جامعة البحرين

كليـــة الآداب

قسم علم النفس

فاعلية برنامج إرشادي جمعي لرفع مستوى مهارات التوافق الزواجي لدى عينة من المعلمين المتزوجين بالمنطقة الشرقية في المملكة العربية السعودية

رسالة مقدمة كجزء من متطلبات الحصول على درجة الماجستير فى
علم النفس الإرشادي

إعـداد

ياسر عبد الله العضل

بكالوريوس الشريعة، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، المملكة العربية السعودية، ٢٠٠٢ م

إشـــراف

د. جيهان عيسى أبو راشد العمران
أستاذ علم النفس التربوي
جامعة البحرين

مملكة البحرين
نوفمبر / ٢٠١٣م


بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة البحرين

كلية الآداب

قسم علم النفس

لجنة مناقشة رسالة الماجستير للطالب ياسر عبد الرحمن الحضل / الرقم الجامعي : ٢٠١٠٠٥٦٠٦

المنعقدة في قاعة يوم الخميس الموافق ٢٨ نوفمبر ٢٠١٣م

1- م. د. جهاد العمرات مشرفا ورئيسا

2- د. أحمد سعد جلال ممتحنا داخليا

3- م. د. محمد بن عبد الحسن النوخي ممتحناً خارجيا

٢٠١٣ ١١ ٢٨

الختم

UNIVERSITY OF BAHRAIN
Dept. Of Psychology
College of Arts

إهـــداء

إلى من ربياني صغيراً وشجعاني كثيراً

إلى من بذلا الكثير في سبيل تربيتي وتعليمي

إلى من أضاءا لي طريقي ودربي لأصل لأحلامي وأحقق أمالي

إلى أمي وأبي الأعزاء

إلى رفيقة دربي ومن تحملت الكثير معي وساندتني في مشوار الحياة فكانت خير معين

زوجتي الغالية

إلى من سأعيش من أجل إسعادهم

إلى أولادي عمار "و"عزام " و"ريما وديما"

إلى من ساعدوني وشاركوني فرحتي وسعادتي

إلى إخواني وأخواتي

إلى كل زوج وزوجة يبحثان عن السعادة

إلى من قدم لي العون والمساندة

إلى هؤلاء أقدم هذا الجهد

الباحث

شكر وتقدير

بسم الله الرحمن الرحيم والحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه وسلم ، أحمد الله سبحانه وتعالى أن يسر لي مواصلة تعليمي للحصول على درجة الماجستير .

يسرني أن أتقدم بالشكر والتقدير بعد شكر الله سبحانه وتعالى لكل من ساهم في انجاز هذا العمل وأخص بالشكر منسوبي جامعة البحرين وعلى رأسهم معالي مدير الجامعة ونائبة ورئيس قسم علم النفس أماني الشيراوي على ما بذلوه من جهد .

وأشكر الوالدة المربية سعادة الدكتورة جيهان العمران المشرفة على هذا البحث على جهودها وتوجيهاتها التي كان لها دور كبير في انجاز هذا البحث فكانت خير موجها وخير معين .

كما أشكر والدي العزيزين وأخوتي وأولادي لجهودهم ومساعدتهم المستمرة ، وأشكر زوجتي التي شاركتني وسارت معي على هذا الدرب وأقدر لها صبرها وتحملها ودعمها المستمر لي حتى وصلنا معا إلى هذه المرحلة .

كما شكري لأعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس بجامعة البحرين وعلى رأس الهرم سعادة الدكتور /أحمد سعد والأستاذ الدكتور محمد مقداد والدكتور توفيق عبدالمنعم والدكتور محمد المطوع والدكتورة أمنية شلبي .

كما أشكر جميع الأشخاص الذين ساهموا في إنجاح هذا البحث سواء بتوجيه أو معونة ، وأخص بالشكر الأساتذة الذين تفضلوا بالمعاونة في تحكيم أدوات القياس في البحث ، وكذلك أشكر أفراد العينة التي تم تطبيق أدوات البحث عليها وأتمنى لهم التوفيق .

كما أتقدم بالشكر الخاص لإخواني في مركز التنمية الأسرية وعلى رأسهم الأستاذ أحمد الفريدان الذين سمحوا لي بتطبيق البرنامج الإرشادي وكذلك الأستاذ عبدالله الدريس لمساعدته لي في الحصول على الإحصائيات المطلوبة لإنجاز العمل.

وأخيراً أشكر أخواني بمكتب غرب الدمام التابعة لإدارة التعليم بالمنطقة الشرقية وعلى رأسهم الإستاذ الفاضل عبدالرحمن المطيري الذين كان لهم جهداً كبير في الحصول على الإحصائيات المطلوبة عن المعلمين.

وأسأل الله أن يجزيهم عني خير الجزاء وأن يكون ذلك في ميزان حسناتهم ، كما أرجوه سبحانه وتعالى أن ينفع بهذا البحث ، ويخدم الباحثين والمختصين في مجال الحياة الزوجية.

والله الموفق،،،

الباحث

ملخص الدراسة

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على (. . فاعلية برنامج إرشادي جمعي مقترح لرفع مستوى مهارات التوافق لدى عينة من المعلمين المتزوجين)، وقد اعتمد الباحث على المنهج شبه التجريبي كمنهج الدراسة، واستخدام مقياس التوافق الزواجي من إعداد فرج وعبد الله (١٩٩٩)، وتكونت العينة من (٣٠) زوجاً تم تقسيمهم إلى مجموعتين، إحداهما مثلت المجموعة التجريبية (١٥)، والأخرى مثلت المجموعة الضابطة (١٥). وذلك من خلال اختبار أولي تم على عينة من المعلمين بمدارس غرب الدمام، تراوحت أعمارهم من بين (٢٥-٣٥)، وبعد أن تم اختيار المجموعتين تم تطبيق البرنامج الإرشادي يتكون من (١٢) جلسة إرشادية على المجموعة التجريبية، وبعدها تم إجراء الاختبار البعدي، ثم التتبعي وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسطات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس التوافق الزواجي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده لصالح الاختبار البعدي، وهذا يدل على أن البرنامج الإرشادي له تأثير إيجابي على مستوى التوافق الزواجي لدى عينة الدراسة.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسطات أفراد المجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدي.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسطات المجموعة التجريبية ومتوسطات المجموعة الضابطة على مقياس التوافق الزواجي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسطات المجموعة التجريبية على مقياس التوافق الزواجي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي وفي المقارنة التتبعية.

فهرس المحتويات

الموضـوع	الصفحة
الإهـداء.	أ
الشكر والعرفان.	ب
ملخص الدراسة.	ج
الفصل الأول : مدخل الدراسة	
مقدمة.	٢
مشكلة البحث وتساؤلات الدراسة.	٣
أهداف الدراسة.	٤
أهمية البحث.	٥
مصطلحات الدراسة.	٥
حدود الدراسة.	٦
الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة	
الزواج.	٨
التوافق.	٢٤
التوافق الزواجي.	٢٩
النظريات التي استند إليها البحث.	٤٣
الدراسات السابقة.	٤٥
فرضيات الدراسة.	٥٢
الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية	
منهج الدراسة.	٥٤
مجتمع الدراسة	٥٤
عينة الدراسة.	٥٥
الأدوات المستخدمة في الدراسة	٥٧

الموضـــوع	الصفحة
البرنامج الإرشادي الجمعي .	٦١
الأساليب الإحصائية.	٦٧
الفصل الرابع: مناقشة نتائج الدراسة والتوصيات	
تحليل نتائج مقياس التوافق الزواجي .	٦٩
التوصيات.	٧٥
المقترحات	٧٥
المراجع	
المصادر.	٧٧
المراجع العربية.	٧٧
المراجع الأجنبية.	٨٥
الملاحق	
الملحق رقم (١) قائمة بأسماء السادة المحكمين للبرنامج الإرشادي.	٩٠
الملحق رقم (٢) خطاب موافقة لإجراء الدراسة.	٩١
الملحق رقم (٣) خطاب اثبات لإقامة البرنامج.	٩٣
الملحق رقم (٤) مقياس التوافق الزواجي.	٩٤
الملحق رقم (٥) حقيبة المشروع الإرشادي.	٩٧

فهرس الجداول

رقم الجدول	رقم الصفحة
جدول رقم (١) عينة الدراسة وكيفية اختيارها	٥٦
جدول رقم (٢) محددات التجانس لأفراد عينة الدراسة	٥٩
جدول رقم (٣) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس بالدرجة الكلية.	٦٠
جدول رقم (٤)يوضح "قيم معامل ألفا كرونباخ" لأداة الدراسة	٦١
جدول رقم (٥) نتائج اختبار (Wilcoxon Test) لدلالة فروق بين متوسطات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التوافق الزواجي	٦٩
جدول رقم (٦) نتائج اختبار (Wilcoxon Test) لحساب دلالة فروق المتوسطات المرتبطة	٧١
جدول رقم (٧) نتائج إختبار (Mann-Whitney) لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعة التجريبية و متوسطات المجموعة الضابطة على مقياس التوافق الزواجي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي	٧٢
جدول رقم (٨) نتائج اختبار (Wilcoxon Test) لحساب دلالة فروق المتوسطات المرتبطة	٧٣
جدول رقم (٩)نشاط رقم (١) للجلسة الثانية	٩٩
جدول رقم (١٠)نشاط رقم (١) للجلسة الثالثة	١٠١
جدول رقم (١١)نشاط رقم (٢) للجلسة الثالثة	١٠٢
جدول رقم (١٢)نشاط رقم (٣) للجلسة الثالثة	١٠٣
جدول رقم (١٣)مواقع الإستماع	١٠٥

جدول رقم (١٤)واجب منزلي	١٠٩
جدول رقم (١٥)نشاط رقم (١) للجلسة الرابعة	١١٥
جدول رقم (١٦)نشاط رقم (٢)للجلسة الرابعة	١١٦
جدول رقم (١٧)استبانه مهارة الحوار	١١٧
جدول رقم (١٨)واجب منزلي	١٢٠
جدول رقم (١٩)نشاط رقم (١) للجلسة التاسعة	١٢٢
جدول رقم (٢٠) تمرين حل المشكلات	١٢٤
جدول رقم (٢١)نشاط رقم (٢) للجلسة العاشرة	١٢٥
جدول رقم (٢٢)واجب منزلي	١٢٦
جدول رقم (٢٣)نموذج السلوك الحضوري	١٢٧
جدول رقم (٢٤)آليات تنفيذ البرنامج	١٢٩

الفصل الأول

مدخل الدراسة

- المقدمة.
- مشكلة البحث.
- تساؤلات الدراسة.
- اهداف الدراسة.
- أهمية البحث.
- حدود الدراسة.
- مفاهيم الدراسة.

الفصل الأول

مدخل الدراسة

مقدمة:

يعرف الزواج منذ أقدم العصور بأنه العلاقة والرباط المقدس بين الرجل والمرأة، وأن غايته الطمأنينة والألفة والمودة والشفقة والحنان والحفظ والصيانة وبناء أسرة مستقرة برعاية الزوجين قال تعالى (**وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ**) (الروم، ٢١) ،ولقد اهتمت الشريعة الإسلامية بالزواج وحثت عليه لكونه اللبنة الأولى التي تنهض عليه المجتمعات، والأساس الشرعي لتكوين الأسرة، وهو الحدث الأكبر في حياة الإنسان ومرحلة من مراحل الحياة وهو الطريق الشرعي لقيام الأسر ،حيث تناول القران الكريم أحكام الزواج والأسرة وما يتعلق بها من خلال عدد من الآيات بلغت ست وأربعين ومائة أية كما ذكرها الشعال (٢٠١٠) تحدثت عن الأسرة والزواج، والأب والأم والأولاد والنفقات والإرضاع وما إلى ذلك وفي هذا دلالة على أهمية هذا الأمر.

الزواج الموفق هو الذي يقوم على الانسجام والاستقرار والتماسك والإشباع المشترك بين الزوجين، في ظل التغيرات الاجتماعية والنفسية والسياسية والاقتصادية والتي ازدادت في هذا القرن في العالم عامه والبلدان الإسلامية خاصة، أدت إلى التأثير على العديد من القيم الأخلاقية، وأنماط الحياة الاجتماعية والثقافية، والتي كان لها الدور الأكبر في تهديد كيان الأسرة، واستقرارها الاجتماعي والنفسي (الجهني ،٢٠٠٩).

ومن الأهمية بمكان مساعدة الأسرة على تحقيق التوافق النفسي مع تلك الضغوط المتزايدة عليها، لأن الأسرة هي نواة المجتمع، لذا فإن توافق افرادها وخاصة الزوجين ، يعتبر مطلبا في غاية الأهمية من أجل تحقيق السعادة والاستقرار لأفرادها من جهة ، وضمان رفاهية المجتمع وزيادة انتاجيته من جهة أخرى (محمود،٢٠٠٨) .

فالتوافق ركيزة أساسية في نماء الأسرة واستمرارها ، وخاصة بالنسبة للأبناء، إذ أن سوء التوافق الزواجي يؤدي إلى اضطرابات ومشكلات نفسية مختلفة لدى الأطفال، مثل مشكلات النوم، وقضم الأظافر، والتبول اللاإرادي، والتأتأة ، كما أنه يؤثر سلبا على الزوجين فيؤدي إلى اضطرابات نفسية، مثل حالات القلق والاكتئاب. وبما أن سوء التوافق الزواجي له علاقة بتفكك العلاقات الأسرية وانهيارها وبالتالي عدم استقرار المجتمع برمته كان لابد من أن يكون التوافق

موضع اهتمام ودراية من قبل المرشدين النفسيين لمساعدة الزوجين على تحسين هذا التوافق سواء للمقبلين منهم على الزواج أم المتزوجين الجدد ، أو حتى من مر على زواجهم عشرات السنين (الخولي ،٢٠٠٥) .

لذا لقي موضوع التوافق الزواجي اهتماما كبيرا من قبل الباحثين والمختصين في مجال الأسرة، وقد تعددت الدراسات التي تناولت التوافق الزواجي ومعوقاته وعلاقته بالكثير من المتغيرات، إلا أن هناك ندرة في هذه الدراسات في المجتمع السعودي خاصة فيما يتعلق بتطبيق برامج إرشادية مستخدمة المنهج التجريبي حسب علم الباحث في المجتمع السعودي، مما حدا به إلى محاولة دراسة هذا الموضوع والبحث فيه.

مشكلة البحث :

أشار تقرير مركز التنمية الأسرية بالدمام عام (٢٠١٠) إلى زيادة نسبة الحالات والقضايا المحولة من الإمارة أو المحاكم التي وردت للمركز عن طريق حضور الأطراف مباشرة بنسبة تتراوح (٤٠-٥٥%) سنويا حيث بلغ عدد الحالات عام ١٤٢٧ هـ (٤٤) حالة فقط فيما زادت الحالات عام ١٤٣١ هـ إلى (١٤٦) حالة.

كما بين التقرير أيضاً إلى نمو عدد الاستشارات الهاتفية ١٩% سنويا حيث بلغ عدد الاستشارات الهاتفية عام ١٤٢٨ هـ (٩٥٠) استشارة فيما نما عدد الاستشارات عام ١٤٣١ إلى (١٤٢٦) استشارة، حيث تصدرت المشاكل الزوجية التصنيف بنسبة (٦٩,٥%) من الاستشارات حسب نوع المشكلة، وان نسبة عدد طالبي الاستشارة يحملون مؤهلا علميا عاليا (التقريرالإحصائي ،٢٠٠٩).

فيما أشار التقرير الإحصائي للزواج والطلاق عام بوزارة العدل عام ١٤٢٩هـ، عن تزايد عدد حالات الطلاق في المجتمع السعودي، حيث بلغت صكوك الطلاق (٢٨٨٦٧) صك، بمعدل٧٩ طلاق يومياً ،فيما سجلت المنطقة الشرقية ومكة والمكرمة أعلى إثبات حالات الطلاق من بين المناطق حيث سجلت المنطقة الشرقية عام (١٤٢٩)١٩٠٩ حاله طلاق فيما زاد عام (١٤٣٣) إلى ٣٠٥٩ (التقرير الإحصائي،٢٠٠٩).

كما قام الباحث بعمل تطبيق أولي على عينة استطلاعية قوامها (١٠٠) زوج من معلمي المنطقة الشرقية عام ١٤٣١ -١٤٣٢ هـ تم اختيارهم بطريقة عشوائية ، بهدف التعرف على مستوى التوافق الزواجي لدى المعلمين فتوصل الباحث إلى تدني نسبة مستوى التوافق الزواجي لدى المعلمين حيث وصلت نسبته إلى ٣٧% .

من هنا جاءت فكرة الباحث بعمل برنامج إرشادي جمعي مقترح من اجل رفع مستوى مهارات التوافق الزواجي، ورفع مستوى الإدراك والفهم والمسئولية للحياة الزوجية وتحقيق السعادة الزوجية .

وبناء على ما تقدم تتحدد مشكلة الدراسة في السؤال الرئيسي التالي :

ما مدى فاعلية برنامج إرشادي جمعي مقترح لرفع مستوى مهارات التوافق الزواجي لدى عينة من المعلمين المتزوجين في المنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية؟

ومن هذا السؤال العام السابق انبثقت الأسئلة التالية :

١- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسطات .أفراد المجموعة التجريبية على مقياس التوافق الزواجي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده؟

٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسطات أفراد المجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدي؟

٣- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسطات المجموعة التجريبية ورتب متوسطات المجموعة الضابطة على مقياس التوافق الزواجي بعد تطبيق البرنامج ؟

٤- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسطات المجموعة التجريبية على مقياس التوافق الزواجي بعد تطبيق البرنامج وفي المقارنة التتبعية؟

أهداف الدراسة :

تهدف الدراسة إلى تحقيق ما يلي:

١- التعرف على دلالة الفروق بين رتب متوسطات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس التوافق الزواجي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده.

٢- التعرف على دلالة الفروق بين رتب متوسطات المجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدي .

٣ - التعرف على دلالة الفروق بين رتب متوسطات المجموعة التجريبية ورتب متوسطات المجموعة الضابطة على مقياس التوافق الزواجي بعد تطبيق البرنامج .

٤- التعرف على دلالة الفروق بين رتب متوسطات المجموعة التجريبية على مقياس التوافق الزواجي بعد تطبيق البرنامج وفي المقارنة التتبعية (بعد انتهاء البرنامج مدتها شهر تقريباً).

أهمية البحث :

التوافق الزواجي هو العمود الأساسي لبقاء الأسرة قوية متماسكة قادرة على الإنتاج والحب والعطاء ويمكن أن تكتسب الدراسة أهميتها نظريا وتطبيقا من خلال النقاط التالية :

١ -الأهمية النظرية:

أ- تعد الدراسة الحالية حسب علم الباحث الأولى في المنطقة الشرقية من حيث تناولها رفع مستوى مهارات التوافق الزواجي عن طريق مهارات وإرشادات نفسية.

ب- إثراء المكتبة العربية بوجه عام والسعودية بوجه خاص عن البرامج الإرشادية التي حصل عليها المعلمين عن التوافق الزواجي وذلك لندرة الدراسات في هذا الموضوع .

ج- يتضح أهمية الدراسة أيضا في أن الزوجين هما طرفا معادلة التوافق الزواجي فان طرح مهارات وفنيات إرشادية لتعزيز التوافق أمر لا غنى عنه في استقرار وتماسك الأسرة.

د- تنبع الأهمية من العينة التي تناولتها الدراسة وهي عينة من المعلمين المتزوجين بالمنطقة الشرقية من اجل تحقيق أكبر قدر من التوافق الزواجي.

٢ - الأهمية التطبيقية:

أ- تخدم نتائج هذه الدراسة المختصين في مجال إرشاد الأسري يمكن من خلالها تطوير البحث،وعقد البرامج والندوات والدورات الأسرية التي تسهم في رفع مستوى التوافق الزواجي للمتزوجين.

ب- قد تساهم نتائج الدراسة بنتائج ايجابية توجه المختصين في مجال الأسرة في الجهات المختلفة إلى معرفة بعض البرامج الإرشادية في رفع مستوى مهارات التوافق الزواجي لدى المعلمين المتزوجين والذي يعتمد على بعض المهارات والإرشادات .

مصطلحات الدراسة :

١ - برنامج إرشادي:

هو برنامج مخطط منظم في أسس علمية ،لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغيرالمباشرة فرداً وجماعة لجميع من تضمهم المؤسسة بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو السوي والقيام بالاختيار الواعي المتعقل لتحقيق التوافق النفسي داخل المؤسسة وخارجها (زهران،٢٠٠٥) .

وتشير عارف(٢٠٠٣) إلى أن البرنامج الإرشادي هو: برنامج يعمل وفق نظريات الإرشاد النفسي على مساعدة الأفراد في فهم مشكلاتهم، والتي تؤدي إلى سوء التوافق، ويعمل على تبصيرهم بكيفية حل هذه المشكلات، بما يحقق سعادة الفرد مع الآخرين بحيث يصل إلى مستوى أفضل من التوافق والرضا، والصحة النفسية.

ويعرف الباحث البرنامج الإرشادي: بأنه عبارة عن مجموعة من الجلسات والمهارات تهدف إلى مساعدة الفرد على الاستبصار بذاته وسلوكه ورفع وتحسين مستوى التوافق الزواجي خلال مدة زمنية معينة .

٢ – مهارات التوافق الزواجي :

تعرفها رشاد (١٩٨٢) على أنها "القدرة على التواصل وإقامة الحوار بين الزوجين والتفاهم وحل الصراعات التي قد تنشأ بينهما وهو امتزاج واستيعاب واحتواء وتكامل تام بين الزوجين في جميع النواحي النفسية والاجتماعية والجنسية وهو أيضاً القدرة على التعبير عن المشاعر والانفعالات والمشاركة الوجدانية ، كما أنه القدرة على الحب والعطاء.

ويعرفه كلا من فرج وعبدالله(١٩٩٩) "حالة وجدانية تشير إلى مدى تقبل العلاقة الزوجية، وتعد محصلة لطبيعة التفاعلات بين الزوجين في جوانب متنوعة منها: التعبيرعن المشاعر الوجدانية للطرف الآخر، واحترامه هو وأسرته، والثقة فيه، وإبداء الحرص على استمرار العلاقة معه، فضلاً عن مقدار التشابه بينهما في القيم والأفكار والعادات، ومدة الاتفاق حول أساليب تنشئة الأطفال، وأوجه إنفاق ميزانية الأسرة بالإضافة إلى الشعور بالإشباع الجنسي في العلاقة".

أما إجرائياً: يعبر عنه بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص من خلال إجابته على المقياس المستخدم في الدراسة.

حدود الدراسة :

تتحدد هذه الدراسة بما يلي :

الحدود البشرية :المعلمون المتزوجون بمدنية الدمام بالمملكة العربية والسعودية.

الحدود الزمانية :

طبقت الدراسة خلال العام الدراسي ١٤٣٣-١٤٣٤ هـ .

الحدود الجغرافية :

المدارس الحكومية للبنين في مدنية الدمام بالمملكة العربية السعودية .

الحدود الموضوعية :

فاعلية برنامج إرشادي جمعي لرفع مستوى مهارات التوافق الزواجي لدى أفراد العينة .

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

الزواج.

التوافق.

التوافق الزواجي.

نظريات البحث.

بحوث ودراسات سابقة.

فرضيات الدراسة.

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

يتضمن هذا الفصل عرض للإطار النظري في موضوعات:الزواج ،والتوافق الزواجي،مختوماً بالدراسات السابقة المرتبطة بالموضوع.

أولاً: الزواج :

الزواج نظام عالمي يكفل وجود علاقة دائمة بين رجل، كما أنه يضمن انتقال الثروة لهم، وإكسابهم مكانة معينة. وذهب أرسطو إلى أن الأسرة هي أول اجتماع تدعو إليه الطبيعة، إذ من الضروري أن يجتمع كائنان لا غنى لأحدهما عن الآخر، أي اجتماع الجنسين للتناسل، وليس في هذا شيء من التحكم. ففي الإنسان كما في الحيوانات الأخرى والنبات نزعة طبيعية وهي أن يخلف بعده موجوداً على صورته.

أ- مفهوم الزواج لغة واصطلاحا:

وإذا بحثنا عن تعريف دقيق للزواج نجد صعوبة في إيجاد تعريف جامع ومانع يحقق الدقة والضبط، لذلك سوف يتم عرض وجهات النظر المتعددة لمفهوم الزواج. وتدور كلمة(زوج) في اللغة العربية حول الضم، والاقتران فالزوج: الفرد الذي له قرين، وكل شيئين اقترن أحدهما بالآخر فهما زوجان.

وفي التنزيل العزيز : ﴿ وَأَنَّهُۥ خَلَقَ ٱلزَّوْجَيْنِ ٱلذَّكَرَ وَٱلْأُنثَىٰ ﴿٤٥﴾ ﴾ النجم: ٤٥ ، فكل منهما زوج ذكراً كان أم أنثى وقال تعالى : ﴿ فَٱسْلُكْ فِيهَا مِن كُلٍّ زَوْجَيْنِ ٱثْنَيْنِ ﴾ المؤمنون: ٢٧ وزوج المرأة :بعلها وزوج الرجل: امراته.

وقد جاء لفظ (زوج) بالتذكير بالنسبة للرجل، وبالنسبة للمرأة على السواء. فقال تعالى : (يا آدم اسكن أنت وزوجك الجنة). وقال جل شأنه : ﴿ وَإِذْ تَقُولُ لِلَّذِىٓ أَنْعَمَ ٱللَّهُ عَلَيْهِ وَأَنْعَمْتَ عَلَيْهِ أَمْسِكْ عَلَيْكَ زَوْجَكَ ﴾ الأحزاب: ٣٧ (عفيفي،٢٠١١، ١٤٠)

كماتنوعت ألفاظ الفقهاء في تعريفهم للزواج (فابن قدامه) لم يزيد من تعريفه عن قوله : (النكاح في الشرع عقد التزويج ، فعند إطلاقه ينصرف إليه) .

وعرفه ابن عبدين الفقيه الحنفي بقوله : (عقد الزواج مجموع إيجاب أحد المتكلمين مع قبول الآخر ، أو كلام واحد القائم مقامهما أعني متولي طرفي العقد) (الأشقر ، ١٩٩٧ ، ١٤).

وعرفه (العقاد ، ١٩٤٧ ، ٤٩) بأنه صلة شرعية بين الرجل والمرأة يشرع لحفظ النوع وما يتبعه من النظم الاجتماعية .

التعريف النفسي للزواج :

أما سعد(١٩٩٧،٧٦) فيرى أن الزواج المثالي هو زواج الفكر المتبادل المنسجم، ترعاه مودة الذهن، ويحرسه حنان القلب ، فعلى الزوج أن يكون عاقلاً رشيداً يبادل زوجته الأفكار والعواطف في جو التفاهم الفكري الهادئ والعميق .

ويتضح من ذلك أن الزواج هو سنة كونية شرعها الخالق عز وجل من أجل سعادة وطمأنينة النفس البشرية واستقرارها فالزواج يعد من أفضل العلاقات المقربة إلى الله عز وجل .

ويتفق الإسلام وعلم النفس حول أهمية الزواج ، وفي الدعوة إليه والترغيب فيه والتخويف من العزوف عنه مع القدرة عليه ، فيه تصلح النفوس وتقوى المجتمعات وتعمر الدنيا و تستمر الحياة ، وبدونه تضعف النفوس وتفسد المجتمعات ، وتخرب الدنيا ، وتتوقف الحياة (أحمد ،١٩٩٦) .

وقد أجمعت نظريات عديدة في علم النفس على أن السعادة الزوجية خير متاع الدنيا وأساس الأسرة الصالحة ، التي تكتمل بها إنسانية الرجل والمرأة في أداء رسالتها في الحياة ، وأثبتت دراسات كثيرة في مجتمعات عديدة صحة هذه النظريات حيث تبين أن المتزوجين أفضل من غير المتزوجين في الصحة النفسية والجسمية (إبراهيم ، ١٩٩٥).

إن المعيار الحقيقي للنجاح الزواجي هو انتهاؤه نهاية طبيعية فالزواج المستقر هو الذي تنتهي فيه العلاقة بموت أحد الزوجين أما الطلاق أو الانفصال فهما يحددان زواج غير مستقر (Corsini , 1987) .

ب –أهمية الزواج وفوائده:

الزواج هو الأسلوب الذي اختاره الله سبحانه وتعالى لحفظ النسل واستمرار الحياة وإحياء سنة الله في الكون كما أراد به جل وعلا حماية الأعراض والأنساب من الأمراض الجسمية والنفسية والأخلاقية من أجل توطيد أواصر المحبة والتراحم بين أبناء المجتمع الواحد ويسهم الزواج –كعملية اجتماعية– في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لكل من الرجل والمرأة؛ فالزواج هو السبيل الذي يلتمس فيه كل منهما طريقه إلى شريك من الجنس الآخر، يشبع له

عديد من حاجاته النفسية والاجتماعية والفيزيولوجية التي يصعب تحقيقها دونه، والزواج مطلب أساسي من مطالب النمو في مرحلة الشباب؛ فإذا تحقق هذا المطلب تحقق معه إشباع دوافع أخرى قد لا تتحقق بدونه وخاصة الدوافع الوالدية وتبادل العاطفة وغني عن البيان أن الزواج يلبي عند الفرد حاجات اجتماعية متعددة أكثرها أهمية الحاجة الجنسية، والحاجة إلى الإنجاب، والحاجة إلى الحياة العاطفية. كما أن طبيعة الزواج تعكس قيماً اقتصادية وأخلاقية ودينية واجتماعية بالغة التنوع والأهمية كالتالي:

– الزواج قيمة اقتصادية : لأنه ينظم الحياة الاقتصادية للزوجين ولأولادهما في المستقبل.

– الزواج قيمة اجتماعية : فهو نشاط اجتماعي بين أطراف اجتماعية متعددة ناتجة عن نظام المصاهرة.

– الزواج قيمة أخلاقية : لأنه يتضمن قيماً مثل الشرف والكرامة والخير وغيرها.(عفيفي, ٢٠١١, ١٤٢)

ج –أهداف الزواج :

يقسم مرسي أهداف إلزواج إلى :

١– أهداف فطرية، منها:

أ– الإشباع الجنسي : الإشباع العفيف للحاجة إلى الجنس عند الرجل والمرأة قال تعالى: ﴿ نِسَآؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ فَأْتُواْ حَرْثَكُمْ أَنَّىٰ شِئْتُمْ ۖ وَقَدِّمُواْ لِأَنفُسِكُمْ ۚ وَٱتَّقُواْ ٱللَّهَ وَٱعْلَمُوٓاْ أَنَّكُم مُّلَٰقُوهُ ۗ وَبَشِّرِ ٱلْمُؤْمِنِينَ ﴿٢٢٣﴾ ﴾ البقرة: ٢٢٣.

ب– الإشباع النفسي : بإشباع الحاجات النفسية والجسمية من أهمها ، حاجة الأمومة ، والتي تتضح في قوله تعالى : ﴿ ٱلْمَالُ وَٱلْبَنُونَ زِينَةُ ٱلْحَيَوٰةِ ٱلدُّنْيَا ۖ وَٱلْبَٰقِيَٰتُ ٱلصَّٰلِحَٰتُ خَيْرٌ عِندَ رَبِّكَ ﴾ الكهف: ٤٦.

ج– الشعور بالأمان والطمأنينة : من خلال العلاقة الزوجية التي تقوم على الحب والمودة والتعاون والتآزر بين الزوجين في بناء الحياة ، واقتسام حظوظهما في بلوغ الكمال الإنساني .

٢– أهداف اجتماعية، ومنها :

أ– إعطاء الحياة معانٍ جديدة ، ترفع من قيمتها عند الرجل والمرأة وتدفعهما إلى الاجتهاد في العمل وتوحد أهدافهما في الأسرة .

ب- إنشاء الأسرة التي يقضي فيها الرجل والمرأة معظم حياتهما، ويمارسان نشاطهما ويشبعان حاجتهما .

ج- استمرار النسل وتربية الأجيال القادرة على حمل رسالة الحياة ، وبناء المجتمع وتنمية وتعمير الأرض وحفظ الأخلاق .

٣- أهداف دينية :

تتفق على هذه الحقوق جميع المجتمعات التي تربط الزواج بإرادة الله ، وتجعله مسألة دينية ، وقد جاء الإسلام وأبرزه واعتبره هدفاً رئيسياً وربط الزواج بالثواب من الله في الدنيا والآخرة وحث المسلمين عليه من أجل صحتهم النفسية والجسمية وسلامة مجتمعاتهم .

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (وفي بضع أحدكم صدقة) قالوا : أيأتي أحدنا أهله وله في ذلك صدقة ، قال عليه السلام : (انظروا لو وضعها في حرام أكان عليه وزر ؟ قالوا بلى ؟ قال عليه السلام : (وكذلك لو وضعها في حلال له في ذلك أجر) (النووي ، ١٩٥٤ ، ٦٩٧) .

ولا تختلف هذه الأهداف الدينية عن الأهداف الاجتماعية والفطرية حيث أنها تشبع حاجات الرجل والمرأة الجسمية والنفسية والاجتماعية وفق منهج وضعه الله لمساعدتهم في الدنيا والآخرة ، فالزواج في الإسلام يوافق ثنائية الإنسان من جسد ونفس في جميع حاجاته في توافق رائع ، فهو حين يشبع حاجة جسدية إنما يشبع حاجة نفسية في الوقت ذاته ، ويسمو بنفس المؤمن إن كانت غايته الابتعاد بالحلال عن الحرام، وإنجاب البنين الصالحين، وإعمار الأرض .

تبارك الخالق الذي خلق الإنسان ، وهو أعلم بما يصلحه ، فأرشده إليه ليحصل على السعادة التي ينشدها في الدارين(مرسي ، ١٩٩١ ، ٣٧) .

د-الاختيار في الزواج :

نقصد بالاختيار في الزواج تحديد اللائقين أو الصالحين للاختيار للزواج والذي يجب على الفرد أن يختار شريك عمره في إطاره، ونحن نعيش الآن في عصر الاختيار فالإنسان منذ مولده يواجه بمواقف الاختيار، فعليه أن يختار نوع طعامه وطريقة طهوه ، ونوع ملبسه، وألوان ملبسه وعليه أن يختار وسائل وأنشطة معينة لتسليته كما نجد أنه لابد أن يختار أيضاً الوقت الذي يمارس فيه تلك الأنشطة الترويحية ، لكن أهم تلك الاختيارات بالنسبة له هو اختياره لشريكة حياته، والاختيار للزواج من قبل الفرد أهم خطوة في حياة الإنسان وهو أهم بكثير من

اختياره لوظيفته، فالوظيفة قد تتغيّر دون أن تترك أثراً كبيراً في حياة الإنسان، لكن الإنسان يتزوج وفي نيته ألا يحدث ما يغير هذا الزواج أي أنه يتزوج للحياة كلها.

وعلى الإنسان أن ينتقي ويختار، وبعبارة أخرى نستطيع أن نقول أن الاختيار للزواج هو عملية اتخاذ قرار، وهنا ما يوقع الإنسان في الحيرة، إذ يسال نفسه دائماً، على أي الأسس يختار وأي العوامل يغلبها على الآخر عند الاختيار، وقديماً قالوا: "من خيرك حيرك" .

ويرى مارسال جونز أن الاختيار للزواج "نمط سلوكي" فنحن نسلك بطريقة معينة حين نكون بصدد الاختيار للزواج، وبعد الاختيار في الزواج –كما هو الحال في كل الأنماط السلوكية الأخرى– رد فعل شخصية كاملة للموقف برمته، رد فعلاً لا يستطيع الإنسان إلا على أساس خصائص شخصية التي كونها من تجاربه وخبراته السابقة وكل ذلك متعلق إلى حد كبير بالثقافة.

ويتوقف نمو الشخصية، ووضع حدود لقدراتها وإمكاناتها على التراث المعرفي الثقافي، وعلى نسق القيم، وأهداف الحياة التي يتميز بها القطاع الثقافي الذي يعيش فيه الإنسان ويمارس في إطار علاقاته، كذلك فإن الأشخاص المختارين كشركاء في الزواج، هم أيضاً محكومين بالأنماط الثقافية التي تمارس سلطاتها وتأثيرها على شخصياتهم وسلوكهم (عفيفي، ٢٠١١، ١٥٢) .

هـ–أسلوب الاختيار للزواج:

ويقصد به الأسلوب المفضل للاختيار في كل مجتمع، من حيث مدى تدخل أشخاص آخرين من غير الذين يعنيهم الأمر (أي شريك وشريكة المستقبل) في عملية الاختيار للزواج والترتيب له. ولتدخل الآخرين في عملية اختيار شريك الحياة قواعد ونظم خاصة تختلف وتتفاوت من مجتمع لآخر. فقد يكون تدخلاً كلياً من ناحية الوالد والأهل، وقد يكون تدخلاً جزئياً، إذ يسمح بأخذ رأي الاثنين أي شريك وشريكة المستقبل.

١ – الأسلوب الوالدي:

وهو ذلك الأسلوب التقليدي كان سائداً لفترة من الوقت ثم اختفى حيث كان يسمح بتدخل أحد اقرباء الشريكين المنتظر زواجهما، في عملية الاختيار، ويتضح في تحكمه أو تحكمهم في تلك العملية. وقد يكون التدخل في سير الاختيار للزواج، والتحكم من جانب الأهل والأقارب مطلقاً في بعض الأحيان ففي الأولى لا يستطيع الشريكان أن يدليا بأدنى رأي في مسألة زواجهما. أما في الثانية فيسمح للشريكين المنتظرين الإدلاء برأيهما في موضوع زواجهما.

٢– الأسلوب الذاتي أو الشخصي في الاختيار للزواج:

يظهر في هذا الأسلوب رغبة الفرد الشخصية، واختياره الذاتي كأهم عامل يحدد اختيار شريك معين، وبالتالي قد يكون تدخل الأهل أقل تأثيراً على الاختيار، وكثيراً ما يكون تدخلهم صورياً فقط، أو قد لا يتدخلون نهائياً وفي المجتمع الأمريكي يتم الاختيار شخصياً(القرني وزقزوق ،٢٠١٢، ١١٣-١١٤).

الاختيار للزواج في المجتمع السعودي:

يميل مجال الاختيار للزواج في المجتمع السعودي بصفة عامة إلى الزواج من محيط العائلة والأقارب أو القبيلة الوحدة؛ لما في ذلك من تقوية أواصر المحبة ودمج القربى بين أفراد الأسرة الواحدة، كذلك لما فيه من المحافظة على اسم العائلة وبقائها لمدة أجيال قادمة ويسمى ذلك (بالزواج الداخلي). لذلك نجد أن أهم من يجب الاختيار منهم هم أبناء العمومة أولاً، فإذا لم يجد بغيته وطلبه في أبناء عمومته اتجه إلى الأخوال، وهكذا يتم التدرج من الأقرب فالأقل قرباً، المهم ألا يخرج من محيط الأهل .

وقد كان سابقاً ومنذ ولادة الصبي والفتاة يتم حجز الفتاة للصبي ابن فلان من خلال كلام الآباء ، إذ يقول فلانة لفلان ويقرؤون الفاتحة، ويتمون الزواج عندما يكبر الاثنان. ولا يعني ذلك أن كل الزواج في المجتمع السعودي يكون زواج أقارب، بل هناك من يخرج من نطاق العائلة الواحدة ويتزوج زواجاً خارجياً، وذلك لأسباب عامة كأن تكون العائلة التي يريد الشخص مصاهرتها ذات مكانة قوية في المجتمع، أو من أجل جاه وسمعة هذه العائلة، أو لنفوذها وغناها أو لأسباب أخرى عديدة. ولكن المفضل في الاختيار للزواج في المجتمع السعودي هو الزواج الداخلي حتى مع التغير الاجتماعي الذي حدث للمجتمع السعودي فلا زالت الأغلبية تفضل الزواج الداخلي.

ويؤيد الباحث ماذهب إليه القرني وزقزوق إلى ان الأغلبية في السعودية يفضلون الزواج الداخلي وذلك بحكم عمله في المركز التنمية الأسرية وكذلك بحسب الاستطلاع الذي عمله الباحث أيضا .

أسس الاختيار الجيد:

هناك عدة معايير يمكن أن تتخذ كمؤشرات للتكيف الزواجي منها:

- الاتفاق في العقائد أو المذاهب الدينية.
- الاتفاق أو التقارب في المستوى الاقتصادي والتعليمي والثقافي والاجتماعي.
- الزواج من أبناء الجنسية الواحدة أو السلالة الواحدة.
- الاتفاق أو التقارب في الميول والقيم والمثل والمعايير والعادات والتقاليد والأعراف وأنماط السلوك.
- الفهم المتبادل لشخصية كل منهما ودوافعه وميوله واتجاهاته.
- وجود قدر معقول من القبول والرضا والعاطفة.
- الفهم المشترك لطبيعة الزواج ورسالته وأهدافه وأعباءه وواجباته ومسؤولياته وعوامل المحافظة عليه.
- التفاهم أو التقارب بين أسرتي الزوج والزوجة.
- التقارب في العمر.
- التمتع بقدر معقول من الصحة العقلية والنفسية والحالة المزاجية والخلو من الأمراض العقلية والنفسية والاضطرابات السلوكية: كالشذوذ الجنسي أو الإدمان أو الجنوح والجريمة والعنف والتطرف، أو العادات السلبية: كالإهمال واللامبالاة والتهرب من تحمل المسؤولية والعبث والكسل والتراخي والقذارة، وعدم المحافظة على المظهر الهندام.
- التمتع بالقيم الروحية والدينية والأخلاقية والتمسك بالمثل العليا.
- الاعتقاد الراسخ بأن أساس قيام العلاقة الزوجية هو المودة والسكينة والرحمة والعطف والحب والحنان والدفء والتعاون والأخذ والعطاء والاستقرار. بحيث يشعر الإنسان أنه وزوجته شيء واحد وجسد واحد وروح واحدة، ومن هنا تختفي مظاهر ودعاوى الفرقة والانقسام والصراع والمنافسة بين طرفي العلاقة الزوجية.

– الاستعداد لقبول قدر معقول من المشكلات التي قد تنشأ بالضرورة من جراء التفاعل الأسري، ومؤدى ذلك عدم الاعتقاد الواهم بأن الحياة الزوجية المقبلة عبارة عن جنة الله في الأرض، وإنها حياة حالمة غارقة في الرومانسية وتبادل العواطف الحارة، وإنما لا بد من تكوين فكرة واقعية والاستعداد لتحمل قدر من المشاكل الأسرية أو الاختلاف في الرأي . ذلك لأن المشاكل الأسرية لم تخل منها حتى أسر الأنبياء والمرسلين. فالرسول –عليه الصلاة والسلام– خير زوجاته بين الطلاق والمعيشة الصالحة معه.

– النظرة الشمولية والمتوازنة لصفات الزوجة المقبلة أو الزوج، فلا يمكن الاهتمام بعنصر واحد وترك العناصر الأخرى، وإنما لا بد من التكامل ووجود قدر معقول ومتناغم من هذه السمات على أن بعضها قد يعوض بعضاً إلى حد ما.

– توفر عنصر موافقة الأهل أو ولي الأمر.

– وجود قدر من الكفاءة أو التقارب.

– ضرورة دفع المهر للزوجة.

إن هذه العناصر لا تحتسب بطريقة كمية جامدة، وإنما بطريقة اعتبارية وإنه من تمام التوافق عملية الاختيار الصائب للزواج ، ومما لا شك فيه أن التوافق أمر نسبي غير أنه مطلوب من أجل النجاح الأسري والسعادة الزوجية، وبالتالي مجتمع سعيد وناجح، وتتم عملية التوافق من الاختيار الموفق (القرني وزقزوق،٢٠١٢، ١١٥–١١٩)

النظريات المفسرة لعملية الاختيار الزواجي:

١ – **نظرية التجانس**: حيث يبحث الفرد وفق هذه النظرية عن زوجة تتفق وتتجانس معه في كل شيء، فيتزوج من يقاربه سناً، ويماثله سلالة، ويوافقه عقدية، ويشابهه في المستوى التعليمي والاقتصادي والاجتماعي.

٢ – **نظرية التقارب المكاني**: حيث يختار الفرد زوجته من مجاله الجغرافي البيئي الذي يعيش فيه، حيث تكثر فرصة الرؤية والتعامل مع أفراد الجنس الآخر ويختار زوجته من بينهن، وهذه النظرية لا تتعارض مع نظرية التجانس فقد يختار الفرد زوجته من بيئته، ممن يشابهه ويتجانس معه في سماته وقيمه ، ويظهر ذلك واضحاً في الريف حيث يختار الفرد زوجته غالباً من نفس القرية.

٣ – **نظرية الحاجات التكميلية** : هي نظرية نفسية وضعها روبرت ونش ، وفيها يختار الفرد زوجته بحيث تكمله وتجبر نقصه، فقد لاحظ بعض الباحثين أن كثيراً من الأفراد لديهم

تكوينات نفسية تكميلية فينجذبون لبعضهم ويكملون بعضهم بعضاً، فمثلاً قد يرتبط الفرد الذي يشبع الحاجة للمال بزوجة تشبع الحاجة للشهرة والمكانة (كفافي ، ١٩٩٩: ٤٢٣ – ٤٢٧) .

و-المحكات التي تقوم عليها عملية الاختيار الزواجي :

١- السمات الشكلية التي تتعلق بالملامح الظاهرية مثل : القوام ، ولون البشرة، والجمال الشكلي، والشعر .

٢ – السمات الاقتصادية والتي تتعلق بالجانب المادي مثل : الغنى والفقر.

٣ – السمات الاجتماعية مثل : الأصل الطيب والعريق ، والعذارة، والمكانة الاجتماعية .

٤ – السمات النفسية مثل : الميول والاتجاهات وبعض القدرات، إضافة لتوافر الجانب الديني، والجانب الفكري الثقافي (أبو العينين، ١٩٩٩ :٨٣-٨١).

ويستند تقويم مستوى النجاح في الزواج على أساس مدة الزواج، وأساليب توافق الزوجين وتفاعلهما معاً . وقد قسم الداهري مستويات النجاح إلى ثلاث مستويات نلخصها في الآتي:

١ – المستوى الأول:

نقصد به الزواج السعيد الذي تستمر فيه العلاقة الزوجية، مع التفاعل الإيجابي بين الزوجين مواقف أسرية كثيرة، وسيادة مشاعر الرضا والمودة والرحمة في التوافق الزواجي الحسن والشعور بالسعادة في معظم المواقف التي يتفاعل فيها الزوجان معاً.

وهذا لا يمنع وجود خلافات بينهما في بعض المواقف، لكنها خلافات بناءة يمكنهما التغلب عليها دون أن تفسد ودهما أو تخل بتفاعلهما الزواجي. فكل من الزوجين السعيدين يحسن الظن بنفسه وبالزوج الآخر. مما يجعله يتحمل الخلافات بصدر واسع. ويتقبلها برضا وتفاؤل. ويدل هذا المستوى على أن الزواج يسير في مساره الطبيعي، أو اكتمل نموه وتحقق التكامل بين الزوجين.

٢ – المستوى الثاني :

يقصد به الزواج العادي الذي تستمر فيه العلاقة الزوجية مع التفاعل الإيجابي بين الزوجين في بعض المواقف والتفاعل السلبي في مواقف أخرى. فالنجاح في المستوى الثاني يتضمن استمرار العلاقة الزوجية مع شعور الزوجين بالمودة والتعاون والرحمة في بعض المواقف. وشعورهما بالنفور وعدم الرضا وعدم الارتياح في مواقف أخرى. بحيث تدفع مشاعر المودة والرحمة مشاعر النفور وعدم الرضا في مواقف التفاعل الإيجابي . وتدفع الأخيرة الأولى في مواقف التفاعل السلبي . وهكذا تستمر الحياة الزوجية بين الرضا وعدم الرضا .

فإذا زادت مشاعر الرضا على عدم الرضا كان النجاح في الزواج أقرب إلى المستوى الأول. وإذا زادت مشاعر عدم الرضا كان النجاح أقرب إلى المستوى الثالث . ويدل النجاح من المستوى الثاني على أن الزواج يسير في مساره الطبيعي مع وجود معوقات تحد من نموه في المراحل العليا. وتؤثر على الركائز التي يقوم عليها النمو.

ويحدث في هذا المستوى خلافات زوجية كثيرة . لكنها خلافات بناءة أكثر منها هدامة. يستطيع الزوجان التغلب عليهما بنفسيهما . أو بمساعدة الأهل والأصدقاء أو المتخصصين في الإرشاد الزواجي .

٣ – المستوى الثالث:

يقصد به الزواج غير السعيد الذي تستمر فيه العلاقة الزوجية . مع وجود الشقاق والنشوز والصراع في تفاعل الزوجين معاً . وشعورهما بالعداوة والنفور والعصيان والغضب من وجودهما معاً . وقد يستسلم أحدهما للأمر الواقع. ويتوافق مع سلوكيات الزوج الآخر وعاداته . التي لا يوافق عليها، لأنه يئس من اصلاحها أو تعديلها، ولا يجد مفراً من الخضوع والتعايش معها. للمحافظة على كيان الأسرة بخاصة في مراحل الزواج المتقدمة وبعد إنجاب الأطفال.

ويدل هذا المستوى على سير الزواج في مسارات منحرفة . يظهر فيها الإحساس بعدم الثقة والخجل والشك والذنب والنقص. وتميع الأدوار الزوجية والعزلة والأنانية واليأس ويغدو زواجاً مريضاً مضطرباً عاجزاً عن تحقيق أهدافه.

ويقوم النجاح في المستوى الثالث على استمرار الزواج مع التوافق الزواجي السيء والشعور بالشقاء في معظم المواقف التي يتفاعل فيها الزوجان معاً . وتكثر الخلافات الزوجية بينهما ويتعذر عليهما علاجها. ويحتاجان للمساعدة من المتخصصين في الإرشاد الزواجي والعلاج النفسي. (الداهري، ٢٠٠٨م: ٥٤-٥٥)

ز – مراحل الزواج من حيث الخصائص وأنماط العلاقات :

١ – **المرحلة الأولى:** مرحلة الحب الرومانسي، وفيها يشعر الزوجان بمحبة كل واحد منهما للآخر ، ويؤثران أن يظلا شريكين ، وتتسم العلاقة بينهما بالتفاؤل والانفتاح وهي مرحلة سعيدة غير أنها قصيرة.

٢ – **المرحلة الثانية** : مرحلة الصراع، وتصطبغ فيها العلاقة بين الزوجين بمشاعر الأسرى ، ويضيع الوقت بينهما في معترك الصراع والفشل عبر دورة تبدأ بالكمون وقدتنتهي بالخلع أو

الطلاق ، وعلى الرغم من أن فكرة الطلاق قد تخطر على بال أي من الشريكين إلا أنه في الغالب لا يؤخذ بها.

٣ – **المرحلة الثالثة:** تعود فيها الألفة والوئام إلى الحياة الزوجية بعد تقدير كل طرف لما يجب أن تكون عليه العلاقة في الواقع حيث يسود التعامل مع موقف الزواج بواقعية بعيداً عن الأحلام (الدخيل الله ، ٢٠٠٤: ٥٣) .

مراحل الحياة الزوجية:

قسم العلماء دورة الحياة الزوجية وفقاً لطرق متمايزة ، فمنهم من اعتمد على حجم الأسرة والامتداد الزمني لوجود الأبناء، ومنهم من اعتمد على طبيعة التفاعل وعمقه بين الزوجين، وفيما يلي وصف لأبرز التقسيمات.

تمر دورة الحياة الزوجية تبعاً لحجم الأسرة وأعمار الأبناء بسبعة مراحل لكل مرحلة خصائصها المتميزة وهذه المراحل هي :

١ – الأسرة المبتدئة: وتشمل الزوج والزوجية فقط قبل إنجاب الأطفال.

٢ – الأسرة العائلة لطفل: وتبدأ مع ميلاد أول طفل.

٣ – الأسرة المربية للأطفال: وهي استمرار للمرحلة السابقة وحتى وصول أكبر طفل إلى مرحلة المراهقة.

٤ – الأسرة ذات المراهقين : وتبدأ مع مراهقة أول طفل وتستمر حتى يصل جميع الأطفال إلى الرشد.

٥ – الأسرة كمركز انطلاق للأبناء : وتبدأ منذ زواج الأبناء ووصول أحد الزوجين إلى سن التقاعد .

٦ – الأسرة المسنة : وفيها يصل الزوجان إلى مرحلة ما بعد سن التقاعد (مرسي،٣٤،٢٠٠٨).

أسباب المشاكل الزوجية:

تعددت الأسباب المؤدية للمشاكل الزوجية وقد لخصها (مرعي ، ٢٠٠٧) ضمن تصنيف منهجي يطال العوامل المجتمعية المهمة التي لها علاقة مباشرة بحياة الأسرة وهي الآتي :

أ – المسائل المادية:

لا شك أن للكفاية المادية دور أساسي على استقرار الحياة الزوجية ومن هنا نرى أن الكثير من المنازعات بين الشريكين تدور حول المسائل المادية.

ب – دور التربية البيتية :

إن لدور التربية والبيتية أثر حاسم في تكوين قناعات الزوجين ، فيما يتعلق بشؤون الحياة، وهذه القناعات تتولد بعد اصطدام استعداداتهما الوراثية بمعطيات الواقع، حيث يكتسب كل منهما الخبرات الخاصة التي تختلف من شخص لآخر والتي على أساسها يحكم الزوج أو الزوجة على أمر ما.

ج – فتور الرغبة بالآخر:

وهي لب المشاكل وكما يقول أحد الحكماء "إن حب الرجل لزوجته رغبة" فكيف إذا خفتت حدة هذه الرغبة؟ إن هذا السبب يؤشر ليس على وجود المشاكل فقط بل يؤدي في أحيان كثيرة إلى الانفصال "فلقد تحس الزوجة بأن الزوج لم يعد يحبها كسابق عهدها به. فلم يعد مهتماً بها ولا منجذباً إلى جمالها. ولا يكاد ينظر إليها بنظرات الإعجاب كما كان في الماضي . وإن هو فعل فيكون ذلك كروتين أو كواجب يؤديه بغير تذوق أو بغير إقبال أو اشتياق . وقد يكون الشعور ذاته عند الزوج الذي أصبح لا يحس بتعاطف زوجته معه، برغبتها في تقبل مغازلته لها أو تقربه منها . إن إحساس أحد الزوجين أو كليهما بفتور الحب بينهما يشكل نقطة ارتكاز في الخلاف سيؤدي حتماً إلى الصدام ببعضهما البعض" .

د- التباين في وجهات النظر:

إن الزواج الناجح لا بد له من أن يمر في عملية تسوية بين الزوج والزوجة. والتسوية لا بد لها من عامل التنازل لكي تحصل، وإذا فُقد هذا العامل حصلت المشاكل. وهنا لا بد من الإشارة إلى أن حرية الزوجين في الاتفاق على الأمور التي تهمهما لا بد لها من جلسات هادئة للبحث فيها قبل وقوع سوء التفاهم.

هـ- التعارض بين شخصين مختلفين :

ويبرز الجانب النفسي هنا حيث يكون الزوج شخصاً انطوائياً يحب العزلة ولا يرى الأشياء المحيطة به إلا من خلال منظار شخصي بحت، وتكون الزوجة منبسطة ومنفتحة على إقامة العلاقات مع الآخرين من حولها، وبشكل يحاول كل من الزوج والزوجة فرض شخصيته على الآخر، وهذا أمر مستحيل الحصول. فيدب النزاع بينهما ويكون الاختلاف . نشير هنا إلى أن

الخطوبة وبقليل من المعرفة والتبصر يستطيع الخطيبان من خلالها أن يكشفا بعضهما البعض فيما يتعلق بهذه المسألة المهمة.

و- النقد والتجريح بتصرفات الآخر:

يعتبر علماء النفس والاجتماع أن سنوات الزواج الأولى هي من المراحل المضطربة في الحياة الزوجية وتؤثر عليها بعض التصرفات العدائية من كلا الزوجين كالانتقاد الجارح والتبخيس من قيمة الآخر. فالزوج مثلاً قد يتهم زوجته بأنها تهمل عمل البيت وتقوم بزيارات كثيرة لجيرانها ، ومن دون أن تهتم بإطعام وتغذية أطفالها، وكذلك فهي قد تتهمه بأنه مبذر وغير مهذب في تعاطيه مع الناس وهذا ما يؤدي لحصول المشاكل الزوجية.

وأشارت نتائج دراسة كل من ديفد وبروك (David& Brock،٢٠٠٠) إلى أن تجنب النقد بين الزوجين يزيد من الشعور بالبهجة والإحساس بالسعادة، كما توصلت دراسة فروش مانجليسدروفر وميتشل (Frosch،Mangelsdorf & Mchale،١٩٩٨) إلى إدراك مساندة القرين وتجنب النقد والاتصال الجيد يرتبط بالرضا الزواجي والسعادة ويخفف من المشاكل الزوجية.

ز- حالة الزوجين الصحية :

هنا لا بد من الرجوع إلى مثل قديم يقول : "العقل السليم في الجسم السليم" وقد تطور الطب النفس – بدني بشكل تأكد فيه مضمون هذا المثل الذي يربط بين إمارات الصحة النفسية، وبين الحالة الجسدية للفرد، فمن ناحية الزوج تقول : كلما كان الزوج في حالة صحية ممتازة كلما كان أقدر على إضفاء جو من السعادة على أفراد أسرته، وبالتالي تخف حده المشاكل التي تحدث عادة بين الزجين ، وكذلك كلما كانت الحالة الصحية للزوجة ممتازة كلما أصبحت أكثر قدرة على إسعاد زوجها وأطفالها خاصة وإن المرأة يقع على عاتقها مسؤوليات الأسرة ورعايتها بقسمها الأكبر إضافة إلى أن حالتها الجسدية قد تتأثر في بعض الأحيان باضطرابات الدورة الشهرية مما يجعلها في حالة مزاجية صعبة نوعاً ما .. كل ذلك له تأثيره على سير الأمور داخل الأسرة ويقع ضمن الظروف والأسباب التي تؤدي لحصول المشاكل الزوجية أو عدمها (مرعي ،٢٠٠٧، ٥٦-٦٣).

أساليب التعامل مع المشكلات الزوجية:

يرى(اليوسف ،٢٠٠٨) أن أهم أساليب التعامل مع المشكلات الزوجية هي كالآتي:

أ – قبول الشريك الآخر كما هو لا كما أريد:

تعد محاولة التأقلم في الحياة الزوجية، لجعلها أكثر صفاء وسعادة لكلا الطرفين، أحد المؤشرات المهمة في نجاح الحياة الزوجية ، فالشريك الذي يريد أن يكون شريكه في العلاقة الزوجية منطبقاً على الأفكار التي يرسمها في ذهنه والتي يصوغها له عقله في أحلامه الوردية سيعيش معاناة الحرمان إذا لم يكن الشريك الآخر كما هو مرسوم له مسبقاً . وللخروج من هذا المأزق على الشريكين أن يضعا نصب أعينهما أنهما نشآ في أوساط اجتماعية مختلفة وأن ظروف حياة كل واحد منهما شكلت نمط شخصيته بطريقة مختلفة عن الآخر، لذا فإن المعاشرة بالحسنى مع الشريك الآخر كفيلة بعد توفيق الله سبحانه وتعالى بتقريب وجهات النظر بينهما.

ب – اختيار الأوقات المناسبة للحوار :

إن أكثر ما يعوق الحوارات الزوجية، ويجعلها غير ناجحة، وغير قادرة على امتصاص المشكلات التي تقع بين الزوجين هو إخفاق كلا الزوجين أو أحدهما في اختيار الوقت المناسب للحوار. فالحوار هو فن ينبغي أن يتعلمه طرفا العلاقة ، وهو حرفة ومهارة تحتاج للممارسة والتدريب. فلا يمكن أن نتوقع حواراً ناجحاً عندما يكون أحد الطرفين متعباً أو يعاني من ضغوط نفسية أو اجتماعية أو غيرها . كما أن أسلوب الحوار له آداب وفنون يحسن بالطرفين معرفتها مثل الإنصات الجيد ، وعدم رفع الصوت بالحديث، والتركيز على قضية محددة وغيرها.

ج – استشارة أصحاب الرأي والمحايدين:

عندما ينشب خلاف بين الزوجين ويكون من الضرورة استشارة أحد الأشخاص فالأفضل استشارة شخص محايد لا يعرف الطرفين وليس لديه مصلحة للتحيز لأي منهما . والشخص المحايد ذو المهارة الفنية العالية قادر على إعطاء الزوجين الاستشارة الفنية المساعدة لهما مما يساعد على احتواء الخلافات واستمرار الحياة الزوجية بشكل فاعل.

د – عدم انتقال مشكلاتهما إلى أسرتيهما:

إن أخطر ما يهدد الحياة الزوجية، ويؤثر على استقرارها هو انتقال مشكلات الزوجين خارج اسوار المنزل، وخاصة إلى الأهل، فكل طرف سيتحيز لابنه أو ابنته ويتحول الموضوع من خلال بين الزوجين إلى صراع لا يمكن احتواءه ، أو السيطرة عليه ، وقد سبق أن تحدثنا في القاعدة

الخامسة أنه إذا كان من الضروري الحديث عن الخلافات بين الزوجين فيجب أن يكون هذا الحديث مع مختص محايد

هـ - الاستعداد لتقديم التنازلات:

سبق أن ذكرنا أن الحياة الزوجية هي عبارة عن سلسلة من التنازلات من كلا الطرفين، لذا يجب أن يقدم كل طرف للآخر التنازلات الكفيلة باستمرار الحياة الزوجية الفاعلة. وعلى كل طرف ألا يعتقد أن التنازل هو ضعف منه، أو إقلال من قيمته ، وإنما هو متغير مهم، وأساسي في قواعد إرساء المحبة والمودة والعشرة بالمعروف بين الزوجين.

و - عدم اجترار المشكلات السابقة :

يجب على طرفي العلاقة عند مناقشة خلاف نشب بينهما عدم اجترار المشكلات السابقة حتى لا يتحول الموضوع والخلاف بينهما إلى رغبة في داخل كل منهما إلى الانتقام من الطرف الآخر، أو تصفية الحسابات، ثم إن مناقشة واجترار المشكلات السابقة بين الطرفين قد تولد المزيد من الشحناء والعداوة بينهما وقد يؤدي إلى انعدام التواصل الفاعل بينهما.

ز - احترام خصوصية كلا الطرفين:

رغم أن الحياة الزوجية هي شراكة بين الطرفين، واندماج لكل منهما في الآخر إلا أنه من الضروري والأساسي لاستمرار علاقة فاعلة بينهما أن يحترم كل واحد منهما خصوصية الطرف الآخر، هذا الاحترام للخصوصية يعني أن يتيح كل منهما المساحة للآخر لكي يكون لديه شخصية يتحرك فيها بما يشعره أنه ليس مقيداً أو تحت الأنظار أو تحت السيطرة من قبل الشريك الآخر، هذه الخصوصية تتيح لكل منهما ممارسة حياته بشكل أكثر هدوءاً واستقراراً .

ح - احترام حقوق الطرف الآخر:

إن حقوق كل طرف من أطراف العلاقة الزوجية يجب أن تكون مكفولة ومحترمة، والإسلام قد حدد حقوق كلا الطرفين وواجباتهم، وفي حالة تعدي أي طرف من أطراف العلاقة على حقوق الطرف الآخر فإن ذلك سيشعر الطرف المعتدى عليه ، بالظلم ، وعدم الاستقرار ، ويحول الحياة الزوجية من واحة استقرار إلى طريق مليئة بالأشواك .

ط - تعلم فن المفاوضة:

رغم إشارتنا في القاعدة السابقة إلى أن كلا الطرفين يجب أن يحترم حقوق الآخر وأن يراعيها إلا أن أحد طرفي العلاقة قد يتجاوز في ممارساته ويتعدى على حقوق الطرف الآخر فيشعر

الطرف المعتدى عليه بالظلم والألم . وكثير من المشكلات الزوجية تقوم بسبب عدم فهم أحد طرفي العلاقة لكيفية المفاوضة السليمة مع الطرف الآخر ، فالزواج هو شركة بين طرفين ويجب أن يتعلم كل طرف التفاوض السليم للحفاظ على حقوقه من قبل الطرف الآخر ولا ينتظر أن توهب له وإنما يتعلم كيف يفاوض عليها منذ البداية بالعشرة والمودة والأسلوب الحسن.

ي – استثمار مفاتيح الشخصية:

كل شخص منا في شخصيته مفاتيح يمكن للآخرين استثمارها إذا عرفوا طبيعتها، وكيفية التعامل معها ، ويفترض أن يعرف كل من الزوجين شخصية الآخر وما المواطن التي يمكن التأثير فيها واستثمارها لتأكيد الترابط والمودة بينهما .

ك – تذكر اللحظات الإيجابية :

عندما يختلف طرفا العلاقة الزوجية فإن ما يسيطر عليهما من مشاعر وأحاسيس في ذلك الوقت هو الشعور بالغضب من الطرف الآخر وتذكر المواقف السلبية معه ، مثل هذه المشاعر لا يمكن أن تساعد في تقريب وجهات النظر بين طرفي العلاقة، لذا فعلى الطرفين أن يتعودا على تذكر اللحظات والمواقف الإيجابية بينهما التي سبق أن مرا بها، إذ يعد ذلك أفضل طريق ممهدة لكل منهما للاعتراف بخطئه أمام الآخر، وإكمال مسيرة الحياة معه. إن الانهماك في تذكر الحظات السلبية بينهما سيؤدي إلى المزيد من التباعد بين الطرفين لا إلى حل المشكلة.

ل – تفهم الظروف المحيطة بالطرف الآخر:

لا شك أن الظروف الاجتماعية المحيطة بالشخص تؤثر على مزاجه، وطريقة تعامله مع الآخرين، فالزوج أو الزوجة قد تواجه صعوبات ومشكلات في العمل أو الحياة أو مع الأقارب مما ينعكس على محيط العائلة الصغيرة وعلى طرفي العلاقة، وعندما لا يكون لدى طرفي العلاقة (الزوج والزوجة) الاستعداد لتفهم ظروف الطرف الآخر وتجاوز بعض الزلات الناتجة عن الضغوط الاجتماعية والبيئة المحيطة بالفرد فإن المشكلات الزوجية ستستمر ولا يمكن القضاء عليها . إن كل طرف من أطراف العلاقة الزوجية يجب أن يشعر بأهمية الطرف الآخر ويقدر الظروف المحيطة به ويغفر له بعض النواقص والزلات فذلك يؤكد استمرار العلاقة التوافقية بين الطرفين .

م – تعلم فن تأجيل بعض الرغبات :

إن الإصرار على تحقيق جميع المطالب من الشريك الآخر والإلحاح فيها قد يؤدي إلى شيوع الخلاف والصراع بين طرفي العلاقة ولذا على طرفي العلاقة تعلم فن تأجيل بعض الرغبات

والمطالب واختيار الآلية المناسبة لطلبها بعيداً عن الإلحاح الممل أو التشبث الذي يهدد استقرار الوحدة الزوجية.

ويرى الباحث اضافة الى ما تقدم بأن الطريقة التي يفكر الفرد والاعتقادات التي يعتقدها تلعب ايضاً دوراً بارزاً في حل المشكلات الزوجية وكذلك الاتصال الجيد الذي يعد جوهر الزواج الناجح حيث يتضمن الكلام والإشارات البصرية والحركية سبباً في حل المشكلات الزوجية.

ثانيا: التوافق :

أ – تعريف مفهوم التوافق :

١– **لغة** : جاء معنى التوافق في لسان العرب بمعنى وفق الشيء لائمه وقد وافقه موافقة واتفق معه توافقاً (ابن منظور ، ١٩٦٨ ، ٣٨٢) .

٢ – **اصطلاحاً** : هناك الكثير من التعريفات التي تناولت التوافق ضمن إطار علم النفس ، فإنه ما زال هناك من يستخدمه بمعان مختلفة وسنتعرض لبعض التعريفات :

عرفه المليجي (١٩٧١ ، ٣٨٥) بأنه الأسلوب الذي بواسطته يصبح الشخص أكثر كفاءة في علاقته مع بيئته .

وعرفه زهران (١٩٨٥ ، ٢٩) بأنه " عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة الاجتماعية والثقافية بالتغير حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته" .

كذلك عرفه الشاذلي (١٩٩٩، ٥٠) بأنه يعني وجود علاقات منسجمة مع البيئة تتضمن القدرة على إشباع معظم حاجات الفرد وتلبية معظم مطالبه البيولوجية والاجتماعية ، وعلى ذلك يتضمن التوافق كل التباينات والتغيرات في السلوك والتي تكون ضرورية حتى يتم الإشباع في إطار العلاقة المنسجمة مع البيئة .

ب – فوائد دراسة التوافق:

يرى عبد الحليم السيد وآخرون(١٩٩٠) أن لدراسة التوافق فوائد تطبيقية عديدة فمثلاً في ميدان الصحة النفسية نجد أن سوء التوافق يمثل واحداً من الأسباب الرئيسية التي تؤدي إلى الاضطراب النفسي بأشكاله المختلفة ومن هنا فإن دراسة الشخصية قبل المرض ، ومدى توافق الشخص بأسرته وزملائه ومجتمعه ، تمثل نقطة هامة من نقاط الفحص النفسي والطبي للوصول إلى تشخيص الحالة المرضية.

وبالتالي فإننا نتوقع أن الأشخاص سيئي التوافق أكثر من غيرهم عرضة للتوتّر والقلق والاضطراب النفسي .

ج -عملية التوافق :

الجزء التالي يشير إلى أهم الشروط الواجب تحقيقها في عملية التوافق:

١ - الخلو النسبي من الصراعات النفسية الحادة :

إن إشباع الحاجات الأساسية في حياة الكائن الحي وبقاء النوع يكون ذا مكانة هامة في عملية التوافق ، وإن عدم الإشباع الكافي لهذه الحاجات يولد حالات الصراع والتوتر ، مما يؤدي إلى تدهور الاتزان الانفعالي ، وتضعف قدرة الشخص للوصول إلى التوافق الحسن ، وأن الشخص يحاول قدر الإمكان الحافظ على التوازن للخروج من الصعوبات والمشكلات النفسية بعملية توافق حسن (مياسا، ١٩٩٧م: ٢٦) .

٢ - الصحة الجسمية :

وتتضمن الصحة الجسدية سلامة الجهاز الغدي المسؤول عن تحقيق التوازن الكيميائي داخل الجسم ، وأن إصابة الشخص سواء في مرحلة الولادة ، أو ما بعدها قد تترك أحياناً آثاراً خطيرة تستمر مع نمو الفرد في مراحل عمرية مختلفة ، وتؤثر على تحقيق التوافق مع بقية فترات حياته وتسبب سوء التوافق ، ومن بين الحالات الجسمية ما يعود إلى الوراثة التي تأتي إلى الفرد عن طريق والديه ، وتنتقل معها إليه آثار حالات مرضية، فوجود عاهة جسمية يهدد مجال حياة الفرد كما تصبح عائقاً يحول دون تحقيق لأهدافه ، وتتضمن الصحة الجسدية سلامة الجهاز العصبي المسؤول عن التكامل داخل البدن، وهو المسيطر على حركة العضلات وعلى الدورة الدموية وعلى إفرازات الغدد المختلفة (مياسا ،١٩٩٧ ، ٢٧) .

٣- الصدمات :

عادة ما نجد حالة من الاضطراب النفسي تلي مباشرة صدمة ، أو خبرة مفاجئة ، واجهت شخصاً ما وتبدو هذه الصدمة أو الخبرة المفاجئة ، وكأنها العامل المباشر الذي أدى إلى حدوث الاضطراب ، وأن هذه العوامل والصدمات تتطلب من الفرد مواجهتها بشكل مرن دون صراعات حادة وهذه الخبرات كثيرة في ظروف الحياة اليومية، ولا بد من تدبر الآلية المعينة للتعامل معها. (مياسا، ١٩٩٧م:٣٢) .

د-أساليب التوافق:

يقوم الأفراد بانتهاج مجموعة من الطرق والأساليب في مواجهة الإحباطات والضغوط النفسية التي قد يتعرضون لها من أجل تحقيق التوافق النفسي، وقد صنف كاميرون أنماط التكيف التي يمارسها الأفراد من أجل تحقيق التوافق النفسي كما يلي:

١ – السيطرة على الموقف والوصول إلى حل.

٢ – تجنب الموقف.

٣– الهروب من الموقف أو تجاهله.

٤– الشعور بالتهديد والمعاناة من الخوف (الطحان، ١٩٩٦م، ٦٤).

هـ– أنواع العقبات في التوافق:

يرى عبد المنعم المليجي وحلمي المليجي (١٩٧١) أن المشكلات أو الصعوبات التي تنبه الفرد لكي يسعى إلى التوافق ، إما أن تكون جزءاً من البيئة الخارجية أو تكون بداخل الشخصية ذاتها. إن أي موقف في البيئة أو أية خاصية لدى الشخص قد تكون عائقاً بالنسبة له في سبيل تحقيق أهدافه وإرضاء دوافعه. إن طبيعة العائق في حد ذاتها ليست هامة، وإنما العامل الهام هو معنى الموقف أو الخاصية بالنسبة للفرد الذي يحاول التوافق . إن أي موقف قد يكون عائقاً بالنسبة لشخص ما ، بينما يكون هو ذاته وسيلة للإشباع بالنسبة لآخر. إن الاستياء من الموقف أو الشعور بالعجز حياله غالباً يشير إلى وجود عائق.

وتوجد بوجه عام طائفتان عريضتان من العوائق في سبيل التوافق النفسي أو الاجتماعي: عقبات خاصة بنقص القدرة أو الاستعداد لدى الشخص، و عقبات بيئية تتطلب ضرورة التغيرات المفاجئة في السلوك.

و-عوامل فشل التوافق :

كما يرى(دخان :١٩٩٧، ٣١) أن هناك عدداً من العوامل التي تودي إلى الإخفاق في عملية التوافق هي كالآتي:

١ – الصعوبات الاقتصادية .

يعتبر نقص المال وعدم توفر الإمكانيات المادية عائقاً يمنع كثير من الناس من تحقيق أهدافهم في الحياة كما أن عدم توفر العمل يخلق حالة دائمة من الضغط النفسي وحالة من التوتر وشعوراً بالإحباط فالفقر يعتبرعائقاً قوياً يحول دون تحقيق إشباع الحاجات ، ومسبب للألم والضيق،

ومثال ذلك نقص المال يمنع الأشخاص من الإقدام على الزواج لغلاء المهور أو في الحصول على سيارة أو شقة أو الحصول على المسكن الملائم، فلنتصور ما يعانيه الفرد من عدم توفر موارد مالية فكيف سيعيش مع أسرته وماهي الوسائل والسبل لتحقيق رغبات أسرته .

٢- الشذوذ الجسمي.

وهو ما يراد به أن يكون الفرد ذا خاصية أو عقلية عالية جداً أو منخفضة جداً كالعاهات والتشوهات الجسمية ، وقصوراً في إمكانيات الشخص العقلية التي تحول بين الفرد وأهدافه .

٣- الاضطراب النفسي .

إن عدم إشباع الحاجات النفسية بشكل دائم يؤدي إلى اختلاف توازن الكائن الحي ، مما يدفع الكائن إلى محاولة استعادة اتزانه مرة أخرى، فإذا تحقق له ذلك حقق توازناً أفضل ، وإذا لم ينجح فيظل التفكك والتوتر باقيين ولذلك يصوغ الكائن حلولاً غير موفقة لا تخفض التوتر المؤلم إلا بزيادة التفكك نتيجة لما يستعين به من عمليات تفككيه كالحيل الدفاعية . ومن العوامل النفسية التي تعوق الشخص عن تحقيق أهدافه الصراع النفسي الذي ينشأ عن تناقض أو تعارض أهدافه وعدم قدرته على المفاضلة بينهما واختيار أي منهما في الوقت المناسب.

٤- الصعوبات الاجتماعية .

ويقصد بها القيود التي يفرضها المجتمع من خلال النظم والقوانين ، والتقاليد والقيم والعادات لضبط السلوك وتنظيم العلاقات ، التي تقف حائلاً دون تحقيق بعض أهدافه ، ومثل ذلك منع الآباء لأبنائهم من إشباع بعض الرغبات تأديباً وتربية . كمنع الطالب من الالتحاق بكلية يرغب بها لعدم حصوله على معدل يؤهله للدراسة بها .

ز-عوامل تؤدي إلى تحقق التوافق :

١- تقبل الذات :

إن حصول التوافق تؤثر على فكرة الإنسان عن نفسه ، وهي بالتالي تنعكس على سلوكه وتجعله يشعر بالثقة والرضا من الذات ، مما يولد لديه الحوافز للعمل والنجاح ، والتكيف مع المجتمع والبيئة ، والقدرة على الملائمة بشكل دائم بين أهدافه وإمكانياته، وهذا يساعد في أن يكون متوافقاً مع نفسه ومع الآخرين، هذا بخلاف ما إذا كانت فكرة الشخص عن ذاته سيئة وغير راض عن نفسه، وفاقد الثقة في قدراته وإمكانياته فإنه لا

يتقبل الآخرين ، مما يدفعه إلى العجز والفشل ويجعله يعاني من سوء التوافق ، وهذا يؤدي به إلى الانطواء والعدوان (الهابط، ١٩٨٩م: ١٤٥).

٢- المرونة :

وهي قدرة الفرد على أن يستجيب للمؤثرات ، أو العوامل التي تحيط به ، أو تؤثر عليه استجابة ملائمة لأي تغير يطرأ على حياته ، ويستطيع أن يتوافق مع هذه المتغيرات بما يخدم أهدافه ويجعله قادراً على الانسجام في المجتمع ، فالشخص الجامد غير المرن لا يتقبل أي تغير يطرأ على حياته ، ومن ثم فإن توافقه يختل ، وعلاقته بالآخرين تضطرب أمام كل جديد، وإذا ما انتقل إلى بيئة جديدة يختلف أسلوب الحياة فيها عن الأسلوب الذي اعتاده وألفه (دخان ، ١٩٩٧ ، ٦١) .

ح -خصائص التوافق :

يرى (kinney) أن للتوافق سمتين أساسيتين هما :

١ - عملية مستمرة. ذلك لأنه يرتبط بإشباع الحاجات البيولوجية والنفسية والاجتماعية للفرد وتلك الحاجات متغيرة باستمرار مما يجعل عملية التوافق مستمرة لتواكب ذلك التغير. كما أن الحياة ذات مواقف متجددة وصراع دائم.

٢ - عملية نسبية. فقد يكون الشخص متوافق في فترة من فترات حياته وغير متوافق في فترة أخرى، كما قد يكون متوافقاً في مجال من مجالات الحياة كالأسرة مثلاً وغير متوافق في مجال آخر كمحيط العمل، كذلك فإن توافق الشخص في مجتمع معين لا يعني بالضرورة توافقه في المجتمعات الأخرى (العامري ١٩٧٤م:٨-٩).

كما أن التوافق يعتبر عمليةٍ معقدة حيث يتضمن عوامل جسمية ونفسية واجتماعية دائمة التغير صعبة الإشباع في الوقت الذي تتميز فيه قدرات الإنسان بأنها محدودة الأمر الذي يجعل الإشباع لجميع حاجات الفرد في الوقت الذي تظهر فيه عملية صعبة للغاية (راجح ١٩٥٦م : ٥٦٢) .

ويرى (كولمان) أن هنالك بعض السمات الشخصية التي تدل على التوافق السوي مؤكداً على أنه يتعذر على الفرد تحقيق التوافق بدونها . وأهم هذه السمات ما يلي:

١- اتجاهات سوية نحو الذات. بحيث يتقبل الفرد ذاته ويقيم نفسه جيداً بمعنى أن يكون لديه استبصار عن نقاط القوة ونقاط الضعف لديه.

٢ – إدراك الواقع بحيث يكون لدى الفرد القدرة على معرفة نفسه معرفة واقعية وأن يدرك البيئة الاجتماعية والثقافية التي تحيط به بشكل واقعي.

٣ – التكامل: بمعنى أن تكون الشخصية متماسكة ومتحررة من الصراعات الداخلية والقلق الإجهاد النفسي.

٤ – أن يتوافر لدى الفرد كفايات جسمية وعقلية واجتماعية وانفعالية تجعل الفرد قادراً على مواجهة مشكلات الحياة.

٥– الاستقلالية: أن يتمتع الشخص بالثقة بالنفس وتحمل المسؤولية والتوجيه الذاتي وأن يكون الإنسان ذو شخصية مستقلة في مواجهة المؤثرات الاجتماعية.

٦– تحقيق الذات: أن يسعى الإنسان إلى تنمية إمكاناته إلى أقصى حد ممكن حتى يستطيع تحقيق ذاته (الطحان، ١٩٩٦م : ١٦٥).

ثالثاً: التوافق الزواجي :

أ – مفهوم التوافق الزواجي :

تعددت تعريفات التوافق الزواجي بتعدد الباحثين في هذا الموضوع . ومن هذه التعريفات ما ذهبت إليه (توفيق، ١٩٩٦ ، ٨٤) "أنه يعني القدرة على الوفاء بمتطلبات الزواج خاصة فيما يأتي :

١– المشاركة في الخبرات والاهتمامات والقيم .

٢ – المحافظة على خطوط مفتوحة للاتصال والتعبير عن المشاعر .

٣ – توضيح الأدوار والمسؤوليات .

٤ – التعاون على اتخاذ القرار وحل المشكلات ، وتربية الأطفال .

٥ – الحصول على الإشباع الجنسي المتبادل ".

ويعرفه خليل (١٩٩٩:١٧) بأنه " درجة التواصل الفكري والوجداني والعاطفي والجنسي بين الزوجين بما يحقق لهما اتخاذ أساليب توافقية سوية تساعدهما في تخطي ما يعترضهما في حياتهما الزوجية من عقبات وتحقيق أقصى قدر معقول من السعادة والرضا".

كما يعرفه مرسى (٢٠٠٣:١٩٣) **"بأنه قدرة كل من الزوجين على التواؤم مع الآخر ومع مطالب الزواج ونستدل عليه من أساليب كل منهما في تحقيق أهدافه من الزواج وفي مواجهة**

الصعوبات الزواجية وفي التعبير عن انفعالاته ومشاعره وفي إشباع حاجاته من تفاعله الزواجي".

و تعرفه الحسين (٢٠٠٧:٢٦) " القناعة والرضا عن العلاقة الزواجية والشعور بالسكن والاستقرار والمتعة والرحمة المتبادلة والتقدير المتبادل للواجبات والمسؤوليات والتعاون على حل المشكلات الحياتية والزواجية بالطرق المناسبة".

فيما أشار ديفد وبروك ويفد (David،Brock& David،٢٠٠٠) إلى التوافق الزواجي بأنه شعور كل من الزوجين بالسعادة الزوجية التي تتمثل في مجموع الأحداث الإيجابية والانفعالات السارة في حياتهما مثل البهجة والشعور بالتفاؤل.

ويعرفه الباحث: يعبر عنه بقدرة كلٍ من الزوجين على التآلف والتعاطف والتراحم والتفاعل مع الطرف الآخر والتقارب معه في أفكاره ومشاعره وقيمه.

المبادئ الرئيسية للتوافق الزاوجي :

يحدد الرشيدي والخليفي (١٩٩٧) المبادئ الرئيسية للتوافق الزواجي فيما يأتي :

١ – الإرادة : إلى أي مدى توجد الإرادة الذاتية لدى الزوجة لطاعة زوجها وقبول قوامته ورئاسته للأسرة وإلى أي مدى توجد الإرادة الذاتية لدى الزوج لحماية الزوجة والمحافظة عليها.

٢ – الكفاءة في القيام بالأدوار الزواجية: بمعنى هل يقوم الزوج بمسؤولياته الزوجية والأسرية على النحو الذي تتوقعه الزوجة؟ وهل تقوم الزوجة بمسؤولياتها الزوجية والأسرية على النحو الذي يتوقعه الزوج؟

٣ – المساندة المتبادلة: هل يساند كل طرف الآخر في القيام بمسؤولياته ويعمل على تهيئة الظروف الأسرية المناسبة لذلك ويؤدي دوره في حدود ما يملك من إمكانيات؟

٤ – حجم التواصل الزواجي وأساليبه: بمعنى هل يتحدث كل من الطرفين إلى الآخر ويهتم بحديثه ويبدي من ردود الفعل ما يعبر عن الاستجابة المطلوبة؟

٥ – التلاقي: إلى أي حد توجد لدى الزوجين وحدة الأهداف وأساليب التفكير والاهتمامات المشتركة.

٦ – المواءمة: إلى أي حد توجد القدرة والإرادة لدى الزوجين على التوفيق بين دوريهما الأسري والزواجي من ناحية وغير ذلك من الأدوار الأخرى من ناحية أخرى كالمواءمة بين متطلبات الأسرة ومتطلبات العمل.

٧- الاكتشاف والتعزيز : إلى أي حد يوجد لدى الزوجين القدرة على معرفة المزايا والإيجابيات في بعضهما بعضاً وتعزيز هذه المزايا والإيجابيات؟

٨ – الإقناع والاقتناع: إلى أي حد يوجد لدى الزوجين المهارة والقدرة على الإقناع وكذلك القابلية والاستعداد للاقتناع؟

٩ – التكامل : إلى أي حد يمكن لكل من الزوجين أن يكمل جوانب النقص في الطرف الآخر بما يساعد على تكامل الأدوار بين أعضاء الأسرة.

١٠- المسايرة والتعاطف: إلى أي مدى يمتلك الزوجان القدرة على مسايرة كل منهما للآخر، والتعاطف معه بالقول والفعل وتقدير موقفه وظروفه.

أهم العوامل المؤثرة على التوافق الزواجي ما يلي :

١ – الخلفية الأسرية:

التوافق وسوء التوافق في الزواج يبدو وكأنه ميراث اجتماعي يتواجد مع الأسر جيلاً بعد جيل، ذلك أن الفرد يتوافق في الزواج أكثر إذا كان والده قد عاش حياة زواجية موفقة لأن علاقات الحب والدفء العاطفي التي عاشها أثناء الطفولة والمراهقة يميل إلى تكرارها والاستمساك بها مع شريكته في الحياة الزواجية (مؤمن ،٢٠٠٤ : ٧٠).

٢– الخطوبة:

فترة الملكة تعتبر ذات أهمية قصوى في تمهيد الطريق لنجاح الزواج وذلك لأن هذه الفترة يزداد بها معرفة كل طرف بالطرف الآخر، وكلما كانت أطول وبصورة معقولة وخالية من التوترات والصراعات فإنه من المحتمل أن تستحق السعادة الزوجية (مؤمن ،٢٠٠٤ : ٧٠).

٣– السن عند الزواج :

يختلف متوسط السن عند الزواج في كل مجتمع عن المجتمعات الأخرى وذلك طبقاً لقدرة المجتمع على توفير فرص الحياة من عمل يرتزق منه الفرد، والمسكن الذي يأويه وبالنسبة لمجتمع بالغ الثراء والرفاهية فقد وجد أن حالات الزواج المبكر ٢١ سنة للزوج و ١٨ للزوجة، أبانت عن حالات الطلاق والتوتر وسوء التفاهم (مؤمن ، ٢٠٠٤ : ٧٠).

٤- سمات الشخصية:

أهم الخصائص ذات التأثير الإيجابي على التوافق الزواجي هي النضج الانفعالي والقدرة على مواجهة التوترات بصورة بناءة فعالة وكذلك القدرة على نقل المشاعر والأفكار، أما الخصائص ذات التأثير السلبي بأنها تدور حول الأنانية والعناد وعدم الشعور بالمسؤولية.(مؤمن ،٢٠٠٤ : ٧٠) .

كما أن جاتس وآخرون (٢٠٠٤) قد ركزوا على أن التشابة بين الزوجين في الشخصية والبيئة والثقافة يساهم في حدوث التوافق الزواجي.

عوامل التوافق الزواجي.:

أ -العامل العاطفي :

ينبغي أن يكون بين الزوجين توافقاً عاطفياً ، بمعنى أن يحس كل منهما نحو الآخر بشعور الحب والمودة والتقدير والاعتبار والارتباط النفسي والعاطفي ، كي تؤدي العلاقات الزوجية والأسرية دورها في حياتهما المشتركة لذا فمن الضروري أن يكون هناك قدر ومستوى من العلاقات العاطفية المتبادلة تسمح بتوافر الراحة والاطمئنان بين قطبي الحياة الزوجية ، وتدفعهما نحو البذل والعطاء (توفيق ، ١٩٩٦) .

وللوقوف على مدى أهمية العلاقات العاطفية بين الزوجين فقد توصلت دراسة شام وحسين(١٩٩٢ Sham & Husein) إلى أن إظهار الحب والود والتفاهم العاطفي يساعد في التوافق والاستقرار الزواجي.

كما توصلت دراسة دونالد وكريستيان (١٩٩٨، Donial & Christien) على أن الاستقرار الزواجي اعتمد بدرجة كبيرة على المساندة العاطفية والاجتماعية بين الزوجين

فالتوافق العاطفي يلعب دوراً رئيسياً في الحياة الزوجية.

ب – العامل الجنسي :

إن للجنس وتوافقه تأثيراً بالغاً على التوافق الزواجي فالعلاقة الجنسية تقوي الرابطة بين الزوجين حيث إنها تجديد الزوجين للعطاء ولأنها القاسم المشترك بين الحب والإشباع أو النفور والإحباط ، فليس بالإمكان إنكار أهمية الجنس في الحياة الزوجية ، فالإشباع الجنسي هو أحد الدوافع التي يسعى إلى تحقيقها الفرد بالزواج ، ومن المهم أن يكون الفرد المقبل على الزواج لائقاً جنسياً من حيث التكوين الجسمي والنفسي ، ولديه الاستعداد الفكري والثقافي الذي يؤهله للدور الذي يلعبه في الحياة الزوجية ، ومن المهم أيضاً أن ننظر إلى التوافق الجنسي على أنه الطريق

إلى تحقيق اللقاء السليم بين الزوجين للوصول إلى إشباع متوازن لكل من الطرفين من الناحية الجنسية ، وهو التنظيم للسلوك الجنسي للزوجين في السعي المتبادل لتحقيق الإشباع الجنسي المنشود بجانب غيره من الإشباعات الزوجية (المسلماني ،١٩٨٢) .

وإذا كان المسلماني قد ذكر أهمية الجانب الجنسي بين الزوجين فإن شينج –كاي وآخرون (Shing-Kai،et.al،2003) أشاروا لبعض عوائق التوافق الجنسي؛ منهاعمل المرأة خارج بيتها يؤثر سلبياً على الوظيفة الجنسية لها ، فيجعلها أقل جنسياً مما يؤثر على التوافق الزواجي.

لأنها قد لاتجد متسعا من الوقت كي تستعد لزوجها ، وقد يحملها العمل مالا تطيق مما يرهقها بدنياً ونفسياً، إضافه إلى أعباء المنزل والأولاد.

ومع ذلك لابد من حسن الإدراك بين الزوجين والتفاهم ومراعاة الاستعداد النفسي لتلك العلاقة بين الزوجين.

ج –العامل المادي والاقتصادي :

الأمور الاقتصادية والمالية من الأهمية بمكان في الحياة الزوجية والأسرية فإذا كانت الروابط العاطفية والجنسية في الحياة الزوجية لها ظروفها العامة والمستمرة ، وأيضاً الطارئة أو المؤقتة ، فإن الأمور الاقتصادية والمالية هي المعاملات المستمرة الواقعية والمادية بين الزوجين ، فقد تظهر الخلافات حول المال حين لا يقوم الزوجان بالتشاور والاتفاق على كيفية الإنفاق ، فالمطالب الاقتصادية والمادية شديدة الإلحاح على الشريكين ، وبخاصة بالنسبة للزوج الذي يتحمل عبء الكسب وتوفير والدخل والمورد (المسلماني ،١٩٨٢، زهران ، ١٩٨٠) .

د – الجانب الثقافي والاجتماعي :

إن كلاً من الزوجين ينتمي إلى أسرة ، وكل أسرة تختلف عن الأخرى بقدر من الاختلافات مهما كانت ظروف كل منهما ومهما تقاربت مستوياتها وتدرجها الثقافي والاجتماعي ، حيث تعد الاختلافات الأساسية بين الزوجين من أهم أسباب عدم التوافق الزواجي بين الأزواج ، وتمثل الاختلافات الثقافية بين الأزواج أحد أهم هذه الاختلافات عندما تتباين التقاليد والعادات والقيم لدى أسرة أحدهما عن الآخر ، وقد بينت بعض الدراسات أن عدم الاستقرار بين الزوجين مرده إلى اختلافات في درجة التعليم والخلفية الاجتماعية أو الاقتصادية أو تباين لعرض أو تنافر أهداف الزوجين أو تعارضها (الحنطي ، ١٩٩٩م) حال اختلاف.

و – مدة الزواج :

فيما يتصل بمدة الزواج فقد ذكر أيان وهيرال (Ayhan & Hueal،1999) أن التوافق الزواجي عملية يمكن أن تتحقق خلال عدة أشهر، وقد تستغرق سنوات طويلة ، وذلك لأن المدة اللازمة لتحقيق التوافق الزواجي تختلف من زوج لآخر بناء على مايتعرض له الزوجان من ظروف على المستوى الشخصي والبيئي.

اذا فالتوافق الزواجي لايرتبط بمدة معينة من الزواج فقد يكون بعد فترة طويلة من الزواج وقد يكون بعد فترة قصيرة من الزواج.

في مقابل ذلك فقد أشارت الخولي (١٩٨٩) ،Cummings &Davies (1994)، Kurdek (1994) إلى إن التوافق الزواجي يميل إلى التغيير خلال دورة الحياة ، فالمراحل الأولى من الزواج تتميز بالتقارب الشديد والاتكال ، بينما تتميز المرحلة المتأخرة بالمواجهة والنقاش والتفاوض فيما يتعلق بالتحكم والسلطة والقوة. ومن الطبيعي أن تحدث مدة الزواج نوعاً من الروتين والفتور والنقص في الأنشطة والقرارات المشتركة ، ويبدو أن الأشخاص السعداء في زواجهم ينظرون إلى شركائهم بشكل أقل إعجاباً بمرور الوقت في الوقت الذي ينظر غير السعداء إلى شركائهم بوصفهم غير مرغوب فيهم على الإطلاق ، وتعتقد بيرناد (Bernard , 1972) أن استمرار العلاقة الزواجية قد يكون دليل استسلام وليس سعادة ، وإن العلاقات الزواجية بمرور الوقت تذهب إلى نمط من الروتين الذي يسهل التنبؤ بنتائجه وأبعاده (الخولي، ١٩٩٨).

مظاهر التوافق الزواجي :

توصلت بعض الدراسات لمجموعة من المظاهر والعلامات الدالة على حدوث التوافق الزواجي، والتي منها:

١ – التواضع والتعاون بين الزوجين في أداء الأدوار .

٢ – الشعور بالسعادة والرضا عن الحياة ، والراحة النفسية والسلوك الاجتماعي المقبول.

٣ – شعور الأبناء بالأمن النفسي.

٤ – ظهور الدعم والمساندة من الطرف الآخر والأسرة، مما يساهم في حل المشكلات بسهولة نسبياً .

٥ – الإشباع الجنسي، والتعاون الاقتصادي.

٦ – النجاح والكفاءة في العمل؛ حيث إن التوافق الزواجي للفرد قد يزيد درجة استقرار الفرد العامل في عمله.

٧ – حصول كل من الزوجين على مطالبه وتحقيق أهدافه، مما يعني اتفاق السلوكيات مع التوقعات ، وكذلك الانسجام والقدرة على حل المشكلات وتقديم المساعدات لبعضهما.

٨ – التواصل(غير اللفظي) الناجح وظهور الحب المتبادل بينهما.

٩ – الرضا عن الزواج، وكذلك الطرف الآخر.

ويأكد جونسون وجرينبرج (Johnson & Greenberg،١٩٨٥) أن من أهم مظاهر التوافق الزواجي الاتصال والتفاعل بين الزوجين، وتشابة القيم والعواطف .

جاري وستانلي (Gary& Stanley (١٩٨٤، ومايكل أرجايل (١٩٩٣) ، وإدين (١٩٩٥) Eiden، وأنجيلا وآخرون (١٩٩٨) Angela،et.at، وهالة سيد (١٩٩٨) ، وعلي عبد السلام (٢٠٠١) ورضا فاروق (٢٠٠٢) ، وعبد الله جاد (٢٠٠٦) ، ونجوى السيد (٢٠٠٦) وشين وآخرون (٢٠٠٧)Chen،et.al ، وعائشة ناصر (٢٠٠٧).

التوافق الزواجي وتنبؤاته:

المفهوم العام للتوافق الزواجي يتضمن التحرر النسبي من الصراع، والاتفاق النسبي بين الزوج والزوجة على الموضوعات الحيوية المتعلقة بحياتهما المشتركة وكذلك المشاركة في أعمال وأنشطة مشتركة وتبادل العواطف، ويختلف النجاح الزواجي عن التوافق الزواجي في أنه يشير بصفة عامة إلى تحقيق واحد أو أكثر من الأهداف التالية : الدوام ، والرفقة ، وتحقيق توقعات الجماعة . كذلك تختلف السعادة الزوجية عن كل من التوافق والنجاح في أنهما استجابة عاطفية لفرد ما، ومع ذلك فالسعادة ظاهرة فردية بينما يشير النجاح والتوافق الزواجي إلى إنجازات ثنائية أو مواقف زواجية (مرسي ، ١٩٩٨ : ١٩٥) .

المؤشرات التنبؤية المؤدية للتوافق الزواجي :

وترى الخولي (١٩٨٣) أن المؤشرات التنبؤية كالتالي :

أولاً : مؤشرات ما قبل الزواج :

السن عند الزواج : ٢٠ فأكثر للفتيات و ٢٢ فأكثر للرجال.

فرق السن : الرجل أكبر أو في نفس سن المرأة

الارتباط بالأب : وثيق.

الارتباط بالأم : وثيق .

الصراع مع الأب : لا يوجد أو يكون قليلاً للغاية .

مراعاة النظام والدقة : ليس صارماً .

المستوى التعليمي : تقارب في درجة التعليم بين الشاب والفتاة .

الأصدقاء قبل الزواج : لهما أصدقاء .

السعادة في الطفولة : مرتفعة أو مرتفعة جداً .

السعادة في زواج الآباء : مرتفعة أو مرتفعة جداً .

المقدرة العقلية : متساوية .

المهنة : التفرغ في خط مهني معروف .

التنظيمات : العضوية في واحدة منها.

الادخار : موجود إلى حد ما.

المعلومات الجنسية : الوالدان.

ثانياً : المؤشرات الزواجية :

الأطفال : وجود الرغبة في إنجابهم.

الصراع حول الأنشطة : لا يوجد .

المستوى الاقتصادي : البيت الخاص المستقل.

الوظيفة: منتظمة ودائمة بالنسبة للزوج.

وظيفة الزوجة: تعمل والزوج موافق.

المقدرة العقلية المتساوية: من وجهة نظر الشريك.

مهنة الزوج : متفرغ في خط مهني معروف.

الجنس: قوة الرغبة المتساوية.

الاستمتاع بالجنس: ممتع أو ممتع جداً.

وأن المراكز المهنية المالية ، والدخل ، ومستويات التعليم بالنسبة للزوج، وتشابه الزوج والزوجة في المكانة الاجتماعية والاقتصادية ، والسن ، والدين ، والجزاءات العاطفية ، الاستمتاع الجنسي، والرقة كلها متغيرات إيجابية مع السعادة الزوجية (الخولي ، ١٩٨٣ : ١٩٦) .

وقد نقل الداهري (٢٠٠٨) أن بعض هذه المؤشرات شبه مجمع عليها منذ عام (١٩٥٥).

الحكم على التوافق الزواجي :

ويتم الحكم على التوافق الزواجي أو سوء التوافق من خلال ثلاث زوايا هي :

زاوية الزوج : ويقصد به ما يقوم به من سلوكيات في تفاعله مع الزوجة ، وما يتحقق له من أهداف ، وما يتعرض له من صعوبات وخلافات وما يشبع له من حاجات .

زاوية الزوجة: ويقصد به ما تقوم به من سلوكيات في تفاعلها مع زوجها ، وما يتحقق لها من أهداف وما تتعرض له من صعوبات وخلافات وما يشبع لها من حاجات .

زاوية الزواج : ويقصد به ما يتحقق من أهدافه للزوجين والأسرة في ضوء قيم المجتمع ومعاييره الدينية والقانونية (مرسي ، ١٩٩٨ : ١٩٤) .

أن عملية التوافق بين الزوجين ليست بالسهلة أو الصعبة إنما هي مسألة نسبية حيث تحتاج إلى جهد من الزوجين في تعديل سلوكهما وتحسين أساليب توافقهما والتغلب على العوائق وتجاوز الأزمات والضغوط .

فالزوج الناضج هو الذي يصبر على زوجته ويعدل من سلوكياته وأهدافه لكي يتغلب على العوائق والأزمات وكذلك الزوجة الناضجة.

محددات التوافق الزواجي :

يتحدد التوافق الزواجي من خلال قدرة الزوجين على حل الصراعات ومواجهة الصعوبات والتفاعل بإيجابية في مواجهة ضغوط الحياة (٢٠٠٢) Addis&Bmard ،(٢٠٠٣) .Clare،et.al

كما يتحدد بدرجة التشابة بين الزوجين في الشخصية ،(٢٠٠٤، Gattis Bems&) .Simpson

ومّن أهم المحددات كذلك ما يلي :

١ – القواعد الأسرية وأنماط العلاقة :

إن الزوجين أثناء تكوينهما للمهام النمائية معاً تنشأ بعض الأنماط التفاعلية ففي أثناء فترة تعلم الحياة مع بعضهما البعض تنشأ بعض الحساسية الذاتية – الأمر الذي قد يؤدي إلى التجنب والإحجام :

فقد تظهر عدم قدرة على مناقشة الموضوعات الحساسة خشية التصادم أو حدوث ردود فعل انفعالية غير مقبولة ، ومن ثم تظل هناك بعض الموضوعات غير قابلة للمناقشة ، وبمرور الوقت تزداد قائمة هذه الموضوعات ، ويظل كل فرد يضيف لهذه القائمة لدرجة أن الآخر يرغب في التجنب والإحجام ومع تطور الحالة يظهر ما يسمى بأسطورة الأسرة، ومن ثم فإن الانفعالات غير الملائمة شيء سيء وينبغي تجنبها (عبد المعطي ،٢٠٠٤ :٢٩) .

٢ – ا لمسؤولية وتقسيم العمل:

لخلق جو صالح للحياة يجب على الزوجين عمل روتينيات وأنشطة مناسبة تقوم بتقسيم الأدوار العملية والمسؤوليات بينهما وعادة ما يصل الزوجان إلى هذه المهمة خلال المنظور الثقافي لأدوار كل منهما بالإضافة إلى خلفيته الأسرية.

ولعل أدوار الأمومة والأبوة من الوظائف الاجتماعية التي يكرس الرجل والمرأة نفسيهما لها، وعندما يقوم الزوجان بهذه الوظائف أو المسؤوليات فإنهما لا يفعلان ذلك لمصلحتهما فقط ولكن من أجل الأبناء ودوام الأسرة والمجتمع (عبد المعطي ،٢٠٠٤ : ٣١) .

٣ – المال :

الطريقة التي يصل بها الزوجان إلى الرضا المتبادل عن الإدارة المالية يرتبط بالتوافق الزواجي إلى حد كبير، ففي الكثير من المجتمعات يعد المال مصدراً للصراع الشديد في الزواج بسبب الانتباه إليه في انفصال عن العلاقات المتبادلة بين الزوجين، فالمال أكثر من وسيلة للتبادل الذي يحفظ البقاء، إنه يرمز إلى القوة والنجاح والتقدم والحرية الشخصية، كما أن اكتساب المال معياراً للنمو الشخصي وتقدير الذات .

ففي ثقافة الفقر : التي يفتقر أصحابها إلى الامن الاقتصادي نتيجة المكسب غير المنتظم والعمل غير المستمر يعيش الزوجان عيشة الكفاف ويتسمان بالقدرية والعنف وانخفاض مستوى التعليم وضعف الإقبال على الرعاية الصحية وقلة المهارات ، ففيها لا يتمكن الزوج من الحصول على أي شيء ، حتى ولو عمل مؤقت بأجر منخفض ، وفي ثقافة الرفاهية : ترتبط الزوجة بزوجها

وبعمله أيضاً فمكانة الزوجة وذاتيتها كثيراً ما تستمد من وظيفة الزوج (عبد المعطي ، ٢٠٠٤ : ٣٣) .

٤ – الأصدقاء والأنشطة الاجتماعية:

طريقة الزوجين في تحديد الأنشطة الاجتماعية التي سوف يعملان على تحقيقها مع بعضهما البعض، والأنشطة التي يحققها كل منهما بشكل منفصل قد تكون مصدراً للصراع، فكلا الزوجين كانت له صداقات شخصية قبل الزواج، وقد يكون لهما أصدقاء مشتركون، ولكن أي الأصدقاء من تستمر صداقتهم ويتقبله كلا طرفي الزواج؟ إن ذلك يعتمد إلى حد ما على تفتح الزوجين ورغبتهما في المشاركة، والأكثر أهمية هو الانفتاح على التواصل بين الزوجين، ورغبتهما في تقبل الصداقات التي كانت لتحدث لهما بشكل فردي (عبد المعطي ،٢٠٠٤ : ٣٤).

٥ – سلوكيات الدور الأساسية وتوقعات الدور:

يكتسب الفرد منها الاتجاهات والمعتقدات والسلوكيات التي يرتبط من خلالها بالآخرين ويرتبط مع الذات ويرتبط بها مع العالم .

ومن خلال الأصل الأسري: تكتسب البنت وتتعرف على ما تقوم به كامرأة وزوجة وأم وما تفكر فيه وما تشعر به ويتعرف فيه الولد على ما يقوم به كرجال وأزواج وآباء وما يفكرون فيه وما يقولونه وما يشعرون به كما يتعرف الأولاد على بعض أشكال الدور وأنماط الدور والعلاقة والسلوكيات ، كما أنه الأصل الأسري ، أو الخلفية الأسرية تعد مصدراً أساسياً لتعلم التعرف على الذات (Bach & Dewteg, ١٩٧٠) .

٦ – تلاؤم شخصيات الزوجين:

في الحياة اليومية أفراد يتمتعون بشخصيات سوية بشخصيات سوية متوافقة ولكنهم يصطدمون ببعضهم البعض. فإن التلاؤم والمواءمة بين شخصيتي الزوجين أساسية وهامة في نجاح الزواج وتقارب الميول والاتجاهات تساعد على تحقيق الانسجام في العلاقات الزوجية، وإذا اختلفت هذه الميول والاتجاهات فإن كل فر منهما ينزع إلى ممارسة الحياة الزوجية بروح الفرد وليس بروح الفريق . وترتبط أيضاً السعادة الزوجية بالميول والاهتمامات الأسرية لكل من الزوجين مثل الاهتمام بالمنزل والأطفال. ومن أهم المؤشرات للتوافق الزواجي عدم إظهار الندم على الزواج والمدامة على إظهار الحب والاتفاق على أساليب الصرف في ميزانية الأسرة (ربيع ، ١٩٧٧ : ١٦٥).

مقترحات لتحقيق التوافق الزواجي:

الزواج دعامة أساسية يقوم عليها بناء الأسرة ومطلب أساسي للجنسين لما له أهمية في حياة الفرد والمجتمع.

توصيات لتحقيق التوافق الزواجي: ومنها :

١ – إعداد مادة دراسية في التربية الأسرية والزواجية، يمكن تدريسها لطلاب الثانوية بجميع أنواعها، تحتوي طبيعة العلاقات الأسرية وأدوار كل من الزوجين ، والأبناء ، وكذلك بعض المشكلات الأسرية وكيفية حلها، وتقدم بأسلوب إسلامي صحيح.

٢ – الاهتمام بالإرشاد الزواجي قبل الزواج ، وأثنائه ، وبعده .

٣ – تنمية التواصل غير اللفظي، والحب ، وتنمية تقدير الذات بين الزوجين.

٤ – محاولة إبعاد الأفكار غير العقلانية عن أذهان الزوجين.

٥ – تحسين العلاقة بأهل الزوجين والأقارب.

٦ – تقوية علاقة الزوجين بربهما ودينهما، وضرورة الدعاء بأن يبارك الله لهما وعليهما ويجمع بينهما في خير ، مما يزيد المشاركة الوجدانية والعلاقة الزواجية إيجابية.

٧ – تعاون وسائل الإعلام لتنمية الاتجاهات الموجبة نحو الزواج، والتركيز على العلاقات السوية بين الزوجين بطريقة بناءة، واحترام حقوق الأبناء.

٨– تعاون وسائل الإعلام لتنمية الاتجاهات الموجبة نحو الزواج، والتركيز على العلاقات السوية بين الزوجين بطريقة بناءة ، واحترام حقوق الأبناء.

٩ – أهمية التجديد في العلاقة الجنسية، ولا يتحرج أحد الزوجين في سؤال الآخر عما يرضيه جنسياً ، وابتغاء وجه المولى تعالى من وراء ذلك.

١٠ – عدم الانشغال عن رعاية الأسرة تحت أي دعاوى، كتوفير حياة كريمة والعمل طول الوقت وترك الأسرة، فالإشباع المادي ليس بديلاً بأي حال من الأحوال عن الإشباع العاطفي.

١١– المساندة الاجتماعية : وهي مفيدة بمصادرها المتعددة (الأسرة ، والعمل ، والأصدقاء..) ، حيث لها دور مهم في تحقيق الرضا الزواجي.

١٢ – تنمية الإحساس بالانتماء المتبادل ، وأن ينمي كل زوج في الآخر مميزاته ، ويحتمل عيوبه ويشاركه في تخفيف آثارها السلبية.

١٣ – العمل على زيادة وتحسين التبعية الجنسية بين الزوجين ، والتي ترتبط بعفة كلاً من الزوجين قبل الزواج ، والتي تجعلهما يصلان لحالة من التبعية الجنسية لبعضهما تساعدهما للتصدي للإغراءات الخارجية .

(إبراهيم ،٢٠٠٥؛ إميل ،١٩٧٦؛ بيومي ،١٩٩٠– ب؛ بيومي ،٢٠٠٠؛ حسن ،٢٠٠٦؛ زعتر ،١٩٩٩؛ زهران ،١٩٩٧؛ شكري ،٢٠٠١؛ الطلياوي ومحمود منسي ،١٩٩٠؛ عبد السلام ،٢٠٠١؛ عبد الله ،٢٠٠١؛ علوان ،١٩٩٩؛ فاروق ،٢٠٠٢؛ فهيم ،٢٠٠٢؛ محمود ،٢٠٠٤؛ ناصر ،٢٠٠٧؛ وسيليست ورايموند ،٢٠٠٥؛ ليندا وتوني ،١٩٩٤).

التوافق الزواجي من منظور إسلامي :

لقد أعطى الدين الإسلامي أهمية كبيرة للزواج السوي والحثّ عليه ، فإنه يؤكد ذلك من خلال حث الزوجين على القيام بواجباتهما حتى يحصلا على حقوقهما، بل يضع الخطوط العريضة لتفاعلهما معاً حتى يدعم العلاقة الزواجية ، وهذه بعض الآداب الإسلامية في ذلك الجانب :

أ – إفشاء السلام ورد التحية بأحسن منها مفتاح القلوب، ولهذا فلا بد أن يسلم كلا الزوجين على الآخر لماجعل الله – عز وجل – في السلام من مودة ورحمة ، فقال تعالى: " ... فإذا دخلتم بيوتاً فسلموا على أنفسكم تحية من عند الله مباركة طيبة كذلك يبين الله لكم ﴿ فَإِذَا دَخَلْتُم بُيُوتًا فَسَلِّمُوا عَلَىٰٓ أَنفُسِكُمْ تَحِيَّةً مِّنْ عِندِ ٱللَّهِ مُبَٰرَكَةً طَيِّبَةً ۚ كَذَٰلِكَ يُبَيِّنُ ٱللَّهُ لَكُمُ ٱلْءَايَٰتِ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ ﴿٦١﴾ ﴾ النور: ٦١.

ب – المداعبة والملاعبة قبل اللقاء الجنسي العاطفي، بل في كل الأوقات ، حيث ثبت أن تركها يؤذي الزوجة نفسياً ، مما يساهم في اضطراب العلاقة الزواجية ، وبالتالي التأثير على مستقبل الزواج والأبناء، وضرورة الدعاء قبله بقوله : بسم الله ، اللهم جنبنا الشيطان ، وجنب الشيطان ما رزقتنا.

ج – طلاقة الوجه والبشاشة ، فروي عن النبي – صلى الله عليه وسلم – أنه قال : "تبسمك في وجه أخيك صدقة" (١٣٢ : ٦٨) .

د – أباح الإسلام الكذب في بعض المواضيع ، ومنها الكذب بين الزوجين في أمر العاطفة لزيادة الترابط والتوافق بينهما، لكن بشروط حتى لا يستخدمها المغرضون لشيوع الفجور والفسوق بين الزوجين.

هـ – أن يملأ كلاهما سمع الآخر بالكلام الطيب ، فالفرد بحاجة إلى من يدعمه قولاً وفعلاً ، قال تعالى : ﴿ وَهُدُوٓاْ إِلَى ٱلطَّيِّبِ مِنَ ٱلْقَوْلِ وَهُدُوٓاْ إِلَىٰ صِرَٰطِ ٱلْحَمِيدِ ﴿٢٤﴾ ﴾ الحج: ٢٤ .

ز – إكرام أهل كل طرف ، فإكرام أهل الزوجة مثلاً إكرام للزوجة أيضاً.

ح – أن يغار كل منهما على الآخر ولكن بقدر مناسب ، مما يزيد حبهما لبعضهما ولا يكون عائقاً أمام التوافق ، فقد روي عن رسول الله صلى الله عليه وسلم أنه قال : " إن من الغيرة غيرة يبغضها الله ، وهي غيرة الرجل على أهله من غير ريبة" (٧ : ٣٩٨) .

ط – أن يحسن كلاهما اختيار الآخر ، فقد روي عن رسول الله صلى الله عليه وسلم أنه قال : " تنكح المرأة لأربع : لمالها ، ولحسبها ، ولجمالها ، ولدينها ، فاظفر بذات الدين تربت يداك" (٤٥ :٦٠٦) .

عبد الله علوان (١٩٩٩) ، ونصر الصنقري (٢٠٠٥) ، ومحمد الصافي (٢٠٠٦) ، ومحمود المصري (٢٠٠٦) .

يتضح مما سبق أن الدين الإسلامي قد وضع خطوط عامة تحقق التوافق والتكيف وينعكس آثره على الفرد والمجتمع .

استجابة الزوجين للأزمة :

استجابة المتزوجين للأزمات كما أوردها مرسي (١٩٩٥م) إلى ثلاثة أنواع رئيسية نلخصها في الآتية :

أ – الاستجابات الطفلية Infantile responses: حيث يتأثر كل من الزوجين أو أحدهما بالحادث الضاغط ويستجيب له كالأطفال بانفعالية زائدة ، وردود أفعال غير مسؤلة وعدم اهتمام بما يترتب عليها ومبالغة في الغضب أو الخوف أو الانسحابية وتكبير الأزمة البسيطة وجعلها كبيرة .

فالزوجان من هذا النوع يتأزمان بسرعة ، ولأسباب بسيطة وعندما يتأزمان تضطرب علاقتهما ، ويختل تفاعلهما ويسوء توافقهما الزواجي .

ب – الاستجابات غير الناضجة Immature responses : وهي استجابات غير مؤثرة في مواجهة الحادث الضاغط ، وهي تشبه الاستجابات الطفلية من حيث أنها استجابات غير مسؤولة مبالغ فيها ، وتعبر عن انفعال الزوجين بالحادث ، وعن مشاعر الإحباط والحرمان التي ترتبت عليها ، ومما يجعلها استجابات غير مناسبة لعلاج الأزمة أو التغلب عليها ، وينظر

الزوجان من هذا النوع إلّى الحادث نظرة ذاتية ولا يتعاملان معاً بموضوعية ، ويتأزمـــان منه ، وقد لا يكون به ما يؤزم وينشغلان بالأزمة أكثر مما يفكران في حلها ، ويلجأ إلى لتبرير الفشل أو إلى الغضب والعدوان والتخريب لمواجهة الحادث ، فيزداد التأزم والتوتر في الأســرة وقد تكون الحادثة بسيطة وتعقدها هذه الاستجابة غير الناضجة.

ج – الاستجابات الناضجة Mature responses: وهي استجابات فعالة فـــي الموقـــف تتعامل مع الحادث بموضوعية ومنطقية ، وتواجه أسبابه ونتائجه مباشرة فتمنعها ، أو تســيطر عليها أو تعدلها وتخفف منها أو تحتويها أو تساعد على التأقلم معها .

فالزوجان الناضجان يستجيبان للحادث بحسب ما فيه من تهديد حقيقي وتأتي ردود أفعالهما له مؤثرة ومفيدة في التخلص من ضغوطه قبل أن تؤزمهما ، وإذا أزمتهما فإنهما لا يبالغان في الأزمة ، ويجتهدان في التغلب عليها .

ومن صفات الزوجين الناضجين ، القدرة على تحمل الحوادث الضاغطة ، والصبر علـــى ما فيها من إحباط أو حرمان أو تهديد ، فلا يغضبان بسرعة ولا ينهزمان أمامها ، ولا يفقـــدان ثقتهما في الله ولا في أنفسهم ولا في الناس عند الأزمة مما يجعل أفكارهما في الأزمات تفاؤلية ، ومشاعرهما إيجابية ، وتصرفاتهما واقعية وفعالة في مواجهة الموقـــف ، وتكـــون أســـاليب توافقهما مع الأزمة جيدة.

فتحمل الزوجين المشقات والضغوط الحياتية والأزمات يزيد من ارتفاع التوافق الزواجـــي (Davidson ،Bailiwick & Halverson ،1983).

نظريات التوافق الزواجي:

أ –النظريات المفسرة للتوافق الزواجي ،من منظور اجتماعي:

١–نظرية التبادل (Exchange Theory) :

تعد هذه النظرية أحدث النظريات ، والأهم فيها هو أن الحاجات والأهداف الخاصة هـــي المحرك الأساسي أو الدافع الرئيسي للأفراد وتعد المكافآت التي يحققها الأفـــراد فـــي ســـلوكهم المتبادل حجر الزاوية لهذه النظرية . والناس وفقاً لهذه النظرية ينبغي أن يأخذوا ما يمكنهم مـــن الآخرين الحصول عليه من إطار علاقة معينة من خلال إعطاء هؤلاء الآخرين ما يطلبونـــه ، وهم قادرون على مكافآت وعقاب بعضهم البعض ، وحتى يحققوا التكيف فإنهم يجدون أنفســـهم في مواقف تبادلية (كلينلوتش ، ١٩٩٠) (الحامد ، ٢٠٠١) .

٢ – نظرية البنائية (الوظيفية) (Structural Functional Theory):

يذهب أنصار النظرية البنائية الوظيفية في تفسيرهم للخلافات الزواجية بأنها نتيجة لحدوث خلل في نسيج العلاقات داخل البناء الأسري ، وإن الخلل الوظيفي يحدث حين لا يتم هذا الاتساق ، ويعزي أصحاب هذه النظرية الصراعات والتوترات في العلاقة الأسرية إلى منافسة المرأة للرجال في أدواره ، وأن الأسرة يصيبها التفكك نتيجة لفقدها كثير من الوظائف التي انتقلت إلى مؤسسات اجتماعية مثل المدرسة والمصنع وأماكن الترفيه (الخولي : ١٩٨٩م) .

٣ – نظرية التفاعلية الرمزية (Symploic Interactionism Theory):

يرى فيرى مانقوس (Mangus) أن التوافق الزواجي ينعكس في درجة ما يتوقعه الزوجان من بعضهما ، وأن هناك ما يسمى تناقض الدور ، وأن هذا التناقض يظهر حين لا يتطابق السلوك مع المعايير التي يراها الأفراد مناسبة ، وقد يؤدي عدم تطابق الرغبات المختلفة لدى الزوجية إلى حدوث المشكلات . (الخولي ، ١٩٨٤) .

٤ – نظرية الدور (Role Theory):

ويذهب أنصار هذه النظرية التي تعتبر من النظريات الهامة في دراسة الأسرة ، أن نشأة الخلافات الزواجية تأتي من تعارض توقعات الدور لأحد الزوجين أو كليهما ، وإن تغيير هذه التوقعات لتقابل الطرف الآخر يحقق الانسجام والتوافق بين الزوجين (الخشاب ، ١٩٨٧) .

ب –النظريات المفسرة للتوافق الزواجي ، من منظور نفسي:

١- نظرية الذات Self Theory :

يعرف زوجرز الفرد المتوافق بأنه الشخص القادر على تقبل جميع المدركات بما فيها مدركاته عن ذاته (الحنطي ،١٩٩٩) فالإنسان يكتشف من هو من خلال خبرته مع الأشياء والأشخاص الآخرين، فإذا كانت خبراته متفقه مع قيم الزوج عن ذاته فإن مستوى التوافق يكون مرتفعا، وإذا كانت هذه الخبرات لا تتفق مع القيم عن الذات فإن مستوى التوافق ينخفض.

٢–النظرية السلوكية Behavioural Theory :

تركز النظرية على السلوك وأنه جملته مكتسب ومتعلم من البيئة ،وأن عدم التوافق الزواجي هو أنماط سلوكية متعلمة من الآخرين ، وعند تعديل البيئة يمكن تعلم سلوك صحيح (التوافق الزواجي) (العنزي،٢٠١٠).

ويتضح مما سبق تباين النظريات، فنظرية تبادل الدور تؤكد على أن نشأه الخلاف بين الزوجين هو عدم انسجام توقعات الأدوار فيما بينهما وعند تعارض توقعات الدور لأحد الزوجين أو كليهما يحدث عدم التوافق ،أما النظرية البنائية فتشير إلى أن الخلل الوظيفي يحدث نتيجة اضطرابات في نسيج العلاقات، فيما أشارت نظرية التبادل إلى أهمية التفاعل الإيجابي في إحداث التوافق والتناغم بين الزوجين، فيما يرى السلوكيون ان سوء التوافق الزواجي إنما هو انماط سلوكية متعلمة من الآخرين يمكن تعديلها ، وتؤكد نظرية الذات على تطابق الخبرات الزواجية مع القيم المدركة عن الذات من أجل تحقيق التوافق.

الدراسات السابقة :

تناول هذا الجزء الدراسات السابقة المتعلقة بموضوع الدراسة ، حيث تم عرض الدراسات العربية والأجنبية التي تطرقت لموضوع التوافق ا لزواجي.

دراسة سعدية (Sadeyh، 2010) فقد هدفت إلى العلاقة بين الذكاء العاطفي والتوافق الزواجي، حيث تكونت عينة الدراسة من (١٢٠) من الأزواج تراوحت أعمارهم من (٢٥- ٤٥) تعليم متوسط في باكستان. استخدم الباحث مقياس الذكاء العاطفي لقياس الذكاء ومقياس التكيف لدراسة التوافق من منظور الآراء. أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين الذكاء العاطفي والتوافق الزواجي، كما أظهرت النتائج أن الإناث أكثر ذكاء من الذكور في التعبير عن العواطف، وأن الإناث أكثر ذكاء عاطفياً من الذكور.

أما دراسة الشهري (2009) والتي بعنوان العلاقة بين التوافق الزواجي وبعض سمات الشخصية فقد طبقت على عينة من المعلمين المتزوجين مكونة من (٤٥٠) معلما طبق عليهم الباحث مقياس التوافق الزواجي من إعداد (فرج وعبدالله) ومقياس قائمة العوامل الخمس الكبرى للشخصية من إعداد (كوستا وماكري) تعريب الأنصاري وقد توصلت الدراسة إلى عدد من النتائج منها : عدم وجود فروق في التوافق الزواجي نتيجة لاختلاف المستوى التعليمي أوعدد الأطفال في الأسرة ،أو مدة الزواج ،أو العمر عند الزواج ، كما انه يوجد علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين التوافق الزواجي وأبعاد الصفاوة والطيبة والانبساط.

وحاول بعض الباحثين دراسة إمكانية التنبؤ بالتوافق الزواجي من خلال بعض المتغيرات، مثل الذكاء الانفعالي، وفاعلية الذات، مثل العبدلي (2009) الذي أجرى دراسة بعنوان الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتوافق الزواجي لدى المعلمين المتزوجين

والتي أُجريت على عينة قوامها (٣٠٠) معلم طبق عليهم مقياس التوافق الزواجي ومقياس فاعلية الذات وأسفرت عن عدة نتائج منها، وجود علاقة ارتباطيه بين أبعاد الذكاء الانفعالي وبين التوافق الزواجي وعلاقة ارتباطيه بين جميع أبعاد التوافق الزواجي وبين فاعلية الذات وإمكانية التنبؤ بالتوافق الزواجي من خلال الذكاء الانفعالي وفاعلية الذات.

وركز بعض الباحثين على بعض مهارات التوافق الزواجي، مثل فنيات الحوار مثل دراسة جودة (2009) التي هدفت إلى معرفة فاعلية برنامج إرشادي مقترح لتعزيز التوافق الزواجي عن طريق فنيات الحوار والتي طبقت على عينه من الأزواج بلغت (٣٠) زوجاً وزوجه. وقد استخدمت الباحثة مقياس التوافق الزواجي من إعداد(إيمان اللدعه) وبرنامج إرشادي من إعداد الباحثة. وقد توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع الأبعاد بين التطبيقين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح التطبيق البعدي، مما دل على وجود أثر للبرنامج الإرشادي على أفراد المجموعة التجريبية.

وهدفت دراسة الجمالية (2008) إلى التعرف على تأثير كل من عمر الزوجين ومدة الزواج على درجة التوافق، حيث تكونت عينة الدراسة من (١٦٢) زوجاً وزوجة ممن تتراوح أعمارهم بين (٢٥-٤٥سنة). استخدمت الباحثة استبانه لقياس التوافق اضافة إلى بعض الأساليب الاحصائية ،وقد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها: وجود فروق ذات دلالة احصائية في التوافق الزواجي نتيجة اختلاف العمر بين الزوجين لصالح الأزواج الأكبر سناً،في حين أن مدة الزواج لم تأثر على التوافق الزواجي.

أما دراسة كالكان و ايركومند (Kallan&Ersanli ,2008) فقدهدفت إلى دراسة فاعلية برنامج للإثراء الزواجي مبني على الاسلوب السلوكي المعرفي على التوافق الزواجي للمتزوجين، وتألفت العينة من (٣٠)زوجاً ، وتوزعت العينة إلى مجموعتين احداهما تجريبية والأخر ضابطة ضمت كل واحدة منها (١٥) من المتزوجين. وتم التطبيق على كل من العينتين، الاختبار القبلي/ مقياس التوافق الزواج Marital Adjustment Scale، تم تطبيق البرنامج لعدد(٩)جلسات استغرقت كل جلسة ساعتين. بينت نتائج الدراسة ان الفروق كانت دالة احصائيا بين المجموعتين الضابطة والتجريبية بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية، مما يؤكد فاعلية البرنامج في تحسين التوافق الزواجي.

وكذلك قام الصغير (2007) بدراسة عنوانها" التوافق الزواجي في المجتمع السعودي"، حيث طبق مقياساً للتوافق الزواجي مستخدماً الأساليب الإحصائية التالية التحليل العاملي والإنحرافات المعيارية واختبار (ت)، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى عدد من النتائج من أهمها ما يلي :

وجود فروق جوهرية بين المتزوجين من بيئتهم والمتزوجين من بيئة أخرى في التوافق الزواجي لصالح المتزوجين من نفس البيئة . وربما يعود ذلك إلى ما تتركه البيئة من تأثير في شخصية الفرد ، كذلك وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط التوافق الزواجي لدى الأزواج ومتوسط التوافق الزواجي لدى الزوجات ، حيث كان مستوى التوافق لدى الأزواج أكبر منه لدى الإناث .

وفي دراسة باصويل (2007) والتي كانت بعنوان التوافق الزواجي وعلاقته بالإشباع المتوقع والفعلي للحاجات العاطفية المتبادلة بين الزوجين كان هدفها الكشف عن أهمية إشباع الحاجات العاطفية في التوافق الزواجي. تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) زوج وزوجة واستخدمت الباحثة مقياسين، الأول للتوافق الزواجي والثاني للحاجات العاطفية، حيث أشارت النتائج إلى أن المرأة تحتاج من زوجها إلى الحب أولاً ثم الفهم ثم الاهتمام ثم الاحترام ثم التقدير ثم القبول وأخيراً الثقة، بينما الرجل يبحث عن التقدير أولاً ثم الاحترام ثم الفهم ثم الحب ثم القبول ثم الثقة وأخيراً الاهتمام.

وكذلك بيّنت دراسة ريتو وتيند وجاسوال (Rity, Thind & Jaswal,2006) التي أجريت في الهند بعنوان تقييم التوافق الزواجي عند الأزواج مع الأخذ بالاعتبار مستوى المرأة التعليمي والحالة الوظيفية . هدفت الدراسة إلى تقييم ومقارنة التوافق الزواجي عند الأسر التي فيها نساء عاملات وغير عاملات بمستويات علمية مختلفة ، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) عائلة . استخدم الباحثان استبانة سكانية اجتماعية واستبانة للتوافق الزواجي. وأظهرت النتائج أن النساء العاملات ذوات التعليم العالي وأزواجهن قادرين على التأقلم الاجتماعي أكثر من نظرائهن ، وأنه لا يوجد فروق دالة إحصائياً مهمة في التوافق الزواجي عند الأسر التي تكون فيها الزوجة عاملة أو غير عاملة .

وكذلك جاءت دراسة سينغ وساشما(Singh & Sashma،2006) للتعرف على الفروق بين الأزواج والزوجات في درجات التوافق الزواجي باختلاف المركز الوظيفي والمستوى التعليمي للزوجة ،حيث تكونت العينة من (٣٠٠) زوجة (١٥٠) عاملات و(١٥٠) غير عاملات وقسمت كل عينة إلى ثلاث فئات حسب المستوى التعليمي. حيث اعتمدا الباحثان على مقياس التوافق الزواجي ،واختبار (ت) ومعامل بيرسون

والانحرافات المعيارية،وقد دلت النتائج على أن ازواج صاحبة المركز الوظيفي المرموق وأزواج صاحبة المستوى التعليمي الجامعي وفوق الجامعي يتمعون بمستوى مرتفع من التوافق الزواجي مقارنة بأزواج العاطلات وصاحبات المستوى التعليمي المنخفض (أمية)، في حين كانت الزوجات الأميات أكثر توافقاً من الزوجات صاحبات المستوى التعليمي المرتفع (فوق الجامعي والجامعي).

كما قامت البقمي بإجراء دراسة (2004) هدفت إلى إدراك العلاقة بين ضغوط العمل والتوافق الزواجي لدى الزوجات العاملات .تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) زوجة في السعودية حيث استخدمت الباحثة مقياس للتوافق الزواجي ومقياس ضغوط العمل من إعداد (عادل الأشول) و معامل ارتباط بيرسون واختبار (ت) وكشفت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أداء المرتفعات والمنخفضات في إدراك ضغوط العمل على أبعاد مقياس التوافق الزواجي لصالح المنخفضات في درجة إدراك ضغوط العمل.

وقام الجهني(2004) بدراسة بعنوان الخلافات الزوجية في المجتمع السعودي من وجهة نظر الزوجات المتصلات بوحدة الإرشاد الاجتماعي، تكونت العينة من (٢٨٤) زوجة بمناطق مختلفة في المملكة العربية السعودية، استخدم الباحث استمارة الخلافات الزوجية من إعداد الباحث ومعامل ارتباط بيرسون والفاكرونباخ حيث توصل الباحث إلى عدة نتائج من أهمها أن أكثر الخلافات الزوجية شيوعاً في المجتمع السعودي الخلافات المتعلقة بطريقة التعامل بين الزوجين جاءت في المرتبة الأولى، ويليها الخلافات المتعلقة بالجوانب النفسية، ثم بالجوانب الاجتماعية، ثم السلوكية والعاطفية.

كما أن دراسة أولا واتورا (Ulla & Tora, 2004) هدفت إلى تحديد اثر الضغوط الاقتصادية على التوافق الزواجي، حيث تكونت عينة الدراسة من (٦٠٨) من الأزواج العاملين، وقد استخدم الباحثان استبانة التوافق الزواجي، واستخدما اختبار (ت) ومعامل الارتباط بيرسون ليخرجا ببعض النتائج أهمها أن هناك أثرا دالا للظروف الاقتصادية على التوافق الزواجي، وان عدم حصول عمل لدى الرجال المتزوجين كان له ارتباط ذو دلالة إحصائية مباشرة مع سوء التوافق الزواجي لدى الزوجات .

وبينت دراسة ايور(Eur،2004) إلى أن الظروف الإقتصادية السيئة تؤثر على مستوى التوافق الزواجي، وان الزوجات يبدين عدم التوافق الزواجي مع الأزواج

غير العاملين،فقد شملت الدراسة (٦٠٨) من الأزواج الفلنديين ، طبق عليهم الباحث استبانة للتوافق الزواجي من اعداد الباحث،واستخدم بعضاً من الأساليب الاحصائية المهمة كمعامل الارتباط بيرسون والفاكرونباخ،وهدفت الدراسة إلى معرفة تأثير العوامل الإقتصادية على التوافق الزواجي.

وقام بورشارد وآخرون (Burchard et al., 2003) بدراسة تجريبية في الولايات المتحدة الأمريكية على (٢٠) من المتزوجين الذين أتوا من جنسيات مختلفة افريقية ولاتينية وآسيوية، حيث هدفت الدراسة إلى الكشف عن مدى فعالية برنامجين في الإرشاد الزواجي وإغناء الحياة الزوجية من أجل تحسين نوعية الحياة لدى عينة من المتزوجين وهما: البرنامج المتمركز حول الأمل(Hope Focued) وبرنامج الغفران والمصالحة (Free Forgiveness and Reconciliation through) Experiencing Empathy. وتطوع في البرنامج عدد من المتزوجين حديثا (٥ شهور فمادون)، وتم توزيعهم الى ثلاث مجموعات: الاولى والثانية مجموعتان تجريبيتان ، حيث تعرضتا للبرنامجين الإرشاديين لمدة (9) ساعات، بينما بقيت المجموعة الثالثة كمجموعة ضابطة. وطبق مقياس نوعية الحياة (Quality of Life Inventory (QOLI[R. بينت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائيا لصالح المجموعتين التجريبيتين، وبينت النتائج أهمية دور الالتزام الديني والصفح والمسامحة في تحسين الهناء الشخصي للمتزوجين.

أما دراسة اللدعة (2002) فقد سعت للتعرف إلى العلاقة بين التوافق الزواجي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة قوامها(120) من المعلمين والمعلمات في غزة .

وقد تم التحقق من صدق الأدوات وثباتها باستخدام معامل الارتباط بيرسون والتحليل العاملي والتجزئة النصفية، ثم تم تطبيق استبانه للتوافق الزواجي مكونه من (٥٦) فقرة وبينت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المعلمين والمعلمات في درجة التوافق الزواجي تعزى لمتغيرات (الجنس _مدة الزواج_ نوع السكن)،وأن التباين في درجات التوافق الزواجي الكلية يعزى إلى متغير الالتزام الديني.

بحثت دراسة فيصلو- جلو(Fisiloglu،2001) في نتائج زواج الأقارب ومدى التوافق الزواجي بينهم في تركيا. حيث طبق الباحث مقياساً لتوافق الزواجي ،ومقياساً للعلاقة بين الأسر الممتدة ، واستخدم الباحث معامل الإرتباط بيرسون واختبار(ت) وتحليل التباين المتعدد، تكونت عينه الدراسة من (١٥٠) زوجاً وزوجة،متضمناً (٦٨)متزوجين من أقاربهم و(٨٢) متزوجين من غير أقاربهم. وقد أشارت النتائج إلى أن المتزوجين

من أقاربهم سجلوا مستوى أدنى في التوافق الزواجي من قرنائهم المتزوجين من خارج نطاق القرابة،إذ أن الزواج من القرابة لايبرر وجود توافق زواجي بين الزوجين،كما أن المستوى التعليمي والعمر ووجود أطفال لايؤدي إلى ارتفاع في التوافق الزواجي لكلا الفئتين من العينة.

كما قام العامر بدراسة (2000) بعنوان معوقات التوافق الزواجي في ظل التحديات الثقافية المعاصرة للأسرة المسلمة حيث تكونت عينة الدراسة من (٣٢) زوج وزوجة من مدنية حائل بالمملكة السعودية، و استخدم الباحث استبانه من إعداده. وتم حساب قيمة مربع(كا) للجداول التكرارية، ومعامل الارتباط وحساب المتوسطات وكشفت النتائج على أن البعد النفسي يؤثر تأثرا شديداً على عملية التوافق الزواجي وان أهم معوقات التوافق بين الزوجين في البعد النفسي من وجهة نظر أفراد العينة (كثرة الضغوط النفسية ،والغيرة)، وأهم معوقات التوافق في البعد الأخلاقي في نظر أفراد العينة (الشك ،وسفرالأزواج، ثم ادمان المخدرات) .

وقام زعتر (2000) بدراسة بعنوان الخصال الشخصية والتنبؤ بالتوافق الزواجي لدى الشباب المقبلين على الزواج في محافظة الشرقية بمصر. حيث تكونت عينة الدراسة من (١٨٠) شاباً وشابة، طبق عليهم الباحث مقياسين، الأول للشخصية من إعداد (اندرسون) وترجمة الباحث والثاني لقياس جوانب الحياة الزوجية من إعداد (علي مانع)، واستخدم الباحث بعضاً من الأساليب الإحصائية، كان أهمها المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار(ت)، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين بعض خصائص الشخصية ومهارات التوافق الزواجي، كما أن متوسط درجات البنات في بعد الحساسية والعصبية أعلى من الشباب، في حين متوسط درجات الشباب أعلى في بعد الاهتمام بالآخرين.

أجرت الحنطي (1999) دراسة على عينة مكونة من (٥٠٦) زوجاً وزوجة بواقع (٢٨٤) زوجة (٢٢٢) زوجاً طبق عليهم مقياس مشكلات التوافق الزواجي من إعداد الباحثة .

وقد كشفت نتائج الدراسة عن وجود المشكلات لأكثر انتشاراً وهي على الترتيب حسب الدراسة : مشكلات الزمن الذي يقضيه الزوجان معاً ، مشكلات أداء الدور ، مشكلة الاتصال، المشكلات المالية، مشكلات الغيرة، مشكلات رعاية الأطفال، مشكلات وجود سمات عصابية

لدى أحد الزوجين أو كليهما، اختلاف المستوى الثقافي والاجتماعي والديني بين الزوجين ، تدخل أهل الزوجين ، والعلاقات الجنسية.

وكذلك قام فرج وعبد الله (1999) بدراسة ميدانية على عينة من الأزواج المصريين هدفت إلى التعرف على العلاقة بين توكيد الذات والتوافق الزواجي، حيث تألفت العينة من (٢٨٠) فرداً عبارة عن(١٤٠) زوجاً وزوجة طبق عليهم مقياس للتوافق الزواجي. و توصل الباحثان إلى عدة نتائج أهمها أن مستوى توكيد الذات سواء كان زوجاً أو زوجة يرتبط بمستوى توافقه الزواجي وأن التوافق الزواجي يرتفع بارتفاع مهارة لبداء الاعجاب وضبط النفس والاعتذار العلني والمصارحة، ويتدنى التوافق حين ترتفع مهارة الدفاع عن الحقوق الخاصة وتوجية النقد وإظهار الخلاف.

تعقيب على الدراسات السابقة:

يتضح من عرض هذه الدراسات أنها حديثة ، وأن الدراسات العربية التي تناولت التوافق الزواجي ليست قليلة حسب اطلاع الباحث ، وسيقوم الباحث بالتعليق على هذه الدراسات من عدة نواحي :

من حيث الأهداف :

تعددت أهداف هذه الدراسات ، وإن اتفقت معظمها في قياس تأثير التوافق الزواجي ، حيث اختلف الهدف في هذه الدراسات باختلاف موضوع الدراسة ، وكذلك اختلفت أغلب هذه الدراسات من حيث أهدافها ، عن هدف الدراسة الحالية التي يقوم بها الباحث ، حيث لم تتفق دراسة هدفت إلى معرفة فاعلية البرامج الإرشادية على التوافق الزواجي الإ دراسة (سهير جودة)، ودراسة (بورشاد وآخرون)، ودراسة (كالكان وايركومند) ، فقد اتفقت هذه الدراسات مع الدراسة الحالية. كما أن ندرة الدراسات التي تتعلق بتطبيق البرامج الإرشادية على التوافق الزواجي دفعت بالباحث الى دراسة هذا الموضوع والبحث فيه.

من حيث المجتمع :

من الملاحظ من خلال هذه الدراسات تشابه المجتمعات التي أخذت منها العينة إلى حد بعيد ، وهو مجتمع المتزوجين من الرجال والنساء ،وهذا يختلف مع الدراسة الحالية حيث أن مجتمع الدراسة الحالية هو المعلمين المتزوجين حيث لم تتفق أي دراسة من الدراسات السابقة من حيث المجتمع غير دراسة (العبدلي)،و(الشهري).

من حيث الأدوات والمقاييس:

اختلفت الأدوات المستخدمة في جميع الدراسات بناء على الهدف لكل دراسة وبالتالي اختلاف الفروض ومعظم الدراسات استخدمت مقياس التوافق الزواجي، واتفقت هذه الدراسة الحالية ايضا في استخدام مقياس التوافق الزواجي من إعداد عبد الله وفرج(1999) مع دراسة الشهري ودراسة عبد الله وفرج والذي استفاد الباحث من مقياسهما (عبد الله وفرج) لتطبيقه على عينة الدراسة.

من حيث النتائج والمنهج :

تعددت النتائج التي توصلت إليها تلك الدراسات ، نتيجة لاختلاف هدف وفروض كل دراسة ، واستخدمت أغلبها المنهج الوصفي التحليلي ، أما الدراسة الحالية فقد اقتضت أن تكون العينة صغيرة ، وذلك نتيجة العينة وطبيعة المنهج الذي استخدمه الباحث ، وهو المنهج الشبة التجريبي .

فروض الدراسة :

سعت الدراسة إلى اختبار الفروض التالية:

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسطات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس التوافق الزواجي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده لصالح التطبيق البعدي .

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسطات المجموعة الضابطة في المقياسين القبلي والبعدي.

٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسطات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس التوافق الزواجي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح المجموعة التجريبية.

٤- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسطات المجموعة التجريبية على مقياس التوافق الزواجي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي وفي المقارنة التتبعية.

الفصل الثالث

الإجراءات المنهجية

منهج الدراسة.

مجتمع الدراسة.

عينة الدراسة.

أدوات الدراسة.

إجراءات الدراسة.

الفصل الثالث

الإجراءات المنهجية

هدف هذه الدراسة إلى التحقق من مدى فاعلية برنامج إرشادي جمعي لرفع مستوى مهارات التوافق الزواجي لدى عينة من المعلمين بالمنطقة الشرقية ، ويتناول هذا الفصل عرضاً لمنهج الدراسة ومجتمع الدراسة والعينة وكيفية اختيارها والإجراءات التي تمت ، ثم عرضاً تفصيلياً للأدوات التي تم استخدامها ، والأدوات التي تم إعدادها ، يلي ذلك عرضاً لخطوات الدراسة التجريبية والتي تتضمن مرحلة القياس القبلي ، ثم تطبيق البرنامج على أفراد العينة ، فمرحلة القياس البعدي ، وأخيراً مرحلة القياس التتبعي .

وفيما يلي عرض لهذه الإجراءات : -

أولاً : منهج الدراسة :

لقد قام الباحث باستخدام المنهج شبة التجريبي (وهو المنهج الذي يعنى في إدخال تعديلات وتغيرات معينة من أجل ملاحظة أثرها على شيء آخر ، والغرض النهائي من التجربة هو التعلم ، أي تعلم نتيجة أو أكثر (أبو علام ،٢٠٠١، ١٧٩).

وذلك من أجل أن تحقق هذه الدراسة الأهداف التي وضعت وذلك عن طريق تطبيق البرنامج الإرشادي على أفراد العينة لرفع درجة التوافق لديهم من خلال الجلسات الإرشادية التي وضعها الباحث .

ثانياً : مجتمع الدراسة والعينة:

يشير القحطاني وآخرون (٢٠٠٤) لمجتمع الدراسة على أنه"جميع الوحدات أو العناصر التي تم تعريفها قبل اختيار عناصر المجتمع المطلوبة ".كما يعرفه"(عبيدات وآخرون، ٢٠١١ :٩٤)" بأنه جميع أفراد الظاهرة التي يدرسها الباحث" وبذلك فإن مجتمع الدراسة يتكون(من جميع معلمي المدارس الابتدائية والمتوسطة والثانوية الحكومية المتزوجين بالمنطقة الشرقية والذين يعلمون في المدارس الابتدائية والمتوسطة والثانوية للبنين التابعة لإدارة التربية والتعليم بالمنطقة الشرقية للعام ١٤٣٣/١٤٣٤ هـ ، وعددهم (٨٠٠٠) معلماً متزوجاً تقريباً.

عينة الدراسة :

١ – العينة الاستطلاعية الاولى للدراسة :

قام الباحث بإجراء التطبيق الأولي على عينة استطلاعية قوامها (٥٠) معلماً متزوجاً بطريقة (عشوائية) من مدارس محددة بغرب الدمام ، وذلك في (٢٣-٢-١٤٣٤هـ) تقريباً، بحيث انطبقت عليهم شروط العينة وهي المستوى التعليمي مؤهل بكالوريوس و مستوى اقتصادي متوسط وعدد مرات الزواج مرة واحدة فقط وعمر زمني (٢٥-٣٥) عام تقريباً ، ذلك بغرض التحقق من حساب الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة وذلك بالطرق الإحصائية المناسبة.

٢ –العينة الاستطلاعية الثانية للدراسة:

بعد التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس والتحقق من صدق وثبات المقياس تم تطبيق مقياس التوافق الزواجي على عينة استطلاعية آخرى قوامها (٢٠٠) معلماً متزوجاً من مدارس المرحلة الابتدائية والمتوسطة والثانوية الحكومية بغرب الدمام، وذلك في (٢٠-٣-١٤٣٤هـ) وذلك لفرز الحالات التي تبين مستوى متدني في التوافق الزواجي. وتم اختيارها بالطريقة العشوائية من (١٠) مدارس وزع فيها المقياس ، (٤) ثانوية، (٣) متوسط، (٣) ابتدائي يتضح بالجدول التالي:

جدول (١)

عينة الدراسة وكيفية اختيارها

المدرسة	عدد المعلمين المتزوجين في المدرسة	عدد المعلمين المتزوجين الذين تم تطبيق المقياس عليهم	النسبة المئوية %
مجمع الأمير سعود بن نايف(القسم الثانوي)	٣٠	٢٠	%٦٦
ثانوية محمد بن القاسم	١٥	١٠	%٦٦
ثانوية الجهاد	٤٠	٢٣	%٥٧،٥
مجمع الأمير محمد بن فهد (القسم الثانوي)	٣٠	١٦	%٥٣
مجمع الأمير محمد بن فهد (القسم المتوسط)	٤٠	١٩	%٤٧،٥
متوسطة عمير	٢٠	٩	%٤٥
مجمع الأمير سعود بن نايف (قسم المتوسط)	٤١	١٥	%٣٦،٥
مجمع الأمير سعود بن نايف (القسم الإبتدائي)	٢٢	١٠	%٤٥
ابتدائية عثمان بن عفان	٣٠	١٥	%٥٠
ابتدائية قتيبة بن مسلم	٣٢	١٩	%٥٩
المجموع	٣٠٠	١٥٦	%

وقد افتقد الباحث عدداً من الاستبانات خلال تطبيق الدراسة (١٤) استبانة كما استبعد الباحث عدداً من الاستبانات بلغت (٣٠) لعدم تطابقها مع مواصفات وشروط العينة(الارتباط بزوجة واحدة ،تراوح العمر مابين (٢٥-٣٥)،المستوى التعليمي (بكالوريوس)،مدة الزواج أقل من خمس سنوات،والمستوى الاقتصادي (متوسط).

٣. العينة الأساسية للدراسة

بعد ذلك تم اختيار عينة الدراسة الأساسية بطريقة (عمدية) وقوامها (٣٠) معلماً متزوجا والتي أوضحت النتائج أن لديهم تدنيا في مستوى التوافق الزواجي، وذلك بحصولهم على انحراف معياري واحد دون المتوسط، حسب المعيار الذي حدده الباحث للدلالة على وجود تدني في مستوى التوافق الزواجي. ثم قسم الباحث العينة إلى مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة بطريقة (عشوائية)، حيث قام الباحث بتطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية ، و كذلك قام الباحث بعمل قياس قبلي وبعدي ومتابعة بعد (شهر) تقريباً للمجموعة التجريبية وقياس قبلي وبعدي للمجموعة الضابطة ، وقد روعي عند اختيار عينة الدراسة تجانس العينيتين التجريبية والضابطة في الشروط التالية:

١- الزواج من زوجة واحدة.
٢- العمر يتراوح مابين (٢٥-٣٥) سنه.
٣- المستوى التعليمي (بكالوريوس).
٤- المستوى الإقتصادي (متوسط).
٥- مدة الزواج أقل من (٥) سنوات.

رابعاً : الأدوات المستخدمة في الدراسة :

اعتمد الباحث في دراسته على أداة رئيسية وهي استبانة التوافق الزواجي من إعداد عبد الله وفرج (١٩٩٩) .

واعتمد أيضاً على البرنامج الإرشادي لرفع مستوى التوافق الزواجي لدى عينة من المعلمين بالمنطقة الشرقية حيث تم بناؤه وإعداده بعد الإطلاع على دراسات سابقة ذات العلاقة بموضوع التوافق الزواجي والرجوع إلى بعض البرامج ذات العلاقة بالموضوع ثم عرضه على (ثمانية) من المختصين في مجال علم النفس بهدف استطلاع أرائهم فيما يرونه مناسباً ، فقد تم اعتماد البرنامج والاتفاق علية ، بعد مراعاة آراء السادة المحكمين (ملحق رقم ١) حيث أصبح في صورته المعدله قابل للتطبيق .

وفيما يلي عرض لأداة الدراسة :

مقياس التوافق الزواجي :

لقد تم استخدام مقياس التوافق الزواجي الذي أعده فرج وعبد الله (١٩٩٩)، والذي استخدمه العمودي في البيئة السعودية (١٤٢١)هـ ، والذي راعى فيه تغيير الألفاظ لتناسب البيئة السعودية ، وتألف مقياس التوافق الزواجي من (٤٤) فقرة تعبر عن التوافق الزواجي مثل(التعبير عن المشاركة الوجدانية ، التجانس الفكري والقيمي ، التشابه في العادات ، العلاقات الجنسية ، السلام الأسري ، الثقة المتبادلة ، الأمور المالية ، أساليب تربية الأبناء ، الحرص على استمرار العلاقة ، صورة الطرف الآخر ، العلاقات مع أهل الطرف الآخر ، الرضا عن العلاقة) ، وصيغت كل فقرة من هذه الفقرات بحيث تصف كل منها سلوكاً يمارسه الفرد المتزوج في حياته الزوجية اليومية ، ويحدد المستجيب معدل حدوث السلوك ، ويستجاب لكل فقرة بتحديد مستوى ممارسة المعلم للسلوك الوارد في الفقرة حسب المقياس التالي : (بدرجة كبيرة جداً ، بدرجة كبيرة ، بدرجة متوسطة ، بدرجة قليلة ، غير صحيحة) .

طريقة تصحيح المقياس :

بناء على التعليمات الخاصة بالمقياس والتي تبين للمستجيب كيفية الاستجابة ، فإنه يجب على المستجيب أن يختار الإجابة التي تتفق معه ويضع علامة (☑) حسب ما يتفق مع مشاعره واتجاهاته وتصرفاته في المواقف التي تتعلق بحياته الزوجية.

وتتم طريقة تصحيح مقياس التوافق الزواجي كالتالي :

بالنسبة للعبارات الموجبة يكون درجاتها كالتالي :

فمن يختار كبيرة جداً يأخذ (٥) ، كبيرة (٤) ، متوسطة (٣) ، قليلة (٢) ، قليلة جداً(١) .

أما بالنسبة للعبارات السالبة (العكسية) تكون درجاتها كالتالي :

فمن يختار كبيرة جّداً يأخذ (١) ، كبيرة (٢) ، متوسطة (٣) ، قليلة (٤) ، قليلة جداً(٥) .

والجدول التالي يوضح العبارات الإيجابية والسالبة بالنسبة للمقياس ككل :

جدول رقم (٢)

تحديد العبارات الخاصة بمقياس الدراسة

العبارات الإيجابية	العبارات السالبة	عدد العبارات
١٥-٣٤-٣٩-٣٧-٣٦-٤٢- ٢٢-٢٦-٢٧-٢٩-٣٢-٣٣	١٣-١٢-٢٣-٢٨-١٨-٣٥- ٤٠-٥-٧-١٠-١٤-٤-١١- ٢٠-٦-٩-٣٨-٤٣-٢-٨- ٤٤-١-١٦-٣٠-٣١-٢١- ٢٤-٢٥-٣-١٧-٤١-١٩	٤٤

صدق وثبات مقياس التوافق الزواجي :

١ – صدق مقياس التوافق الزواجي :

أ – صدق المحتوى :

لقد قام معدا المقياس فرج وعبد الله (١٩٩٩) بعرضه على مجموعة من المحكمين في تخصص علم النفس من أجل التأكد من صلاحية قياس العبارات للمضمون وفق حدود الأبعاد التي جاءت في المقياس ، وقد اتفق أغلب المحكمين على صلاحية العبارات وملاءمتها لما وضعت من أجله ، وذلك بعد تغيير بعض المفردات ، كما قام العمودي (١٤٢١هـ) بعرض المقياس على مجموعة من المحكمين في تخصص علم النفس بجامعة أم القرى ، وتم تغيير بعض المفردات التي تتلاءم مع البيئة السعودية .

ب – صدق الاتساق الداخلي :

لقد استخدم هذا المقياس في كثير من الدراسات وثبت صدقه الخارجي حيث استخدمه فرج وعبد الله (١٩٩٩) ، وتأكدا من صدقه عن طريق الاتساق الداخلي حيث بلغ (٠,٥٨١) كما استخدمه العمودي (١٤٢١) في البيئة السعودية ، وتأكد من صدقه عن طريق الاتساق الداخلي حيث بلغ معاملات الارتباط في دراسته ما بين (٠,٤٩ – ٠,٨٦) ودالة احصائيا عند مستوى (٠,٠١).

وقد قام الباحث بالتأكد من صدق أداة الدراسة بحساب معامل إرتباط بيرسون " Pearson Correlation" لمعرفة الصدق الداخلي للإستبانة حيث تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس بالدرجة الكلية له وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول رقم (٣) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس بالدرجة الكلية.

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠,٥٤٣**	١٦	٠,٥٦٨**	٣١	٠,٦٣٣**
٢	٠,٧٥٦**	١٧	٠,٨١١**	٣٢	٠,٨٢٥**
٣	٠,٨٧٥**	١٨	٠,٨١٧**	٣٣	٠,٦٠٤**
٤	٠,٨٦٧**	١٩	٠,٨٥٤**	٣٤	٠,٧٩٦**
٥	٠,٩٠٤**	٢٠	٠,٩٠٦**	٣٥	٠,٦٩١**
٦	٠,٨٣٤**	٢١	٠,٨٠٧**	٣٦	٠,٤٨٤**
٧	٠,٨٧٩**	٢٢	٠,٧٦٠**	٣٧	٠,٦٣١**
٨	٠,٦٧١**	٢٣	٠,٨٥٧**	٣٨	٠,٤٩٣**
٩	٠,٥٧٣**	٢٤	٠,٨٦٧**	٣٩	٠,٥٢٤**
١٠	٠,٧٠٥**	٢٥	٠,٧٩٩**	٤٠	٠,٥٩٨**
١١	٠,٨٧٩**	٢٦	٠,٤٨١**	٤١	٠,٥٧٥**
١٢	٠,٨٦٠**	٢٧	٠,٧٠٠**	٤٢	٠,٦٨٦**
١٣	٠,٨٩١**	٢٨	٠,٨٠٢**	٤٣	٠,٥٥٢**
١٤	٠,٨٧٨**	٢٩	٠,٧٧٠**	٤٤	٠,٦٨٩**
١٥	٠,٧٦٢**	٣٠	٠,٨٤٣**	-	-

** دالة عند مستوى الدلالة ٠،٠١ فأقل.

يتضح من الجدول رقم (٣) أن قيم معاملات الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية لمقياس التوافق الزواجي جميعها قيم موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠،٠١، مما يعني وجود درجة عالية من الاتساق الداخلي وارتباط المقياس بعباراته بما يعكس درجة عالية من الصدق لفقرات المقياس.

٢ – الثبات لمقياس التوافق الزواجي :

أ. حساب الثبات بالاختبار وإعادة الاختبار:

قام معدا المقياس فرج وعبد الله (١٩٩٩) بحساب معامل الثبات عن طريق التطبيق وإعادة التطبيق بفاصل زمني خمسة عشر يوماً حيث بلغ (٠,٦١) .

ب. حساب الثبات بالتجزئة النصفية:

قام الباحث باستخراج معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية وبلغ (٠,٨٦٧)

ج . حساب الثبات بطريقة معامل الفا كرونباخ :

قام العمودي (١٤٢١) بايجاد معامل الثبات باستخدام معادلة الفا كرونباخ لجميع عبارات المقياس فكان المعامل (٠,٩٣) .

وقام الباحث بحساب قيمة معامل "الفا كرونباخ" العينة الاستطلاعية كما يوضح الجدول التالي:

جدول رقم (٤) يوضح ن "قيم معامل ألفا كرونباخ" لأداة الدراسة

الثبات العام لأداة الدراسة	عدد الفقرات	ثبات المحور
	٤٤	٠,٩٧٧

يتضح من الجدول رقم (٤) أن معامل "الفا كرونباخ" قد بلغ (٠,٩٧٧) وهي قيمة مرتفعة مما يدل على أن الاستبانة تتمتع بدرجة عالية من الثبات وبالتالي يمكن الاعتماد عليها في التطبيق الميداني للدراسة.

ثانياً : برنامج إرشادي جمعي لرفع مستوى مهارات التوافق الزواجي

مقدمة البرنامج :

اسم البرنامج : برنامج إرشادي جمعي مقترح لرفع مستوى مهارات التوافق الزواجي لدى عينة من المعلمين المتزوجين بالمنطقة الشرقية.

تاريخ البرنامج : بدأ تطبيق البرنامج من ٤/٥- ١٤٣٤/٦/٢٨هـ

مدة البرنامج: استغرق تنفيذ البرنامج تقريباً (أربعة أسابيع) بواقع ثلاث جلسات أسبوعياً .

عدد جلسات البرنامج : ١٢ جلسة إرشادية .

مدة الجلسة : تتراوح من (٤٥-١٢٠) دقيقة ، يتخللها ربع ساعة للاستراحة.

قيادة الجلسة : الباحث او المرشد.

عدد أفراد البرنامج: ١٥ فرداً.

مكان البرنامج: مركز التنمية الأسرية بالدمام.

الإطار النظري للبرنامج :

١- مفهوم البرنامج الإرشادي :

برنامج علمي مخطط ومنظم لتقديم مجموعة من الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة فردياً وجماعيا للمسترشدين داخل الأسرة وخارجها بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو السوي وتحقيق الصحية النفسية والتوافق النفسي والتربوي والاجتماعي بشكل سليم ويقوم بإعداده وتخطيطه فريق عمل متخصص في العمل الإرشادي (زهران ، ١٩٨٨ : ٤٣٩)

٢ – مفهوم البرنامج الإرشادي الجمعي :

يتمثل في تقديم خدمة نفسية أو تربوية في إطار جماعي لمن يعانون من اضطرابات كيفية تضعف قدراتهم على التوافق ، تتعدى مجرد النصح والمشورة . فهؤلاء منهم من يحتاجون إلى استخدام فنيات معينة من أجل احداث تغيير في سلوكياتهم أو أفكارهم أو اتجاهاتهم.(عطا،٢٠٠٠)

وتعريف الباحث على أنه مجموعة من الخبرات صممت لتعالج مشكلة سوء التوافق الزواجي عن طريق استخدام فنيات إرشادية

٢ – أهداف البرنامج :

١ – أهداف عامة :

- مساعدة الأزواج على التوافق الزواجي .
- الارتقاء بالحياة الزوجية وجعلها رحلة سعيدة على الرغم من الصعوبات.
- ضمان استمرار الأزواج في حياتهم الزوجية والمحافظة على الاستقرار الأسري.

٢– أهداف خاصة :

- بناء جوانب إيجابية لدى المتزوجين من خلال البرنامج الإرشادي .
- إكساب الأزواج مهارات التواصل وإكسابهم مهارة حل الخلافات الأسرية.
- اكساب فهم الشريك عن طريق إلقاء الضوء على أهم الفرو قات المعرفية والانفعالية بين الرجل والمرأة.

الخلفية النظرية للبرنامج:

استند هذا البرنامج إلى نظرية العلاج المعرفي السلوكي وبعض فنيات الإرشاد النفسي والمتمثلة في – لعب الأدوار – التعليم بالقدوة أو النموذج – التعزيز – الاسترخاء– التغذية الراجعة – مهارات الحوار – مهارات الاتصال –استراتيجيات التعامل مع المشكلات الزوجية – الواجبات المنزلية – الدفع المتعقل – السلوك الحضوري.

المستفيدون من البرنامج وكيفية اختيارهم:

استفاد من هذا البرنامج المعلمون المتزوجون الذين يعانون من تدني في مستوى التوافق الزواجي حيث تم اختيارهم بناء على نتائجهم في مقياس التوافق الزواجي ، كما يمكن أن يستفيد من هذا البرنامج الأزواج الذين يعانون من عدم انسجام وتألف وتقارب مع الطرف الآخر.

أدوات البرنامج :

ولتقييم فاعلية البرنامج بعد انتهاء الجلسات الإرشادية ،لابد من استخدام أدوات سيكومترية مثل مقياس التوافق الزواجي لعبدالله وفرج (١٩٩٩).

وصف البرنامج:

قبل الحديث عن جلسات البرنامج والزمن الذي تستغرقه الجلسات ،لابد من الإشارة إلى أن هدف البرنامج هو معرفة أثر هذا البرنامج الارشادي على رفع مستوى مهارات التوافق الزواجي .

فقد رأى الباحث أن يكون عدد الجلسات (اثنتي عشرة جلسة) فعلية ، وتفصل بين الجلسة والأخرى فترة زمنية حوالي ربع ساعة، ومدة الجلسة تتراوح من بين (٤٥-١٢٠) دقيقة تقريباً .

الاتجاهات الضرورية لتحقيق هدف البرنامج:

يمكن الحديث عن هذه الاتجاهات والدور الذي يقوم المرشد القائم بتطبيقه أثناء الجلسات الإرشادية مع الأزواج الذين يعانون من انخفاض في مستوى التوافق .

وأهم هذه الاتجاهات :

أ-التقبل غير المشروط :

من خلال الاهتمام بالمسترشدين بصورة ايجابية وعدم وضع ضوابط أو قيود لهذا التقبل.

ب-التعاطف :

وهو الاندماج مع المسترشدين ومع حركاتهم لخلق شعور وإحساس لدى الفرد بأنه معتنى به وآمن .

ج-الأصالة أو التطابق مع ذات المرشد:

ويتضمن ثقة المرشد فيما يمتلكه من قدرات فهو متوافق ،لا تناقض بين ما يقوله وما هو عليه. فهو واقعي ، ومخلص ، لازيف فيه، يعي تصرفاته و ينقل خبراته بكل دقة وأمانة إلى المسترشد.

الفنيات المستخدمة في تنفيذ البرنامج :

لقد تم اختيار محتوى البرنامج الإرشادي في ضوء الإطار النظري تم شرحه بالتفصيل سابقا ، ومحتويات البرنامج هي:

١ - مهارات الحوار :

الحوار فن ومهارة ، يتطلب التفاعل مع الآخرين وتقبل العادات والتقاليد والإصغاء واحترام الآراء ،مع الوعي بهدف الحوار .

٢ -لعب الأدوار:

وهو يعتمد فيما يوحى اسمه بالتمثيل والمرونة في استخدام الأدوار كوسيلة من وسائل اكتشاف المشكلات الشخصية،وهو من الأساليب الإرشادية التي يعاد فيها تنظيم وبناء المجال النفسي والاجتماعي من جديد وتحقيق الاستبصار بالمشكلة ومن ثم تعلم السلوك الجديد.

٣-التدريبات الدينية:

طريقة علاجية تهدف إلى تنقية النفس وتهذيب الضمير والتطابق بين الأقوال والأفعال وتقوية العلاقة بالله سبحانه وتعالى ،وهي فنية تقوم على أسس دينية ونفسية واجتماعية،والأساس العام

الذي تقوم علية هذه الطريقة أن الانسان يتكون من الجسد والعقل والانفعال والروح ولذلك فإن التربية النفسية ينبغي أن تهتم بالتربية الروحانية وإرشادها الديني السليم (سعفان، ٢٠٠٦).

٤-التعليم بالقدوة:

يعد التعليم عن طريق الاقتداء والنمذجة من أقدم الطرق العلمية في تعديل السلوك ، ويعتبر باندورا (1969) من أوائل من تحدثوا عن التعلم عن طريق الاقتداء ،وأن مهارات اجتماعية يمكن ان تكتسب بواسطة ملاحظة سلوك النموذج أو القدوة، وقد يحث الاقتداء نحو عنصري أو بصدفة عندما يرى الإنسان سلوكاً ما كان يخاف أو يخشى أن يقوم به ، ثم يلاحظ فرد يقوم بهذا السلوك بدون ضرر أو خطر أو خوف فيشجعه ذلك على أن يأتي السلوك ولكن في البرنامج سيكون الاقتداء بطريقة عمديه وقصديه بحيث سيؤدي بعض الأفراد سلوكاً معيناً أمام المشاركين بهدف التعلم ، وذلك من خلال عرض بعض النماذج من الأزواج الناجحين والاقتداء بهم وأيضاً عرض نماذج من السنة النبوية الشريفة وعن حياة النبي عليه السلام وكيف كان يتعامل مع زوجاته .

٥-التغذية الراجعة :

وهي العملية التي من خلالها يستطيع المرشد معرفة الأهداف التي تم تحقيقها والأهداف التي لم تتحقق وأسباب عدم تحقيقها ومقارنة سلوك المسترشد في ثلاث حالات .السلوك السابق والسلوك الحالي والسلوك المطلوب الوصول إليه ،ويذهب الكثير من المعالجين النفسيين والمرشدون النفسيين إلى أنه لا يمكن لأي مقابلة علاجية أو طريقة علاجية أن تحرز أي تقدم نحو تحقيق أهدافها المخططة ما لم تدعم فنية التغذية الراجعة .

٦- التعزيز والتدعيم :

وهو العملية التي يتم من خلالها دعم السلوك الإيجابي وتقويته وتعزيزه لدى الأشخاص وإزالة السلوك غير مرغوب وذلك من خلال تقديم بعض الجوائز وبعض كلمات المديح والثناء والتشجيع للأزواج الذين يستفيدون من تطبيق البرنامج في حياتهم اليومية.

٧- التقييم :

هو العملية التي يتم من خلالها تقييم البرنامج الإرشادي والنتائج التي توصل إليها بعد التطبيق وذلك من خلال تطبيق استبانة التوافق الزواجي بعد تطبيق البرنامج مباشرة ومعرفة الفرق بين النتائج وأيضاً التقييم النهائي للبرنامج وذلك سيكون بعد شهر من تطبيق البرنامج .

٨-مهارات الاتصال:

وهي مجموعة من السلوكيات والمظاهر والقدرات تتعلق بالاتصال مع الآخرين،حيث تتيح الفرصة للفرد أن يتفاعل بكفاءة ، ويحدث تأثيراً في الآخرين (عبد الرازق ، 2001، ص 11).

ويعتبر الاتصال من الحاجات الاجتماعية والنفسية المهمة التي لا يستطيع الانسان الاستغناء عنها ،وهذه العملية تبدأ مع حياة الإنسان وتستمر طوال الحياة التي يعيشها .فالاتصال يعنى توافر امكانيات الحياة والتطور والتقدير والتفاعل مع الآخرين، والعيش معهم بتفاهم وقبول ومحاولة مشاركتهم في الأفكار والآمال . والفشل في القيام بالاتصال يعني القلق والكبت والانعزال والابتعاد عن الآخرين وعن جميع الأشياء الحية والجميلة والفعالة .

فالاتصال عملية خلق معنى مشترك بين أطراف التفاعل ،وذلك باستخدام وسائل متعددة منها اللفظي ، ومنها غير اللفظي ،وتتضمن عملية الاتصال عناصر أساسية هي : (المرسل ، المستقبل ،الرسالة ، الوسيلة) (عطا،٢٠٠٠).

٩- فنية استبدال الأفكار غير العقلانية بأفكار عقلانية :

يرى ألبرت إليس (1969) صاحب نظرية الدفع المتعقل أن الاستجابات الانفعالية التي تحدث خلال التفاعل بالمواقف المختلفة ، لا تحدث بسبب هذه المواقف ولكن نتيجة لإدراكنا وتفكيرنا في هذه المواقف ،وبناءا عليه يرى إليس أن استجاباتنا الانفعالية قد تكون معقولة وغير معقولة بحسب اتجاه التفكير، فإن كانت طريقة التفكير عقلية ومنطقية كان السلوك معقولا وسويا ،وانفعالنا ايجابياً ،وإن كانت طريقة التفكير غير معقولة وغير منطقية فإن انفعالاتنا ستكون على درجة من الاضطراب (ابراهيم ؛ عسكر، ٢٠٠٩)

١٠-استراتيجيات التعامل مع المشكلات الزوجية:

طبيعة الحياة البشرية لابد وأن يحدث فيها خلافات ، وحتى يدار النزاع بطريقة إيجابية نحتاج إلى استراتيجيتين أساسيتين هما:

أ- **استراتيجية التركيز للتعامل مع المشكلة:**

بحيث يكون التركيز على تحدي المشكلة ومواجهتها وليس الشريك. كذلك تحديد المشكلة ،وطرح البدائل والحلول، والاقتراب من المشكلة بعدم تجاهلها حتى تكبر،والأخذ بالحل المناسب.

ب – استراتيجية التركيز على التعامل مع المشاعر:

وهي قدرة الفرد على ضبط مشاعره والتحكم بها في تعامله مع الطرف الآخر وذلك بتقبل المسؤولية، وتجنب آثار الضغط والمشكلات، والسيطرة على الذات (العيسى ، ٢٠٠٦).

١٢-**السلوك الحضاري**:القدرة أو المهارة على الانتباه والتركيز ،بمعنى ان تسلك سلوكاً حضورياً مع الطرف الآخر وتظهر لهم الاحترام والاهتمام ،وأن تبني أساساً متيناً لبناء علاقة قوية (الشوبكي،٢٠٠٤، ١٣٠).

- **<u>اساليب المعالجة الاحصائية :</u>**

١- المتوسط الحسابي : لتحديد درجات أفراد المجموعة الضابطة والتجريبية.

٢- الانحراف المعياري : لتحديد بعد المجموعة عن المتوسط .

٣-معامل ارتباط بيرسون(pearson): للتحقق من صدق الاتساق الداخلي لأداة الدراسة.

٤-معامل الفا كرونباخ (Cronbach's Alpha): لقياس مدى ثبات أداة الدراسة، وصلاحيتها للتطبيق الميداني.

٥- اختبار مان ويتني U لعينتين مستقلتين كبديل لمقياس (ت) البارامتري، وذلك بسبب صغر حجم العينة وهذا المقياس يمكن استخدامه في حالة العينات الصغيرة المتجانسة وغير المتجانسة ،على حد سواء،والغرض من استخدامه هنا التعرف على دلالة الفروق بين رتب متوسطات المجموعة التجريبية والضابطة.

٥- اختبار ويلكوكسون؛ وهو من المقياسات اللابارامترية المقابل لمقياس" ت "البارا متري لحساب دلالة فروق المتوسطات المرتبطة، ويصلح هذا المقياس لقياس دلالة فروق متوسطات درجات مجموعة من الأفراد في مقياس ما، ومتوسطات درجات نفس المجموعة في مقياس آخر، كما يصلح للتوزيعات الحرة غير المقيدة بشكل التوزيع التكراري، وللعينات الصغيرة، والغرض من استخدامه هنا التعرف على دلالة الفروق في المجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدي وكذلك للتعرف على دلالة الفروق في المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج وفي المقارنة التتبعية للمجموعة التجريبية.

الفصل الرابع

النتائج والتوصيات

أولاً: النتائج ومناقشتها

ثانياً: التوصيات

الفصل الرابع

نتائج الدراسة ومناقشتها والتوصيات

يتم في هذا الفصل عرض النتائج التي تم التوصل إليها ثم مناقشتها وتفسيرها لكل فرض على حده مع بيان أهم التوصيات والبحوث المقترحة في ضوء ما أسفرت عنه الدراسة من نتائج كما يلي:

نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسطات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس التوافق الزواجي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده".

وللتحقق من صحة هذا الفرض االأول والتعرف على ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسطات أفراد المجموعة الضابطة على مقياس التوافق الزواجي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده، استخدم الباحث اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon Test) لعينة واحدة ، والذي يعد من أفضل المقاييس للقياسات المتكررة اللابارامترية، ويستخدم كبديل لمقياس (ت) لعينتين مرتبطتين، والجدول التالي يوضح نتائج ذلك:

جدول رقم (٥)

نتائج اختبار (**Wilcoxon Test**) لدلالة فروق بين رتب متوسطات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التوافق الزواجي

رتب المتوسطات		إحصائي الاختبار (Z)	Sig (P.Value)	الدلالة
الإشارات (+)	الإشارات (-)			
٩	١.٥٠	٣.٢٣٨-	٠.٠٠١	دالة

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "Z" = ٣.٢٣٨ دالة إحصائياً وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين رتب متوسطات أفراد المجموعة التجريبية

على مقياس التوافق الزواجي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده، وهذا يدل على وجود أثـر للبرنامج على الأزواج من أفراد المجموعة التجريبية.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (جودة، 2009) والتي أشارت إلـى وجـود فروق ذات دلالة إحصائية وتحسن لصالح المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج.

ويعزو الباحث وجود هذه فروق الدالة إحصائياً إلى عدة أمور :

١- الدعم والمساندة والتعاطف والتقدير للأزواج المشاركين من قبل الباحث.
٢- طبيعة البرنامج الذي أعده الباحث من حيث المحتوى والمضمون، فمن وجهـة نظـر الباحث أن للبرنامج أثر واضح على أفراد المجموعة التجريبية حيث تنوع البرنامج في المهارات والمواضيع والأساليب، فالباحث لم يقتصر على فنية أو أسـلوب أو مهـارة واحدة.
٣- حضور الأزواج البرنامج والتزامهم بموعد الجلسات الإرشادية وتفاعلهم المستمر فـي البرنامج.
٤- الرغبة الجادة في التغيير والاستفادة من البرنامج من قبـل الأزواج المشـاركين فـي البرنامج.

ينص الفرض الثاني على أنه" لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسطات أفراد المجموعة الضابطة في القياسيين القبلي والبعدي".

وللتحقق من صحة هذا الفرض والتعرف على ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسطات أفراد المجموعة الضابطة في القياسيين القبلي والبعدي . استخدم الباحث اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon Test) لعينة واحدة، والجدول التالي يوضح نتائج ذلك:

جدول رقم (٦)

نتائج اختبار (Wilcoxon Test) لحساب دلالة فروق رتب المتوسطات المرتبطة

رتب المتوسطات		إحصائي الاختبار (Z)	Sig (P.Value)	الدلالة
الإشارات (+)	الإشارات(−)			
٨	٨	٢,٠٤٥-	٠,٠٥١	غير دالة

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "Z"= ٢,٠٤٥ غير دالة إحصائياً وهذا يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسطات المجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدي، وذلك لعدم خضوعهم للبرنامج الإرشادي المقترح.

ويعزو الباحث عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لعدم تعرض المجموعة الضابطة لأي تدخل إرشادي أو تدريبي، وأيضاً لعدم امتلاكهم أو تزويدهم بالفنيات أو المهارات المناسبة عند مواجهة الضغوط والمشكلات الزوجية، مما سبب في عدم وجود تغير على المجموعة الضابطة.

ينص الفرض الثالث على أنه" توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسطات المجموعة التجريبية ورتب متوسطات المجموعة الضابطة على مقياس التوافق الزواجي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح المجموعة التجريبية.

وللتحقق من صحة هذا الفرض والتعرف على ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسطات المجموعة التجريبية و متوسطات المجموعة الضابطة على مقياس التوافق الزواجي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، استخدم الباحث اختبار مان – وتني (Mann-Whitney) لعينتين مستقلتين كبديل لمقياس (ت) البارامتري، وذلك بسبب صغر حجم العينة، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (٧)

نتائج إختبار (Mann-Whitney) لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق بين رتب متوسطات المجموعة التجريبية و ورتب متوسطات المجموعة الضابطة على مقياس التوافق الزواجي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي

الدلالة	Sig (P.Value)	إحصائي الاختبار (Z)	رتب المتوسطات	
			بعدي تجريبية	بعدي ضابطة
دالة	٠,٠٠٠	٣,٧١٤-	٢١,٤٧	٩,٥٣

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "Z" = ٣,٧١٤ وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين رتب متوسطات المجموعة التجريبية و متوسطات المجموعة الضابطة على مقياس التوافق الزواجي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح المجموعة التجريبية، ويفسر الباحث هذه النتائج في ضوء ما تم ممارسته من أساليب إرشادية مختلفة خلال فترة البرنامج الإرشادي.

تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (بورشاد وآخرون، ٢٠٠٣ – كالكان وايركرمند،٢٠٠٨) والتي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية .

ويعزو الباحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين إلى عدة أمور :

١ – تعرض المجموعة التجريبية لبرنامج إرشادي، والذي يعلمهم ويوجههم إلى كيفية حل المشكلات والحوار وإقناع الآخرين وكيفية التواصل معهم.

٢ – عدم خضوع المجموعة الضابطة للبرنامج الإرشادي وعدم تعلمهم شيئاً مما سبق.

٣ – حضور المجموعة تجريبية الجلسات الإرشادية ساعدهم في حل مشكلاتهم بطريقة جماعية وفعالة، وساعدهم على التعبير عن أفكارهم ومشاعرهم بحرية تامة بطريقة مفعمة بجو من الأمان والاحترام .

٤ – الرغبة والتحمل والصبر لدى الأزواج المشاركين في البرنامج.

ينص الفرض الرابع على أنه" لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسطات المجموعة التجريبية على مقياس التوافق الزواجي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي وفي المقارنة التتبعية".

وللتحقق من صحة هذا الفرض والتعرف على ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسطات المجموعة التجريبية على مقياس التوافق الزواجي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي وفي المقارنة التتبعية، استخدم الباحث اختبار ويلكوكسون (**Wilcoxon Test**) لعينة واحدة، والجدول التالي يوضح نتائج ذلك:

جدول رقم (٨)

نتائج اختبار (**Wilcoxon Test**) لحساب دلالة فروق رتب المتوسطات المرتبطة

رتب المتوسطات		إحصائي الاختبار	Sig	الدلالة
الإشارات (+)	الإشارات(−)	(Z)	(P.Value)	
٨,٢٠	٧,٩٠	١,٠٧٩-	٠,٢٨١	غير دالة

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "Z" = ١,٠٧٩ وهي غير دالة إحصائياً وهذا يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسطات المجموعة التجريبية على مقياس التوافق الزواجي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي وفي المقارنة التتبعية، مما يشير إلى أن الدرجات التي سجلها أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي على مقياس التوافق الزواجي والتي ارتفعت بشكل ملحوظ عن القياس القبلي ، يؤكد استمرار فاعلية البرنامج الإرشادي المستخدم مع أفراد المجموعة التجريبية وأثره في رفع مستوى مهارات التوافق الزواجي ورفع مستوى الإدارك والفهم والمسئولية للحياة الزوجية لدى عينة الدراسة بعد فترة (شهر) من انتهاء البرنامج.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (جودة، ٢٠٠٩ – كالكان واير كومند، - ٢٠٠٨ بورشاد وآخرون، ٢٠٠٣) والتي أظهرت نتائج دراساتهم إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس التوافق بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، وإلى استمرار فعالية البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية.

ويعزو الباحث عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية إلى عدة أمور :

١- ما اكتسبه الأزواج المشاركين في المجموعة التجريبية من أنماط وعادات ومهارات خلال جلسات البرنامج الإرشادي.

٢- طبيعة بعض الأنشطة حيث كان التغيير لدى الأزواج ليس فقط داخل الجلسة إنما انتقل إلى حياتهم وفي بيوتهم وهذا يرجع إلى طبيعة بعض الأنشطة و الواجبات المنزلية التي كان الباحث يكلف بها أفراد المجموعة التجريبية.

٣- الشعور بالمسؤولية وبأهمية هذه المهارات في الحياة الزوجية.

٤- التعاون والمساندة والتواصل والمرونة من قبل الباحث مع أفراد المجموعة التجريبية.

٥- إتاحة الفرصة لأفراد المجموعة التجريبية التعبير عن مشاعرهم وأفكارهم بحرية تامة.

٦- التعريف بالبرنامج وأهدافه وتطبيقاته .

٧- التعزيز والتشجيع المستمرمن قبل الباحث وكسر الحواجز بين المشاركين.

التوصيات والمقترحات:

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج يوصي الباحث بما يلي:

١ – ضرورة تطبيق برامج إرشادية للمتزوجين الذين يعانون من تدني في مستوى التوافق الزواجي.

٢ – ضرورة توعية معلمي المدارس الابتدائية والمتوسطة والثانوية بالمنطقة الشرقية بمدى أهمية الحوار والتواصل داخل الأسرة سواء بين الزوجين (الأم والأب) أو بين الأب والأبناء .

٣ – إقامة مشروع تدريبي يتضمن إقامة دورات تدريبية وورش عمل ومحاضرات وندوات حول التوافق الزواجي في مدارس المنطقة الشرقية .

٤ – توعية المعلمين وخاصة المتزوجين بأهمية حضور البرامج الإرشادية التأهيلية للحياة الزوجية .

٥- إنشاء هيئة أو مؤسسة متخصصة في تقديم برامج إرشادية متخصصة في تأهيل المتزوجين المتزوجات للحياة الزوجية في جميع مناطق المملكة .

دراسات مقترحه:

يقترح الباحث اجراء مزيداً من الدراسات المماثلة ،ومن البحوث المقترحة ما يلي:

١- اجراء دراسات مماثلة حول البرامج الإرشادية وآثرها على التوافق الزواجي في بيئات آخرى في المملكة العربية السعودية.

٢- تطبيق بعض أدوات البحث على المعلمات المتزوجات في مدراس المنطقة الشرقية أو مناطق المملكة.

قائمة المراجع

المصادر

المراجع العربية

المراجع الأجنبية

قائمة المراجع

المصادر، والمراجع:

القرآن الكريم .

صحيح مسلم ، أبو الحسن مسلم القشيري النيسابوري ، (١٤٢٢هـ) ، الرياض : مكتبة الرشيد.

أبي الفضل ، ابن منظور (١٩٦٨م)، ***لسان العرب*** ، مجلد ١٠ ، بيروت: دار صادر للطباعة .

أولاً: المراجع العربية:

إبراهيم ، رزق سند ومحمود ، ماجدة (١٩٩٥). التوافق الزواجي وعلاقته بضغوط الحياة ،دراسة مقارنة بين الزوجات العاملات والزوجات غير العاملات ، ***مجلة الآداب والعلوم الإنسانية ، ١٥(١)، جامعة المنيا.***

ابراهيم، عبد الستار، عسكر، عبدالله(٢٠٠٩). ***علم النفس الاكلينيكي في ميدان الطب النفسي*** .القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية .

أبو العينين ،عطيات فتحي إبراهيم(١٩٩٩). ديناميات الاختيار الزواجي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية ، ***مجلة علم النفس*** ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، العدد (٥٠) ، السنة (١٣) ، ١٧٦ – ١٨٢.

أبو علامة ، رجاء محمود(٢٠٠١). ***مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية*** ، ط٢، مصر ، القاهرة : دار النشر للجامعات.

أبو عمار ،محمود المصري (٢٠٠٦). ***الزواج الإسلامي السعيد*** . القاهرة : مكتبة الصفا للإدارة.

أرجايل، مايكل (١٩٩٣). ***سيكولوجية السعادة*** ، ترجمة فيصل عبد القادر يوسف ، مراجعة شوقي جلال، المجلس القومي للثقافة والفنون والآداب. الكويت : عالم المعرفة.

الأشقر ، عمر سليمان (١٩٩٧). ***أحكام الزواج في ضوء الكتاب والسنة*** . ط٢. الأردن :عالم الكتاب .

إمام ، أحمد (١٩٩٦). ***الزواج والطلاق في الفقه الإسلامي*** ، بيروت : المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر.

إميل بنا، نادية (١٩٧٦). *مدى انطباق الصورة الوالدية على الزوج وعلاقتهما بالتوافق الزواجي واختيار القرين* ، رسالة ماجستير ،كلية البنات ، جامعة عين شمس.

باصويل، أمل أحمد(٢٠٠٧). *التوافق الزواجي وعلاقته بالإشباع المتوقع والفعلي للحاجات العاطفية المتبادلة بين الزوجين*، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

البقمي ، نورة (٢٠٠٤). *العلاقة بين ضغوط العمل والتوافق الزواجي لدى الزوجات العاملات* . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الملك سعود.

توفيق ، سماحة (١٩٩٦). *مدخل إلى علاقات الأسرة* ، القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية.

الجمالية، فوزية(٢٠٠٨).التوافق الزواجي لدى الأزواج العمانيين في ضوء بعض المتغيرات،مجلة الدراسات التربوية النفسية ،جامعة قابوس، عدد(١) ،٧٦-٩٧.

الجهني ،عبدالله بن حمدي(٢٠٠٤) *الخلافات الزوجية في المجتمع السعودي من وجهة نظر الزوجات المتصلات بوحدة الارشاد الاجتماعي* ، كلية الدراسات العليا،جامعة نايف للعلوم الأمنية والعلوم الإجتماعية.

الجهني، عبد العزيز حمدي (٢٠٠٩). *تأهيل الزوجات للحياة الزوجية في المجتمع السعودي*، الرياض : مطابع أضواء المنتدى.

جودة ،سهير(٢٠٠٩). *برنامج إرشادي مقترح لتعزيز التوافق الزواجي عن طريق فنيات الحوار*.رسالة ماجستير، كلية التربية ،الجامعة الإسلامية.

حسن ،عايدة شكري (٢٠٠١). *ضغوط الحياة والتوافق الزواجي والشخصية لدى المصابات بالاضطرابات السيكوسوماتية* " دراسة مقارنة " . رسالة دكتوراه ، كلية الآداب ، جامعة عين شمس.

الحسين ،اسماء عبد العزيز(٢٠٠٧) *الزواج والتوافق*. الدمام : مركز التنمية الأسرية.

الحنطي ، نوال عبد إلله (١٩٩٩). *الزواج والعلاقات الأسرية*. الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية.

الخشاب ، سامية (١٩٨٧). *النظرية الاجتماعية ودراسة الأسرة* . القاهرة : دار المعارف.

خليل ، محمود (١٩٩٩) *سيكولوجية العلاقات الزوجية*. القاهرة: دار قباء.

خليل ،محمد محمد بيومي (٢٠٠٠). *سيكولوجية العلاقات الأسرية* . القاهرة : دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع.

خليل ،محمد محمد بيومي(١٩٩٠). مفهوم الذات وأساليب المعاملة الزوجية وعلاقتها بالتوافق الزواجي ، ***مجلة كلية التربية*** ، جامعة الزقازيق ، المجلد(١١)، السنة ٥، ١٨٥ – ٢٦٣،

الخولي ، سناء (١٩٨٣). ***الزواج والعلاقات الأسرية*** . بيروت : دار النهضة العربية.

الخولي ، سناء (١٩٨٤). ***الأسرة والحياة العائلية*** . الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية.

الخولي ، سناء (١٩٨٩). ***الزواج والأسرة في عالم متغير*** . الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية.

الخولي ، سناء (٢٠٠٥). ***الزواج والعلاقات الأسرية*** .الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية.

دافيدوف ، ليندا (١٩٨٠). ***مدخل علم النفس*** . ترجمة ، سيد الطواب ، وآخرون ، مراجعة فؤاد أبو حطب ،لارو الحجر وهيل ، القاهرة : الدار الدولية.

الداهري، صالح احمد (٢٠٠٨) ***اساسيات الارشاد الزواجي والاسري***. عمان : دار صفاء للنشر والتوزيع.

الدخيل الله ، دخيل (٢٠٠٤). ***مراحل الزواج ودورة الصراع بين الأزواج*** . رسالة التربية وعلم النفس ، العدد ٢٣ ، ٥٣ – ١١٦.

دلدار، سعدية سعيد(٢٠١٠) .الذكاء العاطفي وتعديل الزوجية، ***مجلة البحوث العلمية***، جامعة جوجرات، باكستان.

ذوقان،عبيدات؛وآخرون (٢٠١١). ***البحث العلمي، مفهومه، أدواته،أساليبه***. ط١٣. عمان : دار الفكر ناشرون وموزعون، .

راجح ، أحمد عزت (١٩٥٦). ***علم النفس الصناعي*** ، ط٢ . القاهرة : الدار القومية للطباعة والنشر.

رشاد، منى عبدالحميد (١٩٨٢).***الزواج والأسرة***،الاسكندرية :المكتب الجامعي الحديث.

الرشيدي ، بشير صالح والخليفي ، إبراهيم محمد (١٩٩٧). ***سيكلوجية الأسرة والوالدين***. الكويت: ذات السلاسل.

زعتر ، وفاء محمد عبد القوي (١٩٩٩). ***العلاقة بين التوافق الزواجي للوالدين ومستوى النضج الخلق للأبناء***. رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة عين شمس.

زعتر،محمد (٢٠٠٠)الخصال الشخصية والتنبؤ بالتوافق الزواجي لدى الشباب ، ***مجلة دراسات نفسية***، عدد (١)، القاهرة.

زهران، حامد (١٩٨٠). ***التوجية والإرشاد النفسي*** .القاهرة : عالم الكتب.

زهران ،حامد(١٩٨٨).*التوجية والإرشاد النفسي*. القاهرة : عالم الكتب.

زهران ،حامد عبد السلام (١٩٩٧). *الصحة النفسية والعلاج النفسي* . الطبعة ٣، القاهرة : عالم الكتب.

زهران ، حامد عبدالسلام (١٩٨٥). *الصحة النفسية* . القاهرة : عالم الكتب.

زهران، حامد عبدالسلام (٢٠٠٥). *التوجية والإرشاد النفسي* .القاهرة :عالم الكتب.

سعد ، يوسف (١٩٩٧). *من الخطوبة إلى الزواج* . القاهرة، المركز العربي الحديث.

سعفان ، محمد احمد(٢٠٠٦) *الارشاد النفسي الجماعي* . القاهرة :دار الكتاب الحديث.

سيد ، رضا فاروق (٢٠٠٢). *بعض الأفكار العقلانية السائدة لدى الزوجين وعلاقتهما بمستوى التوافق الزواجي بينهما* . رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة المنيا.

السيد ، عبد الحليم وآخرون (١٩٩٠). *علم النفس العام*. القاهرة : دار غريب للطباعة.

السيد الهابط ، محمد (١٩٨٩). *حول الصحة النفسية* . القاهرة : مكتب الجامعي الحديث .

السيد، نجوى محمد (٢٠٠٦). *المناخ الأسري وعلاقته بكل من أساليب مواجهة المشكلات الحياتية والتوافق الدراسي لدى عينة من مرضى السكر* ، دراسة مقارنة ، رسالة ماجستير ، كلية البنات : جامعة عين شمس.

الشاذلي ، عبد الحميد (١٩٩٩). *الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية*. الإسكندرية : المكتب العلمي للنشر والتوزيع.

شحاتة ،ربيع محمد (١٩٧٧). *أصول الصحة النفسية*. القاهرة : مطبعة جبلاوي.

الشعال، محمد خير (٢٠١٠). *الدورة التأهيلية للحياة الزوجية* . دمشق : دار الفكر.

الشهري، وليد(٢٠٠٩). *التوافق الزواجي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة من المعلمين المتزوجين بمحافظة جدة* ، رسالة ماجستير ، كلية الشريعة ، جامعة أم القرى ، مكة المكرمة.

الشوبكي، نايفه حمدان(٢٠٠٤) *فاعلية برنامج لتدريب الوالدين على مهارات الاتصال في خفض الضغوطات النفسية وتحسين مستوى التكيف لدى الآباء والأبناء* ،رسالة دكتوراة، كلية الدراسات العليا، جامعة عمان العربية.

الصغير ، صالح (٢٠٠٧). ***التوافق الزواجي في المجتمع السعودي***، (دراسة علمية ميدانية). وزارة الشؤون الاجتماعية ، وكالة الوزارة للرعاية والتنمية الاجتماعية. المركز الوطني للدراسات والتطوير الاجتماعي ، الرياض.

الصمادي ، أحمد عبد المجيد والطاهات ، لينا فالح (٢٠٠٥). التوافق الزواجي من وجهة نظر النساء العاملات في ضوء بعض المتغيرات ، ***مجلة شئون اجتماعية*** . القاهرة، العدد ٨٥ السنة ٢٢.

الصنقري ، نصر بن محمد (٢٠٠٥). ***الموسوعة في تربية الأولاد*** ، تقديم أحمد فريد ، ط ٢ . الاسكندرية : دار الإيمان.

الطاهر، محمود محمد العربي (٢٠٠٤). العلاقة بين التدين والتوافق الزواجي ، ***مجلة دراسات عربية في علم النفس*** . جامعة القاهرة ، العدد(١) ، ص ١١-٤٠.

الطحان ، محمد خالد (١٩٩٦). ***مبادئ الصحة النفسية*** .ط٤. دبي : دار القلم.

الطلياوي ،مديحة طه؛ منسي ،محمود عبد الحليم (١٩٩٠). التوافق الأسري لدى الأزواج والزوجات بمدينة كفر الزيات بمحافظة الغربية ، ***مجلة كلية التربية*** ، جامعة الإسكندرية ، الجزء(١) ، العدد(٣).

العامر ، عثمان (٢٠٠٠). معوقات التوافق بين الزوجين في ظل التحديات الثقافية المعاصرة للأسرة المسلمة ، ***مجلة كلية التربية*** ، جامعة الإمارات العربية المتحدة ، العدد ١٧.

العامري ، سلوى حسن (١٩٧٤). ***التوافق النفسي والاجتماعي للمفرج عنهم*** " رسالة ماجستير غير منشورة " ، كلية الآداب ، جامعة القاهرة.

عائشة ، أحمد ناصر (٢٠٠٧). ***فاعلية برنامج إرشادي لتحسين بعض المتغيرات الشخصية لكلا الزوجين ، وتأثيره على التوافق النفسي للأبناء*** ، رسالة دكتوراه ، معهد الدراسات التربوية ، جامعة القاهرة.

عارف، نجوى عبدالجليل (٢٠٠٣). برنامج إرشادي مقترح لتحسين التواصل اللفظي بين الأزواج ***مجلة الإرشاد النفسي***، جامعة عين شمس، العدد(١٦).

عبد الفتاح ، أماني (٢٠١٢) ***اساليب الاتصال في الأسرة وآثارها على النضج الاجتماعي للابناء***،الدمام : مكتبة المتنبي.

عبد الكريم ، محمد الصافي (٢٠٠٦). ***التوافق الزواجي بين الوالدين كما يدركه الأبناء وعلاقته ببعض سمات الشخصية لديهم*** ، دراسة مقارنة بين الريف والحضر .رسالة دكتوراه ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس.

عبد المعطي ،حسن مصطفى (٢٠٠٤). ***المناخ الأسري وشخصية الأبناء*** . القاهرة : دار القاهرة.

عبدالله ،محمد حسن (٢٠٠٦). المحاجة والتوافق الزواجي ، ***مجلة علم النفس العربي المعاصر*** ، ، العدد (٤)، ١١٩ – ١٥٥.

العبدلي ،سعد حامد (٢٠٠٩). ***الذكاء الانفعالي وعلاقته بكل من فاعلية الذات والتوافق الزواجي لدى عينة من المعلمين المتزوجين بمكة المكرمة*** ، رسالة ماجستير ، كاية التربية ،جامعة أم القرى.

عطا،محمود(٢٠٠٠) ***الارشاد النفسي والتربوي***. الرياض: دار الخريجي للنشر والتوزيع.

العقاد ، عباس محمود (١٩٤٧). ***الفلسفة القرآنية*** . القاهرة : دار النهضة.

علوان ،عبد الله ناصح (١٩٩٩). ***تربية الأولاد في الإسلام*** . المجلد ٢ ، القاهرة : دار السلام.

علي ، عبد السلام (٢٠٠١). المساندة الاجتماعية واتخاذ قرار الزواج واختيار القرين وعلاقتهما بالتوافق الزواجي . ***مجلة دراسات نفسية*** ، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية ،المجلد(١١) ، العدد (١) ، ٦٩ – ٩٥.

عفيفي، عبدالخالق محمد(٢٠١١) ***بناء الأسرة والمشكلات الأسرية المعاصرة***.مصر: المكتب الجامعي الحديث.

العمودي ، ياسر محمد عبد الرحمن (٢٠٠١). ***التوافق الزوجي وعلاقته بتوكيد الذات وارتباطه ببعض المتغيرات*** ، رسالة ماجستير ، جامعة أم القرى ، مكة المكرمة.

العنزي ، فرحان سالم (٢٠١٠) ***دور أساليب التفكير ومعايير اختيار الشريك وبعض المتغيرات الديموغرافيه في تحقيق مستوى التوافق الزواجي لدى عينة من المجتمع السعودي***، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة أم القرى،مكة المكرمة.

العيسى ، وداد (٢٠٠٦). ***مثلث التوافق الزواجي*** . ط١، الكويت : دار اقرأ للنشر والتوزيع .

فرج ، طريف شوقي ، محمد عبد الله (١٩٩٩). توكيد الذات والتوافق الزواجي ، ***المجلة العربية للعلوم الإنسانية*** ، العدد ٦٧ ، جامعة الكويت.

فهيم ،كلير(٢٠٠٢). ***الصحة النفسية والزواج السعيد في مراحل العمر المختلفة*** . القاهرة : دار المعارف.

القحطاني، سالم بن سعيد؛ وآخرون(٢٠٠٤) ***منهج البحث في العلوم السلوكية***. ط٣. الرياض : مكتبة الأنجلو المصرية.

القرني،محمد مسفر ؛زقزوق، عفاف أحمد (٢٠١٢) ***التوافق الاسري في الحياة الزوجية***. ط١ ،مكة المكرمة.

كامل دخان ، نبيل (١٩٩٧). ***التوافق النفسي المدرسي لدى الطلبة الفلسطينيين العائدين من الخارج في المرحلة الإعدادية وعلاقته بالتحصيل الدراسي*** ، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة الإسلامية بغزة.

كفافي، علاء الدين (١٩٩٩). ***الإرشاد والعلاج النفسي الأسري***: المنظور النسقي الاتصالي . القاهرة : دار الفكر العربي.

اللدعة ، إيمان (٢٠٠٢). ***التوافق الزواجي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى معلمي ومعلمات القطاع الحكومي في محافظات غزة*** ، رسالة ماجستير ،كلية التربية ، الجامعة الإسلامية بغزة.

محمد ، هالة سيد (١٩٩٨). ***التوافق الزوجي وعلاقته بدرجة العدوانية لدى الأبناء من ١٠ – ١٢ سنة*** ، رسالة ماجستير ، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية. معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس .

محمد،عبد السلام ابراهيم (٢٠٠٥). مشكلات الأسرية المصرية في مجتمع جنوب الصعيد في ظل تداعيات العولمة ، ***مجلة كلية التربية*** ، جامعة الفيوم ، العدد (٣) ، ٢٣٥ – ٣١٣.

محمود ، حسام (٢٠٠٨). ***الإنهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الزواجي ، وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من معلمي الفئات الخاصة بمحافظة المنيا*** ، كلية التربية.

محمود،عبد لله جاد (٢٠٠٦). التوافق الزواجي في علاقته ببعض عوامل الشخصية والذكاء الانفعالي ، ***مجلة كلية التربية*** ، جامعة المنصورة ، العدد(٦٠) ، ٥١ – ١١٠.

مرسي ،كمال إبراهيم (١٩٩١). ***العلاقة الزوجية والصحة النفسية في الإسلام وعلم النفس***. الكويت : دار القلم.

مرسي ،كمال إبراهيم (١٩٩٨). ***العلاقة الزوجية والصحة النفسية في الإسلام وعلم النفس***. ط٢، مصر : دار النشر للجامعات.

مرسي ، صفاء (٢٠٠٨). ***الاختلالات الزوجية الأسباب والعواقب – الوقاية والعلاج*** . ط١. القاهرة : دار ايتراك للطباعة والنشر .

مرسي ، كمال (١٩٩١). ***العلاقة الزوجية والصحة النفسية في الإسلام وعلم النفس*** ،ط١.الكويت : دار القلم .

مرسي ، كمال إبراهيم (١٩٩٥). ***العلاقة الزوجية والصحة النفسية في الإسلام وعلم النفس.***

مرسي،كمال (٢٠٠٣) ***العلاقة الزوجية والصحة النفسية في الاسلام وعلم النفس.*** ط٢، الكويت: دار القلم.

مرعي، حسن (٢٠٠٧) ***الحياة الزوجية بين النجاح والفشل*** . بيروت: رشاد برس للطباعة والنشر والتوزيع.

مركز التنمية الأسري (٢٠١٠). ***التقرير السنوي للمنجزات*** ، الدمام .

المسلماني ، مصطفى (١٩٨٢). ***الزواج والأسرة*** ، إسكندرية : المكتب الجامعي الحديث.

المليجي ، حلمي ، عبد المنعم ، (١٩٧١). ***النمو النفسي*** . بيروت : دار النهضة العربية.

منارات العطاء،(٢٠١٢) ***حقيبة سفراء الصلاة باستراتيجية من نظير إلى نظير.*** الدمام : شركة الخبرات الذكية للتعليم والتدريب.

مؤمن ، دالية (٢٠٠٤). ***الأسرة والعلاج الأسري*** .القاهرة : دار السحاب للنشر والتوزيع.

مياسا ، محمد (١٩٩٧). ***الصحة النفسية والأمراض النفسية والعقلية.*** بيروت : دار الجيل.

وزارة العدل (٢٠٠٩). ***التقرير الإحصائي للزواج والطلاق.*** الرياض.

اليوسف، عبد الله عبد العزيز (٢٠٠٨) ***المشكلات الزوجية في المجتمع السعودي وأساليب مواجتها*** .الرياض: عالم الكتب للطباعة والنشر.

ثانياً : المراجع الأجنبية:

Addis, I. & Bemard, M. (٢٠٠٢). Marital adjustment and irrational beliefs, ***Journal of Rational Emotive & Cognitive Behavior Therapy,*** ٢٠, (١) ٣-١٣.

Angel, C. E., James, Y. N., &George, W. B. (١٩٩٨). Gender differences in marital support following a shared life event, ***Social Science & Medicine*** , ٤٦(٨), ١٠٧٧ – ١٠٨٥.

Ayhan, D. & Hural, F. (١٩٩٩). Lone Liress and marital adjustment of Turkish couples. ***The Journal of Psychology***, ١٣٣(٢), ٢٣٠-٢٤٠.

Burchard, G. A., Yarhouse, M. A., Kilian, M. K., Worthington, E. L., Jr., Berry, J. W., & Canter, D. E. (٢٠٠٣). A Study of two marital enrichment programs and couples' quality of life. ***Journal of Psychology and Theology,*** ٣١(٣), ٢٤٠-٢٥٠.

Chen, Z., Tanaka, N., Masayo. U., Hiramura, H., Shikai, N., Fujihara, S., &Kitamura, T. (٢٠٠٧). The role of personalities in the marital adjustment of Japanese couples. ***Social Behavior and Personality***, ٣٥(٤), ٥٦١ – ٥٧٢.

Celeste ،M .B. & . Raymond ،T. L .(٢٠٠٥) . Impact of work –famiIy Interference on generaI weII-being: A repIicaton and extension. ***.International Journal of Stress Management***, ١٢(٣), ٢٠٣ – ٢٢١.

Corsini, R. J, (١٩٨٧) .Concise Encyclopedia of Psychology " U.S.A .: a Wiely Interscience Publication, John Wiley &Sons-inc,.

Cummings, E.M. & Davies, P. (١٩٩٤). ***Children and marital conflict.*** New York : The Guilford Press.

David, W. Brock, H. & David, J. (٢٠٠٠). General traits of personality and affectivity as predictors of satisfaction in intimate relationships. Evidence from self and partner – Ratings. ***Journal of Personality***, ٦٨ (٣), ٤١٣-٤٤٢.

Donial, K. & Christine, M. (١٩٩٨). The effect of age on positive and negative effect : A Developmental Perspective on Happiness. ***Journal of Personality and Social Psychology,*** ٧٥, (٩), ١٣٣٣-١٣٤٩.

Eiden, R. D. (١٩٩٥) Maternal work models of attachment, ***Marital adjustment and the parent –Child Development,*** ٦٦(٥), ١٥٠٤ – ١٤١٨.

Eur, J. (٢٠٠٤). Economic stress and marital adjustment among couples: analyses at the dyadic level. ***European Journal of Social Psychology,*** ٣٤, ٥١٩-٥٣٢.

Fisiluglu, H. (٢٠٠١). Consanguineous marriage and marital adjustment in Turkey. ***Family Journal of Consulting & Therapy Couples & Families,*** ٩ (٢), ٢١٥-٢٢٢.

Frosch, C. A. Mangelsdorf, S. & Mchale, J. L. (١٩٩٨). Correlates of marital behavior at ٦ months postpartum. ***Development Psychology,*** ٣٤, (٦), ١٤٣٨-١٤٤٩.

Gary, S.B. & Stanley, N. (١٩٨٤). ***Psychology of adjustment.*** The United States of America.

Gattis, K., Bems, S., Simpson, L.,& Christensen, A. (٢٠٠٤). Birds of feather or strong Birds? Ties among personality dimensions similarity and marital quality. ***Journal of Family Psychology,*** ١٨ (٤), ٥٦٤-٥٧٤.

Harville, H. (١٩٨٨). ***Getting the love you want.*** New York: First books by Henry Hoit and Company.

Johnson, Susan, M. & Greenberg, L.S. (١٩٨٥). Differential effects of experimental and problem solving interventions in resolving marital conflict. ***Journal of Consulting and Clinical Psychology,*** ٥٣: ١٧٥-١٨٤.

Kalkan, M., Ersanli, E. (٢٠٠٨). The effects of the marriage enrichment program based on the cognitive behavioral approach on the marital adjustment of couples. ***Kuramve Uygulamada Egitim Bilimleri***

Kurdek, L.A. (١٠٠١). Predictors of increases in marital distress in newly wed couples. ***Journal of Developmental Psychology,*** ٢٧(٤), ٦٢٧-٦٣٦.

Linda, K. A. & Raymond, T. L.(٢٠٠٥). Impact of work – Family Interference on general well-being :A replication and extension.

Ritu. S, Thind. &‹ Sushma, J. (٢٠٠٦). Assessment of marital adjustment among couples with respect to woment's Educational level and employment status. Department of Human Development and Sociology, Punjab, Agricultural University, India ١٤١, Punjab, India). ***Anthropologist,*** ٨(٤), ٢٥٩ – ٢٦٦.

Sing, R. & Sushma, T. (٢٠٠٦). Assessment of marital adjustment among couples with respect to women's educational level and employment status. *Kamla-Raj*, ٨ (٤), ٢٥٩-٢٦٦.

Sham T. & Husein, A. (١٩٩٢). Relationship between marital adjustment and interaction dimensions of personality, ***Journal of Personality and clinical Studies.*** ٨, (١), ٨٧-٩٠.

Shing-Kai, Y., Alice, C., Selina, P., Peter, L., Catherine, T., Daniel, S., &Tony, C. (٢٠٠٣). The impact of urodynamic stress incontinence and detrusor over activity on marital relationship and sexual function. ***American Journal of Obstetrics and Gynecology,*** ١٨٨(٥), ١٢٤٤-١٢٤٨.

Ulla, K. &Toru, F.(٢٠٠٤). Economic stress and marital adjustment among couples: analysis at the dyadic level . ***European Journal of Social Psychology,*** ٣٤،٥١٩-٥٣٢.

الملاحق

- الملحق رقم (١) قائمة بأسماء السادة المحكمين للبرنامج الإرشادي.
- الملحق رقم (٢) خطاب موافقة لإجراء الدراسة.
- الملحق رقم (٣) خطاب إثبات لإقامة البرنامج.
- الملحق رقم (٤) مقياس التوافق الزواجي.
- الملحق رقم (٥) حقيبة البرنامج الإرشادي.

ملحق رقم (١)

أسماء المحكمين للبرنامج الإرشادي

١– أ.د. محمد مقداد ، أستاذ علم النفس بجامعة البحرين .

٢– د. أحمد سعد ، أستاذ علم النفس المشارك بجامعة البحرين .

٣ – د . توفيق عبد المنعم ، أستاذ علم النفس المشارك بجامعة البحرين .

٤– د .ممدوح الهلالي ،استاذ علم النفس بجامعة الدمام.

٥– د. عبد العزيز المطوع ،استاذ علم النفس بجامعة الدمام.

٦– د. جميل الطهراوي ،استاذ علم النفس بالجامعة الاسلامية ،غزة.

٧– د. وليد أبوالمعاطي،استاذ علم النفس والمستشار بجامعة الطائف.

ملحق رقم (٢) خطاب موافقة لإجراء الدراسة

المملكة العربية السعودية
وزارة التربية والتعليم
الإدارة العامة للتربية والتعليم بالمنطقة الشرقية
إدارة التخطيط والتطوير

الرقم: ٣٤٣٤٨/٩٩
التاريخ: ١٤٣٤/٠٢/١٩هـ
المشفوعات: ٤

إلى: المكرمين / مديري مكاتب التربية والتعليم بالمنطقة الشرقية حفظهم الله

من: مديرة إدارة التخطيط والتطوير

بشأن: تسهيل مهمة الباحث/ ياسر عبد الله العضل

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ،،،

بناءً على موافقتنا بشأن تسهيل مهمة الباحث/ ياسر عبد الله العضل طالب الدراسات العليا لمرحلة الماجستير بجامعة البحرين، والذي يجري بحثاً بعنوان (فاعلية برنامج إرشادي جمعي لرفع مستوى مهارات التوافق الزواجي لدى عينة من المعلمين المتزوجين بالمنطقة الشرقية بالسعودية) حيث تتطلب الدراسة تطبيق مقياس على جميع معلمين المدارس التابعة لكم.

عليه فلا مانع من تسهيل مهمته، علماً بأن التطبيق سيكون من قبل الباحث نفسه.

يسعدني شكركم على عنايتكم وتجاوبكم مع ظروف الباحث.

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته ،،،

نوال بنت عبد الرحمن التيسان

dpd@girlseduep.gov.sa ٨٢٦٩٣٦١ فاكس ٨٢٦٤٩٧٧
زورونا موقعنا على الإنترنت www.girlseduep.gov.sa

ملحق تابع رقم (٢) خطاب موافقة لإجراء الدراسة

المملكة العربية السعودية
وزارة التربية والتعليم
الإدارة العامة للتربية والتعليم بالمنطقة الشرقية
مكتب التربية والتعليم بغرب الدمام

الرقم: ٢٤٣٤٨١٩٩
التاريخ: ١٤٣٤/٢/٢٤هـ
المرفقات :

ب١ ☐ ب٢ ☐ ب٣ ☐

إلى : جميع مديري المدارس الحكومية والأهلية المحترم

من : مدير مكتب التربية والتعليم بغرب الدمام المكلف

بشأن : تسهيل مهمة الباحث/ياسر عبدالله العضل

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته وبعد .

فبناء على خطاب مديرة ادارة التخطيط والتطوير رقم ٢٤٣٤٨١٩٩ في ١٤٣٤/٢/١٩هـ بشأن تسهيل مهمة الباحث /ياسر عبدالله العضل ،والذي يجري بحثا بعنوان (فاعلية برنامج ارشادي جمعي لرفع مستوى مهارات التوافق الزوجي).

عليه...امل تسهيل مهمة الباحث .

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته ،،،

عبدالله عبدالعزيز الناصر

ص/ عبدالله بن محمد الحمد

ج/٢٤

صورة للعلم
مساعد مدير المكتب لشؤون التعليمية

٨٢٢٥٠٢٨ - ٨٢٢١٨١٠ ٨٢٢٥٩٠٠ edcw@edueast.gov.sa
www.edugw1.com موقعنا على الويب

ملحق رقم (٣) خطاب اثبات لإقامة الدراسة

جمعية البر
بالمنطقة الشرقية

معاً لحياة أسعد

مركز التنمية الأسرية

الرقم: ٧٢٦٩
التاريخ: ١٤٢٤/٧/١٥
المرفقات:

إلى من يهمه الأمر بجامعة البحرين المحترمين

يشهد مركز التنمية الأسرية بالدمام التابع لجمعية البر بالمنطقة الشرقية بأن الأستاذ / ياسّر عبد الله العضل قد أقام برنامج إرشادي بعنوان : مهارات التوافق الزواجي لدى عينة من المعلمين المتزوجين .

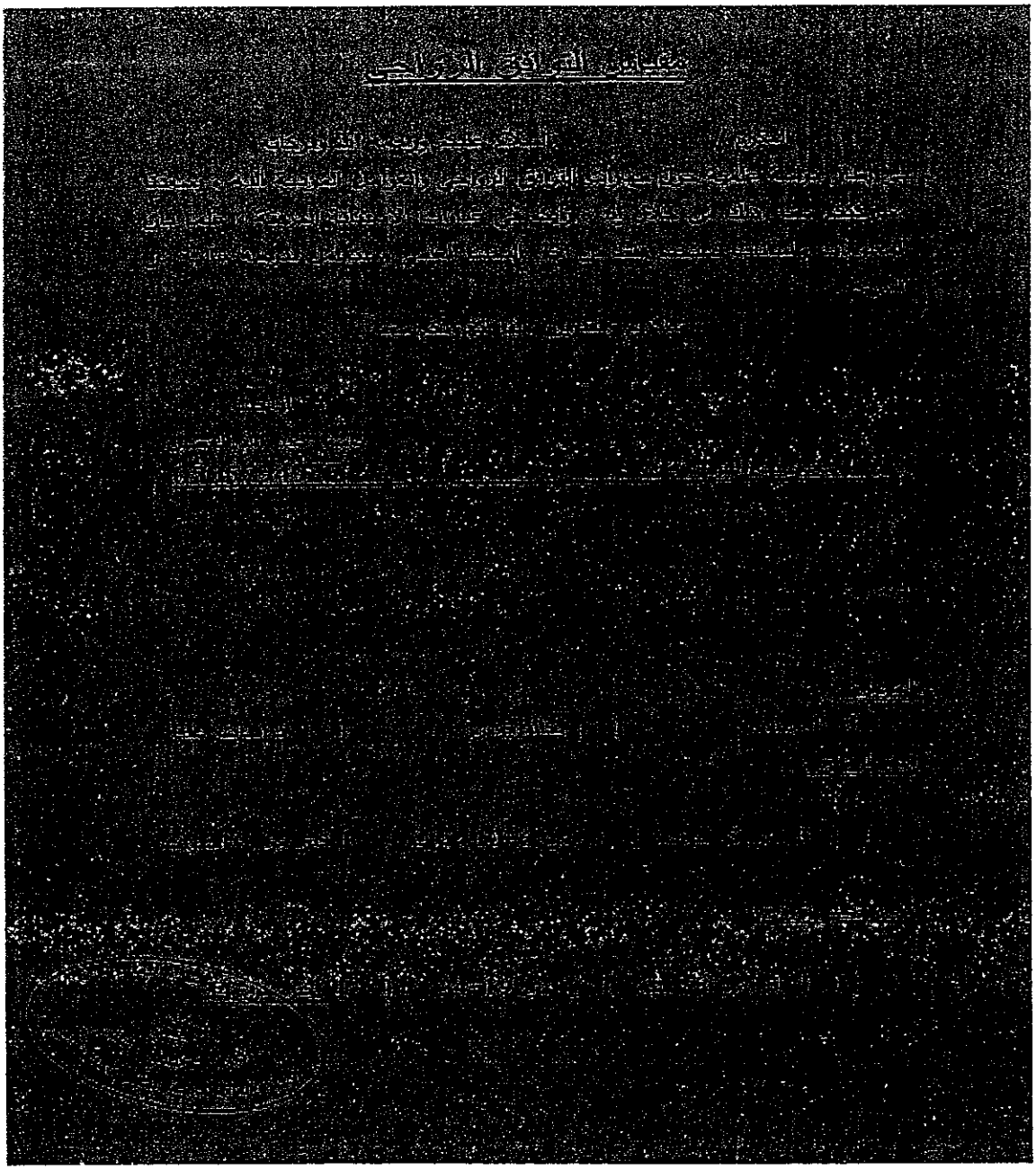
وبناءً على طلبه أعطيّ له هذا المشهد دون تحمل أية مسؤولية

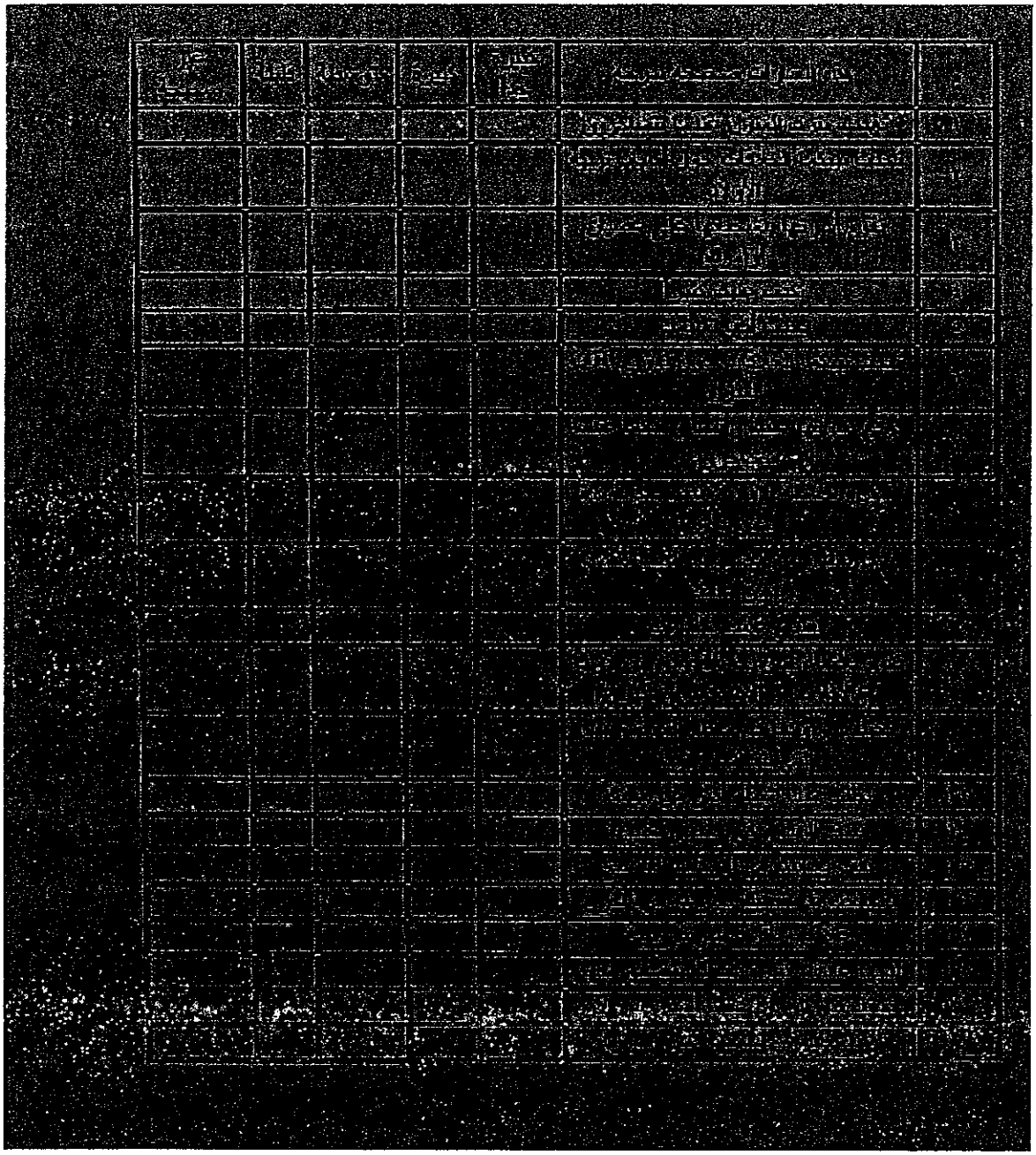
وتقبلوا تحياتي وتقديري

المدير التنفيذي لمراكز التنمية الأسرية
بالمنطقة الشرقية
أحمد بن خليفة الفريدان
١٤٢٤/٧/١٥هـ

الدمام - حي ابن خلدون - هاتف ٨٤١١٦٤٤ فاكس ٨٤١١٦٤٠ - ص.ب ٥٢٢٤ الدمام ٣١٤٢٢ - حساب المركز رقم ١٣٢٢٢/٣ شركة الراجحي المصرفية فرع (١٨٠)

ملحق رقم (٤) مقياس التوافق الزواجي





	الخاصة					
٢١	لا يهمها إلا نفسها فقط					
٢٢	يوجد توافق جنسي بينكما					
٢٣	تريدني ملايين أنت غير راض عنها					
٢٤	عنيدة (تتمسك بما ترى من أفكار)					
٢٥	عصبية (سريعة الغضب)					
٢٦	زوجة ناجحة في بيتها (تهتم بأمور بيتها على أكمل وجه)					
٢٧	متسامحة (تنسى الإساءة بسرعة)					
٢٨	تهتم بأشياء أنت لا تحبها نهائيا					
٢٩	تحترم أهلك وتحرص على ودهم					
٣٠	تشعر أن الطلاق مسألة سهلة بالنسبة إليها					
٣١	حريصة على حل المشاكل التي تحدث بينكما لا إثارتها					
٣٢	تشعر أن زواجك ناجح					
٣٣	لو عاد بك الزمن كنت تتزوجها هي					
٣٤	تهتم بك كثيراً					
٣٥	العلاقات الجنسية بينكما ليست على أحسن حال					
٣٦	كثيراً من عاداتكما متشابهة					
٣٧	تأخذ رأيها في المشاكل الهامة التي تواجهك					
٣٨	ليست مديرة في مصروف البيت					
٣٩	تشعر أن همومك هي همومها بالضبط (تحمل همك معك)					
٤٠	تنظر للعلاقة الجنسية على أنها واجب [illegible]					
٤١	عندما يزورها أقاربك تشعر بالسعادة بهم					
٤٢	أنتما الاثنان تحبان الاختلاط بالناس كثيراً					
٤٣	تقوم بشراء أشياء كثيرة تشعر فيما بعد أنها ليس لها أهمية أو ضرورة					
٤٤	وجهة نظركما في تربية الأولاد مختلفة تماماً					

ملحق رقم (٥) حقيبة المشروع الإرشادي

الخطوات التنفيذية للبرنامج:

يشتمل البرنامج على مايلي :

الجلسة الأولى:

عنوان الجلسة : (التعارف والاندماج بين اعضاء المجموعة) مدتها (٤٥د قيقة)

أهداف الجلسة :

١-بناء العلاقة بين الباحث والأزواج المشاركين في البرنامج.

٢-إشاعة جو من الراحة والطمأنينة والتقبل للأزواج المشاركين في البرنامج.

٣-التعريف بالبرنامج وأهدافه وأسسه وتطبيقاته.

الفنيات المستخدمة : (الحوار ،المناقشة)

إجراءات الجلسة:

١- قام الباحث بالترحيب بالأزواج المشاركين في البرنامج ، والسعي لتكوين علاقة قائمة على الاحترام والتقدير والتقبل والثقة للأفراد المشاركين بالبرنامج ، وإعطاءهم فرصه للتعريف بأنفسهم .

٢- قام الباحث بشرح الهدف من البرنامج وتوضيح الأسس ومعايير البرنامج.

٣- قام الباحث بشرح إجراءات تنفيذ الجلسات واعطاء الأزواج الفرصة لإبداء ملاحظاتهم واقتراحاتهم على البرنامج .

٤- قام الباحث بتوزيع بعض الكتيبات والمطويات عن الحياة الزوجية مقدمه من مركز التنمية الأسرية على المشاركين .

٥- قيام الباحث بإنهاء الجلسة الإرشادية مع تذكيرهم بموعد الجلسة اللاحقة والتعليمات الخاصة بالعقد الإرشادي بينهم وبين الباحث الذي ينبغي أن يتقيدوا به في الجلسات اللاحقة.

ويتضمن العقد الإرشادي على سبيل المثال التعليمات التالية:

" أتعهد بالالتزام بمعايير الجماعة الإرشادية وحضور الجلسات في الزمان والمكان المحددين ، وأن احترم النظام داخل المجموعة، وأحافظ على العلاقة الطيبة مع أعضاء المجموعة ،وأن أتقبل

التغذية الراجعة الصادرة من الباحث لأي عمل أو تصرف أقوم به أثناء جلسات البرنامج ، وأن أقوم بأداء ما يطلب مني من واجبات وأنشطة ضمن البرنامج وخارجه ،وأن أحافظ على سرية المعلومات التي تحدث أثناء الجلسات وعدم البوح بها إطلاقاً " .

الجلسة الثانية :

عنوان الجلسة : (الاندماج) مدتها (٤٥ دقيقة).

أهداف الجلسة :

١-زيادة التفاعل داخل المجموعة الإرشادية.

٢-حث الأزواج على الحديث عن حاجاتهم والإجراءات اللازمة لكيفية إشباعها.

٣-كسر الحواجز بين المشاركين وتسريع عملية اندماجهم مع بعض.

الفنيات المستخدمة في الجلسة : (البوح -التقبل -المناقشة ،الإنصات)

إجراءات الجلسة:

١ - قام الباحث بشكر الأزواج على حضورهم والتزامهم بموعد الجلسة ،ثم يتم تقسيم الأزواج إلى مجموعات صغيرة ،حيث يقومون بالتعرف أكثر على بعضهم البعض من حيث الحاجات والرغبات والأنشطة المفضلة .

٢- قام الباحث بطلب كل واحد من الأزواج أن يتحدث عن نفسه اما م المجموعة ،عن رغباته ،و ميوله ،و هواياته .

٣- طلب الباحث من أحد الأعضاء بعرض موقف من الحياة الزوجية .وبعد الانتهاء من ذلك علق الباحث وبعض المشاركين على الموقف بالتحليل والتفسير وإبراز الجوانب الإيجابية والسلبية فيه ،وتلخيص ماتم التوصل إليه أثناء الجلسة.

نشاط ١: جدول رقم (٩)

المطلوب	كل مشارك يكتب أربع صفات موجودة فيه ثم يبحث في القاعة عمن يشاركه في الإتصاف بهذه الصفات.
الصفة ١	
الصفة ٢	
الصفة ٣	
الصفة ٤	

الجلسة الثالثة:

عنوان الجلسة : (مهارات الاتصال والإقناع) مدتها (١٢٠ دقيقة).

أهداف الجلسة :

١ – مساعدة الأزواج على خلق جو عائلي يسوده التفاعل والهدوء والاستقرار النفسي والاجتماعي.

٢ – تدريب الأزواج على مهارات وأساليب الاتصال الفعال .

١- تعريف الأزواج على أهم معوقات الاتصال وعوامل نجاحه.

٢- مساعدة الأزواج على التعرف على الأنظمة التمثيلية وكيفية تفعيلها في التواصل .

الفنيات المستخدمة في الجلسة : (المحاضرة ، النقاش ، واجب منزلي، الحوار)

اجراءات الجلسة :

١ – قام الباحث بتوضيح مفهوم مهارات الاتصال وأساليبه ومعوقاته ومعنى الأنظمة التمثيلية بشكل عام وإخبار المشاركين بمدى أهميتها في العلاقة الزوجية .

٢- قام الباحث بعرض بعض نماذج للاتصال كنموذج "لازول" وهو من النماذج القديمة حيث اقتراحه سنة (١٩٤٦) ، ونموذج "كنت برك" ويرى أن الاتصال يتحدد بالدوافع ،ونموذج "شانون وويفر" حيث يعتبر هذا النموذج من أشهرها شيوعا وأكثرها استخداماً حتى أن كثيراً من نماذج الاتصال وتعاريفه بنيت عليه واستفادت منه، ولا يخرج هذا النموذج عن عناصر الاتصال (الرسالة –المرسل –المستقبل –الوسيلة) إلا أنه اضاف بعض العناصر مثل مصدر التشويش ثم الهدف، حيث ركز على عامل التشويش والدور الذي يؤديه سلبياً على عملية الاتصال (عبد الفتاح ،٢٠١٢).

٣- قدم الباحث تدريباً بسيطاً يفيد في تحسين التواصل بين الزوجين لـ (Haville،١٩٨٨) حيث يتكون من ثلاثة أجزاء هي:

١–التركيز على المعنى الفعلي للكلمات التي يقولها شريك الحياة ،حيث أن الإنسان نادر مايستمع إلى ما يقوله الآخرون وعند وجود التركيز تكون الفرصة أكبرلفهم المعاني.

٢–بعد فهم معاني كلمات الطرف الآخر ، فإن الشخص يدرك أنه يعيش مع انسان آخر يختلف عنه في الخبرات والاهتمامات.

٣–ممارسة هذا التدريب بشكل منتظم بين الزوجين خصوصاً في أوقات الصراع .

نشاط ١: جدول رقم (١٠)

المطلوب	هدف التمرين: إظهار مدى صعوبة التواصل بين شخصين. فالناس مختلفون ويمكن النظر لذات أفعالهم وهم يتصرفون متأثرين بمفاهيم وخبرات نظر مختلفة. محتوى التمرين: اطلب من كل مشترك أن يرسم رمزاً من السهل جداً أن لا يرى كل مشترك رسم زميله. عندما ينتهي المشتركون من رسم رموزهم يجلسون ظهر كل واحد منهم للآخر بحيث لا يرى كل واحد رسم الآخر. يبدأ كل مشارك بشرح رمزه لزميله الآخر. على بقية المشاركين أن يرسموا الرمز الذي يشرحه زميلهم. يسمح للمشاركين بالتواصل شفهياً عن طريق الكلام ويسمح لهم بإلقاء الأسئلة بعد خمس دقائق يتبادلون الأدوار. والمشترك الذي كان يشرح رمزه للآخرين عليه الآن أن يرسم الرمز الذي يصفه زميله الآخر. وهكذا. يمكن للمشاركين بعد ذلك مقارنة ما رسموه من خلال الوصف بالرمز الأصلي لزميله. ناقش التالي: من كل من الصعب رسم الرمز ووصفه؟ ما هي الفائدة من هذا التمرين؟ هل يمكن أن نربط هذا التمرين بمواقف حقيقية؟

٣- قام الباحث بتوضيح الاتصال اللفظي وغير اللفظي للمشاركين وأن الاتصال غير اللفظي يتضمن أشكالاً متعددة ، قابلة للملاحظة من قبل الآخرين ، وتعكس أحياناً جوانب من شخصية الفرد :

أ – الحركات الجسدية، مثل تعبيرات الوجه ، وحركة العينين، وحركات الرأس ، وحركات الأيدي والأقدام.

ب – اللغة غير السوية، مثل : الصوت، من حيث نبرته، وسرعته وحدته.

ج – حركات الفرد وانتقاله من مكان لآخر ومدى اقترابه أو بعده عن الشخص المقابل.

٣- ثم قام الباحث بتوزيع الأزواج إلى مجموعات صغيرة مكونة من شخصين ليتواصل معه مستخدمين نوعي الاتصال اللفظية وغير اللفظية لمدة خمس دقائق.

نشاط٢: جدول رقم (١١)

الموقف	الاتصال اللفظي	الاتصال غير اللفظي
١-		
٢ -		

٤- شرح الباحث للمشاركين بشكل مفصل عن أساليب الاتصال غير الفعالة كما ذكرتها (الشوبكي ،٢٠٠٤، ١٣٥) منها :

- النصح أو إعطاء الحلول: كأن تقول الزوجة لزوجها لو كنت مكانك لشكوت المدير إلى الوزير.
- إطلاق الأحكام والنقد واللوم : يقول الزوج يبدو أنك غبية أو أنت كسولة.
- السكوت والانسحاب : بأن لا يعطي الزوج أية إجابة ، أو أنه يجيب بطريقة ليس لها علاقة بالمشكلة ، كأن يقول لها : جهزي نفسك نحن مدعون إلى العشاء الليلة".
- إعطاء الأوامر: بأن يقول الزوج لزوجته ، لا تزوري صديقاتك وأهلك، لا تشاهدي التلفاز .
- التحذير والتهديد : أن يقول الزوج : " سوف أحرمك من مصروفك أو سوف أمنعك من زيارة أهلك" .
- طرح الأسئلة : كأن تقول الأم لابنتها : لماذا لا تدرسي أكثر؟ لماذا تحصل فلانة على علامة أكثر منك؟ كيف تقبلين على نفسك هذه العلامات المتدنية؟
- الاستهزاء والسخرية: كأن يقول الزوج لزوجته : ما شاء الله أنت عبقرية زمانك، أنت شاطرة بس بالحكي والشكوى.
- إطلاق الألقاب والتسميات: كأن تقول الزوجة لزوجها ، أنت كثير الكلام، أنت إنسان متذمر، أنت لا تعرف غير الشكوى.

٥- ناقش الباحث أفراد المجموعة المشاركين واستمع إلى آرائهم وأخذ ملاحظات حول ذلك، ثم استمع من بعض المشاركين عن أكثر المعوقات التي يستخدمونها.

٦- يقسم الباحث الأزواج المشاركين إلى مجموعات كل مجموعة مكونة من شخصين، وطلب أن يعرض أحدهما مشكلة ثم يقوم الشخص الآخر بتطبيق معوقات الاتصال عليه بعد ذلك تم يتبادلان الدور.

نشاط٣: جدول رقم (١٢)

معوقات الاتصال / المشكلة أو الحدث	الوعظ	النصح وإعطاء الحلول	إطلاق الأحكام والنقد واللوم	السكوت و الانسحاب	إعطاء الأوامر	التحذير والتهديد	طرح الأسئلة	الاستهزاء والسخرية	إطلاق التسميات
(١)									
(٢)									

٣- قام الباحث بتقديم وصايا للاستماع الجيد ودلالاته ومواقعه حيث بين الباحث في البداية بأهمية الاستماع في عملية التواصل بين الناس ثم عرض الباحث بعض الوصايا للاستماع وهي كالتالي:

- أستمع استمع استمع .
- لا تجهز الرد في نفسك وأنت تستمع له ، فهذا سيصرفك عن فهم فكرة الطرف الآخر بشكل كامل ، وقد تجيب بشكل خاطئ على سؤاله.
- لا تستعجل في ردك على من يحدثك : فالرفق والتأني سيساهم كثيراً في الوصوّل للحل المطلوب .
- اتجه بجسمك كله لمن يتحدث لك : فهذا سيشعرك باهتمامك بحديثه ويدعوه لمواصلة الحديث بصورة أكبر ويزيده قناعة بكلامك ومشروعك.
- بين للمتحدث أنك تستمع إليه ولا تتظاهر : فالتصنع ينكشف سريعاً وتخسر كثيراً به مع أصدقائك ومع رسالتك الكبيرة أيضاً .

- لا تقاطع أبداً ، ولو طال الحديث : فكما تحب أن تتحدث أنت بأريحية فالآخرين كذلك، وقد يكسبك هذا معلومات عن الآخر .
- قلل الحركات الملفتة مثل : فرقعة الأصابع ، اللعب بالقلم ، التثاؤب.
- بعد أن ينتهي المتكلم من حديثه لخص كلامه بقولك : أنت تقصد كذا وكذا :؛ حتى تصل لنقطة متفقة معه ، وتنطلق من فهم صحيح في دعوة الطرف الآخر.
- لا تفسر كلام المتحدث من وجهة نظرك أنت بل من منظوره هو : فهو صاحب الفكرة والأدرى بها، ولذا فإعادة تلخيص الفكرة معه في هذا الجانب خاصة عندما يتشعب الحديث مع الطرف الآخر.
- من أفضل أساليب الاستماع (تشجيع المتحدث) استعمل الألفاظ التشجيعية :

١- صحيح ؟ ٢- مش معقول ٣ – بالله؟ ٤ – همهمة الموافقة

٥ – وبعدين ؟ ٦ – لاااا ٧ – تمام ٨ – حدثني أكثر

- ذكر الباحث الدلالات الجسمية على حسن الاستماع :

١ – الابتسامة .

٢ – الجلوس المعتدل .

٣ – النظر للمتحدث .

٤ – الإيماء بالرأس .

-كذلك الدلالات الجسمية على سوء الاستماع :

١ – تقطيب الجبين أو لنفخ والتأوه .

٢ – النظر إلى غير المتحدث وكثرة الالتفات.

٣ – التمدد والتراخي.

٤ – النقر بالأصابع أو اللعب بأي شيء .

٥ – النظر للساعة .

- استعرض الباحث الجدول التالي (مواقع) الاستماع الحسن حيث ينقسم إلى خمسة أنواع لكل نوع أهداف معينة ويبين الجدول الاستجابات المحتملة عند استعمال هذا النوع من الاستماع أو ذاك .

جدول رقم (١٣)

مواقع الاستماع		
نوع الاستماع	الهدف	الاستجابات أو الردود المحتملة
١ – التوضيح	١ – أن نصل إلى حقائق ووقائع إضافية. ٢ – أن نساعد الفرد على اكتشاف كافة جوانب المشكلة .	١ – هل يمكن أن توضح ذلك؟ ٢ – هل تعني هذا؟ ٣ – هل هذه هي المشكلة كما تراها الآن.
٢ – إعادة التأكيد	١ – أن نتأكد من فهمنا وتفسيرنا لما قاله الشخص الآخر . ٢ – أن نظهر أننا نستمع وأننا نفهم ما قاله الشخص الآخر.	١ – كما أفهم الموضوع فإن خطتك هي .. ٢ – هل هذا ما قررت أن تفعله ، ولهذه الاسباب.
٣ – الحيادي	١ – أن نبين اهتمامنا واستماعنا . ٢ – أن نشجع الشخص على الاستمرار في الحديث.	١ – حسناً . ٢ – أنا أفهم . ٣ – هذه نقطة جيدة .
٤ – التأمل	١ – أن نظهر أننا نفهم كيف يشعر الطرف الآخر حيال ما يقوله . ٢ – أن تساعد الشخص على تقييم ومعالجة أحاسيسه كما عبر عنها شخص آخر.	١ – أشعر أنك. ٢ – يبدو لي أن الأمر كان مزعجاً. ٣ – لقد شعرت أنك لم تحصل على حقك من الاستماع .
٥ – التشخيص والاستنتاج	١ – أ نحدد المناقشة عن طرق تلخيصها. ٢ – أن نشكل نقطة انطلاق لمناقشة الجوانب الجديدة والجوانب التي نستنتجها من المشكلة.	١ – هذه هي الأفكار الرئيسية التي عبرت عنها. ٢ – إذا كنت قد فهمت شعورك تجاه هذا الوضع فإن رأيك هو ..

(حقيبة مشروع سفراء الصلاة،٢٠١٢، ١٤٠).

٧– قام الباحث بعرض (فيديو) لبعض النماذج لشخصيات مختلفة وكيف يمكن التعرف على نمطها وأنظمتها التمثيلية،حيث أوضح الباحث أنه.

يمكن تقسيم الناس إلى أنماط ثلاثة في التعلم بناء على طريقة إدراكهم للمعلومة ومعالجتها وهي :

النمط البصري – النمط السمعي – النمط الحسي .

- ثم أوضح الباحث خصائص بعض أنماط المتعلمين وبعض استراتيجيات التأثير الملائمة لكل نمط :

١ – النمط البصري:

- يمكنه أن يتعلم بشكل أفضل عندما تعرض عليه المعلومات بصرياً (مرئياً) أوتكتب لغوياً أمامه.
- يفضل أن يقرأ في كتاب بشكل منفرد.
- يستفيد بشكل أفضل عندما تعرض المعلومات عليه من خلال صور أو مخططات .
- يستفيد من المعلومات التي تعرض باستخدام الوسائل المرئية : مثل الأفلام ، والأشرطة المرئية ، والخرائط والمخططات.
- يفضل أن يزود الخطوط العريضة للموضوع قبل البدء بالتفاصيل معه.
- يفضل أن يتعلم في غرفة هادئة، وهذا يجب مراعاته في اختيار المكان الذي تحادث فيه الشخص البصري.
- يرى المعلومات وكأن شريطاً مصوراً يمر أمام عينيه عندما يحاول أن يتذكر شيئاً .
- لا يحتاج إلى كثير من الشرح للمعلومات المكتوبة، لأنه يفهمها أسرع من المسموع .

استراتيجيات التعلم المفضلة لدى الفرد بهذا النمط :

- الحديث معهم باستخدام أسلوب الصور أو الخيال ، مثل أن تقول لهم : (تخيلوا – انظروا – تصوروا..)
- إبداء الطاقة والحيوية أثناء التعامل معهم، بدلاً من الهدوء الشديد لأنهم أصحاب طاقة عالية في الغالب.
- استخدام الجمل أو المعلومات التي تلخص المعلومات الأساسية في الموضوع.
- عندما تمثل المعلومة بواسطة مخططات أو رسومات توضيحية يفضل كتابة تفسير لهذه المعلومات.
- ترجمة المعلومات كلما أمكن إلى رموز وصور ومخططات.
- البعد عن الروتين أو السير على نمط واحد في الحديث أو الجلوس لأنهم ملولين بطبعهم فلا بد من استخدام مبدأ التغيير في التعامل معهم.

٢ – النمط الحسي :

- يتعلم بشكل أفضل عندما يستخدم يديه في الأنشطة.
- يستفيد من القيام بالتجارب في أي مكان لمساعدته على اكتساب المعلومات

- يتعلم بشكل أفضل عندما يكون نشيطاً جسمياً .
- يستفيد من الآخرين الذين يشجعون العروض، والأنشطة اليدوية، والعمل الميداني في الخارج والرحلات.
- يستفيد من التعلم من خلال ممارسة لعب الأدوار.
- يحتاج للتقدير والحب المستمر ولا يستطيع أن يشعر بالاستقرار والسعادة بشكل جيد ما لم يتوفر له الحب والتقدير المستمر.
- يعطي اهتماماً أكبر للأحاسيس عن الأصوات والصور وأحياناً يتطرف في هذا الأمر حتى يتحول لشخص حساس.

استراتيجيات التعلم المفضلة لدى الفرد بهذا النمط :

- أثناء التعلم يمكنه السير وبيده الكتاب أو الملاحظات أو البطاقات وقراءة المعلومات بصوت مرتفع.
- استخدام طرق تساعد على جعل تعلمه ملموساً ، مثل عمل نماذج لتوضيح المفاهيم المختلفة.
- قضاء وقت أكبر في الميدان (المتاحف ، والأماكن التاريخية، وأماكن العمل) لامتلاك خبرات مباشرة حول المواضيع المختلفة.
- موافقته في الجلسة أو الوقفة بميل الرأس ناحية أحد الجانبين ولكن ينبغي أن يكون ذلك بطريقة ذكية لا تجعله يشعر أنك تقلده.
- استخدام عبارات حسية أثناء الحديث معه مثل (شعرت ، حسيت ..إلخ)
- عند الرغبة في إقناعه بأمر فمن الأفضل استخدام المواقف المؤثرة أو التي تحمل الطابع الشعوري والتي تحمل الكثير من المشاعر.

٣ – النمط السمعي :

- يتعلم بشكل أفضل الكلام المسموع وبلغة شفوية.
- يناقش أفكاره لفظياً .
- يستفيد من المعلومات المسجلة على أشرطة.
- عند محاولة تذكر شيء ما، عادة ما يستمع وكأن شخصاً يخبره المعلومة ، أو يسمعها بنفس الطريقة التي قرأ بها بصوت مرتفع.
- يستفيد أكثر عندما يندمج مع الآخرين في الحديث.

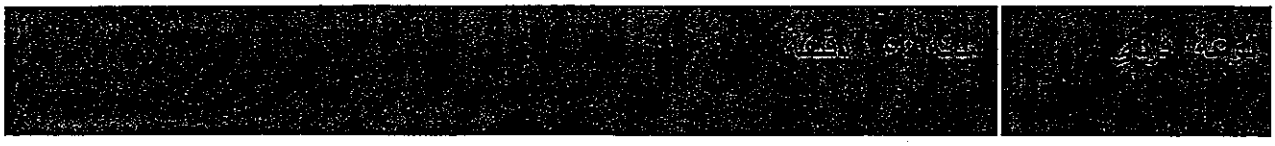
استراتيجيات التعلم المفضلة لدى الفرد بهذا النمط :

- الالتحاق بالمجموعات للمساعدة على تعلم أي موضوع أو العمل مع زميل
- مراجعة المادة بصوت مرتفع للمساعدة على التذكر.
- استخدام التسجيلات الصوتية للكتب، أو عمل تسجيلات خاصة يتم إعدادها من خلال قراءة المعلومات بصوت مرتفع والاستماع لها.
- التوازن في كل شيء (سرعة الكلام، ارتفاع الصوت، حركات الجسم، حركات العين، لغة الجسد).
- استخدام التحليل العقلاني والمنطقي في الحديث والحوار والنقاش- بما يتناسب مع فكره وثقافته، وعدم الاكتفاء باستخدام الوصف الشكلي لأي موضوع أو وصف المشاعر عند ذكر أي أمر أو إبداء الرأي نحوه.
- عدم التسرع في الكلام عند التحاور معه بل لا بد من التفكير لأنه لا يعجبه التسرع في إبداء الحكم على المواقف .
- عند الرغبة في إقناعه بأمر ما من الأفضل استخدام الأسلوب غير المباشر مثل أن يتم فتح موضوع عن الصلاة مثلاً وكان الموضوع مقروءة في النت أو مسموع من شخصيات معينة، أو مكتوب في الجرائد، أو متداول في المجتمع والحديث عنه وكأنه أمر مؤكد واستخدام شواهد منطقية ولكن ليس على لسان الشخص المتحدث بل على لسان من أورد الخبر .
- اعطاء الفرصة للأزواج لإبداء رأيهم حول موضوع . وبعد ذلك قام الباحث بتدريب الأزواج على كيفية التعرف على شريك حياته وكيف يتعامل معه.

٨- في نهاية الجلسة تم توزيع مجموعة أسئلة على الأزواج كي يقوموا بأنفسهم بملاحظة زوجاتهم والكشف عن شخصياتهم وذلك بمثابة واجب منزلي .

نشاط ٤: واجب منزلي

جدول رقم (١٤)



اكتشف نظام زوجك التمثيلي الأساسي باختيار الإجابات التي تبدو طبيعية لها .. أجب ولا تستغرق أكثر من خمس ثواني في السؤال الواحد ...

السؤال الأول : ما الذي يؤثر في قرارك بشراء كتاب؟

١ – لون الغلاف والصور داخل الكتاب.

٢ – عنوان الكتاب ومحتواه .

٣ – نوعية الورق وإحساس لمسه.

السؤال الثاني : ما الذي تفضله عندما يشرح لك أحد فكرة جديدة؟

١ – مشاهدة الصور الجمالية.

٢ – مناقشة الفكرة مع الشخص المعني ومع أشخاص آخرين والتفكير فيها.

٣ – الشعور بالفكرة.

السؤال الثالث : ما الذي يحدث عندما يواجهك تحدي ؟

١ – ترى وتتخيل النواحي المختلفة لهذا التحدي.

٢ – تتبادل الآراء حول الحلول البديلة والخيارات.

٣ – تقرر وفقاً لمشاعرك.

السؤال الرابع : في اجتماع عمل .. ما هو التصرف الذي تميل إليه؟

١ – مراقبة وجهات النظر ثم إبداء وجهة نظرك الخاصة.

٢ – الاستماع إلى جميع الخيارات ثم تشرح رأيك في المواقف.

٣ – الشعور بالمناقشة ثم إبداء رأيك.

السؤال الخامس : إذا احتجت إلى معلومات محددة . ما الذي تتوقع حدوثه؟

١ – تنقب بنفسك للاطلاع على آراء مختلفة.

٢ – تستمع إلى أفكار الخبراء.

٣ – تستعين بخبرة ومعرفة أفراد آخرين.

السؤال السادس : في حالة اختلاف مع شخص آخر ماذا تفعل عادة ؟

١ – تركز على الشخص الآخر لتعرف تصوره عما يقول .

٢ – تصغي باهتمام دون متابعة .

٣ – تحاول الشعور بما يقصده الشخص الآخر.

السؤال السابع : خلال مؤتمر أوندوة .. ما هو دافعك الأول؟

١ – النظر إلى الصورة الإجمالية وتقييم الأشياء البصرية .

٢ – الإصغاء لكل كلمة في البلاغ .

٣ – الشعور بمعنى البلاغ .

السؤال الثامن : ما هو الشيء الذي تبحث عنه في علاقة إنسانية ؟

١ – الشخص الآخر وهو في أحسن أحواله .

٢ – كلمات دعم وتأييد من قبل الشخص الآخر .

٣ – الشعور بالحب والتقدير من قبل الشخص الآخر.

السؤال التاسع : ما الذي تبحث عنه عند شراء سيارة جديدة :

١ – الأجهزة البارزة المميزة مثل تكييف الهواء والنوافذ الكهربائية والمقاعد الجلدية .

٢ – كافة التفاصيل التي يزودك بها البائع .

٣ – قيادتها دون تأثير بغية الشعور بالتحكم فيها والسيطرة عليها.

السؤال العاشر : عند سفرك على متن طائرة ما الذي تبحث عنه؟

١ – مقعد بالقرب من نافذة .

٢ – مقعد يطل على الجناح لكونه أقل إزعاج للآخرين.

٣ – مقعد وسط يجعلك تشعر بقدر أكبر من الطمأنينة. .

الجلسة الرابعة:

عنوان الجلسة : (التدريبات الدينية) مدتها (٤٥دقيقة).

أهداف الجلسة :

١ – تنقية النفس وتهذيب الضمير وتقوية العلاقة بالله .

الفنيات المستخدمة في الجلسة :(القراءة ، الاستماع إلى الأشرطة ، العلاج الديني .)

اجراءات الجلسة:

١ –إن الإنسان يتكون من الجسد والعقل والانفعال والروح ولذلك فإن التربية النفسية ينبغي أن تكون بالتربية الروحانية وإرشادها الديني السليم.

٢ –استعان الباحث ببعض الكتب و الأشرطة الدينية التي تتحدث عن الزواج والتوافق و المعاشرة وعن الحقوق والواجبات لكي يسمعها ويقرأها الأزواج المشاركون في البرنامج.

٣ – قام الباحث باستخدام أسلوب العلاج (بالشكر)وهو اعتراف ايجابي بمنح الله على الفرد بالزوج والأبناء والمال وغيرها من النعم وأنها مصدر القرب من الله وليس الابتعاد عنه ،وأيضا العلاج (بالصبر)في مواجهة المصائب والمشكلات والضغوط وأن هناك حكمة وراء كل شئ فأحياناً يكون المرض فيه حكمة لتصحيح العلاقة بالله .

٤ – قام الباحث بتشجيع الأزواج على الدعاء والاستغفار والتوبة وأنها مفاهيم نفسية يشعر بها الإنسان بالاطمئنان عندما يتوجه بها إلى الله في مواقف الضعف والخوف ليسأل الله (وقال ربكم ادعوني استجب لكم)

الجلسة الخامسة :

عنوان الجلسة : (مهارات الحوار والإنصات) مدتها (٩٠دقيقة).

أهداف الجلسة :

١– إكساب الأزواج مهارات وفنيات الحوار وتدريبهم على كيفية استعمالها في حياتهم .

٢– تعزيز الحوار لدى الأزواج.

الفنيات المستخدمة في الجلسة : (الحوار ، المناقشة الجماعية ، الفيديو ، الواجب المنزلي) .

اجراءات الجلسة :

١ – قام الباحث بتقديم عرض عن (أهمية الحوار بين الزوجين) وأثره على التوافق بينهما و فنيات الحوار بين الزوجين حيث قام الباحث ببيان قواعد الحوار الناجح وهي كالتالي:

١ – تعلم ثم ناقش :

لا تناقش في موضوع لا تعرفه جيداً، ولا تدافع عن فكرة ما لم تكن على اقتناع كامل بها – لذا– إذا أردت الحديث في موضوع معين فأعد مادتك إعداداً جيداً ، وكن على ثقة من صحة معلوماتك ، حتى لا تسيء إلى نفسك وفكرته.

٢ – اختر الظرف المناسب:

اختر الظرف المناسب: مكاناً ، وزماناً، وإنساناً ، فالحديث في مكتب لمدير غير الحديث في بيت صديق، والمناقشة في قاعة المحاضرات غير المناقشة في حديقة عامة، والوقت الذي يسبق الانصراف من العمل لا يتسع للحديث والجماعة الجائعون أو القادمون من سفر بعيد يريدون الطعام أو الراحة ولا يفضلون الكلام.

٣– لا تقاطع :

لا تقاطع أحداً أثناء كلامه، فذاك مخالف لأدب الحديث .انتظر حتى ينتهي، واسأله بلطف، مثل هل يمكن أن أبدأ؟ وأنت بذلك تستطيع إيصال رسالتك بوضوح تام لأنك عرفت ما الذي لديه كاملاً .

٤ – أقلل الكلام:

لا تستأثر بالكلام وراع الوقت، ولا تطل الكلام حتى لا يمل السامع ويود لو أنك سكت، ولذا أوجز الحديث ولا تكرر ما قلته دائماً.

٥ – حدث الناس على قدر عقولهم:

الناس ليسوا طرازاً واحداً ، الموضوع الذي يفهمه شخص قد لا يعجب آخر، فلا تحدث الناس في أمور فوق مستواهم، أو دون مستواهم فإنهم لن يصغوا إليك، قال رسول الله صلى الله عليه وسل، " ما أنت بمحدث قوماً حديثاً لا تبلغه عقولهم إلا كان لبعضهم فتنة) رواه مسلم.

٦ راقب نفسك :

راقب نفسك وأنت تتحدث أو تحاور، لا ترفع صوتك، ولا تقطب حاجبيك وارسم على وجهك تعابير الراحة والهدوء والابتسام.

اضبط كلامك، واتقن لغتك، وكن مبيناً في التعبير عما تريد ليكن أسلوبك سلساً ، وكلامك خالياً من الأغلاط قدر المستطاع.

٧ – استعن بالأمثلة:

استعن بضرب الأمثلة، فمثال واحد جيد خير من ثلاث صفحات من الكلام الضعيف، والمثال الجيد يوضح الفكرة، ويقنع، ويبقى في الذهن.

٨ – ابحث عن النقاط المشتركة:

ابدأ حوارك بالنقاط المشتركة بينك وبين المستمع أو المستمعين فذلك أدعى لقبول كلامك ، ودع الآخر يحس أن الفكرة فكرته هو لا فكرتك أنت .

٩ – لا تخجل من قول لا أدري:

إذا سُئلت عما لا تعلم فقل: لا أدري، ولا تستح من ذلك، فالملائكة لم تستح من قول : (سبحانك لا علم لنا إلا ما علمتنا).

ومن المتوقع في البداية أنك تحتاج لتمرين وتدريب وطبيعة ذلك أن تقف أحيانا في موقف لا تعرف الإجابة فيه.

١٠ – أحسن الإصغاء :

ذكر ستيفن كوفي في كتابه الشهير: "العادات السبع" أن كبار الناجحين يحاولن أولاً أن يفهموا ما يقوله الآخرون، ثم يبذلون الجهد لإفهامهم وإيضاح وجهات نظرهم لهم، وقديماً قال الشاعر العربي :

من لي بإنسان إذا خاصمته ... وجهلتُ كان الحلم رد جوابه

وتراه يصغي للحديث بسمعه ... وبقلبه ، ولعله أدرى به

١١ – سيطر على نفسك :

احذر من أن تستدرج إلى ما يفقدك السيطرة على نفسك ، فهناك أناس لا يبحثون عن الحقيقة، فهم تدربوا على المناظرة والجدل، وقد يعمدون إلى الكذب والتضليل لإحراج الطرف الآخر، فكن واعياً ولا تقع فريسة لهم.

ولذا حاول ألا تفقد أعصابك عندما يستفزك الآخرون أو يسخرون منك ، بل اشكرهم وغادر المكان وحاول الرجوع لهم بطريقة جديدة .

١٢- الأمانة الأمانة :

كن أميناً في عرض المعلومات ، فلا تقطع عبارة عن سياقها أو تعزلها عن مناسبتها ، واعز المعلومات إلى مصادرها ما استطعت إلى ذلك سبيلاً .

فلا يدعوك سمو هدفك في هذا المشروع إلى الاستشهاد أو النقل غير الدقيق ، فهذا سيفقدك مصداقيتك أمام زملائك ، ويصبح موقفك محرجاً عندهم.

١٣ – فرق بين الفكرة وقائلها:

فند الفكرة التي ترى خطأها واثبت بطلانها دون أن تسيء إلى صاحبها.

١٤ – لكل مقام مقال:

تذكر أن لكل مقام مقالاً ، وأن ما كل ما يعلم يقال: فما يناسب قوله أمام الرجال قد لا يناسب قوله أمام النساء، وما ينبغي قوله في المجالس الخاصة قد يمتنع قوله في المحافل العامة .

١٥ – ما هدف الحديث :

حاول أن تصل إلى نتيجة ، فالحديث ذو شجون ، وكثيراً ما يتشعب إلى فروع بعيدة عن الأصل فإذا انحرف الحديث عن مساره فعد إليه .

١٦ – قد تكون مخطئاً :

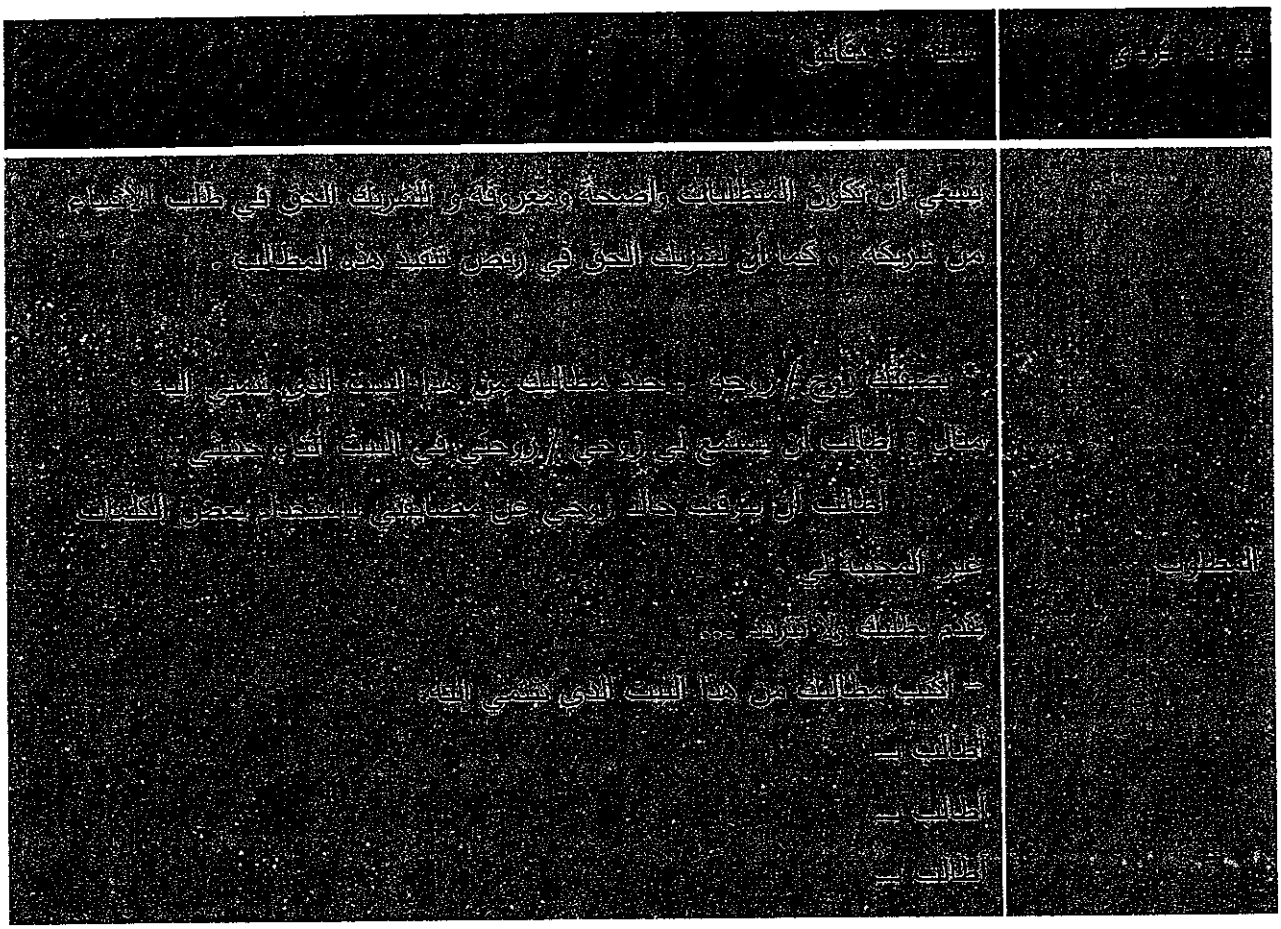
لا تتوقع أن يوافقك الناس على آرائك ، إذ من المحتمل أن تكون مخطئاً ومن المحتمل أن يحول الهوى بينهم وبين موافقتك على رأيك إن كان صواباً .توقع هذا حتى لا تغضب وتنفعل أو يخيب أملك.

١٧ – حين لا يجدي المنطق :

أقفل المناقشة أو الحديث إذا وجدت أنه عديم الفائدة ، ولكن بأسلوب مجدي ومرضي (حقيبة مشروع سفراء الصلاة،٢٠١٢، ١٣٠)

نشاط ١: *تمرين المتطلبات :*

جدول رقم (١٥)



٢ – قام الباحث بعرض(فيديو) لبعض نماذج من الحوارات السلبية ، ومن ثم عرض بعض الحوارات الإيجابية للذين يتحاورون بايجابية لكي يرى الأزواج الفرق بين النموذجين ، ومن ثم قام تدريب الأزواج على استخدام أسلوب الحوار في حياتهم الخاصة بشكل مستمر وليس فقط داخل البرنامج الإرشادي وذلك عن طريق التعزيز المعنوي والمكافأة للأزواج الذين يلتزمون بالتعليمات .

نشاط ٢:

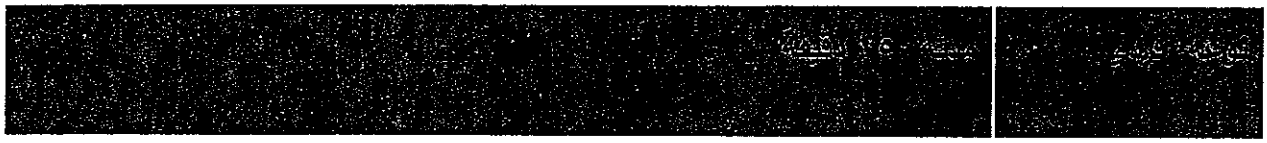
جدول رقم(١٦)

المطلوب	• اكتب عبارات أو أعمال يمكن لشخص آخر أن يقولها لك ، أو يقوم بعملها لطالما يحتك يكون لها أثر طيب لدى نفسك مثل : عبارة : (أخبرني إن عملي كان جيداً) عمل : (يبتسم عندما يراني) ١- ٢- ٣- ٤-

٣ – قام الباحث والأزواج المشاركين في البرنامج باختيار مشكلة تمثل عدم التوافق بين الأزواج . ثم قام الأزواج المشاركين مع الباحث بحلها عن طريق أسلوب الحوار.

٤ – في نهاية الجلسة قام الباحث بتوزيع استبانه مختصرة خاصة بالحوار وهي عبارة عن (واجب منزلي) كي يقومهم الأزواج بتقييم أنفسهم في بيوتهم عن مدى استخدامهم لأسلوب الحوار مع زوجاتهم ،و تقديم التدعيم المعنوي للأزواج الذين استطاعوا الحوار بشكل جيد.

نشاط ٣: واجب منزلي



استبانه مهارة الحوار

كيف تقيم نفسك من حيث قدرتك على الحوار؟ هذه ستة عشر عبارة تمثل مؤشراً جيداً جداً لمستوى مهارتك في الحوار. أجب عن هذه العبارات بوضع إشارة (صح) في الخانة من ١ إلى ١٠ التي تعبر عن رأيك بصراحة الخانة ١ تمثل أدنى مستوى والخانة ١٠ تمثل أعلى مستوى ، ثم أحسب بعد ذلك عدد درجاتك .

جدول رقم (١٧)

م	العبارة	الرقم									
		١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠
١	أعتذر عن استكمال الحوار إذا كنت مشغولاً أو غير مستعد للإنصات										
٢	أتعمد ألا أستمع إلى الذين لا أتفق معهم في الرأي										
٣	ليس مهماً كيف تقول ، بل الأهم ما تقول										
٤	الحوار هو حديث بين طرفين أو أكثر، كل منهم يقصد عرض أفكاره										
٥	عندما أفهم الرسالة التي يريد المتحدث توصيلها، أتوقف عن الاستماع إليه										
٦	من الصواب أن أتجاهل المشاعر العدائية أثناء الحوار										
٧	دائماً أشير بأصبعي على الأشخاص أثناء الحوار										
٨	التفاوض هو أسلوب مناقشة يعتمد على الاستدلال والقياس والاستنتاج من المقاومات المسلمة ويكثر ف الخلاف										

٩	أجهز عادة رداً في ذهني على كلام الآخرين وهم يتحدثون										
١٠	أفرق بين الفكرة وصاحبها أثناء الحوار										
١١	عندما أتحدث مع الآخرين أنظر إلى أعينهم										
١٢	الحوار هو اتصال بحد ذاته وليس كل اتصال حواراً										
١٣	أشعر بالملل إذا أطال الحديث من أحاوره										
١٤	إذا كان لدي دليل صحيح لا أتردد في إفحام من أحاوره										
١٥	أتجنب الحديث مع شخص آخر وأنا في حوار مع غيره										
١٦	الجدل هو تبادل الحديث بقصد الوصول إلى تسوية واتفاق										

مفتاح التصحيح للاستبانة:

(أقل من ٨٠) تحتاج إلى تدريب مكثف على مهارات الحوار.

(٨٠ –١٣٠) أدائك في الحوار متوسط وتحتاج إلى تدريب على بعض المهارات.

(أعلى من ١٣٠) أسلوبك في الحوار ممتاز ، وسيصبح رائعاً بالتدرب على بعض المهارات المتقدمة (حقيبة سفراء الصلاة ،٢٠١٢، ١٣٤).

الجلسة السادسة:

عنوان الجلسة : (استبدال الأفكار غير العقلانية بأفكار عقلانية) العلاج العقلاني مدتها (٦٠ دقيقة).

أهداف الجلسة :

١ – مساعدة الأزواج على التمييز بين الأفكار العقلانية وغير عقلانية.

الفنيات المستخدمة في الجلسة : (المحاضرة ، النقاش،التدعيم ، ، الواجب المنزلي) .

اجراءات الجلسة :

١ – قام الباحث بتوضيح معنى العلاج العقلاني للأزواج المشاركين في البرنامج.

٢– قام الباحث بتقديم بعض المعلومات والأفكار غير عقلانية ودورها في إحداث عدم التوافق بين الزوجين.

٣– قام الباحث بطرح بعرض النماذج والمعتقدات اللاعقلانية على الأزواج المشاركين في البرنامج ليتم مناقشتها جماعياً لاكتشاف جوانب الخطأ للأفكار والمعتقدات غير العقلانية ،كما تمكنه من تعلم طرقاً جديدة تؤدي إلى تنمية القدرة على حل المشكلات ، وتحقق أهدافاً أكثر واقعية .ومن أمثلة هذه المعتقدات :

١– يجب أن أكون محبوباً ومقدراً من الجميع وفي كل وقت.

٢– إذا اختلف شخص معي ،فإنه يكرهني.

٣– يجب أن تنهي زوجتي كل أعمالها بنجاح.

٤– من الأفضل الانسحاب والتجنب عند حل المشاكل.

٤- قام الباحث بتقديم الدعم والمساندة للأزواج الذين استطاعوا رفض الأفكار الخاطئة وإحلال مكانها أفكار صحيحة يقتنعون بها .

٥- تم تكليف الأزواج بواجب منزلي يسعى من خلاله إلى ممارسة الأفكار المنطقية التي اكتسبها عمداً في مواقف حيّة.

نشاط ١: واجب منزلي

جدول رقم (١٨)

نوعه : فردي	مدته:
المطلوب	ممارسة الأفكار المنطقية في الحياة الزوجية
الموقف	
المعرفة	
الموقف	

الجلسة السابعة:

عنوان الجلسة : (التغذية الراجعة). مدتها (٦٠ دقيقة).

أهداف الجلسة :

١- معرفة وتقويم ماحققه البرنامج من أهداف .

الفنيات المستخدمة في الجلسة :(الحوار،النقاش)

اجراءات الجلسة :

١- قام الباحث بتزويد الأزواج بشكل فردي على ما تم أنجازه وذلك من خلال مقارنه سلوكهم في ثلاث حالات (السلوك السابق والسلوك الحالي والسلوك المطلوب الوصول إلية).

٢- قام الباحث بالاستماع إلى ملاحظات واستفسارات الأزواج المشاركين في البرنامج.

الجلسة الثامنة :

عنوان الجلسة : (التعليم بالنمذجة) مدتها (٦٠دقيقة).

أهداف الجلسة :

١- تعديل سلوك الأزواج عن طريق ملاحظة النماذج .

الفنيات المستخدمة في الجلسة : (النقاش - المحاضرة - فيديو - التعزيز)

اجراءات الجلسة:

١- قام الباحث بعرض نماذج من حياة النبي عليه الصلاة والسلام والصحابة رضي الله عنهم وبعض الأزواج المتوافقين وكيف كانوا نموذجاً ناجحاً ومفيداً في حياتهم مع زوجاتهم .

٢- قام الباحث بعرض الأفلام لنماذج من الأزواج اتصفوا بالتوافق ثم تم عرض نماذج لأزواج اتصفوا بعدم التوافق وجعل الأزواج المشاركين يقارنون بين النموذجين و إبداء الرأي والتوجيه بهدف تعلم وتعديل السلوك ثم قام الباحث بالتعزيز المعنوي للأزواج على مناقشتهم وحوارهم ، وذلك بمثابة تشجيع لهم.

الجلسة التاسعة :

عنوان الجلسة : (لعب الأدوار). مدتها (١٢٠دقيقة).

أهداف الجلسة :

١ -تنمية الاستبصار لدى الأزواج المشاركين بالمشكلة وطرق علاجها.

الفنيات المستخدمة في الجلسة : (المحاضرة ، الحوار ، النقاش الجماعي،التمثيل المسرحي) .

اجراءات الجلسة:

١ - قام الباحث بالتحدث مع الأزواج عن معنى(لعب الدور) ومدى أهميته في العلاج والإرشاد ،ثم قام الباحث بتطبيق ذلك مع أحد الأزواج كنموذج (للعب الدور) ثم يتيح المجال للأزواج لطرح الأسئلة والناقش.

٢ قام الباحث بطرح سؤال للأزواج المشاركين في البرنامج عن أكثر المشاكل التي توجه الأزواج في التعامل مع الآخرين حيث تم اختيار مشكلة (سرعة الغضب أو عدم الصبر).

٣- تم اختيار بعض الأزواج لتمثيل الأدوار،وتهيئتهم وتشجيعهم بأداء الدور.

٤-جعل الأزواج الآخرين الذين يستمعون ويشاهدون بعرض بعض الاقتراحات لحل المشكلة المطروحة (العلاج الذاتي).

نشاط ١:

جدول رقم (١٩)

نوعه: ثنائي	مدته: ٢٠دقيقة
المطلوب	اختيار اثنين من المشاركين لتمثيل الدور وهي كالتالي: الشخص الغاضب ويصرخ ويسخر والشخص الآخر موجه له الصراخ والسخرية، كيف سيكون التعامل، ثم نقد عكس الدور.

الجلسة العاشرة: -

عنوان الجلسة : (استراتيجيات التعامل مع المشكلات الزوجية). مدتها (١٢٠دقيقة).

أهداف الجلسة :

١ – مساعدة الأزواج على كيفية حل المشكلات الزوجية والتعامل معها .

الفنيات المستخدمة في الجلسة : (النقاش ، المحاضرة ، واجب منزلي) .

اجراءات الجلسة :

١ – قام الباحث بالتحدث مع الأزواج عن الحياة الزوجية وعن المشكلات التي يمكن أن تواجه كل زوجين وكيف أن المشاكل لها اثر كبير في حدوث عدم التوافق الزواجي بينهم ،بعد ذلك قام الباحث بالحديث عن الأسس المهمة في التقليل من المشكلات الزوجية ، حيث أن المرونة في التفكير وعدم التفكير بسطحية وعدم التصلب في الرأي وإتاحة الفرصة للآخر بالتعبير عن مشاعره وأفكاره بصراحة وموضوعية من أهم الأسس التي تقلل من المشكلات الزوجية.

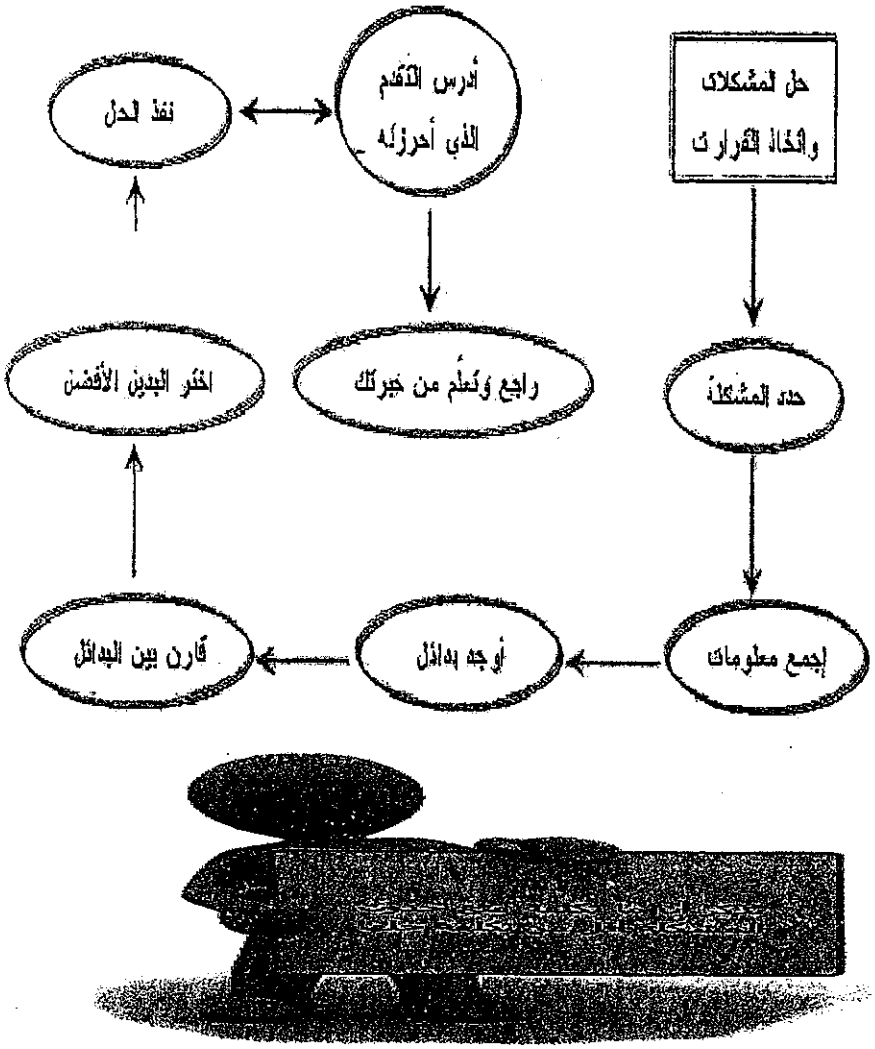
٢- قام الباحث بعرض بعض المشكلات التي واجهت النبي صلى الله عليه وسلم مع زوجاته وكيف استطاع صلى الله عليه وسلم حلها .

٣- وقام أيضاً بتعليم الأزواج المشاركين خطوات التعامل مع المشكلات الزوجية بطريقة عملية وهي كالتالي :

- تحديد المشكلة .

- معرفة أسباب المشكلة .
- معرفة النتائج السلبية والإيجابية لهذه المشكلة .
- وضع حلول مقترحة بديلة .
- اختيار أفضل الحلول .
- وضع خطة لتنفيذ الحل .

تنمية الاستبصار بالمشكلة ومعرفة طرق حلها



٣ – قام الباحث بتدرب الأزواج المشاركين في البرنامج على كيفية التحكم في المشاعر والانفعالات لأن التحكم في الانفعالات والمشاعر هو القوة والذكاء التي يجهلها كثير من الأزواج ،حيث يكون التحكم بواسطة :

أ- **تقبل المسؤولية.**

أي أن الفرد هو المسؤول عن سلوكياته وليس الطرف الاخر ، لأن السلوك ماهو إلا ترجمة للأفكار والمعتقدات.

ب- **التجنب.**

أي تجنب الهجوم على شخص شريك الحياة ، وتجنب ايضاً آثار الضغوط والمشكلات من خلال ممارسة الأنشطة المختلفة، كممارسة الأنشطة الرياضية والتي تساعد على التنفس الصحي السوي للتخلص من الضغط ومن ثم السيطرة على الذات.

٤-قام الباحث بتدريب الأزواج المشاركين على كيفية حل المشكلات والتعامل معها.

نشاط١: تمرين حل المشكلات/ صندوق المشكلات

جدول رقم (٢٠)

المطلوب	طلب الباحث من الأزواج أن يختاروا بطاقة مشاكل وأن يحددوا لها حلاً ثم يقدموها بحيث يكون لكل زوج صندوق.
الإجراءات	١.جمع المشاركون قائمة بالمشاكل التي قد تواجههم في عملهم (أو حياتهم العملية أو اليومية) كل مشكلة على بطاقة ثم وضعها في صندوقا أو حجم متوسط بعد توضع فيه كل البطاقات. ٢.طلب الباحث من الأزواج (بشكل فردي) أن يختار بطاقة من الصندوق. ٣.منحهم الباحث الوقت كي يحددوا طريقة لحل المشكلة أو لسحبها ، ثم أخبرهم أن يحضروا عرضاً مدته خمس دقائق لعرض توصياتهم ؛ وشجعهم على أن يكونوا مبدعين بعرضهم. ٤.عندما انتهى الوقت طلب منهم أن يبدوا بتقديم عروضهم. ٥.بعد كل عرض يقوم كل زوج بنقاش بسيط عنه ، ودع المشاركون يطرحون الأسئلة ويناقشون معاً.

نشاط٢ :

جدول رقم (٢١)

المطلوب	طلب الباحث من المشاركين أن يشكلوا دائرة، وأن يرموا بكرة لبعضهم البعض، وأن يطرحوا مشكلاً للمجموعة لتحلها. الإجراءات: ١. طلب الباحث من المشاركين أن يشكلوا دائرة. ٢. وأن يرمي لأحدهم كرة ناعمة خفيفة ، الذي يستقبل عنده بالتالي يطرح حالة أو مشكلة ما على المجموعة ليقوموا بحلها. ٣. بإمكان هذا الشخص أن يبدأ مشكلته بالقول: "ماذا ستفعل إذا ..." مكملا العبارة بالمشكلة أو الوضع. ٤. قامت المجموعة بعدها بالتفكير بصوت عالٍ، مولدين أفكاراً وحلاً تجاريباً. (مع إمكان التسجيل على فلب شارت تسجيل ... الخ) ٥. عندما حلت المجموعة المشكلة، قام الشخص الحامل للكرة برميها لشخص آخر، الذي قام بطرح مشكلة أخرى وتعاد العملية مرة أخرى. ٦. واستمر رمي الكرة حتى انتهى الوقت المخصص.

٥- تكليف الأزواج بواجب منزلي حيث يختار كل زوج مشكلة واقعية تدور بينه وبين زوجته ،ليقوم الزوج بتطبيق خطوات حل المشكلات الزوجية ، بعد ذلك سيقوم الباحث بمناقشة الأزواج عما استفادوا من هذه المهارة وكيف تعاملوا مع هذه المشكلة في الجلسة القادمة.

نشاط٣:واجب منزلي

جدول رقم (٢٢)

[illegible]	[illegible]
المطلوب	اختر مشكلة واقعية تدور حولك وحول زوجتك ثم طبق خطوات حل المشكلات السابقة
المشكلة	[illegible] الخطوات

الجلسة الحادية عشرة :

عنوان الجلسة : (السلوك الحضوري) مدتها (١٢٠دقيقة).

أهداف الجلسة :

١. تعليم الأزواج السلوك الحضوري وطرقه وآثاره.

الفنيات المستخدمة في الجلسة :(المحاضرة، المناقشة، لعب الأدوار، واجب منزلي).

اجراءات الجلسة:

١-قام الباحث بتعريف السلوك الحضوري وطرقه وآثاره في عملية التواصل وبناء العلاقة مع الآخرين.

- ٢- قام الباحث ببيان مهارات السلوك الحضوري التي ذكرتها(الشويكي،٢٠٠٤، ١٣٢):

- المواجهة – واجه الشخص المقابل Face (F) يواجه الفرد المشارك بطريقة مباشرة.
- الاتصال البصري Eye contact (E) يتصل بصرياً بالنظر في عيني المشارك مباشرة.
- الميل نحو المتحدث Lean tospeaker (L) يميل قليلاً نحو المشارك لإشعاره بالاهتمام.
- الجلوس بوضعية مريحة Open (O) يجلس بطريقة تشعر المشارك بالاستعداد للإصغاء.
- أجلس باسترخاء Relaxe (R) يجلس بارتياح لمساعدة المشارك على الحديث.
- ٢- قسم الباحث الأزواج المشاركين إلى مجموعات صغيرة كل مجموعة من اثنين ، وطلب من كل فرد من أفراد المجموعة أن يتحدث مع الشخص الآخر في موضوع لمدة خمس

دقائق ، والشخص الآخر لا يستخدم مهارات السلوك الحضوري (بمعنى أن لا يشعر الطرف الآخر بالانتباه أو الاهتمام بالموضوع) ثم طلب الباحث من كل مجموعة أن يعطي كل فرد انطباعه عن النقاش، ثم عكس الدور لكل منها.

- ٣-طلب الباحث من الأزواج المشاركين أن يتحدث كل فرد مع زميله بموضوع، وأن يتجاوب زميله باستخدام مهارات الحضور من اهتمام واعتبار، ووضع جسمي وتركيز لمدة خمس دقائق،ثم طلب الباحث كل مجموعة ان يعطي كل فرد انطباعه عن النقاش،ثم تم عكس الدور.
- ٤- قام الباحث بإعطاء المرشد واجباً منزلياً للأزواج المشاركين للتدريب على السلوك الحضوري مع أحد أفراد الاسرة .أو تسجيل موقف حقيقي ويدرب الأزواج على أدائه.

نشاط ١ : واجب منزلي

نوعه: فردي	مدته:
المطلوب	تحليل موقف حقيقي مع أحد أفراد الأسرة مراعيا مهارات السلوك الحضوري السابقة.

جدول رقم (٢٣) نموذج السلوك الحضوري

مهارات السلوك الحضوري / الموقف	المواجهة F	الاتصال البصري E	الجلوس (الميل) L	الانفتاح الجسمي O	الاسترخاء R
الموقف (١)					
الموقف (٢)					

(الشوبكي،٢٠٠٤، ١٣٣)

الجلسة الثانية عشرة:

عنوان الجلسة : (التعزيزوالتقييم) . مدتها (١٢٠دقيقة).

أهداف الجلسة :

١ – تعزيز السلوكيات الإيجابية الجديدة التي اكتسبها الأزواج المشاركين في البرنامج .

٢ – معرفة مدى نجاح وفائدة البرنامج الإرشادي

الفنيات المستخدمة في الجلسة (التعزيز بأنواعه، التدعيم المعنوي، استبانة التوافق الزواجي ،الملاحظة).

اجراءات الجلسة:

١ – قام الباحث بالتعزيز أثناء وبعد كل جلسة (تعزيز معنوي).

٢–قام الباحث بقياس بعدي وذلك بتطبيق مقياس التوافق الزواجي بعد الانتهاء من البرنامج مباشرة لمعرفة النتائج للقياس القبلي وقام أيضا بتطبيق المقياس بمدة تتراوح (شهر) على الأقل مرة أخرى لمعرفة مدى استقرار وثبات النتائج التي توصل اليها الباحث سابقاً.

٣– قام الباحث بالشكر والثناء وتوزيع الشهادات للأزواج المشاركين بعد انتهاء البرنامج لتفاعلهم وتجاوبهم وتعاونهم في تطبيق البرنامج.

أسلوب تنفيذ البرنامج :

استخدم الباحث في برنامجه الأسلوب الإرشادي الجماعي وذلك لأن الإرشاد الجماعي يشبع حاجات الشخص الشخصية والاجتماعية معًاً مثل (الحب والأمان والعطاء) ويرى نفسه بطريقة أخرى وهو يعمل معهم (سعفان ،٢٠٠٦،٣٠).

آليات تنفيذ جلسات البرنامج :.

جدول رقم (٢٤)

عنوان الجلسة	عدد الجلسات	رقم الجلسة	الفنية المستخدمة	الهدف العام
تعارف	١	الأولى	النقاش ، الحوار	بناء العلاقة بين الباحث والأزواج المشاركين في البرنامج.
الاندماج	١	الثانية	بوح،مناقشة، الانصات	زيادة التفاعل داخل المجموعة الارشادية.
مهارات الاتصال	١	الثالثة	المحاضرة،مناقشة،الحوار،الوا جبات المنزلية	تدريب الأزواج على مهارات وأساليب الاتصال الفعال.
التمرينات الروحانية	١	الرابعة	القراءة والاستماع إلى أشرطة العلاج الديني	تنقية النفس وتقوية العلاقة بالله.
فن الحوار	١	الخامسة	مناقشة ،الحوار،فيديو	تدريب الأزواج على كيفية الحوار الفعال مع الآخرين.
العلاج العقلاني	١	السادسة	المحاضرة،التدعيم،النقاش،الوا جبات المنزلية	مساعدة الأزواج على التمييز بين الأفكار والمعتقدات العقلانية وغير عقلانية.
التغذية الراجعة	١	السابعة	المحاضرة ،المناقشة	معرفة ماحققه البرنامج من أهداف.
التعليم بالنمذجة	١	الثامنة	التعزيز،النقاش فيديو	تعديل سلوك الأزواج عن طريق ملاحظة النماذج.
لعب الأدوار	١	التاسعة	المحاضرة الحوار النقاش الجماعي تمثيل المسرحي	تنمية الاستبصار بالمشكلة ومعرفة طرق حلها.
مهارات حل المشكلات	١	العاشرة	مهارة حل المشكلة ،المحاضرة	تدريب الأزواج على كيفية حل المشكلات والتعامل معها.
السلوك الحضوري	١	الحادية عشرة	المحاضرة ،المناقشة، لعب الأدوار،واجب منزلي) .	تعليم الأزواج السلوك الحضوري وطرقة وآثاره

التعزيز و التقييم	١	الثانية عشرة	التعزيز المعنوي والمادي التقييم ،استبانة التوافق ،الملاحظة	تعزيز السلوكيات الإيجابية وتجاهل السلوكيات السلبية ومعرفة مدى نجاح وفائدة البرنامج الإرشادي

تقييم البرنامج:

١- طبق الباحث مقياس التوافق الزواجي من إعداد عبد الله(١٩٩٩) على المجموعة التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج .

٢ – طبق الباحث المقياس مرة أخرى على أفراد المجموعة التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي لمعرفة الفرق بين أفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد التطبيق البرنامج والفرق بين المجموعة الضابطة والتجريبية وكذلك الفرق الذي طرأ على المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج.

٣ – قام الباحث بتطبيق الأداة مرة أخرى بعد تطبيق البرنامج بمدة زمنية (شهر) تقريباً على المجموعة التجريبية فقط لمعرفة أثر البرنامج ومدى نجاحه.

حدود البرنامج :

١ – الحد الزماني : قام الباحث بتطبيق البرنامج خلال أربعه أسابيع تقريباً .

٢ – الحد المكاني :طبق الباحث البرنامج الإرشادي في مركز التنمية الأسرية بالدمام.

٣ – الحد البشري : طبق البرنامج على مجموعة من المعلمين المتزوجين ممن هم أقل توافقاً عدد أفرادها (١٥) .

حقيبة مشروع

برنامج إرشادي جمعي مقترح لرفع مستوى مهارات التوافق الزواجي



دليل البرنامج التدريبي

معلومات أولية عن البرنامج :

اسم البرنامج : برنامج إرشادي جمعي مقترح لرفع مستوى مهارات التوافق الزواجي

تاريخ البرنامج :تطبيق البرنامج من إلى

مدة البرنامج: تنفيذ البرنامج تقريباً (٤ أسابيع) بواقع ثلاث جلسات أسبوعياً.

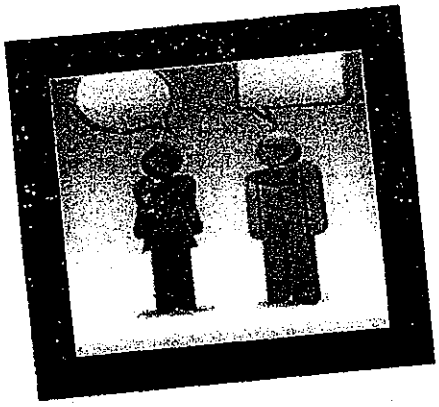
عدد جلسات البرنامج : ١٢ جلسة إرشادية .

مدة الجلسة : تتراوح ما بين (٤٥-١٢٠) دقيقة.

قيادة الجلسة : الباحث او المرشد.

عدد أفراد البرنامج: 15 عضو.

مكان البرنامج: مركز التنمية الأسرية بالدمام.



اهداف البرنامج :

١ ـ **أهداف عامة :**

•مساعدة الأزواج على التوافق الزواجي .

•الارتقاء بالحياة الزوجية وجعلها رحلة سعيدة على الرغم من الصعوبات.

•ضمان استمرار الأزواج في حياتهم الزوجية والمحافظة على الاستقرار الأسري.

٢ ـ **أهداف خاصة :**

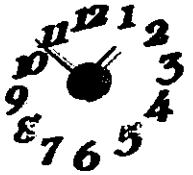
•بناء جوانب إيجابية لدى المتزوجين من خلال البرنامج الإرشادي .

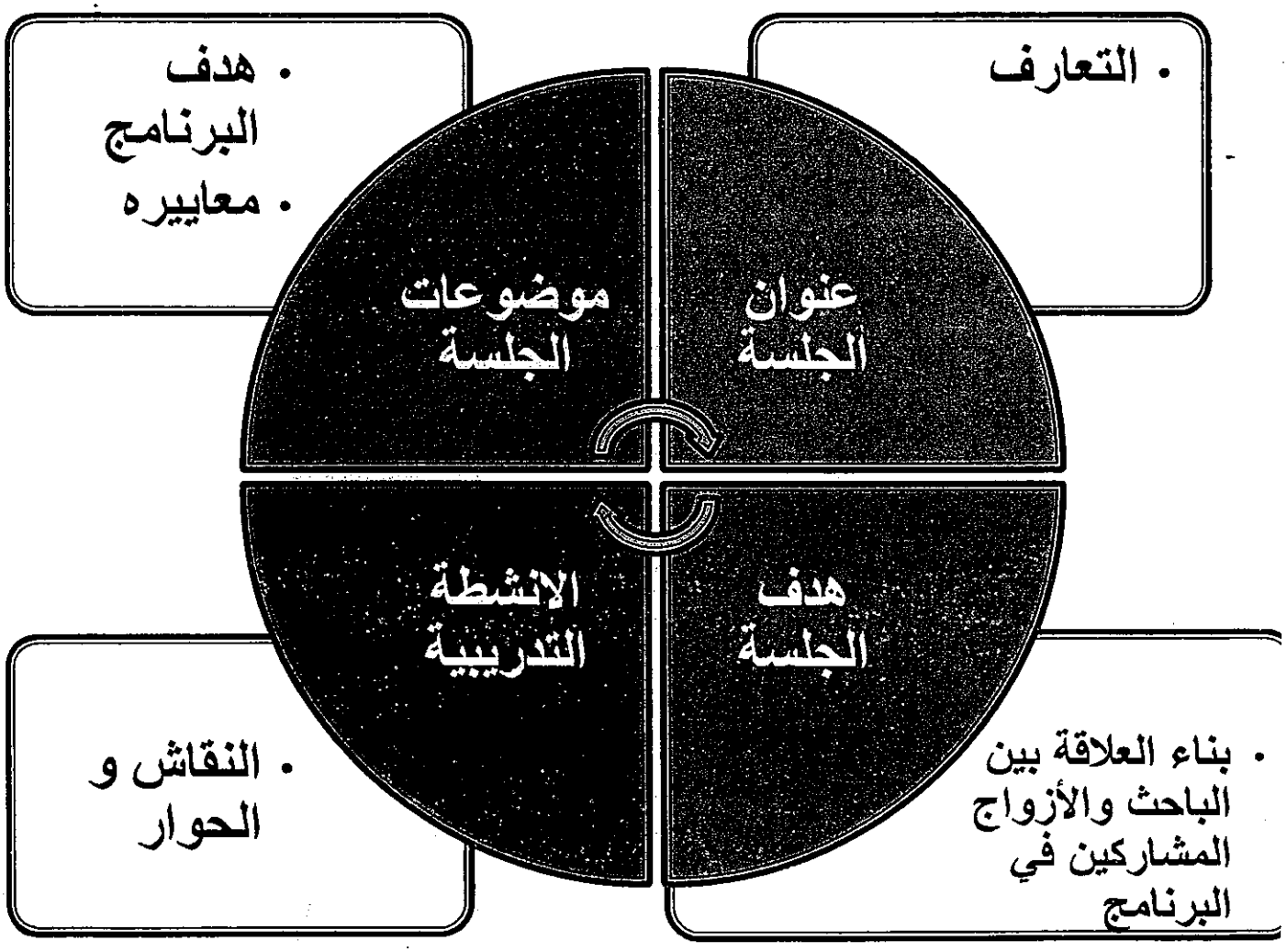
•إكساب الأزواج مهارات التواصل وإكسابهم مهارة حل الخلافات الأسرية.

•اكساب فهم الشريك عن طريق إلقاء الضوء على أهم الفرو قات المعرفية والانفعالية بين الرجل والمرأة.

الجلسة التدريبية الاولى

٤٥ دقيقة



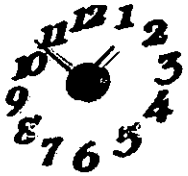


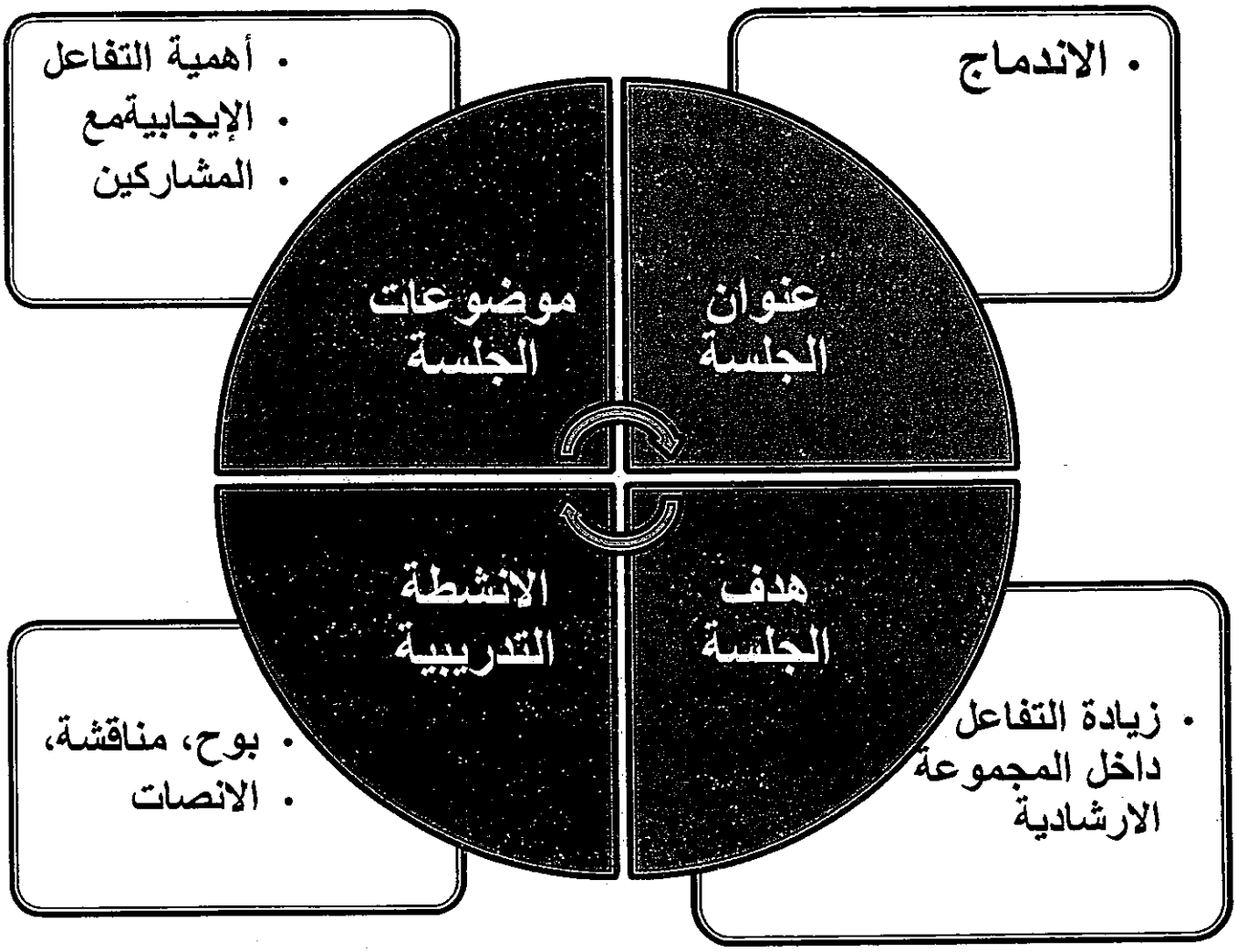
ماذا تتوقع ان تتعلم ..؟

المدرب :

الجلسة التدريبية الثانية

٤٥ دقيقة



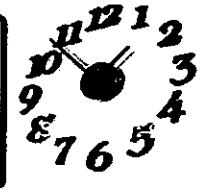


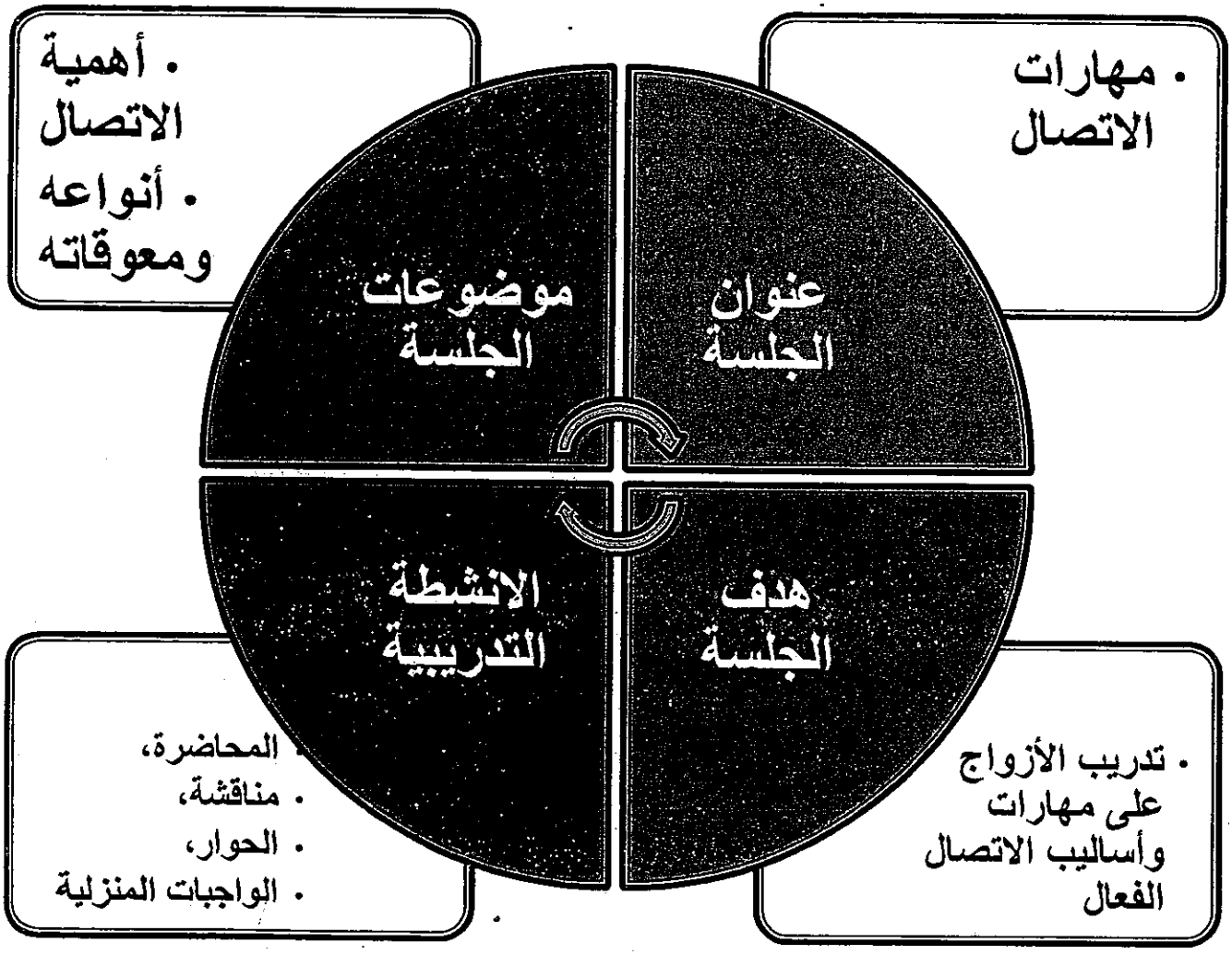
نشاط ١

المطلوب	كل مشارك يكتب أربع صفات موجودة فيه ثم يبحث فى الشاعة عمن يشاركه فى الإتصاف بهذه الصفات
الصفة١	
الصفة٢	
الصفة٣	نشاط ١
الصفة٤	

الجلسة التدريبية الثالثة

١٢٠ دقيقة



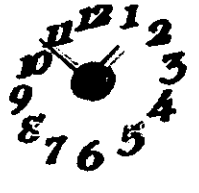


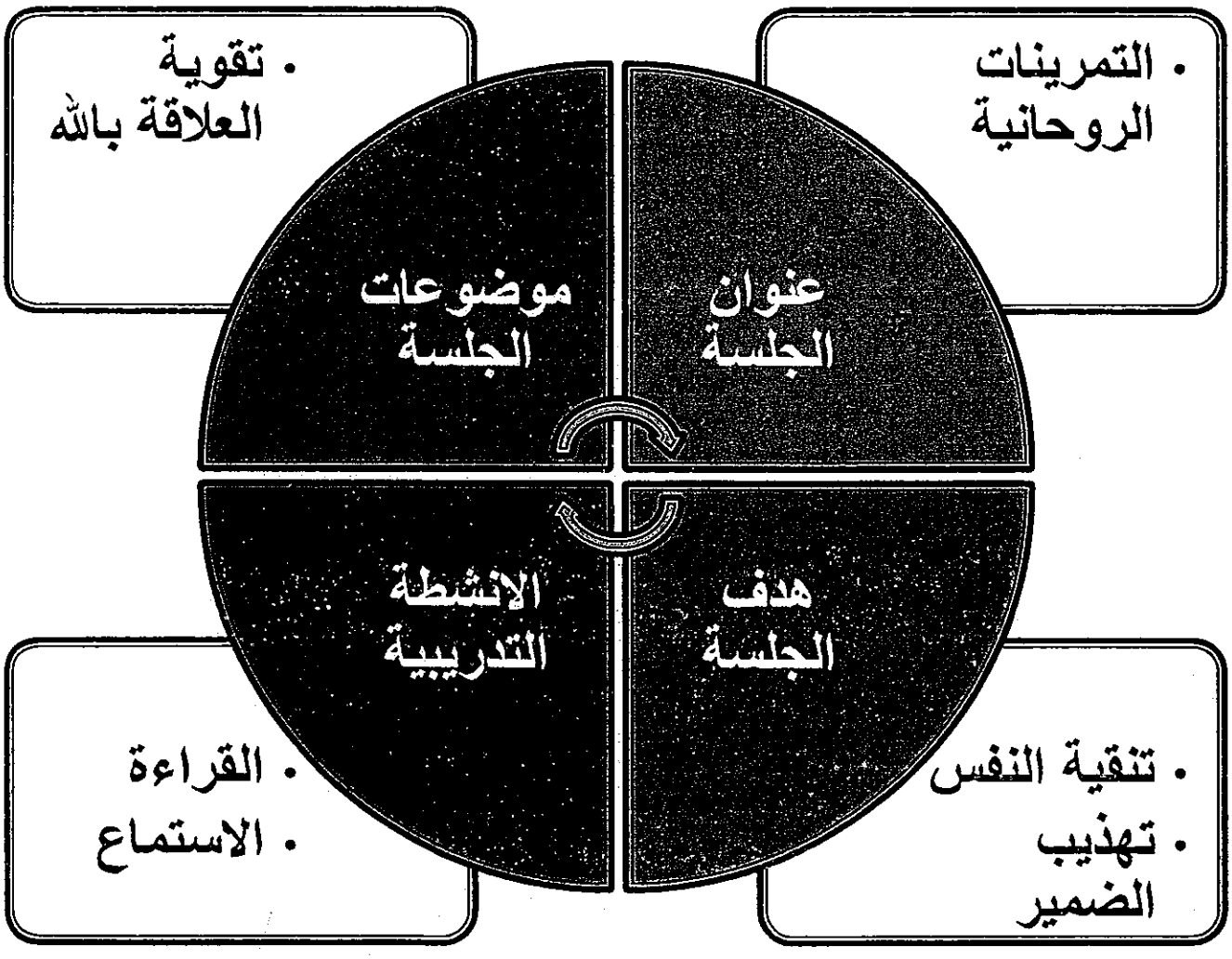
نشاط ١

نوع العمل الجماعي	مدة النشاط ٥٠ دقيقة
المطلوب	ينبغي أن تكون المطلبات واضحة ومعروفة و لشريك الحق في طلب الأشياء من شريكه ، كما أن لشريك الحق في رفض تنفيذ هذه المطالب * بصفتك زوج / زوجه . حدد مطالبك من هذا البيت الذي تنتمي اليه . مثال : أطالب أن يستمع لي زوجي / زوجتي في البيت أثناء حديثي . أطالب أن يتوقف خالد زوجي عن مضايقتي باستخدام بعض الكلمات الغير محببة لي تقدم بطلبك و لا تتردد

الجلسة التدريبية الرابعة

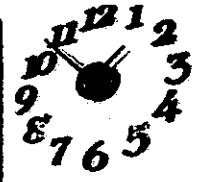
٤٥ دقيقة

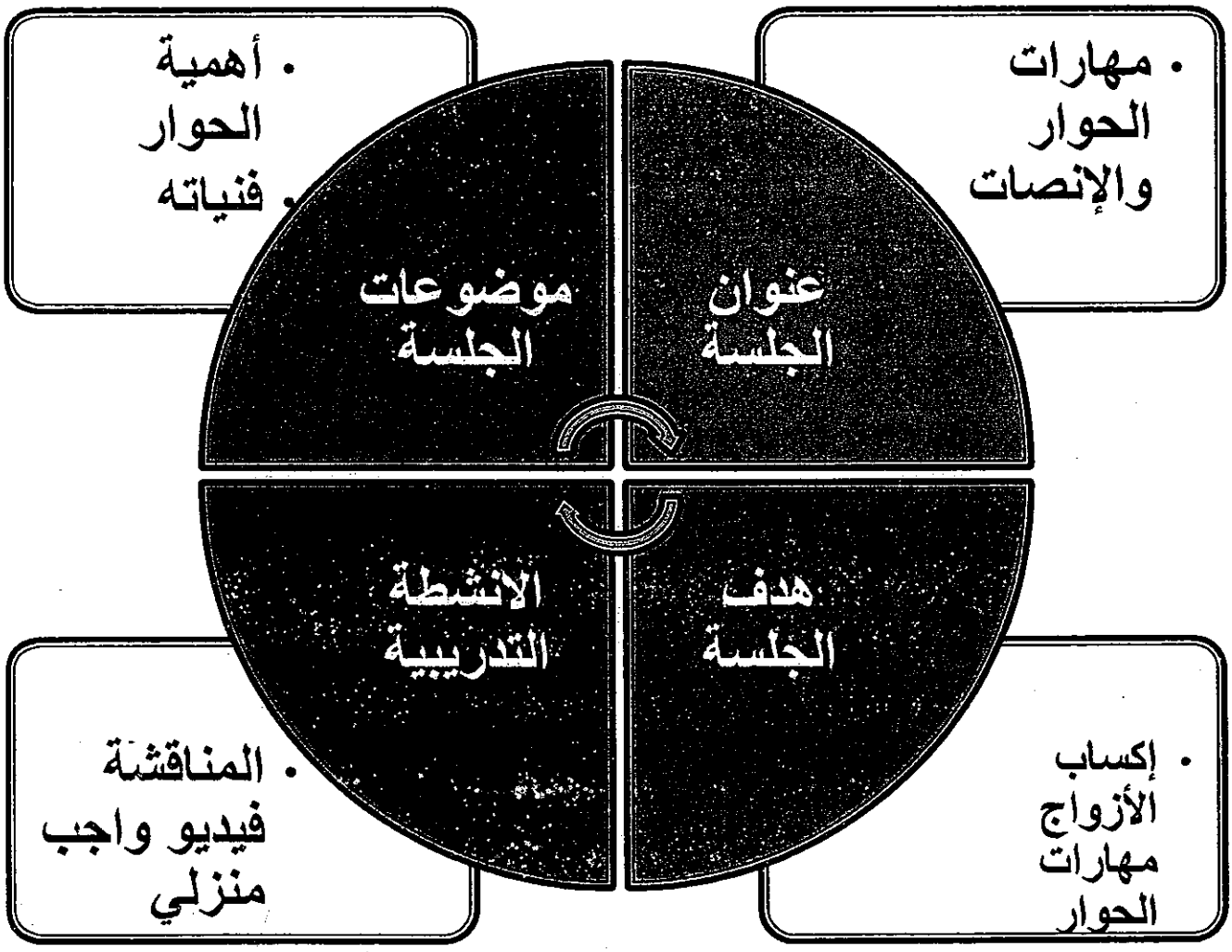




الجلسة التدريبية الخامسة

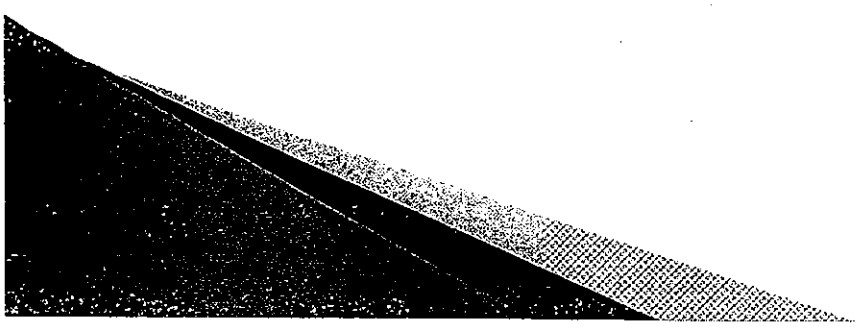
١٢٠ دقيقة





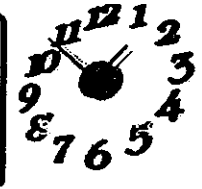
نشاط ١

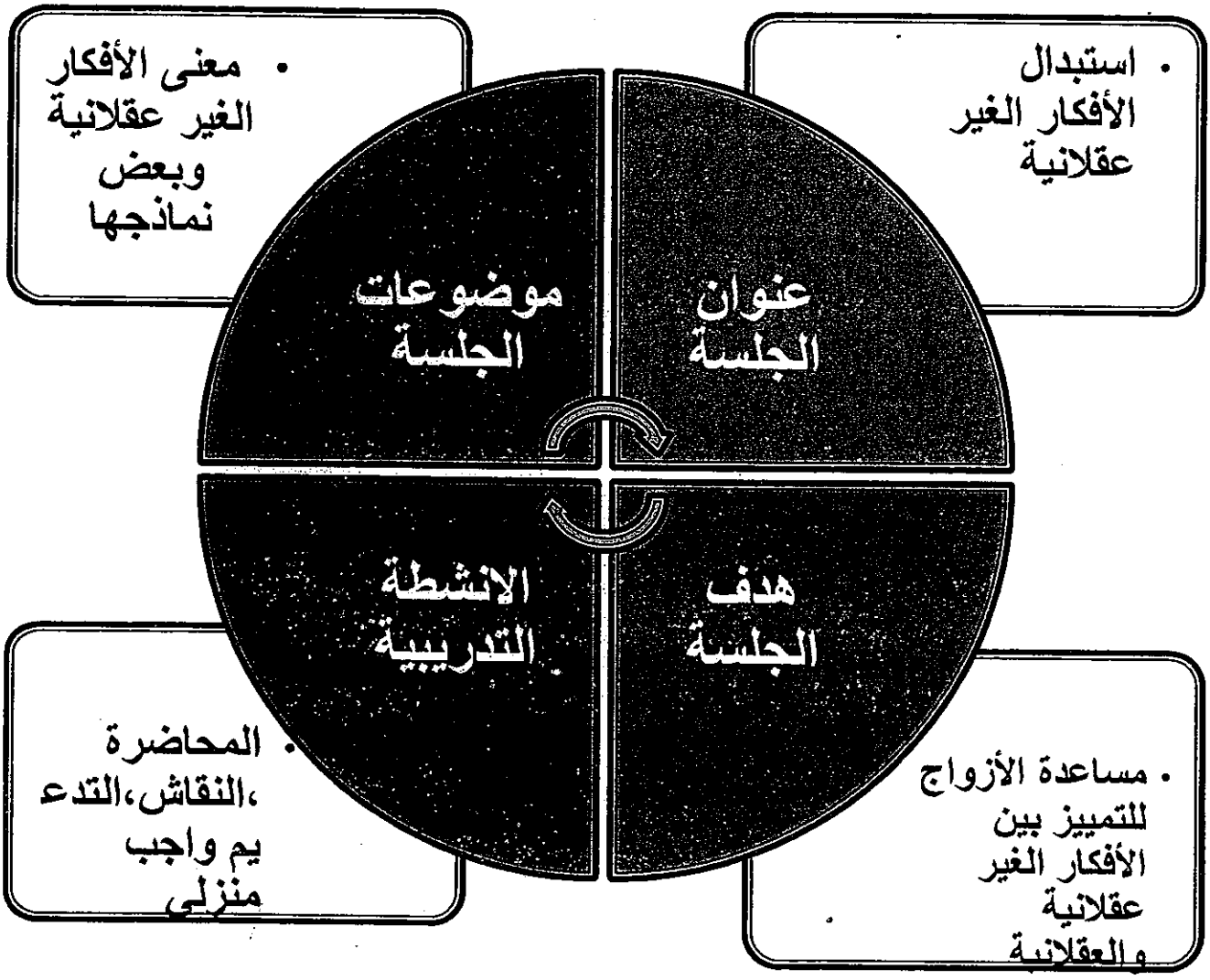
المطلوب	



الجلسة التدريبية السادسة

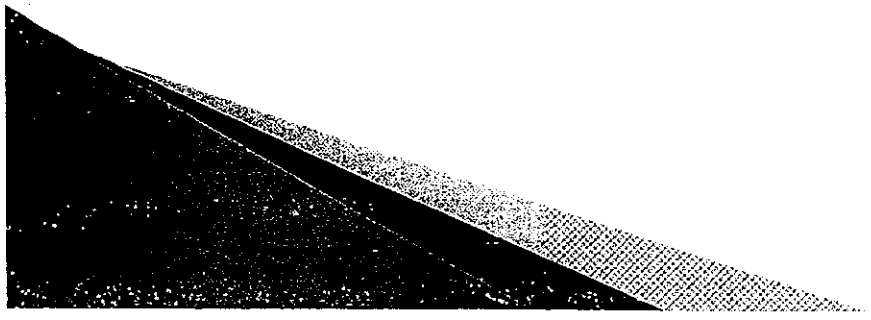
٦٠ دقيقة





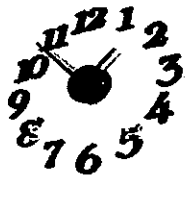
واجب منزلي

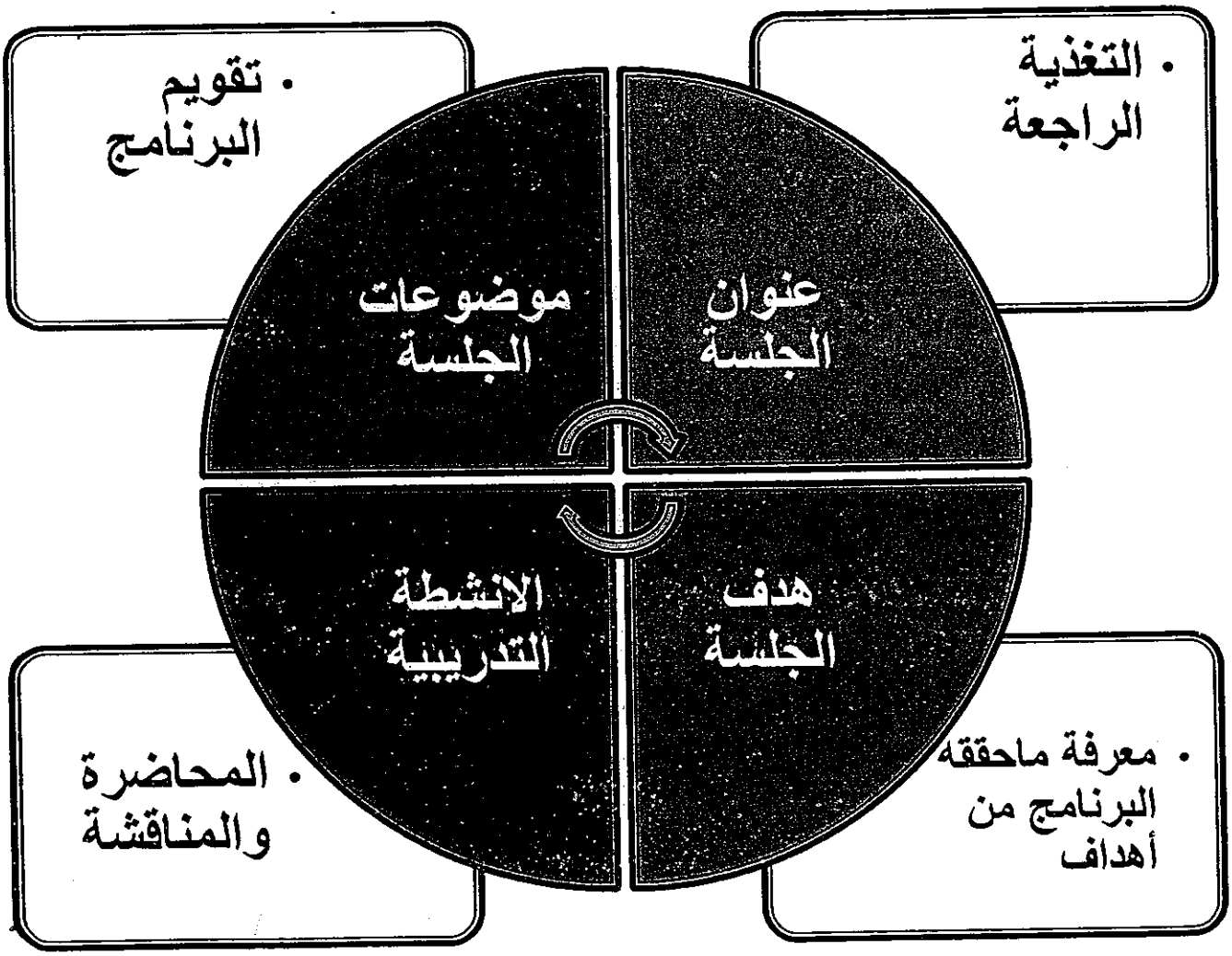
نوعه : فردي	مدته:	
المطلوب	ممارسة الأفكار المطهية في الحياة الزوجية	
الموقف		
الموقف		
الموقف		



الجلسة التدريبية السابعة

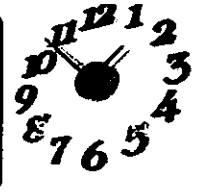
٦٠ دقيقة

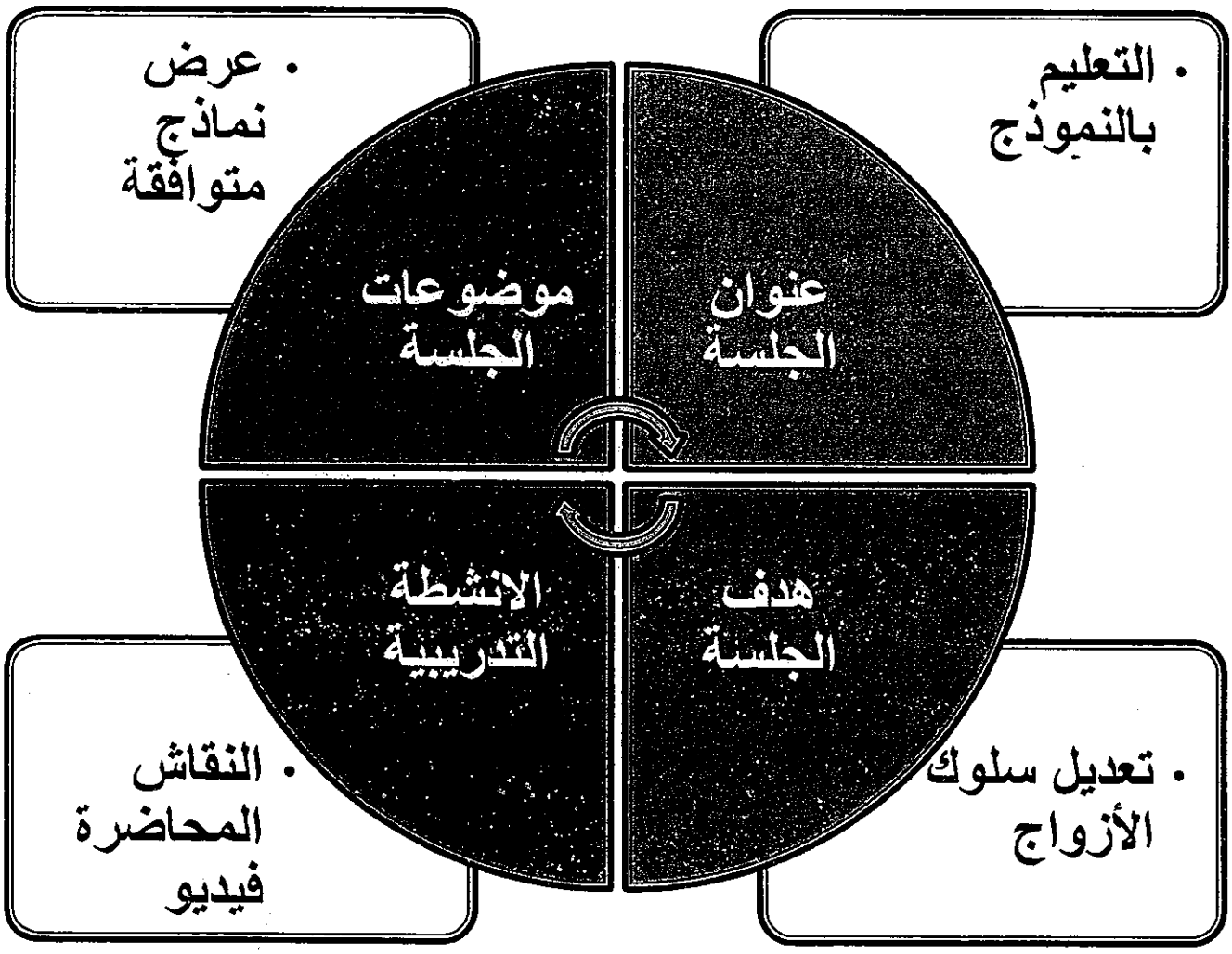




الجلسة التدريبية الثامنة

٦٠ دقيقة



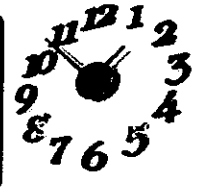


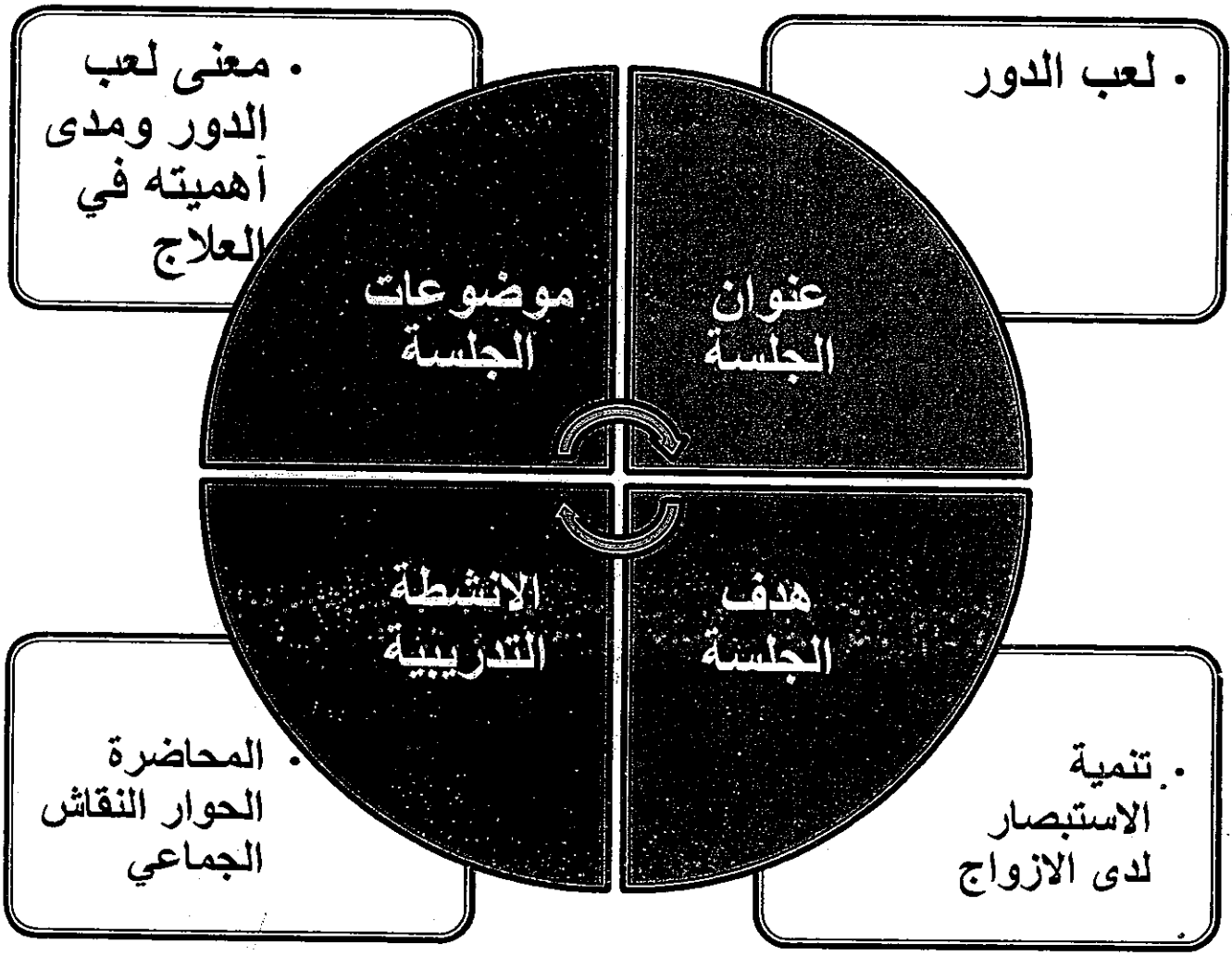
واجب منزلي

المطلوب :	اختر مسكلة واقعية تدور بينك وبين زوجتك ثم طبق خطوات حل المشكلات السابقه
المشكلة	الخطوات

الجلسة التدريبية التاسعة

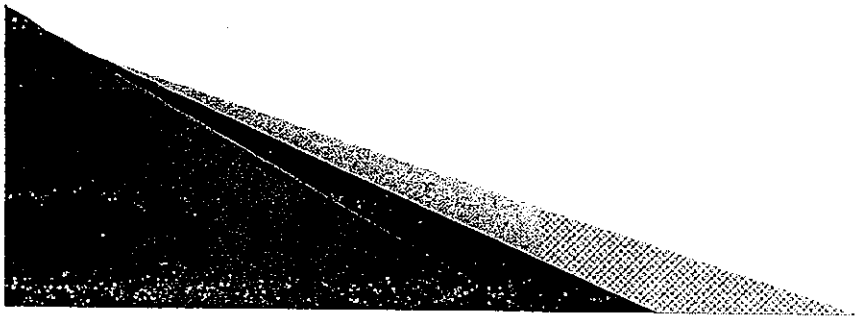
١٢٠ دقيقة





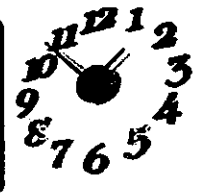
نشاط ١

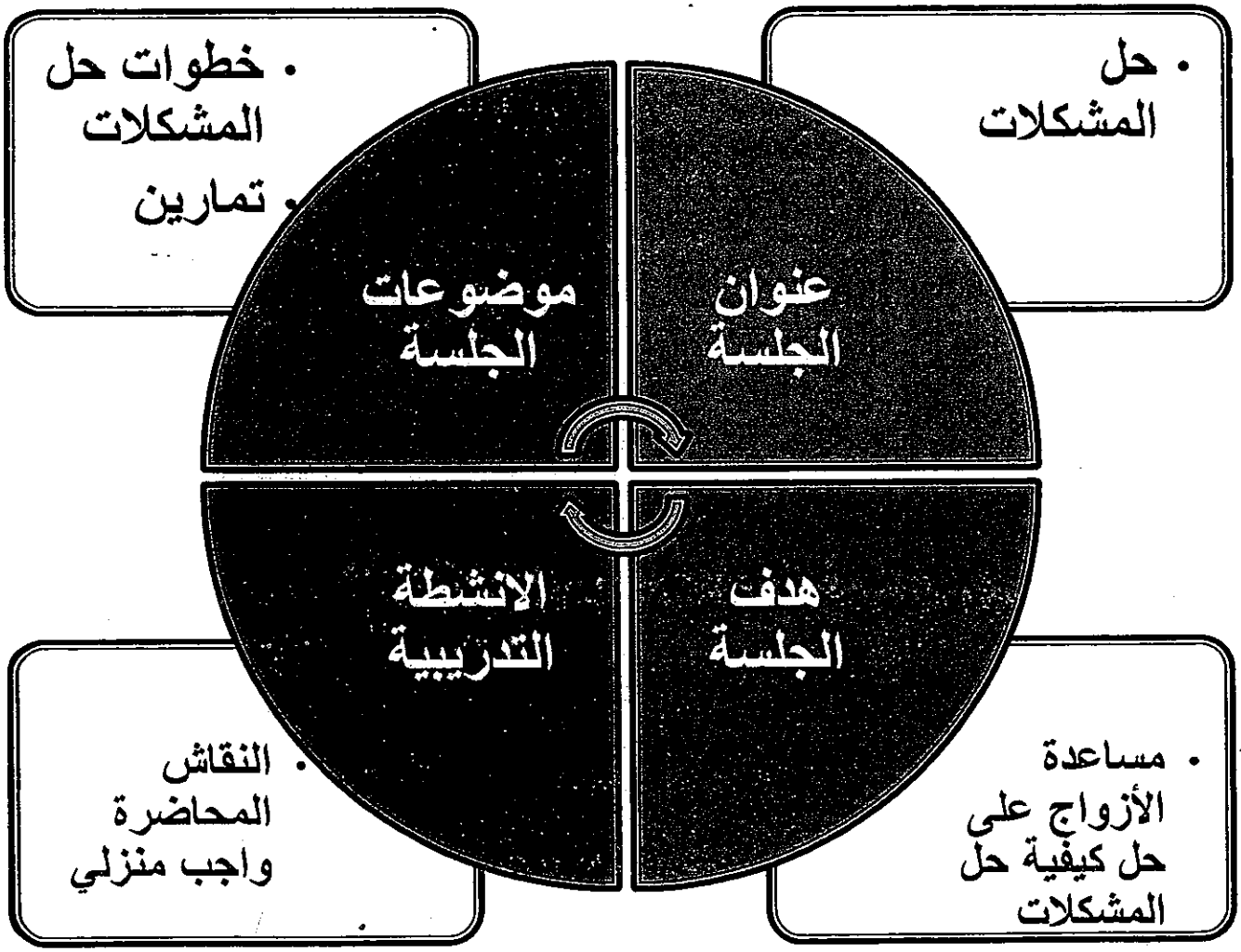
نوعه: ثنائي	مدته: ٢٠ د
المطلوب	اختيار اثنين من المشاركين لتمثيل الدور وهو كالتالي شخص يغضب ويصرخ ويسخر والشخص الآخر موجه له الصراخ والسخرية كيف يتكون التعامل، ثم يتم عكس الدور



الجلسة التدريبية العاشرة

١٢٠ دقيقة



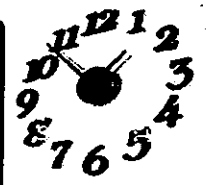


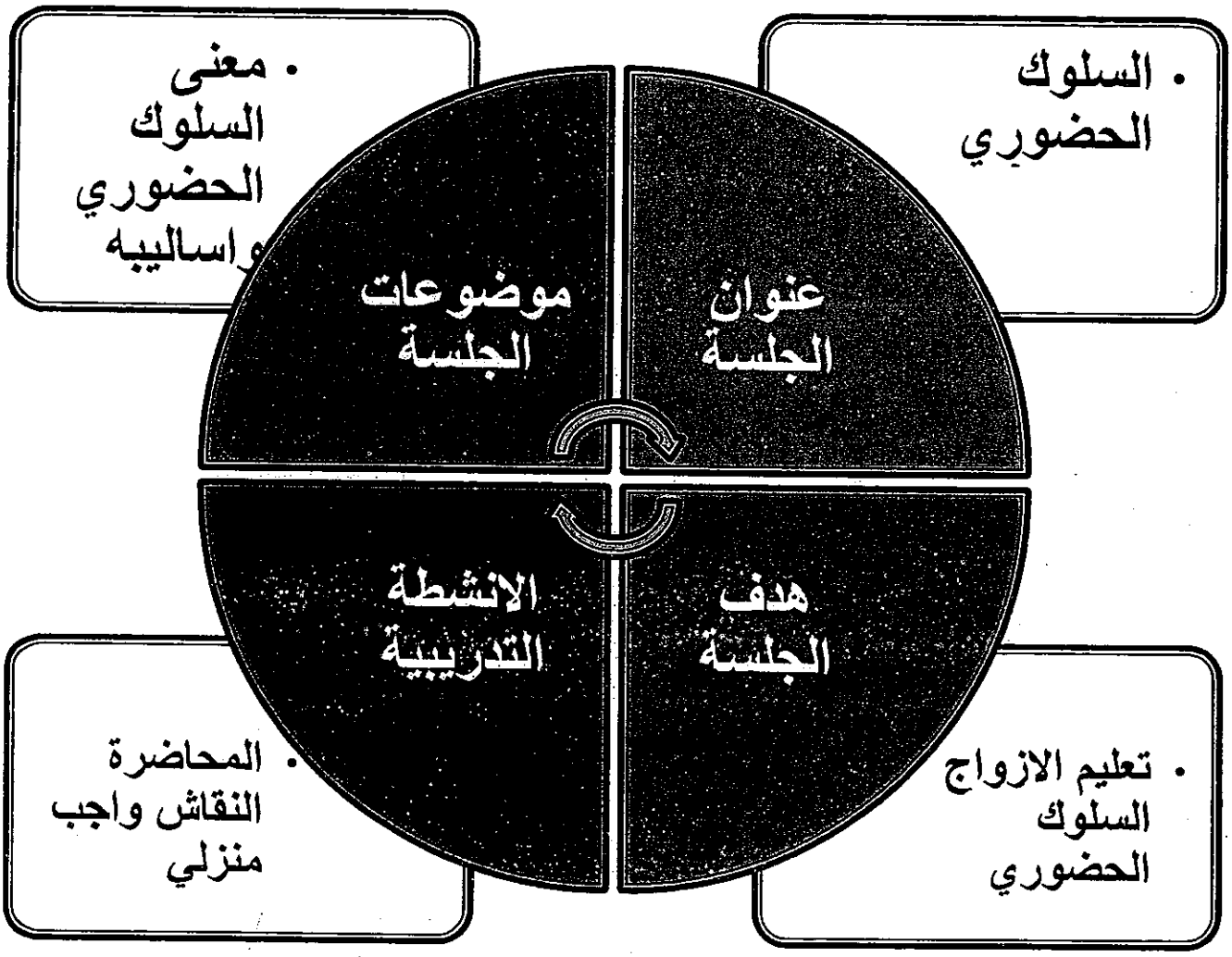
نشاط ١

المطلوب	
	اطلب من المتعلمين أن يشكلوا دائرة، وان يرموا بكرة لبعضهم البعض ، وان يطرحوا مشاكل للمجموعة لتحليها. الاجراءات:
	١. اطلب من المتعلمين ان يشكلوا دائرة
	٢. ارم لاحدهم كرة ناعمة خفيفة، الذي سيكون عليه بالتالي ان يطرح حالة او مشكلة ما على المجموعة ليقوموا بحلها
	٣. بامكان هذا الشخص ان يبدا مشكلته بالقول: "ماذا ستفعل اذا" مكملاً بالعبارة بالمشكلة او الوضع
	٤. تقوم المجموعة بعدها بالتفكير بصوت عال، مولدين افكاراً وحلاً تعاونياً. (من الممكن التسجيل على قلب شارب او على كاسيت تسجيل الخ)
	٥. عندما تحل المجموعة المشكلة، يقوم الشخص الحامل للكرة برميها لشخص اخر، الذي يقوم بطرح مشكلة اخرى وتعاد العملية مرة اخرى
	٦. ويستمر رمي الكرة حسب المناسب
	الزمن في الصف: ١٠-١٥ د.
	المواد اللازمة: كرة ناعمة، سيناريوهات مشاكل مكتوبة مسبقاً

الجلسة التدريبية الحادية عشر

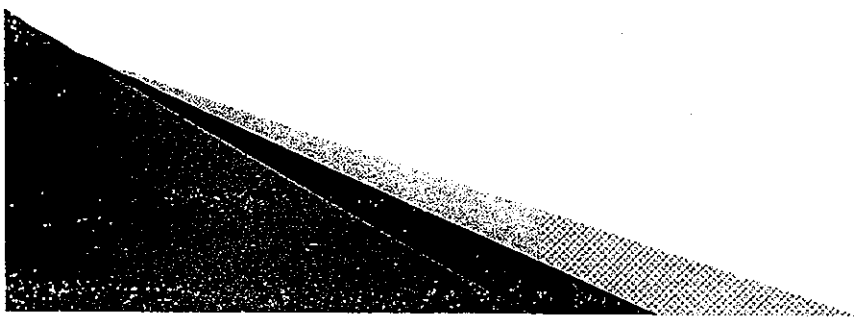
١٢٠ دقيقة





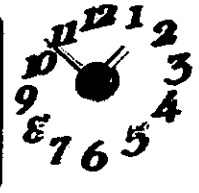
واجب منزلي

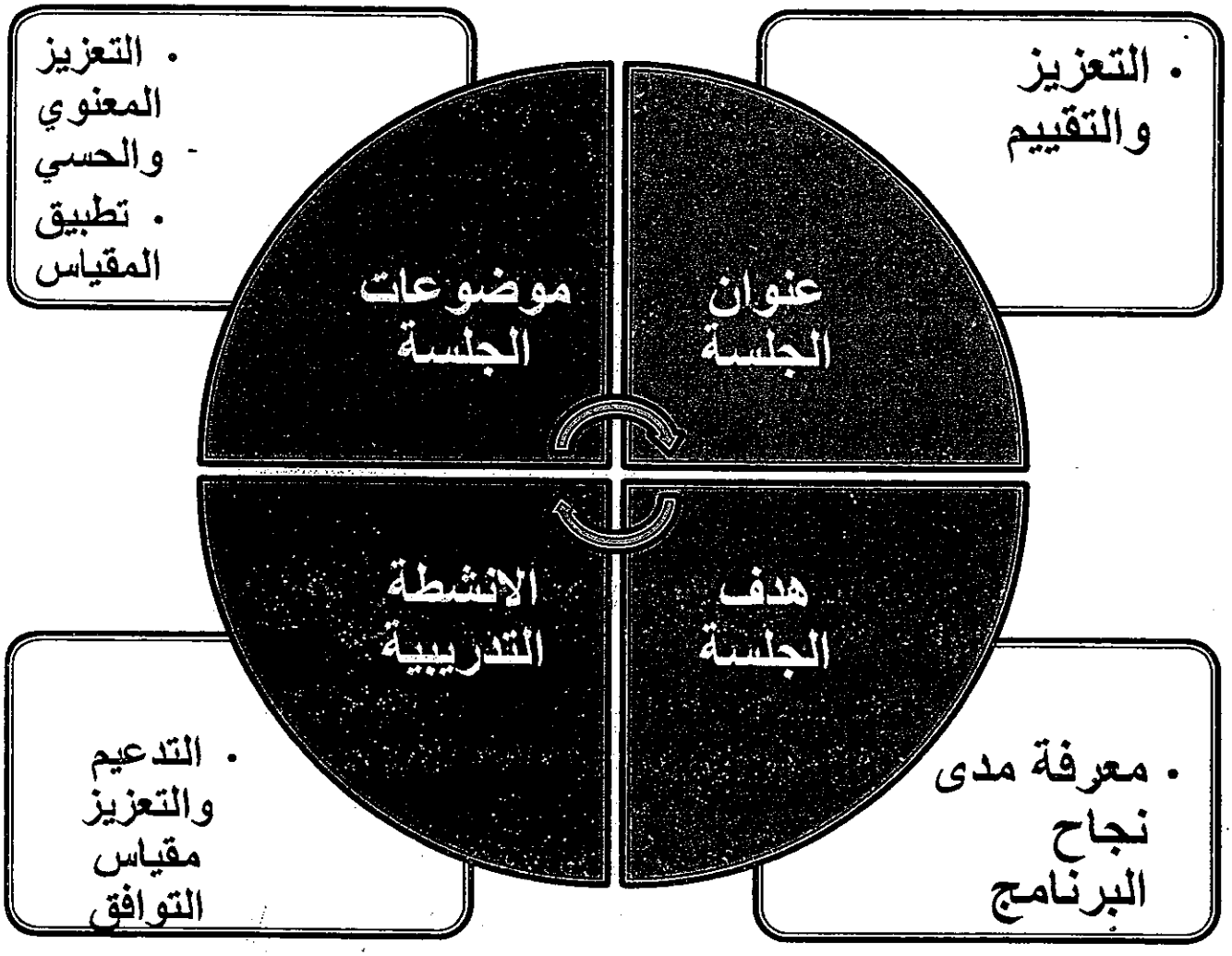
نوعه: فردي مدته:	
المطلوب	سجل موقف حقيقي مع احد افراد اسرتك مراعيا مهارات السلوك الحضوري السابقة



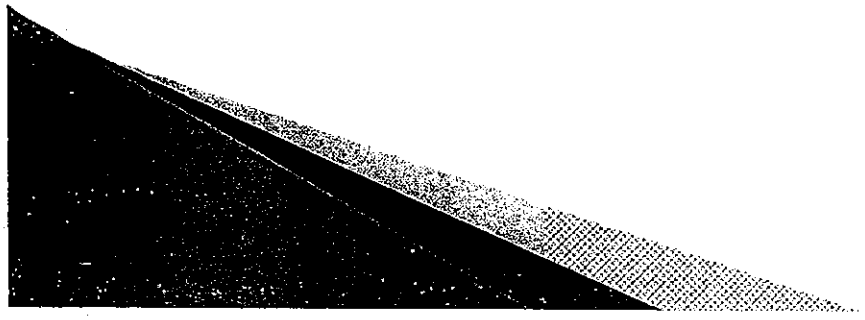
الجلسة التدريبية الثانية عشر

١٢٠دقيقة





ماهي انطباعاتك عن البرنامج



Abstract

The purpose of the study was to investigate the effect of a group counseling program suggested in raising the level of marital coping skills for a sample of married teachers in the Eastern Province of the Kingdom of Saudi Arabia. The researcher used the quasi-experimental design in the methodology of the study. He also used the Marital Adjustment Scale developed by Farag and Abdullah (1999).

The sample included (30) married teachers whoe were divided into two groups, the experimental (15), and the control group (15). This was via a screening test administered to a sample of school teachers, whose ages were between (25 _ 35), and after selection, the counseling program was applied to the experimental group, then a follow up test was administered to the same group.

. The study concluded the following:

- There were statistically significant differences in the scores of the experimental group on the Marital Adjustment Scale before and after applying the counseling program in favor of the post-test.
- There were no statistically significant differences in the scores of the control group on the pre-test and post -test.
- There were statistically significant differences between the scores of the experimental group and those of the control group on the Marital Adjustment Scale, after applying the counseling program, in favor of the experimental group.
- There were no statistically significant differences in the scores of the experimental group on the Marital Adjustment Scale after applying the counseling program and in the follow-up comparison.

Key Recommendations:

1. It is necessary to make the teachers of primary, indermediate, and secondary schools in the Eastern Province aware of the importance of

dialogue and communication in the family, whether between spouses (father and mother), or between parents and children.

2. Initiating a training project that includes training courses, workshops, lectures, and seminars on marriage adjustment in the Eastern Province schools.
3. Making teachers, and particularly those who are married, aware of the importance of attending the rehabilitative marital counseling.
4. The establishment of institution specialized in marital counseling programs married teachers (men and women) all over the kingdom.

UNIVERSITY OF BAHRAIN

College of Arts

Department of Psychology

The Effect of a Group Counseling Program on Raising the Level of Marital Skills for a sample of Married Teachers in the Eastern Province, Kingdom of Saudi Arabia.

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirement for the Master's Degree in Counseling Psychology

Submitted by

Yasser Abdullah Al-Adal

Bachelor degree in Sharia', Imam Mohammed Bin Saud Islamic University, Kingdom of Saudi Arabia, 2002

Supervised by

Dr. Jihan I. A. Alumran

Professor of Educational Psychology

Bahrain University

KINGDOM OF BAHRAIN

November/2013