعلق بالشريك ، وتكونت العينة من (٢٢٨) زوجة وزوجة (١١٧ زوج +١١١ زوجة)، متوسط أعمارهم الزمنية (٣١,٩١) سنة بانحراف معياري (٥,٣١)، واستخدم البحث الأدوات التالية: مقياس التنظيم الانفعالي من إعداد جرينبرج (2017) Greenberg من ترجمة الباحث، ومقياس أنماط التعلق بالشريك وهو من إعداد الباحث، وأظهرت النتائج أن مستوى التنظيم الانفعالي بشكل عام جاء بمستوى متوسط، وأن نمط التعلق الآمن جاء في الترتيب الأول، يليه نمط التعلق غير الآمن لدى أفراد عينة البحث، ووجدت علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) بين التنظيم الانفعالي والتعلق الآمن، وعلاقة ارتباطية سلبية دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) التنظيم الانفعالي والتعلق غير الآمن.

كلمات مفتاحية: التنظيم الانفعالي–أنماط التعلق بالشريك–المتزوجون حديثًا

Relationship between Emotional Regulation and Attachment Styles for New Married Couples

Abstract:

The aim of the research is to identify the level of emotional organization among the members of the research sample of newlyweds in Jeddah, the patterns of partner attachment common to the members of the research sample of newlyweds in Jeddah, and to reveal the relationship between the degrees of the research sample of newlyweds in Jeddah on the scale of emotional organization and their degrees On the scale of attachment patterns to a partner, The sample of the study consisted of (228) New married Couples in Jeddah Governorate, (117 males and 111 females; Mage = 31. 91, SD = 5.31) years, they were randomized method. The study used The emotional regulation scale (Greenberg, et al., 2016), translated by the researcher, attachment styles scale (prepared by the researcher). The results indicated that: 1) The level of emotional regulation, attachment styles among New Married Couples in general was average. 2) There was a positive correlation statistically significant at the level (0,01) between the emotional regulation and the secure attachment, and negative statistically significant correlation with the insecure attachment, 3). The results were discussed according to the Literature and previous studies.

Keywords: Emotional Regulation-Attachment Styles-married Couples.

مقدمة:

الإنسانُ كائنٌ اجتماعيٌ يتفاعلُ مع الآخرين، ويتعرض في حياته لخبرات ومواقف وأحداث كثيرة تصاحبها انفعالات عديدة؛ فالانفعالاتُ مكونٌ رئيسٌ من مكونات شخصيته، وهي لا تسير بوتيرة ثابتة، بل تختلف من حيث الشدة والنوع، ويكون لها تأثيرها السلبي على شخصية الفرد وتوافقه. وقد تتعرض الأسرة لضغوط ومشكلات عديدة، وخاصة في بداية الزواج؛ حيث يكون الزوجان في مرحلة اختبار، واكتشاف كل منهما للآخر، ويترتب على ما يواجههما من مشكلات انفعالات عديدة قد تؤثر على استقرار حياتهما الأسرية.

ويعدُّ التنظيم الانفعالي Emotion regulation من المفاهيم الحديثة في المجال الانفعالي للشخصية في علم النفس، ، فكل فرد لديه من المهارات المعرفية والانفعالية والسلوكية التي تُنظِّم الخبرات والمواقف التي تساعده على التكيف مع محيطه ، ونماذج التنظيم الانفعالي تبحث في ميكانيزمات قائمة أساسًا على حلقات متداخلة من التغذية الراجعة، والمتمثلة في كيفية تغيير المفاهيم في السلوك أو الوظيفة المعرفية بغرض الوصول إلى مستوى أعلى من الرضا(المري، ٢٠١٧).

وأشار كول ومارتين ودينيس Cole, Martin, & Dennis (2004) إلى أن الفرد الذي يتمتع بالقدرة على التنظيم الانفعالي يمكنه التحكم في سلوكه، وسيكون أكثر مرونة في السياقات المختلفة وفي التعامل مع الأحداث الضاغطة، وأن ذلك يكون له تأثير إيجابي– أيضًا–على العمليات الأخرى مثل الانتباه وحل المشكلات والسلوك.

ويؤكد إيرلاند وكلوف وداي Ireland, Clough, & Day (2017) على أن عملية تنظيم الانفعال ذات أهمية كبرى في مواجهة الانفعالات المصاحبة للضغوط المختلفة؛ فلأفراد الذين يفشلون في تنظيم انفعالاتهم، أو يستخدمون استراتيجيات غير تكيفية، أو غير فعالة يكونون عرضة وبشكل أكبر للمعاناة من الاضطرابات الوجدانية Emotional Disorders.

ويعدُّ نموذج تنظيم الانفعال الذي قدمه جروس Gross (1998 a; 1998 b)، ونقَّحه جروس وطومسون Gross & Thomson (2007) من أكثر النماذج النظرية المفسرة للتنظيم الانفعالي استخدامًا على نطاق واسع حتى الآن. ويميز النموذج بين خمس عمليات لتنظيم الانفعال، وتتمثل في اختيار الموقف، وتغيير الموقف، وتوزيع الانتباه، والتغيير المعرفي، وتعديل الاستجابة.

ويرى جروس (Gross (1998 b أن تنظيم الانفعال يشير إلى تلك العمليات التي من خلالها يستطيع الفرد أن يؤثر على الانفعالات التي يشعر بها، وكيفية الشعور بها، والتعبير عنها. وقد طور جروس وجون (Gross & John (2003 استبيانًا لقياس استراتيجيات تنظيم الانفعال يتضمن استراتيجيتين، وهما: إعادة التقييم المعرفي Cognitive Reappraise، وقمع التعبير Expressive Suppression.

وذكر جراتز ورومير (Gratz & Roemer (2004 أن تنظيم الانفعال يعني الوعي والفهم للانفعالات وتقبلها، والقدرة على ضبط السلوكيات الاندفاعية والتصرف وفقًا للأهداف المرغوبة عند المرور بخبرة الانفعالات السلبية، والقدرة على الاستخدام المرن لاستراتيجيات تنظيم الانفعال الملائمة للموقف، من أجل تعديل الاستجابات الانفعالية لتحقيق الأهداف الفردية والمتطلبات الخاصة بالموقف.

وأشار بلحسيني وبوسعيد (٢٠١٧) إلى أن عملية تنظيم الانفعالات تتضمن استخدام استراتيجيات يعتبر بعضها تكيفي كإعادة التقييم، وبعضها الآخر أقل تكيفًا كاستراتيجية القمع، وتستخدم هذه الاستراتيجيات للتعامل مع الانفعالات الإيجابية والسلبية على حد سواء مع اختلاف دقيق يتعلق بتحقيق الأمان الاجتماعي في ظل الظروف الضاغطة وشدة الانفعالات التي تثيرها.

ومن خلال مراجعة نتائج الدراسات السابقة، توصلت نتائج دراسة أكباري وهوسيساني (Akbari, M., & Hossaini, S., M. 2018) إلى أن التنظيم الانفعالي يعدُّ وسيطًا في العلاقة بين الصحة الروحية وجودة الحياة، وبين الصحة الروحية والصحة النفسية، وأن هذه العلاقات تتأثر بالتنظيم الانفعالي؛ وكشفت نتائج دراسة بيترس وتكاشنكو وسيفرز (Petrs, Franke, Tkachenko, Schiffer, & Zimmermann, 2018) عن وجود ارتباط سالب بين الاستراتيجيات اللاتكيفية للتنظيم الانفعالي وجودة الحياة، وكشفت النتائج عن أن الذكور أكثر استخدامًا للاستراتيجيات اللاتكيفية من الإناث؛ كما أشارت نتائج دراسة الشيمي (٢٠١٩) الى وجود علاقة موجبة بين تنظيم الانفعال وجودة الحياة لدى طلاب الجامعة.

ويعدُّ التعلق الآمن حاجة أساسية لا يمكن إغفالها أو إهمال إشباعها؛ فالأفراد يولدون ولديهم حاجة للحب والأمان والانتماء، وتكوين علاقات اجتماعية متبادلة مع الآخرين. ورابطة التعلق بالوالدين لا تتوقف عند مرحلة الطفولة، وإنما تستمر طوال مراحل

حياة الفرد، وتظل تؤثر في السلوك بأشكال لا يمكن حصرها، وبذلك يشكل التعلق رابطة وجدانية قوية ثابتة لفترة طويلة نسبيًا، يكون فيها الآخر كفرد مهم وفريد في التعامل المتبادل، وهناك رغبة في الحفاظ على القرب منه (بني أرشيد وجرادات، ٢٠١٤م).

وتعدُّ نظرية بولبي Bowlby (١٩٦٩) عن التعلق الإنساني في الطفولة Attachment الأساس في توجيه انتباه الباحثين لأهمية هذه الخبرة، مشيرًا إلى أن هناك استعدادًا إنسانيًا لتكوين علاقة تعاطف ومودة مع الآخرين، وأن الوالدين وخاصة الأم، أو من يقوم مقامها في رعاية الطفل تساعد في تكوين ذلك؛ فالأطفال يولدون ولديهم حاجة للحب والأمن، وإقامة علاقات حميمية وآمنة مع أفراد يمدونهم بالمساندة والتقبل، فالتعلق يمثل التوازن بين رغبة الطفل في اللعب واكتشاف العالم المحيط والحاجة إلى الشعور بالأمان والاطمئنان، فهو لا يستطيع أن يفعل هذين الأمرين ما لم يكن متأكدًا من وجود قاعدة آمنة يرجع إليها عند شعوره بالخوف أو عندما يكون مهددًا أو محتاجًا إلى حماية، وبالتالي فإن مثل هذه العلاقة إذا اضطربت فإنها قد تؤدي إلى عجز الطفل عن تكوين علاقات وجدانية واجتماعية مع الآخرين في المستقبل (العمري، ٢٠١٤م؛ وأبو راسين، ٢٠١٥).

وهذا يعني أن نظرية التعلق تهتم بطبيعة روابط العلاقة بين الأم والطفل، وآثارها على نمو الإنسان عبر مراحل الحياة، وجودة العلاقة بين الطفل ومانح الرعاية تعطي نموذجًا للعلاقة بين الذات والآخرين، ويترتب عليها نمط العلاقات التالية مع الآخرين. ومن ثمَّ فإن طبيعة العلاقة بين الطفل والأسرة هي التي تحدد بناءه النفسي، وخصائص شخصيته، ونوعية علاقاته مع الآخرين، فإما أن ترسي دعائم السوية لديه، أو يؤدي اضطراب هذه العلاقة إلى اللاسواء والوقوع في الاضطرابات النفسية، وأن أنماط التعلق هي الطريقة التي يرتبط بها الفرد مع الآخرين في العلاقات الاجتماعية، وتكون امتدادًا لأنماط التعلق التي تكونت في الطفولة، والتي يستمر تأثيرها عبر مراحل النمو التالية (صابر، ٢٠١٤).

ويرى العلوان (٢٠١١) أن الأفراد ذوي التعلق الوجداني الآمن يسهُل عليهم الاقتراب من الآخرين، والثقة فيهم، والاعتماد عليهم، ويشعرون بالارتياح؛ لأن الآخرين يثقون بهم، ويتفاعلون مع الآخرين بمرونة، ويتقبلونهم ويتعاونون معهم. بالإضافة إلى ذلك، فإن لدى هؤلاء نظرة إيجابية نحو أنفسهم ونحو الآخرين، وهذا يمكنهم من تأسيس علاقات اجتماعية مع الآخرين بسهولة، ومن جانب آخر، يتميز هؤلاء الأفراد بمستوى مرتفع من مهارات الكفاية

الانفعالية، والتي تتضمن: الوعي بالحالة الانفعالية للآخرين، والتمييز بين انفعالات الآخرين بناء على المنبهات الموقفية والتعبيرية، والقدرة على الاندماج العاطفي مع الآخرين، وذلك بعكس الأفراد ذوي التعلق الوجداني غير الآمن.

وقد نال موضوع التعلق Attachment اهتمام العديد من الباحثين والدارسين في نمو الفرد وتنشئته الاجتماعية سواء أكان طفلاً أم مراهقًا أم راشدًا أم كاهلاً، حتى بات من أكثر الموضوعات النفسية والاجتماعية بحثًا ودراسة في السنوات الأخيرة؛ لما له من أهمية كبيرة في حياة الفرد الاجتماعية والانفعالية، والمتمثلة في تفاعلاته الاجتماعية وتوافقه الانفعالي. وينظر إلى أنماط تعلق الراشدين على أنها امتداد لتعلقهم الاجتماعي الذي تشكل في مرحلة الطفولة، وما شهدته من ظروف تنشئة اجتماعية متنوعة، أثَّرت على تشكيل اتجاهاتهم نحو ذواتهم والآخرين (بشارة والعطيات وقسايمة، ٢٠١٤).

وقد أجريت دراسات عديدة تناولت أنماط التعلق لدى الكبار وخاصة لدى طلاب الجامعة والراشدين، وأشارت النتائج إلى أهمية التعلق بالآخرين في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي؛ حيث أشارت نتائج دراسة أبو غزال (٢٠٠٩) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين أنماط تعلق الراشدين وتقدير الذات، وعلاقة ارتباطية سلبية بالوحدة النفسية؛ وأشارت نتائج دراسة عبد الغني (٢٠٠٩) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين أنماط التعلق والرضا عن الحياة لدى عينة من الزوجات في منتصف العمر؛ وأشارت نتائج دراسة وريكات (٢٠١٢) إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية بين أنماط تعلق الراشدين والقلق الاجتماعي لدى طلاب الدبلوم في جامعة البلقاء التطبيقية.

وذكر عمر(١٩٩٢) أن الزواج هو الذي يشبع حاجات الأفراد النفسية والاجتماعية والفسيولوجية التي يصعب تحقيقها بدونه (عبد الرحمن، ١٩٩٨). وهو ما تضمنه قول الله تعالى: {وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ} (سورة الروم:٢١)، وهذا يدل على أنّ الله سبحانه وتعالى جعل في الزواج سكنًا للنفوس، حيث إن من أهم مرتكزاته توافر التفاعل الثنائي الإيجابي بين الزوجين، والذي يقوم على صفات إنسانية راقية جدًا، مثل المودة، والرحمة، والمتضمنة للحب، والثقة، والعطف، والاحترام المتبادل. حيث إنّ الزواج المبني على تلك الصفات يؤدي إلى تحقيق التوازن الحيوي، الناتج عن الإشباع المشروع لجوانب الحياة الجنسية، والعاطفية،

والاقتصادية، والاجتماعية، والثقافية، والذي يقود في النهاية إلى الاستقرار النفسي، والاجتماعي لكلا الزوجين (آل سويلم، ٢٠١٩).

وفي ضوء ما سبق يمكن القول إن تنظيم الانفعالات عملية مهمة في حياتنا بشكل عام، ويتوقف عليه التوافق النفسي والاجتماعي، وكذلك تسهم أنماط التعلق، وخاصة نمط التعلق الآمن في جودة العلاقات الاجتماعية، وتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي، ويعتقد الباحث أن أهمية تنظيم الانفعالات تتجلى أيضًا في مساهمتها في مساعدة المتزوجين في حل المشكلات الزوجية وبالتالي يسهم في التعلق الآمن.

وهذا يعني أن التعلق الآمن والروابط الاجتماعية الإيجابية في التفاعلات الاجتماعية، وخاصة بين الزوجين تسهم بشكل كبير في تنظيم الانفعالات التي قد تحدث بين الزوجين، وخاصة المتزوجين حديثًا والناشئة عن ضغوطات ومشكلات الحياة؛ مما يترتب عليه تحقيق الرضا الزواجي. من هنا يسعى البحث إلى دراسة العلاقة بين التنظيم الانفعالي مع أنماط التعلق بالشريك لدى المتزوجين حديثًا.

مشكلة البحث:

لاحظ الباحث – من خلال عمله كمرشد أسري بجمعية المودة للتنمية الأسرية–العديد من الخلافات الزوجية التي تحدث بين الزوجين قد يكون بسبب النقص في استراتيجية التنظيم الانفعالي لدى الطرفين، والتي قد ينتج عنها الصراعات بين الزوجين، خصوصًا في السنوات الأولى لقلة تأهيل وضبط انفعالات الطرفين. ويعتقد الباحث أنه يمكن تفسير بعض السلوكيات السلبية كالعصبية والتهديد والإهانات وعدم الاحترام على أن منشأها نمط تعلق غير آمن، فالتعلق الآمن حاجة أساسية لا يمكن إغفالها أو إهمال إشباعها؛ فالناس ينشئون وتنشأ معهم حاجات الحب والأمان والانتماء، وتكوين العلاقات الاجتماعية المتبادلة مع الآخرين، وعدم وجود علاقة الاهتمام ورغبة القرب بين الزوجين دلالة ومؤشر لتعلق غير آمن بينهما.

وبالرجوع إلى الإحصائيّات، أشارت إحصائيات الزواج والطلاق المنشورة في الموقع الإلكتروني لوزارة العدل يمكن الإشارة إلى ارتفاع معدلات الطلاق، وبخاصة في بداية الزواج، وهذا يشير إلى وجود مشكلة حقيقية لا بد من البحث عن أسبابها حتى يمكننا تلافيها وعلاجها، والحفاظ على كيان الأسر من التصدع المبكر، وما يترتب على ذلك من مشكلات عديدة. ويعتقد الباحث أن الضغوط الزواجية التي تواجه الزوجين في بداية حياتهما لها دور

كبير في ذلك، وعدم فهم كل منهما للآخر، وهذا يثير انفعالات شديدة تؤثر على مستقبل هذا الزواج إذا لم يستطع الزوجان التحكم في انفعالاتهما وإدارتها بشكل يضمن التعبير عنها في صورة ترضي الطرفين، وتحقق المودة بينهما، وقد يكون ذلك له علاقة بنمط التعلق بينهما. وهذا يعني أن عدم التفهم من جانب كل طرف لحاجات الآخر قد يؤدي إلى سلسلة من الأفعال وردود الأفعال والانفعالات الشديدة من الطرفين تنتهي غالبًا بالمشاجرات والمشاحنات، وبالتالي يصبح الطلاق مبكرًا لإنهاء هذه العلاقة الزوجية.

ويعد فهم الانفعالات والسيطرة عليها أو ضبطها أبرز مؤشرين من مؤشرات التنظيم الانفعالي الذي يتضمن إمكانية السيطرة على التعبيرات الانفعالية وتوجيهها للحصول على سلوك منظم عند التعرض لمواقف انفعالية شديدة (Srouf, De Hart & cooper, 1996).

وعلى الرغم من أهمية الانفعالات لبقاء الإنسان، فإن الانفعالات الشديدة وعدم القدرة على تنظيم الانفعالات بطريقة فعالة يمكن أن يؤدي إلى عدم الاتزان الانفعالي.

ويشير جراتز ورومير (2004) Gratz & Roemer إلى أن التنظيم الانفعالي بناء متعدد الأبعاد يتميز بالقدرة على فهم وإداك الانفعالات ، والسيطرة على السلوك الاندفاعي عند مواجهة الانفعالات السلبية ، والقدرة على تقبل الانفعالات، واستخدام استراتيجيات مناسبة للموقف للسيطرة على تلك الانفعالات السلبية.

وذكر صالح (٢٠٠٧) أن التعبيرات الانفعالية مثل الغضب مقابل الحزن تؤثر على الأداء الزواجي؛ بالإضافة إلى بعض المتغيرات المعرفية في الزواج مثل كيفية فهم الأزواج؛ لأن التفاعلات الزواجية السلبية من شأنها أن تؤثر على مستقبل الزواج، وقد أشارت نتائج الدراسة التي أجراها على عينة من المتزوجين إلى ارتباط الرضا الزواجي بالتعبير على الانفعالات.

وأكدت ذلك نتائج دراسة كل من فيلوتي وبلازروتي وتاجليابو وإنجلش وزفاتاني وجروس (Velotti, Balzarotti, Tagliabue, English, Zavattini, & Gross, 2016) التي أظهرت علاقة ارتباطية سلبية بين قمع التعبير عن الانفعالات Emotional suppression وجودة الزواج لدى المتزوجين حديثًا ؛ وكذلك توصلت نتائج

دراسة إلياس وحبيب (Ilyas, & Habib, 2014) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الانفعالي والرضا الزواجي.

ومن جانب آخر توصلت نتائج دراسة مصطفى (٢٠١٣) إلى وجود علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين درجات نمطي التعلق الوجداني في الرشد (القلق والتجنبي) ودرجات جودة العلاقة الزواجية لدى المتزوجين ذكورًا وإناثًا. وهناك قدرة تنبؤية لنمط التعلق الوجداني القلق بجودة العلاقة الزواجية لدى الذكور والإناث.

ومما سبق يتضح وفرة الدراسات التي تناولت علاقة متغير تنظيم الانفعال بالعديد من المتغيرات النفسية المختلفة والتي أحدها أنماط التعلق.

ويعتقد الباحث في ضوء الدراسات والبحوث السابقة أن هناك علاقة للطريقة التي يرتبط بها الفرد مع الآخرين، والتي تتسم بالثقة والأمان (أنماط التعلق) في قدرته على مواجهة وتنظيم مشاعره وانفعالاته الناتجة عن الأحداث الضاغطة بشكل صحيح (تنظيم الانفعال)، كما أن هذه القدرة لدى الفرد تنعكس، وتؤثر بشكل واضح في حالته الانفعالية، وتجعله يسعى ليتعايش ويتكيف مع حاجات الشريك، ويشبع حاجته النفسية والاجتماعية، ويحرص على تغيير أساليب تعامله في سبيل سعادته، ويجتهد في ذلك ما أمكن فتتحول العلاقة لمودة ورحمة؛ أي أن الباحث يفترض أن تنظيم الانفعال له علاقة ارتباطية مع أنماط تعلق الفرد.

تساؤلات الدراسة:

١. ما مستوى التنظيم الانفعالي لدى أفراد عينة البحث من المتزوجين حديثًا بمدينة جدة؟
٢. ما أنماط التعلق بالشريك الشائعة لدى أفراد عينة البحث من المتزوجين حديثًا بمدينة جدة؟
٣. هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين درجات أفراد عينة البحث من المتزوجين حديثًا بمدينة جدة على مقياس التنظيم الانفعالي ودرجاتهم على مقياس أنماط التعلق بالشريك؟

منهج البحث:

المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، حيث يمكن من خلاله قياس مستوى متغيرات البحث لدى أفراد العينة، كذلك التعرف على العلاقة بين أنماط التعلق بالشريك والتنظيم الانفعالي، وقد ذكر العساف (٢٠١٠، ص. ٢٤٠) أن هذا المنهج/الأسلوب يعد من أساليب البحث التي يتم تطبيقها كثيرًا في البحوث السلوكية ذات العلاقة المباشرة بالسلوك البشرى.

مجتمع البحث:

يتكون مجتمع البحث من المتزوجين حديثًا (سواء أكانوا أزواجًا، أم زوجات) بمدينة جدة بالمملكة العربية السعودية، وقد وضع الباحث معيارًا للزواج الحديث، وهو فترة الزواج التي لا تزيد عن سنة كاملة.

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بطريقة قصدية متيسرة، وتنقسم عينة البحث إلى عينتين فرعيتين، وهما: عينة البحث الأولية، وعينة البحث النهائية، وفيما يلي وصف كل عينة من هاتين العينين:

١ -العينة الاستطلاعية:

تكونت عينة البحث الاستطلاعية من (٤٥) فرد من الأزواج والزوجات بمدينة جدة، متوسط أعمارهم الزمنية (٣١,١٦) سنة، وبانحراف معياري (٤,٦٦)، وقد تم إضافتها على العينة الأساسية، وتمثل الهدف منها في التحقق من مدى ملاءمة أدوات البحث للتطبيق على عينته، وذلك من خلال التحقق من صدق وثبات هذه الأدوات.

٢ -عينة البحث النهائية:

تم توزيع أدوات البحث عن طريق رابط إلكتروني على مجتمع البحث من المتزوجين بمدينة جدة، وتم الحصول على (٢٢٨) استجابة. وهذا يعني أن العينة النهائية تكونت من (٢٢٨) زوجًا وزوجة من المتزوجين حديثًا (١١٧من الأزواج+ ١١١من الزوجات) بمدينة جدة، متوسط أعمارهم الزمنية (٣١,٩١) سنة بانحراف معياري (٥,٣١)، وتوضح جداول (٣، ٤) توزيع أفراد العينة وفقًا للنوع، ومدة الزواج.

جدول (٣) توزيع أفراد عينة البحث من المتزوجين حديثًا حسب النوع

الجنس	العدد	النسبة %
الأزواج	١١٧	%٥١,٣
الزوجات	١١١	%٤٨,٧
المجموع	٢٢٨	%١٠٠

جدول (٤) توزيع أفراد عينة البحث من أفراد عينة البحث من المتزوجين حديثًا حسب مدة الزواج

مدة الزواج	العدد	النسبة %
أقل من ثلاثة أشهر	٦٠	%٢٦,٣٢
من (٣–٦) أشهر	٥٧	%٢٥,٠٠
أكثر من ستة أشهر	١١١	%٤٨,٦٨
المجموع	٢٢٨	%١٠٠

أدوات البحث:

تم الاعتماد في البحث الحالي على الأدوات التالية:

أ -**مقياس التنظيم الانفعالي من إعداد (2016)** .Greenberg, et al وترجمة (الباحث):

١ -**النسخة الأصلية للمقياس في البيئة الأجنبية:**

قام جرينبرج وآخرون (2016) .**Greenberg, et al** بإعداد مقياس جديد لقياس التنظيم الانفعالي في ضوء نظرية العقل أطلقوا عليه المقياس الوجداني العقلي **Mentalized Affectivity Scale (MAS)**، ويتكون المقياس من (٦٠) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد، وفيما يلي التعريف الإجرائي لها:

-التحديد **Identifying** (٢٤) عبارة: يعني تحديد الانفعالات ووصفها ويشمل ذلك التعقيدات الأعمق التي تنطوي على الشعور بالانفعالات في سياق التاريخ الشخصي للشخص واستكشاف معنى الانفعالات (على سبيل المثال لماذا أشعر بهذه الطريقة؟)

-المعالجة **Processing** (٢٣) عبارة: معالجة الانفعالات تنطوي على تعديل وتنظيم الانفعالات، وهذا يشمل تغيير الانفعال بطريقة ما، مثل المدة أو الشدة.

–التعبير Expressing (١٣) عبارة: ينطوي التعبير عن الانفعالات على كيفية توصيل أفكار الفرد وانفعالاته من الداخل إلى الخارج.

ويتم تصحيح العبارات في ضوء مقياس متدرج خماسي (أوافق تمامًا، أوافق، محايد، لا أوافق، لا أوافق مطلقًا). ويتم تقدير الدرجات بـ (٥ ، ٤، ٣، ٢ ، ١) وذلك للعبارات الموجبة، وعكس هذا الاتجاه للعبارات السابقة؛ حيث يشتمل المقياس على عدد (١٤) عبارة سالبة، ويتراوح مدى الدرجات على المقياس ما بين (٦٠–٣٠٠)، وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع مستوى التنظيم الانفعالي.

ومن أجل التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس قام جرينبرج وآخرون Greenberg, et al. (2016) بتطبيقه من خلال رابط إلكتروني على عينة كبيرة عددها (٢٨٤٠) فردًا، منهم نسبة (٤٢%) من الذكور، وتراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (١٨–٦٥) سنة، بمتوسط (٣١,٥٨) سنة وانحراف معياري (١١,٩٠)، وأشارت نتائج التحليل العاملي الاستكشافي إلى أن عبارات المقياس تشبعت على ثلاثة عوامل، وأن تشبعات العبارات على العوامل تراوحت ما بين (٠,٤١ ، ٠,٧٨)، كما كانت هناك ارتباطات بينية بين أبعاد المقياس، وأظهرت النتائج أيضًا وجود صدق بنائي للمقياس من خلال علاقاته الارتباطية مع العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والسعادة والرضا عن الحياة.

٢ –إعداد المقياس في البيئة السعودية:

قام الباحث الحالي لإعداد المقياس في البيئة السعودية بما يلي:

–مراسلة جرينبرج Greenberg برسالة بريدية عبر البريد الإلكتروني (الإيميل) للحصول على موافقته على ترجمة المقياس وتعريبه واستخدامه في البحث الحالي.

–ترجمة عبارات المقياس من اللغة الإنجليزية إلى اللغة العربية.

–عرض النسختين العربية والإنجليزية على عدد (٢) متخصصين في اللغة الإنجليزية لمراجعة الترجمة، والتحقق من مطابقة المعنى في اللغتين العربية والإنجليزية.

–التدقيق اللغوي من قبل متخصص في اللغة العربية.

–تحكيم المقياس، وتم ذلك من خلال عرض المقياس المترجم على عدد (١٠) من المحكمين المتخصصين في الصحة النفسية وعلم النفس التربوي، وقد طُلِبَ منهم تحكيم المقياس في ضوء ما يلي:

–مدى ملاءمة العبارات للمقياس حسب التعريف الإجرائي للبعد المنتمية إليه.
–مدى ملاءمة العبارات للتطبيق في البيئة السعودية.
–مدى ملاءمة العبارات للتطبيق على المتزوجين حديثاً.
–اقتراح صياغة أفضل لبعض عبارات هذا المقياس.

٣ –صدق وثبات المقياس في البيئة السعودية:

(أ) صدق المقياس:

اعتمد الباحث للتحقق من صدق المقياس على الطرق التالية:

(١) الصدق الظاهري للمقياس (صدق المحكمين).

يشير الصدق الظاهري إلى الحكم على عبارات المقياس ظاهرياً من حيث وضوح ألفاظها ومدلولها في ضوء البعد المنتمية إليه، وقد قام الباحث بعد ترجمة المقياس وتدقيقه لغويًا بعرض عبارات المقياس على عدد من الخبراء المحكمين، وقد جاءت نتيجة التحكيم بأن المقياس جديد، ويقيس التنظيم الانفعالي في ضوء الأبعاد الثلاثة، مع إجراء تعديل في صياغة بعض العبارات، وقد التزم الباحث بآراء المحكمين، وأصبحت هذه النسخة جاهزة للتطبيق على العينة الأولية.

وقد قام الباحث بتطبيق هذه النسخة المعدلة بعد التحكيم على عينة البحث الاستطلاعية والتي بلغ عددها (٤٥) فردًا من المتزوجين حديثًا بمدينة جدة، وذلك من أجل التحقق من الخصائص السيكومترية لها من صدق وثبات في البيئة السعودية.

وفيما يلي يعرض الباحث للطرق التي استخدمها في حساب صدق المقياس إحصائيًا على عينة البحث الاستطلاعية.

(٢) صدق الاتساق الداخلي:

تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة، والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه.

جدول (٥)
معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة، والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه

التحديد		المعالجة		التعبير	
المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط
١	٠.٦٧**	٢٥	٠.٣٩**	٤٨	٠.٤٨**
٢	٠.٧٦**	٢٦	٠.٦٩**	٤٩	٠.٥٧**
٣	٠.٨٢**	٢٧	٠.٧٧**	٥٠	٠.٦٠**
٤	٠.٧١**	٢٨	٠.٤٨**	٥١	٠.٦٤**
٥	٠.٧١**	٢٩	٠.٦٧**	٥٢	٠.٥١**
٦	٠.٧٧**	٣٠	٠.٦٨**	٥٣	٠.٥١**
٧	٠.٦٢**	٣١	٠.٦١**	٥٤	٠.٤٢**
٨	٠.٧١**	٣٢	٠.٧٨**	٥٥	٠.٦٢**
٩	٠.٦٥**	٣٣	٠.٧٢**	٥٦	٠.٥٧**
١٠	٠.٧٤**	٣٤	٠.٧٩**	٥٧	٠.٤٠**
١١	٠.٦٤**	٣٥	٠.٦٤**	٥٨	٠.٤١**
١٢	٠.٦٩**	٣٦	٠.٧٣**	٥٩	٠.٥٨**
١٣	٠.٧٥**	٣٧	٠.٥٧**	٦٠	٠.٤٣**
١٤	٠.٧٦**	٣٨	٠.٦١**		
١٥	٠.٧٠**	٣٩	٠.٤٧**		
١٦	٠.٧٨**	٤٠	٠.٥٢**		
١٧	٠.٧٩**	٤١	٠.٤١**		
١٨	٠.٧١**	٤٢	٠.٤٣**		
١٩	٠.٥٦**	٤٣	٠.٤١**		
٢٠	٠.٣٩**	٤٤	٠.٤١**		
٢١	٠.٧٢**	٤٥	٠.٤٦**		
٢٢	٠.٧١**	٤٦	٠.٥١**		
٢٣	٠.٧١**	٤٧	٠.٤١**		
٢٤	٠.٧٢**				

** دالة عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من جدول (٥) أن معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الأول (التحديد) تراوحت ما بين (٠,٣٩، ٠,٨٢)، وللبعد الثاني (المعالجة) تراوحت ما بين (٠,٣٩، ٠,٧٩)، وللبعد الثالث (التعبير) تراوحت ما بين (٠,٤١، ٠,٦٤)، وجميعها دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١).

كما تم حساب معاملات الارتباطات بين الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية لمقياس التنظيم الانفعالي، ويوضح جدول (٦) نتائج ذلك.

جدول (٦)
معاملات الارتباطات بين الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية لمقياس التنظيم الانفعالي

المتغير	التحديد	المعالجة	التعبير
الدرجة الكلية	**٠.٨٩	**٠.٧٠	**٠.٤٥

** دالة عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من جدول (٦) أن هناك ارتباطات بين الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية للمقياس؛ حيث ارتبطت الأبعاد بالدرجة الكلية، جاءت قيم معاملات الارتباط كالتالي (٠,٨٩، ٠,٧٠، ٠,٤٥) عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وتؤكد هذه النتائج على تمتع المقياس بدرجة مناسبة من الاتساق الداخلي.

(٢) **الصدق التمييزي:**

تستخدم هذه الطريقة في تعيين معامل صدق الاختبار، وتقوم في الأساس على مفهوم قدرة المقياس على التمييز بين طرفي القدرة التي يقيسها. ويمكن أن تتم هذه المقارنة عن طريق مقارنة الأطراف في المقياس والمحك الخارجي؛ فإذا كان الأقوياء في المحك أقوياء في المقياس والضعاف في المحك ضعاف في المقياس، فإن ذلك يدل على أن المقياس صادق، وكذلك يمكن أن تتم هذه المقارنة عن طريق المقارنة بين الأطراف في المقياس فقط؛ حيث يمكن مقارنة درجات الثلث الأعلى بدرجات الثلث الأدنى في المقياس، وتتم هذه المقارنة عن طريق حساب الدلالة الإحصائية للفرق بين المتوسطين. فإذا كانت هناك دلالة إحصائية واضحة للفرق بين متوسط الثلث الأعلى ومتوسط الثلث الأدنى يمكن القول بأن المقياس صادق (السيد، ٢٠٠٨م، ص. ٤٥٧)، ونظرًا لعدم وجود محك خارجي فقد اعتمد الباحث على الطريقة الثانية في المقارنة بين الأطراف، واتبع الخطوات التالية:

- إيجاد الدرجة الكلية لكل فرد، وترتيب الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة بعد التصحيح تنازليًا.
- اختيار المجموعتين المتطرفتين في الدرجة الكلية، ويتم ذلك من خلال حساب الإرباعي الأعلى لنسبة ٢٧% من الأفراد الحاصلين على أعلى الدرجات، وأطلق عليها المجموعة العليا Upper Group، وحساب الإرباعي الأدنى لنسبة ٢٧% من الأفراد الحاصلين على أدنى الدرجات وسميت بالمجموعة الدنيا.Lower Group ونظرًا لصغر حجم الأفراد في كل مجموعة، فقد تم الاعتماد على الإحصاء اللابارامتري، واستخدام اختبار مان وتني

لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا في مجموع درجات فقرات المقياس. وجاءت النتائج كما في جدول (٧).

جدول (٧)

دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطات رتب درجات الأفراد الواقعين ضمن المجموعة العليا والمجموعة الدنيا على مقياس التنظيم الانفعالي

المتغيرات	المجموعة	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z المحسوبة
التحديد	المجموعة العليا (ن=١٢)	١٧.٥٠	٢١٠.٠٠	**٤.٠٧
	المجموعة الدنيا (ن=١١)	٦.٠٠	٦٦.٠٠	
المعالجة	المجموعة العليا (ن=١٢)	١٨.٥٠	٢٢٢.٠٠	**٤.١٦
	المجموعة الدنيا (ن=١٢)	٦.٥٠	٧٨.٠٠	
التعبير	المجموعة العليا (ن=١٢)	١٩.٥٠	٢٣٤.٠٠	**٤.٢٥
	المجموعة الدنيا (ن=١٣)	٧.٠٠	٩١.٠٠	
الدرجة الكلية	المجموعة العليا (ن=١١)	١٧.٠٠	١٨٧.٠٠	**٣.٩٨
	المجموعة الدنيا (ن=١١)	٦.٠٠	٦٦.٠٠	

** دالة عند (١.٠٠)

يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة العليا والدنيا على مقياس التنظيم الانفعالي، وهذه الفروق في اتجاه المجموعة ذي المتوسط الأعلى، وهذا يعني أن المقياس له قوة تمييزية بين المجموعتين، مما يشير إلى أن المقياس صادق بصورة مقبولة.

ب -ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات المقياس تم استخدام الطرق التالية:

(١) طريقة ألفا كرونباخ:

تم حساب معامل ثبات ألفا كرونباخ سواء للأبعاد الفرعية، أو للدرجة الكلية على مقياس التنظيم الانفعالي، ويوضح جدول (٨) نتائج ذلك.

جدول (٨)

معاملات ثبات مقياس التنظيم الانفعالي بطريقة ألفا كرونباخ

م	الأبعاد	معامل ألفا كرونباخ
١	التحديد	٠.٩٤
٢	المعالجة	٠.٧٨
٣	التعبير	٠.٦١
الدرجة الكلية للتنظيم الانفعالي		٠.٨٩

تشير النتائج الواردة في جدول (٨) إلى أن معاملات ثبات ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس التنظيم الانفعالي ودرجته الكلية جاءت قيم مرتفعة، وتراوحت ما بين (٠,٦١، ٠,٩٤)؛ مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة جيدة من الثبات.

(٢) طريقة التجزئة النصفية:

تم حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية، وذلك بتقسيم المقياس إلى نصفين: الأول يتكون من العبارات الفردية، والثاني يتكون من العبارات الزوجية، ثم حساب معاملات الارتباط بطريقة "بيرسون"، ومعالجة النتائج باستخدام معادلة "سبيرمان–براون"، ومعادلة "جتمان"، ويوضح جدول (٩) نتائج ذلك.

جدول (٩)

معاملات ثبات مقياس التنظيم الانفعالي بطريقة التجزئة النصفية

م	الأبعاد	التجزئة النصفية	
		طريقة جتمان	طريقة سبيرمان-براون
١	التحديد	٠.٩٣	٠.٩٣
٢	المعالجة	٠.٥٩	٠.٧٢
٣	التعبير	٠.٥٤	٠.٥٥
الدرجة الكلية للتنظيم الانفعالي		٠.٥٧	٠.٦٥

تشير النتائج الواردة في جدول (٩) إلى أن معاملات الثبات الخاصة بمقياس التنظيم الانفعالي سواء على الدرجة الكلية، أو الأبعاد الفرعية بطريقة سبيرمان–براون، متقاربة مع

مثيلتها بطريقة جتمان، وكلها قيم مقبولة ومرتفعة، مما يشير إلى ثبات المقياس هذا المقياس، ومما سبق، يمكن القول إن مقياس التنظيم الانفعالي الذي تمت ترجمته وتعريبه من قبل الباحث يتمتع بخصائص سيكومترية جيدة من حيث الاتساق الداخلي، والصدق، والثبات، وذلك على عينة البحث الحالي من المتزوجين حديثًا، مما يعطي الثقة لاستخدامه وتطبيقه على العينة الأساسية للبحث.

٢ -**مقياس أنماط التعلق بالشريك من إعداد الباحث**.

أ -**خطوات بناء المقياس:**

قام الباحث ببناء وإعداد مقياس أنماط التعلق بالشريك؛ نظرًا لعدم وجود مقياس–في حدود علم الباحث–يناسب العينة المستهدفة بالبحث، ويقيس التعلق الزواجي لدى المتزوجين حديثًا، وقد مرت عملية إعداد المقياس وفق الخطوات التالية:

(١)–تحديد هدف المقياس:

يهدف المقياس في هذا البحث إلى قياس أنماط التعلق بالشريك لدى المتزوجين حديثًا.

(٢)–تحديد الإطار النظري ومفهوم التعلق بالشريك وأنماطه:

قبل الشروع في إعداد المقياس، لابد من الاستقرار على المفهوم المراد قياسه، وتحديده بدقة ووضوح وقد اعتمد الباحث في صياغة وتحديد مفهوم التعلق بالشريك، وكذلك الاستقرار على أبعاد المقياس وصياغة عباراته على ما يلي:

(أ) الأدبيات النظرية ذات العلاقة بمفهوم التعلق من دراسات وبحوث، ومقالات وكتابات نظرية، بالإضافة للإطار النظري للبحث الحالي؛ مما كان له الأثر في تزويد الباحث بالأهمية النسبية للعناصر والمفاهيم المكونة للخاصية المراد قياسها في بنود المقياس.

(ب) حصر المقاييس المتاحة التي استهدفت قياس أنماط التعلق:

قام الباحث من خلال الاطلاع على البحوث والدراسات بحصر المقاييس التي تناولت أنماط التعلق، ومن أهم المقاييس التي اطلع عليها ما يلي:

–مقياس أنماط التعلق إعداد الشهوان (٢٠٠٢).

–مقياس تعلق الراشدين من إعداد العشي (٢٠٠٢) والذي تكون من ١٤ عبارة، والمترجم من دراسة هازن وشيفر (١٩٨٧).

–مقياس اليرموك لأنماط تعلق الراشدين من إعداد أبو غزال وجرادات (٢٠٠٩).

-مقياس خبرات التعلق في العلاقات الحميمية The Experiences in Close Relationships من إعداد فرالي وآخرين (2011) .Fraley, et al.

- مقياس أنماط التعلق في الرشد إعداد كولينز وريد (Collines& Read, 1990) والذي ترجمته (مصطفى، ٢٠١٣م)، وتكون من ١٨ عبارة.

- مقياس أنماط التعلق من إعداد صابر (٢٠١٤)

- مقياس التعلق الوجداني من إعداد أبو راسين (٢٠١٥).

- مقياس تعلق الراشدين من إعداد عبد الغني (٢٠١٦).

- مقياس أنماط التعلق من إعداد محمود (٢٠١٧).

- مقياس أنماط تعلق الراشدين من إعداد مباركي وسلامي وبوفاتح (٢٠١٧).

ويقصد التعلق الزواجي في البحث الحالي: ارتباط وجداني ينشأ بين الزوجين، وهذا التعلق يكون مدعومًا بالتواجد في إطار مكاني واحد، والاستمرارية عبر الزمن. وقد حدد الباحث نمطين للتعلق بالشريك، وهما:

(أ) التعلق الآمِن: النمط الذي يظهر به الفرد ارتياحه في وجود رمز التعلق (الزوج/الزوجة)، والثقة به، والاطمئنان في القرب منه.

(ب) التعلق غير الآمن: يشير إلى عدم شعور الفرد بالأمن، وافتقاره للثقة، مع الشعور بالخوف والقلق في وجود رمز التعلق.

(٣)-تحديد طبيعة وخصائص الأفراد:

أُعدّ هذا المقياس للمتزوجين حديثًا من الأزواج والزوجات بمدينة جدة، والذين مضى على زواجهم سنة واحدة، وقد اقتصر الباحث على هذه الفترة الزمنية كمدة للزواج، وذلك لما لاحظه من خلال الإحصاءات عن ازدياد نسب الطلاق الحديث والذي يحدث خلال السنة الأولى من الزواج.

(٤)-صياغة عبارات في صورته الأولية:

تمت صياغة وإعداد عبارات المقياس في صورته الأولية في (٣٠) ثلاثين عبارةً موزعة على نمطي التعلق: الآمن (١٥) عبارة، وغير الآمن (١٥) عبارة.

(٥)–تحديد شكل الاستجابة:

تم تحديد شكل الاستجابة على المقياس بطريقة الاختيار بين البدائل بحسب طريقة مقياس ليكرت الخماسي (أوافق تمامًا، أوافق، أحيانًا، لا أوافق، لا أوافق أبدًا).

(٦)–عرض المقياس على المحكمين:

تم عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من المحكّمين من ذوي الاختصاص في علم النفس والصحة النفسية، والإرشاد النفسي، والقياس والتقويم؛ وذلك للحكم على مدى مناسبة عبارات المقياس من حيث وضوح صياغتها، ومدى انتمائها لأبعاد المقياس.

(٧)–الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بتطبيق الصورة الأولية من المقياس على عينة استطلاعية عشوائية بلغت (٤٥) زوجًا وزوجة بمدينة جدة، واستخدمت البيانات الناتجة عن هذه الدراسة في التحقق من صدق وثبات المقياس.

ب –التحقق من صدق وثبات المقياس:

(١) صدق المقياس:

(أ) الصدق الظاهري (صدق المحكمين):

تم عرض الصورة الأولية من المقياس على مجموعة من المحكّمين من ذوي الاختصاص في علم النفس والصحة النفسية، والإرشاد النفسي، والقياس والتقويم؛ وذلك للحكم على مدى مناسبة عبارات المقياس من حيث وضوح صياغتها، ومدى انتمائها لأبعاد المقياس، وبعد تحليل آراء المحكمين تم اعتماد نسبة اتفاق (٩٠٪) فما فوق كمعيار لإبقاء العبارة، وقد اتفق المحكمون على الإبقاء على جميع العبارات، لكن مع تعديل وإعادة صياغة بعض العبارات والتدقيق اللغوي لها.

(ب) صدق الاتساق الداخلي:

تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة، والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، ويوضح جدول (١٠) نتائج ذلك.

جدول (١٠)

معاملات الارتباط بين درجات كل مفردة والدرجة الكلية على مقياس أنماط التعلق بالشريك

نمط التعلق الآمِن		نمط التعلق غير الآمِن	
م	ر	م	ر
١	٠.٧٧**	١٦	٠.٧٩**
٢	٠.٨١**	١٧	٠.٨١**
٣	٠.٧٤**	١٨	٠.٧٨**
٤	٠.٧٨**	١٩	٠.٦٨**
٥	٠.٧٣**	٢٠	٠.٦٧**
٦	٠.٧٨**	٢١	٠.٥٦**
٧	٠.٩٣**	٢٢	٠.٤٣**
٨	٠.٨٧**	٢٣	٠.٦٦**
٩	٠.٧٩**	٢٤	٠.٦٦**
١٠	٠.٨٤**	٢٥	٠.٦٨**
١١	٠.٨٣**	٢٦	٠.٧٩**
١٢	٠.٦٣**	٢٧	٠.٨٣**
١٣	٠.٩٠**	٢٨	٠.٧٦**
١٤	٠.٨٧**	٢٩	٠.٧٩**
١٥	٠.٨٨**	٣٠	٠.٧٦**

** دالة عند مستوى (١.,.)

يتضح من جدول (١٠) أن معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الأول (التعلق الأمن) تراوحت ما بين (٠,٦٣، ٠,٩٣)، وهي دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١)، وأن معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الثاني (التعلق غير الآمن) تراوحت ما بين (٠,٤٣، ٠,٨٣)، وهي دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١).

كما تم حساب الارتباط البيني بين بعدي المقياس، ويوضح جدول (١١) نتائج ذلك.

جدول (١١)

معامل الارتباط البيني بين بعدي المقياس

الأبعـاد	التعلق غير الآمن
التعلق الآمن	-٠,٦٦**

** دالة عند مستوى (٠,٠١)

تشير النتائج الواردة في جدول (١١) إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية بين بعدي المقياس (ر=-٠,٦٦)، وهو دال إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يعني ارتفاع الاتساق الداخلي بين بعدي المقياس.

٢– الصدق التمييزي:

تم استخدام اختبار مان وتني لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا في مجموع درجات عبارات مقياس أنماط التعلق بالشريك. وجاءت النتائج كما في جدول (١٢).

جدول (١٢)

دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطات رتب درجات الأفراد الواقعين ضمن المجموعة العليا والمجموعة الدنيا على مقياس أنماط التعلق بالشريك.

المتغيرات	المجموعة	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z المحسوبة
التعلق الآمن	المجموعة العليا (ن=١٢)	١٨.٥٠	٢٢٢.٠٠	٤.١٧
	المجموعة الدنيا (ن=١٢)	٦.٥٠	٧٨.٠٠	
التعلق غير الآمن	المجموعة العليا (ن=١١)	١٧.٠٠	١٨٧.٠٠	٣.٩٨
	المجموعة الدنيا (ن=١١)	٦.٠٠	٦٦.٠٠	

**** دالة عند (١.٠٠)**

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة العليا ومتوسطات درجات أفراد المجموعة الدنيا على مقياس أنماط التعلق بالشريك، وهذه الفروق في اتجاه المجموعة ذي المتوسط الأعلى، وهذا يعني أن المقياس له قوة تمييزية بين المجموعتين، مما يشير إلى أن المقياس صادق بصورة مقبولة.

(٢)–ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات المقياس تم استخدام الطرق التالية:

(١) طريقة ألفا كرونباخ:

تم حساب معامل ثبات ألفا كرونباخ لبعدي مقياس أنماط التعلق بالشريك، ويوضح جدول (١٣) نتائج ذلك.

جدول (١٣)

معاملات ثبات بعدي مقياس أنماط التعلق بالشريك بطريقة ألفا كرونباخ

م	الأبعاد	معامل ألفا كرونباخ
١	التعلق الآمن	٠,٩٦
٢	التعلق غير الآمن	٠,٩٣

تشير النتائج الواردة في جدول (١٣) إلى أن معاملات ألفا كرونباخ لبعدي مقياس أنماط التعلق بالشريك جاءت قيم مرتفعة؛ مما يدل على تمتع المقياس بدرجة جيدة من الثبات.

(٢) طريقة التجزئة النصفية:

تم حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية، وذلك بتقسيم المقياس إلى نصفين: الأول يتكون من العبارات الفردية، والثاني يتكون من العبارات الزوجية، ثم حساب معاملات الارتباط بطريقة "بيرسون"، ومعالجة النتائج باستخدام معادلة "سبيرمان–براون"، ومعادلة "جتمان"، ويوضح جدول (١٤) نتائج ذلك.

جدول (١٤)

معاملات ثبات بعدي مقياس أنماط التعلق بالشريك بطريقة التجزئة النصفية

م	الأبعاد	التجزئة النصفية	
		طريقة جتمان	طريقة سبيرمان-براون
١	التعلق الآمن	٠,٩٢	٠,٩٢
٢	التعلق غير الآمن	٠,٩٠	٠,٩٠

تشير النتائج الواردة في جدول (١٤) إلى أن معاملات الثبات الخاصة بكل بعدي مقياس أنماط التعلق بالشريك بطريقة سبيرمان–براون، متقاربة مع مثيلتها بطريقة جتمان، وكلها قيم مناسبة، مما يدل على ثبات المقياس، وبشكل عام، تشير النتائج السابقة إلى أن مقياس أنماط التعلق بالشريك يتمتع بخصائص سيكومترية جيدة من حيث الاتساق الداخلي، والصدق، والثبات على عينة البحث الحالي.

ج–الصورة النهائية للمقياس:

تكونت الصورة النهائية للمقياس من (٣٠) عبارة موزعة على أبعاد المقياس، وتتم الإجابة عن كل عبارة من عبارات المقياس تبعًا للاستجابات التالية: (أوافق تمامًا، أوافق، أحيانًا، لا أوافق، لا أوافق أبدًا)، وتتدرج الاستجابات على عبارات المقياس على النحو التالي: (٥، ٤، ٣، ٢، ١) للعبارات الموجبة، و(١، ٢، ٣، ٤، ٥) للعبارات السلبية، ويتراوح مدى الدرجات على كل بعد ما بين (٣٠–٧٥) درجة، وتشير الدرجة المرتفعة على كل بعد إلى ارتفاع نمط التعلق الذي يقسه هذا البعد.

إجراءات البحث:

تمثلت إجراءات تنفيذ البحث فيما يلي:

١. الاستقرار على موضوع البحث في العنوان التالي: التنظيم الانفعالي وعلاقته بأنماط التعلق بالشريك لدى المتزوجين حديثًا.
٢. تحديد مشكلة البحث وصياغتها من مصادر عديدة.
٣. صياغة أهمية البحث، وتحديدها في الأهمية النظرية، والأهمية التطبيقية.
٤. ٤–تحديد عينة البحث بالمتزوجين حديثًا والذين لم يمر على زواجهم أكثر من سنة.
٥. جمع الإطار النظري المتعلق بمتغيرات البحث، وهي: التنظيم الانفعالي، وأنماط التعلق بالشريك.
٦. جمع البحوث والدراسات السابقة المتعلقة بموضوع البحث، وتصنيفها، والتعقيب عليها، وبيان أوجه الاستفادة منها، مدى اتفاقها، واختلافها عن البحث الحالي، وما يتميز به البحث الحالي عن الدراسات السابقة.
٧. إعداد واختيار أدوات البحث؛ حيث قام الباحث بترجمة مقياس التنظيم الانفعالي بعد التواصل مع مُعِدِّ المقياس الأصلي، والحصول على موافقته لاستخدام المقياس في البحث الحالي، وإعداد مقياس آخر لقياس أنماط التعلق بالشريك، وتم تحكيم هذه الأدوات.
٨. الحصول على الموافقات الإدارية التي تسمح بإجراء وتطبيق أدوات البحث.
٩. تطبيق أدوات البحث على عينة استطلاعية بهدف التحقق من صدق وثبات هذه الأدوات، وقد بلغ عددها (٤٥) وزوجًا وزوجة.
١٠. تطبيق أدوات البحث على عينة أساسية من المتزوجين حديثًا بلغت (٢٢٨) فردًا بهدف معالجة البيانات للتحقق من فروض البحث.
١١. معالجة البيانات بالأساليب الإحصائية المناسبة التي تتفق مع طبيعة كل فرض.
١٢. تفسير النتائج في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة ووجهة نظر الباحث وثقافة المجتمع السعودي.
١٣. كتابة التوصيات والمقترحات البحثية المستقبلية.

النتائج والمناقشة:

أولاً: نتائج الإجابة عن السؤال الأول:

ينصَّ السؤال على: "ما مستوى التنظيم الانفعالي لدى أفراد عينة البحث من المتزوجين حديثًا بمدينة جدة؟"

وللإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة البحث على أبعاد مقياس التنظيم الانفعالي ودرجته الكلية*. وتوضح جداول (١٥، ٢٥، ٢٦) نتائج ذلك.

جدول (١٥)
المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات العينة الكلية من المتزوجين حديثًا بمدينة جدة (ن=٢٢٨) على أبعاد مقياس التنظيم الانفعالي ودرجته الكلية

الأبعاد	المتوسطات	الانحراف المعياري	مستوى البعد
التحديد	٣,٥٧	٠,٧٧	متوسط
المعالجة	٣,٢٢	٠,٥٧	متوسط
التعبير	٢,٩٨	٠,٤٦	متوسط
الدرجة الكلية	٣,٣١	٠,٤٩	متوسط

يتضح من جدول (١٥) أن مستوى التنظيم الانفعالي سواء على الدرجة الكلية، أو الأبعاد الفرعية لدى العينة الكلية من المتزوجين حديثًا جاء في حدود المتوسط. ويوضح شكل (٥) مستويات أبعاد التنظيم الانفعالي ودرجته الكلية لدى العينة الكلية من المتزوجين حديثًا بمدينة جدة.

جدول (١٦)
المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات عينة الأزواج المتزوجين حديثًا بمدينة جدة (ن=١١٧) على أبعاد مقياس التنظيم الانفعالي ودرجته الكلية

الأبعاد	المتوسطات	الانحراف المعياري	مستوى البعد
التحديد	٣,٥٠	٠,٧٨	متوسط
المعالجة	٣,٢٢	٠,٦٧	متوسط
التعبير	٢,٩٠	٠,٤٣	متوسط
الدرجة الكلية	٣,٢٦	٠,٥٤	متوسط

يتضح من جدول (١٦) أن مستوى التنظيم الانفعالي سواء على الدرجة الكلية جاءت بدرجة متوسطة بمتوسط بلغ ٣.٢٦، كما جاءت الابعاد الفرعية بدرجة متوسطة تتراوح ما بين (٢.٩٩– ٣.٥٠) .

جدول (١٧)
المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات عينة الزوجات المتزوجات حديثًا بمدينة جدة (ن=١١١) على أبعاد مقياس التنظيم الانفعالي ودرجته الكلية

الأبعاد	المتوسطات	الانحراف المعياري	مستوى البعد
التحديد	٣,٦٣	٠,٧٦	متوسط
المعالجة	٣,٢٢	٠,٤٥	متوسط
التعبير	٣,٠٦	٠,٤٨	متوسط
الدرجة الكلية	٣,٣٥	٠,٤٣	متوسط

يتضح من جدول (١٧) أن مستوى التنظيم الانفعالي سواء على الدرجة الكلية جاءت بدرجة متوسطة بمتوسط بلغ ٣.٣٥، كما جاءت الابعاد الفرعية بدرجة متوسطة تتراوح ما بين (٣.٠٦– ٣.٦٣) .

نتائج الإجابة عن السؤال الثاني:

ينصَّ السؤال على: "ما أنماط التعلق بالشريك الشائعة لدى أفراد عينة البحث من المتزوجين حديثًا بمدينة جدة؟"

وللإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة البحث على أبعاد مقياس أنماط التعلق بالشريك. ويوضح جدول (١٨، ١٩، ٢٠) نتائج ذلك.

جدول (١٨)
المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات العينة الكلية من المتزوجين حديثًا بمدينة جدة (ن=٢٢٨) على أبعاد مقياس أنماط التعلق بالشريك.

أنماط التعلق	المتوسطات	الانحراف المعياري	مستوى البعد
التعلق الآمن	٣,٧٦	١,٠٠	مرتفع
التعلق غير الآمن	٢,٥٩	١,٠١	متوسط

يتضح من جدول (١٨) أن نمط التعلق الآمن جاء في الترتيب الأول بمتوسط (٣,٧٦)، يليه نمط التعلق غير الآمن بمتوسط (٢,٥٩).

جدول (١٩)
المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات عينة الأزواج المتزوجين حديثًا بمدينة جدة (ن=١١٧) على أبعاد مقياس أنماط التعلق بالشريك.

أنماط التعلق	المتوسطات	الانحراف المعياري	مستوى البعد
التعلق الآمن	٣,٨٤	١,٠٨	مرتفع
التعلق غير الآمن	٢,٤٦	١,٠١	متوسط

يتضح من جدول (١٩) أن نمط التعلق الآمن جاء في الترتيب الأول بمتوسط (٣,٨٤)، يليه نمط التعلق غير الآمن بمتوسط (٢,٤٦)

جدول (٢٠)
المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات عينة الزوجات المتزوجين حديثًا بمدينة جدة (ن=١١١) على أبعاد مقياس أنماط التعلق بالشريك.

أنماط التعلق	المتوسطات	الانحراف المعياري	مستوى البعد
التعلق الآمن	٣,٦٧	٠,٩٢	متوسط
التعلق غير الآمن	٢,٧٣	١,٠٣	متوسط

يتضح من جدول (٢٠) أن نمط التعلق الآمن جاء في الترتيب الأول بمتوسط (٣,٦٧)، يليه نمط التعلق غير الآمن بمتوسط (٢,٧٣).

نتائج التحقق من الفرضية:

تنصُّ الفرضية على أنه: "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين درجات أفراد عينة البحث من المتزوجين حديثًا بمدينة جدة على مقياس التنظيم الانفعالي ودرجاتهم على مقياس أنماط التعلق بالشريك".

وللتحقق من صحة الفرضية تم حساب معامل الارتباط (بطريقة بيرسون) بين الدرجات الخام لأفراد عينة البحث من المتزوجين حديثًا في التنظيم الانفعالي، ودرجاتهم في أنماط التعلق بالشريك. ويوضح جدول (٢١) نتائج ذلك.

جدول (٢١)
معاملات الارتباط بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس التنظيم الانفعالي، ودرجاتهم على مقياس أنماط التعلق بالشريك (ن=٢٢٨)

الأبعاد		أنماط التعلق بالشريك	
		التعلق الآمن	التعلق غير الآمن
التنظيم الانفعالي	التحديد	٠,٣٢**	-٠,٢٣**
	المعالجة	٠,٣٤**	-٠,٠٩
	التعبير	٠,٠٤	-٠,٠٤
	الدرجة الكلية	٠,٣٥**	-٠,١٨**

** دالة عند مستوى ٠,٠١ * دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من النتائج الواردة في جدول (٢١) ما يلي:

- **وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) بين بعد التحديد ونمط التعلق الآمن، وعلاقة ارتباطية سلبية دالة إحصائيًا بين التحديد ونمط التعلق غير الآمن.**
- **وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) بين بعد المعالجة ونمط التعلق الآمن، ولم تصل قيمة معامل الارتباط بين المعالجة ونمط التعلق غير الآمن إلى مستوى الدلالة الإحصائية.**
- **عدم وجود علاقة ارتباطية بين بعد التعبير ونمطي التعلق: الآمن، وغير الآمن.**
- **وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) بين الدرجة الكلية للتنظيم الانفعالي ونمط التعلق الآمن، وعلاقة ارتباطية سلبية دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) بين بين الدرجة الكلية للتنظيم الانفعالي ونمط التعلق غير الآمن.**

وبذلك يقبل الفرض الأول.

ثانياً: مناقشة نتائج البحث:

يتم في هذا المحور مناقشة النتائج التي توصل إليها البحث الحالي من خلال عرض تساؤلات البحث وفرضياتها وتفسيرها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.

مناقشة نتائج السؤال الأول:

نصَّ السؤال على: "ما مستوى التنظيم الانفعالي لدى أفراد عينة البحث من المتزوجين حديثًا بمدينة جدة؟" ومن خلال النتائج التي وردت في جداول (١٥، ١٦، ١٧) يتضح أن مستوى التنظيم الانفعالي سواء على الدرجة الكلية، أو الأبعاد الفرعية سواء لدى العينة الكلية، أو عينة الأزواج، أو الزوجات من أفراد عينة البحث جاء في حدود المتوسط،

وجاء ترتيب أبعاد التنظيم الانفعالي وفقًا لدرجة المتوسط على النحو التالي: التحديد (٣,٥٧)، والمعالجة (٣,٢٢)، التعبير (٢,٩٨). وبفحص قيم المتوسطات على الأبعاد والدرجة الكلية يمكن القول إنها تقترب من مستوى الارتفاع إلى حد ما.

واتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة الأطرش (٢٠١٨) التي توصلت إلى أن مستوى التنظيم الانفعالي كان متوسطًا لدى الأزواج؛ واختلفت هذه النتيجة مع نتائج دراسة عياش وفائق (٢٠١٦م) التي أظهرت أن طلاب الجامعة يظهرون مستوى مرتفعًا من التنظيم الانفعالي، وتختلف عينة هذه الدراسة مع عينة البحث الحالي، كما تختلف مع نتائج دراسة الإبراهيم (٢٠١٨) التي أظهرت أن مستويات التعبير الانفعالي لدى النساء الأردنيات كان مرتفعًا.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء خصائص العينة المستهدفة الذين يمتلكون من الإمكانات العقلية والمعرفية ما يجعلهم يدركون المواقف الانفعالية بصورة جيدة، كما أن قدراتهم وإمكانياتهم العلمية تدفعهم إلى التحكم في سلوكياتهم بشكل أفضل، كذلك يرى الباحث أن مدة الزواج تلعب دورًا في تنظيم هذه الانفعالات لدى الزوجين؛ فإحساس كل منهما بأن الزواج في بداياته، وكل منهم يكتشف الآخر، ويحاول أن يرسم صورة طيبة له لدى الشريك؛ الأمر الذي يدفعهما إلى التحكم في مشاعرهما الداخلية عند مواجهة المشكلات والصعوبات الحياتية.

وقد ذكر صالح (٢٠٠٧) أن التعبيرات الانفعالية مثل الغضب مقابل الحزن تؤثر على الأداء الزواجي؛ بالإضافة إلى بعض المتغيرات المعرفية في الزواج مثل كيفية فهم الأزواج؛ لأن التفاعلات الزواجية السلبية من شأنها أن تؤثر على مستقبل الزواج، وقد أشارت نتائج الدراسة التي أجراها على عينة من المتزوجين إلى ارتباط الرضا الزواجي أحد أهم مكونات التوافق الزواجي بالتعبير على الانفعالات.

ويرى الباحث أن استراتيجية التعبير عن الانفعال رغم أنها جاء في المستوى المتوسط، لكنها جاءت في الترتيب الآخير، ويمكن تفسير ذلك بأن أفراد عينة البحث من المتزوجين حديثًا، ومازال كل طرف يحاول اكتشاف الطرف الآخر، خاصة مع ثقافة المجتمعات العربية عمومًا ولا سيما المجتمع السعودي التي ترى أن التعبير الانفعالي تجاه الشريك من العيوب الاجتماعية؛ فالرجل يرى أن التعبير هو نوع من الطعن في رجولته وأنه يستحي من

التعبير عن مشاعره بشكل مباشر لزوجته، والمرأة ترى أن ثقافة البوح عيب، ولكن من خلال خبرة الباحث في العمل كمرشد زواجي في مع مجال الاستشارات الأسرية والزوجية فقد لاحظ أن الكثير من المشكلات في العلاقات الزوجية سببها هذه الثقافة التي جمدت جو الدفء والتفاهم بين الزوجين، وفرضت الصمت بين الزوجين وعدم التعبير الانفعالي، بينما الحوار يعد أحد وسائل الاستقرار والتوافق إضافة إلى كونه منهجًا إسلاميًا وأسلوبًا تربويًا.

نتائج الإجابة عن السؤال الثاني:

نصَّ السؤال الثانى على: "ما مستوى أنماط التعلق بالشريك لدى أفراد عينة البحث من المتزوجين حديثًا بمدينة جدة؟" ومن خلال النتائج التي وردت في جدول (١٨، ١٩، ٢٠) يتضح أن نمط التعلق الآمن الأكثر شيوعًا وانتشارًا لدى أفراد عينة البحث من المتزوجين حديثًا، بينما جاء نمط التعلق غير الآمن في المرتبة الثانية.

ويمكن تفسير ذلك بأن تعلق الشريك هو تعلق راشدين، وهو امتداد لتعلق الطفولة في مجتمع مسلم يغرس في نفوس الأبناء منذ الصغر القيم الإسلامية، ويعايش الأبناء علاقات سوية داخل الأسرة تستمر معهم في المراحل التالية.

ويتفق ذلك مع ما ذكره هازان وشيفر Hazan & Shaver (1987) بعد إعداد مقياس لقياس أنماط التعلق العاطفي لدى الراشدين استناداً إلى نظرية بولبي Bowlby وملاحظات آينزورث Ainsworth لأنماط التعلق المختلفة عند الاطفال، فأفترض أن الأفراد من ذوي نمط التعلق الآمن تتصف علاقاتهم بالثقة بالوالدي والرضا.

واتفقت النتيجة مع نتيجة دراسة فيني ونولير (Feeny & Noller, 1990) التي أشارت إلى أن أنماط تعلق الراشدين بشركائهم الرومانسيين كانت مماثلة لأنماط تعلقهم بوالديهم؛ فالأفراد من ذوي نمط التعلق الآمن، وصفوا علاقاتهم مع والديهم بأنها إيجابية ونالوا الحب اللازم؛ كما اتفقت مع نتائج دراسة بني أرشيد وجرادات (٢٠١٤) التي أشارت إلى أن نمط التعلق الآمن هو أكثر أنماط التعلق شيوعًا لدى الطلبة؛ وكذلك نتائج دراسة أبوغزال وفلوة (٢٠١٤) التي أظهرت أن نمط التعلق الآمن هو اكثر أنماط التعلق شيوعًا.

وأيضًا نتائج دراسة بشارة وقسايمة والعطيات (٢٠١٤) التي أظهرت أن نمط التعلق الآمن هو أكثر أنماط التعلق شيوعًا، وبالمثل فقد اتفقت مع نتائج دراسة ظهيري (٢٠١٨) التي أظهرت أن نمط التعلق الآمن هو أكثر أنماط التعلق شيوعًا.

ويعزو الباحث وجود التعلق الآمن لدى أفراد عينة البحث من الزوجين؛ نظرًا لحاجة الزوجين لبعضهما البعض؛ فالتعلق الآمن والروابط الاجتماعية الإيجابية في التفاعلات الاجتماعية، وخاصة بين الزوجين تسهم بشكل كبير في تنظيم الانفعالات التي قد تحدث بين الزوجين، وخاصة المتزوجين حديثًا والناشئة عن ضغوطات ومشكلات الحياة. ومن خلال خبرة الباحث في مجال الاستشارات الزوجية والأسرية فقد لاحظ أنه برغم شدة بعض الخلافات بين الطرفين لكن وجد أن كل طرف يحاول جاهدًا للحفاظ على كيان الأسرة من الانفصال مثل طبيعة المجتمع المحافظ الذي يسعى للحفاظ على الأسرة كأي مجتمع مسلم.

ويرى الباحث أنه قد يكون هناك تعارض بين هذه النتيجة من وجود مستوى مرتفع للتعلق الآمن بين الزوجين في الزواج الحديث وبين الإحصائيات التي تشير إلى ارتفاع نسب الطلاق بين المتزوجين حديثًا، ولكن يعزو الباحث ارتفاع نسب الطلاق إلى عوامل أخرى غير نمط التعلق مثل إجبار الزوجين على زواج الأقرباء بثقافة المجتمع أو تدخلات الأقارب وعدم تحمل المسؤوليات الزوجية والإدمان والتعاطي للزوج والإنشغال بوسائل التواصل الإلكتروني وغير ذلك من العوامل التي تؤدي للطلاق غير التعلق غير الآمن.

مناقشة نتائج التحقق من الفرضية:

نصّت الفرضية على أنه: "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين درجات أفراد عينة البحث من المتزوجين حديثًا بمدينة جدة ". وتبين من النتائج الواردة في جدول (٢١) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) بين الدرجة الكلية للتنظيم الانفعالي وأبعاده ونمط التعلق الآمن، وعلاقة ارتباطية سلبية دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) بين بين الدرجة الكلية للتنظيم الانفعالي وأبعاده ونمط التعلق غير الآمن.

وتعني النتيجة السابقة أنه كلما ارتفع مستوى التعلق الآمن لدى أفراد عينة البحث من المتزوجين حديثًا ارتفع تبعًا لذلك مستوى التنظيم الانفعالي لديهم، وكلما ارتفع مستوى التعلق غير الآمن انخفض تبعًا لذلك مستوى التنظيم الانفعالي.

وبشكل عام، اتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة ريتشاردز وهاكت Richards & Hackett (2012) التي أظهرت وجود علاقة ارتباطية بين التعلق الوجداني واستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى القادة؛ كذلك نتيجة دراسة ي–تشنج Yi–Ching (2012) والتي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية دالة بين أنماط التعلق (الآمن، والمشغول، والخائف،

والرافض) وتنظيم الانفعال؛ وكذلك نتيجة جريشام وجولون (Gresham& Gullone 2012) والتي توصلت إلى وجود ارتباطية دالة إحصائيًا بين كل من أنماط التعلق وبين تنظيم الانفعال، وإمكانية التنبؤ بتنظيم الانفعال من خلال أنماط التعلق؛ وكذلك نتائج دراسة جودال (2015) Goodall التي أظهت أن أنماط التعلق تسهم في التنبؤ بتنظيم الانفعال؛ وكذلك نتائج دراسة هينشكل وآخرين (2020) .Henschel, et al التي أظهرت وجود علاقة ارتباطية بين أنماط التعلق والتنظيم الانفعالي وصعوباته.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن التعلق الآمن والروابط الاجتماعية الإيجابية في التفاعلات الاجتماعية، وخاصة بين الزوجين تسهم بشكل كبير في تنظيم الانفعالات التي قد تحدث بين الزوجين، وخاصة المتزوجين حديثًا والناشئة عن ضغوطات ومشكلات الحياة؛ أي أن وجود تعلق آمن لدى الطرفين يساعد كل منهما على تحديد انفعالاتها، ومعالجتها، ومن ثم سهولة تعبير الشريك بانفعالاته للشريك الآخر، وأن عدم التعبير الانفعالي لأحدهما مرتبط بوجود تعلق غير آمن بالآخر؛ فالإحساس بالخوف والشعور بالتجنب لا يولد تعبيرًا عن المشاعر، وهذا يتفق مع نتائج دراسة لانج (2010) Lang التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين نمط التعلق التجنبي وبين كل من: الدرجة الكلية لصعوبة التعبير عن المشاهر، وصعوبة وصف المشاعر، والتفكير الموجه نحو الخارج، وسمة القلق، ووجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين نمط التعلق القلق، وبين كل من: الدرجة الكلية لصعوبة التعبير عن المشاعر، وصعوبة وصف المشاعر، وصعوبة تحديد المشاعر، وأعراض وسمة القلق.

ويمكن القول إن انتشار ثقافة الصمت بين الزواج، وعدم قدرة كل منهما على تنظيم انفعالاته والتعبير عنها بأريحية للطرف الآخر ناتج عن التوجس والخوف من الشريك والحذر في التعامل، والتعلق غير الآمن سواء القلق أو التجنبي.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة المتعلقة بوجود علاقة بين نمط التعلق الآمن والتنظيم الانفعالي في ضوء ما ذكره العلوان (٢٠١١م) من أن أن نمط التعلق الآمن يسهل على أفراد هذا النمط الاقتراب من الآخرين، والثقة بهم والاعتماد عليهم، ويشعرون بالارتياح لأن الآخرين يثقون بهم، ويتفاعلون مع الآخرين بمرونة، ويتقبلونهم ويتعاونون معهم، بالإضافة إلى ذلك، فإن لدى الأفراد ذوي نمط التعلق الآمن نظرة إيجابية نحو أنفسهم ونحو الآخرين،

وهذا يمكنهم من تأسيس علاقات اجتماعية مع الآخرين بسهولة، ويعدّ بناء وتأسيس العلاقات الاجتماعية والتعاون مع الآخرين أبعادًا رئيسة للذكاء الانفعالي. بالإضافة إلى ذلك، فان الأفراد ذوي النمط الآمن أكثر مرونة ويظهرون ضبطا انفعاليًا مناسبًا نحو الآخرين، وعلى العكس فإن الأفراد ذوي نمط التعلق التجنبي يميلون إلى تجنب الآخرين، في حين أن الأفراد ذوي نمط التعلق القلق يصبحون متقلبين انفعاليًا في علاقاتهم المستقبلية وتفاعلهم مع الآخرين، ومن ثم يجدون صعوبة في تنظيم وإدارة انفعالاتهم.

كما يمكن تفسيرها أيضًا في ضوء ما ذكره أبو راسين (٢٠١٥م) من أن الميل لإقامة روابط حميمة وعلاقات مع فرد أو أكثر في محيط البيئة يرتبط إيجابيًا بالكفاءات والمهارات التي تتعلق بإدراك الانفعالات، وإدارتها وتنظيمها والتعبير عنها، والتعاطف مع الآخرين وتفهم مشاعرهم والمهارات الاجتماعية. وهذا يعني أن نمط التعلق الآمن وما يتميز به من مشاعر إيجابية تجاه الذات وتجاه الآخرين، ولأنه يستطيع الاقتراب من الآخرين، والثقة بهم والاعتماد عليهم، ولا يقلق من اقتراب الآخرين منه، ونتيجة لذلك يسهل عليه معرفة وتنظيم انفعالاته، وفهمها والتعبير عنها وضبطها من أجل التكيف، ويستطيع أن يدرك المشاعر والانفعالات في التفاعلات الاجتماعية، وتكوين علاقات ناجحة مع الغير، وقد وجد بأن الفرد من نمط التعلق الآمن يتميز بأنه أكثر كفاءة وجدانية، ويكون قادرًا على المحافظة على سلوكه المنظم، وضبط مشاعره وتنظيمها. وعلى العكس من ذلك، فإن النمط غير الآمن، خاصة القلق، تكون لديه دفاعات انفعالية، والتي تكف أو تمنع معالجة المعلومات للرسائل الوجدانية، وتعيق إدراك المشاعر والنوايا بالنسبة للذات والآخرين.

الخاتمة:

أولاً: ملخص نتائج البحث:

تناول البحث الحالي موضوع: "التنظيم الانفعالي وعلاقته بأنماط التعلق بالشريك لدى المتزوجين حديثًا". وهدف البحث إلى:

١–التعرف على استراتيجيات التنظيم الانفعالي الشائعة لدى أفراد عينة البحث من المتزوجين حديثًا بمدينة جدة.

٢–التعرف على أنماط التعلق بالشريك الشائعة لدى أفراد عينة البحث من المتزوجين حديثًا بمدينة جدة.

٣- التعرف على العلاقة الارتباطية بين التنظيم الانفعالي وأنماط التعلق بالشريك لدى أفراد عينة البحث من المتزوجين حديثًا بمدينة جدة.

وطُبق البحث على عينة من (٢٢٨) زوجًا وزوجة من المتزوجين حديثًا (١١٧من الأزواج+ ١١١من الزوجات) بمدينة جدة، وقد بلغ متوسط أعمارهم الزمنية (٣١,٩١) سنة بانحراف معياري (٥,٣١). وقد كان الهدف من هذه العينة هو التحقق من فروض البحث.

ولتحقيق أهداف البحث، تم استخدام الأدوات التالية:

١-مقياس التنظيم الانفعالي من إعداد Greenberg, et al. (2016) وترجمة (الباحث):

٢-مقياس أنماط التعلق بالشريك من إعداد الباحث:

وتوصلَّ البحث الحالي إلى النتائج التالية:

١-أن مستوى التنظيم الانفعالي سواء على الدرجة الكلية، أو الأبعاد الفرعية لدى العينة الكلية من المتزوجين حديثًا جاء في حدود المتوسط، وكذلك لدى عينة الأزواج، وعينة الزوجات.

٢- أن نمط التعلق الآمن جاء في الترتيب الأول بمتوسط (٣,٧٦)، يليه نمط التعلق غير الآمن بمتوسط (٢,٥٩)، وذلك لدى العينة الكلية من المتزوجين حديثًا، وكذلك لدى الأزواج، ولدى الزوجات.

٣- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) بين بعد التحديد ونمط التعلق الآمن، وعلاقة ارتباطية سلبية دالة إحصائيًا بين التحديد ونمط التعلق غير الآمن.

٤- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) بين بعد المعالجة ونمط التعلق الآمن، ولم تصل قيمة معامل الارتباط بين المعالجة ونمط التعلق غير الآمن إلى مستوى الدلالة الإحصائية.

- عدم وجود علاقة ارتباطية بين بعد التعبير ونمطي التعلق: الآمن، وغير الآمن.

- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) بين الدرجة الكلية للتنظيم الانفعالي ونمط التعلق الآمن، وعلاقة ارتباطية سلبية دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١) بين بين الدرجة الكلية للتنظيم الانفعالي ونمط التعلق غير الآمن.

ثانيًا التوصيات:

في ضوء ما توصلت إليه نتائج البحث، يمكن تقديم التوصيات التالية:

١–توجيه الباحثين في الجامعات ومراكز البحوث الاجتماعية والنفسية إلى إجراء المزيد من الدراسات التي تهتم بالمشكلات الأسرية والعلاقات الزواجية، والمتغيرات النفسية الإيجابية التي يمكن أن تكون بمثابة عوامل وقائية ضد التفكك الأسري، والنزاعات والصراعات التي تؤدي إلى مزيد من حالات الطلاق، وخاصة بين المتزوجين حديثًا.

٢–توجيه المسؤولين في وزارة الموارد البشرية والشؤون الاجتماعية إلى ضرورة إنشاء مراكز للإرشاد الزواجي والأسري، وتزويدها بالكوادر العلمية المؤهلة في مجال الإرشاد النفسي، وتفعيل البرامج الإرشادية للمقبلين على الزواج على المستوى الوقائي.

٣–ضرورة الاهتمام بالبرامج الإعلامية من خلال الاستعانة بمختصين في الإرشاد الأسري بالندوات التوعوية التي تهدف إلى توعية الأزواج والزوجات بطبيعة الحياة الزوجية، والأدوار الزواجية والوالدية والاجتماعية المطلوبة لنجاحهما الزواجي، وتحقيق درجات مُرضية من تنظيم الانفعالات والتوافق النفسي لهما، ولأبنائهما.

٤–الاهتمام بالتعرف على المشكلات النفسية التي قد تواجه الأفراد في بداية الزواج سواء الأزواج أو الزوجات، والتعامل معها في وقت مبكر من أجل الحد من ظهور هذه المشكلات والوقاية منها قبل أن تتفاقم، وتؤدي إلى انهيار الأسرة، أو تنتهي بالطلاق.

٥–ضرورة تبصير العاملين في مجال الصحة النفسية والإرشاد النفسي بأهمية علم النفس الإيجابي ومتغيراته في حياة الأفراد بصفة عامة، وتوظيفها في المجال الأسري، ومن هذه المتغيرات: التنظيم الانفعالي.

٦–عقد دورات إرشادية وتثقيفية في الجمعيات المختصة للمتزوجين حديثًا لبيان أهمية إشباع الحاجات النفسية والاجتماعية والتعلق الآمن بين الزوجين ودوره في تحقيق الانسجام والرضا الزواجي.

٧–ضرورة العمل على تفعيل دور المؤسسات الدينية من خلال الخطاب الديني في بناء وتكوين الأسرة والقيم الدينية التي تعزز قيم المودة والرحمة والسكينة والتسامح والتسامي بين الزوجين؛ مما ينعكس بشكل إيجابي على تنظيم الانفعالات في الزواج.

٨–ضرورة حرص الزوجين على الاطلاع على الكتب الدينية والاجتماعية التي تمدهم بالمهارات والأساليب العلمية والدينية التي تساعدهم على تحقيق التنظيم الانفعالي.

٩–تكثيف البرامج الإعلامية الموجهة للمتزوجين التي تبحث في إرشادهم بأهم الطرق لتحقيق التنظيم الانفعالي.

١٠–عقد دورات تدريبية وتثقيفية عن تنظيم الانفعالات وأسس التعامل بين الزوجين وكيفية حل المشاكل الزوجية، وأيضا عقد دورات تدريبية لتنمية مهارات التفكير وتطوير الذات وكيفية تحقيق الرضا عن الحياة لدى المتزوجين.

ثالثًا: مقترحات البحث:

في ضوء نتائج البحث الحالي، يمكن اقتراح الموضوعات البحثية المستقبلية التالية:

١. دراسة تأثير بعض المتغيرات الديموجرافية على التنظيم الانفعالي لدى المتزوجين مثل: سنوات الزواج، ومستوى تعليم كل من الزوج والزوجة، وعدد الأبناء، ومستوى الدخل، والحالة الوظيفية.

٢. دراسة صعوبات التنظيم الانفعالي وعلاقته بعدم التوافق الزواجي لدى المتزوجين حديثًا.

٣. دراسة التنظيم الانفعالي وعلاقته بالرفاهية النفسية لدى المتزوجين حديثًا.

٤. دراسة النموذج البنائي للعلاقات بين العفو والتسامح في العلاقات الزوجية والتنظيم الانفعالي والتعلق الآمن والمساندة الاجتماعية والرفاهية النفسية لدى المتزوجين حديثًا.

٥. دراسة بعض العوامل المسهمة في التنبؤ بالتعلق الآمن لدى المتزوجين حديثًا.

٦. فعالية برنامج إرشادي قائم على التدريب على التنظيم الانفعالي لدى المتزوجين حديثًا.

٧. دراسة مقارنة بين المتزوجين حديثاً والمتزوجين قديماً في التنظيم الانفعالي.

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

القرآن الكريم.

الحديث الشريف.

أبو راسين، محمد بن حسن. (٢٠١٥). أنماط التعلق في علاقتها بكل من الذكاء الوجداني والإبداع الوجداني لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية. *مجلة الإرشاد النفسي*، مصر، ٤١، ١٣٣–٢٢٢.

أبو غزال، معاوية؛ وجرادات، عبد الكريم. (٢٠٠٩). أنماط تعلق الراشدين وعلاقتها بتقدير الذات والشعور بالوحدة. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*، ٥(١)، ٤٥–٥٧.

الأطرش، هبة. (٢٠١٨). التوافق الزواجي وعلاقته بالتنظيم الانفعالي لدى عينة من الأزواج المهجرين فى مدينة ريف دمشق. *مجلة جامعة البعث للعلوم الإنسانية*، سوريا، ٤٠ (٥٨)، ١١٣–١٣٨.

بشارة، موفق سليم؛ والعطيات، خالد عبد الرحمن؛ وقسايمة، المثنى مصطفى. (٢٠١٤). تعلق الراشدين وعلاقته بالمساندة الاجتماعية. *مجلة الطفولة العربية*، كلية رياض الأطفال، جامعة الإسكندرية، مصر، ١٨ (٦)، ١٦٧–٢٠٥.

بلحسيني، وردة؛ وبوسعيد، سعاد. (٢٠١٧). استراتيجيات تنظيم الانفعالات. *مجلة فكر وإبداع*، رابطة الأدب الحديث، الجزائر، ١١١، ١٨٣–٢٠٨.

بني أرشيد، عبد الله محمد؛ وجرادات، عبد الكريم محمد. (٢٠١٤). أثر تعديل العبارات الذاتية السلبية وتحسين مهارات الاتصال في تعديل أنماط التعلق غير الآمنة لدى طلبة الصفين التاسع والعاشر في محافظة إربد. *مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية*، فلسطين، ٢ (٨) ١٩٥–٢٢٤ .

صابر، سامية. (٢٠١٤). أنماط التعلق وعلاقتها بالكمالية وأنماط المواجهة للضغوط النفسية لدى عينة من طلاب وطالبًات الجامعة. *دراسات نفسية وتربوية، مجلة كلية التربية*، جامعة الزقازيق، ٨٤، ١٣–١٢٦.

صالح، عواطف حسين. (٢٠٠٧). الرضا الزواجي وعلاقته بالتعبير الانفعالي والاستثمار المتنوع لشريكة الحياة لدى الرجال المتزوجين من نساء عاملات وغير عاملات. *مجلة كلية التربية*، جامعة طنطا، مصر، ٣٧، ٥٤–٩٨.

عبد الغني، رباب رشاد. (٢٠٠٩). *أنماط التعلق وعلاقتها بالرضا عن الحياة وأساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى عينة من الزوجات في منتصف العمر بمدينتي مكة المكرمة وجدة*. رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.

العساف، صالح. (٢٠١٠). *المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية*. الرياض: مكتبة العبيكان.

العلوان، أحمد. (٢٠١١). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية وأنماط التعلق لدى طلبة الجامعة في ضوء متغيري التخصص والنوع الاجتماعي للطالب. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*، ٧(٢)، ١٢٥–١٤٤.

علام، سحر فاروق. (٢٠١٦). النموذج البنائي للعلاقات السببية بين التمعن والتنظيم الانفعالي والتراحم بالذات لدى طلاب الجامعة، *مجلة دراسات نفسية*، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، مصر، (٢٦)١١، ٥–١٥٨.

العمري، علي سعيد. (٢٠١٤). الفروق في التعلق بالوالدين والأصدقاء لدى الأحداث الجانحين وغير الجانحين بمدينة أبها بمنطقة عسير .*مجلة البحوث الأمنية، السعودية، ٥٧*، ٢٤٣–٢٨٠.

عياش، ليث محمد؛ وفائق، صبا دريد. (٢٠١٦). التنظيم الانفعالي لدي طلبة الجامعة. *مجلة كلية التربية الأساسية*، كلية التربية الجامعة المستنصرية، العراق، ٩٥، ٦١٣–٦٣٨.

غريب، إيناس محمود. (٢٠١٧). أساليب تقديم الذات واستراتيجيات حل الصراع في ضوء أنماط التعلق الوجداني لدى المقبلين على الزواج: دراسة تنبؤية. *مجلة كلية التربية*، جامعة طنطا، مصر، ٦٥ (١)، ٣٢٧–٣٩٧.

غريب، عبد الفتاح غريب. (٢٠٠٣). نمذجة العلاقة السببية بين التحصيل الدراسي ومفهوم الذات والأعراض الاكتئابية: دراسة للتأثيرات المباشرة وغير المباشرة على الأعراض الاكتئابية في المرحلة الإعدادية بدولة الإمارات العربية المتحدة. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ١٣(٣٩)، ١–٨٨.

المري، سلوى فهاد. (٢٠١٧). *الدور الوسيط للتنظيم الانفعالي ونوع المرض في العلاقة بين اليقظة العقلية والرفاه النفسي لدى الإناث المصابات بأمراض مزمنة*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود، المملكة العربية السعودية.

المسلماني، مصطفى. (١٩٨٢). *الزواج والأسرة. الإسكندرية*. المكتب الجامعي الحديث.

وزارة العدل (١٤٤٠هـ). التقرير البياني الشهري.

https://www.moj.gov.sa/Documents/MonthlyReportBI/MojMonthlyReport.pdf

ثانيًا: المراجع الأجنبية:

Ainsworth, M., & Waters, B. (1978). *Patterns of attachment in the strange situation at home*. Hilsdale. N. J. Erlbaum.

Bowlby, J. (1982). *Attachment and Loss*: Vol.1, New York: Basic Books.

Bowlby, J, (1988): *A secure Base : Parent Child Attachment and Healthy Human Development*. New York, Basic Books.

Bowlby, J. (1990). *Asecure Base: Parent-child Attachment and Health Human Development*. New York: Basic Books.

Bowlby, J., & Ainsworth, M.. (1991). An ethological approach to personality development. *American Psychologist*, 46, 333-341.

Cassidy, J., & Shaver, P. (Eds). (1990). *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Application*, New York: Guilford Press.

Gross, J. (1998). *The emerging field of emotion regulation: An integrative review*. *Review of General Psychology*, 2 (3), 271-299.

Gross, J. (2001). *Emotional Regulation in adulthood: Timing is everything. Current Directions in psychological Science, 10, 214-219. Handbook.*

Gross, J. (2008). *Emotional Regulation. In: Handbook of Emotions*, M. Lewis, J. M. Havilland-Jones & L. F. Barrett (Eds.). 3rd edition. PP. 497-523. The Guilford Press: London.

Gross, J. (2009). *Emotion regulation, Book of emotion*, 3rd edition, the Guilford press, NY. U.S.A.

Gross, J. (2014). *Emotion regulation. In: conceptual and empirical foundations. Handbook of emotion regulation, 2, 3-20.*

Gross, J., & John, O. (2003). Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85 (2). 348-362.

Gross, J., & Levenson, R. (1993). Emotional suppression physiology, self-report, and expressive behavior. *Journal of personality and social psychology*, 64(6), 970.

Gross, J., & Thompson, R. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3-24). New York: The Guilford Press.

Gross, J., & Richards, J., & John. O. (2006). Emotion regulation in every day life. *Emotion regulation in couples and families: Pathways to dysfunction and health, 2006*, 13-35.

Hazan, C., & Shaver, P. (1978). Romantic love conceptualized as an attachment process, *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.

Henschel, S., Nandrino, J., & Doba, K. (2020). Emotion regulation and empathic abilities in young adults: The role of attachment styles. *Personality and Individual Differences*, 156, 1-9.

Ilyas, S., & Habib, S. (2014). Martial Satisfaction and Emotional Intelligence. *International Journal of Science & Engineering Research*, 5, PP 302-307.

Ireland, M., Clough, B., & Day, J. (2017). The cognitive emotion regulation questionnaire: Factorial, convergent, and criterion validity analyses of the full and short versions. *Personality and Individual Differences*, 110, 90-95.

Lang, A. (2010). Attachment and emotion regulation – clinical implications of non-clinical sample study. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 674-678.

Noller, P., & Feeny, T. (1994). Relationship satisfaction attachment and nonverbal accuracy in early marriage, *Journal of Nonverbal Behavior*, 18, 199-221.

Srouf, L, Ganie B., Dehart, M., & Robert, G. Cooper. (1996). *Child development: Its nature and course*. Mcgraw-Hill, Inc.

Velotti, B., Balzarotti, S., Tagliabue, S., English, T., Zavattini, G., & Gross, J. (2016). Emotional suppression in early marriage: Actor, partner, and similarity effects on marital quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 33(3), 277–302

Yi-Ching, L. (2012). The Effect of College Students' Adults Attachment Styles and Gender Role Identity on Emotion Regulation in Intimate Relationships, *Unpublished doctoral dissertation*. Indiana University.