

الخصائص القياسية لقائمة مؤشرات الحب دراسة ميدانية على عينة من الراشدين في دمشق

سليمان خليل كاسوحة^{1*}

^{1*} الأستاذ في قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة دمشق.

s.kassouha@damascusuniversity.edu.sy

الملخص:

تبحث هذه الدراسة في الخصائص القياسية لـ "قائمة مؤشرات الحب" المطورة حديثاً والمصممة لتقييم الأبعاد المتعددة الأوجه للحب لدى البالغين في دمشق. يعالج البحث تحديات تعريف وقياس الحب من خلال اقتراح أداة شاملة تستند إلى ثلاثة مؤشرات رئيسية: الاستمرارية عبر الزمن، والإيجابية، والتحرر العاطفي، بالإضافة إلى عشرة أبعاد فرعية مثل الاهتمام، والمشاركة، والثقة، والتلامس الجسدي. شملت الدراسة عينة من 419 بالغاً، واستعملت اختبارات الثبات والصلاحية لضمان متانة الأداة. أظهرت النتائج اتساقاً داخلياً عالياً (ألفا كرونباخ يتراوح من 0.933 إلى 0.942) وصلاحية بناء قوية، مع وجود ارتباطات ذات دلالة إحصائية بين الأبعاد الفرعية ومؤشراتها الرئيسية. كشف اختبار الفرضيات عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مؤشرات الحب بناءً على الجنس أو العمر لمعظم الأبعاد، على الرغم من أن أبعاداً فرعية محددة مثل المشاركة والتلامس الجسدي أظهرت اختلافات مرتبطة بالجنس. تؤكد النتائج على ثبات الأداة وصلاحيتها، وتقدم أداة حساسة ثقافياً لتقييم الحب في البحث النفسي والاجتماعي. تساهم هذه الدراسة في الفهم الأوسع للحب كبناء معقد وقابل للقياس، وتوفر أساساً للتطبيقات المستقبلية.

تاريخ الإيداع: 2025/5/10

تاريخ القبول: 2025/7/12



حقوق النشر: جامعة دمشق - سورية،

يحتفظ المؤلفون بحقوق النشر بموجب

الترخيص

CC BY-NC-SA 04

الكلمات المفتاحية: قائمة مؤشرات الحب، الخصائص القياسية.

Standard's Characteristics of Love Indicators List A Field Study on a Sample of Adults in Damascus

Souleiman Khalil Kassouha^{*1}

1* Professor, in the Department of Psychology, Faculty of Education, Damascus University s.kassouha@damascusuniversity.edu.sy

Abstract:

This study investigates the psychometric properties of a newly developed "Love Indicators List" designed to assess the multifaceted dimensions of love among adults in Damascus. The research addresses the challenges of defining and measuring love by proposing a comprehensive tool grounded in three primary indicators: continuity over time, positivity, and emotional liberation, along with ten sub-dimensions such as attention, participation, trust, and physical touch. The study involved a sample of 419 adults, employing both reliability and validity tests to ensure the tool's robustness. Results demonstrated high internal consistency (Cronbach's alpha ranging from 0.933 to 0.942) and strong construct validity, with significant correlations between sub-dimensions and their respective primary indicators. Hypotheses testing revealed no statistically significant differences in love indicators based on gender or age for most dimensions, though specific sub-dimensions like participation and physical touch showed gender-related variations. The findings underscore the tool's reliability and validity, offering a culturally sensitive instrument for evaluating love in psychological and social research. This study contributes to the broader understanding of love as a complex, measurable construct and provides a foundation for future applications in therapy and relationship counseling.

Received: 10/5/2025
Accepted: 12/7/2025



Copyright: Damascus University- Syria, The authors retain the copyright under a CC **BY- NC-SA**

Key Words: Love Indicators List, Psychometric Properties.

المقدمة (Introduction):

يشكل مفهوم الحب لبنة أساسية في بناء العلاقات الإنسانية الصحية والمستدامة، إلا أن تعريفه وقياسه لا يزال يمثل تحدياً نظراً لتعقيده وتعدد أبعاده. ومن هذا المنطلق، تبرز الحاجة إلى أدوات قياس موثوقة وصادقة يمكنها تقييم هذا المفهوم بشكل شامل ودقيق.

يهدف هذا البحث بشكل أساسي إلى فحص الخصائص القياسية لقائمة مؤشرات الحب، وذلك من خلال تقييم موثوقيتها وصلاحيتها. تهدف الموثوقية إلى قياس مدى ثبات نتائج القائمة وتماسكها الداخلي، بينما تهدف الصلاحية إلى قياس مدى قدرة القائمة على قياس المفهوم الذي تم تطويرها لأجله بشكل صحيح. من المتوقع أن يسهم هذا البحث في توفير أداة قياس موثوقة وصادقة يمكن استعمالها لتقييم مفهوم الحب في سياقات مختلفة. كما يمكن أن تساهم النتائج في إثراء الأدبيات العلمية المتعلقة بمفهوم الحب وتطوير أدوات قياس أخرى أكثر دقة وشمولية.

تكتسب دراسة الخصائص القياسية لهذه القائمة أهمية بالغة لضمان صلاحيتها للاستعمال في الأبحاث والدراسات العلمية، وكذلك في التطبيقات العملية في مجالات الاستشارات والعلاج النفسي والاجتماعي.

إشكالية البحث:

رغم الأهمية المحورية التي يحظى بها مفهوم الحب في العلاقات الإنسانية، لا تزال الدراسات السيكولوجية والاجتماعية تواجه تحديات في قياس هذا المفهوم المعقد والمتعدد الأبعاد بشكل موثوق وصادق. ففي حين توجد العديد من الأدوات القياسية التي تحاول قياس الحب، إلا أن هناك فجوات كبيرة في فهم الأبعاد المختلفة لهذا المفهوم، وكيفية ترجمتها إلى مؤشرات قياسية قابلة للقياس الكمي.

إن الملاحظة النظمية، لدى سماع الناس يعبرون عن حبهام أو علاقاتهم، اثار لدى الباحث تساؤلات حول ما إذا كان ما يتحدثون عنه هو حباً. فقد توضحت للباحث تغليفات كثيرة لحاجات أخرى بسمى الحب. وخاصة الحاجات الفيزيولوجية للتعبير الجنسي، والأمان بشكل عام كأبرز حاجتين تم تغليفهما. وعبر الأشخاص، خلال مراجعتهم للباحث كاستشاري نفسي، عن اكتشافهم أن ما كانوا يطلقون عليه حباً ليس بحب. تمحورت التساؤلات حول كيف أعرف إن كنت أحب؟ وكيف أعرف إن كنتُ محبوباً.

للإجابة على هذه التساؤلات، وجد الباحث في بعض الأدبيات مؤشرات أساسية عالمية ترتبط بفهم الحب، بالاعتماد على كريشنا-مورتي (Krishnamurti, 1969)، الذي أكد على (عبر الزمن) أي الالتزام، وفروم (Fromm, 2000)، الذي أشار بشكل أساسي للإيجابية وروزنبرغ (Rosenberg, 2015) مؤسس التواصل اللاعنفي الذي ركز على التحرر العاطفي أي تحمل مسؤوليتنا عن مشاعرنا وأفعالنا.

تتمثل المشكلة البحثية الأساسية في الافتقار إلى أداة قياسية جديدة وشاملة ودقيقة لقياس الأبعاد المتعددة الأوجه للحب، والتغلب على أوجه القصور في المقاييس الحالية. تتبع هذه المشكلة من: تعدد تعريفات الحب، النطاق المحدود للأدوات الحالية، الحاجة إلى أداة شاملة تتضمن مؤشرات كمية ونوعية وتعكس التعقيد الحقيقي لمفهوم الحب، والطلب الحاسم المتمثل في التحقق من موثوقية وصدق أي أداة قياسية جديدة لاستعمالها في الأبحاث والتطبيقات العملية.

وتتلخص إشكالية البحث بالسؤال الآتي: ما هي الخصائص القياسية قائمة مؤشرات الحب؟

هدف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى تحديد الخصائص القياسية (الموثوقية، الصدق) لقائمة مؤشرات الحب التي تم تطويرها، واستخراج المعايير المتعلقة، وبالتالي توفير أداة قياسية موثوقة، تساهم في فهم أفضل لأبعاد الحب للباحثين والممارسين في العلوم الإنسانية.

فرضيات البحث:

لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على قائمة مؤشرات الحب تعزى لمتغير الجنس.

لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على قائمة مؤشرات الحب تعزى لمتغير العمر.

مراجعة الأدبيات النظرية والبحثية (Literature Review):

يتأثر التعبير عن الحب وتجربته بشكل كبير بالسياقات الثقافية. يجادل كاراندشيف (Karandashev, 2015)، بأنه في حين أن الحب هو عاطفة عالمية، إلا أن مظاهره تختلف عبر المجتمعات المختلفة، وتتشكل بفعل المعايير والقيم الثقافية. تشير هذه النتيجة إلى أن الدراسات النفسية للحب يجب أن تأخذ في الاعتبار هذه الاختلافات الثقافية لفهم الديناميات العاطفية قيد الدراسة بشكل كامل. من خلال استمساك منظور ثقافي، يمكن للباحثين إثراء مؤشرات الحب، والاعتراف به كظاهرة مبنية اجتماعياً وليس مجرد تجربة شخصية. فهو يؤثر بشكل كبير على الديناميات العاطفية داخل العلاقات. توضح نتائج فرانسيس ولوف (Francis & Love, 2020) أن الحب يمكن أن يكون محفزاً قوياً، يؤثر على اتخاذ القرارات وسلوكيات المخاطرة. مما يؤكد على ضرورة فهم الجوانب العاطفية للحب في الدراسات النفسية، خاصة في الفئات عالية الخطورة، حيث يمكن أن يؤدي الحب إلى نتائج إيجابية وسلبية على حد سواء.

توفر العلاقة بين تحقيق الذات والحب بُعداً آخر لفهم مؤشرات الحب. يناقش كوفمان (Kaufman, 2023)، كيف يُظهر الأفراد المحققون للذات استعداداً أوسع بالتعاطف والتواصل مع الآخرين، مما يشير إلى أن الحب يتجاوز العلاقات الرومانسية ليشمل حب الإنسانية والنمو الشخصي. يتماشى هذا المنظور مع المؤشرات النفسية للحب، مما يعزز فكرة أن الحب جزء لا يتجزأ من الرفاه العام والتنمية الشخصية. يفحص لومان وآخرون (Looman, et al., 2014)، العلاقة بين مؤشرات جودة العلاقات وسلوكيات الحفاظ على العلاقات السلبية في العلاقات الرومانسية. تشير نتائجهم إلى أن أنماط الحب يمكن أن تتنبأ باستعمال السلوكيات السلبية (أو غير المناسبة)، مما يدل على أن جودة الحب تؤثر بشكل مباشر على تفاعلات الشريك. يؤكد هذا على الحاجة إلى فهم دقيق للحب، مع الاعتراف بأنه ديناميكي ويتأثر بالرضا العلائقي، والذي يمكن أن يؤدي إلى سلوكيات مناسبة أو غير مناسبة على حد سواء.

بينما تعتمد الأطر التشخيصية في الصحة النفسية غالباً على وجود أو غياب أعراض محددة، فإن تجربة الحب توجد على متصل ذي تعبيرات متنوعة. يمكن أن يساعد استعمال قوائم مرجعية أو مقاييس لمؤشرات محددة (مثل تعابير الرعاية، والأنشطة المشتركة، والثقة، والتواصل) في النقاط هذا الواقع بشكل أفضل.

إن الاعتماد المفرط على تمييزات ثنائية "حب" أو "لا حب"، على غرار الفئات التشخيصية في الصحة النفسية، يخاطر بتجاهل ثراء وتعقيد الروابط العاطفية. وقد يفشل في تفسير الدرجات المتفاوتة والتجليات المتنوعة للحب كما يختبرها الأفراد. علاوة على ذلك، فإن التركيز فقط على تعريفات مثالية أو ضيقة للحب قد يستبعد تجارب قد لا تتناسب مع تلك المفاهيم المسبقة. لذلك، فإن

- قياس الحب من خلال مؤشرات مختارة بعناية ومركزة على الفرد، يسمح بفهم أكثر وتمكين لهذه التجربة الإنسانية الأساسية، والانتقال إلى ما وراء التصنيفات المبسطة ليعكس الحقائق المعاشة للعلاقات المحب.
- فالمؤشرات، في هذا السياق، تمثل ما هو قابل للملاحظة، والتي تدل على وجود الحب وتكشف عن طبيعته وشدته في علاقة ما. إنها تعكس المشاعر والحاجات والسلوكيات التي تصاحب الحب. تكمن أهمية دراسة مؤشرات الحب في عدة جوانب حيوية:
- **الفهم والتواصل:** تساعدنا المؤشرات على فهم أفضل لمشاعرنا ومشاعر الآخرين في العلاقات. من خلال التعرف على هذه العلامات، نصبح أكثر قدرة على تفسير السلوكيات والتعبير عن مشاعرنا بشكل فعال، مما يعزز التواصل والتفاهم المتبادل.
 - **تقييم جودة العلاقات:** يمكن أن تكون مؤشرات الحب بمثابة معايير لتقييم جودة العلاقات وصحتها. إن وجود مجموعة قوية من المؤشرات الإيجابية قد يشير إلى علاقة مزدهرة، بينما قد يدل غيابها أو عدم كفايتها على وجود تحديات أو مشكلات تحتاج إلى معالجة.
 - **التنبؤ بنتائج العلاقات:** تشير بعض الدراسات إلى أن وجود مؤشرات معينة للحب، مثل الالتزام والثقة، يمكن أن يرتبط بنتائج أكثر إيجابية واستدامة للعلاقات على المدى الطويل.
 - **التدخلات العلاجية والإرشادية:** في مجال الإرشاد والعلاج النفسي، يمكن أن يساعد فهم مؤشرات الحب في تحديد نقاط القوة والضعف في العلاقات، وتوجيه التدخلات نحو تعزيز المؤشرات الإيجابية ومعالجة المؤشرات السلبية.
- بالاعتماد على منظور ميروسكي وروس (Mirowsky & Ross, 2002)، يمكن للباحث التأكيد على عدة نقاط حاسمة ذات صلة بدراسة مؤشرات الحب: (1) يعد القياس الدقيق أمراً ضرورياً لفهم الطبيعة متعددة الأوجه للحب. (2) يجب أن تهدف مقاييس الحب إلى تمثيل وتقييم عناصر التجربة الإنسانية كما يشعر بها الأفراد ويدركونها ويفهمونها داخل علاقاتهم. وهذا يعني التقاط الواقع المعاش للحب بدلاً من فرض فئات محددة مسبقاً قد لا يتردد صداها بشكل كامل مع التجارب الشخصية. (3) من المهم أن يسعى البحث في الحب إلى أن يكون "علمياً إنسانياً"، يقدم معلومات تمكن الأفراد من فهم روابطهم المحبة والتنقل فيها بشكل أفضل.

1/. المؤشرات المعرفية للحب (Cognitive Indicators):

- ترتبط الجوانب المعرفية ارتباطاً وثيقاً بالعاطفة والسلوك في تجربة الحب. وعلى الرغم من تداخلها بين أنواع الحب المختلفة، تظهر مؤشرات معرفية متميزة في أشكال متنوعة. يمكن تناول باختصار المؤشرات المعرفية المشتركة في العديد من أشكال الحب الشديدة كما يأتي:
- **تركيز الانتباه والبروز:** يصبح الشخص المحبوب محورياً من الناحية المعرفية. غالباً ما تتجه الأفكار نحوه، ويبرز بشكل واضح على خلفية الحياة اليومية، ويرتبط هذا بأنظمة المكافأة والتحفيز في الدماغ، بحسب فيشر وآخرون وآرون وآخرون (Aron et al., 2005) ; (Fisher et al., 2006).
 - **التفكير الاقتحامي (الانشغال المعرفي):** صعوبة التركيز على المهام الأخرى لأن الأفكار المتعلقة بالشخص المحبوب تدخل العقل بشكل متكرر وأحياناً لا إرادي. يمكن أن يشبه هذا أنماط التفكير الوسواسي، على الرغم من أنه ليس مرضياً عادة في سياق الحب. فيشر (Fisher, 2004).
 - **المثالية:** إدراك الشخص المحبوب والعلاقة في ضوء إيجابي مفرط، وغالباً ما يتم تضخيم فضائله وتقليل عيوبه أو التغاضي عنها. يُعتقد أن هذا التحيز المعرفي يقوي الروابط، خاصة في المراحل المبكرة. موراي وآخرون (Murray et al., 1996).

• **ذاكرة معززة للمحبيب:** تذكر التفاصيل المتعلقة بالمحبيب بدقة أكبر. فيلبس ولودوو (Phelps, & LeDoux, 2005)

• **التوجه نحو المستقبل:** التخطيط لمستقبل مشترك بحسب نموذج شتيرنبرغ. (Sternberg, 1986).

ويمكن النظر إلى مؤشرات معرفية أكثر تحديداً فيما يتعلق بالحب العاطفي/الرومانسي، كالتوق الشديد للاتحاد العاطفي كما يشير إلى ذلك هاتفيلد ووالستر (Hatfield & Walster, 1985)، والذي يمثل رغبة معرفية قوية في التواصل مع الشريك عاطفياً وجسدياً. وغالباً ما تدور الأفكار حول المعاملة بالمثل وحالة العلاقة.

ويشير باس (Buss, 2000) إلى مؤشر آخر وهو التقييمات المعرفية للحصرية/التملك، أي الأفكار المتعلقة بالحفاظ على حصرية الرابطة، والتي تتجلى أحياناً في الغيرة التي تنطوي على تقييمات معرفية محددة للتهديد الذي تتعرض له العلاقة. أما آرون وآرون (Aron & Aron, 2014)، وفليتشر وفيتنس (Fletcher & Fitness, 2014)، فيذكران دافع توسع الذات من خلال دمج جوانب من الشخص المحبوب (وجهاً نظره، موارده، هوياته) في مفهوم الذات الخاص بالفرد كمؤشر معرفي. أما بالنسبة للمؤشرات المعرفية الأكثر تحديداً لحب الرفقة (الصداقة العميقة، العلاقات طويلة الأمد)، يحدد آنيو وآخرون (Agnew et al., 1998)، الاعتماد المتبادل المعرفي، حيث يطور الشركاء نماذج عقلية مشتركة لعلاقتهم وللعالم، كالتفكير بصيغة "نحن" بدلاً من "أنا". فقد تتشابه القرارات والخطوط وحتى استدعاء الذاكرة.

إضافة إلى مؤشرات أخرى كالثقة والقابلية للتنبؤ، سيمبسون (Simpson, 2007)، كالمعتقدات حول موثوقية الشريك وإمكانية الاعتماد عليه ونواياه الحسنة. حيث تتطور المخططات المعرفية التي تسمح للشخص بالتنبؤ بسلوك الشريك وردود أفعاله بدقة معقولة. ويطرح دافيس (Davis, 1983)، مؤشر تبني المنظور والمكون المعرفي للتعاطف، أي القدرة والميل لفهم وجهة نظر الشريك وأفكاره ومشاعره. بالإضافة إلى الذكريات المشتركة والسرد، فتطوير تاريخ مشترك وقصة للعلاقة، يساهم بتشكيل أساساً معرفياً للترابط.

وفيما يخص المؤشرات المعرفية الأكثر تحديداً للحب الأبوي، فقد أشارت دراسة نومان وأنسيل (Numan & Insel, 2006)، إلى اليقظة المتزايدة والتفكير الوقائي، حيث يتم تخصيص موارد معرفية كبيرة لمراقبة سلامة الطفل ورفاهيته واحتياجاته. يشمل ذلك توقع المخاطر المحتملة. إضافة إلى مؤشري التخطيط لمستقبل الطفل، وتبني المنظور (المتمحور حول الطفل) بحسب أينسورث وآخرون (Ainsworth et al, 1978).

وأخيراً، تركز المؤشرات المعرفية للحب الرحيم (حب الإيثار)، على مؤشرات مثل تقييم الحاجة/المعاناة أي إدراك وفهم أن شخصاً آخر في حاجة أو محنة. تقدير رفاه الآخر، أي إيلاء أهمية لرفاه الآخر، وغالباً ما يمتد ذلك إلى ما وراء الدائرة المباشرة للفرد. والتعاطف المعرفي/تبني المنظور، أي فهم موقف ومشاعر الآخر، مما يحفز السلوك المساعد. بحسب دراستي باتسون (Batson, 2011)؛ وسينغر وكليمكي (Singer & Klimecki, 2014).

2./ **المؤشرات العاطفية للحب (Emotional Indicators):**

1./ **نظرية التعلق ودورها في الحب:**

توفر نظرية التعلق، التي اقترحها جون بولبي (Bowlby, 1969)، إطاراً تأسيسياً لفهم كيفية تطور الحب والروابط العاطفية بين الأفراد. تقترض نظرية بولبي، انطلاقاً من علم النفس التطوري، أن نظام التعلق هو آلية فطرية مصممة لتعزيز البقاء والأمن. قدمت تجارب (Ainsworth et al, 1978) دعماً تجريبياً لنظرية بولبي من خلال تحديد أنماط تعلق مميزة لدى الرضع: آمن، قلق-متناقض، وتجنبني.

تعتمد نظرية التعلق لبولبي على مفاهيم أساسية:

- **نظام التعلق:** نظام بيولوجي يحفز الأفراد على البحث عن القرب من شخصيات التعلق (مثل الآباء، الشركاء الرومانسيين) في أوقات التوتر أو الخطر.
- **نماذج العمل الداخلية:** تمثيلات ذهنية للذات والآخرين، تتشكل من خلال تجارب التعلق المبكرة، والتي توجه السلوك والتوقعات في العلاقات المستقبلية.
- **القاعدة الآمنة:** تعمل شخصية التعلق كـ "قاعدة آمنة" يمكن للأفراد من خلالها استكشاف العالم والعودة إليها للحصول على الراحة والأمان.

في الثمانينيات، جادلت هازان وشيفر هازان وشيفر (Hazan & Shaver, 1987) بأن الحب الرومانسي يشترك في السمات الرئيسية لتعلق الرضيع بمقدم الرعاية، بما في ذلك البحث عن القرب، وضيق الانفصال، والاعتماد على الشريك كقاعدة آمنة. حددا ثلاثة أنماط تعلق لدى البالغين، موازية لتصنيفات أينسورث للرضع: آمن، قلق، وتجنبي.

يشعر الأفراد ذوو التعلق الآمن بالراحة مع الحميمية والاستقلالية في وجود شخص محبوب. يتقون بشركائهم، ويعتمدون عليهم للحصول على الدعم، ويقدمونه في المقابل. يعزز هذا الأمن العاطفي التواصل المفتوح والتعاطف والرضا عن العلاقة. ميكولينسر وشيفر (Mikulincer & Shaver, 2005). كما وجد (Simpson et al., 1996)، أن الأفراد ذوي التعلق الآمن مجهزون بشكل أفضل للتعامل مع النزاعات بشكل بناء، لأنهم يرون شركائهم مستجيبين وجديرين بالثقة. كما أكدت الدراسات الطولية، أن تجارب التعلق المبكرة تُنبئ بجودة العلاقة في مرحلة البلوغ. فالأفراد ذوو أنماط التعلق الآمنة، يميلون إلى إقامة علاقات أكثر استقراراً وإرضاءً، بحسب كريس فرالي (Chris Fraley, 2002). إن التحقق من صحة نظرية التعلق عبر ثقافات متنوعة، يشير إلى أن نظام التعلق هو آلية بشرية عالمية، فان إيجزندورن وساجي-شوارتز (Van IJzendoorn & Sagi-Schwartz, 2008). وثبت أن العلاجات القائمة على التعلق، مثل العلاج المرتكز على العاطفة (Emotionally Focused Therapy)، تحسن الرضا عن العلاقة من خلال معالجة حالات عدم الأمان المرتبطة بالتعلق، جونسون وآخرون (Johnson et al., 1999).

2.2. نظرية شتينبرغ المثلثة للحب:

تُعد نظرية روبرت ج. شتينبرغ المثلثة للحب (Sternberg, 1986)، واحدة من أكثر الأطر تأثيراً في فهم تعقيدات الحب. وفقاً لهذه النظرية، يتكون الحب من ثلاث مكونات أساسية: الألفة، والشغف، والالتزام. تتفاعل هذه المكونات لتشكل أنواعاً مختلفة من الحب، تتراوح من اللاحب (غياب الثلاثة) إلى الحب الكامل (وجود الثلاثة). من بين هذه المكونات، تشير الألفة إلى الرابطة العاطفية والتقارب الذي يتطور بين شخصين في علاقة حب. وتعتبر عنصراً أساسياً يدعم في العلاقات ما يأتي:

- **التقارب العاطفي:** الاعتقاد بالارتباط والفهم العميق من قبل الشريك.
 - **المشاركة:** التواصل المفتوح وتبادل الأفكار والمشاعر والتجارب الشخصية.
 - **الدعم المتبادل:** تقديم وتلقي الدعم العاطفي، والراحة، والتقدير.
- يصف شتينبرغ الألفة بأنها المكون "الدافئ" للحب، الذي يعزز الأمان والانتماء في العلاقة. وتحدد نظرية شتينبرغ سبعة أنواع من الحب، يتميز كل منها بوجود أو غياب الألفة، والشغف، والالتزام. تلعب الألفة دوراً مركزياً في أربعة من هذه الأنواع: الإعجاب/الصدقة: تشمل الألفة وحدها، بدون شغف أو التزام. هذا هو النموذج النموذجي للصدقات الوثيقة. حيث يكون الشخص بحالة من الترابط ودفء وتقارب مع الآخر.

الحب الرومانسي: يجمع بين الألفة والشغف، ولكنه يفتقر إلى الالتزام. غالباً ما يُرى هذا في المراحل المبكرة من العلاقات الرومانسية. يرتبط العشاق الرومانسيون عاطفياً (كما في الإعجاب) وجسدياً من خلال الإثارة الشغوفة.

الحب الرفاعي: يجمع بين الألفة والالتزام، ولكنه يفتقر إلى الشغف. هذا شائع في العلاقات طويلة الأمد حيث تتلاشى الشرارة الأولية، ولكن يظل التقارب العاطفي قوياً. الحب الرفاعي هو بشكل عام علاقة شخصية ودية وغير جنسية تبني مع شخص تشارك معه حياتك. إنه أقوى من الصداقة بسبب عنصر الالتزام. الحب الذي يُشارك بين أفراد الأسرة الحب وبين الأصدقاء المقربين أو أولئك الذين يقضون الكثير من الوقت معاً هي من أشكال الحب الرفاعي.

الحب الكامل: الشكل المثالي للحب، ويشمل الألفة، والشغف، والالتزام. غالباً ما يكون الهدف من العلاقات الرومانسية طويلة الأمد.

الحب المُفتتن: غالباً هو "الحب من النظرة الأولى". ولكن بدون مكونات الألفة والالتزام، قد يختفي الحب المُفتتن فجأة.

الحب الفارغ: في بعض الأحيان، يتدهور الحب الأقوى إلى حب فارغ، حيث يبقى الالتزام، ولكن الألفة والشغف قد ماتا.

الحب (العابر): يمكن تمثيله بالارتباط السريع حيث يكون الالتزام مدفوعاً إلى حد كبير بالشغف، بدون التأثير المثبت للألفة. سلطت الأبحاث في علم النفس ودراسات العلاقات باستمرار الضوء على أهمية الألفة في تعزيز علاقات صحية ومرضية. أظهرت الدراسات أن التقارب العاطفي هو مؤشر قوي على الرضا عن العلاقة. على سبيل المثال، وجدت دراسة تحليلية شاملة قام بها غراهام وآخرون (Graham et al., 2011) أن الألفة ترتبط إيجابياً بجودة العلاقة واستقرارها. كما اقترح ريس وشافر (Reis & Shaver, 1988) نموذج عملية الألفة، الذي يؤكد أنها تتطور من خلال الإفصاح المتبادل عن الذات والاصغاء الفعّال. فالتواصل المفتوح والإفصاح عن الذات أمران حاسمان لتعزيز الألفة كما أوضح ذلك، لورانسو وآخرون (Laurenceau et al., 1998). وأشار شتيرنبرغ نفسه (1986)، إلى أن الألفة تنمو عندما يتبادل الشركاء أعمق أفكارهم ومشاعرهم، مما يخلق تفاهماً وارتباطاً متبادلاً. كما ترتبط الألفة ارتباطاً وثيقاً بنظرية التعلق، التي تسلط الضوء على أهمية الدعم العاطفي في تعزيز الروابط الآمنة. وجد Mikulincer & Shaver (2016) أن الأفراد في علاقات آمنة هم أكثر قابلية لتقديم وطلب الدعم العاطفي، مما يعزز الألفة. ويوضح فيني وكولينز (Feeney & Collins, 2015) أن السلوكيات الداعمة، مثل التعاطف والرعاية، ضرورية للحفاظ على الألفة بمرور الوقت.

في حين أن نظرية شتيرنبرغ مؤثرة على نطاق واسع، انتقد بعض الباحثين بساطتها. على سبيل المثال، جادل آكر وديفيس (Acker & Davis, 1992) بأن النظرية لا تأخذ في الاعتبار بشكل كامل الاختلافات الثقافية في التعبير عن الألفة وتجربتها.

3. المؤشرات السلوكية للحب (Behavioural Indicators):

1./3. السلوكيات الاجتماعية الإيجابية: السلوكيات الاجتماعية الإيجابية هي مظهر سلوكي رئيسي للحب، وتعكس الأفعال الإيثارية والرعاية التي يتخذها الأفراد لدعم شركائهم. وتشمل أعمال اللطف، التضحية، والدعم العاطفي أو العملي. أعمال اللطف هي لفات صغيرة تُظهر الرعاية والاعتبار لرفاه الشريك. غالباً ما تكون هذه السلوكيات عفوية وتعبر عن رغبة الفرد في المساهمة في إسعاد شريكه. يؤكد بحث إمبيت وآخرون (Impett et al., 2005) أن أعمال اللطف هي تعبير شائع عن الحب في العلاقات الرومانسية. يمكن أن تتراوح هذه السلوكيات من إيماءات بسيطة، مثل إعداد وجبة أو تقديم مجاملة، إلى جهود أكثر أهمية، مثل التخطيط لاحتفال مفاجئ. تُظهر الدراسات أن أعمال اللطف تساهم في الرضا عن العلاقة والحميمية العاطفية. فقد وجدت دراسة أجراها، ألجوي وآخرون (Algoe et al., 2010)، أن التعبير عن الامتنان لأفعال الشريك اللطيفة يقوي الرابطة العاطفية ويعزز دورة إيجابية من التقدير المتبادل. كما ينشط اللطف مناطق الدماغ المرتبطة بالمكافأة والتعاطف، مثل الجسم المخطط البطني والقشرة الحزامية الأمامية، بحسب هاريج وآخرون (Harbaugh et al., 2007). يشير هذا إلى أن إعطاء اللطف وتلقيه هي تجارب مجزية جوهرياً.

تشمل التضحية التخلي عن الرغبات الشخصية، الوقت، أو الموارد لصالح الشريك أو العلاقة. إنها مؤشر قوي على الحب، لأنها تعكس الاستعداد لإعطاء الأولوية لاحتياجات الشريك على احتياجات الفرد. يمكن أن تكون التضحيات موجهة نحو الاقتراب، المدفوع بالحب والالتزام (مثل فعل شيء من أجل الشريك) أو موجهة نحو التجنب، المدفوع بالخوف من الصراع أو الرفض (مثل الامتناع عن فعل شيء لا يحبه الشريك) (Impett, et al., 2005). ويشير فان لانج وآخرون (Van Lange et al., 1997a)، إلى أن كلا النوعين يرتبطان بالرضا عن العلاقة عندما يتم تقديمهما طواعية وبدون استياء. تساهم التضحيات المدفوعة بدافع الاقتراب في تعزيز جودة العلاقة. وفي حين أن التضحية يمكن أن تقوي العلاقات، فإن التضحيات المفرطة أو غير المتبادلة قد تؤدي إلى الإرهاق العاطفي أو الاستياء، روسبولت وآخرون (Rusbult et al., 1991). لذلك، فإن التوازن بين العطاء والأخذ أمر بالغ الأهمية للحفاظ على علاقات صحية. تؤدي التضحية المستمرة انطلاقاً من مفهوم روزنبرغ (Rosenberg, 2015) للتححرر العاطفي، إلى الاستياء بسبب تلبية حاجات الآخر، كأولوية على تلبية حاجاتنا أو عدم تليبيتها، وخاصة في الثقافات التي تعزز دور التضحية في بدايات العلاقات. وهذا مما ينعكس على علاقتنا فيما بعد وتؤدي إما إلى تعطيل معرفي ينتج عنه اكتئاب كامن أو إلى انفصال مأساوي. أما العطاء والاستقبال من القلب فهما يرتكز على وعي للحاجات وتبادلية تليبيتها بين الأطراف، وهو ما يشير إلى التححرر العاطفي في العلاقات.

يعد تقديم الدعم العاطفي والعملي حجر الزاوية في العلاقات المحبة. ويشمل الدعم العاطفي الاصغاء، التعاطف، والسؤال والاهتمام بمشاعر الشريك. يوضح بحث، كولينز وفيني (Collins & Feeney, 2000)، أن الدعم العاطفي يعزز الرضا عن العلاقة ويعزز الأمان. ويشمل الدعم العملي مساعدة ملموسة، مثل الأعمال المنزلية، الشؤون المالية، أو رعاية الأطفال. وجدت دراسة لنيف وكارني (Neff & Karney, 2005)، أن الأزواج الذين يقدمون دعماً عملياً خلال الأوقات العصيبة يبلغون عن مستويات أعلى من الرضا الزوجي، فتقديم الدعم ليس مفيداً للمتلقى فحسب، بل أيضاً للمعطي. كما وجدت دراسة طويلة، لبراون وآخرون (Brown et al., 2003)، أن الأفراد الذين يقدمون الدعم لشركائهم يعانون من مستويات أقل من التوتر وتحسن الصحة العقلية. ويشير (Rosenberg, 2015)، إلى أن التعاطف هو فهم وجداني يتسم بالاحترام لما يمر به الآخر، ومشاركة وجدانية (دون

التماهي مع مشاعر الآخر، فهي تتقل التركيز على أنفسنا). إن أفعالنا التعاطفية مرتكزة بشكل أساسي على حاجتنا للترابط والمساهمة في رفاه بعضنا البعض.

تشرح العديد من الأطر النظرية دور السلوكيات الاجتماعية الإيجابية في العلاقات المحبة. تنص نظرية التبادل الاجتماعي على أن العلاقات تحكمها تحليل التكلفة والمنفعة. يُنظر إلى السلوكيات الاجتماعية الإيجابية، مثل اللطف والدعم، على أنها استثمارات تقوي العلاقة وتزيد من قيمتها المتصورة، ثبوت وكيلي (Thibaut & Kelley, 1959). ووفقاً لنظرية التعلق، فإن السلوكيات الاجتماعية الإيجابية هي مظهر من مظاهر التعلق الآمن. فالأفراد المرتبطون بأمان هم أكثر عرضة للانخراط في سلوكيات دعم ورعاية، لأنهم يلبون حاجاتهم للأمان والتقدير في علاقاتهم (Mikulincer & Shaver, 2005). أما فرضية التعاطف والإيثار، فتشير إلى أن السلوكيات الاجتماعية الإيجابية مدفوعة بالتعاطف والرغبة الحقيقية في تحسين رفاه الآخرين باتسون وآخرون (Batson et al., 1981). يعزز التعاطف اتصالاً عاطفياً عميقاً في العلاقات الرومانسية، ويحفز أعمال اللطف والتضحية.

2.3/2. التعبير واستقبال التعبير عن الحب في التواصل اللا عنفي:

بحسب (Rosenberg, 2015)، يقدم التواصل اللاعنفي منظوراً قوياً لفهم الحب والتعبير عنه. إنه يتجاوز رؤية الحب كمجرد شعور إلى إدراكه كحاجة إنسانية أساسية وطريقة للوجود في العلاقة. وهو يؤكد على أن جميع البشر يشتركون في حاجات عالمية، ويمكن اعتبار "الحب" شاملاً للعديد من هذه الحاجات. وقد تتضمن، التواصل، المودة، الألفة، القبول، الانتماء والدعم. فمن خلال تحديد هذه الحاجات، يساعدنا التواصل اللاعنفي على فهم أن التوق إلى "الحب" هو تجربة إنسانية عالمية. كما يوفر إطاراً للتعبير عن الحب بطريقة صادقة وواضحة ومحترمة، أقل عرضة لسوء الفهم أو خلق دفاعية، من خلال مكونات التواصل اللاعنفي الأربعة، الملاحظة، والشعور، والحاجة، والطلب. كما يشجعنا أيضاً على استقبال الحب بانفتاح وتعاطف. عندما يعبر شخص ما عن حبه لنا، يمكننا: محاولة الإصغاء للمشاعر والحاجات الكامنة وراء مشاعره كلماته وأفعاله، تقدير الهدية التي نلقاها والتعبير عن امتناننا وتجنب الرفض أو التقليل من شأن تعبيره عن الحب.

يشمل الإصغاء الفعال سلوكيات غير لفظية مثل الحفاظ على التواصل البصري والإيماء واستعمال لغة جسد مفتوحة. تشير هذه الإشارات إلى الانتباه والاهتمام، مما يلبي حاجة المتحدث إلى التقدير، ويجر وآخرون (Weger et al., 2014). إن التلقي التعاطفي لما قاله الشريك يدل على الفهم ويشجع على المزيد من المشاركة. يُستعمل هذا الأسلوب على نطاق واسع في العلاج الزوجي لتحسين التواصل، غوتمان وسيلفر (Gottman & Silver, 2015).

3.3/3. الإشارات غير اللفظية:

يلعب التواصل غير اللفظي دوراً حاسماً في التعبير عن الحب وتعزيزه. فالتواصل البصري، والابتسام، واللمس الجسدي هي مؤشرات قوية للارتباط العاطفي والتعلق. تسهل هذه الإشارات غير اللفظية الترابط، وتعزز التواصل، وتقوي العلاقات.

وجدت الدراسة التي أجراها كيلرمان وآخرون (Kellerman et al., 1989)، أن التواصل البصري المطول يزيد من المودة والارتباط بين الأفراد. وذلك لأن التواصل البصري ينشط نظام المكافأة في الدماغ، ويطلق الأوكسيتوسين، بحسب جواستيلا وآخرون (Guastella et al., 2008)، كما يساعد التواصل البصري الشركاء على مزامنة عواطفهم، مما يخلق التفاهم المتبادل والتعاطف. أظهرت دراسة أجراها كويكي وآخرون (Koike et al., 2016)، أن التواصل البصري يعزز الاقتران العصبي، حيث تُظهر أدمغة شخصين أنماطاً متشابهة من النشاط أثناء التبادلات العاطفية. بينما يُعتبر التواصل البصري عالمياً كعلامة على المودة، يمكن أن يختلف تفسيره عبر الثقافات فقد يُفسر إذا كان مطولاً في بعضها، على أنه تدّخل، مما يشير إلى أهمية السياق في التواصل غير

اللفظي، أرجايل وكوك (Argyle & Cook, 1976). الابتسام هو تعبير عالمي عن الإيجابية والمشاعر السارة ومؤشر غير لفظي رئيسي للحب. فقد وجدت الدراسة التي أجراها جونزاجا وآخرون (Gonzaga et al., 2001) أن الابتسامات الصادقة تحدث على الأرجح خلال لحظات الحب والترابط مقارنة بالابتسامات المهذبة أو القسرية. والابتسام معدي للغاية ويعزز المعاملة بالمثل في العلاقات. عندما يبتسم أحد الشركاء، فإنه غالباً ما يستدعي ابتسامته في المقابل، مما يخلق حلقة استجابات إيجابية تقوي الروابط العاطفية، هاركر وكيلنتر (Harker & Keltner, 2001). لا يشير الابتسام إلى الحب فحسب، بل له أيضاً فوائد فيزيولوجية. فهو يقلل من التوتر، ويخفض معدل ضربات القلب، ويزيد من إنتاج الإندورفين، مما يساهم في الرفاه العام، كرافت وبريسمان (Kraft & Pressman, 2012).

تتقل أنواع مختلفة من اللمس مستويات مختلفة من الحميمية. فاللمس الجسدي، كالإمساك بالأيدي، أو العناق، أو الاحتضان، هو مؤشر غير لفظي أساسي للحب والتعلق. فقد يشير اللمس اللطيف على الذراع إلى المودة، بينما يشير العناق المحكم أو الإمساك بالأيدي غالباً إلى ارتباط عاطفي أعمق، هيرتستين وآخرون (Hertenstein et al., 2006).

يحفز اللمس الجسدي إطلاق الأوكسيتوسين، وهو هرمون يعزز الترابط والثقة. وجدت هولت-لونستاد، وآخرون (Holt-Lunstad et al., 2008)، أن الأزواج الذين يمارسون اللمس الجسدي المتكرر، مثل العناق، لديهم مستويات أعلى من الأوكسيتوسين وأبلغوا عن رضا أكبر عن العلاقة. ولللمس تأثير مهدئ على الجسم، مما يقلل من مستويات الكورتيزول، هرمون التوتر. أظهرت أبحاث أجراها كوان وآخرون (Coan et al., 2006)، أن الإمساك بأيدي أحد الأعباء خلال المواقف المجهدة يقلل بشكل كبير من القلق والاستجابات الفيزيولوجية للتوتر. تُعد الإشارات غير اللفظية ضرورية للحفاظ على العلاقات وتقويتها. إنها تعمل كوسيلة أساسية للتواصل، خاصة في اللحظات التي قد تعجز فيها الكلمات. يمكن أن تخفف من حدة النزاعات وتعزز المصالحة، غوتمان (Gottman, 2023). كما تساعد الإشارات المتسقة، مثل الابتسام واللمس الجسدي، في بناء الثقة والأمان العاطفي في العلاقات. ريملان (Remland, 2016). بينما تعتبر الإشارات غير اللفظية عالمية، يمكن أن يختلف التعبير عنها وتفسيرها بناءً على المعايير الثقافية والتفضيلات الفردية. يعد فهم الاختلافات الثقافية في السلوكيات غير اللفظية ذا أهمية خاصة خلال التواصل غير المباشر عبر الثقافات. وذلك لأن النية الحقيقية وراء الكلمات، تتجاوز المعنى الظاهري، وقد يؤدي سوء تفسير الإشارات غير اللفظية إلى سوء فهم وتفاعلات عدائية. بانغ وآخرون (Pang et al., 2024).

3/4. الوقت والاصغاء :

3/4.1. قضاء وقت ممتع معاً:

يشير قضاء وقت ممتع إلى التفاعلات الهادفة والمركزة بين الشريكين التي تعزز التواصل والحميمية. يساعد الانخراط في أنشطة مشتركة، مثل الهوايات أو السفر أو حتى المهام اليومية، الشريكين على بناء حالة من الاتحاد (الوحدة). وجد بحث (Aron et al., 2000) أن الأزواج الذين يشاركون في أنشطة جديدة ومثيرة معاً يبلغون عن مستويات أعلى من الرضا عن العلاقة. والتواجد الكامل أثناء التفاعلات - بعيداً عن المشتتات مثل الهواتف أو العمل - يشير إلى الاهتمام والأولوية. أظهرت الدراسات أن الشركاء الذين يجدون الاهتمام العاطفي هم أكثر قابلية ليكونوا برضا عن العلاقة. روبرتس وديفيد (Roberts & David, 2016). إن إنشاء طقوس، مثل تناول قهوة الصباح معاً، يخلق انطباعاً بالاستقرار والقدرة على التنبؤ في العلاقة. تعزز هذه الطقوس الروابط العاطفية وتوفر فرصاً للتواصل. فيز وآخرون (Fiese et al., 2002).

3./4./2. /الاصغاء :

يتضمن الاصغاء التعاطفي، الحضور الكلي مع الآخر بمحاولة فهمه مع تعليق الأحكام عليه، والتركيز الكامل على الرسالة الحالية، إضافة إلى الوقت والمساحة الكافيين ليتمكن من التعبير عن مشاعره وحاجاته. كذلك يتضمن، أحياناً، إعادة صياغة تعبيرات الآخر (ملاحظته، شعوره، حاجته، وطلبه) ولكن مع البقاء مع تجربته. فالتواصل الفعّال مؤشر رئيسي للحب. يؤكد (Reis & Shaver, 1988) أن التعاطف والاستجابة هما عنصران حاسمان للحميمية. عندما يصغي الشركاء بفعالية، فإنهم يصادقون على مشاعر وتجارب بعضهم البعض، مما يعزز رابطة عاطفية أعمق. ويسلط بولبي (1969) الضوء على أن الاهتمام والاستجابة المستمرين من الشريك يعززان الارتباط الآمن، مما يعزز الأمان والثقة. كما تؤكد دراسة غوتمان وسيلفر، حول استقرار الزواج على أهمية "التوجه نحو" الشريك أثناء التفاعلات، فالحظات الاهتمام الصغيرة، مثل الاستجابة لمحاولة الشريك للتواصل، تتنبأ بنجاح العلاقة على المدى الطويل. (Gottman & Silver, 2015).

4./ المؤشرات الفيزيولوجية للحب (Physiological Indicators):

تجربة الحب، بعيداً عن كونها ذاتية بحتة، فهي متجذرة في استجابات فيزيولوجية قابلة للقياس. توفر هذه المؤشرات الموضوعية دليلاً بيولوجياً على التأثير العميق للحب على أجسادنا وتقدم رؤى حول التفاعل المعقد بين العمليات النفسية والفيزيولوجية. تُظهر دراسة روي وآخرون (Roy et al. 2025) أن الحب الرومانسي يتكون من ثلاث عمليات عصبية متميزة، ولكنها مترابطة: الشهوة، والانجذاب، والتعلق. تعمل كل عملية من خلال أنظمة ناقلات عصبية ودوائر عصبية محددة تعزز بعضها البعض بشكل متبادل. الرغبة الجنسية، التي يتم تنظيمها بشكل أساسي بواسطة التستوستيرون والإستروجين، ترتبط بشكل بارز اللوزة الدماغية (Amygdala). وترتبط مرحلة الانجذاب بأنظمة المكافأة والاستجابة للتوتر في الدماغ، حيث يلعب الدوبامين والنورإبينفرين والكورتيزول والسيروتونين أدواراً حاسمة، ويتم توسطها بشكل أساسي من خلال النواة المتكئة ومنطقة السقيفية البطنية. يوفر هذا الفهم للأساس العصبي البيولوجي للحب رؤى حول آليات الترابط الزوجي البشري والتطبيقات العلاجية المحتملة في الاضطرابات المتعلقة بالعلاقات.

يقدم مارازيتي وكانالي (Marazziti & Canale, 2004)، مراجعة للجوانب العصبية البيولوجية للحب الرومانسي، مع إبراز دور الإثارة الفيزيولوجية في المراحل المبكرة. بشكل أوسع، أثبتت الأبحاث في علم النفس الفيزيولوجي أن معدل ضربات القلب والتوصيل الجلدي هما مؤشران موثوقان للإثارة العاطفية. كاشيبو وآخرون (Cacioppo et al., 2017).

قدم جروين وآخرون (Grewen et al., 2005)، دليلاً على دور الأوكسيتوسين في تعزيز الثقة والتعلق في العلاقات الرومانسية. وأكد فيلدمان وآخرون (Feldman et al., 2007)، أن مستوياته تزيد أثناء اللمس الحنون والتفاعل الاجتماعي والتعلق الرومانسي. ويتأثر تنظيم الكورتيزول (هرمون الإجهاد) ، بالعوامل الاجتماعية، ماك إيوين (McEwen, 2007). حيث تشير مستوياته المنخفضة في وجود شخص محبوب إلى الأمان وانخفاض التوتر، مما يشير إلى أن وجوده يساعد في تنظيم الإجهاد العاطفي والفيزيولوجي، جونار وكيفيدو (Gunnar & Quevedo, 2007). كما يمكن أن يكون للتوتر المزمن آثار ضارة على الصحة، وينعكس التأثير الوقائي للدعم الاجتماعي والعلاقات المحبة في انخفاض مستويات الكورتيزول. ديتزن وآخرون (Ditzen et al., 2007). بينما يشارك النورإبينفرين هذا الناقل العصبي، المعروف أيضاً باسم النورأدرينالين، في استجابة الإجهاد والإثارة، ويساهم في زيادة الطاقة والتركيز والإثارة التي يتم تجربتها في الحب الرومانسي المبكر (Fisher, 2004).

بحسب بيرتيلز وزكي (Bartels & Zeki, 2004)، يتم تنشيط نظام المكافأة في الدماغ، وخاصة إطلاق الدوبامين، أثناء التفاعلات مع شخصيات التعلق، مما يعزز الرابطة ويخلق المتعة. يُطلق الدوبامين، وهو ناقل عصبي مرتبط بالمكافأة والتحفيز والمتعة، استجابةً للحب الرومانسي. تخلق هذه الزيادة الكيميائية العصبية أحاسيس النشوة والإثارة والتركيز على المحبوب. أجرى (Aron et al., 2005).

دراسات التصوير بالرنين المغناطيسي الوظيفي التي أظهرت أن مشاهدة صور شخص محبوب تنشط مناطق الدماغ الغنية بالدوبامين، مثل المنطقة السقيفية البطنية (Ventral Tegmental Area) والنواة المتكئة (The nucleus accumbens). هذه المناطق جزء من نظام المكافأة في الدماغ، والذي يتم تنشيطه أيضاً بتجارب ممتعة أخرى، مثل الطعام والمخدرات. تلعب المنطقة السقيفية البطنية دوراً حاسماً في بدء الحب الرومانسي، بينما تشارك النواة المتكئة في دمج المعلومات الحسية وتكوين العادات، مما يساهم في التركيز الوسواسي على المحبوب (Fisher, 2004). يمتد تأثير الدوبامين إلى التحفيز والسلوك الموجه نحو الهدف، مما يدفع الأفراد إلى السعي للحفاظ على القرب من أحبائهم شولتز (Schultz, 2016).

يرتبط الحب الرومانسي أيضاً بانخفاض مستويات السيروتونين، خاصة في المراحل المبكرة، مما قد يؤدي إلى زيادة الأفكار الوسواسية والانشغال الشديد بالمحبوب. وقد أشارت دراسة مارازيتي وآخرون (Marazziti et al., 1999). إلى أن مستويات السيروتونين لدى الأفراد في هذه المراحل تشابه تلك الموجودة لدى الأشخاص المصابين باضطراب الوسواس القهري. ويشير يونغ وآخرون (Young et al., 2011)، إلى أن انخفاض السيروتونين المؤقت، قد يؤدي إلى تعطيل تنظيم المزاج والاستقرار العاطفي، مما يزيد من التركيز العاطفي على المحبوب. كما يتم إطلاق الإندورفين، وهي مسكنات طبيعية للألم ومحسنة للمزاج، أثناء اللمس الجسدي والحميمية والترابط الاجتماعي، فهي تساهم في الدفء والاتصال والأمان. فقد اقترح دنبار (Dunbar, 2010)، أن الإندورفين يلعب دوراً حاسماً في الترابط وتكوين العلاقات الوثيقة، وإطلاقه يُحفز باللمس الجسدي، مثل العناق والتقبيل، مما يخلق مشاعر الراحة. وبحسب، بانكسيب (Panksepp, 2004)، ينشط الإندورفين مستقبلات الأفيون في الدماغ، والتي تشارك في تخفيف الألم والمتعة. يساهم هذا المسار الكيميائي العصبي في الأمان والتعلق المرتبط بالعلاقات الوثيقة.

المؤشرات طويلة المدى للحب (Long-term indicators of love):

في العلاقات طويلة الأمد، غالباً ما تتطور الشدة الأولية للحب العاطفي إلى شكل أكثر استقراراً من الاتصال. يتميز هذا الانتقال بمؤشرات مختلفة، تعكس تعميق الروابط العاطفية وتطور الحياة المشتركة.

الالتزام، أمر حاسم لاستقرار العلاقة، يتضمن الحفاظ على شراكة طويلة الأمد. يحدد روسبولت (Rusbult, 1980) ثلاثة عوامل رئيسية في نموذج الاستثمار (Investment Model) تؤثر على هذا الالتزام، الرضا وجودة البدائل وحجم الاستثمار.

يتضمن الالتزام اختياراً متمهداً، يتأثر بالتوجه طويل الأجل والتضحية العلائقية (Van Lange et al., 1997b). وقد يقلل الأفراد من التنافر المعرفي عن طريق التقليل من أهمية البدائل للشريك، جونسون وروسبولت (Johnson & Rusbult, 1989). يتجلى

الالتزام في سلوكيات مؤيدة للعلاقة (Rusbult et al., 1991)، وإيماءات رمزية (Agnew et al., 1998)، والمثابرة أثناء التحديات كارني وبرادبوري (Karney & Bradbury, 1995). تظهر الدراسات الطولية أن الالتزام يُبنى باستقرار العلاقة

(Rusbult, et al., 1998). ويُعد الالتزام مؤشراً عالمياً، لي وأغنيو (Le & Agnew, 2003). كما يتعزز الالتزام من خلال العلاج الزوجي والاستشارات قبل الزواج، أولسون وآخرون (Olson, 2019)، والتتقيف حول العلاقات، روودس وآخرون

(Rhoades, et al., 2006).

بمرور الوقت، غالباً ما يتحول الشغف الشديد للحب الرومانسي المبكر إلى الحب الرفاعي، والذي يتميز بالصدقة العميقة والاحترام المتبادل والأهداف المشتركة والحميمية العاطفية. يسلط (Gottman & Silver, 2015)، في عملهما حول الاستقرار الزوجي، الضوء على أهمية الصداقة والاحترام المتبادل في الحفاظ على العلاقات طويلة الأمد. يوفر الحب الرفاعي أساساً قوياً للتغلب على التحديات والحفاظ على الحميمية بمرور الوقت. ويرتبط الحب الرفاعي أيضاً بزيادة الأمان والراحة، حيث يطور الشركاء فهماً عميقاً لاحتياجات ونقاط نمو بعضهم البعض، فير (Fehr, 1988)، فالانتقال إلى الحب الرفاعي يعد تقدماً طبيعياً في العديد من العلاقات، مما يسمح للشركاء ببناء اتصال دائم يتجاوز المراحل الأولية من الشغف، هاتفيلد (Hatfield, 1988). أظهرت دراسات التصوير العصبي التي أجراها أسيفيدو وآخرون (Acevedo et al., 2012)، زيادة النشاط في مناطق الدماغ مثل قشرة الفص الحزامي الأمامي (ACC) والفص الجزيري (Insula) لدى الأفراد في علاقات طويلة الأمد. تشارك هذه المناطق في التعاطف والتنظيم العاطفي والإدراك الاجتماعي، مما يشير إلى أن الحب طويل الأمد يرتبط بمعالجة عصبية محسنة للمعلومات الاجتماعية والعاطفية مما يعكس تطور فهم أعمق واتصال بين الشركاء. تلعب قشرة الفص الحزامي الأمامي دوراً في حل النزاعات والتنظيم العاطفي، مما يمكن الشركاء من التغلب على الخلافات والحفاظ على الاستقرار العاطفي، بوش وآخرون (Bush, et al, 2000)، ويشارك الفص الجزيري في التعاطف والاستقبال الداخلي، مما يسمح للشركاء بالفهم والاستجابة للحالات العاطفية لبعضهم البعض، كرايج (Craig, 2002). علاوة على ذلك، تشير الأبحاث إلى أن العلاقات طويلة الأمد ترتبط بتغيرات في نظام المكافأة في الدماغ، مع تحول من الشغف المدفوع بالدوبامين إلى الترابط بوساطة الأوكسيتوسين، أسيفيدو وآخرون (Acevedo et al., 2012). يعكس هذا التحول الكيميائي العصبي الانتقال من الحب العاطفي إلى الحب الرفاعي. بالإضافة إلى ذلك، أظهرت الأبحاث أن الشركاء على المدى الطويل يظهرون زيادة في تنشيط مناطق الدماغ المتعلقة باسترجاع الذاكرة عند النظر إلى صور شركائهم، يشير هذا إلى أن الشركاء على المدى الطويل لديهم شبكة غنية من الذكريات المرتبطة بشركائهم، ماشيك وآخرون (Mashek, et al 2000).

الإيجابية كمؤشر على الحب (Positivity as an indicator of love):

أكد فروم (Fromm, 2000)، على أن الحب ليس مجرد شعور، بل هو عملية نشطة وممارسة تتطلب جهداً وعناية وإيجابية. وقد حدد عدة عناصر رئيسية للحب، بما في ذلك الرعاية، الاحترام، المسؤولية، والمعرفة. وفقاً لفروم، تنعكس الإيجابية في الحب من خلال الحفاظ على موقف بناء ومؤكد تجاه العلاقة والشريك. هذا المنظور يتوافق مع الأبحاث النفسية الحديثة حول دور المشاعر والسلوكيات الإيجابية في الحفاظ على العلاقات الصحية. حيث تشير نظرية التوسيع والبناء (Broaden-and-Build Theory) لفريدريكسون (Fredrickson, 2001) إلى أن المشاعر والحالات الإيجابية، مثل الفرح، الامتنان والحب، توسع نطاق الأفعال والتفكير لدى الأفراد وتبني موارد شخصية وعلائقية مستدامة. في سياق العلاقات، تعزز الإيجابية التواصل العاطفي والمرونة. كما أكدت أبحاث غوتمان (Gottman, 2012) على أهمية التفاعلات الإيجابية في العلاقات. وجد أن نسبة التفاعلات الإيجابية إلى السلبية هي مؤشر قوي على الرضا في العلاقة وطول عمرها. وأظهرت دراسة (Algoe et al., 2010) أن الامتنان يعمل كـ"جرعة تعزيرية" للعلاقات، مما يعزز الارتباط والالتزام. أشارت أبحاث غوتمان وليفنسون (Gottman, & Levenson, 1992) إلى أن الأزواج الذين يتعاملون مع النزاعات بروح الدعابة والتعاطف والموقف الإيجابي هم أكثر عرضة لحل الخلافات بشكل بناء والحفاظ على الرضا في العلاقة، لذلك تعتبر الإيجابية أيضاً أمراً بالغ الأهمية أثناء النزاعات. وتوصل عربي كاتبتي في دراسته (2023) إلى وجود ارتباط موجب بين الاتجاه نحو الحب والأمل.

تعتبر الإيجابية في الحب - من خلال الرعاية، الاحترام، الامتثال، والتواصل البناء - مؤشراً رئيسياً على العلاقات الصحية والمرضية. فمن خلالها، يمكن للأفراد تعميق الروابط العاطفية والحفاظ على الرضا في العلاقات على المدى الطويل.

التحرر العاطفي (Emotional Libration):

بالاعتماد على (Rosenberg, 2015)، يشير التحرر العاطفي إلى عملية تحرير أنفسنا من دائرة المشاعر الانفعالية المتجذرة في الحكم واللوم، سواء تجاه أنفسنا أو تجاه الآخرين. ويتضمن تحمل المسؤولية الكاملة عن مشاعرنا من خلال إدراك أنها تتبع من حاجاتنا الإنسانية العالمية الملّية أو غير الملّية، بدلاً من نسبها إلى أشخاص أو ظروف خارجية. هذا التحرر يمكّننا من تجاوز الاعتقاد بأننا ضحايا أو جناة للألم العاطفي، ويعزز الفاعلية الداخلية والاختيار في كيفية استجابتنا لأحداث الحياة. من خلال التواصل مع حاجاتنا وحاجات الآخرين بتعاطف، فإننا نفتح أنفسنا لتفاعلات أكثر أصالة ورحمة، مما يؤدي في النهاية إلى قدر أكبر من الحرية العاطفية والتواصل.

الاختلافات الثقافية في الحب (Cultural Differences in Love):

يتأثر فهمنا للحب وتجربته بشكل كبير بالسياقات الثقافية. فبينما قد تكون الحاجة الإنسانية الأساسية للتواصل عالمية، فإن الطرق التي يُتصور بها الحب ويُقدّر ويُمارس تختلف اختلافاً كبيراً عبر المجتمعات.

بالاعتماد على ليفين وآخرون (Levine et al., 2004) تعطي الثقافات الغربية الفردية الأولوية، غالباً، للحب الرومانسي كأساس رئيسي للزواج والعلاقات طويلة الأمد. وعلى النقيض من ذلك، قد تولي الثقافات الجماعية أهمية أكبر لعوامل مثل موافقة الأسرة والالتزام. كما يختلف التعبير العلني عن الحب والمودة اختلافاً كبيراً. بعض الثقافات أكثر تعبيراً علناً من خلال اللمس الجسدي والتأكيدات اللفظية، بينما يؤكد البعض الآخر على طرق أكثر دقة وغير مباشرة لإظهار الاهتمام والالتزام.

أرجيل (Argyle, 1994). كما أنه لدى الثقافات المختلفة "تصوص" أو توقعات متميزة لكيفية تطور العلاقات الرومانسية، بما في ذلك طقوس الخطوبة، وسلوكيات المواعدة، وأدوار الأسرة، والمجتمع. بحسب بيرشيد، وريس (Berscheid & Reis, 1998).

ويشير هوفستد (Hofstede, 2001)، إلى أن الثقافات ذات النزعة الفردية العالية تميل إلى التركيز على الاحتياجات الشخصية والاستقلالية داخل العلاقات، بينما تعطي الثقافات الجماعية الأولوية لانسجام المجموعة واحتياجات الأسرة أو المجتمع على الرغبات الفردية في مسائل الحب والزواج. وحتى مفهوم "الحب" ذاته يمكن أن يختلف. قد لا تحتوي بعض اللغات على مكافئ مباشر للمفهوم الغربي للحب الرومانسي، أو قد يتم التركيز على جوانب مختلفة من العلاقات الوثيقة، مثل الواجب أو الرفقة، (Karandashev, 2015).

تلعب الكفاءة الذاتية، وهي اعتقاد الفرد بقدرته على النجاح في مواقف محددة، دوراً مهماً في تجربة العلاقات المحبة والحفاظ عليها رغم أنها قد تكون مخاطرة في بعض الأحيان وخاصة عند تغليف الحب بحاجات أخرى، حيث أكدت دراسة مسعود (2021) أن توقعات الكفاءة الذاتية منبئ دال على سلوك المخاطرة عند المراهقين، وأن الفروق هي لصالح الذكور في سلوك المخاطرة. وفيما يتعلق بالفروق بين الجنسين أيضاً، يعزو عربي كاتبي (2023)، الفروق لصالح الإناث على مقياس الاتجاه نحو الحب، لأساليب التنشئة الاجتماعية المتبعة التي تدعم استقلالية الذكور ونضجهم العاطفي.

وفي دراسة لملمح (2022)، لأساليب الحب وعلاقتها بأبعاد الشخصية، توصل إلى ارتباط الانبساطية مع الأسلوبين الشهواني واللعب، وارتباط العصابية مع الأسلوب الهوسي وسلباً مع الأسلوب العملي، وارتباط الذهانية سلماً مع الأسلوبين المخزن والساحر، كما تبين له وجود فروق في الشهوانية واللعب لصالح الذكور وفي الهوس والساحر والعصابية لصالح الإناث، بالإضافة إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في العملي والمخزن والانبساطية والذهانية.

بينما قد تكون الحاجة إلى الحب إنسانية أساسية، فإن تجلياتها وأهميتها متشابكة بعمق مع المعايير والقيم والهياكل الاجتماعية الثقافية. يدرك البحث النفسي بشكل متزايد أهمية مراعاة هذه الاختلافات الثقافية لتحقيق فهم أكثر اكتمالاً للحب بأشكاله المتنوعة.

بعض مقاييس الحب والانتقادات الموجهة إليها

تم تطوير عدة مقاييس عن الحب، لكل منها نقاط قوة وانتقادات خاصة:

مقياس الحب العاطفي (PLS) الذي طوره هاتقلد وسبريشر عام 1986، (Hatfield & Sprecher)، يقيس الجوانب المعرفية والعاطفية والسلوكية للحب الرومانسي، وقد أثبت موثوقية عالية عبر الثقافات. ومع ذلك، يرى بعض الباحثين أنه قد يخلط بين الحب العاطفي والحب الرفاعي، مما يحد من دقته في التمييز بين النوعين.

مقياس مثلث الحب لستيرنبرغ (TLS- Triangular Love Scale)، يقيس ثلاث مكونات للحب: الألفة، والشغف، والالتزام، وأظهر موثوقية عالية وصحة عبر الثقافات. لكن النقاد يرون أن النموذج قد يبسط تعقيد الحب، وقد لا يأخذ في الحسبان الاختلافات الثقافية في تجارب الحب.

مقياس مواقف الحب (LAS- Love Attitudes Scale)، المستند إلى نظرية "ألوان الحب" للي، يحدد ستة أنماط للحب مثل الشهواني، اللعب، المخزن، العملي، الهوس والساحر. ورغم أنه يقدم منظوراً واسعاً تجاه مواقف الحب، إلا أن قابليته للتطبيق عبر ثقافات وسياقات علاقات مختلفة كانت موضع تساؤل، كناس أغيدو (Cannas Aghedu et al, 2019).

مقاييس الافتتان والتعلق (IAS- Infatuation and Attachment Scales)، يهدف إلى التمييز بين الافتتان في المراحل المبكرة من العلاقة والتعلق الأعمق. وقد أثبت خصائص قياسية جيدة، إلا أن البعض يرى أن التمييز الثنائي قد لا يعبر عن السهولة والتداخل بين هذه التجارب، لانغيسلاغ وآخرون (Langeslag, et al, 2013).

المقاييس الأحدث مثل مقياس التقييم متعدد الأبعاد للحب (MEVOL- Multidimensional Evaluation of Love) والمقياس القصير للحب (SLS-12- Short Love Scale) تسعى لالتقاط الطبيعة متعددة الأوجه للحب. وعلى الرغم من أنها توفر نهجاً أكثر تفصيلاً، إلا أن حداثة تتطلب المزيد من التحقق من صحتها في مجتمعات متنوعة، بودي وكوال (Bode, & Kowal, 2023). وباختصار، في حين أن مقاييس الحب الحالية توفر رؤى قيّمة، إلا أن لكل منها قيوداً فيما يخص التطبيق الثقافي، والدقة، والشمولية. ويظل البحث المستمر وتطوير المقاييس ضرورياً لإنشاء أدوات أكثر عالمية ودقة في تقييم الحب.

الفجوات المعرفية واتجاهات البحث المستقبلية:

على الرغم من الرؤى الثرية المكتسبة من الدراسات الحديثة، لا تزال هناك عدة فجوات معرفية. على سبيل المثال، في حين تم استكشاف الأبعاد البيولوجية والثقافية للحب، هناك حاجة إلى مزيد من البحث لدراسة كيفية تفاعل هذه العوامل بمرور الوقت وعبر أنواع العلاقات المختلفة. بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن تركز المزيد من الدراسات التجريبية على تداعيات تطبيق الحب، خاصة فيما يتعلق بالصحة العاطفية والاعتبارات الأخلاقية. يمكن أن يُبحث في المستقبل أيضاً، في دور التكنولوجيا ووسائل التواصل الاجتماعي في تشكيل التعبيرات المعاصرة عن الحب، خاصة بين الأجيال الشابة. يمكن أن يوفر فهم كيف تؤثر هذه المنصات على الديناميات العاطفية والتعبيرات الثقافية للحب مزيداً من العمق للمؤشرات النفسية للحب.

إجراءات البحث (Methods):

1/. الدراسة الاستطلاعية:

هدفت دراسة العينة الاستطلاعية إلى تحديد الأبعاد الرئيسية والفرعية لقائمة مؤشرات الحب إضافة إلى التي توضحت من خلال الخبرة الميدانية وإلى تقييم وضوح وسهولة الاستجابة لبنود قائمة مؤشرات الحب، كما هدفت إلى تحديد أي بنود تحتاج إلى تعديل أو حذف بناءً على ملاحظات العينة الاستطلاعية. وتم تحديد ثلاثة أبعاد (مؤشرات) رئيسية:

- **عبر الزمن:** يشير عبر الزمن كمؤشر إلى الاستمرارية، وذلك للتمييز بين مفاهيم مثل الإعجاب، أو الانجذاب، الذي يمكن أن يستمر لفترات قصيرة بالمقارنة مع الحب. وذلك يختلف باختلاف الأشخاص، مع عدم تحديد فترة بعينها.
- **الإيجابية:** تشير الإيجابية إلى رؤية الحياة بمنطلق مقبل على الحياة وقبول ورضا، يساعد على تجاوز الصعوبات والتحديات. وتتوضح في عدة نقاط كالتفاؤل والأمل والثقة بالنفس، التركيز على الجوانب الإيجابية من الأحداث.
- **التحرر العاطفي:** يشير التحرر العاطفي، إلى تحمل مسؤوليتنا الكاملة عن مشاعرنا وتصرفاتنا، إضافة إلى تلبية حاجاتنا لبعضنا البعض انطلاقاً من قدرتنا ورغبتنا، وليس انطلاقاً من تحمل مسؤولية مشاعر الآخر.

وعشرة أبعاد (مؤشرات) فرعية:

إظهار الاهتمام الحقيقي برفاه شخص ما وسعدته هو علامة أساسية على الحب. يمكن أن يشمل ذلك أعمال اللطف.	الاهتمام
إن إنشاء التجارب المشتركة والاستمتاع بها يعزز الروابط بين الأفراد. يمكن أن تكون هذه أنشطة بسيطة أو أحداث حياة مهمة تساهم في بناء تاريخ مشترك.	المشاركة
الالتزام بالعلاقة والرغبة في استثمار الوقت والجهد في نموها يدل على الحب العميق والدائم.	الترايبط
تُبنى علاقة الحب على الثقة المتبادلة، حيث يكون الأفراد على ثقة في نوايا وأفعال بعضهم البعض.	الثقة
التواصل المفتوح والصادق أمر حيوي في التعبير عن الحب. إن مشاركة الأفكار والمشاعر والخبرات تعزز فهماً أعمق واتصالاً بين الأفراد.	التواصل
يعد الفهم الوجداني لمشاعر وحاجات الآخرين ومشاركتها جانباً أساسياً من الحب. يبني التعاطف مع أفرح وأحزان الآخر علاقة أعمق ورابطاً عاطفياً.	التعاطف
تشير إلى مشاعر الفرح أثناء اللقاء أو القيام بفعل مع الآخر	الفرح/ السعادة
تقديم الدعم خلال الأوقات الجيدة والسينة. سواء كان ذلك التشجيع أو المساعدة أو مجرد التواجد	المساندة/ الدعم
الاحترام عميق للآخر، يشمل الاعتراف وتقدير وجهات نظره وآرائه، والاعتراف بمساحته، ومعاملته بكرامة. إن النوايق الفكري يدور حول فهم واحترام الاختلافات.	الاحترام والتقدير
اللمس الجسدي، مثل العناق والقبيلات والأحضان، أمر حيوي للحفاظ على العلاقة الحميمة. يعمل على تقوية الارتباط العاطفي. العلاقة الحميمة خارج نطاق الجنس، على الرغم من أهمية العلاقة الجنسية الحميمة، إلا أن اللمس والمودة غير الجنسية تساهم بشكل كبير في الارتباط والحب.	التلامس الجسدي

تمت صياغة بنود الأداة: لتكون واضحة ومحددة تعكس المؤشرات المحددة لكل بعد، واستعمال لغة بسيطة ومفهومة لتسهيل الإجابة على البنود، ضمان شمولية البنود لتغطية جميع أبعاد مفهوم الحب.

2/. مجتمع البحث وعينته: بما أن المجتمع الأصلي غير معلوم، حيث لا توجد إحصائية حالية دقيقة لمجتمع الراشدين في المرحلة في محافظة دمشق، قام الباحث باستعمال القانون الإحصائي الآتي لتحديد حجم العينة المناسب، بحسب (كامل، 2022).

$$n = \frac{z^2}{d} \times p(1-p)$$

حيث (N) حجم العينة، و (Z) الدرجة المعيارية، و (D) نسبة الخطأ (مستوى الدلالة)، و (P) نسبة توافر الخاصية، وقد اتفق العلماء على وضع قيمة ثابتة لها وهي 0.5، مما ينتج أن العينة الممثلة هي (n=384.16 ≈ 385).

تم تطبيق البحث على ممن ينتمون إلى مرحلة الرشد وهي بحسب (APA, 2023) فترة النمو البشري التي يصل فيها الإنسان إلى كامل نموه الجسدي ونضجه، وتحدث فيها تغيرات بيولوجية ومعرفية واجتماعية وشخصية وغيرها من التغيرات المرتبطة بالشيخوخة. تبدأ مرحلة الرشد بعد المراهقة، وتُقسّم أحياناً إلى مرحلة الشباب (من 20 إلى 35 عاماً تقريباً)؛ ومرحلة منتصف الرشد (من 36 إلى 64 عاماً تقريباً)؛ ومرحلة الرشد المتأخرة (من 65 عاماً فما فوق). تُقسّم هذه المرحلة أحياناً إلى: شباب-المسنين (من 65 إلى 74 عاماً)، وشيخوخة-المسنين (من 75 إلى 84 عاماً)، والشيخوخة الأكبر (من 85 عاماً فما فوق).

تراوح المدى العمري لأفراد عينة البحث بين (23-50) عاماً، بمتوسط عمري وقدره 36،73 عاماً

3/. الخصائص القياسية لقائمة مؤشرات الحب:

أولاً: صدق القائمة: قام الباحث بالتحقق من صدق القائمة بالطرائق الآتية::

1- صدق المحتوى: قام الباحث بعرض القائمة على مجموعة من أعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية بجامعة دمشق في مجال علم النفس والقياس النفسي لتحكيمها لإبداء ملاحظاتهم فيما يأتي:

- ملاءمة القائمة لقياس مؤشرات الحب لدى الراشدين في محافظة دمشق.

- كفاية المؤشرات الفرعية والرئيسية للقائمة.

- إضافة أو حذف أو اقتراح التعديلات التي يرونها مناسبة على القائمة بما يتناسب وموضوع البحث.

وأشار السادة المحكمون إلى ملاءمة القائمة لقياس ما وضعت لقياسه، وكفاية المؤشرات الفرعية والرئيسية للقائمة، وعدم حذف أي منها.

2- الصدق البنائي: قام الباحث بتطبيق القائمة على عينة بلغ عدد أفرادها (419) من الراشدين في محافظة دمشق -خارج عينة البحث الأساسية-، ثم حُسبت معاملات ارتباط المؤشرات الفرعية مع الدرجة الكلية للمؤشر الرئيسي الذي تنتمي إليه، ومعاملات ارتباط المؤشرات الفرعية مع بعضها البعض ضمن كل مؤشر رئيسي، ومعاملات ارتباط المؤشرات الرئيسية مع بعضها البعض، وتوضح الجداول الآتية معاملات الارتباط الناتجة:

الجدول (1): معاملات ارتباط المؤشرات الفرعية مع الدرجة الكلية للمؤشر الرئيسي (عبر الزمن)

المؤشر الرئيسي (عبر الزمن)										
المؤشرات الفرعية	الاهتمام	المشاركة	الترايب	الثقة	التواصل	التعاطف	السعادة	المساندة	الاحترام	التلامس الجسدي
معامل الارتباط	0.732**	00.805**	0.758**	0.825**	0.764**	0.827**	0.848**	0.766**	0.828**	0.777**
القيمة الاحتمالية	0.000	0.000	0.000	00.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

(** دال عند مستوى الدلالة (0.01))

يُلاحظ من الجدول السابق أن قيم معاملات ارتباط مؤشرات الحب الفرعية مع الدرجة الكلية للمؤشر الرئيسي (عبر الزمن) تراوحت ما بين (0.732-0.848) وهي معاملات ارتباط جيدة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) مما يدل على أن مؤشرات الحب الفرعية متنسقة مع المؤشر الرئيسي (عبر الزمن)، ويعطي مؤشراً للصدق البنائي للقائمة.

الجدول (2): معاملات ارتباط المؤشرات الفرعية مع الدرجة الكلية للمؤشر الرئيسي (الإيجابية)

المؤشر الرئيسي (الإيجابية)										
المؤشرات الفرعية	الاهتمام	المشاركة	الترايط	الثقة	التواصل	التعاطف	السعادة	المساندة	الاحترام	التلامس الجسدي
معامل الارتباط	0.863**	0.811**	0.795**	0.791**	0.742**	0.825**	0.781**	0.826**	0.899**	0.813**
القيمة الاحتمالية	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

(** دال عند مستوى الدلالة (0.01))

يُلاحظ من الجدول السابق أن قيم معاملات ارتباط مؤشرات الحب الفرعية مع الدرجة الكلية للمؤشر الرئيسي (الإيجابية) تراوحت ما بين (0.742-0.899) وهي معاملات ارتباط جيدة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) مما يدل على أن مؤشرات الحب الفرعية متنسقة مع المؤشر الرئيسي (الإيجابية)، ويعطي مؤشراً للصدق البنائي للقائمة.

الجدول (3): معاملات ارتباط المؤشرات الفرعية مع الدرجة الكلية للمؤشر الرئيسي (التحرر العاطفي)

المؤشر الرئيسي (التحرر العاطفي)										
المؤشرات الفرعية	الاهتمام	المشاركة	الترايط	الثقة	التواصل	التعاطف	السعادة	المساندة	الاحترام	التلامس الجسدي
معامل الارتباط	0.671**	0.760**	0.843**	0.840**	0.891**	0.762**	0.795**	0.846**	0.823**	0.800**
القيمة الاحتمالية	.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

(** دال عند مستوى الدلالة (0.01))

يُلاحظ من الجدول السابق أن قيم معاملات ارتباط مؤشرات الحب الفرعية مع الدرجة الكلية للمؤشر الرئيسي (التحرر العاطفي) تراوحت ما بين (0.671-0.891) وهي معاملات ارتباط جيدة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) مما يدل على أن مؤشرات الحب الفرعية متنسقة مع المؤشر الرئيسي (التحرر العاطفي)، ويعطي مؤشراً للصدق البنائي للقائمة.

الجدول (4): معاملات ارتباط المؤشرات الفرعية مع بعضها البعض ضمن المؤشر الرئيسي (عبر الزمن)

المؤشر الرئيسي (عبر الزمن)									
المؤشرات الفرعية	المشاركة	الترايط	الثقة	التواصل	التعاطف	السعادة	المساندة	الاحترام	التلامس الجسدي
الاهتمام	0.831**	0.735**	0.612**	0.629**	0.586**	0.526**	0.729**	0.458**	0.502**
المشاركة	-	0.702**	0.679**	0.646**	0.553**	0.573**	0.653**	0.629**	0.517**
الترايط	-	-	0.765**	0.460**	0.588**	0.513**	0.462**	0.531**	0.456**
الثقة	-	-	-	0.622**	0.612**	0.678**	0.571**	0.632**	0.583**
التواصل	-	-	-	-	0.598**	0.642**	0.611**	0.595**	0.630**
التعاطف	-	-	-	-	-	0.735**	0.655**	0.675**	0.661**
الفرح (السعادة)	-	-	-	-	-	-	0.714**	0.791**	0.652**
المساندة والدعم	-	-	-	-	-	-	-	0.659**	0.589**
الاحترام والتقدير	-	-	-	-	-	-	-	-	0.615**

(** دال عند مستوى الدلالة (0.01))

يُلاحظ من الجدول السابق أن قيم معاملات ارتباط المؤشرات الفرعية مع بعضها البعض ضمن المؤشر الرئيسي (عبر الزمن) تراوحت ما بين (0.456-0.791) وهي معاملات ارتباط جيدة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) مما يدل على أن المؤشرات الفرعية ضمن المؤشر الرئيسي (عبر الزمن) متسقة مع بعضها البعض، ويعطي مؤشراً للصدق البنائي للقائمة.

الجدول (5) معاملات ارتباط المؤشرات الفرعية مع بعضها البعض ضمن المؤشر الرئيسي (الإيجابية)

المؤشر الرئيسي (الإيجابية)									
التلامس الجسدي	الاحترام	المساندة	السعادة	التعاطف	التواصل	الثقة	الترابط	المشاركة	المؤشرات الفرعية
0.696**	0.696**	0.623**	0.643**	0.574**	0.576**	0.821**	0.652**	0.841**	الاهتمام
0.708**	0.631**	0.741**	0.688**	0.518**	0.522**	0.796**	0.576**	-	المشاركة
0.507**	0.666**	0.592**	0.577**	0.728**	0.632**	0.586**	-	-	الترابط
0.608**	0.715**	0.647**	0.680**	0.514**	0.609**	-	-	-	الثقة
0.536**	0.607**	0.519**	0.662**	0.624**	-	-	-	-	التواصل
0.612**	0.786**	0.701**	0.577**	-	-	-	-	-	التعاطف
0.525**	0.642**	0.647**	-	-	-	-	-	-	الفرح (السعادة)
0.642**	0.879**	-	-	-	-	-	-	-	المساندة والدعم
0.798**	-	-	-	-	-	-	-	-	الاحترام والتقدير

((** دال عند مستوى الدلالة (0.01))

يُلاحظ من الجدول السابق أن قيم معاملات ارتباط المؤشرات الفرعية مع بعضها البعض ضمن المؤشر الرئيسي (الإيجابية) تراوحت ما بين (0.507-0.879) وهي معاملات ارتباط جيدة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) مما يدل على أن المؤشرات الفرعية ضمن المؤشر الرئيسي (الإيجابية) متسقة مع بعضها البعض، ويعطي مؤشراً للصدق البنائي للقائمة.

الجدول (6): معاملات ارتباط المؤشرات الفرعية مع بعضها البعض ضمن المؤشر الرئيسي (التحرر العاطفي)

المؤشر الرئيسي (التحرر العاطفي)									
التلامس الجسدي	الاحترام	المساندة	السعادة	التعاطف	التواصل	الثقة	الترابط	المشاركة	المؤشرات الفرعية
0.446**	0.633**	0.722**	0.747**	0.609**	0.601**	0.650**	0.504**	0.618**	الاهتمام
0.657**	0.546**	0.532**	0.526**	0.588**	0.601**	0.659**	0.697**	-	المشاركة
0.720**	0.696**	0.682**	0.651**	0.586**	0.684**	0.631**	-	-	الترابط
0.596**	0.637**	0.740**	0.662**	0.608**	0.728**	-	-	-	الثقة
0.669**	0.711**	0.817**	0.672**	0.733**	-	-	-	-	التواصل
0.551**	0.528**	0.651**	0.733**	-	-	-	-	-	التعاطف
0.599**	0.634**	0.608**	-	-	-	-	-	-	الفرح (السعادة)
0.640**	0.667**	-	-	-	-	-	-	-	المساندة والدعم
0.619**	-	-	-	-	-	-	-	-	الاحترام والتقدير

((** دال عند مستوى الدلالة (0.01))

يُلاحظ من الجدول السابق أن قيم معاملات ارتباط المؤشرات الفرعية مع بعضها البعض ضمن المؤشر الرئيسي (التحرر العاطفي) تراوحت ما بين (0.446-0.817) وهي معاملات ارتباط جيدة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) مما يدل على أن المؤشرات الفرعية ضمن المؤشر الرئيسي (التحرر العاطفي) متسقة مع بعضها، ويعطي مؤشراً للصدق البنائي للقائمة.

الجدول (7): معاملات ارتباط المؤشرات الرئيسية مع بعضها البعض

المؤشرات الرئيسية	الإيجابية	التحرر العاطفي
عبر الزمن	0.836**	0.698**
الإيجابية	-	0.686**

(** دال عند مستوى الدلالة (0.01))

يُلاحظ من الجدول السابق أن قيم معاملات ارتباط المؤشرات الرئيسية مع بعضها البعض تراوحت ما بين (0.686-0.836) وهي معاملات ارتباط جيدة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) مما يدل على أن المؤشرات الرئيسية متسقة مع بعضها البعض، ويعطي مؤشراً للصدق البنائي للقائمة.

3- الصدق المحكي بدلالة المجموعات الطرفية (الصدق التباعدي):

قام الباحث بتطبيق القائمة على عينة البحث القياسية ثم حسب درجاتهم، ورتبت تنازلياً، وتم أخذ أعلى (25%) وأدنى (25%) منها، ثم حسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجاتهم على المؤشرات الرئيسية للقائمة، وتم استعمال اختبار (ت) ستودنت لتعرف دلالة الفروق بين متوسطي درجات أفراد المجموعتين، كما يوضح الجدول الآتي:

الجدول (8): الدلالة الإحصائية للفروق بين متوسطي درجات المجموعتين العليا والدنيا على قائمة مؤشرات الحب

المؤشرات الرئيسية	العدد	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	القرار
عبر الزمن	104	العليا	292.52	49.692	17.834	206	0.000	دال عند (0.01)
	104	الدنيا	482.92	19.498				
الإيجابية	104	العليا	304.76	56.279	12.061	206	0.000	دال عند (0.01)
	104	الدنيا	448.00	18.943				
التحرر العاطفي	104	العليا	259.20	38.296	20.764	206	0.000	دال عند (0.01)
	104	الدنيا	442.32	21.859				

يلاحظ من الجدول السابق أن قيم (t) دالة إحصائياً، مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات أفراد المجموعتين العليا والدنيا، وهذه الفروق لصالح المجموعة العليا، مما يشير إلى الصدق المحكي بدلالة المجموعات الطرفية (الصدق التباعدي) لقائمة مؤشرات الحب.

ثانياً: ثبات القائمة: قام الباحث بالتحقق من ثبات القائمة وفق الطريقتين الآتيتين:

1- الثبات بطريقة معادلة ألفا-كرونباخ: تم استعمال معادلة ألفا-كرونباخ لدرجات عينة البحث القياسية على المؤشرات الرئيسية للقائمة، وتراوحت قيم معاملات الثبات بهذه الطريقة بين (0.933-0.942) وتشير إلى درجة ثبات مرتفعة للقائمة.

2- الثبات بطريقة التجزئة النصفية: حسب معامل ثبات التجزئة النصفية للمؤشرات الرئيسية للقائمة، ثم صحح معامل الثبات بمعادلة سبيرمان براون، وتراوحت قيم معاملات الثبات بهذه الطريقة بين (0.866-0.902)، وهي معاملات ثبات مرتفعة تشير إلى اتصاف القائمة بالثبات وفق طريقة التجزئة النصفية، ويوضح الجدول (9) معاملات الثبات الناتجة:

الجدول (9): معاملات ثبات القائمة بطريقتي (ألفا-كرونباخ، والتجزئة النصفية)

المؤشرات الرئيسية	عدد المؤشرات الفرعية	ألفا-كرونباخ	التجزئة النصفية
عبر الزمن	10	0.933	0.866
الإيجابية	10	0.942	0.887
التحرر العاطفي	10	0.938	0.902

تعقيب على نتائج البحث حول الخصائص القياسية لقائمة مؤشرات الحب:

أظهرت نتائج الدراسة القياسية لقائمة مؤشرات الحب اتصافها بمؤشرات جيدة للصدق والثبات تجعل استعمالها ممكناً في البيئة المحلية وفق حدود عينة البحث الحالي المتمثلة بالراشدين في محافظة دمشق.

ثانياً: نتائج فرضيات البحث (Results):

1./ التحقق من صحة الفرضية الأولى:

لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على قائمة مؤشرات الحب تعزى لمتغير لجنس للتحقق من صحة الفرضية تم استخراج المتوسطات والانحرافات المعيارية واستعمال اختبار (t) للعينات المستقلة لدلالة الفروق بين المتوسطات على قائمة مؤشرات الحب وفقاً لمتغير الجنس، وجاءت النتائج كالآتي.

الجدول (10): المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة (T) وفقاً لمتغير الجنس

القرار	القيمة الاحتمالية	درجة الحرية	قيمة T	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الجنس	
غير دال إحصائياً	0.217	417	-1.238-	7.90033	24.8767	73	ذكر	الاهتمام عبر الزمن
				10.53476	26.4913	346	أنثى	
غير دال إحصائياً	0.087	417	-1.714-	8.06035	24.0548	73	ذكر	الاهتمام الإيجابية
				10.19740	26.2312	346	أنثى	
غير دال إحصائياً	0.138	417	-1.487-	8.62172	23.2603	73	ذكر	الاهتمام التحرر العاطفي
				10.48333	25.2110	346	أنثى	
دال إحصائياً	0.005	417	-2.822-	7.95880	21.0685	73	ذكر	المشاركة عبر الزمن
				9.70350	24.4942	346	أنثى	
دال إحصائياً	0.004	417	-2.865-	7.96475	21.3973	73	ذكر	المشاركة الإيجابية
				9.71342	24.8786	346	أنثى	
دال إحصائياً	0.008	417	-2.661-	7.84455	20.9315	73	ذكر	المشاركة التحرر العاطفي
				9.85125	24.1994	346	أنثى	
غير دال إحصائياً	0.162	417	-1.400-	7.79757	24.3151	73	ذكر	الترابط عبر الزمن
				10.27600	26.0983	346	أنثى	
غير دال إحصائياً	0.077	417	-1.772-	7.53374	23.7260	73	ذكر	الترابط الإيجابية
				9.98865	25.9191	346	أنثى	
غير دال إحصائياً	0.087	417	-1.718-	7.84530	23.0822	73	ذكر	الترابط التحرر العاطفي
				10.18149	25.2543	346	أنثى	
غير دال إحصائياً	0.265	417	-1.116-	8.28194	24.7260	73	ذكر	الثقة عبر الزمن
				10.30477	26.1618	346	أنثى	

غير دال إحصائياً	0.225	417	-1.216-	8.26389	24.3699	73	ذكر	الثقة الإيجابية
				10.31103	25.9335	346	أنثى	
غير دال إحصائياً	0.345	417	-.946-	8.70850	24.0959	73	ذكر	الثقة التحرر العاطفي
				10.42889	25.3324	346	أنثى	
دال إحصائياً	0.034	417	-2.132-	7.75657	22.5753	73	ذكر	التواصل عبر الزمن
				9.99099	25.2225	346	أنثى	
دال إحصائياً	0.020	417	-2.328-	7.95932	22.3836	73	ذكر	التواصل الإيجابية
				9.87599	25.2543	346	أنثى	
غير دال إحصائياً	0.084	417	-1.734-	7.98648	22.3425	73	ذكر	التواصل التحرر العاطفي
				10.17442	24.5376	346	أنثى	
غير دال إحصائياً	0.136	417	-1.495-	7.93881	24.9452	73	ذكر	التعاطف عبر الزمن
				10.52977	26.8960	346	أنثى	
غير دال إحصائياً	0.125	417	-1.536-	7.88468	24.6712	73	ذكر	التعاطف الإيجابية
				10.50693	26.6705	346	أنثى	
غير دال إحصائياً	0.226	417	-1.211-	8.35108	24.1918	73	ذكر	التعاطف التحرر العاطفي
				10.56741	25.7861	346	أنثى	
غير دال إحصائياً	0.122	417	-1.550-	8.21172	24.8904	73	ذكر	السعادة عبر الزمن
				10.58907	26.9306	346	أنثى	
غير دال إحصائياً	0.183	417	-1.335-	8.26566	24.8904	73	ذكر	السعادة الإيجابية
				10.54481	26.6416	346	أنثى	
غير دال إحصائياً	0.289	417	-1.061-	8.25470	24.4521	73	ذكر	السعادة التحرر العاطفي
				10.69137	25.8613	346	أنثى	
غير دال إحصائياً	0.681	417	-0.412-	7.93781	26.1370	73	ذكر	المساندة عبر الزمن
				10.95994	26.6936	346	أنثى	
غير دال إحصائياً	0.648	417	-0.457-	7.79523	25.8904	73	ذكر	المساندة الإيجابية
				10.71102	26.4942	346	أنثى	
غير دال إحصائياً	0.790	417	-0.266-	8.04738	25.3562	73	ذكر	المساندة التحرر العاطفي
				10.76482	25.7110	346	أنثى	
غير دال إحصائياً	0.223	417	-1.221-	9.05501	26.0822	73	ذكر	الاحترام والتقدير عبر الزمن
				11.62342	27.8468	346	أنثى	
غير دال إحصائياً	0.334	417	-.966-	9.27146	26.1096	73	ذكر	الاحترام والتقدير الإيجابية
				11.52722	27.5000	346	أنثى	
غير دال إحصائياً	0.458	417	-.743-	9.62604	25.7534	73	ذكر	الاحترام والتقدير التحرر العاطفي
				11.55290	26.8295	346	أنثى	
دال إحصائياً	0.022	417	-2.297-	9.42625	18.0822	73	ذكر	التلامس الجسدي عبر الزمن
				10.20778	21.0636	346	أنثى	
دال إحصائياً	0.016	417	-2.419-	9.31842	18.4384	73	ذكر	التلامس الجسدي الإيجابية
				10.17144	21.5636	346	أنثى	

التلامس الجسدي	ذكر	73	18.5890	9.40572	-1.863-	417	0.063	غير دال إحصائياً
	أنثى	346	20.9509	9.93255				
التحرر العاطفي	ذكر	73	237.6986	73.21879	-1.865-	417	0.063	غير دال إحصائياً
	أنثى	346	257.8988	86.20198				
درجة كلية عبر الزمن	ذكر	73	235.9315	73.30157	-1.967-	417	3.05	غير دال إحصائياً
	أنثى	346	257.0867	85.49358				
درجة كلية التحرر العاطفي	ذكر	73	232.0548	74.67316	-1.610-	417	0.108	غير دال إحصائياً
	أنثى	346	249.6734	86.98839				

يلاحظ من الجدول السابق أن قيمة (T) كانت غير دالة عند مستوى (0.05) لأغلب المؤشرات الرئيسية تبعاً لمتغير الجنس ويتضح ذلك من خلال قيمة المعنوية الاحصائية المحسوبة Sig وهي أكبر من قيمتها النظرية (0.05)، ومنه تمّ وضع معايير مشتركة لكلا الجنسين ضمن هذه المؤشرات، أما مؤشرات المشاركة عبر الزمن، المشاركة الإيجابية، المشاركة التحرر العاطفي، التواصل عبر الزمن، التواصل الإيجابية، التلامس الجسدي عبر الزمن، التلامس الجسدي الإيجابية، كانت القيمة الاحتمالية لها أصغر من (0.05) مما يدل على أنه توجد فروق بين آراء أفراد العينة تعزى لمتغير الجنس على هذه المؤشرات وهذا يتطلب وضع معايير لكل جنس على هذه المؤشرات.

بالنسبة لمعظم مؤشرات الحب الرئيسية، يبدو أن تصورات الرجال والنساء متشابهة بشكل عام. يمكن بالتالي استعمال معايير موحدة عند تحليل هذه المؤشرات في العينة، ومع ذلك، فإن بعض المؤشرات المحددة المذكورة أعلاه تظهر اختلافات جوهرية في كيفية إدراكها بين الجنسين. عند تحليل هذه المؤشرات، من المهم أن تأخذ في الاعتبار هذه الفروق الاحتمالية. قد تكون هناك عوامل اجتماعية أو ثقافية أو نفسية مختلفة تؤثر على كيفية إدراك كل جنس لهذه الجوانب المحددة من الحب (مثل "المشاركة" أو "التواصل" أو "التلامس الجسدي" عبر الزمن أو من منظور إيجابي). باختصار، تشير هذه النتيجة إلى وجود جوانب من الحب يتم إدراكها بشكل مماثل بين الرجال والنساء، بينما توجد جوانب أخرى تظهر اختلافات واضحة تتطلب تحليلاً أكثر تفصيلاً يأخذ في الاعتبار متغير الجنس. يمكن فهم هذا الاختلاف في التعبير عن الحب من خلال كل من التنشئة الاجتماعية والأدوار الجندرية. فالأولاد يُربون على قيم القوة والاستقلال، مما يجعلهم يعبرون عن مشاعرهم بطرق عملية، مثل تقديم الدعم أو قضاء وقت معاً، بدلاً من الحديث عن العواطف. بينما تُشجع الفتيات على التعبير عن مشاعرهن وبناء علاقات، مما يدفعهن للتواصل والمشاركة والتلامس للتأكد من قوة العلاقة. على الجانب البيولوجي، هرمون الأوكسيتوسين يؤثر في النساء، حيث يُفرز بكثرة خلال التلامس الجسدي مثل العناق، والولادة، مما يعزز من الثقة والارتباط. وهذا قد يفسر ميل النساء نحو التواصل الجسدي مع الشركاء. بينما يميل الرجال للتعبير عن الحب من خلال الأفعال بدلاً من الكلمات، بسبب مستويات أعلى من هرمون التستوستيرون. تاريخياً، كان استثمار النساء في الحمل والولادة أكبر، مما جعلها أكثر حرصاً على اختيار شريك ملتزم لضمان سلامة الأبناء. ومهارات التواصل والتلامس كانت أساسية للحفاظ على قوة الالتزام في العلاقة.

2/. التحقق من صحة الفرضية الثانية:

لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على قائمة مؤشرات الحب تعزى لمتغير العمر. للتحقق من صحة الفرضية تم استخراج المتوسطات والانحرافات المعيارية واستعمال اختبار (t) للعينات المستقلة لدلالة الفروق بين المتوسطات على قائمة مؤشرات الحب وفقاً لمتغير العمر، وجاءت النتائج كالآتي.

الجدول (11): المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة (T) وفقاً لمتغير العمر

القرار	القيمة الاحتمالية	درجة الحرية	قيمة T	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	العمر	
غير دال إحصائياً	0.099	417	-1.653-	9.85950	25.8071	337	35 فما دون	الاهتمام عبر الزمن
				11.10974	27.8659	82	36 فأكثر	
غير دال إحصائياً	0.108	417	-1.612-	9.56026	25.4688	337	35 فما دون	الاهتمام الإيجابية
				11.04204	27.4268	82	36 فأكثر	
غير دال إحصائياً	0.087	417	-1.713-	9.78906	24.4510	337	35 فما دون	الاهتمام التحرر العاطفي
				11.65116	26.5976	82	36 فأكثر	
غير دال إحصائياً	0.086	417	-1.720-	8.93732	23.5045	337	35 فما دون	المشاركة عبر الزمن
				11.46572	25.5122	82	36 فأكثر	
غير دال إحصائياً	0.122	417	-1.551-	8.98273	23.9169	337	35 فما دون	المشاركة الإيجابية
				11.39639	25.7317	82	36 فأكثر	
غير دال إحصائياً	0.129	417	-1.520-	8.97811	23.2789	337	35 فما دون	المشاركة التحرر العاطفي
				11.79012	25.0732	82	36 فأكثر	
دال إحصائياً	0.035	417	-2.115-	9.56037	25.2849	337	35 فما دون	التربط عبر الزمن
				11.02984	27.8537	82	36 فأكثر	
غير دال إحصائياً	0.057	417	-1.910-	9.28372	25.0950	337	35 فما دون	التربط الإيجابية
				10.83134	27.3537	82	36 فأكثر	
غير دال إحصائياً	0.073	417	-1.796-	9.37408	24.4510	337	35 فما دون	التربط التحرر العاطفي
				11.46292	26.6220	82	36 فأكثر	
دال إحصائياً	0.037	417	-2.095-	9.66361	25.4095	337	35 فما دون	الثقة عبر الزمن
				11.04757	27.9756	82	36 فأكثر	
غير دال إحصائياً	0.087	417	-1.714-	9.67770	25.2493	337	35 فما دون	الثقة الإيجابية
				11.10152	27.3537	82	36 فأكثر	
غير دال إحصائياً	0.162	417	-1.402-	9.80598	24.7745	337	35 فما دون	الثقة التحرر العاطفي
				11.42039	26.5244	82	36 فأكثر	
دال إحصائياً	0.045	417	-2.011-	9.30948	24.2938	337	35 فما دون	التواصل عبر الزمن
				10.94078	26.6829	82	36 فأكثر	
غير دال إحصائياً	0.084	417	-1.734-	9.25514	24.3531	337	35 فما دون	التواصل الإيجابية
				10.91478	26.4024	82	36 فأكثر	
غير دال إحصائياً	0.069	417	-1.820-	9.37501	23.7240	337	35 فما دون	التواصل التحرر العاطفي
				11.51787	25.9268	82	36 فأكثر	
غير دال إحصائياً	0.059	417	-1.892-	9.88309	26.0950	337	35 فما دون	التعاطف عبر الزمن
				11.01867	28.4512	82	36 فأكثر	
غير دال إحصائياً	0.097	417	-1.665-	9.90456	25.9169	337	35 فما دون	التعاطف الإيجابية
				10.86334	27.9878	82	36 فأكثر	
غير دال إحصائياً	0.162	417	-1.402-	9.96243	25.1632	337	35 فما دون	التعاطف التحرر العاطفي
				11.19279	26.9268	82	36 فأكثر	
غير دال إحصائياً	0.073	417	-1.795-	9.91046	26.1335	337	35 فما دون	السعادة عبر الزمن
				11.36027	28.3902	82	36 فأكثر	
غير دال إحصائياً	0.064	417	-1.858-	9.81909	25.8813	337	35 فما دون	السعادة الإيجابية
				11.50066	28.2073	82	36 فأكثر	
غير دال إحصائياً	0.111	417	-1.597-	9.87357	25.2196	337	35 فما دون	السعادة التحرر العاطفي
				11.88168	27.2439	82	36 فأكثر	
غير دال إحصائياً	0.852	417	0.187	10.35605	26.6439	337	35 فما دون	المساندة عبر الزمن
				11.08760	26.4024	82	36 فأكثر	

المساندة الإيجابية	35 فما دون	337	26.3383	10.16405	-0.205-	417	0.838	غير دال إحصائياً
	36 فأكثر	82	26.5976	10.69309				
المساندة التحرر العاطفي	35 فما دون	337	25.6558	10.11512	.027	417	0.979	غير دال إحصائياً
	36 فأكثر	82	25.6220	11.26081				
الاحترام والتقدير عبر الزمن	35 فما دون	337	27.0861	10.97433	-1.679-	417	0.094	غير دال إحصائياً
	36 فأكثر	82	29.4024	12.11148				
الاحترام والتقدير الإيجابية	35 فما دون	337	26.7893	10.88605	-1.745-	417	0.082	غير دال إحصائياً
	36 فأكثر	82	29.1829	12.14737				
الاحترام والتقدير التحرر العاطفي	35 فما دون	337	26.1632	10.86306	-1.773-	417	0.077	غير دال إحصائياً
	36 فأكثر	82	28.6098	12.54302				
التلامس الجسدي عبر الزمن	35 فما دون	337	20.0415	9.45185	-2.067-	417	0.039	دال إحصائياً
	36 فأكثر	82	22.6098	12.38752				
التلامس الجسدي الإيجابية	35 فما دون	337	20.5935	9.49644	-1.755-	417	0.080	غير دال إحصائياً
	36 فأكثر	82	22.7683	12.13128				
التلامس الجسدي التحرر العاطفي	35 فما دون	337	20.1899	9.29955	-1.471-	417	0.142	غير دال إحصائياً
	36 فأكثر	82	21.9756	11.90184				
درجة كلية عبر الزمن	35 فما دون	337	250.2997	79.75268	-2.014-	417	0.045	دال إحصائياً
	36 فأكثر	82	271.1463	99.90256				
درجة كلية الإيجابية	35 فما دون	337	249.6024	79.40487	-1.887-	417	0.060	غير دال إحصائياً
	36 فأكثر	82	269.0122	98.89070				
درجة كلية التحرر العاطفي	35 فما دون	337	243.0712	80.24502	-1.726-	417	0.085	غير دال إحصائياً
	36 فأكثر	82	261.1220	102.18096				

يلاحظ من الجدول السابق أن قيمة (T) كانت غير دالة عند مستوى (0.05) لأغلب المؤشرات الرئيسية تبعاً لمتغير العمر ويتضح ذلك من خلال قيمة المعنوية الاحصائية المحسوبة Sig وهي أكبر من قيمتها النظرية (0.05)، ومنه تمّ وضع معايير مشتركة لكلا الفئتين العمريتين ضمن هذه المؤشرات، أما مؤشرات الترابط عبر الزمن، الثقة عبر الزمن، التواصل عبر الزمن، التلامس الجسدي عبر الزمن، كانت القيمة الاحتمالية لها أصغر من (0.05) مما يدل على أنه توجد فروق بين آراء أفراد العينة تعزى لمتغير العمر على هذه المؤشرات وهذا يتطلب وضع معايير لكل فئة عمرية على هذه المؤشرات.

تشير هذه النتيجة، بشكل عام، إلى أن آراء أفراد العينة حول معظم المؤشرات الرئيسية للحب لم تختلف بشكل كبير أو ذي دلالة إحصائية بين الفئات العمرية المختلفة. بمعنى آخر، بغض النظر عن عمر المشارك، كانت هناك درجة من الاتفاق في وجهات نظرهم حول أهمية هذه المؤشرات في الحب. ما يسمح بوضع معايير عامة لها. ومع ذلك، هناك أربعة جوانب محددة (الترابط، الثقة، التواصل، التلامس الجسدي عبر الزمن) أظهرت اختلافات كبيرة بين الفئات العمرية، مما يستدعي دراسة هذه الجوانب بشكل منفصل لكل فئة عمرية لفهم أعمق لتأثير العمر على تصور هذه المؤشرات في الحب. ويمكن تفسير هذه الاختلافات باختصار تبعاً لعدة نقاط فمع التقدم في العمر، تتضج العلاقات العاطفية وتنتقل من مرحلة "التجربة والخطأ" التي تميز فترة الشباب إلى مرحلة أكثر استقراراً وعمقاً. ففي حين أن الأفراد دون سن 35 يمرون بفترة استكشاف للذات وعلاقاتهم تتأثر بعدم اليقين، فإن من هم فوق 36 عاماً يستثمرون خبراتهم لبناء حب مستدام. هذا النضج يحول التواصل من أسلوب تصادمي إلى حوار بناء لحل المشكلات، ويبني ثقة عميقة قائمة على الالتزام المتبادل. يُعزى هذا التحول أيضاً إلى تغير الإدراك للوقت؛ فالشباب ذوو "الأفق الزمني الواسع" يركزون على الاستكشاف، بينما يعطي الأكبر سناً الأولوية للجودة على الكمية، فيركزون على تعميق الروابط ذات المعنى العاطفي، وتتحوّل العلاقة من مجرد شريكين إلى "فريق" يعمل معاً لتحقيق أهداف مشتركة، مما يعزز الترابط من خلال التواصل الفعال والثقة الراسخة.

ثالثاً: استخراج المعايير (Criterias)

تمّ تحويل الدرجات الخام إلى درجات ذاتية بالاعتماد على برنامج (Spss)، ولكن النتائج التي تمّ الحصول عليها جراء تنفيذ قانون الدرجة المعيارية الذاتية تحمل اختلافات كثيرة متمثلة بالدرجات السالبة والكسور والأعداد العشرية، ولصعوبة المقارنة ومعالجة النتائج تمّ تحويل الدرجات الذاتية إلى درجات معيارية تائية، وهي عبارة عن درجة معيارية متوسطها (50) وانحرافها المعياري (10) درجة تقابل انحرافاً معيارياً واحداً، وتمّ الحصول على الدرجة المعيارية التائية من خلال تطبيق المعادلة الآتية:

$$T. Scores = Z. Scores \times 10 + 50$$

وبناءً على ما تقدم تمّ تحديد الدرجات المعيارية الخاصة بأفراد العينة وفقاً لمتغير العمر مع مراعاة نتائج دراسة الفروق بين الفئات العمرية المدروسة، علماً أنه تمّ استعمال التقريب للدرجات التائية.

الجدول (12): توزيع المستويات المعيارية لكل المؤشرات الفرعية تبعاً للمؤشرات الأساسية

توزيع المستويات المعيارية ضمن مؤشر الاهتمام عبر الزمن					
مرتفع جداً	مرتفع	متوسط	منخفض	منخفض جداً	المستوى المعياري
64 فأكثر	63 - 54	53 - 44	43 - 34	33 - 24	الدرجة التائية
توزيع المستويات المعيارية ضمن مؤشر الاهتمام الإيجابي					
مرتفع جداً	مرتفع	متوسط	منخفض	منخفض جداً	المستوى المعياري
64 فأكثر	63 - 54	53 - 44	43 - 34	33 - 24	الدرجة التائية
توزيع المستويات المعيارية ضمن مؤشر الاهتمام التحرر العاطفي					
مرتفع جداً	مرتفع	متوسط	منخفض	منخفض جداً	المستوى المعياري
66 فأكثر	65 - 56	55 - 46	45 - 36	35 - 26	الدرجة التائية
توزيع المستويات المعيارية ضمن مؤشر المشاركة عبر الزمن					
مرتفع جداً	مرتفع	متوسط	منخفض	منخفض جداً	المستوى المعياري
65 فأكثر	64 - 55	54 - 45	44 - 35	34 - 25	الدرجة التائية
توزيع المستويات المعيارية ضمن مؤشر المشاركة الإيجابية					
مرتفع جداً	مرتفع	متوسط	منخفض	منخفض جداً	المستوى المعياري
64 فأكثر	63 - 54	53 - 44	43 - 34	33 - 24	الدرجة التائية
توزيع المستويات المعيارية ضمن مؤشر المشاركة التحرر العاطفي					
مرتفع جداً	مرتفع	متوسط	منخفض	منخفض جداً	المستوى المعياري
65 فأكثر	64 - 55	54 - 45	44 - 35	34 - 25	الدرجة التائية
توزيع المستويات المعيارية ضمن مؤشر الترابط الإيجابي					
مرتفع جداً	مرتفع	متوسط	منخفض	منخفض جداً	المستوى المعياري
63 فأكثر	62 - 53	52 - 43	42 - 33	32 - 23	الدرجة التائية
توزيع المستويات المعيارية ضمن مؤشر ترابط تحرر عاطفي					
مرتفع جداً	مرتفع	متوسط	منخفض	منخفض جداً	المستوى المعياري
65 فأكثر	64 - 55	54 - 45	44 - 35	34 - 25	الدرجة التائية
توزيع المستويات المعيارية ضمن مؤشر الثقة إيجابية					
مرتفع جداً	مرتفع	متوسط	منخفض	منخفض جداً	المستوى المعياري
64 فأكثر	63 - 54	53 - 44	43 - 34	33 - 24	الدرجة التائية

توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر ثقة تحرر عاطفي					
الدرجة الثانية	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
34- 25	44- 35	54 - 45	64 - 55	65 فأكثر	
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر تواصل إيجابي					
الدرجة الثانية	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
33- 24	43- 34	53 -44	63 -54	64 فأكثر	
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر تواصل تحرر عاطفي					
الدرجة الثانية	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
34- 25	44- 35	54 - 45	64 - 55	65 فأكثر	
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر تعاطف عبر الزمن					
الدرجة الثانية	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
33- 24	43- 34	53 -44	63 -54	64 فأكثر	
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر تعاطف إيجابي					
الدرجة الثانية	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
33- 24	43- 34	53 -44	63 -54	64 فأكثر	
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر تواصل تحرر عاطفي					
الدرجة الثانية	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
34- 25	44- 35	54 - 45	64 - 55	65 فأكثر	
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر السعادة عبر الزمن					
الدرجة الثانية	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
34- 25	44- 35	54 - 45	64 - 55	65 فأكثر	
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر السعادة إيجابية					
الدرجة الثانية	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
33- 24	43- 34	53 -44	63 -54	64 فأكثر	
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر السعادة تحرر عاطفي					
الدرجة الثانية	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
34- 25	44- 35	54 - 45	64 - 55	65 فأكثر	
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر مساندة عبر الزمن					
الدرجة الثانية	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
34- 25	44- 35	54 - 45	64 - 55	65 فأكثر	
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر مساندة إيجابية					
الدرجة الثانية	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
33- 24	43- 34	53 -44	63 -54	64 فأكثر	
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر مساندة تحرر عاطفي					
الدرجة الثانية	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
34- 25	44- 35	54 - 45	64 - 55	65 فأكثر	

توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر احترام عبر الزمن					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	34- 25	44- 35	54 - 45	64 - 55	65 فأكثر
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر احترام وتقدير إيجابية					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	35 - 26	45 - 36	55 - 46	65 - 56	66 فأكثر
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر احترام وتقدير التحرر العاطفي					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	35 - 26	45 - 36	55 - 46	65 - 56	66 فأكثر
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر التلامس الإيجابي					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	38- 29	48 - 39	58 - 49	68 - 59	69 فأكثر
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر التلامس تحرر عاطفي					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	38- 29	48 - 39	58 - 49	68 - 59	69 فأكثر
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر الدرجة الكلية عبر الزمن					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	32 - 23	42 - 33	52 - 43	62 - 53	63 فأكثر
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر الدرجة الكلية الإيجابية					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	32 - 23	42 - 33	52 - 43	62 - 53	63 فأكثر
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر الدرجة الكلية التحرر العاطفي					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	33- 24	43- 34	53 - 44	63 - 54	64 فأكثر
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر التلامس عبر الزمن 35 سنة فأدنى					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	38- 29	48 - 39	58 - 49	68 - 59	69 فأكثر
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر الدرجة الكلية تواصل عبر الزمن 35 سنة فأدنى					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	33- 24	43- 34	53 - 44	63 - 54	64 فأكثر
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر الدرجة الكلية ثقة عبر الزمن 35 سنة فأدنى					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	33- 24	43- 34	53 - 44	63 - 54	64 فأكثر
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر الدرجة الكلية ترابط عبر الزمن 35 سنة فأدنى					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	33- 24	43- 34	53 - 44	63 - 54	64 فأكثر

توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر التلامس عبر الزمن 36 سنة فأكثر					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	41 - 32	51 - 42	61 - 52	71 - 62	72 فأكثر
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر التواصل عبر الزمن 36 سنة فأكثر					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	41 - 32	51 - 42	61 - 52	71 - 62	72 فأكثر
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر الثقة عبر الزمن 36 سنة فأكثر					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	39 - 30	49 - 40	59 - 50	69 - 60	70 فأكثر
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر الترابط عبر الزمن 36 سنة فأكثر					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	40 - 31	50 - 41	60 - 51	70 - 61	71 فأكثر
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر مشاركة عبر الزمن ذكور					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	39 - 30	49 - 40	59 - 50	69 - 60	70 فأكثر
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر مشاركة إيجابية ذكور					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	37 - 28	47 - 38	57 - 48	67 - 58	68 فأكثر
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر مشاركة تحرر عاطفي ذكور					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	39 - 30	49 - 40	59 - 50	69 - 60	70 فأكثر
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر تواصل عبر الزمن ذكور					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	36 - 27	46 - 37	56 - 47	66 - 57	67 فأكثر
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر تواصل إيجابية ذكور					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	37 - 28	47 - 38	57 - 48	67 - 58	68 فأكثر
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر تلامس عبر الزمن ذكور					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	40 - 31	50 - 41	60 - 51	70 - 61	71 فأكثر
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر تلامس جسدي إيجابي ذكور					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	39 - 30	49 - 40	59 - 50	69 - 60	70 فأكثر
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر مشاركة عبر الزمن إناث					
المستوى المعياري	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
الدرجة الثانية	34 - 25	44 - 35	54 - 45	64 - 55	65 فأكثر

توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر مشاركة إيجابية إناث					
مرتفع جداً	مرتفع	متوسط	منخفض	منخفض جداً	المستوى المعياري
64 فأكثر	63 - 54	53 - 44	43 - 34	33 - 24	الدرجة الثانية
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر مشاركة تحرر عاطفي إناث					
مرتفع جداً	مرتفع	متوسط	منخفض	منخفض جداً	المستوى المعياري
64 فأكثر	63 - 54	53 - 44	43 - 34	33 - 24	الدرجة الثانية
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر تواصل عبر الزمن إناث					
مرتفع جداً	مرتفع	متوسط	منخفض	منخفض جداً	المستوى المعياري
65 فأكثر	64 - 55	54 - 45	44 - 35	34 - 25	الدرجة الثانية
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر تواصل إيجابية إناث					
مرتفع جداً	مرتفع	متوسط	منخفض	منخفض جداً	المستوى المعياري
64 فأكثر	63 - 54	53 - 44	43 - 34	33 - 24	الدرجة الثانية
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر التلامس الجسدي عبر الزمن إناث					
مرتفع جداً	مرتفع	متوسط	منخفض	منخفض جداً	المستوى المعياري
69 فأكثر	68 - 59	58 - 49	48 - 39	38 - 29	الدرجة الثانية
توزع المستويات المعيارية ضمن مؤشر التلامس الجسدي إيجابية إناث					
مرتفع جداً	مرتفع	متوسط	منخفض	منخفض جداً	المستوى المعياري
69 فأكثر	68 - 59	58 - 49	48 - 39	38 - 29	الدرجة الثانية

التمويل:

هذا البحث ممول من جامعة دمشق وفق رقم التمويل (501100020595).

المراجع:

1. كامل، أحمد. (2022). العينات الإحصائية في البحوث التجريبية. *المجلة الدولية للتصاميم والبحوث التطبيقية*، 1(1)، 49-74.
2. Acevedo, B. P., Aron, A., Fisher, H. E., & Brown, L. L. (2012). Neural correlates of long-term intense romantic love. *Social cognitive and affective neuroscience*, 7(2), 145-159.
3. Acker, M., & Davis, M. H. (1992). Intimacy, passion and commitment in adult romantic relationships: A test of the triangular theory of love. *Journal of social and personal Relationships*, 9(1), 21-50.
4. Agnew, C. R., Van Lange, P. A., Rusbult, C. E., & Langston, C. A. (1998). Cognitive interdependence: Commitment and the mental representation of close relationships. *Journal of personality and social psychology*, 74(4), 939-954.
5. Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation.
6. Algoe, S. B., Gable, S. L., & Maisel, N. C. (2010). It's the little things: Everyday gratitude as a booster shot for romantic relationships. *Personal relationships*, 17(2), 217-233.
7. American Psychological Association. (2023, November 15). Adulthood. In *APA Dictionary of Psychology*. Retrieved from <https://dictionary.apa.org/adulthood>
8. Arabi Katbi, M.E. (2023). The trend towards love and its relationship to hope among a sample of Damascus University students. *Damascus University Journal of Educational and Psychological Sciences*, 39(2). (In Arabic).
9. Argyle, M. (1994). *The psychology of interpersonal behaviour*. Penguin UK.
10. Argyle, M., & Cook, M. (1976). Gaze and mutual gaze.
11. Aron, A., & Aron, E. N. (2014). Self and self-expansion in relationships. In *Knowledge structures in close relationships* (pp. 325-344). Psychology Press.
12. Aron, A., Fisher, H., Mashek, D. J., Strong, G., Li, H., & Brown, L. L. (2005). Reward, motivation, and emotion systems associated with early-stage intense romantic love. *Journal of neurophysiology*, 94(1), 327-337.
13. Aron, A., Norman, C. C., Aron, E. N., McKenna, C., & Heyman, R. E. (2000). Couples' shared participation in novel and arousing activities and experienced relationship quality. *Journal of personality and social psychology*, 78(2), 273-284.
14. Bartels, A., & Zeki, S. (2004). The neural correlates of maternal and romantic love. *Neuroimage*, 21(3), 1155-1166.
15. Batson, C. D. (2011). *Altruism in humans*. Oxford University Press.
16. Batson, C. D., Duncan, B. D., Ackerman, P., Buckley, T., & Birch, K. (1981). Is empathic emotion a source of altruistic motivation? *Journal of personality and Social Psychology*, 40(2), 290-302.
17. Berscheid, E., & Reis, H. T. (1998). Attraction and close relationships. In D. T. Gilbert, S. T. Fiske, & G. Lindzey (Eds.), *The handbook of social psychology* (4th ed., Vol. 2, pp. 193-281). McGraw-Hill
18. Bode, A., & Kowal, M. (2023). Toward consistent reporting of sample characteristics in studies investigating the biological mechanisms of romantic love. *Frontiers in Psychology*, 14, 983419.
19. Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. Basic books.
20. Brown, S. L., Nesse, R. M., Vinokur, A. D., & Smith, D. M. (2003). Providing social support may be more beneficial than receiving it: Results from a prospective study of mortality. *Psychological science*, 14(4), 320-327.
21. Bush, G., Luu, P., & Posner, M. I. (2000). Cognitive and emotional influences in anterior cingulate cortex. *Trends in cognitive sciences*, 4(6), 215-222.
22. Buss, D. M. (2000). *The dangerous passion: Why jealousy is as necessary as love and sex*. Simon and Schuster.
23. Cacioppo, J. T., Tassinary, L. G., & Berntson, G. G. (Eds.). (2017). *Handbook of Psychophysiology* (4th ed.). Cambridge: Cambridge University Press.

24. Cannas Aghedu, F., Veneziani, C. A., & Bisiacchi, P. S. (2019). The multidimensional evaluation of love (MEVOL) scale: development and preliminary validation. *TPM. TESTING, PSYCHOMETRICS, METHODOLOGY IN APPLIED PSYCHOLOGY*, 26(2), 249-269.
25. Chris Fraley, R. (2002). Attachment stability from infancy to adulthood: Meta-analysis and dynamic modeling of developmental mechanisms. *Personality and social psychology review*, 6(2), 123-151.
26. Coan, J. A., Schaefer, H. S., & Davidson, R. J. (2006). Lending a hand: Social regulation of the neural response to threat. *Psychological science*, 17(12), 1032-1039.
27. Collins, N. L., & Feeney, B. C. (2000). A safe haven: an attachment theory perspective on support seeking and caregiving in intimate relationships. *Journal of personality and social psychology*, 78(6), 1053-1073.
28. Craig, A. D. (2002). How do you feel? Interoception: the sense of the physiological condition of the body. *Nature reviews neuroscience*, 3(8), 655-666.
29. Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of personality and social psychology*, 44(1), 113.
30. Ditzen, B., Neumann, I. D., Bodenmann, G., Von Dawans, B., Turner, R. A., Ehlert, U., & Heinrichs, M. (2007). Effects of different kinds of couple interaction on cortisol and heart rate responses to stress in women. *Psychoneuroendocrinology*, 32(5), 565-574.
31. Dunbar, R. I. (2010). The social role of touch in humans and primates: behavioural function and neurobiological mechanisms. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 34(2), 260-268.
32. Feeney, B. C., & Collins, N. L. (2015). A new look at social support: A theoretical perspective on thriving through relationships. *Personality and social psychology review*, 19(2), 113-147.
33. Fehr, B. (1988). Prototype analysis of the concepts of love and commitment. *Journal of personality and social psychology*, 55(4), 557.
34. Feldman, R., Weller, A., Zagoory-Sharon, O., & Levine, A. (2007). Evidence for a neuroendocrinological foundation of human affiliation: plasma oxytocin levels across pregnancy and the postpartum period predict mother-infant bonding. *Psychological science*, 18(11), 965-970.
35. Fiese, B. H., Tomcho, T. J., Douglas, M., Josephs, K., Poltrock, S., & Baker, T. (2002). A review of 50 years of research on naturally occurring family routines and rituals: Cause for celebration? *Journal of family psychology*, 16(4), 381-390.
36. Fisher, H. (2004). *Why we love: The nature and chemistry of romantic love*. Macmillan.
37. Fisher, H. E., Aron, A., & Brown, L. L. (2006). Romantic love: a mammalian brain system for mate choice. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 361(1476), 2173-2186.
38. Fletcher, G. J., & Fitness, J. (2014). *Knowledge structures in close relationships: A social psychological approach*. Psychology Press.
39. Francis, A. L., & Love, J. (2020). Listening effort: Are we measuring cognition or affect, or both?. *Wiley interdisciplinary reviews: cognitive science*, 11(1), e1514.
40. Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American psychologist*, 56(3), 218.
41. Fromm, E. (2000). *The art of loving: The centennial edition*. A&C Black.
42. Gonzaga, G. C., Keltner, D., Londahl, E. A., & Smith, M. D. (2001). Love and the commitment problem in romantic relations and friendship. *Journal of personality and social psychology*, 81(2), 247-262.
43. Gottman, J. (2012). *Why marriages succeed or fail*. A&C Black.
44. Gottman, J. (2023). *What predicts divorce?: The relationship between marital processes and marital outcomes*. Routledge.
45. Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (1992). Marital processes predictive of later dissolution: behavior, physiology, and health. *Journal of personality and social psychology*, 63(2), 221.
46. Gottman, J., & Silver, N. (2015). *The seven principles for making marriage work: A practical guide from the country's foremost relationship expert*. Harmony.

47. Graham, J. M., Diebels, K. J., & Barnow, Z. B. (2011). The reliability of relationship satisfaction: a reliability generalization meta-analysis. *Journal of family psychology*, 25(1), 39-48.
48. Grewen, K. M., Girdler, S. S., Amico, J., & Light, K. C. (2005). Effects of partner support on resting oxytocin, cortisol, norepinephrine, and blood pressure before and after warm partner contact. *Psychosomatic medicine*, 67(4), 531-538.
49. Guastella, A. J., Mitchell, P. B., & Dadds, M. R. (2008). Oxytocin increases gaze to the eye region of human faces. *Biological psychiatry*, 63(1), 3-5.
50. Gunnar, M., & Quevedo, K. (2007). The neurobiology of stress and development. *Annu. Rev. Psychol.*, 58(1), 145-173.
51. Harbaugh, W. T., Mayr, U., & Burghart, D. R. (2007). Neural responses to taxation and voluntary giving reveal motives for charitable donations. *Science*, 316(5831), 1622-1625.
52. Harker, L., & Keltner, D. (2001). Expressions of positive emotion in women's college yearbook pictures and their relationship to personality and life outcomes across adulthood. *Journal of personality and social psychology*, 80(1), 112.
53. Hatfield, E. (1988). Passionate and companionate love. In R. J. Sternberg & M. L. Barnes (Eds.), *The psychology of love* (pp. 191-217). Yale University Press.
54. Hatfield, E., & Sprecher, S. (1986). Measuring passionate love in intimate relationships. *Journal of adolescence*, 9(4), 383-410.
55. Hatfield, E., & Walster, G. W. (1985). *A new look at love*. University Press of America.
56. Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.
57. Hertenstein, M. J., Keltner, D., App, B., Bulleit, B. A., & Jaskolka, A. R. (2006). Touch communicates distinct emotions. *Emotion*, 6(3), 528-533.
58. Hofstede, G. (2001). *Culture's consequences: Comparing values, behaviors, institutions and organizations across nations*. International Educational and Professional.
59. Holt-Lunstad, J., Birmingham, W. A., & Light, K. C. (2008). Influence of a "warm touch" support enhancement intervention among married couples on ambulatory blood pressure, oxytocin, alpha amylase, and cortisol. *Psychosomatic medicine*, 70(9), 976-985.
60. Impett, E. A., Gable, S. L., & Peplau, L. A. (2005). Giving up and giving in: the costs and benefits of daily sacrifice in intimate relationships. *Journal of personality and social psychology*, 89(3), 327.
61. Johnson, D. J., & Rusbult, C. E. (1989). Resisting temptation: Devaluation of alternative partners as a means of maintaining commitment in close relationships. *Journal of personality and social Psychology*, 57(6), 967-980.
62. Johnson, S. M., Hunsley, J., Greenberg, L., & Schindler, D. (1999). Emotionally focused couples therapy: Status and challenges. *Clinical psychology: Science and practice*, 6(1), 67-79.
63. Karandashev, V. (2015). A cultural perspective on romantic love. *Online readings in psychology and culture*, 5(4), 2.
64. Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. *Psychological bulletin*, 118(1), 3-34.
65. Kaufman, S. B. (2023). Self-actualizing people in the 21st century: Integration with contemporary theory and research on personality and well-being. *Journal of Humanistic Psychology*, 63(1), 51-83.
66. Kellerman, J., Lewis, J., & Laird, J. D. (1989). Looking and loving: The effects of mutual gaze on feelings of romantic love. *Journal of research in personality*, 23(2), 145-161.
67. Koike, T., Tanabe, H. C., Okazaki, S., Nakagawa, E., Sasaki, A. T., Shimada, K., ... & Sadato, N. (2016). Neural substrates of shared attention as social memory: A hyperscanning functional magnetic resonance imaging study. *NeuroImage*, 125, 401-412.
68. Kraft, T. L., & Pressman, S. D. (2012). Grin and bear it: The influence of manipulated facial expression on the stress response. *Psychological science*, 23(11), 1372-1378.
69. Krishnamurti, J. (1969). *Eight Conversations*. Krishnamurti Foundation.

70. Langeslag, S. J., Muris, P., & Franken, I. H. (2013). Measuring romantic love: psychometric properties of the infatuation and attachment scales. *Journal of sex research*, 50(8), 739-747.
71. Laurenceau, J. P., Barrett, L. F., & Pietromonaco, P. R. (1998). Intimacy as an interpersonal process: the importance of self-disclosure, partner disclosure, and perceived partner responsiveness in interpersonal exchanges. *Journal of personality and social psychology*, 74(5), 1238-1251.
72. Le, B., & Agnew, C. R. (2003). Commitment and its theorized determinants: A meta-analysis of the Investment Model. *Personal Relationships*, 10(1), 37-57.
73. Levine, R., Sato, S., Hashimoto, T., & Verma, J. (2004). Love and marriage in eleven cultures. *Close relationships: Key readings*, 277.
74. Looman, W. M., Fabbriotti, I. N., & Huijsman, R. (2014). The short-term effects of an integrated care model for the frail elderly on health, quality of life, health care use and satisfaction with care. *International journal of integrated care*, 14, e034.
75. Marazziti, D., & Canale, D. (2004). Neurobiology of romantic love. *Journal of neuroendocrinology*, 16(10), 815-823.
76. Marazziti, D., Akiskal, H. S., Rossi, A., & Cassano, G. B. (1999). Alteration of the platelet serotonin transporter in romantic love. *Psychological medicine*, 29(3), 741-745.
77. Mashek, D., Aron, A., & Fisher, H. (2000). Identifying, evoking, and measuring intense feelings of romantic love. *Representative Research in Social Psychology*.
78. Massoud, S. (2021). Risk behavior and its relationship to self-efficiency expectations among adolescents. *Damascus University Journal of Educational and Psychological Sciences*, 37(2).
79. McEwen, B. S. (2007). Physiology and neurobiology of stress and adaptation: central role of the brain. *Physiological reviews*, 87(3), 873-904.
80. Melhem, M. (2022). Love Styles and Relationship to Personality Dimensions. *Damascus University Journal of Educational and Psychological Sciences*, 38(1). 185-221 (In Arabic).
81. Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2005). Attachment theory and emotions in close relationships: Exploring the attachment-related dynamics of emotional reactions to relational events. *Personal relationships*, 12(2), 149-168.
82. Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change* (2nd.ed). Guilford Publications.
83. Mirowsky, J., & Ross, C. E. (2002). Measurement for a human science. *Journal of health and social behavior*, 152-170.
84. Murray, S. L., Holmes, J. G., & Griffin, D. W. (1996). The benefits of positive illusions: Idealization and the construction of satisfaction in close relationships. *Journal of personality and social psychology*, 70(1), 79.
85. Neff, L. A., & Karney, B. R. (2005). To know you is to love you: the implications of global adoration and specific accuracy for marital relationships. *Journal of personality and social psychology*, 88(3), 480-497.
86. Numan, M., & Insel, T. R. (2006). *The neurobiology of parental behavior* (Vol. 1). Springer Science & Business Media.
87. Olson, D. H. (2019). Prepare/Enrich. *Encyclopedia of Couple and Family Therapy*, 2305-2309.
88. Pang, H. T., Zhou, X., & Chu, M. (2024). Cross-cultural differences in using nonverbal behaviors to identify indirect replies. *Journal of Nonverbal Behavior*, 48(2), 323-344.
89. Panksepp, J. (2004). *Affective neuroscience: The foundations of human and animal emotions*. Oxford university press.
90. Phelps, E. A., & LeDoux, J. E. (2005). Contributions of the amygdala to emotion processing: from animal models to human behavior. *Neuron*, 48(2), 175-187.
91. Reis, H. T., & Shaver, P. (1988). *Intimacy as an Interpersonal Process*.
92. Remland, M. S. (2016). *Nonverbal communication in everyday life*. Sage Publications.
93. Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2006). Pre-engagement cohabitation and gender asymmetry in marital commitment. *Journal of Family Psychology*, 20(4), 553.

94. Roberts, J. A., & David, M. E. (2016). My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners. *Computers in human behavior*, 54, 134-141.
95. Rosenberg, M. B. (2015). *Nonviolent communication: A language of life: Life-changing tools for healthy relationships*. PuddleDancer Press.
96. Roy, A., Singh, M., Basak, A., Kumar, R., Kumar, A., Bhattacharjee, A., ... & Das, A. (2025). Decoding the Neurobiology of Romantic Love: Mechanisms of Attachment, Desire and Emotional Bonding. *International Journal of Scientific Research and Technology*, 3(01).
97. Rusbult, C. E. (1980). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of the investment model. *Journal of experimental social psychology*, 16(2), 172-186.
98. Rusbult, C. E., Martz, J. M., & Agnew, C. R. (1998). The investment model scale: Measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size. *Personal relationships*, 5(4), 357-387.
99. Rusbult, C. E., Verette, J., Whitney, G. A., Slovik, L. F., & Lipkus, I. (1991). Accommodation processes in close relationships: Theory and preliminary empirical evidence. *Journal of Personality and social Psychology*, 60(1), 53-78.
100. Schultz, W. (2016). Dopamine reward prediction error coding. *Dialogues in clinical neuroscience*, 18(1), 23-32.
101. Simpson, J. A. (2007). Psychological foundations of trust. *Current directions in psychological science*, 16(5), 264-268.
102. Simpson, J. A., Rholes, W. S., & Phillips, D. (1996). Conflict in close relationships: an attachment perspective. *Journal of personality and social psychology*, 71(5), 899-914.
103. Singer, T., & Klimecki, O. M. (2014). Empathy and compassion. *Current biology*, 24(18), R875-R878.
104. Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological review*, 93(2), 119-135.
105. Thibaut, J. W., & Kelley, H. H. (1959). *The social psychology of groups*.
106. Van Ijzendoorn, M. H., & Sagi-Schwartz, A. (2008). Cross-cultural patterns of attachment: Universal and contextual dimensions.
107. Van Lange, P. A., De Bruin, E., Otten, W., & Joireman, J. A. (1997a). Development of prosocial, individualistic, and competitive orientations: theory and preliminary evidence. *Journal of personality and social psychology*, 73(4), 733-746.
108. Van Lange, P. A., M., Rusbult, C. E., Drigotas, S. M., Arriaga, X. B., Witcher, B. S., & Cox, C. L. (1997b). Willingness to sacrifice in close relationships. *Journal of personality and social psychology*, 72(6), 1373-1395..
109. Weger Jr, H., Castle Bell, G., Minei, E. M., & Robinson, M. C. (2014). The relative effectiveness of active listening in initial interactions. *International Journal of Listening*, 28(1), 13-31.
110. Young, K. A., Gobrogge, K. L., Liu, Y., & Wang, Z. (2011). The neurobiology of pair bonding: insights from a socially monogamous rodent. *Frontiers in neuroendocrinology*, 32(1), 53-69.