الإفصاح عن الذات كمتغير وسيط في العلاقة بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين

إعـــداد

د/ رضية محمد حميد الدين

أستاذ الارشاد النفسي والتربوي المشارك

قسم علم النفس/ كلية الآداب والعلوم الانسانية / جامعة الملك عبد العزيز

المستخلص :

هدفت الدراسة الى التعرف علي دور الإفصاح عن الذات كمتغير وسيط في العلاقة بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ، بالإضافة إلي التعرف علي الفروق في كل من الإفصاح عن الذات و جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة الدراسة وفقا للنوع. و اشتملت عينة الدراسة على (٤٧٩) زوج وزوجة من الأزواج والزوجات السعوديين، (٢٧١) زوج ،(٢٠٨) زوجة ، وتراوحت أعمارهم ما بين (٢٠– ٥٧عاماً)، بمتوسط عمري قدرة (٣٨,٨٦عامًا)، وانحراف معياري قدره (٨,٢٥عامًا)، ،وتم تطبيق ادوات الدراسة التالية : استمارة البيانات الأولية من(إعداد الباحثة)ومقياس الإفصاح عن الذات للأزواج إعداد (2017) Çag & Ibrahim Yildirim) ترجمة الشهري (٢٠٢٤) ومقياس جودة الحياة الزوجية: اعداد بخاري (٢٠٢١)و مقياس الرفاهية النفسية (الصورة المختصرة) من إعداد كارول رايف Carol Ryff(2007)؛ ترجمة: الكشكي (قيد النشر).واسفرت نتائج الدراسة عن : وجود مستوى مرتفع من الإفصاح عن الذات وأبعاده وجودة الحياة الزوجية وأبعادها والرفاه النفسي وأبعاده ماعدا بعد العلاقات الإيجابية وبعد الهدف من الحياة لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين و وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية للإفصاح عن الذات وبُعديه (جودة العلاقة و الوعي) وبين الدرجة الكلية لجودة الحياة الزوجية ،ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين الدرجة الكلية للإفصاح عن الذات وبين الرفاه النفسي وجميع أبعاده ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين الدرجة الكلية لجودة الحياة الزوجية وكل من بعد التمكين النفسي وبعد تقبل الذات والدرجة الكلية للرفاه النفسي لدى عينة الدراسة ، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقًا لمتغير الجنس في الإفصاح عن الذات و جودة الحياة الزوجية الرفاه النفسي لدى عينة الدراسة ، وتوصلت الدراسة أيضا إلي ان متغير الإفصاح عن الذات يتوسط العلاقة بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج والزوجات السعوديين . وعلى ضوء نتائج الدراسة تم تقديم عدد من التوصيات منها إعداد برامج ارشادية للمتزوجين والمقبلين على الزواج لتدريبهم على طرق الإفصاح عن الذات وتحسين جودة حياتهم الزوجية .

الكلمات المفتاحية : الإفصاح عن الذات ، جودة الحياة الزوجية ، الرفاه النفسي ، الرفاهية النفسية ، الأزواج والزوجات السعوديين، متغير وسيط .

Abstract:

The study aimed to identify the role of self-disclosure as a mediating variable in the relationship between marital quality and psychological well-being in a sample of Saudi husbands and wives in addition to identifying the differences in self-disclosure and marital quality and psychological well-being in the study sample according to gender. The study sample included (479) Saudi husbands and wives, (271) husbands, (208) wives, and their ages ranged between (20-57 years), with an average age of (38.86 years), and a standard deviation of (8.25 years), they completed the primary data form (prepared by the researcher) and the self-disclosure scale for couples prepared by (Çag & Ibrahim Yildirim (2017) translated by Al-Shahri (2024) and the quality of marital life scale: prepared by Bukhari (2021) and the psychological well-being scale (abbreviated form) prepared by Carol Ryff (2007); translated by: El Keshky (in press). Results showed that there is a high level of self-disclosure and its dimensions, the quality of marital life and its dimensions, psychological well-being and its dimensions except the dimension of positive relationships and the dimension of life, there are statistically significant positive correlations between the total degree of self-disclosure and its two dimensions (quality of relationship and awareness) and the total degree of quality of marital life, between the total degree of self-disclosure and psychological well-being and all its dimensions and between the total score of marital quality and each of the psychological empowerment dimension, self-acceptance dimension, and the total score of psychological well-being. There are no statistically significant differences according to the gender between the average scores of self-disclosure and marital quality and psychological well-being; Self-Disclosure has a mediator role in the relationship between marital quality and psychological well-being in a sample of Saudi wives and husbands. In the light of the study results, a number of recommendations were presented, as preparing guidance programs for married and those about to get married to train them on methods of self-disclosure and improve the quality of their marital life.

Key words: Self-Disclosure , quality of marital life , psychological well-being , Saudi husbands and wives, a mediating variable.

المقدمة

الزواج هو الأساس الذي تقوم عليه الحياة بين الرجل والمرأة، فهو يوفر لكل منهما الاستقرار والسكينة والمودة والاطمئنان، حيث يجد كل من الزوجين في الآخر مبعث سرور وارتياح، وسند وتعاطف ودعم في مواجهة مشاكل الحياة، وتلبية احتياجاتها.

والاطمئنان في الحياة الزوجية لا يتحقق إلا إذا كانت العلاقة بين الزوجين في إطار المودة والرحمة فهي الأساس في المعاشرة بالمعروف، وإن الخلافات والمشاكل في الحياة الزوجية إذا لم تعالج تسلب الطرفين راحتهما وسعادتهما، وتفقدهما أهم ميزات وخصائص الارتباط الزواجي ، فالتقارب بين الزوجين كلما كان كبيرًا زالت الكثير من العقبات والحواجز والمشاكل التي تواجه الزوجين في حياتهم وعلى جميع الأصعدة ؛ لأن الزواج عندما يكون قائمًا على دعائم الفهم الصحيح بين زوجين ارتضيا عن قناعة أن يكونا زوجين، فإنه يشد من أزر الأسرة (الصامدي والجهوري، ٢٠١١: ٢١).

ومن أهم العوامل التي تزيد التقارب بين الزوجين هو التواصل والحوار والثقة وكشف كل منهما للأخر عن مشاعره ورغباته وطموحاته وهذا ما يسمى بالإفصاح عن الذات**Self-Disclosure** ؛ فإفصاح الزوجين عن الذات القائم على أساس الحوار البناء، يعد من الأساليب الفعالة في تقوية العلاقة الزوجية وتدعيم مشاعر المودة والرحمة والثقة، فمن خلال تبادل الإفصاح يزداد التقارب النفسي وبالتالي تقوى العلاقة بينهما.

ويشير الإفصاح عن الذات بأنه إفشاء المعلومات المرتبطة بالذات، سواء كانت اتجاهات أو خبرات، أو أفكارًا، أو معلومات شخصية مرتبطة بالماضي أو الحاضر أو المستقبل (Consedine et al., 2007). لذلك فمن أهم أهدافه تحسين العلاقات لتكون أكثر عمقًا، كما يُسهم الإفصاح عن الذات في حل الصراعات والمشكلات بين الزوجين، وذلك حين يتعرف أحد الزوجين على احتياجات الطرف الآخر ومخاوفه وإحباطاته، يكون أكثر ميلًا للمشاركة الوجدانية وتلبية حاجات الآخر (الفوزان، ٢٠٢٠).

ويشير الإفصاح عن الذات أيضًا وخاصة في العلاقات الزوجية إلى أنه العملية التي يعبر بها أحد الزوجين عن مشاعره وأفكاره وظنونه للطرف الآخر، فهو يعد من أهم مظاهر التواصل الزواجي الهامة. فالتواصل بين الزوجين يعني لغة التفاهم التي تنقل أفكار كل منهما ومشاعره ورغباته

واتجاهاته إلى الطرف الآخر، وحين تسهل عملية الإفصاح عن الذات لدى الزوجين يكون لها تأثير إيجابي على جودة الحياة الزوجية**Quality of marital life** .

وقد أظهرت الكثير من الدراسات كدراسة (Williams, 2003) أنَّ الفوائد الصحية من الزواج تكون للزيجات ذات الجودة العالية؛ فجودة الحياة الزوجية تُعَدُّ جانبًا أساسيًا من جوانب الحياة الأسرية؛ إذ تعمل على تشكيل صحة الأفراد داخل الأسرة وتؤثر كذلك على رفاهيتهم النفسية؛ نظرًا لارتباط ارتفاع مستوى جودة الحياة الزوجية بانخفاض الاكتئاب وانخفاض الأمراض الجسدية (الفوزان، ٢٠٢٠).

ويشير مفهوم جودة الحياة الزوجية إلى طبيعة العلاقة بين الزوجين وخصائصها، ويتم التعبير عنها من خلال إحساسهم العام بالرفاه والسعادة داخل العلاقة الزوجية، كما يُشار لها أيضًا بأنها التقييم الذاتي للعلاقة الزوجية بين الزوجين، وترتبط جودة الحياة الزوجية المرتفعة بمستوى جيد من التواصل الكفء والسعادة الزوجية والتكيف الزواجي، ومستوى مرتفع من الرضا عن العلاقة (الجوازنة، ٢٠١٩: ٣٠٠).

كما أن جودة الحياة الزوجية لا تؤثر في العلاقة بين الزوجين فحسب بل تنعكس على الأسرة بكاملها واستقرارها داخل البيت و خارجه أي البيئة المحيطة بها حيث أن كثير من المشاكل الأسرية تعود أغلبها إلى افتقاد هذه الأسر إلى الجودة في الحياة الزوجية(محمد ، ٢٠٢٣).

وقد أشارت عديد من الدراسات إلى أهمية التواصل الفعال في العلاقات الزوجية وأن من شأنه رفع مستوى جودة الحياة الزوجية ؛ كدراسة بلعباس (٢٠١٦) التي كشفت عن وجود علاقة بين أنماط الاتصال السائدة (كالإفصاح عن الذات)، وبين جودة الحياة الزوجية، و دراسة ضاهر والقماح ويوسف (٢٠١٨) التي كشفت عن أن أساليب التواصل منبئ جيد عن جودة الحياة لدي الأزواج، كما كشفت العديد من الدراسات الأخرى عن العلاقة بين الصحة النفسية وجودة الحياة الزوجية كدراسة القيسي و الرفوع (٢٠٢١) التي أظهرت وجود علاقة طردية بين الرضا الزواجي والصحة النفسية، و دراسة (Singh et al., 2023) التي أكدت على تأثير الصراعات الزوجية، والعلاقات الأسرية، والرضا الزواجي على صحة الإنسان الجسدية والنفسية، ودراسة الكطراني (٢٠٢٣) التي أسفرت عن وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الكدر الزواجي وجودة الحياة الزوجية. و دراسة

الجامع و القرني (٢٠٢٤) التي أكدت العلاقة بين جودة الحياة الزوجية والاختلالات الزواجية لدى عينة من الأزواج . ولا يعتبر الإفصاح عن الذات هو العامل الأساسي في زيادة جودة الحياة الزوجية بل توجد عوامل أخرى مثل سمات الشخصية والتفاؤل والأمل والرضا عن الذات والرفاه النفسي **psychological well-being**.

ويعد مفهوم الرفاه النفسي من المفاهيم الحديثة نسبية، والتي تتمثل في تمتع الفرد بالصحة النفسية الجيدة، والإيجابية، والقدرة على متابعة الأهداف ذات المغزى، وإقامة روابط مع الآخرين، حيث يعد أحد المؤشرات الهامة للرضا عن الحياة، والتي يؤدي تحقيقها إلى شعور الفرد بالرضا والبهجة والتفاؤل والسعادة، وذلك من خلال استغلال الفرد لكافة الفرص البيئية وتغلبه على ما يوجهه من معوقات بما يحقق له التقدم والاستقرار الشخصي والنفسي (الزهراني و الكشكي ،٢٠٢٠).

وأكد (٢٠٠٩)Diener أن مفهوم الرفاه النفسي مفهوم مكافئ للصحة ، ويستخدم على نطاق واسع مع عدة مفاهيم أخري مثل الرفاهية والسعادة وجودة الحياة والصحة النفسية والرضا عن الحياة، يستخدم أيضًا بمعنى الوجود النفسي الأفضل وجودة الحياة والرفاهية الإنسانية والرضا عن الحياة والسعادة النفسية وطيب الحياة النفسية (أبو عاصي،٢٠١٢) .

فهي حالة وجدانية تنتاب الفرد عندما تصبح مشاعره الانفعالية الإيجابية كالحيوية والحب وحسن التعامل مع الآخرين وطيب العيش والثقة بالنفس في حالة توازن (الجند وعبدت ،٢٠١٧) لذلك فهو يسهم بشكل كبير في جودة الحياة الزوجية .

وبناء على ما سبق فإن الإفصاح عن الذات من أهم أسس الصحة النفسية حيث يساعد الزوجين على التخلص من المشاعر السلبية وتكوين مشاعر إيجابية بدلًا عنها وذلك من خلال التخلص من الانفعالات والرغبات المكبوتة والتعبير عنها وبذلك يصل الزوجين إلى حالة الاستقرار النفسي وهذا يزيد من جودة حياتهم الزوجية ويرفع مستوى رفاهيتهم النفسية التي تعتبر انعكاس لسعادتهم ورضاهم عن حياتهم وعن علاقاتهم الإيجابية المشبعة مع الاخرين وتقبلهم لذواتهم و للجوانب الإيجابية والسلبية منها وقدرتهم على البوح بمشاعرهم وهذا ما أكدت علية دراسة (Pocher, 2022) أن الإفصاح عن الذات يُسهم بشكل إيجابي في الصحة النفسية، وأن من فوائد مشاركة الحقائق

الشخصية والخاصة والأفكار والمشاعر حول الذات، تحسين الحالة المزاجية، والتكيف بشكل أفضل مع ضغوط الحياة.

ومن هذا المنطلق فإن البحث الحالي يسعى للتعرف على العلاقة بين الإفصاح عن الذات و جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ، هذا الإضافة إلى التعرف علي دور الإفصاح عن الذات كمتغير وسيط في العلاقة بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين .

مشكلة الدراسة:

في السنوات القليلة الماضية كان هناك زيادة في نسب الطلاق في المملكة العربية السعودية؛ فقد جاء في تقارير وزارة العدل أنه خلال العام الذي يبدأ في ذو القعدة ١٤٤٠هـ و وينتهي في شوال ١٤٤١هـ بلغت عقود النكاح (١١٢٧٨٥) عقدا في حين كان عدد صكوك الطلاق (٥٥٧٩٣) ، أي أن نسبة صكوك الطلاق تمثل تقريبا ٥٠% من عقود الزواج، ما يعني ان عدد المطلقات في السعودية في ذلك العام قد زاد بأكثر من (٥٥٠٠٠) مطلقة (وزارة العدل السعودية ٢٠٢٠) وهكذا تبرز مشكلة الطلاق ككابوس يدق ناقوس الخطر ويستلزم تجميع جهود الباحثين في كافة التخصصات للتعامل معها(الشهري ، ٢٠٢٤: ١٦٤).

وذكر Weidenbach (2013) أن أكثر أسباب الطلاق شيوعا هو انخفاض جودة الحياة الزوجية، وانخفاض رفاهيتهم النفسية ، وأن الكثير من المشكلات والصراعات يمكن أن يتغلب عليها الزوجان بالتفاهم والتواصل، والإفصاح عن ذواتهم ورغباتهم وأفكارهم واتجاهاتهم(فوزان، ٢٠٢٠).

باستقراء الأدبيات لم يتم العثور على دراسة نفسية واحدة في حدود ما تم حصره تعلن أن هدفها هو دراسة الإفصاح عن الذات كمتغير وسيط في العلاقة بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ولكن وجدت الباحثة دراسات تناولت كل متغير على حدة في علاقته بمتغيرات أخرى وبناء على ما سبق يمكن تحديد مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية :

١-ما مستوى الإفصاح عن الذات لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ؟

٢-ما مستوى جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ؟

٣-ما مستوى الرفاه النفسي لدي عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ؟

٤- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الإفصاح عن الذات وجودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ؟

٥- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الإفصاح عن الذات والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ؟

٦- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ؟

٧- ما الدور الوسيط للإفصاح عن الذات في العلاقة بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ؟

٨-"هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الإفصاح عن الذات لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين تعزى للجنس ؟

٩- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين تعزى للجنس ؟

١٠- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين تعزي للجنس ؟

أهداف الدراسة: -

تهدف الدراسة الى الكشف عن:

١- مستوى كل من الإفصاح عن الذات وجودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين .

٢- العلاقة بين الإفصاح عن الذات وجودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين.

٣- العلاقة بين الإفصاح عن الذات والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين.

٤- العلاقة بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين.

٥- الدور الوسيط للإفصاح عن الذات في العلاقة بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين .

٦- الفروق بين درجات كل من الإفصاح عن الذات وجودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين تعزي للجنس .

أهمية الدراسة: -

أ-الاهمية النظرية: تكمن اهمية الدراسة النظرية في:

-كونها الدراسة المحلية العربية الاولى على حد علم الباحثة التي تناولت دور الإفصاح عن الذات كمتغير وسيط في العلاقة بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين .

- تسهم نتائج الدراسة في تحقيق أهداف رؤية ٢٠٣٠ للمملكة العربية السعودية في رفع مستوى جودة الحياة لدى المواطنين والأسر.

- تستمد الدراسة أهميتها من مواكبتها للتوجه الحديث في علم النفس وهو التركيز على دراسة المتغيرات الإيجابية .

- أهمية الفئة المستهدفة وهم المتزوجين حيث إن استقرار وسعادة الزوجين أساس الصحة النفسية للأسرة بأكملها.

- فتح المجال للباحثين لإجراء المزيد من الدراسات في متغيرات الدراسات.

ب-الاهمية التطبيقية:

- الإسهام في بناء برامج إرشادية لرفع مستوى كل من الإفصاح عن الذات و جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين .

- تفيد نتائج الدراسة في بناء برامج وقائية من قبل المتخصصين للمساعدة المتزوجين في حل المشكلات والخلافات التي تواجههم مما يعود على الأسرة بالنفع وعلى المجتمع ككل.

مصطلحات الدراسة:

١-الافصاح عن الذات :Self-Disclosure

التعريف الاجرائي للإفصاح عن الذات: تتبنى الباحثة تعريف Çağ & Yildirim (2017:1) الاجرائي للإفصاح عن الذات بأنه "عملية يقوم فيها الشريك بالإفصاح عن ذاته بقصد للشريك الآخر من خلال التعبير عن الأفكار، والمشاعر، والمعلومات الخاصة، وتعتمد على الثقة والحميمية، مما

يساعد الزوجين على النمو للأفضل، ويُقاس بالدرجة التي يحصل عليها الزوج، أو الزوجة علي مقياس الإفصاح عن الذات للأزواج من إعداد (Çag & Yildirim) ترجمة (الشهري،٢٠٢٤).

٢- جودة الحياة الزوجية : Quality of marital life

التعريف الاجرائي لجودة الحياة الزوجية: تتبني الباحثة تعريف بخاري (٢٠٢١،١٧٠) لجودة الحياة الزوجية بأنها "تتمثل بالشعور الدائم بأعلى درجات التقبل والاطمئنان والسكينة نتيجة المودة والرحمة بين الزوجين الأمر الذي يؤدي بالزوجين إلى استمرار العلاقة الزوجية على نحو بنَاء"، وتقاس بالدرجة التي يحصل عليها الزوجان على مقياس جودة الحياة الزوجية لبخاري (٢٠٢١).

٣-الرفاه النفسي: Psychological well-being

التعريف الاجرائي للرفاه النفسي:تتبني الباحثة تعريف Ryeff& Singer(2008:25) للرفاه النفسي بأنه "الإحساس الإيجابي بحسن الحال كما يرصد بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن ذاته وعن حياته بشكل عام وسعيه المتواصل لتحقيق أهداف شخصية ذات قيمة ومعنى بالنسبة له واستقلاليته في تحديد مسار حياته وإقامته لعلاقات اجتماعية متبادلة مع الآخرين والاستمرار فيها، كما ترتبط بالإحساس العام بالسعادة والسكينة والطمأنينة النفسية، ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على مقياس الرفاهية النفسية الصورة المختصرة إعداد رايف (Ryff,2007) ترجمة الكشكي (قيد النشر) والمستخدم في الدراسة الحالية" .

حدود الدراسة:

١-**الحدود الموضوعية:** الإفصاح عن الذات كمتغير وسيط في العلاقة بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين .

٢-**الحدود المكانية:** يمثل المجال المكاني لهذه الدراسة المملكة العربية السعودية.

٣-**الحدود البشرية:** يمثل المجال البشري لهذه الدراسة عينة من (٤٧٩) زوج وزوجة من والأزواج و الزوجات السعوديين ، وتراوحت أعمارهم ما بين (٢٠- ٥٧)عاماً، بمتوسط عمري قدره (٣٨,٨٦عامًا)، وانحراف معياري قدره (٨,٢٥عامًا).

٤-**الحدود الزمنية:** تمت الدراسة في الفصلين الدراسين الاول والثاني و للعام الدراسي ١٤٤٥هـ.

الإطار النظري:

١-الافصاح عن الذات : Self-Disclosure

يُعرف الإفصاح عن الذات بأنه "الكشف عن المعلومات الخاصة بالفرد، فيما يتعلق بالمعتقدات الدينية، والعلاقات، والأحوال الشخصية، والمشاعر الحميمية، والاهتمامات لفرد آخر أو لمجموعة من الأفراد" (أبو سريع، ٢٠٢١، ٣٦٤).

ويُعرفه Al Mufarreh (2023, 201) الإفصاح عن الذات بأنه "الكشف عن المعلومات الشخصية بطريقة لفظيه أو غير لفظيه. وهو يلبي حاجة إنسانية أساسية لمشاركة الأفكار والمشاعر مع الآخر، ومساهمته في فهم واضح وحميم للذات"

كما عرفه عرفة (٢٠٢٤: ٣٨٧) الإفصاح عن الذات بأنه" مشاركة الفرد بمعلومات عن نفسه للآخرين طوعاً وترتبط تلك المعلومات بأفكاره ومشاعرة وميولة واهتماماته وآراءه وعلاقاته وبعض أموره الاجتماعية والمادية والدراسية".

أنماط الإفصاح عن الذات : حدد Seiler & Beal (2005) أربعة أنماط رئيسية للإفصاح عن الذات وهي كالتالي: ١ – المنطقة المكشوفة :وهي التي تحوي معلومات لا يمكن للفرد إخفاؤها عن الآخرين، كالمظهر ا والوظيفة. ٢ منطقة الأسرار: وهي التي تحتوي على معلومات يتعمد الفرد إخفاءها عن الآخرين، ٣– المنطقة العمياء: وهي التي تحتوي على معلومات لا نعلمها عن أنفسنا لكنها ظاهرة للآخرين، ٤– المنطقة المجهولة: وهي منطقة غير معروفة لدى الفرد ومن حوله، وتمثل جميع أبعاد شخصيتنا والتي لم يتم اكتشافها حتى الآن.

أهمية الإفصاح عن الذات توجد خمسة وظائف للإفصاح عن الذات تعكس اهميته وهي: أ – **التعبير Expression:** بغرض التخفيف عن النفس عقب الإفصاح عن المعاناة وظروف المشقة الشخصية. **ب الوضوح Clarification:** حيث يقدم الفرد صورة واضحة عن نفسه للآخرين، مما يجعله معروفاً ومفهوماً لهم. **ج التصديق الاجتماعي Social Validation:** ويحدث ذلك عندما يأتي إفصاح الآخرين عن أنفسهم مؤيداً لما أفصح عنه الفرد من آراء واتجاهات. **د نمو العلاقة الاجتماعية Relationship Development:** حيث إفصاح الفرد عن ذاته يستثير الإفصاح من جانب الآخرين، ومن خلال تبادل الإفصاح تقوى العلاقات الشخصية بين الطرفين. **هـ الضبط**

الاجتماعي Social Control من خلال الإفصاح عن الذات يعبر الفرد عن حاجاته وقيمه ومعتقداته والحدود الشخصية التي لا يسمح للآخرين بتجاوزها في علاقته معهم (أبو سريع، ١٩٩٣، ٦٢-١٦٣ ؛ عبد اللطيف، ٢٠١٢، ٣٢٥).

نظريات للإفصاح عن الذات:

-نظرية النفاذ الاجتماعي Social penetration وقد قدمها كل من Altman & Taylor 1973,5) و تشير هذه النظرية إلى أن النفاذ الاجتماعي يتضمن السلوكيات الصريحة في العلاقات الشخصية المتبادلة ، وكذلك العمليات الذاتية والداخلية التي تسبق وتصاحب وتتبع هذه السلوكيات الصريحة ، كما يشمل المفهوم أيضاً السلوكيات اللفظية وغير اللفظية والموجهة نحو البيئة، وكل منها ذات مكونات وجدانية وانفعالية، ويختلف معدل ومستوى النفاذ الاجتماعي وفقاً الخصائص الإثابة Rewards والتكاليف Costs في السلوك المتبادل، فالتوازن النسبي بينهما يعد محدداً للنفاذ الاجتماعي. وتشير الإثابة إلى العائد الإيجابي والجوانب التي يجدها الفرد سارة وممتعة في العلاقة الشخصية المتبادلة، أما التكاليف فهي الجوانب غير السارة التي من شأنها أن تكف سلوكيات متتالية في العلاقات الشخصية المتبادلة.

-نظرية التبادل الاجتماعي Social Exchange Theory قدمها عالم الاجتماع George Homans عام (١٩٥٨) ، تفترض نظرية التبادل الاجتماعي أن العلاقات الإنسانية تتشكل من خلال استخدام تحليل التكلفة الفائدة ومقارنة البدائل والتبادلات الاجتماعية تنطوي على اتصال مع شخص آخر ؛ وتتضمن الثقة والتبادلات الاجتماعية أكثر مرونة؛ ونادرا ما تتضمن مساومة صريحة، وتفترض نماذج التبادل الاجتماعي أن المكافات والتكاليف تدفع قرارات العلاقة. ويتحمل كلا الطرفين في التبادل الاجتماعي المسؤولية تجاه الآخر ويعتمدان على بعضهما البعض. حيث تتضمن عناصر الحياة العلائقية قيمة سالبة للشخص كالجهد المبذول في العلاقة وسلبيات الشريك(Masaviru.2016.44).

-النظرية الجدليّة العلائقية Relational Dialectics Theory(1996) وتشير إلى أن التفاعلات الاجتماعية بين الأفراد والجماعات تنطوي على مجموعة متنوعة ومستمرة لوجهات النظر المتناقضة. وقد كشفت النظرية عن عدد من التناقضات المختلفة وكيفية التوازن بينها في إطار

العلاقات. وإحدى هذه التناقضات هي العلاقة الجدلية بين كلٍ من الانفتاح والانغلاق أو ما يسمى بجدلية الانفتاح/ الغموض، من خلال هذه الجدلية يُفسر لنا كيف ولماذا يجد البعض من الأشخاص صعوبة في اتخاذ قرار الإفصاح أو عدم الإفصاح عن الذات للآخرين؛ حيث إنهم في الوقت ذاته تدفعهم الرغبة في الاحتفاظ ببعض المعلومات الخاصة بهم، وهذا هو أساس جدلية الانفتاح– الغموض (Amati & Hannawa, 2014).

٢– جودة الحياة الزوجية : Quality of marital life

"هي بناء واسع يشمل مجموعة من التفاعلات الزوجية الايجابية والسلبية والتصورات قد تتضمن هذه التفاعلات: الأنشطة المشتركة من قبل الزوجين ،الخلافات، المشكلات الزوجية، كذلك مشاعر المرء تجاه زوجه، ومستوى الرضا عن العلاقة، ويعد الطلاق مؤشرا لى ضعف جودة الحياة الزوجية (الجوازنه، ٢٠١٩ ، ٣٠٣).

يعرفها الفوزان(٢٠٢٠: ٤٧٢) بأنها " تعني وجود الجوانب الإيجابية للزواج، وهي مؤشر لاستقرار الزواج، وهناك عوامل منبئة بجودة الحياة الزوجية وهي: الخلفية الفردية ـ الصفات والسلوكيات الفردية ، تفاعل الزوجين ".

–**أبعاد جودة الحياة** : تتمثل أبعاد جودة الحياة كما ذكرها بوعيشة(٨٢،٢٠١٤) في –**تقبل الذات:** ويشير إلى القدرة على أقصى مدى تسمح به القدرات والإمكانيات والنضج الشخصي، والاتجاه الإيجابي نحو الذات.–**العلاقات الايجابية مع الآخرين:** وتشير إلى القدرة على إقامة علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين قائمة على الثقة ، القدرة على التوحد مع الآخرين، والقدرة على الأخذ والعطاء مع الآخرين. –**الاستقلالية:** تشير إلى القدرة على تقرير مصير الذات، والاعتماد على الذات، والقدرة على ضبط وتنظيم السلوك الشخصي.–**الكفاءة البيئية:** تشير إلى القدرة على اختيار وتخيل البيئات المناسبة، والمرونة الشخصية أثناء التواجد في السياقات البيئية.– **هدفية الحياة:** تشير إلى أن يكون للفرد هدف في الحياة، ورؤية توجه تصرفاته وأفعاله نحو تحقيق هذا الهدف، مع المثابرة والإصرار.

الاتجاهات المفسرة لجودة الحياة- :

- **الاتجاه النفسي :** إن الحياة بالنسبة للإنسان هي ما يدركه منها حتى أن تقييم الفرد للمؤشرات الموضوعية في حياته كالدخل ، المسكن العمل ، التعليم يمثل انعكاس مباشر لإدراك الفرد لجودة الحياة في وجود هذه المتغيرات بالنسبة لهذا الفرد ويظهر ذلك في مستوى السعادة والشقاء الذي يكون عليه، - **الاتجاه الاجتماعي :ويركز هذا الاتجاه** على المؤشرات الموضوعية مثل معدلات المواليد ، معدلات الوفيات ، معدل ضحايا المرض ، نوعية السكن ، مستويات التعليمية ، مستوى الدخل ، وهذه المؤشرات تختلف من مجتمع إلى آخر (لكحل ، ١٥:٢٠١٤). **الاتجاه الطبي :** ويهدف هذا الاتجاه إلى تحسين جودة الحياة الأفراد الذين يعانون من الامراض الجسمية المختلفة أو النفسية أو العقلية وذلك عن طريق البرامج الإرشادية والعلاجية التي تحسن جودة حياتهم (شيخي ،٨٢:٢٠١٤).- **الاتجاه الفلسفي** يؤكد على أن جودة الحياة حق متكافئ في الحياة والازدهار ويوجد الكثير من المواطن التي تتطلب الجودة حتى يحصل الفرد على جودة الحياة فمفهوم جودة الحياة(أبو حلاوة ،١٥:٢٠١٥).

النظريات المفسرة لجودة الحياة الزوجية :

-**نظرية التبادل الاجتماعي:** وفقًا لهذه النظرية فإن العلاقات بين الأفراد على عبارة عن تبادل للفوائد، حيث يفترض أن الأفراد في العلاقات التبادلية يقومون بتقييم الفائدة مع توقع تلقيها فى نفس الوقت، كما تتوقع نظرية التبادل الاجتماعي أن وجود أي اضطراب في توقع تلقى الفائدة أو تقديمها سوف يؤدى إلى عواقب وجدانية سيئة لذلك سوف يستمران الزوجين في التفاعل معا ويشعران بالمودة والحب والتعاون عندما يجد كل منهما نفسه رابحًا من تفاعله مع الآخر، ويتوقفان عن التفاعل عندما يجد أحدهما أو كلاهما نفسه خاسراً نفسيا من هذا التفاعل(مرسى، ٢٠٠٤).

نظرية العوامل اللاشعورية لفرويد: ووفقًا لهذه النظرية يرجع عدم الرضى بين الزوجين إلى التعارض والصراع بين الرغبات الشعورية وبين الرغبات اللاشعورية ففي الحالات السوية غالبا ما تتم عملية اختبار الفرد لشريك حياته على أساس التفاعل المركب بين الرغبات الشعورية واللاشعورية ولابد من أن يتوافر في الشريك سمات شخصية وجسمية معينة والتي من شأنها أن تثير الإعجاب الجنسي لدى الطرف الآخر. أما في الحالات غير السوية إذا لم يستطيع الشخص التخلص من

الرغبات اللاشعورية المتخيلة قد تعترض الرغبات الشعورية على نفس الشخص، وعلى هذا فإن جودة العلاقة الزوجية قد تكمن في التوافق بين الرغبات الشعورية والرغبات اللاشعورية بين الزوجين(محمد ، ٢٠٢٢:١٣٧).

٣-الرفاه النفسي: Psychological well-being

تعرفها محمود (٢٠٢١:٢٦٣)" بأنها حالة انفعالية إيجابية تشير إلى رضا الفرد عن سلوكياته، وحبه للحياة التي يعيشها".

كما تعرف الرفاهية النفسية بأنها" مزيج من وجدان إيجابي متكرر، ووجدان سلبي غير متكرر، ومستو عال من الرضا عن الحياة" (عمار، ٢٠١٦: ٣١٢).

وعرفه الجند وعبدت (٢٠١٧ :٣٣٩) " بأنه حالة وجدانية شعورية تنتاب الفرد عندما تصبح مشاعره الانفعالية الإيجابية كالحيوية والحب وحسن التعامل مع الآخرين وطيب العيش والثقة بالنفس في حالة توازن".

كما يعرفه عبد الوهاب (٢٠٢١: ٢٦٢) " بأنها شعور إيجابي شبه دائم يعكس الرضا عن الحياة والطمأنينة النفسية والبهجة والاستمتاع والضبط الداخلي وتحقيق الذات والقدرة علي التعامل مع المشكلات والصعوبات بكفاءة وفعالية" .

أبعاد الرفاه النفسي :

حددتها(Ryff ,1989) في ستة أبعاد للأداء الإيجابي وهي كالآتي: ١-**تقبل الذات:** وهو تقييمات الفرد الإيجابية لذاته ولحياته الماضية .٢- **العلاقات الإيجابية مع الآخرين:** وهي امتلاك الفرد علاقات عالية الجودة مع الآخرين. ٣-**الاستقلالية:** وتعني إحساس الفرد بتقرير مصيره. ٤- **السيطرة على البيئة:** وتعني قدرة الفرد على إدارة حياته وعالمه المحيط به بفعالية.٥- **الهدف في الحياة** :وهو اعتقاد الفرد أن حياته هادفة وذات معنى. ٦-**النمو الشخصي:** وهو إحساس الشخص بالتطور والنمو المستمر (خرنوب ٢٠١٦).

النظريات المفسرة للرفاه النفسي :

١-**النظرية المزاجية:** وترى أنه توجد فروق فردية بين الأفراد في الشخصية وفي الرفاه النفسي باعتبارهم أحد متغيرات الشخصية وتعتبر المكونات الوراثية هي منشأ تلك الفروق. و أن الرفاهية

والشعور بالسعادة يحدد من خلال استعداداتنا الوراثية و أن أحداث الحياة لها دور في تحديد مستوى الرفاهية وجاءت هذه النظرية لتشرح لماذا يوجد أشخاص سعداء وراضين عن حياتهم وآخرين غير راضين وتعساء (زلوف وبن الشيخ ، ٢٠١٩).

٢-**نظرية التوازن الديناميكي** : للعالم (Rober) وترى هذه النظرية أن الأفراد يميلون إلى العودة إلى خط الأساس من السعادة حتى بعد أحداث الحياة الرئيسة، فالأفراد لديهم رفاهية ذاتية مستقرة إلى حد ما، وذلك بسبب مستويات تخزين وتدفق المدخلات النفسية التي تحفظ الرفاهية الذاتية في حالة توازن ديناميكي(المحفوظ، ٢٠١٨).

٣-**نظرية هرم ماسلو:** إقترح ماسلو هرمًا لاحتياجات الإنسان حيث يسعى لإشباع خمس مجموعات من الحاجات تبدأ بالحاجة الفسيولوجية، ثم الأمان، ثم الحاجة الاجتماعية وتنتهي بتحقيق الذات؛ حيث يتحرك الشخص لتحقيق رغباته عند شعوره بالحرمان، والحاجة لها، وأن الحاجات الأعلى تعمل كمحفز للسلوك، وأن الأشخاص الأكثر قدرة على تلبية حاجاتهم (Charles & Eddie, 2009).

الدراسات السابقة:

من خلال ما أتيح للباحثة الاطلاع عليه من إطار نظري و دراسات سابقة تناولت الإفصاح عن الذات و جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين . لم تجد دراسة واحدة (في حدود ما تم حصره) ربطت بين متغيرا ت الدراسة مجتمعة ، كما وجدت ندرة في الدراسات التي تناولت متغيرات الدراسة على عينة من الازواج بشكل عام و الأزواج و الزوجات السعوديين بشكل خاص وعليه سيتم استعراض الدراسات السابقة التي أهتمت بدراسة متغيرات الدراسة الحالية على عينة من الأزواج أو فئات عمرية ملائمة لعينة الدراسة الحالية وفقًا للترتيب الزمني من الأقدم للأحدث.

أولًا: دراسات تناولت الإفصاح عن الذات وعلاقته بمتغيرات أخرى:

هدفت دراسة محمد (٢٠١٢) إلى دراسة الإفصاح عن الذات وعلاقته بالاكتئاب، وفاعلية برنامج للتدريب على الإفصاح عن الذات في خفض الاكتئاب لدى الأزواج. وشملت عينة الدراسة على (١٨٠) طالبًا وطالبة من طلاب الدراسات العليا المتزوجين في سوهاج، تتراوح أعمارهم ما بين ٣٠-

٤٠ لـلأزواج و٢٥-٣٥ سنة للزوجات، وتم تطبيق مقياس الإفصاح عن الذات. وأظهرت أهم النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد العينة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس رتب الإفصاح عن الذات، وكانت النتيجة لصالح القياس البعدي. و أن الأزواج أقل إفصاحا عن الذات من الزوجات. وفاعلية الإفصاح عن الذات في تخفيف أعراض الاكتئاب لدى الأزواج

بينما هدفت دراسة Çag & Yildirim (2018) إلى الكشف عن الدور الوسيط للإفصاح عن الذات في العلاقة بين كلّ من الرضا الزوجي والدعم الزوجي. وقد اشتملت عينة الدراسة على(٥٤٩) متزوجًا من سكان مدينة أنقرة. وتكونت أدوات الدراسة من مقياس الحياة الزوجية ومقياس الدعم الزوجي ومقياس الإفصاح عن الذات واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي. وأظهرت أهم النتائج أن متغير الإفصاح عن الذات للزوج له دور وسيط كامل في العلاقة بين كلٍّ من الرضا الزوجي والدعم الزوجي. وأن المتزوجين الذين يكشفون عن أنفسهم بشكل أكثر عمقًا وإخلاصًا لبعضهم البعض لديهم تصور أقوى وأكثر فاعلية في العلاقة الحميمية والدعم، كما أكدت الدراسة على أن الإفصاح عن الذات مؤشر مهم عن الرضا الزواجي.

وجاءت دراسة زكي (٢٠٢٠) للتعرف على الاحتراق النفسي و الافصاح عن الذات لدى معلمي المرحلة الابتدائية. و دلالة الفروق الإحصائية في العلاقة الارتباطية بين الاحتراق النفسي والافصاح عن الذات تبعا لمتغير الجنس (ذكور – إناث)، اتجاه وقوة العلاقة بين الاحتراق النفسي والافصاح عن الذات لدى معلمي المرحلة الابتدائية. تم استخدام مقياس الاحتراق النفسي وبناء مقياس الافصاح عن الذات وطبق المقياسان على عينة البحث التي تألفت من (٤٠٠) معلم ومعلمة التابعين لمديرية تربية اطراف شرق بغداد، توصل الدراسة الى أهم النتائج الاتية: ان افراد عينة البحث لديهم مستوى افصاح عن الذات عال و لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الافصاح عن الذات لدى عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس (ذكور – اناث).

أما دراسة النملة (٢٠٢٠) فقد هدفت إلى التعرف على الإفصاح عن الذات، وعلاقته بكل من المساندة الاجتماعية، ووجهة الضبط لدى طلاب وطالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية في مدينة الرياض، وتكونت عينة الدراسة من (٦٠٠) طالب وطالبة واستخدم الباحث مقياس "الإفصاح

عـن الـذات"، ومقيـاس "المسـاندة الاجتماعيـة، ومقيـاس "وجهـة الضـبط، واسـتمارة المسـتوى الاقتصـادي/الاجتماعي للأسرة فـي البيئـة السـعودية، وأظهرت أهم نتـائج وجـود ، فـروق ذات دلالـة إحصائية في الإفصاح عن الذات تبعا لمتغير الجنس (ذكور، إناث) وذلك لصالح الإناث.

جاءت دراسة بني سلامة (٢٠٢٠) للكشف عن العلاقة بين كشف الذات والشعور بالنقص لدى النساء اللاتي تزوجن زواجًا مبكرًا في عمان. وشملت عينة الدراسة على(٢٥٠) سيدة ممن تزوجن مبكرًا. وتم استخدام مقياس كشف الذات ومقياس الشعور بالنقص. وأظهرت أهم النتائج عن وجود علاقة سلبية دالة إحصائيًا بين الكشف عن الذات والشعور بالنقص لدى النساء في عينة الدراسة. كـم وجـدت الدراسـة مسـتوى متوسـطًا فـي الدرجـة الكليـة لمقيـاس الكشـف عـن الـذات فـي البعـد الاجتماعي، والانفعالي، السلوكي، الاقتصادي والمعرفي. فيما حصلت النساء على مستوى منخفض في البعد الجسمي.

وهدفت دراسة أبو سريع (٢٠٢١) إلى الكشف عن بنية الإفصاح عن الذات، وأساليب التعلق لدى طلاب الجامعة، من خلال بيانات عينة قوامها (٣٥٠) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس (٦٠) ذكور، (٢٩٠) إناث. وأظهرت أهم النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في بعد الإفصاح ، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في متوسطات درجات بعدي الإفصاح عن الأمور الأسرية والشخصية، والإفصاح عن المشاعر العاطفية تعزى إلى الذكور.

أما دراسة حليم (٢٠٢١) فقد هدفت إلى دراسة العلاقة بين الافصاح عن الذات عبر مواقع التواصل الاجتماعي و كل من المساندة الاجتماعية والقلق الاجتماعي لطلبة الجامعة، بالإضافة إلي التعرف علي تأثير النوع (ذكور/ إناث) علي كل من الافصاح عن الذات عبر مواقع التواصل الاجتماعي لطلبة الجامعة. و تكونت العينة من (١٤٤٣) طالبًا وطالبة بكلية التربية بجامعة الزقازيق. ، وأسفرت أهم النتائج عن : مستوى مرتفع من الافصاح عن الذات عبر مواقع التواصل الاجتماعي وأبعاده المختلفة، و عدم وجود فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات الذكور والإناث في (الافصاح عن المعلومات الشخصية، الافصاح عن العلاقات الأسرية، الافصاح عن الأنشطة والطموحات) وفي الدرجة الكلية للإفصاح عن الذات عبر مواقع التواصل الاجتماعي .

كما هدفت دراسة دوكم والرّسمي (٢٠٢٢) إلى معرفة مستوى الكمالية لدى الطالبات المتفوقات في كلية التربية، جامعة بيشة وعلاقتها بكل من استراتيجيات تنظيم الانفعالات ومستوى الإفصاح عن الذات، وشملت العينة (١٣٧) طالبة متفوقة من أقسام: (رياض أطفال، وعلم نفس، والطفولة المبكرة)، و تم الاعتماد على مقياس الكمالية لشباب الجامعة و قائمة تنظيم الانفعالات حيث ومقياس الإفصاح عن الذات "في مواقف التفاعل المباشر، من إعداد الباحثتين، وأسفرت أهم النتائج عن أن مستوى الإفصاح كان منخفضًا لدى أفراد العينة .

ثانيًا: دراسات تناولت جودة الحياة الزوجية وعلاقته بمتغيرات أخرى:

هدفت دراسة بلعباس (٢٠١٦) إلى الكشف مدى تأثير أنماط الاتصال السائدة في الأسر الجزائرية على جودة الحياة الزوجية، حيث شملت عينة البحث (٣٠٠)فرد متزوج ، طبق عليهم استمارتين: استمارة أنماط الاتصال واستمارة جودة الحياة الزوجية أظهرت أهم نتائج الدراسة إلى وجود علاقة بين أنماط الاتصال السائدة في الأسر الجزائرية، وبين جودة الحياة الزوجية، حيث توجد علاقة ارتباطية سالبة بين نمط الاتصال الدكتاتوري وجودة الحياة الزوجية، وكذلك توجد علاقة ارتباطية سالبة بين نمط عدم الاستماع وجودة الحياة الزوجية، بينما توصلت الدراسة إلى وجودة علاقة ارتباطية موجبة بين نمط الاتصال المعتدل وجودة الحياة الزوجية، وهذه العلاقات لا تختلف باختلاف الجنس، مدة الزواج ونوع السكن.

وسعت دراسة ضاهر والقماح ويوسف (٢٠١٨) إلى الكشف عن أساليب التواصل كمنبئ بجودة الحياة لدي الأزواج.. وتمثلت أدواته في مقياس أساليب التواصل بين الزوجين، ومقياس جودة الحياة، والتي تم تطبيقها على عينة من الأزواج والزوجات تتراوح أعمارهم من (٣٠-٥٠)، والبالغ عددهم (١٨٠) زوج وزوجة. وأشار البحث إلى عدة نتائج من أهمها، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أساليب التواصل بين الأزواج والزوجات في أبعاد أساليب التواصل وذلك لصالح الزوجات، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الأزواج والزوجات في أبعاد جودة الحياة وذلك لصالح الزوجات.

أما دراسة شلبي و الحسيني (٢٠٢٠) فقد هدفت إلى الكشف عن الفروق بين الجنسين من المتزوجين في كل من: الحب، والمرونة النفسية، وجودة العلاقة الزوجية، والكشف عن العلاقة

الارتباطية بين متغيرات البحث لدي عينة الأزواج والزوجات، والكشف عن إمكانية التنبؤ بجودة العلاقة الزوجية من الحب، والمرونة النفسية لدى عينة الأزواج والزوجات وتكونت العينة من (١٤٠) من الأزواج، والزوجات تراوحت أعمارهم من (٢٩-٣٥) سنة وتم تطبيق ثلاث مقاييس: مقاس الحب ومقياس جودة العلاقة الزوجية ومقياس المرونة النفسية وأشارت أهم النتائج إلى وجود فروق بين الأزواج والزوجات في متغيرات البحث لصالح الأزواج، وكما أوضحت وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة في متغيرات البحث لدي الأزواج والزوجات ، كما أشارت أن المتغيرات المنبئة بجودة العلاقة الزوجية لدى عينة البحث الكلية هي الحب والمرونة النفسية .

كما هدفت دراسة الفوزان وعبد المعطي (٢٠٢٠) إلى التعرُّف على جودة الحياة وعلاقتها بالإفصاح عن الذات لدى عينة من المتزوجين في مدينة الرياض. وتكونت عينة الدراسة على (٩٠٢) من المتزوجين ، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس جودة الحياة الزوجية ومقياس الإفصاح عن الذات لدى المتزوجين وأظهرت أهم النتائج أن هناك علاقة موجبة دالة إحصائيًّا بين جودة الحياة الزوجية والإفصاح عن الذات لدى الزوجين. كما يُسْهم الإفصاح عن الذات بالتنبؤ بجودة الحياة لدى الزوجة، بينما لا يُسهم الإفصاح عن الذات بالتنبؤ بجودة الحياة الزوجية لدى الزوج.

أما دراسة بوثلجة و سومية (٢٠٢٢) فقد هدفت إلى التعرف على تأثير عوامل الشخصية (العصابية و الانبساطية و الذهنية و الكذب) على جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج ،و وتكونت العينة من ٦٠ (زوج و زوجة) ، اختيروا بطريقة عشوائية ، طبق عليهم مقياس أيزينك لشخصية و مقياس جودة الحياة الزوجية ،وأسفرت أهم النتائج عن عدم وجود فروق بين الجنسين في مستوى جودة الحياة الزوجية .

بينما هدفت الدراسة أحمد و سيد (٢٠٢٢) إلى الكشف عن العلاقة بين جودة الحياة الزوجية وفعالية الذات لدى عينة من الأزواج وزوجاتهم، وكذلك هدفت إلى التعرف على الفروق بين الأزواج والزوجات في إدراك جودة الحياة الزوجية، وتكونت عينة الدراسة من (٩٠)زوجاً، و(٩٠)زوجة من محافظة القاهرة. وقد أوضحت أهم عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الأزواج والزوجات في جودة الحياة الزوجية.

وهدفت دراسة يحيي (٢٠٢٢). معرفة أثر الطلاق العاطفي (كمؤشر على انخفاض جودة الحياة الزوجية) على جودة الحياة النفسية لدي عينة من المترددات على محاكم الأسرة، والكشف عن مستوي جودة الحياة النفسية لدي عينة الدراسة، والتحقق من وجود علاقة بين مستوي جودة الحياة النفسية لدى عينة الدراسة. و تكونت عينة الدراسة من (١٧٥) زوجة من المترددات على محاكم الأسرة بمدينة أسيوط، وتتراوح أعمارهن من (٢٠-٥٠) سنة، وتكونت أدوات الدراسة من استمارة البيانات الأولية ومقياس جودة الحياة النفسية ومقياس الطلاق العاطفي ،وأظهرت أهم النتائج: انخفاض مستوي جودة الحياة النفسية ووجود علاقة عكسية مع مستوي الطلاق العاطفي لدي عينة الدراسة وهذا يدل على انهيار الحياة الزوجية وتدمير الصحة النفسية لبعض الأزواج وهو مؤشر لوجود فتور في العلاقات الإيجابية السليمة بين الأزواج.

كما هدفت دراسة فوزي (٢٠٢٢) الي التعرف علي العلاقة بين الأداء الوظيفي الاسري وجودة العلاقة الزوجية بين الزوجات والازواج ،وتكونت عينة الدراسة من (١٥٠) زوج وزوجه تراوحت أعمارهم بين(٣٠ .٥٠) عام ، واستخدمت الباحثة مقياس الأداء الوظيفي الاسري ومقياس التوافق الزواجي، وتوصلت الدراسة إلى أهم النتائج : وعدم وجود فروق داله احصائيا بين متوسطي درجات الأزواج والزوجات في مقياس جودة العلاقة الزوجية .

بينما هدفت دراسة خليل (٢٠٢٣) إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين متغيري الكدر الزواجي وجودة الحياة الزوجية لدى عينة من المتزوجين في محافظة البصرة وإيجاد الفرق بالعلاقة وفق متغيرات (الجنس، العمر، مدة الزواج) بواقع (٨٣) متزوج ومتزوجة طبق عليهما مقياسين الكدر الزواجي ، ومقياس جودة الحياة الزوجية وأسفرت أهم النتائج عن وجود مستوى مرتفع من جودة الحياة الزوجية. كما توجد علاقة ارتباطية عكسية بين الكدر الزواجي وجودة الحياة الزوجية لدى عينة البحث. و لا يوجد فرق في جودة الحياة الزوجية وفق متغيرات (الجنس، العمر، مدة الزواج.)

وجاءت دراسة Singh et al., (2023) للتأكيد على تأثير الصراعات الزوجية، والعلاقات الأسرية، والرضا الزواجي على صحة الإنسان الجسدية و النفسية، واشتملت العينة على (٢١٤) فردا ،(١٢٦)ذكر، (٨٨) أنثى، تتراوح أعمارهم بين (٢٥ إلى ٥٥) سنة، وتم تطبيق مقياس الصحة العامة ، مقياس الصراع الزواجي ، مقياس العلاقة الأسرية المختصر، مقياس جودة الصحة

النفسية ، مقياس تقييم العلاقات) أظهرت أهم النتائج أن الصراعات الزوجية، والعلاقات الأسرية، والرضا الزواجي على صحة الإنسان وصحته النفسية.

وجاءت دراسة الجامع و القرني (٢٠٢٤) لتؤكد العلاقة بين جودة الحياة الزوجية والاختلالات الزواجية لدى عينة من الأزواج ، وقد بلغ أفراد العينة (١٠٠) زوجًا ، تراوحت أعمارهم ما بين (٢٠-٦٢) سنة بمتوسط عمر (٣٦.٤٤)، وقد استخدم الباحث مقياس (جودة الحياة الزوجية)و قياس جودة الحياة الزوجية بين الزوجين، وكذلك مقياس الاختلالات الزواجية ، وخلصت نتائج الدراسة إلى أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة الزواجية والاختلالات الزواجية لدى عينة الدراسة ، و أنه كلما ارتفعت درجات أبعاد لمقياس جودة الحياة الزواجية لدى عينة البحث، ربما يؤدي ذلك إلى انخفاض مستوى الاختلالات الزواجية لديهم بأبعاده .

ثالثًا: دراسات تناولت الرفاه النفسي وعلاقته بمتغيرات أخرى:

هدفت دراسة الحملاوي (٢٠١٩) إلى بحث العلاقة السببية بين أبعاد رأس المال النفسي (فاعلية الذات، التفاؤل، الأمل، والصمود النفسي) ، وأساليب المواجهة الإيجابية والسلبية للضغوط والرفاه النفسي لدى المعلمين، وبلغت عينة الدراسة (٢٨٦) معلمًا ومعلمة واستخدمت الباحثة مقياس رأس المال النفسي، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط، ومقياس الرفاه النفسي، وأسفرت الدراسة عن أهم النتائج وهي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتزوجين وغير المتزوجين لصالح المتزوجين في جميع أبعاد الرفاه النفسي فيما عدا بعد الاستقلالية.

بينما هدفت دراسة خطاطبه (٢٠٢٠) إلى الكشف عن العلاقة بين مهارات إدارة الذات والرفاهية النفسية لدى طلبة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. تكونت عينة الدراسة من (٥٨٨) طالباً وطالبة. وتم استخدام مقياس مهارات إدارة الذات ، ومقياس الرفاهية النفسية. أشارت أهم النتائج إلى وجود مستوى مرتفع من الرفاهية النفسية وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاهية النفسية وفقا لمتغير النوع ، وأخيراً بينت نتائج الدراسة إمكانية التنبؤ بالرفاهية النفسية من خلال أبعاد مهارات إدارة الذات لدى طلبة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

وجاءت دراسة سعد (٢٠٢٠) للتعرف على الإسهام النسبي لتمايز الذات في الرفاه النفسي والخرس الزواجي لدي المتزوجين، و تكونت عينة الدراسة من (٢١٠) زوج وزوجة من العاملين بجامعة

القاهرة، واستخدمت الدراسة مقياس تمايز الذات ومقياس الرفاه النفسي والخرس الزواجي من إعداد الباحث، وتوصلت الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين تمايز الذات وبين الرفاه النفسي، ووجود علاقة عكسية بين تمايز الذات والخرس الزواجي، وكذلك يمكن التنبؤ من كلاً من الرفاه النفسي والخرس الزواجي بتمايز الذات لدى عينة الدراسة.

أما دراسة أحمد (٢٠٢١) فقد هدفت إلى التعرف على درجة التشوهات المعرفية والاتجاهات نحو الزواج والرفاهية النفسية وفقاً للحالات الزواجية في محافظات شمال الضفة الغربية، وفحص طبيعة العلاقات بين هذه المتغيرات، بالإضافة إلى فحص تأثير بعض المتغيرات الديمغرافية المتمثلة بالجنس، والعمر، والحالة الزواجية، والمؤهل العلمي، والمحافظة ومكان السكن في ذلك، وبلغ حجم العينة (٢٠٠) مستجيباً، منهم(٧٦) ذكراً و (١٢٤) أنثى، وقد تم استخدام مقاييس التشوهات المعرفية والاتجاهات نحو الزواج والرفاهية النفسية، وأسفرت الدراسة عن العديد من النتائج كان أهمها: كان تقدير مستوى الرفاهية النفسية ومن مختلف الحالات الزواجية مرتفعاً.. لم تؤثر متغيرات الجنس والعمر والمحافظة لم تؤثر في الرفاهية النفسية.

اهتمت دراسة الناصر وأخرون (٢٠٢٣)بالتعرف على العلاقة بين الابداع الضمني والشعور بالرفاه النفسي، وكذلك هدفت الدراسة إلى بحث الفروق بين الطلبة الجامعيين في الإبداع الضمني والشعور بالرفاه النفسي وذلك وفقاً للكلية العلمية التي ينتمون لها، كما كشفت عن الفروق في مستويات الإبداع الضمني والرفاه النفسي بين الجنسين. بلغ عدد المشاركين ١٩٧ (٨٣ طالب و١١٤ طالبة) من طلبة جامعة الكويت، وتم تطبيق مقياس التفكير الشرطي للشخصية المبدعة(CRT-CP) ومقياس الرفاه النفسي(PWB). أظهرت أهم النتائج عدم وجود فروقاً دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في الرفاه النفسي، و تمتع طلبة جامعة الكويت بمستوى متوسط إلى مرتفع في الشعور بالرفاه النفسي.

كما كشفت دراسة الضمور (٢٠٢٣) عن مستوى التنظيم الانفعالي والرفاهية النفسية ، و عن طبيعة العلاقة بين التنظيم الانفعالي والرفاهية النفسية لدى المتزوجين حديثاً في محافظة عمان. وتكونت عينة الدراسة من(٢٥٠)متزوج في محافظة عمان. وتم تطبيق مقاييس التنظيم الانفعالي والرفاهية النفسية وأظهرت أهم النتائج أن مستوى التنظيم الانفعالي والرفاهية النفسية لدى عينة من

المتزوجين حديثا في محافظة عمان ككل عند مستوى متوسط، كما توجد علاقة طردية وذات دلالة إحصائية بين أبعاد التنظيم الانفعالي والمستوى العام للرفاه النفسي لدى عينة من المتزوجين حديثا .

،اخيرًا هدفت دراسة سومية (٢٠٢٤) إلى التعرف إلى الرفاه النفسي وعلاقته بالتفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي ببلدية حاسي القارة ولاية المنيعة ، حيث أجريت الدراسة على عينة قوامها (١٠٣) منهم: (٨٣) أنثى و(٢٠) ذكرا وقد تم اختيارهم بطريقة الحصر الشامل، وبعد تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة في مقياس الرفاه النفسي والقائمة العربية للتفاؤل و توصلت الدراسة إلى أهم النتائج التالية: وجود مستوى مرتفع من الرفاه النفسي لدى عينة الدراسة ، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرفاه النفسي لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس.

تعليق عام على الدراسات السابقة :

١-أجريت العديد من الدراسات العربية والأجنبية حول متغيرات الدراسة ولكن مع متغيرات أخرى، ولا يوجد دراسة واحدة فقط -في حدود علم الباحثة تناولت العلاقة بين متغيرات الدراسة الثلاثة مجتمعة لدى المتزوجين مما يميز الدراسة الحالية.

٢- توجد دراسة جمعت فقط بين متغيرين من متغيرات الدراسة الحالية وهي دراسة الفوزان وعبد المعطي (٢٠٢٠) التي هدفت إلى التعرُّف على جودة الحياة وعلاقتها بالإفصاح عن الذات لدى عينة من المتزوجين في مدينة الرياض.

٤- تنوعت الدراسات السابقة في الهدف وفي العينة والتي شملت عينة من الأزواج و طلاب الجامعة ذكورا وإناثًا ، و معلمي ومعلمات ، واتفق أغلبها في استخدام المنهج الوصفي . وأما من حيث النتائج فقد اختلفت النتائج المتعلقة بالفروق في كل الإفصاح عن الذات وجودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي وفقا لمتغيرات الديموغرافية للدراسة

٣- تتفرد الدراسة الحالية بالكشف عن العلاقة بين كل من الإفصاح عن الذات وجودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي .

٤-استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في تحديد الأهداف، و اختيار العينة، والوقوف على تعريفات وأبعاد متغيرات الدراسة، كما استفادت منها في تحديد الأدوات والاساليب التي تم استخدامها، كما أنها أعانتها في تفسير النتائج.

منهج الدراسة واجراءاتها:

منهج الدراسة

بناء على أسئلة الدراسة، تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي المقارن كونه المنهج الأكثر ملائمة لأهداف الدراسة.

مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة الحالية من الأزواج في المجتمع السعودي واللذين بلغ عددهم حسب آخر الإحصائيات ١٣,٣٤٧,٣٤٦ من المتزوجين (تعداد السعودية، ٢٠٢٢).

عينة الدراسة:

تم التوصل إلى عينة الدراسة بالطريقة الميسرة، وتم التطبيق عن طريق استبانة الكترونية https://forms.gle/2zWfb6263z18Y7tU6 تم نشرها من خلال وسائل التواصل الاجتماعي. واشتملت عينة الدراسة على عينتين هما:

- عينة الدراسة الاستطلاعية:

قبل الشروع في التطبيق على عينة الدراسة الأساسية، تم تطبيق مقاييس الدراسة على عينة استطلاعية بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية للمقاييس. تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (٢٠٠) زوج وزوجة من الأزواج و الزوجات السعوديين ، وتراوحت أعمارهم ما بين (٢٠- ٥٦عاماً)، بمتوسط عمري قدرة (٣٨,٨٢عامًا)، وانحراف معياري قدره (٧,٩٣عامًا).

- عينة الدراسة الأساسية:

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٤٧٩) زوج وزوجة من الأزواج و الزوجات السعوديين ، وتراوحت أعمارهم ما بين (٢٠- ٥٧عاماً)، بمتوسط عمري قدرة (٣٨,٨٦عامًا)، وانحراف معياري قدره (٨,٢٥عامًا)، ويوضح جدول (١) خصائص عينة الدراسة الأساسية وفقًا لبعض المتغيرات الديموغرافية.

جدول: (١) خصائص عينة الدراسة الأساسية وفقًا لبعض المتغيرات الديموغرافية (ن= ٢٠٠).

المتغير	المجموعات	العدد	النسبة
الجنس	ذكر	٢٧١	%٥٦,٦
	أنثى	٢٠٨	%٤٣,٤
	المجموع	**٤٧٩**	**%١٠٠**
مرات الزواج	مرة واحدة	٢٧٤	%٥٧,٢
	مرتين	١٧٧	%٣٧,٠
	ثلاثة	٢٢	%٤,٦
	أربعة فأكثر	٦	%١,٣
	المجموع	**٤٧٩**	**%١٠٠**
مدة سنوات الزواج	أقل من سنة	٦	%١,٣
	سنة – < ٥ سنوات	٩٩	%٢٠,٧
	٥سنوات – < ١٠ سنوات	٣١٣	%٦٥,٣
	١٠ سنوات فأكثر	٦١	%١٢,٧
	المجموع	**٤٧٩**	**%١٠٠**
المهنة	لا أعمل	٢١	%٤,٤
	أعمل بقطاع حكومي	٣٢٩	%٦٨,٧
	أعمل بقطاع خاص	١٢٩	%٢٦,٩
	المجموع	**٤٧٩**	**%١٠٠**
الدخل الشهري للأسرة	أقل من ٥٠٠٠ ريال	٥	%١,٠
	٥٠٠٠ – <١٠٠٠٠ ريال	٣١٥	%٦٥,٨
	١٠٠٠٠ – <١٥٠٠٠ريال	١٢٢	%٢٥,٥
	٢٠٠٠٠ ريال فأكثر	٣٧	%٧,٧
	المجموع	**٤٧٩**	**%١٠٠**

يتبين من جدول (١) أن عينة الدراسة الأساسية تكونت من (٤٧٩) زوج وزوجة من الزوجات و الأزواج و الزوجات السعوديين ؛ حيث تم توزيعهم وفقًا للجنس (٢٧١) ذكور، و(٢٠٨)

إناث، ووفقاً لمرات الزواج (٢٧٤) مرة واحدة، و(١٨٠) مرتين، و(٢٢) ثلاث مرات، و(٣) أربعة فأكثر، ووفقًا لمدة الزواج (٦) أقل من سنة، و(٩٩) من سنة فأقل من ٥ سنوات، و(٣١٣) من ٥ سنوات فأقل من ١٠ سنوات و(٦١) من ١٠ سنوات فأكثر، ووفقًا للمهنة (٢١) لا أعمل، و(٣٢٩) أعمل بقطاع حكومي، و(١٢٩) أعمل بقطاع خاص، ووفقًا للدخل الشهري (٥) أقل من ٥٠٠٠ ريال، و(٣١٥) من ٥٠٠٠ ريال فأقل من ١٠٠٠٠ ريال، و(١٢٢) من ١٠٠٠٠ ريال فأقل من ١٥٠٠٠ ريال، و(٣٧) ٢٠٠٠٠ ريال فأكثر.

ادوات الدراسة:

لتحقيق اهداف الدراسة تم استخدام الأدوات التالية:

١-**استمارة البيانات الأولية** وتشمل بيانات عن العمر، النوع، عدد مرات الزواج ، سنوات الزواج، المهنة، الدخل الشهري للأسرة.

٢-**مقياس الإفصاح عن الذات للأزواج إعداد Çag & Ibrahim Yildirim (2017) ترجمة الشهري (٢٠٢٤)**:يتكون المقياس من ٢٩ عبارة ويتم الاستجابة على هذه العبارات وفق مقياس ليكرت ذو التدرج الخماسي (لا تنطبق عليّ = ١، تنطبق عليّ قليلاً = ٢، تنطبق عليّ بدرجة متوسطة = ٣، تنطبق عليّ بدرجة كبيرة = ٤، تنطبق عليّ بدرجة كبيرة جداً = ٥). وتشير الدرجة العالية إلى مستوى عالٍ من الإفصاح عن الذات. وأعلى درجة يتم الحصول عليها في المقياس هي ١٤٥ وأقل درجة هي ٢٩.. ويشمل المقياس ثلاث أبعاد هي: جودة العلاقة، والوعي، والانفتاح(الشهري،٢٠٢٤). قامت مترجمة المقياس بالتحقق من صدقه باستخدام التحليل العاملي التوكيدي، وصدق الاتساق الداخلي، أما الثبات فتم التحقق منه باستخدام معامل ماكدونالد أوميجا ومعامل ثبات التجزئة النصفية، وتراوحت معاملات الثبات ما بين ٠,٧٠ –٠,٩٦(الشهري،٢٠٢٤). وفي الدراسة الحالية تم التحقق من ثبات وصدق المقياس علي النحو التالي :

الخصائص السيكومترية لمقياس الإفصاح عن الذات في الدراسة الحالية:

تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس كما يلي:

- صدق المقياس :

أ- طريقة الاتساق الداخلي:

تم التحقق من صدق المقياس بطريقة الاتساق الداخلي عن طريق حساب معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس جدول (٢)،وبين كل عبارة والبعد الذي تنتمي له(جدول٣)، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس جدول (٤).

جدول (٢). معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة والدرجة الكلية لمقياس الإفصاح عن الذات لدى عينة من الزوجات و الأزواج و الزوجات السعوديين (ن= ٢٠٠).

العبارة	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨
الارتباط	٠,٣٩**	٠,٤٠**	NS٠,٠٠	٠,٢٩**	٠,٤٧**	٠,٣٣	NS٠,٠٤	٠,٤٦**
العبارة	٩	١٠	١١	١٢	١٣	١٤	١٥	١٦
الارتباط	٠,٤٦**	NS٠,٠٤	٠,٤٠**	NS٠,٠٩	٠,٣٢**	٠,٤٥**	NS٠,٠٨	٠,٥٣**
العبارة	١٧	١٨	١٩	٢٠	٢١	٢٢	٢٣	٢٤
الارتباط	٠,٤٠**	٠,٤٦**	٠,٢٢**	٠,٣٣**	٠,٤٦**	٠,٤٤**	٠,٢٨**	٠,٥٤**
العبارة	٢٥	٢٦	٢٧	٢٨	٢٩			
الارتباط	٠,٤٢**	٠,٢٥**	٠,٣٤**	٠,٤٨**	٠,٤٣**			

NS غير دالة إحصائيًا. **** معاملات دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة ٠,٠١**

تشير النتائج في جدول (٢) إلى أن الدرجة الكلية لمقياس الإفصاح عن الذات لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ارتبطت ارتباطًا دالًا بدرجة كل عبارة من عبارات المقياس؛ حيث كانت قيم معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوي الدلالة٠,٠١، بينما العبارات رقم ٣، و٧، ١٠، ١٢، ١٥ كانت غير دالة إحصائيًا.

جدول (٣). معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة من عبارات مقياس الإفصاح عن الذات والبعد الذي تنتمي له لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن=٢٠٠).

بُعد جودة العلاقة (١٤ عبارات)			بعد الوعي (١٠عبارات)		بُعد الانفتاح (٥ عبارة)	
العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر
٢	٠,٣٩**	٢٢	٠,٥٢**	١	٠,٥٩**	٣	٠,٦٦**
٥	٠,٥٣**	٢٤	٠,٦٠**	٤	٠,٢٨**	٧	٠,٦٣**
٨	٠,٥٤**	٢٥	٠,٥٠**	٦	٠,٣٤**	١٢	٠,٥٥**
١٠	٠,٠٧NS	٢٩	٠,٤٤**	٩	٠,٥٩**	١٥	٠,٦٥**
١٤	٠,٥٩**			١١	٠,٤٠**	٢٦	٠,٧١**
١٦	٠,٥٠**			١٣	٠,٤٦**		
١٧	٠,٤٥**			١٩	٠,٥٢**		
١٨	٠,٥٨**			٢٣	٠,٥٣**		
٢٠	٠,٣٤**			٢٧	٠,٥٢**		
٢١	٠,٥١**			٢٨	٠,٥٢**		

NS غير دالة إحصائيًا. ** دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ٠,٠١.

يتضح من جدول (٣) أن كل عبارة من عبارات مقياس الإفصاح عن الذات لدى عينة من الزوجات و الأزواج و الزوجات السعوديين ارتبطت ارتباطًا دالًا بدرجة البعد الخاص بالعبارة، وكانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوي ٠,٠١، ماعدا العبارة رقم ١٠؛ فقد كانت غير دالة إحصائيًا، وبالتالي تم حذفها من البعد.

جدول (٤). معاملات ارتباط بيرسون بين كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس الإفصاح عن الذات لدى عينة من الزوجات و الأزواج و الزوجات السعوديين (ن=٢٠٠).

المتغيرات	بُعد جودة العلاقة	بُعد الوعي	بعد الانفتاح
ر	٠,٩٠**	٠,٧٤**	٠,١٣NS

NS غير دالة إحصائيًا **جميع معاملات الارتباط دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ٠,٠١

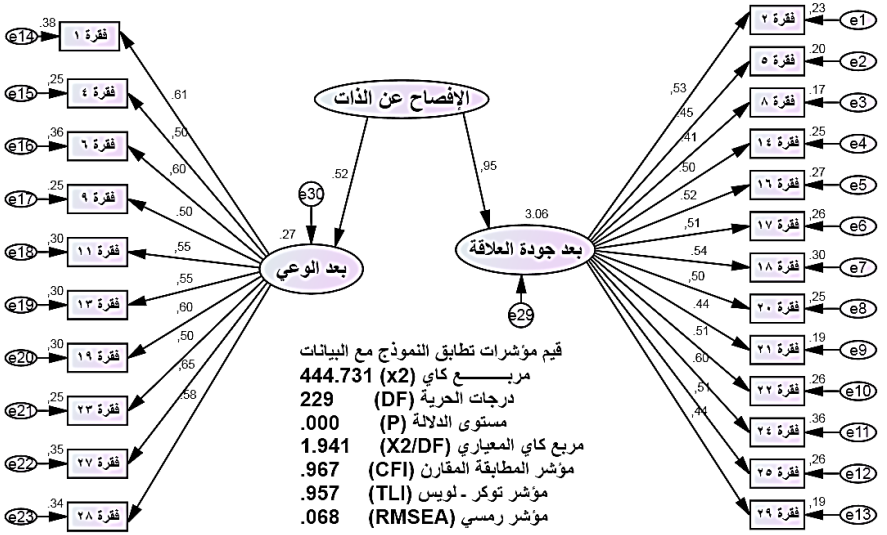
من جدول (٤) يتضح أن بُعدي جودة العلاقة، والوعي ارتبطا ارتباطًا دالًا بالدرجة الكلية على مقياس الإفصاح عن الذات؛ حيث كان معاملا الارتباط دالين إحصائياً عند مستوي ٠,٠١، بينما كان معامل ارتباط بعد الانفتاح بالدرجة الكلية على المقياس غير دال إحصائيًا(وهذا يؤيد عدم وجود ارتباط دال إحصائيا بين معظم عبارات هذا البعد والدرجة الكلية وفقا لجدول (٢))، وبالتالي تم حذفه من المقياس.

يتضح مما سبق ذكره ووفقاً لما أشارت إليه النتائج في جداول (٤،٣،٢)صدق مقياس الإفصاح عن الذات لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين عن طريق الاتساق الداخلي؛ ومما يدل على التجانس الداخلي للمقياس، وأنه صالح للاستخدام في الدراسة الحالية.

ب- الصدق البنائي:

تم التحقق من الصدق البنائي لمقياس الإفصاح عن الذات لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين باستخدام التحليل العاملي التوكيدي؛ لمعرفة تطابق العوامل المستخرجة (أربعة عوامل) التي تم اقتراحها من قبل مُعدي المقياس مع النموذج المقترح للصدق العاملي التوكيدي، مع الاعتماد على أن يكون مربع كاي Chi- Square (χ^2) غير دالة إحصائيًا، أي تشير إلى أن النموذج المقترح يتطابق مع البيانات، ولكن من عيوبه أنه يتأثر بحجم العينة المستخدمة، فالعينات ذات الحجم الكبير قد تؤدي إلى رفض النموذج المقترح حتى وأن كان نموذجًا جيدًا أو قريبًا من النموذج الحقيقي المستخرج بناء على أطر نظرية، كذلك قد تؤدي العينات الصغيرة الحجم إلى قبول نماذج أقل جودة أو ذات اختلاف كبير نسبيًا بينها وبين البيانات الملاحظة (المشاهدة)؛ لذا تم الاعتماد على مؤشرات مطابقة أخرى إلى جانب مؤشر مربع كاي كما يلي: مؤشر الجذر التربيعي لمتوسط خطأ الأقتراب (RMSEA) على أن يكون المدى المقبول له من صفر إلى ٠,٠٨فأقل،

بينما مؤشر المطابقة المقارن (CFI)، ومؤشر تاكر – لويس (TLI)، ومؤشر المطابقة التزايدي (IFI)، ومؤشر جودة المطابقة (GFI) أن يكون المدى المقبول لهم من ٠,٩٠ إلى ١، وأن يكون المدى المقبول للنسبة بين مربع كاي ودرجة حريتها(χ^2 /df) من صفر إلى أقل من ٥ (تيغزة، ٢٠١٢، ٣٣٢– ٣٣٥)، وبالتالي فقد أظهرت نتائج نموذج التحليل العاملي التوكيدي المقترح لمقياس الإفصاح عن الذات لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين وجود تطابق بشكل ممتاز بين العبارات والأبعاد الخاصة بكل عبارة، وقد تم استخدام الصدق العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية؛ لأن المقياس له درجة كلية، وأربعة أبعاد، وذلك كما في شكل (١).



شكل (١). نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الإفصاح عن الذات لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن=٢٠٠).

يتبين من شكل (١) أن كل عبارة من عبارات مقياس الإفصاح عن الذات لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين تشبعت على العامل الخاص بها، كما أن مؤشرات حسن المطابقة تقع في المدى المقبول لها، ويمكن توضيح معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية لنموذج مقياس الإفصاح عن الذات لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ودلالتها الإحصائية في جدول

(٥)، بينما يوضح جدول (٦) مؤشرات حسن المطابقة لنموذج مقياس الإفصاح عن الذات لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين .

جدول (٥). معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية ودلالتها الإحصائية لتشبعات العبارات على العامل الكامن لمقياس الإفصاح عن الذات لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن=٢٠٠).

العامل	<---	العبارة	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
بُعد جودة العلاقة	<---	عبارة ٢	٠,٥٣	١,٠٠٠	-	-	-
	<---	عبارة ٥	٠,٤٥	٢,٥٤	١,٠١	٢,٥٣	٠,٠٥
	<---	عبارة ٨	٠,٤١	٢,٣٧	٠,٩٦	٢,٤٧	٠,٠٥
	<---	عبارة ١٤	٠,٥٠	٢,٩٨	١,١٦	٢,٥٦	٠,٠٥
	<---	عبارة ١٦	٠,٥٢	٣,٢١	١,٢٤	٢,٥٨	٠,٠١
	<---	عبارة ١٧	٠,٥١	٢,٠٢	٠,٨٦	٢,٣٥	٠,٠٥
	<---	عبارة ١٨	٠,٥٤	٣,٢٧	١,٢٦	٢,٥٩	٠,٠١
	<---	عبارة ٢٠	٠,٥٠	١,٧٣	٠,٧٧	٢,٢٤	٠,٠٥
	<---	عبارة ٢١	٠,٤٤	٢,٤٨	٠,٩٩	٢,٥٠	٠,٠٥
	<---	عبارة ٢٢	٠,٥١	٣,٠٢	١,١٧	٢,٥٧	٠,٠٥
	<---	عبارة ٢٤	٠,٦٠	٣,٧٣	١,٤٢	٢,٦٢	٠,٠١
	<---	عبارة ٢٥	٠,٥١	٢,٣٥	٠,٩٦	٢,٤٤	٠,٠٥
	<---	عبارة ٢٩	٠,٤٤	٢,٩٠	١,١٨	٢,٤٥	٠,٠٥
بُعد الوعي	<---	عبارة ١	٠,٦١	١,٠٠٠	-	-	-
	<---	عبارة ٤	٠,٥٠	٠,٧٣	٠,١٠	٧,٣٠	٠,٠٠١
	<---	عبارة ٦	٠,٦٠	٠,٤٧	٠,١٤	٣,٣٣	٠,٠٠١
	<---	عبارة ٩	٠,٥٠	٠,٩٦	٠,١٧	٥,٦٤	٠,٠٠١
	<---	عبارة ١١	٠,٥٥	٠,٦٣	٠,١٤	٤,٢٧	٠,٠٠١
	<---	عبارة ١٣	٠,٥٥	٠,٥٢	٠,١٥	٣,٤٤	٠,٠٠١
	<---	عبارة ١٩	٠,٦٠	٠,٥٧	٠,١٦	٣,٥٨	٠,٠٠١
	<---	عبارة ٢٣	٠,٥٠	٠,٥٦	٠,١٥	٣,٧٠	٠,٠٠١
	<---	عبارة ٢٧	٠,٦٥	٠,٦٣	٠,١٥	٤,١٧	٠,٠٠١
	<---	عبارة ٢٨	٠,٥٨	١,٠٧	٠,١٦	٦,٣٧	٠,٠٠١

جدول (٦). مؤشرات حسن المطابقة لنموذج مقياس الإفصاح عن الذات لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن=٢٠٠).

مؤشرات حسن المطابقة	القيمة والتفسير	المدى المثالي للمؤشرات
الاختبار الإحصائي كا٢ χ^2 مستوى دلالة كا٢	٤٤٤,٧٣ دالة ٠,٠٠١	أن تكون قيمة كا٢ غير دالة، وأحيانًا تكون دالة؛ يرجع ذلك إلى حجم العينة.
درجة الحرية DF	٢٢٩	–
النسبة بين كا٢ إلى درجة حريتها (χ^2/df)	١,٩٤ (ممتاز)	صفر إلى أقل من ٥
مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٩٦ (ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١
مؤشر جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (RMSEA)	٠,٠٦ (ممتاز)	من صفر إلى أقل من ٠,٠٨
مؤشر المطابقة التزايدي (IFI)	٠,٩٥ (ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١
مؤشر تاكر – لويس (TLI)	٠,٩٥ (ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١
مؤشر جودة المطابقة (GFI)	٠,٩٣ (ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١

يتضح من خلال جدولي (٦،٥) أن نتائج التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية تشير إلى أن المقياس يتمتع بنموذج قياسي ممتاز، وهذا ما أكدته مؤشرات حسن المطابقة، والتي كانت في مداها المثالي، حيث بلغت النسبة بين كا٢ إلى درجة حريتها (١,٩٤)، وكانت قيمة مؤشر المطابقة المقارن (٠,٩٦)، وبلغت قيمة مؤشر جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (٠,٠٦)، بينما كانت قيمة مؤشر المطابقة التزايدي (٠,٩٥)، كما بلغت قيمة مؤشر تاكر – لويس (٠,٩٥)، وكانت قيمة مؤشر جودة المطابقة (٠,٩٣)، كما تشبعت كل عبارة من عبارات المقياس على العامل العام الخاص بها، كما كانت جميع التشبعات دالة إحصائيًا؛ مما يجعلنا نطمئن إلى مدى صلاحية وملائمة النموذج الحالي في قياس الإفصاح عن الذات لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ، وبالتالي يمكن استخدامه في الدراسة الحالية.

جـ-الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

للتحقق من صدق مقياس الإفصاح عن الذات لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين تم استخدام الصدق التمييزي، وذلك من خلال ترتيب درجات عينة الدراسة علي المقياس تنازليًا ثم اختيار ٢٥% الحاصلين علي أعلي الدرجات (الربيع الأعلى) ، و٢٥% الحاصلين علي أقل الدرجات (الربيع الأدنى)، وبعد ذلك تم حساب الفروق بين المجموعتين باستخدام اختبار "ت"، ويوضح ذلك جدول (٧).

جدول (٧). الفروق بين متوسطي درجات الربيع الأعلى والربيع الأدنى على مقياس الإفصاح عن الذات لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين باستخدام اختبار "ت" (ن=٢٠٠).

المتغيرات	الربيع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
بُعد جودة العلاقة	الأعلى	٥٠	٦١,٥٠	٢,٢٢	١٧,٩٥	٠,٠٠١
	الأدنى	٥٠	٤٨,٤٦	٤,٦٣		
بُعد الوعي	الأعلى	٥٠	٤٥,٩٠	١,٤٤	١٥,٦٢	٠,٠٠١
	الأدنى	٥٠	٣٦,٤٢	٤,٠٤		
الدرجة الكلية لمقياس الإفصاح عن الذات	الأعلى	٥٠	١٠٦,١٦	٣,١٧	١٣,٧٠	٠,٠٠١
	الأدنى	٥٠	٨٦,٩٨	٩,٣٨		

يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة إحصائيًا بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى في الإفصاح عن الذات وأبعادها لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ؛ حيث بلغت قيمة "ت" لبُعد جودة العلاقة وبُعد الوعي والدرجة الكلية لمقياس الإفصاح عن الذات (١٧,٩٥، ١٥,٦٢، ١٣,٧٠) على التوالي، وهي قيم دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠٠١)، وكانت الفروق في اتجاه الربيع الأعلى؛ مما يدل على الصدق التمييزي لمقياس الإفصاح عن الذات وأبعادها لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ، وبالتالي يمكن استخدام المقياس في الدراسة الحالية.

- ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات مقياس الإفصاح عن الذات لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين استخدمت الباحثة معامل ألفا كرونباخ وماكدونالد أوميجا ومعامل ثبات التجزئة النصفية لحساب ثبات مقياس الإفصاح عن الذات وأبعاده لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ، وتم تصحيح معامل ثبات التجزئة النصفية باستخدام معادلتي سبيرمان- براون، وجتمان، ويوضح جدول (٨) قيم معاملات ثبات للمقياس وأبعاده.

جدول (٨). قيم معاملات الثبات لمقياس الإفصاح عن الذات وأبعاده باستخدام ألفا كرونباخ وماكدونالد أوميجا والتجزئة النصفية للمقياس لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن=٢٠٠).

مقياس الإفصاح عن الذات وأبعاده	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ	ماكدونالد أوميجا	معامل ثبات التجزئة النصفية		
				معامل الارتباط بين النصفين	بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان-براون	بعد التصحيح بمعادلة جتمان
بُعد جودة العلاقة	١٣	٠,٧٥	٠,٧٦	٠,٦٦	٠,٧٩	٠,٧٩
بُعد الوعي	١٠	٠,٦٢	٠,٦٣	٠,٤٥	٠,٦٢	٠,٦١
الدرجة الكلية للمقياس	٢٣	٠,٧٩	٠,٨١	٠,٧٢	٠,٨٣	٠,٨٣

يتضح من جدول (٨) أن الدرجة الكلية لمقياس الإفصاح عن الذات، وأيضًا كل بُعد من أبعاده ثابت سواء بطريقة معامل ألفا كرونباخ أو ماكدونالد أوميجا أو بطريقة التجزئة النصفية للمقياس، مع تصحيح معامل الارتباط بين نصفي المقياس وأبعاده باستخدام معادلة "سبيرمان- براون"، ومعادلة "جتمان"؛ حيث تراوحت قيم معامل ألفا كرونباخ للأبعاد ما بين (٠,٦٢ - ٠,٧٥)؛ أما معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل فبلغ (٠,٧٩)، أما معامل ماكدونالد أوميجا لأبعاد المقياس فتراوحت ما بين (٠,٦٣- ٠,٧٦)؛ أما معامل ماكدونالد أوميجا للمقياس ككل فبلغ (٠,٨١)، بينما تراوحت قيم معامل التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان بروان لأبعاد المقياس ما بين (٠,٦٢- ٠,٧٩) ، وبلغ معامل ثبات المقياس ككل باستخدام معادلة سبيرمان بروان (٠,٨٣)، في

حين تراوحت معاملات جتمان لأبعاد المقياس ما بين (٠,٦١- ٠,٧٩)، وبلغ معامل ثبات المقياس ككل باستخدام معادلة جتمان (٠,٨٣)، وتوضح النتائج السابقة أن مقياس الإفصاح عن الذات وأبعادها لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين جميعها تتمتع بمعاملات ثبات مرتفعة، وبالتالي يمكن استخدامه في الدراسة الحالية.

٣-مقياس جودة الحياة الزوجية: إعداد بخاري (٢٠٢١):يتكون المقياس من ٢٣ عبارة تتضمن أربعة أبعاد(بعد العلاقة الحميمة، المشاركة الوجدانية، إدارة الحياة الزوجية، الارتياح للزوج) .وتتراوح الإجابة على العبارات ما بين (دائما-غالباً-أحياناً- نادراً-أبداً)، يتم اعطاء قيم (١،٢،٣،٤،٥) لهذه البدائل على التوالي، وبذلك تتراوح الدرجة على المقياس ما بين ٢٣ -١١٥، وتشير الدرجة المرتفعة علي المقياس إلي ارتفاع جودة الحياة. الزوجية قام معد المقياس بالتحقق من صدقه بعدة طرق هي صدق المحكمين، والصدق العاملي، وصدق الاتساق الداخلي، أما الثبات فتم التحقق باستخدام طريقة معامل ألفا لكرونباخ، والتجزئة النصفية، وتراوحت معاملات ثبات المقياس وأبعاده ما بين ٠,٨٢٣ - ٠,٩٦٦. وفي الدراسة الحالية تم التحقق من صدق وثبات المقياس على النحو التالي:

الخصائص السيكومترية لمقياس جودة الحياة الزوجية في الدراسة الحالية:

تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس كما يلي:

-صدق المقياس :

أ- طريقة الاتساق الداخلي:

تم التحقق من صدق المقياس بطريقة الاتساق الداخلي عن طريق حساب معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس(جدول٩)، وبين كل عبارة والبعد الذي تنتمي له(جدول١٠)، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس جدول (١١).

جدول (٩). معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن= ٢٠٠).

العبارة	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨
الارتباط	٠,٦٠**	٠,٣٠**	٠,٥٠**	٠,٣٩**	٠,٢٨**	٠,٤٢**	٠,٤٧**	٠,٣٩**
العبارة	٩	١٠	١١	١٢	١٣	١٤	١٥	١٦
الارتباط	٠,٣٣**	٠,٦٠**	٠,٣١**	٠,٣٨**	٠,٤١**	٠,٥٠**	٠,٤٩**	٠,٣٩**
العبارة	١٧	١٨	١٩	٢٠	٢١	٢٢	٢٣	
الارتباط	٠,٥٢**	٠,١٥*	٠,٥٣**	٠,٢٦**	٠,٤٢**	٠,٣٩**	٠,٥٢**	

* معاملات دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة ٠,٠٥ ** معاملات دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة ٠,٠١

تشير النتائج في جدول (٩) إلى أن الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ارتبطت ارتباطًا دالًا بدرجة كل عبارة من عبارات المقياس؛ حيث كانت قيم معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوي الدلالة٠,٠٥، و٠,٠١.

جدول(١٠).معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة من عبارات مقياس جودة الحياة الزوجية والبعد الذي تنتمي له، وبين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس (ن=٢٠٠).

بُعد العلاقة الحميمية (٦ عبارات)		بعد المشاركة الوجدانية (٥عبارات)		بعد إدارة الحياة الزوجية (٤عبارات)		بُعد الارتياح للزوج (٨ عبارة)	
العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر
٩	٠,٧٤**	١	٠,٦١**	٣	٠,٦٥**	٢	٠,١٤NS
١٥	٠,١٦*	٧	٠,٦٤**	١٣	٠,٧٣**	٤	٠,٥٩**
١٦	٠,١٥*	١١	٠,٥٧**	١٩	٠,٧١**	٥	٠,٤٠**
١٨	٠,٦٠**	١٢	٠,٦٣**	٢٢	٠,٦٢**	٦	٠,٤٦**
٢٠	٠,٧٧	١٧	٠,٥١**			٨	٠,٣٩**
٢١	٠,٣٨**					١٠	٠,٦٢**
						١٤	٠,٥٧**
						٢٣	٠,٤٥**

NS غير دالة إحصائيًا. *دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ٠,٠٥. ** دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ٠,٠١.

يتضح من جدول (١٠) أن كل عبارة من عبارات مقياس جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ارتبطت ارتباطًا دالًا بدرجة البعد الخاص بالعبارة، وكانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوي ٠,٠١، بينما العبارة رقم ٢؛ فقد كانت غير دالة إحصائيًا، وبالتالي تم حذفها من المقياس.

جدول(١١). معاملات ارتباط بيرسون بين كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الزوجية (ن=٢٠٠).

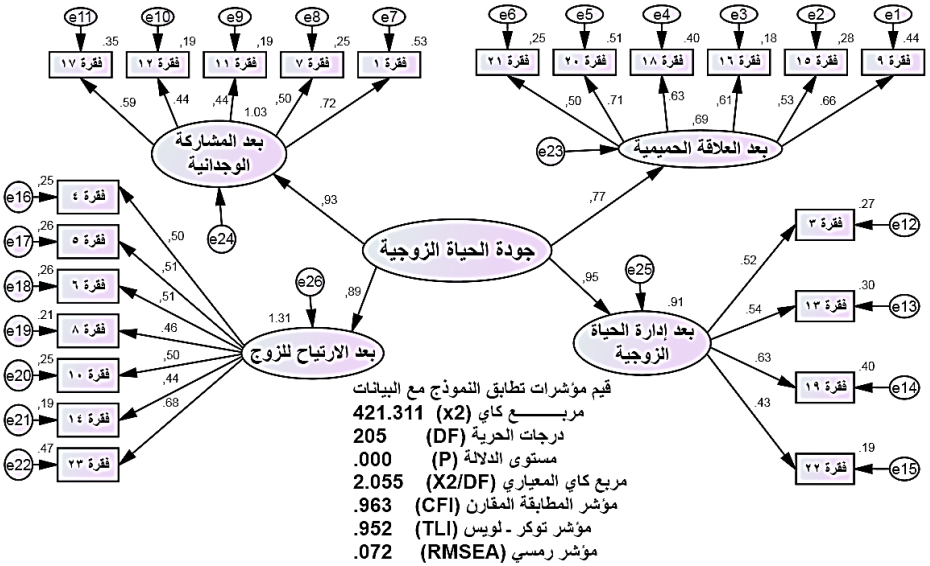
المتغيرات	بُعد العلاقة الحميمية	بُعد المشاركة الوجدانية	بعد إدارة الحياة الزوجية	بُعد الارتياح للزوج
ر	**٠,٦٠	**٠,٧٥	**٠,٦٨	**٠,٨٣
**جميع معاملات الارتباط دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ٠,٠١				

من جدول (١١) يتضح أن كل بُعد من أبعاد مقياس جودة الحياة الزوجية ارتبط ارتباطًا دالًا بالدرجة الكلية على المقياس؛ حيث كانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوي ٠,٠١.

يتضح مما سبق ذكره ووفقاً لما أشارت إليه النتائج في الجدول (٩، ١٠،١١) صدق مقياس جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين عن طريق الاتساق الداخلي؛ ومما يدل على التجانس الداخلي للمقياس، وأنه صالح للاستخدام في الدراسة الحالية.

ب- الصدق البنائي:

تم التحقق من الصدق البنائي لمقياس جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين باستخدام التحليل العاملي التوكيدي؛ لمعرفة تطابق العوامل المستخرجة التي تم اقتراحها من قبل مُعدي المقياس مع النموذج المقترح للصدق العاملي التوكيدي، وبالتالي فقد أظهرت نتائج نموذج التحليل العاملي التوكيدي المقترح لمقياس جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين وجود تطابق بشكل ممتاز بين العبارات والأبعاد الخاصة بكل عبارة، وقد تم استخدام الصدق العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية؛ لأن المقياس له درجة كلية، وبعدين، وذلك كما في شكل (٢).



شكل (٢). نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن=٢٠٠).

يتبين من شكل (٢) أن كل عبارة من عبارات مقياس جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين تشبعت على العامل الخاص بها، كما أن مؤشرات حسن المطابقة تقع في المدى المقبول لها، ويمكن توضيح معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية لنموذج مقياس جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ودلالتها الإحصائية في جدول(١٢)، بينما يوضح جدول (١٣) مؤشرات حسن المطابقة لنموذج مقياس جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين .

جدول (١٢). معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية ودلالتها الإحصائية لتشبعات العبارات على العامل الكامن لمقياس جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن=٢٠٠).

العامل	<---	العبارة	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
بُعد العلاقة الحميمية	<---	عبارة ٩	٠,٦٦	١,٠٠٠	-	-	-
	<---	عبارة ١٥	٠,٥٣	٠,٣٠	٠,٠٨	٣,٧٢	٠,٠٠١
	<---	عبارة ١٦	٠,٦١	٠,٢١	٠,٠٧	٣,٠٠	٠,٠١
	<---	عبارة ١٨	٠,٦٣	٠,٨٥	٠,١٣	٦,٤٤	٠,٠٠١
	<---	عبارة ٢٠	٠,٧١	١,١١	٠,١٧	٦,٦٧	٠,٠٠١
	<---	عبارة ٢١	٠,٥٠	٠,٦٦	٠,٠٦	١١,٠٠	٠,٠٠١
بُعد المشاركة الوجدانية	<---	عبارة ١	٠,٧٢	١,٠٠٠	-	-	-
	<---	عبارة ٧	٠,٥٠	٠,٥٤	٠,١٤	٣,٨٤	٠,٠٠١
	<---	عبارة ١١	٠,٤٤	٠,٥٥	٠,١٥	٣,٦٧	٠,٠٠١
	<---	عبارة ١٢	٠,٤٤	٠,٥٧	٠,٠٩	٥,٨٩	٠,٠٠١
	<---	عبارة ١٧	٠,٥٩	٠,٨٣	٠,١٠	٧,٩٩	٠,٠٠١
بُعد إدارة الحياة الزوجية	<---	عبارة ٣	٠,٥٢	١,٠٠٠	-	-	-
	<---	عبارة ١٣	٠,٥٤	٠,٩٧	٠,١٧	٥,٦٩	٠,٠٠١
	<---	عبارة ١٩	٠,٦٣	١,٢٥	٠,٢٠	٦,٢٣	٠,٠٠١
	<---	عبارة ٢٢	٠,٤٣	٠,٨٥	٠,١٧	٤,٨٥	٠,٠٠١
بُعد الارتياح للزوج	<---	عبارة ٤	٠,٥٠	١,٠٠٠	-	-	-
	<---	عبارة ٥	٠,٥١	١,١١	٠,٣٦	٣,٠١	٠,٠١
	<---	عبارة ٦	٠,٥١	٠,٧٥	٠,٢٦	٢,٨٢	٠,٠١
	<---	عبارة ٨	٠,٤٦	١,٠٤	٠,٣٢	٣,٢٠	٠,٠٠١
	<---	عبارة ١٠	٠,٥٠	٠,٩١	٠,٣٣	٢,٧٥	٠,٠١
	<---	عبارة ١٤	٠,٤٤	٠,٩٣	٠,٤١	٢,٢٧	٠,٠٥
	<---	عبارة ٢٣	٠,٦٨	١,٢٩	٠,٣٧	٣٤٣٣٦	٠,٠٠١

جدول (١٣). مؤشرات حسن المطابقة لنموذج مقياس جودة الحياة الزوجية لدى عينة من و الأزواج و الزوجات السعوديين (ن=٢٠٠).

مؤشرات حسن المطابقة	القيمة والتفسير	المدى المثالي للمؤشرات
الاختبار الإحصائي كا^2 χ^2 مستوى دلالة كا^2	٤٢١,٣١ دالة ٠,٠٠١	أن تكون قيمة كا^2 غير دالة، وأحيانًا تكون دالة؛ يرجع ذلك إلى حجم العينة.
درجة الحرية DF	٢٠٥	-
النسبة بين كا^{2}إلى درجة حريتها ($df\chi^2$)	٢,٠٥ (ممتاز)	صفر إلى أقل من ٥
مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٩٦ (ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١
مؤشر جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (RMSEA)	٠,٠٧ (ممتاز)	من صفر إلى أقل من ٠,٠٨
مؤشر المطابقة التزايدي (IFI)	٠,٩٤(ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١
مؤشر تاكر- لويس (TLI)	٠,٩٥ (ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١
مؤشر جودة المطابقة (GFI)	٠,٩٣ (ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١

يتضح من خلال جدولي (١٣،١٢) أن نتائج التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية تشير إلى أن المقياس يتمتع بنموذج قياسي ممتاز، وهذا ما أكدته مؤشرات حسن المطابقة، والتي كانت في مداها المثالي، حيث بلغت النسبة بين كا^2 إلى درجة حريتها (٢,٠٥)، وكانت قيمة مؤشر المطابقة المقارن (٠,٩٦)، وبلغت قيمة مؤشر جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (٠,٠٧)، بينما كانت قيمة مؤشر المطابقة التزايدي (٠,٩٤)، كما بلغت قيمة مؤشر تاكر– لويس (٠,٩٥)، وكانت قيمة مؤشر جودة المطابقة (٠,٩٣)، كما تشبعت كل عبارة من عبارات المقياس على العامل العام الخاص بها، كما كانت جميع التشبعات دالة إحصائيًا؛ مما يجعلنا نطمئن إلى مدى صلاحية وملائمة النموذج الحالي في قياس جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ، وبالتالي يمكن استخدامه في الدراسة الحالية.

جـ–الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

للتحقق من صدق مقياس جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين تم استخدام الصدق التمييزي، وذلك من خلال ترتيب درجات عينة الدراسة علي المقياس تنازليًا ثم اختيار ٢٥% الحاصلين علي أعلي الدرجات (الربيع الأعلى) ، و٢٥% الحاصلين علي

أقل الدرجات (الربيع الأدنى)، وبعد ذلك تم حساب الفروق بين المجموعتين باستخدام اختبار "ت"، ويوضح ذلك جدول (١٤).

جدول (١٤). الفروق بين متوسطي درجات الربيع الأعلى والربيع الأدنى على مقياس جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين باستخدام اختبار "ت" (ن=٢٠٠).

المتغيرات	الربيع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
بُعد العلاقة الحميمية	الأعلى	٥٠	٢٢,٨٦	٣,٣٣	١٣,٠٠	٠,٠٠١
	الأدنى	٥٠	١٦,٦٠	٠,٦٧		
بُعد المشاركة الوجدانية	الأعلى	٥٠	٢٣,٣٠	٠,٧٣	١٩,٥٤	٠,٠٠١
	الأدنى	٥٠	١٧,٠٩	٢,١٢		
بعد إدارة الحياة الزوجية	الأعلى	٥٠	١٩,٦٢	٠,٤٨	١٥,٣٥	٠,٠٠١
	الأدنى	٥٠	١٥,٤٨	١,٨٤		
بُعد الارتياح للزوج	الأعلى	٥٠	٣٣,٦٢	١,٤٧	١٨,٠٨	٠,٠٠١
	الأدنى	٥٠	٢٥,٠٤	٣,٠١		
الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الزوجية	الأعلى	٥٠	٩٦,٢٦	٤,٠٧	١٦,٦٢	٠,٠٠١
	الأدنى	٥٠	٧٧,٥٨	٦,٨٢		

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق دالة إحصائيًا بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى في جودة الحياة الزوجية وأبعادها لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ؛ حيث بلغت قيمة "ت" لبُعد العلاقة الحميمية وبُعد المشاركة الوجدانية وبعد إدارة الحياة الزوجية وبُعد الارتياح للزوج والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الزوجية (١٣,٠٠، ١٩,٥٤، ١٥,٣٥، ١٨,٠٨، ١٦,٦٢) على التوالي، وهي قيم دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠٠١)، وكانت الفروق في اتجاه الربيع الأعلى؛ مما يدل على الصدق التمييزي لمقياس جودة الحياة الزوجية وأبعادها لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ، وبالتالي يمكن استخدام المقياس في الدراسة الحالية.

-ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات مقياس جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين استخدمت الباحثة معامل ألفا كرونباخ وماكدونالد أوميجا ومعامل ثبات التجزئة النصفية لحساب

ثبات مقياس جودة الحياة الزوجية وأبعاده لدى عينة من و الأزواج و الزوجات السعوديين ، وتم تصحيح معامل ثبات التجزئة النصفية باستخدام معادلتي سبيرمان– براون، وجتمان، ويوضح جدول (١٥) قيم معاملات الثبات للمقياس وأبعاده باستخدام ألفا كرونباخ وماكدونالد أوميجا والتجزئة النصفية للمقياس لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين .

جدول (١٥). قيم معاملات الثبات لمقياس جودة الحياة الزوجية وأبعادها باستخدام ألفا كرونباخ وماكدونالد أوميجا والتجزئة النصفية للمقياس لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن=٢٠٠).

المتغير	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ	ماكدونالد أوميجا	معامل ثبات التجزئة النصفية		
				معامل الارتباط بين النصفين	بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان-براون	بعد التصحيح بمعادلة جتمان
بُعد العلاقة الحميمية	٦	٠,٦٣	٠,٧٧	٠,٥٢	٠,٦٨	٠,٦٦
بُعد المشاركة الوجدانية	٥	٠,٧١	٠,٦٨	٠,٥٤	٠,٧١	٠,٦٧
بعد إدارة الحياة الزوجية	٤	٠,٨٠	٠,٨١	٠,٦٤	٠,٨١	٠,٨١
بعد الارتياح للزوج	٧	٠,٧٠	٠,٧٢	٠,٤٨	٠,٦٣	٠,٦٣
الدرجة الكلية للمقياس	٢٢	٠,٨٥	٠,٧٩	٠,٧٤	٠,٨٨	٠,٨٨

يتضح من جدول (١٥) أن الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الزوجية، وأيضًا كل بُعد من أبعاده ثابت سواء بطريقة معامل ألفا كرونباخ أو ماكدونالد أوميجا أو بطريقة التجزئة النصفية للمقياس، مع تصحيح معامل الارتباط بين نصفي المقياس وأبعاده باستخدام معادلة "سبيرمان– براون"، ومعادلة "جتمان"؛ حيث تراوحت قيم معامل ألفا كرونباخ للأبعاد ما بين (٠,٦٣ – ٠,٨٠)؛ أما معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل فبلغ (٠,٨٥)، أما معامل ماكدونالد أوميجا لأبعاد المقياس فتراوحت ما بين (٠,٦٨– ٠,٨١)؛ أما معامل ماكدونالد أوميجا للمقياس ككل فبلغ (٠,٧٩)، بينما تراوحت قيم معامل التجزئة النصفية باستخدام معادلتي سبيرمان بروان و جتمان لأبعاد المقياس ما بين (٠,٦٣– ٠,٨١) ، وبلغ معامل ثبات المقياس ككل باستخدام المعادلتين (٠,٨٨)، وتوضح النتائج السابقة أن مقياس جودة الحياة الزوجية وأبعادها لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين جميعها تتمتع بمعاملات ثبات مرتفعة، وبالتالي يمكن استخدامه في الدراسة الحالية.

٤-مقياس الرفاهية النفسية (الصورة المختصرة) :

من إعداد كارول رايف (Carol Ryff(2007؛ ترجمة: مجدة الكشكي (قيد النشر).تم استخدام هذا المقياس في الدراسة الحالية لقياس الرفاه النفسي.يتكون المقياس من (١٨) عبارة موزعة على ست أبعاد فرعية وهي: (الاستقلالية -التمكين البيئي- النمو الشخصي- العلاقات الإيجابية- الهدف من الحياة- تقبل الذات). أما من حيث بدائل الاستجابة فهي ست بدائل (غير موافق بشدة – غير موافق إلى حد ما – غير موافق- موافق- موافق إلى حد ما- موافق بشدة) وقد أعطيت قيما للاستجابات على عبارات المقياس (١-٢-٣-٤-٥-٦) على ذات الترتيب للعبارات الإيجابية، في حين أعطيت (٦-٥-٤-٣-٢-١) على ذات الترتيب للعبارات السلبية، وبذلك تتراوح درجات المقياس بين (١٨-١٠٨) درجة، حيث تشير ارتفاع الدرجة إلى ارتفاع درجة الرفاه النفسي . قامت الكشكي (قيد النشر) بالتحقق من الخصائص السيكومترية للنسخة العربية من المقياس وذلك بتطبيقه على عينة مكونة من (٩٢٤) من السعوديين في المدي العمري من ١٥ – ٤٠ سنة وأسفرت النتائج عن تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الصدق والثبات. بلغ الصدق المرتبط بالمحك(٠.٨٨) وتراوحت معاملات الاتساق الداخلي ما بين (٠.٧٧ – ٠.٨٩) . أما الثبات فتم حساب الثبات بعدة طرق وهي ألفا كرونباخ وإعادة التطبيق والتجزئة النصفية، تراوحت معاملات ألفا للمقياس ككل وأبعاده، ما بين (٠.٨٣-٠.٩٣). في الدراسة الحالية تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس بتطبيقه على عينة الدراسة الاستطلاعية السابق الإشارة إليها وكانت النتائج كما يلي:

الخصائص السيكومترية لمقياس الرفاهية النفسية في الدراسة الحالية:

تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس كما يلي:

-صدق المقياس :

أ- طريقة الاتساق الداخلي:

تم التحقق من صدق المقياس بطريقة الاتساق الداخلي عن طريق حساب معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس(جدول١٦)، وبين كل عبارة والبعد الذي تنتمي له(جدول١٧)، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس جدول (١٨).

جدول (١٦). معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة والدرجة الكلية لمقياس الرفاهية النفسية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن= ٢٠٠).

العبارة	١	٢	٣	٤	٥	٦
الارتباط	٠,٢٨**	٠,٢٢**	٠,٢٢**	٠,٢١**	٠,٢٣**	٠,٢٠**
العبارة	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢
الارتباط	٠,١٩**	٠,٣٠**	٠,٣٢**	٠,٢٣**	٠,٢٨**	٠,٢١**
العبارة	١٣	١٤	١٥	١٦	١٧	١٨
الارتباط	٠,٣٨**	٠,٢٠**	٠,٢٥**	٠,١٩**	٠,٤٩**	٠,١٩**
**معاملات دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة ٠,٠١						

تشير النتائج في جدول (١٦) إلى أن الدرجة الكلية لمقياس الرفاهية النفسية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ارتبطت ارتباطًا دالًا بدرجة كل عبارة من عبارات المقياس؛ حيث كانت قيم معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوي الدلالة٠,٠١

جدول (١٧). معاملات ارتباط بيرسون بين كل عبارة من عبارات مقياس الرفاهية النفسية والبعد الذي تنتمي له لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن=٢٠٠).

بّعد الاستقلالية (٣ عبارات)		بعد التمكين البيئي (٣عبارات)		بعد النمو الشخصي (٣عبارات)		بّعد العلاقات الإيجابية (٣ عبارة)	
العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر
١٥	٠,٢٦**	٤	٠,٤٠**	١١	٠,٥١**	٦	٠,٦٣**
١٧	٠,٦٦**	٨	٠,٥٧**	١٢	٠,٦٦**	١٣	٠,٢٤**
١٨	٠,٥١**	٩	٠,٥٨**	١٤	٠,٢٢**	١٦	٠,٦٧**
بعد الهدف من الحياة (٣ عبارات)				**بعد تقبل الذات(٣عبارات)**			
٣	٠,٢٦**	١٠	٠,٦٩**	١	٠,٥٧**	٥	٠,٣٩**
٧	٠,٦٢**			٢	٠,٤٥**		
** دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ٠,٠١.							

يتضح من جدول (١٧) أن كل عبارة من عبارات مقياس الرفاهية النفسية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ارتبطت ارتباطًا دالًا بدرجة البعد الخاص بالعبارة، وكانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوي ٠,٠١.

جدول(١٨).معاملات ارتباط بيرسون بين كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس الرفاهية النفسية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن=٢٠٠).

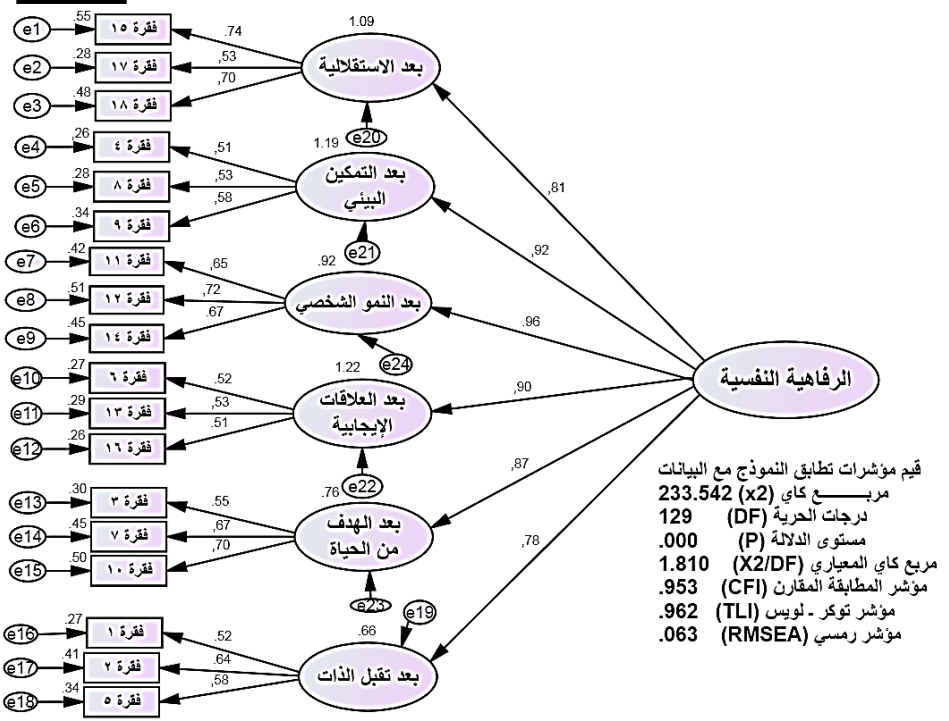
البعد	الاستقلالية	التمكين البيئي	النمو الشخصي	العلاقات الإيجابية	الهدف من الحياة	تقبل الذات
ر	٠,٤٤**	٠,٤٧**	٠,٣٤**	٠,٢٨**	٠,٣٧**	٠,٣٣**
جميع معاملات الارتباط دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ٠,٠١						

من جدول (١٨) يتضح أن كل بُعد من أبعاد مقياس الرفاهية النفسية لدى عينة من الزوجات والأزواج السعوديين ارتبط ارتباطًا دالًا بالدرجة الكلية على المقياس ؛ حيث كانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوي ٠,٠١.

يتضح مما سبق ذكره ووفقاً لما أشارت إليه النتائج في الجدول (١٦، ١٧، ١٨) صدق مقياس الرفاهية النفسية لدى عينة من الزوجات والأزواج السعوديين عن طريق الاتساق الداخلي؛ ومما يدل على التجانس الداخلي للمقياس، وأنه صالح للاستخدام في الدراسة الحالية.

ب- الصدق البنائي:

تم التحقق من الصدق البنائي لمقياس الرفاهية النفسية لدى عينة من الزوجات والأزواج السعوديين باستخدام التحليل العاملي التوكيدي؛ لمعرفة تطابق العوامل المستخرجة التي تم اقتراحها من قبل مُعدي المقياس مع النموذج المقترح للصدق العاملي التوكيدي، وبالتالي فقد أظهرت نتائج نموذج التحليل العاملي التوكيدي المقترح لمقياس الرفاهية النفسية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين وجود تطابق بشكل ممتاز بين العبارات والأبعاد الخاصة بكل عبارة، وقد تم استخدام الصدق العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية؛ لأن المقياس له درجة كلية، وستة أبعاد، وذلك كما في شكل (٣).



شكل (٣) نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الرفاهية النفسية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن=٢٠٠).

يتبين من شكل (٣) أن كل عبارة من عبارات مقياس الرفاهية النفسية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين تشبعت على العامل الخاص بها، كما أن مؤشرات حسن المطابقة تقع في المدى المقبول لها، ويمكن توضيح معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية لنموذج مقياس الرفاهية النفسية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ودلالتها الإحصائية في جدول(١٩)، بينما يوضح جدول (٢٠) مؤشرات حسن المطابقة لنموذج مقياس الرفاهية النفسية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين .

جدول (١٩). معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية ودلالتها الإحصائية لتشبعات العبارات على العامل الكامن لمقياس الرفاهية النفسية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن=٢٠٠).

العامل	<---	العبارة	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
بّعد الاستقلالية	<---	عبارة ١٥	٠,٧٤	١,٠٠٠	-	-	-
	<---	عبارة ١٧	٠,٥٣	٠,٦٥	٠,١١	٥,٦٢	٠,٠٠١
	<---	عبارة ١٨	٠,٧٠	١,٠٨	٠,١٢	٨,٦١	٠,٠٠١
بّعد التمكين البيئي	<---	عبارة ٤	٠,٥١	١,٠٠٠	-	-	-
	<---	عبارة ٨	٠,٥٣	١,٦٣	٠,٣٨	٤,٢٠	٠,٠٠١
	<---	عبارة ٩	٠,٥٨	١,٥٩	٠,٣٨	٤,١٤	٠,٠٠١
بّعد النمو الشخصي	<---	عبارة ١١	٠,٦٥	١,٠٠٠	-	-	-
	<---	عبارة ١٢	٠,٧٢	٠,٨٩	٠,١٥	٥,٨٢	٠,٠٠١
	<---	عبارة ١٤	٠,٦٧	٠,٨٩	٠,١٦	٥,٣٣	٠,٠٠١
بّعد العلاقات الإيجابية	<---	عبارة ٦	٠,٥٢	١,٠٠٠	-	-	-
	<---	عبارة ١٣	٠,٥٣	١,٤٣	٠,٢٨	٥,١٣	٠,٠٠١
	<---	عبارة ١٦	٠,٥١	١,٢٧	٠,٢٧	٤,٦٩	٠,٠٠١
بعد الهدف من الحياة	<---	عبارة ٣	٠,٥٥	١,٠٠٠	-	-	-
	<---	عبارة ٧	٠,٦٧	١,٤٧	٠,٣٧	٣,٩٧	٠,٠٠١
	<---	عبارة ١٠	٠,٧٠	١,٣٨	٠,٣٣	٤,١٠	٠,٠٠١
بّعد تقبل الذات	<---	عبارة ١	٠,٥٢	١,٠٠٠	-	-	-
	<---	عبارة ٢	٠,٦٤	١,٢١	٠,١٩	٦,١٧	٠,٠٠١
	<---	عبارة ٥	٠,٥٨	٠,٩٥	٠,١٥	٦,٣٣	٠,٠٠١

جدول (٢٠). مؤشرات حسن المطابقة لنموذج مقياس الرفاهية النفسية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن=٢٠٠).

مؤشرات حسن المطابقة	القيمة والتفسير	المدى المثالي للمؤشرات
الاختبار الإحصائي كا^2 χ^2 **مستوى دلالة كا^2**	٢٣٣,٥٤ دالة ٠,٠٠١	أن تكون قيمة كا^2 غير دالة، وأحيانًا تكون دالة؛ يرجع ذلك إلى حجم العينة.
درجة الحرية DF	١٢٩	–
النسبة بين كا^{2}إلى درجة حريتها (df/χ^2)	١,٨١ (ممتاز)	صفر إلى أقل من ٥
مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٩٥ (ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١
مؤشر جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (RMSEA)	٠,٠٦ (ممتاز)	من صفر إلى أقل من ٠,٠٨
مؤشر المطابقة التزايدي (IFI)	٠,٩٥(ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١
مؤشر تاكر– لويس (TLI)	٠,٩٦ (ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١
مؤشر جودة المطابقة (GFI)	٠,٩٣ (ممتاز)	من ٠,٩٠ إلى ١

يتضح من خلال جدولي (٢٠،١٩) أن نتائج التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية تشير إلى أن المقياس يتمتع بنموذج قياسي ممتاز، وهذا ما أكدته مؤشرات حسن المطابقة، والتي كانت في مداها المثالي، حيث بلغت النسبة بين كا^2 إلى درجة حريتها (١,٨١)، وكانت قيمة مؤشر المطابقة المقارن (٠,٩٥)، وبلغت قيمة مؤشر جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (٠,٠٦)، بينما كانت قيمة مؤشر المطابقة التزايدي (٠,٩٥)، كما بلغت قيمة مؤشر تاكر– لويس (٠,٩٦)، وكانت قيمة مؤشر جودة المطابقة (٠,٩٣)، كما تشبعت كل عبارة من عبارات المقياس على العامل العام الخاص بها، كما كانت جميع التشبعات دالة إحصائيًا؛ مما يجعلنا نطمئن إلى مدى صلاحية وملائمة النموذج الحالي في قياس الرفاهية النفسية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ، وبالتالي يمكن استخدامه في الدراسة الحالية.

جـ-الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

للتحقق من صدق مقياس الرفاهية النفسية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين تم استخدام الصدق التمييزي، وذلك من خلال ترتيب درجات عينة الدراسة علي المقياس تنازليًا ثم اختيار ٢٥% الحاصلين علي أعلي الدرجات (الربيع الأعلى) ، و٢٥% الحاصلين علي أقل الدرجات (الربيع الأدنى)، وبعد ذلك تم حساب الفروق بين المجموعتين باستخدام اختبار "ت"، ويوضح ذلك جدول (٢١).

جدول (٢١). الفروق بين متوسطي درجات الربيع الأعلى والربيع الأدنى على مقياس الرفاهية النفسية باستخدام اختبار "ت" لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن=٢٠٠).

المتغيرات	الربيع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
بُعد الاستقلالية	الأعلى	٥٠	١٥,٩٢	٠,٦٠	١٨,٨٧	٠,٠٠١
	الأدنى	٥٠	١٢,٠٦	١,٣١		
بُعد التمكين البيئي	الأعلى	٥٠	١٥,٤٦	٠,٥٨	٢٨,٠٣	٠,٠٠١
	الأدنى	٥٠	١١,٢٤	٠,٨٩		
بُعد النمو الشخصي	الأعلى	٥٠	١٥,٣٤	٠,٥٦	٢٥,٩٤	٠,٠٠١
	الأدنى	٥٠	١١,٢٢	٠,٩٧		
بعد العلاقات الإيجابية	الأعلى	٥٠	١٢,٩٨	١,٤١	٢٠,٠٣	٠,٠٠١
	الأدنى	٥٠	٨,٥٢	٠,٧١		
بُعد الهدف من الحياة	الأعلى	٥٠	١٢,٩٦	١,٢١	٢٢,٤٣	٠,٠٠١
	الأدنى	٥٠	٨,٢٦	٠,٨٥		
بعد تقبل الذات	الأعلى	٥٠	١٥,٧٨	٠,٦٥	١٢,٢٤	٠,٠٠١
	الأدنى	٥٠	١٢,٨٤	١,٥٧		
الدرجة الكلية لمقياس للرفاهية النفسية	الأعلى	٥٠	٨١,٠٤	٢,١٥	١٩,٥٦	٠,٠٠١
	الأدنى	٥٠	٧٢,٠٢	٢,٤٤		

يتضح من جدول (٢١) وجود فروق دالة إحصائيًا بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى في الرفاهية النفسية وأبعادها لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ؛ حيث بلغت قيمة "ت" لبُعد بُعد الاستقلالية وبُعد التمكين البيئي وبعد النمو الشخصي وبعد العلاقات الإيجابية وبُعد الهدف من الحياة وبعد تقبل الذات والدرجة الكلية لمقياس للرفاهية النفسية (١٨,٨٧، ٢٨,٠٣، ٢٥,٩٤،

٢٠,٠٣، ٢٢,٤٣، ١٢,٢٤، ١٩,٥٦) على التوالي، وهي قيم دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠٠١)، وكانت الفروق في اتجاه الربيع الأعلى؛ مما يدل على الصدق التمييزي لمقياس الرفاهية النفسية وأبعادها لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ، وبالتالي يمكن استخدام المقياس في الدراسة الحالية.

-ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات مقياس الرفاهية النفسية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين استخدمت الباحثة معامل ألفا كرونباخ وماكدونالد أوميجا ومعامل ثبات التجزئة النصفية لحساب ثبات مقياس الرفاهية النفسية وأبعاده لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ، وتم تصحيح معامل ثبات التجزئة النصفية باستخدام معادلتي سبيرمان- براون، وجتمان، ويوضح جدول (٢٢) قيم معاملات الثبات للمقياس وأبعاده.

جدول (٢٢). قيم معاملات الثبات لمقياس الرفاهية النفسية وأبعادها باستخدام ألفا كرونباخ وماكدونالد أوميجا والتجزئة النصفية للمقياس لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن=٢٠٠).

مقياس الرفاهية النفسية وأبعادها	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ	ماكدونالد أوميجا	معامل ثبات التجزئة النصفية		
				معامل الارتباط بين النصفين	بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان-براون	بعد التصحيح بمعادلة جتمان
بُعد الاستقلالية	٣	٠,٨٣	٠,٨١	٠,٦٩	٠,٨٤	٠,٧٩
بُعد التمكين البيني	٣	٠,٦٤	٠,٦٦	٠,٤٩	٠,٦٤	٠,٦٢
بُعد النمو الشخصي	٣	٠,٧٩	٠,٧٢	٠,٤٤	٠,٦٥	٠,٦٩
بعد العلاقات الإيجابية	٣	٠,٦٥	٠,٦٥	٠,٤٢	٠,٦٤	٠,٦٦
بعد الهدف من الحياة	٣	٠,٦٠	٠,٦١	٠,٤٧	٠,٦٢	٠,٦٤
بعد تقبل الذات	٣	٠,٧٩	٠,٧٧	٠,٥٦	٠,٧١	٠,٧٢
الدرجة الكلية للمقياس	١٨	٠,٧٧	٠,٧٦	٠,٦١	٠,٧٨	٠,٧٧

يتضح من جدول (٢٢) أن الدرجة الكلية لمقياس الرفاهية النفسية، وأيضًا كل بُعد من أبعاده ثابت سواء بطريقة معامل ألفا كرونباخ أو ماكدونالد أوميجا أو بطريقة التجزئة النصفية للمقياس، مع تصحيح معامل الارتباط بين نصفي المقياس وأبعاده باستخدام معادلة "سبيرمان- براون"، ومعادلة "جتمان"؛ حيث تراوحت قيم معاملات ألفا كرونباخ للأبعاد ما بين (٠,٦٠ - -٠,٨٣)؛ أما معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل فبلغ (٠,٧٧)، أما معاملات ماكدونالد أوميجا لأبعاد المقياس

فتراوحت ما بين (٠,٦١ – ٠,٨١)؛ أما معامل ماكدونالد أوميجا للمقياس ككل فبلغ (٠,٧٦)، بينما تراوحت قيم معامل التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان بروان لأبعاد المقياس ما بين (٠,٦٢– ٠,٨٤) ، وبلغ معامل ثبات المقياس ككل باستخدام معادلة سبيرمان بروان (٠,٧٨)، في حين تراوحت معاملات جتمان لأبعاد المقياس ما بين (٠,٦٢– ٠,٧٩)، وبلغ معامل ثبات المقياس ككل باستخدام معادلة جتمان (٠,٧٧)، وتوضح النتائج السابقة أن مقياس الرفاهية النفسية وأبعادها لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين جميعها تتمتع بمعاملات ثبات مرتفعة، وبالتالي يمكن استخدامه في الدراسة الحالية.

إجراءات الدراسة:

بعد الاطلاع على ما أتيح من الأطر النظرية والدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة تم صياغة مشكلة الدراسة وأسئلتها، وتحديد المقاييس التي سيتم استخدامها. بعد ذلك تم التحقق من صدق وثبات أدوات الدراسة، ثم تطبيقها على عينة الدراسة الأساسية عن طريق استبانة الكترونية من خلال وسائل التواصل الاجتماعي؛ وبعد جمع البيانات وتحليلها إحصائيا باستخدام حزمة برامج التحليل الإحصائي في العلوم الاجتماعية (SPSS) اصدار ٢٦ وبرنامج (AMOS) اصدار ٢٣، ثم الإجابة على تساؤلات الدراسة ومناقشة النتائج ووضع التوصيات المناسبة في ضوء ما تم التوصل إليه من النتائج.

الأساليب الإحصائية:

للتحقق من الخصائص السيكومترية للمقاييس ، وللإجابة علي تساؤلات الدراسة تم استخدام برنامجي SPSS و AMOS ، وتم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

–الإحصاءات الوصفية: المتوسطات، والنسب المئوية والانحرافات المعيارية للتعرف علي خصائص عينة الدراسة.

–التحليل العاملي التوكيدي للتحقق من الصدق العاملي للمقاييس.

–معامل ألفا لكرونباخ ومعامل ماكدونالد أوميجا والتجزئة النصفية للتحقق من ثبات المقاييس.

–اختبار "ت" لعينتين مستقلتين للتحقق من الصدق التمييزي للمقاييس، و للتعرف علي الفروق في متغيرات الدراسة وفقا للجنس.

-تحليل التباين الأحادي لمعرفة الفروق وفقا لمرات الزواج ولمدة سنوات الزواج وللمهنة وللدخل الشهري للأسرة.

-اختبار L.S.D للمقارنات البعدية.

-اختبار "ت" لعينة واحدة للتعرف علي مستويات متغيرات الدراسة لدى عينة الدراسة.

-معامل الارتباط الخطي المستقيم لبيرسون للتحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقاييس ، و للتعرف على العلاقات بين متغيرات الدراسة .

-تحليل المسار للتعرف علي الدور الوسيط للإفصاح عن الذات في العلاقة بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة الدراسة.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

- تفسير ومناقشة نتائج السؤال الأول:

نص السؤال الأول على "**ما مستوى الإفصاح عن الذات لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ؟**"؛ وللاجابة علي هذا السؤال؛ تم استخدام اختبار (ت) للعينة الواحدة One Sample T-tes لمعرفة ما إذا كانت توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسط درجات الإفصاح عن الذات وأبعاده لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين والمتوسط الفرضي للمقياس،والذي تم حسابه من خلال جمع بدائل الإجابة على مقياس ليكرت الخماسي وهي (٥، ٤، ٣، ٢، ١) بحيث يصبح مجموعها (١٥)، ثم قسمتها على عددها (٥) فيصبح متوسط أوزان البدائل (٣)، وعند ضرب متوسط أوزان البدائل في عدد عبارات مقياس جودة الحياة الزوجية ككل وهي (٢٢) عبارات نحصل على المتوسط الفرضي للدرجة الكلية على المقياس= (٦٦)، بينما بلغ المتوسط الفرضي للبعد الأول= ١٨، والبعد الثاني= ١٥، في حين بلغ المتوسط الفرضي للبعد الثالث= ١٢، أما البعد الرابع= ٢١ ويوضح الجدول التالي هذه النتائج.

جدول (٢٣). مستوى الإفصاح عن الذات وأبعاده لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن= ٤٧٩).

المتغيرات	عدد العبارات	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	حجم الأثر	المستوى
بعد جودة العلاقة	١٣	٥٣,٦٤	٥,٣٦	٣٩	٥٩,٧١	***٠,٠٠٠	٢,٧٢	مرتفع
بعد الوعي	١٠	٤١,٥٣	٤,٠٧	٣٠	٦٢,٠٤	***٠,٠٠٠	٢,٨٣	مرتفع
الدرجة الكلية للإفصاح عن الذات	٢٣	٩٥,١٧	٨,٥٢	٦٩	٦٧,٢٠	***٠,٠٠٠	٣,٠٧	مرتفع
*** دالة إحصائيا عند مستوى دلالة ٠,٠٠١ ≤ ٠,٨٠ تأثير كبير.								

يتضح من جدول (٢٣) **وجود مستوى مرتفع من الإفصاح عن الذات وأبعاده لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين** ؛حيث بلغ المتوسط الحسابي لأفراد العينة على مقياس الإفصاح عن الذات وأبعاده (٥٣,٦٤، ٤١,٥٣، ٩٥,١٧) لبعد جودة العلاقة، وبعد الوعي، والدرجة الكلية للإفصاح عن الذات على التوالي، وهو أعلى من المتوسط الفرضي الذي بلغ (٣٩، ٣٠، ٦٩) لبعد جودة العلاقة، وبعد الوعي، والدرجة الكلية للإفصاح عن الذات على التوالي، وأن قيمة "ت" بلغت (٥٩,٧١، ٦٢,٠٤، ٦٧,٢٠) للمتغيرات السابقة علي التوالي ، وهي قيم دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠٠١)، كما بلغت قيمة حجم الأثر لبعد جودة العلاقة، وبعد الوعي، والدرجة الكلية للإفصاح عن الذات (٢,٧٢، ٢,٨٣، ٣,٠٧) على التوالي، وهي قيم تدل على أن حجم الاثر كبير. وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة زكي (٢٠٢٠) ، و دراسة حليم (٢٠٢١) التي أظهرت نتائجهما أن عينة الدراسة لديهم مستوى مرتفع من الافصاح عن الذات ولكن اختلفت هذه النتيجة مع نتائج دراسة دوكم والرّسمي (٢٠٢٢) والتي أسفرت عن أن مستوى الإفصاح كان منخفضًا لدى أفراد العينة ، و دراسة بني سلامة (٢٠٢٠) والتي أظهرت وجود مستوى متوسطًا في الدرجة الكلية لمقياس الأفصاح عن الذات لدى عينة الدراسة ، وتفسر الباحثة وجود مستوى مرتفع من الأفصاح عن الذات لدى عينة الدراسة أن ٦٥% من أفراد العينة تبلغ مدة زواجهم ٥-١٠ عامًا وهي مدة قد تكون كافية للوثوق بين الطرفين ، وهذا ما أكد عليه كل من (Altman & Taylor، 1973) من أن الافصاح عن الذات يتدرج بين الأفراد من الافصاح السطحي عن معلومات بسيطة وظاهرة الى الافصاح عن معلومات

أكثر سرية وعمقاً عندما يثق الافراد ببعضهم البعض وعندما يتقدم العمر ، وكما أشارت أيضاً نظرية التغلغل الاجتماعي على أن تطور العلاقات الانسانية يعتمد على مقدار الافصاح عن الذات بين أطراف هذه العلاقة، وهذا التطور في العلاقات هو ما اسمته النظرية تغلغل العلاقات ، وان الزيادة في الافصاح عن الذات تهدف إلى تكوين علاقات مليئة بالاحترام تسودها الثقة والاطمئنان ، و أن ارتفاع مستوى الافصاح عن الذات ترتبط بزيادة التقارب والتفاهم بين الزوجين وخاصة في المراحل العمرية المتقدمة التي تمكن الأفراد من بناء وتطوير علاقات ايجابية تسودها الثقة.

- تفسير ومناقشة نتائج السؤال الثاني:

نص السؤال الثاني على "**ما مستوى جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ؟**"؛ وللاجابة علي هذا السؤال؛ تم استخدام اختبار (ت) للعينة الواحدة One Sample T-tes لمعرفة ما إذا كانت توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسط درجات جودة الحياة الزوجية وأبعادها لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين والمتوسط الفرضي للمقياس، والذي تم حسابه من خلال جمع بدائل الإجابة على مقياس ليكرت الخماسي وهي (١، ٢، ٣، ٤، ٥) بحيث يصبح مجموعها (١٥)، ثم قسمتها على عددها (٥) فيصبح متوسط أوزان البدائل (٣)، وعند ضرب متوسط أوزان البدائل في عدد عبارات مقياس الإفصاح عن الذات ككل وهي (٢٣) عبارات نحصل على المتوسط الفرضي للدرجة الكلية على المقياس= (٦٩)، بينما بلغ المتوسط الفرضي للبعد الأول= ٣٩، في حين بلغ المتوسط الفرضي للبعد الثاني= ٣٠ ، والجدول التالي يوضح هذه النتائج.

جدول (٢٤) .مستوى جودة الحياة الزوجية وأبعادها لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن= ٤٧٩).

المتغيرات	عدد العبارات	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	حجم الأثر	المستوى
بعد العلاقة الحميمية	٦	١٩,٦٧	٣,٢٣	١٨	١١,٣٠	***٠,٠٠٠	٠,٥٢	مرتفع
بعد المشاركة الوجدانية	٥	٢٠,٦٧	٢,٥٠	١٥	٤٩,٤٩	***٠,٠٠٠	٢,٢٦	مرتفع
بعد إدارة الحياة الزوجية	٤	١٧,٥٥	١,٦٩	١٢	٧٢,٠٤	***٠,٠٠٠	٣,٢٩	مرتفع
بعد الارتياح للزوج	٧	٢٨,٤٥	٣,٤٤	٢١	٤٧,٣٧	***٠,٠٠٠	٢,١٦	مرتفع
الدرجة الكلية لجودة الحياة الزوجية	٢٢	٨٦,٣٥	٨,١٩	٦٦	٥٤,٣٨	***٠,٠٠٠	٢,٤٨	مرتفع
*** دالة إحصائيا عند مستوى دلالة ٠,٠٠١ ٠,٥٠> ٠,٧٩تأثير متوسط. ≤ ٠,٨٠ تأثير كبير.								

يتضح من جدول (٢٤) **وجود مستوى مرتفع من جودة الحياة الزوجية وأبعادها لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين** ؛ حيث كان المتوسط الحسابي لأفراد العينة على مقياس جودة الحياة الزوجية وأبعادها(١٩,٦٧،٢٠,٦٧، ١٧,٥٥، ٢٨,٤٥، ٨٦,٣٥) لبعد العلاقة الحميمية، وبعد المشاركة الوجدانية، وبعد إدارة الحياة الزوجية، وبعد الارتياح للزوج، والدرجة الكلية لجودة الحياة الزوجية على التوالي، وهو أعلى من المتوسط الفرضي (١٨، ١٥، ١٢، ٢١، ٦٦) لبعد العلاقة الحميمية، وبعد المشاركة الوجدانية، وبعد إدارة الحياة الزوجية، وبعد الارتياح للزوج، والدرجة الكلية لجودة الحياة الزوجية على التوالي، وأن قيمة "ت" بلغت (١١,٣٠، ٤٩,٤٩، ٧٢,٠٤، ٤٧,٣٧، ٥٤,٣٨) لنفس المتغيرات على التوالي، وهي قيم دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠٠١)، كما بلغت قيمة حجم الأثر لبعد العلاقة الحميمية (٠,٥٢)، وهي قيمة تدل على أن حجم الأثر متوسط، بينما بلغت قيمة حجم الأثر لبعد المشاركة الوجدانية، وبعد إدارة الحياة الزوجية، وبعد الارتياح للزوج، والدرجة الكلية لجودة الحياة الزوجية (٢,٢٦، ٣,٢٩، ٢,١٦، ٢,٤٨) على التوالي، وهي قيم تدل على أن حجم الاثر كبير، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة خليل (٢٠٢٣) التي أظهرت نتائجها وجود مستوى مرتفع من جودة الحياة الزوجية لدى عينة الدراسة ، وتدعم هذه النتيجة وتتفق مع

نتيجة التساؤل الأول ، وتعزو الباحثة ارتفاع مستوى جودة الحياة الزوجية لدى عينة الدراسة إلى ارتفاع مستوى الأفصاح عن الذات لديهم ، ووفقا لنظرية الربح النفسي Psychic Profit Theory إحدى النظريات التي تفسر جودة الحياة الزوجية و التي ترى أن الربح النفسي يتحقق بين الزوجين، عندما يلمس كل منهما في ردود أفعال الآخر ما يرضيه، ويبعث في نفسه الطمانينة، وإدراكه لتوقعات الآخر منه؛ وتلبية حاجات ورغبات الأخر ، و الإفصاح عن الذات داخل العلاقة الزوجية جميع هذه العوامل تسهم في تحسين مستوى جودة الحياة الزوجية ، كما أن جودة الحياة الزوجية ترتبط بالتقييم الشخصي للزوجين لبعضهما البعض وشعورهما بالرضا والسعادة عن حياتهما، واشباع حاجاتهما وقدرتهما عل استثمار الطاقات والامكانيات والعلاقات الاجتماعية الهادفة (خليل ، ٢٠٢٣).

- تفسير ومناقشة نتائج السؤال الثالث:

نص السؤال الثالث على "**ما مستوى الرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ؟**"؛ وللاجابة علي هذا السؤال؛ تم استخدام اختبار (ت) للعينة الواحدة One Sample T-tes لمعرفة ما إذا كانت توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسط درجات الرفاه النفسي وأبعاده لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين والمتوسط الفرضي للمقياس،والذي تم حسابه من خلال جمع بدائل الإجابة على مقياس ليكرت السباعي وهي (١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧) بحيث يصبح مجموعها (٢٨)، ثم قسمتها على عددها (٧) فيصبح متوسط أوزان البدائل (٤)، وعند ضرب متوسط أوزان البدائل في عدد عبارات مقياس الرفاه النفسي ككل وهي (١٨) عبارات نحصل على المتوسط الفرضي للدرجة الكلية على المقياس= (٧٢)، بينما بلغ المتوسط الفرضي للأبعاد جميعًا= (٣ x٤ = ١٢)، والجدول التالي يوضح هذه النتائج.

جدول (٢٥). مستوى الرفاه النفسي وأبعاده لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن=٤٧٩).

المتغيرات	عدد العبارات	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	حجم الأثر	المستوى
بعد الاستقلالية	٣	١٣,٨٧	١,٦٥	١٢	٢٤,٧٣	***٠,٠٠٠	١,١٣	مرتفع
بعد التمكين النفسي	٣	١٣,٥٠	١,٦٣	١٢	٢٠,٠٥	***٠,٠٠٠	٠,٩٢	مرتفع
بعد النمو الشخصي	٣	١٣,٤٦	١,٦٤	١٢	١٩,٥٣	***٠,٠٠٠	٠,٨٩	مرتفع
بعد العلاقات الإيجابية	٣	١٠,٥١	١,٨٦	١٢	١٧,٥٠-	***٠,٠٠٠	٠,٨٠	منخفض
بعد الهدف من الحياة	٣	١٠,٥٩	١,٩٤	١٢	١٥,٨٥-	***٠,٠٠٠	٠,٧٢	منخفض
بعد تقبل الذات	٣	١٤,٦٣	١,٤٢	١٢	٤٠,٤٣	***٠,٠٠٠	١,٨٥	مرتفع
الدرجة الكلية للرفاه النفسي	١٨	٧٦,٥٦	٤,١٤	٥٤	٢٤,٠٧	***٠,٠٠٠	١,١٠	مرتفع

*** دالة إحصائيا عند مستوى دلالة ٠,٠٠١ ٠,٥٠> ٠,٧٩تأثير متوسط. ≤ ٠,٨٠ تأثير كبير.

يتضح من جدول (٢٥) وجود مستوى مرتفع من الرفاه النفسي وأبعاده ماعدا بعد العلاقات الإيجابية وبعد الهدف من الحياة لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ؛ حيث كان المتوسط الحسابي لأفراد العينة على مقياس للرفاه النفسي وأبعاده لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (١٣,٨٧، ١٣,٥٠، ١٣,٤٦، ١٤,٦٣، ٧٦,٥٦) لبعد الاستقلالية، وبعد التمكين النفسي، وبعد النمو الشخصي، وبعد تقبل الذات، والدرجة الكلية للرفاه النفسي على التوالي، وهو أعلى من المتوسط الفرضي (١٢) للأبعاد، و(٥٤) للدرجة الكلية للرفاه النفسي، وأن قيمة "ت" بلغت (٢٤,٧٣، ٢٠,٠٥، ١٩,٥٣، ٤٠,٤٣، ٢٤,٠٧) لهذه المتغيرات على التوالي ، وهي قيم دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠٠١)، كما بلغت قيمة حجم الأثر لبعد الاستقلالية، وبعد التمكين النفسي، وبعد النمو الشخصي، وبعد تقبل الذات، والدرجة الكلية للرفاه النفسي (١,١٣، ٠,٩٢، ٠,٨٩، ١,٨٥، ١,١٠) على التوالي، وهي قيم تدل على أن حجم الأثر كبير، مما يدل علي وجود مستوي مرتفع من الاستقلالية، والتمكين النفسي، و النمو الشخصي، و تقبل الذات، والدرجة الكلية للرفاه النفسي ، بينما

كان مستوى بعد العلاقات الإيجابية وبعد الهدف من الحياة منخفض لدى عينة الدراسة؛ حيث كان المتوسط الحسابي لأفراد العينة على بعد العلاقات الإيجابية وبعد الهدف من الحياة (١٠,٥١، ١٠,٥٩) على التوالي، وهو أقل من المتوسط الفرضي (١٢)، أن قيمة "ت" لأفراد العينة بلغت (-١٧,٥٠، -١٥,٨٥) لبعد العلاقات الإيجابية وبعد الهدف من الحياة على التوالي، وهي قيم دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠٠١)، كما بلغت قيمة حجم الأثر لبعد العلاقات الإيجابية (٠,٨٠)، وهي قيمة تدل على أن حجم الاثر كبير، بينما بلغت قيمة حجم الأثر لبعد الهدف من الحياة (٠,٧٢)، وهي قيمة تدل على أن حجم الاثر متوسط. وقد اتفقت هذه النتيجة جزئيًا مع نتائج دراسة كل من خطاطبه (٢٠٢٠) و دراسة أحمد (٢٠٢١) و سومية (٢٠٢٤)) والتي أسفرت عن وجود مستوى رفاهية النفسية مرتفعاً. بينما اختلفت مع نتائج دراسة الضمور (٢٠٢٣) والتي أظهرت أن مستوى الرفاهية النفسية لدى عينة من المتزوجين كان متوسط ، وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن مفهوم الرفاه النفسي مفهومًا متعدد الأبعاد فهو يشمل الإحساس الإيجابي بحسن الحال و ارتفاع مستويات رضا الفرد عن ذاته وعن حياته بشكل عام والإحساس العام بالسعادة والسكينة والطمأنينة النفسية، (Ryeff& Singer2008:25)، و من مظاهر الرفاه النفسي أيضًا رضا الفرد عن مستواه المعيشي وحالته الصحية واحساسه بالأمن حول مستقبله وانتمائه إلى مجتمعه ونجاحه في عمله وقدرته على مواجهة احباطات الحياة اليومية، واثبات اتجاهاته واتزانه الانفعالي، يجعل منه أكثر رضا عن الحياة ويعكس هذا الارتفاع مستوى الرفاه النفسي وهذا يتناسق مع نتيجة التساؤل الثاني وهو وجود جودة حياة زوجية مرتفعة وهي من أهم الأسباب التى تؤدي الى ارتفاع مستوى الرفاه النفسي لدى عينة الدراسة . كما تعزو الباحثة وجود مستوى منخفض من بعد العلاقات الاجتماعية والهدف من الحياة إلى احتمالية وجود بعض الجوانب السلبية للحياة الاجتماعية والعائلية والتي قد تكون ضاغطة وتؤثر على الحياة الزوجية ، وتبعدهم قليلا عن أهدافهم وخططهم المستقبلية .

- تفسير ومناقشة نتائج السؤال الرابع:

نص السؤال الرابع على "**هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الإفصاح عن الذات وجودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ؟**"؛ وللاجابة علي هذا السؤال تم استخدام معامل ارتباط بيرسون، ويوضح جدول (٢٦) نتائج هذا السؤال.

جدول (٢٦). معاملات ارتباط بيرسون بين الإفصاح عن الذات و جودة الحياة الزوجية

المتغيرات		الافصاح عن الذات		
		بعد جودة العلاقة	بعد الوعي	الدرجة الكلية للإفصاح عن الذات
جودة الحياة الزوجية	بعد العلاقة الحميمية	**٠,٢٨	**٠,١٥	**٠,٢٤
	بعد المشاركة الوجدانية	**٠,٤٥	**٠,٤١	**٠,٤٨
	بعد إدارة الحياة الزوجية	**٠,٥٦	**٠,٤٧	**٠,٥٨
	بعد الارتياح للزوج	**٠,٤٨	**٠,٣٨	**٠,٤٨
	الدرجة الكلية لجودة الحياة الزوجية	**٠,٥٦	**٠,٤٤	**٠,٥٦
* دالة عند مستوى ٠,٠١.				

لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن= ٤٧٩).

يتضح من جدول (٢٦) وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية للإفصاح عن الذات وبُعديه (جودة العلاقة و الوعي) وبين الدرجة الكلية لجودة الحياة الزوجية وجميع أبعادها(العلاقة الحميمية و المشاركة الوجدانية وإدارة الحياة الزوجية و الارتياح للزوج) ، أي أن كلما زادت درجة جودة الحياة الزوجية وأبعادها زادت درجة الإفصاح عن الذات وبُعديه ، حيث كانت جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياًعند مستوى دلالة (٠,٠١). لا توجد دراسات في حدود علم الباحثة تناولت العلاقة بين الإفصاح عن الذات وجودة الحياة الزوجية غير دراسة الفوزان وعبد المعطي (٢٠٢٠) التي اتفقت نتائجها مع نتيجة التساؤل الحالي في وجود علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين جودة الحياة الزوجية والإفصاح عن الذات لدى الزوجين ، وتفسر الباحثة هذه النتيجة وفقا للأطر النظرية ؛ أن جودة الحياة الزوجية تشير إلى المستوى الذي يصل إليه الزوجين من

إشباع ورضا لحاجاتهم النفسية والاجتماعية، كما إنه يشير إلى طبيعة العلاقة بين الزوجين وخصائصها، ويتم التعبير عنها من خلال إحساسهم بالسعادة داخل العلاقة الزوجية، وبمستوى جيد من التواصل الكفء ، والسعادة الزوجية ،والتكيف الزواجي، ومستوى عالٍ من الرضا عن العلاقة(الجوازنة، ٢٠١٩، ٣٠٠) وهذا لا يتحقق الا عندما يصل الزوجين الى درجة جيدة من الإفصاح عن الذات ؛حيث أكد النتشة، (٢٠١٥) على أن الإفصاح عن الذات صورةٍ من صور التواصل الزواجي المهمّة، التي تزيد من التفاهم بين الزوجين والتي تنقل من خلالها الأفكار والمشاعر والرغبات والاتجاهات من طرف لآخر ، كما أنه يلعب دورًا في تعزيز العلاقات الزوجية وكلما تطورت العلاقة زادت موضوعات الإفصاح عن الذات. ومن أهم المؤشرات الأولية على أن العلاقة بدأت في التدهور هو الانخفاض الحاد في الإفصاح عن الذات(الشهري ، ٢٠٢٤) ، كما أكدت الفوزان (٢٠٢٠) على أهمية الإفصاح عن الذات داخل العلاقة الزوجية فحين يُفصح أحد الزوجين عن حاجاته ورغباته، فهو بذلك يسهل على الطرف الآخر تلبية هذه الحاجات والرغبات والابتعاد عما يزعجه. كما إنه يساعد في حل الصراعات والخلافات الزوجية، وينقل العلاقة الزوجية من السطحية إلى العمق، ويزيد التوافق، ويرتفع مستوى جودة الحياة الزوجية .

- تفسير ومناقشة نتائج السؤال الخامس:

نص السؤال الخامس على على " **هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الإفصاح عن الذات والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ؟**"؛ وللاجابة علي هذا السؤال السادس تم استخدام معامل ارتباط بيرسون، ويوضح جدول (٢٧) نتائج هذا السؤال.

جدول (٢٧). معاملات ارتباط بيرسون بين الإفصاح عن الذات و الرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن= ٤٧٩).

المتغيرات		الإفصاح عن الذات		
		بعد جودة العلاقة	بعد الوعي	الدرجة الكلية للإفصاح عن الذات
الرفاه النفسي	بعد الاستقلالية	٠,١٧**	٠,١٥**	٠,١٨**
	بعد التمكين النفسي	٠,٢١**	٠,٢٢**	٠,٢٤**
	بعد النمو الشخصي	٠,١٠*	٠,١٧**	٠,١٤**
	بعد العلاقات الإيجابية	٠,٠٨NS	٠,١٣**	٠,١١*
	بعد الهدف من الحياة	٠,١٣**	٠,١٧**	٠,١٧**
	بعد تقبل الذات	٠,١٩**	٠,١٢*	٠,١٧**
	الدرجة الكلية للرفاه النفسي	٠,١٥**	٠,١١*	٠,١٥**

NS غير دالة إحصائيًا. * دالة عند مستوى دلالة ٠,٠٥. ** دالة عند مستوى ٠,٠١.

يتضح من جدول (٢٧) وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الدرجة الكلية للإفصاح عن الذات وبين الرفاه النفسي وجميع أبعاده ، أي أن كلما زادت درجة الدرجة الكلية للإفصاح عن الذات زادت درجة الرفاه النفسي وجميع أبعاده والعكس صحيح؛ حيث كانت قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للإفصاح عن الذات وكل من بعد الاستقلالية وبعد التمكين النفسي وبعد النمو الشخصي وبعد العلاقات الإيجابية وبعد الهدف من الحياة وبعد تقبل الذات والدرجة الكلية للرفاه النفسي (٠,١٨، ٠,٢٤، ٠,١٤، ٠,١١، ٠,١٧، ٠,١٧، ٠,١٥) على التوالي، وهي قيم دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠,٠٥، ٠,٠١). كما يتبين من جدول (٢٧) وجود علاقة ارتباطية موجبة بين بعدي بعد جودة العلاقة، والوعي وبين والدرجة الكلية للرفاه النفسي؛ حيث كانت قيم معاملات الارتباط (٠,١٥، ٠,١١) على التوالي، وهي قيم دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠,٠٥، ٠,٠١). لا توجد دراسة نفسية تناولت الإفصاح عن الذات وعلاقته بالرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج (في حدود علم الباحثة)، وتعزو الباحثة هذه النتيجة وتفسرها وفقًا للأطر النظرية ؛ حيث يعتبر الإفصاح عن الذات من أهم أسس الصحة النفسية حيث يساعد الزوجين على التخلص من المشاعر السلبية وتكوين مشاعر إيجابية بدلا عنها وذلك من خلال التخلص من الانفعالات والرغبات المكبوتة والتعبير عنها وبذلك يصل إلى حالة الاستقرار النفسي. فالإفصاح عن الذات يتيح للفرد الفرصة أن يثق بالآخرين لدرجة تسمح له بالبوح عن ومشاعرة الذاتية، مما يساعده على أن يتخلص من أعبائه

النفسية من خلال التنفيس الانفعالي لمشاعر مؤلمة أو مخجلة مما يحسن من صحته النفسية (13 Farber، 2006). وهذا يزيد من مستوى الرفاهية النفسية للزوجين التي تعتبر انعكاس لسعادتهم ورضاهم عن حياتهم وعن علاقاتهم الإيجابية المشبعة مع الاخرين وتقبلهم لذواتهم الجوانب الإيجابية والسلبية منها وقدرتهم على البوح بمشاعرهم وهذا ما أكدت علية دراسة (Pocher, 2022) أن الإفصاح عن الذات يُسهم بشكل إيجابي في الصحة النفسية، وأن من فوائد مشاركة الحقائق الشخصية والخاصة والأفكار والمشاعر حول الذات، وتحسين الحالة المزاجية، والتكيف بشكل أفضل مع ضغوط الحياة، والعلاقات الحميمة عالية الجودة مما يسهم في رفع مستوى الرفاهية النفسية للفرد .

- تفسير ومناقشة نتائج السؤال السادس:

نص السؤال السادس علي " **هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ؟**"؛ وللاجابة علي هذا السؤال تم استخدام معامل ارتباط بيرسون، ويوضح جدول (٢٨) نتائج هذا السؤال.

جدول (٢٨). معاملات ارتباط بيرسون بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن= ٤٧٩).

المتغيرات		جودة الحياة الزوجية				
		بعد العلاقة الحميمية	بعد المشاركة الوجدانية	بعد إدارة الحياة الزوجية	بعد الارتياح للزوج	الدرجة الكلية لجودة الحياة الزوجية
الرفاه النفسي	بعد الاستقلالية	٠,١٠*	٠,٠٢NS	٠,٢٨**	٠,١٣**	٠,٠٧NS
	بعد التمكين النفسي	٠,٠٨NS	٠,٠٩*	٠,١٥**	٠,١٧**	٠,١٦**
	بعد النمو الشخصي	٠,١٥**	٠,٠٤NS	٠,١١*	٠,٠٣NS	٠,٠٤NS
	بعد العلاقات الإيجابية	٠,١٩**	٠,٠٣NS	٠,١٤**	٠,٠٦NS	٠,٠٣NS
	بعد الهدف من الحياة	٠,١٤**	٠,٠٢NS	٠,١٩**	٠,٠٣NS	٠,٠٠NS
	بعد تقبل الذات	٠,٢١**	٠,٢٧**	٠,١٥**	٠,٢٢**	٠,٢٩**
	الدرجة الكلية للرفاه النفسي	٠,١٥**	٠,١١*	٠,١٢**	٠,١٦**	٠,١٩**

NS غير دالة إحصائيًا. * دالة عند مستوى دلالة ٠,٠٥. ** دالة عند مستوى ٠,٠١.

يتضح من جدول (٢٨) وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الدرجة الكلية لجودة الحياة الزوجية وكل من بعد التمكين النفسي وبعد تقبل الذات والدرجة الكلية للرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ، أي أن كلما زادت درجة الدرجة الكلية لجودة الحياة الزوجية زادت درجة كل

من بعد التمكين النفسي وبعد تقبل الذات والدرجة الكلية للرفاه النفسي والعكس صحيح؛ حيث كانت قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لجودة الحياة الزوجية وكل من بعد التمكين النفسي وبعد تقبل الذات والدرجة الكلية للرفاه النفسي (٠,١٦، ٠,٢٩، ٠,١٩) على التوالي، وهي قيم دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠,٠١).كما يتبين من جدول (٢٨) عدم وجود علاقة ارتباطية بين الدرجة الكلية لجودة الحياة الزوجية وكل من بعد الاستقلالية وبعد النمو الشخصي وبعد العلاقات الإيجابية وبعد الهدف من الحياة لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ؛ حيث كانت قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لجودة الحياة الزوجية وكل من بعد الاستقلالية وبعد النمو الشخصي وبعد العلاقات الإيجابية وبعد الهدف من الحياة (٠,٠٧، -٠,٠٤، ٠,٠٣، -٠,٠٠) على التوالي، وهي قيم غير دالة إحصائيًا، وتفسر الباحثة العلاقة الارتباطية بين بعدي الرفاه النفسي (التمكين النفسي ، وتقبل الذات)وبين جودة الحياة الزوجية حيث يشير الرفاه النفسي بأنه شعور إيجابي يعكس الرضا عن الحياة وتحقيق الذات والقدرة على التعامل وحب الحياة التي يعيشها الفرد فهي تعكس جودة حياته ، ويقصد بالتمكين النفسي إدراك الفرد لما يمتلكه من قدرات وسمات وتفعيلها لتوجيه للوجهة الصحيحة ليكون مؤثرا على مستوى حياته الشخصية والمجتمعية وعلى من حوله أما تقبل الذات فيشير إلى تقبل الفرد لذاته بإيجابيتها وسلبياتها ولكن تقبل الفرد لذاته لا يعني بالطبع الرضا السلبي عن الذات بل أن هذا التقبل لا يمنع من نقد الفرد لذاته ومحاسبتها وأن يقيم سلوكه باستمرار إلى أن يصل الفرد لحالة من تطوير الذات، فهو يحاول تحسينها وتطويرها من خلال التأكيد على جوانب القوة ومحاولة التغلب على النقائص ونقاط الضعف (شند واخرون ٢٠١٣) ولا شك لو ان الزوجين لديهم القدرة على التمكين النفسي و تقبل ذات بهذا المعنى فأن هذا يؤثر على جودة حياتهم الزوجية ويزيدها. أما عدم وجود علاقة ارتباطية بين أبعاد الرفاه النفسي (الاستقلالية ، النمو الشخصي ، العلاقات الإيجابية ، الهدف من الحياة) وبين جودة الحياة الزوجية ، وترى الباحثة إن قيام أحد الزوجين بالتفكير والتصرف بطرق خاصة به، وقدرته علي تنظيم سلوكه وتقييم ذاته تبعا لمعايير شخصية والتخطيط لحياته وخضوعه لمعايير موضوعية من اقتناعه الشخصي وثقته في التعامل مع البيئة بطريقته الخاصة والتي قد تختلف عن الطرف الاخر وأن

يكون له أهدافه الخاصة التي يسعى في سبيل تحقيقها، وأن يكون له علاقات إيجابية مع الآخرين لا تؤثر على الطرف الأخر ولا على جودة حياته الزوجية.

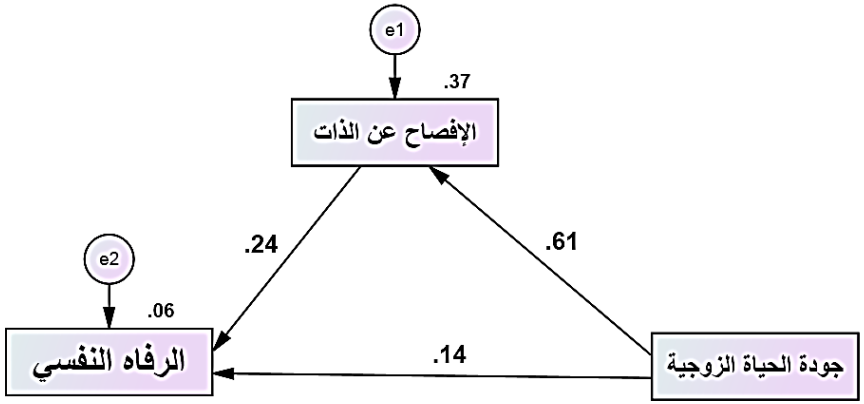
- عرض وتفسير نتائج السؤال السابع:

نص التساؤل السابع على أنه "**ما الدور الوسيط للإفصاح عن الذات في العلاقة بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين** "؛ وللإجابة علي هذا التساؤل تم استخدام تحليل المسار باستخدام برنامج الأموس IBM "Spss" Amos v23، بهدف التعرُّف علي التأثير المباشر وغير المباشر بين جودة الحياة الزوجية (متغير مستقل) والإفصاح عن الذات (متغير وسيط) والرفاه النفسي (متغير تابع) لدى عينة من الزوجات والأزواج و الزوجات السعوديين ، وقبل إجراء تحليل المسار تم استخدام معامل ارتباط بيرسون؛ للتعرف على مصفوفة معاملات الارتباط بين متغيرات الدراسة الحالية بعضها ببعض، ويوضح جدول (٣٢) مصفوفة معاملات الارتباط بين متغيرات الدراسة الحالية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين .

جدول (٣٢). معاملات ارتباط بيرسون بين الإفصاح عن الذات وجودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن= ٤٧٩).

المتغيرات	الإفصاح عن الذات	جودة الحياة الزوجية	الرفاه النفسي
الإفصاح عن الذات	١		
جودة الحياة الزوجية	**٠,٥٦	١	
الرفاه النفسي	**٠,١٥	**٠,١٩	١
** دالة عند مستوى ٠,٠١.			

يتبين من جدول (٤٩) وجود ارتباط دال إحصائيا بين جودة الحياة الزوجية (متغير مستقل) والإفصاح عن الذات (متغير وسيط) والرفاه النفسي (متغير تابع) لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ، وبناء على ما سبق أمكن استخدام تحليل المسار، وبالتالي يتم اختبار صحة النموذج المقترح؛ للتحقق من التأثير المباشر وغير المباشر من خلال البيانات التي أمكن جمعها، ويوضح شكل (٤) نموذج تحليل المسار.



شكل (٤) النموذج المقترح للتأثير المباشر وغير المباشر لجودة الحياة الزوجية والإفصاح عن الذات والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن= ٤٧٩).

يتضح من شكل (٤) وجود تأثير مباشر موجب بين جودة الحياة الزوجية والإفصاح عن الذات، ووجود تأثير مباشر موجب بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي، كذلك وجود تأثير مباشر موجب بين الإفصاح عن الذات والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ، يوضح جدول (٣٣) التأثير المباشر وغير المباشر ودلالتها الإحصائية في النموذج المقترح بين متغيرات الدراسة الحالية لدى عينة الدراسة.

جدول (٣٣). التأثير المباشر وغير المباشر ودلالتها الإحصائية في النموذج المقترح بين متغيرات الدراسة الحالية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين (ن=٤٧٩).

المسارات			نوع التأثير	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	مستوى الدلالة
جودة الحياة الزوجية	<--	الإفصاح عن الذات	مباشر	٠,٦١	٠,٧٨	٠,٠٠١
جودة الحياة الزوجية	<--	الرفاه النفسي	مباشر	٠,١٤	٠,٢٩	٠,٠١
			غير مباشر	٠,١٥	٠,٣٣	٠,٠١
			المجموع	٠,٢٩	٠,٥٢	٠٠٠
الإفصاح عن الذات	<--	الرفاه النفسي	مباشر	٠,٢٤	٠,٤٨	٠,٠٠١

يتبين من جدول (٣٣) وجود تأثير مباشر موجب بين جودة الحياة الزوجية والإفصاح عن الذات لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ، أي أن كلما زادت درجة جودة الحياة الزوجية زادت درجة الإفصاح عن الذات والعكس صحيح؛ حيث كانت بلغت نسبة التأثير المباشر (٠,٦١)، وهي قيمة دالة عند مستوى (٠,٠٠١)، في حين يوجد تأثير مباشر موجب بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة الدراسة، أي أن كلما زادت درجة جودة الحياة الزوجية زادت درجة الرفاه النفسي والعكس صحيح؛ حيث كانت نسبة التأثير المباشر (٠,١٤)، وهي قيمة دالة عند مستوى (٠,٠١)، كما يوجد تأثير مباشر موجب بين الإفصاح عن الذات والرفاه النفسي لدى عينة الدراسة ، أي أنه كلما زادت درجة الإفصاح عن الذات زادت درجة الرفاه النفسي والعكس صحيح؛ حيث كانت قيمة معامل التأثير المباشر (٠,٢٤)، وهي قيمة دالة عند مستوى (٠,٠٠١). كما يتضح من جدول (٣٣) وجود تأثير غير مباشر موجب بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين من خلال الإفصاح عن الذات؛ حيث كانت قيمة التأثير غير المباشر (٠,١٥)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (٠,٠١)، أي أن متغير الإفصاح عن الذات قوى العلاقة بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة الدراسة ؛ لأن قيمة التأثير غير المباشر بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي في حالة وجود الإفصاح عن الذات وهي (٠,١٥) أعلى من قيمة التأثير المباشر بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي وهي (٠,١٤)، وبذلك يكون إجمالي نسبة التأثيرات الدالة إحصائيًا لجودة الحياة الزوجية على الرفاه النفسي ٢٩%؛ مما يعني أن ٢٩% من العوامل المساهمة في الرفاه النفسي لدى الزوجات والأزواج و الزوجات السعوديين ترجع إلى جودة الحياة الزوجية، كما أن الإفصاح عن الذات يقوي هذا الاسهام بنسبة ١٥%، وبالتالي فإن متغير الإفصاح عن الذات يتوسط العلاقة بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ؛ فقد كان نوع الوساطة جزئية؛ لأن التأثير المباشر بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة الدراسة في وجود الإفصاح عن الذات مازال دال إحصائيًا. وتفسر الباحثة ذلك وفقًا للأطر النظرية ؛ فقد ذكر (Busband et al.,2001) أن من أهم أهداف الإفصاح عن الذَّات تطويرَ العلاقات بين الزوجين فهو يسهم في حل الخلافات والمشكلات في الحياة الزوجية ، وخاصة حين يدرك أحدُ الزوجين حاجات الطرف الآخَر ومخاوفه واحباطاته، فيكون

أكثر ميلًا للمشاركة الوجدانية وتلبية حاجات الآخَر، فترتفع جودة حياة الزوجين، ان جودة الحياة الزوجية مؤشرا قويا لاستقرار الزواج، فهي تشمل على مجموعة من عمليات تفاعل الزوجين هي : إدارة الصراع، والتواصل، وحل المشكلات، والارتباط والتعلق، والتفاعل الجنسي والعاطفة الإيجابية)، وجد من أنواع التواصل المتعلقة بجودة الحياة الزوجية إفصاح أحد الزوجين عن ذاته للطرف الآخر، وذلك حين تسهل عملية الإفصاح عن الذات لدى الزوجين يتوقع أن يكون لها تأثير إيجابي على جودة الحياة الزوجية(الفوزان ، ٢٠٢٣). كما أن الإفصاح عن الذات يحسن الرفاه النفسي حيث أن الزوجين الأكثر انخراطًا في الإفصاح عن الذات يميلون إلى إقامة علاقات جيدة مع بعضهم البعض مما قد يكون له بعض التأثير الإيجابي على رفاهم النفسية ، فالإفصاح عن الذات هو عملية أتصال تسهل الثقة والتقارب في العلاقات الشخصية (Dutton et al.,2019)، وهذا من أهم أبعاد الرفاه النفسي بالإضافة إلى تقبل الذات ، ونمو الشخصي ، والاستقلالية ، لذلك فإن متغير الإفصاح عن الذات يتوسط العلاقة بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة الدراسة .

- عرض وتفسير نتائج السؤال الثامن:

نص السؤال الثامن على "**هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الإفصاح عن الذات لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين تعزي للجنس؟**"؛ للإجابة على هذا السؤال؛ تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين للكشف عما إذا كانت هنالك فروق في متوسط درجات الإفصاح عن الذات لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس (ذكور/ إناث) كما في جدول (٢٩):

جدول (٢٩). نتائج اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لتحديد دلالة الفروق في الإفصاح عن الذات تبعاً لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة الحالية (ن= ٤٧٩).

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"
ذكور	٢٧١	٩٥,٥٢	٨,٣٣	NS١,٠٣
إناث	٢٠٨	٩٤,٧١	٨,٧٥	
NS غير دالة إحصائيًا.				

يتضح من جدول (٢٩) أن نتائج اختبار "ت "لعينتين مستقلتين قد أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقًا لمتغير الجنس (ذكور/ إناث) في الإفصاح عن الذات لدى عينة من

الأزواج و الزوجات السعوديين ؛ حيث كانت قيمة "ت" (١,٠٣)، وهي قيمة غير دالة إحصائيًا. وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة زكي (٢٠٢٠) و دراسة النملة (٢٠٢٠) ودراسة أبو سريع (٢٠٢١) التي توصلت نتائجهم إلى عدم وجود فروق في الإفصاح عن الذات تبعا لمتغير الجنس (ذكور– اناث)، وتفسر الباحثة ذلك من خلال ما أشار إليه نملة (٢٠١٥) بأن الإفصاح عن الذات يمثل الدور الوسيط النفسي لتوافق الأفراد وصحتهم النفسية بصرف النظر عن النوع (ذكر أو أنثي) فكلاهما يرغب في الوصول إلى الصحة النفسية وذلك من خلال الإفصاح عن ذواتهم ؛ والتنفيس الانفعالي الذي يمكن الفرد من التخلص من انفعالاته بالتعبير عنها لشخص أخر على درجة من الثقة مما يعيده لحالته الطبيعية من الاتزان النفسي (صغير،٢٠٢٠).

– عرض وتفسير نتائج السؤال التاسع:

نص السؤال التاسع على "**هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين تعزي للجنس ؟**"؛ للإجابة على هذا السؤال؛ تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين للكشف عما إذا كانت هنالك فروق في متوسط درجات جودة الحياة الزوجية لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس (ذكور/ إناث) كما في جدول (٣٠):

جدول (٣٠). نتائج اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لتحديد دلالة الفروق في جودة الحياة الزوجية تبعاً لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة الحالية (ن= ٤٧٩).

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"
ذكور	٢٧١	٨٦,٦١	٧,٩٩	NS٠,٧٩
إناث	٢٠٨	٨٦,٠١	٨,٤٤	
NS غير دالة إحصائيًا.				

يتضح من جدول (٣٠) أن نتائج اختبار "ت "لعينتين مستقلتين قد أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقًا لمتغير الجنس (ذكور/ إناث) في جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين ؛ حيث كانت قيمة "ت" (٠,٧٩)، وهي قيمة غير دالة إحصائيًا. وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة بلعباس (٢٠١٦) و دراسة بوثلجة و سومية (٢٠٢٢) ولدراسة أحمد و سيد (٢٠٢٢) و دراسة فوزي (٢٠٢٢) و دراسة خليل (٢٠٢٣) التي أظهرت نتائج

دراستهم عدم وجود فروق في جودة الحياة الزوجية وفقا لمتغير الجنس ، بينما أختلف هذه النتيجة مع دراسة كل من ضاهر والقماح ويوسف (٢٠١٨) التي أسفرت عن وجود فروق في جود الحياة الزوجية لصالح الزوجات ، ودراسة شلبي و الحسيني (٢٠٢٠) التي اظهرت وجود فروق في جودة الحياة الزوجية لصالح الازواج، وتفسر الباحثة هذا الاختلاف في نتائج الدراسات أنه قد يرجع لاختلاف العينة وطبيعتها ، وتعزو الباحثة نتيجة هذا التساؤل إلى أن كل من الزوج أو الزوجة لديهم القدرة والرغبة على تطوير علاقتهم والحفاظ عليها والبحث عن الطرق التي تساعد على استمرارها ، والبحث عن الحلول لمشاكلهم مما يزيد مستوى التقبل والاطمئنان والسكينة نتيجة المودة والرحمة بين الزوجين الأمر الذي يؤدي بالزوجين إلى استمرار العلاقة الزوجية وجودتها .

- عرض وتفسير نتائج السؤال العاشر:

نص السؤال العاشر على "**هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين تعزي للجنس؟**"؛ للإجابة على هذا السؤال؛ تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين للكشف عما إذا كانت هنالك فروق في متوسط درجات الرفاه النفسي لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس (ذكور/ إناث) كما في جدول (٣١):

جدول (٣١). نتائج اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لتحديد دلالة الفروق في الرفاه النفسي تبعاً لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة الحالية (ن= ٤٧٩).

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"
ذكور	٢٧١	٧٦,٣٦	٣,٩٣	NS١,٢٢
إناث	٢٠٨	٧٦,٨٣	٤,٤١	
NS غير دالة إحصائيًا.				

يتضح من جدول (٣١) أن نتائج اختبار "ت "لعينتين مستقلتين قد أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقًا لمتغير الجنس (ذكور/ إناث) في الرفاه النفسي لدى عينة من و الأزواج و الزوجات السعوديين ؛ حيث كانت قيمة "ت" (١,٢٢)، وهي قيمة غير دالة إحصائيًا. اتفقت هذه النتيجة مع دراسة كل من خطاطبه (٢٠٢٠) و أحمد (٢٠٢١) و الناصر و عياد و جاد الرب (٢٠٢٣) و سومية (٢٠٢٤) التي أظهرت عدم وجود فروق في الرفاه النفسي تعزى للجنس (ذكر / انثى) ، بينما اختلفت مع نتائج دراسة الحملاوي (٢٠١٩) التي أسفرت عن

وجود فروق بين المتزوجين وغير المتزوجين لصالح المتزوجين في الرفاه النفسي، وتفسر الباحث عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقًا لمتغير الجنس (ذكور/ إناث) في الرفاه النفسي لدى عينة الدراسة أن الرفاه النفسي كما اشار إليه (1989)Ryff بأنه مفهومًا متعددة الأبعاد يعكس تقييمات الأفراد الإيجابية لأنفسهم وجودة حياتهم، المتمثلة في تقبل الذات والقدرة على تكوين علاقات إيجابية مع الآخرين والاستقلالية والسيطرة على البيئة ووجود هدف في الحياة والنمو الشخص وتتشابه عينة الدراسة في ذلك نظرًا لتشابها وتقاربها إلى حدًا ما في بعض الخصائص الديموغرافية ، مما يعني وجود تقارب في النضج والخبرة والظروف البيئية وبالتالي تقييم وإدراك الرفاه النفسي من وجهات نظر متقاربة أيضا.

خلاصة النتائج :

١-وجود مستوى مرتفع من الإفصاح عن الذات وأبعاده وجودة الحياة الزوجية وأبعادها والرفاه النفسي وأبعاده ماعدا بعد العلاقات الإيجابية وبعد الهدف من الحياة لدى عينة من الأزواج و الزوجات السعوديين .

٢- وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية للإفصاح عن الذات وبُعديه (جودة العلاقة و الوعي) وبين الدرجة الكلية لجودة الحياة الزوجية لدى عينة الدراسة .

٣-وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الدرجة الكلية للإفصاح عن الذات وبين الرفاه النفسي وجميع أبعاده الزوجية لدى عينة الدراسة.

٤- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الدرجة الكلية لجودة الحياة الزوجية وكل من بعد التمكين النفسي وبعد تقبل الذات والدرجة الكلية للرفاه النفسي لدى عينة الدراسة .

٥- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقًا لمتغير الجنس في الإفصاح عن الذات و جودة الحياة الزوجية الرفاه النفسي لدى عينة الدراسة .

٦- وتوصلت الدراسة أيضا إلي ان متغير الإفصاح عن الذات يتوسط العلاقة بين جودة الحياة الزوجية والرفاه النفسي لدى عينة من الأزواج والزوجات السعوديين.

التوصيات :

١- إعداد برامج ارشادية للمتزوجين والمقبلين على الزواج لتدريبهم على طرق الإفصاح عن الذات وتحسين جودة حياتهم الزوجية.

٢- تفعيل دور وسائل الأعلام في التوعية بضرورة أخذ الاستشارة من الجهات المختصة في حالة وجود مشكلات وصراعات في الأسرة تقلل من جودتها وتؤثر على العلاقة بين الزوجين .

٣- ضرورة تعزيز الرفاه النفسي لدى الزوجين لرفع جودة حياتهم.

المقترحات البحثية :

تقترح الباحثة اجراء الدراسات الآتية:

١- العلاقة بين الافصاح عن الذات وبعض المتغيرات الديموجرافية الاخرى مثل العمر – المستوى الاجتماعي – المستوى الاقتصادي ، المستوى التعليمي –مدة الزوج).

٢- القيام بدراسة الافصاح عن الذات وجودة الحياة والرفاه النفسي على عينات مختلفة .

٣- العلاقة بين الإفصاح وسمات شخصية الزوجين .

٤- العوامل التي تسهم في رفع جودة الحياة الزوجية في البيئة السعودية .

٥- العلاقة بين جودة الحياة الزوجية والاستقرار النفسي للأبناء.

٦- العوامل التي تساهم في رفع الرفاه النفسي .

المراجع

المراجع العربية:

أبو سريع ، أسامة (١٩٩٣). *الصداقة من منظور علم النفس*. مجلة عالم المعرفة. الكويت: عدد نوفمبر ١٧٩.

أبو سريع ، عائشة أحمد. (٢٠٢١). الإفصاح عن الذات وعلاقته بأساليب التعلق في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية لدى طلاب الجامعة .*المجلة المصرية للدراسات النفسية*،٣١ (١١٠)، ٣٥٩-٤٠٠.

أبو حلاوة ،محمد السيد(٢٠١٥): جودة الحياة ،المفهوم و الأبعاد ، ورقة عمل مقدمة ضمن فاعلية – المؤتمر العلمي السنوي لكلية التربية، ١٥.

أبو عاصي، ضياء (٢٠١٢) .*فعالية برنامج تدريبي لتحسين جودة الحياة النفسية للأطفال ضعاف السمع*، (رسالة ماجستير)، جامعة قناة السويس، كلية التربية بالعريش، القاهرة.

أحمد ، عبد الرحمن صبّاح، رنين(٢٠٢١) .التشوهات المعرفية وعلاقتها بالاتجاهات نحو الزواج والرفاهية النفسية وفقاً للحالات الزواجية في محافظات شمال الضفة الغربية،(الأطروحة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي) ، كلية الدراسات العليا .جامعة النجاح الوطنية في نابلس، فلسطين.

أحمد.، بدرية كمال و سيد ، وفاء محمد سيد (٢٠٢٢). جودة الحياة الزوجية وتأثيرها على الأبناء ، *المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة* ،جامعة المنصورة ، ٨(٣)،٢٧٣-٢٩٣.

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

بلعباس، نادية (٢٠١٦) *انماط الاتصال وعلاقتها بجودة الحياة الزوجية*،(أطروحة لنيل شهادة دكتوراه علوم في علم النفس الأسري)، كلية العلوم الاجتماعية ، قسم علم النفس وعلوم التربية ،جامعة وهران .

بني سلامة، هدى. (٢٠٢٠). كشف الذّات وعلاقته بالشعور بالنقص لدى النساء اللائي تزوّجن زواجاً مبكراً في عمان، *مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*، ٢٨ (٦)، ٤٧٠- ٤٨٤.

بوثلجة.، شهيناز و بوعرفة، سومية (٢٠٢٢) .*سمات ا لشخصية المنبئة بجودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج دراسة ميدانية حول جودة الحياة الزوجية* (Doctoral dissertation,) جامعة ابن خلدون تيارت.

بوعيشة، آمال (٢٠١٤).*جودة الحياة وعلاقتها بالهوية النفسية لدى ضحايا الإرهاب بالجزائر*، رسالة دكتوراه، جامعة محمد خضير، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، الجزائر، ٨٢.

تيغزة، أمحمد بوزيان (٢٠١٢). *التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي*. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع. تعداد السعودية. (٢٠٢٢)
https://portal.saudicensus.sa/portal/public/1/15?type=TABLE

الجامع ، أسامة بن عبدالرؤوف و القرني ، محمد بن سالم (٢٠٢٤). العوامل الديموغرافية وأثرها على جودة الحياة الزوجية وعلاقتها بالاختلالات الزواجية لدى عينة من الأزواج المضطربين في العيادات النفسية .*المجلة العربية للآداب والدراسات الإنسانية* ، ٨(٣٢)، ٤١-٧٤.

الجند، نبيل جبرين ، عبدت لاحمة، جبارة (٢٠١٧) .درجات الشعور بالعافية النفسية لدي طلبة الجامعات الفلسطينية في محافظة الخليل، *مجلة الدراسات التربوية و النفسية*، سلطنة عمان، ١١ (٢)، ٣٣٧-٣٥١.

الجوازنه، بهاء أمين (٢٠١٩). فاعلية برنامج إرشادي واقعي في تنمية الجودة الزواجية والمهارات الاجتماعية لدى المتزوجات حديثا في محافظة الكرك، *دراسات العلوم التربوية*، ٤٦ (٢) ، ٣٠٣.

حليم، شيرى مسعد. (٢٠٢١). الافصاح عن الذات عبر مواقع التواصل الاجتماعي والمساندة الاجتماعية والقلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة .*مجلة كلية التربية في العلوم النفسية* ، ٤٥(١)،١٥-١٠٢.

خرنوب، فنون (٢٠١٦)، الرفاهية النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي والتفاؤل : *مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس* ١٤ (١) ٢٢١-٢٢٢.

خطاطبه، يحيى مبارك (٢٠١٩). مهارات إدارة الذات وعلاقتها بالرفاهية النفسية لدى طلبة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية .*مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*، (٥٤).

دوكم ، أنيسة عبده و الرّسمي، ياسمين على ناصر (٢٠٢٢)، الكمالية لدى الطالبات المتفوقات دراسياً في كلية التربية جامعة بيشة وعلاقتها بكل من استراتيجيات تنظيم الانفعالات ومستوى الإفصاح عن الذات .*مجلة جامعة السعيد للعلوم الانسانية و التطبيقية*، ٥(٣)، ٨٤-١٢٤.

رمضان بشير، إيمان (٢٠٢٤). دور التعقل والرحمة بالذات في التنبؤ بالرفاه النفسي لدى عينة من الراشدين .*المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي* والإرشادي، ١٢ (١)،١-٢٧.

زكي ، جيهان زاحم محمد (٢٠٢٠). الاحتراق النفسي وعلاقته بالإفصاح عن الذات لدى معلمي المرحلة الابتدائية . *مجلة كلية للدراسات الانسانية*،١ (٤)،٤٧٩-٥١٢.

زلوف، فائزة، وحفيظة، بن الشيخ (٢٠١٩) *الذكاء الانفعالي وعلاقته بالرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة، مشروع تخرج بكالوريوس غير منشور)*، جامعة محمد بوضياف المسيلة: الجزائر.

الزهراني، أحلام و الكشكي، مجدة (٢٠٢٠) . الرفاهية النفسية وعلاقتها بإدارة الذات لدى عينة من الطالبات ذوات الإعاقة بجامعة الملك عبد العزيز، *مجلة الملك عبد العزيز للآداب والعلوم الانسانية* ، ٢٨ (١٣)، ٢٢٠-٢٤٥.

سعد، إبراهيم محمد (٢٠٢٠). الاسهام النسبي لتمايز الذات في الرفاه النفسي والخرس الزواجي لدي المتزوجين *مجلة العلوم التربوية. (٣)*٢٨، ٤١-٨٧.

سومية، عبد الحاكم (٢٠٢٤).*الوفاه النفسي وعلاقته بالتفاؤل لدى أساتذة التعليم الثانوي-دراسة ميدانية بثانويتي بلدية حاسي القارة ولاية المنيعة* ,(Doctoral dissertation)، جامعة غرداية.

شلبي، أشرف محمد علي علي، و الحسيني، محمد حسين محمد سعدالدين (٢٠٢٠). الحب والمرونة النفسية كمتغيرات منبئة بجودة العلاقة الزوجية لدى عينة من الأزواج والزوجات من مرحلة الرشد .*المجلة العلمية بكلية الآداب*، (٣٨) ، ١٠١-١٣٦.

شند، سميرة محمد و هيبة، حسام إسماعيل و سلومة، حنان سلامة (٢٠١٣) .مقياس الرفاهية النفسية للشباب الجامعي، *كلية التربية جامعة عين شمس*، مجلة الإرشاد النفسي ،(٣٦)، ٦٧٣- ٦٩٤.

الشهري ، شهرة عبد الرحمن عثمان (٢٠٢٤). *أنماط التعلق الوجداني وعلاقته بالإفصاح عن الذات واليقظة الذهنية البينشخصية لدى عينة من الأزواج في المجتمع السعودي* ، [رسالة دكتوراه غير منشورة] جامعة الملك عبد العزيز ، المملكة العربية السعودية .

الشهري، يزيد بن محمد حسن (٢٠٢٤). فاعلية برنامج ارشادي معرفي سلوكي قائم على اليقظة العقلية لعلاج اضطراب ما بعد الصدمة لدى المطلقات بمنطقة مكة المكرمة. *Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences,* (109), 161-200.

الشهري، شهرة عبد الرحمن عثمان. (٢٠٢٤). *أنماط التعلق الوجداني وعلاقته بالإفصاح عن الذات واليقظة الذهنية البينشخصية لدى عينة من الأزواج في المجتمع السعودي*. رسالة مقدمة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الدكتوراه في الفلسفة تخصص علم نفس الأسرة والزواج، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة الملك عبد العزيز.

شيخي، مريم (٢٠١٤). *طبيعة العمل و علاقتها بجودة الحياة ، دراسة ميدانية في ظل بعض المتغيرات* ، –

رسالة ماجستير ، كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية ،جامعة أبي بكر بلقايد ، تلمسان.

الصامدي ، أحمد والجهوري ، هلال (٢٠١١). التوافق الزواجي لدى عينة من العاملين في قطاعي الصحة والتعليم في سلطنة عمان ، *دراسات نفسية وتربوية*، ٤(٢)، جامعة اليرموك الاردن،١-٢٤.

صغير، عبلة (٢٠٢٠). الإفصاح عن الذات وعلاقته بأنماط التعلق وبعض المتغيرات الديموجرافية لدي طلبة المرحلة الثانوية. *دراسات تربوية ونفسية. مجلة كلية التربية بالزقازيق*، ٤ (٨)، ٢٢١-٢٧٣.

ضاهر، شيماء أحمد محمد و القماح، إيمان محمود عبدالحميد، و يوسف، ماجي وليم. (٢٠١٨). أساليب التواصل كمنبئ بجودة الحياة لدى الأزواج. *مجلة البحث العلمي في الآداب*، ١٠ (١٩)، ٩٧ - ١٢٢.

الضمور ، سحر محمد. (٢٠٢٣). التنظيم الانفعالي وعلاقته بالرفاهية النفسية لدى المتزوجين حديثًا.(3)*Amman Arab University Journal*, *8* .

عبد اللطيف محمد، رمضان (٢٠١٢). الإفصاح عن الذات وعلاقته بالاكتئاب وفاعلية برنامج للتدريب على الإفصاح عن الذات في خفض الاكتئاب لدى الأزواج .*المجلة التربوية لكلية التربية بسوهاج*، ٣٢ (٣٢)،٣١٩-٣٥٨.

عبد الوهاب محمود، ا يمان . (٢٠٢١). مستوي الرفاهية النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى عينة من أطفال المرضي بالسكري . *مجلة الخدمة النفسية*، ١٤ (١)، ٢٥٦-٢٩١.

عرفة، نورا محمد. (٢٠٢٤). برنامج إرشادي تكاملي للتدريب على الإفصاح عن الذات في خفض الاغتراب النفسي لدى عينة من الشباب الجامعي .*المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٣٤ (١٢٢)، ٣٨١-٤٧٦.

عمار، طاهر سعد حسن (٢٠١٦) أثر بعض تدخلات علم النفس الإيجابي في تنمية الإحساس الذاتي بالوجود الممتلئ لدي عينة من طلاب المدارس. *مجلة الإرشاد النفسي مصر*، (٤٦)، ٣٠٩-٣٤٠.

عمران، فاطمة محمد علي (٢٠٢٣). النموذج البنائي للعلاقة بين ظاهرة الخداع والإفصاح عن الذات والهناء الذاتي لدى عينة من طلاب كلية التربية وطلاب الدراسات العليا في ضوء بعض المتغيرات المعدلة .*مجلة الإرشاد النفسي* ، ٧٥ (١)، ٩٥-١٨٥.

الفوزان، رحاب و عبد المعطي، السعيد (٢٠٢٠). جودة الحياة الزوجية وعلاقتها بالإفصاح عن الذات لدى المتزوجين في مدينة الرياض. *مجلة كلية التربية*، ١٨ (٢)، ٤٦٨-٥٠٩.

فوزي، نيفين. (٢٠٢٢). الأداء الوظيفي الأسري وعلاقته بجودة الحياة الزوجية لدى عينه من الازواج والزوجات .*مجلة كلية الآداب الزقازيق*، ٤٧ (١٠٠)، ١٢٨-١٦٢.

القيسي، لما ماجد و الرفوع، عدلة سليمان (٢٠٢١). الرضا الزواجي وعلاقته بالصحة النفسية لدى العاملين في جامعة الطفيلة التقنية. *مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية*، ١٥ (٦)، ١١٦-١٤٦.

الكشكي، مجدة السيد. (قيد النشر). **مقياس الرفاهية الحياة النفسية لراف**. القاهرة: مكتبة الانجلو.

الكطراني، إكثار خليل إبراهيم. (٢٠٢٣). الكدر الزواجي وعلاقته بجودة الحياة الزوجية لدى المتزوجين والمتزوجات. *المجلة الدولية أبحاث في العلوم التربوية والإنسانية والآداب واللغات*، (٢٥) ، ٩٠ - ١٠٥.

لكحل ، كريمة (٢١١٤) . جودة الحياة لدى المتعاقدين دراسة استكشافية على عينة من المتعاقدين – بمدينة ورقلة ،رسالة ماستر كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية ، الجزائر.

المحفوظ، صبا (٢٠١٨). الرفاهيةالنفسية لدى معلمات رياض الاطفال. *مجلة دراسات تربوية ١١* (٤٤).

محمود، إيمان عبدالوهاب (٢٠٢١). مستوى الرفاهية وعلاقتها بجودة الحياة لدى عينة من أطفال المرضى بالسكري. *مجلة الخدمة النفسية*،(١٤) ، ٢٥٦ - ٢٩١.

مرسى ، صفاء إسماعيل (٢٠٠٤). *بعض المتغيرات النفسية الاجتماعية المرتبطة بالاختلالات الزواجية*، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب، جامعة القاهرة.

مسعود عمر محمد ، فاطمة(٢٠٢٣). التسامح وعلاقته بجودة الحياة الزوجة لدى المتزوجين، *مجلة جامعة سبها للعلوم الإنسانية*، ٢٢ (١)، ١-٩.

منصور، منال علي الحملاوي (٢٠١٩). أساليب مواجهة الضغوط كمتغير وسيط بين رأس المال النفسي والرفاه النفسي للمعلمين .*دراسات نفسية* ,٢٩ (٢)،٢٢٧-٣١٧.

الناصر، طيبة جاسم و عياد، فاطمة سلامة و جاد الرب، هشام فتحي (٢٠٢٣). الإبداع الضمني وعلاقته بالرفاه النفسي لدى طلبة جامعة الكويت، *مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس*،١٤٦ (١) ، ٢٧٨-٢٦١.

النتشة، رغدة عبد الحميد. (٢٠١٥). *فنيات الحوار وعلاقتها بالسعادة الزوجية من وجهة نظر الأزواج أنفسهم في مدينتي الخليل والقدس* [رسالة ماجستير منشورة]. جامعة القدس، مستودع جامعة القدس.

النملة. عبد الرحمن بن سليمان (٢٠٢٠). الإفصاح عن الذات، وعلاقته بكل من المساندة الاجتماعية، ووجهة الضبط لدى طلاب وطالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية .*مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*،(٤٠)،١-٤٠.

يحيي ، صلاح عمر سليمان (٢٠٢٢). الطلاق العاطفي وأثره على جودة الحياة النفسية لدي عينة من المترددات على محاكم الأسرة ، .*مجلة المعهد العالي للدراسات النوعية* ، ٢ (٢)، ٩٧٩-١٠٢٥.

المراجع الاجنبية:

Al Mufarreh, R. (2023). How much, what and how: three-dimensional discourse analysis of Saudi women and men's self-disclosure. *Saudi Journal of Language Studies*, *3*(4), 200–219. https://doi-org.sdl.idm.oclc.org/10.1108/SJLS-04-2023-0016

Altman, Irwin & Taylor, Dalmas (1973): Social Penetration, The Development Inter Personal Relation Ships, New York :Holt Rinehart\among University Students, Procedia Social And Behavioral Sciences 15.

Amati, R., & Hannawa, A. F. (2014). Relational Dialectics Theory: Disentangling Physician-Perceived Tensions of End-of-Life Communication. *Health Communication*, 29(10), 962–973. https://doi-org.sdl.idm.oclc.org/10.1080/10410236.2013.815533

Busby, D. M., Holman, T. B., and Taniguchi, N. (2001). Relationship evaluation of the individual, family, cultural and couple contexts. *Family Relations*, (50), 308 - 316.

Çağ, P., & Yıldırım, İ. (2017) Eşe Kendini Açma Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması Spousal Self-Disclosure Scale: Validity and Reliability Study. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi,*, *7*(39), 13-23.

Çag, P., & Yildirim, I. (2018). The Mediator Role of Spousal Self-Disclosure in the Relationship between Marital Satisfaction and Spousal Support. *Educational Sciences: Theory and Practice*, *18*(3), 701–736.

Charles, S. C., & Eddie. H. J. (2009). Anger is an approach-related affect: evidence and implications. *American Psychological Association, 135* (2). 183-204.

Consedin, S. Sabag-Cohen,S. and Krivoshekova, S. (2007). Ethnic gender and socioeconomic differences in young adults self-disclosure who discloses what and to whom?. Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology, *13*(3), 254-263.

Diener, E. (2009): Subjective well-being. In E. Diener (Ed.). The science of Well-being (pp.11-58): New York: Spring.

Farber, B.A. (2006). *Self-disclosure in psychotherapy*. Guilford Press.
https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069.

Masaviru, M. (2016). Self-Disclosure: Theories and Model Review.*Journal of Culture, Society and Development, 18*, 43-47.

Poucher, J., Prager, K. J., Shirvani, F., Parsons, J., & Patel, J. (2022). Intimacy, Attachment to the Partner, and Daily Well-Being in Romantic Relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, *39*(6), 1575-1601.

Ryff C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. Personality and Social Psychology, *57*(6),1069-1081.

Ryff, C., & Singer, B. (2008). Know thyself and become what you are: An eudemonic approach to psychological Wellbeing. *Journal of Happiness Studies,* 9, 13- 39.

Seiler, W.J. & Beall, M.L. (2005).*Communication: Making connections*. Pearson/ Allyn & Bacon.

Singh, Yogita & Gupta, Vandana & Srivastava, A. (2023). Marital Conflict, Health, and Well-Being Among Couples. The International Journal of Indian Psychology. 11. 1098-1110.

Weidenbach, Joshua. (2013). Determining personality's effect onpremarital cohabitation and subsequent marital quality and stability. Unpublished Ph.D. Dissertation, Califonia University, Califonia.

Williams, K. (2003). Has the future of marriage arrived? Acontemporary examination of gender, marriage and psychological well-being. Journal of Health and Social Behavior,(44), 470-487.