الالكسيثيميا وعلاقتها في جودة الحياة الزوجية لدى العاملين المتزوجين في أمانة عمَّان الكبرى

إعـــداد

أ/ أمل خالد سليمان الجمعاني

باحثة دكتوراة، تخصص الإرشاد النفسي والتربوي– قسم الإرشاد
كلية العلوم التربوية– جامعة مؤته– الأردن

أ.د/ فاطمة عبدالرحيم النوايسه

أستاذ الإرشاد النفسي والتربوي– قسم الإرشاد
كلية العلوم التربوية– جامعة مؤته– الأردن

الالكسيثيميا وعلاقتها في جودة الحياة الزوجية لدى العاملين المتزوجين في أمانة عمَّان الكبرى

أ/ أمل خالد سليمان الجمعاني وأ.د/ فاطمة عبدالرحيم النوايسه*

الملخص:

هدفت الدراسة إلى تعرف العلاقة بين الالكسيثيميا وجودة الحياة الزوجية لدى العاملين المتزوجين في أمانة عمان الكبرى، اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي لتحقيق اهدافها، وتكونت عينة الدراسة من (539) من العاملين المتزوجين في أمانة عمان الكبرى، ولجمع بيانات الدراسة تم استخدام مقياس الالكسيثيميا لتورنتو (TAS-20) الذي اعده باجبي وباركير وتايلور (Bagby,Parker&Taylor,1994)، وطورت الباحثتان مقياسا لجودة الحياة الزوجية، وتم التحقق من صدق وثبات اداتي الدراسة، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج الآتية:

أشارت النتائج أن مستوى كل من الالكسيثيميا، وجودة الحياة الزوجية لدى المتزوجين العاملين في امانة عمان الكبرى جاءا بدرجة متوسطة على مستوى الأبعاد والدرجة الكلية، كما ظهرت علاقة سلبية بين كل من الالكسيثيميا وجودة الحياة الزوجية، وفي ضوء النتائج توصي الباحثتان: بإجراء المزيد من الدراسات لفئة المتزوجين آخذين بعين الاعتبار متغيرات أخرى.

الكلمات المفتاحية: الالكسيثيميا، جودة الحياة الزوجية، العاملين المتزوجين.

* أ/ **أمل خالد سليمان الجمعاني:** باحثة دكتوراة– تخصص الإرشاد النفسي والتربوي– قسم الإرشاد– كلية العلوم التربوية– جامعة مؤته– الأردن.

أ.د/ فاطمة عبدالرحيم النوايسه: أستاذ الإرشاد النفسي والتربوي– قسم الإرشاد– كلية العلوم التربوية– جامعة مؤته– الأردن.

Alexithymia and its relationship to marital quality of life among married employees at the Greater Amman Municipality

Aml kaled suleiman al jamani
Specialization in Psychological and Educational Counseling, Mu'tah University, Jordan

Fatima Abdalraheem AL Nawayseh
Department of Counseling, Faculty of Educational Sciences, Mu'tah University, Jordan.

Abstract:

This study examined the relationship between alexithymia and marital quality of life among married employees at the Greater Amman Municipality. A descriptive–correlational design was employed, with a sample of 539 married employees. Data were collected using the Toronto Alexithymia Scale (TAS-20) developed by Bagby, Parker, and Taylor (1994), in addition to a marital quality of life scale developed by the researchers. Both instruments demonstrated acceptable validity and reliability.

The resultes indicated that the level of both alexithymia and marital quality of life among participants was moderate, Significant negative correlations emerged between alexithymia and marital quality of life.

In light resultes the researchers Recommended to adminstratc other studies for married people consederd other variabies.

Keywords: Alexithymia , marital quality of life, married employees.

المقدمة:

الأسرة هي الوحدة الاساسية في كل مجتمع منذ سيدنا آدم وستنا حواء وأبنائهم وبناتهم في أي مكان وأي زمان، ورغم الاختلافات الثقافية والاجتماعية والمعرفية والمكانية. إلا أن الأسرة تتكون من الرجال والنساء والأطفال الذين يتحدون بروابط وعلاقات القرابة المترابطة والواجبات المتبادلة. ويتوقع من الأسرة أن تحقق حاجات أفرادها من طعام ولباس ضمن قدراتها لتحقيق الانتماء اليها، وانتقال الثقافة والمعرفة والأخلاق والقيم الروحانية العقائدية والاجتماعية من جيل إلى آخر.

يعاني أفراد الأسرة وبخاصة الزوجين من صعوبات في تحديد المشاعر وفهمها والتعبير عنها، وهو ما يعرف بالالكسثيميا، وتشير الالكسثيميا إلى سمة وجدانية معرفية للشخصية، بالرغم من كونها شكل من أشكال الإضطراب الوظيفي في تعيين وتحديد الفرد لمشاعره، وتظهر هذه السمة بأكثر من طريقة، وكذلك فإن فقر الحياة التخيلية والأهتمامات والنقص في القدرة على خلق تخيلات مرتبطة بالمشاعر، يؤدي إلى ظهور طريقة تفكير يميل فيها الفرد إلى تجنب الصراع في المواقف الضاغطة ويظهر لديه أيضا التفكير الخارجي التوجه الذي يميز بالاهتمام بالتفاصيل والأحداث الموجودة في البيئة الخارجية (et al Moghaddam، 2023).

وتعرف الالكسيثيميا بميزات مثل عدم القدرة على فهم المشاعر الشخصية ووصفها لفظيا، وضعف في التفكير الواضح الذي يحد من الكشف عن ردود الفعل والعاطفة والرغبة والدوافع، وعدم القدرة على استخدام المشاعر كأعراض عاطفية، والتفكير السلبي من مواقف الحياة المحيطة، وضعف في تذكر الاحلام، وصعوبة التمييز حالات المشاعر والاحاسيس الجسدية، والجمود في تعابير الوجه، والقدرة المحدودة على التعاطف و فهم مشاعر الاخرين والوعي بالذات، ويظهرون تعاطفا محدودا في العلاقات، ومن الضروري التأكيد على ان الافراد الذين يعانون من الالكسثيميا لا يعتبرون غير مدركين لمشاعرهم أو غير قادرين تماما على التعبير عنها لفظيا (et al, 2024 Bakhshipour).

والتعبير عن العواطف هو العامل الاساسي في تمييز الأزواج السعداء من غير السعداء، حيث ان التعبير المتبادل عن المشاعر يؤدي دورا مهما في تطوير العلاقة بين الأزواج، ويخلق شعورا بالدعم ويسهم في تحسين جودة حياتهم الزوجية.

ويقصد بجودة الحياة الزوجية أنها الإحساس بالرضا عند اشباع حاجة أحد الشريكين في الوصول للتفاعل الاسري الأمثل، والتمكين الاجتماعي، والصحة النفسية من خلال الزواج والوصول لعلاقات مرغوب فيها تتمثل في الترابط والحوار والتفاهم والاحترام المتبادل بين الجميع في مختلف المواقف، مما يحقق لهم الإشباع الأسري والنفسي (الزهراني، 2019).

وتؤثر جودة الحياة في العلاقة بين الزوجين وتنعكس على الأسرة بكاملها واستقرارها في المنزل ومن ثم خارجه أي البيئة المحيطة بها فالكثير من مشاكل العنف الاسري والتفكك الأسري وتشتت الابناء وانحرافهم الفكري وسلوكياتهم غير السوية تعود أغلبها إلى افتقاد هذه الأسرة إلى جودة في الحياة وهي تتمثل في صحة، الانسان الجسدية والنفسية ونظافة البيئة المحيطة بها وثرائها، والرضا عن الخدمات التي تقدم لها، مثل التعليم والخدمات الصحية والاتصالات والعدالة الاجتماعية وشيوع المحبة والتفاؤل بين الناس، فضلا عن الايجابية (خضير، 2022).

ويزيد ارتفاع مستوى جودة الحياة بين الأزواج من قدرة كل من الزوجين على تحمل ضغوط الحياة، والقدرة على اجتياز الازمات التي تواجههم، ويجعلها اكثر سعادة، واكثر قدرة على توظيف طاقتها، وقدرتها لإنجاز المهام المنوطة بهما بمستوى عال من الكفاءة، لذى على كل زوج ان يعمل على تحقيق حاجات وإشباع رغبات الطرف الأخر، وإشعاره بهذه الايجابية، وانه سيبذل مافي وسعه كي تستمر الأسرة، والسعادة الزوجية هنا ليست عشوائية، وإنما ثمرة سلوك قصدي هدفه إسعاد الطرف الآخر (الفار، 2023)

مشكلة الدراسة:

خلال عمل الباحثة في مجال الإرشاد الاسري في قطاع التنمية المجتمعية التابعة لأمانة عمان الكبرى، في مكتب التوفيق والإرشاد الاسري لاحظت خلال تقديمها لخدمة الإرشاد الأسري في المراكز التابع لامانة عمان ومراكز أخرى في العاصمة عمان، وجود حاجة ماسة لدى الأزواج والزوجات للحصول على الدعم في مجال حياتهم الزوجية وطبيعة العلاقات داخل الاسرة، إضافة إلى افتقارهم إلى المهارات الكافية في حياتهم الزوجية، لتعبير عن مشاعرهم وظهور صعوبة في وصف المشاعر والانفعالات وتحديدها مما أثر على جودة حياتهم.

وتوجد العديد من الدراسات التي اهتمت بالمتزوجين ولكن هذه الدراسات كان تركيزها الأساسي على متغيرات مثل السعادة الزوجية مثل دراسة العنانزة (٢٠٢٤)، المشكلات الزوجية كدراسة الحواتمة (٢٠٢٤)، أو التوافق الزواجي كدراسة البلاونة (٢٠١٨)، أو العلاقات الزوجية أو الرضا الزواجي مثل دراسة بني سلام (2024)، أو دراسة نوعية الحياة مثل سريوة (2022).

على الرغم من تلك الدراسات إلا أن هذه الدراسات لم تجمع بين متغيرات الدراسة الحالية وهي: الالكسيثيميا، وجودة الحياة الزوجية، فقد وجدت الباحثة دراسات تناولت إحدى هذه المتغيرات ولم تجمعها معا مثل دراسة وهبة (٢٠٢١) التي تحدثت عن الالكسثيما والكدر الزواجي، وعلى فئات مختلفة مثل الطلبة والمراهقين كدراسة المطيري (٢٠٢٠) التي دراسة الالكسثيما لدى صعوبات التعلم، ودراسة العيدان (٢٠٢٤) التي دراسة الالكسثيميا في الشفقة بالذات لدى الاعمار من (١٨-٦٠)، ودراسة.

بالإضافة إلى الارتفاع في نسب الطلاق خلال عام ٢٠٢٣ حيث بلغت نسبة الطلاق التراكمي لنفس العام (31,9 %) وذلك حسب دائرة قاضي القضاة، إضافة إلى عدد قضايا الطلاق بسبب الشقاق والنزاع داخل الأسرة بلغ ٥٤٢٩ قضية خلال عام ٢٠٢٣، وهذا يعطي مؤشر لوجود مشكلة داخل الأسرة يجب العمل على إيجاد حلول علاجية ووقائية، نظرا لما تشكله الأسرة من أهمية كبيرة للمجتمع.

وبناءً على ما سبق جاءت فكرة التوجه لهذه الدراسة للكشف عن أثر الالكسيثيميا في جودة الحياة الزوجية لدى المتزوجين العاملين في أمانة عمان الكبرى.

أسئلة الدراسة:

السؤال الأول: ما مستوى الالكسيثيميا لدى المتزوجين العاملين في امانة عمان الكبرى؟

السؤال الثاني: ما مستوى جودة الحياة الزوجية لدى المتزوجين العاملين في أمانة عمان الكبرى؟

السؤال الثالث: هل توجد علاقة إرتباطية دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين مستوى الالكسيثيميا وجودة الحياة الزوجية لدى المتزوجين العاملين في أمانة عمان الكبرى ؟

أهداف الدراسة:

- الكشف عن مستوى الالكسثيميالدى المتزوجين العاملين في أمانة عمان الكبرى.
- الكشف عن مستوى جودة الحياة الزوجية لدى المتزوجين العاملين في امانة عمان الكبرى.
- الكشف فيما اذ يوجد علاقة إرتباطية دالة احصائيا بين مستوى الالكسثيميا وجودة الحياة الزوجية لدى المتزوجين العاملين في امانة عمان الكبرى.

أهمية الدراسة:

– الأهمية النظرية:

تتمثل الأهمية النظرية لهذه الدراسة في الكشف عن الالكسيثيميا وعلاقته في جودة الحياة الزوجية لدى المتزوجين العاملين في أمانة عمان الكبرى، والتعرف من خلال الدراسة على مستوى الالكسيثيميا وجودة الحياة الزوجية لدى المتزوجين العاملين في امانة عمان الكبرى، كذلك يؤمل أن تسهم الدراسة في إثراء الأدب النظري حول الالكسيثيميا وجودة الحياة الزوجية، وتفتح مجالا لدراسات أخرى تركز على فئة المتزوجين.

– الأهمية التطبيقية:

- المؤمل من هذه الدراسة أن يستفاد من نتائجها في معرفة مستوى الالكسيثيميا وهو يكمن في صعوبة التعبير للحد من من هذه الظاهرة داخل الأسرة من خلال تقديم مقترحات للحد من أثر هذه المشكلة الواقعة على المتزوجين.

- ضمن هذه الدراسة أداتان وهي مقياس الالكسثيميا وجودة الحياة الزوجية ستقوم الباحثة بإعدادهما ليتمكن الباحثين اللاحقين والمختصين من الإستفادة منهم في الدراسات والأبحاث لاحقا.
- التوصل إلى أثر الالكسثيميا على جودة الحياة الزوجية بأبعادها من خلال التحليل الاحصائي للنتائج المقاييس التي سيتم توزيعها على الفئة المستهدفة والخروج بتوصيات ذات أهمية في مشكلة الدراسة.

التعريفات الاصطلاحية والإجرائية:

وتعرف الالكسثيميا بأنها حالة ضعف في الشخصية للتعبير عن العواطف والمشاعر والتعلق الاجتماعي، والعلاقات الشخصية كما ان الاشخاص الذين يعانون من الالكسثيميا يجدون صعوبة في التمييز بين مشاعر الاخرين وتقديرها (Taylor G, 1994).

ويعرف إجرائيا بالدرجة التي سيحصل عليها المستجيب على مقياس الألكسثيميا الذي سيتم تطويره لأغراض الدراسة الحالية.

جودة الحياة الزوجية: جون غوتمان يعرف جودة الحياة الزوجية على أنها قدرة الأزواج على تعزيز الاحترام والمودة، وتحقيق تفاهم أكبر، وحل الخلافات بفعالية. يركز منهجه على تحسين التواصل بين الزوجين، مما يسهم في بناء علاقات أكثر استقرارًا وسعادة. يعتمد غوتمان على أبحاث طويلة الأمد لتحليل ديناميات العلاقات، ويشدد على أهمية العواطف الإيجابية مقابل السلبية في تعزيز جودة العلاقة (Gottman,1999).

ويعرف إجرائيا بالدرجة التي سيحصل عليها المستجيب على مقياس جودة الحياة الزوجية الذي سيتم تطويره لأغراض الدراسة الحالية.

حدود الدراسة ومحدداتها:

- **الحدود المكانية:** تم تطبيق الدراسة في امانة عمان الكبرى في العاصمة عمان.
- **الحدود الزمنية:** تم تطبيق الدراسة خلال العام ٢٠٢٥.
- **الحدود البشرية:** العاملين والعاملات المتزوجين والمتزوجات في امانة عمان الكبرى خلال خلال عام ٢٠٢٥
- **الحدود الموضوعية:** تحددت الدراسة بدراسة الالكسثيمياوعلاقتها في جودة الحياة لدى المتزوجين في العاصمة عمان.

متغيرات الدراسة:

- الالكسيثيميا وله ثلاث مستويات (مرتفع، متوسط، منخفض).
- جودة الحياة وله ثلاث مستويات (مرتفع، متوسط، منخفض).

- مدة الزواج (أقل من خمسة سنوات، ٥سنوات إلى ١٠ سنوات، أكثر من ١٠ سنوات إلى ١٥ سنة، أكثر من ١٥ سنة).
- المستوى التعليمي (دبلوم فأقل، بكالوريوس، دراسات عليا).

المحددات:

تتحدد إمكانية تعميم نتائج الدراسة على المجتمعات المماثلة لمجتمع الدراسة والمكون من المتزوجين العاملين في أمانة عمان الكبرى وحسب المتغيرات المستوى التعليمي ومدة الزواج فقط، وبمدى صدق إستجابة أفراد العينة على مقياسي الدراسة.

الإطار النظري:

– الالكسيثيميا:

تعرف الالكسيثيميا بأنها صعوبة فهم الفرد لانفعالاته والتمييز بينها، وقصور في القدرة على التعبير عنها ووصفها مما ينعكس على عدم قدرة الفرد علة فهم انفعالات الآخرين مما يضعف علاقات الود بينه وبينهم، ويرجع ذلك لضعف القدرة على التنظيم المعرفي للانفعالات وقصور المعالجة المعرفية للانفعالات والمشاعر (جريش، ٢٠١٧)

هذا وقد أشار مشينيا وآخرون (Messina et al:٢٠١٤) إلى أن الالكسيثيميا لها منشأ أما أن يكون أولي أو ثانوي علي النحو التالي:

الالكسيثيميا الأولية: يعتقد أن الالكسيثيميا هي نتيجة عوامل وراثية وعائلية تنموية، كما يعتقد أنها سمة شخصية مستقرة نشأت عن صدمات مرحلة الطفولة أو الاستعداد الوراثي وسنوات البلوغ المبكرة.

– **الالكسيثيميا الثانوية:** يعتقد أن الالكسيثيميا الثانوية هي نتيجة الإجهاد النفسي والأمراض المزمنة، أو العمليات العضوية (مثل صدمة الدماغ أو السكتة الدماغية) التي تحدث بعد الطفولة.

ويتضمن مفهوم الالكسيثيميا أربعة أبعاد أساسية وهي: صعوبة التمييز بين الانفعالات وبين الأحاسيس الجسدية التي تنتج عن الاستثارة الانفعالية، كذلك الصعوبة في التعبير عن الانفعالات. الخيال المحدود، والتفكير الموجه نحو الخارج (Taylor ٢٠١٦) وفيما يلي التفصيل

صعوبة تحديد الانفعالات:

يعاني الأفراد ذوو الالكسيثيميا ضعف في القدرة على فهم الحالة الوجدانية التي يمرون بها، حيث لا يمكنهم التعرف على المشاعر والتمييز بينها وبين الأحاسيس الجسمية (Hesse.٢٠٠٩.١)، حيث يعانون من مشكلة التمييز بين الانفعالات المختلفة وبين

الاضطرابات الجسدية فكثيرا ما يقولون: أنهم يعانون من ألم في المعدة أو أنهم يعرفون بشدة لكنهم لا يدركون أن ما يعانون منه هو القلق (جولمان، ٢٠٠٠: ٧٩ – ٨٠

صعوبة التعبير عن الانفعالات:

يتسم الأفراد ذوي الألكسيليميا ي ضعف القدرة على وصف مشاعرهم والتعبير عنها للآخرين. حيث إن لديهم ضعفاً في المحصول اللغوي والمفردات اللغوية. وكذلك نقص في الكلمات التي يستخدمونها في التعبير عن عواطفهم. (Terry ٢٠٠٩.٤٣).

ولذلك لا يدرك هؤلاء الأفراد أهمية الدور الذي تلعبه الانفعالات في الحياة الإنسانية. حيث يعانون من صعوبة في إدراكاتهم واستجاباتهم للآخرين في المواقف الاجتماعية، وذلك قد ينجم عنه سوء التوافق الاجتماعي والشخصي ويؤدي بهم إلى العزلة حيث إن ضعف القدرة على التعبير عن المشاعر الإيجابية نحو الآخرين يعيق تكوين علاقات اجتماعية ناجحة (البناء ٢٠٠٣: ٢٠).

وقد أشارت دراسة (yelsma, et al, 2003) ودراسة صالح (٢٠٠٧) إلى أن التعبير عن الانفعالات الإيجابية وكذلك التعبير عن المودة له دور هام فى التوافق الزواجي وتحقيق حالة من الرضا والانسجام بين الزوجين.

التفكير الموجه نحو الخارج:

يقوم الأفراد ذوو الالكسيثيميا بتوجيه أنفسهم نحو الخارج ويهتمون بالموضوعات الخارجية والعالم المادى، وذلك نظراً لضعف قدرتهم على فهم أنفسهم فى عالم الانفعالات والمشاعر (Thompson, 2009, 11).

كما أنك تجدهم يهتمون بتفاصيل الأمور غير الهامة وذلك أكثر من اهتمامهم بالظروف والأسباب الكامنة وراء الأشياء. كما أنهم يركزون على الأحاسيس الجسدية أكثر من الجانب الانفعالي والوجداني كما يصف الفرد ذو الالكسيثيميا حالته الجسدية بكل سهولة، غير أنه لا يمكنه وصف حالته الانفعالية وأنه قلق أو حزين وهذا يرجع إلى غياب القدرة على التعبير عن المشاعر وليس غياب المشاعر ذاتها.(Sifnoeos، ١٩٩٦,١٤٠).

محدودية التخيل وندرة الأحلام:

يقوم التخيل بأداء بعض الوظائف الهامة في حياتنا مثل تخيل رغباتنا وكيفية إشباعها أو انفعالاتنا وكيفية تعديلها، وكذلك تخيل أنفسنا مكان شخص آخر، وهو جوهر مفهوم التعاطف. ويعاني الأشخاص ذوي الالكسيثيميا من ضعف واضح في قدرتهم على التخيل وكذلك ندرة في الأحلام (Thompson، ٢٠٠٩,١٢) وقد أشار باركر عام (٢٠٠٠) إلى أنه لا توجد فروق بين الأفراد الألكسيثيميين وغيرهم في الأحلام. ولكن الاختلاف في طريقة سرد العلم والمفردات

اللغوية المستخدمة لوصفه. حيث إنه لدى الأفراد الألكسيثيميون قدرة أقل في سرد أحلامهم (Timoney. Holder، ٢٠١٣.٢).

ولذلك يمكن القول بأن الأفراد الألكسيليميين يتسمون بصعوبات في الجوانب المعرفية والوجدانية وكذلك فيما يخص التعبير عن مشاعرهم وانفعالاتهم. فهم لديهم نقص ظاهر في المهارات الشخصية الداخلية والتواصل الناجح مع الآخرين، حيث إنهم لا يمكنهم التحديد الدقيق لمشاعرهم الذاتية. كما أنهم يفتقدون مهارات التعاطف تجاه الآخرين فيم لا يمكنهم فيم الحالة الوجدانية والانفعالية التي يمر بها الآخرون (البناء ٢٠٠٣: ٢٦-٢٧)

كما تذكر (الفقي ٢٠١٢ ، ٢١٩) أن هؤلاء الأفراد يعانون من سوء التوافق الزواجي واستخدام طرق سلبية للمواجهة مثل التجنب وذلك بسبب نقص المهارات لديهم مثل مهارة الاتصال اللفظي وغير اللفظي ومهارة تقدير الانفعال والتعاطف

جودة العلاقة الزوجية Quality of Marital Relationship :

يعتبر الباحثون أن العلاقة الزوجية هي علاقة عقلية قبل أن تكون علاقة قانونية ترتبط أساسا وتنمو بحب زوجي، حيث وصفها أندري لمارس André Lamarch بأنها لا تقتصر على حياة شخصين معا بمقتضى ارتباط قانوني بقدر ما هي في العلاقة على أساس وجود حياة مشتركة بين شخصين يتعلم من خلالها الشخص العيش مع شخص آخر، كما تُعد العلاقة الزوجية تجمع بين علاقة الصداقة والميل الجنسي وعاطفة الحب، وهي تتضمن علاقات أخرى بين الزوجين مبنية على ما يشتركان فيه من أهداف وآمال، فقد تكون بين الزوجين علاقات متصلة بالنواحي الاقتصادية أو الاجتماعية الأخرى، كلما تقدمت الحياة الزوجية شعر الزوجان بقوة الرباط الذي يجمعها، وقد تؤدي الضغوط الداخلية أو الخارجية إلى مشاكل وتضييع العلاقة (نادية بلعباس، ٢٠١٦: ٦١).

وتظهر مؤشرات جودة العلاقة الزوجية على النحو الآتي:

التفاعل الزواجي: هو عملية التأثير المتبادل بين الزوجين بحيث يتوقف سلوك كل منهما على سلوك الطرف الآخر، وهو عملية دينامية مركبة من الملاحظة، والإدراك، والتقويم والاستجابة.

التوافق في العلاقة الجنسية: وجد الباحثون أنا لتوافق الزواجي يرتفع كلما زادت المكافأة من التفاعل بين الزوجين، وتشمل المكافآت من التفاعل بين الزوجين الآراء القيمة، وإجراء تقييم إيجابي للذات من قبل الزوج، وفيما يتعلق بجاذبية الزوج الجسمية، والعقلية، والجنسية والإشباع العاطفي والجنسي كما يعرف التوافق الجنسي بأنه استمتاع كلا الزوجين بإشباع حاجاته الجنسية مع الطرف الآخر، واتفاقهما على أهداف هذا الإشباع، واجراءاته وشعورهما بالحب والمودة والرضا في علاقتهما الجنسية؛ فالإشباع الجنسي من الطرف الآخر ليس لذة قصيرة الأمد، وإنما

متعة نفسية طويلة الأمد، يساهم بقدر كبير في التفاعل الزواجي وجودة العلاقة الزوجية (الكندري، ٢٠٠٥).

الارتياح الشخصي: أي استراح ووجد الراحة، بمعني أخذ فترة راحة، ارتاح، باله وضميره وطابت نفسه ودخله السرور والرضا. كما يترجم الارتياح الشخصي إلى الراحة النفسية والصحة النفسية، وتحقيق الذات والرضا والسعادة، واستثمار وقت الفراغ، وان يكون الشخص في ارتياح مسيطراً على انفعالاته، راضياً عن ذاته، والواقع بوعي وبدون استسلام. كما أن الارتياح الحقيقي يجدد النشاط ويدفع الفرد إلى العمل، والعطاء بسعادة واطمئنان، مما ينعكس إيجاباً على جودة العلاقة الزوجية.

الحالة الصحية: تعد الصحة من بين مؤشرات جودة العلاقة الزوجية، كما تعبر عن التكامل بين الصحة النفسية والجسمية والاجتماعية.

الأنشطة المشتركة: تعد الأنشطة المشتركة بين الزوجين والوقت الذي يقضيانه معاً في البيت وخارجه من أساليب جودة العلاقة الزوجية؛ فكلما قضى الزوجان وقتاً مع بعضهما، سواء في نشاط ترويحي كمشاهدة التلفاز أم في السينما أم الحدائق، أم الأماكن السياحية... إلخ؛ فإن ذلك من شأنه أن يشعرهما بالحب المشترك، والاهتمام المتبادل، أما في حال انشغالهما عن بعضهما البعض، بعملهما، أو دراستهما، أو تجارتهما... إلخ، فإن ذلك من شأنه أن يشعرهما بالإهمال وعدم التقدير، وعليه يجب التوفيق بين الأنشطة الفردية، والأنشطة المشتركة بين الزوجين. (نادية بلعباس: ٢٠١٦)

الدراسات السابقة ذات الصلة:

أولاً- دراسات متعلقة بالالكسيثيميا:

هدفت دراسة باكشابور وآخرون (Bakhshipour et al 2024) إلى نمذجة الصراعات الزوجية على أساس الالكسثيميا مع دور القلق وعدم الرضا الجنسي لدى الطالبات المتزوجات في جامعة جيلان، استخدم المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (١٧٥) طالبة متزوجة من جامعة جيلان، استخدم مقياس تورنتو الالكسثيميا ومقياس حساسية القلق، ومقياس الصراعات الزوجية واستبيان خاص بالرضا الجنسي، أظهرت النتائج ان هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الالكسيثيميا والقلق مع الخلافات الزوجية.

وعدم الرضا الزواجي، وأوصت الدراسة على إجراء دراسات أخرى في مجتمعات مختلفة بالاضافة إلى استخدام اساليب مختلفة في جمع المعلومات في دراسات أخرى.

هدفت دراسة الشهراني وآخرون (Al-Shahrani et al 2023) إلى معرفة العلاقة بين الطلاق العاطفي والالكسثيميا لدى المتزوجات في المملكة العربية السعودية، استخدم المنهج

الوصفي الارتباطي، تكونت عينة الدراسة من (305) امرأة متزوجة في المملكة العربية السعودية، كشفت النتائج ان هناك ارتباط بين الالكسثيميا والطلاق العاطفي، أوصت الدراسة إلى عمل برامج توعية للمقبلين على الزواج بالاضافة إلى برامج توعية للمتزوجين حديثا في مجال التعبير عن المشاعر ودراسة المتغيرات في مجتمعات أخرى.

وتنبئة دراسة مقدام وآخرون (Moghaddam et al., 2023) في جودة الحياة الزوجية والتعاطف مع الذات والالكسثيميا، استخدم المنهج الوصفي الارتباطي، تكونت العينة من (٢٠٤) من طلاب جامعة الأهواز المتزوجين، استخدم مقياس تورنتو لالكسيثيميا ومؤشر التفاعل بين الأشخاص (IRI)، أظهرت النتائج أن التعاطف مع الذات كان له علاقة ايجابية مع جودة الحياة الزواجية وأن الالكسيثيميا كان لها علاقة سلبية مع جودة الحياة الزواجية وان تحليل الانحدار تنبأ بنسبة ٤٩% من التباين في جودة الحياة الزوجية، أوصت الدراسة في اجراء المزيد من الدراسات في هذه المتغيرات في مجتماعات أخرى.

دراسات متعلقة في جودة الحياة الزوجية:

هدفت دراسة محمد (٢٠٢٣) إلى دراسة التسامح وعلاقته بجودة الحياة الزوجية لدى المتزوجين، استخدمة الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (٣٨) أستاذ واستاذة من المتزوجين تم اختيارهم بطريقة عشوائية، ولتحقيق اهداف الدراسة تم استخدام مقياس التسامح ومقياس جودة الحياة.

وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين التسامح وجودة الحياة لدى عينة الدراسة، ووتوجد فروق ذات دلالة احصائية في التسامح تعزة لمتغير الجنس، وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في جودة الحياة الزوجية تعزة لمتغير الجنس ، ووجود فروق ذات دلالة احصائية في التسامح تعزة لمتغير.

المؤهل العلمي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في التسامح وجودة الحياة تعزة لمتغير العمر، عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في التسامح وجودة الحياة الزوجية تعزة لمتغير مدة الزواج.

هدفت درسة الفار (2023) إلى معرفة العلاقة بين انماط التعلق والتشوهات المعرفية بجودة الحياة الزوجية، استخدمة الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، تم استخدم مقياس التشوهات المعرفية ومقياس جودة الحياة الزوجية كما تدركها الزوجة، وتم تطبيق الاستبيان على عينة (202) زوجا وزوجة، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين التعلق الأمن وجودة الحياة الزوجية، وتوصلت إلى أن انماط التعلق والتشوهات المعرفية لهما اسهام دال التنبؤ بجودة الحياة الزوجية، وبناء على نتائج الدراسة.

هدفت دراسة خضير (٢٠٢٢) إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين ادارة الحياة وكلا من الإزدهار النفسي وجودة الحياة الزوجية، تكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) من طالبات الجامعات المتزوجات، وتكونت أدوات الدراسة من مقياس جودة الحياة الزوجية ومقياس إدارة الحياة النفسية، وأسفرت نتائج البحث عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين ادارة الحياة وكلا من الازدهار النفسي وجودة الحياة الزوجية، وجود فروق ذات دلالة احصائية في متغير وجود ابناء في ابعاد المقياس والدرجة الكلية، كما اتضح التنبؤ بإدارة الحياة من خلال متغيرات البحث، وكانت التوصيات تصميم برامج إرشادية تتعلق بالمتغيرات بالاضافة إلى تفعيل الإرشاد الأكاديمي.

التعقيب على الدراسات:

بعد مراجعة وتحليل نتائج وتوصيات الدراسات السابقة وفق المتغيرات الرئيسية لدراسة وجد ما يلي:

تم عرض الدراسات التي تحدثت عن الالكسيثيميا لدة المتزوجين وربطها بمتغيرات متعدة مثل دراسة باكشابور وآخرون Bakhshipour et al (2024) ودراسة ماردانى وآخرون Mardani et al (2023) ودراسة رائد واخرون Rad et al(2023). كما تم عرض لدراسات التي تناولة جودة الحياة الزوجية وربطها بمتغيرات أخرى مثل دراسة خضير (2022) ودراسة محمد (2023) ودرسة الفار(2023).

كذلك وجدت الباحثة بعض الدراسات التي جمعت بين متغيرين من متغيرات الدراسة مثل دراسة مقدام وآخرون Moghaddam et al (2023). واستفادة الباحثة من الدراسات السابقة في إعداد المادة النظرية، وإعداد ادوات الدراسة، وكذلك الاستفادة منها في مناقشة نتائج الدراسة لاحقا.

أما ما تميزت بها الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة فيتمثل بأنها جمعت متغيرين وهما الالكسثيميا، وجودة الحياة الزوجية لدى فئة المتزوجين، كما أن الدراسة الحالية تم تطبيقها في العاصمة عمان في الأردن، إضافة إلى أن عينة الدراسة تشمل كل من الأزواج والزوجات على اختلاف عدد سنوات زواجهم ومستوياتهم التعليمية.

منهجية الدراسة:

لتحقيق اهداف الدراسة، والاجابة عن تساؤلاتها تم اعتماد المهنج الوصفي الارتباطي.

مجتمع الدراسة:

أن مجتمع الدراسة المستهدف تكون من جميع العاملين المتزوجين في أمانة عمان الكبرى والبالغ عددهم (4237) عاملا وعاملة، الموزعين على مركز الامانة ومناطقها الإدارية السبعة،

والمتضمن جميع المستويات الادارية، وذلك حسب إحصائية قسم الموارد البشرية في أمانة عمان للعام (2025).

عينة الدراسة:

تم توزيع أداتي الدراسة على مجتمع الدراسة باستخدام تطبيق جوجل (Google Drive) وعناوينهم الالكترونية وتطبيقات وسائل التواصل الاجتماعي المتاحة لديهم، وتم تلقي استجابة من (539) عاملا وعاملة، والتي شكلت عينة متيسرة للدراسة، والجدول(1) يوضح توزع أفراد عينة الدراسة على خصائصها الوظيفية والشخصية.

جدول (١) توزع أفراد العينة حسب الجنس، ومدة الزواج، والمؤهل العلمي

المتغير	فئات المتغير	التكرار	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	118	21.9
	انثى	421	78.1
	المجموع	**539**	**100.0**
مدة الزواج	اقل من **5** سنوات	80	14.8
	5– اقل من **10** سنوات	77	14.3
	10 سنوات – اقل من 15 سنة	93	17.3
	اكثر من 15سنة	289	53.6
	المجموع	**539**	**100.0**
المؤهل العلمي	دبلوم فأقل	180	33.4
	بكالوريوس	294	54.5
	دراسات عليا	65	12.1
	المجموع	**539**	**100.0**

أداتا الدراسة:

لتحقيق أهداف الدّراسة، تم استخدام الأدوات الآتية:

أولاً– مقياس الالكسثيميا:

استخدمت الباحثتتان مقياس الالكسيثيميا لتورنتو (TAS–20) الذي أعده باجبي وباركير وتايلور (Bagby, Parker&Taylor, 1994) والمكيف على البيئة الأردنية من قبل الزيادات والشريفين (2019)، والمكون بصورته الأصلية من (20) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد، هي: صعوبة تحديد المشاعر وتمثله الفقرات(1–7)، وصعوبة وصف المشاعر وتمثله الفقرات (1–12)، والتوجه الخارجي في التفكير وتمثله الفقرات (13–20)، فقرات المقياس مصاغة باتجاه ايجابي باستثناء الفقرتين(9) و(18) مصاغة باتجاه سلبي، أما استجابة المفحوص على المقياس فكانت وفقا لمقياس ليكرت الخماسي فارتفاع الدرجة على المقياس تعبر عن مستوى مرتفع من الالكسيثيمياء، تم التحقق من صدق المقياس باستخدم الصدق الظاهري، وصدق البناء حيث

تراوحت معاملات ارتباط الفقرات مع ابعادها بين (0.36- 0.66) وبين الفقرات والدرجة الكلية (0.31- 0.75) وبين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس (0.61- 0.73) بين ابعاد المقياس ببعضها (0.46-0.51) وتم التحقق من الثبات باستخدام طريقتين للثبات، هكا: ثبات الاتساق الداخلي (كرونباخ الفا) حيث بلغ للدرجة الكلية(0.92) للأبعاد بين (0.75- 0.81)، وثبات الإعادة حيث بلغ معامل الانباط بين التطبيقين (0.88) للدرجة الكلية، وللأبعاد بين (0.73- 0.88)، ولغاية هذه الدراسة فقد تحققت الباحثتان من صدق المقياس باستخدم طريقتين، للصدق هما:

١- **صدق المحتوى** بعرض المقياس بصورته الأولية والمكون (20) فقرة على مجموعة من الأساتذة الخبراء المختصين في مجال الإرشاد النفسي والتربوي، وعلم النفس التربوي، وذلك للحكم على مدى انتماء الفقرة للبعد الذي تمثله، ومدى وضوحها من ناحية لغوية، وابداء أي ملاحظات تثري المقياس، وتم اعتماد معيار اتفاق (0.80)، فأكثر للابقاء على الفقرة أو تعديلهاوتم إجراء بعض التعديلات اللغوي.

2- **صدق البناء الداخلي** تم التحقق منه باستخراج معاملات الارتباط بين الفقرات ووابعادها وبينها والدرجة الكلية على المقياس، وذلك بعد بتطبيق لمقياس على عينة استطلاعية مكونة من (30) زوج وزوجة من العاملين في امانة عمان الكبرى والتي تم استثناءها من عينة التطبيق، وتم والجدول (2) يعرض ذلك.

جدول (2) معاملات ارتباط فقرات مقياس الالكسيثيميا مع البعد، والدرجة الكلية

رقم الفقرة	صعوبة تحديد المشاعر		رقم الفقرة	صعوبة وصف المشاعر		رقم الفقرة	التفكير الموجه إلى الخارج	
	البعد	الدرجة الكلية		البعد	الدرجة الكلية		البعد	الدرجة الكلية
1	0.597**	0.458*	7	0.857**	0.713**	12	0.852**	0.760**
2	0.766**	0.729**	8	0.812**	0.655**	13	0.861**	0.888**
3	0.901**	0.815**	9	0.855**	0.598**	14	0.908**	0.805**
4	0.942**	0.834**	10	0.727**	0.487**	15	0.922**	0.825**
5	0.900**	0.783**	11	0.725**	0.732*	16	0.618**	0.469**
6	0.752**	0.785**				17	0.907**	0.764**
						18	0.769**	0.628**

**دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01).

*دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05).

يلاحظ من (2) أن معاملات الارتباط اكبر من (0.30) وتراوحت بين الفقرات والبعد لبعد صعوبة تحديد المشاعر بين (0.597- 0.942) ولبعد صعوبة وصف المشاعر بين

(0.725– 0.857) ولبعد التفكير الموجه نحو الخارج (0.618– 0.922)، اما بين الفقرة والدرجة الكلية فقد تراوحت بين (0.458– 0.834) لبعد صعوبة تحديد المشاعر، وبين (0.487– 0.723) لبعد صعوبة وصف المشاعر، وبين (0.469– 0.888) للتفكير الموجه نحو الخارج، وهي قيم دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)، وهذا مؤشر على الاتساق بين فقرات المقياس.

ثبات المقياس:

تم استخراج ثبات المقياس بطريقتين، هما: الاتساق الداخلي بمعادلة كرونباخ الفا (Cronbach Alpha)، وثباتاعادة (Test-retest) بفاصل زمني بلغ (14) يوما بين التطبيقين حيث بلغ للدرجة الكلية بطرقة الاتساق الداخلي (0.934)، أما معامل الارتياط بين التطبيقين فقد بلغ (0.869) والجدول (3) يعرض معاملات الثبات.

الجدول (3) قيم معاملات الارتباط بين التطبيقين و كرونباخ الفا لأبعاد مقياس الالكسيثيمياء

رقم الفقرة	البعد	عدد الفقرات	لاختبار– اعادة الاختبار	قيمة معامل الثبات
6–1	صعوبة تحديد المشاعر	6	0.819**	0.893
11–7	صعوبة وصف المشاعر	5	0.858**	0.851
18–12	التفكير الموجه إلى الخارج	7	0.883**	0.920
18–1	الدرجة الكلية	18	0.869**	0.934

من نتائج الجدول (3) يتبين ان معاملات الارتباط بين التطبيقن بلغت (0.819) لبعد صعوبة تحديد المشاعر، و(0.858) لبعد صعوبة وصف المشاعر، (0.883) للتفكير الموجه للخارج، وان ن معاملات ثبات كرونباخ الفا بلغ لبعد صعوبة تحديد المشاعر (0.893)، و(0.851) لبعد صعوبة وصف المشاعر، و(0.920) لبعد التفكير الموجه نحو الخارج، وهي قيم تشيرالى ثبات المقياس وصلاحيته لتحقيق الهدف من بناءه.

تصحيح، وتفسير المقياس:

تكون بصورته النهائية من (18) فقرة، توزعت على ثلاثة أبعاد، وهي: صعوبة تحديد المشاعر ومثلته الفقرات (1–6) وصعوبة وصف المشاعر ومثلته الفقرات (7– 11)، وبعد التفكير الموجه إلى الخارج ومثلته الفقرات (12 – 18)، وهي مصاغة باتجاه ايجابي، باستثناء الفقرة رقم (8) والفقرة رقم (17) "فقد تم صياغتهما باتجاه سلبي، وتحددت الاستجابة على فقرات المقياس وفقا لتدرج ليكرت الخماسي، وتعطى بدائل الإجابة للفقرات الإيجابية على النحو الآتي: دائما (5) درجات، وغالبا (4) درجات وأحيان(3) درجات، ونادرا(2) درجتين، ومطلقا(1) درجة واحدة، وتعكس في حالة الفقرات السلبية، وقد تم تقدير الأهمية النسبية للمتوسطات وفقا لمعادلة

المدى وعلى النحو الآتي: (5-1)/3 =1.33، وعليه يكون المستوى المنخفض للاكسيثيمياء يتراوح بين1-2.33 والمستوى المتوسط بين 2.34-3.67 والمستوى المرتفع من3.68-5.

ثانيًا- مقياس جودة الحياة الزوجية:

طورت الباحثتان مقياسا لقياس جودة الحياة الزوجية تكون من (30) فقرة، بالرجوع إلى الأدب النظري والمقاييس المحلية والعربية والعالمية، والدراسات السابقة، كدراسة بيوهواخرين Bee Wah et al(2024)، والفار(2023)، وبريقولي وآخرون (2023)، توزعت فقرات المقياس على اربعة ابعا، وهي: الجسمي وتقيسه الفقرات(1-9)، النفسي وتقيسه الفقرات (10-21)، والاجتماعي تمثله الفقرات (22-25)، والجنسي وتمثله(26-30) بالفقرات، وتم التحقق من صدق المقياس وثباته على النحو الآتي:

صدق المقياس:

تم التحقق منه بالطرق الآتية:

صدق المحتوى بعرض المقياس على مجموعة من الأساتذة الخبراء المختصين في مجال الإرشاد النفسي والتربوي، وعلم النفس التربوي، وذلك للحكم على مدى انتماء الفقرة للبعد الذي تمثله، ومدى وضوحه من ناحية لغوية، وإبداء أي ملاحظات تثري المقياس، وتم اعتماد معيار اتفاق (0.80) فاكثر للابقاء على الفقرة أو تعديلهاوتم اجراء بعض التعديلات اللغوية.

2-صدق البناء الداخلي تم التحقق منه باستخراج معاملات الارتباط بين الفقرات وابعادهاوبينها والدرجة الكلية على المقياس، وذلك بعد تطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (30) زوج وزوجة من العاملين في امانة عمان الكبرى، والتي تم استثنائهامن عينة التطبيق الرئيسية، والجدول (4) يعرض النتائج.

جدول (4) معاملات الارتباط الفقرات مع ابعادها، والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياةالزوجية

الفقرة	الجسمي والصحي		الفقرة	البعد النفسي		الفقرة	البعد الاجتماعي		الفقرة	البعد الجنسي	
	البعد	الدرجة الكلية		البعد	الدرجة الكلية		البعد	الدرجة الكلية		البعد	الدرجة الكلية
1	0.846**	0.798**	10	0.856**	0.811**	22	0.864**	0.884**	26	0.923**	0.821**
2	0.838**	0.809**	11	0.866**	0.838**	23	0.923**	0.830**	27	0.939**	0.858**
3	0.867**	0.785**	12	0.814**	0.857**	24	0.854**	0.715**	28	0.904**	0.790**
4	0.834**	0.821**	13	0.925**	0.898**	25	0.843**	0.758**	29	0.872**	0.706**
5	0.906**	0.819**	14	0.721**	0.698**				30	0.800**	0.628**
6	0.838**	0.817**	15	0.855**	0.793**						
7	0.592**	0.461*	16	0.867**	0.900**						
8	0.859**	0.782**	17	0.815**	0.744**						
9	0.625**	0.607**	18	0.868**	0.904**						
			19	0.848**	0.785**						

الفقرة	الجسمي والصحي		الفقرة	البعد النفسي		الفقرة	البعد الاجتماعي		الفقرة	البعد الجنسي	
	البعد	الدرجة الكلية		البعد	الدرجة الكلية		البعد	الدرجة الكلية		البعد	الدرجة الكلية
			20	0.674**	0.712**						
			21	0.859**	0.834**						

** دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01). * دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05).

تبين بيانات الجدول (4) ان معاملات ارتباط الفقرات مع ابعادها للبعد الجسمي الصحي تراوحت بين (0.592– 0.906) اما للبعد النفسي فقد تراوحت بين (0.721– 0.925)، وللبعد الاجتماعي فقد تراوحت بين (0.843– 0.923) وللبعد الجنسي فقد تراوحت بين (0.800– 0.939)، في حين تراوحت معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية على النحو التالي: للبعد الجسمي الصحي (0.461–0.821)، والبعد النفسي (0.698– 0.904)، والبعد الاجتماعي (0.715– 0.884)، وأخيرا فقد تراوحت للبعد الجنسي بين (0.628– 0.858).

ثبات المقياس:

تم التحقق من ثبات مقياس جودة الحياة الزوجية، بطريقتي الثبات الآتية:

١–ثبات الاختبار– اعادة الاختبار:

حيث تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية تالفت من (30) زوجا وزوجة من العاملين في امانة عمان، ثم اعيد تطبيقة بفارق زمني (14) يوما، ثم تم حساب معامل ارتباط بيروسون بين التطبيقين وقد بلغ للدرجة الكلية (0.873) وللابعاد تم عرضها في الجدول (5).

٢–ثبات الاتساق الداخلي (كرونباخ الفا):

تم استخراج معاملا ثبات كرونباخ الفا للأبعاد والدرجة الكلية للمقياس والذي تم تطبيقه على العينة الاستطلاعية والتي تم استبعادها من التطبيق النهائي، والبالغة حجمها (30) زوجا وزوجة، حيث بلغ للدرجة الكلية (0.879)، والجدول (5) يعرض معاملات الثبات للابعاد.

الجدول (5) قيم معاملات ارتباط الاختبار – اعادة الاختبار ومعاملات ثبات كرونباخ الفا لأبعاد مقياس جودة الحياة الزوجية

التسلسل	البعد	عدد الفقرات	الاختبار–اعادة الاختبار	قيمة معامل الثبات
1	الجسمي والصحي	9	0.803**	0.927
2	النفسي	12	0.861**	0.959
3	الاجتماعي	4	0.702**	0.893
4	الجنسي	5	0.788**	0.933
	الدرجة الكلية	**30**	**0.873****	**0.978**

تشير بيانات الجدول (5) ان معاملات الارتباط بطريقة الاختبار– اعادة الاختبار تراوحت بلغت للبعد الجسميي الصحي (0.803) وللبعد النفسي (0.861) وللاجتماعي

(0.702)، والجنسي (0.788)، اما معاملات ثبات كرونباخ الفا فقد بلغ للبعد الجسمي الصحي (0.927) وللنفسي (0.959)، وللاجتماعي (0.893)، وللجنسي (0.933)، وهذه القيم يشير إلى ثبات المقياس ومناسبته لتحقيق الهدف من بناءه.

تصحيح المقياس وتفسيره:

تكون المقياس بصيغته النهائية من ثلاثين (30) فقرة، وتحددت الاستجابة على فقرات المقياس تبعاً لتدرج ليكرت الخماسي، واعطيت بدائل الإجابة للفقرات الإيجابية على النحو الآتي: بدرجة كبيرة جدا (5) درجات، وبدرجة كبيرة (4) درجات وبدرجة متوسطة (3) درجات، وبدرجة قليلة (2) درجتين، وبدرجة قليلة جدا (1) درجة واحدة. وتعكس في حالة الفقرات السلبية الاتية: (1، 2، 6، 12، 16، 18، 20، 29، 30)، وللحكم على مستوى جودة الحياة الزوجية لدى افراد عينة الدراسة، تم إعتماد الأهمية النسبية للمتوسط الحسابي، وفقاً لمعادلة المدى، (5-1)/3 = 1.33، ويضاف المدى للفترات، وعليه يكون المستوى المنخفض لجودة الحياة الزوجية يتراوح بين 1- 2.33، والمستوى المتوسط يتراوح بين 2.34- 3.66 والمستوى المرتفع من 3.67- 5.

المعالجة الاحصائية:

للتحقق من صدق البناء والثبات لأداتي الدراسة تم استخدام معامل ارتباط بيرسون ومعامل ثبات كرونباخ الفا، اما الأساليب التي استخدمت لاستخلاص النتائج، فقد تم استخدام اساليب الاحصاء الوصفي المتمثلة في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للاجابة عن سؤالي الدراسة الأول والثاني، اما السؤال الثالث فتمت الإجابة عليه باستخدام معامل ارتباط بيروسون.

نتائج الدراسة:

السؤال الأول: ما مستوى الالكسثيميا لدى المتزوجين العاملين في امانة عمان الكبرى؟

تم الاجابة على هذا السؤال باستخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، ولترتيب المتوسطات لاجابات افراد عينة الدراسة، والجدول (6) يعرض النتائج:

جدول (٦) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد متغير الالكسيثيميا لدى المتزوجين العاملين في أمانة عمان الكبرى

الرقم	البعد	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعيارى	الترتيب	التقدير
1	صعوبة تحديد المشاعر	539	3.09	0.848	2	متوسط
2	صعوبة وصف المشاعر	539	2.97	0.716	3	متوسط
3	التفكير الموجه إلى الخارج	539	3.25	0.464	1	متوسط
الدرجة الكلية/ الالكسيثيمياء		**539**	**3.12**	**0.556**	-	**متوسط**

تظهر نتائج الجدول (6) ان مستوى الالكسيثيمياء على الدرجة الكلية والأبعاد جاءت بدرجة متوسطة، حيث تراوحت الأوساط الحسابية لأبعاد متغير الالكسيثيمياء تراوحت بين (2.97– 3.25) وبانحرافات معيارية تراوحت بين (0.464– 0.848)، واحتل المرتبة الأولى في مستوى الأهمية بعد التفكير الموجه إلى الخارج بمتوسط حسابي (3.25) وانحراف معياري (0.464) ويمستوى اهمية متوسطة، تلاه في المرتبة الثانية بعد صعوبة تحديد المشاعر بمتوسط حسابي (3.09) وانحراف معياري (0.484) وبمستوى اهمية متوسطة، تلاه في المرتبة الثالثة والآخيرة بعد صعوبة وصف المشاعر، بمتوسط حسابي (2.97) وانحراف معياري (0.716) وبمستوى أهمية متوسطة، أما الوسط الحسابي العام للدرجة الكلية لمستوى الالكسيثيمياء فقد بلغ (3.12) بانحراف معياري (0.556) وبددرجة تقدير متوسطة.

لقد خالفت النتائج توقعات البحثين بان مستوى الالكسيثيمياء قد تكون في ادني مستوياتها لدى المتزوجين العاملين، وانهم اكثر قدرة على تحديد مشاعرهم ووصفها، وان تفكيرهم يكون متوجها للخارج بشكل اكبر، لخبرتهم واحتكاكهم مع زملائهم والمراجعين، الا ان هذه النتيجة قد تعكس التنشئة الاسرية للعامل المتزوج بانخافض قدرته على التعبير عن مشاعره، كما ان ضغوط العمل والواجبات الأسرية قد يبرر وجود هذا المستوى من الآلكسيثيماء، فالعامل المتزوج قد ينشغل في متطلبات العمل وتلبية احتياجات الأسرة وهذا يجعله في وضع توتر، غير قادر على تحديد ووصف مشاعره والتحكم فيه، فانشغاله بالعمل والاسره قد يجعل تفكيره متوجها إلى الخارج والتركيز على التفاصيل الدقيقة التي تثير التوترات والصراعات على حساب المحيط الدخلي، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة

السؤال الثاني: ما مستوى جودة الحياة الزوجية لدى المتزوجين العاملين في امانة عمان الكبرى؟

تم تتقدير مستوى جودة الحياة الزوجية لدى المتزوجين العاملين في امانة عمان الكبري باستخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وذلك لترتيب المتوسطات لاجابات افراد عينة الدراسة، والجدول (7) يعرض النتائج:

الجدول (7) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد متغير جودة الحياة الزوجية لدى المتزوجين العاملين في أمانة عمان الكبرى

الرقم	البعد	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعيارى	الترتيب	التقدير
1	الصحي والجسدي	539	3.30	0.581	3	متوسط
2	النفسي	539	3.20	0.494	4	متوسط
3	الاجتماعي	539	3.61	0.880	1	متوسط
4	الجنسي	539	3.33	0.641	2	متوسط
الدرجة الكلية/ جودة الحياة الزوجية		539	3.31	0.494	-	**متوسط**

تظهر النتائج الظاهرة في الجدول (7) ان تقدير المتزوجين العاملين في امانة عمان الكبرى لمستوى جودة الحياة الزوجية جاء بدرجة متوسطة للدرجة الكلية والأبعاد، وقد تراوحت الأوساط الحسابية لأبعاد متغير جودة الحياة الزوجية بين (3.20- 3.61) وبانحرافات معيارية تراوحت بين (0.494- 0.880)، واحتل المرتبة الأولى في مستوى الأهمية البعد الاجتماعي بمتوسط حسابي (3.61) وانحراف معياري (0.880) ويمستوى اهمية متوسطة، تلاه في المرتبة الثانية البعد الجنسي بمتوسط حسابي (3.33) وانحراف معياري (0.641) وبمستوى اهمية متوسطة، تبعة في مستوى الأهمية البعد الصحي والجسدي واحتل المرتبة الثالثة بمتوسط حسابي (3.30) وانحراف معياري (0.581) وفي المرتبة الرابعة والأخيرة جاء البعد النفسي بمتوسط حسابي (3.20) وانحراف معياري (0.494) وبمستوى اهمية متوسطة، اما الوسط الحسابي العام للدرجة الكلية لجودة الحياة الزوجية فقد بلغ (3.31) بانحراف معياري (0.494) وهذا المتوسط يشير إلى درجة تقدير متوسطة.

مما يلاحظ على هذه النتيجة ان مستوى جودة الحياة الزوجية كان في ادنى مستوياته مع توفر الاستقرار المادي والحصول على وضيفة تؤمن متطلباته الحياتية والأسرية، ويمكن تفسير ذلك بعدم الشعور بالاسقرار الوظيفي والأمن الوظيفي وعدم كفاية العائد المادي لمتطلباته الشخصية والاسرية مما ينعكس على جودة الحياة الزوجية، كما ان ضغوط العمل، قد تفسر هذه النتيجة، وقد تفسر مستوى الألكسثيمياء هذه النتيجة، حيث ان صعوبة التحكم في المشاعر والتعبير عنها وتحديدها والتفكير في العمل والاسرة قد يفسر هذه المستوى من جودة الحياة الزوجية فتتفق نتيجة الدراسة مع نتائج دراسة هدفت دراسة باكشابور وآخرون et al Bakhshipour (2024) ونتائج دراسة الشهراني واخرين دراسة الشهراني وآخرون Al-Shahrani et al (2023) ونتائج دراسة مقدام وآخرون Moghaddam et al (2023).

السؤال الثالث: هل توجد علاقة إرتباطية دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين مستوى الالكسثيميا وومستوى جودة الحياة الزوجية لدى المتزوجين العاملين في امانة عمان الكبرى؟

لتعرف اتجاه وقوة العلاقة بين مستوى الالكسيثيمياء وجودة الحياة الزوجية لدى المتزوجين العاملين في امانة عمان الكبرى فقد تم استخدام ماملا ارتباط بيرسون والجدول **(8)** يعرض النتائج:

جدول (8) معاملات ارتباط بيرسون بين مستوى الالكسيثيمياء ومستوى جودة الحياة الزوجية لدى المتزوجين العاملين في امانة عمان الكبرى

المتغير	الصحي والجسدي	النفسي	الاجتماعي	الجنسي	الدرجة الكلية
صعوبة تحديد المشاعر	−0.422**	−0.334**	−0.294**	−0.418**	−0.443**
صعوبة وصف المشاعر	−0.375**	−0.310**	−0.254**	−0.364**	−0.393**
التفكير الموجه إلى الخارج	0.094	−0.027	0.015	−0.138**	−0.070
الدرجة الكلية	−0.379**	−0.290**	−0.232**	−0.388**	−0.389**

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

من مطالعة النتائج الواردة في الجدول (3) يتبين الآتي:

- وجود علاقة ارتباطية سالبة تراوحت قوتها بين الضعيفة والمتوسطة دالة احصائياً بين أبعاد متغير الالكسيثيميا (صعوبة تحديد المشاعر، وصعوبة وصف المشاعر) ودرجته الكلية وبين أبعاد متغير جودة الحياة الزوجية ودرجتها الكلية، اعتماد على قيم معاملات الارتباط المحسوبة الظاهرة في الجدول السابق، وجميعها دالة عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).
- وجود علاقة ارتباطية سالبة ضعيفة بين التفكير الموجه كأحد أبعاد متغير الالكسيثيميا والبعد الجنسي كاحد أبعاد متغير جودة الحياة الزوجية، اعتماد على قيمة معامل الارتباط المحسوب الظاهر في الجدول السابق، وهو دال احصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).
- عدم وجود علاقة دالة إحصائيا بين بعد التفكير الموجه إلى الخارج وأبعاد جودة الحياة الزوجية (الصحي والجسدي والنفسي والاجتماعي) والدرجة الكلية لجودة الحياة الزوجية، استناد لقيم معامل ارتباط بيرسون وهي غير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).
- تفسر الباحثتان العلاقة السلبية بين الالكسيثيميا وجودة الحياة الزوجية بناء على ان التوتر الانفعالي وتراجع مستويات التعلق الاجتماعي وانخفاض القدرة على التعبير عن المشاعر يؤثر على الاستقرار الأسري ويقلل من مستويات جودة الحياة الزوجية، فتتاثر الصحة الجسدية ومستوى الصحة النفسية، وينغلق الزوج والزوجة العاملة على نفسه، ويشعر بالاغتراب العاطفي والاغتراب الأسري، كما ان ضغوط العمل والظروف الاقتصادية للموظفين قد تدخل كمتغيرات وسيطة تؤثر على جودة الحياة الزوجية وتزيد من مستوى تبلد المشاعر والالكسيثيمياء بين الأزواج العاملين وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة مع نتائج دراسة هدفت دراسة باكشابور وآخرون Bakhshipour etal (2024) ونتائج دراسة الشهراني واخرين دراسة الشهراني وآخرون Al-Shahrani et al (2023) ونتائج دراسة

مقدام وآخرون Moghaddam et al (2023) ونتائج دراسة بريقولي وآخرون (2023) ونتائج دراسة بيوه وآخرين Bee Wah et al(2024).

توصيات الدراسة:

في ضوء النتائج التي توصلت لها الدراسة فإن الباحثتان تقترحان التوصيات الآتية:

١- تصميم برامج وقائية علاجية للمتزوجين تساعدهن على التصدي لمشكلة صعوبة التعبير عن المشاعر من خلال الاهتمام بتنمية مهارات التواصل الفعال.

٢- إجراء المزيد من الدراسات المسحية والنوعية والتجريبية المتعلقة بمستوى الالكسثيميا في مختلف المناطق باختلاف الفئات.

٣- إجراء المزيد من الدراسات المسحية والنوعية والتجريبية المتعلقة بمستوى جودة الحياة الزوجية في مختلف المناطق.

٤- تصميم برامج توعوية تساعد على رفع الوعي في مجال أبعاد جودة الحياة الزوجية لتحسين جودة الحياة الزوجية بين المتزوجين وبناء أسرة آمنة.

المراجع

الزهراني، نوارة.(٢٠١٩). الأمن الفكري وانعكاسه على جودة الحياة الآسرية. المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية، 9(1),1–7

أحمد الكندري (٢٠٠٥). علم النفس الأسري، مكتبة الفلاح، ط٣

محمد، فاطمة (٢٠٢٣) التسامح وعلاقته بجودة الحياة الزوجية لدى المتزوجين Journal of Human Sciences, 22(1), 1-9.

الفار، ب. م.، بسمة منذر، القرني & ,محمد بن سالم. (٢٠٢٤). أنماط التعلق والتشوهات المعرفية وعلاقتهما بجودة الحياة الزواجية لدى عينة من الأزواج في محافظة جدة .المجلة العلمية لكلية الآداب–جامعة أسيوط.872–831 ,(90)32 ,

خضير & ,مرفت إبراهيم إبراهيم. (٢٠٢٢). إدارة الحياة وعلاقتها بالإزدهار النفسي وجودة الحياة الزجية لدى طالبات الجامعة المتزوجات في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية. التربية (الأزهر): مجلة علمية محكمة للبحوث التربوية والنفسية والاجتماعية ,(196)41 391–447.

آغا، خلو د (٢٠١٥) فاعلية برنامج تدريبي مستند إستراتيجيات حل المشكلات ومهارات الاتصا ل في تحسين نوعية الحياة الزوجية لدى المتزوجات، جامعة عمان العربية، عمان.

جريش، ايمان عطية. (٢٠١٧). الاعراض الاكتئابية وعلاقتها بالألكسثيميا والمخططات المعرفية اللاتكيفية لدى طالبات الجامعة. مجلة الدراسات النفسية بجامعة الزقازيق، 2(96)، ١٤١–٢٢٩.

جولمان دانييل.(٢٠٠٠).الذكاء العاطفي. ترجمة ليلى الجبالي، سلسلة كتب المجلس الوطني للثقافة والفنون.

البنا، إيمان (٢٠٠٣).الالكسثيميا (صعوبة تحديد ووصف المشاعر) وأنماط التعامل مع الضغوط لدى عينة من طلبة الجامعة. حوليات آداب عين شمس، ٧(٢١)، ١٨٤–٢٣٤.

نادية بلعباس(٢٠١٦).أنماط الاتصال وعلاقتها بجودة الحياة الزوجية، رسالة دكتوراه، قسم علم النفس وعلوم التربية، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران.

Gottman, J. M. (1999). The Seven Principles for Making Marriage Work. Crown Publishers.

Sifneos, P.(1973).The Prevalence Of "Alexithymic" Characteristics in psychosomatic patients psychotherapy and psychosomatics, 22(4),255-266.

Bagby, R., Parker,J.,&Taylor,G.(1994).The twenty item Toronto Alixthymia Scale-1.Item selection and cross-validation of the factor structure. Journal of psychosomatic Research , 38(7),23 -32.

Bakhshipour, A., Sadeghi, A., & Hosseini, F. (2024). Modeling marital conflicts based on alexithymia with the mediating role of anxiety sensitivity and sexual dissatisfaction in married female students at University of Guilan. Journal of Family Relations Studies, 4(12), 15-25.

Eftekhari Moghaddam, N., Shahbazi, M., & Kazemian Moghaddam, K. (2023). Predicting Marital Quality Based on Emotional Empathy and Alexithymia in Nursing Students. Hospital Practices and Research, 8(3), 325-330.

AL-shahrani, H., & Hammad, M. A. (2023). Relationship between emotional divorce and alexithymia among married women in Saudi Arabia, BMC Psychology, 11 (217), 204.

Messina, A., Beadle, j., & Paradiso, S. (2014). Towards a Classification of Alexithymia: Primary, Secondary and Organic. Journal of Psychopathology, University of Iowa, Iowa City, USA, University Diego Portales Santiago, Chile. (20), 38-49.

-Hesse, C. (2009). Emotional Competence And Interpersonal Interaction: Understanding The Relationship Between Alexithymia And Positive Social Interaction- Arizona State University, Unpublished Ph.D. Dissertation, Retrieved From Proquest Database.

Terry, P., Laura, M.& Parker, D.(2009). Alexithymia And Satisfaction In Intimate Relationship, Personality And Individual Differences, 46, 43-47.

Thompson, J.,(2009).Emotionally Dumb:An overview of alexithymia. Australia, soul books.

Timoney, l.r, holder, m. d, (2015). emotional processing deficits and happiness. Assessing the measurements correlates, and well- being of people with alexithymia, eBook.

Sifneos, P.E. (1996). Alexithymia Past And Present, American Journal of Psychiatry, 153, 137-142.