

مجلة العلوم الإنسانية

دورية علمية محكمة تصدر عن جامعة حائل



السنة السادسة، العدد 20
المجلد الأول، ديسمبر 2023

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



جامعة حائل

مجلة العلوم الإنسانية

دورية علمية محكمة تصدر عن جامعة حائل

للتواصل:

مركز النشر العلمي والترجمة

جامعة حائل، صندوق بريد: 2440 الرمز البريدي: 81481



<https://uohjh.com/>



j.humanities@uoh.edu.sa

نبذة عن المجلة

تعريف بالمجلة

مجلة العلوم الإنسانية، مجلة دورية علمية محكمة، تصدر عن وكالة الجامعة للدراسات العليا والبحث العلمي بجامعة حائل كل ثلاثة أشهر بصفة دورية، حيث تصدر أربعة أعداد في كل سنة، وبحسب اكتمال البحوث المجازة للنشر. وقد نجت مجلة العلوم الإنسانية في تحقيق معايير اعتماد معامل التأثير و الاستشهادات المرجعية للمجلات العلمية العربية معامل " Arcif " المتوافقة مع المعايير العالمية، والتي يبلغ عددها (32) معياراً، وقد أطلق ذلك خلال التقرير السنوي الثامن للمجلات للعام 2023،

رؤية المجلة

التميز في النشر العلمي في العلوم الإنسانية وفقاً لمعايير مهنية عالمية.

رسالة المجلة

نشر البحوث العلمية في التخصصات الإنسانية؛ لخدمة البحث العلمي والمجتمع المحلي والدولي.

أهداف المجلة

تهدف المجلة إلى إيجاد منافذ رصينة؛ لنشر المعرفة العلمية المتخصصة في المجال الإنساني، وتمكن الباحثين -من مختلف بلدان العالم- من نشر أبحاثهم ودراساتهم وإنتاجهم الفكري لمعالجة واقع المشكلات الحياتية، وتأسيس الأطر النظرية والتطبيقية للمعارف الإنسانية في المجالات المتنوعة، وفق ضوابط وشروط ومواصفات علمية دقيقة، تحقيقاً للجودة والريادة في نشر البحث العلمي.

قواعد النشر

لغة النشر

- 1- تقبل المجلة البحوث المكتوبة باللغتين العربية والإنجليزية.
- 2- يُكتب عنوان البحث وملخصه باللغة العربية للبحوث المكتوبة باللغة الإنجليزية.
- 3- يُكتب عنوان البحث وملخصه ومراجعته باللغة الإنجليزية للبحوث المكتوبة باللغة العربية، على أن تكون ترجمة الملخص إلى اللغة الإنجليزية صحيحة ومتخصصة.

مجالات النشر في المجلة

تهتم مجلة العلوم الإنسانية بجامعة حائل بنشر إسهامات الباحثين في مختلف القضايا الإنسانية الاجتماعية والأدبية، إضافة إلى نشر الدراسات والمقالات التي تتوفر فيها الأصول والمعايير العلمية المتعارف عليها دولياً، وتقبل الأبحاث المكتوبة باللغة العربية والإنجليزية في مجال اختصاصها، حيث تعنى المجلة بالتخصصات الآتية:

- علم النفس وعلم الاجتماع والخدمة الاجتماعية والفلسفة الفكرية العلمية الدقيقة.
- المناهج وطرق التدريس والعلوم التربوية المختلفة.
- الدراسات الإسلامية والشريعة والقانون.
- الآداب: التاريخ والجغرافيا والفنون واللغة العربية، واللغة الإنجليزية، والسياحة والآثار.
- الإدارة والإعلام والاتصال وعلوم الرياضة والحركة.

أوعية نشر المجلة

تصدر المجلة ورقياً حسب القواعد والأنظمة المعمول بها في المجلات العلمية المحكمة، كما تُنشر البحوث المقبولة بعد تحكيمها إلكترونياً لتعم المعرفة العلمية بشكل أوسع في جميع المؤسسات العلمية داخل المملكة العربية السعودية وخارجها.

ضوابط وإجراءات النشر في مجلة العلوم الإنسانية

أولاً: شروط النشر

1. أن يتسم بالأصالة والجدة والابتكار والإضافة المعرفية في التخصص.
2. لم يسبق للباحث نشر بحثه.
3. ألا يكون مستلماً من رسالة علمية (ماجستير / دكتوراة) أو بحوث سبق نشرها للباحث.
4. أن يلتزم الباحث بالأمانة العلمية.
5. أن تراعى فيه منهجية البحث العلمي وقواعده.
6. عدم مخالفة البحث للضوابط والأحكام والآداب العامة في المملكة العربية السعودية.
7. مراعاة الأمانة العلمية وضوابط التوثيق في النقل والاقتباس.
8. السلامة اللغوية ووضوح الصور والرسومات والجداول إن وجدت، وللمجلة حقها في مراجعة التحرير والتدقيق النحوي.

ثانياً: قواعد النشر

1. أن يشتمل البحث على: صفحة عنوان البحث، ومستخلص باللغتين العربية والإنجليزية، ومقدمة، وصلب البحث، وخاتمة تتضمن النتائج والتوصيات، وثبت المصادر والمراجع باللغتين العربية والإنجليزية، والملاحق اللازمة (إن وجدت).
2. في حال (نشر البحث) يُرَوِّد الباحث بنسخة إلكترونية من عدد المجلة الذي تم نشر بحثه فيه، ومستلماً لبحثه.
3. في حال اعتماد نشر البحث تُؤول حقوق نشره كافة للمجلة، ولها أن تعيد نشره ورقياً أو إلكترونياً، ويحق لها إدراجه في قواعد البيانات المحليّة والعالمية - بمقابل أو بدون مقابل- وذلك دون حاجة لإذن الباحث.
4. لا يحق للباحث إعادة نشر بحثه المقبول للنشر في المجلة إلا بعد إذن كتابي من رئيس هيئة تحرير المجلة.
5. الآراء الواردة في البحوث المنشورة تعبر عن وجهة نظر الباحثين، ولا تعبر عن رأي مجلة العلوم الإنسانية.
6. النشر في المجلة يتطلب رسوم مالية قدرها (1000 ريال) يتم إيداعها في حساب المجلة، وذلك بعد إشعار الباحث بالقبول الأولي وهي غير مستردة سواء أجاز البحث للنشر أم تم رفضه من قبل المحكمين.

ثالثاً: الضوابط والمعايير الفنية لكتابة وتنظيم البحث

1. ألا تتجاوز نسبة الاقتباس في البحوث (25%).
2. الصفحة الأولى من البحث، تحتوي على عنوان البحث، اسم الباحث أو الباحثين، المؤسسة التي ينتسب إليها- جهة العمل، عنوان المراسلة والبريد الإلكتروني، وتكون باللغتين العربية والإنجليزية على صفحة مستقلة في بداية البحث. الاعلان عن أي دعم مالي للبحث- إن وجد. كما يقوم بكتابة رقم الهوية المفتوحة للباحث ORCID بعد الاسم مباشرة. علماً بأن مجلة العلوم الإنسانية تنصح جميع الباحثين باستخراج رقم هوية خاص بهم، كما تتطلب وجود هذا الرقم في حال إجازة البحث للنشر.
3. ألا يرد اسم الباحث (الباحثين) في أي موضع من البحث إلا في صفحة العنوان فقط.

4. ألا تزيد عدد صفحات البحث عن ثلاثين صفحة أو (12.000) كلمة للبحث كامل أيهما أقل بما في ذلك الملخصين العربي والإنجليزي، وقائمة المراجع.
5. أن يتضمن البحث مستخلصين: أحدهما باللغة العربية لا يتجاوز عدد كلماته (200) كلمة، والآخر بالإنجليزية لا يتجاوز عدد كلماته (250) كلمة، ويتضمن العناصر التالية: (موضوع البحث، وأهدافه، ومنهجه، وأهم النتائج) مع العناية بتحريرها بشكل دقيق.
6. يُتبع كل مستخلص (عربي/إنجليزي) بالكلمات الدالة (المفتاحية) (Key Words) المعبرة بدقة عن موضوع البحث، والقضايا الرئيسة التي تناولها، بحيث لا يتجاوز عددها (5) كلمات.
7. تكون أبعاد جميع هوامش الصفحة: من الجهات الأربعة (3) سم، والمسافة بين الأسطر مفردة.
8. يكون نوع الخط في المتن باللغة العربية (Traditional Arabic) وبحجم (12)، وباللغة الإنجليزية (Times New Roman) وبحجم (10)، وتكون العناوين الرئيسية في اللغتين بالبنط الغليظ. (Bold).
9. يكون نوع الخط في الجدول باللغة العربية (Traditional Arabic) وبحجم (10)، وباللغة الإنجليزية (Times New Roman) وبحجم (9)، وتكون العناوين الرئيسية في اللغتين بالبنط الغليظ (Bold) ..
10. يلتزم الباحث برومنة المراجع العربية (الأبحاث العلمية والرسائل الجامعية) ويقصد بها ترجمة المراجع العربية (الأبحاث والرسائل العلمية فقط) إلى اللغة الإنجليزية، وتضمينها في قائمة المراجع الإنجليزية (مع الإبقاء عليها باللغة العربية في قائمة المراجع العربية)، حيث يتم رومنة (Romanization / Transliteration) اسم، أو أسماء المؤلفين، متبوعة بسنة النشر بين قوسين (يقصد بالرومنة النقل الصوتي للحروف غير اللاتينية إلى حروف لاتينية، تمكن قراء اللغة الإنجليزية من قراءتها، أي: تحويل منطوق الحروف العربية إلى حروف تنطق بالإنجليزية)، ثم يتبع بالعنوان، ثم تضاف كلمة (in Arabic) بين قوسين بعد عنوان الرسالة أو البحث. بعد ذلك يتبع باسم الدورية التي نشرت بها المقالة باللغة الإنجليزية إذا كان مكتوباً بها، وإذا لم يكن مكتوباً بها فيتم ترجمته إلى اللغة الإنجليزية.

مثال إيضاحي:

- الشمري، علي بن عيسى. (2020). فاعلية برنامج إلكتروني قائم على نموذج كيلر (ARCS) في تنمية الدافعية نحو مادة لغتي لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي. مجلة العلوم الإنسانية، جامعة حائل، 1(6)، 87-98.
- Al-Shammari, Ali bin Issa. (2020). The effectiveness of an electronic program based on the Keeler Model (ARCS) in developing the motivation towards my language subject among sixth graders. (in Arabic). Journal of Human Sciences, University of Hail.1(6), 98-87
- السميري، ياسر. (2021). مستوى إدراك معلمي المرحلة الابتدائية للإستراتيجيات التعليمية الحديثة التي تلبى احتياجات التلاميذ الموهوبين من ذوي صعوبات التعلم. المجلة السعودية للتربية الخاصة، 18(1): 19-48.
- Al-Samiri, Y. (2021). The level of awareness of primary school teachers of modern educational strategies that meet the needs of gifted students with learning disabilities. (in Arabic). The Saudi Journal of Special Education, 18 (1): 19-48

11. يلي قائمة المراجع العربية، قائمة بالمراجع الإنجليزية، متضمنة المراجع العربية التي تم رومنتها، وفق ترتيبها الهجائي (باللغة الإنجليزية) حسب الاسم الأخير للمؤلف الأول، وفقاً لأسلوب التوثيق المعتمد في المجلة.

12. تستخدم الأرقام العربية أينما ذكرت بصورتها الرقمية. (Arabic.... 1,2,3) سواء في متن البحث، أو الجداول و الأشكال، أو المراجع، وترقم الجداول و الأشكال في المتن ترقيماً متسلسلاً مستقلاً لكل منهما ، ويكون لكل منها عنوانه أعلاه ، ومصدره - إن وجد - أسفله.
13. يكون الترقيم لصفحات البحث في المنتصف أسفل الصفحة، ابتداءً من صفحة ملخص البحث (العربي، الإنجليزي)، وحتى آخر صفحة من صفحات مراجع البحث.
14. تدرج الجداول والأشكال- إن وجدت- في مواقعها في سياق النص، وترقم بحسب تسلسلها، وتكون غير ملونة أو مظلمة، وتكتب عناوينها كاملة. ويجب أن تكون الجداول والأشكال والأرقام وعناوينها متوافقة مع نظام APA.

رابعًا: توثيق البحث

أسلوب التوثيق المعتمد في المجلة هو نظام جمعية علم النفس الأمريكية (APA7)

خامسًا: خطوات وإجراءات التقديم

1. يقدم الباحث الرئيس طلبًا للنشر (من خلال منصة الباحثين بعد التسجيل فيها) يتعهد فيه بأن بحثه يتفق مع شروط المجلة، وذلك على النحو الآتي:
 - أ. البحث الذي تقدمت به لم يسبق نشره (ورقيا أو إلكترونيا)، وأنه غير مقدم للنشر، ولن يقدم للنشر في جهة أخرى حتى تنتهي إجراءات تحكيمه، ونشره في المجلة، أو الاعتذار للباحث لعدم قبول البحث.
 - ب. البحث الذي تقدمت به ليس مستلًا من بحوث أو كتب سبق نشرها أو قدمت للنشر، وليس مستلًا من الرسائل العلمية للماجستير أو الدكتوراة.
 - ج. الالتزام بالأمانة العلمية وأخلاقيات البحث العلمي.
 - د. مراعاة منهج البحث العلمي وقواعده.
 - هـ. الالتزام بالضوابط الفنية ومعايير كتابة البحث في مجلة حائل للعلوم الإنسانية كما هو في دليل الكتابة العلمية المختصر بنظام APA7.
2. إرفاق سيرة ذاتية مختصرة في صفحة واحدة حسب النموذج المعتمد للمجلة (نموذج السيرة الذاتية).
3. إرفاق نموذج المراجعة والتدقيق الأولي بعد تعينته من قبل الباحث.
4. يرسل الباحث أربع نسخ من بحثه إلى المجلة إلكترونياً بصيغة (WORD) نسختين و (PDF) نسختين تكون إحداهما بالصيغتين خالية مما يدل على شخصية الباحث.
5. يتم التقديم إلكترونياً من خلال منصة تقديم الطلب الموجودة على موقع المجلة (منصة الباحثين) بعد التسجيل فيها مع إرفاق كافة المرفقات الواردة في خطوات وإجراءات التقديم أعلاه.
6. تقوم هيئة تحرير المجلة بالفحص الأولي للبحث، وتقرير أهليته للتحكيم، أو الاعتذار عن قبوله أولاً أو بناء على تقارير المحكمين دون إبداء الأسباب وإخطار الباحث بذلك
7. تملك المجلة حق رفض البحث الأولي ما دام غير مكتمل أو غير ملتزم بالضوابط الفنية ومعايير كتابة البحث في مجلة حائل للعلوم الإنسانية.
8. في حال تقرر أهلية البحث للتحكيم يخطر الباحث بذلك، وعليه دفع الرسوم المالية المقررة للمجلة (1000) ريال غير مستردة من خلال الإيداع على حساب المجلة ورفع الإيصال من خلال منصة التقديم المتاحة على موقع المجلة، وذلك خلال مدة خمس أيام عمل منذ إخطار الباحث بقبول بحثه أولياً وفي حالة عدم السداد خلال المدة المذكورة يعتبر القبول الأولي ملغى.

9. بعد دفع الرسوم المطلوبة من قبل الباحث خلال المدة المقررة للدفع ورفع سند الإيصال من خلال منصة التقديم، يرسل البحث لمحكمين اثنين؛ على الأقل.
10. في حال اكتمال تقارير المحكمين عن البحث؛ يتم إرسال خطاب للباحث يتضمن إحدى الحالات التالية:
- أ. قبول البحث للنشر مباشرة.
 - ب. قبول البحث للنشر؛ بعد التعديل.
 - ج. تعديل البحث، ثم إعادة تحكيمه.
 - د. الاعتذار عن قبول البحث ونشره.
11. إذا تطلب الأمر من الباحث القيام ببعض التعديلات على بحثه، فإنه يجب أن يتم ذلك في غضون (أسبوعين من تاريخ الخطاب) من الطلب. فإذا تأخر الباحث عن إجراء التعديلات خلال المدة المحددة، يعتبر ذلك عدولا منه عن النشر، ما لم يقدم عذرا تقبله هيئة تحرير المجلة.
12. يقدم الباحث الرئيس (حسب نموذج الرد على المحكمين) تقرير عن تعديل البحث وفقاً للملاحظات الواردة في تقارير المحكمين الإجمالية أو التفصيلية في متن البحث
13. للمجلة الحق في الحذف أو التعديل في الصياغة اللغوية للدراسة بما يتفق مع قواعد النشر، كما يحق للمحررين إجراء بعض التعديلات من أجل التصحيح اللغوي والفني. وإلغاء التكرار، وإيضاح ما يلزم.
14. في حالة رفض البحث من قبل المحكمين فإن الرسوم غير مستردة.
15. إذا رفض البحث، ورغب المؤلف في الحصول على ملاحظات المحكمين، فإنه يمكن تزويده بهم، مع الحفاظ على سرية المحكمين. ولا يحق للباحث التقدم من جديد بالبحث نفسه إلى المجلة ولو أجريت عليه جميع التعديلات المطلوبة.
16. لا تزدّ البحوث المقدمة إلى أصحابها سواء نشرت أم لم تنشر، ويخطر المؤلف في حالة عدم الموافقة على النشر
17. ترسل المجلة للباحث المقبول بحثه نسخة معتمدة للطباعة للمراجعة والتدقيق، وعليه إنجاز هذه العملية خلال 36 ساعة.
18. لهيئة تحرير المجلة الحق في تحديد أولويات نشر البحوث، وترتيبها فنياً.



المشرف العام

سعادة وكيل الجامعة للدراسات العليا والبحث العلمي

أ. د. عبد العزيز بن سالم الغامدي

هيئة التحرير

رئيس هيئة التحرير

أ. د. بشير بن علي اللويش

أعضاء هيئة التحرير

أ. د. سالم بن عبيد المطيري

أ. د. منى بنت سليمان الذبياني

د. نواف بن عوض الرشيد

د. إبراهيم بن سعيد الشمري

الهيئة الاستشارية

أ. د. فهد بن سليمان الشايع

جامعة الملك سعود - مناهج وطرق تدريس

Dr. Nasser Mansour

University of Exeter. UK – Education

أ. د. محمد بن مترك القحطاني

جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية - علم النفس

أ. د. علي مهدي كاظم

جامعة السلطان قابوس بسلطنة عمان - قياس وتقييم

أ. د. ناصر بن سعد العجمي

جامعة الملك سعود - التقييم والتشخيص السلوكي

أ.د. حمود بن فهد القشعان

جامعة الكويت - الخدمة الاجتماعية

Prof. Medhat H. Rahim

Lakehead University - CANADA

Faculty of Education

أ.د. رقية طه جابر العلواني

جامعة البحرين - الدراسات الإسلامية

أ.د. سعيد يقطين

جامعة محمد الخامس - سرديات اللغة العربية

Prof. François Villeneuve

University of Paris 1 Panthéon Sorbonne

Professor of archaeology

أ. د. سعد بن عبد الرحمن البازعي

جامعة الملك سعود - الأدب الإنجليزي

أ.د. محمد شحات الخطيب

جامعة طيبة - فلسفة التربية

فهرس الأبحاث

رقم الصفحة	عنوان البحث/ اسم الباحث	م
9-21	تمثُّلات السعادة في رواية (مدينة السعادة) لـ فاطمة آل عمرو: دراسة نقدية د. خالد سريان ساري الحربي	1
23-45	دور الأنشطة في بناء شخصية الطالب في جامعة سليمان الراجحي د. عقل بن عبد العزيز العقل	2
47- 69	استخدام نظريات التعلم عن بعد في تصميم مناهج التصميم والفنون د. نواف بنت عبد الله السويداء	3
71- 98	مستوى التمكين الإداري لدى مديري مدارس التعليم العام بمدينة حائل أ.الجوهرة محمد التميمي	4
99- 122	مؤشرات التطرف لدى الشباب ودور المملكة العربية السعودية في مواجهتها د. هدى بنت عبد العزيز الحغيري	5
123-149	الهشاشة الأسرية والقابلية للطلاق في المجتمع السعودي، مثال منطقة حائل د. تركي بن ليلي الشلاقي أ.د. منجي إبراهيم الزبيدي د. ماهر تريمش د. الجوهرة بنت سعود الجميل	6
151- 164	آيات انشراح الصدر سياقاتها وأسرارها البلاغية د. بخيت بن حمود السناني	7
165- 189	دور أعضاء هيئة التدريس في تحقيق الإبداع الفكري لدى طلبة جامعة حائل في المملكة العربية السعودية د. نايفه صالح سليمان العيد	8
191- 211	درجة إسهام الإفصاح الوجداني عن الذات لدى الطلبة المتزوجين حديثاً بالتدوُّق النفسي في المملكة العربية السعودية د. نوير سليمان مبارك البلوي	9
213- 224	الترجيح بالنظير القرآني "شواهد من تفسير ابن كثير" دراسة تطبيقية د. غازي وصل سالم الذبياني	10
225- 247	فاعلية برنامج إرشادي في تحسين مستوى وعي الآباء بالموهبة ورعاية أبنائهم الموهوبين د. نايف بن فهد الفريح	11
249- 259	Scales theory and political discourse in the Saudi Crown Prince's representation of the Saudi Vision2030 د. ياسر محمد التميمي	12



درجة إسهام الإفصاح الوجداني عن الذات لدى الطلبة المتزوجين حديثاً بالتدّوق النفسي في المملكة العربية السعودية

The Degree of Contribution of Emotional Self-Disclosure Among newly Married Students to Psychological Taste in the Kingdom of Saudi Arabia

د. نوير سليمان مبارك البلوي

أستاذ الإرشاد النفسي والتربوي المساعد، قسم التربية، كلية العلوم والآداب برفحاء، جامعة الحدود الشمالية

Dr. Nowair Sulaiman Al-Balawi

Assistant Professor, Psychological and educational guidance, Education Department,
Faculty of Science and Arts, Northern Border University

(قُدّم للنشر في 2023/50 /20 قبل للنشر في 2023/11 /03)

الملخص

تهدف الدراسة للتحقق من درجة إسهام الإفصاح الوجداني عن الذات لدى الطلبة المتزوجين حديثاً بالتدّوق النفسي في المملكة العربية السعودية، وقد تم تطبيق الدراسة الحالية على عيّنة الدراسة بالطريقة المتاحة المتيسرة من خلال طريقة كرة الثلج، وقد استجاب على الدراسة عيّنة من المتزوجين بلغوا (162) طالباً وطالبة متزوجين حديثاً، كما تم تطوير مقياس الإفصاح الوجداني عن الذات والتدّوق النفسي والتأكد من خصائصهما السيكومترية من صدق وثبات، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن الإناث أفضل في الإفصاح الوجداني عن الذات من الذكور، وأن هناك علاقة ارتباطية بين الإفصاح الوجداني عن الذات والتدّوق النفسي، كما أشارت النتائج إلى أن أبعاد الإفصاح الوجداني عن الذات تتنبأ بما نسبته (41%) من التدّوق النفسي، وبناءً على نتائج الدراسة فقد خرجت الدراسة ببعض التوصيات منها: تأكيد الأثر الإيجابي لكل من الإفصاح عن الاتجاهات والإفصاح عن الأمور الشخصية والإفصاح عن العلاقات الاجتماعية في تحسين وتنمية التدّوق النفسي لدى المتزوجين حديثاً.

الكلمات المفتاحية: الإفصاح الوجداني عن الذات، التدّوق النفسي، المتزوجين حديثاً.

Abstract

The current study aimed to verify the degree of contribution of emotional self-disclosure among newly married students to psychological taste in the Kingdom of Saudi Arabia. The current study was applied to the study sample in the available method available through the snowball method. A newly married male and female student, and the two scales of emotional self-disclosure and psychological taste were developed, and their psychometric properties were verified, sincerity and stability. The results also indicated the dimensions of emotional self-disclosure that predict (41%) of psychological taste, and based on the results of the study, the study came out with some recommendations, including: Confirming the positive impact of both disclosure of trends, disclosure of personal matters and disclosure of social relations in improving and the development of psychological taste for newly married couples.

Keywords: Emotional self-disclosure, Psychological taste, Newly married couples.

المقدمة:

عن أفكاره ومعتقداته ومشاعره واتجاهاته للآخرين الذين يثق بهم بشكل مقصود لكي يكون معروف لهم، مما يساعده على الوصول للآتزان النفسي والتنفيس الانفعالي (إبراهيم، 2019). ولذلك فالإفصاح الوجداني عن الذات ضرورياً لتكوين العلاقات الإنسانية وتشكيلها بما يوفره من تغذية للفرد تساعده في تطويرها وتعميقها، كما يعكس طبيعة العلاقة التبادلية للاتصال بين الأفراد (بكار، 2011).

ولقد بدأ البحث في مفهوم الإفصاح الوجداني على يد جورد (Ward) ثم تلا ذلك اجراء العديد من الدراسات في مجالات نفسية مختلفة وأصبح الإفصاح الوجداني في الوقت الحاضر من اهم الاستراتيجيات المستخدمة حديثاً بعد عام (2000) في الارشاد النفسي والعلاج النفسي فضلاً عن كونه يمثل الإطار الرئيسي للعديد من النظريات في تفسير العلاقات الانسانية (Ur, 2013). وعرفه بيلز وآخرون (Belz., et at, 2017) بأنه: أي تبادل للمعلومات تشير إلى الذات بما في ذلك الحالات الشخصية والتصرفات والأحداث الماضية وخطط المستقبل، وبالتالي إفصاح الفرد عن معلوماته الخاصة بصورة مقصودة ومشاعره وتجاربه، يختص بها فرد دوناً عن غيره. وترجع أهمية الإفصاح الوجداني لما له من آثار إيجابية، فمن خلال إفصاح الفرد عن ذاته يؤدي ذلك إلى خفض مشاعر الحزن، والتوتر، والقلق المصاحبة للخبرات الحياتية السلبية والمؤلمة التي يواجهها الفرد، ونتيجة لذلك يستطيع الفرد أن يعبر عن نفسه ومن ثم يكون لديه القدرة على توطيد العلاقات الايجابية بالإضافة إلى القدرة على التحكم في الانفعالات الوجدانية، ومن ثم فإن المشاركة الاجتماعية الجيدة تمثل مصدراً هاماً للدعم النفسي والصحة النفسية (Greene., et at, 2006).

حيث يرى كاثلين وآخرون (Kathleen, et al, 2018) بأن الإفصاح الوجداني عن الذات عبارة عملية يقوم بها الفرد بالكشف عن مشاعره وأفكاره واتجاهاته ومعتقداته بشكل مقصود للآخرين، ليصبح واضحاً ومعروفاً لهم، وبذلك يمثل إظهار ما يخفيه عن الآخرين طواعية. ويمكن النظر إلى الإفصاح الوجداني عن الذات على أنه سمة شخصية، أو عملية تفاعلية، فهو سمة شخصية تميز الفرد عن الآخرين، وقد أشارت الدراسات إلى وجود علاقة بين الإفصاح الوجداني عن الذات والسمات الرئيسة للشخصية. وفي نفس الوقت الإفصاح الوجداني عن الذات عملية تفاعلية تحدث أثناء تفاعل الفرد مع الآخرين، وأن هذا التفاعل يكون محكوم بمعايير السلوك الاجتماعي (Dindia, et al., 1997). ويُعتبر كل من (Bryant & Veroff, 2007) أول من استخدم مصطلح التذوق النفسي، وعرفاه «بالتنظيم الذاتي للمشاعر الإيجابية، والتي عادةً ما تولد للحفاظ على التأثير الإيجابي أو تعزيزه من خلال استحضار التجارب الإيجابية سواءً كانت من الماضي أو الحاضر أو المستقبل.

مما لا شك فيه أن الحياة الزوجية تُعدّ مرحلة انتقالية في حياة الأفراد وتقلهم من عالم إلى آخر، ويجد البعض سهولة في التحدّث عن حياته الشخصية في هذه المرحلة، سواءً لشريكه أو للآخرين، بينما يعاني البعض من صعوبة في ذلك، وقد يرتبط ذلك ويؤثر في شعور الفرد بالسعادة وتواتر المشاعر الإيجابية. ولقد أصبحت الأسرة المعاصرة في معظم الدول وخاصةً الدول العربية تعاني العديد من التحدّيات والمشكلات المعقّدة في ظل عصر يزخر بالضغوطات في مختلف ميادين الحياة، وأن بناء الأسرة السليمة وديمومتها الآمنة يتطلّب وجود شريكين متلائمين ومتفهمين لمعاني الشراكة، والزواج، والأسرة، ومدركين لما تطرحه الحياة المعاصرة من متغيّرات وتحولات مؤثّرة، ممّا يضمن قيام أسرة متماسكة مستقرة نفسياً، أساسها التعاون والتكامل والتضحية في سبيل تحقيق الأهداف المشتركة (بن التومي وميهوبي، 2019).

وتقوم الأسرة بوظائف متعدّدة تتناسب مع طبيعة قيم المجتمع، وقد أشار أوجبرن إلى قائمة توضح عدد الوظائف التي تقوم بها الأسرة، وافترض أن هناك وظائف أساسية تقوم بها سواءً أكان ذلك لكيانها أم في المجتمع بشكل عام، وقد خصّصها كما يلي: تنمية الاتجاه الديني عند الصغار، والحماية والإنتاج الاقتصادي والمادي والخدمات الأساسية، إعطاء الفرد مكانه الاجتماعية، وتربية الصغار، وتجديد النشاط والترفيه والحب (في الشناق، 2001).

ويُعدّ الزواج علاقة مستمرة ومتّصلة ولها متطلبات متبادلة، حيث أنّها تقتضي الإشباع المشترك انفعالياً، واجتماعياً، واقتصادياً، وجنسياً، وذلك وصولاً للتوافق في الحياة الزوجية، حيث أن الإدراك والتفاهم والقبول والرضا والقناعة لا بد أن تتوافر بين أفراد الأسرة الواحدة، كي يصل الزوجان إلى توافق اقتصادي أسري، حتى يتمكّن في حدود ما يتوافر لهما من موارد مالية أن يحقّقا إشباعاً معقولاً ومقبولاً لحاجتهما، على أساس من الشعور بالمسؤولية وعلي قدر كبير من الواقعية، وقدرة على تحقيق الموازنة السليمة بين المتطلّبات والالتزامات المالية المتزايدة لأعباء الحياة وبين موارد الأسرة المتاحة (السليمي، 2008). ويرى (Hoseiny Mahmoodi & Maredpour, 2019)، أن رأس المال النفسي له أثر إيجابي ومباشر على العلاقة الحميمة.

ويتأثر المتزوجين حديثاً عادةً بالمشكلات الأسرية نتيجة لقلّة خبرة الزوجين بالحياة الزوجية التي يعيشان فيها، وكذلك لقلّة خبرتهما بأساليب التفاعل الإيجابي بينهما داخل نطاق الأسرة، وتسلّط كل فرد في الأسرة وإصراره على موقفه وعناده في سلوكه مما يؤدي إلى النزاعات الزوجية المستمرة التي قد تؤدي في النهاية إلى الإطاحة بكيان الأسرة (عمر، 2000). حيث جلب مفهوم الإفصاح الوجداني عن الذات في الآونة الأخيرة اهتمام الكثيرين في مجال علم النفس لأنه يعبر عن كشف الفرد بشكلٍ لفظي

إلى زيادة حالات الطلاق والتفكك الأسري، بالإضافة إلى زيادة حجم الضغوط على المرأة العاملة نتيجة لصراع الأدوار بين العمل الأسري والعمل المهني.

وفي هذا المجال فقد أكدت دراسة العبدلي والحارثي (2016) وجود علاقة ارتباطية بين محور إدارة التغيير في الأسرة والذكاء الوجداني لدى الزوجين وأوصى البحث الاهتمام بالمهارات الوجدانية والذكاء الوجداني لدى المتزوجين، كما أكدت دراسة بخاري (2021) وجود علاقة ارتباطية بين التنظيم الانفعالي المرتبط بالتدوق والتعلق الأمن لدى المتزوجين، ومن خلال الملاحظات الميدانية، فقد لاحظت الباحثة -كونها عضو هيئة تدريس- أن العديد من المتزوجات حديثاً يشكين من صعوبة في التكيف الزوجي، ويظهر ذلك جلياً من خلال كثرة التذمر والقصور في الأداء الوظيفي والتمارض، والشكوى وكثرة الغياب، كما تبين أن لديهن نسبة طلاق عالية بالمقارنة مع السنوات اللاحقة من الزواج، ومن هنا فإن الدراسة الحالية جاءت للكشف عن درجة إسهام الإفصاح الوجداني عن الذات الوجداني لدى المتزوجين حديثاً بالتدوق النفسي.

أسئلة الدراسة:

تحاول الدراسة الحالية الإجابة عن الأسئلة التالية:

- 1- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha=0.05)$ في الإفصاح الوجداني عن الذات والتدوق النفسي باختلاف الجنس؟
- 2- هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha=0.05)$ بين الإفصاح الوجداني عن الذات والتدوق النفسي لدى المتزوجين حديثاً؟
- 3- ما درجة ما تسهم به أبعاد الإفصاح الوجداني عن الذات الوجداني لدى الطالب المتزوج في التدوق النفسي؟

أهمية الدراسة:

تتبع أهمية الدراسة الحالية في تناولها موضوعاً علمياً له أهميته في حياتنا النفسية والاجتماعية وهو الإفصاح الوجداني عن الذات والتدوق النفسي لدى فئة المتزوجين حديثاً، وتبرز أهمية الدراسة الحالية من الأهمية النظرية والعملية على النحو التالي:

أولاً: الأهمية النظرية

تعمل الدراسة الحالية على التعرف على مستوى كلٍ من الإفصاح الوجداني عن الذات حيث ترجع أهمية الإفصاح الوجداني عن الذات إلى ما يُحدثه من آثارٍ نفسية إيجابية، فالإفصاح الوجداني عن الذات يُمثل إحدى الآليات الرئيسة المسؤولة عن خفض التوتر وتقليل مشاعر الوحدة والاكتئاب.

وفي الجهة المقابلة يُعد التدوق النفسي المدرك من أفضل المؤشرات على مستوى بلوغ قمة السعادة، والرفاهية، وتنظيم وتواتر المشاعر الإيجابية بشكل فعّال، وعامل مهم في تحفيز الذات وزيادة فعاليتها، ويرتبط بشكل إيجابي بمستويات التفاؤل والرضا عن الحياة، وتحسين الصحة البدنية، كما يرتبط سلباً بمؤشرات العصبية واليأس والاكتئاب (Geiger, Morey, & Segerstrom, 2017). حيث تُعتبر رقة التدوق شرطاً أساسياً بالنسبة للشخص الذي يتمتع بالتدوق الجيد، وقد رأى «هيو» أن جانباً مما يعنيه بالتدوق الجمالي هو بالضبط القدرة على التمييز بكيفية أدق وأكثر رقة بين الصفات الجمالية للأعمال الفنية، ويذكر أنه عندما تكون الأعضاء دقيقة للغاية بحيث لا تُفسح المجال لكي يهرب منها أي شيء وتتمكّن في نفس الوقت من إدراك جميع المكونات داخل تكوين معين، فإن ذلك يطلق عليه «رقة التدوق» سواءً استخدم هذا المصطلح بالنسبة للتدوق الجمالي أو حتى بالنسبة لحاسة التدوق (حسن وفراج، 2015).

مشكلة الدراسة:

يتأثر الزواج الحديث بالعديد من المشكلات أكثر من غيره، وذلك ناتج عن قلة الخبرة عند الزوجين بالحياة الزوجية والأسرية التي يعيشان فيها، كذلك قلة خبرتهما بأساليب التفاعل الإيجابي بينهما واعتزاز كل منهما بشخصيته واصراره على موقفه وعناده في سلوكه مما يؤدي إلى النزاعات الزوجية المستمرة التي تؤدي في النهاية إلى الإطاحة بكيان الأسرة (زيدان، 2001). وفي نفس الإطار فقد توصلت أيضاً دراسة أحمد (2020) إلى أن العوامل الشخصية التي تؤدي إلى ضعف التوافق وتحمل المسؤولية الزوجية لحدوثي الزواج كان تقديرها عالي، وأن العوامل الأسرية التي تؤدي إلى ضعف التوافق وتحمل المسؤولية الزوجية لحدوثي الزواج، كما جاءت العوامل الخارجية التي تؤدي إلى ضعف التوافق وتحمل المسؤولية الزوجية لحدوثي الزواج، كما أظهرت نتائج دراسة بخاري (2021) أن مستوى التنظيم الانفعالي لدى المتزوجين حديثاً بشكل عام جاء بمستوى متوسط.

وتُعد المملكة العربية السعودية جزءاً من هذا العالم، حيث تأثرت بمثل هذه التغيرات والتي انعكست على جميع مناحي الحياة فيها، وكان من أبرزها انفتاح المملكة العربية السعودية على العالم مما أدى لتغيرات في الحياة الاجتماعية بوجه عام والزوجية بوجه خاص. حيث يشهد الواقع اليوم فتوراً في العلاقات داخل الأسرة الواحدة وانتشار المشكلات بين أفرادها، ومن أهم هذه المشكلات تؤثر العلاقات بين أفرادها سواءً كانت مشكلات بين الأزواج أو بين الإخوة أو بين الآباء والأبناء، مما حول بعض الأسر من مصدر للأمن والأمان والرعاية والاهتمام والتعايش إلى مصدر للشقاء، وبدلاً من أن تكون الأسرة لبنة في بناء المجتمع أصبحت معولاً لهدمه (قبوري، 2019). ولقد ازدادت حديثاً بعض المشكلات بما يهدد الاستقرار والتكيف الأسري، ويؤدي

التعريفات المفاهيمية والإجرائية:

تَهتم الدراسة بالمتغيرات التالية:

الإفصاح الوجداني عن الذات:

عرّف رافيشندر وبلاك (Ravichander & Black, 2018) الإفصاح الوجداني عن الذات أنه حديث الفرد عن معلومات عن نفسه للآخرين، وهو المشاركة الطوعية للمعلومات التي يمكن أن تشمل الآراء والأفكار والخبرات والتفصيلات والقيم والمعتقدات والمشاعر والمواقف والطموحات والإعجاب والكرهية. وإجرائياً يُعرّف بالدرجة التي يحصل عليها الطالب المتزوج حديثاً في المقياس المطوّر بالدراسة الحالية.

التدوُّق النفسي:

يوصف التدوُّق النفسي على أنه مجموعة من الاستراتيجيات المعرفية والسلوكية التي تنظّم شدة أو إطالة أمد المشاعر الإيجابية في ردّات الفعل، بما في ذلك مشاركة التجارب مع الآخرين، والبحث عن أشخاص يستمتع بهم، وإظهار التعبيرات السلوكية من قبيل (الضحك أو إظهار التأثّر)، و(خلق الامتنان)، و(تحنّنة الذات)، و(والشعور بالفخر)، و(بناء الذاكرة)، و(محاولة هادفة لتذكّر الحدث الإيجابي)، و(شحن الإدراك الحسي)، و(التركيز على الأحاسيس الجسدية (Jose, Lim & Bryant, 2012)). وإجرائياً يُعرّف بالدرجة التي يحصل عليها الطالب المتزوج حديثاً في المقياس المطوّر بالدراسة الحالية.

المتزوجين حديثاً:

الزوجان حديثي الزواج يمثلان المرحلة الأولى من دورة حياة الأسرة، وهناك من التحدّيات والمهام المطلوبة من الأسرة في كل مرحلة من مراحل دورة الحياة (كفاي، 2010). وإجرائياً يُعرّف بأنه أي طالب أو طالبة تزوجوا حديثاً بالسنوات الثلاثة الأخيرة وهم لازالوا على مقاعد الدراسة في جامعة الحدود الشمالية.

محددات الدراسة:

تحدّد نتائج الدراسة الحالية بالحدود والمحدّدات التالية:

الحدود البشرية: الطلاب والطالبات المتزوجين حديثاً.

الحدود المكانية: جامعة الحدود الشمالية في المملكة العربية السعودية.

الحدود الزمانية: الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي 2022/2021.

محدّدات الدراسة: تحدّد نتائج الدراسة الحالية باستجابات الطلبة على المقاييس المطوّرة بالدراسة الحالية.

كما أن التدوُّق النفسي الذي يحمّله المتزوجين حديثاً في مواضيع تُعنى بالأسرة.

- تمثّل فئة المتزوجين حديثاً إحدى الفئات المهمّة، حيث بدأوا حياتهم الزوجية ويحتاجون إلى الاستمرار في المحافظة على جودة حياتهم النفسية.
- ندرة البحوث والدراسات التي تناولت الإسهام النسبي للإفصاح الوجداني في التدوُّق النفسي لدى المتزوجين حديثاً، ومن ثمّ تمثّل هذه الدراسة إضافة علميّة إلى الخدمة النفسية والإرشادية في هذا المجال.
- يؤمّل أن تكون الدراسة الحالية قاعدة علميّة بحثية للانطلاق منها إلى بحوث قادمة لتحسين الحياة النفسية لدى المتزوجين حديثاً.

تانيا: الأهمية العملية

- تظهر أهمية هذه الدراسة في محاولتها التوصل إلى قدرة الإفصاح الوجداني عن الذات في التنبؤ بالتدوُّق النفسي مع فئة المتزوجين حديثاً.
- تُساعد المرشدين الذين يعملون في الحقل الأسري في تقييم طبيعة قدرات المتزوجين في الإفصاح الوجداني عن الذات الوجداني والتدوُّق النفسي بما ينعكس في الوقاية من المشكلات التي يمكن أن تحدث لديهم قبل تعرّضهم لمشكلاتٍ هم في غنى عنها.
- تساعد الدراسة الحالية المرشدين والأخصائيين النفسيين في إعداد برامج توعوية وإرشادية أسرية وزوجية من قبّل المرشدين النفسيين والأسريين والاجتماعيين.

أهداف الدراسة:

تحاول الدراسة الوصول إلى الأهداف التالية:

- 1- التّعريف على مستوى الإفصاح الوجداني عن الذات لدى طلبة جامعة الحدود الشمالية المتزوجين حديثاً.
- 2- التّعريف على مستوى التدوُّق النفسي لدى طلبة جامعة الحدود الشمالية المتزوجين حديثاً.
- 3- استقصاء طبيعة الفروق في الإفصاح الوجداني عن الذات والتدوُّق النفسي تبعاً للجنس.
- 4- التّحقّق من درجة ما تُسهّم به أبعاد إفصاح الطالب المتزوج عن ذاته في التدوُّق النفسي له.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

٢- الإفصاح الوجداني عن الذات

أولاً: الإطار النظري: يتناول الإطار النظري الحديث عن الزواج والمتزوجين حديثاً ومفهومي التدوق النفسي والإفصاح الوجداني عن الذات.

1- الزواج والمتزوجين حديثاً:

إن الزواج علاقة شرعية مباحة بين الرجل والمرأة، والتي قد يتحقق من خلالها الشعور بالرضا، السعادة والتفاعل الزوجي، وذلك قد يكون نسبياً، إذ قد تتعرض تلك العلاقة إلى بعض المشكلات النفسية والاجتماعية التي تؤدي إلى عدم الرضا الزوجي وعدم التوافق الزوجي المسبب للنزاعات الزوجية بصفة مستمرة (الصبان، 2007).

والزواج أحد النظم الاجتماعية المهمة في المجتمع حيث أنه الطريقة الشرعية لقيام الأسرة، كما أن الزواج ظاهرة سيكولوجية تتوقف على اكتمال نمو الشخصية والاستعداد للاندماج مع الآخر والتضحية في سبيله (جيريل، 2004).

إن حياة الناس لا تستقيم على المثالية، فمن شأن البشر أن يحدث بينهم الخلاف وأن ينشأ النزاع، وقد يطرأ ما يعكّر الصفو ويصدع البناء في دقائق الحياة الزوجية بين الطرفين الرئيسيين فيها وهما الزوج والزوجة، عند تعارض الرغبات أو نفور الطباع أو اختلاف وجهات النظر، مع ما في الأسرة من احتكاك وملاصقة قد تحدث العلل ويتلبّد الجو مما يؤدي أحياناً إلى اتساع الهوة وصعوبة الالتقاء (جبلي، 1410).

ومن أبرز المشكلات الزوجية التي قد يواجهها المتزوجين حديثاً في السنة الأولى والتي تُعد أهم محطة في حياتهما، والزوجة الناجحة هي التي تحرص على نجاحها، هذا ويمكن حصر بعض المشكلات: الإهمال: إن إهمال الرجل أكثر ولكن إهمال المرأة أخطر، والسبب في خطورته فداحة النتائج المترتبة عليه، وثرثرة الزوجة: فكل الصفات تهون أمام صفة طول اللسان، والتواصل: رغم أن التواصل يُعتبر من أهم المهارات التي تُحافظ على علاقات الحب والترابط الفكري والنفسي بين الزوجين، والمقارنة: كثيراً ما تتلقّظ النساء بجملة «يا ليت عندي ما عندك» عندما تسمع من بعض النسوة حديثهن وهن يتكلمن عن أزواجهن في الإنفاق والمعاشرة أو حب السفر أو غير ذلك، وعناد الزوجة وتصلّب رأيها ومخالفتها لزوجها كل هذه الأمور تدفع الزواج إلى طريق شانك قد ينتهي بما لا تشتهيهِ النفوس، والعناد من أكبر المشكلات الزوجية، وافتقار الدفء الأسري (العويد، 1428؛ العبدلي، 2007).

لقد أشار أوتز (Otz, 2015) إلى أن الإفصاح الوجداني عن الذات يتضمّن كشف الفرد لمشكلاته الاجتماعية، والنفسية، والصحية، والأسرية وكذلك كشفه عن طموحاته المستقبلية، وآراءه الشخصية، واتجاهاته، وبعض الأسرار الخاصة التي مرّ بها في حياته. ويحدث الإفصاح عندما يشارك الفرد عن قصد المعلومات الشخصية عن نفسه التي تكشف عن شيء لم يكن معروف من قبل، ويُساعد الإفصاح على التطوّر في العلاقات الشخصية مع الآخرين (Lash, 2014). ويفيد الإفصاح الوجداني عن الذات في التنفيس الانفعالي والتخفيف عن النفس عقب الكشف عن المعاناة وظروف المشقّة الشخصية وتحسين الاندماج الاجتماعي وتنمية العلاقات المتعلقة به (Derlaga, & Berg, 2013). وترجع أهمية الإفصاح الوجداني لما له من آثار إيجابية، فمن خلال إفصاح الفرد عن ذاته يؤدي ذلك إلى خفض مشاعر الحزن والتوتر والقلق المصاحبة للخبرات الحياتية السلبية والمؤلمة التي يتعامل معها، ونتيجة لذلك يستطيع الفرد أن يُعبّر عن نفسه، ومن ثم يكون لديه القدرة على توطيد العلاقات الإيجابية، بالإضافة إلى القدرة على التّحكّم في الانفعالات الوجدانية، وبالتالي فإن المشاركة الاجتماعية الجيدة تمثّل مصدراً هاماً للدعم النفسي والصحة النفسية (Greene, et al, 2006).

ولقد قسّم النملة (2015) الذات البشرية إلى أربع مناطق رئيسية، وحسب (سيلرويل) فإن هذه المناطق هي المنطقة المكشوفة، ومنطقة الأسرار، والمنطقة العمياء، والمنطقة المجهولة. كما أظهر المقال العوائق التي تحول دون إفصاح المرء عن ذاته، نذكر منها: الخوف من ظهور عيوبه للآخرين، والخوف من أن يصبح رفيقه ناقداً له، والخوف من أن يفقد شخصيته، والخوف من أن يفقد زميله. واختتم المقال بأن الإفصاح الوجداني عن الذات ساعد على نمو وتطوّر العلاقة بين الأشخاص، كما أن الإفصاح غير المناسب يمكن أن يُسبب إلى تلك العلاقة. كما توصل المقال إلى أن الإفصاح الوجداني عن الذات أتاح للفرد الفرصة أن يثق بالآخرين، لدرجة تسمح له بالبوخ عن خبراته ومشاعره الذاتية. كما بيّن المقال أن إخفاء حقيقة الذات عن الآخرين أتضح لدى بعض الأفراد من الجنسين الذين يعانون من الرهاب الاجتماعي وعدم القدرة على التعبير العاطفي، بالإضافة إلى شعورهم بالوحدة النفسية.

وتتّضح وظائف الإفصاح الوجداني عن الذات في: التعبير بغرض التخفيف عن النفس عقب الكشف عن المعاناة وظروف المشقّة الشخصية، والتّوضيح ليكون معروفاً ومفهوماً للآخرين، والتحقّق الاجتماعي وضبطه، وتنمية العلاقات المتعلقة به (Derlaga, & Berg, 2013). فالمتزوج يكون قادراً على الإفصاح عن ذاته للآخرين ويكون قادراً على التواصل معهم وبالعكس، ويُعد الإفصاح الدّاتي أو تقاسم المعلومات مع الأشخاص الآخرين

متبادلة واحترام وتعاون ببناء بين الأطراف، ولا شك أن العلاقات الإنسانية والتي تمثل مجموعة التفاعلات الاجتماعية والنفسية التي تنشأ من اتصال الفرد بالآخرين أهمية ومطلب أساسي لأي مؤسسة في المجتمع (كفافي، 2003). ويرى (Audet, 2011) أن ممّا يشجع على الإفصاح الوجداني عن الذات هو وجود معظم الناس في الإفصاح راحة كبيرة، بل وحتى ضرورة انفعالية في مشاركة المشاعر والأحداث اليومية مع أفراد العائلة والأصدقاء وخاصةً عندما يشعرون بالإجهاد.

وفي نفس الإطار ترى نظرية النفاذ الاجتماعي أن تطوّر العلاقات يبدأ من خلال إفصاح الأفراد عن معلومات شخصية لهم، وبالتالي يمكن ان تتنبأ بتطوّر العلاقات من خلال معرفة مدى الإفصاح المتبادل لهؤلاء الأفراد عن أنفسهم وبالتالي تنتقل العلاقة من مستوى سطحي إلى مستوى أعمق يتسم بالود والألفة (معوض، 2016).

3-التذوق النفسي

وفيما يتعلّق بالتذوق النفسي فيعرفه (Bryant, 2003) على أنه القدرة على استحضار الفرد للخبرات الإيجابية والاهتمام بها في حياته، مثل تحسين زيادة شدة المشاعر الإيجابية أو إطالة مدتها، أمّا من الناحية المفاهيمية أو المعرفية فيجب التمييز بين مفهوم التذوق كعملية والتذوق كنتيجة، فالتذوق النفسي يدل على المتعة الفعلية التي يشعر بها الفرد، ولكنه أيضاً يُشير إلى الاستراتيجيات المعرفية والسلوكية التي يتبنّاها الفرد في استجابته للخبرات الإيجابية. ومن فوائد التذوق النفسي أنه يرتبط إيجابياً بالتفاؤل وتقدير الذات والسعادة، ويرتبط سلباً بكل من انعدام المتعة المادي والنفسية والاكتمال واليأس (Bryant, 2003).

ويرتبط بالتذوق النفسي كل من تجارب التذوق: (تجربة الفرد للأحاسيس، والتصورات، والأفكار، والسلوكيات، والمشاعر، وذلك عند الاهتمام بوعي وتقدير الحافز الإيجابي) وعمليات التذوق: وهي سلسلة من العمليات العقلية أو الجسدية، وتتكشّف بمرور الوقت وتحوّل الحافز الإيجابي إلى مشاعر إيجابية، واستراتيجيات التذوق: وتستخدم في تضخيم أو تخفيف شدة المشاعر أو تقصير أو إطالة مدتها. ومن الأمثلة على استراتيجيات التذوق تذكير الإنسان نفسه بالتعم، وبحسن الحظ، والتقاط صورة ذهنية مذهلة بعناية لغروب الشمس وتذكّرها لاحقاً، وتحنّة النفس عقلياً استجابة لإنجاز شخصي، وتغميض العين لتكيز الانتباه وحجب مصادر التشثيت أثناء التذوق، وتذوق المعتقدات: ويعكس تصورات الناس لقدرة على الاستمتاع بالخبرات الإيجابية وذلك للحصول على نتائج إيجابية (Bryant, Chadwick, & Kluwe, 2011).

استراتيجية مهمّة للتكيف والتواصل مع الذات ومع المجتمع بأكمله (Levi, & Belz, 2017).

وقد أشار ديرليجا Derlega وجرزلاك Grezlak إلى خمس وظائف للإفصاح عن الذات هي: التعبير Expression بغرض التخفيف عن النفس عقب الإفصاح عن المعاناة وظروف المشقة الشخصية، والتوضيح Clarification: فمن خلال الإفصاح الوجداني عن الذات يقدم الفرد الصورة واضحة عن نفسه للآخرين، ممّا يجعله معروفاً ومفهوماً لهم، والتصديق الاجتماعي Social validation: ويحدث ذلك عندما يأتي إفصاح الآخرين عن أنفسهم مؤيداً لما أفصح عنه الفرد من آراء واتجاهات، وتنمية العلاقات الاجتماعية Development relationships حيث إفصاح الفرد عن ذاته يستثير الإفصاح من جانب الآخرين، ومن خلال تبادل الإفصاح تقوى العلاقات الشخصية بين الطرفين، والضبط الاجتماعي Social control: من خلال الإفصاح الوجداني عن الذات يعبر الفرد عن حاجاته وقيمه ومعتقداته والحدود الشخصية التي لا يسمح للآخرين بتجاوزها في علاقته معهم (في أبو سريع، 1993).

ويمكن استخلاص أبعاد الإفصاح الوجداني عن الذات المناسبة في الجوانب العائلية، والأشياء المؤدية: ويؤشير هذا البعد إلى بوح الفرد العامل بالأشياء التي تتسبب له في الأذى المادي أو الوجداني سواءً في مكان العمل أو غيره، والرغبات والتفضيلات: ويظهر هذا البعد مدى كشف الفرد العامل عن رغباته وتفضيلاته الشخصية المتعلقة بالمأكل والملبس والراحة وقضاء وقت الفراغ والعمل، والآراء في الآخرين: ويؤشير إلى مدى إبداء الطالب العامل لرأيه في الآخرين، كوالدين، والمعلمين، والأقران في المدرسة والعمل، وأرباب العمل (إبراهيم، 2019).

ولقد تعدّدت أنواع الإفصاح الوجداني، حيث يتضمّن المعلومات السطحية: كالمعلومات العامة عن الفرد مثل طعامه المفضّل، برنامجه التلفازي المفضّل، ويتضمّن معلومات شخصية عميقة عن الفرد كتاريخ ميلاده أو معتقداته الدينية، ويمكن أن يكون الإفصاح الوجداني لفظي أو غير لفظي، على سبيل المثال: يفصح الأفراد لفظياً عن ذاتهم عندما يخبرون الآخرين عن أفكارهم، عواطفهم، نواياهم، مخاوفهم، أحلامهم، أهدافهم، إخفاقاتهم، نجاحاتهم، وما يحبّون، وما يكرهون، كما يفصح الأفراد عن ذاتهم بشكل غير لفظي بأشياء من مثل الوشم والمجوهرات والملابس، والتي غالباً ما تكشف عن معلومات شخصية أو مخفية عنهم (Dobkin & Pace, 2006).

ويؤدّي الإفصاح الوجداني عن الذات إلى علاقات اجتماعية وطيدة وزيادة في الثقة والتفاهم بين الطرفين، وبذلك يزداد شعور الفرد بنفسه وبالعلاقات الاجتماعية، ويمكن أن توصف هذه العلاقات بأنها طيبة أو سيئة بمقدار ما تنطوي عليه من ثقة

كشفت النتائج عن وجود ارتباط إيجابي بين جميع أبعاد الثقة في الأصدقاء بمختلف أبعاد الايثار، ووجود ارتباط إيجابي بين أبعاد الثقة في الأصدقاء وأبعاد الإفصاح عن الذات، وتبين أن مستوى الإفصاح عن الذات أفضل للذكور منه لدى الإناث في الموضوعات الشخصية، وأفضل لدى الإناث في الموضوعات الأسرية.

ولقد جاءت دراسة دبابي (Dababi, 2016) لمعرفة مستوى الإفصاح الوجداني لدى معلّمي المرحلة الابتدائية بمدينة ورقلة، وقد شملت عينة الدراسة (440) معلّمًا ومعلّمة، واستخدم مقياس الإفصاح الوجداني، حيث توصلت النتائج إلى أن هناك مستوى مرتفع للإفصاح الوجداني لدى معلّمي المرحلة الابتدائية.

بينما جاءت دراسة بياسوتي وكونسينا (& Biasutti, 2018) لتوضيح تأثير الأبعاد الشخصية والاجتماعية والمعرفية على الإفصاح الوجداني للمعلّمين في لندن، وبلغت عينة الدراسة (160) معلّمًا ومعلّمة، واستخدم مقياسي أبعاد الشخصية والإفصاح الوجداني وأظهرت النتائج أن هناك قدرة تنبؤية لأبعاد الشخصية بالإفصاح الوجداني.

وهدفت دراسة إبراهيم (2019) إلى التحري عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين الإفصاح عن الذات ومناصرة الذات لدى الطلاب العاملين بالمرحلة الإعدادية، وتكوّنت عينة الدراسة من (50) طالب عامل من الطلاب المقيدين بالمرحلة الإعدادية بمحافظة بني سويف، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس الإفصاح عن الذات ومناصرة الذات للطلاب العاملين بالمرحلة الإعدادية (من إعداد الباحثة)، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية دالة موجبة بين الإفصاح عن الذات ومناصرة الذات لدى أفراد عينة الدراسة، في حين وُجد أن الإفصاح عن الذات يسهم بشكلٍ مقبول في التنبؤ بمناصرة الذات لديهم.

وتناولت دراسة بارزقار وآخرون (Barzegar, et al, 2019) التعرف على تأثير الإفصاح الوجداني على الانفعالات السلبية والاكتئاب والقلق والتوتر لدى معلّمين من مرضى القلب في مستشفى أمير كوردكوي، وتكوّنت العينة من (100) معلّم مريض في القلب، وتم استخدام استبانة الإفصاح الوجداني، مقياس الانفعالات، وأسفرت النتائج إلى أن الإفصاح الوجداني يقلل من الاكتئاب والقلق والتوتر لدى المعلّمين مرضى القلب بعد عملية جراحة القلب المفتوح.

وتناولت دراسة الفوزان وعبد المعطي (2020) الكشف عن جودة الحياة الزوجية وعلاقتها بالإفصاح عن الذات لدى المتزوجين في مدينة الرياض، تكوّنت عينة الدراسة من (902) من المتزوجين، أعدت الباحثة مقياس جودة الحياة واستخدمت مقياس الإفصاح عن الذات لدى المتزوجين من إعداد رمضان

ويحتاج الفرد حتى يمارس التدوّن النفسي لتذكّر أربع أشياء وهي: (Kleffner, 2016) إعطاء الشكر: وهو الشيء الذي يقدمه الفرد نحو الآخرين بما يعمّق مفهوم الامتنان والشكر، والتعجّب والدهشة: وهما انفعال أولي عندما تصل لحواستك خبرة الجمال في الأشياء المحيطة بالفرد، والتنعم: تنعم بالمسرات المادّية للخبرة التي يمرّ بها، والترف: البحث عن الشيء المحبّب أو المرغوب بغضّ النظر عن أهمية هذا الشيء، فتدوّن الحلوى أمر محبّب بغضّ النظر عن أضرارها أو فوائدها.

ومن استراتيجيات التدوّن: بناء الذكريات: وتتضمّن هذه الاستراتيجية أفكاراً حول أولئك الذين يوّد الفرد مشاركة اللحظة معهم، هذه الأفكار تدفع الناس عن قصد إلى تخزين الصور والتفاصيل تحسباً لإعادة البناء ومشاركة علاقات مهمّة في وقتٍ لاحق، وبالتالي فهم يساعدون على تحيّل هذا المستقبل الإيجابي ومشاعر الفرح، والمقارنة: أثناء إجراء المقارنات يقارن الأشخاص مشاعرهم بمشاعر الآخرين، أو مقارنة الموقف بموقفٍ آخر من الماضي أو المستقبل المتخيّل، ومشاركة الآخرين حيث تأتي هذه الاستراتيجية لزيادة القيمة المدركة للحدث ويخلق ردود فعل حماسية حول الأخبار السارة، وتهنئة الذات: وهذه الاستراتيجية تعني أن يُعبّر الفرد عن مدى فخره، وتبجيل ذاته، أو مدى إعجاب الآخرين به، وإحساء النعم: حيث تخلق شعورًا بالامتنان وترتبط بزيادة الشعور بالرفاهية النفسية، وبالتالي، تذكر التجربة الإيجابية والقدرة على إعادة إحياء مشاعر الفرح (Castanheira & Story, 2016).

ومن هنا يتبيّن من خلال استعراض الأدب النظري المرتبط بمتغيّرات الدراسة أن كلاً من الإفصاح الوجداني عن الذات الوجداني والتدوّن النفسي يُعدّان من المتغيّرات النفسية التي إن امتلكتها المتزوج حديثاً فقد تؤثر في بعضها وتسهم في نجاح حياة المتزوج حديثاً، ومن هنا جاءت الدراسة الحالية.

ثانياً: الدراسات السابقة

من خلال البحث الذي قامت به الباحثة فلم تجد أيّاً من الدراسات السابقة التي ربطت متغيّرات الدراسة معاً وفيما يلي أهم الدراسات السابقة ذات الصلة بالدراسة الحالية:

المحور الأول: الدراسات المتعلقة بالإفصاح الوجداني عن الذات

تناولت دراسة سيد وعبد الله وعبد المحسن (2004) استكشاف أهم أبعاد الثقة بين الأصدقاء وعلاقتها بالإيثار والإفصاح عن الذات، وتم تطبيق الدراسة على (406) مبحوثاً من الطلاب الذكور والإناث بجامعة القاهرة، تم إعداد مقياس جديد للإيثار وآخر للإفصاح عن الذات، وآخر لقوّة الصداقة، وتم الاستعانة بمقياس الثقة بالنفس الذي أعدّه فريج العنزي، وقد

وتناولت دراسة (Wilson, 2016) معرفة الدور الوسيط للمعتقدات التذوقية في العلاقة بين المرونة والذكاء العاطفي والصحة النفسية، وبلغ عدد أفراد عينة الدراسة (149) بالغاً، واستخدم الباحث مقياس المعتقدات التذوقية من إعداد (2003) Bryant وMeyers، ومقياس الذكاء العاطفي من إعداد (2002) Wong & Law وMeyers، ومقياس المرونة من إعداد (2016) Prince-Em- & Law، ومقياس الصحة النفسية من إعداد (1993) Ma-bury et al، وأظهرت الدراسة أن المعتقدات التذوقية لم تكن مؤشراً للتنبؤ في المرونة والذكاء العاطفي، والصحة النفسية.

وهدفت دراسة مصطفى (2020) لاختبار برنامج إرشادي إيجابي لتنمية استراتيجيات التدوُّق النفسي لدى عينة من طالبات الدراسات العليا، تكوَّنت عينة الدراسة من (24) طالباً وطالبة من طالبات الدراسات العليا بكلية التربية جامعة عين شمس، تم تقسيمهن إلى مجموعتين (مجموعة تجريبية مكوَّنة من 12 طالبة، ومجموعة ضابطة مكوَّنة من 12 طالبة، تم جمع البيانات باستخدام مقياس بريانت 2003 (ترجمة الباحثة) وأظهرت نتائج الدراسة فاعلية البرنامج الإرشادي، حيث أشارت النتائج لوجود فروق دالة بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، وكذلك فروق بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) لصالح المجموعة التجريبية، وقد تمَّت مناقشة نتائج الدراسة في ضوء فروض الدراسة والإطار النظري والدراسات السابقة.

كما هدفت دراسة المصري وأبو أسعد والنواجحة (2022) إلى التحقق من القدرة التنبؤية للمعتقدات التذوقية برأس المال النفسي، وتكوَّنت عينة الدراسة من (102) من طلبة جامعة الخليل المتزوجين حديثاً، وتحقيقاً لأهداف الدراسة استخدم الباحثون مقياس المعتقدات التذوقية من إعداد (2019) Kawakubo Bryant, Miyakawa & Oguchi مقياس رأس المال النفسي، وأظهرت نتائج الدراسة وجود مستوى مرتفع للمعتقدات التذوقية ورأس المال النفسي، ووجود علاقة ارتباطية إيجابية بين المعتقدات التذوقية ورأس المال النفسي، وقدرة تنبؤية للمعتقدات التذوقية برأس المال النفسي، وبيَّنت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المعتقدات التذوقية تبعاً لمتغيّر الجنس باستثناء بُعد تدوُّق اللحظة لصالح الإناث.

التعليق على الدراسات السابقة:

أولاً: أوجه الاتفاق والاختلاف مع الدراسات السابقة:

– تتفق الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في كون الحياة الزوجية من المتغيرات المهمة في حياة الإنسان التي هي في حاجة إلى الدراسة والتحليل، بهدف تعزيز جوانب نفسية لديهم.

(2012)، توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة بين جودة الحياة الزوجية وبين الإفصاح عن الذات لدى المتزوجين، ويسهم الإفصاح عن الذات في التنبؤ بجودة الحياة الزوجية لدى الزوجة بينما لا يسهم الإفصاح عن الذات في التنبؤ بجودة الحياة الزوجية لدى الزوج.

وأجرى كيم وبان ((Kim & Ban, 2021) دراسة هدفت إلى التعرف على التأثير الوسيط للإفصاح الوجداني بين الاكتئاب وجودة الحياة للمعلَّمت الحاضعات لعلاج العقم في نيويورك، وتضمَّنت عينة الدراسة (169) معلَّمة، وتم استخدام مقياس الإفصاح الوجداني، مقياس الاكتئاب، ومقياس جودة الحياة، توصلت النتائج إلى وجود علاقة سلبية بين الاكتئاب والإفصاح الوجداني وجودة الحياة، وللإفصاح الوجداني علاقة إيجابية مع جودة الحياة، كما تؤكد هذه النتائج على أن الإفصاح الوجداني له تأثيرات وسيطة بين الاكتئاب وجودة الحياة.

كما هدفت دراسة الدواش (2021) إلى التوصل لمدى حسن المطابقة للنموذج المقترح لعلاقات الإفصاح الوجداني المنخفض عن الذات بكل من الأليكسيثيميا والغضب الإكلينيكي والوحدة النفسية، وبلغت عينة البحث (370) طالبة منخفضة الإفصاح الوجداني عن الذات من طالبات جامعة الشرقية، واستخدم البحث مقياس (الإفصاح الوجداني عن الذات: تعريب الباحث وعصام عبد المجيد اللواتي (2021)، مقياس تورنتو للأليكسيثيميا: تعريب علاء الدين أحمد كفاي والباحث ومصطفى عبد المحسن الحديدي (2020)، مقياس الغضب الإكلينيكي: تعريب نبيل عيد الزهار والباحث (2010)، مقياس الوحدة النفسية: تعريب عبدالرشيد البحيري (1985)، وأتضح من نتائج البحث وجود مسارات إحصائية دالة فيما بين الإفصاح الوجداني المنخفض عن الذات بكل من الأليكسيثيميا والغضب الإكلينيكي والوحدة النفسية بمؤشرات حسن المطابقة في الحدود الإحصائية المقبولة، ثم تم تفسير النموذج في ضوء الأدبيات العلمية الخاصة بالدراسات ذات الصلة.

المحور الثاني: الدراسات المتعلقة بالتدوُّق النفسي

هدفت دراسة (Ford, Klibert, Taranti- 2016) وLamis & no)، للتعرف على علاقة التدوُّق والشفقة بالذات بالاكتئاب لدى عينة بلغ قوامها (133) من طلبة الجامعة، وأظهرت النتائج وجود علاقة عكسية بين الشفقة بالذات والاكتئاب، كما تبين أن التدوُّق النفسي الإيجابي الوحيد الذي يمكن من خلاله التنبؤ بالتغيرات في درجات الاكتئاب عبر الوقت، كما وُجد أن التدوُّق عامل مهم في خفض تأثير أحداث الحياة السلبية والاكتئاب.

ب- عينة الدراسة (الوصفية التنبؤية):

تم تطبيق الدراسة الحالية على عينة الدراسة بالطريقة المتاحة المتيسرة، حيث تم تطبيق الدراسة من خلال تطبيق المقاييس على جميع الطلبة المتزوجين من خلال طريقة كرة الثلج، وقد استجاب على الدراسة عينة من المتزوجين بلغوا (162) طالباً وطالبة متزوجين حديثاً.

أدوات الدراسة: تكوّنت أدوات الدراسة من المقاييس التالية:

أولاً: مقياس الإفصاح الوجداني عن الذات

تم تطوير مقياس الإفصاح الوجداني عن الذات من خلال الأدب النظري والدراسات السابقة وهي (السيد وعجاجة وعبد الرحمن، 2020؛ والنملة، 2016؛ وحسن، 2016)، وقد تكوّن المقياس من (42) فقرة وستة أبعاد، ويتم الإجابة على فقرات المقياس باختيار بديل من البدائل الخمسة التالية (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، إطلاقاً)، والأبعاد الستة هي:

البعد الأول: الإفصاح عن الاتجاهات وهي مهارة المتزوج في الحديث عن اتجاهاتهم ورأيهم فيما يدور حولهم، وعدد فقراته (7) فقرات.

البعد الثاني: الإفصاح عن الاهتمامات ويتضمّن حديث المتزوج عن اهتماماته ورغباته فيما يخصّه من أمورٍ شخصية، وعدد فقراته (7) فقرات.

البعد الثالث: الإفصاح عن الأمور الدراسية ويتضمّن الحديث عن حياته الدراسية بالجامعة، وعدد فقراته (7) فقرات.

البعد الرابع: الإفصاح عن الأمور الشخصية ويختص بالحديث عن حياته الخاصّة بالمواضيع التي يريدها، وعدد فقراته (7) فقرات.

البعد الخامس: الإفصاح عن المظهر البدني: ويتضمّن الحديث عن حياته الصحيّة والمظهر العام له، وعدد فقراته (7) فقرات.

البعد السادس: الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية: ويتضمّن الحديث عن حياته الاجتماعية وعلاقاته والحديث عن حياته الزوجية، وعدد فقراته (7) فقرات.

وللتحقّق من مناسبة المقياس للدراسة الحالية فقد تم إخضاعه لإجراءات الصدق والثبات على النحو التالي:

- تتفق الدراسة الحالية مع العديد من الدراسات السابقة التي استخدمت المنهج الارتباطي التحليلي التنبؤي، في حين تختلف مع الدراسات التي استخدمت المنهج شبه التجريبي.
- تختلف الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في المنهج التنبؤي للمتزوجين حديثاً في دراسته مع متغيرين حديثين معاً.

ثانياً: أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

- الاستفادة من المحتوى في الإطار النظري في الدراسات السابقة، إلى جانب الوقوف على الإحصائيات المعاصرة لمجتمع الدراسة.
- الاستفادة منها في صياغة الأهداف والتساؤلات في الدراسة الحالية.
- الاستفادة منها في اختيار المنهجية المناسبة.
- الاستفادة من نتائج وتوصيات الدراسات السابقة التي توضح كيفية المناقشة وإثرائها.

منهجية الدراسة وإجراءاتها:

منهج الدراسة:

اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الارتباطي تحليلي، حيث يتناسب مع أهداف الدراسة.

متغيرات الدراسة:

المتغير المستقل: الإفصاح الوجداني عن الذات

المتغير التابع: التذوق النفسي

مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من المتزوجين حديثاً من طلبة جامعة الحدود الشمالية في المملكة العربية السعودية والذين يقدر عددهم ب(381) طالبا وطالبة.

عينة الدراسة:

تم اختيار عيّنتين للدراسة:

أ- العينة الاستطلاعية:

تم تطبيق مقاييس الدراسة على (30) من المتزوجين حديثاً من الطلبة، من مجتمع الدراسة وخارج عينة الدراسة، بغرض التحقق من مناسبة الأدوات للاستخدام عن طريق حساب صدقها وثباتها بالطرق الإحصائية الملائمة.

أولاً: صدق المقياس

1- صدق المحكّمين

حيث تم عرض المقياس على نخبة من أعضاء هيئة التدريس في الجامعات في المملكة العربية السعودية، حيث قام (10) محكّمين بالأطلاع على المقياس، وتم اعتماد معيار اتفاق (80%) للإبقاء على الفقرة، وبعد إبداء جملة من التعليقات والملاحظات على بعض من الفقرات تم اعتماد (42) فقرة.

٢- صدق البناء الداخلي

تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من مقياس الإفصاح الوجداني عن الذات مع البعد والدرجة الكلية من خلال تطبيقه على عيّنة استطلاعية بلغت (30) متزوجاً من داخل مجتمع الدراسة وخارج العيّنة، وقد تبين أن قيم معاملات الارتباط بين الفقرات دالة عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha=0.05$)، والجدول (1) يبيّن النتائج :

جدول رقم (1): قيم معاملات ارتباط كل فقرة من فقرات مقياس الإفصاح الوجداني عن الذات مع البعد والدرجة الكلية

رقم الفقرة	الارتباط مع البعد	الارتباط مع الدرجة الكلية	رقم الفقرة	الارتباط مع البعد	الارتباط مع الدرجة الكلية	رقم الفقرة	الارتباط مع البعد	الارتباط مع الدرجة الكلية	
	الإفصاح عن الأمور الدراسية			الإفصاح عن الاهتمامات			الإفصاح عن الاتجاهات		
1	**0.56	*0.45	8	**0.64	**0.60	15	**0.54	**0.49	
2	*0.47	**0.51	9	**0.62	**0.57	16	**0.50	**0.51	
3	**0.52	**0.50	10	*0.47	*0.43	17	*0.40	*0.39	
4	**0.63	**0.58	11	**0.52	**0.50	18	*0.48	*0.45	
5	**0.66	**0.68	12	**0.59	**0.52	19	*0.42	*0.41	
6	**0.57	**0.52	13	**0.63	**0.60	20	**0.54	**0.58	
7	**0.50	*0.42	14	**0.64	**0.64	21	*0.40	*0.38	
	البعد مع الدرجة الكلية	**0.59	البعد مع الدرجة الكلية	**0.52	البعد مع الدرجة الكلية	**0.46			
	الإفصاح عن الأمور الشخصية			الإفصاح عن المظهر البدني			الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية		
22	**0.64	**0.54	29	**0.58	**0.52	36	*0.48	*0.41	
23	**0.65	**0.62	30	**0.59	**0.56	37	**0.64	**0.54	
24	**0.62	**0.59	31	**0.53	**0.50	38	**0.63	**0.52	
25	**0.54	**0.52	32	**0.69	**0.63	39	**0.60	**0.53	
26	*0.47	*0.44	33	**0.66	**0.63	40	**0.69	**0.62	
27	**0.59	*0.35	34	*0.47	*0.43	41	**0.71	**0.63	
28	**0.71	0.70	35	*0.48	*0.44	42	**0.69	**0.69	
	البعد مع الدرجة الكلية	**0.53	البعد مع الدرجة الكلية	**0.54	البعد مع الدرجة الكلية	**0.60			

يتبين من الجدول (1) وجود معاملات ارتباط مناسبة للفقرات مع الأبعاد الستة حيث تراوحت معاملات الارتباط ذات الدلالة الإحصائية بين (0.40-0.71) بين الفقرة والبعد، كما تراوحت معاملات الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية بين (-0.35-0.69)، كما جاءت معاملات الارتباط للأبعاد الستة دالة إحصائية وبلغت (0.59، 0.52، 0.46، 0.53، 0.54، 0.60) على التوالي، وهذا يدل على أن مقياس الإفصاح الوجداني عن الذات يمتلك صدق داخلي.

2- الثبات بطريقة الاتساق الداخلي من خلال معادلة كرونباخ ألفا

تم تطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (30) متزوجاً حديثاً، وأخضعت جميع للمقاييس للتحليل عن طريق استخدام معادلة كرونباخ ألفا لاستخراج معاملات الاتساق الداخلي، والجدول (2) يوضح النتائج:

جدول رقم (2): معاملات الثبات بطريقتي الإعادة للاختبار والاتساق الداخلي لمقياس الإفصاح الوجداني عن الذات

البُعد	عدد الفقرات	معامل الثبات بطريقة الإعادة	معامل الثبات بطريقة الاتساق الداخلي
الإفصاح عن الاتجاهات	7	**0.90	0.86
الإفصاح عن الاهتمامات	7	**0.82	0.74
الإفصاح عن الأمور الدراسية	7	**0.80	0.79
الإفصاح عن الأمور الشخصية	7	**0.83	0.79
الإفصاح عن المظهر البدني	7	**0.87	0.82
الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية	7	**0.86	0.84
الدرجة الكلية	42	**0.89	0.83

ثانياً: مقياس التذوق النفسي

تم تطوير مقياس الإفصاح التذوق النفسي من خلال الأدب النظري والدراسات السابقة وهي (الدمرداش وشند ومنصور، 2010؛ ومصطفى، 2020؛ المصري، 2022)، وقد تكون المقياس من (30) فقرة وثلاثة أبعاد، ويتم الإجابة على فقرات المقياس باختيار بديل من البدائل الخمسة التالية (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، إطلاقاً)، والأبعاد الثلاثة هي:

البُعد الأول: قدرة الفرد على الاستمتاع بالأحداث الإيجابية من خلال التوقع وهي مهارة المتزوج بالوصول إلى المتعة والسعادة بالأحداث الإيجابية من خلال توقعه باستمرار للجانب الإيجابي، وعدد فقراته (10) فقرات.

البُعد الثاني: تذوق الحاضر واللحظة الحالية أو الحاضر: ويتضمن استمتاع الفرد باللحظة الحالية وما يمر به في حياته من أحداث مهما كانت، وعدد فقراته (10) فقرات.

البُعد الثالث: التذوق النفسي من خلال استدعاء الأحداث الماضية: ويتضمن ربط الأحداث الماضية بسعادة وانسراح لدى المتزوج مهما كانت تلك الأحداث، وعدد فقراته (10) فقرات.

وللتحقق من مناسبة المقياس للدراسة الحالية فقد تم إخضاعه لإجراءات الصدق والثبات على النحو التالي:

1- الثبات بطريقة الإعادة: تم حساب الثبات بطريقة الإعادة من خلال تطبيقه على العينة الاستطلاعية (30) متزوجاً حديثاً، وتم اختيارهم بطريقة عشوائية، وكانوا خارج عينة الدراسة وداخل المجتمع، وإعادة تطبيقه بعد (16) يوماً، والجدول (2) يوضح النتائج.

يتبين من الجدول (2) وجود معاملات ثبات مناسبة بطريقتي الإعادة للاختبار وكرونباخ ألفا لمقياس الإفصاح الوجداني عن الذات، فقد بلغ معامل الارتباط بطريقة إعادة الاختبار للدرجة الكلية (0.89) ولأبعاد الستة تراوحت بين (0.80-0.90)، كما تبين أن الثبات بطريقة الاتساق الداخلي للدرجة الكلية بلغ (0.83) وتراوح للأبعاد بين (0.74-0.86)، وبناءً على الطرق التي تم من خلالها استخلاص دلالات صدق وثبات المقياس يتضح أن المقياس يتمتع بدلالات صدق وثبات مناسبة وملائمة للدراسة الحالية. ولذلك فقد استخدمت الباحثة هذا المقياس.

تصحيح المقياس وتفسيره:

تألف المقياس من (42) فقرة، ويتم الحكم على الدرجة من خلال المدى حيث أن المدى هو أكبر قيمة - أقل قيمة/ عدد الفقرات، $1.33 = 3/1-5$

- الدرجة بين 1-2.33 تدل على مستوى منخفض من امتلاك المتزوج لدرجة منخفضة من الإفصاح الوجداني عن الذات.
- الدرجة بين 2.34-3.67 تدل على مستوى متوسط من امتلاك المتزوج لدرجة متوسطة من الإفصاح الوجداني عن الذات.
- الدرجة بين 3.68-5 تدل على مستوى مرتفع من امتلاك الطالب لمستوى مرتفع من الإفصاح الوجداني عن الذات.

أولاً: صدق المقياس

1- صدق المحكِّمين

تم عرض المقياس على نخبة من أعضاء هيئة التدريس في الجامعات في المملكة العربية السعودية، حيث قام (10) محكِّمين بالأطلاع على المقياس، وتم اعتماد معيار اتفاق (8) للإبقاء على الفقرة، وإبداء جملة من التعليقات والملاحظات عليها، وتم تعديل صياغة (5) فقرات، وبقي عدد الفقرات (30) فقرة.

2- صدق البناء الداخلي

تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من مقياس التدوُّق النفسي مع البُعد والدرجة الكلية من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية بلغت (30) متزوجاً من داخل مجتمع الدراسة وخارج العينة، وقد تبين أن قيم معاملات الارتباط بين الفقرات دالة عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha=0.05$)، والجدول (3) يبين النتائج

جدول رقم (3): قيم معاملات الارتباط لكل فقرة من فقرات مقياس التدوُّق النفسي مع البُعد والدرجة الكلية

رقم الفقرة	الارتباط مع البُعد	الارتباط مع الدرجة الكلية	رقم الفقرة	الارتباط مع البُعد	الارتباط مع الدرجة الكلية	رقم الفقرة	الارتباط مع البُعد	الارتباط مع الدرجة الكلية
1	**0.66	**0.60	11	**0.58	**0.69	21	**0.69	**0.58
2	**0.69	**0.62	12	**0.69	**0.64	22	**0.63	**0.62
3	**0.78	**0.70	13	**0.71	**0.68	23	**0.58	**0.50
4	**0.80	**0.81	14	**0.78	**0.69	24	**0.81	**0.78
5	**0.81	**0.76	15	**0.72	**0.59	25	**0.82	**0.69
6	**0.68	**0.62	16	**0.73	**0.63	26	**0.83	**0.78
7	**0.62	**0.58	17	**0.68	**0.62	27	**0.58	**0.56
8	**0.58	**0.52	18	**0.66	**0.62	28	**0.69	**0.62
9	**0.53	**0.42	19	**0.62	**0.58	29	**0.63	**0.60
10	**0.50	**0.48	20	**0.69	**0.68	30	**0.59	*0.49
	البُعد مع الدرجة الكلية	**0.69	البُعد مع الدرجة الكلية	**0.61	البُعد مع الدرجة الكلية	**0.70		

وتم اختيارهم بطريقة عشوائية، وكانوا خارج عينة الدراسة وداخل المجتمع، وإعادة تطبيقه بعد (16) يوماً، والجدول (4) يوضح النتائج.

2- الثبات بطريقة الاتساق الداخلي من خلال معادلة كرونباخ ألفا

تم تطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (30) متزوجاً حديثاً، وأخضعت جميع المقاييس للتحليل عن طريق استخدام معادلة كرونباخ ألفا لاستخراج معاملات الاتساق الداخلي، والجدول (4) يوضح النتائج:

يتبين من الجدول (3) وجود معاملات ارتباط مناسبة للفقرات مع الأبعاد الثلاثة حيث تراوحت معاملات الارتباط ذات الدلالة الإحصائية بين (0.50-0.83) بين الفقرة والبُعد، كما تراوحت معاملات الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية بين (-0.42-0.78)، كما جاءت معاملات الارتباط للأبعاد الثلاثة دالة إحصائية وبلغت (0.61، 0.69، 0.70) على التوالي، وهذا يدل على أن مقياس التدوُّق النفسي يمتلك صدق داخلي.

ثانياً: ثبات المقياس:

1- الثبات بطريقة إعادة: تم حساب الثبات بطريقة إعادة من خلال تطبيقه على العينة الاستطلاعية (30) متزوجاً حديثاً،

جدول رقم (4): معاملات الثبات بطريقتي الإعادة للاختبار والاتساق الداخلي لمقياس التذوق النفسي

المعامل الثبات بطريقة الاتساق الداخلي	معامل الثبات بطريقة الإعادة	عدد الفقرات	البُعد
0.85	**0.91	10	قدرة الفرد على الاستمتاع بالأحداث الإيجابية من خلال التوقع
0.83	**0.89	10	تذوق الحاضر واللحظة الحالية
0.87	**0.92	10	التذوق النفسي من خلال استدعاء الأحداث الماضية
0.86	**0.91	42	الدرجة الكلية

1. تم القراءة في الأدب النظري والدراسات السابقة حول الإفصاح الوجداني عن الذات والتذوق النفسي والمتزوجين حديثاً.
2. تم تطوير مقياسي الإفصاح الوجداني عن الذات والتذوق النفسي.
3. تم التحقق من الخصائص السيكومترية من صدق وثبات للمقياسين.
4. تم تحديد عينة الدراسة من خلال تطبيق المقاييس على عينة الدراسة.
5. تم تطبيق الدراسة على الطلبة في جامعة الحدود الشمالية من المتزوجين حديثاً.
6. تم تحليل النتائج وتفسيرها ومناقشتها والخروج بالتوصيات المناسبة.

عرض النتائج ومناقشتها

عرض نتائج السؤال الأول ومناقشته: هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha=0.05)$ في الإفصاح الوجداني عن الذات والتذوق النفسي باختلاف الجنس؟

لفحص الفروق بين متوسطات الأداء على الدلالة الإحصائية في الإفصاح الوجداني عن الذات والتذوق النفسي تبعاً لمتغير الجنس، تم استخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة، والجدول (5) يوضح ذلك.

جدول رقم (5): نتائج اختبار (ت) لمتوسطات الإفصاح الوجداني عن الذات والتذوق النفسي تبعاً لمتغير الجنس.

المقياس	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة المتغير (ت)	مستوى الدلالة
الإفصاح الوجداني عن الذات	ذكور	67	3.53	0.43	160	-2.00	0.04
	إناث	95	3.67	0.44			
التذوق النفسي	ذكور	67	3.52	0.49	160	-1.37	0.17
	إناث	95	3.64	0.61			

لأفراد الأسرة والصدىقات عن التجربة التي يعيشنها في حياتهن وعن الزواج، بينما يتحفظ العديد من الشباب عن الحديث عن تلك التجربة، بينما يشعر كلاً من الذكور والإناث بأن التذوق النفسي متقارب بالإحساس بينهما فهما يعيشان تجربة جديدة وتذوقهم لتلك التجربة متقارب من حيث الأحاسيس والمشاعر والانفعالات.

عرض نتائج السؤال الثاني ومناقشته: هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(0.05=\alpha)$ بين الإفصاح الوجداني عن الذات والتذوق النفسي لدى المتزوجين حديثاً؟
للإجابة عن السؤال الحالي تم استخراج معامل ارتباط بيرسون للتعرف على العلاقة بين الإفصاح الوجداني عن الذات والتذوق النفسي لدى المتزوجين حديثاً، والجدول (6) يوضح النتائج:

جدول رقم (6): معامل ارتباط بيرسون بين الإفصاح الوجداني عن الذات والتذوق النفسي

مقياس الإفصاح الوجداني عن الذات	قدرة الفرد على الاستمتاع بالأحداث الإيجابية	تذوق والحظة الحالية	الحاضر التذوق النفسي من خلال استدعاء الأحداث الماضية النفسية	الدرجة الكلية للتذوق
الإفصاح عن الاتجاهات	**0.40	*0.16	**0.47	**0.38
الإفصاح عن الاهتمامات	*0.17	0.08	0.10	0.12
الإفصاح عن الأمور الدراسية	**0.28	*0.14	*0.19	*0.20
الإفصاح عن الأمور الشخصية	**0.36	**0.69	**0.36	**0.49
الإفصاح عن المظهر البدني	**0.44	**0.31	**0.36	**0.40
الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية	*0.18	0.09	0.07	0.13
الدرجة الكلية	**0.41	**0.42	**0.39	**0.43

يتبين من نتائج الجدول (6) وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائية عند مستوى الدلالة $(0.05 = \alpha)$ بين الإفصاح الوجداني عن الذات وبين التذوق النفسي حيث بلغ معامل الارتباط (0.43)، كما كان هناك ارتباط إيجابي بين الإفصاح عن الاتجاهات والإفصاح عن أمور الدراسة والإفصاح عن الأمور الشخصية والإفصاح عن المظهر البدني مع التذوق النفسي، بينما لم يكن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الإفصاح عن الاهتمامات والإفصاح عن العلاقات الاجتماعية مع التذوق النفسي.

عرض نتائج السؤال الثالث ومناقشته: ما درجة ما تسهم به أبعاد الإفصاح الوجداني عن الذات الوجداني لدى الطالب المتزوج في التذوق النفسي؟ للإجابة عن السؤال الحالي تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد باستخدام طريقة enter لمعرفة مدى إسهام الإفصاح الوجداني عن الذات في التذوق النفسي، ويوضح الجدولين (7، 8) التاليين نتائج هذا التحليل الإحصائي.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة سيد وعبد الله وعبد المحسن (2004) التي وجدت ارتباط بين أبعاد الإفصاح الوجداني عن الذات والثقة مع الأصدقاء، كما تتفق مع نتيجة دراسة إبراهيم (2019) والتي وجدت علاقة بين الإفصاح الوجداني عن الذات ومناصرة الذات. ويبدو أن كلاً من متغيري

المتغيرين من نتائج الجدول (6) وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائية عند مستوى الدلالة $(0.05 = \alpha)$ بين الإفصاح الوجداني عن الذات وبين التذوق النفسي حيث بلغ معامل الارتباط (0.43)، كما كان هناك ارتباط إيجابي بين الإفصاح عن الاتجاهات والإفصاح عن أمور الدراسة والإفصاح عن الأمور الشخصية والإفصاح عن المظهر البدني مع التذوق النفسي، بينما لم يكن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الإفصاح عن الاهتمامات والإفصاح عن العلاقات الاجتماعية مع التذوق النفسي.

من الاكتئاب والقلق، وتتفق مع نتيجة دراسة الفوزان وعبد المعطي (2020) التي وجدت أن الإفصاح الوجداني عن الذات يُسهم في التنبؤ بجودة الحياة الزوجية، وتتفق مع نتيجة دراسة (Kim., & Ban, 2021) التي وجدت أن الإفصاح الوجداني له تأثيرات وسيطة بين الاكتئاب وجودة الحياة، وتتفق مع نتيجة دراسة الدواش (2021) التي وجدت أن هناك مسارات إحصائية دالة فيما بين الإفصاح الوجداني المنخفض عن الذات بكلٍ من الأليكسيسثيميا والغضب الإكلينيكي، كما تتفق مع نتيجة دراسة (Ford, Klibert, Tarantino & La- 2016), التي وجدت أن التذوق النفسي يمكن من خلاله التنبؤ بالتغيرات في الاكتئاب، بينما تختلف مع نتيجة دراسة (Wilson, 2016) التي أظهرت أن المعتقدات التذوقية لا تتنبأ بالمرونة والذكاء العاطفي والصحة النفسية، وتتفق مع نتيجة دراسة المصري وأبو أسعد والنواجحة (2022) حول وجود قدرة تنبؤية للمعتقدات التذوقية برأس المال النفسي، وتُفسّر الباحثة النتيجة الحالية بأن المتزوجين حديثاً سيؤثر إفصاحهم عن ذاتهم بمجالات محدّدة وهي: الإفصاح عن الاتجاهات التي يحملونها في حياتهم، والإفصاح عن الأمور الشخصية الخاصّة بحياتهم، والإفصاح عن العلاقات الاجتماعية في تعاملهم مع الآخرين، سيؤثر إيجابياً في تحسّن وتنمية التذوق النفسي لديهم.

توصيات الدراسة:

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها، خلص البحث الحالي إلى تقديم بعض التوصيات:

- ضرورة العمل على مساعدة المتزوجين حديثاً من الطلبة الذكور على زيادة الإفصاح الوجداني عن الذات مقارنة مع الإناث.
- الاستفادة من طبيعة العلاقة الارتباطية بين بعض جوانب الإفصاح الوجداني عن الذات مع التذوق النفسي لدى المتزوجين حديثاً من خلال مساعدة المتزوجين على الإفصاح الوجداني عن الذاتي بما يؤثر إيجابياً في تذوقهم النفسي.
- تأكيد الأثر الإيجابي لكلٍ من الإفصاح عن الاتجاهات والإفصاح عن الأمور الشخصية والإفصاح عن العلاقات الاجتماعية في تحسّن وتنمية التذوق النفسي لدى المتزوجين حديثاً.
- تشجيع المتزوجين حديثاً على رفع مستوى الإفصاح الوجداني عن الذات والتذوق النفسي لديهم وتدريبهم من خلال برامج إرشادية. عبر تدريبهم على مجموعة من الدورات التدريبية المناسبة كالاهتمام بالإفصاح الوجداني عن الذات في أمور الاتجاهات، والاهتمامات، والأمور الشخصية، والمظهر البدني، والعلاقات الاجتماعية

أ - قيمة الثابت في المعادلة تساوي (0.75) وهذه القيمة دالة إحصائياً، وبالتالي يكون وجود هذا الثابت في معادلة التنبؤ أمر ضروري.

ب - يُلاحظ أن معامل الانحدار المعياري (0.26) وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى (0.05) وهو معامل الانحدار الخاص بالإفصاح عن الاتجاهات، وهذه النتيجة تُشير إلى أن الإفصاح عن الاتجاهات يصلح استخدامه في التنبؤ بالتذوق النفسي لدى المتزوجين.

ج - يُلاحظ أن معامل الانحدار المعياري (0.03) وهي قيمة غير دالة إحصائية عند مستوى (0.05) وهو معامل الانحدار الخاص بالإفصاح عن الاهتمامات، وهذه النتيجة تُشير إلى أن الإفصاح عن الاهتمامات لا يصلح استخدامه في التنبؤ بالتذوق النفسي لدى المتزوجين.

د - يُلاحظ أن معامل الانحدار المعياري (0.52) وهي قيمة غير دالة إحصائية عند مستوى (0.05) وهو معامل الانحدار الخاص بالإفصاح عن الأمور الدراسية، وهذه النتيجة تُشير إلى أن الإفصاح عن الأمور الدراسية لا يصلح استخدامه في التنبؤ بالتذوق النفسي لدى المتزوجين.

هـ - يُلاحظ أن معامل الانحدار المعياري (0.64) وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى (0.05) وهو معامل الانحدار الخاص بالإفصاح عن الأمور الشخصية، وهذه النتيجة تُشير إلى أن الإفصاح عن الأمور الشخصية يصلح استخدامها في التنبؤ بالتذوق النفسي لدى المتزوجين.

و - يُلاحظ أن معامل الانحدار المعياري (0.07) وهي قيمة غير دالة إحصائية عند مستوى (0.05) وهو معامل الانحدار الخاص بالإفصاح عن المظهر البدني، وهذه النتيجة تُشير إلى أن الإفصاح عن المظهر البدني لا يصلح استخدامه في التنبؤ بالتذوق النفسي لدى المتزوجين.

ز - يُلاحظ أن معامل الانحدار المعياري (0.44) وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى (0.05) وهو معامل الانحدار الخاص بالإفصاح عن العلاقات الاجتماعية، وهذه النتيجة تُشير إلى أن الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية يصلح استخدامها في التنبؤ بالتذوق النفسي لدى المتزوجين.

وتتفق نتائج السؤال الحالي مع نتائج دراسة بياسوتي وكونسينا (Biasutti & Concina, 2018) التي وجدت أن هناك قدرة تنبؤية لأبعاد الشخصية بالإفصاح الوجداني، كما تتفق مع نتيجة دراسة إبراهيم (2019) والتي وجدت قدرة تنبؤية للإفصاح عن الذات في مناصرة الذات، وتتفق مع نتيجة دراسة (Barze- gar, et al, 2019) التي وجدت أن الإفصاح الوجداني يقلل

المجلة العلمية لجمعية أسمىا التربية عن طريق الفن. 2. 13-28.

الدمرداش، مروة وشند، سميرة ومنصور، طلعت. (2010). مقياس الإحساس بالاستعادة للمرأة المصرية. مجلة الإرشاد النفسي. جامعة عين شمس. 27. 416-430.

الدواش، فؤاد. (2021). النموذج السببي للعلاقات المتبادلة بين الإفصاح الوجداني عن الذات وكل من الأليكسيثيميا والغضب الإكلينيكي والوحدة النفسية لدى طالبات جامعة الشرقية بسلطنة عمان. المجلة التربوية. جامعة سوهاج. 87. 465-520.

زيدان، علي. (2001). خدمة الفرد: نظريات وتطبيقات. جامعة حلوان. كلية الخدمة الاجتماعية. مركز توزيع الكتاب.

السليمي، إناس بنت أحمد علي. (2008). الدور الاقتصادي لرئة الأسرة العاملة بالسعودية وعلاقته بالتوافق الزوجي، رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية. جامعة أم القرى.

سيد، صفية وعبد الله، معتز وعبد المحسن، بدر. (2004). أبعاد الثقة بين الأصدقاء وعلاقتها بالإيثار والإفصاح عن الذات. مجلة دراسات عربية. رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية. (4)3. 219-225.

السيد، ولاء وعجاجة، صفاء وعبد الرحمن، محمد. (2020). الإفصاح عن الذات وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى المراهقين ضعاف السمع. المجلة العربية لعلوم الإعاقات والموهبة. المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب. 10. 1-34.

الشناق، عبد الحفيظ. (2001). ظاهرة جناح الأحداث في الأردن دراسة ذات طابع شمولي وصفية تجريبية. عمان: المركز العربي للخدمات الطلابية.

الصبان، عبير (2007). التوافق الزوجي في ضوء بعض سمات الشخصية لدى عينة من الزوجات السعوديات في مكة المكرمة. جامعة عين شمس. القاهرة

العبدلي، سميرة والحارثي، خديجة. (2016). إدارة التغيير في الأسرة السعودية وعلاقتها بالذكاء الوجداني لدى الزوجين. مجلة القراءة والمعرفة. جامعة عين شمس. 178. 163-187.

العبدلي، عائشة. (2007). كيف تكون الحياة الزوجية سعيدة «عالم من زجاج». الرياض: مكتبة العبيكان.

- الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية في إجراء دراسات أخرى مرتبطة بمتغيري الإفصاح الوجداني عن الذات والتذوق النفسي وربطهما مع بعض المتغيرات الحديثة كالشفقة بالذات والفئات الأخرى.

المراجع:

أولاً- المراجع العربية

إبراهيم، جيهان. (2019). الإفصاح عن الذات كمنبى مناصرة الذات لدى عينة من الطلاب العاملين بالمرحلة الإعدادية. مجلة البحث العلمي في التربية. 20(5). 30-1.

أبو سريع، أسامة. (1993). الصداقة من منظور علم النفس. مجلة عالم المعرفة. الكويت: عدد نوفمبر (179).

أحمد، طلال. (2020). عوامل الضعف في التوافق وتحمل المسؤولية لدى الشباب المتزوجين حديثاً من وجهة نظر الوالدين. مجلة كلية التربية. جامعة كفر الشيخ. (3)20. 149-188.

بخاري، مجدي. (2021). التنظيم الانفعالي وعلاقته بأنماط التعلق بالشريك لدى المتزوجين حديثاً. المجلة التربوية. جامعة سوهاج. 88. 951-991.

بكار، عبد الكريم (2011). الحياة الأسرية. القاهرة: دار السلام
بن التومي، أميرة ومهيوب، سميحة. (2019). التوافق الزوجي لدى الأساتذة الجامعيين وعلاقته ببعض المتغيرات. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة محمد بوضياف بالمسيلة. الجزائر.

جيريل، ثريا. (2004). الممارسة العامة المتقدمة للخدمة الاجتماعية في مجال الأسرة والطفولة. مركز نشر وتوزيع الكتاب الجامعي. جامعة حلوان.

جلي، هدى. (1410). منح الإسلام في رفع الإضرار عن الزوجة. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية الشريعة والدراسات الإسلامية. جامعة أم القرى.

حسن، مروة. (2016). الإفصاح عن الذات وعلاقته بالمرونة النفسية والأمن النفسي لدى طلاب كلية التربية. مجلة كلية التربية. جامعة كفر الشيخ. 16 (5). 392-305.

حسن، مصطفى وفراج، عفاف. (2015). تفسير عملية التذوق في ضوء نظرية «هيوم Hume» دراسة نقدية.

Arabic references:

- Abu Saree, O. (1993). Friendship from the perspective of psychology, (in Arabic) *Knowledge World magazine*. Kuwait: November issue (179).
- Ahmed, T. (2020). Factors of weakness in compatibility and responsibility among newly married young men from the parents' point of view. (in Arabic) *Journal of the Faculty of Education, Kafr El-Sheikh University*, 20 (3), 149-188.
- Al-Abdali, A. (2007). *How to be a happy married life*, "A World of Glass", (in Arabic) Riyadh: Obeikan Bookshop.
- Al-Abdali, Samira and Al-Harthy, Khadija (2016). Management of change in the Saudi family and its relationship to the emotional intelligence of the spouses. (in Arabic) *Reading and Knowledge Journal, Ain Shams University*, 178, 163-187.
- Al-Awaid, M. (1428 AH). Family problems that end in divorce, (in Arabic) *Riyadh, Family Journal*, 172 (15), 56-57.
- Al-Dawash, F. (2021). The causal model of the interrelationships between emotional self-disclosure, alexithymia, clinical anger, and psychological loneliness among female students at Al-Sharqiyah University in the Sultanate of Oman. (in Arabic) *Educational Journal, Sohag University*, 87, 465-520.
- Al-Demerdash, M., & Mansour, T. (2010). A measure of happiness for Egyptian women. (in Arabic) *Journal of Psychological Counseling, Ain Shams University*, 27, 416-430.
- Al-Fawzan, R., & Abdel-Moati, A. (2020). The quality of marital life and its relationship to self-disclosure among married couples in the city of Riyadh. (in Arabic) *Journal*
- عمر، ماهر محمود. (2000). سيكولوجية العلاقات الاجتماعية، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- العويد، محمد رشيد. (1428). مشكلات أسرية تنتهي بالطلاق. الرياض. دورية الأسرة. 172 (15). 56-57.
- الفوزان، رحاب وعبد المعطي، السعيد. (2020). جودة الحياة الزوجية وعلاقتها بالإفصاح عن الذات لدى المتزوجين في مدينة الرياض. مجلة كلية التربية. جامعة طنطا. 468-509. (2)78.
- قبوري، عفاف. (2019). إدارة الخلاف في ضوء المشكلات الأسرية. مجلة القراءة والمعرفة، جامعة عين شمس. 215. 172-133.
- كفافي، علاء الدين. (2003). مهارات الاتصال والتفاعل في عمليتي التعليم والتعلم. عمان: دار الفكر.
- كفافي، علاء الدين. (2010). الإرشاد الأسري. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- المصري، إبراهيم وأبو أسعد، أحمد والنواجحة، زهير. (2022). القدرة التنبؤية للمعتقدات التذوقية برأس المال النفسي لدى طلبة جامعة الخليل المتزوجين حديثاً. مجلة الأستاذ للعلوم الإنسانية والاجتماعية. جامعة بغداد. (1)61. 240-215.
- مصطفى، سارة. (2020). برنامج إرشادي إيجابي لتنمية استراتيجيات التذوق النفسي لدى عينة من طالبات الدراسات العليا. المحلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية. 30 (106). 189-135.
- معوض، مروة. (2016). الإفصاح عن الذات وعلاقته بالمرونة النفسية والأمن النفسي لدى طلاب كلية التربية. مجلة كلية التربية. جامعة كفر الشيخ. 16 (5). 392-305.
- النملة، عبد الرحمن. (2015). الإفصاح عن الذات. مجلة فكر. مركز العبيكان للأبحاث والنشر. 12. 29-28.
- النملة، عبد الرحمن. (2016). الإفصاح عن الذات، وعلاقته بكل من المساندة الاجتماعية ووجهة الضبط لدى طالبات وطالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. رسالة دكتوراه غير منشورة. كلية العلوم الاجتماعية. جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

- Journal of the Faculty of Education, Kafr El-Sheikh University, 16 (5), 305-392.*
- Mustafa, S. (2020). A positive counseling program to develop psychological appraisal strategies for a sample of postgraduate students. (in Arabic) *Egyptian Journal of Psychological Studies*, Egyptian Society for Psychological Studies, 30 (106), 135-189.
- Qabouri, A. (2019). Conflict management in light of family problems. (in Arabic) *Reading and Knowledge Journal, Ain Shams University, 215, 133-172.*
- Sayed, S., Abdullah, M., & Abdel Mohsen, B. (2004). Dimensions of trust between friends and its relationship to altruism and self-disclosure. (in Arabic) *Arab Studies Journal*, Egyptian Psychologists Association, 3(4), 225-219.
- The Ant, A. (2015). Self-disclosure, (in Arabic) *Fikr Magazine, Obeikan Center for Research and Publishing, 12, 28-29.*
- ثانياً- المراجع الإنجليزية
- Audet, C. (2011). Client perspectives of therapist self-disclosure: violating boundaries or removing barriers? *Counseling psychology quarterly, 24(2), 85-100.*
- Barzegar, Z., Sanagoo, A., Jouybari, L., Bahnam-pour, N., & Kavosi, A. (2019). *The Effect of Written Emotional Disclosure on Depression, Anxiety, and Stress of Patients after Open Heart Surgery*, Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience.
- Belz., L (2019). *A follow-up study on the contribution of interpersonal characteristics of two posttraumatic growth among suicide-loss survivors, psychological trauma: theory, researcher, practice, and policy, 11(8), 895-904,*
- of the Faculty of Education, Tanta University, 78 (2), 509-468.*
- Al-Masry, I., Abu-Assad, A., & Al-Nawajihah, Z. (2022). The predictive power of gustatory beliefs in psychological capital among newly married Hebron University students. (in Arabic) *Al-Ustad Journal of Humanities and Social Sciences*, University of Baghdad, 61 (1), 215-240.
- Al-Sayed, W., Ajaja, S., & Abd al-Rahman, M. (2020). Self-disclosure and its relationship to social anxiety among hearing impaired adolescents. (in Arabic) *The Arab Journal of Disability and Giftedness Sciences*, Arab Foundation for Education, Science and Arts, 10, 1-34.
- Bukhari, M. (2021). Emotional regulation and its relationship to patterns of attachment to the partner among newly married couples. (in Arabic) *Educational Journal, Sohag University, 88, 951-991.*
- Hassan, M. (2016). Self-disclosure and its relationship to psychological resilience and psychological security among students of the Faculty of Education, (in Arabic) *Journal of the Faculty of Education, Kafr El-Sheikh University, 16 (5), 305-392.*
- Hassan, M., & Farrag, A. (2015). Interpretation of the tasting process in the light of Hume's theory, a critical study. (in Arabic) *Scientific Journal of the Evening Education Association through Art, 2, 13-28.*
- Ibrahim, J. (2019). Self-disclosure as a predictor of self-advocacy among a sample of middle school students. (in Arabic) *Journal of Scientific Research in Education, 20(5), 1-30.*
- Moawad, M. (2016). Self-disclosure and its relationship to psychological resilience and psychological security among students of the Faculty of Education, (in Arabic)

- interaction: A social relations analysis. *Human communication research*, 23(3), 388-412 30
- Dobkin, B., & Pace, R. (2006). *Communication in a changing World*. New York, NY: McGraw Hill, Inc.
- Ford, J. Klibert, J. Tarantino, N., & Lamis, D. (2016). Savoring and Self-compassion as Protective Factors for Depression, *Stress and Health Journal*. Published online in Wiley Online Library (wileyonlinelibrary.com) DOI: 10.1002/smi.2687.
- Geiger, P., Morey, J., & Segerstrom, S. (2017). Beliefs about Savoring in Older Adulthood: Aging and Perceived Health Affect Temporal Components of Perceived Savoring Ability, *Psychology Faculty Publications*. 179, 1- 15, https://uknowledge.uky.edu/psychology_facpub/179
- Greene, K., Derlega, V., & Mathews, A. (2006). *Self-disclosure in personal relationships*. The Cambridge handbook of personal relationships, 409, 427
- Hoseiny, M. Mahmoodi, A. Maredpour, A. (2019). Survey Relationship of Psychological Capital with Marital Intimacy of Married Students the Mediating Role of Social Welfare, *Armaghane Danesh Journal*, 24 (3), 388-400.
- Jose, P., Lim, B., & Bryant, F. (2012). Does savoring increase happiness? A daily diary study, *The Journal of Positive Psychology: Dedicated to furthering research and promoting good practice*, 7(3), 176-187
- Kathleen, S., et. al, (2018). *COMM2" Speech Communication"* London Cengage Press.
- Kim, M., & Ban, M. (2021). *Medaling Effects of Emotional Self-Disclosure on the Relationship between Depression and Quali-*
- Biasutti, M., & Concina, E. (2018). *The effective music teacher: The influence of personal, social, and cognitive dimensions on music teacher self- efficacy*. Musicae Scientiae.
- Bryant, F. (2003). Savoring beliefs inventory (SBI). A scale for measuring beliefs about savoring, *Journal of mental health*, 12(2), 175-196.
- Bryant, F., & Veroff, J. (2007). *Savoring a new model of positive experience*. Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Bryant, F., Chadwick, E., & Kluwe, K. (2011). Understanding the processes that regulate positive emotional experience: Unsolved problems and future directions for theory and research on savoring. *International Journal of Wellbeing*, 1(1), 107-126. doi:10.5502/ijw.v1i1.18
- Castanheira, F., & Story, J. (2016). Making Good This Last Longer: The Role of Savoring On the Relationship between Hrmand Positive Employee Outcomes, *Human Resource Management*, 55 (6), 985–1000.
- Dababi, B. B. (2016). Level of self-esteem of teachers in the primary stage in Woreqla, University of Woreqla. *Journal of Psychological and Educational Sciences*, Algeria.
- Derlaga, J., & Berg, J. (2013). *Self –disclosure: Theory, research, and therapy*, New York.
- Derlaga, J., & Berg, J. (2013). *Self-Disclosure: Theory, Research, and Therapy*. New York: Springer.
- Dindia, K., & Allen, M. (1992). Sex-differences in Self-disclosure: Ameba-analysis. *Psychological bulletin*, 112, 106-124
- Dindia, K., Fitzpatrick, M., & Kenny, D. (1997). Self-disclosure in spouse and stranger

ty of Life of Women Undergoing In- Vitro Fertilization, Int. J. Environ. Res. Public Health.

Kleffner, T. (2016). *Savoring Positive Psychology*. MSW, LCSW. Handout created by www.stlcw.com

Lash, B. (2014). *I can't hear you but I'm going to tell you: perceptions of stigma and disclosure for individuals who are deaf or hard of hearing*, Doctor of Philosophy, the college of communication and information, at the university of Kentucky.

Levi, A., & Belz, Y, Elis, J. (2017). self-disclosure of Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, *Journal of Depression and Anxiety*, 6(3).

Otz, S. (2015). *The function of self-disclosure on social-network sites: Not only intimate, but also positive and entertaining self-disclosures increase the feeling of connection*. Computers in Human Behavior.

Ravichander, A., & Black, A. (2018). An Empirical Study of self-Disclosure in spoken Dialogue System, *Proceedings of the SIGDIAL Conference*, 12-14 July, Melbourne, Australia

Wilson, C., (2016). *The Relationship between Emotional Intelligence, Resiliency, and Mental Health in Older Adults: The Mediating Role of Savoring*. Electronic Thesis and Dissertation Repository. 3844. <https://ir.lib.uwo.ca/etd/3844>.



جامعة حائل
University of Ha'il



Journal of Human Sciences
At Hail University

Journal of Human Sciences

A Scientific Refereed Journal Published
by University of Ha'il



Sixth year, Issue 20
Volume 1, December 2023