المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد 14، عدد 3، 2018، 301 - 313

# الانفصال العاطفي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين

عمر الشواشرة وهبه عبد الرحمن *

تاريخ تسلم البحث 2017/12/21 تاريخ قبوله 2018/4/12

**ملخص:** هدفت الدراسة الحالية للكشف عن مستوى الانفصال العاطفي، وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين. تكونت عينة الدراسة من (242) من الأفراد المتزوجين، حيث تم اختيارهم بالطريقة المتيسرة. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام مقياس الانفصال العاطفي المطور لهذه الغاية، ومقياس للأفكار اللاعقلانية وقد تم التحقق من صدق وثبات الأدوات. أظهرت نتائج الدراسة أنّ مستوى الانفصال العاطفي، ومستوى الأفكار اللاعقلانية جاء ضمن "المستوى المنخفض". في حين أظهرت نتائج الدراسة أنّ أبرز الأفكار اللاعقلانية كانت لمجال تقييم الذات السلبي، ثم يليه العزو الداخلي للفشل، ومن ثمّ لمجال الاعتماديّة، وأخيراً لمجال النزق. كذلك أظهرت النتائج وجود علاقة "ارتباطية طردية" دالة إحصائياً بين مستوى الانفصال العاطفي والأفكار اللاعقلانية . وأخيراً أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قوة العلاقة الارتباطية بين الانفصال العاطفي والأفكار اللاعقلانية، وفقاً لمتغيري (الجنس، وعدد سنوات الزواج)، بينما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية وفقاً لمتغير المستوى التعليمي، ولصالح حملة درجة ماجستير فأعلى، ثم تلاه البكالوريوس.

**(الكلمات المفتاحية:** الانفصال العاطفي ، الأفكار اللاعقلانية).

**مقدمة:** يعد الزواج عقداً منظماً بين الجنسين، حيث تتحدد مشروعيته في نطاق الشرعية، والعادات، والقيم الاجتماعية، ويترتب عليه مجموعة من الحقوق والواجبات لكلا الطرفين، والهدف منه هو إحداث المودة والسكينة بين أفراد الأسرة. وتعتمد الحياة الأسرية على العلاقة العاطفية والاجتماعية، والتكافل الأسري، وهذا ما قد يحقق التوافق النفسي والأسري؛ مما قد يؤدي إلى الصحة النفسية للجميع. ولكن الاختلاف بين الناس، ومنهم الأزواج، هي سمة البشرية، وكثيراً ما تحدث الخلافات التي قد تعكر صفو هذه العلاقات، وقد تغير هذه الخلافات العلاقة العاطفية بين الأزواج، وقد تؤدي إلى الانفصال العاطفي أولا، ثم تنتهي العلاقات بالطلاق الشرعي والقانوني، حيث إنّ الانفصال العاطفي قد يكون واحدا من أهم جوانب التوتر في العلاقة ونوعيتها بين الأزواج. وقد يكون الانفصال العاطفي الخطوة الأولى في تراجع العلاقة الزوجية، والشعور بالاغتراب النفسي والعاطفي وفقدان الصراحة والثقة المتبادلة، والمساءلة التي تسبق الطلاق الشرعي أو القانوني.

إنّ فقدان الأزواج لأسلوب الحوار الهادف، وظهور مستوى مرتفع من الصدامات، وعدم التكيف مع متطلبات الحياة ، والسعي لاستخدام، وسائل الحياة الحديثة لمواكبة التطورات المتلاحقة في جميع مناحي الحياة ، أدى إلى نمو ظاهرة الانفصال العاطفي بين الأزواج. وهذا ما يدفع الأزواج لعدم إشراك كلٍ منهما للآخر في مواجهة المشاكل الحياتية؛ مما يؤدي إلى فقدان الانتماء النفسي والفكري بينهما. حيث إنّ الرضا ألزواجي يرتبط بالتلاقي العاطفي بين الزوجين، والذي يضفي ملامح من الاستقرار الزواجي، في حين يكون الطلاق العاطفي نتيجة لغياب الحب المتبادل بين الأزواج (Amiri, Hekmatpour & Fadaei, 2015)

**Emotional Separation and its Relationship With Irrational Thinking Among Married People**

***Omar Alshawashereh & Heba Abdel Rahman,*** *Department of Psychology and Counseling Education, Yarmouk University, Irbid, Jordan.*

**Abstract**: The purpose of the study was to examine emotional separation and its relationship with irrational thinking among married people. The sample consisted of (242) married people selected through accessible sampling technique. an Emotional separation scale, and an irrational thinking scale were used. The results indicated that emotional separation, and irrational beliefs were both in the low level. The most irrational beliefs were negative self- assessment, then internal attribution for failure, dependency, and irritability in order. Moreover, a statistically significant positive relationship between emotional separation, and irrational beliefs was found. Finally, no statistically significant differences in the magnitude of the relationship between emotional separation, and irrational beliefs were found, due to the variables of (gender and years of marriage). However, statistically significant differences were found due to educational level, in favor of MA degree holders, and above, then BA degree holders in order.

(**Keywords:** Emotional Separation , Irrational Beliefs).

وقد أشار هوبرت (Hobert, 2007) إلى أن أي خلل في العلاقات الأسرية، يؤدي إلى حالة من عدم الاستقرار النفسي داخل الأسرة، وإن عدم اهتمام الأزواج في معالجة هذا الخلل يؤدي إلى فقدان العديد من الاحترامات والعواطف الإيجابية بينهم. حيث تصل بهم الحالة إلى الانفصال العاطفي، والذي يُحدث الكثير من الانقسامات بين الأزواج، في ظل استمرار الحياة الزوجية، مما يقلّل من التوافق العاطفي بينهم.

وتعد مشكلة الانفصال العاطفي مشكلة العصر عند الكثير من الأمم؛ لأنها من أعظم المشكلات التي تهدد المجتمع بأسره، فضلاً عن الأسرة، وهي الخلية الأولى أو اللبنة الأولى في صرح المجتمع العاطفي يؤدي إلى نكسة عاطفية تؤثر على الصحة العقلية والنفسية من اكتئاب، وغضب، وانخفاض في تقدير الذات، والقلق، كما يؤدي إلى صعوبة التكيف مع الواقع، وتؤثر على نفسية الأزواج، والأبناء معاً. إنَ المرأة هي الأكثر تأثراً بالانفصال العاطفي؛ لأنها العنصر الأساسي في الأسرة، وللاعتقاد أنَ أي خطأ في الأسرة هي المسئولة عنه؛ لذا يُرى أنَ الانفصال هو فشل يُلحق الضرر بالنساء أكثر من الرجال (Sharma, 2011).

* قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة اليرموك، الأردن.

© حقوق الطبع محفوظة لجامعة اليرموك، إربد، الأردن.

وهناك عوامل تسبق الانفصال العاطفي، وهي الشريك غير القادر على تلبية حاجاته، كان يكون لديه ديون ثقيلة، أو هموم، ومشكلات لا يتحدث بها إلى الطرف الآخر. كذلك وجود علاقة سريّة غير شرعية، مع وجود شريك غافل عما يجري من حوله، أو يشك فيما يحدث دون دليل. وللحالة النفسية للزوجين تأثير على العلاقة الزوجية، فالأمراض النفسية تؤدي إلى حدوث اضطرابات حادة في الإدراك، والتفكير، وفي القدرة العقلية الأساسية للتمييز بين الواقع والخيال (هادي، 2012).

إنّ ميل الأزواج إلى معتقدات وأفكار غير واقعية أو غير عقلانية، يؤدي بهم إلى مشاعر سلبية، وسلوك غير فعّال، ويقود إلى القلق والعدوانية، وتدني قيمة الذات، بسبب توقعات وتعميمات خاطئة، والمبالغة والتهويل بدرجة لا تتفق والإمكانات الفعلية للفرد، وهذا يشجع التفكير السلبي والعاطفي، وتحدث صعوبة في مواجه مشاكل الحياة في الأسرة (خطاب، 2007).

وهناك بعض العوامل الملازمة للانفصال العاطفي لدى الأزواج، كالأحلام الشعورية واللاشعورية ، حيث يبدأ الزوجان بتعويض النقص في العلاقة الزوجية باللجوء إلى الأحلام، حيث يجدا فيها الراحة والسعادة، وعدم الجهد، والحصول على السعادة بطريقه سهلة، مما يفقد الزوجين مواجهة المشاكل بصورة واقعية، فتتراكم لتصبح سبباً مباشراً في فتور العلاقة الزوجية، وصولاً إلى الانفصال العاطفي (المخزومي، 2004 ).

وعندما يسود الإحباط والشعور بخيبة الأمل ، واليأس والتذمر، والتباعد لدى الزوجين لتناقض الواقع مع ما كان متوقعاً قبل الزواج، وبعدم قدرة الأزواج على فهم الواقع الجديد؛ يؤدي إلى اضطراب في العلاقة الزوجية. كذلك فإن انشغال الأزواج في التفكير بنجاحاتهم الذاتية اجتماعياً ووظيفياً، وعدم تبادل الآراء فيما بينهم يؤدي إلى إهمال الأسرة، فتصبح العلاقات مقتصرة على جوانب سطحية تخلو من المشاعر والأحاسيس (موسى، 2008).

وهناك العديد من النظريات التي تناولت مسببات ظاهرة الانفصال العاطفي لعل أبرزها:

- **نظرية تعدد الأجيال:** يفترض العالم بوين (Bowen) أن الفرد وأسرته يعيشون ضمن نظام عاطفي ،وأن المهام والأنظمة الأسرية تقوم على نظام معين من المشاعر والأحاسيس، ويتم تنميتها سنوات طويلة داخل الأسرة، ويعتقد أنها تنتقل من جيل إلى جيل. فعند غياب هذا النسق العاطفي بين أفراد الأسرة، يشعر أفرادها بضعف العاطفة بينهم، مما له آثار سلبية على الأسرة برمتها (Glade,2005).

- **نظرية جوتمان** (Gottman,1999) **للانحلال الزواجي:** حيث يرى **جوتمان** أن الزواج الذي يدوم فترة طويلة، يعتمد على قدرة الزوجين على حل الصراعات التي لا يمكن تفاديها، كما رأى أن السلوكيات السلبية تؤدي إلى التعاسة الزوجية، وحدد أربع سلوكيات تدفع بالزواج نحو عدم الرضا، وهي: كثرة الانتقادات التي تؤدي للاحتقار، الذي يولد بدوره اتخاذ موقف دفاعي، وفي النهاية إلى عدم الرغبة في البقاء، وغياب العاطفة بينهما.

- **نظرية التبادل الاجتماعي:** تتنبأ هذه النظرية بأن الزواج سوف ينتهي عندما لا تعطي العلاقة جذباً مستمراً للبقاء فيها، أو عند وجود عوائق للخروج من علاقة ضعيفة، أو وجود بدائل خارج العلاقة أقوى من الاستمرار فيها. وعندما لا يتقبل الزوجان الخسارة النفسية، يتحول تفاعلهما معاً إلى حلقة من الصراع، ويسعى كل منهما إلى هدم الآخر، وعندما لا يستطيع أي من الزوجين حسم الصراع، فإنه يضطر إلى مهادنة الزوج الآخر كي لا يتعرض لخسائر مادية أو نفسية إن انفصل عنه، أو توقف عن التفاعل الزوجي معه، وهذا ما يؤدي إلى الانفصال العاطفي (Wilson, & Waaddoups, 2002).

- **نظرية التفكير اللاعقلاني:** لقد قدّم ألبرت أليس"Ellis Albert" صاحب نظرية التفكير اللاعقلاني إحدى عشرة فكرة لاعقلانية، أو خاطئة يفترض أنها مسئولة عما يصيب الأفراد من اضطرابات في تفاعلاتهم العامة مع الآخرين. فقد تنشأ أفكار غير عقلانية بين الأزواج، تتلخص في مقارنة الشريك بالآخرين، مما قد يودي إلى عدم القناعة بالشريك و إثارة الشعور بالحساسية الزائدة اتجاه هذا الشريك. كذلك الشعور بالحب المثالي بين الأزواج قد يؤدي إلى آثار سلبية في العلاقات الأسرية. حيث إن طرق الإدراك، والتفسير، والتقييم للأحداث من قبل الزوجين معاً لها دور في الكشف عن طبيعة علاقتهم، وتؤثر على نوعية هذه العلاقة. حيث يولد الإنسان ولديه استعدادات أن يكون عقلانياً، أو غير عقلاني للحفاظ والدفاع عن الذات، والتفكير، والعاطفة، من أجل تحقيق الذات. وفي الوقت نفسه يمتلك الإنسان النزعة إلى تدمير الذات، وتجنب التفكير العقلاني، فيحاول الكفاح للوصول إلى الكمال، ولكن الخزعبلات، وعدم التسامح ، تنتهي بلوم الذات. إن الإنسان قد لا يكون معصوما عن ارتكاب الأخطاء، ولكنه يتعلم كيف يتكيف بسلام مع نفسه ومع الآخرين. فنحن نتعلم معتقدات غير عقلانية من ذوي الأهمية في حياتنا من خلال التنشئة الاجتماعية، فتصبح هذه المعتقدات غير العقلانية عقيدة، وأسلوب حياة نتمسك بها مع أن هذه الاعتقادات غير فاعلة، في حياتنا اليومية. ويعتقد "ألبرت أليس" على أن لوم الذات هو السبب الأساسي لمعظم الاضطرابات الانفعالية بين الناس، فمن المهم أن نتعلم تقبلنا لأنفسنا، بالرغم من عثراتنا وكثرة أخطائنا، ونتقبل أننا بشر لا نمتلك الكمال فالكمال لله وحده ( Corey, 2013).

وأشار ألبرت أليس إلى أن السمات المميزة للأفكار اللاعقلانية هي:

- **المطالبة** (Demanding): أي أن الفرد لديه مطالب كثيرة، ورغبات، يفرضها على نفسه، وعلى الآخرين من حوله، دون منطق، أو تقديرٍ حكيم للواقع.
- **التعميم الزائد** (Generalization): أي أن الفرد يعمم الأحداث بطريقة لا تخضع للمنطق كأن يقول الفرد جميع البشر هم جيدون أو سيئون.
- **الوعي والتقدير الذاتي** (Self awareness and appraisal): وهو يشبه التعميم الزائد، حيث إن الفرد لديه إدراك عام لذاته، وللأحداث من حوله، كمطالبته غير الواقعية، والتي تختلف وتتعارض مع أدائه الفعلي على أرض الواقع؛ ولذا فعلى الفرد أن يتكيف، ويعدل تقييمه لذاته إلى أن يتقبل ذاته، من منطلق رحم الله امرءأ عرف قدر نفسه.
- **الفظاعة والتهويل الانفعالي**(Emotional exaggerating) : وتشير إلى أن الفرد لديه سمات انفعالية لتهويل الأمر؛ مما يؤدي إلى الانفعالية الزائدة، وبالتالي عدم القدرة على التعامل مع الأحداث بطريقة منطقية، كمن يخسر مبلغاً قليلاً من المال، فيقول: أنا انتهيت اقتصاديا.
- **الأخطاء في الحكم على قواعد الفشل** ( Error in judgment of failure events): حيث يعمد الفرد إلى أن يتهم أو ينسب أفعاله الخاطئة أو المشينة إلى الآخرين وهي تخصه، أو إلى لوم نفسه، والأحداث سببها الآخرون، أو تخصهم ؛ مما يؤدي إلى خلل في إدراكه للأحداث من حوله، وتضعف حالته الانفعالية والسلوكية.

وقد تم دراسة موضوع الانفصال العاطفي لدى المتزوجين، وعلاقته بمتغيرات ذات الصلة، فقد أجرى شيري، وقانبريبانه (Shiri, & Ghanbaripanah, 2016) دراسة بحثت في الخلافات الزوجية، والطلاق العاطفي لدى المتزوجين في إيران. تكونت عينة الدراسة من (400) امرأة متزوجة، اختيرت بالطريقة المتيسرة. تم استخدام استبانة الطلاق العاطفي، واستبانة الخلافات الزوجية. أشارت النتائج إلى أن عدم إنكار فضل الشريك، والتواصل الروحي، والمصداقية، والضبط الداخلي، والتعامل بلطف، كانت من أهم العوامل في القدرة التنبؤية للطلاق العاطفي، وللخلافات الزوجية لدى عينة الدراسة.

كما أجرى"جونجي وكوشوكونيش وبورإبراهيم (Gonji, Khoshkonesh & Pourebrahim, 2016) دراسةً هدفت إلى مقارنة العلاقة الزوجية، والمعتقدات غير العقلانية للنساء مع وبدون جراحة تجميليه. تكوّنت عينة الدراسة من (208) أشخاص تشمل (100) امرأة مع جراحة تجميليه، و(108) امرأة بدون جراحة تجميليه. واستخدم الباحثون مقياس التكيف الزواجي الإسباني، والمعتقدات الزوجية غير العقلانية لجونز داس. حيث أظهرت النتائج أنّ المعتقدات غير العقلانية للنساء اللواتي خضعن لعمليات تجميليه هي أكثر من المعتقدات غير العقلانية لدى النساء اللواتي لم يخضعن للعمليات التجميلية. بالإضافة إلى ذلك، أشارت النتائج إلى أن التكيف الزواجي بين النساء اللواتي لم يخضعن لعمليات تجميلية أكثر من النساء اللواتي خضعن لعمليات تجميلية.

كما أجرى أكبر وحسين وهينقامه ( Akber, Hossein, & Hengameh, 2014) دراسة حالة في محافظة كراج بالعراق، هدفت إلى التّعرّف على العوامل المؤثرة في الانفصال العاطفي. ويشير هذا البحث النوعي إلى أن متغيرات الخيانة الذاتية، والانفتاح، والعمر بين الزوجين، لها أثر كبير على الانفصال العاطفي.

وأجرى هادي (2010) دراسة هدفت إلى تقصي الطّلاق العاطفي وعلاقته بفاعليّة الذّات لدى الأسر في مدينة بغداد تبعاً لمتغيرات (الجنس، والحالة الاقتصادية، ومدة الزواج). تكوّنت عيّنة الدراسة من (300) زوج وزوجة، اختيرت بصورةٍ قصديه من دوائر الدولة. أشارت النتائج إلى وجود طّلاق عاطفي لدى الأسر، ووجود طلاق عاطفي لدى الجنسين من الذكور والإناث بالدرجة نفسها، ووجود علاقة عكسية بين الطلاق العاطفي والمستوى الاقتصادي، وارتفاع الطلاق العاطفي لدى الأسر التي مر على زواجها من 5- (24) سنة، أما من (25-34) سنة فينخفض لديهم الانفصال العاطفي.

كما قامت منصور (2009) بدراسة هدفت إلى التعرف على المظاهر والأسباب، ومراحل الانفصال العاطفي وآثاره من وجهة نظر الزوجات في الأردن. تكوّنت عيّنة الدراسة من (20) سيدة متزوجة من مختلف المستويات الاجتماعية والاقتصادية والتعليمية يعشن انفصالاً عاطفياً، تم استخدم أسلوبي المقابلة، والملاحظة لجمع البيانات. أشارت نتائج الدراسة إلى أن أسباب الانفصال العاطفي تتلخص في متغيرات ( الخيانة الزوجية، والعنف اللفظي، والجسدي، وعدم التكافؤ الاقتصادي والتعليمي والاجتماعي بين الزوجين، وتدخُل الأهل، والزواج المبكر، والصفات الشخصية للزوج). كذلك أشارت نتائج الدراسة إلى وجود آثار سلبية للانفصال العاطفي، منها تدني تقدير الذات، والفزع، واللجوء إلى تناول الكحول والمهدئات، أضف إلى ذلك الخيانة الزوجية. ولم يخلُ الانفصال العاطفي من بعض الإيجابيات التي كان منها، قيام الزوجة المنفصلة عاطفياً في متابعة الدراسة، والانخراط بالعمل، والإنتاج ، أضف إلى ذلك التحاقهن بالنوادي الرياضية، والعمل التطوعي.

وأجرى مودي وذينجيجوم (Modi& Thingujam , 2007) دراسة هدفت إلى تقصي العلاقة بين الغضب، والتفكير اللاعقلاني ، والمشاكل الصحيّة والجسديّة بين الزوجين . تكوّنت عيّنة الدّراسة من (152) من الأزواج في الهند، أظهرت نتائج الدّراسة أنّ هناك ارتباطاً ملموسا بين الغضب، والتفكير اللاعقلاني، والحالة الصحيّة،

والجسديّة على وجه التحديد ، وأشارت النتائج إلى أنّ مفهوم الصحة البدنية ارتبط بشكلٍ ملحوظ مع سمة الغضب/ مزاجه/ رد الفعل والغضب التدريجي، والحاجة للراحة، الطلب على الإنصاف، وغيرها، والتفكير غير العقلاني الشامل، والحاجة إلى الإنجاز، والحاجة إلى التقدير، وأن التفكير غير العقلاني الشامل قد ارتبط إيجابياً مع سمة الغضب.

وهدفت دراسة حمامصي (Hamamci, 2005) إلى التعرف على مستوى الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالرضا والتوافق الزواجي. تكوّنت عيّنة الدراسة من (85) زوجاً وزوجة في تركيا. أشارت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباطٍ عالٍ بين مستوى اعتناق الأفكار اللاعقلانية، وانخفاض الرضا، والتوافق الزواجي، وأنّ ارتفاع مستوى المعتقدات اللاعقلانية حول العلاقة الزوجية، والتوقعات غير الواقعية من الشريك، يُسهم في النتائج السلبية للعلاقة الزوجيّة.

ومن خلال الإطلاع على الأدب النظري، والدراسات السابقة، يمكن القول إن الانفصال العاطفي يعني غياب العاطفة بين الزوجين، أو تضاؤلها لأسباب كثيرة منها: عدم مشاركة الشريك مشاعره الداخلية، فيبالغ في ردود أفعال غاضبة، أو سلسلة لا تنتهي من الصراعات. فعدم احترام الشريك هي أولى مراحل الانفصال العاطفي، والابتعاد، والهروب من المواجهة؛ مما يزيد الأمر تعقيدا، وفي النهاية يفتقد الأزواج المودة، ويصبح الانفصال العاطفي هو الواقع الجديد لحياتهم الأسرية. وفي كثير من الأحيان تستمر العلاقة الزوجية من أجل سمعة العائلة، والأبناء، والظروف الاقتصادية. وينتهي الأمر بعدم الاستقرار النفسي، والشعور بعدم الأمن والأمان. وهناك من يحاول إصلاح الوضع وينجح، وهناك من يلجا إلى حيل الدفاع الأولية لتبرير أو تسويغ الأخطاء اتجاه شريكه. وخير وقاية وعلاج للانفصال العاطفي هو معرفة الأسباب وراء هذه الظاهرة، ومعرفة جوانب القوة والضعف في مواجهتها. فالحوار البناء، في معرفة الأسباب الكامنة لهذه الظاهرة قد تعيد المياه لمجاريها، وتتحسن العلاقات الزوجية، بسبب عدم السماح للتدخلات بخصوصيات الزوجين، وخاصة الأهل والآخرين من حولهم. فعلى الأزواج تقدير أهمية الحوار، ومواجهة الخلافات كي لا تتراكم عبر الزمان، والسعي لاحترام الشريك وخصوصياته؛ مما يساهم في معرفة قيمة الشريك، وأهميته، حيث إن المقص لا يقص إلا بعضدين: الزوج والزوجة.

إن معظم الدراسات السابقة التي تناولت الطلاق العاطفي أغفلت البحث عن العلاقة الارتباطية بين الانفصال العاطفي، والأفكار اللاعقلانية. كذلك أغفلت أغلب الدراسات التي تناولت الأفكار اللاعقلانية في علاقته مع الانفصال العاطفي أبعاداً هامةً لهذا الاضطراب مثل العزو الداخلي للفشل، والاعتمادية، وسرعة الغضب، وبهذا تتميز الدراسة الحالية بتناولها لهذه العلاقة، وفقًا لمتغيرات (الجنس، ومدة الزواج، والمستوى التعليمي للأزواج). حيث يعد العزو الداخلي للفشل، هو لوم الذات، وتقريعها، أما الاعتمادية فتشير إلى عدم القدرة على تحمل المسؤولية والاعتماد على الآخرين في صنع القرارات، في حين تشير سرعة الغضب إلى أنماط في شخصية الشريك، والتي قد تعوق التواصل البناء والعقلاني؛ مما يؤدي إلى الشعور بالاغتراب العاطفي عن الشريك.

## مشكلة الدراسة وأسئلتها

لا يختلف المجتمع الأردني كثيراً عن باقي المجتمعات، من حيث وجود ظاهرة الانفصال العاطفي، ومسببات هذه الظاهرة، والتي قد يكون منها فتور العاطفة بين الزوجين، وسوء التوافق الجنسي، والنفسي كما أنّ فقدان الاحترام، والقدرة على المسايرة بين الأزواج قد يُؤدي إلى الانفصال العاطفي. إنّ المجتمع الأردني يستنفذ معظم وقته في العمل، كما يعاني من ضغوط نفسية نتيجة لعوامل متعددة، مما قد يولّد حالةً من عدم الاتفاق حول أمور تتعلق بإدارة الأسرة، وقد يصبح التفاهم بين الأزواج صعباً، مما يحرم الأزواج من حدوث انسجام نفسي وروحي ووجداني. كما أنّ الخلافات الزوجية في المجتمع الأردني لها أسباب اجتماعية قد تظهر من خلال فارق السن الكبير بين الزوجين، والسكن مع أهل الزوج، والعنف بين الزوجين بكافة أشكاله، مع افتقار أحد الزوجين، أو كليهما إلى استخدام مهارات التواصل، أو مهارات حل المشكلات.

إن التحديات التي تواجه العلاقات الزوجية، والمتمثلة في عدم التوافق بين الأزواج قد تؤدي إلى الانفصال العاطفي، وقد يتطور الانفصال العاطفي إلى طلاق شرعي، أو قانوني. ومن هنا جاء اهتمام الدراسة بمفهوم الانفصال العاطفي، والأفكار اللاعقلانية بين الأزواج. ومن خلال مراجعة الدراسات السابقة التي تناولت هذا الموضوع ، يلاحظ قلة الدراسات التي تناولت هذه المشكلة وتفسيرها، والعمل على إيجاد حلول لها، ومن هنا جاءت الدراسة الحالية لتقصي مستوى الانفصال العاطفي، ومستوى الأفكار اللاعقلانية والعلاقة بينهما، لتوفير قاعدة بيانات حول حجم هذه الظاهرة في الأردن. وتتحدد مشكلة الدراسة بالإجابة عن الأسئلة الآتية:

- السؤال الأول: ما مستوى الانفصال العاطفي لدى المتزوجين العاملين في جامعة اليرموك؟
- السؤال الثاني: ما مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين العاملين في جامعة اليرموك؟
- السؤال الثالث: هل توجد علاقة ارتباطية بين مستوى الانفصال العاطفي ومستوى الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين العاملين في جامعة اليرموك؟
- السؤال الرابع: هل تختلف قوة العلاقة الارتباطية بين الانفصال العاطفي، والأفكار اللاعقلانية باختلاف متغير (الجنس، مدة الزواج، والمستوى التعليمي للأزواج) لدى العاملين في جامعة اليرموك؟

**أهمية الدراسة**

تكمن أهمية هذه الدراسة في تركيزها على مظاهر الانفصال العاطفي، وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى الأزواج ، الذين يشكلون اللبنة الأساسية للأسرة، والمجتمع برمته. كذلك توفر الدراسة مقياساً يتمتع بدلالات صدق وثبات مقبولة للانفصال العاطفي، يمكن استخدامه لاحقاً من الباحثين والمهتمين في الإرشاد الزواجي والأسري. كما ستفضي الدراسة إلى صياغة إطار نظري عملي يمهد السبيل أمام باحثين آخرين للقيام بدراسات علمية وميدانية تسهم في توفير قاعدة بيانات حول هذا الموضوع، الذي يهم العاملين في مجال الزواج والأسرة في المجتمع الأردني خاصة، والمجتمع العربي عامة.

إنّ المنهج الوقائي الذي يسعى إليه خبراء الصحة النفسية من خلال تأهيل الأزواج الذين يعانون من بعض الاضطرابات الاجتماعية والنفسية، يتطلب من المعنيين توفير برامج ذات طابع توجيهي، توضح من خلالها الآثار النفسية المترتبة على الانفصال العاطفي، وكيف تسهم الأفكار اللاعقلانية في اتساع الفراغ العاطفي بين الأزواج. من هنا جاءت الدراسة الحالية للكشف عن الجوانب النظرية والتطبيقية لها. وتستمدّ الدراسة الحالية أهميتها من أهمية الموضوع الذي تتناوله، وهو العلاقة بين الانفصال العاطفي والأفكار اللاعقلانية بين الأزواج، وما لها من دور بالانفصال العاطفي، بوصفه ظاهرة نفسيّة انفعالية واجتماعية يعاني منها الأزواج.

كما تنبثق أهمية الدراسة من خلال ما تقدّمه من نتائج وتوصيات للقائمين على شؤون الأسرة والأزواج من أجل وضع برامج إرشاديّة لهم، وتوفير الدراسة مقياس العلاقة بين الانفصال العاطفي والأفكار اللاعقلانية . كما أنّ نتائج الدراسة الحالية قد يكون لها دور في تزويد العاملين في المراكز الاجتماعية ومراكز الأسرة بأهمية توعية الأزواج، وتدريبهم على التعامل مع الظروف الحياتية، ومساعدتهم على تكوين مفهوم إيجابي للعلاقة الزوجية، ممّا يوفر لهم فرصة التواصل مع الحياة بطريقة أكثر ملاءمة، وذلك من خلال توفير برامج إرشادية بهذا الخصوص، للوصول بالعلاقة الزوجية إلى المستوى المطلوب من الاستقرار النفسي والاجتماعي.

**حدود الدراسة**

تقتصر الدراسة الحالية على عينة من المتزوجين من الهيئتين التدريسية والإدارية العاملين في جامعة اليرموك في المملكة الأردنية الهاشمية، واستخدمت الدراسة مقياس الطلاق العاطفي، ومقياس الأفكار اللاعقلانية، وتتحدد نتائجها بما توافر لهما من خصائص سيكومترية. وتم تطبيق أدوات الدراسة خلال الفصل الأول للعام الدراسي (2017/2016).

**التعريفات الإجرائية**

**الانفصال العاطفي:** اختلال التوازن، وسوء العدالة في الحقوق والواجبات بين الزوجين، وما يؤثر سلباً في التواصل، وبالتالي فتور المشاعر بين الأزواج. ويعرف إجرائيًا بالدرجة التي يحصل عليها المستجيب عند إجابته على فقرات مقياس الانفصال العاطفي المعد لأغراض الدراسة الحالية.

**الأفكار اللاعقلانية:** مجموعة من الأفكار غير المنطقية التي تتصف بعدم الموضوعية، والمبنية على توقعات، وتنبؤات، وتعميمات خاطئة، وتعتمد على الظن والتنبؤ، والمبالغة، والتهويل بدرجة لا توافق مع الواقع . وتعرف إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها المستجيب على فقرات مقياس الأفكار اللاعقلانية المعد لأغراض الدراسة الحالية.

**الطريقة**

**مجتمع الدراسة وعينتها**

تكوّن مجتمع الدراسة من المتزوجين الأكاديميين والإداريين في جامعة اليرموك، إذ اختيرت هذه الجامعة بوصفها مجتمعا متيسرًا، ولأسباب عملية منها توفر أفراد الدراسة، والإمكانات المتاحة وتعاون الهيئة الإدارية والتدريسية، وتم اختيار عينة الدراسة، والبالغة (250) بعد إعطاء أرقام خاصة لأفراد مجتمع الدراسة، وبعد فرز الاستجابات على فقرات أداتيّ الدّراسة، تبيّن أنّ عدد الاستجابات التي اعيدت (246) استبانة، وتم استبعاد (4) إستبانات منها لعدم اكتمالها. وبالتالي أصبح عدد أفراد الدراسة (242)، فردا ممن انطبقت عليهم جميع الشروط. والجدول (1) يبين توزيع أفراد الدراسة حسب متغيراتها.

**الجدول (1):** توزيع أفراد عيّنة الدّراسة حسب الجّنس ومدّة الزّواج والمستوى التعليمي

| الجنس | المستوى التعليمي | عدد سنوات الزّواج | | | | المجموع | النسبة المئوية |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | اقل من سنة | (1-5) | 6-10 | 10فأكثر | | |
| ذكر | أقل من بكالوريوس | 1 | 9 | 9 | 7 | 26 | 10.7% |
| | بكالوريوس | 10 | 32 | 18 | 26 | 86 | 35.5% |
| | ماجستير فأعلى | 3 | 6 | 3 | 23 | 35 | 14.4% |
| أنثى | أقل من بكالوريوس | 3 | 8 | 7 | 10 | 28 | 11.5% |
| | بكالوريوس | 4 | 24 | 11 | 1 | 40 | 16.5% |
| | ماجستير فأعلى | 4 | 6 | 4 | 13 | 27 | 11.4% |
| | الكلي | 25 | 85 | 52 | 80 | 242 | 100% |

**أداتا الدّراسة**

**أولاً: مقياس الانفصال العاطفي**

تم تطوير مقياس الانفصال العاطفي بالاستناد إلى الأدب النظري، مثل دراسة هادي (2010)، ومنصور (2009). وقد تكوّن المقياس في صورته النهائية من (37) فقرة تقيس مستوى الانفصال العاطفي لدى المتزوجين، وتم تقسيمها إلى ثلاثة مجالات، تُشكّل المقاييس الفرعية للمقياس.

**دلالات الصّدق والثّبات للمقياس**

**صدق المحتوى**

لأغراض الدراسة الحالية وللتأكد من صدق المقياس الظاهري، تمّ عرض المقياس بصورته الأولية، والمكوّن من (37) فقرة، على (10) محكمين من ذوي الاختصاص في مجال الإرشاد النفسي، وعلم النفس الإكلينيكي في جامعتي اليرموك، وعجلون الوطنية. حيث طُلب إليهم الحكم على دقة الصياغة اللغوية، وسلامتها، وعلى وضوح الفقرة، ومناسبتها للهدف النهائي من المقياس. وقد تمّ اعتماد إجماع تسعة من المحكّمين لقبول الفقرات، والإبقاء عليها كما هي بنسبة اتفاق (90% ) وتعديلها في حال اقترح اثنان من المحكّمين التّعديل. ولم يتم حذف أي فقرة، وجرى تعديل بعض الفقرات بناءً على رأي المحكّمين .

**صدق البناء**

تم حساب دلالات صدق البناء للمقياس من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية تضمّ (30) متزوجاً، تمّ اختيارهم من مجتمع الدراسة، ومن خارج عينتها، وقد تمّ حساب معاملات الارتباط بين الدرجة على كلّ فقرة بالدرجة الكلية للمقياس، والمجال الذي تنتمي إليه. وقيم معاملات الارتباط بين فقرات المقياس مع الدرجة الكليّة قد تراوحت بين (0.84 - 0.48)، ومعامل ارتباط الفقرات بمجالاتها (0.89 - 0.41) وهي، جميعاً قيم دالة إحصائيًا عند مستوى ($\alpha$=0.05)، وتعد مؤشرات جيدة للحكم على صدق الأداة (انظر ملحق 1). كما تم حساب معاملات الارتباط بين المجالات ببعضها، وبالدرجة الكُليّة للمقياس، والجدول (2) يوضح ذلك.

**الجدول (2)**: قيم معاملات الارتباط بين مجالات مقياس الانفصال العاطفي ببعضها البعض وبالدرجة الكلية

| المجال | الاجتماعي | النفسي | العاطفي | الكلي |
|---|---|---|---|---|
| المجال الاجتماعي | - | 0.66* | 0.77* | 0.79** |
| المجال النفسي | | - | *0.80 | 0.68* |
| المجال العاطفي | | | - | 0.56* |

** ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha$ = 0.01).

* ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha$ = 0.05).

يتضح من جدول ( 2) أنّ جميع قيم معاملات الارتباط بين المجالات دالّةً إحصائيًا، وتراوحت بين (0.66-0.80)، بينما تراوحت معاملات الارتباط بين المجالات والمقياس بين (-0.79 0.56)، وجميعها دالّة ًإحصائيًا، وهذا مؤشر على صدق البناء للمقياس.

**ثبات مقياس الانفصال العاطفي**

تم استخلاص مؤشرات ثبات المقياس باستخدام أسلوبيّ الاتساق الداخلي والاختبار وإعادته، حيث تمّ تطبيق المقياس على عيّنة مكوّنة من (30) متزوجاً من مجتمع الدراسة، ومن خارج العيّنة، وإعادة تطبيقه على نفس العيّنة بفاصل زمني بلغ أسبوعين، وتم إيجاد معاملات الارتباط بين التطبيقين، كذلك تم حساب قيم الاتساق الداخلي للمقياس ككل، ولكل مجال من مجالاته باستخدام معامل كرونباخ ألفا، وجدول (3) يبين نتائج الثبات.

**الجدول (3):** معاملات الثبات للمقياس بأبعاده الفرعية ودلالته الكلية باستخدام معادلة كرونباخ ألفا

| المجال | عدد الفقرات | إعادة الاختبار | كرونباخ الفا |
|---|---|---|---|
| المجال الاجتماعي | 11 | 0.86 | 0.82 |
| المجال النفسي | 13 | 0.77 | 0.83 |
| المجال العاطفي | 13 | 0.66 | 0.77 |
| الكلي | 37 | 0.77 | 0.74 |

تشير نتائج جدول (3) إلى أن معاملات الثبات باستخدام معادلة كرونباخ ألفا تراوحت بين ( 0.74- 0.83)، وعلى الدرجة الكلية (0.74)، وجميعها دالّةً إحصائيًا عند مستوى الدلالة (0.05)، وتراوحت معاملات ارتباط إعادة الاختبار بين (0.77-0.86)، وبلغت للدرجة الكليّة (0.77). وهذا مؤشر على ثبات المقياس.

**تصحيح مقياس الانفصال العاطفي**

يتكون المقياس بصورته النهائية من (37) فقرة، موزعةً على (3) مجالات؛ المجال الاجتماعي (11) فقرة، والمجال النّفسي (13)

فقرة. والمجال العاطفي (13) فقرة، تتم الإجابة عن كل فقرة وفق سُلّم إجابات خماسي (دائماً=5، وغالباً=4، وأحياناً=3، ونادراً=2، وأبدا=1)، وذلك حسب انطباق محتوى الفقرة على المتزوج في حال الفقرات سالبة، والتي تشير إلى وجود انفصال العاطفي. ويتم عكس الدرجات لسلّم الإجابات عندما تكون الفقرة موجبة؛ أي تشير إلى عدم وجود انفصال عاطفي، وبذلك فإن الدرجة الكليّة التي يُمكن أن يحصل عليها المتزوج على المقياس تتراوح بين (37 - 185) درجة. وتمّ اعتبار الدّرجة (122.6) فما فوق درجة القطع، ومؤشرا لمستوى الانفصال العاطفي، والتي تمثّل (33.4%) من الدرجة الكليّة للمقياس، ولتصنيف مستوى الانفصال العاطفي بدلالتها الكليّة إلى ثلاثة مستويات (عالي، ومتوسط، ومنخفض)، فقد تم اعتماد معادلة المدى:

$$\frac{\text{الحد الأعلى للمقياس} - \text{الحد الأدنى للمقياس}}{3} = \frac{5-1}{3} = \frac{4}{3} = 1.33$$

وبناءً على ذلك، فإنّ مستويات الإجابة عن المقياس تكون على النحو الأتي: مستوى منخفض من الانفصال العاطفي (2.33) فاقل ، مستوى متوسط من الانفصال العاطفي (3.67-2.34 )، مستوى مرتفع من الانفصال العاطفي (3.68) فما فوق.

**ثانياً: مقياس الأفكار اللاعقلانية**

للتعرف على مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين، تم استخدام مقياس الأفكار اللاعقلانية لكلاقس (Klages)، الذي قام جرادات (2006) بترجمته من اللغة الألمانية إلى اللغة العربية. وهذا المقياس تكون من (30) فقرة، تمت إضافة (4) فقرات، فأصبح يتكون من (34) فقرة موزعة على أربعة مجالات هي: التقييم السلبي للذات، والعزو الداخلي للفشل، والاعتمادية، والنزق (سرعة الغضب).

**دلالات الصّدق والثبات للمقياس**

**صدق المحتوى**

للتأكد من صدق المقياس الظاهري، تم عرض المقياس بصورته الأولية على (10) محكّمين من ذوي الاختصاص في مجال الإرشاد النفسي، وعلم النفس التربوي، في جامعتي اليرموك وعجلون الوطنية. حيث طلب إليهم الحكم على دقة الصياغة اللغوية، وسلامتها، وعلى وضوح الفقرة، ومناسبتها للهدف النهائي من المقياس. وقد تم اعتماد إجماع تسعة من المحكّمين لقبول الفقرات، والإبقاء عليها كما هي بنسبة اتفاق (90%)، وتعديلها في حال اقترح اثنان من المحكمين التعديل. ولم يتم حذف أي فقرة، وجرى تعديل بعض الفقرات بناءً على رأي المحكّمين.

**صدق البناء**

مع أن جرادات (2006) قام بحساب صدق وثبات لهذا الاختبار، إلا انه تم حساب دلالات صدق البناء لكون العينة مختلفة، ولوجود فارق زمني بين التطبيقين، حيث تم ذلك من خلال تطبيق المقياس على عينة استطلاعية، تم اختيارها من مجتمع الدّراسة، ومن خارج عيّنتها، وقد تمّ حساب معاملات الارتباط بين الدّرجة على كل فقرة بالدّرجة الكليّة للمقياس، والمجال الذي تنتمي إليه. أظهرت نتائج التحليل أنّ قيم معاملات الارتباط بين فقرات المقياس مع الدرجة الكلية قد تراوحت بين (0.44- 0.88)، ومعاملات ارتباط الفقرات بمجالاتها (0.42-0.84)، وهي جميعًا قيم دالةٌ إحصائيًا عند مستوى ($\alpha$ =.05)، وتعد مؤشرات جيدة للحكم على صدق الأداة (انظر ملحق 2). كما تم حساب معاملات الارتباط بين المجالات ببعضها، وبالدرجة الكليّة للمقياس، والجدول (4) يوضح ذلك

**الجدول (4):** قيم معاملات الارتباط بين مجالات مقياس الأفكار اللاعقلانية ببعضها البعض وبالدرجة الكليّة.

| المجال | التقييم السلبي للذات | العزو الداخلي للفشل | الاعتمادية | الكلّي |
|---|---|---|---|---|
| التقييم السلبي للذات | - | | | 0.80** |
| العزو الداخلي للفشل | 0.55* | - | | 00.65* |
| الاعتمادية | 0.66* | 0.50* | - | 0.71** |
| النزق ( سرعة الغضب) | 0.66* | 0.70** | 0.71** | 0.66* |

** ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha$ = 0.01). * ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha$ = 0. 05).

يتضح من الجدول (4) أنّ جميع قيم معامل الارتباط بين المجالات دالّة إحصائيًا، وتراوحت بين (0.55-0.71)، بينما تراوحت معاملات الارتباط بين المجالات والمقياس بين (0.65-0.80)، وجميعها دالةً إحصائيًا، وهذا مؤشر على صدق البناء للمقياس.

**ثبات مقياس الأفكار اللاعقلانية**

تم استخلاص مؤشرات ثبات المقياس باستخدام أسلوبي الاتّساق الداخلي، والاختبار، وإعادته، وتمّ تطبيق المقياس على العيّنة الاستطلاعية من مجتمع الدّراسة، ومن خارج العينة، حيث تمّ تطبيق المقياس، وإعادة تطبيقه على العينة نفسها بفاصل زمني بلغ أسبوعين، وتمّ إيجاد معاملات الارتباط بين التطبيقين، كذلك تمّ حساب قيم الاتّساق الداخلي للمقياس ككل، ولكل مجال من مجالاته باستخدام معامل كرونباخ ألفا، والجدول (5) يبين نتائج الثّبات.

**الجدول (5):** معاملات الثّبات للمجالات الفرعية ودلالته الكلية باستخدام معادلة كرونباخ الفا

| البعد | عدد الفقرات | إعادة الاختبار | كرونباخ الفا |
|---|---|---|---|
| التقييم السلبي للذات | 7 | 0.82 | 0.88 |
| العزو الداخلي للفشل | 9 | 0.75 | 0.79 |
| الاعتمادية | 9 | 0.74 | 0.75 |
| النزق (سرعة الغضب) | 9 | 0.77 | 0.80 |
| **الكلي** | 34 | 0.77 | 0.73 |

تشير نتائج جدول (5) إلى أن معاملات الثبات باستخدام معادلة كرونباخ ألفا تراوحت بين (0.75-0.88) ، وعلى الدرجة الكليّة (0.73)، وجميعها دالّةٌ إحصائيًا عند مستوى الدلالة (a= 0.05) وتراوحت معاملات ارتباط إعادة الاختبار بين (0.74 -0.82)، وبلغت للدرجة الكليّة (0.77). وهذا مؤشر على ثبات المقياس.

**تصحيح مقياس الأفكار اللاعقلانية**

يتكون المقياس بصورته النهائية من (34) فقرة، موزعة على (4) مجالات، التقييم السلبي للذات ، العزو الداخلي للفشل، الاعتمادية، النزق (سرعة الغضب). تتم الإجابة عن كل فقرة وفق سلم إجابات خماسي (دائما=5، وغالب=4، وأحيانا=3، ونادرا=2، وأبدا=1)، وذلك حسب انطباق محتوى الفقرة على المتزوج في حال الفقرات السالبة، والتي تشير إلى وجود الأفكار اللاعقلانية. ويتم عكس الدرجات لسلم الإجابات عندما تكون الفقرة الموجبة، أي تشير إلى عدم وجود الأفكار اللاعقلانية، وبذلك فإن الدرجة الكلية التي يُمكن أن يحصل عليها المتزوج على المقياس تتراوح بين (34-170) درجة. وتم اعتبار الدرجة (133.6) فما فوق درجة القطع ومؤشر لمستوى الأفكار اللاعقلانية، والتي تمثل (33.4) من درجة الكلية للمقياس. ولتصنيف مستوى الأفكار اللاعقلانية بدلالتها الكلية إلى ثلاثة مستويات (عالي، ومتوسط، ومنخفض)، فقد تم اعتماد معادلة المدى:

$$\frac{\text{الحد الأعلى للمقياس} - \text{الحد الأدنى للمقياس}}{3} = \frac{5-1}{3} = \frac{4}{3} = 1.33$$

وبناءً على ذلك، فإنّ مستويات الإجابة عن المقياس تكون على النحو الآتي: مستوى منخفض من الانفصال العاطفي (2.33) فأقل، مستوى متوسط من الانفصال العاطفي (2.34-3.67 )، مستوى مرتفع من الانفصال العاطفي (3.68) فما فوق.

**منهج الدراسة**

لتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وذلك لقدرته على المساهمة بالمعلومات اللازمة للتعرف على مستوى الانفصال العاطفي لدى المتزوجين، ومستوى الأفكار اللاعقلانية لدى هذه الفئة، والعلاقة الارتباطية بينهما، ثم تحليل هذه البيانات، وتفسيرها للوصول إلى النتائج التي تسهم في تحقيق أهداف الدراسة الحالية.

**الإجراءات**

- تم تطبيق المقاييس على أفراد العينة بعد شرح موضوع الدراسة وأغراضها، وتوضيح أن نتائج الدراسة التي سيتم الحصول عليها لن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي وستكون بغاية السرية.
- إعطاء ما يكفي من الوقت للإجابة، والتحقق من الإجابة على كافة الفقرات لأغراض التحليل الإحصائي، من ثم تم إدخال البيانات إلى الحاسوب واستخدام التحليل الإحصائيSPSS لتحليل البيانات.

**نتائج الدراسة**

أولا - النتائج المتعلّقة بالسؤال الأول الذي ينصّ على: "ما مستوى الانفصال العاطفي لدى المتزوجين؟

للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، لاستجابات أفراد العينة على مقياس الانفصال العاطفي لكل مجال، والمقياس ككل، والجدول (6) يوضح ذلك.

**الجدول (6):** المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد العينة على كل مجال من مجالات مقياس الانفصال العاطفي، وعلى المقياس ككل مرتبة تنازليا

| المجال | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | النسبة المئوية | المستوى |
|---|---|---|---|---|
| الاجتماعي | 2.11 | 0.68 | %42 | منخفض |
| العاطفي | 1.95 | 0.63 | %38.1 | منخفض |
| النفسي | 1.91 | 0.62 | %38.02 | منخفض |
| الكلي | 1.99 | 0.98 | %38.01 | منخفض |

يلاحظ من جدول (6) أن مستوى الانفصال العاطفي لدى المتزوجين على المقياس، ومجالاته المختلفة (الاجتماعي، والعاطفي، والنفسي) ككل كانت "منخفضة" .

ثانيا- النتائج المتعلّقة بالسؤال الثاني الذي ينصّ على: "ما مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين؟

للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب المتوسطات الحسابية،

والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد العينة على مقياس الأفكار اللاعقلانية لكل مجال، وللمقياس ككل. حيث أشارت النتائج الى أن مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين على المقياس ككل كانت منخفضة انظر الجدول (7).

**الجدول (7):** المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على كل مجال من مجالات مقياس الأفكار اللاعقلانية وعلى المقياس ككل

| المجال | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | النسبة المئوية | المستوى |
|---|---|---|---|---|
| العزو الداخلي للفشل | 2.16 | 0.68 | %41.12 | منخفض |
| التقييم السلبي للذات | 2.14 | 0.77 | %41.8 | منخفض |
| الاعتمادية | 2.03 | 0.60 | %40.06 | منخفض |
| النزق (سرعة الغضب) | 2.03 | 0.62 | %40.06 | منخفض |
| الكلي | 2.09 | 0.47 | %40.18 | منخفض |

ثالثا- النتائج المتعلّقة بالسؤال الثالث: "هل توجد علاقة ارتباطية بين مستوى الانفصال العاطفي ومستوى الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين؟"

للإجابة عن هذا السؤال تم حسب معامل ارتباط بيرسون بين مستوى الانفصال العاطفي والأفكار اللاعقلانية، حيث بلغ معامل الارتباط (0.59)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة ($\alpha=0.05$)، مما يدل على وجود علاقة ارتباطيه موجبة طردية بين مستوى الانفصال العاطفي والأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين، أي كلما ازدادت الأفكار اللاعقلانية يميل الانفصال العاطفي إلى الزيادة.

**رابعا- النتائج المتعلّقة بالسؤال الرابع، الذي ينصّ على: "هل تختلف قوة العلاقة الارتباطية بين الانفصال العاطفي، والأفكار اللاعقلانية، باختلاف متغير (الجنس، ومدة الزواج، والمستوى التعليمي للأزواج)؟"**

للإجابة عن هذا السؤال ، تمّ حساب معاملات الارتباط باستخدام معامل سبيرمان للرتب بين الدرجات على مقياس الانفصال العاطفي، والأفكار اللاعقلانية، والجدول (8) يبين ذلك.

**الجدول (8):** معاملات الارتباط بين الدرجة على مقياس الانفصال العاطفي والأفكار اللاعقلانية تبعًا لمتغيرات الجنس، مدة الزواج، المستوى التعليمي

| المتغير | المستوى | معامل الارتباط |
|---|---|---|
| الجنس | ذكور | *0.32 |
| | إناث | *0.42 |
| مدة الزواج | أقل من سنة | **0.47 |
| | من سنة إلى أقل من خمسة | *0.39 |
| | من خمسة إلى عشر سنوات | **0.51 |
| | أكثر من عشر سنوات | **0.46 |
| المستوى التعليمي | اقل من بكالوريوس | *0.41 |
| | بكالوريوس | *0.47 |
| | ماجستير فأعلى | *0.57 |

*دال عند ($\alpha=0.05$)  **دال عند ($\alpha=0.01$)

يتضح من الجدول (8) وجود فروق ظاهرية بين معاملات الارتباط بين مقياسي الانفصال العاطفي والأفكار اللاعقلانية وفقاً لمتغيرات الجنس ومدة الزواج والمستوى التعليمي. وللكشف عن دلالة الفروق تم استخدام تحليل التباين الأحادي عديم التفاعل (ANOVA) والجدول (9) يبين ذلك.

**الجدول (9):** تحليل التباين الأحادي (ANOVA). على مقياس الانفصال العاطفي والأفكار اللاعقلانية تبعًا لمتغيرات الجنس، مدة الزواج، والمستوى التعليمي

| مصدر التباين | مجموع المربعات | درجات الحرية | متوسط المربعات | قيمة (ف) | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|
| الجنس | .037 | 1 | .037 | .187 | .666 |
| المستوى التعليمي | 1.638 | 2 | .819 | 4.088 | .018 |
| مدة الزواج | .162 | 3 | .054 | .270 | .847 |
| الخطأ | 44.081 | 220 | .200 | | |
| الكلي | 1114.771 | 242 | | | |
| الكلي المعدل | 54.629 | 241 | | | |

تشير نتائج الجدول (9) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.05$) لمتغيّري الجنس ومدة الزواج، بينما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير المستوى التعليمي عند ($\alpha = 0.05$). ولتحديد مواقع الفروق الإحصائية، تم استخدام اختبار شيفية للمقارنات البعدية والجدول (10) يبين ذلك.

**الجدول (10):** نتائج اختبار شيفية (Scheffe) للمقارنات البعدية لمتغير المستوى التعليمي

| المستوى التعليمي | معامل الارتباط | اقل من بكالوريوس | بكالوريوس | ماجستير فأعلى |
|---|---|---|---|---|
| **معامل الارتباط** | | 0.41 | 0,47 | 0.57 |
| اقل من بكالوريوس | 0.41 | ------ | 0.85 | 0.21 |
| بكالوريوس | 0.47 | *0.00 | ------ | 0.55 |
| **ماجستير فأعلى** | 0.57 | *0.03 | *0.01 | ------ |

يتضح من الجدول (10) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.05$) في معاملات الارتباط بين مقياس الانفصال العاطفي والأفكار اللاعقلانية لمتغير المستوى التعليمي ولصالح ماجستير فأعلى، مقارنةً مع من هم أقل من بكالوريوس، ولصالح من هم بكالوريوس مقارنة مع من هم أقل من بكالوريوس.

**المناقشة**

أظهرت النتائج أن مستوى الانفصال العاطفي، جاء ضمن المستوى المنخفض، حيث حصل المجال الاجتماعي على أعلى متوسط حسابي، وجاء في المرتبة الأولى ضمن المستوى المنخفض، تلاه المجال العاطفي، ثم المجال النفسي على التوالي ضمن المستوى المنخفض. ويعزى ذلك إلى أن الانفصال العاطفي من أهم الأسباب النفسية التي قد تسبب خلل في النظام الأسري، وعدم الارتياح لدى الأزواج، والشعور بالعجز، وفقدان الأمل في استمرار الحياة الزوجية، وتشتت الأبناء، مما يدفع معظم الأزواج إلى إخضاع القيم والاتجاهات نحو النزعة إلى تسيير الحياة الزوجية بعيدا عن المشاكل. ويعزى المستوى المنخفض للانفصال العاطفي لدى المتزوجين إلى تكيّف الأزواج مع الظروف الاقتصادية والمادية الصعبة التي يعاني منه معظم الأزواج، وتجاوزهم الكثير من الخلافات التي قد تحدث نوعاً من الفراغ العاطفي، والتي تقف عائقًا أمام تحقيق طموحاتهم، وآمالهم، والسير بالأبناء والعلاقة الزوجية إلى برّ الأمان. وقد يعزى إلى ارتفاع مستوى القيم الاجتماعية لدى الأزواج، وكذلك المستوى التعليمي الذي قد ساهم بشكل مباشر في تدني مستوى الانفصال العاطفي.

وتختلف نتيجة الدّراسة الحالية مع نتيجة دراسة هادي (2012) التي أشارت إلى وجود طلاق عاطفي لدى الجنسين من الذكور، والإناث بالدرجة نفسها. ويمكن تفسير ذلك بأن المجتمع الأردني مجتمع أسري متماسك يعلق أهمية كبيرة على التزام الأزواج بأدوارهم الزوجية، وما يترتب على هذه الأدوار من واجبات، وأن الأزواج معنيون بالأسرة، والتوافق مع ظروفهم الاقتصادية للحفاظ على كيان هذه الأسرة، بغض النظر عن توافقهم العاطفي.

وجاءَ مستوى الأفكار اللاعقلانية ضمن المستوى المنخفض، حيث حصل مجال العزو الداخلي للفشل على أعلى متوسط حسابي، وجاء في المرتبة الأولى ضمن المستوى المنخفض، تلاه مجال التقييم السلبي للذات، ثم مجال الاعتمادية، ثم مجال النزق (سرعة الغضب) على التوالي ضمن المستوى المنخفض. وتعزى هذه النتيجة إلى إدراك الأزواج خطورة الأفكار اللاعقلانية على العلاقة الزوجية، وتربية الأبناء، وكذلك الهروب من حالة الفشل من خلال مواجهة المشاكل التي قد تعترضهم، وعدم التعصب للأفكار، وإمكانية التغيير للأفضل، حتى في مجال الشخصية، مما يمكّن الأزواج من السيطرة على حياتهم الخاصة. وتفسّر هذه النتائج بأن الفرد يسعى إلى تحقيق الذات وامتلاكه الإرادة والتفكير بصورة لتقبل الواقع كما يريد، واعتقاده أنّ من يحيطون به يستحقون التقدير، كما يشعر بحتمية عدم تقدير كل الناس له، والاهتمام به، والشعور بالأمل في حالة فشله في نيل احترام الآخرين، والتخلص من حالة الضعف في حالة عدم الوصول بذاته إلى نيل واستحسان من حوله.

وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطيه إيجابية دالّة إحصائياً بين مستوى الانفصال العاطفي، ومستوى الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين. وتعزى هذه النتيجة إلى أنّ وجود مشكلات بين الأزواج، تنمّي حالة التفكير السلبي نحو القرين، وتساعد العادات والتقاليد على الإبقاء على الحياة الزوجية في منظورها التقليدي، وهذا يسهم في نموّ ظاهرة الانفصال العاطفي، كما تقلّ فرصة الانفصال العاطفي كلما سيطرت الأفكار العقلانية، أو مستوى منخفض منها، حيث يسعى الأزواج إلى التكيّف ضمن الواقع والوضع الرّاهن، للبقاء على حالة الأمان، والاستقرار داخل الأسرة. وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة حمامصي (Hamamci, 2005) التي دلت على وجود ارتباط عالٍ بين مستوى الأفكار اللاعقلانية والانفصال العاطفي. كما تتفق مع دراسة مودي وثينجيجام (Modi, & Thingujam, 2007) التي أشارت إلى أنّ هناك ارتباطا ملموسا بين الغضب والتفكير اللاعقلاني والحالة الصّحية، والجسدية على وجه التحديد بين الأزواج.

وكذلك أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمتغيّر الجنس، ومدّة الزواج، بينما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير المستوى التعليمي، ولصالح ماجستير فأعلى، مقارنةً مع من هم أقل من بكالوريوس، ولصالح من هم بكالوريوس مقارنة مع من هم أقل من بكالوريوس. وتعزى هذه النتائج إلى أنّ المستوى التعليمي يزيد من ثقافة الأزواج، ويجعلهم أكثر قدرة

واستقراراً عاطفيًا، نظراً للوضع الاجتماعي لهم، كما أنّ الأشخاص العاملين في وظائف أعلى يشعرون باستقرار مادي أكثر من غيرهم، مما يضفي على حياتهم مستوىً منخفضاً من الانفصال العاطفي، ويستمر بالانخفاض نظراً لتدني مستوى التفكير اللاعقلاني بينهم. بينما الجوانب النفسية والعاطفية للأزواج تتشابه فيما بينهم بمرور الزمن نتيجة اهتمامهم بالأسرة، والتشارك في تحمُّل مسؤوليات الحياة بينهم، ممّا أوجد نوعاً من الانسجام، والتقارب في التفكير والعواطف، ممّا جعل الذكور والإناث يحملون الاهتمامات نفسها.

## التوصيات

- رفع مستوى التعليم لدى الأبناء ذكورا وإناثا والأزواج ذكورا وإناثا لما له من تأثير جوهري على التقليل من ظاهرة الانفصال العاطفي بين الأزواج.

- بناء برامج إرشادية، تتضمن الجوانب المعرفية السلوكية، لتعديل ومنع تأثير الأفكار اللاعقلانية على الحياة الزوجية.

- توعية المقبلين على الزواج، وتوضيح مخاطر الأفكار اللاعقلانية بين الأزواج، وتعليم بعض المهارات الزوجية .

## المراجع


جـرادات، عبـد الكـريم. (2006). العلاقـة بـين تقـدير الـذات والاتجاهات اللاعقلانية لدى الطلبة الجامعيين**.** *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*، 2( 3 ).143-153.

خطاب، محمود. (2007). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالغضب. *دراسات الطفولة*. 10(36).129-107.

المخزومي، أمل. (2004). *دليل العائلة النفسي*.ط١ بيروت، لبنان، دار العلم للملايين للتأليف والترجمة والنشر.

منصور، عايده . (2009). *العوامل المؤثرة في الانفصال العاطفي بين الزوجين والآثار المترتبة عليه من وجهة نظر عينة من الزوجات في الأردن*. رسالة دكتوراه غير منشورة، ، جامعة عمان العربية .عمان ، الأردن .

موسى، عبد العزيز. (2008). *سيكولوجية القهر الأسري*.ط1، القاهرة: دار عالم الكتيب للنشر والتوزيع،

هادي، أنوار .(2010). الطلاق العاطفي وعلاقته بفاعلية الذات لدى الأسر في مدينة بغداد، رسالة ماجستير، الجامعة المستنصرية ،العراق.

هادي، أنوار.(2012). *الطلاق العاطفي وعلاقته بفاعلية الذات لدى الأسر*، ط1: بيروت: دار النهضة العربية.

Akbar, T.; Hossein, V. & Hengameh, M. (2014). Evaluation affecting factors of emotional divorce (Case study: The perspective of higher education married staffs in Karaj Province in 2014). *MAGNT Research Report***,** 3 (3), 459-467.

Amiri, S.; Hekmatpour, M. & Fadaei, M. (2015). Investigating emotional divorce on family performance. *Journal of Applied Environmental and Biological Sciences,* 5(11)**,**782-786.

Corey, G. (2013). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Australia; Belmont, CA : Brooks.

Glade,A. (2005). Differentiation, marital satisfaction and depression: An application of Bowen Theory. *The Ohio University Doctoral Dissertation.*,23-25

Gonji, S.; Khoshkonesh,A. & Pourebrahim,T. (2016). Relationship between marital adjustment and irrational beliefs in women and non-cosmetic surgery. *Electronic Journal of Biology,* 12(2),196-201.

Gottman, J.(1999). *The seven principles for making marriage work* .New York : Three River Press.

Hamamci, Z. (2005). The level of irrational thoughts and their satisfaction and marital compatibility. *Social Behavior personality,* 33 (4), 313-328.

Hobert,D. (2007). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology Monographs,* 4(1),1-103.

Hori, M. & Shimazu, A. (2007). A stress management program for university student, *The Japanese Journal of Psychology***,**8(3), 284-289.

Modi, D., & Thingujam, N. (2007). Role of anger and irrational thinking on minor physical health problems among married couples. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology,* 33(1), 119-128.

Sharma, B. (2011). Mental and emotional impact of divorce women .*Journal of the Indian Academy of Applied Psychology***,** 37(1),125-131.

Shiri,M. & Ghanbaripanah, A. (2016). Predict marital conflicts and emotional divorce based on the character strengths among spouses. *International Journal of Fundamental Psychology and Social Sciences* , 6( 2), 15-22.

Wilson, S. &Waddoups, S,(2002). Good marriages gone bad: Health mismatches as a cause of later-life marital dissolution. *Population Research and Policy Review*. 21,(6), 505-533.

**ملحق رقم (1)**

**مقياس الانفصال العاطفي بعد التحكيم**

نرجو التكرم بالإجابة على هذا الاستبيان لدراسة بعنوان **" الانفصال العاطفي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين"**، وذلك بوضع إشارة (×) في المكان المناسب بجانب كل فقرة، بحيث سيتم اعتماد التدريج التالي فيها (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، وأبداً )، وتدرج العلامة من (5-1) بحيث تأخذ دائماً العلامة الأعلى (5)، وأبداً العلامة الأقل (1)، علماً بأن إجاباتكم ستعامل بالسرية التَامة، ولن تستخدم إلا لأغراض الدراسة. **ولكم جزيل الشكر.**

يرجى الإجابة على الأسئلة التالية قبل البدء بالإجابة على الاستبيان.

معلومات عامة: الجنس: ذكر ( ) أنثى ( ). المستوى التعليمي: أقل من بكالوريوس ( ) بكالوريوس ( ) ماجستير فأعلى ( ). عدد سنوات الزواج ( )

| الرقم | الفقرة | دائماً | غالباً | أحياناً | نادراً | أبداً |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | أشعر بعدم الاستمتاع عند الخروج مع زوجي / زوجتي في المناسبات الاجتماعية | | | | | |
| 2 | قلة الدخل المادي يؤثر على علاقتي العاطفية بزوجي / زوجتي | | | | | |
| 3 | يكثر زوجي / زوجتي من لومي إذا أسأت التصرف بالمال | | | | | |
| 4 | أشعر أن علاقة زوجي / زوجتي بأهلي وأقاربي سيئة | | | | | |
| 5 | أوفر نقود بدون علم زوجي / زوجتي | | | | | |
| 6 | أتناسى عائلتي عندما أغادر البيت لعدة أيام | | | | | |
| 7 | عندما يأتي أهلي لزيارتنا لا يبادر زوجي / زوجتي باستقبالهم | | | | | |
| 8 | أشعر بأني مرغم على استمرار العلاقة الزوجية من أجل أطفالي فقط | | | | | |
| 9 | يظهر زوجي / زوجتي جوانب شخصيتي السلبية أمام الآخرين | | | | | |
| 10 | يقارنني زوجي/ زوجتي بالآخرين ويشعرني بالدونية مقارنة معهم | | | | | |
| 11 | لا أثق بزوجتي/ زوجي مع الآخرين | | | | | |
| 12 | عندما أشعر بالغضب أقوم بتحقير زوجي / زوجتي | | | | | |
| 13 | عندما أشعر بالقلق، والتوتر، فإن زوجي / زوجتي لا يهتم لأمري | | | | | |
| 14 | يحاول زوجي / زوجتي أن يكون غير مبالي بي أغلب المواقف | | | | | |
| 15 | في أيام الفراغ، والعطل أجلس في غرفة منفردة بعيداً عن زوجي. | | | | | |
| 16 | تسير الأيام والشهور والسنين بملل مع زوجي / زوجتي | | | | | |
| 17 | عندما نواجه مشكلة ما فأننا لا نحاول حلها سوياً | | | | | |
| 18 | تراودني فكرة الطلاق من زوجي/ زوجتي | | | | | |
| 19 | أشعر أن زوجي / زوجتي لا يشاركني همومي في العمل | | | | | |
| 20 | أتجاهل أخبار زوجي / زوجتي وأنا في العمل | | | | | |
| 21 | لا أشارك زوجي/زوجتي في هموم العمل سلبا( مشاكل العمل) أو إيجابا(الترقيات أو المكافآت) | | | | | |
| 22 | لا أتحدث لزوجي / زوجتي عما يحدث لي مع زملائي في العمل | | | | | |
| 23 | عند العودة من العمل لا نهتم لبعضنا البعض | | | | | |
| 24 | لا يتعاطف زوجي/ زوجتي معي عندما أتعرض لضغوط قوية | | | | | |
| 25 | زوجي / زوجتي يصلح أن يكون أب /أم وليس زوج / زوجة | | | | | |
| 26 | اشعر أن مشاعري باردة تجاهي زوجي / زوجتي | | | | | |
| 27 | انأ و زوجي / زوجتي لا نتبادل التهاني في المناسبات | | | | | |
| 28 | يتجاهلني زوجي/ زوجتي بعد انجاز عمل جيد كلفني الجهد الكثير | | | | | |
| 29 | أشعر بالتعاسة حيال حياتي الزوجية | | | | | |
| 30 | أشعر بالضجر عندما أسمع زوجي / زوجتي يتكلم / تتكلم | | | | | |
| 31 | آنا غير راضٍ عن زواجي | | | | | |
| 32 | أشعر أن زوجي / زوجتي غير قادر على إسعادي | | | | | |
| 33 | أشعر أن العلاقة بيني وبين زوجي / زوجتي أيله للفراق | | | | | |
| 34 | علاقتنا الجنسية شبه معدومة | | | | | |
| 35 | أشعر بالضيق عند اقتراب زوجي / زوجتي مني | | | | | |
| 36 | أشعر بأن زوجي / زوجتي لا يغار/ لا تغار علي كما يجب | | | | | |
| 37 | أشعر بخيبة أمل مع زوجي/ زوجتي | | | | | |

**ملحق رقم (2)**

مقياس الأفكار اللاعقلانية بعد التحكيم

| الرقم | الفقرة | دائماً | غالباً | أحياناً | نادراً | أبداً |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | أشعر بالفشل عندما لا أستطيع حل مشاكلي | | | | | |
| 2 | أعتقد أنه من غير الممكن أن أغير شخصيتي | | | | | |
| 3 | أعتقد بأنني لست مسيطراً على حياتي بشكل صحيح | | | | | |
| 4 | أشعر أنني عديم القيمة | | | | | |
| 5 | أشعر أن إرادتي ضعيفة | | | | | |
| 6 | أشعر بأنني شخص ذو قيمة عند تحقيق انجاز كبير فقط | | | | | |
| 7 | اشعر أن الآخرين أفضل مني | | | | | |
| 8 | لا أشعر بالارتياح، عندما تسير الأمور على غير ما أريد | | | | | |
| 9 | أشعر بالحرج إذا سألني الساخرون عن بعض الأمور الشخصية | | | | | |
| 10 | أشعر بالحرج إذا ارتكبت خطأ بحضور الآخرين | | | | | |
| 11 | أفضل تجنب تجريب الأشياء عندما أكون لست متأكداً من النتيجة | | | | | |
| 12 | أشعر بالقلق عندما ارتدي ملابس غير مناسبة | | | | | |
| 13 | أفكر بالأخطاء التي ارتكبتها سابقاً | | | | | |
| 14 | أتجنب القيام بأعمال قد تبدو للآخرين سخيفة | | | | | |
| 15 | ألقي اللوم على نفسي إذا لم تتم الأمور بشكل مناسب | | | | | |
| 16 | ألوم نفسي عندما لا أستطيع الوصول إلى شيء ما | | | | | |
| 17 | يجب أن يسر الناس الآخرين بما أعمله | | | | | |
| 18 | أشعر انه لا توجد لدي القدرة على صنع القرار | | | | | |
| 19 | انه من الضروري إن يحبني الآخرين | | | | | |
| 20 | من الواجب أن تكون أفكاري مطابقة لأفكار الآخرون | | | | | |
| 21 | من الواجب على الآخرين أن يساعدوني دائما | | | | | |
| 22 | من الواجب أن لا يتخلى عني الآخرين | | | | | |
| 23 | من الواجب أن يتحمل الآخرين المسؤوليات عني | | | | | |
| 24 | من الواجب على أفراد أسرتي أن يعيلوني حتى بعد الزواج | | | | | |
| 25 | من الواجب على الآخرين أن يحترموني ويعطفوا علي | | | | | |
| 26 | أشعر بالارتباك عندما أناقش الآخرين بموضوع لا أفهمه جيداً | | | | | |
| 27 | أتذمر من الواجبات غير السارة التي يجب أن أقوم بها | | | | | |
| 28 | يصعب علي أن أطلب من الناس الآخرين أن يقدموا لي معروفاً | | | | | |
| 29 | لا أطيق أن يراقبني الآخرون | | | | | |
| 30 | لا أستطيع أن أتحمل الظروف الصعبة | | | | | |
| 31 | تثير المشكلات الصغيرة غضبي | | | | | |
| 32 | أحزن عندما أفكر كم هنالك من ظلم في العالم | | | | | |
| 33 | تجرح مشاعري بسهولة | | | | | |
| 34 | أشعر بالغضب عندما أنتظر شخص ويتأخر | | | | | |