

2021

## The effectiveness of a counseling program based on positive psychology to reduce emotional divorce among a sample of women

Aseel Raif Qanaze  
aqanaze90@gmail.com

Follow this and additional works at: [https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jaaru\\_rhe](https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jaaru_rhe)



Part of the [Education Commons](#)

---

### Recommended Citation

Qanaze, Aseel Raif (2021) "The effectiveness of a counseling program based on positive psychology to reduce emotional divorce among a sample of women," *Journal of the Association of Arab Universities for Research in Higher Education* (مجلة اتحاد الجامعات العربية (للبحوث في التعليم العالي): Vol. 41: Iss. 4, Article 9. Available at: [https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jaaru\\_rhe/vol41/iss4/9](https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jaaru_rhe/vol41/iss4/9)

This Article is brought to you for free and open access by Arab Journals Platform. It has been accepted for inclusion in Journal of the Association of Arab Universities for Research in Higher Education (مجلة اتحاد الجامعات العربية (للبحوث في التعليم العالي by an authorized editor. The journal is hosted on [Digital Commons](#), an Elsevier platform. For more information, please contact [rakan@aarj.edu.jo](mailto:rakan@aarj.edu.jo), [marah@aarj.edu.jo](mailto:marah@aarj.edu.jo), [u.murad@aarj.edu.jo](mailto:u.murad@aarj.edu.jo).

## فاعلية برنامج إرشادي قائم على علم النفس الإيجابي لخفض الطلاق العاطفي لدى عينة من النساء\*

### The effectiveness of a counseling program based on positive psychology to reduce emotional divorce among a sample of women

**Aseel Raif Qanaze**

The World Sciences & Education University  
Hashemite Kingdom of Jordan  
aqanaze90@gmail.com

**أسيل رائف عبد الغني قنازع**

جامعة العلوم الإسلامية  
المملكة الأردنية الهاشمية  
aqanaze90@gmail.com

#### Abstract

The study aimed to reveal the effectiveness of a counseling program based on positive psychology to reduce emotional divorce. The study sample consisted of (30) women from the Association of the Jordanian Women's Solidarity Institute. The study used the emotional divorce scale, and the counseling program based on positive psychology (all prepared by the researcher). The study followed the quasi-experimental approach, and the study concluded that there were no statistically significant differences at the level ( $\alpha = 0.05$ ) between the performance averages of the experimental and control groups in the tribal application on the emotional divorce scale due to the counseling program, and there were statistically significant differences between the average scores of the group members. The experimental and control group on the total score of the dimension of emotional divorce scale due to the interaction between the effect of the program and the variables (educational level, number of years of marriage, and age group) in favor of the experimental group.

Keywords: counseling program, positive psychology, emotional divorce.

#### الملخص

هدفت الدراسة الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي قائم على علم النفس الإيجابي لخفض الطلاق العاطفي، وتكونت عينة الدراسة من (30) سيدة من جمعية معهد تضامن النساء الأردني، واستخدمت الدراسة مقياس الطلاق العاطفي، والبرنامج الإرشادي القائم على علم النفس الإيجابي (جميعها من إعداد الباحثة)، واتبعت الدراسة المنهج شبه التجريبي، وتوصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ( $\alpha=0.05$ ) بين متوسطات أداء أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق القبلي على مقياس الطلاق العاطفي تعزى للبرنامج الإرشادي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على الدرجة الكلية لمقياس الطلاق العاطفي البعدي تعزى للتفاعل بين أثر البرنامج ومتغيرات (المستوى التعليمي، وعدد سنوات الزواج، والفئة العمرية) لصالح المجموعة التجريبية.

كلمات مفتاحية: البرنامج الإرشادي، علم النفس الإيجابي، الطلاق العاطفي..

\* بحث مستقل من أطروحة الدكتوراه

## مقدمة

تعد الأسرة المكون الرئيس للمجتمعات، إذ إن سلامة الأسرة وتمتعها بالتوافق الأسري، يعود على المجتمع بالنفع الكبير، ويسهم في تطوير المجتمع ورفقه، وهذا يتشكل من التفاهم والتناغم والتوافق بين الزوجين في الأسرة.

وللحياة الزوجية مسئوليات وواجبات، ولضمان استمراريتها ونجاحها في شتى مجالات الحياة، لابد من المزيد من الجهد والتضحية، ولذا كان لابد أن يحلل كل زوج سلوكه اليومي ويتأمل فيه حتى يرى ماذا فعل من أجل الطرف الآخر وماذا قدم له من العون والتعاون والمحبة والتضحية (العيسوي، 2004).

والتوافق في العلاقة الزوجية يناظره التوافق في أي علاقة إنسانية أخرى، فالزواج الذي يتحقق عن طريق معيشة فردين من جنسين مختلفين في قرب مكاني، هو أمر شائع وله طابع ارتباطي، يصعب انهيأه بسبب نوع العلاقة الرسمية والعننية التي يقوم بقاؤه عليها. والارتباط هنا معناه أن أعضاء (الزوجين) يعملان بصفتهما وحدة واحدة، ومن ثم يصبح الاتفاق بينهما شيئاً أساسياً، فكل قرار يتخذ يجب أن يتضمن متطلبات كل من الزوجين ورغباتهما، ولهذا فإن الرابطة الزوجية تعمل على تحديد مستوى التوافق وطبيعة العلاقة الزوجية (الدهري، 2008).

قد يواجه الأزواج العديد من المشاكل الزوجية بعد فترة من الزواج، خاصة وأن الأسرة العربية كثيراً ما تواجه إحباطات في الحياة تعيق تحقيق طموحاتها في تربية أبنائها على التعليم الجيد الذي تطمح إليه الأسرة، وهذا لا يعني أن الزواج لا يمر ببعض المشاكل والخلافات الناجمة عن ضغوطات الحياة اليومية (الجندي وأبو زنيد، 2017).

وتُعد الطلاق العاطفي من المواضيع التي لا يفصح عنها الأزواج، لأن الموضوع يعتبر مسألة ذاتية لا يحق للأخريين الاطلاع عليها (الجندي، 2017).

وقد يكون الطلاق غير المعلن من جهة، وتختلف خطورته باختلاف أسبابه، وترتبط إمكانية إصلاحه بشكل مباشر بخطورة الأسباب المؤدية إليه، مما يقتضي الوقوف معه مدة طويلة، وقد يكون نتيجة عدم اقتناع المرأة بكفاءة زوجها في لعب دور الرجل أمامها أو عدم اقتناع

الرجل بأهلية زوجته للعب دور الزوجة أمامه، ويسمى أحياناً الزواج غير الممارس، ونقصه به أن الزواج المستمر بدون علاقة جنسية، وهذا عادة ما يكون مقدمة للطلاق أو ربما الهجر الذي يسبق الطلاق النهائي (هادي، 2012).

وفي الطلاق العاطفي يفقد الزوجين الحوار الهادف، ويظهر مستوى عال من المواجهات والصدمات، تؤدي إلى عدم التكيف مع متطلبات العصر، وكذلك عدم إشراك كل من الزوجين مع الآخر في مواجهة مشاكل الحياة مما يؤدي إلى فقدان الانتماء الذاتي بينهما، حيث أن التوافق الزوجي مرتبط بالانسجام العاطفي بين الزوجين، مما يضيء سمات التوافق الزوجي، بينما الطلاق العاطفي هو نتيجة لغياب الحب والمودة بين الزوجين (Amiri, et al, 2015).

وللخلافات الزوجية أسباب عديدة منها؛ فارق السن الكبير بين الزوجين، السكن مع أهل الزوج، العنف بين الزوجين بأشكاله كافة، قلة الكفاءة في أداء الأدوار الزوجية، إهمال الزوجة لنفسها في مظهرها وزينتها، افتقار أحد الزوجين أو كلاهما إلى استخدام مهارات التواصل أو مهارات حل المشكلات، إضافة إلى الإدمان على الكحول والمخدرات (السدحان، 2010).

وهناك العديد من النظريات التي تناولت الطلاق العاطفي، ومنها:

أولاً: النظرية البنائية الوظيفية: يؤكد أنصار النظرية البنائية الوظيفية أن البناء الاجتماعي يتكون من مجموعة من النظم الاجتماعية المترابطة كالنظام السياسي والاقتصادي والديني والتعليمي والأسري والعلاقة بين هذه النظم تقوم على الترابط والتساند والاعتماد المتبادل بين الأجزاء، ويحرص المجتمع على تحقيق هذا التوازن بين هذه النظم، ولكل جزء من أجزاء البناء دور ووظيفة يؤديها تساعد على استمرار البناء، وأن الهدف الرئيس لجميع النظم الاجتماعية هو المحافظة على استمرار هذا البناء واستقراره، لذا فإن حدوث الطلاق معناه وجود خلل في النظم الاجتماعية المختلفة وعجزها عن القيام به بوظائفها وأدوارها المتوقعة منها، مثل وجود البطالة أو الفقر أو ضعف الوازع الديني أو عدم الاستقرار السياسي وغيرها مما ينعكس على الأسرة ويؤدي إلى حدوث الطلاق (الخطيب، 2007).

رابعاً: نظرية العلاج العقلاني الانفعالي: وصاحب هذه النظرية هو ألبرت أليس، حيث أورد إحدى عشر فكرة غير عقلانية تكمن وراء السلوك المضطرب، وقد تنشأ أفكار غير عقلانية بين الأزواج، مثل مقارنة الشريك بالآخرين، مما يؤدي إلى عدم القناعة بالشريك أو إثارة الشعور بالحساسية الزائدة تجاه هذا الشريك، كذلك الشعور بالحب المثالي بين الأزواج قد يؤدي إلى آثار سلبية في العلاقات الأسرية، حيث إن طرق الإدراك والتفسير والتقييم للأحداث من قبل الزوجين معاً لها دور في الكشف عن طبيعة علاقتهم، وتؤثر على نوعية هذه العلاقة (Corey, 2013).

خامساً: نظرية الحاجات لموراي: يرى موراي أن الحاجات النفسية أكثر غموضاً وتعقيداً من الحاجات الأولية للإنسان، والحاجات العاطفية للزوجية هي جوهر الإشباع المتبادل بين الزوجين، وفي الوقت نفسه قد تكون أساس الخلافات الزوجية والتي لا يدركها الزوجان بوضوح إلا بعد أن تتفاقم وتأخذ مظاهر أخرى كجرح الكبرياء والطموح فكل واحد من طرفي العلاقة له حاجات عاطفية يتوقع أن تشبع من الطرف الآخر، فإن معرفة مدى التفهم المتبادل للحاجات التي يتمناها كل طرف من الآخر هي الجوهر والرابطة المتينة التي تؤمن استمرار الحياة الزوجية (باصويل، 2008).

سادساً: نظرية التحليل النفسي: وفقاً لنظرية التحليل النفسي فإن التعاسة التي يخبرها الزوجان والتي تؤدي إلى الطلاق العاطفي ترجع إلى الاختلاف بين المطالب الشعورية والمطالب اللاشعورية، وتؤكد النظرية على دور العوامل اللاشعورية في دفع الفرد لاختيار شريك حياته فقد يحب الشاب فتاة لأنها تشبه أمه، فإذا لم تتمكن الزوجة من القيام بدور الأم الكامل المشبع لرغبات الزوج يشعر بالاستياء والضجر وتكون نهاية هذا الزواج بالطلاق العاطفي (كفاي، 2012).

ويعد علم النفس الإيجابي علماً حديثاً وثيق الصلة بالإرشاد النفسي والتربوي، فهما مكملان لبعضهما بعضاً، إذ يركزان على الجوانب الإيجابية في حياة الفرد وهدفهما الأسى حماية الناس من الاضطرابات النفسية قبل الوقوع فيها، إذ إن مفاهيم ومبادئ واستراتيجيات علم النفس الإيجابي التي تركز على نقاط القوة في شخصية

ثانياً: نظرية التفاعل الرمزي: حول موضوع العلاقة بين الأزواج، تعدد من أكثر النظريات استخداماً في الدراسات العائلية، وقد عنيت هذه النظرية ببحث مسألتين رئيسيتين هما: التنشئة الاجتماعية وتكوين الشخصية، وعند استخدام هذه النظرية في دراسة العائلة فإن الاهتمام يوجه لدراسة العلاقات الشخصية بين الزوجين، وبينهما وبين الأبناء، كما يهتم بأنماط التوقع والاعتماد المتبادل والتوافق الجنسي بين الزوجين ودور كل منهما وتوقعات تلك الأدوار.

حيث يفترض التفاعليون الرمزيون بأن العالم الرمزي والثقافي يختلف باختلاف البيئة الاجتماعية والفكرية أو حتى التطبيقية للأفراد، وفي ضوء هذه الفرضية يهتم دارسو الأسرة بطبيعة الاختلاف بين العالم الرمزي للزوج والزوجية، وتأثير هذا الاختلاف على تحديد توقعات أدوارهما وعلى مجريات التفاعل بينهما، وأشارت الدراسات في هذا الصدد أنه كلما كان العالم الرمزي مختلفاً ومتبايناً (كما يحدث في الزوجيات بين أفراد ينتمون إلى بيئات لغوية وثقافية مختلفة)، كلما تبلورت توقعات الأدوار بينهما بشكل ضعيف وبطيء، ولذلك فإن التفاعل يشهد ضروباً من التوتر والصراع ويحدث العكس في حالة اشتراك الطرفين في عالم رمزي واحد (كفاي، 1999).

ثالثاً: النظرية الوظيفية: يرى أنصار هذه النظرية أن لكل فرد في المجتمع مجموعة من الاحتياجات الغريزية والاجتماعية والعاطفية التي يسعى إلى إشباعها، ويحاول كل مجتمع إشباع هذه الاحتياجات عن طريق النظم الاجتماعية المختلفة، واستمرار أي نظام مرهون بالوظائف التي يؤديها لإشباع هذه الحاجات، وإذا فقد هذا الجزء وظيفته انتهى وزال. والأسرة وفقاً لهذه النظرية جزء من البناء الاجتماعي، لها عدة وظائف هامة تساعد على استمرار المجتمع، مثل إنجاب القوى البشرية، ومساعدة الأفراد على التكيف مع البيئة الطبيعية والاجتماعية المحيطة بهم، وإعداد الأفراد لأدوارهم المستقبلية، وإشباع احتياجات أفرادها الطبيعية، وغرس قيم المجتمع وثقافته في الأفراد، وتخفيف الضغوط التي قد يواجهها الأفراد أثناء تأديتهم لأدوارهم الاجتماعية، وإذا لم تستطع الأسرة تحقيق هذه الوظائف؛ فإن أحد الزوجين أو كليهما سيقرران الانفصال وإنهاء الزواج (الخطيب، 2007).

الفرد قد تسهم في تطبيقها بطريقة علمية ومنهجية (الخطيب، 2019).

وإن علم النفس الإيجابي بما يحتويه من المعارف في العلوم والمعرفة والأسس والمبادئ والخدمات النفسية الإيجابية التي يقدمها، من أكثر مجالات علم النفس وفروعه في تحقيق أهداف وممارسات الخدمات النفسية، ويُعد اتجاهًا ذو فاعلية في الإرشاد والعلاج النفسي (الجحيفي، 2017).

وهناك العديد من الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة، ذلك في الآتي:

وهدف دراسة الصبان وآخرون (2020) للتعرف على مستوى الطلاق العاطفي لدى عينة من المتزوجات في مدينة جدة، وتكونت عينة الدراسة من (623) من المتزوجات، وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى الطلاق العاطفي جاء بمستوى متوسط، في حين توجد فروق في الطلاق العاطفي تعود إلى وظيفة الزوج لصالح الزوجات الموظفات، وعدد سنوات الزواج لصالح أكثر من 10 سنوات.

هدفت دراسة العمرو (2020) إلى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي وجودي في زيادة التسامح وتخفيض الطلاق العاطفي لدى النساء في مرحلة اليأس في الأردن، وتكونت عينة الدراسة من (30) امرأة ممن يترددن على مركز الإرشاد الأسري في الزرقاء، ومركز مؤسسة الحسين في عمان، واستخدمت الدراسة المنهج شبه التجريبي، أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي أداء المجموعتين التجريبية والضابطة، على مقياس الطلاق العاطفي البعدي تعزى للبرنامج الإرشادي ولصالح المجموعة التجريبية.

فيما هدفت دراسة النجداوي (2018) إلى محاولة فهم ظاهرة الطلاق العاطفي في المجتمع الأردني، وتكونت عينة الدراسة من عينة قصديه مكونة من (17) سيدة من اللواتي خبرن الطلاق العاطفي، وُثم استخدام المنهج النوعي، وجمع البيانات من خلال المقابلة، وتوصلت الدراسة إلى أن الطلاق العاطفي موجود في الأردن، ولا يمكن إنكاره، ولكن من الصعب التعرف على أرقامه بدقة، وعن أسباب هذا النوع من الطلاق من وجهة نظر المشاركات، فقد تبين أن هناك أسبابا متعددة ومتداخلة،

ومن الصعب حصرها بدقة. ولكن ثم الاتفاق على عدد من العوامل التي يمكن أن تتفاعل وتؤدي للوصول للطلاق العاطفي ولعل من أهمها: مفهوم الزواج لدى الرجل والمرأة وتحديد المرأة الذي يتكون من خلال التنشئة الاجتماعية، وفرق التوقعات من الزواج لدى كل من الزوجين، والعوامل الثقافية، وسيادة النزعة الفردية لدى الرجال.

بينما هدفت دراسة الجوازنة (2018) للكشف عن مستوى الطلاق العاطفي لدى الزوجية ومستوى التوافق النفسي للأبناء، حيث تكونت عينة الدراسة من (110) حالة من الأزواج، وعينة من آبائهم البنين بلغت (110) طالبا، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وأظهرت النتائج أن المتوسطات الحسابية جاءت مرتفعة للأزواج من حيث الطلاق العاطفي، وأظهرت الدراسة وجود توافق نفسي متوسط لدى أبناء المطلقين عاطفيا في مجالات التوافق النفسي، وأظهرت النتائج تأثير الطلاق العاطفي لدى الزوجين على التوافق النفسي للأبناء بدرجة عالية وبشكل سلبي.

بينما هدفت دراسة الجندي وأبو زنيد (2017) التعرف إلى علاقة الصمت الزوجي بالتوافق النفسي لدى عينة من الأزواج في الضفة الغربية، وتكونت عينة الدراسة من (300) أسرة ثم اختارها عشوائيا من الأزواج الفلسطينيين، وتكونت أدوات الدراسة من مقياس الصمت الزوجي، ومقياس التوافق النفسي، وأظهرت نتائج الدراسة أن درجات التوافق النفسي لدى الأزواج عالية، وأن درجات الصمت الزوجي متوسطة، وأظهرت وجود فروق في الصمت الزوجي تعزى للجنس، إذ أظهرت أن الزوجات يعانين من صمت الأزواج.

فيما هدفت دراسة مصطفى وآخرون (2016) للتعرف إلى العلاقة بين الضغوط الأسرية والطلاق العاطفي لدى المتزوجين، وتكونت عينة الدراسة من (60) من الأزواج والزوجات (30) زوج و (30) زوجة، وُثم تطبيق مقياس الضغوط الأسرية ومقياس الطلاق العاطفي في صورته النهائية، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين الضغوط الأسرية والطلاق العاطفي لدى المتزوجين، أي كلما زادت الضغوط الأسرية زادت ظاهرة الطلاق العاطفي بالأسرة، وكذلك توجد فروق ذات دلالة

إحصائية بين الأزواج والزوجات لصالح الزوجات في الشعور بالضغط الأسرية والطلاق العاطفي.

وهدف دراسة شيري وقانبرياناه (Shiri & Ghanbaripناه، 2016) للكشف عن الطلاق العاطفي لدى المتزوجين في إيران، وتكونت عينة الدراسة من (400) سيدة متزوجة، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وأظهرت نتائج الدراسة أن عدم إنكار فضل الشريك، والتواصل الروحي، والمصادقية، والضبط الداخلي، والتعامل بلطف، كانت من أهم العوامل في القدرة التنبؤية للطلاق العاطفي، وللخلافات الزوجية لدى عينة الدراسة.

وهدف دراسة العبيدي (2015) للتعرف على الطلاق العاطفي في ضوء بعض المتغيرات لدى الطلبة المتزوجين في جامعة بغداد، وتكونت عينة البحث من (150) طالبا وطالبة من الطلبة المتزوجين، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي، وتوصلت نتائج البحث أن طلبة الجامعة يعانون من الطلاق العاطفي، ووجود فروق في الطلاق العاطفي وفق متغير مدة الزواج ولصالح أقل من 5 سنوات والحالة الاقتصادية ولصالح الحالة الاقتصادية غير الجيدة والفارق العمري ولصالح الفارق العمري (أكثر من 5 سنوات) بينما لم تظهر النتائج وجود فروق في الطلاق العاطفي بين الجنسين.

من خلال ما سبق وجدت الباحثة أن هناك حاجة مهمة لتحسين التوافق الزوجي؛ لما له من أهمية كبيرة على أمن واستقرار الأسرة، وخفض الطلاق العاطفي باعتباره خطر يهدد كل مكونات الأسرة والمجتمع، حيث وجدت الباحثة أنه من أنسب الفنيات التي يمكن أن يتم توظيفها في ذلك، هي فنيات علم النفس الإيجابي، لدورها المهم في تعزيز القيم الإيجابية لدى السيدات المتزوجات، والكشف عن نقاط القوة في العلاقات الزوجية وتنميتها، ونقاط الضعف والتي تهدد الأسرة وعلاجها، من هنا جاءت فكرة الدراسة الحالية (فاعلية برنامج قائم على علم النفس الإيجابي لخفض الطلاق العاطفي لدى عينة من النساء في الأردن).

#### أسئلة الدراسة:

جاءت الدراسة الحالية للإجابة عن السؤال الرئيس الآتي: ما فاعلية برنامج إرشادي قائم على علم النفس الإيجابي لتخفيض الطلاق العاطفي لدى عينة من النساء المطلقات

عاطفياً؟) ويتفرع عن السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية الآتية:

1. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى  $(a=0.05)$  بين متوسطات أداء أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الطلاق العاطفي تعزى للبرنامج الإرشادي؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى  $(a=0.05)$  بين متوسطات أداء أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الطلاق العاطفي، تعزى للمستوى التعليمي للمطلقات عاطفياً وعدد سنوات الزواج والفئة العمرية؟

#### أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى ما يلي:

1. التعرف على الفروق بين متوسطات أداء أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الطلاق العاطفي تعزى للبرنامج الإرشادي.
2. التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين متوسطات أداء أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الطلاق العاطفي، تعزى للمستوى التعليمي للمطلقات عاطفياً وعدد سنوات الزواج والفئة العمرية.
3. تهدف الدراسة إلى الوصول إلى بعض النتائج التي تخدم هدف الدراسة.

#### أهمية الدراسة:

تتضح أهمية الدراسة من الناحية النظرية والتطبيقية على النحو التالي:

أولاً: الأهمية النظرية: وتبرز في الآتي:

1. تقدم الدراسة أدباً نظرياً يتناول علم النفس الإيجابي، والطلاق العاطفي، والذي يمكن أن يثري مكتبة الجامعات الأردنية والعربية.
2. تنبع أهمية الدراسة الحالية من مناقشتها لمتغير علم النفس الإيجابي، والذي له أثر إيجابي في التخفيف من المشكلات الزوجية التي تؤدي إلى الطلاق العاطفي.
3. تستمد الدراسة أهميتها من أهمية دراسة متغير الطلاق العاطفي وانعكاساته على الأسرة، لأن الأسرة هي النواة الأولى للمجتمع، وأن الطلاق العاطفي

والاجتماعية التي تعمل على ترقية هذه الخصال وتنميتها لإعداد شخصيات إيجابية والاهتمام بالأقوياء والطيبين والحياة الطيبة الفاضلة القوية.

يعرف علم النفس الإيجابي اجرائياً بأنه: أحد فروع علم النفس الإيجابي الذي يركز على تحسين السمات الإيجابية لدى الفرد، وتجعل نظريته للحياة نظرة إيجابية.

#### ❖ الطلاق العاطفي:

يعرفه لادان وهال (Ladan & Halleh, 2017: 2) بأنه: تلك المرحلة في العلاقة الزوجية التي تقتلع فيها مشاعر الحب والمودة، من خلال زيادة مشاعر الغضب والإحباط والأذى والاستياء والكراهية، وتصور أن المشاعر الإيجابية قد ولت إلى الأبد.

يعرف الطلاق العاطفي اجرائياً بأنه: الدرجة التي تحصل عليها السيدات المتزوجات على مقياس الطلاق العاطفي والمعد للدراسة الحالية.

#### حدود الدراسة ومحدداتها:

تم تعميم نتائج الدراسة الحالية في ضوء الحدود والمحددات الآتية:

- الحدود البشرية: تم تطبيق الدراسة على عينة من السيدات بجمعية معهد تضامن النساء الأردني واللواتي يعانين من انخفاض التوافق الزوجي، وارتفاع الطلاق العاطفي.
- الحدود المكانية: تم تطبيق جلسات البرنامج الإرشادي القائم على علم النفس الإيجابي على المجموعة التجريبية في جمعية معهد تضامن النساء الأردني.
- الحدود الزمانية: تم تطبيق إجراءات الدراسة الميدانية خلال العام 2021م.
- محددات الدراسة: تتحدد محددات الدراسة فيما تؤول إليه نتائجها وطريقة اختيار العينة والخصائص السيكومترية (الصدق والثبات) لأدوات الدراسة المستخدمة، وفعالية البرنامج الإرشادي القائم على فنيات علم النفس الإيجابي ومنهجية الدراسة المستخدمة.

يساهم في حدوث شرخ واضطراب في العلاقة الزوجية، لذلك دراسة هذه الظاهرة ضرورة ملحة لفهمها وتحديد آثارها السلبية على الزوجين والأسرة والمجتمع ككل.

#### ثانياً: الأهمية التطبيقية: وتبرز في الآتي:

1. قد يتم الاستفادة من البرنامج الإرشادي القائم على فنيات علم النفس الإيجابي الذي أعدته الباحثة لخفض الطلاق العاطفي من قبل الباحثين اللاحقين في دراسات مماثلة.
2. قد يتم الاستفادة من مقياس الطلاق العاطفي والذي أعدته الباحثة، في تطبيق الأدوات على عينات مماثلة.
3. قد تساعد نتائج الدراسة الحالية المرشدين والأخصائيين النفسيين على بذل المزيد من الجهود من أجل تدريب وتأهيل السيدات المتزوجات، من خلال مهارات نفسية إيجابية سليمة ومتطورة لخفض الطلاق العاطفي لديهن.

#### التعريفات المفاهيمية والاجرائية:

#### ❖ البرنامج الإرشادي:

يعرفه زهران (2005، 499) بأنه: برنامج مخطط ومنظم في ضوء أسس علمية، لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة، فردياً وجماعياً، لجميع من تضمهم المؤسسة (المدرسة مثلاً)، بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو السوي والقيام بالاختيار الواعي المتعقل ولتحقيق التوافق النفسي داخل المؤسسة (المدرسة مثلاً) وخارجها ويقوم بتخطيطه وتنفيذه وتقييمه لجنة وفريق من المسؤولين المؤهلين.

يعرف البرنامج الإرشادي إجرائياً بأنه: برنامج مخطط ومنظم في ضوء أسس نفسية وعلمية وتربوية يستند إلى فنيات ومهارات علم النفس الإيجابي، ويضم مجموعة من المعارف والخبرات السلوكية والمعرفية المتقنة وبعض الأنشطة والمهارات والفنيات المنظمة، لتقديم الخدمات الإرشادية.

#### ❖ علم النفس الإيجابي:

يعرفه أبو الصبوة (2008: 102) بأنه: الدراسة الموضوعية للخصال الإيجابية في الإنسان وللمؤسسات النفسية

## الطريقة والاجراءات

منهجية الدراسة: اعتمدت الدراسة المنهج شبه التجريبي نظرا لملائمته طبيعة وأهداف هذه الدراسة.

أفراد الدراسة: يتألف أفراد الدراسة من (30) سيدة متزوجة بجمعية معهد تضامن النساء الأردني، للتحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة، وتم تطبيق أدوات الدراسة على عينة من السيدات المتزوجات بجمعية معهد تضامن النساء الأردني مكونة من (100) سيدة؛ بهدف اختيار عينة الدراسة من (30) سيدة متزوجة، (15) سيدة في المجموعة التجريبية، و(15) سيدة في المجموعة الضابطة، واللواتي تم اختيارهن بطريقة قصديه ممن يحصلن على أعلى الدرجات على مقياس الطلاق العاطفي، واللواتي وافقن على المشاركة في البرنامج الإرشادي القائم على فنيات علم النفس الإيجابي لخفض الطلاق العاطفي، حيث تم توزيعهن إلى مجموعتين متساويتين عشوائيا، مع مراعاة التقارب في المرحلة العمرية، والمستوى التعليمي، وعدد سنوات الزواج.

## تكافؤ مجموعتي الدراسة:

تأكدت الباحثة من تكافؤ مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في المتغيرات التالية:

- 1- المستوى الثقافي والاقتصادي والاجتماعي: حيث تم اختيار العينة التجريبية والضابطة من نفس الجمعية أي من جمعية معهد تضامن النساء الأردني من بيئة اقتصادية واجتماعية وثقافية متقاربة، حيث أن جميع السيدات من محافظة عمان.
- 2- الحالة الاجتماعية: تم ضبط متغير الحالة الاجتماعية حيث أن جميع السيدات متزوجات.
- 3- مستوى الطلاق العاطفي والتوافق الزوجي: تم ضبط متغير الطلاق العاطفي حيث أن السيدات لديهن مستوى مرتفع من الطلاق العاطفي.
- 4- العمر الزمني: فقد تم ضبط متغير العمر؛ بحيث أن أعمار العينة تتراوح أعمارهم ما بين (30-35) سنة.

## أدوات الدراسة:

## مقياس الطلاق العاطفي

التحقق من صدق مقياس الطلاق العاطفي:

أولاً: صدق مقياس الطلاق العاطفي:

## الصدق (المحتوى) الظاهري

قامت الباحثة بعرض المقياس على عدد من الباحثين والاساتذة من اصحاب الخبرة والاختصاص من جامعات أردنية وعربية حيث بلغ عددهم (11) محكماً للتحقق من صدق المضمون للمقياس، ولتحديد مدى وضوح العبارات ومناسبة الفقرات للبعد الذي ينتمي اليه في ضوء تعريف البعد، حيث كانت نسبة الاتفاق بين الباحثين أكثر من 90% وقد استجابت الباحثة لآراء السادة المحكمين وقامت بتعديل ما يلزم في ضوء مقترحاتهم.

## 1. صدق البناء الداخلي

تم التحقق من الصدق البنائي للمقياس بحساب معامل بيرسون بين درجة الفقرة مع الدرجة الكلية للمقياس، والجدول التالي يبين ذلك:

## الجدول (1) قيم معاملات ارتباط بيرسون لفقرات مقياس

## الطلاق العاطفي مع الدرجة الكلية

م	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	م	معامل الارتباط بالدرجة الكلية
1	**0.814	11	**0.748
2	**0.798	12	**0.854
3	**0.745	13	**0.658
4	**0.639	14	**0.748
5	**0.774	15	**0.888
6	**0.751	16	**0.658
7	**0.798	17	**0.785
8	**0.892	18	**0.748
9	**0.725	19	**0.658
10	**0.845	20	**0.748

يلاحظ من الجدول السابق أن معاملات ارتباط فقرات مقياس الطلاق العاطفي مع الدرجة للمقياس كانت ايجابية ودالة إحصائية، وهذه القيم مقبولة لأغراض الدراسة، مما يدل على وجود الصدق البنائي للمقياس.

## التحقق من ثبات المقياس بطريقتين:

1. طريقة الاتساق الداخلي: باستخدام معادلة كرونباخ ألفا حيث تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها بلغ عددهم (15) من النساء، وبلغ معامل الثبات (0.895).



2. طريقة الاختبار وإعادة الاختبار: حيث تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها بلغ عددهم (15) فرد ثم تم تطبيق المقياس على العينة نفسها بعد مرور أسبوعين، وحسب معامل الارتباط بيرسون بين التطبيقين، وبلغ معامل الثبات بهذه الطريقة (0.914)

#### تصحيح مقياس الطلاق العاطفي:

يتكون المقياس بصورته النهائية من (20) فقرة، يتم الإجابة على كل فقرة وفق تدرج إجابات خماسي، وذلك حسب انطباق محتوى الفقرات النساء المفحوصين، وهو كالآتي:

1. دائما تعطي خمس درجات.
2. غالباً تعطي أربع درجات.
3. أحياناً تعطي ثلاث درجات.
4. نادراً تعطي درجتين.
5. أبداً تعطي درجة واحدة.

#### ثالثاً: البرنامج القائم على فنيات علم النفس الإيجابي:

يهدف البرنامج لخفض مستوى الطلاق العاطفي لدى عينة من النساء في الأردن، هو برنامج معد ومنظم ومحكم حسب أسس علمية، وذلك بهدف تقديم خدمات إرشادية بطريقة جماعية، من خلال تدريب السيدات على العديد من المهارات والفنيات الإرشادية المستمدة من علم النفس الإيجابي، بهدف تأهيلهن على التعامل مع مواقف الحياة الزوجية.

يتكون البرنامج من (13) جلسة إرشادية سيتم تطبيقها على عينة مكونة (15) سيدة، وتتراوح مدة كل جلسة (60-90) دقيقة، بواقع جلستين كل أسبوع.

#### تعريف البرنامج الإرشادي:

عبارة عن مجموعة من الخدمات الإرشادية التخصصية المستمدة من علم النفس الإيجابي، والتي تتضمن العديد من الأنشطة والتدريبات المتعددة والمتنوعة، تقدمها

الباحثة لمجموعة من النساء المطلقات عاطفياً في الأردن؛ بهدف التحقق من فاعلية برنامج إرشادي قائم على علم النفس الإيجابي لخفض الطلاق العاطفي لديهن.

#### أهمية البرنامج الإرشادي

تكمن أهمية البرنامج الإرشادي في خفض الطلاق العاطفي لدى عينة من النساء في الأردن.

#### الأسس التي يقوم عليها البرنامج الإرشادي:

تم إعداد البرنامج الإرشادي القائم على علم النفس الإيجابي من خلال مجموعة من الأسس ولعل أبرزها، الأسس العامة، والأخلاقية، والفلسفية، والفسولوجية، والاجتماعية، والنفسية، كالآتي:

1. الأسس العامة: تهتم هذه الأسس بمراعاة السلوك الإنساني للنساء، والتنبؤ به، وحقوقهن في تقرير المصير، وتقبلهن دون شرط أو قيد.
2. الأسس الأخلاقية: تهتم بالاحتفاظ بالسرية التامة للنساء من قبل الباحثة، وبين النساء بعضهن البعض.
3. الأسس الفلسفية: تشمل الارتكاز على فنيات نظرية علم النفس الإيجابي من أجل تحسين التوافق الزوجي، وخفض الطلاق العاطفي.
4. الأسس الفسولوجية: تهتم بمراعاة الجوانب الصحية للنساء، وتنفيذ التدريبات والأنشطة بما يتناسب مع الوضع الصحي.
5. الأسس الاجتماعية: تهتم بمراعاة العوامل والجوانب الاجتماعية للنساء، والتركيز على علاقاتهن الاجتماعية، والعمل على الارتقاء بها وتطويرها، ولا سيما العلاقة مع المقربين من الأسرة.
6. الأسس النفسية: وتهتم بتحقيق التوافق النفسي والصحة النفسية لدى السيدات، وتمكينهن من القدرة على مواجهة مسببات الطلاق العاطفي من أجل تحقيق التوافق الزوجي.

#### توضيح مختصر لجلسات البرنامج الإرشادي

رقم الجلسة	الجلسة الأولى
عنوان الجلسة	التعارف وبناء الثقة المتبادلة.
الهدف العام	أن يتحقق التعارف وبناء الثقة المتبادلة بين الباحثة والسيدات.
أهداف الجلسة	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. أن تعرف الباحثة عن نفسها للسيدات.</li> <li>2. أن تتعرف الباحثة على السيدات.</li> <li>3. التعرف على العملية الإرشادية وأخلاقياتها وأهدافها.</li> <li>4. أن تتعرف السيدات على بعضهن البعض.</li> </ol>

5. أن يتم مناقشة الهدف من جلسات البرنامج الإرشادي.		
6. التوقيع على العقد السلوكي المعد لتنفيذ محتوى البرنامج.		
التمهيد.	المدة الزمنية	ساعة
المنافشة والحوار- التعزيز – الواجب المنزلي – التعاقد السلوكي.		
الجلسة الثانية		
التوافق الزوجي		
أن تتعرف السيدات على مفهوم وأهمية ومعوقات وطرق تحقيق التوافق الزوجي.		
1. زيادة التفاعل والألفة والثقة بين السيدات.		
2. أن تتعرف السيدات على مفهوم التوافق الزوجي.		
3. أن تتعرف السيدات على أهمية التوافق الزوجي.		
4. أن تتعرف السيدات على معوقات التوافق الزوجي.		
5. أن تتعرف السيدات على طرق تحقيق التوافق الزوجي.		
الانتقال.	المدة الزمنية	ساعة
المنافشة والحوار- التعزيز الإيجابي – العصف الذهني – الواجب المنزلي- لعب الأدوار.		
الجلسة الثالثة		
الطلاق العاطفي.		
أن تتعرف السيدات على مفهوم وأسباب وطرق الوقاية من الطلاق العاطفي.		
1. أن تتعرف السيدات على مفهوم الطلاق العاطفي.		
2. أن تتعرف السيدات على أسباب الطلاق العاطفي.		
3. أن تتعرف السيدات على طرق الوقاية من الطلاق العاطفي.		
الانتقال.	المدة الزمنية	ساعة
المنافشة والحوار- العصف الذهني - التعزيز – الواجب المنزلي- تغيير الأفكار- لعب الأدوار.		
الجلسة الرابعة		
الوعي بالذات		
أن تتدرب السيدات على الوعي الذاتي من أجل خفض الطلاق العاطفي.		
1. التعرف على أهمية الوعي بالذات.		
2. أن تتدرب السيدات على تطبيق الوعي الذاتي.		
3. أن تتدرب السيدات على تمرين الإيجابيات.		
4. أن تتدرب السيدات على الامتنان لشريك الحياة.		
البناء	المدة الزمنية	ساعة
المنافشة والحوار- التعزيز الإيجابي – الواجب المنزلي- لعب الأدوار- التعزيز الذاتي – الوعي الذاتي.		
الجلسة الخامسة		
طرق تجاوز مسببات الطلاق العاطفي.		
أن تتدرب السيدات على طرق تجاوز التجارب المسببة للطلاق العاطفي من أجل تحقيق التوافق الزوجي.		
1. أن تتدرب السيدات على العوامل التي تؤدي إلى تجاوز التجارب المسببة للطلاق العاطفي.		
2. أن تطبق السيدات الطرق السليمة لتنمية السلوك الإيجابي والتفاؤل من أجل الوصول إلى تجاوز التجارب المسببة للطلاق العاطفي.		

3. أن تنفذ السيدات مواقف حدثت معهن في حياتهن اليومية مرتبطة بالطلاق العاطفي، وتوضح خلال الموقف طريقة التصرف بسلبية خلال الموقف، وأن تقوم الباحثة والسيدات بتعديل طريقة التصرف السلبية إلى طريقة إيجابية، وتزويد السيدة بعدد من الإرشادات تساهم في تعزيز الطرق الإيجابية بما يساهم إيجاباً في تحقيق التوافق الزوجي.			
مرحلة الجلسة	البناء	المدة الزمنية	ساعة
الفنيات الإرشادية	المناقشة والحوار – لعب الادوار - التغذية الراجعة – لعب الأدوار- المشاهد التمثيلية – الواجب المنزلي.		
رقم الجلسة	الجلسة السادسة		
عنوان الجلسة	تحديد أهداف الحياة الزوجية والتخطيط لها.		
الهدف العام	أن تتدرب السيدات على التخطيط الجيد للحياة الزوجية.		
أهداف الجلسة	1. أن تتعرف السيدات على أهمية التخطيط وتحديد الأهداف في الحياة الزوجية.		
	2. أن تتدرب السيدات على فنيات علم النفس الإيجابي لرفع مستوى القدرة على التخطيط وتحديد أهداف الحياة الزوجية.		
	3. أن تتعرف السيدات على أهمية التخطيط وتحديد الأهداف في الحياة الزوجية على خفض الطلاق العاطفي.		
	البناء	المدة الزمنية	ساعة
الفنيات الإرشادية	المناقشة والحوار – التغذية الراجعة - عمل المجموعات – التعزيز الإيجابي – التخيل – الواجب المنزلي.		
رقم الجلسة	الجلسة السابعة		
عنوان الجلسة	التدريب على حل المشكلات الزوجية.		
الهدف العام	أن تتدرب السيدات على حل المشكلات الزوجية بما يساهم إيجاباً في خفض الطلاق العاطفي.		
أهداف الجلسة	1. التعرف على مفهومي (مشكلة) و (حل المشكلة).		
	2. أن تتعرف السيدات على مهارة حل المشكلات الزوجية وخطواتها.		
	3. أن تتعرف السيدات على الطرق التي تؤدي إلى اكتساب مهارة حل المشكلات الزوجية.		
	4. أن تعي السيدات أهمية مهارة حل المشكلات الزوجية وعلاقتها بخفض الطلاق العاطفي وتحقيق التوافق الزوجي.		
	5. أن تتدرب السيدات على المهارات والأساليب المناسبة في علم النفس الإيجابي من أجل تنمية مهارة حل المشكلات الزوجية.		
مرحلة الجلسة	البناء	المدة الزمنية	ساعة
الفنيات الإرشادية	المناقشة والحوار – حل المشكلات – العصف الذهني – النمذجة – لعب الأدوار- الواجب المنزلي.		
رقم الجلسة	الجلسة الثامنة		
عنوان الجلسة	المهارات الإيجابية		
الهدف العام	أن يتم تنمية السلوك الإيجابي لدى السيدات.		
أهداف الجلسة	1. أن تتعرف السيدات على معنى وأهمية الإيجابية في الحياة الزوجية.		
	2. أن تتعرف السيدات على العوامل التي تؤدي إلى تنمية الإيجابية في الحياة الزوجية.		
	3. أن تطبق السيدات الطرق السليمة والبناءة لتنمية السلوك الإيجابي والتفاؤل من أجل الوصول إلى تحقيق التوافق الزوجي وخفض الطلاق العاطفي.		
مرحلة الجلسة	البناء	المدة الزمنية	ساعة
الفنيات الإرشادية	المناقشة والحوار – التغذية الراجعة – العصف الذهني- لعب الأدوار- تعديل الأفكار – التفكير الإيجابي – التعزيز – الواجب المنزلي.		
رقم الجلسة	الجلسة التاسعة		
عنوان الجلسة	الحديث الإيجابي مع الذات.		
الهدف العام	أن تتمتع السيدات بالقدرة على الحديث الإيجابي مع الذات.		

أهداف الجلسة	1. أن تتعرف السيدات على مفهوم الحديث الإيجابي مع الذات. 2. أن تتعرف السيدات على أهمية الحديث الإيجابي مع الذات. 3. أن تتدرب السيدات على الحديث الإيجابي مع الذات. 4. أن تتمكن السيدات من مواجهة الأفكار السلبية في الحياة الزوجية.	
مرحلة الجلسة	البناء	المدة الزمنية ساعة
الغيات الإرشادية	المحاضرة والنقاش، والعصف الذهني، التعزيز، لعب الدور، تعديل الأفكار، التفكير الإيجابي، الإيحاء الذاتي الإيجابي.	
رقم الجلسة	الجلسة العاشرة	
عنوان الجلسة	الانفتاح والمرونة مع شريك الحياة.	
الهدف العام	أن يتم تنمية مهارة الاستماع الإيجابي الفعال لدى السيدات.	
أهداف الجلسة	1. أن تتعرف السيدات على مهارة الاستماع الفعال في الحياة الزوجية. 2. أن تتعرف السيدات على أهمية مهارة الاستماع الفعال في الحياة الزوجية. 3. أن تتدرب السيدات على مهارة الاستماع الفعال في الحياة الزوجية.	
مرحلة الجلسة	البناء	المدة الزمنية ساعة
الغيات الإرشادية	المحاضرة والنقاش، العصف الذهني، لعب الدور، التعزيز، المشاهد التمثيلية، الواجب المنزلي.	
رقم الجلسة	الجلسة الحادي عشر	
عنوان الجلسة	أهمية إدارة الوقت في الحياة الزوجية.	
الهدف العام	أن تمتلك السيدات القدرة على تنمية المهارات الإيجابية للعناية بالوقت في الحياة الزوجية.	
أهداف الجلسة	1. أن تتعرف السيدات على مهارة إدارة الوقت في الحياة الزوجية. 2. أن تتعرف السيدات على أهمية إدارة الوقت في الحياة الزوجية. 3. أن تتدرب السيدات على إدارة الوقت بإيجابية في الحياة الزوجية.	
مرحلة الجلسة	البناء	المدة الزمنية ساعة
الغيات الإرشادية	المحاضرة والنقاش - العصف الذهني - التعزيز - إدارة الوقت - إدارة الذات - لعب الأدوار - مشاهد تمثيلية - الواجب المنزلي.	
رقم الجلسة	الجلسة الثاني عشر	
عنوان الجلسة	التوعية الجنسية.	
الهدف العام	أن تمتلك السيدات القدرة على تنمية المهارات الإيجابية للعناية بالعلاقة الجنسية في الحياة الزوجية.	
أهداف الجلسة	1. أن تتعرف السيدات على أهمية العناية بالعلاقة الجنسية في الحياة الزوجية. 2. أن تتعرف السيدات على أهمية المهارات الإيجابية التي ترتبط بالعلاقة الجنسية في الحياة الزوجية.	
مرحلة الجلسة	البناء	المدة الزمنية ساعة
الغيات الإرشادية	المحاضرة والنقاش - العصف الذهني - التعزيز - إدارة الذات - عمل المجموعات - الواجب المنزلي.	
رقم الجلسة	الجلسة الثالثة عشر	
عنوان الجلسة	الختامية	
الهدف العام	إنهاء البرنامج الإرشادي وتقييم فاعليته.	
أهداف الجلسة	1. أن تتعرف الباحثة على انطباعات السيدات حول البرنامج والاستفادة منه. 2. أن تعزز الباحثة السيدات في تطبيق المهارات والتدريبات التي تم التدرب عليها في البرنامج الإرشادي في الحياة اليومية. 3. أن تنهي الباحثة جلسات البرنامج الإرشادي.	
مرحلة الجلسة	الإنهاء	المدة الزمنية ساعة
الغيات الإرشادية	الحوار والمناقشة - التغذية الراجعة - العصف الذهني - الحديث الإيجابي للذات - التعزيز.	

### تصميم الدراسة:

- المجموعة التجريبية: الاختيار العشوائي العينة - القياس القبلي - البرنامج الإرشادي - القياس البعدي.
- المجموعة الضابطة: الاختيار العشوائي للعينة - القياس القبلي - بلا معالجة - القياس البعدي.

### الجدول (2) التصميم شبه التجريبي لعينة الدراسة

المجموعة	القياس القبلي	البرنامج الإرشادي	القياس البعدي
المجموعة التجريبية G1	O1	X	O1
المجموعة الضابطة G2	O1	-	O2

O1 القياس القبلي للتوافق الزوجي وللطلاق العاطفي.

O2 القياس البعدي للتوافق الزوجي وللطلاق العاطفي.

X المعالجة بالبرنامج الإرشادي.

-لا معالجة بالبرنامج الإرشادي.

### اختبار التوزيع الطبيعي

استخدمت الباحثة اختبار Shapiro- Wilk لاختبار ما إذا كانت البيانات تتبع التوزيع الطبيعي من عده وكانت النتائج على النحو التالي:

### الجدول (3) نتائج اختبار التوزيع الطبيعي شبيرويلك Shapiro- Wilk

Sig.	df	Statistic	البيان		
0.625	15	0.845	الطلاق العاطفي	القياس القبلي	المجموعة التجريبية
Sig.	df	Statistic	البيان		
0.695	15	0.752	الطلاق العاطفي	القياس القبلي	المجموعة الضابطة

يتضح من النتائج الموضحة في الجدول السابق

أن القيمة الاحتمالية لكل مقياس أكبر من مستوى الدلالة 0.05 والذي يشير إلى اعتدالية التوزيع للمقاييس، لذلك تم استخدام الاختبارات المعلمية للإجابة عن فرضيات الدراسة.

### المعالجة الإحصائية:

من أجل معالجة البيانات استخدمت الباحثة برنامج التحليل الإحصائي للعلوم الاجتماعية (SPSS)، وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية الآتية:

2. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.

3. معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة أو الارتباط بين الفقرة والمجال الذي تنتمي إليه ولتحديد العلاقة بين الفقرة والدرجة الكلية، وبين درجة كل مجال والدرجة الكلية للمقياس.
4. معادلة كرونباخ ألفا لفحص الثبات.
5. اختبار تحليل التباين المصاحب متعدد المتغيرات (ANCOVA).

### نتائج فرضيات الدراسة

نتائج السؤال الأول: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (a=0.05) بين متوسطات أداء أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الطلاق العاطفي تعزى للبرنامج الإرشادي؟

ولاختبار تلك الفرضية تم استخدام اختبار t-test للعينات المستقلة (نظراً لأن البيانات تتبع للتوزيع الطبيعي، وذلك للتعرف على الفروق بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية على القياس القبلي لمقياس الطلاق العاطفي، وجاءت النتائج على النحو التالي:

### الجدول (5) نتائج اختبار t-test الفروق بين المجموعة

الضابطة والمجموعة التجريبية على القياس القبلي لمقياس

### الطلاق العاطفي

البيان	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية للطلاق العاطفي	ضابطة	15	77.73	4.234	0.995	0.328
	تجريبية	15	80.07	8.04		

يتبين من الجدول السابق أن قيمة مستوى الدلالة sig أكبر من 0.05، وأن قيمة "T" المحسوبة أقل من قيمة "T" الجدولية مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (a=0.05) بين متوسطات أداء أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق القبلي على مقياس الطلاق العاطفي تعزى للبرنامج الإرشادي.

نتائج السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (a=0.05) بين متوسطات أداء أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس

عند مستوى (0.05) أجرى تحليل التباين الثنائي المشترك (ANCOVA).

الجدول (7) نتائج تحليل التباين الثنائي المشترك (ANCOVA) لأداء أفراد الدراسة على مقياس الطلاق العاطفي في القياس

البعدي باختلاف البرنامج والمستوى التعليمي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة الاحصائي (ف)	قيمة مستوى الدلالة	قيمة إتنا تربيع
القبلي	65178.32	1	65178.3	899	0.00	
البرنامج	2375.008	1	2375.01	32.76	0.00	0.425
المستوى التعليمي	102.387	2	51.194	0.706	0.504	0.001
تفاعل البرنامج مع المستوى التعليمي	66.698	2	33.349	0.46	0.637	0.008
الخطأ	1740.111	24	72.505			
الكل	91878	30				

يلاحظ أن قيمة (ف) بالنسبة للبرنامج قد بلغت (32.67) وبمستوى دلالة (0.00)، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي أداء مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة على مقياس الطلاق العاطفي في القياس البعدي، في حين بلغت قيمة (ف) بالنسبة للمستوى التعليمي (0.706)، وبمستوى دلالة (0.504)، مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أداء أفراد العينة على مقياس الطلاق العاطفي في القياس البعدي، وأخيراً بلغت قيمة (ف) بالنسبة لتفاعل البرنامج مع المستوى التعليمي (0.46)، وبمستوى دلالة (0.637)، مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على الدرجة الكلية لمقياس الطلاق العاطفي البعدي تعزى للتفاعل بين أثر البرنامج ومتغير المستوى التعليمي، ومن أجل معرفة لصالح من كان الفرق باختلاف البرنامج فقد تم استخراج المتوسطات الحسابية المعدلة والجدول التالي يبين النتائج.

الجدول (8) المتوسطات الحسابية المعدلة والأخطاء المعيارية لأداء أفراد الدراسة على مقياس الطلاق العاطفي البعدي

باختلاف البرنامج

المجموعة	المتوسط الحسابي المعدل	الخطأ المعياري
التجريبية	43.5	0.7
الضابطة	65.3	0.8

الطلاق العاطفي، تعزى للمستوى التعليمي للمطلقات عاطفياً وعدد سنوات الزواج والفئة العمرية؟ أ. بالنسبة للمستوى التعليمي:

للإجابة عن هذا السؤال حسب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة على مقياس الطلاق العاطفي البعدي باختلاف البرنامج الإرشادي، والمستوى التعليمي، وعدد سنوات الزواج والفئة العمرية وبين الجدول التالي ذلك:

الجدول (6) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة على مقياس الطلاق العاطفي البعدي باختلاف البرنامج الإرشادي والمستوى التعليمي

المجموعة	المستوى التعليمي	القبلي		البعدي	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التجريبية	ثانوية فأقل	83	7.937	43.7	8.145
	بكالوريوس	79.1	9.13	40.9	9.198
	دراسات عليا	80	6.245	47.7	2.517
	المجموع	80.1	8.04	42.8	8.143
الضابطة	ثانوية فأقل	75.8	3.775	68.5	7.55
	بكالوريوس	78.4	4.825	63.1	9.649
	دراسات عليا	78.5	0.707	63	1.414
	المجموع	77.7	4.234	64.5	8.467

يلاحظ من الجدول (6) أن المتوسط الحسابي لأداء أفراد الدراسة من المجموعة التجريبية على مقياس الطلاق العاطفي القبلي للفئة أقل من ثانوية عامة بلغ (83) وهو أكبر من المتوسط الحسابي لأداء أفراد الدراسة من المجموعة التجريبية بعدي والذي بلغ (43.7)، ويلاحظ أن المتوسط الحسابي لأداء أفراد الدراسة التجريبية قبلي بكالوريوس بلغ (79.1)، وهو أكبر من المتوسط الحسابي لأداء أفراد الدراسة التجريبية بعدي من البكالوريوس (40.9)، وأن المتوسط الحسابي لأداء أفراد الدراسة المجموعة التجريبية قبلي من الدراسات العليا بلغ (80)، وهو أكبر من المتوسط الحسابي لأداء أفراد الدراسة للمجموعة التجريبية بعدي (47.7) ولمعرفة ما إذا كانت الفروق بين المتوسطات الحسابية ذات دلالة إحصائية

الحسابي لأداء أفراد الدراسة التجريبية قبلي 5-15 بلغ (78.8)، وهو أكبر من المتوسط الحسابي لأداء أفراد الدراسة التجريبية بعدي من 5-15 (43.1)، وأن المتوسط الحسابي لأداء أفراد الدراسة المجموعة التجريبية قبلي من أكثر من 15 بلغ (80.3)، وهو أكبر من المتوسط الحسابي لأداء أفراد الدراسة للمجموعة التجريبية بعدي (49) ولمعرفة ما إذا كانت الفروق بين المتوسطات الحسابية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) أجرى تحليل التباين الثنائي المشترك (ANCOVA).

#### الجدول (10) نتائج تحليل التباين الثنائي المشترك

(ANCOVA) لأداء أفراد الدراسة على مقياس الطلاق

العاطفي في القياس البعدي باختلاف البرنامج وعدد سنوات

#### الزواج

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة الإحصائي (ف)	مستوى الدلالة	قيمة إيتا تربيع
القبلي	56099.31	1	56099.3	893.1	0.00	
البرنامج	2490.664	1	2490.66	39.65	0.00	0.601
عدد سنوات الزواج	387.481	2	193.741	3.084	0.064	0.001
تفاعل البرنامج مع عدد سنوات الزواج	13.538	2	6.769	0.108	0.898	0.003
الخطأ	1507.556	24	62.815			
الكل	91878	30				

يلاحظ أن قيمة (ف) بالنسبة للبرنامج قد بلغت (39.65) وبمستوى دلالة (0.00)، مما يدل على وجود فروق ذات

يلاحظ من الجدول (8) أن المتوسط الحسابي المعدل لأداء أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الطلاق العاطفي بلغ (43.5)، وهو أقل من المتوسط الحسابي المعدل لأفراد المجموعة الضابطة بلغة (65.3)، مما يعني أن الفرق كان لصالح المجموعة التجريبية، وبلغ حجم الأثر (0.452) وهذا يعني أن ما نسبته (45.2%) من التباين المفسر في مقياس الطلاق العاطفي في القياس البعدي يعود إلى البرنامج الإرشادي وهذا يعني فاعلية برنامج إرشادي قائم على علم النفس الإيجابي لخفض الطلاق العاطفي لدى عينة من النساء في الأردن

ب. بالنسبة عدد سنوات الزواج:

للإجابة عن هذا السؤال حسب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة على مقياس الطلاق العاطفي البعدي باختلاف البرنامج الإرشادي، وعدد سنوات الزواج، وعدد سنوات الزوج والفئة العمرية وبين الجدول التالي ذلك:

جدول (9) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة على مقياس الطلاق العاطفي البعدي باختلاف

#### البرنامج الإرشادي وعدد سنوات الزواج

المجموعة	عدد سنوات الزواج	القبلي		البعدي	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التجريبية	5 سنوات فأقل	83.7	12.5	35.7	11.02
	5-15	78.8	5.74	43.1	7.008
	أكثر من 15	80.3	11.72	49	3.464
	المجموع	80.1	8.04	42.8	8.143
الضابطة	5 سنوات فأقل	80	1.414	60	2.828
	5-15	78	4.583	64	9.165
	أكثر من 15	74	0	72	0.14
	المجموع	77.7	4.234	64.5	8.467

يلاحظ من الجدول (9) أن المتوسط الحسابي لأداء أفراد الدراسة من المجموعة التجريبية على مقياس الطلاق العاطفي القبلي للفئة 5 سنوات فأقل بلغ (83.7) وهو أكبر من المتوسط الحسابي لأداء أفراد الدراسة من المجموعة التجريبية بعدي والذي بلغ (35.7)، ويلاحظ أن المتوسط

والفئة العمرية، وعدد سنوات الزواج والفئة العمري ويبين الجدول التالي ذلك:

جدول (12) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة على مقياس الطلاق العاطفي البعدي باختلاف البرنامج الإرشادي والفئة العمرية

المجموعة	الفئة العمرية	القبلي		البعدي	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التجريبية	أقل من 25	79	3.25	46.7	5.132
	25-35	77	4.074	44.6	6.894
	أكثر من 35	80	5.568	33.7	9.292
	المجموع	77.7	4.234	42.8	8.143
الضابطة	أقل من 25	79	8.718	62	12.33
	25-35	77.1	5.085	66	8.149
	أكثر من 35	90	9.165	60	11.14
	المجموع	80.1	8.04	64.5	8.467

يلاحظ من الجدول (12) أن المتوسط الحسابي لأداء أفراد الدراسة من المجموعة التجريبية على مقياس الطلاق العاطفي القبلي للفئة أقل من 25 بلغ (79) وهو أكبر من المتوسط الحسابي لأداء أفراد الدراسة من المجموعة التجريبية بعدي والذي بلغ (46.7)، ويلاحظ أن المتوسط الحسابي لأداء أفراد الدراسة التجريبية قبلي 25-35 بلغ (77)، وهو أكبر من المتوسط الحسابي لأداء أفراد الدراسة التجريبية بعدي من 25-35 (44.6)، وأن المتوسط الحسابي لأداء أفراد الدراسة المجموعة التجريبية قبلي أكثر من 35 بلغ (80)، وهو أكبر من المتوسط الحسابي لأداء أفراد الدراسة للمجموعة التجريبية بعدي (33.7) ولمعرفة ما إذا كانت الفروق بين المتوسطات الحسابية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) أجرى تحليل التباين الثنائي المشترك (ANCOVA).

دلالة إحصائية بين متوسطي أداء مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة على مقياس الطلاق العاطفي في القياس البعدي، في حين بلغت قيمة (ف) بالنسبة عدد سنوات الزواج (3.084)، وبمستوى دلالة (0.064)، مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أداء أفراد العينة على مقياس الطلاق العاطفي في القياس البعدي، وأخيراً بلغت قيمة (ف) بالنسبة لتفاعل البرنامج مع عدد سنوات الزواج (0.018)، وبمستوى دلالة (0.898)، مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على الدرجة الكلية لمقياس الطلاق العاطفي البعدي تعزى للتفاعل بين أثر البرنامج ومتغير عدد سنوات الزواج، ومن أجل معرفة لصالح من كان الفرق باختلاف البرنامج فقد تم استخراج المتوسطات الحسابية المعدلة والجدول التالي يبين النتائج.

الجدول (11) المتوسطات الحسابية المعدلة والأخطاء المعيارية لأداء أفراد الدراسة على مقياس الطلاق العاطفي البعدي باختلاف البرنامج

المجموعة	المتوسط الحسابي المعدل	الخطأ المعياري
التجريبية	43.3	0.5
الضابطة	66.4	1.9

يلاحظ من الجدول (11) أن المتوسط الحسابي المعدل لأداء أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الطلاق العاطفي بلغ (43.3)، وهو أكبر من المتوسط الحسابي المعدل لأفراد المجموعة الضابطة بلغ (66.4)، مما يعني أن الفرق كان لصالح المجموعة التجريبية، وبلغ حجم الأثر (0.601) وهذا يعني أن ما نسبته (60.1%) من التباين المفسر في مقياس الطلاق العاطفي في القياس البعدي يعود إلى البرنامج الإرشادي وهذا يعني وجود فاعلية برنامج إرشادي قائم على علم النفس الإيجابي لخفض الطلاق العاطفي لدى عينة من النساء في الأردن

ج. بالنسبة الفئة العمرية:

للإجابة عن هذا السؤال حسب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة على مقياس الطلاق العاطفي البعدي باختلاف البرنامج الإرشادي،



الضابطة على الدرجة الكلية لمقياس الطلاق العاطفي البعدي تعزى للتفاعل بين أثر البرنامج ومتغير الفئة العمرية، ومن أجل معرفة لصالح من كان الفرق باختلاف البرنامج فقد تم استخراج المتوسطات الحسابية المعدلة والجدول التالي يبين النتائج.

الجدول (14) المتوسطات الحسابية المعدلة والأخطاء المعيارية لأداء أفراد الدراسة على مقياس الطلاق العاطفي البعدي

#### باختلاف البرنامج

المجموعة	المتوسط الحسابي المعدل	الخطأ المعياري
التجريبية	43.4	0.8
الضابطة	65.3	0.8

يلاحظ من الجدول (14) أن المتوسط الحسابي المعدل لأداء أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الطلاق العاطفي بلغ (107.6)، وهو أكبر من المتوسط الحسابي المعدل لأفراد المجموعة الضابطة بلغة (73.9)، مما يعني أن الفرق كان لصالح المجموعة التجريبية، وبلغ حجم الأثر (0.621) وهذا يعني أن ما نسبته (62.1%) من التباين المفسر في مقياس الطلاق العاطفي في القياس البعدي يعود إلى البرنامج الإرشادي وهذا يعني وجود فاعلية برنامج إرشادي قائم على علم النفس الإيجابي لخفض الطلاق العاطفي لدى عينة من النساء في الأردن

#### تفسير النتائج:

توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (a=0.05) بين متوسطات أداء أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق القبلي على مقياس الطلاق العاطفي تعزى للبرنامج الإرشادي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على الدرجة الكلية لمقياس الطلاق العاطفي البعدي تعزى للتفاعل بين أثر البرنامج ومتغيرات (المستوى التعليمي، وعدد سنوات الزواج، والفئة العمرية) لصالح المجموعة التجريبية.

تعزو الباحثة النتيجة السابقة إلى فنيات علم النفس الإيجابي التي تم استخدامها خلال البرنامج الإرشادي، حيث أن البرنامج تناول العديد من الأنشطة المتعددة والمتنوعة والتي لاقت قبول السيدات وتفاعلهن معها خلال جلسات البرنامج، كما وأن الباحثة راعت تنوع الفنيات في

#### الجدول (13) نتائج تحليل التباين الثنائي المشترك

(ANCOVA) لأداء أفراد الدراسة على مقياس الطلاق

العاطفي في القياس البعدي باختلاف البرنامج والفئة العمرية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة الإحصائي (ف)	مستوى الدلالة	قيمة إيتا تربيع
القبلي	44458.93	1	44458.9	703.1	0	
البرنامج	1808.799	1	1808.8	28.61	0	0.621
الفئة العمرية	331.144	2	165.572	2.619	0.094	0.003
تفاعل البرنامج مع الفئة العمرية	62.811	2	31.405	0.497	0.615	0.001
الخطأ	1517.556	24	63.231			
الكلي	91878	30				

يلاحظ أن قيمة (ف) بالنسبة للبرنامج قد بلغت (28.61) وبمستوى دلالة (0.00)، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي أداء مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة على مقياس الطلاق العاطفي في القياس البعدي، في حين بلغت قيمة (ف) بالنسبة الفئة العمرية (2.619)، وبمستوى دلالة (0.094)، مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أداء أفراد العينة على مقياس الطلاق العاطفي في القياس البعدي، وأخيراً بلغت قيمة (ف) بالنسبة لتفاعل البرنامج مع الفئة العمرية (0.497)، وبمستوى دلالة (0.615)، مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة

الجحيفي، أمل (2017). أثر برنامج قائم على بعض مهارات علم النفس الإيجابي لرفع مستوى الطموح لدى طلبة جامعة إب، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة إب، اليمن.

الجندي، نبيل (2017). مقياس جامعة الخليل الرباعي للتوافق الزوجي، دراسات- العلوم الإنسانية والاجتماعية، الجامعة الأردنية، الأردن، 44 (2): 193-207.

الجندي، نبيل وأبو زنيد، مها (2017). الصمت الزوجي وعلاقته بالتوافق النفسي لدى عينة الأزواج في الضفة الغربية، مجلة البلقاء للبحوث والدراسات، جامعة عمان الأهلية، الأردن، 20 (1): 25-41.

الجوازنة، بهاء (2018). مستوى الطلاق العاطفي لدى الزوج وأثره على التوافق النفسي للأبناء في المرحلة الثانوية من ذوي الأسر المفككة بمحافظة الكرك، مجلة التربية، جامعة الأزهر، مصر، 178 (1): 384-413.

الخطيب، سلوى (2007). نظرة في علم الاجتماع الأسري، مكتبة الشقري.

الخطيب، سلوى (2009). التغيرات الاجتماعية وأثرها على ارتفاع معدلات الطلاق في المملكة من وجهة نظر المرأة السعودية، مجلة جامعة الملك عبد العزيز- الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة الملك عبد العزيز، 17 (1): 159-222.

الدهري، صالح (2008). أساسيات الإرشاد الزوجي والأسري، عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع. زهران، حامد (2005). التوجيه والإرشاد النفسي، ط 4، القاهرة: عالم الكتب للنشر والتوزيع.

السدحان، عبد الله (2010). مشكلة الطلاق العاطفي وكيف يتعامل معها المرشد الأسري، الرياض: مكتبة الملك فهد الوطنية.

الصبان، عيبر (2020). الطلاق العاطفي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى المتزوجات في مدينة جدة، مجلة جامعة الملك عبد العزيز- الآداب

البرنامج الإرشادي والأنشطة حتى تتناسب مع جميع السيدات من حيث المستوى التعليمي المختلف والمتنوع بينهن، وعدد سنوات الزواج، والعمر، حيث كان هناك تفاعل كبير من السيدات خلال البرنامج الإرشادي، حيث أفادت السيدات خلال التغذية الراجعة أن للبرنامج الإرشادي كان له أثر كبير في خفض الطلاق العاطفي لديهن، وتم تزويدهن بالعديد من الأساليب والمهارات التي تساعدهن على تجاوز الآثار الناجمة عنه، والعمل على تغيير وجهة النظر والأفكار السلبية التي تتعلق بشريك الحياة، والتمتع بالإيجابية والأفكار الإيجابية نحو شريك الحياة، والذي ساهم في خفض الطلاق العاطفي لديهن. توصيات ومقترحات الدراسة:

من خلال ما توصلت إليه الدراسة من نتائج تورد الباحثة عدداً من التوصيات والمقترحات، تتمثل في الآتي:

1. تنفيذ العديد من ورش العمل واللقاءات والندوات والتي تناقش طرق التغلب على الطلاق العاطفي.
2. تخصيص برامج على الإذاعات المسموعة والمرئية تزود الأزواج بمخاطر الطلاق العاطفي وطرق التغلب عليه.
3. تنفيذ العديد من الدورات التدريبية للأزواج قبل الزواج وخلال فترة الخطوبة من أجل تزويدهم بأبرز الطرق والأساليب التي تحقق التوافق الزوجي؛ من أجل الوقاية من الطلاق العاطفي.
4. إجراء العديد من الدراسات لتناول عينة السيدات اللواتي يعانن الطلاق العاطفي.

#### قائمة المراجع العربية:

أبو الصبوة، محمد (2008). علم النفس الإيجابي تعريفه وتاريخه وموضوعاته والنموذج المقترح له، مجلة الهيئة المصرية العامة للكتاب، مصر، 21 (79): 16-43.

باصويل، أمل (2008). التوافق الزوجي وعلاقته بالإشباع المتوقع والفعلية للحاجات العاطفية المتبادلة بين الزوجين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الرياض.

- Al-Juhaifi, A. (2017). The effect of a program based on some positive psychology skills to raise the level of ambition among Ibb University students, unpublished master's thesis, Ibb University, Yemen.
- Al-Jundi, Nabil and Abu Zneid, Maha (2017). Marital silence and its relationship to psychological compatibility among a sample of couples in the West Bank, Al-Balqa Journal for Research and Studies, Al-Ahliyya Amman University, Jordan, 20 (1): 25-41.
- Al-Khatib, S. (2007). A look at family sociology, Al-Shukry Library.
- Al-Khatib, S. (2009). Social changes and their impact on the high rates of divorce in the Kingdom from the point of view of Saudi women, Journal of King Abdulaziz University - Arts and Humanities, King Abdulaziz University, 17 (1): 159-222.
- Al-Najdawi, M. (2018). Emotional Divorce in Jordanian Society: A Qualitative Study, Studies - Humanities and Social Sciences, University of Jordan, Jordan, 45 (4).
- Al-Obaidi, A. (2015). Emotional divorce in the light of some variables among married students at the University of Baghdad, Journal of Social Studies and Research, University of Martyr Hama Lakhdar - Al-Wadi, 13(14): 23-40.
- Al-Sabban, A. (2020). Emotional divorce in the light of some demographic variables among married women in the city of Jeddah, Journal of King Abdulaziz University - Arts and Humanities, King Abdulaziz University, 28(13): 138-156.
- Al-Sadhan, A. (2010). The problem of emotional divorce and how the family counselor deals with it, Riyadh: King Fahd National Library.
- Basweel, A. (2008). Marital compatibility and its relationship to the expected and actual satisfaction of the emotional needs of the spouses, unpublished master's thesis, College of Social Sciences, Imam Muhammad bin Saud Islamic University, Riyadh.
- El-Amr, N. (2020). The Effectiveness of an Existential Counseling Program in Increasing Tolerance and Reducing Emotional Divorce for Women in Menopause in Jordan. Unpublished Ph.D. Thesis, Mutah University, Jordan.
- El-Gendy, N. (2017). Hebron University Quadruple Scale of Marital Compatibility, Studies - Humanities and Social Sciences, University of Jordan, Jordan, 44 (2): 193-207.
- Hadi, A. (2012). Reasons for emotional divorce among Iraqi families according to some variables, unpublished master's thesis, Al-Mustansiriya University, Iraq.
- Jawazna, B. (2018). The level of emotional divorce in the husband and its impact on the psychological adjustment of children in the secondary stage of those with broken families in Karak Governorate, والعلوم الإنسانية، جامعة الملك عبد العزيز، 28(13): 138-156.
- العبيدي، عفراء (2015). الطلاق العاطفي في ضوء بعض المتغيرات لدى الطلبة المتزوجين في جامعة بغداد، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، جامعة الشهيد حمة لخضر- الوادي، 13(14): 23-40.
- العمر، نادية (2020). فاعلية برنامج إرشادي وجودي في زيادة التسامح وتخفيض الطلاق العاطفي لدى النساء في مرحلة اليأس في الأردن، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة مؤتة، الأردن.
- العيسوي، عبد الرحمن (2004). علم النفس الأسري المشكلات والبرامج الإرشادية، عمان: دار أسامة للنشر والتوزيع.
- كفافي، علاء الدين (1999). الإرشاد والعلاج النفسي الأسري- المنظور النسقي الاتصالي، القاهرة: دار الفكر العربي.
- كفافي، علاء الدين (2012). الإرشاد والعلاج النفسي الأسري المنظور النسقي الاتصالي، القاهرة: دار الفكر العربي.
- مصطفى، أمينة و خليل، محمد وبيومي، محمد (2016). الضغوط الأسرية وعلاقتها بالطلاق العاطفي لدى المتزوجين، مجلة كلية التربية جامعة بورسعيد، مصر، 3 (20).
- النجداوي، موسى (2018). الطلاق العاطفي في المجتمع الأردني: دراسة نوعية، دراسات- العلوم الإنسانية والاجتماعية، الجامعة الأردنية، الأردن، 45 (4).
- هادي، أنوار (2012). أسباب الطلاق العاطفي لدى الأسر العراقية وفق بعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة المستنصرية، العراق.
- قائمة المراجع العربية مترجمة:
- Abu Al-Sabwa, M. (2008). Positive Psychology: Definition, History, Topics, and Suggested Model for it, Journal of the Egyptian General Book Organization, Egypt, 21 (79): 16-43.
- Al-Dahri, S. (2008). The basics of marital and family counseling, Amman: Dar Safaa for Publishing and Distribution.
- Al-Esawy, A. (2004). Family Psychology, Problems and Guidance Programs, Amman: Dar Osama for Publishing and Distribution.

- Journal of Education, Al-Azhar University, Egypt, 178 (1): 384-413.
- Kafafi, A. (1999). Counseling and family psychotherapy - a communicative systemic perspective, Cairo: Arab Thought House.
- Kafafi, A. (2012). Counseling and family psychotherapy, the communicative systemic perspective, Cairo: Arab Thought House.
- Mustafa, U. & Khalil, M. & Bayoumi, M. (2016). Family pressures and their relationship to emotional divorce among married couples, Journal of the Faculty of Education, Port Said University, Egypt, 3 (20).
- Zahran, H. (2005). Psychological Guidance and Counseling, 4th Edition, Cairo: World of Books for Publishing and Distribution.

#### قائمة المراجع الإنجليزية:

- Amiri, S., Hekmatpour, M. & Fadaei, M. (2015). Investigating Emotional Divorce on Family Performance. Journal of Applied Environmental and Biological Sciences, 5 (11): 782- 786.
- Corey, G. (2013). Theory and practice of counseling and psychotherapy. Australia; Belmont, CA: Brooks.
- Ladan, H. & Halleh, H. (2017). Emotional Divorce: Child Well-Being, Journal of Divorce & Remarriage. 6 (1): 1-6.
- Shiri, M. & Ghanbaripanah, A. (2016). Predict Marital Conflicts and Emotional Divorce Based on the Character Strengths Among Spouses. International Journal of Fundamental Psychology and Social Sciences, 6(2): 15- 22.

