أنماط التعلق والتشوهات المعرفية وعلاقتهما بجودة الحياة الزواجية لدى عينة من الأزواج في محافظة جدة

إعداد

الباحثة / بسمة منذر الفار

باحثة ماجستير - قسم علم النفس

جامعة الملك عبدالعزيز

أ. د/ محمد بن سالم القرني

أستاذ علم النفس الإكلينكي

جامعة الملك عبد العزيز

تاريخ الاستلام: ١٠/ ٩/ ٢٠٢٣م

تاريخ القبول: ٣٠ / ٩ /٢٠٢٣م

مخلص:

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين أنماط التعلق والتشوهات المعرفية بجودة الحياة الزواجية، كما سعت إلى الكشف عن مدى إسهام أنماط التعلق والتشوهات المعرفية في التنبؤ بجودة الحياة الزواجية، وتكونت العينة من (٢٠٢) من المتزوجين الموظفين في جدة بواقع (٨٢) زوجاً و (١٢٠) زوجة، وقد اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي بشقيه الارتباطي والمقارن، تم استخدام مقياس أنماط تعلق الراشدين إعداد (أبوغزال وجرادات، ٢٠٠٩)، ومقياس التشوهات المعرفية إعداد (Roberts,2015) وتقنين (الخشان، ٢٠٢٠)، ومقياس جودة الحياة الزواجية من إعداد (بخاري، ٢٠٢١) كأدوات للدراسة، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين نمط التعلق الآمن وجودة الحياة الزواجية، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين نمطي التعلق (القلق والتجنبي) وجودة الحياة الزواجية، وبين التشوهات المعرفية وجودة الحياة الزواجية، وتوصلت إلى أن أنماط التعلق والتشوهات المعرفية لهما إسهام دال في التنبؤ بجودة الحياة الزواجية، وأن هذه الإسهامات مجتمعة تفسر بنسبة ٧٠% من التباين في جودة الحياة الزواجية. وبناء على نتائج الدراسة أوصت الباحثة بنشر الوعي بين أفراد المجتمع و الأزواج بأهمية التعلق وتأثيره على علاقتهما الزواجية، و ضرر التشوهات المعرفية وأثرها على حياتهم الزواجية، وتوجيه المختصين بأهمية التركيز في البرامج العلاجية على تعديل أنماط التعلق غير الآمنة لدى الأزواج وخفض مستوى التشوهات المعرفية لديهم.

الكلمات المفتاحية: أنماط التعلق، التشوهات المعرفية، جودة الحياة الزواجية، الأزواج

Abstract:

Attachment Stayles,Cognitive Distorations, And their relationship to the Quality of Marital Life among sample of couples in the city of Jeddah

The study aimed at identifying the relationship between attachment styles and cognitive distortions to quality of marital life, among a sample of married couples at the city of Jeddah. It also attempted to reveal the extent of contribution of both attachment styles and cognitive distortions in predicting the quality of marital life. The sample of the study consisted of (202) married couples who work as employees in Jeddah, divided as (82) husbands and (120) wives. The study adopted the descriptive approach with its two correlational and comparative aspects. The Scale for Adults' Attachment Styles prepared by (Abu Ghazal & Gradat, 2009) was used, as well as the Cognitive Distortion Scale by (Roberts, 2015) that was standardized by (Alkhashan, 2020), and the quality of marital life by (Bukhari, 2021) as tools of the study. The results indicated the existence of a positive correlation between the secure attachment style and the quality of marital life, a negative correlation between the two attachment styles (anxious and avoidance), and the quality of marital life, and a between cognitive distortions and the quality of marital life. also concluded that both attachment styles and cognitive distortions have a significant contribution in predicting the quality of marital life, such contribution explains 70% of the variance in marital life quality. The researcher recommended to inform couples of the importance of attachment and its effect on marital relationship and the harms of cognitive distortions and its effect on marital life, as well as directing specialists to the importance of focusing within remedy programs on adjusting unsecure attachment styles among married couples and reducing the level of their cognitive distortions.

Keywords: Attachment styles, cognitive distortions, quality of marital life, married couples

مقدمة:

تعد العلاقة الزواجية من أكثر العلاقات الإنسانية تأثيرًا على مشاعر الفرد وصحته البدنية والنفسية والاجتماعية؛ فالعلاقة الزواجية الصحية ذات الجودة المرتفعة توفر الإحساس بالأمان والسكينة والراحة لدى الزوجين (Johnson,2004). وأما الأفراد في العلاقات ذات الجودة المنخفضة يتعرضون للإحباط بشكل أكبر من غيرهم، ويرجع ذلك إلى عدم الاستقرار وتوتر الزواج؛ فجودة الحياة الزواجية تعد جانبًا مهمًا من جوانب الحياة الأسرية، إذ تعمل على تشكيل صحة الأفراد وتؤثر على رفاهيتهم (Williams,2004).

وقد ازداد الاهتمام بالحياة الزواجية ومحاولة زيادة المكونات المرتبطة بها بشكل كبير؛ حيث إنه لا يمكن تحقيق مجتمع سليم دون أسرة سليمة Amini & (Heydari,2022). ويزيد ارتفاع مستوى جودة الحياة الزواجية من قدرة كل من الزوجين على تحمل ضغوط الحياة والقدرة على اجتياز الأزمات التي تواجههم، ويجعلهما أكثر سعادة، وأكثر قدرة على توظيف طاقاتهما وقدراتهما لإنجاز المهام المنوطة بهمها بمستوى عالٍ من الكفاءة (شوقي، ١٩٩٨). ويعد الزواج أحد أشكال العلاقات الحميمة التي أولاها علماء النفس الاهتمام من خلال دراسة نظام التعلق الخاص بها، محاولين الكشف عن طبيعة هذه العلاقات وأشكالها ومدى استمراريتها في المراحل النمائية اللاحقة (علاوي ومخلوفي، ٢٠١٨)، ويكاد يكون هناك اتفاق على أن التعلق يمثل رابطة انفعالية قوية وطويلة الأمد تنمو بين فرد وآخر يسعى كل منهما إلى التقارب للبقاء على قيد الحياة، وتعزيز الاستقلال، والأمن النفسي لدى الفرد مما يساعده على النمو الانفعالي والاجتماعي السليم فيما بعد، وتستخدم تلك الرابطة بشكل خاص حول العلاقة بين الطفل ومقدمي الرعاية الأساسية (خاصة الأم)؛ حيث تحفظ الطفل

قريب من الأم للحصول على الطعام والراحة، والبقاء بعيدا عن الخطر، وقد يختص التعلق بجميع الأفراد دون النظر إلى العمر(Fairbairn et al. ,2018; Strand et al. ,2019).

وتعد أنماط تعلق الراشدين امتدادا لما كانت عليه في الطفولة، فقد يتعرض الطفل إلى أشكال مختلفة من التنشئة الاجتماعية منها السوي وغير السوي والتي تؤثر في اتجاهاته نحو نفسه والآخرين، وهي الأساس الذي تبنى عليه العلاقات الحميمة والاجتماعية فيما بعد (المالكي، ٢٠١٠). ويعد التعلق الوجداني بين الأزواج هو أحد العوامل المهمة وراء التوافق النفسي وما يرتبط به من مظاهر سلوكية ومعرفية واجتماعية مختلفة، ومن خلال التعلق الآمن يسعى الأزواج إلى الاقتراب من بعضهم، ويشعرون بالضيق وافتقاد الشريك في حالة غيابه، ويحصلون على الأمان العاطفي من خلال تلك العلاقة ويلجئون إليها وقت الضيق (خوري، ٢٠٠٤) ؛ حيث تعد العلاقة الزواجية من أهم الروابط في مرحلة الرشد، وأحد العوامل التي تؤثر على مدى نجاح المهام بين الزوجين هي الحفاظ على علاقتهم التي تتم من خلال عملية التعلق (Mikulincer& Shaver,2007). وأكد أيضًا كلُ من (١٩٨٧) Hazan and Shaver أن أنماط التعلق تؤثر على أنواع العلاقات الزواجية؛ حيث يرون أن الراشدين الذين تم تصنيفهم على أن لديهم روابط تعلق آمنة وصفوا العلاقة بمصطلحات إيجابية مثل(كنت سعيدًا، واثقا) وهذه العلاقة تميل للاستمرار فترة أطول من غيرها، في حين أن الأفراد ذو التعلق غير الآمن (القلقين والمتناقضين والانطوائيين)، وصفوا العلاقة بمصطلحات سلبية مثل (الغيرة، الخوف من القرب) وبطبيعة الحال كانت مدة استمرارية هذه العلاقات أقصر من غيرها.

وعندما يتفاعل الزوجين في علاقتهما، تكون ردود أفعالهما وفقا لمخططاتهم المعرفية. وهذه المخططات هي المسؤولة عن تشكيل المعلومات وإكسابها المعاني وماتوحي به من توجهات، ويقتضي التفكير المنطقي بصورته السوية أن تتصف تلك المخططات لدى الفرد بدرجة من المرونة والموضوعية في معالجتها للمواقف التي يتعرض لها، وقد يميل الفرد إلى تشويه المعلومات الواردة إليه من المواقف في أسلوب غير توافقي، ومن ثم يكون وجهات نظر سالبة عن الذات والعالم والمستقبل ويتمسك بها من خلال التشوهات المعرفية (غريب، ٢٠٠٥، أبو هدروس، ٢٠١٥)، فالتشوهات المعرفية تجعل المخططات لدى بعض الأفراد على درجة عالية من الجمود والسلبية، ومن ثم فهي تشكل تشوها في إدراكهم وبنيتهم المعرفية، مما يجعل تقييمهم للأشياء والأحداث من حولهم تسير في الاتجاه السلبي وهذا من شأنه أن يؤثر سلبا على مجمل علاقاتهم الاجتماعية والمهنية والحميمة (أبو هدروس، ٢٠١٥). ويمتلك الإنسان القدرة على تجنب أو إزالة المشكلات الانفعالية والسلوكية وذلك من خلال الكشف عن الأفكار المشوهة والتخلص منها وتعلم التفكير المنطقي وهذا يؤدي إلى نمو مشاعر وسلوكيات أكثر إيجابية فيتمتع بمزيد من الصحة النفسية (أبو أسعد وعربيات، ٢٠١٥)، والتي قد تنعكس على حياته وعلاقاته الاجتماعية والعاطفية وتزيد من مستوى جودة الحياة الزواجية.

ثانيًا: مشكلة الدراسة:

لاحظت الباحثة من خلال الرجوع إلى إحصائيات الزواج والطلاق في المجتمع السعودي ارتفاع معدلات الطلاق بشكل ملحوظ، حيث أنه في عام ٢٠٢٠ ارتفعت معدلات الطلاق بنسبة ١٣. ٨%عن عام ٢٠١٩، وبلغ العدد الإجمالي لصكوك

الطلاق [٥٧. ٥٩٥] (الهيئة العامة للإحصاء، ٢٠٢٠)، وفي ظل ارتفاع معدلات نسب الطلاق وتعدد أسبابها دعت الحاجة إلى دراسة العوامل المؤدية إلى الطلاق وذلك سعيا إلى إيجاد الحلول والتي من شأنها أن تحقق الاستقرار و التماسك الاجتماعي في المجتمع، ولعل من ضمن تلك العوامل وجود أنماط تعلق غير آمنة لدى الأزواج وأساليب معرفية مشوهة في التفكير.

ويشكل الرضا الزواجي المحدد الأساسي لنوعية الحياة والصحة النفسية؛ فالأسرة نظام اجتماعي وطبيعي له بنية عاطفية معقدة ويتميز بالعاطفة والولاء واستمرار العضوية (Sayehmiri et al. , 2020). وجودة الحياة الزواجية مفهوم واسع ويحدد درجة استدامة الأسرة، وشعور الزوج والزوجة بأكبر قدر من السعادة والرضا عن وجودهما معًا (Niknam & Rikhtehgar, 2022)، وتشكّل التشوهات المعرفية الشخصية أنماط فكرية جامدة وغير منطقية ومكتملة مبالغ فيها إلى حد كبير في طبيعة العلاقات، وتنطوي على سوء تفسير هائل للأحداث التي تحدث في الحياة الزواجية (Şimşek et al. ,2021).

ولذلك ستتناول الدراسة الحالية التعرف على علاقة كل من أنماط التعلق والتشوهات المعرفية بجودة الحياة الزواجية. حيث يعد تمتع الزوجين بدرجة مناسبة من الوفاق والسعادة وجودة العلاقة والحياة الزواجية فيما بينهم مصدرا للراحة النفسية لهما، مما يقلل عنهما المشاكل والضغوطات المتراكمة في الحياة والتي قد تعيقهما من أداء مهامها المختلفة، وقد تتدخل العديد من الأفكار الخاطئة في التفاعل بين الزوجين لتؤثر على جودة حياتهم الزواجية و علاقتهم الحميمة (عودة وحمدي، ٢٠١٥).

واتفق عديد من الباحثين على تأثير الأفكار على التوافق وعدم التوافق للفرد في المواقف، فالشخص الذي يحمل أفكارا سوية سيكون قادرا على التأقلم ومواجهة مصاعبه بطريقة سليمة تختلف عمن يحمل أفكارا مشوهة خاطئة (Kaplan et al ,2017). ولعل العديد من المشكلات التي قد تحدث بين الأزواج قد تكون راجعة لتلك الأفكار الخاطئة والتشوهات المعرفية، و قد يكون أيضا لها علاقة بنمط التعلق فيما بينهم ؛ حيث يعد التعلق الوجداني مطلبًا مهمًا للتعامل مع الآخرين ولتكوين علاقات اجتماعية متبادلة فيما بينهم بشكل عام، وتكوين علاقات بين الأزواج بشكل خاص، وهو من أهم الظواهر النفسية التي لها تأثيرات هامة تمتد مع الفرد خلال مراحل حياته المختلفة (حسن وآخرون، ٢٠٢٠)، ولنوعية التعلق أثرا كبيرا على مستقبل الفرد وجودة علاقاته مع الآخرين ومنها العلاقة الزواجية وعلى صحته النفسية وشخصيته وتوافقه (الجبيلة، ٢٠١٩)، فالتعلق الآمن السليم بين الأزواج يؤدي إلى جودة الحياة الزواجية فيما بينهم وينعكس أثر ذلك على الأسرة والتي هي أساس المجتمع. و ذكر Feeney (٢٠١١)أن أصحاب التعلق غير الآمن يتبنون توجهات نحو أزواجهم تؤثر في علاقتهم وتفاعلهم فيما بينهم مما يزيد من انعدام الأمن، وهذا يعمل على تأجيج عدم الرضا عن العلاقة.

وبناء على ذلك برزت الحاجة لدراسة أنماط التعلق الآمنة التي قد تزيد من مستوى جودة الحياة الزواجية، والكشف عن الأنماط الغير آمنة وتعديلها لتصبح علاقة الفرد مع شريك حياته أكثر إيجابية، والبحث عن الأفكار المشوهة ومواجهتها حتى يبقى الفرد سويا في تفكيره وأكثر توافقا في حياته الزواجية، الأمر الذي سيؤدي إلى رضا الزوجين عن علاقتهما والوصول إلى مستويات عالية من جودة الحياة الزواجية لديهم. وبالرغم من أهمية التعلق الوجداني والتشوهات المعرفية وأثرهما على الأفراد والمجتمع،

ومن خلال اطلاع الباحثة على الأدب النظري والدراسات السابقة وجدت أن هنالك ندرة– على حدود اطلاع الباحثة – لوجود دراسات تناولت المتغيرين متجمعة للبحث عن تفاعلهما و أثرهما على جودة الحياة الزواجية وقدرتهم على التنبؤ بها، وانطلاقا من هذا النقص الحاد جاء الهدف من هذه الدراسة لتقصي أثر تلك المتغيرات.

بناءً على ما سبق يمكن بلورة مشكلة الدراسة في محاولة الكشف عن علاقة جودة الحياة الزواجية بكل من: أنماط التعلق والتشوهات المعرفية، وإمكانية التنبؤ بجودة الحياة الزواجية بوصفه متغيرًا تابعًا من متغيري: أنماط التعلق والتشوهات المعرفية بوصفهما متغيرين مستقلين لدى عينة الدراسة من الأزواج بمدينة جدة؛ ومن ثَم تتصدى الدراسة الراهنة للإجابة عن الأسئلة الآتية:

تساؤلات الدراسة:

١- هل توجد علاقة ارتباطية بين أنماط التعلق وجودة الحياة الزواجية لدى عينة من الأزواج بمدينة جدة ؟
٢- هل توجد علاقة ارتباطية بين التشوهات المعرفية وجودة الحياة الزواجية لدى عينة من الأزواج بمدينة جدة ؟
٣- هل يمكن تنبؤ كل من (أنماط التعلق والتشوهات المعرفية) بجودة الحياة الزواجية لدى عينة الدراسة؟

ثالثا: أهداف الدراسة:

١- فهم وتفسير العلاقة بين أنماط التعلق وجودة الحياة الزواجية لدى عينة الدراسة من الأزواج بمدينة جدة.
٢- فهم وتفسير العلاقة بين التشوهات المعرفية وجودة الحياة الزواجية لدى عينة الدراسة من الأزواج بمدينة جدة.

٣- التنبؤ بجودة الحياة الزواجية من متغيري: أنماط التعلق والتشوهات المعرفية لدى عينة الدراسة من الأزواج بمدينة جدة.

رابعًا: أهمية الدراسة:

الأهمية النظرية:

- تنبع أهمية الدراسة الحالية من المتغيرات التي تناولتها، ومن ضمن هذه المتغيرات هي جودة الحياة الزواجية التي تعد من المفاهيم الحديثة نسبيًا والتي تمثل هدفًا رئيسيًا لتحقيق الحياة الأسرية المستقرة والمتماسكة.
- كذلك تظهر أهميتها في تناولها لمتغير التعلق الوجداني وإثراء معرفة نظرية عنه؛ حيث يعد من أهم المؤثرات على النمو النفسي والاجتماعي للفرد وعلى تكوين شخصيته وفي علاقاته وتواصله مع الآخرين.
- تعد الدراسة الحالية إضافة علمية جديدة ؛ حيث تحاول تسليط الضوء في البحث على الجوانب المعرفية المشوهة التي تؤثر إلى حد بعيد في السلوكيات المتبادلة بين الزوجين وتنعكس على مستوى جودة الحياة الزواجية لديهم.
- قد تسهم الدراسة الحالية في التنبؤ بجودة الحياة الزواجية واستقرارها من خلال علاقتها ببعض المتغيرات.
- كذلك تكمن أهميتها في العينة التي تناولتها، حيث قامت بالتركيز على عينة ذات تأثير عالي وحساس في المجتمع وهم الأزواج، إذ يشكلون اللبنة الأساسية للأسرة والمجتمع.
- إثراء المكتبة العربية والإضافة إليها وسد بعض القصور في الدراسات السابقة، من خلال توفير إطار نظري يخص متغيرات الدراسة والتي من المحتمل أن تفيد الباحثين والمهتمين للاستعانة بها في دراساتهم اللاحقة والتي تخدم هذا المجال.

الأهمية التطبيقية:

- قد تساعد نتائج الدراسة على إعداد وتطوير برامج تدريبية لتحسين وتعديل التشوهات المعرفية لدى الأزواج.
- يمكن لنتائج الدراسة أن تساعد المرشدين النفسيين في مجال الإرشاد الزواجي والأسري بوضع البرامج الإرشادية النمائية والعلاجية لتوعية المتزوجين بأفضل الأساليب التي تحسن من إدراكاتهم الخاطئة وتنمي نمط تعلق آمن لديهم لتعزز النظرة الإيجابية للذات وللآخرين وذلك من أجل حل الخلافات الزواجية ومايترتب عليها من تشوهات معرفية، والقدرة على تحسين جودة حياتهم الزواجية.
- من الممكن أن تسهم نتائج الدراسة في رفع وعي أفراد المجتمع وزيادة معلوماتهم حول موضوع جودة الحياة الزواجية.
- بإمكان الدراسة الحالية الخروج بنتائج و وتوصيات يمكن الاستفادة منها والعمل بها من قبل المهتمين بهذا المجال الخصب.

خامسًا: مصطلحات الدراسة:

أنماط التعلق:Attachment Styles

يعرف كلٌ من أبو غزال وجرادات (٢٠٠٩، ص. ٤٥) التعلق بأنه: " تعلق عاطفي قوي متبادل بين الطفل ومقدم الرعاية تعكس رغبة كل منهما في المحافظة على القرب بينهما، وتعد الأساس الذي تبنى عليه العلاقات الحميمة اللاحقة والتفاعلات الإجتماعية بشكل عام"، ويتكون من ثلاثة أنماط وهي: التعلق الآمن، التعلق القلق، التعلق التجنبي.

كما عرف التعلق كلٌ من Fraley & Shaver (2000:138) أنه: "رابطة وجدانية ثابتة تؤثر في السلوك العاطفي لجميع العلاقات الوثيقة".

ويعرف إجرائًيا بأنه: الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة في مقياس أنماط التعلق لدى الراشدين المستخدم في هذه الدراسة.

التشوهات المعرفية: Cognitive Distortions:

عرفتها رسلان (٢٠١١، ص. ٦٣) بأنها: أساليب تفكير غير منطقية ومعارف محرفة تؤثر على إدراك الفرد وتفسيراته للأشياء، وأشارت إلى عدد من التشوهات التي تصيب التفكير وهي: تفكير الكل أو اللاشيء (التفكير الثنائي)، المبالغة في لوم الذات والآخرين، أسلوب التفكير السوداوي، التجريد الاختياري، التعميم الزائد، التضخيم والتقليل والقفز إلى الاستنتاجات.

كما عرفها بدوي (٢٠١٩، ص. ٧٨٢) بأنها:" أنماط خاطئة من التفكير غير المنطقي تتسم بعدم الموضوعية، وتأخذ العديد من الأشكال، وتؤثر في قدرة الفرد على مواجهة أحداث الحياة، وفي قدرته على تحقيق التوافق، وتساهم في ظهور المشكلات النفسية لديه ".

ويعرف إجرائيا بالدرجة الكلية التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة من خلال استجابتهم على مقياس التشوهات المعرفية ضمن أبعاد(الشخصنة، تضخيم الأمور، قراءة المستقبل، الكمالية، التفكير الثنائي، التقليل، التفكير الكارثي، المقارنة بالآخرين) المستخدم في هذه الدراسة.

جودة الحياة الزواجية: Quality of Marital Life:

عرفته بلعباس (٢٠١٦، ص. ١٣) أنه:" التوافق والسعادة في الحياة الزواجية التي يعيشها الزوجان، والتي تتميز بالمؤشرات التالية: التفاعل الزواجي، التوافق الجنسي، وارتفاع مستوى المعيشة، وتوفر الصحة، الأمن، والإرتياح الشخصي، ووجود الأنشطة المشتركة بين الزوجين. "

وعرفه بخاري (٢٠٢١، ص. ١٧٠) أنه " يتمثل بالشعور بالدائم بأعلى درجات التقبل والاطمئنان والسكينة نتيجة المودة والرحمة بين الزوجين الأمر الذي يؤدي بالزوجين إلى استمرار العلاقة الزواجية على نحو بناء".

ويعرف إجرائيًا بالدرجة الكلية التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة من خلال استجابتهم على مقياس جودة الحياة الزواجية المستخدم في هذه الدراسة بأبعاده (العلاقة الحميمة، المشاركة الوجدانية، إدارة الحياة الزواجية، الارتياح للزواج).

سادسًا: حدود الدراسة:

- **الحدود الموضوعية:** تتحدد نتائج الدراسة في الحالية في معرفة علاقة كلا من أنماط التعلق والتشوهات المعرفية بجودة الحياة الزواجية لدى عينة من الأزواج في مدينة جدة.
- **الحدود البشرية:** شملت الدراسة على عينة من الأزواج والذي بلغ عددهم (٢٠٢) زوج وزوجة.
- **الحدود الزمانية:** الفصل الدراسي الثاني لعام ١٤٤٤هـ/2023م تم البدء في الدراسة الاستطلاعية الخاصة بثبات وصدق مقاييس الدراسة، ومن ثم تم جمع عينة الدراسة الرئيسية.
- **الحدود المكانية:** الأزواج في مدينة جدة.

الدراسات السابقة:

أولًا: دراسات تناولت أنماط التعلق وعلاقتها بمتغيرات أخرى:

هدفت دراسة كل من Takhttavani& Afsharinia (2018) إلى معرفة القدرة التنبؤية للتكيف الزواجي من خلال دراسة متغير أنماط التعلق والتفكير الحتمي كمؤشرات على التكيف الزواجي، وتكونت عينة الدراسة من (٥٠) طالب وطالبة

بجامعة آزاد الإسلامية، وتم استخدام المقاييس التالية لجمع البيانات وهي مقياس التكيف الزواجي، وأنماط التعلق للراشدين، والتفكير الحتمي، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين نمط التعلق الآمن لدى الراشدين والتكيف الزواجي ووجود علاقة ارتباطية سلبية بين نمط التعلق القلق لدى الراشدين والتكيف الزواجي بينما لا توجد علاقة ارتباطية بين التعلق التجنبي والتكيف الزواجي، وظهر أن أنماط التعلق والتفكيرالحتمي لديهم قدرة على التنبؤ بالتكيف الزواجي.

بينما هدفت دراسة الجبيلة (٢٠١٩) إلى الكشف عن أنماط التعلق الأكثر شيوعا بين المتزوجين السعوديين والتنبؤ بدرجة السعادة من أنماط التعلق الوجداني لديهم، وتكونت عينة الدراسة من (٣٨٠) من المتزوجين السعوديين منهم (١٠١ ذكور، ٢٧٩ من الإناث) بمدينة الرياض، واستخدمت الباحثة مقياس أنماط التعلق الوجداني واستبيان أكسفورد للسعادة، وتوصلت الدراسة إلى العديد من النتائج منها:أن نمط التعلق الآمن الأكثر شيوعا يليه نمط التعلق التجنبي في حين أن نمط التعلق القلق كان الأقل شيوعا، ويمكن التنبؤ بالسعادة من خلال نمطي التعلق الآمن والتجنبي، حيث وجد أن نمط التعلق الآمن أقوى هذين النمطين في التنبؤ بالسعادة.

كما أجرى حسن وآخرون (٢٠٢٠) دراسة هدفت إلى التعرف على مدى إسهام نمطي التعلق بالشريك الآخر القلق والمتجنب في التنبؤ بالتوافق الزواجي لدى حديثي الزواج، وتكونت العينة من (١٧٥) زوجا و (١٧٥) زوجة حديثي الزواج في محافظة سوهاج، ومن خلال استخدام مقياسي أنماط التعلق بالشريك الآخر ومقياس التوافق الزواجي، توصلت النتائج إلى أن نمطي التعلق بالشريك لهما إسهام دال في التنبؤ بالتوافق الزواجي، وأن هذه الاسهامات مجتمعة تفسر ٦٩% من نسبة تباين الدرجة الكلية للتنبؤ بالتوافق الزواجي، وكان نمط التعلق المتجنب له المساهمة الاكبر في التنبؤ بالتوافق الزواجي يليه نمط التعلق القلق.

ثانيًا: دراسات تناولت التشوهات المعرفية وعلاقتها بمتغيرات أخرى:

هدفت دراسة أبوهدروس (٢٠١٥) إلى التعرف على فعالية برنامج إرشادي يستند إلى النظرية المعرفية ل "بيك" في تعديل التشوهات المعرفية لدى عينة من المتزوجات وأثره على التوافق الزواجي لديهن، وتكونت عينة الدراسة من (٢٦) طالبة متزوجة من طالبات كلية التربية بجامعة الأقصى تراوحت أعمارهن مابين ١٩-٢١ سنة ممن يعانين من سوء التوافق الزواجي وحصلن على درجات منخفضة على مقياس التوافق الزواجي الذي أعدته الباحثة للتطبيق في الدراسة، كما حصلن في الوقت نفسه على درجات مرتفعة على مقياس التشوهات المعرفية، و أعدت الباحثة برنامجًا إرشاديًا تكون من ١٩ جلسة، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق بين متوسط درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على كل من الاختبار البعدي واختبار المتابعة في مستوى التشوهات المعرفية والتوافق الزواجي، إذ أظهرت المجموعة التجريبية انخفاضا في مستوى التشوهات المعرفية وارتفاعا في مستوى التوافق الزواجي، ويستنتج في ذلك أن تعديل التشوهات المعرفية ساهم في تحسين التوافق الزواجي لدى الطالبات المتزوجات.

وفي نفس الاتجاه هدفت دراسة الجاهلي (٢٠١٨) إلى معرفة العلاقة بين التشوهات المعرفية وجودة الحياة لدى فتيات دار الإيواء بالرياض والتعرف على مستوى انتشار التشوهات المعرفية لديهن، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، وبلغت عينة الدراسة (٥١) فتاة تم اختيارهن بطريقة العينة المتيسرة، واستخدمت الباحثة لجمع المعلومات مقياس التشوهات المعرفية ومقياس جودة الحياة، وتوصلت الدراسة إلى العديد من النتائج من أهمها: وجود علاقة ارتباطية عكسية (سالبة) دالة بين بعد تعميم أفكار الفشل في التشوهات المعرفية والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة، وانخفاض مستويات التشوهات المعرفية لدى فتيات دار الإيواء.

بينما تناولت دراسة أبوهلال (٢٠٢٠) أنماط التعلق وعلاقتها بالتشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (٢٨٠) طالبا وطالبة من جامعة النجاح الوطنية، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، و مقياس أنماط التعلق، ومقياس التشوهات المعرفية في الوصول إلى نتائجها، وأشارت بعض النتائج التي توصلت لها الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين النمط القلق والتشوهات المعرفية، وعلاقة ارتباطية سلبية بين النمط الآمن والتشوهات المعرفية، وإلى عدم وجود علاقة ارتباطية بين النمط التجنبي والتشوهات المعرفية، كما أشارت إلى وجود فروق في نمط التعلق الآمن والتجنبي تعزى إلى الجنس لصالح الذكور، ووجود فروق في التشوهات المعرفية تعزى إلى الجنس لصالح الذكور أيضًا.

ثالثا: دراسات تناولت جودة الحياة الزواجية وعلاقتها بمتغيرات أخرى:

هدفت دراسة (٢٠١٧) Sandberg et al. إلى التمييز بين تأثير أنماط التعلق وسلوكيات التعلق على جودة الحياة الزواجية للأزواج، وتمثلت العينة في ٦٨٠ زوجًا، وتم استخدام مجموعة من المقاييس لقياس جودة العلاقة والحياة الزواجية منها:مقياس الرضا عن العلاقة، ومقياس استقرار العلاقة، ومقياس للمشكلات، وتم استخادم مقياس أنماط تعلق الراشدين ومقياس لقياس سلوكيات أنظمة التعلق لديهم، خلصت النتائج إلى أن نمط التعلق الآمن مرتبط بمستويات عالية من العلاقات الصحية وجودة الحياة الزوجية في عكس نمط التعلق القلق والتجنبي.

وفي نفس الاتجاه هدفت دراسة (٢٠١٨) Cirhinlioğlu et al. إلى الكشف عن الدور الوسيط للتدين في العلاقة بين أنماط تعلق الراشدين والجودة الزواجية لدى المتزوجين الذين يعيشون في تركيا، تكونت العينة من (٥١٠) من المتزوجين منهم (٢٥٥) زوجة و (٢٥٥) زوج، تم استخدام مقياس انماط تعلق الراشدين ومقياس التدين لتقييم المواقف الدينية في الإسلام، ومقياس الجودة الزواجية، وتوصلت الدراسة إلى العديد من النتائج من أهما: وجود علاقة ارتباطية دالة بين أنماط التعلق والتدين

والجودة الزواجية، حيث أنه كلما انخفض نمط التعلق القلق لدى النساء وازداد التدين لديهن ارتفعت الجودة الزواجية، وكلما انخفض نمط التعلق المتجنب لدى الرجال وزاداد التدين لديهم ارتفعت الجودة الزواجية، بالتالي وجود علاقة سالبة بين نمطي التعلق القلق والمتجنب وبين الجودة الزواجية، وكشفت النتائج أيضا أن مستوى الجودة الزواجية كان أعلى لدى الرجال عن النساء.

كما هدفت دراسة بخاري (٢٠٢١) إلى التعرف على جودة الحياة الزواجية وبعض العوامل المؤثرة فيه، والتعرف على العلاقة بين جودة الحياة الزواجية ورضا الزوجين، وتكونت عينة الدراسة من (١٢٠) مشاركًا من الأزواج والزوجات في مدينة الرياض، وتم استخدام مقياس جودة الحياة الزواجية من إعداد الباحث، وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج من اهمها: توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة بين جودة الحياة الزواجية ورضا الزوجة عن دورها، ويمكن التنبؤ برضا الزوجين من خلال درجاتهم على جودة الحياة الزواجية لدى أفراد العينة، وأن زيادة درجة الرضا الزوجين تعمل على زيادة درجة جودة الحياة الزواجية.

رابعًا: تعليق على الدراسات السابقة:

من ناحية هدف الدراسة:

من خلال عرض الدراسات السابقة يتبين وجود جزئين من حيث الاتفاق والاختلاف مع هدف الدراسة الحالية: يظهر لنا اتفاق جزئي مع متغير جودة الحياة الزواجية وعلاقته بأنماط التعلق والتشوهات المعرفية، حيث قامت دراسة (٢٠١٧) Sandberg et al. و (٢٠١٨) Cirhinlioğlu et al. بالتعرف على علاقة أنماط التعلق بجودة الحياة الزواجية، أيضا تناولت دراسات أخرى موضوع جودة الحياة الزواجية باتجاهات ومسميات أخرى ذات علاقة وصلة به كالتكيف الزواجي التي ظهرت في دراسة Takhttavani& Afsharinia (2018)، و دراسة مبارك وآخرون (٢٠٢٠) التي هدفت إلى معرفة القدرة التنبؤية لأنماط التعلق بالتوافق الزواجي، كما هدفت دراسة

أبو هدروس (٢٠١٥) إلى معرفة أثر تعديل التشوهات المعرفية على التوافق الزواجي، أيضا اتفقت دراسة أبو هلال (٢٠٢٠) جزئيا في تناولها لمتغيرين من متغيرات الدراسة الحالية حيث هدفت للتعرف على علاقة أنماط التعلق بالتشوهات المعرفية. بينما قامت دراسات بتناول موضوع جودة الحياة الزواجية مع متغيرات أخرى مختلفة عن موضوع الدراسة كما يظهر في دراسة بخاري (٢٠٢١) التي تناوت علاقة جودة الحياة الزواجية بالرضا عن الحياة وتكيف الزوجين، وتم ربط موضوع أنماط التعلق بمتغيرات عديدة كما في دراسة الجبيلة (٢٠١٨) حيث تناولت متغير السعادة، ومن ناحية أخرى أيضا تعددت المتغيرات التي تم ربطها بموضوع التشوهات المعرفية، كدراسة الجاهلي (٢٠١٨) التي هدفت إلى معرفة علاقته بجودة الحياة والرضا عن الحياة.

من ناحية عينة الدراسة:

اتفقت معظم الدراسات مع الدراسة الحالية على استهداف عينة المتزوجين، بينما اختلفت عدد من الدراسات في استهداف عينات مختلفة عن الدراسة الحالية تماما بحيث استهدفت عينة طلبة الجامعة كدراسة أبو هلال (٢٠١٩)، أما دراسة الجاهلي(٢٠١٨) فقد استهدفت فتيات دار الإيواء في البحث والدراسة، وتلك الدراسات السابقة جميعها قد تناولت موضوع التشوهات المعرفية بالبحث والدراسة، وبسبب قلة الدراسات على حدود اطلاع الباحثة التي استهدفت عينة المتزوجين بالبحث والدراسة في موضوع التشوهات المعرفية فقد تنوعت العينات في الدراسات التي تناولته.

من ناحية أدوات الدراسة:

اتفقت معظم الدراسات السابقة على استخدام المقاييس التي تقيس متغيرات الدراسة، بينما اختلفت دراسة أبو هدروس (٢٠١٥) فقد استخدمت مقياس لقياس متغيرات الدراسة وقامت بإعداد برنامج ارشادي يتكون من ١٩ جلسة وتطبيقه، ويتضح لدى الباحثة اعتماد معظم الباحثين في دراساتهم على استخدام مقاييس معدة مسبقا، بينما تفردت دراسة بخاري(٢٠٢١) في تصميم وإعداد مقاييسها الخاصة.

من ناحية المنهج:

ترى الباحثة أن جميع الدراسات السابقة اتفقت في استخدامها المنهج الوصفي المقارن لملائمته لأهداف الدراسة، بينما اختلفت دراسة أبو هدروس (٢٠١٥) في استخدامها المنهج شبه التجريبي لتحقيق أهدافه

ولقد لاحظت الباحثة أن غالبية الدراسات التي أجريت على التشوهات المعرفية اهتمت بدراسة متغيرات نفسية عديدة، إلا أنه يوجد ندرة شديدة في تناولها لمتغيرات ذات صلة بالحياة الزواجية وتناولها لفئة المتزوجين خاصة، كما لم تتناول الدراسات التشوهات المعرفية مع متغير جودة الحياة الزواجية، أيضا تبين ندرة في تناول متغير جودة الحياة الزواجية بالبحث والدراسة في البيئات العربية والمحلية خاصة. وتميزت الدراسة الحالية واختلفت عن بقية الدراسات في تناولها البحث عن علاقة كلا من أنماط التعلق والتشوهات المعرفية بجودة الحياة الزواجية، والكشف عن مدى إسهام أنماط التعلق والتشوهات المعرفية في التنبؤ بجودة الحياة الزواجية لدى عينة من المتزوجين في مدينة جدة، وترى الباحثة أنه يمكن التحقق من ذلك من خلال الدراسة.

خامسًا: فروض الدراسة:

١- توجد علاقة دالة بين أنماط التعلق وجودة الحياة الزواجية لدى عينة الدراسة من الأزواج بمدينة جدة.

٢- توجد علاقة دالة سالبة بين التشوهات المعرفية وجودة الحياة الزواجية لدى عينة الدراسة من الأزواج بمدينة جدة.

٣- يمكن أن يُسهم كل من: أنماط التعلق والتشوهات المعرفية (بوصفها متغيرات تنبؤية) في التنبؤ بجودة الحياة الزواجية (بوصفها متغير تابع) لدى عينة الدراسة من الأزواج بمدينة جدة.

منهج الدراسة واجراءاتها:

أولًا: منهج الدراسة:

في ضوء طبيعة الدراسة وأهدافها وتساؤلاتها، تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي وذلك لمناسبته لمشكلة الدراسة ومتغيراتها (عطية، ٢٠٠٩).

ثانيًا: مجتمع الدراسة:

يتمثل مجتمع الدراسة من الموظفين المتزوجين في مستشفى جامعة الملك عبدالعزيز بجميع أقسامها (الأقسام الطبية الداخلية، الأقسام الطبية المساندة، الأقسام الإدارية) بمدينة جدة.

ثالثا: عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (٢٠٢) زوج وزوجة تراوح مداهم العمري من (٢٠– ٥٠) سنة فما فوق، تم اختيارهم بالطريقة العرضية الميسرة، وذلك لعدم توفر إحصائية دقيقة تخص الحالة الاجتماعية للموظفين في أقسام المستشفى وتوفيرا للوقت، ولقد بلغ عدد الذكور(٨٢) وعدد الاناث (١٢٠)، وتم تقسيم العينة إلى أربع فئات عمرية كالتالي (٢٠–٣٠ سنة) بلغت نسبتهم (١٨. ٣%) من إجمالي أفراد عينة الدراسة، و (٣١ – ٤٠ سنة) كانت نسبتهم (٣٢. ٧%) من إجمالي أفراد عينة الدِّراسَة، والفئة العمرية من (٤١ – ٥٠ سنة) كانت نسبتهم (٢٠. ٣%) من إجمالي العينة، كما وجد أن الفئة العمرية (٥٠ سنة فما فوق) بلغت نسبتها (٢٨. ٧%) من إجمالي العينة، وذلك بهدف تغطية شريحة المتزوجين بشكل متوازن، ولقد قامت الباحثة بتوزيع أدوات الدراسة من خلال باركود للاستبيانات الإلكترونية على مفردات عينة الدراسة المتاحين لها.

رابعًا: أدوات الدراسة:

اعتمدت الباحثة في الدراسة الحالية على مجموعة من الأدوات يُمكن توضيحها فيما يلي:

مقياس اليرموك لأنماط تعلق الراشدين، إعداد (أبوغزال وجرادات، ٢٠٠٩):

وصف المقياس:

يتكون المقياس من (٢٠) فقرة مقسمة إلى ثلاثة أنماط من التعلق، ويشير كل نمط إلى مايلي – (نمط التعلق الأمن): يظهر هذا النمط إلى أي درجة ينظر الفرد بشكل إيجابي إلى نفسه وإلى الآخرين. ويتكون من (٦) فقرات، وتتراوح الدرجات عليه من (صفر) إلى (٣٠). (نمط التعلق القلق): يظهر هذا النمط إلى أي درجة ينظر الفرد بشكل سلبي إلى نفسه وبشكل إيجابي إلى الآخرين. ويتكون من (٧) فقرات، وتتراوح الدرجات عليه من (صفر) إلى (٣٥). (نمط التعلق التجنبي): يظهر هذا النمط إلى أي درجة ينظر الفرد بشكل إيجابي إلى نفسه وبشكل سلبي إلى الآخرين. ويتكون من (٧) فقرات، وتتراوح الدرجات عليه من (صفر) إلى (٣٥). تتم الإجابة على العبارات من خلال التدريج السداسي لمقياس ليكرت، وتتمثل بدائل الاستجابة على النحو التالي: (لا تنطبق اطلاقا = ٠، تنطبق نادرا = ١، تنطبق قليلا =٢، تنطبق=٣، تنطبق غالبا= ٤، تنطبق تماما = ٥)، كما أن جميع عبارات المقياس إيجابية، وتشير الدرجة المرتفعة على البعد في هذا المقياس إلى وجود درجة مرتفعة من نمط التعلق للبعد. ولقد تم تكييف عبارات المقياس لتتلائم مع أهداف الدراسة حيث تم استبدال كلمة (الآخرين) إلى (شريك حياتي) في جميع فقرات المقياس.

الخصائص السيكومترية لمقياس أنماط تعلق الراشدين:

صدق الاتساق الداخلي للأداة (الصدق البنائي):

تم حساب معامل الارتباط بيرسون "Pearson Correlation" لمعرفة الصدق الداخلي للمقياس، وذلك عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس بالدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه الفقرة، وجاءت النتائج كالتالي:

جدول (١): معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات مقياس أنماط تعلق الراشدين بالدرجة الكلية للمقياس

نمط التعلق الأمن		نمط التعلق القلق		نمط التعلق التجنبي	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
٤	٠.٦٧٠**	١	٠.٧٥٩**	٢	٠.٦٥٦**
٧	٠.٥١٥**	٣	٠.٨٥٤**	٥	٠.٧٠٤**
١٠	٠.٧٠٦**	٦	٠.٨١٤**	٨	٠.٧٤٦**
١١	٠.٤٧٣**	٩	٠.٧٣٤**	١٢	٠.٧٦٩**
١٤	٠.٦٨٨**	١٣	٠.٧٣٠**	١٥	٠.٥٧٩**
١٩	٠.٧٤٧**	١٦	٠.٧٩٦**	١٨	٠.٧٠٣**
-	-	١٧	٠.٧٥٧**	٢٠	٠.٧١٨**

** دالة عند مستوى الدلالة ٠.٠١ فأقل

من خلال استعراض النتائج الموضحة بالجدول (١) يتبين أن قيم معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات مقياس أنماط تعلق الراشدين بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه الفقرة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠١ فأقل وجميعها قيم موجبة، مما يعني وجود درجة عالية من الاتساق الداخلي وارتباط كل بُعد بعباراته بما يعكس درجة عالية من الصدق لفقرات المقياس مع ملاحظة عدم وجود درجة كلية للمقياس.

ثبات مقياس أنماط تعلق الراشدين:

قامت الباحثة بالتحقق من ثبات المقياس وذلك بحساب (الفا كرونباخ، التجزئة النصفية) والجدول التالي يوضح ثبات أداة الدراسة:

جدول (٢): قيم معاملات الثبات لمقياس أنماط تعلق الراشدين

مقياس أنماط تعلق الراشدين		معاملات ثبات المقياس		
		عدد الفقرات	الفا كرونباخ	التجزئة النصفية
البعد الأول	نمط التعلق الأمن	٦	٦٧٣ .٠	٦٩٢ .٠
البعد الثاني	نمط التعلق القلق	٧	٨٨٣ .٠	٩٢٢ .٠
البعد الثالث	نمط التعلق التجنبي	٧	٨٢٢ .٠	٦٦٢ .٠
الثبات العام لمقياس أنماط تعلق الراشدين		٢٠	٧٣٢ .٠	٧٩٤ .٠

تكشف المؤشرات الإحصائية الموضحة بالجدول (٢)، أن معاملات ثبات ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس أنماط تعلق الراشدين مرتفعة حيث تراوحت ما بين (٠. ٦٧٣ و٠. ٨٨٣)، كما بلغ الثبات العام للمقياس (٠. ٧٣٢)، وذلك بطريقة الفا كرونباخ، أما طريقة التجزئة النصفية فقد تراوحت قيم الثبات لأبعاد المقياس ما بين (٠. ٦٦٢ و ٠. ٩٢٢)، أما الثبات العام فقد بلغ (٠. ٧٩٤)، وجميعها معاملات ثبات مرتفعة مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات وبالتالي يمكن تطبيق المقياس والاعتماد عليه كأداة لتحقيق أهداف الدراسة، ومن ثم الحصول على نتائج يمكن الوثوق بها.

- مقياس التشوهات المعرفية، إعداد (2015) Roberts وتقنين الخشان (٢٠٢٠):

وصف المقياس:

يتكون المقياس من (٢٩) فقرة موزعة على ثمانية أبعاد رئيسية تتحدد في التالي (الشخصنة، تضخيم الأمور، قراءة المستقبل، الكمالية، التفكير الثنائي، التقليل، التفكير الكارثي، المقارنة بالآخرين). تتم الإجابة على عبارات المقياس وفق تدريج ليكرت الخماسي، ويشتمل على البدائل التالية: (دائما = ٥ درجات، غالبا = ٤ درجات، أحيانا = ٣ درجات، نادرا = ٢، أبدا =١)، وجميع العبارات ذات اتجاه

موجب، وتتراوح درجات الإجابة على المقياس مابين (٢٩- ١٤٥)، وتشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى ارتفاع مستوى التشوهات المعرفية لدى الفرد.

الخصائص السيكومترية لمقياس التشوهات المعرفية في الدراسة الحالية:

صدق الاتساق الداخلي للأداة (الصدق البنائي):

تم حساب معامل الارتباط بيرسون "Pearson Correlation" لمعرفة الصدق الداخلي للمقياس، وذلك عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس بالدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه الفقرة، وجاءت النتائج كالتالي:

جدول (٣): قيم معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات مقياس التشوهات المعرفية بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
الشخصنة		تضخيم الأمور		قراءة المستقبل		الكمالية	
١	٠.٧٦٥**	٦	٠.٨٥٠**	١٠	٠.٩٠٠**	١٤	٠.٦٨٩**
٢	٠.٦٦٨**	٧	٠.٨٨٧**	١١	٠.٨٠٨**	١٥	٠.٧٤٧**
٣	٠.٨٣٥**	٨	٠.٨٢٩**	١٢	٠.٩٠٨**	١٦	٠.٨٦١**
٤	٠.٨١٤**	٩	٠.٨٦٨**	١٣	٠.٨١٧**	–	–
٥	٠.٦٤٣**	–	–	–	–	–	–
التفكير الثنائي		التقليل		التفكير الكارثي		المقارنة بالآخرين	
١٧	٠.٨٤٥**	٢٠	٠.٧٣٨**	٢٣	٠.٦٥٢**	٢٧	٠.٨٠٩**
١٨	٠.٨٥١**	٢١	٠.٨١٦**	٢٤	٠.٨٧٤**	٢٨	٠.٨٥٣**
١٩	٠.٦٥٢**	٢٢	٠.٨٠٨**	٢٥	٠.٧١١**	٢٩	٠.٨٤٩**
–	–	–	–	٢٦	٠.٥٥٦**	–	–
–	–	–	–	–	–	–	–

** دالة عند مستوى الدلالة ٠.٠١ فأقل

يتبين من النتائج الموضحة بالجدول (٣) أن قيم معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات مقياس التشوهات المعرفية بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه الفقرة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠. ٠١ فأقل وجميعها قيم موجبة، مما يعني وجود درجة عالية من الاتساق الداخلي وارتباط كل بُعد بعباراته بما يعكس درجة عالية من الصدق لفقرات المقياس.

جدول (٤):معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس التشوهات المعرفية بالدرجة الكلية للمقياس

	أبعاد مقياس التشوهات المعرفية	معامل الارتباط
١	البعد الأول: الشخصنة	٠. ٨٢٧**
٢	البعد الثاني: تضخيم الأمور	٠. ٧٥٣**
٣	البعد الثالث: قراءة المستقبل	٠. ٩١٦**
٤	البعد الرابع: الكمالية	٠. ٦٠٢**
٥	البعد الخامس التفكير الثنائي	٠. ٧٠٥**
٦	البعد السادس: التقليل	٠. ٦١٠**
٧	البعد السابع: التفكير الكارثي	٠. ٧٤٧**
٨	البعد الثامن: المقارنة بالآخرين	٠. ٦٢٠**

** دالة عند مستوى الدلالة ٠. ٠١ فأقل.

من خلال استعراض النتائج الموضحة بالجدول (٤) يتبين أن قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بُعد من أبعاد مقياس التشوهات المعرفية بالدرجة الكلية للمقياس، تراوحت ما بين (٠. ٦٠٢ و٠. ٩١٦)، وجميعها قيم موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠. ٠١ ، مما يعني وجود درجة عالية من الاتساق الداخلي وارتباط مقياس التشوهات المعرفية بأبعاده، بما يعكس درجة عالية من الصدق لأبعاد المقياس.

ثبات مقياس التشوهات المعرفية:

قامت الباحثة بالتحقق من ثبات المقياس وذلك بحساب (الفا كرونباخ، التجزئة النصفية) والجدول التالي يوضح ثبات أداة الدراسة:

جدول (٥): قيم معاملات الثبات لمقياس التشوهات المعرفية

مقياس التشوهات المعرفية		معاملات ثبات المقياس		
		عدد الفقرات	الفا كرونباخ	التجزئة النصفية
البعد الأول:	الشخصنة	٥	٠.٧٩٩	٠.٧٢٢
البعد الثاني:	تضخيم الأمور	٤	٠.٨٨١	٠.٨٦٦
البعد الثالث:	قراءة المستقبل	٤	٠.٨٧٧	٠.٨٩٧
البعد الرابع:	الكمالية	٣	٠.٦٤٨	٠.٧٤٠
البعد الخامس:	التفكير الثنائي	٣	٠.٦٩٣	٠.٧١٩
البعد السادس:	التقليل	٣	٠.٦٩٣	٠.٦٤٢
البعد السابع:	التفكير الكارثي	٤	٠.٦٦٦	٠.٦٥٠
البعد الثامن:	المقارنة بالآخرين	٣	٠.٧٨٥	٠.٧٢٠
الثبات العام لمقياس التشوهات المعرفية		٢٩	٠.٩٣٢	٠.٨٣١

من خلال استعراض النتائج الموضحة بالجدول (٥)، يتبين أن معاملات الثبات لأبعاد مقياس التشوهات المعرفية مرتفعة حيث تراوحت ما بين (٠.٦٤٨ و٠.٨٨١)، كما بلغ الثبات العام للمقياس (٠.٩٣٢)، وذلك بطريقة الفا كرونباخ، أما طريقة التجزئة النصفية فقد تراوحت قيم الثبات لأبعاد المقياس ما بين (٠.٦٤٢ و٠.٨٩٧)، أما الثبات العام فقد بلغ (٠.٨٣١)، وجميعها معاملات ثبات مرتفعة مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات وبالتالي يمكن تطبيق المقياس والاعتماد عليه كأداة لتحقيق أهداف الدراسة، ومن ثم الحصول على نتائج يمكن الوثوق بها.

- **مقياس جودة الحياة الزواجية، إعداد بخاري (٢٠٢١):**

وصف المقياس:

يتكون المقياس من (٢١) فقرة موزعة ما بين أسئلة إيجابية وأسئلة سلبية، ويتضمن أربعة أبعاد رئيسية تتحدد في التالي: (العلاقة الحميمية، المشاركة الوجدانية، إدارة الحياة الزواجية، الارتياح للزوج). وتتم الإجابة على عبارات المقياس وفق تدريج ليكرت الخماسي ويحتوي المقياس على عبارات إيجابية وعبارات سلبية، ويشتمل على البدائل التالية للعبارات الإيجابية: (دائما = ٥ درجات، غالبا = ٤ درجات، أحيانا = ٣ درجات، نادرا = ٢، أبدا= ١)، أما العبارات السلبية تعكس فيها الدرجات بحيث يعطى البديل (دائما = ١، و أبدا = ٥) وتتراوح الدرجات على المقياس مابين (٢١ – ١٠٥)، وتشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى مستوى مرتفع من جودة الحياة الزواجية والعكس صحيح.

الخصائص السيكومترية لمقياس جودة الحياة الزواجية في الدراسة الحالية:

صدق الاتساق الداخلي للأداة (الصدق البنائي):

قامت الباحثة بحساب بحساب معامل الارتباط بيرسون " Pearson Correlation" لمعرفة الصدق الداخلي للمقياس، وذلك عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس بالدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه الفقرة، وكذلك حساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس بالدرجة الكلية للمقياس، وجاءت النتائج كالتالي:

جدول (٦):قيم معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات مقياس جودة الحياة الزواجية بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه

العلاقة الحميمية		المشاركة الوجدانية		إدارة الحياة الزواجية		الارتياح للزوج	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١٤	٠.٩٣٣**	١	٠.٧٥٦**	٣	٠.٨٨٨**	٢	٠.٦٥٨**
١٥	٠.٨٩٣**	٦	٠.٧٥٧**	١٢	٠.٧٢٤**	٤	٠.٥٥٧**
١٧	٠.٨٢١**	٩	٠.٨٣١**	١٨	٠.٨٢١**	٥	٠.٧٩١**
١٩	٠.٨٨٣**	١٠	٠.٧٥٥**	٢١	٠.٦٤٧**	٧	٠.٨١٠**
٢٠	٠.٨٥٥**	١١	٠.٨٢٥**	-	-	٨	٠.٥٨٤**
-	-	١٦	٠.٧٧٠**	-	-	١٣	٠.٥٩٧**

** دالة عند مستوى الدلالة ٠.٠١ فأقل

يتبين من النتائج الموضحة بالجدول (٦) أن قيم معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه الفقرة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠١ فأقل وجميعها قيم موجبة، مما يعني وجود درجة من الاتساق الداخلي وارتباط كل بُعد بعباراته بما يعكس الصدق لفقرات المقياس.

جدول (٧):قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس جودة الحياة الزواجية بالدرجة الكلية للمقياس

	أبعاد مقياس جودة الحياة الزواجية	معامل الارتباط
١	العلاقة الحميمية	٠.٩٧١**
٢	المشاركة الوجدانية	٠.٩٠٩**
٣	إدارة الحياة الزواجية	٠.٨٩٩**
٤	الارتياح للزوج	٠.٩٠٤**

** دالة عند مستوى الدلالة ٠.٠١ فأقل.

يتبين من النتائج الموضحة بالجدول (٧) أن قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بُعد من أبعاد مقياس جودة الحياة الزواجية بالدرجة الكلية للمقياس، تراوحت ما بين (٠. ٨٩٩ و٠. ٩٧١)، وجميعها قيم موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠. ٠١. ، مما يعني وجود درجة عالية من الاتساق الداخلي وارتباط مقياس جودة الحياة الزواجية بأبعاده، بما يعكس الصدق لأبعاد المقياس.

ثبات مقياس جودة الحياة الزواجية:

قامت الباحثة بالتحقق من ثبات المقياس وذلك بحساب (الفا كرونباخ، التجزئة النصفية) والجدول التالي يوضح ثبات أداة الدراسة:

جدول (٨): قيم معاملات الثبات لمقياس جودة الحياة الزواجية

مقياس جودة الحياة الزواجية		معاملات ثبات المقياس		
		عدد الفقرات	الفا كرونباخ	التجزئة النصفية
البعد الأول	العلاقة الحميمية	٥	٠. ٩٢١	٠. ٩٢٣
البعد الثاني	المشاركة الوجدانية	٦	٠. ٨٧٢	٠. ٨٧٨
البعد الثالث	إدارة الحياة الزواجية	٤	٠. ٧٧٤	٠. ٧١٦
البعد الرابع	الارتياح للزوج	٦	٠. ٧١٦	٠. ٧٩٧
الثبات العام لمقياس جودة الحياة الزواجية		٢١	٠. ٩٤٩	٠. ٩٢٩

تكشف المؤشرات الإحصائية الموضحة بالجدول (٨)، أن معاملات الثبات لأبعاد مقياس جودة الحياة الزواجية مرتفعة حيث تراوحت ما بين (٠. ٧١٦ و٠. ٨٧٢)، كما بلغ الثبات العام للمقياس (٠. ٩٤٩)، وذلك بطريقة الفا كرونباخ، أما طريقة التجزئة النصفية فقد تراوحت قيم الثبات لأبعاد المقياس ما بين (٠. ٧١٦ و ٠. ٨٧٨)، أما الثبات العام فقد بلغ (٠. ٩٢٩)، وجميعها معاملات ثبات مرتفعة مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات وبالتالي يمكن تطبيق المقياس والاعتماد عليه كأداة لتحقيق أهداف الدراسة.

خامسًا: أساليب المعالجة الإحصائية:

أُجريت التحليلات الإحصائية باستخدام حزمة البرامج الإحصائيَّة للعلوم الاجتماعيَّة المعروف اختصارًا باسم Statistical Package For Social Sciences (SPSS)، وتم استخدام أساليب المعالجة الإحصائية التالية:

١. **التكرارات والنسب المئوية:** للتعرف على البيانات الديموغرافية لعينة الدراسة وتحديد استجاباتهم تجاه العبارات التي تتضمنها أدوات الدراسة.
٢. **المتوسط الحسابي:** لمعرفة مدى ارتفاع أو انخفاض استجابات أفراد الدراسة على كل عبارة من عبارات متغيرات الدراسة الرئيسية بحسب أبعاد المقاييس، مع العلم بأنه يفيد في ترتيب العبارات حسب أعلى متوسط حسابي موزون.
٣. **الانحراف المعياري:** للتعرف على مدى انحراف أو تشتت استجابات أفراد عينة الدراسة لكل عبارة من عبارات محاور الدراسة، ولكل محور من المحاور الرئيسة عن متوسطها الحسابي.
٤. **معامل الارتباط بيرسون:** لمعرفة درجة الارتباط بين فقرات المقياس والبعد الذي تنتمي إليه كل فقرة من فقرات الاستبانة، كما استخدمته الباحثة في الكشف عن العلاقة بين متغيرات الدراسة.
٥. **معامل ألفا كرو نباخ- التجزئة النصفية:** للتحقق من ثبات أدوات
٦. **معامل الانحدار المتعدد:** للتحقق من إمكانية التنبؤ من كل من (أنماط التعلق والتشوهات المعرفية) بجودة الحياة الزواجية لدى عينة الدراسة.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

تحليل ومناقشة نتيجة الفرض الأول والذي نص على الآتي: "توجد علاقة دالة بين أنماط التعلق وجودة الحياة الزواجية لدى عينة الدراسة من الأزواج بمدينة جدة".

وللتحقق من صحة الفرض، استخدمت الباحثة معامل الارتباط المستقيم لبيرسون، وقد جاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (٩): قيم معاملات الارتباط بين أنماط التعلق وجودة الحياة الزواجية بأبعادها

جودة الحياة الزواجية / أنماط تعلق الراشدين	العلاقة الحميمة	المشاركة الوجدانية	إدارة الحياة الزوجية	الارتياح للزوج	الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الزواجية
نمط التعلق الآمن	٠.٧٠٢**	٠.٦٣٣**	٠.٦٤٤**	٠.٦٥٦**	٠.٧١٣**
نمط التعلق القلق	-٠.٦١٣**	-٠.٦٦١**	-٠.٥٠٦**	-٠.٦٤٠**	-٠.٦٥٥**
نمط التعلق التجنبي	-٠.٥٣٧**	-٠.٥٣١**	-٠.٤٣٩**	-٠.٥٧٢**	-٠.٥٦٣**

**دالة إحصائيا عند مستوى دلالة ٠. ٠١

من خلال استعراض النتائج الموضحة بالجدول السابق يتبين ما يلي:

وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠. ٠١) بين نمط التعلق الآمن والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الزواجية حيث بلغت قيمة الارتباط (٠. ٧١)، كما تراوحت قيم معاملات الارتباط بين أبعاد جودة الحياة الزواجية ونمط التعلق الآمن مابين (٠. ٦٣-٠. ٧١). وهذه النتيجة تدل على أنه كلما ارتفع مستوى نمط التعلق الآمن، كلما ارتفعت جودة الحياة الزواجية لدى أفراد عينة الدراسة.

وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠. ٠١)، بين نمط التعلق القلق والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الزواجية حيث بلغت قيمة الارتباط (-٠. ٦٥)، كما تراوحت قيم معاملات الارتباط بين أبعاد جودة الحياة الزواجية ونمط التعلق القلق مابين (-٠. ٥٠- -٠. ٦٤)، وفي نفس الاتجاه تبين وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠. ٠١)، بين نمط التعلق التجنبي والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الزواجية حيث بلغت قيمة الارتباط (-٠. ٥٦)، كما تراوحت قيم معاملات الارتباط بين أبعاد جودة الحياة الزواجية ونمط التعلق القلق ما بين

(-٠. ٤٣- -٠. ٥٧) وهذه النتيجة تدل على أنه كلما ارتفع بعدي نمط التعلق القلق والتعلق التجنبي كلما انخفضت جودة الحياة الزواجية لدى أفراد عينة الدراسة، والعكس صحيح.

وهذه النتيجة تدل على قبول الفرض الأول، وتعزى الباحثة هذه النتيجة إلى أن سلوكيات الزوج اتجاه شريك حياته وعلاقته معه تختلف باختلاف نوع التعلق لديه، بحيث يتميز الأزواج ذو التعلق الآمن بالثقة والتقبل في علاقتهم مع شريك الحياة وعدم التعلق المبالغ فيه أو التجنب التام عنهم، مما يسهم في تكون علاقات سليمة صحية لديهم، بعكس أصحاب التعلق الغير آمن (القلق – التجنبي) الذي يظهر عليهم عدم الارتياح في علاقاتهم سواء بالخوف من الرفض مما يؤدي إلى القرب الزائد والانشغال بشريك الحياة للشعور بالقبول والتقدير، أو البعد التام عنه ورفض التقرب منه لعدم الثقة به، وبدوره يؤدي ذلك إلى تزعزع العلاقة فيما بينهم والبعد وعدم التفاهم فيؤثر ذلك على جودة حياتهم الزواجية.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة Cirhinlioğlu et al (٢٠١٨). والتي كشفت عن وجود علاقة ارتباطية دالة بين أنماط التعلق والتدين والجودة الزواجية، حيث أنه كلما انخفض نمط التعلق القلق لدى النساء وازداد التدين لديهن ارتفعت الجودة الزواجية، وكلما انخفض نمط التعلق المتجنب لدى الرجال وازداد التدين لديهم ارتفعت الجودة الزواجية، بالتالي وجود علاقة سالبة بين نمطي التعلق القلق والمتجنب وبين الجودة الزواجية. كما اتفقت مع دراسة Sandberg et al (٢٠١٧). والتي خلصت نتائجها إلى أن نمط التعلق الآمن مرتبط بمستويات عالية من العلاقات الصحية وجودة الحياة الزواجية في عكس نمط التعلق القلق والتجنبي. كما اتفقت مع دراسة (2018) Takhttavani& Afsharinia والتي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين نمط التعلق الآمن لدى الراشدين والتكيف الزواجي ووجود علاقة ارتباطية سلبية بين نمط التعلق القلق لدى الراشدين والتكيف الزواجي.

تحليل ومناقشة نتيجة الفرض الثاني والذي نص على الآتي:"توجد علاقة دالة سالبة بين التشوهات المعرفية وجودة الحياة الزواجية لدى عينة الدراسة من الأزواج بمدينة جدة".

وللتحقق من صحة الفرض، استخدمت الباحثة معامل الارتباط المستقيم لبيرسون، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (١٠) قيم معاملات الارتباط بين التشوهات المعرفية وجودة الحياة الزواجية لدى عينة من الأزواج

جودة الحياة الزواجية / التشوهات المعرفية	العلاقة الحميمة	المشاركة الوجدانية	إدارة الحياة الزواجية	الارتياح للزوج	الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الزواجية
البعد الأول: الشخصنة	-.٣١٨**	-.٣٠٣**	-.٢٠٥**	-.٣٢٧**	-.٣١٣**
البعد الثاني: تضخيم الأمور	-.٢٨٤**	-.٢٨٤**	-.٢٠٥**	-.٣٤٦**	-.٣٠٣**
البعد الثالث: قراءة المستقبل	-.٣٨٧**	-.٣٥٩**	-.٢٩٣**	-.٤٤٦**	-.٤٠٢**
البعد الرابع: الكمالية	-.٢٢٨**	-.٢٥٧**	-.٠٨٦	-.٢٦٠**	-.٢٢٧**
البعد الخامس: التفكير الثنائي	-.٣٤٧**	-.٣٠٨**	-.٢٤٢**	-.٤٢١**	-.٣٥٧**
البعد السادس: التقليل	-.٢٣٠**	-.٢٠٤**	-.١٩٢**	-.٢٥٢**	-.٢٣٨**
البعد السابع: التفكير الكارثي	-.٢٧٥**	-.٢٦٠**	-.٢٢١**	-.٣٥٤**	-.٣٠٠**
البعد الثامن: المقارنة بالآخرين	-.٣٧٧**	-.٣٧٧**	-.٣٠٢**	-.٣٩٤**	-.٣٩٣**
الدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية	-.٤٢٥**	-.٤٠٩**	-.٣٠٤**	-.٤٨٧**	-.٤٤١**

**دالة عند مستوى دلالة ٠.٠١ فأقل

تكشف المؤشرات الإحصائية الموضحة بالجدول (١٠) عن وجود علاقة سالبة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠. ٠١)، بين الدرجة الكلية لمقياس التشوهات المعرفية والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الزواجية حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (-٠. ٤٤)، كما تراوحت قيم معاملات الارتباط بين أبعاد التشوهات المعرفية والدرجة الكلية لجودة الحياة الزواجية مابين (-٠. ٢٢- -٠. ٤٠) وجميعها في الاتجاه السلبي، ولقد كان بعد قراءة المستقبل هو أكثر الأبعاد ارتباطا بجودة الحياة الزواجية، أيضا تراوحت قيم معاملات الارتباط بين أبعاد جودة الحياة الزواجية والدرجة الكلية للتشوهات المعرفية مابين (-٠. ٣٠- -٠. ٤٨)، وتبين أن بعد الارتياح للزوج هو أكثر الأبعاد ارتباطا بالتشوهات المعرفية، وهذه النتيجة تدل على أنه كلما ارتفعت التشوهات المعرفية لدى الأزواج انخفضت جودة الحياة الزواجية والعكس صحيح.

وهذه النتيجة تؤكد على صحة الفرض الثالث. وترجع الباحثة هذه النتيجة إلى سمات و خصائص الأزواج الذين يعانون من التشوهات المعرفية، فنجد أن لديهم انطباعات مبالغ فيها عن الذات سواء بالإيجاب أو السلب، كما أن أسلوب تفكيرهم يتسم بأنه منغلق وغير قادر على التوافق مع أحداث الحياة المتنوعة، فيكون الزوج أو الزوجة غير مرن وجامد في تعامله مع شريك حياته ولا يوجد لديه تقبل للرأي الآخر، ويكون ذو نظرة سلبية لما حوله سواء لمواقف الحياة أو لشريكه، مما قد يؤدي به ذلك إلى صعوبة التكيف مع متطلبات الحياة بطريقة إيجابية، وعدم استقرار علاقته، بحيث يتخللها الكثير من التقييمات والأحكام السلبية، فمن خلال استنتاجات الزوج أو الزوجة الغير منطقية وتفسير ردود أفعال شريك الحياة بطرق متطرفة غير صحيحة، يشكل لديه انفعالات مبالغ فيها مما يؤدي إلى مشاكل بينهما، وهذا بدوره يؤثر على العلاقة بينهما.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة أبوهدروس (٢٠١٥) التي توصلت إلى أن تعديل التشوهات المعرفية ساهم في تحسين التوافق الزواجي لدى الطالبات المتزوجات. كما

تبين النتيجة السابقة الأثر السلبي للتشوهات المعرفية على حياة الأفراد، وهذا ما اتفقت فيه دراسة الجاهلي (٢٠١٨) التي كشفت عن وجود علاقة ارتباطية عكسية (سالبة) دالة بين بعد تعميم أفكار الفشل في التشوهات المعرفية وجودة الحياة لدى فتيات دار الإيواء. ومما سبق يتضح لنا تأثير التشوهات المعرفية على حياة الأفراد بشكل سلبي عامة وعلى المتزوجين بشكل خاص.

تحليل ومناقشة نتيجة الفرض الثالث والذي نص على الآتي: "يمكن أن يُسهم كل من: أنماط التعلق والتشوهات المعرفية (بوصفها متغيرات تنبؤية) في التنبؤ بجودة الحياة الزواجية (بوصفها متغير تابع) لدى عينة الدراسة من الأزواج بمدينة جدة "

وللتحقق من صحة الفرض وأثر كل من أنماط التعلق والتشوهات المعرفية على جودة الحياة الزواجية لدى عينة الدراسة، استخدمت الباحثة تحليل الانحدار الخطي المتعدد، وذلك بعد التأكد من اعتدالية توزيع البيانات وعدم وجود قيم شاذة، وجاءت النتائج كما هو موضح في الجدول (١١):

جدول (١١) نتائج تحليل تباين الانحدار المتعدد لقياس الأثر بين المتغيرات المستقلة (أنماط التعلق والتشوهات المعرفية) والمتغير التابع (جودة الحياة الزواجية) لدى عينة الدراسة

	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجات الحرية	معامل الارتباط R	معامل التحديد (R^2)	قيمة (ف)	مستوى المعنوية
بين المجموعات	٢٠٩.١١٤	٥٥٢.٢٨	٤	٧١٠.٠	.٠ ٧٠٤	.١٢٠ ٦١٢	٠٠٠.٠
داخل المجموعات	٦٣٥.٤٦	.٢٣٧	١٩٧				
المجموع	٨٤٤.١٦٠		٢٠١				

يتبين من النتائج الموضحة بالجدول (١١) صلاحية معنوية الارتباط و وجود تأثير للمتغيرات المستقلة مجتمعة (أنماط التعلق، التشوهات المعرفية) على المتغير التابع (جودة الحياة الزواجية)، ويدل على ذلك قيمة (ف) المحسوبة، والتي بلغت قيمتها (١٢٠. ٦١)، وأنها كانت ذات دلالة إحصائية، حيث بلغت قيمة الدلالة (٠. ٠٠٠)، وهو أقل من مستوى الدلالة (٠. ٠٠٥)، ويعزز ذلك قيمة معامل التحديد(٠. ٧٠٤=)، حيث يتضح أن أنماط التعلق والتشوهات المعرفية تسهم بنسبة ٧٠% من التباين في جودة الحياة الزواجية، وذلك يؤكد على وجود علاقة دالة إحصائيا وصلاحية النموذج في التنبؤ، بدليل الارتباط والذي بلغت قيمته (٠. ٧١٠)، وهي قيمة ارتباط مرتفعة مما يدل على أنه يمكن تنبؤ كل من أنماط التعلق (نمط التعلق الآمن، نمط التعلق القلق، نمط التعلق التجنبي) والتشوهات المعرفية بجودة الحياة الزواجية، ويوضح جدول (١٢) التالي نتائج قيم بيتا ومستوى دلالتها:

جدول (١٢) نتائج قيم بيتا لتحليل تباين الانحدار المتعدد

المحاور	معامل الانحدار B	بيتا	قيمة (ت)	مستوى المعنوية
الثابت (Constant)	٢٦٠ .٣		٣٩١ .١٤	٠٠٠ .٠
التعلق الآمن	٤١٩ .٠	٤٨٥ .٠	٩٧٢ .١٠	٠٠٠ .٠
التعلق القلق	٢٥٣ .٠-	٣٢١ .٠-	٥٥٥ .٦-	٠٠٠ .٠
التعلق التجنبي	١٣٣ .٠-	١٦٢ .٠-	٥٥٣ .٣-	٠٠٠ .٠
التشوهات المعرفية	١٩٦ .٠-	١٤٢ .٠-	٢١٦ .٣-	٠٠٢ .٠

تُشير النتائج الموضحة بالجدول (١٢) إلى وجود أثرًا سلبيًا لكل من أنماط التعلق غير الآمنة (القلق، التجنبي) والتشوهات المعرفية على جودة الحياة الزواجية لدى عينة الدراسة، حيثُ بلغت قيم بيتا (٠. ٣٢١، -٠. ١٦٢، -٠. ١٤٢) كما بلغت

قيم مستوى الدلالة (٠. ٠٠، ٠. ٠٠٢) وهي قيم دالة إحصائياً. كما تبين وجود أثر إيجابي لنمط التعلق الآمن على جودة الحياة الزواجية حيث بلغت قيمة بيتا (٠. ٤٨٥) عند مستوى دلالة (٠. ٠٠) وهي دالة إحصائيا.

وتعزي الباحثة هذه النتيجة إلى أن تماسك الحياة الزواجية واستقرارها مبني على تعلق الزوجين ببعضهما والتفاهم بينهما ومودتهما والقرب من بعضهما، ولا يمكن تحقيق ذلك إلا إذا كانت علاقتهما مبنية على الدعم والتعاون والثقة المتبادلة وخلوها من الأفكار الغير منطقية و الأحكام والتقييمات السلبية، وذلك فيما تقتضيه الحياة الزوجية من ممارسة الحقوق والمسؤوليات. كما وتفسر الباحثة قدرة تنبؤ التعلق الآمن بارتفاع جودة الحياة الزواجية لدى الأزواج، بينما في المقابل تنبؤ أنماط التعلق غير الآمنة والتشوهات المعرفية بانخفاض جودة الحياة الزواجية، أن العلاقة الزواجية بين الزوجين تتأثر بشخصية كل من الزوج والزوجة، سواء في تدعيم القرب والمشاركة بينهما، أو في خلق نوع من الصراع والتوتر من خلال البعد عن شريك الحياة وعدم الثقة به و مشاركته أمور حياته، أومن خلال زيادة درجة القلق من فقدانه، وذلك بسبب ما يحملونه من معتقدات سلبية تجاه أنفسهم، كما تتأثر تتأثر أيضا بدرجة اختلافهما الفكري الانفعالي أمام المواقف والأحداث التي تمر عليهما، أو بدرجة عدم القابلية على التكيف مع المتطلبات الجديدة للحياة الزوجية، بسبب سوء تفسير وإدراك لتلك المتطلبات من حيث تبنيهما لمعتقدات ومبادئ مشوهة معرفيا فالنظرة السلبية للذات و لشريك الحياة قد تؤدي إلى تجنب المشاركة العاطفية، والمشاركة في الأمور الاقتصادية والاجتماعية التي تخص الأسرة، وهذا بدوره يسهم في سوء التواصل والتفاعل ويزعزع الاستقرار بينهم، كما يؤدي إلى عدم وجود الدعم العاطفي والثقة والمساندة بينهما مما يسهم في عدم الاستقرار والشعور بالراحة، ويؤثر ذلك على تفاعلهم الزواجي وعدم الرضا عن حياتهم الزواجية، وذلك بدوره ينبئ بانخفاض جودة حياتهم الزواجية، والعكس صحيح فإذا شعر كل منهما بالأمان والراحة بقرب شريكه

وكان بينهما حب واهتمام لبعضهما ومشاركة لمسؤوليات الحياة وثقة متبادلة وتقديم الدعم اللازم فإن ذلك يسهم في تطور العلاقة في الاتجاه السليم الذي بدوره يؤدي إلى الاستقرار والتفاهم بينهما.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة مبارك وآخرون (٢٠٢٠)، والتي توصلت إلى أن نمطي التعلق بالشريك لهما إسهام دال في التنبؤ بالتوافق الزواجي، وأن هذه الاسهامات مجتمعة تفسر ٦٩% من نسبة تباين الدرجة الكلية للتنبؤ بالتوافق الزواجي. كما تتفق مع نتيجة دراسة Takhttavani& Afsharinia (2018) والتي توصلت إلى أن أنماط التعلق لديها القدرة في التنبؤ بالتوافق الزواجي لدى الأزواج، كما اتفقت مع دراسة الجبيلة (٢٠١٨) التي توصلت إلى أنه يمكن التنبؤ بالسعادة لدى المتزوجين من خلال نمطي التعلق الآمن والتجنبي، كما تؤيد هذه النتيجة دراسة أبوهدروس (٢٠١٥)، والتي بينت أن تعديل التشوهات المعرفية ساهم في تحسين التوافق الزواجي لدى الطالبات المتزوجات. مما يؤكد على قدرة التشوهات المعرفية في التنبؤ بجودة حياة المتزوجين، كما تؤيد هذه النتيجة دراسة بخاري (٢٠٢١)، التي توصلت بأنه يمكن التنبؤ برضا الزوجين من خلال درجاتهم على جودة الحياة الزواجية لدى أفراد العينة، وأن زيادة درجة رضا الزوجين تعمل على زيادة درجة جودة الحياة الزواجية.

توصيات الدراسة:

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج بشقيها النظري والميداني توصي الدراسة بالتالي:

١- نشر الوعي بين أفراد المجتمع والأزواج خاصة بأهمية التعلق الوجداني وطرق تكونه بين الزوجين وتأثيره على علاقتهما الزواجية، وضرر التشوهات المعرفية على حياتهما.

٢- توجيه وتدريب المختصين في الارشاد الزواجي بأهمية التركيز على البرامج العلاجية التي تهدف إلى تعديل أنماط التعلق غير الآمنة لدى الأزواج وخفض مستوى التشوهات المعرفية لديهم.

٣- تفعيل دور الأقسام المعنية برعاية الأسرة والزواج بتثقيف المقبلين على الزواج بطبيعة العلاقة الزواجية بين الزوجين وما يتخللها من أساليب تعلق وتشوهات فكرية تؤثر على سلوكياتهم مع بعضهم البعض وتمتد لتؤثر على الأسرة ككل.

المقترحات البحثية:

امتدادًا لما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج، وسعيا لإثراء المكتبة العربية تقترح الباحثة إجراء المزيد من الدراسات ذات الصلة في مجال الصحة النفسية للمتزوجين، ومنها:

١- إجراء دراسة عن فعالية برنامج إرشادي يهدف إلى تعديل التشوهات المعرفية في رفع مستوى جودة الحياة الزواجية لدى الأزواج.

٢- إجراء دراسة عن فعالية برنامج علاجي قائم على تعديل أنماط التعلق غير الآمنة لدى الأزواج لتحسين مستوى جودة الحياة الزواجية.

قائمة المراجع

المراجع العربية:

١. أبو أسعد، أحمد عبداللطيف، وعربيات، أحمد عبدالحليم. (٢٠٢٠). نظريات الإرشاد النفسي والتربوي (ط. ٥). دار المسيرة للنشر والتوزيع.

٢. أبو غزال، معاوية، وجردات، عبد الكريم. (٢٠٠٩). أنماط تعلق الراشدين وعلاقتها بتقدير الذات والشعور بالوحدة. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ٥(١)، ٤٥-٥٧.

٣. أبوهدروس، ياسرة محمد. (٢٠١٥). فعالية برنامج إرشادي يستند إلى النظرية المعرفية ل"بيك" في تعديل التشوهات المعرفية لدى عينة من المتزوجات وأثره على التوافق الزواجي لديهن. مجلة رسالة التربية وعلم النفس، ١(٥٠)، ١٣١-١٦٢.

٤. أبوهلال، ياسمين حسن. (٢٠٢٠). أنماط التعلق وعلاقتها بالتشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية. مجلة العلوم التربوية والنفسية، ٤ (٨)، ١٥٥-١٧٤.

٥. بخاري، مجدي نجم الدين. (٢٠٢١). أثر العلاج الزواجي على جودة الحياة الزواجية وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى الزوجين. المجلة العربية للآداب والدراسات الإنسانية، ٥ (١٨)، ١٦٧-١٩٤.

٦. بدوي، ممدوح محمود مصطفى. (٢٠١٩). تعديل التشوهات المعرفية وأثره على القلق الاجتماعي لدى طلاب كلية الإعلام بجامعة الأزهر. مجلة كلية التربية، ١(١٨١)، ٧٧٥-٨٥٩.

٧. بلعباس، نادية. (٢٠١٦). أنماط الاتصال وعلاقتها بجودة الحياة الزواجية [أطروحة دكتوراه منشورة، جامعة وهران]. بنك المعلومات العربي (أسك زاد).

٨. الجراح، رانيا، والمومني، فواز. (٢٠٢٠). الاسهام النسبي لتقدير الذات والتشوهات المعرفية وبعض المتغيرات الديموغرافية في أعراض الشخصية النرجسية لدى طلبة جامعة اليرموك. مقبولة للنشر، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية.

٩. الجاهلي، حورية صالح. (٢٠١٨). التشوهات المعرفية وعلاقتها بجودة الحياة لدى فتيات دار الإيواء بالرياض [رسالة ماجستيرغير منشورة]. جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

١٠. الجبيلة، الجوهرة فهد. (٢٠١٩). أنماط التعلق الوجداني وعلاقتها بالسعادة في ضوء بعض المتغيرات لدى عينة من المتزوجين السعوديين: دراسة وصفية مقارنة. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، ٤٣(٣)، ١٥-٦٨.

١١. حسن، رباب أحمد، ومبارك، خلف أحمد، و محمود، وفاء محمد. (٢٠٢٠). نمطا التعلق بالشريك الآخر القلق والمتجنب كمنبئين بالتوافق الزواجي لدى حديثي الزواج. مجلة شباب الباحثين في العلوم التربوية، 1(٥)، ١٣٦٦-١٤٠٦.

١٢. الخشان، إسلام حمدان. (٢٠٢٠). الفراغ الوجودي وعلاقته بالتشوهات المعرفية لدى عينة من النساء غير المنجبات[رسالة ماجستير، جامعة اليرموك]. قاعدة بيانات دار المنظومة.

١٣. خوري، لمى سميح. (٢٠٠٤). العلاقة بين أنماط تعلق الراشدين بأزواجهم والتكيف الزواجي [رسالة ماجستير، الجامعة الأردنية]. قاعدة دار المنظومة

١٤. رسلان، سماح أبو السعود. (٢٠١١). التشوهات المعرفية وعلاقتها بالتفكير الخرافي لدى طلاب كلية التربية. مجلة القراءة والمعرفة، ١ (١١٧)، ٥٨-٩٧.

١٥. شوقي، طريف. (١٩٩٨). توكيد الذات: مدخل لتنمية الكفاءة الشخصية. القاهرة. دارغريب للطباعة والنشر.

١٦. عطية، محسن علي. (٢٠٠٩). البحث العلمي في التربية مناهجه، أدواته، وسائله الإحصائية. دار المناهج

١٧. علاوي، مسعودة، و مخلوفي، عمار. (٢٠١٨). أنماط التعلق لدى المراهقين: دراسة ميدانية بمدينة الأغواط. مجلة جامعة عمارثليجي، ١(٦٩)، ١٩٥-٢٠٨.

١٨. عودة، فتحية أحمد، وحمدي، محمد نزيه عبدالقادر. (٢٠١٥). أثر برنامج إرشادي لتعديل التشويهات المعرفية لدى الزوجات في تحسين مستوى التكيف الزواجي والعلاقة مع الأبناء. مجلة دراسات العلوم التربوية، ٤٢ (١)، ٣٠١-٣٢١.

١٩. المالكي، حنان. (٢٠١٠). أنماط التعلق لدى الراشدين وعلاقتها بفعالية الذات والمهارات الاجتماعية. مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ٤ (٣)، ٢٠٣- ٢٣١.

٢٠. الهيئة العامة للإحصاء. (٢٠٢٠). إحصاءات الزواج والطلاق ٢٠٢٠.

٢١. https://www. stats. gov. sa/ar/6747

المراجع الأجنبية:

1. Afsharinia, K. , & Takhttavani, M. (2018). Prediction of marital adjustment based on attachment styles and deterministic thinking of couples among students. Journal of Research & Health, 8 (3), 218-225.
2. Amini, M. , & Heydari, H. (2022). Effectiveness of relationships enrichment education on improvement of life quality and marital satisfaction in married female students. Journal of Education and Community Health, 3(2), 23-31.
3. Cirhinlioğlu,F. G. , Cirhinlioğlu, Z. ,& Tepe, Y. (201٨). The Mediating Role of Religiousness in the Relationship between the Attachment Style and Marital Quality. Current Psychology,37(1),207-2015.
4. Fairbairn, C. E. , Briley, D. A. , Kang, D. , Fraley, R. C. , Hankin, B. L. , & Ariss, T. (2018). A meta-analysis of longitudinal associations between substance use and interpersonal attachment security. Psychological bulletin, 144(5), 532-555.
5. Feeney, J. A. (2011). Adult attachment and conflict behavior: Delineating the links. Acta de Investigation Psicologiacal,1(2),233- 253.
6. Fraley, R. C. , & Shaver, P. R. (2000) Adult Romantic Attachment: Theoretical Developments, Emerging Controversies, and Unanswered Questions. Review of General Psychology,4 (2),132-154.
7. Hazan, C. , & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. Journal of Personality and Social Psychology, 52(3), 511–524.
8. Johnson,S. M. (2004). The practice of Emotionally Focus couple therapy: creating connection, Brunner-Routledge.
9. Kaplan, S. C. , Morrison, A. S,. Goldin, P. R,. Olino, T. M,. Heimberg, R. G,. & Gross, J. (2017). The cognitive distortions questionnaire (cd-quest): validation in a sample of adults with social anxiety disorder. Cognitive Therapy Research, 41(4), 576-587.
10. Mikulincer, M. , & Shaver, P. , R. (2007). Boosting Attachment Security to Promote Mental Health, Prosocial Values, and Inter-Group Tolerance. Psychological Inquiry, 18(3),139–156.
11. Niknam, M. , & Rikhtehgar, B. A. (2022). The Moderating Role of Emotional Blackmail in the Relationship between Schema Modes and Quality of Marital Life. Journal of Psychological Studies,17(4),161-182.

12. Roberts,M. ,B. (2015). Inventory of cognitive distortions: validation of a measure of cognitive distortions using a community sample [Doctoral dissertation, University of Philadelphia]. PCOM Psychology Dissertations. https://digitalcommons. pcom. edu/cgi/viewcontent. cgi?article=1324&context=psychology_dissertations.

13. Sandberg, J. G. , Bradford, A. B. , & Brown, A. P. (2017). Differentiating between Attachment Styles and Behaviors and their Association with Marital Quality. Journal of Family Process, 56(2), 518–531.

14. Sayehmiri, K. , Kareem, K. I. , Abdi, K. , Dalvand, S. , & Gheshlagh, R. G. (2020). The relationship between personality traits and marital satisfaction: a systematic review and meta-analysis. BMC psychology, 8(1), 1-8.

15. Şimşek, O. M. , Koçak, O. , & Younis, M. Z. (2021). The impact of interpersonal cognitive distortions on satisfaction with life and the mediating role of loneliness. Sustainability, 13(16), 1-18.

16. Strand, P. S. , Vossen, J. J. , & Savage, E. (2019). Culture and child attachment patterns: A behavioral systems synthesis. Perspectives on Behavior Science, 42(4), 835-850.

17. Williams, K. (2004). Has the future of marriage arrived A contemporary examination of gender, marriage and psychological well-being. Journal of Health and Social Behavior, 44(4),470-487.