القدرة التنبؤية لأنماط التعلق بجودة الحياة لدى عينة من مراجعات مراكز الإصلاح الأسري في الأردن

نهى محمد الغرايبة[i]
أ.د. أحمد عبد المجيد الصمادي[ii]

تاريخ الاستلام
2024/4/27
تاريخ القبول
2024/5/20

الملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن القدرة التنبؤية لأنماط التعلق بجودة الحياة لدى عينة من مراجعات مراكز الإصلاح الأسري، ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام المنهج الوصفي التنبؤي، وتطبيق مقياس أنماط التعلق، ومقياس جودة الحياة على عينة مكونة من (458) من السيدات المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري، حيث تم اختيارهن بالطريقة المتيسرة. أظهرت النتائج أنّ مستوى كل من أنماط التعلق الثلاث، وجودة الحياة كان متوسطًا لدى أفراد العينة، كما أظهرت النتائج وجود قدرة تنبؤية موجبة لفئة الدخل الشهري ضمن أكثر من (1000) دينار بجودة الحياة، ووجود قدرة تنبؤية سالبة لنمط التعلق التجنبي بجودة الحياة، ووجود قدرة تنبؤية موجبة لفئة المستوى التعليمي ضمن بكالوريوس فأعلى بجودة الحياة.

الكلمات المفتاحية: أنماط التعلق، جودة الحياة، مراجعات مراكز الإصلاح الأسري.

[i] جامعة اليرموك
[ii] جامعة اليرموك

The Predictive Ability of Attachment Styles to Quality of Life in a Sample of Female Visitors of Family Reform Centers in Jordan

Abstract

The current study aimed to reveal the predictive ability of attachment styles for well-being among a sample of visitors to family correctional center. To achieve the objectives of the study, the predictive descriptive approach was used, and the attachment styles scale and the well-being scale were applied to a sample of (458) women attending correctional centers families, where they were selected by available method. The results showed that the level of each of the three attachment styles and well-being was medium among the sample members. The results also showed that there was a positive predictive ability for the monthly income category within more than (1000) dinars for well-being, and there was a negative predictive ability for the avoidant attachment style for well-being, and positive for the category of educational level within bachelor's degree and above for well-being.

Keywords: Attachment styles, Well-being, Reviews of family reform centers.

المقدمة

يعيش الأفراد حياة مليئة بالتحديات، والعقبات، والمواقف التي تتطلب منهم بذل الجهد، والتفكير، والتنظيم، وهذا ضمن متطلبات الحياة الحالية، وقد يؤثر بصورة سلبية على راحة الأفراد، وصحتهم، وسعادتهم، وخصوصًا الأزواج، وما يواجهونه من مشاكل مختلفة لها آثار سلبية على جانب السعادة، والحياة الأسرية السليمة، وبالتالي؛ فإن تحقيق التوزان بين جوانب الفرد المختلفة يعني أنه وصل إلى مستويات مُرضية من جودة الحياة التي تنادي بالراحة، والسعادة، وعدم الإجهاد.

حيث يعتبر مفهوم جودة الحياة من المفاهيم الحديثة والمهمة في علم النفس الإيجابي؛ إذ ينطلق مفهوم جودة الحياة بشكلٍ عامٍ من مبدأ مفاده أنّ دخل الفرد ليس مقياسًا مباشرًا لنوعية حياته، فيمكن اعتبار الصحة، والتعليم، والمساواة بين الجنسين، أمثلة على عناصر قيّمة تدخل في قياس جودة حياة الفرد (Sen, 1985).

ويمكن القول إنّ غياب جودة الحياة لدى الأفراد يؤدي إلى زيادة مستويات القلق، والاكتئاب، والتوتر، والإجهاد النفسي، وقد يؤدي إلى قلة التفاعلات الاجتماعية، وبالتالي، العزلة وعدم الاندماج في المجتمع، ناهيك عن ضعف الإدراك، وصعوبة معالجة المعلومات، وحصول التعلم السطحي، وزيادة التشوهات المعرفية، وتوتر العلاقات الأسرية، والصراعات التي قد تُفضي إلى الطلاق والعنف المنزلي، وانخفاض الرضا عن الحياة (Vinayak & Dhanoa, 2017).

وهذه الآثار السلبية الكبيرة ألزمت علماء النفس والاجتماع بتحديد العناصر التي تسهم في زيادة جودة حياة الفرد، وذلك من خلال التقييمات الذاتية، والتقارير الشخصية (Diener & Lucas 1999). يشمل مصطلح جودة الحياة جميع الطرق التي يعيش بها الناس، ويُقيّمون حياتهم بشكل إيجابي، وما يعنيه بالضبط مصطلح جودة الحياة الإيجابية يمكن فهمه بطرق متعددة، منها: تلك التي تعكس رفاهية الفرد لفترة طويلة الأمد مثل الرضا عن الحياة، ومنها ما يتعلق بصحة الفرد البدنية والعقلية، وأي نظرة لجانب واحد على حساب الآخر يعد غير صحيح، فقد كان التحدي الأكبر في مجال جودة حياة الأفراد هو تحديد هذا البناء الواسع والشامل وقياسه، ومن التطورات المهمة التي حصلت منذ عقود قليلة الاعتراف والقبول المتزايد بأن جودة الحياة التي تتكون من جوانب متعددة، لا يمكن تمثيلها بالكامل بأي مقياس، ولكن يمكن القول إنّ جودة الحياة تشمل قلة المعاناة، لكنها أكثر من ذلك بكثير (Diener, 1984; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

وقد عرف فورقيرد وآخرون (Forgeard et al., 2011) جودة الحياة بأنها ظاهرة متعددة الجوانب يمكن تقييمها من خلال قياس مجموعة واسعة من التركيبات الذاتية والموضوعية. كما تُعرف على أنها ازدهار الأفراد وتحقيقهم للراحة، والطمأنينة، والسعادة في مختلف مجالات الحياة، كالصحة البدنية، والعقلية، والعاطفية، والنمو الشخصي (Riitsalu et al., 2024).

وتعرف كذلك بأنها الإرادة الوجودية التي تبحث عن معنى الحياة، وغرضها، وتحقيق الراحة فيها، والتعمق في الهوية، والانتماء، والحالة الإنسانية (Dreer, 2024).

ويُعرف الباحثان جودة الحياة بأنها الابتعاد عن التعب الجسدي، والشعور بالحيوية والنشاط، والتواصل الإيجابي مع الآخرين، والشعور بالسعادة والفرح، والابتعاد عن الانفعالات السلبية، والشعور بالرضا عن العلاقات الزوجية.

وفكرة أن يكون الفرد على ما يرام أدت إلى مجموعة متنوعة من مفاهيم جودة الحياة، فهناك نهجان أساسيان في ذلك، يركز الأول منها على تقييم الشخص لحياته الخاصة عاطفيًا ومعرفيًا،

وهو يعكس ما يسمى بجودة الحياة المترفة (Hedonic Well-Being: HWB) المكونة من المشاعر الممتعة والمكررة، والمشاعر غير السارة المكررة، والحكم بالرضا العام عن الحياة، كما ويطلق عليه أيضًا اسم جودة الحياة الذاتية (subjective well-being) (Diener, 1984).
أما النهج الثاني فيركز على احتياجات وصفات معينة ضرورية لنمو الفرد وتطوره النفسي، والتي تصل به إلى إمكاناته الكاملة، ويسعى من خلالها إلى تحقيق الأهداف والأنشطة التي تتوافق مع قيمه وهويته، وهذا النهج يطلق عليه اسم جودة الحياة المزدهرة أو الثرية (Eudaimonic Well-Being: EWB)، ومن الأمثلة عليه جودة الحياة النفسية (Ryan & Deci, 2001).
وقد قدم ريف (Ryff, 1989) ست سمات أساسية لأشخاص يعكسون جودة الحياة المزدهرة، هي؛ الحكم الذاتي: (Autonomy) المتمثل بالاسترشاد بالمعايير الداخلية للفرد. والعلاقات الإيجابية: (positive relations) المتمثلة بالثقة ومحبة الآخرين.
وإتقان البيئة: (environmental mastery) المتعلقة بإدارة الضغوطات الخارجية واغتنام الفرص. وقبول الذات: (self-acceptance) بأن يكون لديهم موقف إيجابي تجاه أنفسهم. والهدف في الحياة (purpose in life): من خلال تحديد أهداف وغايات مهمة. ونمو الشخصية (personal growth) قبول التحديات الجديدة وتعزيز الشخصية وتنميتها.
وفي الحياة الزوجية، تشير جودة الحياة إلى السعادة الزوجية، وتدني الصراع الزوجي، والالتزام الزوجي، والدعم الاجتماعي، والتفاعل الزوجي، والتسامح، ويتم دمجها أحيانًا كمؤشر واحد لجودة الحياة الزوجية (marital well-being)، ومن أبرز المؤشرات على تحقق جودة الحياة لدى الأزواج السعادة الزوجية، والرضا الزواجي، ووجود أطفال، وحسن إدارة دخل الأسرة، واستخدام الرعاية الاجتماعية، ومواقف المساواة، والالتزام الديني، والترابط بين شبكات الأسرة والصداقة (Amato et al., 2007).
ومن مؤشرات تدني مستوى جودة الحياة بين الزوجين وجود المواقف العصبية التي تؤثر على استراتيجيات التكيف لدى الأزواج، بالإضافة إلى أعراض المزاج السلبي المرتفعة، مثل: الاكتئاب، والقلق، والتوتر، والغضب، والعدوان اللفظي والجسدي، وأعراض الإرهاق، والافتقار إلى السيطرة، وعبء العمل المنزلي، والارتباك في الأدوار، والمتطلبات البيئية غير العقلانية، والعجز، والإحباط، وعدم القدرة على تقديم الرعاية للأطفال والأبناء (Vinayak & Dhanoa, 2017).
وحول أنماط التعلق، فيمكن القول إنها حالة من الارتباط النفسي الدائم بين البشر، فهي تؤكد على رابطة المشاعر (affectional bond)، والرابطة العاطفية (emotional bond)، كما أنها رابطة نفسية، وعاطفية بين الفرد وشخصية التعلق، وهدف هذه الرابطة بقاء الأفراد على مستويات مرتفعة من السعادة، والرفاه النفسي، والأمان، والسلامة، والحماية (Bowlby, 1982).
وبالتالي يمكن تعريف التعلق بأنه الرابطة الخاصة والعلاقات الدائمة التي يشكلها الأفراد بعضهم مع بعض، كما يوصف بأنه الشعور بالأمن والأمان عندما يكون الفرد بصحبة فرد آخر معين (Wittmer, 2011). كما يُعرف على أنه مجموعة من المخططات الانفعالية، والنفسية، والعقلية يطورها الفرد حول ذاته بدايةً، وحول الأفراد الذين من حوله، كالأسرة، والأقران، والزملاء (Petrowski et al., 2015).

ويعرف الباحثان أنماط التعلق بأنها المسارات التي يسلكها الزوجان في علاقة كل منهما بالآخر، ضمن أنماط تعلق تكيفية كنمط التعلق الآمن، أو أنماط تعلق غير تكيفية، كنمطيّ التعلق (القلق والتجنبي).

والفرد السوي هو الذي يملك خبرات تعلقية إيجابية مع الأفراد الآخرين في مرحلة معينة، سواء أكانت مرحلة الطفولة، أو المراهقة، أو الرُشد، وفقدان مقدم الرعاية أو الخوف من فقدانه قد يسبب توترًا للفرد الآخر؛ مما يؤدي إلى حدوث اضطرابات سلوكية ونفسية كثيرة، وتعد سلوكيات التعلق قابلة للتكيف؛ فالفرد يطور شبكة من السلوكيات المختلفة التي قد تكون في أغلبها اجتماعية تجعله أكثر احتمالية لتحقيق السعادة، والأمن، والبقاء، والسلامة (Werner-Wilson & Davenport, 2003).

وتتميز أنماط التعلق بالسلوك المعروض داخل العلاقة، خاصة عندما تكون تلك العلاقة مهددة، فعلى سبيل المثال، قد يتمكن زوج أو زوجة لديهم نمط تعلق آمن من مشاركة مشاعره بشكل علني، وطلب الدعم عندما يواجه مشاكل في العلاقة، لكن، قد يميل الأزواج الذين لديهم أنماط تعلق غير آمنة إلى أن يصبحوا محتاجين، أو متشبثين في أقرب علاقاتهم، أو يتصرفون بطرق أنانية أو متلاعبة عندما يشعرون بالضعف، أو ببساطة يخجلون من العلاقة مع الطرف الآخر، وهذا من شأنه التسبب بالعديد من المشاكل بين الزوجين (Wittmer, 2011).

ومن أبرز أنماط التعلق ما أشار إليه بولبي (Bowlby's, 1979) ضمن أربعة أنماط هي: النمط القلق (Anxious)، ويشار إليه أيضًا بالمشغول، والنمط المتجنب (Avoidant) أو الرافض، والنمط غير المنظم (Disorganized)، والنمط الآمن (Secure).

وقد أكد غونزاليس-أورتيجا وآخرون (González-Ortega et al., 2020) أن أصحاب النمط القلق يميلون إلى أن يكون لديهم نظرة سلبية لأنفسهم، ولكن نظرة إيجابية للآخرين. وهذا يعني أنهم قد ينظرون إلى شريكهم على أنه النصف الأفضل بالمعنى الحرفي للكلمة، ونظرًا لأن الفرد الذي لديه أسلوب التعلق هذا يعتبر نفسه أقل استحقاقًا للحب مقارنة بالأشخاص الآخرين، فإن فكرة العيش بدون شريكه (أو البقاء بمفرده بشكل عام) تسبب مستويات عالية من القلق. وبعبارة أخرى، فإنهم يخشون بشدة أن يتم التخلي عنهم.

في حين أنّ أصحاب نمط التعلق المُتجنب يميلون إلى أن يكون لديهم نظرة إيجابية لذاتهم ونظرة سلبية تجاه الآخرين، وبالتالي، فإنهم يفضلون تعزيز الشعور العالي بالاستقلالية والاكتفاء الذاتي، خاصة على المستوى العاطفي، كما يميلون إلى الاعتقاد بأنه ليس من الضروري أن يكون في علاقة ليشعر بالكمال؛ فهو لا يريد الاعتماد على الآخرين، أو جعل الآخرين يعتمدون عليه، أو طلب الدعم والموافقة في الروابط الاجتماعية، وعادةً ما يتجنبون العلاقة الحميمة أو التقارب العاطفي؛ لذلك قد ينسحبون من العلاقة إذا شعروا أن الفرد الآخر أصبح يعتمد عليهم بهذه الطريقة، كما أنهم يميلون أيضًا إلى إخفاء مشاعرهم أو قمعها عندما يواجهون موقفًا يحتمل أن يكون ذا عاطفة سلبية، مثل الصراع (Li et al., 2021).

وحول نمط التعلق غير المنظم فإن الأفراد يميلون فيه إلى التأرجح بين سمات التعلق القلق والمتجنب اعتمادًا على مزاجهم وظروفهم، ولهذا السبب، يميل الفرد الذي يتمتع بأسلوب التعلق هذا إلى إظهار سلوكيات مربكة وغامضة في روابطه الاجتماعية، غالبًا ما يكون الشريك والعلاقة نفسها ضمن هذا النمط مصدرًا للرغبة والخوف، أما نمط التعلق الآمن فيشير إلى أن الفرد يشعر بالارتياح في التعبير عن مشاعره بشكل علني، لذلك، يمكن للبالغين الذين يتمتعون بنمط تعلق آمن

أن يعتمدوا على شركائهم، وبالتالي يسمحون لشركائهم بالاعتماد عليهم (Hammonds et al., 2020).

وتعتمد العلاقات مع شخص يتمتع بأسلوب تعلق آمن على الصدق، والتسامح، والتقارب العاطفي، فعلى الرغم من أن الأشخاص ضمن هذا النمط غالبًا ما ينجحون في علاقاتهم، إلا أنهم أيضًا لا يخافون من البقاء بمفردهم، كما يميلون إلى أن يكون لديهم نظرة إيجابية عن أنفسهم والآخرين؛ لذا فهم لا يسعون بشكل مفرط إلى الحصول على موافقة خارجية، ويمكنهم تحديد مشاعرهم وتنظيمها بنجاح، وحتى مساعدة الشريك على القيام بذلك (Li et al., 2021).

وفهم الزوجين لنمط تعلق الآخر يساعد على فهم السلوك الخاص به، وتجنب المشاكل التي قد تحدث بسبب ذلك؛ مما يعزز الثقة والتواصل المفتوح والدعم المتبادل بين الزوجين، والتعامل مع النزاعات بشكل بناء، والسعي إلى التسوية، والحفاظ على التقارب العاطفي، وتنظيم العواطف، وتقليل سوء الفهم، وتعزيز الرضا الزوجي (Paquette et al., 2020).

وحول الدراسات السابقة التي تناولت أنماط التعلق وجودة الحياة، ضمن دراسات المستوى أو الدراسات الارتباطية، فقد أجرى بشارة وآخرون (2014) دراسة هدفت إلى بحث علاقة أنماط تعلق الراشدين بالمساندة الاجتماعية، ولتحقيق أهداف الدراسة، تم اختيار عينة مكونة من (209) طالب وطالبة من طلبة جامعة الحسين بن طلال، وطبق عليهم مقياسيّ أنماط تعلق الراشدين والمساندة الاجتماعية. وأظهرت النتائج أن نمط التعلق الآمن هو أكثر أنماط التعلق شيوعًا لدى الطلبة.

وقام يورجنسن (Jurgensen, 2019) بدراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين أنماط التعلق وجودة الحياة، والضغط النفسي، ولتحقيق أهداف الدراسة، تم اختيار عينة مكونة من (182) مشاركًا، وطبق عليهم مقياس أنماط التعلق، ومقياس جودة الحياة، ومقياس الضغط النفسي. وأظهرت النتائج أن هناك علاقة موجبة بين نمط التعلق الآمن وجودة الحياة، وعلاقة سالبة بين نمطيّ التعلق التجنبي والقلق مع جودة الحياة.

فيما قام موناكو وآخرون (Mónaco et al., 2019) بدراسة هدفت إلى تحديد الدور الوسيط للكفاءات العاطفية في العلاقة بين أنماط التعلق بالوالدين وجودة الحياة لدى المراهقين، مع الأخذ بعين الاعتبار تأثير الجنس، ولتحقيق أهداف الدراسة، تم اختيار عينة مكونة من (1276) مراهقًا إسبانيًا تتراوح أعمارهم بين (12- 15) عامًا، وطبق عليهم مقياس أنماط التعلق (الثقة والتواصل والاغتراب)، ومقياس الكفاءات العاطفية، ومقياس جودة الحياة لدى المراهقين (الشكاوى الجسدية، والإجهاد، والرضا عن الآخرين، والحياة العاطفية). وأظهرت النتائج وجود علاقة موجبة بين نمطيّ التعلق الموثوق والمتواصل مع أبعاد جودة الحياة، والرضا عن الآخرين، والحياة العاطفية، ووجود علاقة موجبة بين نمط التعلق المغترب، والشكاوى الجسدية، والإجهاد.

وقام الشهري (2020) بدراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين التنظيم الانفعالي وجودة الحياة لدى المتزوجين حديثًا، ولتحقيق أهداف الدراسة، تم اختيار عينة مكونة من (123) متزوجا حديثًا في مكة المكرمة، وطبق عليهم مقياس التنظيم، ومقياس جودة الحياة. وأظهرت النتائج وجود مستوى جودة الحياة بصورة مرتفعة لدى المتزوجين حديثًا، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى المتزوجين حديثًا تعزى لمتغير مستوى الدخل لصالح مستوى الدخل العالي.

وفي دراسة قام بها الضمور (2021) هدفت إلى التعرف على مستوى التعلق لدى المتزوجات حديثًا، ونوع التعلق لديهن، كما هدفت إلى اكتشاف مستوى الأمن النفسي لدى المتزوجات حديثًا،

كذلك هدفت إلى اكتشاف العلاقة بين طبيعة التعلق والأمن النفسي لدى المتزوجات حديثا، ولتحقيق أهداف الدراسة، تم اختيار عينة مكونة من (158) متزوجة حديثًا، تراوحت مدة زواجهن أقل من ثلاث سنوات، ويعشن في محافظة الكرك في المملكة الأردنية الهاشمية، وطبق عليهنّ مقياس التعلق، ويتكون من أربعة أبعاد، هي: التعلق الأمن، والتعلق القلق، والتعلق المتجنب، والتعلق المشوش، ومقياس الأمن النفسي. وأظهرت النتائج أن مستوى التعلق لدى الزوجات كان متوسطًا، وكذلك جاء التعلق لدى المتزوجات حديثًا حسب الترتيب التالي: تعلق آمن، ثم تعلق مشوش، ثم تعلق متذبذب، ثم تعلق متجنب، وأيضا توصلت نتائج الدراسة إلى أن نوع التعلق يختلف باختلاف الفئة العمرية لصالح الفئة العمرية الأصغر سنا، ويختلف تبعًا للمستوى التعليمي لصالح المستوى التعليمي الأقل تعليمًا.

وأجرى بامون وخلفي (2021) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين أنماط التعلق والذكاء العاطفي بنوعية العلاقة الزوجية لدى عينة من الأزواج في مدينة غرداية، ولتحقيق أهداف الدراسة، تم اختيار عينة مكونة من (132) زوجًا وزوجةً، وطبق عليهم مقياس أنماط التعلق، ومقياس الذكاء العاطفي. وأظهرت النتائج أن مستوى التعلق الآمن كان متوسطًا، يليه مستوى التعلق القلق، ثم التجنبي، والأخير كان ضمن المستوى المتدني.

وقام نجف (2021) بدراسة هدفت إلى التعرف على معنى الحب وعلاقته بجودة الحياة لدى الأزواج، وطبيعة العلاقة الارتباطية بينهما، ولتحقيق أهداف الدراسة، تم اختيار عينة مكونة من (200) زوج وزوجة في العراق، وطبق عليهم مقياس الحب، ومقياس جودة الحياة. وأظهرت النتائج أن مستوى جودة الحياة كان مرتفعًا بين الأزواج.

قام يوسف (2023) بدراسة هدفت إلى الكشف عن أنماط التعلق المنبئة بالتوافق الاجتماعي لدى طلبة جامعة السويس، ولتحقيق أهداف الدراسة، تم اختيار عينة مكونة من (340) طالبًا جامعيًا، وطبق عليهم مقياس أنماط التعلق، ومقياس التوافق الاجتماعي. أظهرت النتائج أن نمط التعلق الآمن هو الأكثر انتشارًا بين طلبة الجامعة، يليه التعلق الرافض، ثم التعلق القلق، فالتعلق التجنبي.

وفي دراسة قام بها بلانتاد-جيبتش وآخرون (Plantade-Gipch et al., 2023) هدفت إلى تحديد القدرة التنبؤية للتنظيم العاطفي وأنماط التعلق على جودة الحياة، ولتحقيق أهداف الدراسة، تم اختيار عينة مكونة من (360) بالغا من البالغين الفرنسيين الناشئين في فرنسا، وطبق عليهم مقياس التنظيم العاطفي، ومقياس أنماط التعلق، ومقياس جودة الحياة. وأظهرت النتائج أن نمط التعلق الآمن تنبأ بشكل موجب بجودة الحياة لدى الأفراد.

يلاحظ من خلال مراجعة الدراسات السابقة وجود العديد من المتغيرات التي ارتبطت بجودة الحياة، مثل التنظيم الانفعالي (الشهري، 2020) وغيرها من المتغيرات النفسية، وقد أكدت هذه الدراسات على أهمية جودة الحياة للمتزوجين، ودورها في تخفيف الضغط النفسي، وتحقيق السعادة، والشعور بالتنظيم الانفعالي، وتحقيق الصحة العامة، في حين بينت الدراسات السابقة أن أنماط التعلق تختلف في مستويات انتشارها، إلا أنّ نمط التعلق الآمن كان هو السائد بين أغلب أفراد عينات الدراسة (بشارة وآخرون، 2014؛ بامون وخلفي، 2021؛ الضمور، 2022).

وبناء على ما سبق، تتشابه الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في تناولها متغير جودة الحياة وعلاقته بأنماط التعلق، وتختلف عنها في أنه تم تطبيقها على عينة جديدة هي المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري، وهذه العينة _على حد علم الباحِثَيْن_ لم تتناولها الدراسات السابقة بصورة مستفيضة، كما تختلف هذه الدراسة عن مثيلاتها في الأدوات والمقاييس المستخدمة، وما تتمتع به من دلالات صدق وثبات.

مشكلة الدراسة وأسئلتها

انبثقت مشكلة الدراسة الحالية من نتائج بعض الدراسات السابقة (Jurgensen, 2019; Mónaco et al., 2019; Mónaco et al., 2019)، التي أظهرت أهمية جودة الحياة النفسية لدى الأفراد بشكل عام، وأهمية تبني نمط تعلق صحي وآمن، ومحاولة الابتعاد قدر الإمكان عن أنماط التعلق غير التكيفية، كنمط التعلق التجنبي أو القلق، وقد أشار راين وديزي (Ryan & Deci, 2001) إلى أن جودة الحياة تساعد الأفراد على تحقيق السعادة، والشعور بالأمن، والراحة، والطمأنينة، والحب، وبالتالي، فإنه من أبرز الأمور التي قد تؤثر سلبًا أو إيجابًا بجودة الحياة هو البحث حول نمط التعلق، ومعرفة مدى تنبؤ الأنماط التكيفية وغير التكيفية بجودة الحياة، وبحكم عمل أحد الباحثين كأخصائي نفسي وأسري، فقد لاحظ أنّ هناك العديد من المشاكل الزوجية ناتجة عن تبني أحد الزوجين أو كلاهما نمط تعلق غير تكيفي، وهذا النمط من شأنه أن يزيد من مستويات المشاكل الأسرية، ويؤجج الصراع بين الزوجين، والذي قد ينتهي فيما بعد بالطلاق، وما يلحق ذلك من تبعات سلبية على الجانب الأسري، والاجتماعي، والتربوي، وحتى الاقتصادي. ومبرر آخر لإجراء هذه الدراسة أن أغلب الدراسات التي تناولت العلاقة بين أنماط التعلق وجودة الحياة كانت ضمن مرحلة المراهقة، أو على الراشدين العاديين، ولم يجد الباحثان أي دراسات تناولت هذه العلاقة على الحياة الزوجية، فكان ذلك مبررًا لإجرائها تحت عنوان القدرة التنبؤية لأنماط التعلق بجودة الحياة لدى عينه من مراجعات مراكز الإصلاح الأسري، وذلك من خلال الإجابة عن الأسئلة الآتية:

1. **ما مستوى أنماط التعلق لدى المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري؟**
2. **ما مستوى جودة الحياة لدى المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري؟**
3. **ما القدرة التنبؤية لأنماط التعلق وبعض المتغيرات الديموغرافية (عدد سنوات الزواج، مستوى الدخل الشهري للأسرة، المستوى التعليمي) بجودة الحياة لدى المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري؟**

أهمية الدراسة

تنبع الأهمية النظرية لهذه الدراسة من أنها تكشف عن العلاقة التنبؤية بين أنماط التعلق وجودة الحياة لدى الزوجات، وبالتالي، فهي تزود أفراد العينة بمستويات كل من أنماط التعلق وجودة الحياة لديهم، وتحدد القدرة التي من خلالها سيلجأ الأفراد إلى تبني نمط تعلق يكون آمنًا وتكيفيًا؛ لتصبح العلاقات الزوجية ذات جودة حياة مرتفعة، كما أنّ هذه الدراسة ستمد طلبة الدراسات العليا والباحثين في هذا المجال بالأدب النظري، والدراسات، والتوصيات التي قد تفتح لهم المجال لإجراء دراسات مشابهة على عينات مختلفة.

كما تقدم هذه الدراسة صورة متكاملة عن الواقع الفعلي لأنماط التعلق وجودة الحياة لمراجعات مراكز الإصلاح الأسري؛ مما يساعد في تقديم فهم أفضل بصورة أوضح تسهم في دفع عملية البحث العلمي. كما أن هذه الدراسة ستوفر أدوات قد يستفيد منها الباحثون في الدراسات ذات الصلة بموضوع الدراسة الحالية، وتطبيقها في بيئات أخرى، في ضوء ندرة الدراسات العربية التي تطرقت إلى القدرة التنبؤية لأنماط التعلق بجودة الحياة. كما وقد تزود الدراسة الباحثين وطلبة الدراسات العليا في الجامعات العربيّة بالأدب النظريّ المتعلق بموضوع بالشفقة بالذات وأنماط التعلق وجودة الحياة لدى مراجعات مراكز الإصلاح الأسري.

التعريفات الاصطلاحية والإجرائية

أنماط التعلق: عرفها دوماس (2023) بأنها رابطة نفسية علائقية بين الراشدين تأخذ شكلًا من العلاقات الآمنة، أو القلقة، أو المتجنبة. وتُعرف إجرائياً بأنها الدرجة التي حصلنَ عليها مراجعات مراكز الإصلاح الأسري على فقرات مقياس أنماط التعلق المستخدم في الدراسة الحالية.

جودة الحياة: عرفها عبد الحفيظي (2016) بأنها إدراك الفرد لمكانته في الوجود في سياق ثقافته ونظامه القيمي المرتبط بأهدافه وتوقعاته ومعاييره ومخاوفه، فهو مفهوم معقد متعدد الأبعاد يتضمن الصحة العضوية والنفسية والروحية. وتُعرف إجرائياً بأنها الدرجة التي حصلنَ عليها مراجعات مراكز الإصلاح الأسري على فقرات مقياس جودة الحياة المستخدم في الدراسة الحالية.

مراجعات مراكز الإصلاح الأسري: يعرفنَ إجرائيًا بأنهنّ النساء المتزوجات اللواتي يراجعنَ مراكز الإصلاح الأسري نتيجة وجود مشاكل بينهنّ وبين أزواجهن، حيث تنتهي هذه المشاكل إما بفض النزاعات، أو الانفصال، مع احتفاظهنّ بكامل حقوقهنّ أمام المحكمة الشرعية في حال اللجوء إليها.

محددات الدراسة: من محددات هذه الدراسة الأدوات المستخدمة، وما تتمتع به من دلالات صدق وثبات، بالإضافة إلى خصائص العينة واقتصارها على المراجعات الإناث، ومدى جدية أفراد العينة في الإجابة عن أدوات الدراسة، كما حددت هذه الدراسة بالمفاهيم الواردة والأبعاد المتضمنة بها.

منهجية الدراسة

تم استخدام المنهج الوصفي التنبؤي للكشف عن مستوى أنماط التعلق وجودة الحياة لدى مراجعات مراكز الإصلاح الأسري، والكشف عن القدرة التنبؤية لأنماط التعلق بجودة الحياة لديهن؛ وذلك لملاءمته لطبيعة الدراسة وأهدافها.

أفراد الدراسة

بلغ عدد أفراد عينة الدراسة (458) من السيدات المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري في شمال الأردن ووسطه وجنوبه، وذلك خلال فترة تطبيق الدراسة التي امتدت من 2024/2/1 إلى 2024/2/25، تم اختيارهن بالطريقة المتيسرة، ويبين الجدول (1) توزيع أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغيرات (عدد سنوات الزواج، مستوى الدخل الشهري للأسرة، المستوى التعليمي).

جدول 1 توزيع أفراد الدراسة تبعاً لمتغيراتها

المتغير	الفئة	العدد	النسبة%
عدد سنوات الزواج	أقل من 5 سنوات	104	22.70
	من 5 الى 10 سنوات	110	24.00
	أكثر من 10 سنوات	244	53.30
مستوى الدخل الشهري للأسرة	أقل من 400 دينار	144	31.40
	من 4001 الى 1000 دينار	168	36.70
	أكثر من 1000 دينار	146	31.90
المستوى التعليمي	أقل من بكالوريوس	157	34.30
	بكالوريوس فأعلى	301	65.70
المجموع		458	%100

أداتا الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحثان الأداتين الآتيتين:

أولاً: مقياس أنماط التعلق

للكشف عن مستوى أنماط التعلق لدى السيدات المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري، استخدم الباحثان مقياس أنماط التعلق الذي أعدته دوماس (2023)، بعد إجراء تعديلات عليه بما يناسب هدف الدراسة وعينتها، وقد تكون المقياس بصورته الأولية من (21) فقرة موزعة على (3) أبعاد، هي: التعلق الآمن، والتعلق القلق، والتعلق التجنبي.

دلالات الصدق والثبات للمقياس بصورته الحالية

دلالات الصدق الظاهري

تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس من خلال عرضه بصورته الأولية، على (15) محكّمًا من ذوي الخبرة والاختصاص في مجالات الإرشاد النفسي، وعلم النفس التربوي، والقياس والتقويم العاملين في الجامعات الأردنية، وفي ضوء ملاحظات المحكمين أجريت التعديلات المقترحة على فقرات المقياس، حيث تم تعديل الصياغة لبعض الفقرات، وحذف فقرة واحدة من المقياس، ونقل بعض الفقرات بين أبعاد المقياس.

وكان المعيار الذي تم اعتماده في قبول الفقرات أو استبعادها، هو حصول الفقرات على إجماع (80%) من المحكمين، ليصبح المقياس بعد التحكيم مكونا من (20) فقرة موزعة على (3) أبعاد، هي: التعلق الآمن وتقيسه الفقرات (1-6)، والتعلق القلق وتقيسه الفقرات (7-15)، والتعلق التجنبي وتقيسه الفقرات (16-20).

مؤشرات صدق البناء

تم التحقق من مؤشرات صدق البناء، من خلال تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (30) سيدة من المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري من خارج عينة الدراسة، وتم حساب مؤشرات صدق البناء باستخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson)؛ لإيجاد قيم ارتباطات الفقرات بالأبعاد التابعة لها، كما هو مبين في الجدول (2).

جدول 2 قيم معاملات الارتباط بين فقرات مقياس أنماط التعلق من جهة وبين الأبعاد التي تتبع لها من جهة أخرى

الرقم	الارتباط مع البعد	الرقم	الارتباط مع البعد	الرقم	الارتباط مع البعد
1	0.52	8	0.71	15	0.45
2	0.75	9	0.58	16	0.61
3	0.71	10	0.57	17	0.62
4	0.60	11	0.74	18	0.66
5	0.68	12	0.54	19	0.64
6	0.48	13	0.54	20	0.60
7	0.60	14	0.70		

يتضح من الجدول (2) أنَّ قيم معاملات ارتباط فقرات المقياس مع الأبعاد التابعة لها قد تراوحت بين (0.45- 0.75) مع أبعادها، وكانت جميع هذه القيم أعلى من (0.20)، وذات دلالة

إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05)، وتعد هذه القيم مقبولة للإبقاء على الفقرات ضمن المقياس حسب معيار عودة (2010)، الذي يشير إلى الإبقاء على الفقرات التي يزيد معامل ارتباطها مع البعد عن (0.20)؛ وبذلك بقي المقياس بصورته النهائية يتكون من (20) فقرة، موزعة على (3) أبعاد.

ثبات المقياس أنماط التعلق

لتقدير ثبات الاتساق الداخلي للمقياس وأبعاده؛ تم استخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha)، على بيانات التطبيق الأول للعينة الاستطلاعية والبالغ عددها (30) سيدة من المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري، كما تم التحقق من ثبات الإعادة للمقياس وأبعاده، من خلال إعادة تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية السابقة، بفارق زمني مقداره أسبوعان بين التطبيقين الأول والثاني، ومن ثم تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني على العينة الاستطلاعية، كما هو مبين في الجدول (3).

جدول 3: قيم معاملات ثبات الإعادة وثبات الاتساق الداخلي لأنماط التعلق

البعد	ثبات الإعادة	ثبات الاتساق الداخلي	عدد الفقرات
التعلق الآمن	0.80	0.76	6
التعلق القلق	0.83	0.79	9
التعلق التجنبي	0.79	0.74	5

يتضح من الجدول (3) أن قيم معامل ثبات الإعادة لأنماط التعلق قد تراوحت بين (0.79–0.83)، وتراوحت قيم معامل ثبات الاتساق الداخلي لأنماط التعلق بين (0.74–0.79).

تصحيح مقياس أنماط التعلق

تكون مقياس أنماط التعلق بصورته النهائية من (20) فقرة موزعة على (3) أبعاد، يُستجاب عليها وفق تدريج خماسي يشتمل البدائل التالية: (دائماً وتعطى 5 درجات، غالباً وتعطى 4 درجات، أحياناً وتعطى 3 درجات، نادراً وتعطى درجتين، أبداً وتعطى درجة واحدة)، علماً بأن جميع الفقرات كانت ذات اتجاه موجب، وللوصول إلى حكم موضوعي على متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة، تم حساب مدى فئات الاستجابة على فقرات المقياس من خلال طرح الحد الأدنى من الحد الأعلى (5–1=4)، ثم تم تقسيمه على أكبر قيمة في تدريج الفئات (4÷5=0.80)، وبعد ذلك تم إضافة هذه القيمة إلى أقل قيمة في تدريج الفئات (1)؛ لتحديد الحد الأعلى لهذه الفئة، وبذلك أصبحت فئات المتوسطات: مرتفع جداً (4.21-5.00)، مرتفع (3.41-4.20)، متوسط (2.61-3.40)، منخفض (1.81-2.60)، منخفض جداً (1.00-1.80).

ثانيًا: مقياس جودة الحياة

للكشف عن مستوى جودة الحياة لدى السيدات المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري، استخدم الباحثان مقياس جودة الحياة الذي أعده عبد الحفيظي (2016) بعد إجراء تعديلات عليه بما يناسب عينة الدراسة وهدفها، وقد تكون المقياس بصورته الأولية من (28) فقرة موزعة على (4) أبعاد، هي: جودة الصحة الجسمية، جودة الصحة النفسية، جودة العلاقات الأسرية والاجتماعية، جودة العواطف (الجانب الوجداني).

دلالات الصدق والثبات للمقياس

دلالات الصدق الظاهري

تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس، من خلال عرضه بصورته الأولية، على (15) محكّمًا من ذوي الخبرة والاختصاص في مجالات الإرشاد النفسي، وعلم النفس التربوي، والقياس والتقويم العاملين في الجامعات الأردنية، وفي ضوء ملاحظات المحكمين أجريت التعديلات المقترحة على فقرات المقياس، حيث تم تعديل الصياغة اللغوية لبعض الفقرات، فعلى سبيل المثال تم تعديل صياغة الفقرة المنصوصة بـ "أشعر ببعض الآلام في جسمي"، لتصبح "أشعر ببعض الآلام في جسمي دون وجود سبب"، كما تم حذف (3) من فقرات المقياس بسبب عدم ملاءمتها للبعد الذي أدرجت فيه.

وكان المعيار الذي تم اعتماده في قبول الفقرات أو استبعادها، هو حصول الفقرات على إجماع (80%) من المحكمين، ليصبح المقياس بعد التحكيم مكونا من (25) فقرة موزعة على (4) أبعاد، هي: جودة الصحة الجسمية وتقيسها الفقرات (6-1)، وجودة الصحة النفسية وتقيسها الفقرات (9-7)، وجودة العلاقات الأسرية والاجتماعية وتقيسها الفقرات (17-10)، وجودة العواطف (الجانب الوجداني) وتقيسه الفقرات (25-18).

مؤشرات صدق البناء

تم التحقق من مؤشرات صدق البناء، من خلال تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (30) سيدة من المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري من خارج عينة الدراسة، ومن داخل مجتمعها، وتم حساب مؤشرات صدق البناء باستخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson)؛ لإيجاد قيم ارتباط الفقرة بالبُعد، وارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، كما هو مبين في الجدول (4).

جدول 4: قيم معاملات الارتباط بين فقرات مقياس جودة الحياة من جهة وبين الدرجة الكلية للمقياس والأبعاد التي تتبع لها من جهة أخرى

الرقم	الارتباط مع:		الرقم	الارتباط مع:		الرقم	الارتباط مع:	
	البعد	الدرجة الكلية		البعد	الدرجة الكلية		البعد	الدرجة الكلية
1	0.72	0.67	10	0.47	0.41	19	0.61	0.55
2	0.62	0.56	11	0.50	0.43	20	0.66	0.59
3	0.67	0.58	12	0.60	0.53	21	0.66	0.57
4	0.71	0.63	13	0.68	0.64	22	0.61	0.53
5	0.68	0.60	14	0.66	0.51	23	0.64	0.57
6	0.65	0.54	15	0.57	0.50	24	0.73	0.66
7	0.58	0.54	16	0.75	0.67	25	0.55	0.50
8	0.65	0.53	17	0.53	0.47			
9	0.74	0.61	18	0.67	0.54			

يتضح من الجدول (4) أنَّ قيم معاملات ارتباط فقرات المقياس قد تراوحت بين (0.47-0.75) مع أبعادها، وبين (0.41-0.67) مع الدرجة الكلية للمقياس، وكانت جميع هذه القيم أعلى من (0.20)، وذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05)، وتعد هذه القيم مقبولة للإبقاء على الفقرات ضمن المقياس حسب معيار عودة (2010)، الذي يشير إلى الإبقاء على الفقرات

التي يزيد معامل ارتباطها مع البعد والدرجة الكلية للمقياس عن (0.20)؛ وبذلك بقي المقياس بصورته النهائية يتكون من (25) فقرة، موزعة على (4) أبعاد.

ثبات المقياس جودة الحياة

لتقدير ثبات الاتساق الداخلي للمقياس وأبعاده، تم استخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha)، على بيانات التطبيق الأول للعينة الاستطلاعية والبالغ عددها (30) سيدة من المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري، كما تم التحقق من ثبات الإعادة للمقياس وأبعاده، من خلال إعادة تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية السابقة، بفارق زمني مقداره أسبوعان بين التطبيقين الأول والثاني، ومن ثم تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني على العينة الاستطلاعية، كما هو مبين في الجدول (5).

جدول 5: قيم معاملات ثبات الإعادة وثبات الاتساق الداخلي لمقياس جودة الحياة وأبعاده

البعد	ثبات الإعادة	ثبات الاتساق الداخلي	عدد الفقرات
جودة الصحة الجسمية	0.78	0.75	6
جودة الصحة النفسية	0.75	0.71	3
جودة العلاقات الأسرية والاجتماعية	0.82	0.79	8
جودة العواطف (الجانب الوجداني)	0.84	0.80	8
المقياس(ككل)	0.86	0.82	25

يتضح من الجدول (5) أن قيم ثبات الإعادة لأبعاد مقياس جودة الحياة قد تراوحت بين (0.75–0.84)، وبلغت للمقياس ككل (0.86)، وتراوحت قيم معامل ثبات الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس بين (0.71–0.80)، وبلغت للمقياس ككل (0.82).

تصحيح مقياس جودة الحياة

تكون مقياس جودة الحياة بصورته النهائية من (25) فقرة موزعة على (4) أبعاد، يُستجاب عليها وفق تدريج خماسي يشتمل البدائل التالية: (دائماً، وتعطى 5 درجات، غالباً وتعطى 4 درجات، أحياناً وتعطى 3 درجات، نادراً وتعطى درجتين، أبداً وتعطى درجة واحدة)، في حالة الفقرات ذات الاتجاه الموجب، ويعكس التدريج في حالة الفقرات ذات الاتجاه السالب، وللوصول إلى حكم موضوعي على متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة، تم حساب مدى فئات الاستجابة على فقرات المقياس من خلال طرح الحد الأدنى من الحد الأعلى (5–1=4)، ثم تم تقسيمه على أكبر قيمة في تدريج الفئات (4÷5=0.80)، وبعد ذلك تم إضافة هذه القيمة إلى أقل قيمة في تدريج الفئات (1)؛ لتحديد الحد الأعلى لهذه الفئة، وبذلك أصبحت فئات المتوسطات: مرتفع جداً (4.21-5.00)، مرتفع (3.41- 4.20)، متوسط (2.61-3.40)، منخفض (1.81-2.60)، منخفض جداً (1.00-1.80).

إجراءات الدراسة

قام الباحثان بالإجراءات الآتية لتحقيق أهداف الدراسة، وهي:

1. الاطلاع على الأدب النظري –الحديث منه على وجه الخصوص– من الدراسات والأبحاث المنشورة، وأدواتها؛ للاستفادة منها في تحديد مشكلة الدراسة، وأسئلتها، وأهدافها، ومتغيراتها، وأدواتها.

2. إعداد أدوات الدراسة في صورتها الأولية.
3. التحقق من الصدق الظاهري لأدوات الدراسة في صورتها الأوَّلية.
4. تحديد مجتمع الدراسة المتمثل في السيدات المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري، وأخذ عينة ممثله له بالطريقة المتيسرة لتطبيق أدوات الدراسة عليها.
5. التحقق من دلالات الصدق والثبات لأدوات الدراسة في صورتها النهائية.
6. توزيع أدوات الدراسة على العينة بصورة إلكترونية، بعد تحويلها إلى نموذج استجابة باستخدام نماذج (google forms)، وتوزيعها على عينة الدراسة عبر وسائل التواصل الاجتماعي.
7. إدخال استجابات أفراد عينة الدراسة إلى برنامج (SPSS) لاستخدام المعالجات الإحصائية المناسبة وفقاً لأسئلة الدراسة التي تم طرحها، والوصول إلى النتائج وتفسيرها وطرح توصيات بناءً على ذلك.

متغيرات الدراسة

أوَّلاً: المتغيرات المستقلة (المتنبئات)، وهي:

1. عدد سنوات الزواج، وله ثلاثة مستويات: أقل من 5 سنوات، من 5 الى 10 سنوات، أكثر من 10 سنوات.
2. مستوى الدخل الشهري للأسرة، وله ثلاثة مستويات: أقل من 400 دينار، من 400 إلى 1000 دينار، أكثر من 1000 دينار.
3. المستوى التعليمي، وله مستويان: أقل من بكالوريوس، بكالوريوس فأعلى.
4. أنماط التعلق لدى المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري.

ثانياً: المتغير التابع (المتنبأ به):

- جودة الحياة لدى المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري.

المعالجات الإحصائية

تمت المعالجات الإحصائية للبيانات في هذه الدراسة باستخدام الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، وذلك على النحو الآتي:

- **للإجابة عن سؤالي الدراسة الأول والثاني؛** تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأنماط التعلق وجودة الحياة لدى المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري.
- **للإجابة عن سؤال الدراسة الثالث؛** تم إجراء تحليل الانحدار الخطي المتعدد بطريقة (stepwise) في إدخال المتغيرات المتنبئة (عدد سنوات الزواج، مستوى الدخل الشهري للأسرة، المستوى التعليمي، أنماط التعلق) على النموذج التنبؤي للمتغير المتنبأ به (جودة الحياة) لدى المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري.

نتائج الدراسة ومناقشتها

أولاً: النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الأول الذي نصَّ على: "ما مستوى أنماط التعلق لدى المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري؟" للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب المتوسطات الحسابية

والانحرافات المعيارية لأنماط التعلق لدى أفراد عينة الدراسة، مع مراعاة ترتيب أنماط التعلق تنازليًا تبعاً لمتوسطاتها الحسابية، كما هو مبين في الجدول (6).

جدول 6: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأنماط التعلق لدى أفراد عينة الدراسة مرتبةً تنازليًا تبعاً لمتوسطاتها الحسابية.

الرتبة	أنماط التعلق	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	التعلق التجنبي	3.09	0.54	متوسط
2	التعلق القلق	3.06	0.47	متوسط
3	التعلق الآمن	3.00	0.51	متوسط

يتضح من الجدول (6) أنَّ مستوى أنماط التعلق جميعها (التعلق التجنبي، والتعلق القلق، والتعلق الآمن) لدى عينة المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري كان متوسطًا، حيث جاءت الأبعاد على الترتيب الآتي: نمط التعلق التجنبي في المرتبة الأولى، تلاه نمط التعلق القلق في المرتبة الثانية، ثم نمط التعلق الآمن في المرتبة الثالثة والأخيرة.

ويمكن عزو هذه النتيجة حسب ما أورده وتمير (Wittmer, 2011) إلى أن مشاعر التعلق تتأثر بالسلوك المعروض داخل العلاقة، فعلى سبيل المثال، عندما تشعر الزوجة بأنّ زوجها بدأ يبتعد عنها، أو أنه لا يبوح بمشاعره تجاهها، فإنها قد تتبنى نمط تعلق آمن حتى تحاول أن تفهمه، وتسعى إلى زيادة حبها وتقديرها له، لكن في حال أن هذا النمط لم يجدِ نفعًا فإنها قد تتبنى نمطا غير تكيفي كالقلق أو المتجنب، فتصبح لا تثق فيه بصورة مطلقة، أو قد لا تطلب مساعدته في بعض الأحيان، ولا تبوح له بمشاعرها، أو تبتعد عنه في حال اقترابه منها، وهذا يفسر تقريبًا أن كافة الأنماط جاءت ضمن مستوى متوسط.

إنّ مجيء التعلق التجنبي في المرتبة الأولى، يليه نمط التعلق القلق في المرتبة الثانية لدى الزوجات ربما يدق ناقوس الخطر في مجتمع الدراسة؛ إذ إنّ هذه الأنماط غير التكيفية قد تزيد من المشاكل الأسرية، وتؤدي إلى تفاقمها، ولعلّ من أبرز أسبابها -وفق ما أشار إليه لي وتشان- (Li & Chan, 2012) تجارب التعلق المبكرة، فربما قد تطور لدى النساء اللاتي تعرضن لتقديم رعاية غير متسقة، أو إهمال، أو صدمة أثناء الطفولة، أنماط تعلق قلقة أو متجنبة كآليات للتعامل مع التهديدات المتصورة لأمنهنّ العاطفي، بالإضافة إلى ذلك فإنّ الصراع الزوجي أو عدم الرضا يؤدي إلى تفاقم المخاوف المرتبطة بالتعلق، فقد تُظهر النساء اللواتي يشعرن بعدم الأمان أو عدم اليقين مع شريكهن سلوكيات تعلق قلقة، مثل الاعتماد بشكل مفرط على أنفسهن في محاولة لتحمل المسؤولية، ويمكن القول أيضًا إنّ النساء اللواتي يشعرن بعدم وجود انفتاح عاطفي أو استجابة من شريكهن قد يتطور لديهن أنماط تعلق قلقة، في حين أن أولئك اللواتي يشعرن بالإرهاق من المطالب العاطفية، أو التدخل في استقلاليتهنّ قد يظهرن ميولًا تجنبية.

وقد اتفقت نتيجة الدراسة الحالية جزئيًا مع نتيجة دراسة بامون وخلفى (2021) التي أظهرت أن مستوى التعلق الآمن كان متوسطًا، يليه مستوى التعلق القلق، ثم التجنبي، والأخير كان ضمن المستوى المتدني، واختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة بشارة وآخرون (2014)، التي أظهرت أن نمط التعلق الآمن هو أكثر أنماط التعلق شيوعًا لدى الطلبة. ودراسة الضمور (2021) التي أظهرت أن مستوى التعلق لدى الزوجات كان متوسطًا، وكذلك جاء التعلق لدى

المتزوجات حديثًا حسب الترتيب التالي: تعلق آمن، ثم تعلق مشوش، ثم تعلق متذبذب، ثم تعلق متجنب.

ثانيًا: النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثاني الذي نصَّ على: "ما مستوى جودة الحياة لدى المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري؟" للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجودة الحياة وأبعادها لدى أفراد عينة الدراسة، مع مراعاة ترتيب أبعاد جودة الحياة تنازليًا تبعاً لمتوسطاتها الحسابية، كما هو مبين في الجدول (7).

جدول 7: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجودة الحياة وأبعادها لدى أفراد عينة الدراسة مرتبةً تنازليًا تبعاً لمتوسطاتها الحسابية.

الرتبة	جودة الحياة وأبعادها	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	جودة العواطف (الجانب الوجداني)	3.14	0.46	متوسط
2	جودة الصحة الجسمية	2.87	0.51	متوسط
3	جودة العلاقات الأسرية والاجتماعية	132.	0.57	منخفض
4	جودة الصحة النفسية	022.	1.25	منخفض
	جودة الحياة (ككل)	2.63	0.36	متوسط

يتضح من الجدول (7) أنَّ مستوى جودة الحياة (ككل) لدى عينة المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري كان متوسطًا، وجاء بُعدا (جودة العواطف، وجودة الصحة الجسمية) في المستوى المتوسط، في حين جاء بُعدا (جودة العلاقات الأسرية والاجتماعية، وجودة الصحة النفسية) في المستوى المنخفض، حيث جاءت الأبعاد على الترتيب الآتي: جودة العواطف في المرتبة الأولى، تلاه جودة الصحة الجسمية في المرتبة الثانية، تلاه جودة العلاقات الأسرية والاجتماعية في المرتبة الثالثة، تلاه جودة الصحة النفسية في المرتبة الرابعة والأخيرة.

وبشكل عام يمكن عزو هذه النتيجة إلى مراجعات مراكز الإصلاح الأسري باتزان وتنظيم عاطفي متوسط، فهنّ قد يواجهنّ بعض مواقف الحياة بهدوء، وبعيدًا عن الانفعالات السلبية كالغضب، والقلق، والعداء، وعلى ما يبدو أيضًا أن عينة الدراسة من المراجعات يتمتعن بصحة جسدية جيدة أو متوسطة، دون وجود أمراض خطيرة تهدد لديهنّ المستوى العام لجودة الحياة، لكن من خلال النتائج يبدو أن المراجعات يمتلكن جودة حياة أسرية واجتماعية متدنية، وهذا يدل على أنهنّ يجدن صعوبة في التعامل مع أزواجهنّ وحتى مع الآخرين، ولا يشعرن بالفخر والأمان الأسري، ومستويات الثقة لديهنّ منخفضة، ويبدو أيضًا أنهن يشعرن بالوحدة، وبعض المشاكل النفسية؛ كالقلق، والاكتئاب، والشعور بالوحدة، وهذا ما يفسر بأن جودة الحياة النفسية لديهنّ منخفضة (Huppelschoten et al., 2013).

وقد اختلفت نتيجة الدراسة الحالية جزئيًا مع نتيجة دراسة الشهري (2020)، التي أظهرت أن وجود مستوى جودة الحياة بصورة مرتفعة لدى المتزوجين حديثًا، ودراسة نجف (2021) التي أظهرت أن مستوى جودة الحياة كان مرتفعًا بين الأزواج.

ثالثًا. النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثالث الذي نصَّ على: "ما القدرة التنبؤية لأنماط التعلق وبعض المتغيرات الديموغرافية (عدد سنوات الزواج، مستوى الدخل الشهري للأسرة، المستوى التعليمي) بجودة الحياة لدى المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري؟" للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب قيم معاملات الارتباط الخطية البينية للمتغيرات المُتَنَبِئَة المستقلة: أنماط التعلق، المستوى التعليمي، عدد سنوات الزواج، مستوى الدخل بعد تحويلها الى متغير وهمي (dummy variable)، والمتغير المتنبأ به (التابع: جودة الحياة) لدى المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري، كما هو مبين في الجدول (8).

جدول 8: مصفوفة معاملات الارتباط البينية بين المتنبئات وبين المتنبئات والمحك

المتغير	من 5 الى 10 سنوات مقابل أقل من 5 سنوات	أكثر من 10 سنوات مقابل أقل من 5 سنوات	من 4001 الى 1000 دينار مقابل أقل من 400 دينار	أكثر من 1000 دينار مقابل أقل من 400 دينار	المستوى التعليمي	التعلق الأمن	التعلق القلق	التعلق التجنبي
أكثر من 10 سنوات مقابل أقل من 5 سنوات	-0.600*							
من 400 إلى 1000 دينار مقابل أقل من 400 دينار	0.060	0.005						
أكثر من 1000 دينار مقابل أقل من 400 دينار	-0.077	0.190*	-0.521*					
المستوى التعليمي	0.018	0.043	0.149*	0.228*				
التعلق الأمن	-0.057	0.073	0.038	-0.020	0.035			
التعلق القلق	-0.125*	0.081	-0.091	0.016	-0.014	0.323*		
التعلق التجنبي	-0.115	0.118	-0.001	-0.042	0.068	0.183*	0.310*	
جودة الحياة (ككل)	0.114	-0.106	0.073	0.466*	0.124*	0.045	-0.026	-0.153*

*دالة إحصائيا على مستوى (0.05)

يتضح من الجدول (8) أن قيم معاملات الارتباط بين المتنبئات قد تراوحت بين (- 0.600- 0.323)، منها (9) علاقات ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05)، وتراوحت قيم معاملات الارتباط بين المتنبئات والمحكات بين (- 0.153 -0.446)، منها (3) علاقات ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05).

وقبل إجراء التحليل تم التأكد من عدم وجود ارتباط عالٍ (Multicollinarity) بين المتغيرات المستقلة باستخدام اختبار معامل تضخم التباين (Variance Inflation Factor) (VIF)، واختبار التباين المسموح (Tolerance) لكل متغير من المتغيرات المستقلة، مع مراعاة عدم

تجاوز معامل تضخم التباين (VIF) للقيمة (10)، وقيمة اختبار التباين المسموح (Tolerance) أكبر من (0.05)، وتم التأكد من إتباع البيانات للتوزيع الطبيعي (Normal Distribution) باحتساب معامل الالتواء (Skewness) مع مراعاة أن البيانات تتبع التوزيع الطبيعي إذا كانت قيمة معامل الالتواء تقل عن (1)، وقد أشارت النتائج إلى تحقق جميع الافتراضات.
وللكشف عن نسبة التباين التي فسرتها المتغيرات المتنبئة، تم استخدام تحليل الانحدار الخطي المتعدد باعتماد أسلوب الخطوة (Stepwise) في إدخال المتغيرات المُتَنَبِئة إلى المعادلة الانحدارية في النموذج التنبؤي، كما هو مبين في الجدول (9).

جدول 9: نتائج اختبار تحليل الانحدار المتعدد لأثر المتغيرات المتنبئة على جودة الحياة

النموذج الفرعي	R	R^2	R^2 المعدل	الخطأ المعياري للتقدير	إحصاءات التغير				
					التغير في R^2	F التغير	درجة حرية البسط	درجة حرية المقام	الدلالة الإحصائية لـ F
1	0.466	0.217	0.215	0.355	0.217	12.913	1	456	*0.000
2	0.501	0.251	470.2	0.350	0.034	7.173	1	455	*0.008
3	0.522	0.273	0.270	0.348	0.022	5.015	1	454	*0.026
1: المتنبئات: (ثابت الانحدار)، أكثر من 1000 دينار مقابل أقل من 400 دينار									
2: المتنبئات: (ثابت الانحدار) ، أكثر من 1000 دينار مقابل أقل من 400 دينار، التعلق التجنبي									
3: المتنبئات: (ثابت الانحدار)، أكثر من 1000 دينار مقابل أقل من 400 دينار، التعلق التجنبي، المستوى التعليمي									

*دالة إحصائيا على مستوى (0.05)

يتضح من الجدول (9) أن النموذج التنبؤي للمتغيرات المتنبئة بالمتغير المتنبأ به (جودة الحياة)، قد كان دالًا إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α=0.05) بأثر مشترك للمتغيرات المستقلة مُفسِّرًا ما مقداره (27.30%)، حيث أسهم في المرتبة الأولى المتغير المستقل (أكثر من 1000 دينار مقابل أقل من 400 دينار) بأثر نسبي مُفسِّرًا ما مقداره (21.70%) من التباين المُفسَّر الكلي للنموذج التنبُؤي، ثم أسهم في المرتبة الثانية المتغير المستقل (التعلق التجنبي) بأثر نسبي مُفسِّرًا ما مقداره (3.40%) من التباين المُفسَّر الكلي للنموذج التنبُؤي، ثم أسهم في المرتبة الثالثة المتغير المستقل (المستوى التعليمي) بأثر نسبي مُفسِّرًا ما مقداره (2.20%) من التباين المُفسَّر الكلي للنموذج التنبُؤي، في حين كان نسبة التباين المفسر لباقي المتغيرات المتنبئة غير دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α=0.05).
كما تم حساب أوزان الانحدار اللامعيارية والمعيارية وقيم اختبار(t) المحسوبة للمتغيرات المستقلة (المتنبئة) بالمتغير المتنبأ به (التابع) في النموذج التنبُّؤي، كما هو مبين في الجدول (10).

جدول 10: الأوزان اللامعيارية والمعيارية للمتغيرات المتنبئة بجودة الحياة لدى المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري

المتنبئات	الأوزان اللامعيارية		الأوزان المعيارية	t	الدلالة الاحصائية
	B	الخطأ المعياري	B		
(ثابت الانحدار)	3.704	0.194		19.105	*0.000
أكثر من 1000 دينار مقابل أقل من 400 دينار	0.120	0.039	0.466	3.059	*0.002
التعلق التجنبي	-0.078	0.031	-0.117	-2.547	*0.011
المستوى التعليمي	0.077	0.035	0.102	2.240	*0.026

*دالة إحصائيا على مستوى (0.05)

يتضح من الجدول (10) أن مستوى جودة الحياة يزداد بمقدار (0.466) من الوحدة المعيارية عند الانتقال من فئة مستوى الدخل الشهري للأسرة (أقل من 400 دينار) إلى فئة (أكثر من 1000 دينار)، وفي هذه النتيجة يمكن القول إن جودة الحياة تتأثر بشكل كبير بالدخل الاقتصادي، حيث يوفر الأخير الاستقرار المالي، الذي يسمح بتلبية احتياجات الأزواج من مسكن، وغذاء، ورعاية صحية، وتعليم، وهذا الأمر إما أن يقلل من التوتر، والقلق، والمشاكل بين الزوجين، وإما أنه يعطي الزوجة في حال انفصالها عن زوجها جميع حقوقها، فتتحسن تبعًا لذلك مستويات جودة الحياة لديها، فالدخل الاقتصادي المناسب يمكن كلا الطرفين، وضمن جميع الظروف، سواء بحلالنزاعات، أو الانفصال، إلى الوصول إلى مجموعة واسعة من الموارد والفرص، التي تمكنهم من تحمل تكاليف الرعاية الصحية، والتعليم، والمسكن، وتربية الأطفال.

وأظهرت النتائج أيضًا أنّ مستوى جودة الحياة ينخفض بمقدار (0.117) من الوحدة المعيارية كلما ارتفع مستوى التعلق التجنبي بمقدار وحدة معيارية (انحراف معياري) واحدة، وفي ذلك تفسير مهم ومنطقي أورده لي وآخرون (Li et al., 2021) من أنّ أصحاب النمط التجنبي يميلون إلى إخفاء مشاعرهم، أو قمعها عندما يواجهون موقفًا يحتمل أن يكون كثيفًا بالعاطفة، مثل الصراع الزواجي، وبالتالي، فإن جودة الحياة لديهم تنخفض بصورة واضحة، كما أكد يورجنسن (Jurgensen, 2019) إلى أنّ الأفراد من هذا النمط يميلون إلى تجنب التقارب العاطفي، وقد يجدون صعوبة في التعبير عن مشاعرهم، أو تقديم الدعم العاطفي لشريكهم؛ مما يؤدي إلى مشاعر الانفصال والوحدة في الحياة الزوجية، والتأثير على السعادة، والأمن، والطمأنينة التي هي من أهم مؤشرات جودة الحياة.

ويعزو الباحثان هذه النتيجة أيضًا إلى أن الأفراد الذين لديهم مستوى عالٍ من النمط المتجنب قد يكون لديهم مشكلات عدم ثقة، وخوف من الضعف، وقد يُخفون معلوماتٍ أو مشاعر مهمة عن شريكهم؛ مما يخلق شعورًا بالسرية وانعدام الشفافية في العلاقة، وبالتالي، التأثير على مستويات جودة الحياة لديهم. ومما يزيد الوضع سوءًا أنهم يُعطون الأولوية للاستقلال والاعتماد على الذات، خوفًا من الاعتماد على شريكهم. فهذا الخوف يمكن أن يدفعهم إلى مقاومة الاعتماد على الشريك، أو الطرف الآخر للحصول على الدعم أو المساعدة، الأمر الذي يمكن أن يجهد الرابطة الزوجية، ويخلق مشاعر الرفض أو الإهمال.

وأظهرت النتائج أيضًا أنّ مستوى جودة الحياة يزداد بمقدار (0.102) من الوحدة المعيارية عند الانتقال من فئة المستوى التعليمي (أقل من بكالوريوس) إلى فئة (بكالوريوس فأعلى)، ويعزو الباحثان هذه النتيجة إلى أن المستويات التعليمية المرتفعة لدى أحد الأزواج، أو كلاهما تعزز من

مهارات التواصل والاتصال لديه، فمثل هذه المهارات اكتسبها الفرد نتيجة اندماجه في مجتمعات الدراسة، وتحقيق الاستماع الفعال، وفهم الرسالة من الطرف الآخر، وتقديم التغذية الراجعة، وهذا في حال تطبيقه على الحياة الزوجية، فهو يعني بكل تأكيد فهم كل طرف لرسالة الآخر، وتقديم تغذية راجعة تصحيحية لكل منهم في محاولة لتجنب الخطأ، والتأكيد على الاستماع الفعال، والنقاش الإيجابي، والتعبير عن الأفكار، والمشاعر، والاحتياجات بشكل فعال؛ مما يؤدي إلى تواصل أكثر وضوحًا داخل الحياة الزوجية، وتحقيق مستويات مرتفعة من جودة الحياة.
كما قد يمتلك الأزواج ذوو المستويات التعليمية المرتفعة مهارات أفضل للتغلب على التحديات والصراعات في زواجهم، والتعامل مع القضايا بالصبر والإبداع والعقلانية، وكيف لا وهم قد تعرضوا لمواقف ومهام أكاديمية حفزت لديهم مهارات التفكير الناقد، وإصدار الأحكام بناء على المعطيات، وحل المشكلات، وطرح الأسئلة، ونقل أثر التعلم إلى مواقف جديدة، وتحقيق التواصل على مستوى أعمق، ومشاركة الاهتمامات، ودعم النمو الشخصي والمهني لبعضهم البعض؛ مما يعزز رضاهم الزواجي بشكل عام، وقيادتهم نحو مستويات مُرضية من جودة الحياة.
وبالتالي تكون معادلة الانحدار للتنبؤ بجودة الحياة كما يأتي:

$$\hat{y} = 3.704 + 0.120x_2 - 0.078x_3 + 0.077x_4$$

حيث:
$\hat{y}$: جودة الحياة، x_1: أكثر من 1000 دينار مقابل أقل من 400 دينار، x_3 : التعلق التجنبي، x_4: المستوى التعليمي.

وقد اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة كل من يورجنسن (Jurgensen, 2019)، ودراسة موناكو وآخرون (Mónaco et al., 2019)، واختلفت جزئيًا نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة كل من بلانتاد-جيبتش وآخرون (Plantade-Gipch et al., 2023).

التوصيات

في ضوء ما توصلت له الدراسة الحالية من نتائج فإنها توصي بما يأتي:
1-زيادة مستويات جودة الحياة عند المراجعات لمراكز الإصلاح الأسري، حيث أظهرت النتائج أن مستوى جودة الحياة لديهنّ متوسط، وذلك من خلال إشراك الزوجات بدورات إرشادية ترفع من مستويات جودة الحياة.
2-التأكيد على الابتعاد قدر الإمكان عن نمط التعلق المتجنب، حيث أظهرت النتائج أن قدرته التنبؤية لهذا النمط بجودة الحياة كانت سالبة.

المراجع العربية

بامون، رقية وخلفى، عبد الحليم. (2021). أنماط التعلق والذكاء العاطفي وعلاقتهما بنوعية العلاقة الزوجية. مجلة آفاق علمية، 13(4)، 281- 300.

بشارة، موفق وقسايمة، المثنى والعطيات، خالد. (2014). أنماط تعلق الراشدين وعلاقتها بالمساندة الإجتماعية. مجلة الطفولة والتربية، 6(18)، 167- 205.

دوماس، إيمان. (2012). الخصائص السيكومترية لمقياس أنماط التعلق الوجداني للراشدين. مجلة كلية التربية، 47، 97- 126.

الشهري، محمد. (2020). مستوى التنظيم الانفعالي وعلاقته بجودة الحياة لدى المتزوجين حديثًا بمنطقة مكة المكرمة. بحوث في التربية النوعية، 37، 633- 664.

الضمور، رشا. (2021). أنماط التعلق وعلاقتها بالأمن النفسي لدى المتزوجات حديثًا بمحافظة الكرك. مجلة العلوم التربوية والنفسية، 5(33)، 111- 129.

عودة، أحمد. (2010). القياس والتقويم في العملية التدريسية. دار الأمل للنشر والتوزيع.

نجف، أفراح. (2021). معنى الحب وعلاقته بجودة الحياة لدى الأزواج. مجلة العلوم التربوية والنفسية، 143، 208- 233.

يوسف، مارينا. (2023). أنماط التعلق المنبئة بالتوافق الاجتماعي لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية الآداب، 27، 41- 97.

REFRANCES

Amato PR, Booth A, Johnson DR, Rogers SJ. (2007). Alone together: How marriage in America is changing. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Bowlby, J. (1979). The bowlby-ainsworth attachment theory. Behavioral and Brain Sciences, 2(4), 637-638.

Bowlby, J. (1982). Attachment and loss. Basic Books.

Diener, E. (1984). Subjective well-being. Psychological Bulletin, 95, 542–575.

Diener, E., and R. E. Lucas. (1999). Personality and subjective well-being." In D. Kahneman, E. Diener and N. Schwarz, eds., Well-being: The Foundations of Hedonic Psychology: 213–229. New York: Sage Foundation.

Dreer, B. (2024). Teachers' well-being and job satisfaction: The important role of positive emotions in the workplace. Educational studies, 50(1), 61-77.

Forgeard, M. J., E. Jayawickreme, M. L. Kern and M. E. Seligman. (2011). Doing the right thing: Measuring wellbeing for public policy." International Journal of Wellbeing 1(1).

González-Ortega, E., Orgaz-Baz, B., Vicario-Molina, I., & Fuertes-Martín, A. (2020). Adult attachment style combination, conflict resolution and relationship quality among young-adult couples. Terapia psicológica, 38(3), 303-316.

Hammonds, J. R., Ribarsky, E., & Soares, G. (2020). Attached and apart: Attachment styles and self-disclosure in long-distance romantic relationships. Journal of Relationships Research, 11, 141- 159.

Huppelschoten, A. G., Van Dongen, A. J. C. M., Verhaak, C. M., Smeenk, J. M. J., Kremer, J. A. M., & Nelen, W. L. D. M. (2013). Differences in quality of life and emotional status between infertile women and their partners. Human Reproduction, 28(8), 2168-2176.

Jurgensen, M. (2019). The mediating role of resilience in the relationship between attachment style and symptoms of depression and anxiety. Frontiers in psychology, 3 (5), 72-93.

Li, T., & Chan, D. K. S. (2012). How anxious and avoidant attachment affect romantic relationship quality differently: A meta-analytic review. European journal of social psychology, 42(4), 406-419.

Li, X., Curran, M. A., LeBaron-Black, A. B., Jorgensen, B., Yorgason, J., & Wilmarth, M. J. (2021). Couple-level attachment styles, finances, and marital satisfaction: Mediational analyses among young adult newlywed couples. Journal of Family and Economic Issues, 1-18.

Mónaco, E., Schoeps, K., & Montoya-Castilla, I. (2019). Attachment styles and well-being in adolescents: How does emotional development affect this relationship?. International journal of environmental research and public health, 16(14), 2554.

Paquette, V., Rapaport, M., St-Louis, A. C., & Vallerand, R. J. (2020). Why are you passionately in love? Attachment styles as determinants of romantic passion and conflict resolution strategies. Motivation and Emotion, 44, 621-639.

Petrowski, K., Schurig, S., Schmutzer, G., Brähler, E., & Stöbel-Richter, Y. (2015). Is It Attachment Style or Socio-Demography: Singlehood in a Representative Sample? Frontiers in psychology, 6 (1), 1-10.

Plantade-Gipch, A., Bruno, J., Strub, L., Bouvard, M., & Martin-Krumm, C. (2023). Emotional regulation, attachment style, and assertiveness as determinants of well-being in emerging adults. In Frontiers in Education (Vol. 8, p. 1058519). Frontiers.

Riitsalu, L., Sulg, R., Lindal, H., Remmik, M., & Vain, K. (2024). From security to Freedom—The meaning of Financial Well-being changes with age. Journal of family and economic issues, 45(1), 56-69.

Ryan, R. M., and E. L. Deci. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well- being. Annual Review of Psychology, 52(1), 141-166.

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. Journal of Personality and Social Psychology, 57(6), 1069-1110.

Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. American Psychologist, 55, 5-14.

Sen, A. 1985. Commodities and Capabilities. New Delhi: Oxford University Press.

Vinayak, S., and Dhanoa, S. (2017). Relationship of parental burnout with parental stress and personality among parents of neonates with hyperbilirubinemia. Int. J. Indian Psychol. 4, 102–111.

Werner-Wilson, R., & Davenport, B. (2003). Distinguishing between conceptualizations of attachment: clinical implications in marriage and family therapy. Contemporary Family Therapy, 25(2), 179- 193.

Wittmer, D. (2011). Attachment. What works? Nashville: Center on the Social and Emotional Foundations for Early Learning, Vanderbilt University.