

علاقة الوفاء الوجودي بالإرهاق العاطفي والخوف من العلاقة الحميمة لدى عينة من المطلقين في شمال الأردن

The Relationship of Existential Fulfillment to Emotional Exhaustion and Fear of Intimacy among a Sample of Divorced in Northern Jordan

محمد علي المومني^{1*}

¹ جامعة إربد الأهلية (الأردن)، dr-momani82@hotmail.com

تاريخ النشر: 2025-03-30

تاريخ القبول: 2025-03-16

تاريخ الاستلام: 2024-10-29

ملخص: هدفت الدراسة الحالية للتعرف على العلاقة بين الوفاء الوجودي والإرهاق العاطفي والخوف من العلاقة الحميمة لدى عينة من المطلقين في شمال الأردن، وتكونت عينة الدراسة من (2398) مطلقاً ومطلقة. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وقام الباحث بإعداد المقاييس لمتغيرات الدراسة الثلاث. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الوفاء الوجودي جاء بدرجة ضعيفة، بينما جاء مستوى الإرهاق العاطفي والخوف من العلاقة الحميمة بدرجة كبيرة. وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوفاء الوجودي تعزى لمتغيري الجنس والعمر، بينما كانت هناك فروق في متغير عدد سنوات الزواج لصالح ذوي السنوات الأقل من 7 سنوات؛ كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإرهاق العاطفي والخوف من العلاقة الحميمة تعزى لمتغير الجنس لصالح المطلقات، وفي العمر لصالح ذوي العمر الأقل من 30 سنة، بينما لم تكن هناك فروق في مستوى الإرهاق العاطفي والخوف من العلاقة الحميمة تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج. وكانت هناك علاقة سلبية دالة إحصائياً بين الوفاء الوجودي وكل من الإرهاق العاطفي والخوف من العلاقة الحميمة لدى المطلقين

الكلمات المفتاحية: الوفاء الوجودي؛ الإرهاق العاطفي؛ الخوف من العلاقة الحميمة؛ المطلقين؛ شمال الأردن.

Abstract: The current study aimed to identify the relationship between existential fulfillment, emotional exhaustion, and fear of intimate relationships among a sample of divorced people in northern Jordan. The study sample consisted of (2398) divorced men and women, to achieve the study objectives, the descriptive correlational approach was used, and the researcher prepared measures for the three study variables. The results of the study showed that the level of existential fulfillment was weak, while the level of emotional exhaustion and fear of intimacy was high. There were no statistically significant differences in the level of existential fulfillment due to the variables of gender and age, while there were differences in the variable of the number of years of marriage in favor of those with less than 7 years. The results also showed that there were statistically significant differences in the level of emotional exhaustion and fear of intimate relationships due to the gender variable in favor of divorced women, and in age in favor of those under 30 years, while there were no differences in the level of emotional exhaustion and fear of intimate relationships due to the number of years of marriage variable. There was a statistically significant negative relationship between existential fulfillment and both emotional exhaustion and fear of intimacy among divorced

Keywords: Existential Fulfillment; Emotional Exhaustion; Fear of Intimacy; Divorced; Northern Jordan

1- مقدمة:

تعتبر عملية الانفصال والطلاق أزمة حياة لها من الآثار طويلة المدى على أطراف عملية الطلاق سواء أكان الزوج والزوجة أو الأبناء، وقد يعاني المطلقون من أعراض الصحة النفسية والعاطفية أثناء الطلاق وبعده وقد يستغرق وقتًا طويلاً للتكيف مع الحياة الجديدة بعد الانتهاء من عملية الطلاق، وقد يؤثر الطلاق على انخفاض مستوى الشعور بالسعادة، وتأثيرات في المشكلات النفسية والعاطفية، والسلوكية، بالإضافة إلى فقدان الإحساس بالمعنى والهدف من الحياة، والخوف من بناء علاقة جديدة مع أفراد آخرين، الأمر الذي يترتب عليها توتر وقلق لدى المطلقين والمطلقات وخوفهما من الاقتراب لدى الطرف الآخر، والعيش بتعب وإرهاق دائما يؤثر في حياتهما.

يشعر الأزواج بالقلق تجاه أنفسهم أو شركائهم، فإن ذلك يؤثر على تكيفهم وتكيفهم مع المشكلات الزوجية أي أن دعم الشريك السلبي لا يفضي إلى تكيف الزوجين مع الزواج، مما قد يؤدي إلى الوقوع في الطلاق، فالدعم السلبي من قبل الشريك يتوسط العلاقة بين العصابية والميل إلى الطلاق، وأن قرار الزوجين بالطلاق يعتمد على ثلاثة جوانب لا غنى عنها: الضعف، والتوتر، والتكيف (التأقلم والتكيف مع المشاكل في الزواج)، ومن بينها يمكن أن يتأثر التوتر بعوامل أخرى مثل المستوى الاقتصادي والاجتماعي وغيرها، (Wilson, 2023) فالأزواج الذين يسعون إلى الطلاق يعانون من المخاوف مؤلمة والاكتئاب، والضيق واضطراب الصحة النفسية والعاطفية ويواجهون استجابات الضغط الوالدي المزمن والعميق، والصدمات النفسية، وفقدان السيطرة، تدني احترام الذات وانعدام الأمن، والغضب، والاضطرابات العقلية؛ بالإضافة إلى سوء المعاملة (Ede, Adene & Okeke, 2021) يعتبر الطلاق في أغلب الأوقات نتيجة غير مرضي عنها في مجتمعاتنا العربية، فقد تختار النساء البقاء في علاقات غير سعيدة بدلاً من طلب الطلاق نتيجة لذلك، وكثيراً ما يُنظر إلى النساء المطلقات على أنهن مثيرات للمشاكل، وأقل شأناً، والسبب في انهيار الزواج؛ وحتى أفراد عائلاتهم يمكن أن يفشلوا في مساعدتهم في بعض الأحيان لأنهم يفضلون الانضمام إلى الآخرين في إذلالهم واضطهادهم، وهذا يؤدي في كثير من الأحيان إلى مشاكل في الصحة النفسية والعاطفية. (Kaslow, 2012) فقد تعاني الأسرة من التبعات السلبية والمدمرة للطلاق أكثر من التبعات الإيجابية، وسوف يشعر كل فرد من أفرادها بالتداعيات الفورية وطويلة الأمد، بما في ذلك الأطفال والمراهقين والأزواج والآباء والأسرة الممتدة (Elochukwu, 2021).

يمكن أن يصاب الأفراد الذين يسعون إلى الطلاق باضطرابات نفسية كالضيق والاكتئاب والقلق وغيرها من حالات الإرهاق، فالأفراد بما في ذلك الآباء الذين يعانون من الإرهاق العاطفي يمكن أن يكونوا عرضة للإصابة بالاضطرابات النفسية والانفعالية، وبالتالي يمكن تصور الإرهاق على أنه تحدي عاطفي يتعلق بالأدوار الحياتية للأفراد، وقد ينفصل الفرد عاطفياً عن أسرته، الأمر الذي يؤدي به إلى استنزافهم عاطفياً وتعرضهم للإرهاق. (Lin, Szczygieł, Hansotte, et al, 2021).

إن دراسة المعاني الشخصية للأفراد والانغماس في حياتهم اليومية، والوعي بقدراتهم وحدودهم، وتوضيح المواقف تجاه تحديات الحياة ومعضلاتها هي الجوانب الرئيسية للعمل العلاجي الذي يساعد الأفراد على تحقيق اكتمال الوجود؛ فنُفهم التغييرات العلاجية في العلاج الوجودي على أنها تغييرات في المعاني الشخصية للأفراد من أجل فهم الطبيعة والقوى الدافعة وظروف التغييرات الشخصية للأفراد، والتصورات الأفراد الذاتية. (Solobutina & Miyassarova, 2019).

يواجه الوجود الإنساني العديد من الحدود الوجودية، وللتخلص من الوجود المرضي يتعن على الأفراد التغلب على الصراعات النفسية والعاطفية التي تثير هذه الحدود، كما يتعن عليهم قبول نهاية الحياة ، والقيود المفروضة على إمكانياتهم؛ ويجب عليهم أن يكونوا حريصين على استكشاف وتطوير إمكانياتهم المحدودة، وإدراك اختلاف العالم الخارجي وأن يربطوا أنفسهم به في إنجاز هذه المهام الوجودية، ويجد الأفراد معنى للحياة (Batthyány, 2016). تؤدي تجربة الوفاء الشخصي الوجودي في العلاج النفسي إلى تغييرات في الاتصال الإنساني مع الذات والقدرة على التفاعل بنجاح مع البيئة المحيطة به، إن تجربة المستوى الوجودي الحقيقي للحياة يساعد الفرد على إدراك احتياجاته والبقاء على اتصال بمشاعره (Längle & Klaassen, 2019).

ويشار إلى الوفاء الوجودي على أنه هدف الحياة الذي يسعى لتحقيق العدالة الكاملة لطبيعة الوجود الإنساني، ويسعى الأفراد لتحقيق هذا الهدف من خلال قبول الذات بالسلوك الذي يسعى فيه الأفراد إلى تحقيق قيم من شأنها أن تجلب القبول الاجتماعي والمودة والاحترام؛ أما بالنسبة لتحقيق الذات أنها قمة التسلسل الهرمي للاحتياجات الإنسانية، وهو يعرف هذا المفهوم على أنه الرغبة في تحقيق الذات أو الميل إلى أن يصبح الفرد أكثر معرفة بهويته؛ وأن تتجاوز الذات هو جوهر الوجود الإنساني، تمكن هذه القدرة الروحية للفرد من إجراء اتصالات مقصودة مع العالم الذي يتجاوز الذات، مما يعطي المعنى النهائي للحياة؛ فالوفاء الوجودي يشير إلى أسلوب حياة مليء بالمعنى والغرض، ويكشف عن نهج نفسي وجودي للحياة. (Rostovtseva, Popov, Dulinets, Smirnova & Avdeeva, 2022)

ويرتبط الوفاء الوجودي إيجابياً بالرفاهية الشخصية والرضا عن الحياة، حيث إنه يشمل الإحساس بالمعنى والغرض في الحياة، والانسجام الداخلي، ومواءمة أفعال الفرد وقراراته مع جوهرها، وترتبط مكونات الوفاء الوجودي بقبول الذات، والكفاءة، والعلاقات الإيجابية، والنمو الشخصي، وأهداف الحياة، والاستقلالية بشكل كبير بجوانب مختلفة من الرفاهية والرضا عن الحياة (Dulinets, Ben'kova, Savel'eva, Mashanov & Dogadaev, 2022). (2022) حيث يميل الأفراد الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من الصحة النفسية إلى تحقيق مستوى عالٍ من الوفاء الوجودي، ويمكن أن يتأثر مستوى الوفاء الوجودي بعوامل مثل الخوف من الموت، والصدمة، والشعور بعدم الجدوى، وعدم الوفاء بالحياة، وفقدان المعنى بسبب العيش في ظروف صعبة، والإرهاق بمختلف أنواعه؛ ويعد مفهوم الوفاء الوجودي عاملاً هاماً في تحديد الرفاهية والرضا عن الحياة، مما يسלט الضوء على أهمية إيجاد المعنى والهدف في الحياة. (Mokhov & Babushkina, 2022)

ويمكن تلخيص المهام الوجودية في ثلاثة جوانب رئيسية هي: قبول الذات، وتحقيق الذات، والسمو الذاتي حيث يمكن تفسير هذه المفاهيم الثلاثة على أنها مواقف أساسية للسعي إلى تحقيق الوجود، والتغلب على الصراعات النفسية الناجمة عن محدودية الفرد. (Loonstra, Brouwers & Tomic, 2007) والفرد الذي يقبل الذات يقبل إمكانياته وقيوده الجوهرية، والفرد الذي يحقق الذات يستكشف ويطور إمكانياته وإمكانياته من أجل النمو الشخصي في الفهم والقدرات، والفرد الذي يتجاوز الذات يدرك اختلاف الواقع وراء الذات، ويبحث عن علاقات محترمة مع هذا الواقع، ويستمد معنى الحياة من هذه العلاقات، ويشعر بالمسؤولية عنها، ويشعر بأنه جزء من كل أكبر، ويميز المصالح التي تتجاوز المصالح الذاتية، وقادر على رؤية الذات من منظور الواقع الخارجي؛ فتجاوز الذات هو جوهر الوجود الإنساني تمكن هذه القدرة الروحية الفرد من إجراء اتصالات مقصودة مع العالم خارج نطاق الذات، مما يوفر المعنى النهائي للحياة. (Iron, 2023)

تعد مفاهيم قبول الذات وتحقيق الذات والسمو الذاتي على أنها مواقف أساسية في السعي لتحقيق الوفاء الوجودي والتغلب على الصراعات النفسية الناجمة عن محدودية الفرد، وأن عدم القدرة على تحقيق الأهداف الوجودية قد يؤدي إلى الإرهاق (Wong, 2016) وينظر إلى الإرهاق على أنه شكل خاص من الفراغ الوجودي أو على أنه عجز في الإنجاز، مما يستلزم فقدان الاهتمام ونقص المبادرة، ويتم وصف الأفراد المنهكين بأنهم يركزون بشكل خارجي على أهداف مثل التأثير والدخل والاعتراف والتقدير والقبول الاجتماعي التي تمنعهم من التمتع بحرية وقبول المسؤولية. (Madsen, 2015)

تتنبأ الدرجات المرتفعة من الوفاء الوجودي بدرجات أقل في الإرهاق العاطفي، ويمكن تقسيمها إلى ثلاثة أبعاد هي:

1. أن الدرجات المرتفعة من قبول الذات تؤدي إلى درجات أقل في الإرهاق، وأن الأفراد الذين يقبلون أنفسهم وقيودهم يكونون أقل اعتماداً على قبول الآخرين والاعتراف بهم وتقديرهم، وإنهم ينفقون طاقة أقل في إرضاء الآخرين، وبالتالي لا يتعرضون لخطر الإرهاق المبكر.

2. أن الدرجات المرتفعة من تحقيق الذات تؤدي إلى درجات أقل في الإرهاق العاطفي، ويتم تحفيز تحقيق الذات من خلال دوافع داخلية بدلاً من الالتزامات الخارجية، ويرتبط التعلق سلباً بالإرهاق.

3. أن الدرجات المرتفعة من السمو الذاتي ترتبط بدرجات أقل من الإرهاق، وهذا ما يقترحه التفكير في أن السمو الذاتي يفترض علاقات ملهمة وليست مرهقة (Schulenberg, 2016).

عندما يعاني الأزواج من الإرهاق فإنهم يفقدون الأمل والحافز للحفاظ على زواجهم، ويكونون أكثر عرضة للطلاق، بالإضافة إلى ذلك يؤدي إلى أن الانسحاب الاجتماعي والصراع العاطفي الذي يؤثر على الإرهاق العاطفي لدى الأزواج. (Bagheri et al. 2023) فالإرهاق بين الزوجين ينجم عنه الإرهاق الجسدي والعاطفي والنفسي الذي يعاني منه المتزوجون، ويكون ذلك نتيجة لعدم التوافق بين الحياة المثالية والحياة الحقيقية في العلاقات طويلة الأمد التي تتطلب استثماراً عاطفياً. (Pines, 2013)

يوصف الإرهاق العاطفي بأنه حالة من الإرهاق العقلي والجسدي بسبب الإجهاد طويل الأمد أو فترة من المجهود المكثف، ويمكن أن يحدث هذا بسبب عوامل مثل: عبء العمل الزائد أو المخاوف المالية أو مشاكل العلاقات أو الخسارة أو القلق أو الاكتئاب أو وضع توقعات غير واقعية أو قلة النوم، أو المرض المزمن أو العادات غير الصحية أو رعاية فرد آخر أو مزيج من العديد من ضغوط الحياة (Ye, Chen & Hao, 2023).

والإرهاق العاطفي يعتبر مرحلة أساسية في ظاهرة الإرهاق العام، حيث يعتبر مؤشر على الشعور ببرودة المشاعر والعواطف، وتراجع الإنجاز الشخصي الذي يعاني منه عادةً الأفراد المتقانون الذين يقدمون الخدمات للآخرين، بالإضافة إلى التوقعات الشخصية والمتطلبات العاطفية المحددة مسبقاً، فضلاً عن المعاناة من عدم تلبية تلك التوقعات والمتطلبات ستجعل الفرد يعاني من الإرهاق العاطفي (Matanova, Stoyanov & Strizhitskaya, 2022). وأن الشعور بالإرهاق العاطفي وتبدل المشاعر الشخصية التي تنتقل من الزوجة إلى الزوج والعكس تؤدي إلى شعور كلا الزوجين بدرجة مماثلة من برود المشاعر والعواطف تجاه الآخر (Kazemi & Gorji, 2013).

وينظر إلى الإرهاق العاطفي بأنه حالة ديناميكية يمر بها الفرد، ويعتبر مؤشراً على وجود الإرهاق النفسي والعاطفي والتعرض لمشاكل تتعلق بالسلوك الاجتماعي والمهني (Komarevtseva, 2014) فالإرهاق هو حالة مزمنة تنتج عن التعب والاستنزاف العاطفي والجسدي والعقلي، والذي ينتج التعرض له فترة طويلة للضغوط

والمواقف الاجتماعية المشحونة عاطفياً والمصحوبة بتوقعات شخصية محددة مسبقاً وافتراسات الكمال حول الأداء الاجتماعي والمهني للزوج الآخر، ويتميز الإرهاق العاطفي بفقدان الطاقة واستنزاف الموارد العاطفية والجسدية، وينتج عن ضغوط العمل وسوء العلاقات الاجتماعية ونقص الحافز (Maslach & Leiter, 2016) وأن الإرهاق قد يكون أمراً مأساوياً بالنسبة للآباء مع زيادة خطر الانتحار، وبالتالي يمكن أن يفترض هؤلاء الآباء أنهم ليسوا آباء صالحين، مما يتسبب في الإرهاق العاطفي، ويزيد تأثير الإرهاق من العجز والاكتئاب واليأس والمواقف الصعبة نفسياً (Ugwuanyi, Ede, Agbigwe, et al, 2022).

ويشير ليو وآخرون (Liu et al., 2023) إلى أن الإرهاق يقوم بدور مهم في العلاقة بين الاضطرابات العصبية والميل للطلاق، وأن المستوى الاقتصادي يقوم بدور متوسط في العلاقة بين الإرهاق والميل للطلاق كما يشير لويد (Lloyd, 2011) إلى أن الانفصال والتفرد يفسر التباين الأكثر تميزاً في الخوف من العلاقة الحميمة، وأن رعاية الأمومة لها تأثير على الخوف من العلاقة الحميمة عن طريق الانفصال والتفرد.

خلال المراحل المبكرة من عمر الفرد يمكن أن يكون للعلاقات تأثير أكبر على طرق التكيف النفسي والاجتماعي لتجارب الوالدين، حيث تميل احتياجات التعلق إلى الانتقال من الأسرة إلى الشركاء الرومانسيين والأقران (Dykas & Siskind, 2018) ويخرج الأفراد إلى مرحلة البلوغ بقدرة ناضجة من العلاقة الحميمة بناءً على إحساس قوي بالذات، والرغبة بالانخراط في تفاعلات وثيقة ودافئة وتواصلية ملتزمة (Giovazolias et al., 2010). حيث تشير النظريات والأبحاث إلى قوة العلاقة بين أداء العلاقات والصحة النفسية للفرد ورفاهيته، حيث تعد العلاقة الحميمة عنصراً مهماً في العلاقات وأن لها تأثير على جودة حياة الفرد ورضاه ورفاهيته (Whisman, Sbarra & Beach, 2021).

تعتبر العلاقة الحميمة هي السمة المميزة للعلاقات الزوجية المرضية، فالأفراد الذين يتمتعون بعلاقة حميمة أعلى يبلغون عن سعادة أكبر وتوتر أقل ورضا مرتفع عن العلاقة، ويعتبر الكشف عن الرغبات والتخيلات والقلق والعواطف، والاستجابة التعاطفية لبعضها البعض مؤشرات على العلاقة الحميمة بين الزوجين، وأن التفاعلات الحميمة تتميز بسلوك الكشف عن الذات، والمشاركة الإيجابية مع الآخر، ومشاعر التقارب والمودة والتفاهم المتبادل المشتركة (Yoo, 2014).

إن الخوف من العلاقة الحميمة هو موقف وقائي ذاتي مدفوع بضعف الحاجة إلى الآخرين، أو التعرض للرفض، أو الأذى، أو الإحراج، وقد يؤدي هذا إلى القلق من فقدان الذات، لأن القرب أو الاعتماد على الآخرين يجعلهم يشعرون بأنهم خارج نطاق السيطرة؛ ويعد الخوف من العلاقة الحميمة أمراً أساسياً بين الأفراد الأقل تمايزاً لذواتهم، والذين قد يستخدمون الانقطاع العاطفي لتجنب وإدارة المشاعر السلبية القادمة من العلاقات الحميمة وبالتالي يثبتون أنهم مستقلون بشكل مبالغ فيه وغير راغبين في تجربة العلاقة الحميمة مع شريكهم أو الانخراط في اتصال عاطفي معهم (Goldberg, 2016).

ويعتبر الخوف من العلاقة الحميمة هو الخوف من أن تكون قريباً عاطفياً و/أو جسدياً من فرد آخر ويعرف الخوف من العلاقة الحميمة بأنه شكل عام للرهاب الاجتماعي واضطراب القلق المؤدي إلى صعوبة تكوين علاقات وثيقة مع فرد آخر (Descutner & Thelen, 1991)؛ كما تُعرّف بأنها القدرة المكبوتة للفرد بسبب القلق الناجم عن تبادل الأفكار والمشاعر ذات الأهمية الشخصية مع فرد آخر يحظى بتقدير كبير (Erber & Erber, 2017). وتعبير عن وجهات نظر وجودية مفادها أن الحب والمحبة يجعل الحياة تبدو ثمينة والموت أكثر

حتمية، ويمكن أن ينجم عن أي عدد من تجارب الترابط المختلة التي تتراوح من الارتباطات الأبوية في مرحلة الطفولة المبكرة إلى فشل العلاقات في مرحلة البلوغ (القرأ، 2012).

والأفراد الذين يعانون من هذا الخوف يشعرون بالقلق أو الخوف من العلاقات الحميمة، ويعتقدون أنهم لا يستحقون الحب أو الدعم من الآخرين؛ فالخوف من العلاقة الحميمة له ثلاث سمات محددة: المحتوى الذي يمثل القدرة على إيصال المعلومات الشخصية، والتكافؤ العاطفي الذي يشير إلى المشاعر حول المعلومات الشخصية المتبادلة، والضعف الذي يدل على احترامهم للشخص الذي تربطهم به علاقة حميمة (Marar, 2014). أن الأسباب الرئيسية وراء الخوف من العلاقة الحميمة هي الخوف من الانكشاف وجوانب الشخصية التي سيكتشفها الشريك عن فرد آخر، والتي قد تتضمن أشياء قد يشعر بالحرج منها؛ والخوف من الهجر هو القلق من أن الشريك سوف يغادر بمجرد أن يعرف الكثير عن الفرد؛ والخوف من الهجمات الغاضبة هو إحجام الفرد عن الكشف عن المعلومات في العلاقة، في حالة إمكانية استخدامها ضده؛ والخوف من فقدان السيطرة يمكن أن يكون خطر الحميمة كبيرًا جدًا إذا كان ينطوي على خوف من فقدان السيطرة على الفرد؛ والخوف من دوافع الفرد التدميرية، ويرتبط هذا النوع بالخوف من التواصل مع ما يشعرون به، فإذا تم التواصل مع ما يشعرون به، فسوف يبدؤون في البكاء أو القتل؛ والخوف من فقدان فرديته أو الانغماس فيها وهو الخوف من فقدان نفسه في فرد آخر أو الانغماس التام في فرد آخر (الجبالي، 2016).

ويرتبط الخوف من العلاقة الحميمة أيضًا بإسكات الذات في العلاقات الحميمة، وكبت التأثير، والانسحاب الاجتماعي؛ وأن توقعات الرفض تنشط في الظروف التي يزيد فيها احتمال الاستجابة العاطفية السلبية كعملية العلاقة الحميمة، فإن الشباب الذين يتجنبون العلاقة الحميمة يحاولون حماية أنفسهم من التعرض المحتمل للرفض (Zimmer-Gembeck, 2015)، ويشير الخوف من العلاقة الحميمة على وجه التحديد إلى صعوبة الفرد في مشاركة الجوانب الشخصية أو المشاعر الحميمة أو مشاعر الضيق في سياق علاقة حميمة مع الأفراد الذين يقدرتهم بشدة (الحمادي، 2015). وقد ترتبط الرعاية الوالدية سلبيًا بالخوف من العلاقة الحميمة، في حين أن الأفراد الذين يتذكرون القبول الوالدي حتى من أحد الوالدين هم أقل عرضة للخوف من العلاقة الحميمة؛ ويمكن أن تؤدي أنماط التعلق غير الآمنة التي تطورت منذ مراحل مبكرة من عمر الفرد أن تسبب بمجموعة متنوعة من الصعوبات في عملية تكوين العلاقات الحميمة (Phillips et al., 2013).

1.1. مشكلة الدراسة:

في مجتمعنا المعاصر وخاصة في الدولة النامية تولد القضايا المتعلقة بالطلاق تحديات خطيرة للباحثين والمؤسسات الدينية وأولياء الأمور، وذلك نتيجة لتأثيرها السلبي على المجتمع والأسر والأطفال والأزواج وأولياء أمورهم، حيث ينظر للطلاق بأنه عملية رسمية لحل اتحاد قائم بين رجل وامرأة وفقًا للأعراف والقوانين. ففي الحياة اليومية، من الشائع أن يتشاجر الأزواج حول موضوع ما يتعلق بشأن الأسرة، سواء أكانت الميزانيات اليومية واحتياجات المسكن، فهذه الموضوعات لا مفر منها في الزواج والتي تؤثر على مزاج الزوجين وتوترهما، وأن مستوى المشاعر الإيجابية ينخفض عندما يتعرض الأزواج للضغوط المالية، مما يؤدي إلى تأثير سلبي على علاقتهم الزوجية، وهذا ما أشار إليه ويلسون (Wilson, 2023) بشعور الأزواج بالقلق تجاه أنفسهم أو شركائهم الأمر الذي يؤدي إلى سوء التكيف لديهم وعدم التكيف مع المشكلات الزوجية.

إن الطلاق تحدٍ للحياة بأكملها يتطلب من الفرد اتخاذ العديد من القرارات المتعلقة بنفسه وأسرته ومستقبله ففسخ الزواج عملية مشحونة عاطفياً يمكن أن تستغرق وقتاً طويلاً وصعبة لجميع أطراف عملية الطلاق حتى

إنهاء عملية الزواج. يتجاهل الكثير من الأفراد تأثير المشاعر على عملية الطلاق وأهمية الحصول على الدعم النفسي والاجتماعي اللازم، حيث يؤدي الإرهاق إلى أخطاء عاطفية ومالية مكلفة في الطلاق، والتي لها عواقب طويلة المدى على جميع الأطراف المعنية. وهذا ما أشار إليه إيلوتشوكوا (Elochukwu, 2021) إلى أن الأسرة تعاني من التبعات السلبية والمدمرة للطلاق أكثر من التبعات الإيجابية، وسوف يشعر كل فرد من أفرادها بالتداعيات الفورية وطويلة الأمد، بما في ذلك الأطفال والمراهقين والأزواج والآباء والأسرة الممتدة.

يواجه المطلقين بعض المصاعب والضغوط الخارجية، والعديد من العوائق التي قد تمنعهم من تلبية احتياجاتهم. وهذا ما يجعل الاتفاق الزوجي صعباً ومرهقاً، لأن تحقيقه يتطلب بذل الكثير من الجهود من قبل الزوجين، وأن سبب الإرهاق يكمن في حاجتنا إلى الاعتقاد بأن حياتنا ذات معنى وأن الأشياء التي نقوم بها مفيدة ومهمة، فعندما يفشل الأفراد في هذه الجهود فإنهم يصبحون عرضة للإرهاق، وبالتالي نشوء اللامعنى من هذه الحياة. كما أنه ينشأ من خيبة الأمل التدريجية في السعي لاستخلاص إحساس بالأهمية الوجودية من الحياة، وهذا ما أشار إليه باقري وآخرون (Bagheri et al. 2023) بأن الأزواج الذين يعانون من الإرهاق يفقدون الأمل والحافز للحفاظ على زواجهم، ويكونون أكثر عرضة للطلاق، بالإضافة إلى ذلك يؤدي إلى أن الانسحاب الاجتماعي والصراع العاطفي وعدم الشعور بمعنى الحياة.

أن الأزواج المتباينين للغاية قادرون أيضاً على الحفاظ على درجات تكميلية من التبعية والحميمية والاستقلالية، وإنشاء هيكل مستقل في زيجاتهم دون خوف من الهجر أو الاضطهاد في علاقاتهم الحميمة، على العكس من ذلك فإن الأزواج الذين يعانون من ضعف التمايز غير قادرين على الحفاظ على هويات منفصلة مع البقاء على اتصال وثيق مع بعضهم البعض، وأنهم على استعداد لفقد شخصيتهم الفردية لتلبية حاجتهم إلى علاقات وثيقة ومدمجة أو خوفاً من الهجر، وإن توقعهم إلى الاندماج العاطفي يقوض تطور العلاقة الحميمة ويمكن أن يضر بالعلاقات الوثيقة، ومع ذلك فإن بعض الأفراد الأقل تمايزاً يستخدمون العزلة العاطفية وينأون بأنفسهم عن الآخرين جسدياً ونفسياً من أجل تنظيم القلق في العلاقات الشخصية.

ورغم أن الرغبة في العلاقة الحميمة هي دافع رئيسي لتكوين العلاقات الزوجية والحفاظ عليها، إلا أن البعض يشعر أن العلاقات الحميمة تهدد سلامتهم، أو إحساسهم بضبط الذات، ويخافون من العلاقة الحميمة يشير الخوف من العلاقة الحميمة إلى قدرة الفرد المكبوتة على مشاركة الأفكار والعواطف ذات الأهمية الشخصية مع فرد آخر يحظى بتقدير كبير، ويميل إلى معارضة القدرة على تكوين علاقات وثيقة وحميمة، ومن هنا انبثقت مشكلة الدراسة وهي علاقة الوفاء الوجودي بالإرهاق العاطفي والخوف من العلاقة الحميمة لدى عينة من المطلقين في الأردن. وستتمحور مشكلة الدراسة الحالية في الإجابة عن الأسئلة الآتية:

1. ما مستوى كل من الوفاء الوجودي والإرهاق العاطفي، والخوف من العلاقة الحميمة لدى عينة من المطلقين؟
2. هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات استجابات عينة الدراسة في الوفاء الوجودي تعزى لمتغير (الجنس، والعمر، وعدد سنوات الزواج) لدى عينة من المطلقين؟
3. هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات استجابات عينة الدراسة في الإرهاق العاطفي تعزى لمتغير (الجنس، والعمر، وعدد سنوات الزواج) لدى عينة من المطلقين؟
4. هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات استجابات عينة الدراسة في الخوف من العلاقة الحميمة تعزى لمتغير (الجنس، والعمر، وعدد سنوات الزواج) لدى عينة من المطلقين؟

5. هل هناك ارتباط ذو دلالة إحصائية بين الوفاء الوجودي والإرهاق العاطفي، والخوف من العلاقة الحميمة لدى عينة من الطلبة المطلقين؟

2.1. أهمية الدراسة:

تبرز أهمية الدراسة من الناحية النظرية من إلقاء الضوء على مجال حيوي في مجالات الصحة النفسية والأسرية والمرتبطة بدراسة الوفاء الوجودي والإرهاق العاطفي، والخوف من العلاقة الحميمة لدى المطلقين بشمال الأردن، وتأتي أهمية هذه الدراسة أيضا من الفائدة المرجوة للمعلومات التي ستوفرها للقائمين على الاتحادات النسوية والمؤسسة الأهلية الخاصة بالأسرة التي تعنى بها على الصعيد المحلي والعالمي، وتزويد الجهات المعنية ولفت أنظار المسؤولين في وزارة التنمية الاجتماعية والجهات الخاصة إلى أهمية الوفاء الوجودي والحد من الإرهاق العاطفي والخوف من العلاقة الحميمة كجزء من تعزيز الصحة النفسية للمطلقين، وبالتالي قدرتهم على التكيف مع الآخرين وقبول الذات في الوضع الجديد، الأمر الذي يساهم في بناء أفراد متمتعين بصحة نفسية جيدة، والذي يؤدي إلى القيام بوظائفهم بكفاءة وفاعلية، ويكونوا أكثر استقراراً في هذه المرحلة الصعبة من حياتهم . أما الأهمية التطبيقية فتظهر من خلال لفت أنظار القائمين على قضية الطلاق وانتشاره في الوقت الحاضر للإفادة من نتائجها وتوصياتها، بهدف تطوير برامج وقائية وعلاجية لتحسين الوفاء الوجودي والحد من الإرهاق العاطفي والخوف من العلاقة الحميمة لدى المطلقين، بالإضافة إلى المعنيين من أولياء الأمور والأهالي ومسؤولي الاتحادات النسوية والمؤسسات الخيرية الخاصة المعنية بالأسر والمطلقين، ومرشدي الإصلاح الأسري في المحاكم الشرعية لتوفير التكيف النفسي والاجتماعي المناسب لتعزيز الوفاء الوجودي لهم، كما أن من شأن الدراسة الحالية أن تفتح الباب أمام بحوث مستقبلية تهتم بدراسة سبل تقديم الدعم النفسي والمعنوي للمطلقين، كما تتبع الأهمية من التوصيات التي أدت إليها والتي توجه المهتمين في مجال تقديم الخدمات لوضع برامج إرشادية لمساعدة المطلقين نفسياً ومساعدتهم على التوافق النفسي والاجتماعي .

3.1. أهداف الدراسة: سعت الدراسة إلى تحقيق مجموعة من الأهداف المتمثلة في الآتي:

1. التعرف على مستوى الوفاء الوجودي والإرهاق العاطفي، والخوف من العلاقة الحميمة من وجهة نظر المطلقين في شمال الأردن .
2. الكشف عن الفروق في مستوى الوفاء الوجودي والإرهاق العاطفي، والخوف من العلاقة الحميمة من وجهة نظر المطلقين في شمال الأردن تبعاً لمتغيرات الجنس، والعمر، وعدد سنوات الزواج.
3. معرفة العلاقة بين الوفاء الوجودي وكل من الإرهاق العاطفي والخوف من العلاقة الحميمة لدى المطلقين في شمال الأردن.

4.1. المصطلحات والتعريفات الإجرائية:

الوفاء الوجودي: هو أحد أهم مفاهيم علم النفس الوجودي والذي يشير إلى الشعور بأهمية الحياة التي يعيشها الفرد، وتكون ذات معنى وملئمة بالأهداف (Heintzelman, 2017) ، ويتم قياسه بالدرجة التي يحصل عليها المطلقين على مقياس الوفاء الوجودي المُعد من قبل الباحث.

الإرهاق العاطفي: هو حالة مزمنة من الاستنزاف العاطفي الناتج عن المتطلبات الشخصية والتوتر المستمر والشعور بالتعب الجسدي والنفسي، وضعف الإحساس بالشعور الانفعالي والعاطفي (Maslach & Leiter, 2016)؛ ويتم قياسه بالدرجة التي يحصل عليها المطلقين على مقياس الإرهاق العاطفي المُعد من قبل الباحث.

الخوف من العلاقة الحميمة: هو أحد أشكال الرهاب الاجتماعي واضطراب القلق الذي يؤدي إلى صعوبة في تكوين علاقات وثيقة مع فرد آخر (Descutner & Thelen, 1991) ، ويتم قياسه بالدرجة التي يحصل عليها المطلقين على مقياس الخوف من العلاقة الحميمة المُعد من قبل الباحث .

5.1. الدراسات السابقة:

أجرت العبيدي (2023) دراسة تناولت التعرف على مستوى الإرهاق العاطفي لدى البالغين تبعًا لمتغير الجنس في بغداد، اشتملت عينة الدراسة على (300) فردًا، توصلت الدراسة إلى أن أفراد الدراسة يعانون من مستوى مرتفع من الإرهاق العاطفي، وعدم وجود فرق بين الجنسين في مستوى شعورهم بالإرهاق العاطفي. وقام جيوفازولياس وباشاليدى (Giovazolias & Paschalidi, 2022) بدراسة هدفت لمعرفة تأثير حساسية الرفض على الخوف من العلاقة الحميمة لدى عينة من البالغين في اليونان، وتكونت عينة الدراسة من (679) فردًا، أظهرت نتائج الدراسة أن هناك تأثير للقلق الشخصي على علاقة حساسية الرفض بالخوف من العلاقة الحميمة، وأن الأمومة لها تأثير وقائي على تطور الخوف من العلاقة الحميمة لدى الشابات اللاتي لديهن حساسية للرفض ولديهن قلق كبير بين الأفراد، كما أن الإناث تفوقن على الذكور في الخوف من العلاقة الحميمة. وتناولت دراسة عبدالله (2022) التعرف على مستوى الوفاء الوجودي والصحة النفسية الإيجابية لدى عينة من البالغين والعلاقة فيما بينهما في ضوء بعض المتغيرات بالدقهلية، وتكونت عينة الدراسة من (370) فردًا أظهرت نتائج الدراسة امتلاك عينة الدراسة مستوى مرتفع من الوفاء الوجودي والصحة النفسية الإيجابية، ووجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الوفاء الوجودي والصحة النفسية الإيجابية، وإمكانية التنبؤ بالصحة النفسية الإيجابية من الوفاء الوجودي وأبعاده باستثناء البعد الأول للوفاء الوجودي وهو قبول الذات حيث كان تأثير غير دال إحصائياً على الصحة النفسية الإيجابية، كما أسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي الوفاء الوجودي وأبعاده في الصحة النفسية الإيجابية لصالح مرتفعي الوفاء الوجودي وأبعاده، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الوفاء الوجودي وأبعاده لدى عينة الدراسة وفقاً لمتغير النوع.

وفي دراسة الصوالقة (Alsawalqa, 2019) التي هدفت لمعرفة أثر عمر الزوجين وسنوات الزواج، وطبيعة أبعاد الإرهاق الزوجي، وخاصة الإرهاق العاطفي على عينة من المتزوجين في الأردن، وتكونت عينة الدراسة من (392) متزوجًا. أظهرت نتائج الدراسة أن الإرهاق العاطفي يتأثر بتزايد أعمار الزوجين وسنوات زواجهما. وكشفت دراسة بارزوكي وآخرون (Barzoki et al., 2018) عن العلاقة بين الوفاء الوجودي والصحة النفسية والإرهاق في مدينة طهران، وتكونت عينة الدراسة من (385) فردًا، أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الصحة النفسية والوفاء الوجودي، وعلاقة سالبة بين الوفاء الوجودي والإرهاق.

وتناولت دراسة سوبرال وماتوس وكوستا (Sobral, Matos & Costa, 2015) التأثيرات الثنائية والارتباط بالشريك والخوف من العلاقة الحميمة بين الأزواج في البرتغال، وتكونت عينة الدراسة من (249) زوجًا، أظهرت نتائج الدراسة أن هناك تأثير لقلق الشريك على خوف الإناث من العلاقة الحميمة (أي خوف الإناث من فقدان الذات)، ويرتبط التعلق الرومانسي بالخوف من العلاقة الحميمة لكلا الجنسين، وأن هناك تأثير غير مباشر لاستكشاف الأم عند الإناث على الخوف من العلاقة الحميمة عبر التعلق الرومانسي.

وتناولت دراسة كاي (Kay, 2014) العلاقة بين الوفاء الوجودي والإرهاق في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية في كينيا، وتكونت عينة الدراسة من (89) فردًا، أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيًا بين الوفاء الوجودي والإرهاق، وأشارت النتائج لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الوفاء الوجودي والإرهاق تعود لمتغيرات الجنس والعمر، والخبرة.

2 - الطريقة والأدوات:

1.2. منهج الدراسة: قامت الدراسة الحالية بتناول المنهج الوصفي الارتباطي، كونه الأنسب لأهداف هذه الدراسة؛ حيث يقوم هذا المنهج ببحث علاقة الإرهاق العاطفي والخوف من العلاقة الحميمة في الوفاء الوجودي كما أنها اختبرت الفروق بين الجنسين والعمر، وعدد سنوات الزواج.

2.2. مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من الأفراد المطلقين بشمال الأردن في المدن الآتية: إربد، عجلون جرش، المفرق خلال عام 2024م، والبالغ عددهم حوالي (10676) مطلق ومطلقة.

3.2. عينة الدراسة: تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية الطبقية من خلال تحليل المجتمع الأصلي لعينة الدراسة، ويتم ذلك عن طريق البحث عن خصائص ونسب كل خاصية في هذا المجتمع، ومن ثم الاختيار العشوائي بناء على أساس صفات المجتمع الأصلي. وقد بلغ عدد أفراد العينة حوالي (2398) مطلق ومطلقة من محافظة الشمال، وجدول (1) يوضح خصائص العينة.

جدول (1) توزيع أفراد عينة الدراسة وفق متغيرات الدراسة.

المتغير	الفئات	التكرار	النسبة المئوية	المتغير	الفئات	التكرار	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	1086	45.3%	عدد سنوات الزواج	أقل من 7 سنوات	1012	42.2%
	أنثى	1312	54.7%		من 7-12 سنة	863	36%
	الكل	2398	100%		أكثر من 12 سنة	523	21.8%
العمر	أقل من 30 سنة	1121	46.7%	الكل	الكل	2398	100%
	من 30-45 سنة	832	34.7%				
	أكثر من 45 سنة	446	18.6%				
	الكل	2398	100%				

4.2. أدوات الدراسة: استخدم الباحث في هذه الدراسة ثلاث أدوات للقياس، الأولى هي مقياس الوفاء الوجودي، والثانية هي مقياس الإرهاق العاطفي، والثالثة هي مقياس الخوف من العلاقة الحميمة. وفيما يلي وصف لكل مقياس وللإجراءات التي اتبعت في استخراج الصدق والثبات لكل منها.

أولاً: مقياس الوفاء الوجودي:

قام الباحث بالرجوع إلى الأدب والدراسات السابقة المتعلقة بمصادر الوفاء الوجودي، كدراسة لونسترا وآخرون (Loonstra et al., 2007)، ودراسة إبراهيم وحامد ومختار (2015)، ودراسة عبدالله (2022)، ودراسة دولينيتس وآخرون (Dulinets et al., 2022). وذلك من أجل إعداد مقياس الوفاء الوجودي، حيث تكون المقياس بصورته الأولى من (33) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد هي: قبول الذات، تحقيق الذات، سمو الذات.

صدق المقياس: قام الباحث بالتحقق من صدق المحتوى للمقياس بعرضه المقياس على (9) محكمين من المتخصصين في مجال الإرشاد وعلم النفس في جامعتي إربد الأهلية واليرموك من أجل مرجعتها من حيث

الصياغة اللغوية ووضوح المعنى في الفقرة، والتداخل، ومناسبة الفقرات لكل بُعد من أبعاد التي تنتمي إليه، ومدى وملاءمتها للمطلقين. وتم إجراء التعديلات بناءً على آراء المحكمين، وكان الاتفاق فيها بين المحكمين بنسبة (78.6%). ويدل ذلك على الصدق الظاهري لجميع الأبعاد الفرعية، والمقياس ككل.

كما قام الباحث بإجراء صدق البناء في الدراسة الحالية وذلك بتطبيق المقياس بصورته النهائية، حيث طبق على عينة استطلاعية مكونة من (28) مطلقاً ومطلقة، وحسبت معاملات الارتباط المصححة لفقرات كل بُعد ويظهر جدول (2) قيم معاملات الارتباط المصحح لكل بُعد من أبعاد مقياس الوفاء الوجودي.

جدول (2) قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس الوفاء الوجودي

قبول الذات		تحقيق الذات		سمو الذات	
رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
1	0.67	12	0.62	23	0.51
2	0.50	13	0.78	24	0.70
3	0.81	14	0.73	25	0.72
4	0.49	15	0.74	26	0.62
5	0.55	16	0.50	27	0.80
6	0.48	17	0.73	28	0.49
7	0.59	18	0.71	29	0.66
8	0.60	19	0.62	30	0.73
9	0.80	20	0.52	31	0.57
10	0.74	21	0.72	32	0.74
11	0.70	22	0.76	33	0.75

يلاحظ من جدول (2) أن معاملات الارتباط للمقياس الكلي تراوحت ما بين (0.48-0.81)، وتراوحت قيم معاملات ارتباط فقرات بُعد قبول الذات بين (0.48-0.81)، أما بُعد تحقيق الذات فتراوحت قيم معاملات ارتباط الفقرات بين (0.50-0.78)، وأخيراً بُعد سمو الذات فتراوحت قيم معاملات ارتباط الفقرات بين (0.49-0.80) وجميعها قيم دالة إحصائياً، وقد اعتمد الباحث معياراً لقبول الفقرة بأن لا يقل معامل ارتباطها بالمقياس ككل عن (0.30)، وبناءً على هذا المعيار تم قبول فقرات المقياس جميعها.

ثبات المقياس: قام الباحث بالتحقق من ثبات المقياس بطريقتين: الأولى من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية بلغت (28) مطلقاً ومطلقة، وتم حساب معامل الاتساق الداخلي كرونباخ ألفا للأبعاد، حيث تراوحت هذه القيم بين (0.73-0.81) والأداة ككل بلغت (0.78)، والطريقة الثانية ثبات الاستقرار بتطبيقه على نفس العينة الاستطلاعية، وتم إعادة تطبيقه بعد أسبوعين من التطبيق الأول، وتراوحت هذه القيم بين (0.79-0.85) والأداة ككل بلغت (0.82). ويرى الباحث أن هذه القيم مناسبة لاستخدام القائمة لأغراض الدراسة الحالية، وجدول (3) يظهر ذلك.

جدول (3) معامل الاتساق الداخلي حسب معادلة كرونباخ ألفا لمقياس الوفاء الوجودي وأبعاده وثبات الإعادة

البُعد	كرونباخ ألفا	ثبات الإعادة
قبول الذات	0.73	0.79
تحقيق الذات	0.81	0.85
سمو الذات	0.79	0.83
المقياس ككل	0.78	0.82

تصحيح المقياس: اشتمل مقياس الوفاء الوجودي على (33) فقرة بصورته النهائية الحالية، يجاب عليها بتدريج خماسي يتضمن البدائل: (5= تنطبق عليّ بدرجة كبيرة جداً؛ 4= تنطبق عليّ بدرجة كبيرة؛ 3= تنطبق

عليّ بدرجة متوسطة؛ 2= تتطبق عليّ بدرجة منخفضة؛ 1= تتطبق عليّ بدرجة منخفضة جداً). وبذلك تتراوح درجات المقياس الكلي ما بين (33-165)، بحيث كلما ارتفعت الدرجة كان ذلك مؤشراً على ارتفاع الوفاء الوجودي.

ثانياً: مقياس الإرهاق العاطفي:

قام الباحث بالرجوع إلى الأدب والدراسات السابقة المتعلقة بالإرهاق العاطفي، كدراسة هيلز (Hills, 2014)، ودراسة الصوالقة (Alsawalqa, 2019)، ودراسة مارتينيز ليبانو ويومانس وأويانديل (Martínez-Líbano, Yeomans & Oyanedel, 2022)، ودراسة العبيدي (2023). وذلك من أجل إعداد مقياس الإرهاق العاطفي، حيث تكون المقياس بصورته الأولية من (31) فقرة موزعة على أربعة أبعاد هي: المشاعر السلبية العلاقات والدعم الاجتماعي، الأفكار والمعتقدات، الذاتية العاطفية.

صدق المقياس: قام الباحث بالتحقق من صدق المحتوى للمقياس بعرضه المقياس على (9) محكمين من المتخصصين في مجال الإرشاد وعلم النفس في جامعتي إربد الأهلية واليرموك من أجل مرجعتها من حيث الصياغة اللغوية ووضوح المعنى في الفقرة، والتداخل، ومناسبة الفقرات لكل بُعد من أبعاد التي تنتمي إليه، ومدى وملاءمتها للمطلقين. وتم تعديل بعض الفقرات التي كان الاتفاق فيها بين المحكمين بنسبة (77.5%)، حيث أصبح عدد فقرات المقياس في صورتها النهائية (31) فقرة، ويدل ذلك على الصدق الظاهري لجميع الأبعاد الفرعية والمقياس ككل.

كما قام الباحث بإجراء صدق البناء في الدراسة من خلال حساب معاملات ارتباط فقرات الأبعاد مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه في عينة تكونت من (28) مطلقاً ومطلقة من خارج مجتمع الدراسة، ومن ثم حسبت معاملات الارتباط المصحح لفقرات كل بُعد. ويظهر جدول (4) قيم معاملات الارتباط لفقرات أبعاد مقياس الإرهاق العاطفي.

جدول (4) قيم معاملات ارتباط المصحح لفقرات أبعاد مقياس الإرهاق العاطفي

المشاعر السلبية		العلاقات والدعم الاجتماعي		الأفكار والمعتقدات		الذاتية العاطفية	
رقم معامل الارتباط الفقر ة	رقم الفقر ة	معامل الارتباط الفقر ة	رقم معامل الارتباط الفقر ة	معامل الارتباط الفقر ة	رقم معامل الارتباط الفقر ة	معامل الارتباط الفقر ة	رقم معامل الارتباط الفقر ة
0.55	9	0.57	16	0.56	22	0.68	1
0.50	10	0.46	17	0.71	23	0.62	2
0.56	11	0.52	18	0.50	24	0.70	3
0.69	12	0.46	19	0.45	25	0.77	4
0.48	13	0.60	20	0.52	26	0.65	5
0.50	14	0.78	21	0.61	27	0.55	6
0.61	15	0.44			28	0.61	7
0.63					29	0.72	8
					31	0.51	
					32	0.59	

يظهر جدول (4) معاملات الارتباط للمقياس الكلي والتي تراوحت ما بين (0.44-0.78)، وتراوحت قيم معاملات ارتباط فقرات بُعد المشاعر السلبية ما بين (0.48-0.69)، أما بُعد العلاقات والدعم الاجتماعي تراوحت ما بين (0.44-0.78)، أما بُعد الأفكار والمعتقدات فقد تراوحت قيم معاملات الارتباط ما بين (0.45-0.71) وأخيراً بُعد الذاتية العاطفية فتراوحت قيم معاملات ارتباط الفقرات ما بين (0.51-0.77)، وقد اعتمد

الباحث معياراً لقبول الفقرة بأن لا يقل معامل ارتباطها بالمقياس ككل عن (0.30)، وبناءً على هذا المعيار تم قبول فقرات المقياس جميعها.

ثبات المقياس: قام الباحث بالتحقق من ثبات المقياس بطريقتين: الأولى من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية بلغت (28) مطلقاً ومطلقة، وتم حساب معامل الاتساق الداخلي كرونباخ ألفا للأبعاد، حيث تراوحت هذه القيم بين (0.65-0.79) والأداة ككل (0.73)، والطريقة الثانية ثبات الاستقرار بتطبيقه على نفس العينة الاستطلاعية وتم إعادة تطبيقه بعد أسبوعين من التطبيق الأول، وتراوحت هذه القيم بين (0.76-0.85) والأداة ككل (0.80). ويرى الباحث أن هذه القيم مناسبة لاستخدام القائمة لأغراض الدراسة الحالية، وجدول (5) يظهر ذلك.

جدول (5) معامل الاتساق الداخلي حسب معادلة كرونباخ ألفا لمقياس الإرهاق العاطفي وأبعاده وثبات الإعادة

البُعد	كرونباخ ألفا	ثبات الإعادة
المشاعر السلبية	0.65	0.76
العلاقات والدعم الاجتماعي	0.76	0.80
الأفكار والمعتقدات	0.79	0.85
الذاتية العاطفية	0.72	0.78
المقياس ككل	0.73	0.80

تصحيح المقياس: اشتمل مقياس الإرهاق العاطفي على (31) فقرة بصورته النهائية الحالية، يجاب عليها بتدريج خماسي يتضمن البدائل: (5= تتطبق عليّ بدرجة كبيرة جداً؛ 4= تتطبق عليّ بدرجة كبيرة؛ 3= تتطبق عليّ بدرجة متوسطة؛ 2= تتطبق عليّ بدرجة منخفضة؛ 1= تتطبق عليّ بدرجة منخفضة جداً). وبذلك تتراوح درجات المقياس الكلي ما بين (31-155)، بحيث كلما ارتفعت الدرجة كان ذلك مؤشراً على ارتفاع الإرهاق العاطفي.

ثالثاً: مقياس الخوف من العلاقة الحميمة:

قام الباحث بالرجوع إلى الأدب والدراسات السابقة المتعلقة بالخوف من العلاقة الحميمة، كدراسة ديسكوتنر ووثيلين (Descutner & Thelen, 1991)، ودراسة بكر (2020)، ودراسة البهنساوي (2020)، وذلك من أجل إعداد مقياس الخوف من العلاقة الحميمة، حيث تكون المقياس بصورته الأولية من (40) فقرة موزعة على أربعة أبعاد هي: العلاقة الحميمة العاطفية، العلاقة الحميمة الاجتماعية، العلاقة الحميمة الفكرية، العلاقة الحميمة الجنسية.

صدق المقياس: قام الباحث بالتحقق من صدق المحتوى للمقياس بعرضه المقياس على (9) محكمين من المتخصصين في مجال الإرشاد وعلم النفس في جامعتي إربد الأهلية واليرموك من أجل مرجعتها من حيث الصياغة اللغوية، ووضوح المعنى في الفقرة، والتداخل، ومناسبة الفقرات لكل بُعد من أبعاد التي تنتمي إليه، ومدى وملاءمتها للمطلقين. وتم تعديل بعض الفقرات التي كان الاتفاق فيها بين المحكمين بنسبة (81.6%)، حيث أصبح عدد فقرات المقياس في صورتها النهائية (40) فقرة، ويدل ذلك على الصدق الظاهري لجميع الأبعاد الفرعية، والمقياس ككل.

كما قام الباحث بإجراء صدق البناء في الدراسة من خلال حساب معاملات ارتباط فقرات الأبعاد مع الدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه في عينة تكونت من (28) مطلقاً ومطلقة من خارج مجتمع الدراسة،

ومن ثم حسبت معاملات الارتباط المصحح لفقرات كل بُعد. ويظهر جدول (6) قيم معاملات الارتباط لفقرات أبعاد مقياس الخوف من العلاقة الحميمة.

جدول (6) قيم معاملات ارتباط المصحح لفقرات أبعاد مقياس الخوف من العلاقة الحميمة

العاطفية		الاجتماعية		الفكرية		الجنسية	
رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط
1	0.58	11	0.61	24	0.62	33	0.47
2	0.43	12	0.53	25	0.64	34	0.59
3	0.72	13	0.69	26	0.73	35	0.48
4	0.42	14	0.64	27	0.72	36	0.63
5	0.46	15	0.77	28	0.66	37	0.71
6	0.42	16	0.44	29	0.46	38	0.68
7	0.47	17	0.75	30	0.64	39	0.75
8	0.51	18	0.63	31	0.49	40	0.66
9	0.73	19	0.54	32	0.70		
10	0.75	20	0.43				
		21	0.55				
		22	0.69				
		23	0.46				

يلاحظ من جدول (6) أن معاملات الارتباط للمقياس الكلي تراوحت ما بين (0.42-0.77)، وتراوحت قيم معاملات ارتباط فقرات بُعد العلاقة الحميمة العاطفية ما بين (0.42-0.75)، أما بُعد العلاقة الحميمة الاجتماعية تراوحت ما بين (0.43-0.77)، بينما تراوحت القيم لبُعد العلاقة الحميمة الفكرية ما بين (0.46-0.73)، وأخيراً بُعد العلاقة الحميمة الجنسية فتراوحت قيم معاملات ارتباط الفقرات ما بين (0.47-0.75). وقد اعتمد الباحث معياراً لقبول الفقرة بأن لا يقل معامل ارتباطها بالمقياس ككل عن (0.30)، وبناءً على هذا المعيار تم قبول فقرات المقياس جميعها.

ثبات المقياس: قام الباحث بالتحقق من ثبات المقياس بطريقتين: الأولى من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية بلغت (28) مطلقاً ومطلقة، وتم حساب معامل الاتساق الداخلي كرونباخ ألفا للأبعاد، حيث تراوحت هذه القيم بين (0.67-0.79) والأداة ككل (0.74)، والطريقة الثانية ثبات الاستقرار بتطبيقه على نفس العينة الاستطلاعية، وتم إعادة تطبيقه بعد أسبوعين من التطبيق الأول، وتراوحت هذه القيم بين (0.76-0.84) والأداة ككل (0.80)، ويرى الباحث أن هذه القيم مناسبة لاستخدام القائمة لأغراض الدراسة الحالية، وجدول (7) يظهر ذلك.

جدول (7) معامل الاتساق الداخلي حسب معادلة كرونباخ ألفا لمقياس الخوف من العلاقة الحميمة وأبعاده وثبات الإعادة.

البُعد	العاطفية	الاجتماعية	الفكرية	الجنسية	المقياس ككل
كرونباخ ألفا	0.71	0.79	0.67	0.78	0.74
ثبات الإعادة	0.76	0.84	0.77	0.83	0.80

تصحيح المقياس: اشتمل مقياس الخوف من العلاقة الحميمة على (40) فقرة بصورته النهائية الحالية، يجاب عليها بتدرج خماسي يتضمن البدائل: (5= تتطبق عليّ بدرجة كبيرة جداً؛ 4= تتطبق عليّ بدرجة كبيرة، 3= تتطبق عليّ بدرجة متوسطة؛ 2= تتطبق عليّ بدرجة منخفضة؛ 1= تتطبق عليّ بدرجة منخفضة جداً). وبذلك تتراوح درجات المقياس الكلي ما بين (40-200)، بحيث كلما ارتفعت الدرجة كان ذلك مؤشراً على ارتفاع الخوف من العلاقة الحميمة.

إجراءات الدراسة:

لتحقيق أهداف الدراسة، تم إعداد أدوات الدراسة بصورتها النهائية بعدما قام بالتحقق من مؤشرات الصدق والثبات على عينة استطلاعية مكونة من المطلقين والمطلقات في شمال الأردن، بعد ذلك تم تحديد المحاكم الشرعية المراد تطبيق الاستبانة فيها. وُزعت الاستبانة على المطلقين والمطلقات داخل هذه المحاكم؛ في بداية الأمر، تم تقديم فكرة عامة لأفراد العينة عن أهداف الدراسة وأهميتها وتم التأكيد لهم أن مشاركتهم طوعية، وأن البيانات التي سيدلون بها ستعامل بسرية تامة. ومما يجدر ذكره أنه لم يتم ذكر أن هذا المقياس للخوف والإرهاق وإنما لسمات الشخصية، لكي لا يترك أثراً سلبياً على استجاباتهم. وقد تمت الإجابة عن جميع أسئلتهم أثناء إجابتهم عن الاستبانة. ولقد جمعت الاستبانات من أفراد عينة الدراسة؛ وبعدها تم إدخالها إلى برنامج التحليل الإحصائي SPSS واستخراج نتائج الدراسة الحالية.

متغيرات الدراسة : اشتملت الدراسة على المتغيرات التالية:

1. المتغيرات المستقلة: الجنس، العمر، عدد سنوات الزواج.
2. المتغيرات التابعة: الوفاء الوجودي، الإرهاق العاطفي، الخوف من العلاقة الحميمة.

المعالجة الإحصائية: تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للعينة لكل من مقاييس الوفاء الوجودي والإرهاق العاطفي، والخوف من العلاقة الحميمة، ولتحديد الفروق بين الجنسين والعمر وعدد سنوات الزواج على مقياس الوفاء الوجودي والإرهاق العاطفي، والخوف من العلاقة الحميمة تم استخدام تحليل التباين الثلاثي (Three Way ANOVA) كما تم حساب معاملات الارتباط بين الوفاء الوجودي والإرهاق العاطفي والخوف من العلاقة الحميمة.

3- النتائج ومناقشتها:

فيما يلي عرض النتائج المتعلقة بكل سؤال من الأسئلة التي حاولت الدراسة الإجابة عنها.

السؤال الأول: ما مستوى كل من الوفاء الوجودي والإرهاق العاطفي والخوف من العلاقة الحميمة لدى عينة من المطلقين؟

للإجابة عن مستوى الوفاء الوجودي تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات المطلقين على المقياس ككل، وعلى كل بُعد من أبعاده، وجدول (8) يظهر القيم.

جدول (8) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات المطلقين على المقياس ككل

وعلى كل بُعد من الأبعاد

الرقم	الترتيب	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	2	قبول الذات	2.21	0.63	ضعيفة
2	1	تحقيق الذات	2.52	0.61	متوسطة
3	3	سمو الذات	2.18	0.70	ضعيفة
		المقياس ككل	2.30	0.68	ضعيفة

يلاحظ من جدول (8) أن درجة الوفاء الوجودي جاءت ضعيفة، حيث بلغ المتوسط الحسابي للمقياس ككل (2.30)، وانحراف معياري (0.68). وفي الأبعاد، يلاحظ أن تحقيق الذات جاءت في المرتبة الأولى بمتوسط الحسابي بلغ (2.52) وانحراف معياري (0.61) وبدرجة متوسطة، تلاه قبول الذات بمتوسط حسابي (2.21)

وانحراف معياري (0.63) وبدرجة ضعيفة، وأخيراً سمو الذات بمتوسط حسابي (2.18)، وانحراف معياري (0.70) وبدرجة ضعيفة.

وللإجابة عن مستوى الإرهاق العاطفي تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات المطلقين على المقياس ككل، وعلى كل بُعد من أبعاده، وجدول (9) يبين القيم.

جدول (9) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات المطلقين على المقياس ككل وعلى كل بُعد من الأبعاد

الرقم	الترتيب	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	1	المشاعر السلبية	3.79	0.57	كبيرة
2	4	العلاقات والدعم الاجتماعي	3.66	0.70	متوسطة
3	2	الأفكار والمعتقدات	3.73	0.65	كبيرة
4	3	الذاتية العاطفية	3.71	0.68	كبيرة
		المقياس ككل	3.72	0.63	كبيرة

يلاحظ من جدول (9) أن المتوسط الحسابي للإرهاق العاطفي ككل بلغت (3.72)، وانحراف معياري (0.63) وبدرجة كبيرة. وفي الأبعاد، يلاحظ أن المشاعر السلبية جاء في المرتبة الأولى بمتوسط الحسابي بلغ (3.79) وانحراف معياري (0.57) بدرجة كبيرة، ثم تلاه الأفكار والمعتقدات بمتوسط حسابي (3.73) وانحراف معياري (0.65) بدرجة كبيرة؛ وتلاه الذاتية العاطفية بمتوسط الحسابي بلغ (3.71) وانحراف معياري (0.68) بدرجة كبيرة، وأخيراً العلاقات والدعم الاجتماعي بمتوسط حسابي (3.66) وانحراف معياري (0.57) بدرجة متوسطة.

وللإجابة عن مستوى الخوف من العلاقة الحميمة تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات المطلقين على المقياس ككل، وعلى كل بُعد من أبعاده، وجدول (10) يبين القيم.

جدول (10) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات المطلقين على المقياس ككل وعلى كل بُعد من الأبعاد

الرقم	الترتيب	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	1	العلاقة الحميمة العاطفية	3.84	0.57	كبيرة
2	2	العلاقة الحميمة الاجتماعية	3.79	0.64	كبيرة
3	3	العلاقة الحميمة الفكرية	3.75	0.68	كبيرة
4	4	العلاقة الحميمة الجنسية	3.61	0.72	متوسطة
		المقياس ككل	3.75	0.67	كبيرة

يلاحظ من جدول (10) أن المتوسط الحسابي للخوف من العلاقة الحميمة ككل بلغت (3.75)، وانحراف معياري (0.67) وبدرجة كبيرة. وفي الأبعاد، يلاحظ أن العلاقة الحميمة العاطفية جاءت في المرتبة الأولى بمتوسط الحسابي بلغ (3.84) وانحراف معياري (0.57) وبدرجة كبيرة، تلاه العلاقة الحميمة الاجتماعية بمتوسط حسابي (3.79) وانحراف معياري (0.64) وبدرجة كبيرة، ومن ثم العلاقة الحميمة الفكرية بمتوسط حسابي (3.75) وانحراف معياري (0.68) وبدرجة كبيرة. وأخيراً العلاقة الحميمة الجنسية بمتوسط حسابي (3.61) وانحراف معياري (0.72) وبدرجة متوسطة.

السؤال الثاني: هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات استجابات عينة الدراسة في الوفاء الوجودي تعزى لمتغير (الجنس، والعمر، وعدد سنوات الزواج) لدى عينة من المطلقين؟

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الوفاء الوجودي ككل وفقاً لمتغيرات الدراسة، وجدول (11) يوضح ذلك.

جدول (11) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الوفاء الوجودي ككل وفقاً لمتغيرات الدراسة.

المتغير	المستوى	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتغير	المستوى	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الجنس	ذكور	3.63	0.56	عدد سنوات الزواج	أقل من 7 سنوات	3.73	0.71
	إناث	3.62	0.51		من 7-12 سنة	3.62	0.63
	المجموع	3.63	0.55		أكثر من 12 سنة	3.67	0.67
العمر	أقل من 30 سنة	3.68	0.52	الكلية	أقل من 7 سنوات	3.73	0.71
	من 30-45 سنة	3.66	0.57		من 7-12 سنة	3.62	0.63
	أكثر من 45 سنة	3.67	0.59		أكثر من 12 سنة	3.67	0.67
	الكلية	3.67	0.57		الكلية	3.67	0.68

يلاحظ من جدول (11) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لمقياس الوفاء الوجودي تبعاً لمتغيرات الدراسة على المقياس ككل، وللكشف عن دلالة هذه الفروق تم استخدام تحليل التباين الثلاثي (Three Way ANOVA) للكشف عن الفروق في مستوى الوفاء الوجودي ككل، وجدول (12) يبين ذلك.

جدول (12) تحليل التباين الثلاثي للكشف عن الفروق على مقياس الوفاء الوجودي ككل تبعاً لمتغيرات الدراسة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	الدلالة الإحصائية
الجنس	2.015	1	2.015	5.268	0.000
العمر	3.122	2	1.561	0.938	0.565
عدد سنوات الزواج	4.539	2	2.270	3.869	0.000
الخطأ	51.357	2392	0.021		
الكلية	63.525	2397			

يلاحظ من جدول (12) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) على مقياس الوفاء الوجودي تعزى لمتغير الجنس والعمر، ووجود فروق في متغير عدد سنوات الزواج. ولتحديد الفروق تم استخدام المقارنات البعدية بطريقة (Scheffe)، وجدول (13) يبين ذلك.

جدول (13) المقارنات البعدية بطريقة شففيه (Scheffe) لدرجة الوفاء الوجودي تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج

عدد سنوات الزواج	المتوسط الحسابي	أقل من 7 سنوات	من 7-12 سنة	أكثر من 12 سنة
أقل من 7 سنوات	3.73	3.73	3.62	3.67
من 7-12 سنة	3.62	0.09		
أكثر من 12 سنة	3.67	*0.29	0.11	

* دالة عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

يتبين من جدول (13) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) بين متوسط أقل من 7 سنوات من جهة ومتوسط أكثر من 12 سنة من جهة أخرى، وجاءت الفروق لصالح أقل من 7 سنوات. السؤال الثالث: هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات استجابات عينة الدراسة في الإرهاق العاطفي تعزى لمتغير (الجنس، والعمر، وعدد سنوات الزواج) لدى عينة من المطلقين؟ للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الإرهاق العاطفي ككل وفقاً لمتغيرات الدراسة، وجدول (14) يوضح ذلك.

جدول (14) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الإرهاق العاطفي ككل وفقاً لمتغيرات الدراسة

المتغير	المستوى	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتغير	المستوى	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الجنس	ذكور	3.64	0.69	عدد سنوات الزواج	أقل من 7 سنوات	3.81	0.68
	إناث	3.83	0.57		من 7-12 سنة	3.84	0.61
	الكل	3.74	0.59		أكثر من 12 سنة	3.82	0.66
العمر	أقل من 30 سنة	3.78	0.59	الكل		3.82	0.65
	من 30-45 سنة	3.67	0.64				
	أكثر من 45 سنة	3.69	0.61				
	الكل	3.71	0.66				

يلاحظ من جدول (14) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لمقياس الإرهاق العاطفي تبعاً لمتغيرات الدراسة على المقياس ككل، وللكشف عن دلالة هذه الفروق تم استخدام تحليل التباين الثلاثي (Three Way ANOVA) للكشف عن الفروق في مستوى الإرهاق العاطفي ككل، وجدول (15) يبين ذلك.

جدول (15) تحليل التباين الثلاثي للكشف عن الفروق على مقياس الإرهاق العاطفي ككل تبعاً لمتغيرات الدراسة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	الدلالة الإحصائية
الجنس	1.997	1	1.997	3.869	0.000
العمر	4.105	2	2.053	6.342	0.000
عدد سنوات الزواج	0.987	2	0.494	1.023	0.642
الخطأ	54.359	2392	0.023		
الكل	64.311	2397			

يظهر جدول (15) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) على مقياس الإرهاق العاطفي تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث، وعدم وجود فروق في متغير عدد سنوات الزواج ووجود فروق في متغير العمر، ولتحديد الفروق تم استخدام المقارنات البعدية بطريقة (Scheffe)، وجدول (16) يبين ذلك.

جدول (16) المقارنات البعدية بطريقة شفوية (Scheffe) لدرجة الإرهاق العاطفي تعزى لمتغير العمر

العمر	المتوسط الحسابي	أقل من 30 سنة	من 30-45 سنة	أكثر من 45 سنة
أقل من 30 سنة	3.78	3.78	3.67	3.69
من 30-45 سنة	3.67	0.10		
أكثر من 45 سنة	3.69	*0.34	0.08	

* دالة عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

يتبين من جدول (16) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) بين متوسط ذوي العمر الأقل من 30 سنة من جهة ومتوسط ذوي العمر الأكثر من 45 سنة من جهة أخرى، وجاءت الفروق لصالح ذوي العمر الأقل من 30 سنة.

السؤال الرابع: هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات استجابات عينة الدراسة في الخوف من العلاقة الحميمة تعزى لمتغير (الجنس، والعمر، وعدد سنوات الزواج) لدى عينة من المطلقين؟
للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الخوف من العلاقة الحميمة ككل وفقاً لمتغيرات الدراسة، وجدول (17) يوضح ذلك.

جدول (17) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الخوف من العلاقة الحميمة ككل وفقاً لمتغيرات الدراسة

المتغير	المستوى	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتغير	المستوى	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الجنس	ذكور	3.61	0.68	عدد سنوات الزواج	أقل من 7 سنوات	3.71	0.65
	إناث	3.80	0.56		من 7-12 سنة	3.68	0.72
	الكل	3.71	0.58		أكثر من 12 سنة	3.70	0.64
العمر	أقل من 30 سنة	3.76	0.58	الكل	أقل من 30 سنة	3.70	0.65
	من 30-45 سنة	3.69	0.63		من 30-45 سنة		
	أكثر من 45 سنة	3.70	0.61		أكثر من 45 سنة		
	الكل	3.72	0.66		الكل		

يلاحظ من جدول (17) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لمقياس الخوف من العلاقة الحميمة تبعاً لمتغيرات الدراسة على المقياس ككل، وللكشف عن دلالة هذه الفروق تم استخدام تحليل التباين الثلاثي (Three Way ANOVA) للكشف عن الفروق في مستوى الخوف من العلاقة الحميمة ككل، وجدول (18) يبين ذلك.

جدول (18) تحليل التباين الثلاثي للكشف عن الفروق على مقياس الخوف من العلاقة الحميمة ككل تبعاً لمتغيرات الدراسة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	الدلالة الإحصائية
الجنس	1.995	1	1.995	4.825	0.000
العمر	4.892	2	2.446	5.109	0.000
عدد سنوات الزواج	1.536	2	0.768	1.032	0.328
الخطأ	56.385	2392	0.024		
الكل	66.519	2397			

يلاحظ من جدول (18) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) على مقياس الخوف من العلاقة الحميمة تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث، وعدم وجود فروق في متغير عدد سنوات الزواج؛ ووجود فروق في متغير العمر، ولتحديد الفروق تم استخدام المقارنات البعدية بطريقة (Scheffe)، وجدول (19) يبين ذلك.

جدول (19) المقارنات البعدية بطريقة شفية (Scheffe) لدرجة الخوف من العلاقة الحميمة تعزى لمتغير العمر

العمر	المتوسط الحسابي	أقل من 30 سنة	من 30-45 سنة	أكثر من 45 سنة
أقل من 30 سنة	3.76			
من 30-45 سنة	3.69	0.09		
أكثر من 45 سنة	3.70	*0.26	0.11	

* دالة عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$).

يتبين من جدول (19) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) بين متوسط ذوي العمر الأقل من 30 سنة من جهة ومتوسط ذوي العمر الأكثر من 45 سنة من جهة أخرى، وجاءت الفروق لصالح ذوي العمر الأقل من 30 سنة.

السؤال الخامس: هل هناك ارتباط ذو دلالة إحصائية بين الوفاء الوجودي والإرهاق العاطفي، والخوف من العلاقة الحميمة لدى عينة من المطلقين؟

للإجابة عن هذا السؤال، حسبت معاملات ارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة على كل بُعد من أبعاد الوفاء الوجودي، ودرجاتهم على مقياسي الإرهاق العاطفي والخوف من العلاقة الحميمة، كما هو مبين في جدول (20).

جدول (20) معاملات الارتباط بين درجات المطلقين على أبعاد الوفاء الوجودي ودرجاتهم على مقياسي الإرهاق العاطفي والخوف من العلاقة الحميمة

البعد	الإرهاق العاطفي	الخوف من العلاقة الحميمة	قيمة Z
قبول الذات	-0.29**	-0.33**	2.57*
تحقيق الذات	-0.32**	-0.28**	2.01*
سمو الذات	-0.31**	-0.30**	1.87*

0.01 > P** ; 0.05 > P*

يظهر جدول (20) أن هناك علاقة سلبية دالة إحصائياً بين أبعاد مقياس الوفاء الوجودي وكل من الإرهاق العاطفي والخوف من العلاقة الحميمة لدى المطلقين.

مناقشة النتائج:

أظهرت النتائج أن مستوى الوفاء الوجودي جاء بدرجة ضعيفة، حيث يعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن المطلقين فقدوا الاهتمام بالبحث عن معاني الحياة، والأهداف الشخصية التي كانوا يسعون لها؛ وأصبح لديهم قدر محدود من الحرية والاستقلالية التي تجعلهم قادرين على إدراك احتياجاتهم، وأن الأحداث الضاغطة لدى المطلقين أدت بهم لاتجاهات سلبية نحو الآخرين والحياة؛ بالإضافة إلى عدم قدرة المطلقين على استخدام استراتيجيات المواجهة وتطبيقها عندما يواجهون مواقف تتطلب منهم التحدي. وتختلف نتيجة هذه الدراسة مع دراسة عبدالله (2022) التي أشارت لوجود مستوى مرتفع من الوفاء الوجودي.

وأشارت النتائج إلى أن مستوى الإرهاق العاطفي جاء بدرجة كبيرة، حيث يعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن المطلقين يشعرون بالإرهاق والتعب بسبب كثرة الضغوط الاجتماعية التي لا يستطيعان مواكبتها أو مواجهتها وبسبب محاولة مواجهة مثل هذه الضغوط بشكل مستمر أدت بهم لعدم تلبية المتطلبات العاطفية المرتبطة بها ويواجه المطلقين صعوبة في التعامل مع الآخرين مع الآخرين، والمبالغة في استجاباتهم، ويميلون إلى الشعور بثوران عاطفي، وقد يظهرون عداً وصعوبة في التواصل مع الأصدقاء والأقارب وأفراد الأسرة. كما يرى الباحث أن ذلك يعود ذلك إلى التمسك بالتوقعات المثالية لدى الزوجين، وترتبط هذه التوقعات بتحقيق الذات والعمل والأدوار ونتائج أنشطته المختلفة؛ وترتبط هذه التوقعات أيضاً بتقييم الزوج لشخصيته بناءً على القيم المكتسبة من البيئة الاجتماعية المحيطة به؛ فقد يشعر بالدونية وتدني تقدير الذات، وقد يشعر أيضاً بمشاعر العجز والاكتئاب بسبب الحاجة الملحة إلى وجود مصادر معنوية ومادية لتلبية احتياجاته التي لا يقدر على تلبيتها، وقد يؤدي ذلك به إلى الإرهاق العاطفي في نهاية المطاف، وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة العبيدي (2023) التي أشارت إلى وجود مستوى مرتفع من الإرهاق العاطفي.

كما أظهرت النتائج إلى أن مستوى الخوف من العلاقة الحميمة جاء بدرجة كبيرة، حيث يعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن المطلقين يعانون من الإحباط والقلق الناتج عن عدم قدرتهم على تبادل الأفكار والمشاعر والأحاسيس والخبرات مع الفرد الآخر، وذلك بسبب ضعف تكوين العلاقات مع الآخرين؛ كما أن هؤلاء العينة من المطلقين يعانون من صعوبة في التواصل مع الطرف الآخر، وعدم تنمية علاقات وطيدة ومترابطة، وصعوبة

في الكشف الذاتي والتعبير عن المشاعر، ولديهم تردد في الإفصاح والكشف عن ما يجول في داخلهم من مشاعر عاطفية.

وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق في مستوى الوفاء الوجودي تعزى لمتغيري الجنس والعمر، حيث يرى الباحث أن ذلك يعود إلى تشابه في البيئة الاجتماعية والأسرية التي يعيشها كلا من المطلقين والمطلقات فالعادات والقيم وأساليب التربية والتعبير عن المشاعر تتساوى لدى كلا الجنسين بغض النظر عن الفئة العمرية. كما أنهم يمتلكون نفس القدرة على توظيف المهارات والخبرات والمعلومات في حياتهم للحصول على الأهداف والمعنى من الحياة. وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة عبدالله (2022) التي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الوفاء الوجودي وفقاً لمتغير الجنس؛ ودراسة كاي (Kay, 2014) التي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الوفاء الوجودي تعود لمتغيري الجنس والعمر. وأظهرت النتائج وجود فروق في مستوى الوفاء الوجودي تعزى لمتغير سنوات الزواج، حيث يعزو الباحث ذلك إلى امتلاك القدرة على إشباع الحاجات وتحقيق علاقات ناجحة مع البيئة المحيطة بهم، فهم أفراد لديهم استقلال في الشخصية عن الآخرين ومنفتحين على البيئة المحيطة بهم، ويمتلكون القدرة على تنظيم حياتهم وتحمل المسؤولية والثقة بالذات.

وأشارت النتائج إلى وجود فروق في مستوى الإرهاق العاطفي تعزى لمتغير الجنس لصالح المطلقات، حيث يرى الباحث أن المطلقات بسبب كثرة الضغوط الاجتماعية والأسرية والوظيفية التي تتعرض لها، بالإضافة إلى عدم الرضا عن العلاقة الجنسية بين الطرفين الأمر الذي يؤدي إلى انهيار العلاقة الزوجية في نهاية المطاف كما أن الشعور بعدم الرضا الجنسي أو عدم القدرة على التفاعل الحميمي والمستمر بما يرضيهن يؤدي إلى الإرهاق العاطفي؛ وتختلف نتيجة هذه الدراسة مع دراسة العبيدي (2023) ودراسة كاي (Kay, 2014) اللاتي أشارتا إلى عدم وجود فرق بين الجنسين في مستوى شعورهم بالإرهاق العاطفي.

وأظهرت النتائج إلى وجود فروق في مستوى الإرهاق العاطفي تعزى لمتغير العمر لصالح ذوي الأعمار 30 سنة فأقل، حيث يرى الباحث أن هذه النتيجة تعود إلى عدم مقدرة هؤلاء المطلقين في التغلب على الصعوبات والمشكلات، والظروف القاسية التي يمرون بها؛ كما أنهم لا يمتلكون القوة والنشاط والقدرة على التوافق مع الحياة الأسرية والاجتماعية. كما يعود ذلك للتقلبات المزاجية السريعة وغير المستقرة، والاستمرارية بنفس الطريقة في المشاعر وعدم التفكير في التغير مما يؤدي إلى شعورهم بالاستنزاف. كما أن نقص الحافز، ووجود فرد غير متحمس، وليس لديه أي أهداف لتحقيقها، فيبدأ في الانغماس بالإحباط والوصول إلى الإرهاق. وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع الصوالفة (Alsawalqa, 2019) التي أشارت إلى أن الإرهاق العاطفي يتأثر بتزايد أعمار الزوجين. وتختلف نتيجة هذه الدراسة مع دراسة كاي (Kay, 2014) التي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الإرهاق تعود لمتغير العمر.

وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق في مستوى الإرهاق العاطفي تعزى لمتغير سنوات الزواج، حيث يرى الباحث أن ذلك يعود إلى السلبية والتشاؤم وعدم التوقف عن التفكير بشكل سلبي، بالإضافة إلى الخلط بين الحياة الشخصية وغيرها من جوانب الحياة التي تؤدي لخلق المشكلات والتحديات التي تؤدي إلى إثارة الإزعاج والقلق لدى المطلقين.

كما أن العيش في بيئة مضطربة تتزايد فيها الصراعات مع الطرف الآخر ليس بالأمر السهل على الإطلاق. وهذا يمكن أن يؤدي إلى التوتر الشديد والإرهاق. ويكون لدى الطرفين شخصيات أو وجهات نظر غير متوافقة حول العديد من الأمور، كما يمكن أن يؤدي ذلك إلى خلافات وصراعات مستمرة، وقد يحدث

الإرهاق العاطفي عندما لا يتمكن شخصان من إيجاد طريقة لحل هذه المشاكل بشكل سليم ومحترم؛ كما يمكن أن يتسبب الإهمال وعدم الرضا عن الذات بالإرهاق العاطفي في العلاقات حيث يصبح الأمر مرهقاً بالنسبة لأي فرد إذا شعر أن شخصه لا يقدره أو يقدر علاقته؛ وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع الصوالقة (Alsawalqa, 2019) التي أشارت إلى أن الإرهاق العاطفي يتأثر بتزايد سنوات الزواج.

وأظهرت النتائج إلى وجود فروق في مستوى الخوف من العلاقة الحميمة تعزى لمتغير الجنس لصالح المطلقات، حيث يرى الباحث أن النساء يظهرن بشكل منهجي دافعاً أكبر لعملية العلاقة الحميمة، ويمكن فهم هذه النتيجة من خلال الدور الجنسي الموجه نحو العلاقات للمرأة، والذي يمكن ألا يحفزها على تجربة العلاقة الحميمة. وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة جيوفازولياس وباشاليدي (Giovazolias & Paschalidi, 2022) التي أشارت إلى أن الإناث تفوقن على الذكور في الخوف من العلاقة الحميمة. أظهرت النتائج إلى وجود فروق في مستوى الخوف من العلاقة الحميمة تعزى لمتغير العمر لصالح ذوي الأعمار 30 سنة فأقل، حيث يرى الباحث أن الأفراد الذين يعانون من القلق الشديد يستجيبون للظروف المجتمعية بأفكار أكثر سلبية وتبني سلوكيات تجنبية في العلاقات، وأن قبول الوالدين يرتبط بتكيف أفضل بين الأفراد، كما أن جودة العلاقة بين الوالدين والأبناء أمر بالغ الأهمية للقدرة على التعبير عن العلاقة الحميمة. وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق في مستوى الخوف من العلاقة الحميمة تعزى لمتغير سنوات الزواج، حيث يرى الباحث أن ذلك يعود إلى التشابه في سمات الخوف من العلاقة الحميمة والمتمثلة في عدم الانفتاح والصدق بين الطرفين، بالإضافة إلى تنني مستوى الرعاية والدفع والمساعدة، والحماية خلال مسيرة حياتهم الزوجية، وعدم التنازل عن السيطرة والشعور بالضيق لديهما؛ كما أن عدم الكشف الذاتي بين الطرفين والتعلق العاطفي يزيد ويوتر العلاقة بين الطرفين.

وأظهرت النتائج علاقة سلبية دالة إحصائياً بين الوفاء الوجودي وكل من الإرهاق العاطفي والخوف من العلاقة الحميمة، حيث يرى الباحث أن ذلك يعود إلى أن الشعور بالمعنى يقوم بدور هام في تحقيق الذات والسمو بها، وعلى العكس من ذلك فإن الإرهاق والخوف يؤثر في بناء العلاقات مع الآخرين والتفاعل معهم؛ ولعل نقص الشعور بالمعنى قد يؤدي إلى تأخير المشاعر أو السلوك أو الرغبات غير المرغوب فيها، وأن عدم المرونة في الاستجابة بوعي للمحفزات (الداخلية أو الخارجية) والتركيز المفقود للوعي عند المعاناة من نقص المعنى يؤدي بدوره إلى زيادة الإرهاق والخوف من الآخرين؛ وتتفق نتيجة هذه الدراسة دراسة بارزوكي وآخرون (Barzoki et al., 2018) ودراسة كاي (Kay, 2014) اللاتي أشارتا إلى وجود علاقة سالبة بين الوفاء الوجودي والإرهاق.

4-الخلاصة:

- في ضوء هذه النتائج يوصي الباحث بما يأتي:
- ضرورة تعزيز الثقة بالذات للآباء والأمهات المطلقين والاهتمام بهم نفسياً واجتماعياً.
- تفعيل دور المصلحين الأسريين في المحاكم بحيث يقدموا خدمات إرشادية واستشارات نفسية للآباء والأمهات المطلقين.
- إعداد البرامج وقائية وعلاجية لتخفيف حدة الإرهاق العاطفي والخوف من العلاقة الحميمة للآباء والأمهات المطلقين ولتوفير الدعم النفسي والاجتماعي المناسب لهم.

- إجراء المزيد من الدراسات المستقبلية على عينات مختلفة واستخدام متغيرات جديدة كالمستوى الاقتصادي والاجتماعي والتعليمي وعدد الأبناء وغيرها.

- الإحالات والمراجع:

- إبراهيم، فيوليت وحامد، محمد ومختار، أسماء (2015). الخصائص السيكومترية لمقياس تحقيق الذات للراشدين. *مجلة الإرشاد النفسي*، 42، 531-555.
- بكر، مها (2020). الخوف من الحميمة وعلاقتها ببقطة الضمير لدى المتزوجين في مدينة أربيل. *مركز البحوث النفسية*، 31 (4)، 423-460.
- البهنساوي، أحمد (2020). الخوف من العلاقات الحميمة كمتغير وسيط بين القلق والصدقة لدى عينة من طلاب الجامعة. *مجلة بحوث ودراسات نفسية*، 16 (1)، 1-58.
- الجبالي، حمزة (2016). الأسباب النفسية للمشاكل الزوجية وفشل الحياة الزوجية. عمان: دار عالم الثقافة للنشر والتوزيع.
- الحمادي، أنور (2015). خلاصة الدليل التشخيصي والإحصائي الخامس للاضطرابات العقلية DSM-5. بيروت: الدار العربية للعلوم ناشرون.
- عبدالله، حنان (2022). الوفاء الوجودي والصحة النفسية الإيجابية لدى طلاب الجامعة: دراسة تنبؤية فارقة. *مجلة الإرشاد النفسي*، 70، 1-86.
- العبيدي، إنصاف (2023). الإرهاق العاطفي لدى المرشدين التربويين. *مجلة الدراسات المستدامة*، 5، 2439-2463.
- القرأ، محمد (2012). الخوف والابتزاز والعنف عند الأطفال. عمان: دار المعزز للنشر والتوزيع.
- Alsawalqa, R. (2019). Marriage burnout: When the emotions exhausted quietly quantitative research. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 13 (2), e68833.
- Bagheri, R., Ostovar, S., Griffiths, M. & Hashim, I. (2023). Server connection versus marital disconnection: An investigation of the effect of internet addiction on couple burnout in Iran. *Technology in Society*, 27, e102163.
- Barzoki, S., Rafieinia, P., Bigdeli, I. & Najafi, M. (2018). The role of existential aspects in predicting mental health and burnout. *Iran Journal Psychiatry*, 13(1), 40-45.
- Batthyány, A. (2016). *Logotherapy and existential analysis: Proceedings of the viktor frankl institute vienna*, Volume 1. New York: Springer International Publishing.
- Descutner, C. & Thelen, M. (1991). Development and validation of a fear-of-intimacy scale. *Psychological Assessment*, 3 (2), 218-225.
- Dulinets, T., Ben'kova, O., Savel'eva, T., Mashanov, A. & Dogadaev, O. (2022). Personal well-being and existential fulfillment: Theoretical and philosophical aspect. *Filosofia i kul'tura*, 10, 75-91.
- Dykas, M. & Siskind, D. (2018). Turning from parents: Psychological distancing and attachment-related changes in regret for immediate contact in emerging adulthood. *Emerging Adulthood*, 8(3), 195-208.
- Erber, R. & Erber, M. (2017). *Intimate Relationships: Issues, Theories, and Research*. Abingdon: Taylor & Francis.
- Ede, M., Adene, F. & Okeke, C. (2021). The effect of rational emotive behaviour therapy on post-traumatic depression in flood victims. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 40, 124-143.
- Elochukwu, A. (2021). Stigma and mental health impact of divorce on women: A Nigerian perspective. Available at: <https://www.rightsofequality.com/stigma-and-mental-health-impact-of-divorce-on-women-in-nigeria/>. [access date June 21, 2024].
- Giovazolias, T., Leontopoulou, S. & Triliva, S. (2010). Assessment of Greek university students' counselling needs and attitudes: An exploratory study. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 32(2), 101-116.
- Giovazolias, T. & Paschalidi, E. (2022). The effect of rejection sensitivity on fear of intimacy in emerging adulthood: A moderated-mediation model. *European Journal of Psychology Open*, 81(1), 1-12.
- Goldberg, H. (2016). *Overcoming fears of intimacy and commitment: Relationship insights for men and the women in their lives*. Maryland: Rowman & Littlefield Publishers.

- Heintzelman, S. (2017). *Meaning in life in context. in subjective well-being and life satisfaction*. Routledge: New York, NY, USA, 2017; pp. 293–310.
- Hills, M. (2014). *Emotional exhaustion: Creation of a new measure and exploration of the construct*. Master thesis, Oklahoma state university, Oklahoma, USA.
- Iron, A. (2023). *The psychology of love: How to build healthy and fulfilling relationships*. Italia: Greenbooks Editore
- Kazemi, R. & Gorji, M. (2013). Job burnout and job satisfaction among industry, mine and trade organization employees: A questionnaire survey. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 3(7), 21-40.
- Kay, J. (2014). Existential fulfilment, work engagement and job burnout. *Kabarak Journal of Research & Innovation*, 2 (1), 90-101.
- Komarevtseva, I. (2012). Development mechanisms of the emotional burnout syndrome among professionals (p.10). Proc. the 5th All-Russian Scientific-Practical Conference. The Olympic Sochi: Society. Culture. Personality. Sochi; Sochi State University, Publ., 4th-6th October.
- Länge A. & Klaassen D. (2019). Phenomenology and depth in existential psychotherapy. *Journal of Humanistic Psychology*, 61(1), 1-12.
- Lin, G., Szczygieł, D., Hansotte, L., Roskam, I. & Mikolajczak, M. (2021). Aiming to be perfect parents increases the risk of parental burnout, but emotional competence mitigates it. *Current Psychology*, 42, 1362–1370.
- Lloyd, M. (2011). Fear of intimacy in romantic relationships during emerging adulthood: The influence of past parenting and separation-individuation. Ph.D thesis, Victoria University, Melbourne, Australian.
- Loonstra, B., Brouwers, A. & Tomic, W. (2007). Conceptualization, construction and validation of the existential fulfillment scale. *European Psychotherapy*, 7(1), 5-18.
- Madsen, O. (2015). *Optimizing the self: Social representations of self-help*. Abingdon: Taylor & Francis.
- Marar, Z. (2014). *Intimacy*. Abingdon: Taylor & Francis.
- Martínez-Líbano, J., Yeomans, M. & Oyanedel, J. (2022). Psychometric properties of the emotional exhaustion scale (ECE) in Chilean higher education students. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 12 (1), 50-60.
- Maslach, C. & Leiter, M. (2016). Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2), 103-111.
- Matanova, V., Stoyanov, D. & Strizhitskaya, O. (2022). Mentalization and clinical psychopathology. *Frontiers in Psychology*, 13, 837964.
- Mokhov, V. & Babushkina, S. (2022). The role of existential experience in processing uncertainty. *Psychology. Pedagogics. Education Series*, 2, 26-46.
- Phillips, T., Wilmoth, J., Wall, S., Peterson, D., Buckley, R. & Phillips, L. (2013). Recollected parental care and fear of intimacy in emerging adults. *The Family Journal*, 21(3), 335–341.
- Pines, A. (2013). *Couple burnout: Causes and cures*. London, UK: Routledge.
- Rostovtseva, M., Popov, V., Dulinet, T., Smirnova, L. & Avdeeva, T. (2022). Psychological well-being and existential fulfillment in late adolescence. *Psihologija i psihotecnika*, 3, 42-54.
- Schulenberg, S. (2016). Clarifying and furthering existential psychotherapy: Theories, methods, and practices. In: Schulenberg S.E., editor. *Clarifying and Furthering Existential Psychotherapy: Theories, Methods, and Practices*. 1st ed. Springer; Oxford, MS, USA: pp. 1–161.
- Sobral, M., Matos, P. & Costa, M. (2015). Fear of intimacy among couples: Dyadic and mediating effects of parental inhibition of exploration and individuality and partner attachment. *Family Science*, 6 (1), 380-388.
- Solobutina, M. & Miyassarova, L. (2019). Dynamics of existential personality fulfillment in the course of psychotherapy. *Multidisciplinary Digital Publishing Institute*, 10 (1), 21-28.
- Ugwuanyi, C., et al., (2020). Impacts of cognitive behavior therapy on occupational stress among science and social science education facilitators in open and distance learning centers and its implications for community development: A randomized trial group. *Medicine (Baltimore)*, 99 (41), e22677.
- Whisman, M., Sbarra, D. & Beach, S. (2021). Intimate relationships and depression: Searching for causation in the sea of association. *Annual Review of Clinical Psychology*, 17, 233–258.
- Wilson, K. (2023). *A practical guide to building a successful and fulfilling marriage*. Antioch: Financierpro publishing.

- Wong, P. (2016). Integrative meaning therapy: From logotherapy to existential positive interventions. In P. Russo-Netzer, S. E. Schulenberg, & A. Batthyány (Eds.), *Clinical perspectives on meaning: Positive and existential psychotherapy* (pp. 323-342). New York, NY: Springer.
- Ye, J., Chen, M. & Hao, Y. (2023). Teaching and learning in higher education: the role of emotion and cognition. *Frontiers in Psychology*, 14, 1230472.
- Yoo, H., Bartle-Haring, S., Day, R. & Gangamma, R. (2014). Couple communication, emotional and sexual intimacy, and relationship satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 40(4), 275–293.
- Zimmer-Gembeck, M. (2015). Emotional sensitivity before and after coping with rejection: A longitudinal study. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 41(1), 28–37.

كيفية الاستشهاد بهذا المقال حسب أسلوب APA :

المومني، محمد علي (2025). علاقة الوفاء الوجودي بالإرهاق العاطفي والخوف من العلاقة الحميمة لدى عينة من المطلقين في شمال الأردن. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*. 11(1)، الجزائر: جامعة الوادي، الجزائر. 64-88.