Dirasat: Human and Social Sciences, Volume 53, No. 2, 2026, 8760

Deanship of Scientific Research

Marital Burnout and Emotion Regulation among Married Working Jordanian Women: A sociological study

Linda A.H. Tahat , ***Rula Odeh Alsawalqa****

Department of Sociology, Faculty of Arts, University of Jordan, Amman, Jordan

Received: 17/8/2024
Revised: 1/9/2024
Accepted: 18/9/2024
Published online: 1/9/2025

* *Corresponding author:*
rula_1984_a@yahoo.com

Citation: Tahat, L. A., & Alsawalqa, R. O. (2025). Marital Burnout and Emotion Regulation among Married Working Jordanian Women: A sociological study. *Dirasat: Human and Social Sciences*, *53*(2), 8760. https://doi.org/10.35516/Hum.2025.8760

© 2026 DSR Publishers/ The University of Jordan.

This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY-NC) license https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/

Abstract

Objectives: This study aims to explore the levels of marital burnout and emotion regulation among married working women in Amman, Jordan, and to reveal the relationship between marital burnout and emotion regulation, with some sociodemographic variables.

Methods: A social survey was conducted, using an accessible sample of (485) participants aged between 25–40 or more, with a marital relationship of 1 to 15 years or more.

Results: The results revealed moderate levels of marital burnout, except in the domain of "emotional exhaustion", which recorded high levels. The sampled women reported high levels of emotion regulation, demonstrating that the higher the emotion regulation level among them, the lower the level of marital burnout. Moreover, the levels of marital burnout and emotion regulation were not affected by the variables of marriage duration, husband's age, wife's age, educational level of either spouse, family's monthly income, or the number of children.

Conclusions: Emotion regulation is a crucial component of successful interpersonal relationships and plays an effective role in reducing marital burnout through cognitive reappraisal and expressive suppression. The results confirm that using the term "marital burnout" to describe the state of detachment and emotional frigidity between spouses, the extent of emotional safety of either spouse, and the individual emotional closure of the marital cycle, is more scientifically accurate in terms of understanding so-called emotional or silent divorce or emotional detachment.

Keywords: Marital Burnout, Emotion Regulation, MBI, Sociology of Emotions, Jordan.

الاحتراق الزواجي وتنظيم العواطف بين النساء الأردنيات العاملات المتزوجات: دراسة سوسيولوجية

ليندا عطاالله طاهات، رولا عوده السوالقة*

قسم علم الاجتماع، كلية الآداب، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن

ملخّص

الأهداف: هدفت هذه الدراسة التعرف إلى مستويات كل من الاحتراق الزواجي وتنظيم العواطف لدى النساء المتزوجات العاملات في العاصمة عمان- الأردن، والكشف عن العلاقة بين الاحتراق الزواجي وتنظيم العواطف. والتعرف إلى العلاقة بين الاحتراق.الزواجي وتنظيم العواطف وبعض المتغيرات السوسيوديموغرافية.

المنهجية: تم استخدام منهج المسح الاجتماعي، واختيار عينة ملائمة/ متيسرة من النساء المتزوجات العاملات، بلغ قوامها (485) امراءة متزوجة عاملة تراوحت أعمارهن بين 25-40 سنة فأكثر، ومدة العلاقة الزوجية تراوحت بين 1 إلى 15 سنة فأكثر.

النتائج: توصلت النتائج إلى أن النساء أبلغن عن مستويات متوسطة من الاحتراق الزواجي إلا في مجال " الإنهاك العاطفي" فقد أبلغن عن مستويات مرتفعة. كما أنهن أبلغن عن مستويات مرتفعة من قدرتهن على تنظيم العواطف. كما كشفت النتائج أنه كلما ارتفع مستوى تنظيم العواطف لدى النساء المتزوجات العاملات انخفض مستوى الاحترق الزواجي لديهن. علاوة على ذلك، لم تتأثر مستويات أبعاد الإحتراق الزواجي وتنظيم العواطف بمتغير مدة الزواج، وسن الزوج، وسن الزوجة، والمستوى التعليمي للزوجة، والمستوى التعليمي للزوج، والدخل الشهري للأسرة، وعدد الأطفال.

الخلاصة: إن تنظيم العواطف يشكل عنصرًا حاسمًا في العلاقات الشخصية الناجحة، ويلعب دورًا فعالًا في الحد من الإحتراق الزواجي من خلال إعادة التقييم المعرفي والقمع التعبيري. وتؤكد النتائج أن استخدام مصطلح "الإحتراق الزواجي" لوصف حالة الانفصال والبرودة العاطفية بين الزوجين، ومدى الأمان العاطفي للزوج/الزوجة، والإغلاق العاطفي الفردي لدورة الحياة الزوجية، هو أكثر دقة من الناحية العلمية لفهم ما يسمى بالطلاق العاطفي أو الصامت أو الانفصال العاطفي.

الكلمات الدالة: الاحتراق الزواجي، تنظيم العواطف، مقياس ماسلاش MBI، علم اجتماع العواطف، الأردن.

مقدمة

حمل العصر الحديث في طياته تغيرات علمية ومعرفية وتكنولوجية متنوعة في شتى مجالات الحياة أسهمت بصورة كبيرة في إعادة تشكيل البُنى والعلاقات الاجتماعية والتكوينات الطبقية وتطورها، مما أدى إلى زيادة تعقيد الحياة وظهور الكثير من المشكلات الاجتماعية والاضطرابات والتحديات التي باتت سمته الأساسية. وتنوعت استجابات الأفراد تجاهها تبعًا لتنوع واختلاف ادراكهم لها وكيفية التعامل معها؛ فمنهم من استسلم لها، ومنهم من تكيّف وقاوم ومنهم من هرب وتجنب. إلاّ أن سوء التكيف والتعامل يُشعر الفرد بالإنهاك، ومع استمرار الضغوط الاجتماعية وزيادة المطالب الشخصية والعاطفية، وفشل ومعاناة الفرد المستمرة في إنجازها يتحول الإنهاك إلى إحتراق عاطفي ونفسي يظهر في سلوكه وصحته الجسدية والنفسية؛ مما يمنعه من أداء أدواره الاجتماعية والمهنية والوظيفية على نحو طبيعي ومناسب (Thomas et al, 2014). إن الاحتراق حالة مزمنة من الإنهاك العاطفي والجسدي والعقلي تنتج عن الانشغال الطويل بالمواقف الاجتماعية والمهنية الضاغطة والمشحونة عاطفيًا، مصحوبة بتوقعات شخصية وأفكار مثالية تتعلق بالأداء الاجتماعي والمهني للفرد (Cropanzano et al, 2003 ؛Tracy, 2000).

أما الفئة الأكثر عرضة للاحتراق فهي الأشخاص الذين يشغلون أدوارًا عدة تتطلب وقتًا وجهدًا، ولها مطالب يجب تحقيقها لضمان سير الحياة على نحو سليم. ومن بين هؤلاء هم "الأزواج". إن الاتفاق الزواجي يعتمد على التعاون والانسجام والكفاءة في العلاقة، ففي ظل الضغوط الاجتماعية والنفسية والاقتصادية وعدم القدرة على التكيف أو التعامل مع القضايا الناشئة، يصبح الاتفاق عسيرًا بين الزوجين، وتضطرب العلاقة الزوجية نتيجة الاحتراق العاطفي (فقد التواصل العاطفي) الذي يؤثر على أحد الشركاء (الزوج/ أو الزوجة) أو كليهما، وهكذا قد يعيق أداء أدوارهم وواجباتهم ويقلل من رضا الزوج أو الزوجة أو كليهما عن حياتهم الاجتماعية والمهنية وعلاقتهم الزوجية على نحو عام، وبناء عليه يحدث احتراق العلاقة الزواجية. وقد تمتد آثاره السلبية لدى الأزواج إلى الأبناء. إن الاحتراق العاطفي من أسباب انهيار العلاقة الزوجية وعدم الرضا الزواجي، فعندما يدرك الزوجان أن لكل منهما حاجات عاطفية لم يتم إشباعها، فإن ذلك يؤدي إلى انخفاض الرضا الزواجي، وعدم الوعي بها يؤدي إلى الاحتراق الزواجي على المدى الطويل (Oscharoff, 2011). أو عندما يبذل الأزواج الكثير من الجهود للحفاظ على الاتفاق الزواجي والأمان العاطفي، وتكون جهودهم غير مجدية فقد يؤدي ذلك إلى "الاحتراق الزواجي" الذي قد يؤدي إلى الطلاق (Alsawalqa, 2019).

ويشير الاحتراق الزواجي إلى حالة الإنهاك العاطفي والاستنزاف الجسدي التي يعاني منها الزوجان بسبب الفشل في التعامل مع مشكلاتهما الجماعية والفردية مثل إرهاق العمل، وعدم الوفاء بمتطلبات علاقتهما الزوجية، خاصة المتطلبات العاطفية (Alsawalqa, 2019). فالزوجة العاملة تؤدي أدوارًا عدة داخل المنزل وخارجه (زوجة، أم، موظفة) مما يولد لديها إحساس عميق بضيق الوقت الناتج عن هذه الأدوار المتعددة، وهي أدوار متباينة في مطالبها تولد ضغوطًا نفسية وعاطفية لديها تتعلق بهذه الأدوار، مما ينتج عنه صراع الأدوار الذي قد يدفعها أحيانًا للشعور بالعجز عن الوفاء بجميع التزاماتها. وكلما زاد الشعور بضيق الوقت اللازم للوفاء بالتزاماتها، أو الوفاء بها بالشكل المطلوب زاد إحساسها بالضغوط النفسية والمعاناة من الإحباط والضيق والتوتر والإرهاق (آدم، 1982) ومعاناتها من الصراع القيمي، لا سيما المتزوجة المتعلمة (Alsawalqa, 2016)، وهكذا تصبح عرضة أكبر للإحتراق، خاصة حال عجزها عن مواجهة وحل الصعوبات والمشكلات الناجمة عن صراع الأدوار، وقد توصلت نتائج دراسة ويسترون وإريسكون (Wharton & Erickson, 1993) إلى أن الفشل في إدارة المشاعر التي تواجه الجهات الفاعلة في عملهم وأدوارهم العائلية يعيق الجهود المبذولة لتحديد مصادر الصراع بين هذه المجالات. وبالنسبة للنساء المتزوجات العاملات، فقد حددت دراسات العلاقات بين العمل والأسرة مجموعة متنوعة من متطلبات الأدوار (على سبيل المثال: التغيرات في تنظيم العمل، وطبيعة العمل)، التي قد تؤثر على اهتمامهن بعملهن وأولادهن وأزواجهن، وهكذا انخفاض مستوى رضاهن الزواجي (Williams,2007).

يرتبط احتراق العلاقة الزواجية بمستويات عالية من عدم القدرة على تنظيم العواطف، ويعد تنظيم وإدارة العواطف الناجحة من الجوانب الرئيسية للرفاهية الشخصية، كما يتنبأ تنظيم العواطف وإدراتها بالرضا الزواجي ويحد من احتراق العلاقة الزواجية (Bloch et al, 2014). كما يرتبط مستوى الإحتراق الزواجي في العلاقة الزوجية على نحو إيجابي مع ارتفاع عمر الزوج وسنوات الزواج، وعندما يعمل الزوجان في وظيفة بدوام كامل. ويلعب وجود الأطفال دورًا في زيادة العبء على الزوجين وإنهاكهما عاطفيًا، وهكذا تكون العلاقة الزواجية عرضة أكبر للاحتراق. ويزداد الاحتراق لدى الزوجة مع استمرارية خسارتها وارتفاع تكلفتها، مع الأخذ في الاعتبار أن الزوجة تتوقع علاقة زوجية دائمة، وهكذا تستبعد الطلاق والانفصال وتحترق أكثر في محاولة لتحمل أعباء تكلفة العلاقة الزوجية والأطفال. كما يتأثر احتراق العلاقة بعدد من العوامل أهمها: توقعات الزوجة وإدراكها لدور الزوج، وتوقع الزوجة أن الزوج يدرك توقعاتها وتتوقع منه أن يشاركها في إيجاد الحل والمكافآت وتكلفة العمل (Alsawalqa, 2019).

والجدير بالذكر، بعد الاطلاع على الدراسات التي تناولت موضوع الدراسة، تبين أنه لم يحظَ ميدان علم النفس الإجتماعي وعلم اجتماع العواطف -على حد علم الباحثين - بالاهتمام ودراسة موضوعاته في الوطن العربي والأردن، خاصة موضوع الإحتراق الزواجي، الذي تم الإشارة إليه أو دراسته تحت مصطلح " الطلاق العاطفي أو الإنفصال العاطفي" (الحجاج وحمد، 2022؛ النجداوي، 2018)، حيث لم يتم دراسته في سياق اصطلاحه العلمي "الإحتراق الزواجي" وأبعاده وآثاره التي ارتبطت بالقدرة على تنظيم العواطف واستراتجياته المستخدمة التي لها دور في ظاهرة الاحتراق، واستخدام

مقاييسه العلمية العالمية الموثوقة. علمًا أن مصطلح " الإحتراق الزواجي" هو الأدق والأصح من مصطلح " الطلاق العاطفي". كما أغفلت الكثير من الأبحاث في السياقات العربية دراسة ظاهرة الإحتراق والحالة النفسية والعاطفية والعلاقات الشخصية والزواجية، وارتباطها بمستويات تنظيم العواطف وإدارتها من منظور علم اجتماع العواطف. فغالبية الدراسات في السياق العربي ركزت على الكشف عن دور "الطلاق/ الإنفصال العاطفي أو الصامت" بين الأزواج وليس الإحتراق الزواجي، والكشف عن استراتيجيات التكيف الزواجي وإدارة الضغوطات الأسرية، ودراسة التنظيم الانفعالي المعرفي من منظور نفسي. ورغم تناول ميدان البحث العربي ظاهرة الطلاق العاطفي/ الصامت بغزارة، إلا أنه لم يطرح تنظير علم النفس الإجتماعي وعلم اجتماع العواطف في فهم ظاهرة الإحتراق الزواجي في السياق العربي، لا سيما في السياق الأردني، حيث أن غالبية الدراسات سعت إلى الكشف عن أسباب الطلاق العاطفي وآثاره الاقتصادية والنفسية والاجتماعية على المرأة والأسرة، ودراسة سمات المطلقات قبل الطلاق. ودراسة استراتيجيات العمل العاطفي (التمثيل السطحي والتمثيل العميق) لدى النساء العاملات بوصفها استراتيجيات لتنظيم العواطف في سياق العمل، والكشف عن آثاره السلبية والإيجابية (Al Ma'aitah & Alsawalqa, 2021)، دون الكشف عن استراتيجيات تنظيم العواطف خارج سياق العمل. أو دراسة صعوبات إدارة العواطف وعلاقتها بالذكاء العاطفي لدى النساء الأردنيات المطلقات، ودون ربطها باحتراق العلاقة الزواجية (عبد الحميد، 2023). أما البحث في ذات الموضوع في السياق الغربي، فغالبية الدراسات - على حد علم الباحثين - تناولت الإحتراق في ظل فهم استراتيجيات الضغوطات النفسية والإجتماعية والرضا الزواجي، أو في ظل اضطرابات نفسية للأفراد، أو للمتزوجين. لذا ستقدم هذه الدراسة إسهامًا جيدًا جديدًا من خلال الكشف عن العلاقة بين احتراق العلاقة الزواجية واستراتيجيات تنظيم العواطف بمقاييس صحيحة وموثوقة علميًا ومجربة في البيئة العربية والأردنية، وتتناسب مع سياق الحياة الاجتماعية والمهنية، ومراعية للتطور المفاهيمي لكل متغير في مجال علم النفس الاجتماعي وعلم اجتماع العواطف لفهم ظاهرة الاحتراق الزواجي بطريقة علمية صحيحة.

أولًا: مشكلة الدراسة وأسئلتها

تعد القدرة على تنظيم العواطف وإدارتها جزءًا مهمًا من الأداء التكيفي في المجتمع حيث تؤثر العاطفة على الإدراك والحكم والاستدلال والإبداع والعمليات المعرفية الأخرى للأفراد(Zheng, 2012)، حيث تشير عملية تنظيم العواطف وإدارتها إلى قدرة الفرد على إدارة التجربة العاطفية والاستجابة لها على نحو فعال، فقد يستخدم الأفراد دون وعي استراتيجيات لتنظيم عواطفهم للتعامل مع المواقف الصعبة للتكيف مع متطلبات بيئتهم وتخفيف المشاعر السلبية (Rolston & Lloyd-Richardson, 2023). عندما يواجه الأزواج أحداثًا عاطفية سلبية للغاية (مثل: الغضب الناجم عن الخلافات، وخيبات الأمل، والخيانات)، فإنهم غالبًا ما يقعون في نمط تفاعل بدائي موجه نحو البقاء فقط، ويحاولون مرارًا وتكرارًا تبرير سلوكهم، وقد يتضمن ذلك الانتقاد بطرق سلبية قاسية تجعلهم أكثر عرضة للإنهاك العاطفي والإحتراق. تعاني بعض الزوجات العاملات الأردنيات من الاحتراق العاطفي، وهن أكثر عرضة للمعاناة من الاحتراق الزواجي مقارنة بالزوجات اللاتي لا يعملن (Alsawalqa, 2019; 2017). يسمح تنظيم العواطف للأزواج بالهروب من الحالات السلبية وتجنبها أو التخفيف من حدتها/ مما يسمح بديمومة العلاقة الزوجية، ويساعد في تقليل الإثارة العاطفية السلبية الخاصة به والخاصة بشريكه (أي التنظيم المشترك)، وتبني سلوكات التواصل الفعالة لإصلاح الضرر، وحل الصراع الأساسي وتجنب الإنهاك العاطفي والاحتراق (Bloch et al, 2014). لذا تكمن مشكلة هذه الدراسة في الاجابة عن الأسئلة التالية:-

1) ما مستوى الاحتراق الزواجي لدى النساء المتزوجات العاملات في العاصمة عمان؟
2) ما مستوى تنظيم العواطف لدى النساء المتزوجات العاملات في العاصمة عمان؟
3) هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد الاحتراق الزواجي (الإنهاك العاطفي، وتبدد الشخصية، والانجاز الشخصي) وبُعدي تنظيم العواطف (إعادة التقييم المعرفي، والقمع التعبيري) لدى النساء المتزوجات العاملات في العاصمة عمان؟
4) هل توجد فروق دالة إحصائيًا عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) في مستويات الاحتراق الزواجي تُعزى لمتغيرات (مدة الزواج، سن الزوج، سن الزوجة، المستوى التعليمي للزوجة، المستوى التعليمي للزوج، الدخل الشهري للأسرة، عدد الأطفال)؟
5) هل توجد فروق دالة إحصائيًا عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) في مستويات تنظيم العواطف تعزى لمتغيرات (مدة الزواج، سن الزوج، سن الزوجة، المستوى التعليمي للزوجة، المستوى التعليمي للزوج، الدخل الشهري للأسرة، عدد الأطفال)؟

ثانيًا: أهمية الدراسة

أ. **الأهمية النظرية:** تكسب هذه الدراسة أهميتها في إلقاء الضوء على أهم المفاهيم في علم النفس الإجتماعي "الإحتراق الزواجي"، وأهم المفاهيم في علم اجتماع العواطف "تنظيم العواطف وإدارتها" التي لم تَنل الحظ الوافر من الدراسة في ميدان البحث في السياق الاجتماعي الأردني، لا سيما لدى النساء المتزوجات العاملات. اهتم علماء الاجتماع لفترة طويلة بردود أفعال الناس العاطفية لوظائفهم، نظرًا إلى الفائدة الاجتماعية التي يجنيها الفرد

من عواطفه، لذا أصبحت دراسة العواطف مجالًا ذو أهمية من مجالات علم الاجتماع يتناولها من ناحية فهم تنظيمها وتأثيرها على تنظيم الأفراد والمنظمات. إن العواطف وفق التحليل السوسيولوجي تُمثل رابطًا مفصليًا بين المجتمع والمجالات الأكثر شخصية في حياة الفرد، وتربط بين الجوانب العقلية والعضوية في وجوده، إذ يتفاعل الفرد في محيطه الاجتماعي متأثرًا بعواطفه، التي تنعكس وتُدار وتتأثر بالأوضاع الاجتماعية والثقافية والشخصية والمواقف الظرفية، وبناءًا على هذا التأثير تتشكل علاقاته الاجتماعية، وقد يَقمع الفرد بعض مشاعره لاظهار بعض العواطف المقبولة اجتماعيًا (Wharton, 2009: 16).

ب.الأهمية التطبيقية: تكسب هذه الدراسة أهميتها التطبيقية من خلال تطبيقها على عينة من النساء المتزوجات العاملات في مختلف المهن، إن العبء المزدوج الذي تتحمله المرأة المتزوجة العاملة الذي يشمل أدوارها الرتيبة داخل المنزل ودورها خارج المنزل (بيئة العمل) يجعلها عرضة أكثر للضغوط والإحتراق النفسي والعاطفي. كما ستفيد نتائج الدراسة الحالية في إثراء المعرفة العلمية المتعلقة بدراسة " الإحتراق الزواجي " وأبعاده في مجال علم النفس الإجتماعي و" تنظيم العواطف" في مجال علم اجتماع العواطف في الوطن العربي، كما تتضح أهمية الدراسة التطبيقية في النتائج التي توصلت إليها التي تهم الباحثين في ميدان العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية، ودراسات المرأة.

الإحتراق الزواجي: المفهوم والأبعاد والمراحل

إن ظاهرة الاحتراق من الظواهر الاجتماعية - النفسية التي تشير إلى حالة من الإستنزاف والإنهاك العاطفي والعقلي والجسدي، الناتج عن الإجهاد لفترات طويلة أو متكررة. على الرغم من أنه غالبًا ما يكون سببه مشاكل في العمل، إلا أنه يمكن أن يظهر أيضًا في مجالات أخرى من الحياة مثل الأبوة والأمومة أو الرعاية أو العلاقات الرومانسية أو العلاقة الزواجية نتيجة إستنزاف الطاقة أو الموارد أو القوة لتلبية الحاجات المختلفة (Maslach et al, 2001 ; Chen et al, 2022).

ووصفت عالمة النفس الإجتماعي الأمريكية كريستينا ماسلاش (Christina Maslach) الإحتراق بأنه استجابة مطولة للضغوط العاطفية والشخصية المزمنة في العمل. وتعمل آلية متلازمة الاحتراق عند ظهورها كحالة سيكوسوسيولوجية في موقف يسبب توترًا عاطفيًا قويًا، وضغطًا نفسيًا مزمنًا (عند وصول مرحلة الاحباط في توقعات الفرد)، مما يتسبب بإرباك التعريف الفوري للشخصية، وبدمج التأثيرات البيئية والاجتماعية في المشاركة الانفعالية، التي تقوم بدورها حدة الدفاعية لفعالية الشخصية على المستوى الخارجي (Komarevtseva, 2012). إن الفجوة بين حاجات الفرد واهتماماته الخاصة من جهة وبين الالتزامات التي يفرضها عليه العمل ومتطلبات الحياة الاجتماعية من جهة أخرى أنتجت ضغوطًا داخلية وخارجية أدت به إلى الإنهاك العاطفي الذي ينقلب مع المدى الطويل إلى الإحتراق (Erickson & Ritter, 2001).

استرشدت معظم الأبحاث التي تناولت الاحتراق بتصور ماسلاش وجاكسون (Maslach & Jakson, 1981) وماسلاش (Maslach, 1982) حول الأبعاد الأساسية للإحتراق وهي:- الإنهاك العاطفي، وتبدد الشخصية / التجرد من الخواص الشخصية، وتدني الانجاز الشخصي/ عدم الرضا عن الانجاز الشخصي. ووفقًا لهذه الأبعاد يتضح أن الاحتراق لا يحدث على نحو مفاجئ ولا نتيجة موقف ضاغط واحد، وإنما يحدث على مراحل عدة تتسم بالضغط والتوتر المستمر، والاحساس المتواصل بفشل تحقيق التوقعات الشخصية والاجتماعية. وهذه المراحل هي:- مرحلة الاستغراق والتدخل وأطلق عليها ايضًا مرحلة الحماس، ومرحلة الانفصال، ومرحلة الاحتراق أو مرحلة الأزمة والاحراج (Alsawalqa, 2017). ووَصَف التراث العلمي الاحتراق بأنه متلازمة ومرض، لذلك فالاحتراق كأي مرض يتسم بمجموعة من الأعراض والتغيرات الجسدية والنفسية، التي تُسهم في القدرة على تحديد أي مرحلة وصل إليها الفرد من مراحل الاحتراق، وهي أعراض سلبية ذات امتداد متدرج من البسيطة إلى المتوسطة إلى أعراض شديدة مزمنة، وتتطلب شدة الأعراض التدخل الاجتماعي والنفسي أو التدخل العلاجي الطبي (Alsawalqa, 2017).

لا يخلو الزواج من الصعوبات ولا يسلم من الضغوطات الخارجية، فقد يتعرض الأزواج لعوائق تحول بينهم وبين تحقيق حاجاتهم، مما يجعل توافقهم ليس بالأمر السهل بل عملية مضنية تحتاج إلى جهد كبير من الزوجين. وتم تناول الاختلال أو سوء التوافق الزواجي من منظور وبُعد أشمل ليوضح بصورة أدق سبب حدوثه، حيث تناولت دراسة كل من (Zanjani et al, 2015) و (Nikoubakht et al, 2011) والسوالقة (Alsawalqa, 2019) و (Pines et al, 2011) مفهوم الإنفصال/ البرود العاطفي، وسوء التوافق الزواجي وتناولت أسبابه (كالعقم وتوقعات الدور للأزواج ومعتقداتهما حول علاقة الزواج وتأثيرات مهنة الأزواج على العلاقة الزوجية) تحت مصطلح الاحتراق الزواجي الذي يشير إلى حالة من الألم والإرهاق الجسدي والإنهاك العاطفي نتيجة صدمة الأشخاص الذين توقعوا أن زواجهم سيعطي معنى لحياتهم إلا أنه باء بالفشل أو لم يكن بمستوى توقعاتهم، رغم الجهود التي قدموها في سبيل تحقيق توقعاتهم التي يصحبها ضغوطات الحياة الزوجية وواقع الحياة، وعلى المدى الطويل تتكرر حالات الاستياء واللوم الذاتي للشريك، وتزداد هذه المشكلة بمرور الوقت واشتداد الضغوط وعدم وجود الحلول المناسبة، فيصيب الشريك حالة من ثورة الاحتراق ويبقى مؤرقًا بفكرة أن شريكه هو السبب في فشل توقعه والتفكير باحتقاره أو مهاجمته لذلك، ومع تكرار المحاولة في التخلص من هذه الفكرة التي سيطرت عليه بالواقع أو الخيال ينتهي به الأمر إلى حالة من السخط والاستياء المفرط والاحباط المزمن موصوفة بالاحتراق، وعلى أثرها قد يلجأ أحد طرفي العلاقة

الزوجية إلى إنهاء العلاقة الزوجية، أو أن تتسم علاقتهما بالفتور والبرود العاطفي. كما يرتبط الإحتراق الزواجي أيضا بكيفية تواصل الأزواج وحل النزاعات ومهارات حل المشكلات. وكلما كان الزوجين على دراية أكثر في عواطفها وتنظيمها كلما كانت علاقتهم عرضة أقل للاحتراق وانحفاض توقعات الطلاق (Nejatian et al, 2021).

أشارت دراسة كل من دراسة السوالقة (Alsawalqa, 2016) وهيرموي وجيمس (Hiromi & James, 2006) أن لصراع وتغير الأدوار الاجتماعية للمرأة الناتج عن تبدل مفاهيم القيم تجاه دور المرأة في المجتمع وتطوره، حيث بينوا أن خروج المرأة للعمل أثر على دورها كزوجة وأم ومهنية وعلى شخصيتها ضعفا وقوة، كما بررت الدراسة أن خروج المرأة للعمل- الذي مبعثه الخوف من فقدان زوجها بسبب خلافات أو ضغوطات مالية أو لصعوبة تأمين المتطلبات الأساسية وللتخفيف مسؤولية الانفاق الملقاة على كاهل زوجها- يجعلها تستثمر ما تبقى لها من قدرات وطاقة، وتنفصل جزئيًا عن عائلتها مما يقلل من الرضا الزواجي ويؤثر سلبًا في شخصيتها، وتنقل متاعب العمل إلى الأسرة، فيصعب عليها التوفيق بين أدوارها (زوجة، أم، مهنية) وتضغط على نفسها لدرجة تؤدي بها إلى الإنهاك المودي بها إلى الاحتراق الذي يقف عائقًا أمام أداء أدوارها وأمام توافقها الزواجي. كما أكدت دراسة بينز وآخرون (Pines et al, 2011) أن ما يتعرض له الأزواج العاملون من احتراق وظيفي، بالاضافة إلى التوقعات الشخصية المحددة مسبقًا والمطالب العاطفية والمعاناة من الفشل في تلبية تلك التوقعات والمطالب يؤدي بهم إلى الاحتراق العاطفي الزواجي. ويرتبط الاحتراق العاطفي بعلاقة سلبية بالعلاقة الزوجية، ويعدُّ أحد الأسباب الأساسية المباشرة في مشاكل الطلاق والانفصال والبرود العاطفي، وسوء التوافق الزواجي وعدم الرضا الزواجي، والاحتراق الزواجي، الحرمان العاطفي والجنسي (للزوج/ الزوجة)، والإساءة الزوجية. أي أن الإحتراق الزواجي مؤشر على تجربة برودة المشاعر وانخفاض الانجاز الشخصي، وهو عملية تدريجية تمر بمراحل عدة (هي نفسها مراحل الاحتراق المذكورة سابقًا) يمكن أن تُنهي العلاقة الزوجية عندما يدرك الأزواج أن علاقتهم لم تعد ذات معنى بالنسبة لهم رغم الجهود التي يبذلونها، والتزامهم بوظائفهم قد يظهر المزيد من علامات الإحتراق الزواجي (Alsawalqa, 2019).

تنظيم العواطف وإدارتها: المفهوم والآثار

نالت العواطف أهمية كبيرة في الحياة الإجتماعية نظرًا إلى ارتباطها بمجالات عدة؛ علم الاجتماع ومجال علم النفس وعلم البيولوجيا، وتأثيراتها السلبية والإيجابية على الصحة النفسية والجسدية والعلاقات الاجتماعية. إن دراسة العواطف ليست بسيطة أبدًا، لأن العواطف هي جزء من عملية نشطة ويمكن أن تخضع لعمليات تحويل متعددة وغامضة تكون طوعية وغير طوعية أو واعية وغير واعية، ويرافقها إيماءات جسدية مرئية واضحة أو غير مرئية للمراقبين، وقد تكون مناسبة اجتماعيًا أو غير مناسبة، أو واجبًا اجتماعيًا (Trentacosta & Izard, 2024). ينظر للعواطف في المكونات الخمسة التالية: المعرفية والفسيولوجية العصبية والتحفيزية والتعبيرية والذاتية. والذات هي الكائن الحي الفردي؛ أي هي المرجع المركزي الذي تدور حوله العواطف، وعلم الاجتماع دمج العواطف في دراسته للواقع الاجتماعي، لأنه يسعى إلى تفسير الظواهر الاجتماعية، والعاطفة ظاهرة اجتماعية ضرورية لشرح أساسيات السلوك الاجتماعي (Bericat, 2016).

تبدأ عملية توليد العاطفة عندما يشير حدث خارجي أو داخلي للفرد إلى أن شيئًا مهمًا قد يكون على المحك، وعند الاهتمام بها وتقييمها بطرق معينة تؤدي هذه الإشارات العاطفية إلى مجموعة منسقة من ميول الاستجابة التي تتضمن أنظمة فسيولوجية تجريبية وسلوكية ومركزية ومحيطية. وبمجرد ظهور ميول الاستجابة العاطفية يمكن تعديلها بطرق مختلفة، وهكذا تشكيل استجابات الفرد التي يمكن ملاحظتها (Gross et al, 2006). هناك العديد من الطرق المختلفة لتصور العاطفة، وتتراوح بين مناهج العاطفة الأساسية لنهج التقييم إلى مناهج البناء النفسي إلى نهج البناء الاجتماعي (Gross, 2015).

ويحدد السياق الاجتماعي أسباب العواطف بمعنى واضح، فالظروف المختلفة تثير مشاعر مختلفة في الثقافات المختلفة، وتتأثر جميعها بالقيم الأخلاقية والمفاهيم التقييمية والمعايير الثقافية التي يتم تعلمها عبر التنشئة الاجتماعية (Trentacosta & Izard, 2024). فالعواطف هي اللاصق التي يربط الأفراد معًا وتولد التزامات على نطاق واسع للبُنى الاجتماعية والثقافية، وهي التي تجعل البُنى الاجتماعية ونظم الرموز الثقافية قابلة للإستمرار (Turner & Stets, 2005). وهكذا تكون المشاعر إنشاءات الاجتماعية. فأعضاء المجتمع يتعلمون من الآخرين "الملصقات اللغوية" التي تعدُّ عنصر مهم في منظور البناء الاجتماعي. والسلوكات التعبيرية والاستجابات اللاإرادية والمعاني المشتركة لكل عاطفة مرتبطة بأنواع مختلفة من العلاقات الاجتماعية. فالتجارب البشرية وتوظيف مجموعة واسعة من المشاعر التي تحركهم وتدفعهم للاستجابة لبعضهم البعض؛ كالغضب الذي قد يدفع الأفراد إلى العدوانية تجاه الآخرين في وضع ما. في حين أن السعادة تقود الناس إلى إقامة روابط مع الآخرين. وعليه، ، فإن المشاعر هي أيضا قوة دافعة تعمل على تنشيط استجاباتهم وتشكيل توجهاتهم، إذ لها صلة أساسية بين المستويين الميكرو والماكرو للواقع الاجتماعي)عبد الحميد، 2023؛ Turner & Stets, 2005)، لذا يدرس علم الاجتماع الأفراد في سياق تأثير البُنى الاجتماعية والثقافية على الإستثارة وتدفق العواطف لدى الأفراد. وبالرغم من أن العواطف تكاد تكون دائمًا مقيدة وموجهة من قبل السياقات الاجتماعية والثقافية، فإن طبيعة العاطفة وكثافتها لا تزال مدفوعة بالعمليات البيولوجية بمجرد تنشيطها، فهي ليست مقيدة بالكامل وتوجهها الأعراف الثقافية (Turner & Stets, 2005).

قد تخدم العواطف الأفراد على نحو جيد وتسهل نجاح حل المشكلات المعقدة، أو قد تقودهم إلى الضلال (Güss & Starker, 2023; Gross, 2015)، إذ يمكن للعواطف أن تفصل الأفراد عن بعضهم البعض وتدفعهم لهدم البُنى الإجتماعية وتحدي التقاليد الثقافية (Turner & Stets, 2005).

وفي أثناء تفسير الأفراد للظواهر الظرفية، فإن تفسيراتهم والعواطف المصاحبة لها غالبًا ما تنشط العمليات البيولوجية الكامنة. وقد لا يكون الناس قادرين على تصنيف مشاعرهم بدقة عندما يواجهون تغيرات فيزيولوجية في أجسامهم أو قد لا يكونوا متأكدين من الأحداث التي تنشط مشاعرهم، وهكذا يجب أن يلتزموا من خلال القواعد الثقافية للعواطف التي يجب أن يكشفها للآخرين، فقد يشغل الناس مناصب في الهياكل الاجتماعية ويلعبون أدوارهم مسترشدين بالمخطوطات الثقافية بسبب قدراتهم المعرفية على إدراك وتقييم الحالة (هيكلها وثقافتها) وأنفسهم (كأشياء) (Turner & Stets, 2005). وهذا الاسترشاد عملية عقلانية تدمج العواطف مع الإدراك المعرفي للذات والآخرين في السياق الاجتماعي والثقافي (عبد الحميد، 2023). إن التفكير العقلاني والحياة السعيدة يتطلبان القدرة على كبح جماح الدوافع العاطفية وإدارة عواطفهم، مما يسهم في تعديل السلوك التعبيري العاطفي على نحو فعال قدرة الأفراد على التكيف بمرونة مع المتطلبات الظرفية (Güss & Starker, 2023).

تم تعريف تنظيم العاطفة وإدارتها على أنها محاولات الفرد المتعمدة أو التلقائية للتأثير على المشاعر التي لديهم، ومتى يمتلكونها، وكيف يتم تجربة هذه المشاعر أو التعبير عنها بطرق يعتقد أنها ستزيد من فرصة أن تكون مفيدة وليست ضارة (Sheppes, 2015; Gross, 2015). يُشير منظور أن العواطف مبنية اجتماعيًا إلى تنظيم العواطف، أي قدرة الأفراد على إدارة عواطفهم الى تلك المتوقعة، والقدرة على إدارة الانطباع بتحويل عواطفهم وأفكارهم وفقًا للمتطلبات المتغيرة للموقف التفاعلي التي يفرضها السياق الاجتماعي والثقافي (عبدالحميد، 2023).

في البدايات، تم توظيف قدرة الفرد على إدارة وتنظيم عاطفته في سياق العمل، من خلال مفهوم العمل العاطفي الذي صاغته عالمة الاجتماع ارلي هوشليد في كتابها "القلب المدرب"عام 1983 لفهم الأسس الاجتماعية للعواطف والربط بين التفاعل الاجتماعي والعواطف، وعرفته "أنه إدارة المشاعر لخلق ملاحظة عامة وعرضها داخل البيئة الوظيفية، فهو سلعة تباع بثمن وله قيمة تبادلية، ومن خلاله يقمع الموظف مشاعره الحقيقية لإظهار عواطف مقبوله اجتماعيًا ومناسبة لأدواره التنظيمية". إن التوقعات للعديد من الأدوار الاجتماعية تتضمن ارشادات بخصوص المشاعر المناسبة في ظل ظروف معينة، والأدوار التي تتطلب درجات عالية من تنظيم العواطف وإدارتها هي الأدوار التي تتطلب الانتباه المستمر للعرض العاطفي. ورغم اختلاف الأدوار واختلاف نوع العرض العاطفي إلا أن هناك ثلاثة أنواع من معايير العرض شائعة التداول وهي: المشاعر أو العواطف التكاملية التي تربط المجموعات بعضها البعض كالحب والولاء، والمشاعر المتمايزة وتلك التي تسبب اختلافات جماعية، أما النوع الثالث هو الإخفاء العاطفي، حيث تعد قواعد العرض تلك مكونًا مهمًا لتوقعات الدور وهو ما أطلقت عليه هوشليد "قواعد الشعور" لتشير إلى "الحقوق والالتزامات" التي تحكم العروض العاطفية، ولفت الانتباه إلى وجود "قواعد حول ما هو الشعور المناسب أو غير المناسب لموقف اجتماعي معين" (عبدالحميد، 2023؛ Hochschild, 1983).

غالبًا ما ينظم الأفراد عواطفهم لتحقيق أهدافهم، والطريقة التي ننظم بها عواطفنا لها آثار مهمة على رفاهيتنا وعلاقاتنا الاجتماعية. وأهم هذه الأهداف هي الأهداف الإجتماعية كـ(تجنب الصراع، والحفاظ على المظاهر، وجعل الآخرين يشعرون بتحسن، والتأثير على الآخرين) وهي تعكس السعي لإنشاء علاقات اجتماعية إيجابية والحفاظ عليها، لذا ينظم الأفراد المشاعر السلبية في كثير من الأحيان أكثر من المشاعر الإيجابية، وتنظيم العاطفة التكيفية يتطلب تناوبًا مرنًا بين الاستراتيجيات وفقًا للأهداف الشخصية والمتطلبات السياقية (العوامل الظرفية)، وقد تكون الاستراتيجيات ايجابية أو لها اثار سلبية كالإحتراق، فتلك العوامل الظرفية كـ(السيطرة المتصورة على الموقف، والشدة العاطفية، والتكرار المتوقع لموقف مماثل) تؤثر على اختيار استراتيجية تنظيم العاطفة، فتكون الاستراتيجيات أكثر تكيفًا أو فعالية من غيرها بالإعتماد على السياق (العوامل الظرفية) (Wilms et al, 2020).

يعد تنظيم وإدارة العاطفة الناجح شرطًا أساسيًا للأداء التكيفي، ويمنع حدوث الحالات العاطفية السلبية ويقلل أو يحد خطر الانخراط في أي شكل من أشكال السلوك المختل وظيفيًا. كما أن الاختلافات الفردية في الأشكال التكيفية على نحو عام لتنظيم العاطفة (مثل إعادة التقييم) لها فوائد تراكمية للأداء العاطفي والتدخلات الاجتماعية والرفاهية. في حين أن الاختلافات الفردية في الأشكال غير القادرة على التكيف على نحو عام لتنظيم العاطفة (مثل القمع التعبيري) لها تكاليف تراكمية للمجالات العاطفية والاجتماعية والرفاهية(Gross, 2015; Gross et al, 2006). وعندما تصبح استراتيجيات التنظيم للتغلب على العواطف السلبية والمواقف الضاغطة غير فعالة، أو لعدم ادراك الفرد لعواطفه والتمييز بينها وإدارتها، يحدث الإحتراق النفسي والعاطفي، ويعاني الفرد من اضطرابات وأمراض جسدية وعقلية مثل؛ الشعور بالتعب وفقدان الشهية المزمن، ومشاعر الفراغ وانعدام المعنى والاكتئاب وانخفاض احترام الذات والإحباط، لا سيما بين المتزوجين (Nejatian et al, 2021)، كما يرتبط ضغط العمل، والصراع بين العمل والمنزل بالاحتراق وزيادة مستوياته (Chen et al, 2022). ويمكن التنبؤ بالإحتراق الزواجي على أساس التمايز بين المعتقدات الذاتية والتواصلية مع دور الوساطة في التنظيم العاطفي لاسيما لدى النساء المتزوجات العاملات والمقدمات على الطلاق (Mahmoudpour et al, 2021). ومن ناحية أخرى، إن لإستراتيجيات تنظيم العاطفة من خلال إعادة التقييم المعرفي والقمع التعبيري دور في خفض الصراع الزواجي والاحتراق الزواجي، وتحسين نوعية الحياة الزوجية (Emadi et al, 2020)، كما تتنبأ بالرضا الزواجي الذي يعد غيابه أحد العوامل الفعالة في التنبؤ بالاحتراق الزواجي (Nejatian et al, 2021; Bloch et al, 2014).

منهجية الدراسة

أولًا: منهج الدراسة: طبقت هذه الدراسة منهج المسح الاجتماعي نظرًا إلى ملائمته أغراض الدراسة.

ثانيًا: مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من جميع النساء المتزوجات العاملات في العاصمة عمان/ الأردن. ووفقًا لدائرة الإحصاءات العامة الأردنية بلغ عدد النساء الأردنيات المتزوجات في العاصمة عمان عام 2022 (20.488).

ثالثًا: عينة الدراسة: تم اختيار عينة ملائمة/ متيسرة Convenience sampling من النساء المتزوجات العاملات في العاصمة عمان نظرًا إلى عدم توفر إطار واضح لأخذ العينة، ولصعوبة وصول الباحثين الى عينة الدراسة. تم جمع (500) استبيان بطريقتين: الأولى عبر استبيان الكتروني من خلال نماذج Google Form، وتوزيعه من خلال وسائل التواصل الاجتماعي (WhatsApp, Facebook)، والثانية عبر التوزيع اليدوي. وبعد إجراء الفرز الأولي للاستبانات والتحقق من تعبئة جميع الاستبانات وعدم وجود إهمال واضح في عملية التعبئة تم استبعاد (15) استبيان لعدم صلاحيتهم للاستخدام في عملية تحليل البيانات، وهكذا بلغ العدد النهائي لعينة الدراسة (485) امراءة عاملة متزوجة، والجدول (1) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة.

الجدول (1): الخصائص السوسيوديموغرافية للنساء الأردنيات العاملات المتزوجات "عينة الدراسة"

#	المتغير	الفئات	التكرار	%
1	مدة الزواج	أقل من سنة	25	%5.2
		من سنة إلى أقل من 5 سنوات	73	%15.1
		من 5 سنوات إلى أقل من 10 سنوات	107	%22.1
		من 10 سنوات إلى أقل من 15 سنة	128	%26.4
		15 سنة فأكثر	152	%31.3
2	سن الزوج	أقل من 35 سنة	11	%2.3
		من 35 سنة إلى أقل من 45 سنة	156	%32.2
		من 45 سنة إلى أقل من 50 سنة	194	%40
		50 سنة فأكبر	124	%25.6
3	سن الزوجة	أقل من 25 سنة	12	%2.5
		من 25 سنة إلى أقل من 30 سنة	169	%34.8
		من 30 سنة إلى أقل من 40 سنة	201	%41.4
		40 سنة فأكبر	103	%21.2
4	المستوى التعليمي للزوجة	ثانوي فأقل	29	%6
		دبلوم متوسط	119	%24.5
		بكالوريوس	272	%56.1
		دراسات عليا	65	%13.4
5	المستوى التعليمي للزوج	ثانوي فأقل	11	%2.3
		دبلوم متوسط	110	%22.7
		بكالوريوس	289	%59.6
		دراسات عليا	75	%15.5
6	الدخل الشهري للأسرة	أقل من 260 دينار	38	%7.8
		من 260 دينار إلى أقل من 500 دينار	166	%34.2
		من 500 دينار إلى أقل من 1000 دينار	202	%41.6
		1000 دينار فأكثر	79	%16.3
7	عدد الأطفال	لا يوجد	32	%6.6
		طفل واحد	85	%17.5
		طفلان	139	%28.7
		3 أطفال فأكثر	229	%47.2

رابعًا: أداة الدراسة: تكون استبيان الدراسة من ثلاثة أقسام هي:- الأول يتضمن الخصائص السوسيوديموغرافية لعينة الدراسة. والثاني الثاني تضمن الفقرات التي تقيس **الاحتراق الزواجي** بثلاثة أبعاد هي: (الإنهاك العاطفي، وتبدد الشخصية، والإنجاز الشخصي)، أما القسم الثالث فشمل الفقرات التي تقيس **تنظيم العواطف** ببعدين هما:- (إعادة التقييم المعرفي، والقمع التعبيري). تم إعداد استبيان الدراسة بالاعتماد على مقاييس عالمية شائعة الاستخدام، لا سيما في السياقات العربية، وعلى وجه الخصوص الأردن، وهي:-

أ- **مقياس ماسلاش للاحتراق (MBI: Maslach Burnout Inventory):** أداة تم تطويرها من قبل كريستينا ماسلاش وسوزان جاكسون (Maslach & Jackson, 1981) بهدف تقييم تجربة الفرد في الإحتراق، وتم التحقق من صحته من قبل منظمة الصحة العالمية (WHO)، ويتضمن (22) فقرة مقسمة إلى ثلاثة مقاييس فرعية لقياس (الإنهاك العاطفي، وتبدد الشخصية، والإنجاز الشخصي). ويتم قياس درجة استجابة المبحوثين من 7 نقاط (أبدًا "0"، عدة مرات في السنة أو أقل "1"، مرة واحدة في الشهر أو أقل "2"، عدة مرات في الشهر "3"، مرة واحدة في الأسبوع "4"، عدة مرات في الأسبوع"5"، كل يوم"6").

ب- **مقياس تنظيم العواطف:** تم تطويره من قبل جروس وجون (Gross & John, 2003) مكون من (10) فقرات لتقييم الفروق الفردية في الاستخدام المعتاد لاستراتيجيتين لتنظيم العاطفة هما: (1) إعادة التقييم المعرفي و(2) القمع التعبيري. يجيب المستجيبون على كل فقرة وفقًا لمقياس ليكرت السباعي التي تتدرج الإجابة عليها (لا أوافق بشدة "1"، لا أوافق "2"، لا أوافق نوعًا ما "3"، محايد"4"، أوافق نوعًا ما "5"، أوافق "6"، أوافق بشدة "7").

خامسًا: ثبات وصدق أداة الدراسة

تم اختبار ثبات أداة الدراسة (الاستبيان) باستخدام اختبار كرونباخ ألفا (*Cronbach Alpha*)، وتراوحت قيمته لجميع أبعاد الاستبيان (86%-92%). كما تم إجراء اختبار التوزيع الطبيعي للبيانات التي تم جمعها، حيث تم استخراج قيمة معامل الالتواء والتفرطح (*Skewness & Kurtosis*)، وتبين أن توزيع البيانات كان طبيعيًا حيث لم تقع قيم معامل الالتواء (*Skewness*) خارج نطاق (±1)، ولم تتجاوز قيمة معامل التفرطح (*Kurtosis*) (±1.96). ولاستخراج دلالات صدق البناء تمت دراسة معاملات التميز لفقرات أداة الدراسة من خلال احتساب معاملات ارتباط (*Pearson Correlation*) بين كل فقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه، وتبين أن معاملات ارتباط الفقرات مع المجال قد تراوحت بين (0.556-0.863)، ومع الدرجة الكلية قد تراوحت بين (0.455-0.800) وجميعها دالة إحصائيًا، مما يشير إلى درجة مناسبة من الصدق البنائي.

نتائج الدراسة

1) النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الأول، ونصّه: "ما مستوى الاحتراق الزواجي لدى النساء المتزوجات العاملات في العاصمة عمان"؟. تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات النساء نحو أبعاد مقياس (الاحتراق الزواجي). كانت الدرجات الكلية لأبعاد الاحتراق الزواجي متوسطة؛ بمتوسط حسابي (3.55) وانحراف معياري (0.640)، حيث جاءت درجات كل من بعدي تبدد الشخصية والإنجاز الشخصي متوسطه، في حين كانت درجات الإنهاك العاطفي مرتفعة؛ بمتوسط حسابي (3.96) وانحراف معياري (0.826).

2) النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني ونصه: "ما مستوى تنظيم العواطف لدى النساء المتزوجات العاملات في العاصمة عمان"؟. تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات النساء نحو بعّدي مقياس (تنظيم العواطف)، وكانت الدرجات الكلية لبعّدي تنظيم العواطف مرتفعة؛ بمتوسط حسابي (5.33) وانحراف معياري (0.920).

3) النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث ونصه: "هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد الاحتراق الزواجي (الإنهاك العاطفي، وتبدد الشخصية، والانجاز الشخصي) وبُعدي تنظيم العواطف (إعادة التقييم المعرفي، والقمع التعبيري) لدى النساء المتزوجات العاملات في العاصمة عمان؟". تم تحليل العلاقة الارتباطية بين أبعاد الاحتراق الزواجي وبعدي تنظيم العواطف عن طريق استخراج معامل الارتباط (*Pearson Correlation*)، التي أشارت نتائجه إلى وجود علاقة ارتباطية بين أبعاد الاحتراق الزواجي وبُعدي تنظيم العواطف وباتجاه عكسي وهي قيمة معنوية عند مستوى الدلالة (α=0.01). والجدول (2) يوضح ذلك.

الجدول (2): معاملات الارتباط بيرسون للعلاقة بين أبعاد الاحتراق الزواجي وبعّدي تنظيم العواطف

المقياس		إعادة التقييم المعرفي	القمع التعبيري	تنظيم العواطف
الإنهاك العاطفي	معامل الارتباط (*R*)	-0.343**	-0.305**	-0.350**
	Sig	0.000	0.000	0.000
تبدد الشخصية	معامل الارتباط (*R*)	-0.182**	-0.186**	-0.196**
	Sig	0.000	0.000	0.000
الانجاز الشخصي	معامل الارتباط (*R*)	-0.155**	-0.182**	-0.178**
	Sig	0.001	0.000	0.000
الاحتراق الزواجي	**معامل الارتباط (*R*)**	-0.306**	-0.300**	**-0.324****
	Sig	0.000	0.000	**0.000**
حجم العينة (*N*=485)				
**الارتباط دال إحصائيًاعند مستوى (0.01)				

4) **النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع ونصه: "هل توجد فروق دالة إحصائيًا عند مستوى (α≤0.05) في مستويات الاحتراق الزواجي تُعزى لمتغيرات (مدة الزواج، سن الزوج، سن الزوجة، المستوى التعليمي للزوجة، المستوى التعليمي للزوج، الدخل الشهري للأسرة، عدد الأطفال)"؟.**

أشارت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية إلى وجود فروق ظاهرية في الاحتراق الزواجي وأبعاده للنساء وفقًا لمتغيرات (مدة الزواج، سن الزوج، سن الزوجة، المستوى التعليمي للزوجة، المستوى التعليمي للزوج، الدخل الشهري للأسرة، عدد الأطفال)، ولمعرفة مستوى الدلالة الإحصائية للفروق في المتوسطات الحسابية لتقديرات العينة تم استخدام تحليل التباين المتعدد الذي بين عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في درجات الاحتراق الزواجي تبعًا لمتغيرات الدراسة وهي: مدة الزواج حيث كانت قيمة (F=2.114) وهي غير دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α=0.05). وسن الزوج حيث كانت قيمة (F=1.147) وهي غير دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α=0.05). وسن الزوجة حيث كانت قيمة (F=1.361) وهي غير دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α=0.05). والمستوى التعليمي للزوجة حيث كانت قيمة (F=0.714) وهي غير دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α=0.05). والمستوى التعليمي للزوج حيث كانت قيمة (F=0.201) وهي غير دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α=0.05). والدخل الشهري للأسرة حيث كانت قيمة (F=0.643) وهي غير دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α=0.05). وعدد الأطفال حيث كانت قيمة (F=0.658) وهي غير دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α=0.05). ولتعرُّف إذا كانت هنالك اختلافات معنوية لأبعاد الاحتراق الزواجي للنساء وفقًا لمتغيرات الدراسة، تم استخدام اختبار (*Wilks' Lambda*)، الذي بينت نتائجه أن قيمة (*Wilks' Lambda*) لجميع المتغيرات قريبة من (1) وهذا يعني أن درجة التباين ضعيفة بين أبعاد الاحتراق الزواجي للنساء وفقًا لمتغيرات الدراسة (انظر الجدول 3). وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية (α≤0.05) في جميع أبعاد الاحتراق الزوجي (الإنهاك العاطفي، وتبدد الشخصية، والانجاز الشخصي) وفقًا لمتغيرات الدراسة استنادًا لقيمة (*F*) لجميع الأبعاد وهي غير دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α=0.05) (انظر الجدول 4).

الجدول (3): نتائج اختبار (*Wilks' Lambda*) لتعرُّف على مقدار التباين بين المجموعات في ما يتعلق بأبعاد الإحتراق الزواجي

المتغيرات	*Wilks' Lambda*	قيمة "*F*"	مستوى الدلالة
	Value		
مدة الزواج	0.970	1.170	0.300
سن الزواج	0.988	0.597	0.800
سن الزوجة	0.985	0.790	0.625
المستوى التعليمي للزوجة	0.982	0.958	0.474
المستوى التعليمي للزوج	0.982	0.929	0.499
الدخل الشهري للأسرة	0.971	1.494	0.145
عدد الأطفال	0.976	1.242	0.265

الجدول (4): نتائج تحليل التباين المتعدد للكشف عن دلالة الفروق في أبعاد الاحتراق الزواجي تبعًا لمتغيرات (مدة الزواج، سن الزوج، سن الزوجة، المستوى التعليمي للزوجة، المستوى التعليمي للزوج، الدخل الشهري للأسرة، عدد الأطفال)

مصدر التباين	المجال	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "F"	مستوى الدلالة
مدة الزواج	الإنهاك العاطفي	2.710	4	0.677	0.998	0.408
	تبدد الشخصية	4.025	4	1.006	1.574	0.180
	الانجاز الشخصي	6.128	4	1.532	2.230	0.065
سن الزواج	الإنهاك العاطفي	0.929	3	0.310	0.456	0.713
	تبدد الشخصية	2.344	3	0.781	1.222	0.301
	الانجاز الشخصي	1.929	3	0.643	0.936	0.423
سن الزوجة	الإنهاك العاطفي	2.447	3	0.816	1.202	0.309
	تبدد الشخصية	0.514	3	0.171	0.268	0.848
	الانجاز الشخصي	2.907	3	0.969	1.410	0.239
المستوى التعليمي للزوجة	الإنهاك العاطفي	2.112	3	0.704	1.037	0.376
	تبدد الشخصية	2.490	3	0.830	1.299	0.274
	الانجاز الشخصي	0.817	3	0.272	0.397	0.756
المستوى التعليمي للزوج	الإنهاك العاطفي	0.689	3	0.230	0.338	0.798
	تبدد الشخصية	2.335	3	0.778	1.218	0.303
	الانجاز الشخصي	0.886	3	0.295	0.430	0.732
الدخل الشهري للأسرة	الإنهاك العاطفي	5.115	3	1.705	2.511	0.058
	تبدد الشخصية	1.196	3	0.399	0.624	0.600
	الانجاز الشخصي	0.443	3	0.148	0.215	0.886
عدد الأطفال	الإنهاك العاطفي	0.896	3	0.299	0.440	0.725
	تبدد الشخصية	0.799	3	0.266	0.416	0.741
	الانجاز الشخصي	4.473	3	1.491	2.170	0.091
الخطأ	الإنهاك العاطفي	313.683	462	0.679		
	تبدد الشخصية	295.286	462	0.639		
	الانجاز الشخصي	317.379	462	0.687		
الكلي	الإنهاك العاطفي	330.031	484			
	تبدد الشخصية	308.238	484			
	الانجاز الشخصي	333.961	484			

5) النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس ونصه: "هل توجد فروق دالة إحصائيًا عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) في مستويات تنظيم العواطف تعزى لمتغيرات (مدة الزواج، سن الزوج، سن الزوجة، المستوى التعليمي للزوجة، المستوى التعليمي للزوج، الدخل الشهري للأسرة، عدد الأطفال)؟.

أشارت نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية إلى وجود فروق ظاهرية في تنظيم العواطف للنساء وفقًا لمتغيرات الدراسة. ولمعرفة مستوى الدلالة الإحصائية للفروق في المتوسطات الحسابية لتقديرات العينة تم استخدام تحليل التباين المتعدد، الذي بينت نتائجه عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في درجات تنظيم العواطف تبعًا لمتغيرات الدراسة وهي: مدة الزواج حيث كانت قيمة (F=0.455) وهي غير دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α=0.05). وسن الزوج حيث كانت قيمة (F=0.428) وهي غير دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α=0.05). وسن الزوجة حيث كانت قيمة (F=0.260) وهي غير دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α=0.05). والمستوى التعليمي للزوجة حيث كانت قيمة (F=0.033) وهي غير دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α=0.05). والمستوى التعليمي للزوج حيث كانت قيمة (F=0.837) وهي غير دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α=0.05). والدخل الشهري للأسرة حيث كانت قيمة (F=2.080) وهي غير دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α=0.05). وعدد الأطفال حيث كانت قيمة (F=0.381) وهي غير دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α=0.05). كما تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات النساء على بُعدي تنظيم العواطف وفقًا لمتغيرات الدراسة، وأشارت

النتائج إلى وجود فروق ظاهرية في البُعدين، ولتعرُّف إذا كانت هنالك اختلافات معنوية لبُعدي تنظيم العواطف للنساء وفقًا لمتغيرات الدراسة، تم استخدام اختبار (*Wilks' Lambda*)، الذي بينت نتائجه أن قيمة (*Wilks' Lambda*) لجميع المتغيرات قريبة من (1) وهذا يعني أن درجة التباين ضعيفة بين تنظيم العواطف للنساء وفقًا لمتغيرات الدراسة (الجدول 5)، ولا يوجد اختلافات معنوية استنادا لقيمة (*F*) لجميع المتغيرات وهي غير دالة إحصائيًاعند مستوى الدلالة (α=0.05). لذا تم استخدام تحليل التباين المتعدد، الذي بينت نتائجه عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) في جميع أبعاد تنظيم العواطف تبعًا لمتغيرات الدراسة استنادا لقيمة (*F*) لجميع الأبعاد وهي غير دالة إحصائيًاعند مستوى الدلالة (α=0.05) (الجدول 6).

الجدول (5): نتائج اختبار(*Wilks' Lambda*) لتعرُّف على مقدار التباين بين المجموعات في ما يتعلق ببُعدي تنظيم العواطف

المتغيرات	*Wilks' Lambda*	قيمة "*F*"	مستوى الدلالة
	Value		
مدة الزواج	0.993	0.406	0.918
سن الزواج	0.993	0.574	0.751
سن الزوجة	0.995	0.422	0.865
المستوى التعليمي للزوجة	0.993	0.575	0.751
المستوى التعليمي للزوج	0.989	0.868	0.518
الدخل الشهري للأسرة	0.976	0.844	0.888
عدد الأطفال	0.998	0.192	0.979

الجدول (6): نتائج تحليل التباين المتعدد للكشف عن دلالة الفروق في بُعدي تنظيم العواطف تبعًا لمتغيرات (مدة الزواج، سن الزوج، سن الزوجة، المستوى التعليمي للزوجة، المستوى التعليمي للزوج، الدخل الشهري للأسرة، عدد الأطفال)

مصدر التباين	المجال	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "*F*"	مستوى الدلالة
مدة الزواج	إعادة التقييم المعرفي	2.141	4	0.535	0.566	0.687
	القمع التعبيري	1.090	4	0.272	0.273	0.895
سن الزواج	إعادة التقييم المعرفي	1.953	3	0.651	0.688	0.559
	القمع التعبيري	0.467	3	0.156	0.156	0.926
سن الزوجة	إعادة التقييم المعرفي	1.415	3	0.472	0.499	0.683
	القمع التعبيري	0.085	3	0.028	0.028	0.994
المستوى التعليمي للزوجة	إعادة التقييم المعرفي	0.512	3	0.171	0.180	0.910
	القمع التعبيري	0.464	3	0.155	0.155	0.926
المستوى التعليمي للزوج	إعادة التقييم المعرفي	2.267	3	0.756	0.799	0.495
	القمع التعبيري	2.721	3	0.907	0.909	0.436
الدخل الشهري للأسرة	إعادة التقييم المعرفي	6.831	3	2.277	2.408	0.066
	القمع التعبيري	4.455	3	1.485	1.489	0.217
عدد الأطفال	إعادة التقييم المعرفي	0.955	3	0.318	0.337	0.799
	القمع التعبيري	0.986	3	0.329	0.329	0.804
الخطأ	إعادة التقييم المعرفي	436.832	462	0.946		
	القمع التعبيري	460.826	462	0.997		
الكلي	إعادة التقييم المعرفي	456.915	484			
	القمع التعبيري	482.814	484			

مناقشة النتائج

توصلت نتائج الدراسة إلى أن النساء الأردنيات المتزوجات العاملات أبلغن عن مستويات متوسطة من الاحتراق الزواجي إلا في مجال " الإنهاك العاطفي" فقد أبلغن عن مستويات مرتفعة. كما أنهن أبلغن عن مستويات مرتفعة من قدرتهن على تنظيم العواطف. كما بينت النتائج أنه كلما ارتفع مستوى تنظيم العواطف لدى النساء انخفض مستوى الاحترق الزواجي لديهن. إن تنظيم المشاعر، الذي يُفهَم على أنه القدرة العاطفية على إصلاح الحالات العاطفية، هو مهارة مرتبطة ارتباطًا وثيقًا بالتكيف وزيادة العمر والانفتاح على التجارب الجدية وتراكم الخبرة لا سيما في أثناء الانخراط في العمل، كما يرتبط بالرفاهية والنجاح المالي والعلاقات الاجتماعية الوثيقة والأداء الوظيفي العالي. فالأشخاص القادرون على إدارة عواطفهم لديهم سيطرة أكبر على الحالة المزاجية، وتطبيق استراتيجيات تنظيم تكيفية تسمح لهم بالحفاظ على الحالة المزاجية الإيجابية وتعديل أو تنظيم الحالة المزاجية السلبية. ويُعتقد أن النساء قد يكن أكثر مهارة من الرجال في استراتيجيات تنظيم العواطف، حيث يستفدن من استراتيجيات إدارة العواطف الأكثر نجاحًا (Delhom et al, 2021).

يتم تصنيف الموظفين الذين يلتزمون بقواعد العرض في العمل على أنهم أكثر فعالية وأكثر رضا وأقل إنهاكًا واحتراقًا من الموظفين الذين يتباهون بهذه القواعد. وقد يُسهم تفاعل النساء المتزوجات في العمل مع الآخرين الذين يشتركون معهم في الخصائص الاجتماعية والثقافية مثل السن والحالة الزواجية والطبقة الاجتماعية، من بينهم أشخاص ناجحين ويمتلكون الذكاء الاجتماعي والعاطفي، مما قد يوفر لهن هذا التفاعل فرصًا لتعلم طرق فعالة لتنظيم العواطف من خلال النمذجة، مما يجعلهن قادرات على تنفيذها في المنزل والعمل. وقد يتعرض الأفراد السعداء ذوو العقلية الواسعة لمزيد من المعلومات الجديدة حول كيفية تنظيم المشاعر، كما أنهم يتقبلون هذه المعلومات بسهولة أكبر. وفي المقابل، قد تتحسن قدراتهم على تنظيم المشاعر. إن سمة الانفتاح على التجربة مرتبطة على نحو إيجابي بالقدرات العاطفية، مما يشير إلى أن التعرض لمواقف جديدة وقبول معلومات جديدة يسهل تطوير القدرة في مجال معين (Côté et al , 2010). إن الاستراتيجية الأكثر شيوعًا لتنظيم عواطف الفرد هي إعادة التقييم التي تنطوي على تغيير متعمد للطريقة التي يفكر بها المرء في معنى المنبه أو الموقف المثير للعاطفة. كان هناك اهتمام متزايد بالتمييز بين الأشكال الصريحة لتنظيم العاطفة (مثل إعادة التقييم) حيث يكون لدى المرء هدف نشط للتنظيم ويستخدم عمليات التحكم المجهدة للقيام بذلك، والأشكال الضمنية للتنظيم، حيث قد لا يكون هناك هدف واعٍ للتنظيم وقد تدعم العمليات التلقائية تغيير العاطفة (Martin & Ochsner, 2016). ويؤدي قمع السلوك التعبيري العاطفي من قبل أحد شركاء التفاعل إلى تدهور جودة العلاقة كما يتضح من قلة التفاهم والإعجاب، وهكذا قد يكون الأفراد الذين يمكنهم تنفيذ أفضل الاستراتيجيات لتنظيم التعبير عن المشاعر أقل سعادة وأقل نجاحًا من الآخرين، وعرضة للإنهاك العاطفي (Côté et al , 2010).

كما يمكن تفسير نتيجة الدراسة الحالية من خلال طبيعة المحفزات والحساسية العاطفية، حيث بينت نتائج الدراسات السابقة أن النساء أفضل على نحو خاص في تعرُّف المشاعر الدقيقة وأكثر حساسية للإشارات الدقيقة للتعبيرات العاطفية، مثل عندما تكون العاطفة أقل شدة أو نمطية. تنص فرضية الحساسية العاطفية على أن النساء أكثر حساسية للإشارات الدقيقة، مما يعني أنهن يدركن العاطفة المقصودة على أنها أكثر كثافة، ولكن فقط عندما تكون الإشارات دقيقة أو منخفضة الكثافة. قد لا يختلف الرجال والنساء في تعرُّف المشاعر الواضحة والنموذجية، ولكن النساء أكثر حساسية للتحسينات العاطفية، وهكذا يتمتعن بميزة فقط في إدراك تعبيرات عاطفية أقل كثافة أو أقل نموذجية؛ حيث قد يمتلكن قدرة التحديد الدقيق للمشاعر، وخاصة الحزن والمفاجأة، وسرعة اكتشاف الغضب والاشمئزاز. وغالبًا ما يحصلن النساء على درجات أعلى في اختبارات الذكاء العاطفي أو التعاطف من الرجال، وخاصة إذا تم قياسها من خلال التقارير الذاتية، مثل مخزون الحاصل العاطفي أو حاصل التعاطف أو مؤشر التفاعل الشخصي أو الوعي العاطفي. كما أنهن متفوقات في فك الشيفرات العاطفية، وعلى وجه الخصوص الشيفرات غير اللفظية، مقارنة بالرجال (Fischer et al, 2018).

ويمكن تفسير ارتفاع قدرة النساء العاملات الأردنيات على تنظيم عواطفهن من خلال مستويات الذكاء العاطفي، حيث كشفت نتائج دراسة عبد الحميد (2023) أن النساء الأردنيات، لا سيما العاملات، لديهن مستوى مرتفع من الذكاء العاطفي، وأنه كلما ارتفع مستوى الذكاء العاطفي للمرأة، تزداد قدرتها على إدارة عواطفها. يُسهم الذكاء العاطفي في خفض مستوى صعوبات إدارة العواطف وادارة الضغوط الأسرية والمهنية، لا سيما لدى النساء. ويلعب دورًا وسيطًا بين الرضا الزواجي وجودة الحياة (عبد الحميد، 2023، العتيبي وهريدي، 2023).

والجدير بالذكر، أن نتيجة الدراسة الحالية التي تؤكد على أن النساء الأردنيات المتزوجات العاملات يعانين من الاحتراق الزواجي الذي حد من ارتفاع مستوياته قدرتهن على تنظيم العواطف، قد يمكن تفسيرها نتيجة تعرضهن إلى الاساءة والعنف من قبل أزواجهن أو من قبل أرباب العمل وزملاء العمل أو العملاء. قد يعاني الأفراد الذين يتعرضون للإساءة والعنف في بيئة المنزل أو مكان العمل، لا سيما الجسدي واللفظي، من أعراض الإحتراق وعلى وجه الخصوص الإنهاك العاطفي وتبدد الشخصية، وقد يعانون من إنجاز مهني منخفض (Converso et al, 2021; Tsukamoto et al, 2022)، وفي نفس السياق، تعاني النساء الأردنيات العاملات المتزوجات من الإساءة الاقتصادية من قبل أزواجهن بطريقتين: (1) السيطرة على مواردهن الاقتصادية وإدارة قراراتهن المالية و(2) استغلال مواردهن الاقتصادية. كما أن الإساءة الاقتصادية متشابكة مع أشكال أخرى من الإساءة؛ حيث عانت النساء اللاتي واجهن إساءة اقتصادية من الإساءة العاطفية والنفسية، تلها الإساءة الجسدية والتحرش، كتكتيكات لتعزيز الإساءة الاقتصادية والحفاظ على السيطرة عليهن (Alsawalqa, 2021, 2020b). و على نحو عام تتعرض النساء الأردنيات، لا سيما المتزوجات، لشكل أو أكثر من أشكال العنف الأسري،

ويعد العنف الجسدي هو الشكل الأكثر انتشارًا للعنف الأسري، يليه الإساءة الاقتصادية والنفسية والعاطفية واللفظية والجنسية (Alrawashdeh et al, 2024). ويستخدمن اسراتيجات مقاومة مختلفة للحد من الإساءة والعنف أو انهاءه، ومن بينها المقاومة اليومية، والنشاطات الخفية لتحقيق مكاسب فورية وفعلية (Alsawalqa et al, 2022, Sa'deh et al, 2024).

ويمكن تفسير اختلاف نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج الدراسات الأخرى من خلال اختلاف طريقة قياس الاحتراق وتنظيم العواطف في الدراسات السابقة، حيث لم تقس غالبية الدراسات السابقة تنظيم العواطف من خلال بُعدي (إعادة التقييم المعرفي، والقمع التعبيري) على نحو منفصل، والآخر منها استند إلى أبعاد مختلفة لتنظيم العواطف مثل (تعزيز التأثير الإيجابي، وتقبل المنظور، والتهدئة، والنمذجة الاجتماعية) أو بُعدي (التمثيل السطحي، والتمثيل العميق) (المعايطة، 2020؛ عبد الحميد، 2023؛ Alsawalqa, 2020a; Hofmann et al, 2016). كما لعب اختلاف الخصائص السوسيوديموغرافية دورًا في اختلاف نتائج الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة في السياق الأردني، حيث حددت دراسة المعايطة (2020) ماهية قطاع ومهنة المرأة الأردنية العاملة، وذلك بقياسها مستوى الإنهاك العاطفي لدى الممرضات في المستشفيات الخاصة في العاصمة عمان، في حين تناولت دراسة عبد الحميد (2023) النساء الأردنيات المطلقات بصرف عن النظر عن الحالة العملية، بينما تناولت دراسة السوالقة (Alsawalqa, 2017) النساء الأردنيات المتزوجات العاملات ضمن عينة مشروطة الخصائص، أما أبعاد الاحتراق التي قاستها هي:- (أ) الإدراكي - الحسي، (ب) التأملي - التنظيمي، (ج) الإسقاطي، (د) الإنهاك، و(ه) الجسدي – العضوي، وهي أبعاد تختلف عن أبعاد الاحتراق التي تم قياسها في الدراسة الحالية. كما إن العديد من المقاييس المستخدمة في الدراسات التي تتناول العلاقة بين تنظيم العواطف والمعايير الأخرى لا تقيم القدرة الفعلية على تنفيذ استراتيجيات تنظيم العواطف (Côté et al , 2010). والجدير بالذكر، تختلف تقديرات انتشار الاحتراق على نحو كبير وفقًا لتعريف الاحتراق المطبق في البحث (Edú-Valsania et al, 2022).

كما توصلت نتائج الدراسة الحالية إلى أن مستويات أبعاد الإحتراق الزواجي وتنظيم العواطف لم تتأثر بمتغير مدة الزواج، وسن الزوج، وسن الزوجة، والمستوى التعليمي للزوجة، والمستوى التعليمي للزوج، وعدد الأطفال، والدخل الشهري للأسرة. وتختلف هذه النتيجة مع نتائج الدراسات السابقة وقد يعود ذلك لارتباط الاحتراق الزواجي بأبعاد تنظيم العواطف لدى النساء الأردنيات المتزوجات العاملات اللواتي أظهرن قدرة عالية من التنظيم سواء بوعي، أو بدون وعي. إن عمليات التنظيم التلقائي للعواطف (التي تسمى أيضًا ضمنية أو غير واعية) لا تتطلب الانتباه ولا القصد، وتحدث خارج الوعي، ومدفوعة بالمحفزات، أما عمليات التنظيم المتعمد للعواطف (التي تسمى أيضًا صريحة أو واعية أو خاضعة للسيطرة) فتتطلب موارد انتباهية، وهي إرادية وواعية ومدفوعة بهدف (Peña-Sarrionandia et al, 2015). بينت نتائج دراسة السوالقة (Alsawalqa, 2019) أن مستوى الاحتراق الزواجي، خاصة مجال الإنهاك العاطفي، لدى الأزواج الأردنيين يرتبط ارتباطًا إيجابيًا مع الزيادة في سن الزوج وسنوات الزواج. وأن إنجاب الأطفال وزيادة عددهم قد يؤدي إلى زيادة العبء على العلاقة مما قد يؤدي إلى إحتراق العلاقة الزواجية، وأنه قد يعزى ذلك إلى حقيقة أن الأطفال يضيفون إلهاءًا إضافيًا يمنع الأزواج من التركيز على بعضهم البعض، بالإضافة إلى احتمال أن يكون لدى الزوجين خلافات بشأن المسائل المتعلقة بكيفية تربية أطفالهما، مما قد يزيد من تفاقم احتراق العلاقة الزوجية. كما بينت نتائج دراسة السوالقة عدم وجود تأثير لسنوات الزواج على مجال تبدد الشخصية، إلا أن الإنجاز الشخصي وتبدد الشخصية تأثرا بطبيعة عمل الزوجين.

إن الأفراد المتزوجين الذين لديهم مستوى أعلى من التعليم يبلغون عن مستويات أعلى من الإحتراق من الموظفين الأقل تعليمًا. ومن الممكن أن يكون لدى الأشخاص الحاصلين على تعليم عال وظائف ذات مسؤوليات أكبر وضغوط أعلى، أو قد يكون لدى الأشخاص الأكثر تعليمًا توقعات أعلى لوظائفهم، وبالتالي قد يكونون أكثر حزنًا واحتراقًا إذا لم تتحقق هذه التوقعات (Maslach et al, 2001). وفي نفس السياق، كشفت عن نتائج دراسة نجتيان وأخرون (Nejatian et al, 2021) عن وجود علاقة بين الإحتراق الزواجي وكل من مستوى تعليم المرأة والزامية الزواج والرضا الزواجي ومدة الزواج ومستوى تعليم الزوج. بينما اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة إزينواجي وآخرون (Ezenwaji et al, 2019) التي أكدت على أن العوامل السوسيوديموغرافية (الجنس والسن وبيئة العمل وخبرة العمل) لم تتنبأ بالاحتراق بين النساء العاملات.

المصادر والمراجع

آدم، م. (1980). *صراع الدور لدى المراة العاملة: دراسة نفسية اجتماعية لتصور المراة العاملة لدورها الاجتماعي في ضوء بعض سمات الشخصية. أطروحة دكتوراة غير منشورة*، كلية البنات، جامعة عين شمس، مصر.

الحجاج، هـ، وحمد، آ. (2022). الطلاق العاطفي من وجهة نظر النساء المتزوجات الأردنيات في شرق محافظة عمان. *مجلة جامعة ابن رشد في هولندا*، 48، 225-261.

المعايطة، أ. (2020). *العمل العاطفي المأجور: الأبعاد والآثار: دراسة ميدانية على الممرضات في المستشفيات الخاصة عمان. رسالة ماجستير منشورة*، كلية

الآداب، الجامعة الأردنية، الأردن.

النجداوي، آ. (2018). الطلاق العاطفي في المجتمع الأردني: دراسة نوعية. *دراسات: العلوم الإنسانية والاجتماعية*، 45(4)، 43-58.

حسن، إ. (2017). *العمل العاطفي المأجور: دراسة ميدانية على المضيفات الجويات بمصر للطيران. رسالة ماجستير غير منشورة*، قسم علم الإجتماع، كلية الآداب، جامعة القاهرة.

عبد الحميد، م. (2023). *صعوبات إدارة العواطف والذكاء العاطفي بين النساء الأردنيات المطلقات. رسالة ماجستير غير منشورة*، كلية الآداب، الجامعة الأردنية، الأردن.

References

Al Ma'aitah, A., Alsawalqa, R. (2021). The relationship between emotional labor and emotional exhaustion a field study on nurses in private hospital in Amman. *Dirasat: Human and Social Sciences*, 48(2), 495–515.

Alrawashdeh, M.N., Alsawalqa, R.O., Aljbour, R. et al. (2024). Domestic violence against women during the COVID19 pandemic in Jordan: a systematic review. *Humanit Soc Sci Commun*, 11, 598. https://doi.org/10.1057/s41599-024-03117-y

Alsawalqa RO, Alrawashdeh MN, Sa'deh, Y., Abuanzeh A. (2022). Exploring Jordanian women's resistance strategies to domestic violence: A scoping review. *Front. Sociol*, 7:1026408. https://doi.org/10.3389/fsoc.2022.1026408

Alsawalqa, R. O. (2021). Women's abuse experiences in Jordan: a comparative study using rural and urban classifications. *Humanities Soc. Sci. Commun*, 8, 186. https://doi.org/10.1057/s41599-021-00853-3.

Alsawalqa, R.O. (2020a). Emotional labour, social intelligence, and narcissism among physicians in Jordan. *Humanit Soc Sci Commun* , 7, 174. https://doi.org/10.1057/s41599-020-00666-w

Alsawalqa, R. O. (2020b). Economic abuse of women in Amman, Jordan: a quantitative study. *SAGE Open*, 10, 1–13. https://doi.org/10.1177/2158244020982616.

Alsawalqa, R.O. (2019). Marriage burnout: When the emotions exhausted quietly quantitative research. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 13(2), e68833. https://doi.org/10.5812/ijpbs.68833.

Alsawalqah, R. (2016). Social change and values conflict of the educated women in the Jordanian Society A comparative study. *Dirasat: Human and Social Sciences*, 43, 2067–2093.

Alsawalqa, R. O. (2017). Emotional Burnout Among Working Wives: Dimensions and Effect. *Canadian Social Science*, 13(2), 58-69.

Alsawalqa, R. (2016). Social change and conflict of values among educated women in Jordanian society: A comparative study. *Dirasat: Hum Soc Sci*, 43, 2067–2093. https://doi.org/10.12816/0035108.

Bericat, E. (2016). The sociology of emotions: Four decades of progress. *Current Sociology*, 64(3), 491-513. https://doi.org/10.1177/0011392115588355

Bloch, L., Haase, C. M., & Levenson, R. W. (2014). Emotion regulation predicts marital satisfaction: more than a wives' tale. *Emotion, Washington, D.C*, 14(1), 130–144.

Chen, Y. H., Lou, S. Z., Yang, C. W., Tang, H. M., Lee, C. H., & Jong, G. P. (2022). Effect of Marriage on Burnout among Healthcare Workers during the COVID-19 Pandemic. *International journal of environmental research and public health*, 19(23), 15811. https://doi.org/10.3390/ijerph192315811.

Converso, D., Sottimano, I., & Balducci, C. (2021). Violence exposure and burnout in healthcare sector: mediating role of work ability. *La Medicina del lavoro*, 112(1), 58–67. https://doi.org/10.23749/mdl.v112i1.9906

Côté, S., Gyurak, A., & Levenson, R. W. (2010). The ability to regulate emotion is associated with greater well-being, income, and socioeconomic status. *Emotion, Washington, D.C.*, 10(6), 923–933. https://doi.org/10.1037/a0021156.

Cropanzano, R., Rupp, D. E., & Byrne, Z. S. (2003). The relationship of emotional exhaustion to work attitudes, job performance, and organizational citizenship behaviors. *The Journal of applied psychology*, 88(1), 160–169. https://doi.org/10.1037/0021-9010.88.1.160

Delhom, I., Melendez, J. C., & Satorres, E. (2021). The regulation of emotions: Gender differences. *European Psychiatry*, 64(1),

S836. https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2021.2209.

Edú-Valsania, S., Laguía, A., & Moriano, J. A. (2022). Burnout: A Review of Theory and Measurement. *International journal of environmental research and public health*, 19(3), 1780. https://doi.org/10.3390/ijerph19031780

Emadi, S., Mirhashemi, M., & Sharifi H P. (2020). A structural model for prediction of couple burnout based on sensation seeking, perfectionism and emotion regulation strategies with the mediation of resiliency in married women. *Journal of Psychological Science*, 19(92), 1011-1022.

Erickson, R., & Ritter, C. (2001). Emotional Labor, Burnout & In authenticity: Does gender matter. *Social Psychology Quarterly*, 64, 146-163.

Ezenwaji, I. O., Eseadi, C., Okide, C. C., Nwosu, N. C., Ugwoke, S. C., Ololo, K. O., Oforka, T. O., & Oboegbulem, A. I. (2019). Work-related stress, burnout, and related sociodemographic factors among nurses: Implications for administrators, research, and policy. *Medicine*, 98(3), e13889. https://doi.org/10.1097/MD.0000000000013889.

Fischer, A. H., Kret, M. E., & Broekens, J. (2018). Gender differences in emotion perception and self-reported emotional intelligence: A test of the emotion sensitivity hypothesis. P*loS one*, 13(1), e0190712. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0190712.

Hochschild, A. (1983). *The managed heart: Commercialization of human feeling*. University of California Press.

Hofmann, S. G., Carpenter, J. K., & Curtiss, J. (2016). Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire (IERQ): Scale Development and Psychometric Characteristics. *Cognitive therapy and research*, 40(3), 341–356. https://doi.org/10.1007/s10608-016-9756-2

Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of personality and social psychology*, 85(2), 348–362. https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348.

Gross, J. J., Richards, J. M., & John, O. P. (2006). *Emotion Regulation in Everyday Life*. In D. K. Snyder, J. Simpson, & J. N. Hughes (Eds.), *Emotion regulation in couples and families: Pathways to dysfunction and health* (pp. 13–35). American Psychological Association. https://doi.org/10.1037/11468-001

Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26 (1), 1–26.

Güss CD, Starker U. (2023). The Influence of Emotion and Emotion Regulation on Complex Problem-Solving Performance. *Systems*, 11(6), 276.

Komarevtseva, I. V. (2012). Development mechanisms of the emotional burnout syndrome among professionals (p.10). Proc. the 5th All-Russian Scientific-Practical Conference.

Mahmoudpour, A., Shiri, T., Ahmadbokani, S., & Naeimi, E. (2021). Prediction of Marital Burnout Based on Differentiation of self and Communication Beliefs with mediation Role of Emotional Regulation in Female Applicants for Divorce. *Family Counseling and Psychotherapy*, 10(2), 361-390. https://doi.org/10.22034/fcp.2021.61957.

Martin, R. E., & Ochsner, K. N. (2016). The Neuroscience of Emotion Regulation Development: Implications for Education. *Current opinion in behavioral sciences*, 10, 142–148. https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2016.06.006

Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397–422.

Maslach, C., & Jackson, S.E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2 (2), 99–113. https://doi.org/10.1002/job.4030020205.

Maslach, C. (1982). *Understanding burnout: Definitional issues in analyzing a complex phenomenon*. In *Job Stress and Burnout* (pp.29-40), sage.

Nejatian, M., Alami, A., Momeniyan, V., Delshad Noghabi, A., & Jafari, A. (2021). Investigating the status of marital burnout and related factors in married women referred to health centers. *BMC Women's Health*, 21(25), 1-19. https://doi.org/10.1186/s12905-021-01172-0.

Nikoubakht, N., Karimi, U., & Bahrami, H. (2011). Couple burnout among fertilized and unfertilized women referred to Valiasr reproductive center, Tehran. *Iranian Journal of epidemiology*, 7(1), 32-37.

Oscharoff A. (2011). Emotional exhaustion, work-family conflict, and marital satisfaction among professional psychologists.

Pines, A. M., Neal, M. B., Hammer, L. B., & Icekson, T. (2011). Job Burnout and Couple Burnout in Dual-earner Couples in the Sandwiched Generation. *Social Psychology Quarterly*, 74(4), 361-386.

Sa'deh, Y.A.R., Alsawalqa, R.O., Alnajdawi, A.M. (2024). Patterns in Jordanian Women's Resistance to Intimate Partner Violence: A Qualitative Study. *Violence and Gender*, 11(2), 95–104. https://doi.org/10.1089/vio.2023.0050

Sheppes, G., Suri, G., & Gross, J. J. (2015). Emotion regulation and psychopathology. *Annual review of clinical psychology*, 11, 379–405.

Thomas, M., Kohli, V., & Choi, J. (2014). Correlates of job burnout among human services workers: Implications for workforce retention. *J. Soc. & Soc. Welfare*, 41, 69-89.

Tracy, S. J. (2000). Becoming a Character for Commerce: Emotion Labor, Self-Subordination, and Discursive Construction of Identity in a Total Institution. *Management Communication Quarterly*, 14(1), 90-128.
https://doi.org/10.1177/0893318900141004

Trentacosta, C., & Izard, C. (2024). *Emotion*. Encyclopedia Britannica.
https://www.britannica.com/

Tsukamoto, S. A. S., Galdino, M. J. Q., Barreto, M. F. C., & Martins, J. T. (2022). Burnout syndrome and workplace violence among nursing staff: a cross-sectional study. *Sao Paulo medical journal*, 140(1), 101–107. https://doi.org/10.1590/1516-3180.2021.0068.R1.31052021.

Turner, J.H., & Stets, J. (2005). *The Sociology of Emotions*. Cambridge University Press.

Wharton, A. (2009). The Sociology of Emotional Labor. *Annual Review of Sociology*, 35, 147-165.

Wharton, A. S., & Erickson, R. J. (1993). Managing emotions on the job and at home: Understanding the consequences of multiple emotional roles. *The Academy of Management Review*, 18(3), 457–486.

Wilms R., Lanwehr R., Kastenmüller A. (2020). Emotion Regulation in Everyday Life: The Role of Goals and Situational Factors. *Front. Psychol.*, 11, 877. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00877.

Zanjani1, F. A. (2015). Assessment of relationship beliefs and marital burnout domain among fertile and infertile couples. *Fundamental of Mental Health*, 3, 81-86.