

جامعة البحرين

قسم علم النفس



كلية الآداب

المهارات الزوجية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى عينة من الأفراد المتزوجين في المجتمع البحريني

رسالة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد الأسري

إعداد

زهراء سعيد إبراهيم سند
الرقم الجامعي: ٢٠١٩٠١١٥

إشراف

أ. د. جهان عيسى أبوراشد العمران
أستاذ علم النفس التربوي بقسم علم النفس
جامعة البحرين

مملكة البحرين

يونيو، ٢٠٢٢م

جامعة البحرين

قسم علم النفس



كلية الآداب

المهارات الزوجية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى عينة من الأفراد المتزوجين في المجتمع البحريني

رسالة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد الأسري

إعداد

زهراء سعيد إبراهيم سند
الرقم الجامعي: ٢٠١٩٠١١٥

إشراف

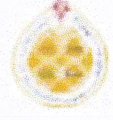
أ. د. جهان عيسى أبوراشد العمران
أستاذ علم النفس التربوي بقسم علم النفس
جامعة البحرين

مملكة البحرين

يونيو، ٢٠٢٢م

نموذج رقم (2)

صفحة الاعتماد من قبل لجنة التحكيم



جامعة البحرين

قسم علم النفس

برنامج ماجستير في علم النفس الإرشادي

ناقشت الطالبة زهراء سعيد سند (20190115) الأطروحة التي استكملت بها متطلبات الحصول على درجة الماجستير في برنامج علم النفس الإرشادي

وعنوان الأطروحة: المهارات الزوجية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى عينة من الأفراد المتزوجين في المجتمع البحريني

وذلك يوم الاثنين 28 نوفمبر 2022 م

وتوصي اللجنة بمنحها درجة الماجستير في علم النفس الإرشادي بتقدير: PASS

(لجنة المناقشة)

الاسم

أ.د. جيهان العمران

مشرفاً

د. أماني الشيراوي

ممتحناً داخلياً

أ.د. عبير أنور

ممتحناً خارجياً

التوقيع



استمارة إيداع البحث

اسم الباحث:		زهراء سعيد إبراهيم سند	
عنوان البحث:		المهارات الزوجية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى عينة من الأفراد المتزوجين في المجتمع البحريني	
سنة النشر:		يونيو 2022م	
الكلية:	كلية الاداب	القسم:	قسم علم النفس
البريد الإلكتروني:	Zsanad88@outlook.com	رقم الاتصال:	33222285

إقرار الباحث بالموافقة على الشروط التالية:

يحق لجامعة البحرين إتاحة وتوفير الرسالة أو الأطروحة المذكورة أعلاه في مكتبة الجامعة أو من خلال موقع الإسهامات البحثية للجامعة أو على نطاق أوسع في الخارج؛ كما ويمكن إعادة طباعة الرسالة إذا اقتضت الحاجة لذلك أو رقمتها مع إتاحتها على شبكة الأنترنت وذلك حسب تقدير إدارة الجامعة.

تنطبق هذه الشروط على جميع النسخ بما في ذلك النسخ الإلكترونية

تعتبر هذه الرسالة أو الأطروحة من المواد المحمية والتي تخضع إلى حقوق النشر والتأليف، ولا يجوز نشر أي اقتباس من الرسالة بدون توثيق المصدر.

التاريخ: 22 ديسمبر 2022م

توقيع الباحث:



﴿أَلَمْ تَرَ كَيْفَ ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا كَلِمَةً طَيِّبَةً كَشَجَرَةٍ طَيِّبَةٍ أَصْلُهَا ثَابِتٌ

وَفَرْعُهَا فِي السَّمَاءِ (24) تُؤْتِي أُكْلَهَا كُلَّ حِينٍ بِإِذْنِ رَبِّهَا وَيَضْرِبُ

اللَّهُ الْأَمْثَالَ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ (25)﴾

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى المهارات الزوجية ومستوى التوافق الزوجي لدى المتزوجين في المجتمع البحريني، والكشف عن الفروق في كل من هذين المتغيرين وفق بعض المتغيرات الديموغرافية (العمر، والنوع، وسنوات الزواج). كما هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين المهارات الزوجية والمقياس الكلي للتوافق الزوجي وأبعاده الفرعية، وكذلك عن أهم المهارات الزوجية المنبئة بالتوافق الزوجي لدى أفراد العينة. وطبقت الدراسة على عينة استطلاعية من المتزوجين قوامها 71 فرداً للتأكد من الصدق والثبات، وعينة أساسية قوامها (210) من الأزواج البحرينيين حيث تم اختيارهما بطريقة كرة الثلج في الفضاء الإلكتروني. واستخدم في البحث أداتان هما: مقياس المهارات الزوجية من إعداد الباحثة، ومقياس التوافق الزوجي الذي أعده زواوي (2017). بينت النتائج أن الأزواج البحرينيين يمتلكون المهارات الزوجية بمستوى مرتفع، وأنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين الجنسين على أبعاد مقياس المهارات الزوجية، ما عدا بعدي مهارة إظهار الاحترام والثقة، ومهارات إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط، حيث تبين أنه توجد فروق دالة باتجاه الذكور. كما بينت النتائج وجود فروق دالة إحصائية على جميع أبعاد المهارات الزوجية حسب سنوات الزواج باتجاه سنوات الزواج الأقل، ما عدا بعد مهارة قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف، حيث جاءت الفروق باتجاه سنوات الزواج الأعلى. كما اتضح من نتائج البحث أن مستوى التوافق الزوجي كان متوسطاً، ووجود فروق دالة في بعد الرضا الزوجي باتجاه الفئة العمرية الأصغر. وأخيراً بينت النتائج وجود علاقة إيجابية دالة إحصائية بين المهارات الزوجية والمقياس الكلي للتوافق الزوجي وأبعاده الفرعية، وأن هناك مهارات منبئة بالتوافق الزوجي وهي: مهارات زوجية في العلاقة العاطفية والجنسية، ثم مهارات اتخاذ القرار، ثم مهارة إظهار الاحترام والثقة.

الكلمات المفتاحية: المهارات الزوجية، التوافق الزوجي، سنوات الزواج، العمر.

إهداء

أبي الأستاذ سعيد سند الذي ألهمني وعلمني وغرس في منذ نعومة أظفاري حب العلم

لم يسبقه أحد في تعليمي، وحثي على إكمال مسيرتي العطرة في حب العلم.

أمي الدكتورة مريم حسين وهي مدرستي الأولى

التي ساندتني بعلمها، وخبرتها، وثقتها الكاملة بي وبقدراتي

زوجي الذي كان موجودا دائما بكل حب

سخر لي أصعب الظروف لأكمل مسيرتي في دراسة الماجستير

أطفالي الذين كان الأمل يلمع في أعينهم ينتظرون هذه اللحظة

إخواني وأخواتي الأعزاء التي كانت عباراتهم ملؤها الدعم والتشجيع ...

دكتورتي الغالية التي لم تتوقف يوماً عن مساندتي

أشركم جميعا وأهدي لكم هذا العمل

شكر وتقدير

باسمه خالق الحمد والثناء ومستحقه، أحمد الله لما منحني من توفيق، وقدرة على استكمال هذا البحث، ولا يفوتني أن أجزل الشكر لمشرفتي أ. د. جهان عيسى أبوراشد العمران، لما قدمته لي من دعم ومساندة طوال فترة الإشراف على هذه الرسالة العلمية، فكانت توجيهاتها وحرصها الكبير جدًا هو المعين لي في إنجاز هذا البحث، حيث لم تنخر جهدًا في وضع البحث في مساره الصحيح والمناسب، وكانت هي المحفز والباعث لي على العمل والإنجاز بكل حب وإبداع، سائلة المولى أن يسدد خطاها، ويجعلها سندًا لطلبة العلم في هذا الصرح العلمي الشامخ.

والشكر موصول أيضًا للدكتور الفاضل الأستاذ أحمد سعد، الذي ما كف يمدني بخبرته الواسعة وعلمه الكبير في شتى المجالات، مما سهّل على إنجاز بحثي وذلّل لي صعوباته، وما قصدته في أمر استصعب عليّ إلا وعلمني إياه وساعدني فيه بإخلاص دون كلل أو ملل، أسأل الله أن يبارك له في علمه وييسر له ما استعسر من أمره، ويجعله ذخراً ومكسباً لا حرم الله هذا الصرح الشامخ من علمه.

كما أتقدم بالشكر الجزيل أعضاء لجنة المناقشة الأساتذة المحترمين، الأستاذ الدكتور جهان عيسى أبو راشد العمران، مشرفاً، والدكتورة أمانى الشيراوي ممتحنًا داخليًا، والأستاذ الدكتور عبير أنور ممتحنًا خارجيًا، على وضع ملاحظاتهم القيمة التي ساهمت في إثراء الرسالة العلمية، والتي طورت هذا العمل. وأبعث شكري وامتناني لعائلتي التي ما انفكت تحتويني طوال فترة دراستي، وزوجي وأبنائي (بتول، كوثر، حسين)، وزملائي في العمل وأصدقائي ولا سيما المحامية فاطمة، وكافة المعارف الذين لم يدخروا جهدًا في نشر الاستبانة والحث على الاستجابة عليه، وكل من أجاب عليه بكل ود رغبة في دعم هذا البحث العلمي.

قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
الاعتماد من قبل لجنة التحكيم	أ
آية قرآنية	ب
ملخص الدراسة	ت
إهداء	ث
شكر وتقدير	ج
قائمة المحتويات	ح
قائمة الجداول	ر
قائمة الأشكال	ص
قائمة الملاحق	ض
الفصل الأول مدخل إلى الدراسة	
مقدمة الدراسة	2
مشكلة الدراسة	4
أسئلة الدراسة	5
اهداف الدراسة	6
أهمية الدراسة	6
حدود الدراسة	7

الموضوع	رقم الصفحة
مصطلحات الدراسة	8
الفصل الثاني الإطار النظري والدراسات السابقة	
أولاً: المقدمة.	11
ثانياً: المهارات الزوجية.	12
- أبعاد المهارات الزوجية.	12
- توصيف كل مهارة وأثرها في التوافق الزوجي.	13
ثالثاً: التوافق الزوجي.	43
- الأبعاد الأربعة للتوافق الزوجي.	46
- العوامل المرتبطة بالتوافق الزوجي.	47
- معوقات التوافق الزوجي.	56
- النظريات النفسية الاجتماعية المفسرة للتوافق الزوجي.	57
رابعاً: الدراسات السابقة.	66
الفصل الثالث منهج الدراسة وأدواتها وإجراءاتها	
أولاً: منهج الدراسة.	84
ثانياً: مجتمع الدراسة والعينة.	84
ثالثاً: أدوات الدراسة.	86

الموضوع	رقم الصفحة
رابعًا: إجراءات الدراسة.	101
خامسًا: الأساليب الإحصائية المستخدمة.	102
الفصل الرابع نتائج الدراسة ومناقشتها، التوصيات، والدراسات المقترحة	
أولًا: نتائج الدراسة ومناقشتها	104
- نتائج السؤال الأول	104
- نتائج السؤال الثاني	120
- نتائج السؤال الثالث	129
- نتائج السؤال الرابع	139
- نتائج السؤال الخامس	145
- نتائج السؤال السادس	148
ثانيًا: التوصيات	155
ثالثًا: الدراسات المستقبلية	156
قائمة المراجع	
المراجع العربية	157
المراجع الأجنبية	165
الملاحق	169
ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية	198

قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
85	خصائص عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة	1
89	معاملات الاتساق الداخلي لعبارات مقياس المهارات الزوجية	2
92	معاملات الارتباط البينية بين محاور مقياس المهارات الزوجية	3
94	مؤشرات ثبات الاتساق الداخلي باستخدام معامل الفا- كرونباخ لمقياس التوافق الزوجي	4
96	مفتاح تصحيح مقياس التوافق الزوجي (زواوي، 2017)	5
97	مؤشرات صدق الاتساق الداخلي باستخدام معاملات ارتباط بيرسون لأبعاد مقياس التوافق الزوجي	6
98	مؤشرات صدق الاتساق الداخلي لعبارات مقياس التوافق الزوجي	7
100	مؤشرات ثبات الاتساق الداخلي باستخدام معامل ألفا لمقياس التوافق الزوجي	8
104	ترتيب أبعاد مقياس المهارات الزوجية لدى أفراد العينة.	9
108	نتائج استجابات العينة على عبارات مهارات التواصل لدى أفراد العينة	10
109	نتائج استجابات العينة على عبارات مهارة إظهار الاحترام والثقة لدى أفراد العينة	11
110	نتائج استجابات العينة على عبارات مهارة تحمل المسؤولية لدى أفراد العينة	12

قائمة الأشكال

رقم الشكل	عنوان الشكل	رقم الصفحة
1	النسب المثوية للمهارات الزوجية المنبئة بالتوافق الزوجي	151

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
112	نتائج استجابات العينة على عبارات مهارة قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف لدى أفراد العينة	13
113	نتائج استجابات العينة على عبارات مهارة إدارة الخلافات الزوجية لدى أفراد العينة	14
114	نتائج استجابات العينة على عبارات مهارات اتخاذ القرار (شخصية، زوجية، متعلقة بالأبناء) لدى أفراد العينة	15
116	نتائج استجابات العينة على عبارات مهارات إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط لدى أفراد العينة	16
117	نتائج استجابات العينة على عبارات مهارات زوجية في العلاقة العاطفية والجنسية لدى أفراد العينة	17
120	نتائج اختبار (ت) t.test لدلالة الفروق بين الجنسين في مستوى المهارات الزوجية	18
123	نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للتعرف على دلالة الفروق بين سنوات الزواج وأبعاد المقياس	19
127	نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للتعرف على دلالة الفروق بين الفئات العمرية في أبعاد المقياس	20
129	نتائج مستوى التوافق الزوجي لدى الأزواج البحرينيين	21
132	نتائج استجابات العينة على عبارات الاتفاق الزوجي لدى أفراد العينة	22

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
135	نتائج استجابات العينة على عبارات الرضا الزوجي لدى أفراد العينة	23
137	نتائج استجابات العينة على عبارات التماسك الزوجي لدى أفراد العينة	24
138	نتائج استجابات العينة على عبارات بعد التعبير العاطفي لدى أفراد العينة	25
139	نتائج اختبار (ت) t.test لدلالة الفروق بين الجنسين في مستوى المهارات التوافق الزوجي	26
141	نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للتعرف على دلالة الفروق بين سنوات الزواج وأبعاد مقياس التوافق الزوجي.	27
143	نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للتعرف على دلالة الفروق بين الفئات العمرية في أبعاد المقياس	28
145	قيم معاملات الارتباط بيرسون للعلاقة بين المهارات الزوجية والتوافق الزوجي لدى المتزوجين البحرينيين	29
148	نتائج تحليل التباين للانحدار الخطي المتعدد لاختبار قدرة أبعاد المهارات الزوجية على التنبؤ بالتوافق الزوجي لدى المتزوجين البحرينيين.	30
149	نتائج تحليل التباين للانحدار الخطي المتعدد لاختبار حجم تأثير أبعاد المهارات الزوجية على التوافق الزوجي لدى عينة من المتزوجين البحرينيين	31

رقم الجدول	عنوان الجدول	رقم الصفحة
32	تحليل التباين للانحدار الخطي المتعدد لاختبار أهم المهارات الزوجية المنبئة بالتوافق الزوجي لدى أفراد العينة	150
33	النسب المئوية للمهارات الزوجية المنبئة بالتوافق الزوجي	151

قائمة الملحق

رقم الملحق	الملحق
1	قائمة بأسماء السادة محكمي مقياسي المهارات الزوجية والتوافق الزوجي.
2	مقياسي المهارات الزوجية والتوافق الزوجي المقدم إلى لجنة التحكيم.
3	الاستبيان الاستطلاعي المستخدم في بناء مقياس المهارات الزوجية.
4	مقياسي المهارات الزوجية والتوافق الزوجي النهائي.

الفصل الأول: مدخل عام الى الدراسة

- مقدمة الدراسة.
- مشكلة الدراسة
- أسئلة الدراسة
- اهداف الدراسة
- أهمية الدراسة
- حدود الدراسة
- مصطلحات الدراسة

المهارات الزوجية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى عينة من الأفراد المتزوجين في المجتمع البحريني

المقدمة

﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾،

إن تعدد نمط الحياة، والتغيرات المتسارعة في العالم عموماً، والمجتمع البحريني بشكل خاص، ألقى بظلاله على الحياة الزوجية ومتطلباتها، كما أن دخول المرأة لميدان العمل، وانفتاح المجتمع البحريني على المجتمعات الأخرى يتطلب من كلا الزوجين أن يمتلكا مجموعة من المهارات التي تمكنهما من تحقيق التوافق الزوجي في شتى المجالات الحياتية، والاجتماعية والأسرية والشخصية.

والزواج مرحلة انتقالية من الاعتماد على الآخرين إلى الاعتماد على الذات، ويصاحب هذا التغيير البحث عن وظيفة، واستقرار نفسي، ومتطلبات وتحديات أسرية، وعند إقبال الشباب على هذه الخطوة المستقبلية المحفوفة بالمخاطر فإن عليه مواجهة واجتياز مشكلاته، مما يبرز أهمية الاستعداد لمواجهتها عبر التعرف عليها وتفهمها، وهو ما يسبب نوعاً من قلق المستقبل لدى الشباب، لعدم وضوحه أو وصعوبة تحديد المستقبل الزوجي مما يجعله يشعره بالإحباط والخوف والانعزال عن الآخرين (خطاطبة، 2015).

إن امتلاك الزوجين لمهارات زوجية معينة من شأنه أن يسهم في مدى التوافق الزوجي، فأساليب التواصل الزوجي تعتبر من أهم المهارات التي تسهم في تقوية الروابط بين الزوجين من خلال قدرة هذه المهارة على تقريب وجهات نظر كلا الزوجين في قضايا الأسرة المصيرية، وتقوية الصلة العاطفية والتي

بدورها تؤدي الى التوافق الزوجي، كما أن الحوار الإيجابي بين الزوجين يعتبر أحد الأساليب الفعالة في معالجة مشكلات الأسرة (حلوش، 2020).

ويرى حلوش (2020) التوافق الزوجي باعتباره ميلاً نفسياً يعكس الود، والمحبة والاتفاق والعلاقة الطيبة بين كلا الزوجين، بحيث يؤثر كل منهما بالآخر ويتأثر به، ويمكن قياس درجة التوافق بما يظهره الزوجان من مؤشرات الرضا، واستقرار الحياة الأسرية، والشعور بالسكن النفسي، والانتماء العاطفي، وتقبل الآخر وتوازنهما بين بعضهما والبيئة المحيطة.

إن تعامل الشريكين مع مؤسسة الزواج باعتبارها عملاً (Celello,2009) يتطلب الجهد الحثيث من كلا الطرفين بالاستمرار في تعديل السلوك، واختيار وانتقاء الاستجابة المناسبة للمواقف الزوجية، لينتج عنه توافق زوجي، وتوافق أسري ينعكس على رقي العلاقة الزوجية، والعلاقة بين الأفراد في الأسرة الواحدة. ينتج عن التوافق الزوجي استقرار الروابط العلائقية بين كلا الزوجين من جهة، وبينهما وبين أبنائهما من جهة أخرى، وكذلك يؤثر في تعامل أفراد الأسرة بشكل فردي مع الانساق الخارجية. كما يوفر هذا التوافق الاستقرار الأسري، وبيئة مناسبة وصحية لتنشئة الأبناء، كما وسيشكل الأزواج المتوافقون لأبنائهم نموذجاً حياً في أساليب حل الخلافات، والتعامل مع الأزمات، والمشكلات التي قد تعصف بالأسرة، وسيتمكن الأبناء من إنشاء أسر مستقبلية سوية.

من هنا بدأت أهمية بحث العلاقة بين المهارات الزوجية والتوافق الزوجي، لخفض التوتر وزيادة توافق الأزواج وخفض معدلات الطلاق، والذي يؤدي إلى تراجع قلق المستقبل، ورفع الكفاءة الذاتية لدى الأزواج، وتوعيتهم بأساليب الاتصال والتواصل بين الزوجين، وتقبل الاختلافات والأهم من ذلك كله التوعية بأساليب اختيار الشريك المناسب (الحسيني، 2011).

مشكلة الدراسة

أبرزت نتائج البيانات الصادرة عن المركز الإحصائي لدول مجلس التعاون لدول الخليج العربية حول مؤشرات الزواج والطلاق إلى أن إجمالي حالات الزواج في العام 2020م بلغت 6026 حالة زواج للبحرينيين (540 منها لغير بحرينيين)، مقابل 1724 حالة طلاق (188 حالة منها لغير بحرينيين)، أي بنسبة طلاق تصل إلى 28,6% بمعدل 5 حالات طلاق باليوم.

كما أن الإحصائيات قد أشارت أنه في العام 2019 قد بلغت نسبة الطلاق 32,4% من إجمالي حالات الزواج لنفس العام. أما في العام 2018 فقد بلغت 31,9%. والعام 2017 بلغت 28,2%.

كما تشير دراسة أجراها سكوت وآخرون (2013) Scott et al.، والتي تطرقت لأسباب الطلاق، حيث أشارت الدراسة بأن هناك أسباباً للطلاق تعتبر الأكثر تكراراً، وذات علاقة بالمهارات الزوجية، كالالتزام بالواجبات الأسرية وفقدان الثقة المتبادلة بين الزوجين، والأساليب المتبعة في إدارة الخلافات الزوجية، وضعف الإدارة المالية لميزانية الأسرة، وصغر السن في الزواج المبكر والذي ينتج عنه غالباً نقص الوعي بالمهارات الزوجية.

ويلاحظ هذا الارتفاع في نسب في حالات الطلاق مقارنة بحالات الزواج في العام الواحد، مما يتطلب من الباحثين في مجال الإرشاد الأسري وضع مجموعة من الحلول والبرامج الإرشادية، التي من شأنها نشر الوعي بمجموعة من المهارات الزوجية، وأساليب التعامل مع المشكلات التي قد تعصف بالعلاقة الزوجية.

مما سبق ذكره يظهر وجود ظاهرة اجتماعية يزداد خطرها يوماً بعد آخر، مما يستوجب تسليط الضوء عليها، وإعداد الدراسات وبرامج التوعية بالمهارات الزوجية للأزواج، والتي قد يكون تأثيرها تعديل وضع الزوجين والتفاهم داخل الأسرة، مما يجعل الطلاق حلاً أخيراً بين الزوجين. إن امتلاك المهارات

الزواجية (مثل: مهارات القدرة على الحوار، مهارات الانصات، مهارات الفهم، مهارات حل المشكلات، مهارات التعبير العاطفي، مهارة التسامح، ومهارة المشاركة وتحمل المسؤولية). من شأنه أن يقلل الحاجة للطلاق، إذ سيكتشف كل الأطراف طرقاً مناسبة لحل مشكلاتهم، كما أن اكتساب مهارات متعددة يسهم في زيادة التوافق الزوجي، خصوصاً خلال مرحلة العشر سنوات الأولى التي تتسم بالصعوبة لدى الزوجين لتعقد احتياجات الأسرة وتطورها في هذه المرحلة (خطاطبة، 2015).

وتتحدد مشكلة الدراسة في محاولة الإجابة عن الأسئلة التالية:

أسئلة الدراسة:

- السؤال الأول: ما مستوى المهارات الزوجية لدى أفراد عينة الدراسة؟
- السؤال الثاني: ما الفروق في المهارات الزوجية وفقاً للجنس، وسنوات الزواج، والفئات العمرية، لدى أفراد العينة؟
- السؤال الثالث: ما مستوى التوافق الزوجي لدى أفراد العينة؟
- السؤال الرابع: ما الفروق في التوافق الزوجي وفقاً للجنس، وسنوات الزواج، والفئات العمرية، لدى أفراد العينة؟
- السؤال الخامس: هل هناك ارتباط موجب دال إحصائياً بين كل من المهارات الزوجية والمقياس الكلي للتوافق الزوجي وأبعاده الفرعية لدى أفراد العينة؟
- السؤال السادس: ما أهم المهارات الزوجية المنبئة بالتوافق الزوجي لدى أفراد العينة؟

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة إلى تحقيق ما يلي:

1. التعرف على مستوى المهارات الزوجية لدى أفراد عينة الدراسة.
2. الكشف عن الفروق في المهارات الزوجية وفقاً للجنس، وسنوات الزواج، والفئات العمرية، لدى أفراد العينة.
3. التعرف على مستوى التوافق الزوجي لدى أفراد العينة.
4. التعرف على الفروق في التوافق الزوجي وفقاً للجنس، وسنوات الزواج، والفئات العمرية، لدى أفراد العينة.
5. تبين العلاقة بين المهارات الزوجية وأبعاد التوافق الزوجي لدى أفراد العينة.
6. الكشف عن أهم المهارات الزوجية المنبئة بالتوافق الزوجي لدى أفراد العينة.

أهمية الدراسة:

تحدد أهمية الدراسة على النحو التالي:

الأهمية النظرية:

- إثراء البحوث والدراسات المحلية والعربية في مجال المهارات الزوجية والتوافق الزوجي.
- وضع تصور نظري عن أهمية امتلاك الأزواج للمهارات الزوجية لتحقيق التوافق الزوجي.
- ترجع أهمية البحث النظرية استناداً لقلة الدراسات التي تناولت هذين المتغيرين معاً.

الأهمية التطبيقية:

- الاستفادة من مقاييس الدراسة في ميدان الإرشاد الأسري في قياس كل من المهارات الزوجية والتوافق الزوجي، والذي يتمكن من تنفيذه القائمون على حل مشكلات الأزواج.
- الاستفادة من نتائجها في بناء برامج إرشادية لتأهيل المقبلين على الزواج، والمتزوجين الذين يعانون من سوء التوافق الزوجي نتيجة لغياب المهارات الزوجية.
- جعل اكتساب المهارات الزوجية مطلباً أساسياً يسعى إليه المتزوجون والمقبلون على الزواج على حد سواء، مما يسهم في تعزيز التوافق الزوجي، والذي ينتهي في نهاية الأمر لخفض حالات الطلاق بسبب زيادة ورفع مستوى التوافق بين الزوجين.

حدود الدراسة:

- الحدود الموضوعية:** تهدف الدراسة الحالية لمعرفة المهارات الزوجية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى عينة من الأفراد المتزوجين في المجتمع البحريني.
- الحدود المكانية:** محافظات مملكة البحرين الأربع وهي: العاصمة، المحرق، الشمالية، الجنوبية.
- الحدود البشرية:** اقتصرَت الدراسة على عينة استطلاعية من المتزوجين قوامها 71 شخص، وعينة أساسية قوامها (210) من الأزواج البحرينيين من مختلف الفئات العمرية وسنوات الزواج ذكوراً وإناثاً.
- الحدود الزمانية:** من شهر سبتمبر من العام 2021- شهر مايو من العام 2022م.

مصطلحات الدراسة:

1- المهارات الزوجية (Marital Skills): المهارة هي إمكانيات، ومعارف، وقدرات، وخبرات شخصية، يجب توافرها لدى الفرد لتحقيق هدف ما بطريقة محددة ودقيقة، وبقدرة على السرعة في التنفيذ (نوفل وشعيب والعفيفي، 2022). وهي مهارات فردية يظهر فيها كلا الزوجين تفاعلاً إيجابياً تجاه المواقف الحياتية الأسرية المختلفة التي تواجههما. ويمكن التعبير عنها بأنها امتلاك أحد الزوجين أو كلاهما لأساليب إيجابية، تسهم في مواجهة التحديات اليومية المستمرة. والمهارة هي الكفاءة والجودة في الأداء، وكذلك هي مجموعة من القدرات الشخصية التي تكسب الأفراد الثقة بأنفسهم، والتي تمكنهم من تحمل المسؤولية، وفهم النفس والآخرين، والتعامل معهم بطريقة ذكية، بحيث يتمكن الفرد من أخذ قرارات صائبة، والتواصل الجيد والحسم والتفاوض (أبو أسعد والخاتنتة، 2015).

وتعرف إجرائياً بأنها الدرجة التي يحصل عليها الفرد المستجيب على أبعاد مقياس المهارات الزوجية وهي: مهارات التواصل، مهارة إظهار الاحترام والثقة، مهارة تحمل المسؤولية، مهارة قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف، مهارة إدارة الخلافات الزوجية، مهارة اتخاذ القرار (شخصية، زوجية، متعلقة بالأبناء)، مهارات إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط، مهارات زوجية في العلاقة العاطفية والجنسية.

2- التوافق الزوجي (Marital Adjustment): إحدى درجات الشعور بالانتماء والراحة للطرف الآخر، سواء أكانت قليلة أم متوسطة أو كبيرة، وتشمل أيضاً تغلب الزوجين على جميع المعوقات الداخلية والخارجية، ويشمل ذلك تغيير مجموعة من العادات والسلوكيات، والإحساس بسهولة التفاهم، ووجود التقبل المتبادل بين الطرفين (حلوش، 2020). كما تم تعريفه بحسب رابطة علم

النفس الامريكية بانه: إشباع متبادل من الزوجين، وتحقيق الأهداف المشتركة، والحفاظ على درجة مناسبة من الاستقلالية الفردية لكل منهما. كما يعتبر التوافق الزوجي أحد مستويات تبادل الخبرات والمصالح والقيم، بجانب احترام الاحتياجات الفردية للشريك وأهدافه وطباعه، والإبقاء على التواصل المريح والمفتوح، والتعبير عن المشاعر، وتوضيح الأدوار، والمسئوليات، والتعاون في صنع القرار وحل المشكلات، وتربية الأبناء، وتحقيق الاشباع الجنسي المتبادل.

وتعرف منظمة الصحة العالمية جودة الحياة بأنها: تصورات الفرد لمكانته، في سياق ثقافته وأنظمة القيم التي يعيش فيها، وما يتعلق بأهدافه، وتوقعاته، ومعاييره، واهتماماته.

ويعرف قاموس علم النفس التوافق الزوجي بأنه: العملية التي يتوافق من خلالها الشركاء في الزواج، ويتغيرون إلى أدوارهم الجديدة المكملة لبعضهم البعض كفريق متكامل مكون من شخصين مستقلين، قاما بتوحيد مصالحهما، وقيمهما، فيما يشجع كل طرف فيهما الآخر على التعبير عن نفسه والتواصل بكل راحة.

ويعرفه زواوي (2017) بأنه مدى وجود تقارب بين الزوجين في عدة مجالات مثل: تسيير ميزانية الأسرة، والأمور الدينية، ومعاملة الأصدقاء، والعلاقة الجنسية، والتعبير عن الحب والعطف، واتخاذ القرارات، والأعمال المنزلية، والمسار المهني، وكذلك قلة الشجار بين الطرفين وقبول الطرف الآخر، والمشاركة معه في الحوار والضحك والمزاح، والاستعداد للتضحية في سبيل إنجاح العلاقة الزوجية. ولقد تبنت الباحثة هذا التعريف.

ويُعرّف إجرائيًا بأنه الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس سبينر للتوافق الزوجي،

والذي يعكس في نتيجته وجود توافق زواجي أم لا (زواوي، 2017).

الفصل الثاني: الإطار النظري

أولاً: المقدمة.

ثانياً: المهارات الزوجية.

- مفهوم المهارات الزوجية.
- توصيف كل مهارة وأثرها في التوافق الزوجي.

ثالثاً: التوافق الزوجي.

- مفهوم التوافق الزوجي.
- الأبعاد الأربعة للتوافق الزوجي.
- العوامل المرتبطة بالتوافق الزوجي.
- سوء التوافق الزوجي.
- معوقات التوافق الزوجي.
- النظريات النفسية الاجتماعية المفسرة للتوافق الزوجي.
- الوقاية من الخلافات الزوجية.

رابعاً: الدراسات السابقة.

الفصل الثاني

الإطار النظري

أولاً: المقدمة:

تتفق جميع الحضارات والأديان على مبدأ الزواج لتكوين الأسرة، باختلاف أشكال الزواج وأعرافه وباختلاف الحضارات والأديان. وهو فطرة خلقها الله في الإنسان كوسيلة وحيدة لتنظيم العلاقة الجنسية والإحساس بالاستقرار والمحافظة على النوع.

يرتبط معنى الزواج باقتران الرجل بالمرأة، وتتجلى عظمة الخالق في جعل الزواج من السكن والمودة والرحمة واستمرار الحياة والتوالد والإنجاب، وبحسب علماء النفس فهم يعتبرون الزواج مطلباً من مطالب النمو في فترة من حياة الإنسان، ونجاح الزواج مرتبط بسعادة الإنسان، وفي علم الاجتماع فإن الزواج هو علاقة دائمة بين الرجل والمرأة وفق ضوابط ومعايير اجتماعية منظمة من أجل بقاء النوع الإنساني بهدف الإمتاع الجنسي، وتحقيق الصحة النفسية، وإشباع الحاجة للأبوة والأمومة (دافع الوالدية)، وتحقيق السكن الروحي، وتنظيم الحقوق الزوجية (ونوغي، 2014).

وانطلاقاً من نظرية أريكسون للنمو النفسي الاجتماعي، فإن الزواج يمر بمراحل ثمانية، وهذه التحولات يطلق عليها أزمة النمو، وهذه التحولات تحدث اختلافات في أفكار الزوجين ومشاعرهما وسلوكهما في التوافق الزوجي، فيتحول التفاعل من تفاعل سلبي إلى تفاعل إيجابي يزيد من توافق الزوجين، وهذا التوافق منوط بقدرة كلا الزوجين على حل مشكلاتهما، واجتياز كل مرحلة بعلاقة قوية ومتينة، وفي حال فشل كلا الزوجين في اجتياز كل مرحلة؛ فإن الزواج لا ينتقل للمرحلة التي تليها وبالتالي لا ينمو، أو قد يحدث الطلاق.

ويستخلص في ضوء ذلك بأن الأسرة تعتبر نواة للمجتمع، وحجر أساسي يكون الجدار الاجتماعي، فمتى ما صلحت الأسرة صلح المجتمع، والاستقرار الأسري مطلب أساسي من مطالب الزواج، ويبدأ الاستقرار الأسري من استقرار الزواج، والتوافق بين الزوجين، والذي يتحقق بامتلاك الطرفين للمهارات الزوجية.

ثانيًا: المهارات الزوجية:

يعتبر الزواج من أقدم الأنظمة البشرية الاجتماعية وأكثرها تعقيدًا، حيث تطورت هذه المنظومة عبر الزمن بتغير المجتمعات وتبدلت أهدافها وتطورت واختلفت، ويعرف أبو أسعد والختاتنة (2014) الزواج بأنه نظام اجتماعي مقيد بشرائع دينية تختلف باختلاف الشعوب والأمم، كما أنها رابطة تربط بين شخصين يحاول كل منهما الاتفاق مع الآخر من أجل إنشاء أسرة صالحة في المجتمع الإنساني. تقوم السعادة في هذه المنظومة على أن يبذل كلا الطرفين جهدًا في التفاهم العميق، وإدراك كلا الطرفين لمحاسن ومساوئ الآخر.

أبعاد المهارات الزوجية:

وفي ضوء ما سبق صنفت الدراسة الحالية المهارات الزوجية وفق أبعادها الثمانية الأساسية إلى:

1. مهارات التواصل.
2. مهارة إظهار الاحترام والثقة
3. مهارة تحمل المسؤولية.
4. مهارة قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف.

5. مهارة إدارة الخلافات الزوجية.

6. مهارات اتخاذ القرار (شخصية، زوجية، متعلقة بالأبناء).

7. مهارات إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط.

8. مهارات زواجية في العلاقة العاطفية والجنسية.

1- مهارات التواصل: Communication

1-1- مفهوم التواصل الناجح:

إن وجود تواصل ناجح بين الزوجين يؤدي في النهاية إلى الرضا عن الحياة الزوجية بحسب هاريس (2018) Haris ، كما أن التواصل يعبر عن قدرة الفرد على نقل المعاني، والرسائل برموز وتعبير يفهما الطرف الآخر كما أراد المتحدث إيصالها، وكلما زادت جودة التواصل كان أفراد الأسرة أقرب لبعضهم البعض، ويمكنهم ذلك من تشارك الأفكار والمشاعر، وأن يشعر الزوجين بمزيد من القرب، وكلما كان التواصل صحيحاً قلت احتمالية وجود النزاعات بين أفراد الأسرة، كما أن التواصل الناجح بين الزوجين ينعكس على أسلوب التواصل بينهما، وتأثير كل منهما في الآخر، وإقناعه بمشاعره وأحاسيسه، وهو مهارة وفن في بناء وتأسيس واستمرارية العلاقة الزوجية الناجحة.

وترى الباحثة أن نجاح الحياة الزوجية يعكس نجاح أساليب التواصل بين الزوجين، واتباع آليات إيجابية جيدة في الحوار الزوجي، وامتلاك الزوجين لفن الاستماع وأساليب التواصل الجيدة؛ من شأنه الإسهام في حل العقبات، والمشكلات التي تواجه الزوجين، سواء بشأن علاقتهما معاً، أم بشأن المسؤوليات المشتركة بينهما.

1-2- الحوار الزوجي:

وما يعزز التواصل الزوجي هو غرس ثقافة الحوار بين أفراد الأسرة من أجل صناعة الأهداف المشتركة داخل الأسرة الواحدة، ويقلل الخلافات ويزيد التفهم، كما يعزز مهارات التواصل الفعال، كمهارة الاستماع والتغاضي وتقبل الآخر بمميزاته والتغاضي عن عيوبه، وتقريب وجهات النظر المختلفة. يعتبر التواصل من المهارات الحياتية الأساسية التي تحدد سعادة الإنسان، ومهارة الاستماع أحد أهم المهارات الاتصالية، فعندما يفقد الحديث قيمته؛ يسعى كل طرف من أطراف العملية الحوارية لإبراز وجهة نظره دون الاهتمام بالاستماع للطرف الآخر، فلا يعلم ما يزعجه وما يؤلمه وماذا يريد. ومن يفتقر لمهارة الاستماع قد يسهم في إيصال رسالة للطرف الآخر بأنه لا يهتم إلا بنفسه، وأن مشاعر الطرف الآخر غير ذات قيمة بالنسبة له.

1-3- مهارة الاستماع:

والاستماع بحسب ماكي وديفز وفانينغ (2018) McKay, Davis, and Fanning لا يتحقق إلا ببنية الاستماع الحقيقي، إذ أنه لا يمكن للفرد أن يستمع جيدًا إلا إذا كانت لديه الدوافع التالية للاستماع مثل: فهم شخص ما، المتعة في الحديث مع الشخص، تعلم شيء جديد يود تعلمه، أو تقديم المساعدة أو التعزية. ومفتاح الاستماع الحقيقي هي الرغبة في القيام به، أما الاستماع الزائف قد يجعل الآخرين يحبونه، ولكن لن يتمكن من فهم احتياجاتهم الحقيقية، ويتشكل الاستماع الزائف بسبب معوقات الاستماع، وقد يمتلك فرد ما كل هذه المعوقات أو جزء منها، وهي كالتالي:

1- المقارنة (Comparing): أن يقارن الفرد بين ذكائه وكفاءته وصحته عاطفيًا، وتلك التي يمتلكها الفرد المستمع إليه، والتفكير فيمن هو الضحية الأكبر. فكلما حاول المستمع إصدار حكم ما على الطرف الآخر ومقارنته بذاته، كلما شكل ذلك عائقًا أمام الاستماع الحقيقي.

2- بحث المستمع عما وراء الكلام (Mind Reading): غالبًا من يمتلك هذه العادة يصعب عليه أن يكون مستمعًا جيدًا، بسبب عدم تمكنه من التركيز على ما يصرح به المتحدث، بقدر البحث عما وراء السطور والكلمات، ويميل لعدم تصديق ما يتم قوله مما يؤدي لعدم الانسجام والتوافق والذي ينتج عنه عدم الراحة والاستجابة الباردة وتدمير العلاقة (شحرور، 2009).

3- التفكير في الرد على المتحدث (Rehearsing): تعتبر إحدى معوقات الاستماع، إذ أن الشخص لا يستمع حقيقة للمتحدث بقدر ما يفكر في كيفية الرد على الكلام أو ما يتوقع أنه سيؤول إليه الحديث.

4- الاستماع لما يريده المستمع فقط (Filtering): عندما يكون الهدف من الحديث الاستماع لأقوال محددة فقط، فإن متلقي الرسالة لن يستمع بالمقدار الصحيح والكافي، إذ أنه يسمع لما يريد سماعه فقط، وما يحقق له الاطمئنان ويتناسب مع حالته المزاجية دون الطرف الآخر. وكذلك قد يتجنب المستمع ببساطة عدم الاستماع للأقوال التي قد تشكل لك تهديدًا سلبيًا أو حرجًا مزعجًا، ويتدخل في ذلك اللاواعي لدى الفرد الذي يوجهه لمواقف معينة لا يعيها الإنسان في مواقفه من الاتصالات المختلفة (شحرور، 2009).

5- إصدار الأحكام (Judging): إذا ما أصدر المستمع حكمًا مسبقًا على ذكاء الشخص الذي أمامه، أو صحته النفسية، أو أي شيء آخر؛ فهذا معناه أنه قام بإلغائه، وتوقف عن استماعه، لذا فالقاعدة بالنسبة للمستمع هنا هي عدم إصدار الأحكام قبل الاستماع الجيد وتقييم محتوى الرسالة.

6- مطابقة المستمع خبرته بخبرة المتحدث (Identifying): عندما يبدأ المتحدث بسرد حدث صعب صار معه، فيبدأ المستمع بالمقابل بسرد تجربة سابقة مشابهة، بحيث لا يعطي المتحدث فرصة للتعبير والإفصاح عما يريد قوله، واعتبار أن قصتهما واحدة.

7- تقديم النصح (Advising): عندما يبدأ شخص ما بسرد مشكلته، ويبدأ المستمع بالانشغال بالنصيحة المناسبة، فإن أهم ما في كلامه قد فاتته أثناء التفكير في النصيحة الأنسب، وقد يشعر المتحدث بالوحدة والألم لعدم تواجد المستمع معه.

8- كثرة المجادلة (Sparring): عندما ينصب تفكير المستمع في إيجاد أشياء لا يوافق عليها والتركيز على الأخطاء في حديث من هو أمامه، فتفكيره في الجدل والنقاش يعيق فهمه واستماعه السليم، وأفضل طريقة للتخلص من هذه العادة أن يكرر المستمع ويعترف بما سمعه. ومن إحدى أساليب هذا النوع من معوقات الاستماع هو الرد السلبي على الإطار الإيجابي، ويعتبر أبو السعيد وعابد (2014) هذا النمط من الاستماع من معوقات التواصل مع الآخرين.

9- الانتصار والكون على حق دائما (Being Right): عندما يكون الشغل الشاغل للشخص أن يكون محقًا دائمًا؛ فإنه من الصعب عليه أن يكون مستمعًا جيدًا. سيبدل قصارى جهده في تحريف الحقائق، والبدء في الصراخ، وتقديم الأعذار وتوجيه الاتهامات، واسترجاع الأخطاء السابقة للطرف الآخر، وتذكيره بها لتجنب ذكر أخطائه الحالية، فلا يقبل الاقتراحات ولا التغيير؛ فالقناعات بالنسبة لهذا الشخص لا تتزعزع، وعدم الإقرار بالخطأ يعني استمراره.

10- تغيير موضوع الحوار (Derailing): محاولة إخراج الحديث عن مساره وعن موضوعه الأساسي باستخدام الفكاهة، لتجنب الملل والانزعاج أو القلق من الجدية، فيبدأ المستمع بالسخرية معيًّا الاستماع الجيد للطرف الآخر.

11- الاسترضاء (Placating): رغبة المستمع في استرضاء المتحدث تجعله نصف مستمع، لأنه لا يدخل في حقائق الحديث، ولا ينظر للأمور بموضوعية، بسبب رغبته في أن يكون لطيفًا ومحبوبًا ومقبولًا، ومتجنبًا للصراع؛ وبذلك فإنه لا يتحقق الاستماع الجيد والحقيقي.

مما سبق يمكن استخلاص أنه على الفرد أن يتقن مهارة الاستماع، ومتى ما تعرف على معوقات الاستماع السابق ذكرها، فإنه يدرب نفسه على تجنبها أثناء الحوار الزوجي للوصول لحلول صحية لحل المشكلات الأسرية، عن طرق الفهم المناسب للطرف الآخر، فمتى ما وجدت هذه المعوقات فإنها مع تقدم الحياة الأسرية والزواجية وتعقدها؛ فإن هذه المشكلات الكامنة قد تبرز على السطح على هيئة تراكمات بين الزوجين قد تحدث شرخاً في العلاقة الزوجية، وتؤثر سلباً على التوافق الزوجي، وقد تعيق التواصل داخل الأسرة بين الزوجين وكذلك مع الأبناء. إن زيادة وعي كل فرد بذاته وبالمواقف التي تولد معيقات الاستماع تجعله أكثر قدرة على التحكم في المواقف السلبية وجعلها أقل تكراراً، مما يؤدي به إلى الاستماع الجيد.

صنف ماكي وآخرون (2018) McKay, et al الاستماع الجيد والمؤثر لأربع خطوات هي: الاستماع النشط والفعال (Listening actively) كإعادة الصياغة والاستيضاح وإعطاء التغذية الراجعة، الاستماع بتعاطف (Empathy)، الاستماع بانفتاح (Openness)، والاستماع بوعي (Listening with Awareness).

1- الاستماع النشط والفعال (Listening Actively):

- إعادة الصياغة (Paraphrasing):

وبحسب ماكي وآخرون (2018) McKay, et al إعادة الصياغة تعني التفاعل مع المتحدث وإعادة صياغة ما يود قوله بأسلوب خاص عن طريق طرح الأسئلة وإبداء الرأي لمحاوله فهم ما يقوله الطرف الآخر بدلاً من المعوقات التي تمنع الاستماع الجيد وتعيق الفهم للطرف الآخر، وتحقق عملية الاستماع الإيجابي. كما أن إعادة الصياغة أثناء الاستماع تجعل المستمع نشط وتحقق عدة فوائد منها: إحساس الطرف الآخر بأنه مسموع، كما يوقف تصعيد الغضب ويهدئ من الأزمة، ويوقف سوء الفهم الحاصل ويصحح الافتراضات الخاطئة والتفسيرات غير الصحيحة، كما يجعل المستمع يتذكر تمامًا ما قيل

من قبل المتحدث وسيقضي على معيقات الاستماع، ويستلزم ذلك من الفرد وعيًا ذاتيًا بذاته في تقييمه للأفكار والأحداث والتجارب المحيطة (أبو السعيد وعابد، 2014).

- الاستيضاح (Clarifying):

وغالبًا ما يصاحب الاستيضاح إعادة الصياغة، أي بمعنى أن يطرح المستمع أسئلة للحصول على الصورة الواضحة والصحيحة للكلام الذي يود المتحدث إيصاله، وهدف الاستيضاح هو الفهم الكامل لما يقال، فغالبًا هناك خلفية ومعلومات للأحداث الظاهرة أو أحكام مسبقة ومواقف تسببت في ظهور ردود فعل لموقف معين، ففهم الظروف يساعد على توضيح العموميات الغامضة، فيتمكن المستمع من الاستماع للأحداث في سياق ما يعتقد الشخص المتحدث وما يشعر به والتاريخ ذو الصلة، كما يشعر المتحدث بأن المستمع مهتم به وتصله الرسالة كالتالي : "أنا على استعداد للعمل على معرفتك وفهمك" .

- إعطاء التغذية الراجعة -ردود الأفعال- (Giving Feedback):

الاستماع النشط والفعال يعتمد بشكل كبير على رد الفعل، فبعد أن تمت إعادة الصياغة من قبل المستمع، واستوضح المعاني والصورة الحقيقية؛ عند هذه النقطة يمكنه إبراز وإظهار ردود فعله، والتحدث عنها دون إطلاق الأحكام أو الشجار، فالمستمع في هذه المرحلة تمكن تمامًا من مشاهدة لغة جسد المتحدث، واستمع إلى نبرة صوته، وتمكن من الوصول لاستنتاجات وتصورات حول محتوى الاتصال.

وللتمكن من التحقق من هذه التصورات يمكن للمستمع القيام بتوصيف مبدئي للتأكد مما إذا كان حدسه صحيحًا، مما يساعد المتحدث أيضًا على فهم تأثير اتصاله، وفرصه لتصحيح الأخطاء والمفاهيم الخاطئة والحصول على وجهات نظر جديدة وذات قيمة. ولإعطاء رد الفعل هناك ثلاث قواعد مهمة: يجب أن يكون فوريًا، وصادقًا، وداعمًا. لأن تأجيل الملاحظات لبضع ساعات يجعل الأمر أقل قيمة بكثير، كما أن الصدق من قبل المستمع لا يعني إحراج الطرف الآخر أو جرحه، بل بلطف دون التسبب بضرر أو تحفيز حالته الدفاعية، مع التركيز على أن تكون العبارات داعمة.

- الاستماع بتعاطف (Empathy):

ليتمكن المستمع من الاستماع بتعاطف عليه إدراك أن كل الأفراد يتشاركون نفس الصراع من أجل البقاء جسديًا ونفسيًا، وكل الأفعال غير المناسبة إنما هي أساليب غير مناسبة من أجل البقاء والتمسك بالحياة. أي أن بعض الأفراد لديهم أساليب أفضل من غيرهم في التقليل من الألم، ومن أجل البقاء الجسدي والنفسي، وأسلوب التعاطف مفيد في حالة وجد الشخص صعوبة في الاستماع للطرف الآخر، بسبب إفراطه في شفقته على نفسه، أو الانتقاد المفرط والغضب الشديد، وقد تساعد الأسئلة التالية في وصول المستمع للتعاطف وهي: ما سبب حاجة الطرف الآخر للغضب؟ ما هو الخطر الذي يواجهه؟ وما هي طلباته وتوقعاته؟

2- الاستماع بانفتاح (Openness):

لذا وبحسب أبو السعيد وآخرون (2014) فإن المرونة أثناء التواصل تحقق الفائدة أكثر من الصرامة، حيث أن التغيير سمات العقل المنفتح لتحقيق التواصل الجيد، والاستماع بتقبل لاختلاف الأفكار التي من الممكن سماعها، لأن إصدار المستمع للأحكام، وبحثه عن الأخطاء من أجل الحديث عنها مع جماعة أخرى متعاطفة مع أفكاره؛ من شأنه أن يسبب للمتلقي أضرارًا من عده نواحي، كأن يواجه مشكله كونه مخطئًا، وسيكون آخر من يعلم بذلك، كما أنه لن تنمو فكريًا، لأنه انتقائي في استماع الأفكار، ويستمع فقط لما يتطابق مع وجهات نظره التي يعتقد بها، وقد يدفعه ذلك لخسارة أشخاص في حياته جديرين بالاهتمام من قبله لمجرد أنهم يختلفون معه في الأفكار ووجهات النظر؛ ونتيجة لذلك قد يخسر اهتمام هؤلاء الأفراد لأنه كثير الجدل وقد يفقد الكثير من المعلومات والخبرات المهمة نتيجة لذلك.

ليتمكن المستمع من الاستماع بانفتاح عليه أن يغير نظريته للأفكار التي يحملها، فلا يربط الفرد أفكاره باحترامه لذاته، ويتعامل مع الأفكار على أنها فرضيات ممكن دحضها أو تعديلها. فستغير فكرته من أن بناء احترامه لذاته لا يعني أن يكون دائمًا على حق. كما أن الاستماع بانفتاح هي مهارة يمكنه

تعلمها عن طريق تمرين تبادل الأدوار مع شخص مقرب في موضوع خلافي غير شديد يتبنى فيه وجهة نظر مخالفة لرأيه ويبدأ بالدفاع عنها.

لذا فإن الاستماع بانفتاح يتطلب من المتلقي الاستماع الكامل قبل الحكم وقبل التقييم، لأن البناء على الأفكار والخبرات السابقة حتماً لن يفيد المستمع في الانفتاح على الطرف الآخر.

3- الاستماع بوعي (Listening with Awareness):

يتم الاستماع الواعي حسب ماكي وآخرون (McKay, et al. (2018 بطريقتين هما: الأولى تتم بمقارنة ما يقال بالمعرفة الخاصة، والماضي وطريقة سير الأمور، وتتم الطريقة الأولى دون إصدار الأحكام. أما الطريقة الثانية هي الاستماع مع مطابقة نبرة الصوت، وتعبيرات الوجه، ووقفه الفرد، ولغة جسد الفرد مع محتوى اتصالاته. وعليك كمستمع توضيح التناقض وإبداء الرأي، وإلا فإن تجاهل ذلك يؤدي إلى وصول رسالة غير مكتملة.

1-4- شروط نجاح التواصل الزوجي:

وبحسب حلوش (2020) فإن للتواصل الزوجي شروط تؤدي لنجاحه ويمكن القول إن أجواء التواصل الهادئة غير المشحونة بعيداً عن الانفعال العاطفي المليء بالتشاؤم والغضب، ومشاعر الخوف، والمثقل بالضغط النفسية والإحساس بالإهانة من الطرف الآخر، كما أن للاستعداد النفسي الحوار، والرغبة المتبادلة للحوار من كلا الطرفين دوراً في إنجاح هذا التواصل، حيث يبدأ التواصل الناجح عادة بتحديد الموضوع على ألا يكون الهدف النتيجة بذاتها، وإنما الرغبة في تقوية العاطفة والرابطة والثقة بين الزوجين في جو يسوده الاحترام والتقدير للآخر.

التواصل الناجح ليس الهدف منه تغيير وجهة نظر الآخر وإنما شرح وجهة النظر الشخصية بعيداً عن التشدد في الرأي، بحيث يتاح لكل طرف الفرصة الكافية للاستيضاح، وطرح المواضيع المراد البحث عن حلول بشأنها في جو من التقبل واحترام طبيعة الطرف الآخر.

1-5- أشكال التواصل الزوجي:

ومن أشكال التواصل الزوجي التواصل العقلي الشائع، والمركز على نقل الأفكار والمفاهيم ذات العلاقة بالأسرة ومتطلباتها واحتياجاتها، وتواصل الوجدان والمرتكز على فهم مشاعر الآخرين والإحساس بما يحس به الطرف الآخر، مما يسهل الوصول لعقولهم والتأثير فيهم، والشكل الثالث من أشكال التواصل هو التواصل الزوجي التوافقي واللاتوافقي، حيث يقوم التواصل التوافقي على تقريب آراء الشريكين. وبحسب بلحسيني ونوبيات (2013) فإنه توجد أربعة من أشكال من التواصل الزوجي اللاتوافقي المستندة على نظرية ساتير: حيث يقوم الشكل الأول على (الاسترضاء) للطرف الآخر والانصياع لآراء الشريك ومواقفه، أما الشكل الآخر للتواصل حسب ساتير فهو اللوم، الذي يعتقد أنه دائماً على صواب ويتحكم في الآخرين، حيث يشعر شركاءهم دائماً بأنهم محط انتقاد ولوم. أما الشكل الثالث من أنماط التواصل الزوجي اللاتوافقي فهو المنطقية الزائدة، والمركزة على إظهار قوة المنطق مقابل إهمال المشاعر، ونقص التعاطف وفهم الآخر في العلاقة الزوجية، كما أن هناك نمط من أنماط التواصل المسمى باللاعقلانية والخروج عن الموضوع، بحيث يركز هذا النمط على جذب الاهتمام وتلبية الاحتياجات الذاتية فقط مما يشعر الشريك بقلة أهميته.

1-6- أساليب التواصل الزوجي:

تتباين شخصية الأزواج بشكل كبير، كما تتباين أيضًا أساليب التواصل الزوجي بسبب اختلاف بيئة المنشأ، وطبيعة التنشئة الاجتماعية في أسرهم الأصلية، كما قد يتميز كل فرد بأسلوب تواصل معين أو قد يستعمل أسلوب آخر حسب الموقف الأسري والزوجي، ومن أساليب التواصل حسب تصنيف بلحسيني وآخرون (2013):

1- الأسلوب العقلاني والذي يتصف بالاتزان وضبط الانفعالات في مختلف المواقف الحياتية، وما

يؤخذ على هذا الأسلوب غياب الدفء والعاطفة بين الزوجين، مما يؤدي للتباعد التدريجي.

2- الأسلوب الاحتكاري: سيطرة أحد الزوجين على شريكه، وفي الغالب تكون السيطرة من طرف

الزوج، والذي يقابل بالخضوع من قبل الزوجة لأوامره مما يجعل طابع الحوار متباعدًا، واتخاذ

القرارات لمواجهة المشكلات غير تشاركي.

3- الأسلوب التكافؤي: والذي يتميز بالانسجام، حيث يتشارك الزوجان في اتخاذ القرارات المتعلقة

بأسرتهما، بحث يتم تجاوز الخلافات بمرونة دون أن تؤثر على استقرار علاقتهما الزوجية.

4- أسلوب المناورة: يتفادى فيه الزوجان المواقف التي تسبب الحرج، وتتسبب في الدخول بصراعات

مهددة للعلاقة باستخدام طرق متنوعة، كاستئثار الشعور بالذنب لدى الشريك.

5- الأسلوب الهجومي: وهو توجيه النقد للشريك والتعالي عليه، ويتولد هذا الأسلوب في الأسر التي

تعيش الصراع والتباعد بشكل مستمر بين الشريكين، مما يؤثر سلبيًا على التوافق بين الزوجين.

6- الأسلوب التوكيدي: يتميز بالتعبير الصادق عن المشاعر الحقيقية دونما تعدي على حقوق الطرف

الآخر في العلاقة الزوجية، حيث يركز التعبير بشكل أساسي على مراعاة مشاعر وآراء الطرف

الآخر، فيظهر هذا الأسلوب نتائج إيجابية على الزوجين.

7- الأسلوب غير التوكيدي: يتميز بسلوك الشريك التجنبي للصراع، عن طريق الاعتذار المبالغ فيه،

والتنازل عن بعض الحقوق في العلاقة الزوجية، مما يقلل من قيمة الشخص الذي يتنازل.

8- الأسلوب التكاملي: يعتبر أفضل الأساليب التواصلية بين الزوجين، بحيث يكمل كل منهما الآخر،

أي يمتلك كلاهما خبرة تختلف عن الآخر، ويقوم بتوظيف هذه المهارة أو الخبرة في إدارة شؤون

الأسرة.

مما سبق يتبين أن اختيار الزوجين لأسلوب التواصل الزوجي الصحيح له دور في تعميق التواصل

بينهما، فالأسلوب التكاملي يعتبر أفضل أساليب التواصل، كونه يثري العلاقة بحيث يقوي كل طرف شريكه،

ويقدم الدعم له في مجال خبرته الذي يتمكن منه، ويستفيدان من الخبرات المختلفة بحيث يكمل كل طرف

الطرف الآخر في إدارة الشؤون الزوجية، ويتحقق ذلك عن طريق قيامهما بمسئولياتهما، وتواصلهما بشكل

جيد، وتعبير كل طرف عن حاجته التكميلية التي ينتظرها ويتوقعها من شريكه.

1-7- الصراحة بين الطرفين ووضوح الرسالة

الرسائل الكاملة بين الزوجين غالباً ما تتضمن جميع أنواع التعبيرات الأربعة: وهي ما يراه الفرد

ويفكر به ويشعر به ويحتاجه. إن العلاقة الزوجية وتقوم على الصراحة، ووصول الرسالة بشكل كامل

للطرف الآخر. فلا يمكن لشريك الحياة أن يعرف الحقيقة دون أن يشاركه الشريك بها وبجميع خبراته. إذ

يجب ألا يخفي ما يشعر به من الغضب، ولا يقوم بسحق رغباته. وهذا يتطلب منه توضيح كامل وواضح

لرأيه ووجهة نظره ومشاعره للطرف الآخر، واستنتاجاته واحتمالاته التغيير المتوقعة، وعلى الشريك أن

يكون صريحاً، ويقدم الاقتراحات، وإذا لم يفعل ذلك فإنه يترك رسالة ناقصة لشريكه تولد نوعاً من انعدام

الثقة بين الطرفين، وقد لا يتمكن الطرفان من معرفة أسبابه، ولكنه ناتج عن تراكمات من نقص الوضوح

والصراحة بينهما (McKay, et al., 2018, p9).

ويرى ماكي وآخرون (McKay et al., 2018) أن هناك خمس قواعد للرسائل في التعبير والمصارحة وإظهار المشاعر، يجب أن تكون الرسائل فورية، واضحة، مباشرة، مستقيمة، وداعمة. أي تكون الرسائل مباشرة عن طريق عدم افتراض أن الطرف الآخر لديه المعرفة المسبقة لما يعتقد أو يريده، فالمراوغة مكلفة عاطفياً، والصراحة والتواصل المباشر تعني عدم القيام بأي افتراضات ولا تلميحات لاحتياجات قد لا يفهمها الطرف الآخر؛ لأنها غالباً ما سيتم تجاهلها أو يساء تفسيرها. عندما تكون الرسائل فورية، فيراد بها عدم تأخير التعبير عن الضيق والغضب حتى لا تتفاقم، واللجوء بدل ذلك للمصارحة المباشرة، لأنه قد يتحول شعور الضيق والإحباط إلى انزعاج مزمن، وسيتحول التعبير عن الغضب من المصارحة المباشرة إلى استعمال طرق خفية أو عدوانية سلبية. وللتعبير المباشر والصراحة ميزتان: أولاًهما أن يتعلم الأشخاص ما يريدونه، ويعدلون سلوكهم وفق ذلك، والآخرى: أن الصراحة والتواصل الفوري يزيد من قوة العلاقة؛ لأن الأشياء والمواقف تصبح قديمة ولا يتذكرها الطرفان.

وضوح الرسالة يعني الانعكاس الكامل والدقيق للأفكار والمشاعر والاحتياجات والملاحظات حتى لا تكون عرضة لتفسيرات نفسية غير سليمة. ووضوحها يعتمد على مدى وعي المتحدث. ومن الأمور التي تساعد في أن يكون المتحدث واضحاً: عدم البدء بسؤال يراد به التعبير عن وضع معين، كما يجب أن تكون الرسالة متوافقة مع لغة الجسد ونبرة الصوت، وتجنب الرسائل المزدوجة التي تحمل معنيين متناقضين، كما أن التعبير الواضح عن الرغبات والمشاعر أفضل من التلميح الذي يربك الطرف الآخر، كما أن على المتحدث التمييز بين ملاحظاته الحالية، والأفكار السابقة في سياق أحداث قد تؤدي لإشعال نزاع بين الزوجين، كما أن الالتزام بالموضوع المطروح يجعل الرسالة أكثر صراحة ووضوحاً (McKay, et al., 2018, p47).

وبحسب ماكي وآخرون (McKay, et al., 2018)، أن الرسائل المقنعة والأجندات الخفية من شأنها تدمير العلاقة الزوجية، والقضاء على الوضوح في العلاقة، ويجعل الشخص في موقع المتلاعب،

إذ يجب أن تكون الرسائل مستقيمة، والغرض المعلن منها مطابق للغرض الحقيقي من التواصل، كما يجب أن تكون الرسائل داعمة، ويكون الطرف الآخر قادرًا على سماعها دون انزعاج أو استفزاز للدفاع عن نفسه، وألا يكون الهدف منها إيذاء الطرف الآخر أو تعظيم نفسي. والتواصل الداعم يعني عدم التفكير في الفوز أو الخسارة، ومن هو المحق، فالهدف هنا التواصل وليس الفوز أو انتقاد الطرف الآخر، وفي حال الإحساس بهذه المشاعر يجب مصارحة الطرف الآخر للحد من ضررها على عملية التواصل. وترى الباحثة أن وضوح الرسالة يعكس وضوح التواصل، وعدم وضوحها يعتبر عنصر من عناصر تشويش العملية الاتصالية والحوار بين الزوجين، ولكي تكون الرسالة واضحة فإنه على الشريك التركيز على الهدف من الرسالة حتى لا يتشعب الحوار الزوجي لعدة مواضيع ويحدث الخلاف الزوجي ويتشتت الهدف الأساسي من الرسالة ولا يتحقق.

1-8- دور التواصل الزوجي في التوافق الزوجي

تعتبر قدرة الفرد على تطوير أساليب للتواصل بينه وبين شريكه باتباع الشروط الأساسية لنجاح الحوار الزوجي هي أحد الأبعاد الأساسية للتوافق بين الزوجين (حلوش، 2020)، فالبيت الذي يغيب فيه التواصل الجيد في الغالب يسيطر عليه البرود العاطفي، والحرمان من توفير الكثير من الاحتياجات، والاعترا ب الزوجي، مما يؤدي لتباعد الزوجين، فمتى كان التفاعل إيجابيًا سادت المشاعر الواضحة، وسهلت عملية تلاشي سوء الفهم في القضايا الأسرية والعلائقية المشتركة، وهي أحد المتطلبات الأساسية لتحقيق التوافق الزوجي.

جوهر الحياة الزوجية هو التواصل الجيد بين الزوجين، مما يحقق الرضا عن العلاقة والاستقرار، وتلبية الحاجات وفق نظرية التبادل الاجتماعي، والتي محورها الربح الاجتماعي، فيبذل أحد الزوجين جهدًا مقابل تحقيق ربح التوافق الزوجي.

وخلص حلوش (2020) إلى أن التواصل الزوجي مهارة مهمة لتقوية العلاقة الزوجية لتقريب وجهات النظر في القضايا المصيرية الأسرية لتقوية العلاقة العاطفية لتحقيق التوافق الزوجي والأسري، فالحوار بين الزوجين أحدهما مع الآخر من جهة، وبينهما وبين باقي أفراد الأسرة من جهة أخرى هو الأسلوب الأمثل لعلاج المشكلات الزوجية والأسرية.

وترى الباحثة أن الحوار الزوجي هو أحد الأساليب التي تمكن الزوجان من إظهار أهمية العلاقة الزوجية، واهتمام كل طرف منهما بالاستماع للآخر دليل على اهتمام الشريكين بمشاعر بعضهما، وأن العلاقة الزوجية ذات قيمة عليا تسبق أي قيمة أخرى وأي اعتبارات شخصية، ومتى ما أحس الشريك بأن شريكه أولى للعلاقة الزوجية قيمة واهتمام، فإن ذلك يسهم في استقرار العلاقة، وتحسين التواصل الزوجي، والتقليل من معيقات التواصل التي قد تنشأ بين الزوجين. كما أن الحوار داخل الأسرة ككل بشراكة الأبناء من شأنه أن يثري الحياة الأسرية بمجموعة من المقترحات، ويجعل الأبناء أكثر ولاءً تجاه القوانين الأسرية، ولديهم قابلية أكثر في تنفيذها كونهم شركاء في وضع هذه القوانين داخل الأسرة.

2. مهارة إظهار الاحترام والثقة Showing Respect and Confidence

العلاقة الزوجية السوية هي مفهوم واسع، ومن مؤشرات السواء في هذه العلاقة احترام الخلافات وتحمل المسؤولية تجاه هذه العلاقة، والاستعداد لمراجعة الذات وتصحيح الأخطاء، كما أن أحد أهم الاعتبارات الأساسية في الاحترام هي طرق التعامل مع الاختلافات بين الأفراد، وذكر إيكستين وإيكستين (2013) Eckstein and Eckstein أن الأفراد ينجذبون عاطفياً بشكل كبير لمن يشبههم مما يعني التوافق الزوجي.

يوجد مجموعة من السلوكيات التي يظهرها الأزواج يمكن أن تعبر عن الاحترام للشريك، مثل التواصل البصري الجيد (ويختلف أسلوب التواصل البصري من ثقافة لأخرى)، كما أن استعمال تعابير

وجه ودية، ولغة جسد منفتحة، واستعمال (سلوكيات القبول) مثل الابتسامات، والإيماءات، وغيرها من حركات الجسد، كالجلوس المنتصب، ومنح الشريك فرصة للتعبير عن ذاته وأفكاره ومشاعره واحتياجاته ومعتقداته ووجهة النظر. وفي حالة الاختلاف مع الشريك يمكنهما تذكر الآخر بأن الخلاف في الرأي الشخصي وليس اختلاف كحقيقة للعلاقة. يمكن للشريكين الاتفاق على الاختلاف، ويكون الحديث بهدوء ووضوح وثبات في الصوت كلما أمكن مع تجنب مقاطعة الشريك، مع إظهار التقدير والمراعاة لآراء الشريك واحتياجاته، مما يؤثر إيجابياً على التوافق الزوجي.

وترى الباحثة أنه كلما أظهر الشريك الاحترام لشريكه سواء بنبرة الصوت، أم بلغة الجسد، أو بأسلوب الحوار، وحتى باختيار المصطلحات وانتقائها أثناء الحديث وكذلك اختيار المسميات التي يلقب أو ينادي شريكه بها؛ زاد التوافق الزوجي وصارت العلاقة أقوى. كما أن بناء الثقة بين الزوجين هو حصيلة تراكمات لمواقف زوجية أظهر الزوجان فيها ردود فعل إيجابية تعزز الثقة، أو سلبية تهز الثقة بين الزوجين وتعدمها، لذا فإنه على الشريكين التحلي بالمصادقية في التعامل مع شريكه لكسب ثقته، وتجنب كثرة الشك وتقليل الثقة في الشريك، التي تؤدي إلى تسميم العلاقة الزوجية، وفقدان الثقة والأمان في العلاقة الزوجية.

3. مهارة تحمل المسؤولية Take Responsibility

ويرى إيكستين وآخرون (2013) Eckstein et al. أن تحمل المسؤولية له جانبان، الأول هو القابلية للاستجابة باحترام للشريك رغم الاختلافات، والجانب الآخر هو تحمل المسؤولية للتصرفات الشخصية، بحيث يكون الفرد مسؤولاً وجديراً بالثقة ويمكن الاعتماد عليه. ومن مؤشرات تحمل المسؤولية الاستجابة باحترام خلال تضارب الآراء واختلافها، حيث يعتبر عاملاً مهماً لعلاقة زوجية صحية. ومن المؤشرات والاتجاهات في تحديد التفاعل باحترام بين الشريكين هي التواصل اللفظي المباشر والمفصل،

والتعبير عن المشاعر والاحتياجات. كما أن تحديد المسؤوليات ومعرفة كل طرف ما يتوجب عليه فعله، ومن شروطه التعبير وإخبار الشريك بحقيقة المشاعر وطبيعة الاحتياجات في المواقف الذي قد يسبب توترًا مؤقتًا، بحيث يتم عرض المشكلة شريطة أن يكون الانتقاد في أقل مستوى، دون جعل الطرف الآخر يشعر بشكل سيء. كما أن القبول بتحمل جزء من المسؤولية الشخصية في حصول المشكلة في الحال يعتبر جزءًا من مهارة تحمل المسؤولية التي تزيد من التوافق الزوجي، كما أن تحديد المواضيع التي تستحق الخلاف الزوجي من تلك التي لا تستحق الخوض فيها وجعلها تمر بسلام هي من مهارات تحمل المسؤولية. وتعتقد الباحثة بأن مهارة تحمل المسؤولية من المهارات المتشعبة التي يندرج تحتها العديد من المسميات، فالحرص على استمرارية العلاقة يعتبر تحمل للمسؤولية، كما أن تشارك المسؤوليات الأسرية والزوجية يعتبر تحملاً للمسؤولية، ومراعاة مشاعر الشريك الآخر وظروفه كذلك، وحسن العلاقة مع أهل الشريك ورعاية الأبناء وتربيتهم وغيرها من الأمور. ويعتبر تحمل المسؤولية مشاعر لدى الشريك يتولد عنها سلوك إيجابي من الشخص يسعى فيه لتحقيق الأفضل للعلاقة الزوجية ومحاولة تحقيق وضع زوجي نفسي وأسري أفضل ومريح لكلا الطرفين.

4. مهارة قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف. Accepting the Other in Spite of Differences

الاختلاف سنة كونية، فلا بد للزوجين أن يكونا مستعدين نفسيًا ليقبل كل منهما الآخر، ويسعيان للتقارب مع مرور الخبرات الزوجية ومع الأيام.

لا يوجد زوجان يتفقان في كل شيء، فالاتفاق بنسبة 50% يعتبر جيد، ونادرًا ما تبلغ 70%، ومع تقدم الحياة الزوجية يزداد التوافق الزوجي والتفاهم ويتقلص مستوى الخلاف، لذا لا بد من أن يتهيأ كلا الشريكين لهذا الاختلاف ويسعيان لتقبله من أجل نجاح الحياة الزوجية (الشعال، 2011).

هناك أساليب كثيرة من الممكن أن تعزز علاقة زوجية صحية رغم الاختلاف (احترام الاختلافات):
الذي يشمل الاختلافات في الشخصية، والسلوك، ونمط الحياة، والنوع، والعمر، والثقافة، والتفضيلات
الخاصة. احترام الاختلاف يتعارض مع الرغبة النفسية الملحة والحاجة في أن يكون الشخص محققاً، وهو
الذي يضر القدرة على الاستماع والفهم الصحيح لمشاعر الشريك، ويكون الحل بالبحث عن حلول وسط،
ومنطقة رمادية بحيث يتم اتباع مبدأ أن الشريك قد لا يكون محققاً أو مخطئاً، ولكنه ببساطة مختلف
(Eckstein et al., 2013).

ويضيف إيكستين وآخرون (Eckstein et al., 2013) أن كل فرد يختلف بشكل كبير جداً، كما
أن خيبات الأمل والخلافات أمر لا مفر منه كجزء من الالتزام بالعلاقة، لذا لا بد لكلا الطرفين العثور
على طرق للتعبير باحترام عن المشاعر السلبية، وطرق لسؤال الطرف الآخر، وكذلك البحث عن أساليب
لتحقيق التوقعات، ومراجعة السلوكيات السابقة. كما أن التحرر من المواقف الزوجية التي تسبب الاستياء
ولا تخدم العلاقة الزوجية مفيد للغاية، وهي من المهارات الزوجية التي تحتاج لوقت وجهد ومثابرة لتحقيقها،
وهي أحد الحلول طويلة الأمد لتحقيق توافق زواجي طويل المدى يستمر لسنوات طويلة. ويرى إيكستين
وآخرون (Eckstein et al., 2013) أن العوامل المشاركة في خلق الاحترام بين الزوجين تشمل القدرة
على إظهار احترام الخلافات، كما أن إظهار الاحترام بين الزوجين هو التزام يومي.

وترى الباحثة أنه كلما تعامل الزوجان مع الخلافات بشكل إيجابي، وأظهر كل طرف الاحترام لهذا
الاختلاف، فإنهما بسهولة سيتمكنان من التعايش مع هذه الاختلافات، وتقريب وجهات النظر بشكل
مستمر، إن عدم محاولة تغيير الشريك، وجعله نسخة مطابقة للذات يسهم في تجنب العلاقة الزوجية
الكثير من الصراعات التي لا طائل منها، والتي من شأنها أن تصدع العلاقة الزوجية، لذا فإن تقبل
اختلاف الشريك والتعامل بإيجابية مع هذا الاختلاف يثري العلاقة الزوجية، ويوفر للأبناء خبرات متعددة

تتري أفراد الأسرة، وتحقق لهم فرصة أكبر للتوافق مع أفراد المجتمع الذي يختلفون عنهم أيضًا ولا يتشابهون مع الأفراد في نظام الأسرة ذاتها.

5. مهارة إدارة الخلافات الزوجية (Conflict Resolution).

حل المشكلات يتجسد في استخدام الأفراد لمعلومات سابقة، وخبرات تم اكتسابها من مواقف سابقة غير عادية، تطلبت من الفرد نفسه إعادة ترتيب معلوماته وأولوياته وفق المواقف التي واجهته. وتتطلب هذه المهارة القدرة على تحليل وتركيب عناصر المواقف التي تواجه الأفراد. وبحسب المطوع (2020) فإن أكبر أسباب الخلافات تكون نتيجة الخيانة، والمال والغيرة وكذلك التدخل من أطراف أخرى كأهل الزوج أو الزوجة في الخلافات المشتركة بينهما، وقضاء أحد الشركاء وقتًا طويلاً خارج المنزل.

وترى فرحات (2020) أن إظهار التآلف بين الزوجين يظهر بشكل بارز في إدارة الخلافات الزوجية، بحيث يتأثر كل منهما بالآخر، كما أن هناك مظاهر تدل على عدم التوافق الزوجي والاستقرار، وقد تؤدي لإنهاء العلاقة والرابطة الزوجية. النزاع والتوتر بين الزوجين له مظاهر تتدرج من السخيرية والسباب والضرب، وينتهي بطرد الزوجة من البيت لسبب أو لآخر، وقد يتولد الخلاف عن ديناميات سوء التوافق، وتبرز الخلافات الزوجية لعدة أسباب شخصية، واجتماعية ونفسية وصحية.

كما قد تنتج الصراعات والخلافات الزوجية من اختلاف المعايير الشخصية بين كلا الزوجين، وقد تكون بسبب أن أداء الدور بالنسبة لأحد الزوجين والذي لا يتفق مع توقعات الدور لدى الشريك، مما يبرز بعدها مظاهر وعلامات تدل على وجود خلافات وسوء التوافق، ويبدأ بالهجر المؤقت للفراش من أجل الضغط على الطرف الآخر، ويصل للهجر والانسحاب من العلاقة الزوجية دون إجراء قانوني ووصولاً إلى هجر عش الزوجية وانهايار الزواج بالكامل (فرحات، 2020).

تمر الخلافات والنزاعات الزوجية بمراحل، تبدأ بمرحلة الكمون، وتليها الاستثارة والإحساس بالتهديد في العلاقة، وبعدها مرحلة الاصطدام، يليها مرحلة انتشار النزاع، ثم البحث عن الحلفاء، وانتهاءً بإنهاء الزواج بحيث يقرر الطرفان الانفصال، ولتحقيق التوافق في المشكلات الأسرية وتقليل حدوث الخلاف الزوجي؛ فإنه على كل طرف الاهتمام بالطرف الآخر، وأن يحسن الظن به، وأن يضبط انفعالاته وردود أفعاله ونضج شخصية كلا الطرفين والعلاقة الحميمة (فرحات، 2020).

علاج المشكلات الزوجية يكون بإعطاء المشكلات حجمها الطبيعي، وتركها داخل حدود الزوجين، ويقوم كل طرف بفهم الطرف الآخر، وعدم إشراك أطراف غير محايدة في حل هذه المشكلات، ويكون الحل وفق آليات حل المشكلات الزوجية، والتي يمكن اختصارها في اختيار الوقت المناسب، وإظهار التفسير بتقدير كل طرف للطرف الآخر، وحسن اختيار العبارات، مع الحفاظ على نبرة منخفضة والتركيز على المشاعر، وتقديم الرأي ذو علاقة بالملاحظات المتعلقة بالمشكلة دونما فرضها على الطرف الآخر (فرحات، 2020).

يقسم أبو أسعد والخاتنة (2014) المشكلات الزوجية لثلاثة أقسام: المشكلات البارزة (الجزيرة) كضرب الزوجة والطلاق وعدم الإنجاب. والقسم الثاني وهي المشكلات الخفية (الجليل الجليدي): كعناد الزوجة الظاهري لأسباب خفية، والقسم الثالث هي المشكلات الكامنة (الشعب المرجانية): كقضاء الزوجين الوقت معاً دون التحدث لبعضهما.

أنواع المشكلات:

ويقسم أبو أسعد والخاتنة (2014) المشكلات الأسرية إلى مشكلات نفسية في العلاقة بين الزوج وزوجته، وتبادل المشاعر وأساليب التعبير عن الحب، ومشكلات اقتصادية وما يتولد عنه من مشاعر للقلق والخوف، ومشكلات تربية لها علاقة بتربية الأبناء، ومشكلات اجتماعية والمتعلقة بعلاقة الفرد

بأسرته والمجتمع، والمشكلات العقلية بسبب تباين مستوى الذكاء بين الزوجين، والمشكلات الصحية مثل الأمراض المزمنة والعاهات والعقم.

نماذج حل الصراعات

ويضع فيرلونج (2020) Furlong عدة نماذج لحل الصراعات منها: نموذجي الأنماط الاجتماعية ونموذج الحدود. يركز نموذج الأنماط الاجتماعية على فهم الصراع الشخصي والصراعات المتعلقة بالنماذج الشخصية في التواصل ويقترح النموذج الاجتماعي أربعة طرق للتواصل هي: القيادي، التحليلي، الودي، التعبيري الصريح. واستعرض فيرلونج (2020) Furlong نموذج الحدود حيث يقترح هذا النموذج أن الصراع يحدث نتيجة علاقة الأفراد وتفاعلهم مع الحدود وارتباطهم بها، وتتمثل الحدود في التوقعات الثقافية والأعراف والقيود، ويحدث الصراع وفق هذا النموذج عندما لا تتفق الأطراف على الحدود أو عندما يقوم أحد الأطراف بتوسيعها أو كسرها وقد يكون الخلاف كذلك ناتج عن رفض السلطة.

ويكون التواصل أثناء الخلافات الزوجية بالمفاوضات، والتي تتكون من مجموعة من الأداءات السلوكية الملاحظة من أجل إشباع الحاجات وتحقيق الأهداف، وقد يكون التواصل لفظياً بحوار هادئ فيه مشاركة في المعلومات والأفكار من شخص لآخر، أما الغير لفظي فيشير هذا النوع من التواصل للغة الجسد بكافة أشكالها كالإيماءات والإشارات والتعبيرات الوجهية ونظرات العين، والمسافة بين طرفي الحوار ووضعية الجسم ولغة الصمت، كما أن مؤشرات التحكم بالغضب أثناء الخلافات الزوجية هي عدم التعبير عن السأم والضجر، مع القدرة على إشعار الطرف الآخر بالتقبل للاعتراض أو النقد، والمحافظة على الهدوء وضبط الانفعالات من أجل مواجهة المشكلات المختلفة التي يتعرض لها الزوجين (عبدالمنعم و فرحات، 2018).

سياسات وأنواع حل الخلاف خمس، وهي: سياسة الانسحاب لتجنب التوتر، وسياسة الإكراه لمن يهتم بالنتائج أكثر من العلاقات، وسياسة التهدة لمن يهتم بالعلاقة أكثر من المصالح، أما سياسة التسوية وهي وسط بين التهدة والإكراه بحيث تعطي مكسب لكلا الطرفين، والنوع الأخير هو سياسة التكامل وهي الأفضل في حل الخلافات، وتتطلب مهارات اتصالية عالية لحل المشكلات (أبو أسعد والخاتنة، 2014) ويضيف أيضا أن الخطوات العملية لحل المشكلات الأسرية في العلاج الأسري تبدأ بجمع المعلومات، والإعداد والتهيئة، وبعدها يتم إعادة تسمية المشكلة، واستبصار الأسرة بمشكلاتها، ومن ثم تبسيط المشكلة، وبيان الحاجة للتغيير، وبعدها عمل الخطة العلاجية ومتابعتها ومتابعة مدى التقدم الذي تحققه.

ولتحقيق التوافق وتجنب تأثير الخلافات على العلاقة الزوجية، فيجب على كلا الطرفين حل المشكلات بموضوعية، والتفريق بين وجهات النظر والحقيقة، وعدم التهويل وفتح ملفات قديمة، واحترام وجهات النظر، وعدم السعي لحل الخلاف أثناء الغضب والتنازل عن بعض الحقوق عندما يتشبث الطرف الآخر بوجهة نظره، مع ضرورة التسامح وعدم الحقد، والاهتمام بنقاط التوافق مع الشريك، والاتصاف بالهدوء أثناء وبعد حل المشكلات، وترك التعجرف ورفض حل المشكلات، ويجب استعمال خطوات حل المشكلات، بدءاً من تحديد المشكلة والتعرف عليها وتحليلها باستخدام العصف الذهني، ووضع الحلول والبدائل، واختيار أحد هذه الحلول ووضع موضع التنفيذ، ومن ثم تقويم نتائج الحل الذي تم اختياره، كما يجب على الزوجين التمييز بين الخلافات البناءة والخلافات الهدامة.

وصنف أبو اسعد والخاتنة (2014) الخلافات الزوجية حسب شدتها إلى أربعة مستويات: المستوى الأول هو الخلافات البسيطة بين الزوجين ولا تستمر طويلا، خالية من الإهانة والتجريح والنقد بحيث لا تؤثر على التفاعل الزوجي وهي بناءة ويسهل علاجها، أما المستوى الثاني فهو أكثر شدة، وتستمر الخلافات أقل من 6 شهور، وهو خلاف هدام، ولكن ما زالت هناك رغبة في استمرار الزواج، أما المستوى الثالث فتمتد الخلافات أكثر من 6 شهور، وتؤدي لتغيير المشاعر وكثرة الهجر والخصام. والمستوى الرابع

تكون شدة الخلاف أقوى من المستوى الثالث، وتصبح الحياة الزوجية كالجحيم، ويسعى كل من الزوجين لفك العلاقة الزوجية ورفض الصلح وتوكيل محام.

والخطوات الخمس لاستراتيجية حل المشكلات تبدأ بتحديد المشكلة بصياغة واضحة، أما الخطوة الثانية تكمن في جمع البيانات والمعلومات ذات العلاقة بالمشكلة عن طريق انتقاء المعلومات التي قد تسهم في حل المشكلة، أما الخطوة الثالثة فهي اقتراح الحلول المؤقتة للمشكلة، والخطوة الرابعة هي تنفيذ الحل وتجربته ومن ثم يتم تقييم صحة الحل كخطوة خامسة وأخيرة.

وترى الباحثة أن مهارة إدارة الخلافات الزوجية واحدة من المهارات الأساسية التي تحدد مستوى التوافق بين الزوجين، فالتعامل الجيد في المواقف وحسن إدارة الخلافات دون التجريح والسماح للغضب بالسيطرة على الموقف يسهم في إعطاء الزوجين فرصة لدراسة الحلول والبدائل، واختيار الحل والبدل الذي يقدم فيه الطرفان التنازلات والوصول لحل وسط يرضي الطرفين.

6. مهارة اتخاذ القرار. Decision making

ويعرف فرج والهاللي وريحان وعبد المسيح (2005) اتخاذ القرارات الأسرية بأنها مواجهة المشكلات والمواقف في الحياة اليومية باختيار أنسب الطرق وأفضل البدائل التي تناسب وتتماشى مع قيم الأسرة وأفرادها ومواردها المتاحة من أجل تحقيق الأهداف.

عملية اتخاذ القرار هو الوعي باختيار البدائل المتاحة كحلول للمواقف المختلفة، وجودة اختيار الأفضل من بين هذه البدائل بعد دراسة دقيقة لما يترتب عليه اختيار كل بديل منها وأثره على تحقيق الهدف الذي يسعى الزوجين له، ويتم معرفة البديل السليم بناء على المعطيات والمؤشرات التي يتم رصدها (السميط والشايح، 2018).

كما يعرف نوفل وآخرون (2022) اتخاذ القرار بوصفه حصراً لمجموعة واسعة من البدائل واحتمالات الحلول لإحدى المشكلات والتي تعين الزوجين لمواجهة مشكلة ما بالشكل الأمثل والأفضل، إن وجود مشكلة هو سبب اتخاذ أي قرار، والذي يتضمن سلسلة خطوات تبدأ بتشخيص وتحديد المشكلة، وطرح حلول مختلفة، وبدائل للحل من أجل اختيار البديل المناسب، وتنفيذ هذا الاختيار على شكل قرار، ومن ثم يتم تقييمه بعد وضعه موضع التنفيذ.

تمر عملية اتخاذ القرارات ب 7 مراحل (السميط والشايع، 2018):

- 1- تحديد المشكلة: عن طريق دراستها بشكل تفصيلي معمق والاستعانة بأهل الخبرة في ذلك وتعريف المشكلة وتحديد ما بدقة متناهية.
- 2- تحديد هدف اتخاذ القرار: وغالبا ما يكون حل مشكلة معينة شريطة أن تكون المشكلة واضحة ولها معايير يمكن قياسها عن طريقها.
- 3- جمع المعلومات: يتم فيها تحديد المشكلة بشكل أكثر دقة ووضوح من أجل فهم بيئة القرار وإمكانات الزوجين.
- 4- وضع الحلول الممكنة: وهي مجموعة من الإجراءات التي تمكن الفرد من حل المشكلة لتحقيق الغاية والهدف، ويمكن استعمال الفكر الإبداعي لتوليد أكبر قدر من البدائل.
- 5- تقييم البدائل والمفاضلة بينها: ويكون التقييم مستند على معايير حسب طبيعة المشكلة، والوقت المتوفر لحلها، والمهارة التي يمتلكها الزوجين في اتخاذ القرارات، ومقدار الرغبة في الوصول لحل سليم، حيث سيتم بعد ذلك مقارنة هذه البدائل من أجل الوصول للبديل الأنسب.

6- اتخاذ القرار: وهو اختيار الحل الأكثر واقعية وقابلية للتنفيذ من بين الحلول المطروحة

والذي يؤدي في النهاية لحل المشكلة، والالتزام به.

7- تنفيذ القرار والمتابعة: ويتم فيه الاختيار والتنفيذ للقرار الذي تم اتخاذه بحيث يعرف كل

طرف مسؤولياته، والوسائل الممكنة لمعرفة مدى حل المشكلة، والتغلب على العقبات التي

تواجه التنفيذ.

وصنف فرج وآخرون (2005) أنواع القرارات الزوجية الى:

1- قرارات تتعلق بالأبناء وتتضمن نوع التعليم وعلاقة الأبناء بأصدقائهم، والمصروف الشخصي

والذوق الملبسي الخاص بالأبناء.

2- قرارات متعلقة بالزوج: مثل عمله، وأساليب مجاملة الزملاء، والمصروف الشخصي، والذوق

الملبسي الخاص بالزوج.

3- قرارات متعلقة بالزوجة: من ناحية عملها، وأساليب مجاملة الزوجة لزملائها، ومقدار المصروف

الشخصي، والذوق الملبسي الخاص بالزوجة.

واتخاذ القرارات الحياتية المناسبة للمشكلات التي تواجه الأسرة يساعد على إشباع الاحتياجات

وتحقيق الأهداف الأسرية، وبالتالي يؤثر بشكل إيجابي على التوافق داخل الأسرة، وتعتبر أحد أهم أسباب

النجاح. ولخصت حمدان ومليباري (2014) جوانب القرارات الحياتية الأسرية في الجوانب المالية

والاستهلاكية، والجوانب الخاصة بالوقت والجهد وتبسيط الأعمال، وجوانب التخطيط للإنجاب وتربية الأبناء،

والقرارات الخاصة بتطوير الذات، وأخرى مرتبطة بمواجهة الازمات والمشكلات وحلها، وأخرى مرتبطة

بالعلاقات والتفاعلات الأسرية، وإدارة الدخل والقرارات الشرائية والاستهلاكية.

كما أن اتخاذ القرارات الصائبة المتعلقة بالأسرة وتفاعلاتها، وحسن التصرف في حسم مختلف المواقف يؤثر بشكل إيجابي على توافق الزوجين، وخلق جو عائلي مستقر قادر على مواجهة المشكلات الحياتية المختلفة، والوصول للرضا والمودة والرحمة بدءًا من اليوم الأول من الحياة الزوجية (حمدان ومليباري، 2014).

مما سبق يظهر أن الحياة الزوجية ما هي إلا مجموعة من القرارات، تبدأ بقرار اختيار التوقيت المناسب للزواج، مرورًا بقرار اختيار الشريك المناسب وثم القرارات المشتركة بين الزوجين أو تلك التي تخص أحدهما. كما أن الرغبة في حل المشكلات وبناء الثقة وتعزيز التوافق الزوجي هو قرار من الشريكين. وكلما كانت القرارات الزوجية صائبة فإن الإشباع يتحقق بشكل أكبر في العلاقة الزوجية. لذا ينبغي على الزوجين تفادي اتخاذ القرارات المتسارعة دونما المرور بالمراحل التي تم ذكرها سابقًا، ابتداءً بتحديد المشكلة وانتهاءً بتنفيذ القرارات ومتابعتها للوقوف على نواحي الضعف والقوة بعيدًا عن التحيز للآراء الفردية، وذلك لضمان قرارات زوجية أكثر عقلانية، وتفاديًا لأي قرارات غير صائبة، وللتأكد من مدى صحة القرار الذي تم اتخاذه.

7. مهارات إدارة الأزمات ومواجهة الضغوط Managing Conflicts and Coping with Stress

Stress

تشير دراسة أجرتها (يوسف، 2014) لوجود علاقة بين جودة إدارة الأزمات الأسرية والرضا عن الحياة، وأن الازمات التي قد تعصف بالزوجين داخل النظام الأسري قد تكون اقتصادية واجتماعية ونفسية، ولتكون إدارة الأزمة ذات جودة فهناك ثلاثة مراحل علمية رئيسية لإدارة الأزمات: فالمرحلة الأولى قبل وقوع الأزمة والتنبؤ بها من أجل التصدي لها. أما المرحلة الثانية فهي أثناء الأزمة وجودة التنفيذ بحيث

يتم الاسترشاد بأهل الخبرة وتوزيع المسؤوليات على الأفراد داخل الأسرة. أما المرحلة الثالثة فهي مرحلة ما بعد الأزمة حيث يقيم الزوجان كفاءة تعاملهم مع الأزمة ومواجهتها.

وتشير دراسة حسن (2019)، إلى أن التوافق له صلة بالفروق الفردية وأساليب مواجهة المواقف الضاغطة بحيث يركز البعض على المشكلة نفسها وأساليب حلها، بينما ينشغل بعض الأفراد في الاسترخاء والإلهاء كطريقة للتعامل مع القلق الناتج عن المشكلة نفسها، ومن الأمور التي تقلل من الضغوط هي المساندة الاجتماعية وممارسة بعض الأنشطة البدنية. وضغوط الحياة هي تلك المواقف اليومية التي يتعرض لها الأفراد وتولد مشاعر التوتر، ومن أنواع هذه الضغوط: ضغوط العمل، وضغوط في تربية الأبناء والعناية بهم، والضغوط الاقتصادية، وضغوط في العلاقات الاجتماعية وضغوط أخرى في العلاقة مع الزوج.

وتكمل حسن (2019) تعريفها للأزمة ووصفها بأنها عائق يمنع أحد الزوجين من إشباع الحاجات الأساسية أو الحقوق الزوجية أو الأهداف الخاصة الضرورية، فيشعر أحد الأطراف بالإحباط والحرمان والإحساس بغياب الأمن في العلاقة الزوجية، كما صنف الأزمات إلى شديدة وخفيفة ومتوسطة، حيث أن الخفيفة والمتوسطة تعتبر شائعة وإيجابية للعلاقة الزوجية، والخطر على الزواج يكمن في الأزمات الشديدة. وهناك ثلاثة أنواع رئيسية لأساليب استجابة الزوجين للأزمات وهي الاستجابات الطفلية والذي يتسم بالانفعالية الزائدة، والانفعالات غير الناضجة، وهي مبالغة وغير مسؤولة ويبرز فيها الغضب والعداوان والتخريب، والنوع الثالث هو الاستجابة الناضجة وهي الفعالة والتي يتعامل معها الزوجين بمنطقية.

كما أن مصادر الضغوط بحسب الدراسات هي مصادر اقتصادية، الأقارب، أعباء وواجبات المنزل، الدين، واختلاف الاهتمامات، وحب الاختلاط والاجتماعية، وتعاطي الكحوليات والعقاقير، كذلك الصفات الجسمية، والانفصال اللاإرادي بين الزوجين، وضعف الأسباب التي من أجلها تم الزواج، وكذلك السمات الشخصية والمشكلات الجنسية (حسن، 2019).

استراتيجيات مواجهة الضغوط

وتحدد ستراتهوف (2022) Straathof مجموعة من الإجراءات التي من شأنها تسهيل تعامل الأزواج مع الضغوطات الحياتية كاتباع روتين حياة صحي والنوم بشكل جيد لزيادة الكفاءة في العمل وخلق نظام لإنجاز الأعمال وتبسيط بعضها (واحتراف الايجاز) لتجنب الضغوطات الجسمية والعقلية. حيث رتبت ستراتهوف (2022) Straathof كل هذه الإجراءات في أربع استراتيجيات رئيسية للتعامل مع الضغوطات والتي تتمثل في: المحافظة على الصحة الجسمية، تغيير الوضع الحالي، تغيير استجابة الجسم للضغوط، وتغيير موقف الفرد من الضغوطات. إن اعتماد نظام يومي صحي يسهم في التقليل من الإجهاد الجسدي والعقلي، وكذلك عمل جدولة لقائمة المهام اليومية المتوقعة، كما اقترحت كذلك تغيير الوضع الحالي والضغوط من خلال إجراءات كوضع أهداف، والتواصل الجيد، وإدارة الوقت حيث يعطي إحساسًا بالسيطرة على الضغوط. وتتمثل تغيير أعراض الاستجابة الجسمية والعاطفية للضغوط كعامل مساعد في التعامل مع الضغوطات حيث يختار الفرد أحد هذه الخيارات (المواجهة، الهروب، التثبيت). إن تغيير الموقف من الضغوطات وتغيير التصورات والأفكار عن طريق استبدال الأفكار السلبية وإحلالها بأفكار إيجابية، والتعاطف والقبول يؤدي إلى تقليل المشاعر الضاغطة.

وترى الباحثة أن الجميع معرض للضغط النفسي، ولكن الاستجابة لهذه الضغوط يختلف من فرد لآخر حسب تركيبته النفسية، وخبراته السابقة، وطريقة نظرتة للأمور، وطبيعته التفاعلية والتشاؤمية تجاه التهديدات التي تفرضها الحياة، ومتى ما غلق الفرد في مجموعة الأفكار والمشاعر السلبية فإنها من الممكن أن تسيطر على الفرد، وتجرفه بعيدًا، ويسيطر الغضب عليه، والحل لهذه المشاعر هو التمسك بالقيم التي وضعها الفرد لنفسه في وقت الأزمات، حتى لا يفقد توازنه، ويخسر نفسه ومن يحب، فمتى ما سمح الفرد للمشاعر السلبية بالسيطرة وقت الأزمات فإن سلوكياته تتغير، ويتخذ قرارات ويقوم بأمور تجعل الأزمة التي يمر بها أكثر صعوبة، وقد يدخل في مجادلات لا طائل منها، وقد يترك شريكه وينفصل عنه.

لذا يجب على الفرد في فترة الأزمات الاندماج مع كل عمل يقوم به، ليشنت انتباهه عن الأزمة والتركيز بجميع الحواس عند القيام بأي أمر.

8. مهارات زوجية في العلاقة العاطفية والجنسية Emotional and Sexual Relationship

مستويات التعبير العاطفي ترتفع بالتوازي مع مستويات التوافق الزوجي، إذ يمارس التواصل العاطفي دورًا كبيرًا في استقرار الحياة الزوجية ونجاحها، وبدون هذا التواصل العاطفي يتنامى الجفاء والتوتر وعدم الاستقرار بين الزوجين، والعاطفة فطرة بشرية إنسانية، كما تصنف المرأة بأنها أكثر عاطفية من الرجل، وتستمر الحياة الزوجية نتيجة الاشباع المشترك بين الزوجين سواء أكان هذا الاشباع عاطفيًا أم جنسيًا.

يعزى نجاح التواصل العاطفي والجنسي لمدى معرفة كل من الزوج والزوجة برغبات الطرف الآخر وحاجاته، وهناك ارتباط كبير بين التعبير العاطفي والتوافق الزوجي، لأنه كلما زاد التوافق يزداد التعبير العاطفي ويتأثر به، ويظهر ذلك بشكل واضح لدى المرأة أكثر من الرجل بسبب طبيعتها وتركيبها العاطفية والنفسية، كما أكدت عدة دراسات العلاقة الطردية بين زيادة مستوى التوافق الزوجي والذي يؤدي للمزيد من التعبير العاطفي الإيجابي، والعكس كذلك أي أنه كلما انخفض مستوى التوافق الزوجي زاد التعبير العاطفي السلبي (الإبراهيم، 2018).

وتضيف الإبراهيم (2018) إلى أنه قد تحدث مشكلات زوجية وصعوبات في التوافق بين الزوجين إذا كانا لا يمتلكان قدرات في التعبير العاطفي، مما يؤدي إلى الانفصال الوجداني، وكلما زادت صعوبات التعبير العاطفي، زادت احتمالية الهجر والانفصال العاطفي بين الزوجين أو الطلاق والفراق بشكل نهائي. وللحياة العاطفية دور في جوانب عديدة في الحياة الزوجية مثل المشاركة والوقت الذي يقضيه الشريكان

معًا، ومدى الالتزام بواجباتهما الأسرية، وقوة كل طرف في التعبير عن الذات والمشاعر، والحصول على الاشباع وإدارة العواطف.

الجوانب الخمسة الرئيسية للتعبير العاطفي والتواصل هي: قلة الاختلافات بين الزوجين، والاتفاق على الأمور التي يؤديها الزوجان معًا ومستوى الرضا والتماسك، ونقص التوتر الشخصي، والعلاقة بين الزوجين وقلة مستوى القلق، كما يرتبط مستوى التواصل العاطفي الزواجي بقدرة كل فرد في التعبير عن المشاعر تجاه الطرف الآخر (الإبراهيم، 2018).

وهناك جوانب متعددة للتعبير العاطفي تؤثر في التوافق الزواجي، مثل درجة التواصل العاطفي والفكري الإيجابي، وكذلك التأثير بأسرة المنشأ الأصلية لكلا الزوجين، ومدى فهم احتياجات الطرف الآخر، كما تؤثر سنوات الزواج على التواصل العاطفي بعلاقة عكسية، والسبب الرئيسي وراء ضعف التواصل بين الزوجين يرجع لسوء السلوك في التعبير عن الذات والتعبير العاطفي لدى الزوجين، ويرتبط بصورة إيجابية بالتوافق الزواجي، كما أن ضعف قدرة المرأة على التعبير العاطفي يؤثر بصورة سلبية على التوافق الزواجي (الإبراهيم، 2018).

هناك ميل جسدي للرجل نحو المرأة والعكس مما يولد حاجة جسدية بين كل من الزوجين، أحدهما تجاه الآخر، وهو أمر فطري ولكنه ليس الدافع الوحيد للزواج، إلا أنه مكمل لبقية الاحتياجات النفسية من أجل تحقيق التوافق بين الزوجين بجانب الدوافع الأخرى للزواج مثل الدافع النفسي والديني والاجتماعي وحسن التعامل مع ظروف الحياة الأخرى (الشعال، 2011)، ويضيف أبو اسعد والخاتنتة (2014) أن سوء التوافق الجنسي بين الزوجين وعدم التجاوب في العلاقة، كثيرًا ما يتحول إلى صراع وتوتر في السلوك العاطفي والجنسي والذي يتأثر بالنمو النفسي والجنسي للزوجين، وكذلك اختلاف المعايير والخلفية الثقافية، ويؤدي هذا الصراع في النهاية ازدياد درجة الخلافات ووصولها لنقطة يصعب فيها التوفيق بين الزوجين.

ويضيف أبو أسعد والخاتنة (2014) أن عدم التوافق الجنسي يحصل بسبب اختلاف السلوك الجنسي بين الأفراد ويرجع لعوامل نفسية وثقافية، ووجود ارتباط بين المهارات الجنسية والتوافق الزوجي، وبحسب فرويد فإن التثبيت هو المحرك للانحرافات الجنسية، وهي المحرك للمشكلات الجنسية والزوجية، وأن المشكلات الزوجية تخفي وراءها غالباً سوء التوافق العاطفي والجنسي، والبرود الجنسي وعدم رغبة أحد الزوجين في العلاقة وضعفه وتهربه بسبب عدم الانسجام، وكثرة المشكلات الأسرية والعوارض المرضية والنفسية وعدم القدرة على جذب الشريك ووجود الأطفال.

وبازدياد الاتجاه العالمي للوعي حول المهارات الزوجية؛ فإن التوجهات الآن لتوعية المتزوجين وإدراجها ضمن برامج الإعداد للزواج للمقبلين على الزواج، فقد احتوت بعض برامج الإعداد للزواج في كوريا على تصنيفات خاصة، ومقترحات لأدوات قياس "مهارات الإعداد الزوجي" ضمن سبع مجالات: مهارة حل النزاعات، ومهارة العلاقة الجنسية، ومهارة العمل المنزلي، ومهارة الإدارة المالية، ومهارة إدارة أوقات الفراغ، ومهارة إعداد الابوة والأمومة، ومهارة دور الوالدين (Lee,2013).

وترى الباحثة أن المهارات الزوجية في العلاقة العاطفية والجنسية جزء لا يتجزأ من المهارات الزوجية، كونها الأساس النفسي الذي يركز عليها الزواج، فمتى ما تمكن الشريكان من التعبير عن هذه الحاجات، أو إظهار هذه المشاعر بطريقة تلبي حاجاتهما النفسية، فإنها تعتبر مؤشراً لتوافق زواجي قوي في العلاقة بينهما.

ثالثاً: التوافق الزوجي:

يأتي معنى التوافق بأن يسلك الفرد سلوك الجماعة التي معه ويتجنب ما عنده من شذوذ في السلوك والأخلاق، وهي عملية سلوكية، وتغيرات في البيئة المحيطة للفرد استدعت حصول ردود أفعال بهدف تحقيق التوازن بين الفرد وهذه المتغيرات الخارجية المحيطة، فيتحقق الانسجام والإشباع للحاجات البيولوجية والاجتماعية، وإذا ما واجه الفرد صعوبة في ذلك فإنه يبحث عن أشكال أخرى للاستجابة لإشباع دوافعه أو البحث عن دوافع جديدة من أجل تحقيق التوازن النفسي والاجتماعي بين الفرد وبيئته.

ولأن الزواج هي رابطة ضمن نظام اجتماعي متعارف عليه منذ سالف العصور بين الذكور والاناث، ويتطور الحياة والأنظمة الاجتماعية، تعقدت هذه الرابطة بشكل تدريجي، ولكون الرابطة الزوجية المتوافقة والمتزنة تؤثر بشكل كبير وعميق في الكيان الاجتماعي فإن نجاح هذه العلاقة بات لا يقل أهمية عن كيان هذه الرابطة الزوجية ووجودها، لأن الحياة الزوجية السعيدة تعني تماسك المجتمع، وفشل هذه العلاقة في التوافق تعني تفكك وتعاसे أفراد المجتمع.

وتصنف الإبراهيم (2018) التوافق الزوجي بأنه مجموعة أفعال من قبل الزوجين للتغلب على المعوقات البيئية، سواء أكانت هذه الصعوبات والمعوقات داخلية أم خارجية، من أجل إشباع حاجات الأسرة لتحقيق الأمن الشخصي والتقبل الاجتماعي وتحقيق الاستقرار في العلاقات، ويتضمن ذلك أيضاً قدرة كل طرف على تغيير عاداته، وسلوكياته لمواجهة المشكلات المادية، والاجتماعية لتناسب مع الأوضاع الجديدة، والظروف المتغيرة للأسرة، للوصول للرضا والسعادة الزوجية لتحقيق الأهداف الأسرية المشتركة والمرتبطة بالعلاقة الزوجية.

تعتبر الأسرة نسقاً متكاملأ وكياناً أساسياً لبناء المجتمع، وتبنى هذه الأسرة على نجاح الزوجين في التوافق، والذي يتأثر بالنضج الشخصي لكلا الشريكين وقدرتهما على مواجهة المواقف المتغيرة في الحياة بنجاح، وبشكل يسهم في نمو وتطور العلاقة الزوجية.

نقلت الجمعان (2018) مفهوم التوافق الزوجي عن روجرز (1972) بوصفه شعوراً متبادلاً من الزوجين بالرضا والثقة المتبادلة، والسعادة والتعاطف فيما بينهما، وقدرتهما على حل المشكلات التي تواجههما. كما عرفه الخولي (1986) بأنه الاتفاق النسبي بين الزوجين على الموضوعات الحيوية ذات العلاقة بحياة الزوجين المشتركة، وقضاء الوقت معاً، والمشاركة في الأعمال والأنشطة وتبادل العواطف المشتركة بين الزوجين.

التوافق بشكل عام هو التقارب والتآلف عكس التنافر والتخالف، ويمتد المصطلح من علم الأحياء، ويعطي معنى التكيف، والذي يشير إلى التغيير في الشكل العضوي والوظيفي للجسم من أجل البناء والاستمرار (ونوغي، 2014)، ويرى ألفريد أدلر أن الفرد الذي لا يتغير فإنه يكرر الأخطاء ويلوم الآخرين ويبقى في وضعه الحالي، ويستخدم العذر ذاته، لذا فإن التوافق والتكيف يعني تغيير أنماط السلوك وعدم الإصرار والتشبث بها.

يعتبر التوافق من المصطلحات المتعارف عليها في مجالات الخدمة الاجتماعية وعلم النفس، وأن التوافق يشمل جميع الجوانب الحياتية وبما فيها الحياة الزوجية، لأنه يتيح المجال لحياة زوجية وأسرية سعيدة، ومتى ما استقرت الحياة الزوجية قام كل فرد بدوره على أكمل وجه (أحمد، 2015).

وبحسب أدلر (2005) فإن معرفتنا بأهداف الفرد والبيئة المحيطة به، تقدم تفسيراً لطرق تعبير الفرد عن نفسه وسيرورة حياته، لأن الميول النفسية للفرد تحركه نحو هدفه، وتتأثر قرارات الفرد واتجاهات التكيف وأساليب التوافق بخبرات الطفولة في بيئة الإنسان، مما يولد ردود أفعال باتجاهات معينة، كما أن الشعور بالدونية وعدم الأمان، وهو الدافع للإنسان لأن يتغير من أجل التوافق والتكيف مع المجتمع من أجل الشعور بالأمن والأمان.

وترى الباحثة بأنه متى ما حقق الفرد توافقاً مع نفسه، فإنه سيكون قادراً على تحقيق التوافق مع شريك الحياة، وهناك مؤشرات للسلوك التوافقي كالقدرة على الأخذ والعطاء، أو أن يعطي الفرد أكثر مما

يأخذ، وتحمل المسؤولية وتقديرها، والقدرة على مواجهة الصراعات والمخاوف، وتحديد الأهداف الممكن تحقيقها، والتمتع بدرجة عالية من احترام الذات والتحكم فيها، والفاعلية في التعبير عن الذات والاعتراف بحدود إمكانات الفرد، والتكامل الاجتماعي والصلات الجيدة مع الآخرين وتبادل الحب والتقدير.

وتقسم ونوغي (2014) أبعاد عملية التوافق إلى توافق شخصي، وتوافق اجتماعي، أما مجالات التوافق فهي توافق أسري والذي يهدف للتوازن داخل أفراد الأسرة، والتوافق الديني، والتوافق المهني كالرضا عن العامل والاقتناع به، والتوافق العقلي وهو الاستعدادات والتعلم والذكاء، وانتهاءً بالتوافق الزوجي.

التوافق الزوجي بنظر الباحثة هو التفاعل وأساليب التواصل الإيجابية بين الزوجين، والتكيف مع متطلبات الزواج ومع احتياجات الشريك، وهو الاستعداد الجيد والمناسب للدخول في العلاقة الزوجية، وتحقيق الحب المتبادل والثقة، وتعلم أساليب حل المشكلات الزوجية الجديدة، وعدم تراكمها وحلها بإيجابية. كما أن سيادة الاتفاق والتحرر نسبيا من الصراعات والمشاركة الزوجية تعتبر توافقا زوجيا. ومن مظاهر التوافق الزوجي هو استخدام الزوجين لأساليب مناسبة في تحقيق أهداف الشريكين من الزواج، وأساليب حل الصعوبات الزوجية، وإشباع الحاجات في إطار العلاقة الزوجية.

يتم تعريف التوافق بأنه وسيلة لسد الاحتياجات الإنسانية البيولوجية الأولية، وبه يتحقق التجاوب العاطفي والتعاون الاقتصادي والثقة المتبادلة، وقدرة كلا الزوجين على حل المشكلات التي تواجههما، وتحمل مسؤوليتهما المشتركة، ويتطلب تحقيقه بذل الجهود المشتركة من كلا الزوجين لتطوير هذا التوافق والحفاظ عليه في كافة المراحل التي تمر بها العلاقة الزوجية.

إن الزواج واحدة من إحدى الروابط المقدسة بين البشر، وهي مؤشر ارتقاء الإنسان فوق الغرائز الحيوانية، وهو كيان بناء الأسرة وبقاء النوع الإنساني، ونواة بناء المجتمع، وهي حاجة إنسانية ملحة تحقق الإشباع الزوجي، ويعتمد نجاح هذا التوافق على مدى تحقق هذا الإشباع، وفيه تتكون الصفات الإنسانية

المتجسدة بالإيثار، وحب الغير، والالتزام بالواجبات ومعرفة الحقوق، ووسيلة للإرضاء الجنسي والتناسل، وبه يتحقق للزوجين أجواء الألفة والدفء الأسري، والدعم المشترك عاطفياً واجتماعياً.

وأوردت بلمهيوب (2012) تعريف روجرز للتوافق الزوجي، ووصفته بأنه قدرة الزوجين بشكل مستمر في المواقف المتعددة على حل الصراعات التي يؤدي تركها إلى إفساد الزواج، وواجه مفهوم روجرز للتوافق الزوجي انتقادات، كونه حصر التوافق في دوام حل المشكلات والصراعات الزوجية، وأغفل الجوانب الأخرى منه كالإشباع العاطفي والجنسي، والحب المتبادل، وعوامل أخرى اجتماعية ونفسية وصحية. فيما حدد السلوكيون مثل ماركممان (Markman) التوافق بأنه تطور للتفاعلات بين الزوجين، بحيث يؤدي هذا التطور لراحة كل طرف مما يسهم في قدرة الزوجين على التكيف مع ضغوطات الحياة وإحساسهما بالحميمية العاطفية والجسمية، مما ينتج عنه الحفاظ مدة أطول على علاقة الزوجين في سياقهما الثقافي.

مما سبق يظهر بأن التوافق ينتج عن مجموعة من التفاعلات الإيجابية بين طرفي الحياة الزوجية، في كافة مجالات الحياة التي يعيشها كلا الزوجين ويتشاركانها من أجل تحقيق الإشباع العاطفي والثقافي والاجتماعي والاقتصادي والجنسي المشترك لكلا الزوجين، لأن التوافق يعتبر أمر نسبي ويختلف من فترة لأخرى من فترات حياة الزوجين بحسب الفترة التي يمر بها الزواج وعمر كلا الزوجين.

ويتناول البحث الأبعاد الأربعة للتوافق الزوجي:

- الاتفاق الزوجي (الانسجام الزوجي): الاتفاق في القضايا الزوجية المشتركة كتسيير الميزانية الأسرية، ووسائل الترفيه والاستجمام المطروحة والتي يوافق عليها الطرفين، والتوافق الديني ومعاملة الأصدقاء، وأساليب التعامل مع الأعراف والتقاليد المجتمعية، وفلسفة الحياة، والأسلوب الأنسب لمعاملة أسرة الطرف الآخر، وتقدير الأمور والمواقف، وكذلك الانسجام في الوقت الذي يقضيه

الزوجان معاً، وأساليب اتخاذ القرارات، وسيرورة الأعمال المنزلية، وقضاء وقت الفراغ، والمهنة التي يمارسها الزوجان أو أحدهما.

- **الرضا الزوجي:** والذي يظهر في مدى سيرورة العلاقة بين الزوجين، واستمرار العلاقة والابتعاد عن طرح فكرة الطلاق داخل الأسرة، وعدم ترك المنزل بسبب الشجارات، بل حلها بشكل إيجابي وتوافقي وعدم جعلها تتراكم، ومدى تبادل الزوجين للأسرار الخاصة، وقلة نوبات الغضب بين الشريكين تظهر مدى رضا الأطراف عن الحوار.

- **التماسك الزوجي:** وهو تكاتف الزوجين وتعاونهم في إنجاز الأعمال وتوزيع المسؤوليات رغم التحديات التي تواجههم، ومدى وجود أنشطة مشتركة للزوجين خارج المنزل، والاشتراك في حوارات زوجية إيجابية ونقاشات فكرية هادئة ومشاريع عملية موحدة.

- **التعبير العاطفي:** ومدى تعبير كلا الطرفين عن الحب، والتوافق الجنسي والتعبير عنه، واستناد العلاقة الجنسية للمحبة والود والعطف القائم بين الشريكين.

وترى الباحثة بأنه توجد مؤشرات لسوء التوافق كالسلوكيات الشاذة وسوء الاتزان والنضج الانفعالي كالأنانية والغيرة وغيرها من الصفات كسرعة الهيجان في المواقف، وعدم الإحساس بلذة الحياة، وسوء الصحة الجسمية بسبب المعاناة النفسية كخفقان القلب والارهاق وضيق التنفس، ومن مؤشرات سوء التوافق كذلك سوء العلاقة مع الآخرين والتي تتسم بالارتياب من سلوك الآخرين ومقاصدهم.

العوامل المرتبطة بالتوافق الزوجي:

يصاحب الزواج عادة متطلبات عدة من كلا الطرفين، ومتى ما امتلك الأزواج مهارات كافية، ووعي بالمتطلبات المتبادلة، فإن الأمر ينتهي بالإشباع المشترك من نواحي اجتماعية، واقتصادية، وانفعالية، وجنسي، مما يؤدي في النهاية إلى التوافق الزوجي.

يرتبط التوافق بين الزوجين بعوامل عدة حددها أحمد (2015) على النحو التالي:

1- الاختيار الزوجي أحد أهم العوامل المرتبطة بالتوافق الزوجي وتؤثر فيه كون الاختيار الزوجي يستند على محكات منها: سمات شكلية، اقتصادية، اجتماعية، نفسية، وجوانب دينية وفكرية وثقافية. ويرتكز الاختيار الزوجي على نظريات مثل: نظرية التجانس (بحيث يتفق الزوجان ويتجانسان في كل شيء)، ونظرية التقارب المكاني (توافق مجال الزوجين البيئي والجغرافي)، ونظرية الحاجات التكميلية (وفيها يبحث الزوجان عما يكملهما من الأطراف الأخرى)، وكلما اجتمع أكبر عدد من العوامل في النظريات السابقة زاد التوافق الزوجي (مهدي، 2012). وفي حال كان الاختيار خاطئاً فإن ذلك يؤدي لسوء التوافق الزوجي.

2- شخصية كلا الزوجين ونمطها والعوامل الوراثية المؤثرة في تكوين شخصية كلا الزوجين والتي تنعكس في على أساليب الانفعال والشعور بالقلق وطرق التوافق مع المتطلبات المستجدة في العلاقة الزوجية، ولا يشترط تشابه خصائص وسمات شخصية كلا الزوجين لتحقيق التوافق.

تعتبر الشخصية مفهوم معقد يتعلق بالجانب الجسمي والعقلي والانفعالي والصفات الوراثية التي ورثها الفرد عن أهله، وتتفاعل كلها مع بعضها البعض في كيان الفرد، وهي ذات علاقة بقدرة الفرد على نقل المشاعر والأفكار. وهي من الأمور المؤثرة في التوافق الزوجي سواء كمدعم لهذا التوافق أم لخلق توتر وصراع يؤثر في العلاقة الزوجية، بسبب القلق ودرجة التأثير بالمواقف الانفعالية وعدم القدرة على التكيف مع تغير متطلبات مراحل الحياة الزوجية (مهدي، 2012). وكلما مالت الشخصية لدى الشريك للتركيز على الإيجابيات والحديث عنها، وضبط النفس، ومهارة الاعتذار للشريك فإن هذه الشخصيات تحقق مستويات مقبولة من التوافق الزوجي غالباً.

ترى الباحثة أن شخصية الزوجين ذات علاقة بالاستقرار والتوافق الزوجي، وأن نظرة الفرد لذاته ومستوى تقديره لها ترتبط بشكل إيجابي بالتوافق الزوجي. وأشارت لعفيفي ومعروف (2020)

إلى دراسات تطرقت للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية والمرتبطة بالتوافق الزوجي مثل: عامل الانبساط والطيبة والانفتاح على الخبرة وعوامل يقظة الضمير، ما عدا عامل العصابية. وتشير أيضا إلى أن التوافق الزوجي أكثر ارتباطاً بنضج شخصية الزوجة أكثر منها بعلاقتها بنضج شخصية الزوج.

3- الاختلاف في التنشئة الاجتماعية، والخبرات الأسرية لكلا الزوجين، حيث أن وجود التوافق في الأسر الأصلية لكلا الزوجين ينعكس على سلوكهما الزوجي ودفء علاقتهما العاطفية، فالشخص يميل للتأثر بالخبرات السابقة التي مر بها واكتسبها في حياته المبكرة.

وترى الباحثة بعد الاطلاع على الأدبيات والأبحاث التي تتناول موضوع التوافق الزوجي للآباء وعلاقته بمفهوم الذات لدى الأبناء، بأن الأزواج الذين عاشوا في أسر سعيدة؛ فإن ذلك ينعكس على زواجهم، لأن الشباب يكون تصوراتهم عن الزواج غالباً من الوالدين وملاحظتهما للأساليب التي يتفاعلون بها وطريقة التفاوض والنقاش والتسوية، وقد يعزز الشريك هذه الخبرة وتدوم وقد يشبطها وتتلاشى هذه الخبرة.

4- الناحية الدينية في شخصية الأزواج تعتبر أحد سياقات تحقيق الراحة النفسية التي تؤثر في التوافق الزوجي، من ناحية درجة تمتع الزوجين بالقيم، والفضائل الدينية، والتي تقي كيان الزواج من التفكك، ومن مظاهر ذلك ممارسة الشعائر الدينية بشكل جماعي، وكلما كانت ممارسة الزوجين متجهة نحو تأكيد الفضائل والقيم الروحية كلما زاد تحقيق التوافق الزوجي. وترى الباحثة أن تشابه الزوجين في الالتزام الديني من أحد المقومات التي من شأنها أن تعزز التوافق الزوجي بين الزوجين.

5- يؤثر الذكاء العاطفي في التوافق الزوجي من ناحية فهم الأفراد والإدراك لأمزجة الآخرين ومشاعرهم ومقاصدهم، ومعرفة الذات ونواحي القوة والضعف. وتشير الدراسات التي ذكرتها لعفيفي ومعروف (2020) إلى أن الزوج الذكي وجدانياً ناضج انفعالياً، وأنه لا يحبط بسرعة أمام الأزمات، بل يميل

لمواجهتها والتغلب عليها مما يسهم في تحقيق التوافق. بينما الزوج غير الناضج انفعاليا يتسم بعدم القدرة على مواجهة الأزمات وعدم القدرة على تحمل الإحباط ويستعمل حيل دفاعية تؤثر سلباً على التوافق الزوجي.

6- درجة إشباع الجانب العاطفي والجنسي، ودرجة النضج العاطفي والانفعالي، يعكس التوازن بين الجانب العقلي والعاطفي، ووجود توافق زوجي ناجح، ووجود أساليب مختلفة تعلم كل طرف الأساليب المناسبة لتحقيق الحب والزواج ومطالبه في إطار العلاقة الزوجية. ولا يمكن إغفال تأثير التوافق الجنسي على العلاقة الزوجية، فالعاطفة الدافئة والمتزنة تعطي الزوجين الإحساس بالقيمة والانتماء والتقدير والأمان. تعتبر (مهدي، 2012) النضج الانفعالي يسهم في تحقيق التوافق الزوجي كونه نتيجة لنضج الطرفين يتكون لديهما منظور خاص بالحياة، وغياب النضج يؤدي لعدم التوافق، ومن مؤشرات النضج الانفعالي تفهم الفرد نفسه تفهما كاملاً في قوته وضعفه، ومعرفة قدرات الذات ونقاط الضعف، والتحكم بالنفس والدوافع والانفعالات وضبط الذات، وحسن العلاقات مع الآخرين، كما يتحقق لدى الشخص الناضج انفعالياً الأمن العاطفي.

لعنفي ومعروف (2020) أطلقا على هذا المتغير أيضاً بمتغير الحب، واعتبراه مصدراً أساسياً لنمو الشخصية بشكل سوي، فالعلاقة بين الزوجين تصاحبها مشاعر الحب ويشارك الطرفان في تحقيق احتياجات بعضهما البعض، كما أن الرغبة الفطرية لدى الإنسان بأن يكون محبوباً أحد الاحتياجات الإنسانية، فكلما شعر الزوجان بوجود الحب كانا أكثر حرصاً على استمرار العلاقة وتقديم التضحيات من أجل إنجاحها، لذا فإن الحب مهم جداً وعامل أساسي لتحقيق التوافق.

7- الأدوار في إطار مؤسسة الزواج متغيرة ومتبدلة سواء أكانت في بداية الزواج وتوقعات الأدوار بالنسبة للزوجين، أم في مرحلة لاحقة منه؛ لرغبة أحد الزوجين في تغيير الأدوار المتوقعة منه، كما أن اختلاف وجهة نظر كلا الزوجين بشأن دور كل منهما في إطار العلاقة الزوجية، كأن يعتقد الزوج

بأن دوره بالنسبة لأبنائه مادي فقط يتعلق بتوفير المال والمادة، وتتوقع الزوجة منه بالمقابل المشاركة في الرعاية الجسمية والصحية للطفل، مما ينتج عنه صراع لاختلاف وجهات النظر بين الزوجين. ويُستخلص أنه كلما كانت الاتجاهات سلبية نحو الزواج، وتداخلت معه التشوهات الفكرية فإن عدم التوافق الفكري أمر محتم، كذلك عندما تسيطر الأفكار اللاعقلانية لدى أحد الزوجين عن الذات بشكل خاص وعن شريك الحياة والزواج بشكل عام؛ فإن ذلك يظهر على شكل مظاهر نفسية سلوكية مثل توهم المرض، والحساسية المفرطة، والاكتئاب والتفكير السلبي الدائم. كما أن الاختلاف في تصورات الزوجين بشأن إدارة الحياة الزوجية من الممكن أن يحل بالحوار لصقل التوقعات وتوحيد وجهات النظر، وفي حال امتلاك أحد أطراف الزواج اتجاهات غير واقعية أو مثالية فإن ذلك يؤدي لسوء التوافق.

8- يؤثر العامل الاقتصادي والوضع المالي على التوافق الزوجي، وقد يختلف الزوجين في أساليب إنفاق ميزانية الأسرة، وقد تختلف الأولويات المادية لكلا الزوجين. وقد يؤثر الضيق المادي والعجز عن تلبية متطلبات البيت الزوجية مما يخلف آثارًا صعبة على الزوجين وتؤثر على درجة التوافق الزوجي.

9- يؤثر الإنجاب على التقارب والحب بين الزوجين سواء أكان هذا التأثير بالزيادة أم بالنقصان، قد يخفف وجود الأبناء من المشكلات الأسرية، وقد يفاقم سوء التوافق بين الزوجين في حال لم يتواصل الزوجان في تحقيق رؤية موحدة لتربية الأبناء، ويؤثر الإنجاب على التوافق بسبب عوامل عدة منها وجود اتفاق على رؤية موحدة بين الزوجين بشأن عدد الأبناء وتوقيت الإنجاب ورؤية تربية موحدة بين الزوجين. كما يؤثر الإنجاب في تغيير الأدوار داخل الأسرة فيضاف دور الأم بالإضافة إلى دور الزوجة ويتحول دور الزوج إلى دور الأب، وكل هذا التغير في الأدوار يتطلب التوافق المستمر من قبل الزوجين، غالبًا وجود الأطفال يقلل التوتر بسبب رغبة الزوجان تقليل هوة المشكلات لتلبية احتياجات الأبناء المادية والعاطفية والحاجة للمزيد من الوقت والجهد. إلا أن الخلاف قد يحصل

بين الزوجين بحسب عدد الأبناء والرغبة في إنجاب الذكور، وحول أساليب تربية الأبناء (مهدي، 2012).

ويمكن اعتبار أن وجود الأبناء يساهم في زيادة رغبة كلا الزوجين في حل مشكلاتهما وتقديم التنازلات لتحقيق الاستقرار والتوازن والتوافق داخل الأسرة، كما أن عدم وجود الأبناء قد يهدد استقرار العلاقة الزوجية وكيانها، وقد يؤدي لافتراق الزوجين، بسبب النقص في إشباع دوافع الأمومة والوالدية داخل العلاقة الزوجية.

10- السن المناسب للزواج يعتبر أمر نسبي يختلف من شخص لآخر ومن أسرة لأخرى ومن مجتمع لآخر باختلاف الثقافات والنظرة للزواج والهدف منه، ودرجة نضج الفرد واستعداده للتعامل مع مؤسسة الزواج بنضج ومسئولية هو ما يحدد العمر المناسب للزواج. كما أن تقارب العمر بين الزوجين مهم جدًا، وكذلك عدد سنوات الزواج يعتبر عامل مؤثر على التوافق الزوجي. استعرضت مهدي (2012) بعض إحصائيات المجتمع الأمريكي والتي تشير إلى ارتفاع معدلات الطلاق للمتزوجين بعمر أقل من عشرين عامًا، ويؤدي صغر العمر في الزواج المبكر إلى عدم الاستقرار، وكلما تقدم الأزواج في السن وكان فارق السن كبير بين الزوجين تزداد المعاناة بين الزوجين فيما يتعلق بالجانب العاطفي والجنسي وسوء التفاهم في مجالات كثيرة، وتبدأ مؤشرات سوء التوافق بالظهور، وأضافت إلى أنه أفضل سن للزواج عند الذكور هو (30 عامًا) والإناث بين (20-24 عامًا). واختلفت الإحصائيات مع دراسة أجراها العيد وباهي والطاهر (2022) على مجموعة من الأساتذة الجامعيين والتي بينت أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق الزوجي حسب متغير السن.

وبحسب لعفيفي ومعروف (2020) فإن تناسب السن بين الزوجين يساهم في درجة التوافق الزوجي، فكلما تقارب العمر تفهم كلا الزوجين لاهتمامات وسلوك الطرف الآخر واتجاهاته في المواقف الزوجية التي يواجهها الأزواج، ويكون الفارق بين ثلاثة لخمس سنوات، ولا يفضل أن يزيد

الفارق عن عشر سنوات، ويراعى في العمر قدرة كل طرف من أطراف الزواج على تلبية احتياجات الطرف الآخر، لأن اختلاف الاحتياجات الزوجية يهدد التوافق الزوجي، كما أن المرأة في سن معين تفقد قدرتها على الإنجاب.

11- دور أسرة كل من الزوجين والعلاقة بأهل الزوج أو الزوجة مهم في التوافق الزوجي، فكلما كان أهل الزوجين يمتلكون قدرًا كبيرًا من الوعي كلما تحقق التوافق، بحكم طبيعة التدخلات في العلاقة الزوجية ونوعها ودرجتها والوعي بالأسلوب الأمثل لحل المشكلات الزوجية وتأثيرها على الزوجين. وترى الباحثة بأن مجتمعاتنا العربية تعطي للعلاقات الاجتماعية الدور الأكبر، وعلاقة كل من الزوج والزوجة بأهله وأقاربه تكون عميقة وقد تسهم في زيادة التوافق الزوجي، إلا أن تدخلات الأهل في العلاقة الزوجية وفرض قيم وعادات يراها الأهل على الزوجين دون إعطائهما فرصة اتخاذ قرارات مشتركة قد تؤثر على حياتهما الزوجية، مما يؤثر على التوافق الزوجي بشكل سلبي، ويزداد تدخل الأهل في القرارات الزوجية في حالة عدم الاستقلال المادي والعاطفي لأحد الشريكين

12- مدة الزواج تؤثر في التوافق لما قد ينشأ من صراعات في بداية العلاقة الزوجية واختلاف التصورات، والاصطدام بالمسؤوليات والأدوار، والخوف من الفشل، والتأثر بخبرات سابقة لأزواج آخرين وعكسها على الحياة الزوجية الجديدة، كما قد ينشأ الصراع من عدم قدرة أحد الزوجين أو كلاهما على الانفصال عن الوالدين، كما يتغير التوافق الزوجي حسب دورة الحياة الزوجية. وتشير دراسة أجرتها العيد وآخرون (2022) لوجود فروق في مستوى التوافق حسب مدة الزواج باتجاه الفئة الأقل مدة زواج. وأشارت مهدي (2012) إلى بعض الدراسات التي تطرقت إلى انخفاض الرضا الزوجي في وقت مبكر من الزواج بسبب وجود الأطفال والروتين والالتزامات تجاه الأقارب، وعدم التوافق في تقسيم الأدوار، وكذلك أهمية قضاء وقت مشترك بين الزوجين معًا لتبادل الأخذ والعطاء وتكوين الاتجاهات الجيدة نحو حياتهما المشتركة.

أشارت لعفيفي ومعروف (2020) أن السنوات الأولى من عمر الزواج ترسم الخطوط الأولى وتتبنى بمصير العلاقة الزوجية، ومعرفة كيف يبدأ الزوجين بالتوافق والتكيف، وتختلف درجة التوافق من مجال لآخر من مجالات التوافق الزوجي، وكذلك من شخص لآخر وقدرته على التكيف، وقد يستغرق التوافق بالنسبة لشخص أشهر وقد يستغرق سنوات طويلة لشخص آخر، وكلما قصرت مدة الزواج زادت احتمالات الطلاق، بسبب الاندفاع في الزواج وسوء الاختيار الزوجي وقلة خبرة الزوجين ببعضهما وبالحيات الأسرية وأساليب حل الخلافات الزوجية.

13- تؤثر خبرات الطفولة لأحد الزوجين أو كلاهما إما إيجاباً أو سلباً على التوافق الزوجي، سواء أكانت بالطريقة التي تم معاملة أحد الزوجين بها في طفولته (خبرات الطفولة المبكرة)، والأساليب الوالدية التي تعرض لها كلا الزوجين من ناحية طريقة الثواب والعقاب المتبع ومدى الإشباع أم بالإحباط للحاجات العاطفية الأولية، والحاجة للتقبل والانتماء والأمن النفسي، كما أن علاقة الوالدين في الأسر الأصلية تؤثر على التوافق الزوجي للأبناء عند الزواج، كونهما النموذج والخبرة التي مرت أمام الأبناء، لأن هذه الخبرة في الطفولة تجعل الزوجان يعرفان معنى الحب ويحددان انطباعاتهما تجاه الجنس الآخر.

وترى الباحثة أن الأطفال السعداء في طفولتهم ولم يتعرضوا للعقاب ونالوا حاجاتهم الأساسية والأولية، ودرجة كافية من الأمن النفسي والانتماء والتقبل والحاجة الى الطعام ولم يتعرضوا للكبث؛ هم الأكثر قدرة على تكوين علاقة زوجية متوافقة وسعيدة، عكس الأطفال الذين كانت تربيتهم وتوجيههم قائم على الحزم والقسوة.

14- يعتبر المستوى التعليمي لدى بعض الأزواج من العوامل التي تؤثر في وجود التوافق من عدمه، فقد يرى البعض أن التباين الكبير في المستوى الثقافي التعليمي بين الزوجين يسبب التفاعل السلبي والفتور وضعف العلاقة قد يصل للتفكك والانفصال، ويعتبر التقارب الفكري والثقافي والتعليمي من

العوامل الأساسية المهمة في إنجاح الزواج وتحقيق التوافق بين الزوجين. وتضيف لعيفي ومعروف (2020) إلى أن اختلاف المستوى التعليمي للزوجين في حال اختلافه قد يدخل الزوجين في مناقشات مهمة، قد لا يتمكن أحد الزوجين من مواجهتها في حال تفاوت المستوى التعليمي، مما يزيد من اتساع الفجوة بين ما يردان فيه على بعضهما ويؤثر على التوافق الزوجي.

15- الوقت الذي يقضيه الزوجان معًا يؤثر حتماً على مستوى التوافق، وذكرت لعيفي ومعروف (2020) في بحثها أن الدراسات تشير إلى أهمية الوقت الذي يقضيه الزوجان معًا لتعزيز التوافق الزوجي، وأن الأزواج السعداء يقضون معًا نحو سبع ساعات يوميًا مقابل الأزواج غير السعداء، حيث يتناقش الأزواج السعداء في ذلك الوقت جميع نواحي حياتهم المشتركة كالعمل وأمور الأسرة والمنزل والهاتف والطعام وقضايا تهم العائلة الموسعة.

16- أساليب التواصل والمعاملة الزوجية أحد أهم عوامل تحقق التوافق الزوجي، وكلما كان التواصل الإيجابي كان الشريك قادراً على التعبير عن نفسه بصراحة ووضوح، حيث يميل كل جانب لطرح المشكلات بطريقة تؤدي للوصول لحلول فعلية، دون خوف من التأنيب، فيما لا يمتلك الأزواج غير المتوافقين القدرة على التعبير عن النفس وتبادل وجهات النظر بصراحة ووضوح. ولا يعني التواصل الجيد أن يصل الزوجان لرأي موحد، بل يتعمق الاحترام وعدم التقليل من شأن الطرف الآخر. يشمل التواصل بين الزوجين المشاركة الوجدانية والاجتماعية والترويح والفكرية.

إن أساليب معاملة الزوجين لبعضهما البعض الدور الأكبر في التوافق الزوجي، فكلما كانت الأساليب غير سوية فإنها تؤدي لسوء التوافق الزوجي واضطراب العلاقة الزوجية، وكلما سادت أساليب المعاملة بين الزوجين المرونة والتوافق زاد من فرص نجاح العلاقة.

17- عمل المرأة يؤثر في التوافق الزوجي سواء أكان هذا التأثير إيجاباً أم سلباً، بالنظر للناحية الإيجابية فإن عمل المرأة يسهم في تنمية شخصيتها وخبراتها، وزيادة كفاءة دورها في الحياة الأسرية من ناحية

القدرة على أداء أدوار الزوج في حال غيابه والإنفاق المالي. وتكمن سلبيات العمل على التوافق الزوجي فإنه يشكل عامل ضغط سلبي نفسي إضافي على المرأة، ويؤدي لتراجع رغبتها في الانجاب، وقد تنعكس متاعب العمل على الأسرة، في حال عدم امتلاكها لمهارة الفصل بين ضغوطات العمل ومشكلاته، وبين علاقتها الزوجية، مما يخلق صراع للأدوار يؤثر على توافقها الزوجي.

معوقات التوافق الزوجي

صنف عرار وعبد الله (2020) المعوقات التي تعيق التوافق الزوجي كالتالي:

- 1- البعد الأخلاقي: والذي يتمثل في الشك الدائم والمستمر من أحد الزوجين تجاه تصرفات الشريك.
- 2- البعد المادي: وعدم التوافق في تقدير الوضع المالي كأن تطلب الزوجة متطلبات تفوق قدرته المادية، أو كأن يسيطر الزوج أو يطمع في راتب زوجته العاملة، كما أن إيمان العمل من قبل الزوج أو الزوجة والاهتمام الزائد بالعمل على حساب الأسرة، وكذلك التفاوت في المستوى المادي بين الزوجين.
- 3- البعد الثقافي: كلما زادت الفجوة الثقافية بين الزوجين قل التوافق الزوجي. كما أن الخلفية الأسرية الغير سعيدة تعتبر من عوامل سوء التوافق الزوجي، كلما كانت الخلفية الأسرية غير سعيدة لأحد الزوجين أو أظهر أحدهما تعصباً لثقافته المختلفة فإن ذلك يؤدي لسوء التوافق. كما أن تباين المستوى الثقافي قدي يكون سبباً لتعالي أحد الزوجين على الآخر ويسبب عائق أمام التوافق.

4- البعد النفسي: كثرة الضغوط النفسية ومتطلبات الحياة والغيرة الزائدة بين الشريكين.

5- البعد الشخصي: كضعف شخصية شريك الحياة، وعدم عناية الشريكين ، أحدهما أو كلاهما بمظهره داخل المنزل. ويؤثر فرق السن بين الزوجين على التوافق الزوجي بسبب الفروقات

الإيمانية والمعرفية والانفعالية والإدراكية مما يؤدي إلى تكرار سوء التفاهم الزوجي في مجالات شتى، يتولد عنه صعوبة في تحقيق التوافق الزوجي.

6- الزواج غير الناضج (الزواج المبكر): حيث يتصف الزوجان في هذه العلاقة بمحاولة إثبات الذات والتشدد بالآراء، وقلة الخبرة بالأمور الحياتية.

7- الخروج بالخلافات الزوجية خارج إطار العلاقة الزوجية، والسماح بالتدخلات الخارجية في الحياة الزوجية.

8- الاختيار الزوجي الخاطئ بسبب الاستعجال والتسرع في الاختيار تحت تأثير العواطف على أسس الجاذبية الجنسية والجمالية.

النظريات النفسية الاجتماعية المفسرة للتوافق الزوجي من المنظور النفسي والاجتماعي

العديد من النظريات التي تم طرحها في مجال التوافق الزوجي يمكن تصنيفها لقسمين، أحدهما من منظور اجتماعي يركز على العلاقات والتفاعل المتبادل بين الزوجين من جهة، والأنساق الاجتماعية من جهة أخرى، وتركز على تفاعل الزوجين مع المؤثرات والبيئة والأنساق الخارجية. أما القسم الآخر من النظريات فإنه ينظر للتوافق الزوجي من منظور اجتماعي يركز على علاقة الفرد بذاته، وأثر هذه العلاقة على شريك الحياة، وفيما يلي عرض النظريات على النحو التالي:

1- النظريات المفسرة للتوافق الزوجي من منظور نفسي (حولي، 2019):

• نظرية التحليل النفسي:

وتركز نظرية التحليل النفسي على النظم الأساسية للشخصية وهي: الأنا، الأنا الأعلى. وتتفاعل هذه النظم مع بعضها البعض بشكل متصل، حيث يعرف فرويد الشخصية المتزنة بأنها حصيلة

توازن الأنظمة الثلاثة (الهو، الأنا، الأنا الأعلى). وتتطرق نظرية التحليل للجانب الجنسي في حياة الفرد (الليبدو) والذي يعد أحد أبعاد التوافق الزوجي، كما أن فرويد يفسر بعض السلوكيات والعلاقات الاجتماعية ومشكلاتها بأنها نتيجة إحباطات بيئية لا شعورية تعرض لها خلال السنوات الخمس الأولى من حياة الفرد، وتتعكس هذه الخبرات السيئة في صورة إسقاطات سلبية على الواقع الزوجي مما تؤثر سلبًا على التوافق بين الزوجين.

وبحسب هورني Horny فإن السلوك غير السوي يكتسبه الفرد بحيث تنمو شخصيته عن طريق أساليب التنشئة الاجتماعية، كما تفسر السلوك المضطرب لطريقة إدراك وتفكير الفرد، وينتج السلوك غير التوافقي عندما ينفصل الفرد عن ذاته، والأنا لا يقوم بتوجيه الفرد نحو رغباته (حولي، 2019).

تفسير النظرية لأسباب استمرار الزواج رغم عدم التوافق

وبحسب هذه النظرية فإن استمرار العلاقة الزوجية رغم عدم التوافق يعود إلى الحاجة للتوازن في تقسيم السلطة بين الزوجين واتخاذ القرارات، وأن يكون أحد الزوجين أنا أعلى، ولأنه بحسب هذه النظرية حين يرى الشريك أحد صور الذات المنخفضة أو ما يكرهه في نفسه فإنه يسقطه على شريكه ليحصل على الإشباع. فبدل من إطلاق هذه الصفة على نفسه، والإحساس بتقدير منخفض للذات فإنه يشعر بالقوة في احتقاره للشريك وإطلاق الصفات عليه.

• النظرية السلوكية:

تقرر النظرية السلوكية بناء سلوك الفرد باتجاه السواء واللاسواء بناءً على خبرات حياتية مر بها الفرد في مراحل سابقة من حياته، أي أن جميع السلوكيات مكتسبة ومتعلمة، فمتى ما قام الفرد بممارسة سلوك ما سبق وتعلمه ونتج عنه خفض للتوتر وإشباع للحاجات؛ فإن الفرد يقوم باستدعاء نفس السلوك

في مواقف مشابهة مرة أخرى. أي أن التفاعل الزوجي مهم من أجل حدوث التوافق الزوجي وفق مبدأي الثواب والعقاب، حيث أن الشريك يكرر نفس السلوك الذي نال تعزيز من الزوج وتحفيز مما يزيد التقارب والتوافق بين الزوجين.

والشخص المتوافق وفق النظرية السلوكية هو الذي كَوّن مجموعة من العادات السوية ذات العلاقة بمثيرات حسية واستجابة لمحفزات أخرى جسمية، وعقلية وانفعالية واجتماعية تكرر نيل الإثابة عليها فتكونت العادة السلوكية التوافقية.

تستخلص الباحثة مما سبق أن نظرية التحليل النفسي تفسر التوافق الزوجي بالتوازن بين مكونات الشخصية الثلاثة لكلا الزوجين (الأنا، الهو، الأنا الأعلى) والتوفيق بين متطلبات الهو وشروط الأنا الأعلى، فيما تركز النظرية السلوكية في تفسير التوافق الزوجي على الخبرة المشتركة لدى الزوجين وما نتج عنها من تفاعلات وتدعيم وتحفيز وتعزيز إيجابي للسلوك، فيما يتم مقابلة السلوك غير التوافقي بالعقاب، أي أن التوافق وسوء التوافق سلوكيات متعلمة ومكتسبة.

• نظرية الذات (كارل روجرز): تفسر هذه النظرية التوافق الزوجي وسوء التوافق الزوجي

في ضوء رؤيته للذات، فانساق الفرد مع ذاته يؤدي للتوافق النفسي، إذ ينشأ التوافق عندما يتوافق الفرد مع ذاته، ويتكامل مفهوم الذات مع خبرة الفرد، وينشأ سوء التوافق حين تتعارض خبرة الفرد مع مفهوم الذات لدى الفرد، مما يكون مفهوماً سلبياً عن ذاته، وبحسب روجرز فإن الحل يقضي بتعديل مفهوم الذات فيحدث معه تغير السلوك، وبإدخال الخبرات الجديدة ضمن تنظيم الذات للفرد يزول التوتر والتناقض (الجمعان، 2018).

أي أنه عندما تتطابق خبرات الفرد مع مفهوم الذات لديه فإنه يؤدي إلى الراحة والتخلص من الضغوط والمشكلات التي يواجهها فيتحقق التوافق الزوجي والنفسي، أما الخبرات التي لا تتفق مع مفهوم

الذات وتعارض المعايير الاجتماعية؛ فإن الفرد يدركها على أنها تهديد مما يقود للإحباط والتوتر وحدوث المشكلات وسوء التوافق الزوجي.

• نظرية ماسلو (Maslow Theory): ترى النظرية أن احتياج الفرد يحكم سلوكه بحسب

ترتيب تصاعدي يبدأ بالحاجات الجسمية الفسيولوجية، يليها مباشرة الإحساس بالأمان، وبعدها الحاجة للحب والاحترام والتقدير، يليها حاجة المعرفة، ثم الحاجات الجمالية وانتهاءً بتحقيق الذات. وتم ترتيب هذه الاحتياجات حسب أهميتها، فكلما كانت الحاجة أساسية بشكل أكبر فإنها ستكون في أدنى السلم. لذا ووفق هذه النظرية فإن عدم الإشباع النفسي والحاجة للحب من أسباب سوء التوافق الزوجي، ومتى ما أشبعت هذه الحاجات تحقق التوافق الزوجي، وإذا تم إشباع الحاجات بخلاف الترتيب المعد في (هرم ماسلو) فإن ذلك يؤدي للإحباط والاحساس بعدم العدالة واللامبالاة.

• نظرية أدلر (Adler):

وترى هذه النظرية أن سلوك الأزواج مبني على خبرات الطفولة التي تعرض لها الفرد في الماضي، وتختلف حياة كل فرد باختلاف خبرته التي تعرض لها أثناء تفاعله مع الأحداث الحياتية، ويصنف أدلر العوامل الحياتية المؤثرة في التوافق الزوجي كما ذكرها عرار وعبد الله (2020) على النحو التالي:

- طفولة الشريكين: حيث يؤثر عامل إشباع الحاجات الأساسية في مرحلة الطفولة على تكوين علاقة زوجية سعيدة وتحقيق التوافق الزوجي.
- الاختيار الزوجي: ووفق هذه النظرية فإن أهم مرحلة من مراحل الزواج هي مرحلة اختيار الشريك المناسب، وهذه المرحلة هي التي تحدد مدى استقرار أو عدم استقرار الزواج وتوافقه.
- كفاءة الأدوار التي يقوم بها الزوجان: ودرجة وضوح دور كل منهما والاتفاق على هذه الأدوار يزيد الألفة والمودة والتوافق الزوجي.

- المقومات المادية المتوفرة للشريكين: لأن الظروف الاقتصادية الصعبة لها آثار نفسية على الزوجين كالشعور بالحرمان والقلق والاكتئاب، وعدم السعادة الزوجية.

2- النظريات المفسرة للتوافق الزوجي من منظور اجتماعي (حولي، 2019):

• النظرية البنائية الوظيفية لمينيوشن (Minuchin):

تقوم فكرة النظرية البنائية الوظيفية على أن المجتمع مكون من أجزاء، بحيث يتميز كل جزء بخصائص معينة، وتكون هذه الأجزاء الصغيرة مجتمعة الوحدة الكبيرة، وتتماسك أجزاء المجتمع بالاتفاق على قيم ومعايير وأخلاقيات، كما أن التغير الذي يحصل في أي من هذه الأجزاء يؤثر على الكل والوحدة الكبيرة، وعندما تفقد الأسرة وظيفتها (وهي الوحدة الصغيرة) فإن المشكلات الزوجية قد تحدث بسبب اضطراب النسيج العلائقي بالبناء الأسري. ويرتبط التوافق الزوجي وفقًا لهذه النظرية بمدى قدرة الزوجين على الالتزام بوظائفهما في إطار الزواج، والذي يؤثر إيجابًا أو سلبًا على درجة التوافق بين الزوجين حسب مستوى الإهمال والتقصير في هذه الواجبات.

كما أن التوافق الأسري وفق هذه النظرية يحدث نتيجة تفاعل أفراد الأسرة عن طريق تغيير بعض السلوكيات لخلق الاستقرار الزوجي، ومتى ما نجح أفراد الأسرة في استخدام أساليب فعالة للتواصل وخلق أهداف زوجية مشتركة، وتحقيق الاستقرار الاقتصادي، والحاجات الأسرية فإنه يحقق التوافق الأسري. كما تركز النظرية البنائية الوظيفية على الأساليب التوافقية التي يستعملها الزوجان في تحقيق أهداف الزواج، وإشباع الحاجات من وراء الزواج، ومواجهة الصعوبات الحياتية، وأساليب التواصل والتفاعل والتعبير عن المشاعر والانفعالات أثناء مواجهة ظروف الحياة ومستلزماتها (عرار وعبد الله، 2020).

• نظرية الدور وصراع الأدوار:

عند ارتباط الزوجين في بداية حياتهما، فإن توقعات الأدوار لدى الزوجين قد تتفق وقد تتعارض، وفي حال تعارض وتضارب الأدوار المتوقعة؛ فإن الحل يكمن في تغيير كلا الطرفين توقعاتهما من أجل تحقيق الانسجام. وهناك اتجاهان منبثقان من نظرية الدور، هما:

- **نظرية التفاعل الرمزي:** حيث ترى هذه النظرية أن التوافق ينعكس مما يدركه الزوج في زوجته، وتوقعات الزوجة من زوجها، وحين لا يتطابق السلوك من الشريك مع المعايير المتوقعة ينتج ما يسمى (تناقض الدور)، وينشأ الخلاف حينها بسبب عدم التطابق بين رغبات الزوجين بسبب اختلاف رغبات أحد الأطراف وتطورها.

اتجاه التفاعل الرمزي هو الأكثر استعمالاً في مجال علم الاجتماع الأسري في العقدين الماضيين، ومن أشهر الممثلين لهذا الاتجاه هم (جورج هيربرت ميد، هيربرت بلومر، إرفنج جوفمان)، وتظهر هذه النظرية اهتماماً كبيراً بالنسق الداخلي الأسري كاختيار الشريك، ومشكلات التواصل بين الزوجين وبعضهما البعض من جهة وعلاقة الزوجين بأبنائهم من جهة أخرى، وكذلك التوافق الزواجي، واتخاذ القرارات، والاهتمام بأنماط التوقع والتوافق بين الزوجين من الناحية الجنسية، وتقوم النظرية على عدد من المفاهيم حددتها عواودة (2019) على النحو التالي:

- **المعيار (Norm):** المعيار في مجال الإرشاد المحدد للسلوكيات الواجبة منها والمرفوضة.
- **سلوك الدور (Role-Behaviour):** وهو مدى تناسب سلوكيات الأفراد مع الأدوار داخل النسق.
- **تناقض الدور (Role Discrepancy):** وهو مؤشر لاختلاف سلوك الدور والمعيار في المصطلحين السابقين، مما يؤدي لخلق تناقض في الدور ويؤثر هذا التناقض على درجة الرضا الزواجي، وتفترض هذه النظرية وجود علاقة خطية بين تناقض الدور والرضا الزواجي.

- النظرية السلوكية الاجتماعية: ترجع هذه النظرية عدم التوافق الزوجي إلى سلوكيات قام بها الزوجان استجابة لموقف ما، وفي حال عدم توافق السلوك يحدث عدم الاتفاق الزوجي.

• نظرية التوازن المعرفي Balance Theory :

يركز التوازن المعرفي على التوقعات والمتطلبات الواقعية من قبل الزوجين، ومتى ما سيطرت التوقعات التي أقرب ما تكون من الخيال في الحياة الزوجية تكون غير سعيدة، وترى هذه النظرية أن التوافق يحصل في حال تحقيق التقارب بين التوقعات وبين الواقع، وتقديم التنازلات عن بعض التوقعات الخيالية، واستبدالها بتوقعات إيجابية تحقق الزيادة في درجة التوافق الزوجي.

تفترض هذه النظرية أن الأفراد يميلون لاستمرار التوازن بين الاتجاهات التي تتشابه وعواطفهم، لذا فإن التوازن هو حالة يصبح فيها درجة العاطفة تجاه شخص آخر مطابقة لدرجة تشابه اتجاهاته، وتزداد الجاذبية بازدياد مستوى ودرجة التشابه، فالإنسان غالبًا ينجذب للشخص الذي يشابهه في الاتجاهات (عواودة، 2019).

• نظرية التبادل Exchange Theory :

يعتبر هومانز (Homans) من مؤسسي علم الاجتماع الذين يملكون ميولًا باتجاه تفسير السلوك الإنساني بوصفه علاقة متبادلة، وطور نظرية يطلق عليها (نظرية التبادل)، والتي تفسر التفاعلات الاجتماعية كمادة أساسية أولية للوصول وصنع العلاقات الحميمة، وأن المكاسب من جميع العلاقات مفادها إدراك المميزات الإيجابية والعيوب السلبية، فالعلاقات قائمة ما يقدمه الآخرين من مكافآت مقارنة بما يتم الحصول عليه من فائدة. لذا فطبقًا لهذه النظرية فإن التوافق الزوجي هو عبارة عن إدراك الشريكين

للمكسب العائد على كل واحد منهما من وراء هذه العلاقة، وكلما كان العائد أكثر من الخسارة أو الثمن المدفوع زادت مساهمة الشريك في العلاقة الزوجية، والذي بدوره يحقق التوافق الزوجي (عواودة، 2019). ويعتبر التوافق الزوجي وفق هذه النظرية بأنه التأثير المتبادل الذي يعيشه الأفراد بين المكافأة والتكلفة، ويحدد ذلك أشكال التفاعل في صورة مكسب عاطفي إيجابي، أو تكلفة عاطفية سلبية، فمتى ما كانت المكسب العاطفي في الموقف إيجابياً فسيشعر الزوجان بالراحة والطمأنينة، والعكس في حال التكلفة العاطفية السلبية والتي تقابل السلوك بمظاهر الغضب والشجار والإحباط وعدم الانسجام بين الزوجين.

تفسير النظرية لأسباب استمرار الزواج رغم عدم التوافق

وترجع هذه النظرية أسباب استمرار الزواج رغم عدم التوافق إلى عوامل الخسارة الناتجة عن الانفصال، وقرار فك الزواج يترتب عليه اعتبارات دينية واقتصادية وقوانين شرعية منظمة لفك الرابطة وكذلك الخوف من المجهول، وقد تكون الأسباب ذات علاقة بتقدم العمر وقلة الجاذبية الجسمية مما يقلل من فرص الشريك في إنشاء علاقة زوجية جديدة بعد الانفصال، كما أن المرأة التي لم تكمل تعليمها تجد نفسها خاضعة مادياً لزوجها (عرار وعبد الله، 2020).

ترى الباحثة أن النظريات الاجتماعية تركز على مجموع التفاعلات المتبادلة بين الزوجين وتوقعاتهما عن العلاقة، وكل نظرية تسند عدم التوافق والخلافات بين الزوجين لمبادئها. حيث ترجع النظرية البنائية الخلافات الزوجية إلى وجود خلل في البناء الأسري والأدوار، بينما تركز نظرية التفاعل الرمزي على أهمية المركز وتوقعات الأدوار، بينما ترى نظرية التوازن المعرفي أن العمليات العقلية لدى الزوجين والموازنة بين التوقعات والواقع عنصر أساسي لتحقيق التوافق، فيما ترى نظرية التبادل الاجتماعي أن تعزيز السلوك المرغوب، والتفاعل الزوجي العاطفي الإيجابي يسهم في تدعيم التوافق الزوجي.

وبشكل عام فإن النظريات سواء أكانت النفسية منها أم الاجتماعية تتجه باتجاه تفسير هذه العلاقة الزوجية، وهي عبارة عن مجموعة آراء قد تنطبق على بعض الأزواج ولا تنطبق على الآخر، إذ أنه قد تنطبق نظرية ما على شريكين فيما لا تتطابق الأخرى، وتساعد هذه النظريات المرشد الأسري على تفسير بعض مشكلات سوء التوافق التي قد يتعرض لها الزوجان في مجالات حياتهم، وفي ضوءها يمكن للمرشد أن يقترح الحلول. كما أن وعي الأطراف الزوجية بهذه النظريات يساعد كل منهما في فهم دوره داخل العلاقة الزوجية وفق الحاجات النفسية التي تتطابق معها النظريات السابقة، كما أن الشرائع والأديان السماوية سعت لسن قوانين وأحكام من شأنها الحفاظ على هذا البناء الأسري واستقراره في ضوء المعرفة بالحقوق والواجبات الزوجية من أجل الوصول للإشباع في شتى المجالات النفسية وسد الحاجات الاجتماعية وتوقعات الأدوار للشريكين.

رابعًا: الدراسات السابقة:

تورد الباحثة فيما يلي بشكل موجز عرضًا لبعض الدراسات السابقة التي أمكنها الاطلاع عليها

في مجال التوافق الزوجي وعلاقته بالمهارات الزوجية موضوع الدراسة الحالية:

أجرت الإبراهيم (2007) دراسة هدفت للتعرف على علاقة التوافق الزوجي بالمهارات الزوجية وبعض المتغيرات الديموغرافية. طبقت الدراسة على عينة قوامها (510) امرأة متزوجة وعاملة، في محافظة إربد في عمان. وخلصت النتائج إلى أن أغلب النساء العاملات في القطاع التربوي غالبًا ما يمارسن مجموعة من المهارات الزوجية مثل: التواصل، حل المشكلات، التعبير العاطفي. لذا فهن الأكثر تمتعا بالتوافق الزوجي في المجالات: النفسية العاطفية، ثم المجال الفكري ثم الاقتصادي فالاجتماعي. ولم ترد فروق ارتباطية تعزى لعمر الزوجة ووضع الأسرة الاقتصادي وعدد الأبناء، بينما هناك فروق تعزى لطول مدة الزواج باتجاه الأفراد الذين مضى على زواجهم ست إلى عشر سنوات.

وبينت دراسة أجراها الصمادي والجهوري (2011) بهدف التعرف على مستوى التوافق الزوجي للعاملين في قطاعي الصحة والتعليم في سلطنة عمان ومعرفة تأثير مستوى التوافق الزوجي ببعض المتغيرات، كما يقيسها مقياس التوافق الزوجي. تكون مجتمع الدراسة من (492) فردًا (152 زوجًا موظفًا و340 زوجة موظفة) يعملون في قطاعي الصحة والتعليم، ولتحقيق هدف الدراسة قام الباحثان ببناء مقياس التوافق الزوجي مكون من (36) فقرة موزعة على خمسة مجالات فرعية هي: الاجتماعي، والأسري، والاقتصادي والفكري والنفسي العاطفي، ونتج عنها أن مستوى التوافق الزوجي: جاء التوافق الأسري بالمرتبة الأولى، والتوافق الفكري بالمرتبة الثانية، التوافق النفسي والعاطفي في المرتبة الثالثة، والتوافق الاجتماعي بالمرتبة الرابعة، والتوافق الاقتصادي بالمرتبة الخامسة، وأدى امتلاك الزوجين لنضج فكري إلى زيادة التوافق الزوجي.

وهدفت دراسة اليامي (2013) إلى التعرف على مهارات الحوار الإيجابي وعلاقتها بالتوافق الزوجي وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من المعلمين بمنطقة نجران بالسعودية تم إعدادها في جامعة البحرين كمتطلب للحصول على درجة الماجستير في علم النفس الارشادي، حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين مهارات الحوار الإيجابي والتوافق الزوجي وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من المعلمين المتزوجين (348) معلم، طبق عليهم مقياس التوافق الزوجي من إعداد فرحان العنزي (2009)، ومقياس مهارات الحوار الإيجابي من إعداد الباحث، وتم استعمال المنهج الوصفي (الارتباطي المقارن)، ونتج عن الدراسة وجود علاقة موجبة بين مهارات الحوار الإيجابي وأبعاد التوافق الزوجي.

ومن هذه الدراسات أيضًا دراسة أجرتها القضاة (2016) هدفت لفحص العلاقة بين المهارات الزوجية والتوافق الزوجي لدى المتزوجات حديثا في مدينة عمّان، حيث استخدمت أداتان تم بناؤهما لجمع البيانات المتعلقة بتحقيق أهداف الدراسة هما: مقياسي المهارات الزوجية والتوافق الزوجي. طبقت أدوات الدراسة على عينة من (173) سيدة متزوجة تم اختيارهم بطريقة العينة المتاحة ، و قد أظهرت نتائج الدراسة أن الأهمية النسبية لمستوى المهارات الزوجية كانت مرتفعة على المقياس الكلي وأبعاده الفرعية مثل: بعد مهارة حل المشكلات، و بعد مهارة التواصل، و بعد مهارة التعبير الانفعالي، و قد كانت الأهمية النسبية متوسطة على بعد إعادة البناء المعرفي، و أظهرت النتائج أن الأهمية النسبية كانت مرتفعة على المقياس الكلي للتوافق الزوجي و على أبعاده الفرعية : بعد التوافق الاقتصادي، و بعد التوافق الثقافي، و بعد التوافق الاجتماعي، و بعد التوافق العاطفي.

وبينت دراسة الجمعان (2018) التي هدفت الى التعرف على العلاقة بين التوافق الزوجي للزوجة وإدراك الزوجة للمسؤوليات الأسرية، واستخدمت الباحثة أداتين هما مقياس التوافق الزوجي (للعادلي) المعد

سنة 2012، ومقياس إدراك الزوجة للمسئوليات الأسرية من إعداد الباحثة، وطبقت الأداتين على عينة من النساء المتزوجات (200) سيدة من الموظفات وريبات البيوت. وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التوافق الزوجي وإدراك الزوجة للمسئوليات الأسرية.

وكذلك هدفت دراسة هاريس وكومار (2018) Haris and Kumar إلى قياس علاقة الرضا الزوجي ومهارات التواصل بين المتزوجين، اهتمت الدراسة في بحث أساليب التواصل بين الزوجين وعلاقتها بالرضا الزوجي، كما هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر التغيرات الديموغرافية مثل: العمر، والنوع، وسنوات الزواج على الرضا الزوجي. شملت عينة الدراسة 50 زوجا وزوجة في أحد ولايات الهند، حيث طبق عليهم مقاييس مهارات التواصل ومقاييس الرضا الزوجي. ونتج عن الدراسة أن أساليب التواصل الزوجي تنبئ وتعطي مؤشر عن مستوى رضا الأزواج، كما أظهرت الدراسة أثر المتغيرات الديموغرافية على الرضا الزوجي.

وكذلك خلصت الدراسة التي أجرتها عاودة (2019) والتي هدفت لمعرفة العلاقة بين المهارات الزوجية والرضا الزوجي وتبيان مستوى المهارات الزوجية والرضا الزوجي لدى المتزوجات حديثاً في محافظة رام الله والبيرة، وإيجاد الفروق تبعاً لمتغيرات العمل، العمر، المستوى التعليمي، معتمدة فيه على المنهج الوصفي الارتباطي، هدفت الدراسة لمعرفة العلاقة بين المهارات الزوجية والرضا الزوجي لدى عينة من المتزوجات حديثاً في مدينتي رام الله والبيرة حيث تم تطبيق العينة عن 370 امرأة متزوجة، وأظهرت النتائج الارتفاع النسبي في متوسط المهارات الزوجية. خلصت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين المهارات الزوجية والرضا الزوجي.

وكشفت دراسة أجرتها حفيظة (2020) والتي هدفت للكشف عن العوامل التي قد تؤثر على التوافق الزوجي، حيث تم تطبيق استبانة تتكون من عشرة محاور مستقلة للإجابة على فرضيات للتأكد من صحة دور العوامل التالية في التأثير على التوافق الزوجي مثل: تدخلات الأهل أثناء الخلافات الزوجية، وانعدام

التوافق الجنسي، وإهمال بعض الأدوار الأسرية. تم تطبيق الاستمارة على عينة مقصودة مكونة من 152 فرد وتشمل (106 متزوجين، 46 مطلّقين)، وخلصت النتائج لتحقيق الفرضية الأولى بأن تدخلات أهل أحد الزوجين في العلاقة الزوجية يؤدي لسوء التوافق للمتزوجين بنسبة 56.52% وللمطلّقين بنسبة 45.65%، بينما أشار 39.62% من المتزوجين و21.63% من المطلّقين صنفوا انعدام التوافق الجنسي في المرتبة الأولى من العوامل التي تولد الشجار بين الزوجين. فيما أظهرت النتائج للفرضية الثانية لجوء المتزوجين للحوار كخيار أول لحل المشكلات والتسامح كخيار ثاني ونسيان المشكلات كخيار ثالث. بينما صنف المطلّعون الحوار كحل بالدرجة الأولى واللجوء لتدخلات الأهل كحل ثاني فيما اختاروا التسامح كحل ثالث، مما يعني أن الحوار هو الحل الأفضل للمشكلات.

وبحسب دراسة حلوش (2020) والذي هدفت إلى معرفة دور التواصل الزوجي في تحقيق التوافق الزوجي ومعالجة المشكلات الأسرية، ولمعالجة هذا الموضوع تم طرح التساؤل التالي: ما هو دور التواصل الزوجي في تحقيق التوافق الزوجي، ومعالجة الأزمات والمشكلات الأسرية؟ وللإجابة على هذه التساؤل تم إتباع منهج البحث المكتبي القائم على جمع المادة العلمية من المراجع وتنظيمها وتحليلها، وبناء على معطيات البحث الحالي تم التوصل إلى النتائج التالية: التواصل الزوجي من أهم المهارات الزوجية التي من شأنها تقوية الروابط بين الزوجين من خلال تقريب وجهات النظر حول القضايا المصيرية للأسرة، وتقوية الروابط العاطفية بينهما بما يحقق التوافق الزوجي والأسري، والحوار بين الزوجين من جهة، وبين كل أفراد الأسرة (الأبناء) من جهة أخرى، والذي يعتبر الأسلوب الفعال في معالجة مشكلات الأسرة .

وأيضًا خلصت دراسة أجراها المقبل والفواير (2021)، والتي هدفت إلى التعرف على مستوى التوافق الزوجي لدى عينة من المتزوجين في سلطنة عمان وعلاقته بالمتغيرات الديموغرافية، والبالغ عددهم (540) فردا متزوجا، منهم (224) ذكور، (316) إناث. اعتمد الباحثان المنهج الوصفي. كما تم استخدام

مقياس التوافق الزوجي هيندريك (Hendrick, 1988)، وأظهرت نتائج الدراسة مستوى مرتفع من التوافق الزوجي، كما أظهرت فروق دالة في مستوى التوافق الزوجي تبعاً لمتغير النوع باتجاه الذكور، وفروق دالة تبعاً لمتغير عدد سنوات الزواج باتجاه من مر على زواجهم (2-5) سنوات، بينما لم تكن هناك فروق دالة تبعاً لمتغير العمر وعدد الأبناء.

التعقيب على الدراسات السابقة.

يتضح من خلال الدراسات السابقة التي تم استعراضها وجود علاقة ارتباطية بين المهارات الزوجية والتوافق الزوجي بين المتزوجين ودور المهارات الزوجية في تحقيق التوافق الزوجي، وبحسب الدراسة التي أجراها إبراهيم (2007) على النساء العاملات و كذلك الدراسة التي أجراها القضاة (2016) على النساء حديثات الزواج وعواودة (2019)، حيث كانت الفئة المستهدفة في دراسة عواودة (2019) والقضاة (2016) هنَّ فئة المتزوجات حديثاً فيما كانت عينة البحث لدى إبراهيم لدى العاملات حديثاً في القطاع التربوي، أي أنه في مجملها شملت الإناث دون الذكور من حديثات الزواج أو النساء العاملات. فيما تطرقت الدراسة الحالية لفئة الذكور والإناث من مختلف الفئات العمرية وسنوات الزواج.

وفيما يتعلق بالدراسات التي ركزت على التوافق الزوجي بحسب الصمادي والجهوري (2011)، والتي تطرقت للتوافق بشكل مستقل على فئة المتزوجين العاملين في الصحة والتعليم، وكذلك دراسة حفيظة (2020) والتي هدفت لكشف العوامل المؤثرة على التوافق الزوجي والتي شملت المتزوجين والمطلقين، وكذلك تناولت دراسة المقبل والفواير (2021) التوافق الزوجي أيضاً.

كما تبين حسب دراسة اليامي (2013) وجود علاقة موجبة بين مهارات الحوار الإيجابي وأبعاد التوافق الزوجي لدى عينة من المعلمين المتزوجين، وكذلك دراسة الجمعان (2018) التي تم تطبيقها على

النساء المتزوجات والتي بينت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التوافق الزوجي وإدراك الزوجة للمسئوليات الأسرية. وكذلك دراسة هاريس وكومار (2018) Haris and Kumar التي ركزت على قياس علاقة الرضا الزوجي ومهارات التواصل وكذلك حلوش (2020) هدف لمعرفة دور التواصل الزوجي في تحقيق التوافق ومعالجة المشكلات الأسرية.

كما يتضح من التحليل السابق للدراسات السابقة التي تم عرضها أنها تناولت موضوع المهارات الزوجية والتوافق الزوجي على فئات الإناث المتزوجات حديثاً وفئة العاملات منهن، وكذلك أبعاد المهارات الزوجية في المقاييس في الدراسات السابقة اقتصر على مهارات التواصل، وحل المشكلات، والتعبير العاطفي، فيما تناولت الدراسة الحالية المهارات الزوجية بأبعادها الثمانية، واختلفت كذلك المقاييس المستعملة في التوافق الزوجي، منها مقاييس من إعداد الباحث نفسه ومنها مقياس العادلي (2012) وكذلك مقياس (Hendrick,1988)، فيما استعملت الدراسة الحالية مقياس زواوي للتوافق الزوجي.

وبعد الاطلاع على الدراسات السابقة والأدبيات التي تناولت محاور البحث، وبالعودة لنتائج الأبحاث فيها تم الاستفادة من نتائجها في وضع أسئلة البحث وتوجيه محاور مقياس المهارات الزوجية، وكذلك طريقة طرح المحاور لكل بند، وأساليب التطرق للموضوع ونظرياته، كما تم الاستفادة من المراجع الأصلية الموجودة في قائمة المراجع، واستندت الآراء في متن البحث على الدراسات ونتائجها في تكوين آرائها واتجاهاتها وفق أسس علمية سليمة ومعتمدة بعيداً عن التحيز لرأي دون آخر، مما أسهم بتدعيم الآراء التي يتم طرحها في المتن.

ولقد أسهمت الدراسات السابقة في فتح المجال للدراسة الحالية للتوسع في جميع أبعاد المهارات الزوجية وكذلك في موضوع التوافق الزوجي، وأسهمت في العثور على عنوان البحث وموضوعه والتأكد من الحاجة لهذا النوع من البحث وعدم تكرار نفس العناوين لبحوث سابقة.

تم وضع كل جزئية من الدراسات السابقة في السياق الصحيح والمناسب في البحث بما يخدم سيورته وفق الأسس العلمية السليمة، والعلاقة بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة، وإظهار عبارات جديدة لتفسير وتحليل نتائج البحث وتبسيط الضوء على ثغرات البحوث السابقة. كما وتم الاستفادة من الدراسات السابقة في مقياس التوافق الزوجي المطبق في الدراسة الحالية.

استفادت الدراسة الحالية من نتائج البحوث السابقة التي تطرقت لكل مهارة من المهارات الثمانية المذكورة في البحث بشكل مستقل، حيث تميزت الدراسة الحالية بالتوسع في أبعاد المهارات الزوجية وكذلك عينة البحث التي شملت الذكور والإناث وفق سنوات الزواج المختلفة، فيما اقتصرَت الأبحاث السابقة على فئة الإناث دون الذكور والحديثات الزواج وكذلك فئة العاملين، كما اختلفت متغيرات الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة بتناولها مستوى المهارات الزوجية والتوافق الزوجي والعلاقة بينهما والتنبؤ بالمهارات الزوجية المنبئة بالتوافق الزوجي.

الفصل الثالث: منهج الدراسة وأدواتها وإجراءاتها

- أولاً: منهج الدراسة.
- ثانياً: مجتمع الدراسة والعينة.
- ثالثاً: أدوات الدراسة.
- رابعاً: إجراءات الدراسة.
- خامساً: المعالجة الإحصائية.

الفصل الثالث

منهج الدراسة وأدواتها وإجراءاتها

يتناول هذا الفصل الإجراءات التي تم اتباعها في الدراسة الحالية، كالمنهج المستخدم في الدراسة، ومجتمع الدراسة وعينتها والأدوات المستخدمة في الدراسة ومؤشرات صدقها وثباتها.

أولاً: منهج الدراسة:

المنهج المتبع في الدراسة هو المنهج الوصفي (الارتباطي - التنبؤي - المقارن)، لأنه الأنسب للإجابة عن أسئلة الدراسة وتحقيق أهدافها عن طريق الوصف لمستوى المهارات الزوجية ومستوى التوافق الزوجي، والمقارنة بين نتائج أفراد العينة عن طريق مقارنة الفروق في المهارات الزوجية والتوافق الزوجي وفق الفئات العمرية والنوع وسنوات الزواج، وقياس الارتباط بين كل من المهارات الزوجية وأبعاد التوافق الزوجي، والتنبؤ بأهم المهارات الزوجية المنبئة بالتوافق الزوجي.

ثانياً: مجتمع الدراسة والعينة:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع المتزوجين البحرينيين من الجنسين من مختلف الأعمار وسنوات الزواج، ويبلغ عددهم حسب المعلومات التي نشرتها هيئة المعلومات والحكومة الإلكترونية في العام 2016 (4.9) لكل ألف من السكان البالغ عددهم حينها 1,423,726 نسمة. كما نشر المرصد الوطني للتوازن بين الجنسين التابع للمجلس الأعلى للمرأة بأن نسبة المتزوجين في العام 2020م بلغ 48.30%. وجمعت الباحثة ما تيسر من عينات استجابت للمقياس الذي تم نشره عبر وسائل التواصل الاجتماعي.

عينة الدراسة:

طبقت الدراسة على ثلاث عينات من المتزوجين في المجتمع البحريني تم اختيارها بطريقة كرة الثلج في الفضاء الإلكتروني من المحافظات الأربع: العاصمة، المحرق، الشمالية، الجنوبية وكانت كالتالي:

عينة (1): عينة استبيان استطلاعي قوامها (35) فرداً بطريقة الأسئلة المفتوحة لبناء المقياس، عينة (2): عينة استطلاعية من المتزوجين قوامها (71) فرداً، عينة (3): عينة أساسية قوامها (210) من الأفراد المتزوجين البحرينيين ذكوراً وإناثاً، حيث تم نشر المقياس على وسائل التواصل الاجتماعي للحصول على أكبر قدر من الاستجابات، يوضح الجدول التالي خصائص هذه العينة حسب متغيرات الدراسة الحالية:

جدول (1)

خصائص عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة

المتغير	مستويات كل متغير	العدد	النسبة المئوية
العمر	من 20-30 عامًا	33	15.7%
	من 31-40 عامًا	78	37.1%
	أكثر من 40 عامًا	99	47.1%
النوع	ذكر	64	30.5%
	انثى	146	69.5%
سنوات الزواج	أقل من 5 سنوات	22	10.5%
	من 5 إلى 10 سنوات	29	13.8%
	من 11 إلى 20 سنة	99	47.1%
	أكثر من 20 سنة	60	28.6%
المجموع		210	100%

تظهر النتائج تفاوت وتباين في توزيع العينة حسب العمر، حيث أن أعلى نسبة من العينة كانت من فئة العمر أكثر من "40 عامًا" التي بلغت (47.1%)، وكانت قريبة من نسبة العمر "31-40 عامًا" التي بلغت (37.1%)، وتليها نسبة "20-30 عامًا" التي بلغت (15.7%).

أما بالنسبة لمتغير النوع فإن نسبة الذكور بلغت (30.5%) فيما بلغت نسبة الإناث (69.5%).

كما كان هناك تفاوت في العينة حسب مدة الزواج حيث كانت النسبة الأعلى من المستجيبين للاستبيان تراوحت سنوات زواجهم من 11 الى 20 سنة بنسبة (47.1%) فيما بلغت نسبة الاستجابة لسنوات الزواج التي هي أكثر من 20 سنة (28.6%)، وبنسبة (13.8%) للمتزوجين لمدة تقل عن 5 سنوات، بمجموع 210 استجابات.

ثالثاً: أدوات الدراسة:

(1) مقياس المهارات الزوجية:

تم إعداده من قبل الباحثة كالتالي:

- 1- الاطلاع على التراث الأدبي في مجالات المهارات الزوجية والتوافق الزوجي.
- 2- وعمل استبيان استطلاعي مفتوح بطريقة الأسئلة المفتوحة لحصر آراء بعض المتزوجين حول نظرتهم للمهارات الزوجية.
- 3- توزيع الاستبيان بطريقة كرة الثلج في الفضاء الافتراضي.
- 4- وشمل الاستبيان عينة مكونة من 35 من المتزوجين في المجتمع البحريني.
- 5- تم تنسيق وتحليل وتنظيم استجابات المستجيبين على الأسئلة وجدولتها وتصنيفها وتبويبها وتحديد ارتباطها في الأبعاد الخاصة بالمقياس.

كانت الأسئلة كالتالي:

- ما المهارات التي تتمنى أن يتعلمها شريك حياتك والتي قد تزيد من نسبة رضاك عن حياتك الزوجية؟
- أذكر مهارات زواجية تمنيت أنك تعلمتها قبل الزواج كان من شأنها تقليل المشكلات في حياتك الزوجية.
- اقترح بعض الأساليب والأفكار التي أعرفها وتحقق أكثر قدر من الراحة الزوجية بين الشريكين.
- أذكر مشكلة صعبة تعيشها حاليًا أو عشتها سابقًا، كانت ستمر بسهولة لو كان شريكي يمتلك الأسلوب المناسب لحلها، ما المشكلة وما الأسلوب والمهارة التي تمنيت أن شريكك يمتلكها؟ برأيك ما المهارات التي

يجب تعليمها المقبلين على الزواج لتحقيق التوافق الزوجي؟

وبناءً على الاستجابات التي تم رصدها من الاستبيان الاستطلاعي تم حصر وصياغة عبارات مقياس المهارات الزوجية وتصنيفها وفق الأبعاد الثمانية بمجموع (40) عبارة، بمعدل (5) عبارات لكل محور، حيث استند تحديد الأبعاد على الأدبيات المنشورة في مجال المهارات الزوجية والتوافق الزوجي. وتم تصنيف العبارات وفق الأبعاد الثمانية كالتالي:

البعد الأول: مهارات التواصل.

البعد الثاني: مهارة إظهار الاحترام والثقة.

البعد الثالث: مهارة تحمل المسؤولية.

البعد الرابع: مهارة قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف.

البعد الخامس: مهارة إدارة الخلافات الزوجية.

البعد السادس: مهارات اتخاذ القرارات (شخصية، زوجية، متعلقة بالأبناء).

البعد السابع: مهارات إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط.

البعد الثامن: مهارات زوجية في العلاقة العاطفية والجنسية.

تصحيح مقياس المهارات الزوجية:

تم تصحيح مقياس المهارات الزوجية من خلال تدرج مقياس ليكرت الثلاثي بحيث تعطى 3 نقاط لكل بند يجيب عليها المستجيب بنعم، ما عدا البنود العكسية في كل بعد (تحتسب 3 نقاط عند الاستجابة بـ لا للبنود العكسية). نقطتين عند الاستجابة بـ (لست متأكدا). نقطة واحدة عند الاستجابة بـ لا. ما عدا البنود العكسية في كل بعد (تحتسب نقطة واحدة عند الاستجابة بـ نعم للبنود العكسية).

وبالتالي فإن الاستجابات على المقياس تتراوح ما بين (3-1) حيث تم تقسيمها إلى ثلاثة مستويات،

كما يلي:

درجة عالية (95 - 120): يمتلك الشخص درجة عالية من المهارات الزوجية اللازمة لرفع مستوى التوافق داخل الأسرة.

درجة متوسطة (68-94): تمتلك درجة متوسطة من المهارات الزوجية، إلا أنك بحاجة لتطوير بعض المهارات لزيادة توافقك الزوجي.

لا يمتلك مهارات زوجية (40 - 67): لا يمتلك مهارات الزوجية ويحتاج للاطلاع والقراءة في هذا المجال والاشتراك بدورات متخصصة في تطوير الذات والمهارات الزوجية المختلفة.

مؤشرات صدق وثبات مقياس المهارات الزوجية:

أولاً: صدق المحتوى:

للتحقق من صدق المحتوى لمقياس المهارات الزوجية تم عرضه على خمسة محكمين من أعضاء هيئة التدريس في جامعة البحرين وجامعة الخليج العربي، وتم الطلب منهم تحكيم المقياس والاطلاع عليه

وتعديل ما يروونه مفيدياً ومناسباً لأغراض الدراسة، وإضافة ما يروونه مناسباً من عبارات، وحذف العبارات التي يروونها غير مناسبة، حيث شمل تقييم المحكمين التالي: مدى تمثيل العبارات للمحور، السلامة اللغوية، ملائمة العبارات للثقافة المحلية، والمقترحات والتعديلات التي يراها المحكم مناسبة. وبعد الأخذ بآراء المحكمين تمت إعادة صياغة بعض العبارات وحذف بعض العبارات التي اقترح المحكمون حذفها، بعد إجراء خطوات صدق المحكمين، وكانت نسبة الاتفاق بين المحكمين حوالي 80%

ثانيًا: معاملات الاتساق الداخلي:

تم حساب معاملات الاتساق الداخلي من خلال تطبيق أدوات على عينة استطلاعية قوامها (71) فرداً، تم اختيارها من مجتمع الدراسة، ولحساب معاملات الاتساق الداخلي قامت الباحثة بتطبيق معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation عن طريق حساب ارتباط كل فقرة من فقرات المقياس مع البعد من جهة، ومع درجة المقياس الكلي من جهة أخرى، كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول (2)

معاملات الاتساق الداخلي لعبارات مقياس المهارات الزوجية

الارتباط مع البعد	الارتباط مع المقياس	الرقم
البعد الأول: مهارات التواصل		
.71(**)	.51(**)	1
.60(**)	.52 (**)	2
.50(**)	.31(**)	3
.227	.003	4
.71(**)	.63(**)	5

الارتباط مع المقاييس	الارتباط مع البعد	الرقم
البعد الثاني: مهارة إظهار الاحترام والثقة		
.60(**)	.70(**)	6
.50(**)	.80(**)	7
.32(**)	.50(**)	8
.61(**)	.70(**)	9
.60 (**)	.71(**)	10
البعد الثالث: مهارة تحمل المسؤولية		
.30(*)	.40(**)	11
.30(*)	.50(**)	12
.45(**)	.45(**)	13
.52(**)	.70(**)	14
.33(**)	.57 (**)	15
البعد الرابع: مهارة قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف		
.60(**)	.51(**)	16
.30(*)	.50 (**)	17
-.30 (**)	.20(*)	18
.60(**)	.50(**)	19
.30(*)	.73 (**)	20

الارتباط مع البعد	الارتباط مع المقياس	الرقم
البعد الخامس: مهارة إدارة الخلافات الزوجية		
.73(**)	.48(**)	21
.56 (**)	.53 (**)	22
.60(**)	.37(**)	23
.65(**)	.52(**)	24
.40(**)	.21(*)	25
البعد السادس: مهارات اتخاذ القرار (شخصية، زوجية، متعلقة بالأبناء)		
.50(**)	.31 (**)	26
.74(**)	.60(**)	27
.60(**)	.33(**)	28
.53 (**)	.52(**)	29
.61 (**)	.53(**)	30
البعد السابع: مهارات إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط		
.63(**)	.47 (**)	31
.41 (**)	.44(**)	32
.50 (**)	.20(*)	33
.60(**)	.26(**)	34
.70(**)	.60(**)	35

الارتباط مع المقياس	الارتباط مع البعد	الرقم
البعد الثامن: مهارات زوجية في العلاقة العاطفية والجنسية		
.42(**)	.70 (**)	36
.40(**)	.70(**)	37
.40(**)	.64(**)	38
.20(*)	.60(**)	39
.43(**)	.37(**)	40

*الارتباط دال إحصائيًا عند ($\alpha= 0.05$). **الارتباط دال إحصائيًا عند ($\alpha= 0.01$)

يتبين من نتائج الجدول السابق أن جميع العبارات ارتبطت بشكل دال إحصائيًا عند مستويي الدلالة

($\alpha=0.05$) و ($\alpha=0.01$) وذلك مع البعد الذي تنتمي إليه ومع الدرجة الكلية للمقياس، ما عدا العبارة رقم

4 تم حذفها لعدم ارتباطها بالمحور والدرجة الكلية للمقياس.

كما تم حساب معاملات الارتباط البينية بين محاور مقياس المهارات الزوجية، كما هو مبين في

الجدول التالي:

جدول (3)

معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس المهارات الزوجية

الرقم	البعد	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية للمقياس
1	البعد الأول	.76(**)
2	البعد الثاني	.79(**)
3	البعد الثالث	.73(**)

الرقم	البعد	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية للمقياس
4	البعد الرابع	.52(**)
5	البعد الخامس	.71(**)
6	البعد السادس	.76(**)
7	البعد السابع	.67(**)
8	البعد الثامن	.55(**)

**دال عند ($\alpha = 0.01$)

تم حساب معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس ودرجته الكلية، حيث تراوحت قيمة معاملات الارتباط بين 0.52 الى 0.79 وهي جميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01 مما يدل على صدق المقياس.

ثالثاً: مؤشرات ثبات مقياس المهارات الزوجية:

لحساب مؤشرات الثبات الكلي لمقياس المهارات الزوجية فإنه تم احتساب معامل ألفا لكرونباخ Cronbach's Alpha للتعرف على ثبات المقياس وقد بلغت قيمة معامل ألفا 0.86 للمقياس ككل وهي قيمة مرتفعة ودالة إحصائياً.

ثانياً: مقياس التوافق الزوجي:

مقياس التوافق الزوجي (زواوي، 2017): أعده سبينر Graham B. Spanier ونشره في مجلة Journal of Marriage and Family. وتم إعداده بحسب (زواوي، 2017) بهدف قياس جودة العلاقة الثنائية الزوجية. وقام بنشره بنسخته العربية منصور زواوي في العام 2017.

وقد أشار (زواوي، 2017) إلى أن سبينر تأكد من صدق المقياس بطرق منها: صدق المحتوى عن طريق عرض البنود على 3 خبراء، كما تحقق من الصدق المحكي عن طريق تمرير المقياس على عينة مكونة من 218 متزوجاً و 94 مطلقاً وأبرزت النتائج فروق تفيد أن الدرجة الكلية للمقياس في جميع البنود تختلف بشكل جوهري بين المتزوجين والمطلقين باتجاه المتزوجين.

كما تم قياس الصدق الاتفاقي باستخراج الارتباط بين مقياس التوافق ومقياس لوك ولاس (1959) وتوصل إلى معامل ارتباط 0.86 لعينة المتزوجين و 0.88 للمطلقين وهو معامل موجب ودال إحصائياً. أما ثبات المقياس فقد استعرض (زواوي، 2017) جدولاً للمقياس الأصلي أظهر ثبات نتائج جميع بنود المقياس كالتالي:

جدول (4)

مؤشرات ثبات الاتساق الداخلي باستخدام معامل الفا - كرونباخ لمقياس التوافق الزوجي

المقياس	الفا كرونباخ
الاتفاق الزوجي	0.90
الرضا الزوجي	0.94
التماسك الزوجي	0.86

المقياس	الفا كرونباخ
التعبير العاطفي	0.73
التوافق الزوجي	0.96

وتضمن المقياس الأبعاد الأربعة الأساسية للتوافق الزوجي كما تم وصفها (زواوي، 2017)، حيث

يحتوي المقياس على 32 عبارة مقسمة على الأبعاد الأربعة التالية:

البعد الأول: الاتفاق الزوجي ويحتوي على 13 بند هي: 1-2-3-5-7-8-9-10-11-12-13-14-15.

البعد الثاني: الرضا الزوجي ويحتوي على 10 بنود هي: 16-17-18-19-20-21-22-23-31-32.

البعد الثالث: التماسك الزوجي ويحتوي على خمسة بنود هي 24-25-26-27-28.

البعد الرابع: التعبير العاطفي ويحتوي على أربعة بنود هي: 4-6-29-30.

جدول (5)

مفتاح تصحيح مقياس التوافق الزوجي (زواوي، 2017)

البنود	الدرجات
من 1 الى 20-17	1-2-3-4-5
19-18	5-4-3-2-1
32-31-28-27-26-25-24-23	0-1-2-3-4
30-29	0-1

يبين الجدول السابق أن درجات الأفراد تتراوح بين 0 - 151 ويدل الدرجة العالية على توافق زوجي جيد من 92 - 107 مؤشر للتعاسة الزوجية (وفق مؤشر التعاسة الزوجية الذي قدرته الدراسات العيادية والارشادية (زواوي، 2017)) وكلما زاد العدد عن 107 دل على وجود توافق أفضل أي ان الدرجة العالية تعني توافق زوجي جيد. ويعتبر ما كان تحت هذه العتبة يدل على معاناة الفرد المفحوص من التعاسة في حياته الزوجية.

مؤشرات صدق وثبات مقياس التوافق الزوجي

قامت الباحثة بحساب مؤشرات الصدق والثبات للمقياس كالتالي:

أولاً: صدق الاتساق الداخلي

تم تطبيق الاستبيان على عينة استطلاعية مكونة من 71 فرداً، ولحساب مؤشرات صدق الاتساق الداخلي قامت الباحثة بتطبيق معامل الارتباط بيرسون لاحتساب معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس ودرجته الكلية كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول (6)

مؤشرات صدق الاتساق الداخلي باستخدام معاملات ارتباط بيرسون لأبعاد مقياس التوافق الزوجي مع

الدرجة الكلية للمقياس

الرقم	البعد	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية للمقياس
1	البعد الأول: الاتفاق الزوجي.	0.89(**)
2	البعد الثاني: الرضا الزوجي.	0.88(**)
3	البعد الثالث: التماسك الزوجي.	0.91(**)
4	البعد الرابع: التعبير العاطفي	0.83(**)

**دال عند ($\alpha = 0.01$)

تم حساب معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس ودرجته الكلية، وتراوح بين 0.83 و 0.91، وهي

جميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.01$) مما يدل على صدق المقياس.

كما تم تطبيق معامل الارتباط بيرسون لحساب علاقة كل عبارة مع بعدها ومع المقياس ككل كما

هو مبين في الجدول الآتي:

جدول (7)

مؤشرات صدق الاتساق الداخلي لعبارات مقياس التوافق الزوجي

الرقم	الارتباط مع البعد	الارتباط مع المقياس
الاتفاق الزوجي		
1	.70(**)	.56(**)
2	.60(**)	.50(**)
3	.51(**)	.40(**)
5	.52(**)	.40(**)
7	.60(**)	.41(**)
8	.70(**)	.70(**)
9	.64(**)	.52(**)
10	.80(**)	.63(**)
11	.70(**)	.77(**)
12	.78(**)	.73(**)
13	.70(**)	.61(**)
14	.80(**)	.80(**)
15	.70(**)	.67(**)

الارتباط مع البعد	الارتباط مع المقياس	الرقم
الرضا الزوجي		
.78(**)	.65(**)	16
.42(**)	.30(*)	17
.82(**)	.80(**)	18
.62(**)	.51(**)	19
.81(**)	.76(**)	20
.67(**)	.51(**)	21
.70 (**)	.54(**)	22
.60(**)	.60(**)	23
.80(**)	.80(**)	31
.75(**)	.63(**)	32
التماسك الزوجي		
.65(**)	.60(**)	24
.90(**)	.80(**)	25
.83(**)	.80(**)	26
.91(**)	.90(**)	27
.82(**)	.70(**)	28
التعبير العاطفي		

الارتباط مع المقياس	الارتباط مع البعد	الرقم
.83(**)	.85(**)	4
.60(**)	.81(**)	6
.32(**)	.52(**)	29
.60(**)	.72(**)	30

* الارتباط دال إحصائيًا عند $(\alpha=0.05)$. ** الارتباط دال إحصائيًا عند $(\alpha=0.01)$

يتبين من نتائج الجدول أن جميع العبارات ارتبطت بشكل دال إحصائيًا عند مستويي الدلالة $(\alpha \geq 0.05)$ و $(\alpha \geq 0.01)$ ، مع البعد والدرجة الكلية للمقياس.

ثانيًا: مؤشرات ثبات الاتساق الداخلي لمقياس التوافق الزوجي:

لحساب مؤشرات ثبات الاتساق الداخلي لمقياس التوافق الزوجي، تم حساب معامل كرونباخ ألفا

Cronbach's alpha على نتائج العينة الاستطلاعية، وهي مبينة في الجدول التالي:

جدول (8)

مؤشرات ثبات الاتساق الداخلي باستخدام معامل ألفا كرونباخ لمقياس التوافق الزوجي

الرقم	الأبعاد	معامل ألفا كرونباخ
1	البعد الأول	0.91
2	البعد الثاني	0.84
3	البعد الثالث	0.64
4	البعد الرابع	0.89

تظهر النتائج في الجدول السابق أن قيمة معامل ألفا كرونباخ لمقياس التوافق الزوجي تراوحت ما بين (0.64) لبعد التماسك الزوجي، و (0.91) لبعد الاتفاق الزوجي، وهي كلها معاملات مرتفعة، ومقبولة احصائيًا.

رابعًا: إجراءات الدراسة:

تم تطبيق إجراءات الدراسة عبر الخطوات التالية:

1. تم تصميم استبيان استطلاعي لجمع المعلومات المرتبطة بالدراسة.
2. تم اختيار أدوات الدراسة.
3. بناء أدوات الدراسة.
4. عمل استبيان استطلاعي لحصر المهارات الزوجية من وجهة نظر المتزوجين (عينة الدراسة).
5. اختيار أبعاد مقياس المهارات الزوجية بناءً على الاستبيان الاستطلاعي لتصميم مقياس الدراسة الحالية.
6. تصميم مقياس المهارات الزوجية وتحكيم المقياس، والتحقق من صدق وثبات المقياس بعد تطبيقه على العينة الاستطلاعية، وتم استخدام مقياس التوافق الزوجي المعد من قبل زواوي (2017).
7. التحقق من صدق وثبات مقياس المهارات الزوجية بعد تطبيقه على العينة الاستطلاعية.
8. اختيار العينة الأساسية للمتزوجين البحرينيين.
9. تطبيق مقياسي المهارات الزوجية والتوافق الزوجي على العينة الأساسية بطريقة كرة الثلج في الفضاء الإلكتروني.
10. الاستعانة ببرنامج (SPSS) لإدخال وتحليل بيانات الدراسة وإجراء والمعالجة الإحصائية اللازمة.

خامسًا: الأساليب الإحصائية المستخدمة:

تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسطات الحسابية Mean: للتعرف على مستوى المهارات الزوجية ومستوى التوافق الزوجي لدى أفراد عينة الدراسة.
- الانحرافات المعيارية Standard Deviations للتعرف على مدى تشتت استجابات العينة عن المتوسط الحسابي.
- معادلة ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha: لقياس مؤشرات ثبات أدوات ومقاييس الدراسة.
- معاملات الارتباط Pearson correlation: لدراسة طبيعة العلاقة بين مقياسي المهارات الزوجية والتوافق الزوجي لدى عينة الدراسة.
- تحليل التباين الأحادي One Way ANOVA: للتعرف على دلالة الفروق في مستوى مقياسي المهارات الزوجية والتوافق الزوجي تعزى لمتغيرات العمر وسنوات الزواج والنوع.
- اختبار شيفيه لدلالة الفروق في المتوسطات في المقارنات البعدية scheffet method for multiple comparison procedure.
- تحليل الانحدار المتعدد Multiple Regression Analysis: لتحديد مدى قدرة المهارات الزوجية على التنبؤ بالتوافق الزوجي لدى عينة الدراسة.

الفصل الرابع

نتائج الدراسة ومناقشتها، التوصيات، والدراسات المقترحة

أولاً: نتائج الدراسة ومناقشتها

- نتائج السؤال الأول.
- نتائج السؤال الثاني.
- نتائج السؤال الثالث.
- نتائج السؤال الرابع.
- نتائج السؤال الخامس.
- نتائج السؤال السادس.

ثانياً: التوصيات.

ثالثاً: الدراسات المقترحة.

الفصل الرابع

نتائج الدراسة ومناقشتها والتوصيات

يتضمن الفصل الآتي عرض وتفسير النتائج ومناقشتها بحسب أسئلة الدراسة الحالية، مع تحليلها إحصائياً ومعالجتها باستخدام المعاملات الإحصائية المناسبة، حيث توصلت الباحثة للنتائج باستخدام برنامج التحليل الإحصائي SPSS. وذلك على النحو التالي:

• نتائج السؤال الأول: ما مستوى المهارات الزوجية لدى أفراد عينة الدراسة؟

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأهمية النسبية لاستجابات العينة على

محاور مقياس المهارات الزوجية، كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (9)

ترتيب أبعاد مقياس المهارات الزوجية لدى أفراد العينة

الرقم	البعد	الترتيب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية *	المستوى **
1	البعد الأول: مهارات التواصل	3	2.627	.390	87.57%	مرتفع
2	البعد الثاني: مهارة إظهار الاحترام والثقة	1	2.756	.326	91.87%	مرتفع
3	البعد الثالث: مهارة تحمل المسؤولية	2	2.704	.294	90.13%	مرتفع

الرقم	البعد	الترتيب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية *	المستوى **
4	البعد الرابع: مهارة قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف	8	2.191	.300	%73.03	متوسط
5	البعد الخامس: مهارة إدارة الخلافات الزوجية	6	2.596	.339	%86.53	مرتفع
6	البعد السادس: مهارات اتخاذ القرار (شخصية، زوجية، متعلقة بالأبناء)	4	2.603	.350	%86.77	مرتفع
7	البعد السابع: مهارات إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط	7	2.277	.416	%75.90	متوسط
8	البعد الثامن: مهارات زوجية في العلاقة العاطفية والجنسية	5	2.600	.449	%86.67	مرتفع
	الدرجة الكلية		2.544	.227	%84.8	مرتفع

*الأهمية النسبية تحسب حسب المعادلة التالية متوسط البعد ÷ (3) × 100

**** تم تحديد المستوى بناءً على ما يلي:**

بالنسبة للمقاييس الثلاثية التي تكون فيها الدرجات متدرجة من 1 إلى 3 درجات، يتم أولاً حساب طول مدى

المتوسطات الحسابية على النحو الآتي:

$$\text{طول مدى المتوسطات الحسابية} = 3 - 1 = 2$$

$$\text{طول المدى لكل مستوى من المستويات الثلاثة} = 3 \div 2 = 0.67$$

وبالتالي يكون مدى درجات المستوى الأول $1.67 = 0.67 + 1$ ، وهكذا:

المستوى المنخفض = مدى الدرجات من 1.00 إلى أقل من 1.67

المستوى المتوسط = مدى الدرجات من 1.67 إلى أقل من 2.34

المستوى المرتفع = مدى الدرجات من 2.34 إلى 3.00

يتضح من الجدول السابق أن الأزواج البحرينيين يمتلكون المهارات الزوجية بنسب متفاوتة حسب

الأبعاد، فالبعد الثاني المتمثل في مهارة إظهار الاحترام والثقة جاء بالمرتبة الأولى بمستوى مرتفع بمتوسط

حسابي (2.756)، ويليه بالمرتبة الثانية البعد الثالث والذي يمثل مهارة تحمل المسؤولية بمتوسط

(2.704)، ويليه البعد الأول: مهارة التواصل بالمرتبة الثالثة بمتوسط بلغ (2.627)، كما يتضح أن أقل

مستوى من المهارات الزوجية لدى المتزوجين البحرينيين جاء في البعد الرابع المتمثل في مهارة قبول الطرف

الآخر رغم الاختلاف بمتوسط حسابي بلغ (2.191).

فيما جاءت جميع نتائج الأبعاد في المستوى المرتفع مما يدل على امتلاك المتزوجين البحرينيين

للمهارات الزوجية بنسب متفاوتة حسب الأبعاد، ما عدا بعد مهارة قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف وبعد

مهارات إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط جاءت النتائج بمستوى متوسط. مما يساعد على الاستقرار

نسبيًا داخل الأسر، ويحافظ على كيانها ويحمي أفرادها عمومًا والزوجين خصوصًا من التششت ومساعدتهما

على حل مشكلاتهما، ومواجهة الضغوط وتحديات الحياة المتسارعة. مما يكشف عن وجود نسبة متوسطة من الوعي لدى الأزواج بالأساليب المناسبة لمواجهة المواقف الزوجية اليومية، هذه النسبة الأقل في هاتين المهارتين بالنسبة للمهارات الأخرى قد تنبئ المختصين بأهمية وجود برامج لتنمية هاتين المهارتين بشكل أساسي لتحقيق التوافق الزوجي وزيادة الاستقرار داخل الأسرة عند مرورها بالظروف والأحداث الضاغطة. وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة أجراها حلوش (2020) والتي توصلت لنتيجة مغزاها أن التواصل الزوجي من أهم المهارات الزوجية التي تقوي الروابط بين الزوجين من خلال تقريب وجهات النظر حول القضايا المصيرية للأسرة وتقوية الروابط العاطفية بينهما بما يحقق التوافق الزوجي والأسري عمومًا. وبحسب دراسة أجراها إيكستين وآخرون (Eckstein et al. 2013) بشأن مهارة الاحترام بين الأزواج التي خلصت الأدبيات التي تم استعراضها فيها لأهمية الاحترام بين الزوجين في إظهار المشاعر الإيجابية بين الزوجين حتى في حال الخلافات، كما أن للاحترام بين الزوجين حساسية كبيرة كمهارة يجب أن يمتلكها الزوجين.

كما تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأهمية النسبية لاستجابات العينة على

عبارات كل بعد من أبعاد مقياس المهارات الزوجية، كما هو موضح في الجداول التالية:

أ- البعد الأول: مهارات التواصل:

جدول (10)

نتائج استجابات العينة على عبارات مهارات التواصل لدى أفراد العينة

المستوى	الأهمية النسبية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الترتيب	البند
مرتفع	88.57%	.533	2.657	2	أختار الوقت المناسب للحديث مع زوجي/زوجتي في الموضوعات التي تهم حياتنا.
مرتفع	83.17%	.778	2.495	4	استخدم كلمات جارحة إذا استفزني زوجي/زوجتي *
مرتفع	88.57%	.584	2.657	2	أعبر عن آرائي ومشاعري لزوجي/زوجتي بكل صراحة وصدق
مرتفع	90%	.545	2.700	1	أنصت باهتمام لزوجي/زوجتي عندما يتحدث إلى دون مقاطعة.

تبين من الجدول السابق أن جميع العبارات جاءت في المستوى المرتفع، حيث جاءت عبارة "

أنصت باهتمام لزوجي/زوجتي عندما يتحدث إلى دون مقاطعة" في الترتيب الأول بمتوسط حسابي

2.700 وأهمية نسبية بلغت 90%، فيما جاءت العبارتين " أعبر عن آرائي ومشاعري لزوجي/زوجتي

بكل صراحة وصدق"، و " أختار الوقت المناسب للحديث مع زوجي/زوجتي في الموضوعات التي تهم حياتنا" في الترتيب الثاني بمتوسط حسابي 2.657 وأهمية نسبية 88.57%. وفي المرتبة الأخيرة في هذا البعد جاءت عبارة " استخدم كلمات جارحة إذا استفزني زوجي/زوجتي" في الترتيب الرابع بمتوسط حسابي بلغ 2.495 وأهمية نسبية 83.17%.

البعد الثاني: مهارة إظهار الاحترام والثقة:

جدول (11)

نتائج استجابات العينة على عبارات مهارة إظهار الاحترام والثقة لدى أفراد العينة

المستوى	الأهمية النسبية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الترتيب	البند
مرتفع	94.43%	.422	2.833	2	احترم آراء زوجي/زوجتي.
مرتفع	85.73%	.750	2.572	5	أشعر بعدم الثقة في زوجي/زوجتي *
مرتفع	96.33%	.328	2.890	1	أفي بوعودي لزوجي / زوجتي حتى أكسب ثقته
مرتفع	89.03%	.635	2.671	4	أوجه الإهانات لزوجي/زوجتي عندما أنفعل *
مرتفع	93.80%	.447	2.814	3	أحترم خصوصية حياتنا الزوجية ولا أبوح بأسرارها لأحد.

تبين من الجدول السابق أن جميع عبارات البعد الثاني جاءت في المستوى المرتفع، حيث جاءت

في الترتيب الأول عبارة " أفي بوعودي لزوجي / زوجتي حتى أكسب ثقته" بمتوسط حسابي 2.890 وأهمية

نسبية بلغت 96.33%، فيما جاءت في المرتبة الثانية عبارة " احترم آراء زوجي/زوجتي" بمتوسط حسابي 2.833 وأهمية نسبية 94.43%، وجاءت بالترتيب الثالث عبارة " احترم خصوصية حياتنا الزوجية ولا أبوح بأسرارها لأحد" بمتوسط حسابي 2.814 وأهمية نسبية بلغت 93.80%، وبالترتيب الرابع جاءت عبارة " أوجه الإهانات لزوجي/زوجتي عندما أنفعل" بمتوسط حسابي 2.671 وأهمية نسبية 89.03%، وبالترتيب الخامس والأخير جاءت عبارة " أشعر بعدم الثقة في زوجي/زوجتي" بمتوسط حسابي 2.572، وأهمية نسبية 85.73%.

ب-البعد الثالث: مهارة تحمل المسؤولية:

جدول (12)

نتائج استجابات العينة على عبارات مهارة تحمل المسؤولية لدى أفراد العينة

المستوى	الأهمية النسبية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الترتيب	البند
مرتفع	94.43%	.475	2.833	2	أتعاون مع زوجي/زوجتي في تحمل مسؤوليات الأسرة بشكل متكافئ بيننا.
مرتفع	95.57%	.450	2.867	1	أرى أنه يجب على زوجي/زوجتي مواجهة تحديات الأسرة بمفرده.*
مرتفع	92.87%	.445	2.786	3	أعترف بأخطائي وأتحمل مسئوليتها
مرتفع	77.93%	.810	2.340	5	أوجه اللوم إلى زوجي/زوجتي في عدم تحمل مسئولية الأسرة *

المستوى	الأهمية النسبية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الترتيب	البند
مرتفع	89.83%	.520	2.695	4	أنجز المهام الأسرية الملقاة على عاتقي في الوقت المحدد لها.

تبين من الجدول السابق أن جميع عبارات البعد الثالث جاءت في المستوى المرتفع، حيث جاءت في الترتيب الأول عبارة " أرى أنه يجب على زوجي/زوجتي مواجهة تحديات الأسرة بمفرده" بمتوسط حسابي 2.867 وأهمية نسبية بلغت 95.57%، فيما جاءت في المرتبة الثانية عبارة " أتعاون مع زوجي/زوجتي في تحمل مسئوليات الأسرة بشكل متكافئ بيننا" بمتوسط حسابي 2.833 وأهمية نسبية 94.43%، وجاءت بالترتيب الثالث عبارة " أعترف بأخطائي وأتحمل مسئوليتها" بمتوسط حسابي 2.786 وأهمية نسبية بلغت 92.87%، وبالترتيب الرابع جاءت عبارة " أنجز المهام الأسرية الملقاة على عاتقي في الوقت المحدد لها" بمتوسط حسابي 2.695 وأهمية نسبية 89.83%، وبالترتيب الخامس والأخير جاءت عبارة " أوجه اللوم إلى زوجي/زوجتي في عدم تحمل مسئولية الأسرة" بمتوسط حسابي 2.695 وأهمية نسبية 77.93%.

ج- البعد الرابع: مهارة قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف

جدول (13)

نتائج استجابات العينة على عبارات مهارة قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف لدى أفراد العينة

المستوى	الأهمية النسبية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الترتيب	البند
مرتفع	91.00%	.506	2.729	2	أقبل سلبيات زوجي/زوجتي.
مرتفع	93.00%	.473	2.790	1	أقبل اختلاف زوجي/زوجتي عني في بعض الآراء.
منخفض	41.90%	.554	1.257	5	اسعى الى الكمال في علاقتي مع زوجي/زوجتي*
مرتفع	89.37%	.569	2.681	3	أقبل اختلاف زوجي/زوجتي عني في نمط الشخصية.
منخفض	50.00%	.721	1.500	4	أحاول ان اغير من صفات زوجي/زوجتي التي لا تعجبني*

تبين من الجدول السابق أن ثلاث عبارات من البعد الرابع جاءت في المستوى المرتفع وعبارتين في المستوى المنخفض، حيث جاءت في الترتيب الأول عبارة " أقبل اختلاف زوجي/زوجتي عني في بعض الآراء" بمتوسط حسابي 2.790 وأهمية نسبية بلغت 93.00%، فيما جاءت في المرتبة الثانية عبارة " أقبل سلبيات زوجي/زوجتي" بمتوسط حسابي 2.729 وأهمية نسبية 91.00%، وجاءت بالترتيب الثالث عبارة " أقبل اختلاف زوجي/زوجتي عني في نمط الشخصية" بمتوسط حسابي 2.681 وأهمية نسبية بلغت 89.37%، وبالترتيب الرابع جاءت عبارة " أحاول ان اغير من صفات زوجي/زوجتي التي لا تعجبني " بمتوسط حسابي 1.500 وأهمية نسبية، وبالترتيب الخامس والأخير جاءت عبارة " " بمتوسط حسابي وأهمية نسبية 50.00%.

د- البعد الخامس: مهارة إدارة الخلافات الزوجية

جدول (14)

نتائج استجابات العينة على عبارات مهارة إدارة الخلافات الزوجية لدى أفراد العينة

المستوى	الأهمية النسبية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الترتيب	البند
مرتفع	78.40%	.678	2.352	4	أتجنب إلقاء اللوم والاتهامات على زوجي/زوجتي عندما نختلف.
مرتفع	94.30%	.402	2.829	2	أستخدم الحوار كأسلوب لحل خلافاتي الزوجية
متوسط	75.57%	.786	2.267	5	أنفجر انفعاليا وأفقد أعصابي عندما أختلف مع زوجي/زوجتي. *
مرتفع	89.03%	.643	2.671	3	يصعب على المبادرة بالاعتذار حتى لو أخطأت في حق زوجي/زوجتي *
مرتفع	95.40%	.409	2.862	1	أتنازل وأقبل بالحل الوسط في بعض المواقف

تبين من الجدول السابق أن جميع العبارات من البعد الخامس جاءت في المستوى المرتفع ما عدا عبارة " أنفجر انفعاليا وأفقد اعصابي عندما أختلف مع زوجي/زوجتي " في المستوى المتوسط بمتوسط حسابي بلغ 2.267 وأهمية نسبية 75.57%، حيث جاءت في الترتيب الأول عبارة " أتنازل وأقبل بالحل الوسط في بعض المواقف" بمتوسط حسابي 2.862 وأهمية نسبية بلغت 95.40%، فيما جاءت في المرتبة الثانية عبارة " أستخدم الحوار كأسلوب لحل خلافاتي الزوجية" بمتوسط حسابي 2.829 وأهمية نسبية 94.30%، وجاءت بالترتيب الثالث عبارة " يصعب على المبادرة بالاعتذار حتى لو أخطأت في حق

زوجي/زوجتي" بمتوسط حسابي 2.671 وأهمية نسبية بلغت 89.03%، وبالترتيب الرابع جاءت عبارة " أتجنب إلقاء اللوم والاتهامات على زوجي/زوجتي عندما نختلف" بمتوسط حسابي 2.352 وأهمية نسبية 78.40%.

هـ-البعد السادس: مهارات اتخاذ القرار (شخصية، زوجية، متعلقة بالأبناء):

جدول (15)

نتائج استجابات العينة على عبارات مهارات اتخاذ القرار (شخصية، زوجية، متعلقة بالأبناء) لدى أفراد

العينة

المستوى	الأهمية النسبية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الترتيب	البند
مرتفع	95.40%	.385	2.862	1	أتعاون مع زوجي/زوجتي في اتخاذ القرارات المؤثرة على حياتنا الزوجية.
متوسط	70.47%	.895	2.114	5	أأخذ بعض القرارات دون أخذ موافقة زوجي/زوجتي *.
مرتفع	88.57%	.639	2.657	3	أتعاون مع زوجي/زوجتي في اتخاذ القرارات المتعلقة بإدارة ميزانية الأسرة.
مرتفع	92.37%	.504	2.771	2	ننتشارك في اتخاذ القرارات المتعلقة بتربية الأبناء
مرتفع	87.00%	.649	2.610	4	أفرض رأيي على زوجي/ زوجتي في اتخاذ القرارات الأسرية*.

تبين من الجدول السابق أن جميع عبارات من البعد السادس جاءت في المستوى المرتفع ما عدا عبارة " أتخذ بعض القرارات دون أخذ موافقة زوجي/زوجتي" في المستوى المتوسط بمتوسط حسابي 2.114 وأهمية نسبية 70.47%، حيث جاءت في الترتيب الأول عبارة " أتعاون مع زوجي/زوجتي في اتخاذ القرارات المؤثرة على حياتنا الزوجية" بمتوسط حسابي 2.862 وأهمية نسبية بلغت 95.40%، فيما جاءت في المرتبة الثانية عبارة " ننتشارك في اتخاذ القرارات المتعلقة بتربية الأبناء" بمتوسط حسابي 2.771 وأهمية نسبية 92.37%، وجاءت بالترتيب الثالث عبارة " أتعاون مع زوجي/زوجتي في اتخاذ القرارات المتعلقة بإدارة ميزانية الأسرة" بمتوسط حسابي 2.657 وأهمية نسبية بلغت 88.57%، وبالترتيب الرابع جاءت عبارة " أفرض رأيي على زوجي/ زوجتي في اتخاذ القرارات الأسرية" بمتوسط حسابي 2.610 وأهمية نسبية 87.00% .

و- البعد السابع: مهارات إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط:

جدول (16)

نتائج استجابات العينة على عبارات مهارات إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط لدى أفراد العينة

البند	الترتيب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية	المستوى
أحافظ على هدوئي خلال الأزمات.	2	2.505	.643	83.50%	مرتفع
أستخدم أسلوب حل المشكلات خلال التعامل مع الأزمات.	1	2.614	.594	87.13%	مرتفع
أمارس نشاط رياضي أو ترويحي للتعامل من الضغوط	5	1.933	.878	64.43%	متوسط
أتجنب الحديث عن الضغوط الأسرية وأتجاهلها *	3	2.229	.839	74.30%	متوسط
أأثر كثيرًا بالأزمات والضغوطات وأجد صعوبة في اجتيازها. *	4	2.105	.852	70.13%	متوسط

تبين من الجدول السابق أن عبارتين من البعد السابع جاءت في المستوى المرتفع وثلاث عبارات

في المستوى المتوسط، حيث جاءت في الترتيب الأول عبارة " أستخدم أسلوب حل المشكلات خلال التعامل

مع الأزمات" بمتوسط حسابي 2.614 وأهمية نسبية بلغت 87.13%، فيما جاءت في المرتبة الثانية عبارة

" أحافظ على هدوئي خلال الأزمات" بمتوسط حسابي 2.505 وأهمية نسبية 83.50%، وجاءت بالترتيب

الثالث عبارة " أتجنب الحديث عن الضغوط الأسرية وأتجاهلها" بمتوسط حسابي 2.229 وأهمية نسبية

بلغت 74.30%، وبالترتيب الرابع جاءت عبارة " أتأثر كثيراً بالأزمات والضغوطات وأجد صعوبة في اجتيازها" بمتوسط حسابي 2.105 وأهمية نسبية 70.13%.

ز - البعد الثامن: مهارات زواجية في العلاقة العاطفية والجنسية:

جدول (17)

نتائج استجابات العينة على عبارات مهارات زواجية في العلاقة العاطفية والجنسية لدى أفراد العينة

المستوى	الأهمية النسبية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الترتيب	البند
مرتفع	87.47%	.616	2.624	2	أعبر لزوجي/زوجتي عن مدى حبي له باستمرار.
مرتفع	85.07%	.685	2.552	3	أصارع زوجي/زوجتي بشأن العلاقة الجنسية.
مرتفع	81.10%	.799	2.433	5	أجد صعوبة في الحديث عن العلاقة الجنسية مع زوجي/زوجتي*.
مرتفع	83.17%	.772	2.495	4	أحتفل مع زوجي/زوجتي بالمناسبات الخاصة بنا (عيد الزواج، أعياد ميلادنا).
مرتفع	96.50%	.307	2.895	1	أهتم بمظهري ونظافتي الشخصية أمام زوجي/زوجتي.

تبين من الجدول السابق أن جميع عبارات البعد الثامن جاءت في المستوى المرتفع، حيث جاءت

في الترتيب الأول عبارة " أهتم بمظهري ونظافتي الشخصية أمام زوجي/زوجتي" بمتوسط حسابي 2.895 وأهمية نسبية بلغت 96.50%، فيما جاءت في المرتبة الثانية عبارة " أعبر لزوجي/زوجتي عن مدى حبي له باستمرار" بمتوسط حسابي 2.624 وأهمية نسبية 87.47%، وجاءت بالترتيب الثالث عبارة " أصارع زوجي/زوجتي بشأن العلاقة الجنسية" بمتوسط حسابي 2.552 وأهمية نسبية بلغت 85.07%، وبالترتيب

الرابع جاءت عبارة " أحتفل مع زوجي/ زوجتي بالمناسبات الخاصة بنا (عيد الزواج، أعياد ميلادنا)" بمتوسط حسابي 2.495 وأهمية نسبية 83.17%، وبالترتيب الخامس والأخير جاءت عبارة " أجد صعوبة في الحديث عن العلاقة الجنسية مع زوجي/زوجتي" بمتوسط حسابي 2.433 وأهمية نسبية 81.10%.

يتضح من نتائج الجداول السابقة أن أكثر عبارات أبعاد مقياس المهارات الزوجية جاءت في المستوى المرتفع، وكانت عبارة " أهتم بمظهري ونظافتي الشخصية أمام زوجي/زوجتي" وهي في البعد الثامن من أبعاد المهارات الزوجية، بمتوسط حسابي 2.895 وأهمية نسبية (96.50%)، ثم عبارة " أني بوعودي لزوجي / زوجتي حتى أكسب ثقته " وهي في البعد الثاني، في المرتبة الثانية بمتوسط حسابي (2.890) وأهمية نسبية (96.33%).

كما يتضح من الجداول السابقة أن أقل مستويات المهارات الزوجية جاءت في عبارتين لنفس البعد الرابع وهي قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف العبارة الأقل في المقياس ككل هي " أسعى الى الكمال في علاقتي مع زوجي/زوجتي" والتي جاءت بمتوسط حسابي (1.257) وأهمية نسبية (41.90%)، وتليها قبل الأخير العبارة " أحاول أن أغير من صفات زوجي/زوجتي التي لا تعجبني" بمتوسط حسابي يبلغ (1.500) وأهمية نسبية بلغت (50.00%).

فيما جاءت غالبية مستويات البنود لجميع الأبعاد في المستوى المرتفع، أظهر البعدين الرابع: مهارة قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف، والتي ظهر فيها عبارات على مستوى منخفض والبعد السابع: مهارات إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط، والتي ظهرت فيها عبارات على المستوى المتوسط مما يدل على أن هاتان المهارتين هي الأقل من بين المهارات الزوجية التي يمتلكها المتزوجون في البحرين.

وهذا يتفق مع دراسة أجرتها يوسف (2014) عن جودة إدارة الأزمات الأسرية وعلاقتها بالرضا عن الحياة، والتي استعرضت في نتائجها وجود علاقة ارتباطية موجبة بين معدل انتشار الأزمات الأسرية وجودة إدارة الأزمات الأسرية والرضا عن الزواج، أي كلما زادت الأزمات الأسرية قلت جودة إدارة هذه

الأزمة، حيث تعجز الأسرة عن إحداث التوازن المطلوب لمواجهة الأزمة وينخفض جودة الأسلوب المتبع لإدارتها.

هاتان المهارتان هما الأكثر أهمية لمواجهة التحديات التي تواجه الزوجين، فظهور الاختلافات بين الزوجين والتي تعود للفروق الفردية بينهما، وخصائصهما الشخصية واختلاف التجارب التي تعرضا لها في مرحلة الطفولة (بحسب نظرية أدلر)، فإنها تنعكس على القرارات التي يتخذها الزوجين في حياتهما والأساليب المتبعة في إدارة الضغوط والأزمات، وضعف هاتين المهارتين ينعكس سلبًا على الاستقرار داخل الأسر، وذلك بسبب طبيعة الحياة الزوجية والأسرية التي تملؤها الضغوطات المختلفة والتحديات، فإن ضعف هاتين المهارتين حتمًا سينعكس سلبًا على قدرة الزوجين على اجتياز أزماتهما بنمط صحي وآمن يحمي الحب والود بينهما داخل العلاقة الزوجية.

ويمكن تفسير هذه النتائج المتمثلة في كون مهارتي قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف، ومهارة إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط جاءتا بمستوى متوسط؛ في أن المجتمع لا يولي أهمية كبيرة لتقبل الاختلاف وقد يكون ذلك بسبب التتميط الاجتماعي لبعض المهارات من خلال وسائل الإعلام والتلفزيون وكذلك العادات والتقاليد المجتمعية السائدة.

• السؤال الثاني: ما الفروق في المهارات الزوجية وفقا للنوع، وسنوات الزواج، والفئات

العمرية، لدى أفراد العينة؟

أ- حسب النوع:

وللإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار (ت) t-test لدلالة الفروق بين الجنسين:

جدول (18)

نتائج اختبار (ت) t.test لدلالة الفروق بين الجنسين في مستوى المهارات الزوجية

البعد	ذكور		اناث		قيمة (ت)	دلالة (ت)
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
البعد الأول: مهارات التواصل	2.652	.372	2.616	.398	.613	.540
البعد الثاني: مهارة إظهار الاحترام والثقة	2.834	.251	2.722	.350	2.636	**.009
البعد الثالث: مهارة تحمل المسؤولية	2.722	.261	2.696	.308	.588	.557
البعد الرابع: مهارة قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف	2.156	.265	2.207	.314	-1.125	.262

البعد	ذكور		إناث		قيمة (ت)	دلالة (ت)
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
البعد الخامس: مهارة إدارة الخلافات الزوجية	2.625	.361	2.584	.331	.812	.418
البعد السادس: مهارات اتخاذ القرار (شخصية، زوجية، متعلقة بالأبناء)	2.569	.286	2.618	.375	-1.037	.301
البعد السابع: مهارات إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط	2.387	.322	2.229	.443	2.913	.004 **
البعد الثامن: مهارات زوجية في العلاقة العاطفية والجنسية	2.681	.358	2.564	.481	1.953	.053

** دالة عند 01.

تبين من الجدول السابق أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين الجنسين في أبعاد مقياس المهارات الزوجية، ما عدا بعدي مهارة إظهار الاحترام والثقة، ومهارات إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط، حيث تبين أنه توجد فروق بين الجنسين في هذين البعدين عند مستوى دلالة 01. باتجاه الذكور في البعدين.

ويعتبر عدم وجود فروق في جميع مهارات مقياس المهارات الزوجية بين الذكور والإناث أمر طبيعي لأن هذه الأمور تعود لطبيعة الأفراد وثقافتهم والبيئة الأسرية والنشأة الاجتماعية في الأسر الأصلية، أما مهارتي إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط وإظهار الاحترام والثقة تتطلب صلابة نفسية وخصائص في الفرد نفسه تجعل الذكور يتفوقون اجتماعيًا بشكل عام في إظهار الاحترام والثقة وكذلك مواجهة الضغوط والازمات في كافة نواحي الحياة وليس فقط من الناحية الزوجية، كما أن القوة النفسية والطبيعة العقلانية التي تميز الرجل عن الطبيعة العاطفية للمرأة التي في بعض الأحيان قد تغلب عليها الغيرة والشك يجعلها تسيء تفسير تصرفات الشريك، فيما الطبيعة العقلانية للرجل وصلابته النفسية وقدرته على التحمل تجعل منه أكثر حكمة في بناء الثقة بشريكة حياته وتقديم الحلول الملائمة.

وفيما يتعلق بإدارة الأزمات فبحسب دراسة أجرتها يوسف (2014) بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في كلٍّ من معدل انتشار الأزمات الأسرية وجودة إدارة الأزمات الأسرية والرضا عن الحياة فيما عدا محور الطمأنينة، فجاءت الفروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) باتجاه الذكور، أي أن الذكور أكثر طمأنينة خلال الأزمات، وهذا يتماشى مع تفسير الباحثة لنتيجة البحث بوجود فروق بين الذكور والإناث في مجال إدارة الأزمات الزوجية والتي فسرتها بالخصائص النفسية التي يتميز بها الذكور دون الإناث، والتي تجعل الذكور أكثر طمأنينة فيتمكنون من تحليل المشكلات بشكل أفضل وإيجاد الحلول المناسبة.

ب- سنوات الزواج:

أما فيما يتعلق بمتغير سنوات الزواج فتم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي الاتجاه (One Way ANOVA) بالنسبة لسنوات الزواج، كما تم حساب اختبار شيفيه لعقد المقارنات الثنائية بين أزواج المتوسط، الجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (19)

نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للتعرف على دلالة الفروق بين سنوات الزواج وأبعاد المقياس

البعد	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	دلالة ف
البعد الأول: مهارات التواصل	1.502	3	.501	3.407	*.019
البعد الثاني: مهارة إظهار الاحترام والثقة	.966	3	.322	3.120	*.027
البعد الثالث: مهارة تحمل المسؤولية	.402	3	.134	1.562	.200
البعد الرابع: مهارة قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف	.806	3	.269	3.072	*.029
البعد الخامس: مهارة إدارة الخلافات الزوجية	.899	3	.300	2.654	*.050
البعد السادس: مهارات اتخاذ القرار (شخصية، زوجية، متعلقة بالأبناء)	.609	3	.203	1.671	.174
البعد السابع: مهارات إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط	1.587	3	.529	3.153	*.026
البعد الثامن: مهارات زوجية في العلاقة العاطفية والجنسية	2.244	3	.748	3.860	** .010

*دالة عند 05. **دالة عند 01.

بالنظر للجدول السابق يتضح أنه توجد فروق دالة إحصائية حسب سنوات الزواج في الأبعاد التالية من المقياس:

1- البعد الأول: مهارات التواصل: اتضح وجود فروق دالة إحصائية عند 0.05. بين سنوات الزواج، وبحساب اختبار شيفيه للتعرف على المقارنات الثنائية بين أزواج المتوسطات، اتضح أن الفروق كانت باتجاه عدد سنوات الزواج (أقل من 5 سنوات)، بمعنى أن الأزواج حديثي الزواج أظهروا تواصلًا أعلى.

2- البعد الثاني: مهارة إظهار الاحترام والثقة: حيث اتضح وجود فروق دالة إحصائية عند 0.05. بين سنوات الزواج، وبحساب اختبار شيفيه اتضح أن الفروق كانت باتجاه عدد سنوات الزواج (أقل من 5 سنوات)، بمعنى أن الأزواج حديثي الزواج أظهروا احترامًا وثقةً أعلى.

3- البعد الرابع: مهارة قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف: اتضح وجود فروق دالة إحصائية عند 0.05. بين سنوات الزواج، وبحساب اختبار شيفيه اتضح أن الفروق كانت باتجاه عدد سنوات الزواج (أكثر من 20 عامًا)، بمعنى أن الأزواج بعدد سنوات فوق 20 سنة أظهروا قبولًا للطرف الآخر بشكل أعلى رغم الاختلاف.

4- البعد الخامس: مهارة إدارة الخلافات الزوجية: اتضح وجود فروق دالة إحصائية عند 0.05. بين سنوات الزواج، وبحساب اختبار شيفيه، اتضح أن الفروق كانت باتجاه عدد سنوات الزواج (أقل من 5 سنوات)، بمعنى أن الأزواج حديثي الزواج أظهروا مستوى أعلى في مهارة إدارة الخلافات الزوجية.

5- البعد السابع: مهارات إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط: اتضح وجود فروق دالة إحصائية عند 0.05. بين سنوات الزواج، وبحساب اختبار شيفيه اتضح أن الفروق كانت باتجاه عدد سنوات الزواج

(أقل من 5 سنوات)، بمعنى أن عدد سنوات الزواج الأقل أظهروا مستوى أعلى في مهارة إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط.

6- البعد الثامن: مهارات زوجية في العلاقة العاطفية والجنسية: اتضح وجود فروق دالة إحصائية عند 0.05. بين سنوات الزواج، وبحساب اختبار شيفيه اتضح أن الفروق كانت باتجاه عدد سنوات الزواج (أقل من 5 سنوات)، بمعنى أن الأزواج حديثي الزواج أظهروا مهارات عاطفية وجنسية أعلى.

كما اتضح من النتائج السابقة أنه لا توجد فروق دالة إحصائية على مقياس المهارات الزوجية لمتغير سنوات الزواج للبعدين الثالث: مهارة تحمل المسؤولية، والسادس: مهارات اتخاذ القرار (شخصية، زوجية، متعلقة بالأبناء)، إلا أنه توجد فروق دالة إحصائية لأبعاد مهارات التواصل الزوجي وبعد مهارة إظهار الاحترام والثقة، وبعد قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف، ومهارة إدارة الخلافات الزوجية، ومهارة إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط، وبعد المهارات الزوجية في العلاقة العاطفية والجنسية باتجاه سنوات الزواج الأقل من 5 سنوات، ما عدا مهارة قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف فإن الفروق كانت باتجاه سنوات الزواج الأكثر من 20 عامًا.

واتفقت النتائج الحالية مع نتائج دراسة أجرتها يوسف (2014) والتي توصلت إلى أنه كلما زادت مدة الزواج كلما ارتفع معدل الأزمات الأسرية، وبنفس الدراسة السالفة الذكر استعرضت الباحثة أنه كلما ارتفع معدل الأزمات التي يمر بها الزوجين، كلما قلت الكفاءة في إدارتها، وهذا ما يفسر نتائج الدراسة الحالية في دلالة أثر سنوات الزواج لبعد مهارة إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط باتجاه فئة سنوات الزواج الأقل من 5 سنوات.

كما وتتفق النتائج مع نتائج دراسة أجرتها الشهري (2020)، والتي تؤكد وجود فروق دالة إحصائية على مستوى مهارات التواصل الزوجي لدى النساء في المجتمع السعودي تبعًا لمتغير سنوات الزواج

باتجاه المتزوجين (أقل من 10 سنوات). كما تختلف نتائج دراسة الشهري مع نتائج الدراسة الحالية في عدم وجود فروق دالة احصائية لمتغير سنوات الزواج في مهارتي إدارة المشكلات والانفعالات وتفسر الباحثة هذا الاختلاف بسبب اختلاف عينة البحث كون عينة البحث في دراسة الشهري (2020) شملت النساء في مرحلة منتصف العمر.

واتفقت النتائج مع دراسة عواودة (2019) التي كشفت نتائجها ارتفاع مستوى المهارات الزوجية لدى المتزوجات حديثا، وبررت الباحثة النتيجة كون الحديثات الزواج تحرصن على إظهار مهاراتهم الزوجية المختلفة من أجل بناء أسرة قوية.

وتفسر الباحثة اتجاه نتائج البحث في أغلب المهارات الزوجية باتجاه الفئة ذات سنوات الزواج الأقل من 5 سنوات، أي أن الفئة ذات سنوات الزواج الأحدث تمتلك مهارات أكثر، كون الزوجين ما زالا في بداية حياتهما، وتفاصيل الأمور والمسؤوليات عادة ما تكون أقل تعقيدا، حيث يجد الزوجين الوقت الكافي للتواصل المناسب وحل مشكلاتهما بشكل جيد، والتخلص من الضغوط، كما أن العلاقة العاطفية والجنسية تكون في بداياتها، ويتمكن الزوجين في هذه المرحلة من إظهار الاحترام والثقة، وإدارة خلافاتهما بكل هدوء. أما بالنسبة لفئة المتزوجين الأكثر من 20 عامًا، فإن تذكرة وضمن استمرار هذا الزواج واستقراره وبقائه هو قبول كلا الطرفين لبعضهما رغم الاختلاف، لذا فإن الفروق في سنوات الزواج لبعد قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف جاءت باتجاه هذه الفئة، كون الشريكين قد اعتادا على بعضهما ونشأت بينهما ألفة، وواجهها مصيرا مشتركا قد يكون هذا الاختلاف هو سبب تخطيها للكثير من الصعوبات، بالإضافة إلى تأثر الشريكين بهذا الاختلاف وقد يتغير أحدهما بشكل جزئي أو كلي متأثرا بشريك حياته المختلف. كما أن النضج العقلي والمرحلة العمرية التي يصل لها المتزوجون الأكثر من 20 عامًا (والذين هم غالبا ما سيكونون فئة عمرية تفوق الـ 35-40 عامًا)،

وطبيعة الحاجات النفسية من الزواج تجعل تقبل الاختلاف أسهل فيما لو كان الزوجين بعمر أصغر وسنوات زواج أقل.

ج- حسب الفئات العمرية:

وللإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي للتعرف على دلالة الفروق بين الفئات العمرية في أبعاد المقياس:

جدول (20)

نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للتعرف على دلالة الفروق بين الفئات العمرية في أبعاد

المقياس

البعد	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	دلالة ف
البعد الأول: مهارات التواصل	.721	2	.360	2.402	.093
البعد الثاني: مهارة إظهار الاحترام والثقة	.624	2	.312	2.987	.053
البعد الثالث: مهارة تحمل المسؤولية	.109	2	.055	.629	.534
البعد الرابع: مهارة قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف	.393	2	.197	2.209	.112

البعد	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	دلالة ف
البعد الخامس: مهارة إدارة الخلافات الزوجية	.167	2	.083	.720	.488
البعد السادس: مهارات اتخاذ القرار (شخصية، زوجية، متعلقة بالأبناء)	.379	2	.189	1.553	.214
البعد السابع: مهارات إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط	.561	2	.280	1.631	.198
البعد الثامن: مهارات زوجية في العلاقة العاطفية والجنسية	1.166	2	.583	2.944	.055

يتضح من نتائج الجدول السابق أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين الفئات العمرية في أبعاد المقياس، حيث كانت جميع قيم ف غير دالة إحصائية وفقاً للأبعاد الثمانية لمقياس المهارات الزوجية. وتفسر الباحثة أن الإلمام بالمهارات الزوجية والوعي والثقافة لا يقتصر على عمر معين، وإنما درجة الإدراك والوعي والاطلاع هي التي تمكن الزوجين من تعلم هذه المهارات، سواء أكانت بالخبرة، أم بالقراءة، أو استشارة المختصين.

• السؤال الثالث: ما مستوى التوافق الزوجي لدى أفراد العينة؟

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأهمية النسبية لاستجابات العينة على

محاور مقياس التوافق الزوجي، كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (21)

نتائج مستوى التوافق الزوجي لدى الأزواج البحرينيين

الرقم	البعد	الترتيب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية*	المستوى**
1	البعد الأول: الاتفاق الزوجي	1	3.346	.347	66.92%	متوسط
2	البعد الثاني: الرضا الزوجي	3	2.832	.301	56.64%	متوسط
3	البعد الثالث: التماسك الزوجي	2	3.151	.987	63.02%	متوسط
	الدرجة الكلية		2.544	.227	50.88%	متوسط

*الأهمية النسبية تحسب حسب المعادلة التالية متوسط البعد ÷ (5) × 100

** تم تحديد المستوى بناءً على ما يلي:

بالنسبة للمقاييس الخماسية التي تكون فيها الدرجات متدرجة من 1 الى 5 درجات، يتم أولاً حساب طول

مدى المتوسطات الحسابية على النحو الآتي:

$$\text{طول مدى المتوسطات الحسابية} = 5 - 1 = 4$$

طول المدى لكل مستوى من المستويات الخمسة من خلال قسمة عدد المستويات على المدى =

$$1.33 = 4 \div 3$$

يتم حساب كل مستوى من خلال إضافة 1.33 بدأ بأقل درجة وهي $1 = 1.33 - 2.33$ ، وهكذا مع باقي المستويات الخمسة.

المستوى المنخفض = مدى الدرجات من 1.00 – 2.33

المستوى المتوسط = مدى الدرجات من 2.34 – 3.66

المستوى المرتفع = مدى الدرجات 3.67 – 5.00

يتضح من الجدول السابق أن التوافق الزوجي لدى الأزواج البحرينيين جاء بمستوى متوسط للأبعاد الثلاثة، فالبعد الأول المتمثل في الاتفاق الزوجي جاء بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.346)، يليه بالمرتبة الثانية البعد الثالث والذي يمثل التماسك الزوجي بمتوسط (3.151)، يليه البعد الثاني: الرضا الزوجي بالمرتبة الثالثة بمتوسط بلغ (2.832) وهو أقل مستوى في أبعاد التوافق الزوجي لدى المتزوجين البحرينيين.

فيما جاءت جميع نتائج الأبعاد في المستوى المتوسط مما يدل على نسبة التوافق الزوجي المتوسطة لدى المتزوجين البحرينيين، حيث أن الاتفاق الزوجي جاء بالمرتبة الأولى يليه التماسك، الزوجي ثم جاء الرضا الزوجي بدرجة أقل من البعدين السابقين. مما يكشف عن وجود نسبة متوسطة من التوافق لدى الأزواج، والنسبة الأقل في المقياس كان من نصيب بعد الرضا الزوجي مما قد ينبئ المختصين بأهمية وجود برامج لتعزيز التوافق الزوجي بشكل أساسي.

وتفسر الباحثة التوافق المتوسط للمتزوجين البحرينيين للتغير المستمر في نمط الحياة بالنسبة للزوجين، يفرض هذا التغير عليهما نوع من المسؤوليات (كقدوم طفل جديد، أو مرض أحد أفراد الأسرة، أو مرور أحد الأبناء بمرحلة المراهقة، أو الفقد، وغيرها من التغيرات) التي من شأنها أن تلقي بظلالها على

العلاقة بين الزوجين، كما أن المتطلبات المعيشية وخروج المرأة للعمل وتعقيدات الحياة، وزيادة متطلباتها، وتلبية متطلبات الأبناء قد تجعل هذا التوافق في المستوى المتوسط.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة أجراها مخادمة (2002) على مجموعة مكونة من 650 رجلاً متزوجاً في الأردن حيث بينت النتائج أن درجة التوافق الزوجي لدى أفراد العينة على الأداة الكلية كان متوسطاً، وكانت أعلى درجة للتوافق في المجال النفسي العاطفي ثم الأسري، وتتفق مع دراسة العواودة (2019) حيث كشفت الدراسة أن التوافق الزوجي جاء في المستوى المتوسط، وخلصت كذلك دراسة عرار وعبد الله (2020) إلى أن التوافق الزوجي الكلي للعينة المفحوصة جاءت بدرجة متوسطة. وتختلف النتائج مع دراسة والمقبالي والفواعير (2021) والتي أشارت إلى مستوى توافق مرتفع لدى عينة الدراسة، وتطابقت نتيجة البعد الثاني: الرضا الزوجي مع دراسة القيسي (2021) التي أظهرت النتائج أن الرضا الزوجي جاء بدرجة متوسطة. وقد يعود ذلك لطبيعة العينة والفروق بين المجتمعات ومتطلبات الحياة التي تفرضها الطبيعة المدنية المتطورة للمجتمع البحريني، وانفتاح المجتمع على الثقافات الأخرى، وازدياد متطلبات الحياة ودخول المرأة في ميدان العمل.

ولاستكمال إجابة السؤال الثالث، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأهمية النسبية لاستجابات العينة على عبارات كل بعد من أبعاد مقياس التوافق الزوجي، كما هو موضح في الجدول الآتي:

أ- البعد الأول: الاتفاق الزوجي:

جدول (22)

نتائج استجابات العينة على عبارات الاتفاق الزوجي لدى أفراد العينة

البند	الترتيب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية	المستوى
تسيير ميزانية الأسرة.	11	1.943	.967	38.86%	منخفض
المجال الخاص بالترفيه والاستجمام	10	2.200	1.062	44%	منخفض
الأمور الدينية	1	4.248	.991	84.96%	مرتفع
معاملة الأصدقاء	11م	1.943	.972	38.86%	منخفض
مجاراة الأعراف والتقاليد العامة	13	1.938	.960	38.76%	منخفض
فلسفة الحياة	6	3.848	.941	76.96%	مرتفع
معاملة أسرة الطرف الآخر	2	4.214	1.00	84.28%	مرتفع
تقدير الأمور	3	4.010	.875	80.20%	مرتفع
الوقت الذي تقضيه معاً	7	3.833	1.015	76.66%	مرتفع
اتخاذ القرارات	4	4.005	.861	80.10%	مرتفع

البند	الترتيب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية	المستوى
الأعمال المنزلية	8	3.790	1.095	75.80%	مرتفع
قضاء وقت الفراغ	9	3.671	1.031	73.42%	مرتفع
المسار المهني	5	3.857	1.093	77.14%	مرتفع

يتضح من نتائج الجدول السابق أن غالبية عبارات بعد الاتفاق الزوجي لمقياس التوافق الزوجي جاءت في المستوى المرتفع، وفي المرتبة الأولى جاءت عبارة الاتفاق " بالأمور الدينية"، بمتوسط حسابي 4.248 وأهمية نسبية (84.96%)، ثم عبارة " معاملة أسرة الطرف الآخر "، في المرتبة الثانية بمتوسط حسابي (4.214) وأهمية نسبية (84.28%).

كما يتضح من الجدول أنه جاءت غالبية مستويات البنود لجميع العبارات في المستوى المرتفع، فيما أظهرت أن أقل مستويات الاتفاق الزوجي في البعد الأول جاءت في 4 عبارات وهم الأقل ككل هي " مجارة الأعراف والتقاليد العامة " والتي جاءت بمتوسط حسابي (1.938) وأهمية نسبية (38.76%)، وتليها قبل الأخير العبارتين " معاملة الأصدقاء " و "تسيير ميزانية الأسرة." بمتوسط حسابي يبلغ (1.943) وأهمية نسبية بلغت (38.86%).

فيما " المجال الخاص بالترفيه والاستجمام " بمستوى منخفض بمتوسط حسابي (2.200) وأهمية نسبية بلغت (44%) مما يدل هذه العبارات الأربع هي الأقل توافقاً بين المتزوجين في بند بعد الاتفاق الزوجي التي يمتلكها المتزوجون في البحرين.

وتفسر الباحثة درجة الاتفاق في الأمور الدينية ومعاملة أسرة الطرف الآخر أنها تعود لدرجة الوعي المجتمعي لهذا الجانب بشكل كبير إذ تعتبر من المحكات التقليدية الغير حديثة والتي يوليها المجتمع

اهتماماً بالغاً في الاختيار الزوجي، كما أنها من الأمور الظاهرية التي من الممكن التعرف عليها بسهولة قبل الارتباط.

العبارات التي كانت الأقل والتي جاءت بمستوى منخفض سأوردها بدءاً من أقل رقم كالتالي: مجارة الأعراف والتقاليد، ومعاملة الأصدقاء، وتسيير ميزانية الأسرة، والمجال الخاص بالترفيه والاستجمام؛ فكلها أمور تتطلب وعياً للتعرف عليها واعتبارها كمحك للاختيار الزوجي، إذ أنه من الممكن أن يجري الشخص العادات والتقاليد بدرجة كبيرة في أمور معينة، فيما يراها الشريك أمور غير مهمة، وهو أمر نسبي مرهون بالفرد نفسه وتركيبته النفسية وخبرته وتأثير هذه العادات والتقاليد على نمط حياته ووضع النفس إيجاباً أو سلباً. أما بالنسبة لمعاملة الأصدقاء وتسيير الميزانية والمجال الخاص بالترفيه والاستجمام فهي أمور قد لا يعتبرها الشركاء ضرورية أو مؤثرة في اختيار الشريك ولا يتم النظر بشأنها كمحكات أساسية.

ويتفق تفسير الباحثة لدرجة التوافق الديني المرتفعة وعلاقته بمحكات الاختيار الزوجي، مع بحث أنثروبولوجي أجرته الباحثة محمد (2020) في محافظة القاهرة مستعينة بأدوات الملاحظة والمقارنة والدراسة المتعمقة التي شملت 30 حالة من الشباب والشابات في موقف مقابلة، حيث توصلت إلى أن البيئة الاجتماعية تعتبر عنصر هام في الاختيار الزوجي وفسرت الباحثة ذلك بأن عملية التنشئة وما يصاحبها من عادات واهتمامات وأساليب في الحياة التي لا تتغير فجأة بمجرد الزواج حيث خلصت أن هناك تأثير كبير للعادات والتقاليد على طبيعة الاختيار.

ب- البعد الثاني: الرضا الزوجي:

جدول (23)

نتائج استجابات العينة على عبارات الرضا الزوجي لدى أفراد العينة

المستوى	الأهمية النسبية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الترتيب	البند
منخفض	35.04%	.986	1.752	9	كم مرة ناقشت أو فكرت في الطلاق؟ *
منخفض	31.80%	.855	1.590	10	كم مرة حدث وأن تركت (أو زوجك) البيت إثر شجار بينكما؟ *
مرتفع	80.38%	.841	4.019	1	إلى أي مدى ترى أن الأمور بينك وبين زوجك تسير بشكل جيد؟
متوسط	69.42%	1.261	3.471	3	هل تطلع زوجك على أسرارك الخاصة؟
منخفض	35.72%	1.114	1.786	8	هل تشعر بالندم على زواجك؟ *
متوسط	54.20%	.873	2.710	6	كم مرة يحدث أن تتشاجر مع زوجك؟ *
متوسط	54.00%	.939	2.700	7	كم مرة يحدث أن تقلق وتثور أعصابك مع زوجك؟ *
مرتفع	78.96%	1.036	3.948	2	هل تقبل زوجك؟
متوسط	60.58%	.948	3.029	5	ما هي الدرجة الأكثر تعبيراً عن شعورك بالسعادة في حياتك الزوجية؟

المستوى	الأهمية النسبية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الترتيب	البند
متوسط	66.28%	.947	3.314	4	ما هي العبارة الأكثر تعبيراً عن موقفك من مستقبل علاقتك الزوجية؟

يتضح من نتائج الجدول السابق أن غالبية عبارات بعد الرضا الزوجي لمقياس التوافق الزوجي جاءت في المستوى المتوسط، ويليهما المستوى المنخفض، ثم عبارتين في المستوى المرتفع وهي عبارة " إلى أي مدى ترى أن الأمور بينك وبين زوجك تسير بشكل جيد؟"، بمتوسط حسابي 4.019 وأهمية نسبية (80.38%) ثم عبارة " كم مرة يحدث أن تتشاجر مع زوجك؟"، في المرتبة الثانية بمتوسط حسابي (3.948) وأهمية نسبية (78.96%).

كما يتضح من الجدول السابق أن أقل مستويات بنود الرضا الزوجي في العبارة " كم مرة حدث وأن تركت (أو زوجك) البيت إثر شجار بينكما؟" والتي جاءت بمتوسط حسابي (1.590) وأهمية نسبية (31.80%)، وتليها قبل الأخير العبارة " كم مرة ناقشت أو فكرت في الطلاق؟". بمتوسط حسابي يبلغ (1.752) وأهمية نسبية بلغت (35.04%). يليها العبارة " هل تشعر بالندم على زواجك؟" بمتوسط حسابي (1.786)، وأهمية نسبية (35.72%). أي أن غالبية أفراد العينة يرون أن الأمور بينهم وبين أزواجهم تسير بشكل جيد.

ج- البعد الثالث: التماسك الزوجي:

جدول (24)

نتائج استجابات العينة على عبارات التماسك الزوجي لدى أفراد العينة

المستوى	الأهمية النسبية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الترتيب	البند
متوسط	55.04%	1.087	2.752	4	هل تشترك مع زوجك في نشاط خارج المنزل؟
متوسط	70.66%	1.342	3.533	2	هل تشترك مع زوجك في حوار؟
مرتفع	85.34%	1.083	4.267	1	هل تضحك وتمزح مع زوجك؟
متوسط	62.38%	1.441	3.119	3	هل تشترك مع زوجك في نقاش فكري هادئ؟
منخفض	41.72%	1.462	2.086	5	هل تشترك مع زوجك في مشروع عملي؟

يتضح من نتائج الجدول السابق أن غالبية عبارات بعد التماسك الزوجي لمقياس التوافق الزوجي

جاءت في المستوى المتوسط ما عدا عبارة " هل تضحك وتمزح مع زوجك؟" جاءت بمستوى مرتفع،

بمتوسط حسابي 4.267 وأهمية نسبية (85.34%).

كما يتضح من الجدول السابق أن أقل مستويات التماسك الزوجي في العبارة " هل تشترك مع

زوجك في مشروع عملي؟" والتي جاءت بمستوى منخفض، بمتوسط حسابي (2.086) وأهمية نسبية

(41.72%)، فيما جاءت بقية العبارات بمستوى المتوسط.

د- البعد الرابع: التعبير العاطفي:

جدول (25)

نتائج استجابات العينة على عبارات بعد التعبير العاطفي لدى أفراد العينة

البند	الترتيب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية	المستوى
التعبير عن الحب والعطف	1	4.048	1.057	%80.96	مرتفع
العلاقة الجنسية	2	1.933	.986	%38.66	منخفض

يتضح من نتائج الجداول السابقة أن أكثر عبارات أبعاد مقياس المهارات الزوجية جاءت في المستوى المرتفع، وكانت عبارة " التعبير عن الحب والعطف "، بمتوسط حسابي 4.048 وأهمية نسبية (%80.96)، وأقل عبارة والتي جاءت بمستوى منخفض هي " العلاقة الجنسية " والتي جاءت بمستوى منخفض بمتوسط حسابي (1.933) وأهمية نسبية (%38.66).

أي أن الأزواج البحرينيين أقل توافقاً في العلاقة الجنسية، حيث كانت هذه العبارة هي الأقل في المتوسطات الحسابية والأهمية النسبية بين عبارات هذا البعد.

• السؤال الرابع: ما الفروق في التوافق الزوجي وفقا للجنس، وسنوات الزواج، والفئات

العمرية، لدى أفراد العينة؟

أ- حسب النوع:

تم حساب نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الجنسين كالتالي:

جدول (26)

نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الجنسين في مستوى المهارات التوافق الزوجي

البعد	ذكور		إناث		قيمة (ت)	دلالة (ت)
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
البعد الأول: الاتفاق الزوجي	3.338	.323	3.350	.358	-.232	.817
البعد الثاني: الرضا الزوجي	2.806	.294	2.843	.304	-.827	.409
البعد الثالث: التماسك الزوجي	3.231	.888	3.116	1.029	.775	.439

** دالة عند 01.

تبين من الجدول السابق أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين الجنسين في أبعاد مقياس التوافق

الزوجي في أبعاد الاتفاق الزوجي، والرضا الزوجي، والتماسك الزوجي، وتطابقت نتائج الذكور والإناث

مع الدرجة الكلية للمقياس.

أي أنه لا توجد فروق بين الذكور والإناث في أبعاد مقياس التوافق الزوجي، وقد يعود ذلك للتغير الحاصل في طبيعة المجتمعات الحالية، وما يسودها من الحرية والمساواة بين الرجل والمرأة في كافة مجالات الحياة، مما انعكس على الخصائص النفسية، والتركيبية الاجتماعية، والنظرة للأمور، ونتج عنه هذا التقارب الإحصائي الكبير بين الذكور والإناث.

وتتطابق نتائج الدراسة مع نتائج دراسة أجرتها العيد وآخرون (2022) بعدم وجود فروق دالة في مستوى التوافق الزوجي حسب متغير النوع. وأيدت هذه النتائج كذلك نتائج دراسة الشواشرة وأبو جليان (2019) والتي خلصت لنفس النتيجة التي تنص لعدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث على مقياس التوافق الزوجي بأبعاده الأربعة. واتفقت النتائج مع نتائج دراسة أجرتها ملحم، هياجنة، أرشيد، بدارنة، عنبر (2020) التي تشير لعدم وجود فروق دالة إحصائيًا في التوافق الزوجي تعزى للجنس.

وافقت النتائج مع نتائج القيسي (2021) التي خلصت لعدم وجود فروق دالة إحصائيًا في التوافق الزوجي وفق متغير النوع، وتختلف نتائج الدراسة الحالية مع دراسة الخطايب (2015) والتي توصلت إلى أن مستوى التوافق الزوجي عند الذكور أعلى من الإناث، وفسر الباحث نتيجته بأن الذكور أكثر حرصًا من الإناث على صيانة مقومات التوافق الزوجي، وفهمهم الواعي لها. وكذلك مع دراسة المقبالي والفواعير (2021) والتي أشارت إلى وجود فروق في مستوى التوافق الزوجي تعزى لمتغير النوع باتجاه الذكور. وتفسر الباحثة الاختلاف في النتائج لاختلاف التركيبة المجتمعية والأدوار المناطة للمرأة من مجتمع لآخر، إذ تتميز المرأة البحرينية بخوضها كافة الميادين جنبًا إلى جنب بجانب الرجل، مما أدى لتشابه أنماط تفكير الرجل والمرأة وتشابه المتطلبات التي تحقق الحاجة النفسية والتوافق الزوجي من وجهة نظر كلا منهما.

ب- سنوات الزواج

أما فيما يتعلق بمتغير سنوات الزواج فتم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي الاتجاه (One Way ANOVA) بالنسبة لسنوات الزواج، كما تم حساب اختبار شيفيه لعقد المقارنات الثنائية بين أزواج المتوسط، الجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (27)

نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للتعرف على دلالة الفروق بين سنوات الزواج وأبعاد مقياس

التوافق الزوجي

البعد	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	دلالة ف
البعد الأول: الاتفاق الزوجي	.859	3	.286	2.427	.067
البعد الثاني: الرضا الزوجي	.657	3	.219	2.471	.063
البعد الثالث: التماسك الزوجي	7.051	3	2.350	2.462	.064

*دالة عند 05. **دالة عند 01.

اتضح من النتائج السابقة أنه لا توجد فروق دالة احصائية على مقياس التوافق الزوجي لمتغير

سنوات الزواج، في أبعاد الاتفاق الزوجي، والرضا الزوجي، والتماسك الزوجي، والتعبير العاطفي.

وتفسر الباحثة ذلك كون التوافق له علاقة بالتفاعلات المشتركة بين الزوجين والتي تحكمها مجموعة

من الأمور والمهارات وذات العلاقة بالشراكة الزوجية، وشخصية كلا الزوجين وخصائصها وتفاعل كلاهما

مع بعضهما البعض والمشاعر تجاه الشريك ونظرة كلا الشريكين لهذه العلاقة والقدرة على وصول لحلول

توصلهما لاتفاقات مشتركة تحقق الاتفاق الزوجي والرضا الزوجي والتماسك الزوجي والتعبير العاطفي.

كما أن سنوات الزواج لا ترتبط بعمر معين، وغالبا ما ترتبط الاحتياجات الزوجية والتوافق بخصائص كل فئة عمرية بشكل متباين.

واتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة أجرتها ملحم، هياجنة، أرشيد، بدارنة، عنبر (2020) التي تشير لعدم وجود فروق دالة إحصائية في التوافق الزوجي تعزى لعدد سنوات الزواج، كما وتتفق النتائج مع دراسة سلامي (2018) ودراسة القيسي (2021) التي خلصت لعدم وجود فروق في التوافق الزوجي وفق متغير سنوات الزواج.

وتختلف نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة المقبالي والفواعير (2021) والتي أشارت إلى وجود فروق في التوافق الزوجي وفق متغير عدد سنوات الزواج باتجاه الفئة ذات سنوات الزواج 2 إلى 5 سنوات يليها المتزوجون لأكثر من 10 سنوات، وقد يعود ذلك الاختلاف لاختلاف عينة ومجتمع البحث ووجود اختلاف بين الثقافات في المجتمعات المختلفة.

ج- حسب الفئات العمرية:

تم حساب نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للتعرف على دلالة الفروق بين الفئات العمرية ،

كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول(28)

نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للتعرف على دلالة الفروق بين الفئات العمرية في أبعاد المقياس

البعد	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ت	دلالة ف
البعد الأول: الاتفاق الزوجي	.025	2	.012	.101	.904
البعد الثاني: الرضا الزوجي	.932	2	.466	5.360	.005**
البعد الثالث: التماسك الزوجي	1.421	2	.710	.727	.485

**دالة عند 01.

يتضح من نتائج الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الفئات العمرية ف في بعدي

الاتفاق الزوجي، والتماسك الزوجي. بينما اتضحت وجود فروق في بعد الرضا الزوجي. وبحساب

اختبار شيفيه كانت الفروق باتجاه الفئة العمرية (20-30) وهي الفئة العمرية الأصغر.

وتفسر الباحثة أن الفروق الدالة في بعد الرضا الزوجي باتجاه الفئة العمرية الأصغر يعود لطبيعة

الفئة العمرية الأصغر، التي غالبًا ما تكون أقل خبرة من أن تكتشف مواطن القصور، أو جوانب عدم

الرضا، ونظرًا لقلة التجارب في الحياة الزوجية التي بدورها لا تمكنهم من كشف مواطن تؤدي لضعف

الرضا الزوجي كما قد تنسم الفئة العمرية من 20-30 بالمرونة النفسية وتقبل والتغيير وسهولة الاقتناع حيث غالبًا ما تكون القناعات غير مستندة على خبرات سابقة، عكس الفئة العمرية الأكبر التي تكونت قناعاتها وفق تجارب حياتية مختلفة مما يجعل تحقق الرضا أصعب قليلًا.

كما وتتفق النتائج مع دراسة سلامي (2018) التي خلصت لعدم وجود فروق في التوافق الزوجي وفق متغير السن، وكذلك مع دراسة المقبالي والفواعير (2021) ودراسة القيسي (2021)، والتي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات التوافق الزوجي والتي تعزى لمتغير العمر. وتختلف نتائج الدراسة الحالية مع دراسة أجرتها عواودة (2019)، والتي خلصت لوجود فروق ذات دلالة إحصائية في مجالات التوافق الزوجي عند مقارنتها للفئات العمرية من (16- أقل من 21) و (العمر 26 فأكثر) حيث كانت النتائج في مجال الرضا العام والدرجة الكلية لمقياس الرضا الزوجي باتجاه الأكبر عمرًا. وقد يعود اختلاف النتائج لطبيعة الفئة المستهدفة واختلاف المجتمعات حيث أجريت الدراسة في مدينتي رام الله والبيرة، وكذلك شملت الدراسة عينة المتزوجات حديثًا وهي فئة محددة جدًا بينما الدراسة الحالية تشمل عدد من الفئات وفق سنوات زواج مختلفة، وكذلك شملت الإناث دون الذكور.

• السؤال الخامس: هل هناك ارتباط موجب دال إحصائياً بين كل من المهارات الزوجية

وأبعاد التوافق الزوجي لدى أفراد العينة؟

للتحقق حساب قيم معاملات الارتباط بيرسون بين مقياس المهارات الزوجية ومقياس التوافق

الزوجي، كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (29)

قيم معاملات الارتباط بيرسون للعلاقة بين المهارات الزوجية والتوافق الزوجي لدى المتزوجين

البحرينيين

الأبعاد	البعد الأول: مهارات التواصل	البعد الثاني: مهارة إظهار الاحترام والثقة	البعد الثالث: مهارة تحمل المسؤولية	البعد الرابع: مهارة قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف	البعد الخامس: مهارة إدارة الخلافات الزوجية	البعد السادس: مهارات اتخاذ القرار	البعد السابع: مهارات إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط	البعد الثامن: مهارات زوجية في العلاقة العاطفية والجنسية	الدرجة الكلية لمقياس المهارات الزوجية
البعد الأول: الاتفاق الزوجي	.356**	.433**	.318**	.113	.129	.404**	.222**	.232**	.435**
البعد الثاني: الرضا الزوجي	-.039	-.225**	-.112	-.203**	-.188**	.008	-.034	-.286**	-.071
البعد الثالث: التماسك الزوجي	.370**	.364**	.249**	-.055	.156*	.384**	.297**	.442**	.456**
الدرجة الكلية لمقياس التوافق الزوجي	.374**	.357**	.238**	-.011	.161*	.389**	.283**	.445**	.461**

* الارتباط دال إحصائياً عند ($\alpha = 0.05$) ** الارتباط دال إحصائياً عند ($\alpha = 0.01$)

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

1- وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.01$)، بين الاتفاق الزوجي وكل من مهارات التواصل والاحترام والثقة ومهارة تحمل المسؤولية واتخاذ القرار ومهارة إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط والمهارات الزوجية في العلاقة العاطفية والجنسية. كما اتضح وجود علاقة دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.01$) بين الاتفاق الزوجي والدرجة الكلية للمهارات الزوجية. وتبين عدم وجود علاقة دالة إحصائيًا بين بعد الاتفاق الزوجي وكلا من مهارتي قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف ومهارة إدارة الخلافات الزوجية. حيث إن الاتفاق الزوجي لا يتأثر بهاتين مهارتين.

كما توجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.01$) بين بعد الاتفاق الزوجي والدرجة الكلية لمقياس المهارات الزوجية.

2- وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الرضا الزوجي وكل من مهارات إظهار الاحترام والثقة، وقبول الطرف الآخر رغم الاختلاف، ومهارة إدارة الخلافات الزوجية، ومهارة إدارة الأزمات، والمهارات الزوجية في العلاقة العاطفية والجنسية.

كما أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا بين الرضا الزوجي ومهارات التواصل وتحمل المسؤولية واتخاذ القرار. أي أنه لا توجد تأثير لهذه المهارات على الرضا الزوجي.

كما يتضح من الجدول أنه لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين بعد الرضا الزوجي والمهارات الزوجية.

3- وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.01$) بين البعد الثالث المتمثل في التماسك الزوجي وجميع المهارات الزوجية ما عدا مهارة قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف

فجاءت غير دالة احصائياً، كما ترتبط ارتباط طردي دال إحصائياً عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.01$) بالدرجة الكلية لمقياس المهارات الزوجية.

4- وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.01$) وبين الدرجة الكلية لمقياس التوافق الزوجي وجميع أبعاد المهارات الزوجية ما عدا مهارة إدارة الخلافات الزوجية فجاءت دالة احصائياً عند مستوى ($\alpha = 0.05$) ومهارة قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف فهي غير دالة احصائياً.

5- وجود علاقة طردية دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية لمقياس التوافق الزوجي والمهارات الزوجية.

وتفسر الباحثة وجود العلاقة الارتباطية الطردية بين المهارات الزوجية والتوافق الزوجي، كون هذه المهارات تعزز قدرة الزوجين على تحقيق التوافق بينهما، حيث تكون المعين على تجاوز الصعوبات والتحديات التي تواجه الزوجين بكفاءة وفاعلية تقلل من الضرر الناشئ نتيجة الخبرات المختلفة والتحديات التي تواجه الزوجين وتحولها من نقطة تحدي وضعف في العلاقة إلى مصدر لتقويتها وتعزيزها. ويمكن تفسير أن المهارات الزوجية جاءت بمستوى مرتفع مقابل التوافق المتوسط كون أن الأزواج يمتلكون المهارات ولكن يختلفوا في أسلوب تنفيذها أو قد يكون لديهم الوعي بالمهارة ولكن لا يتمكن من تطبيقها Metacognitive skills.

واتفقت نتائج الدراسة مع نتائج دراسة القضاة (2016) التي أشارت لوجود علاقة ارتباطية طردية إيجابية دالة إحصائياً بين امتلاك كلا الزوجين للمهارات الزوجية والتوافق الزوجي، وكذلك اتفقت مع نتائج دراسة عواودة (2019) التي خلصت لوجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين المهارات الزوجية والرضا الزوجي.

• السؤال السادس: ما أهم المهارات الزوجية المنبئة بالتوافق الزوجي لدى أفراد العينة؟

تمت الإجابة على السؤال من خلال استخدام تحليل الانحدار المتعدد، كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (30)

نتائج تحليل التباين للانحدار الخطي المتعدد لاختبار قدرة أبعاد المهارات الزوجية على التنبؤ بالتوافق الزوجي لدى المتزوجين البحرينيين

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	معامل الارتباط	معامل التحديد	قيمة الاختبار	مستوى دلالة
				R	R ²	F	F
Regression الانحدار	5.512	1	5.512				
Residual الباقى	22.292	208	.107	.445	.198	51.434	.000 ^b
Total الكلي	27.804	209					

تشير المعطيات الإحصائية في جدول تحليل الانحدار الخطي المتعدد إلى أن هناك تأثيراً دالاً

إحصائياً عند مستوى دلالة (0.001) لأبعاد المهارات الزوجية مجتمعة على التوافق الزوجي، وذلك بدليل

ارتفاع قيمة (F) المحسوبة، ويعزز ذلك قيمة معامل الارتباط التي بلغت (0.445).

كما تبين بأن مكونات أبعاد المهارات الزوجية تفسر ما نسبته 19.8 % من التباين في التوافق

الزوجي لدى المتزوجين البحرينيين، وذلك اعتماداً على قيمة معامل التحديد ($R^2=0.198$) وبناءً عليه

ومن أجل الكشف عن تأثير كل بعد من أبعاد المهارات الزوجية على التوافق الزوجي لدى البحرينيين، يتم

استعراضها من خلال الجدول أدناه:

جدول (31)

نتائج تحليل التباين للانحدار الخطي المتعدد لاختبار حجم تأثير أبعاد المهارات الزوجية على التوافق

الزواجي لدى عينة من المتزوجين البحرينيين

الأبعاد	B	بيتا β	T-value	Sig	الترتيب
الثابت (constant)	1.854		13.934	.000	
بعد العلاقة العاطفية	.362	.445	7.172	.000	1
بعد اتخاذ القرار	.286	.274	4.358	.000	2
بعد الاحترام	.072	.190	2.961	.003	3

تظهر نتائج الجدول السابق أن أكثر أبعاد المهارات الزوجية الذي كان قادراً على التنبؤ بشكل دال

إحصائياً بالتوافق الزواجي لدى المتزوجين البحرينيين، هو البعد الثامن: مهارات زوجية في العلاقة العاطفية

والجنسية، وذلك استناداً إلى قيمة (T)، التي بلغت (7.172) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة

(0.001)، تلاه البعد السادس: مهارات اتخاذ القرار (شخصية، زوجية، متعلقة بالأبناء)، حيث بلغت قيمة

(T) (4.358)، وهي قيمة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.001).

جدول (32)

تحليل التباين للانحدار الخطي المتعدد لاختبار أهم المهارات الزوجية المنبئة بالتوافق الزوجي لدى

أفراد العينة

	النموذج المتعدد	R	R ²
1	البعد الثامن: بعد العلاقة العاطفية	.445 ^a	.198
2	البعد السادس: بعد اتخاذ القرار	.515 ^b	.266
3	البعد الثاني: بعد الاحترام	.544 ^c	.296

a. Predictors: (Constant), العلاقة العاطفية

b. Predictors: (Constant), اتخاذ القرار، العلاقة العاطفية

c. Predictors: (Constant), اتخاذ القرار، الاحترام، العلاقة العاطفية

أظهرت نتائج الجدول السابق أن أكثر المهارات الزوجية المنبئة بشكل دال إحصائياً بالتوافق

الزوجي بالدرجة الأولى لدى المتزوجين البحرينيين جاءت في البعد الثامن: المهارات الزوجية في العلاقة

العاطفية والجنسية، يليها بالدرجة الثانية، مهارات اتخاذ القرار (شخصية، زوجية، متعلقة بالأبناء)، ثم مهارة

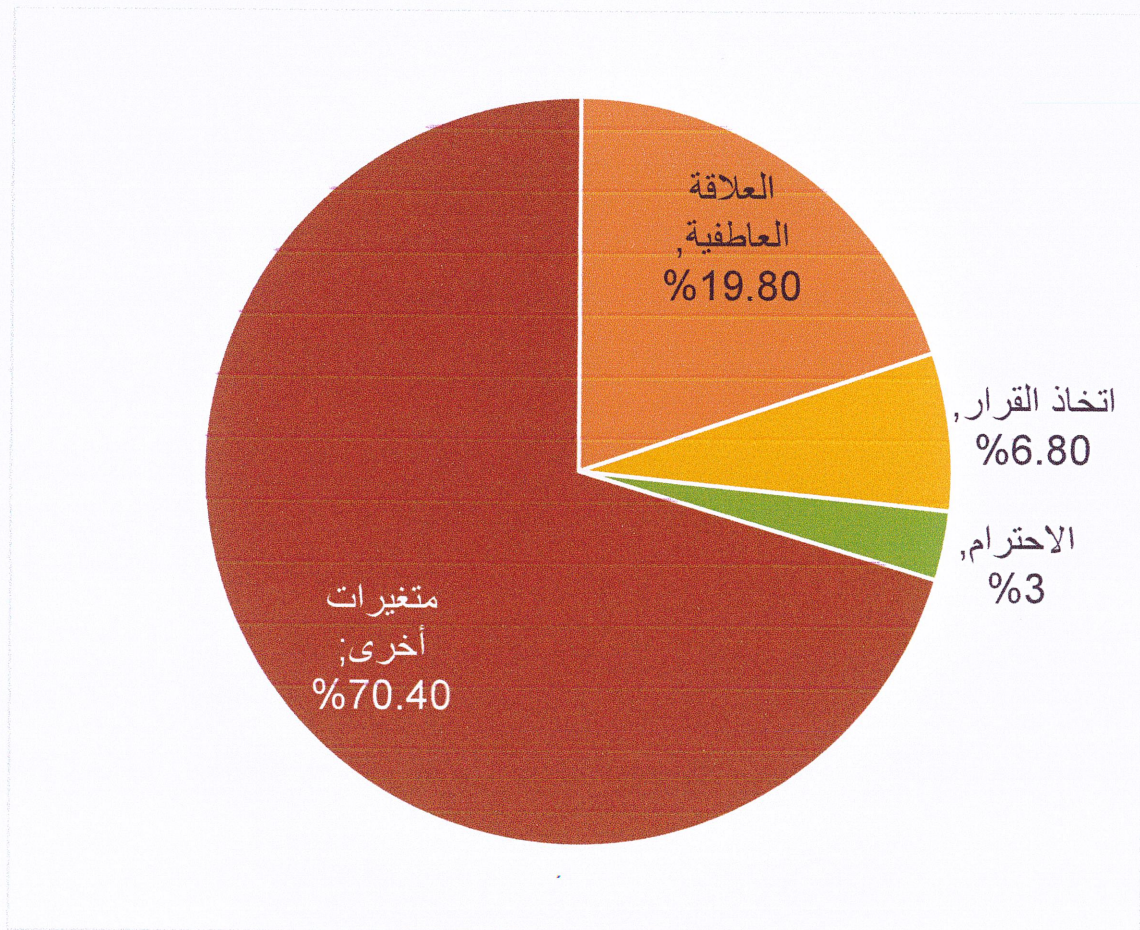
إظهار الاحترام والثقة. وفيما يلي النسب المئوية للمهارات الزوجية المنبئة بالتوافق الزوجي، كما يوضحه

الجدول التالي:

جدول (33)

النسب المئوية للمهارات الزوجية المنبئة بالتوافق الزوجي

النسبة المئوية	المهارات الزوجية المنبئة بالتوافق الزوجي
19.80%	البعد الثامن: مهارات زوجية في العلاقة العاطفية والجنسية
6.80%	البعد السادس: مهارات اتخاذ القرار (شخصية، زوجية، متعلقة بالأبناء)
3%	البعد الثاني: مهارة إظهار الاحترام والثقة
70.40%	متغيرات أخرى



شكل (1)

النسب المئوية للمهارات الزوجية المنبئة بالتوافق الزوجي

تظهر النسب المئوية للمهارات الزوجية المنبئة بالتوافق الزوجي أن البعد الثامن: مهارات زوجية في العلاقة العاطفية والجنسية بالدرجة الأولى بنسبة (19.80%)، يليه في الدرجة الثانية البعد السادس: مهارات اتخاذ القرار (شخصية، زوجية، متعلقة بالأبناء) بنسبة (6.80%)، وبالدرجة الثالثة البعد الثاني: مهارة إظهار الاحترام والثقة بنسبة (3%).

ويمكن تفسير النتيجة بأنه من أول الأهداف التي يسعى المقبل على الزواج لتحقيقها هي بناء علاقة عاطفية وجنسية مع شريك الحياة، وهي أهم ما يميز العلاقة الزوجية عن بقية العلاقات الإنسانية المجتمعية الأخرى، إلى جانب تكوين الأسرة وإنجاب الأبناء على سبيل المثال لا الحصر. فإنه من وجهة نظر الباحثة متى ما فشل الزوجين في هذه المهارة فإنه تنتفي أحد أهم مقومات المشروع الزوجي والتي من الممكن أن تجعل الطرفين يتمسكان أو يتنازلان بسهولة عن هذا المشروع وما يترتب عليه من مسؤوليات. كما أن للزواج دوافع متعددة كالدوافع الدينية والاجتماعية ودوافع الأبوة والأمومة والدافع الجنسي والعاطفي والنفسي. وحقيقة أن بعض الحاجات النفسية الاجتماعية كتحقيق الذات والاحترام والتقبل والدعم قد تحققها الأسرة، أو الأصدقاء الجيدين، أو النجاح في مجال العمل؛ فإن ضعف المهارات الزوجية في العلاقة العاطفية والجنسية قد يجعل الزواج أقل توافقاً. وبحسب الشعال (2010) فإن الدافع الجنسي أمر فطره الله تعالى في الرجال والنساء، وإن الفرد قد يقبل على الزواج بسبب الحاجة للحب والتقدير والهروب من الوحدة. ويمكن تفسير النتائج وفق دراسة أجرتها حفيظة (2020) إذ صنفت عينة البحث انعدام التوافق الجنسي في المرتبة الأولى من العوامل التي تولد الشجار بين الزوجين.

وتتفق النتائج في الدراسة الحالية مع نتائج دراسة أجرتها الإبراهيم (2018) والتي أظهرت عدم وجود فروق دالة إحصائية في آراء أفراد العينة لمقياس التعبير العاطفي وفق متغيري العمر وسنوات الزواج،

مما يدل على أن هناك إدراك بأن هذه المهارة من أهم المهارات المحققة للتوافق الزوجي، كما أظهرت نتائج هذه الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية لمقياس التوافق الزوجي والدرجة الكلية لمقياس التعبير العاطفي، حيث خلص أنه كلما زادت مستويات التعبير العاطفي زاد التوافق الزوجي، وهو ما يفسر نتيجة الدراسة الحالية في القدرة التنبؤية للمهارات الزوجية في العلاقة العاطفية والجنسية في مستوى التوافق الزوجي.

وتتفق النتائج مع نتائج دراسة أجرتها شريف (2012) التي خلصت لوجود علاقة سلبية بين سوء التوافق الجنسي والتوافق الزوجي. وكذلك عدم وجود فروق دالة إحصائية للتوافق الجنسي وفق متغير الفئة العمرية، وفسرت الباحثة النتيجة بأهمية الدور الجنسي في الحياة الزوجية بغض النظر عن العمر، وهو ما يفسر نتيجة الدراسة الحالية في قدرة هذه المهارة على التنبؤ بالتوافق الزوجي.

كما وتتفق هذه النتيجة مع دراسة شاكريان ونزاري ومعصومي وإبراهيمي ودناي (2014) Shakerian, Nazari, Masoomi, Ebrahimi, and Danai حيث أظهرت نتائج الدراسة أن ارتفاع مستوى الرضا الجنسي يؤدي إلى ارتفاع مستوى الرضا الزوجي، كما أظهرت النتائج أن الإشباع الجنسي له تأثير سلبي معنوي على المشاكل الزوجية، وأن الأفراد الذين أبلغوا عن انخفاض الرضا الجنسي لديهم مشاكل زوجية أعلى، وأن النساء اللواتي يطلبن الطلاق سجلن في هذه الدراسة إشباعًا جنسيًا منخفضًا ولديهن درجات أعلى من المشكلات الزوجية، وخلصت الدراسة إلى أن الرضا الجنسي من الممكن أن يتنبأ بمشاكل زوجية منخفضة.

ولتفسير النتائج كذلك فإنه يمكن تقسيم الحياة الزوجية لأربعة مراحل حسب أبو أسعد والخاتنة (2014) بدءًا من المرحلة المبكرة حيث تكون الرابطة في أقصى قوتها بسبب طول المدة التي يقضيها الزوجان معًا يتشاركان الاهتمامات وأوقات الفراغ، وبحسب نظرية ماسلو وسلم الاحتياجات فيه تأتي الحاجات الفسيولوجية ثم الحاجة للأمان قبل باقي الإحتياجات، وفي هذه المرحلة الأولى من الزواج وقبل قدوم الطفل الأول وتزايد المسؤوليات يتمكن الزوجان من تلبية هذه الاحتياجات الأساسية، ويقل الوقت الخاص بين الزوجين بمرور الزمن بسبب قدوم الطفل الأول، حتى تصل السعادة الزوجية في أدنى مستوياتها في منتصف العمر، ومرور الأبناء بمرحلة المراهقة وضغوطات تغير الأدوار، فيما تنتعش العلاقة في مرحلة العش الفارغ، ومغادرة الأبناء المنزل، ووفرة الوقت والمادة لكلا الزوجين.

ثانيًا: التوصيات

بناءً على نتائج البحث التي تم التوصل إليها، توصي الدراسة الحالية بما يلي:

1- ضرورة نشر الوعي بأهمية اكتساب المهارات الزوجية وتدريباتها المتنوعة، وتعميم هذه المهارات

على مراكز الإرشاد الأسري ومراكز التأهيل للمقبلين على الزواج.

2- توجيه الأخصائيين النفسيين للاستفادة من نتائج الدراسة في عمل برامج إرشادية لزيادة المهارات

الزوجية للمقبلين على الزواج والمتزوجين، أو لتأهيل المقبلين على الزواج الذين يعانون من ضعف

في المهارات الزوجية

3- تضمين المناهج الدراسية من قبل وزارة التربية والتعليم العالي في المدارس والجامعات مقررات

دراسية تهدف إلى تعليم ورفع كفاءة المقبلين على الزواج بالمهارات المختلفة، مثل التواصل وحل

المشكلات وإدارة الأزمات واتخاذ القرارات وقبول الطرف الآخر رغم الاختلاف ومهارات إظهار

الاحترام والثقة، فكلها مهارات لا علاقة لها بالزواج فحسب ولكن امتلاكها سيكون معيّنًا لهم في

حياتهم الزوجية المستقبلية.

4- اعتماد المحاكم الشرعية وجود متخصصين في الإرشاد الأسري والزوجي، وإقامة دورات وورش

إرشادية كشرط لإجراء عقد القران، والتوعية بمحكات الاختيار الزوجي، وأساليب الاختيار الزوجي

السليم الذي يسهم في زيادة التوافق بين الزوجين.

5- إسهام وسائل الإعلام كالمحطات التلفزيونية والصحف المحلية ووسائل الإعلام الرسمية المختلفة

بنشر مقاطع فيديو قصيرة مختلفة توعوية تصل لأكبر شريحة مجتمعية بها معلومات بسيطة بأساليب

مبسطة وممتعة لإيصال الأفكار التوعوية التي تعزز المهارات الزوجية المختلفة.

6- إعداد برامج إرشادية من قبل الباحثين في الجامعات تهدف لتقوية المهارات الزوجية لدى المتزوجين

والمقبلين على الزواج.

ثالثًا: الدراسات المستقبلية

1- دراسة تجريبية لقياس أثر برنامج إرشادي قائم على تدريب المهارات الزوجية للمتزوجين والذين

يعانون من ضعف في التوافق الزوجي لقياس أثر التدريب على المهارات الزوجية في تحسين

مستوى التوافق بين الزوجين.

2- بحوث أنثروبولوجية لدراسة ظواهر سوء التوافق والطلاق والوقوف على أسبابه باستخدام الأدوات

البحثية المختلفة مثل: الملاحظة، المقابلة.

3- دراسة ارتباط المهارات الزوجية بالتوافق الزوجي بشكل أكثر تفصيلاً وفق متغيرات ديموغرافية

أكثر تنوعاً. (عدد الأبناء، المستوى التعليمي، الوظيفة، طبيعة العمل، عمر الأبناء، مكان السكن).

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف والختاتنة، سامي محسن. (2014). سيكولوجية المشكلات الأسرية. (ط2).

عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

أبو السعيد، أحمد العبد وعابد، زهير (2014). مهارات الاتصال وفن التعامل مع الآخرين. (ط1).

الرياض: دار اليازوري للنشر والتوزيع.

أحمد، شيماء جمال محمد حسني (2015). الذكاء الوجداني والتوافق الزوجي لدى الزوجات في الأسر

حديثه التكوين. دار الكتب والوثائق القومية، المكتب الجامعي الحديث

أدلى، ألفريد. (2005). معنى الحياة. (ترجمة عادل نجيب بشرى)، القاهرة: المجلس الأعلى للثقافة.

أدلى، ألفريد. (2005). الطبيعة البشرية. (ترجمة عادل نجيب بشرى)، القاهرة: المجلس الأعلى للثقافة.

أولاد العيد، غزالة وباهيس، سلامي وبن الطاهر، تجاني (2022). التوافق الزوجي عند الأساتذة في ضوء

بعض المتغيرات (النوع، مدة الزواج، السن، السكن). مجلة العلوم الاجتماعية- جامعة الأغواط،

الجزائر 16 ، 669-680 ، (1) ، 669-680 .

الإبراهيم، أسماء بدري، وداود، نسيم علي. (2007). علاقة التوافق الزوجي بالمهارات الزوجية وبعض

المتغيرات الديموغرافية (رسالة دكتوراه غير منشورة). الجامعة الاردنية، عمان.

الإبراهيم، أسماء بدري. (2018). التعبير العاطفي والتوافق الزوجي لدى النساء الأردنيات في ضوء بعض

المتغيرات الديموغرافية. التربية (الأزهر) ، 37 (180 جزء 1) ، 125-163

بكار، عبد الكريم (2011). التواصل الأسري: كيف نحمي أسرتنا من التفكك، ط 3. المملكة العربية

السعودية، الرياض: دار وجوه للنشر والتوزيع.

بلحسيني، وردة ونوبيات، قدور (2013). أشكال التواصل الأسري اللاتوافقية كمنبئات أساسية للاضطراب النفسي للزوجين. الملتقى الوطني الثاني حول الاتصال وجودة الحياة في الأسرة. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية. جامعة قاصدي مرباح ورقلة.

بلمهيوب، كلثوم (2012). الاستقرار الزواجي: دراسة في سيكولوجية الزواج. سلسلة الإصدارات المكتبية المحكمة . الإصدار (24).

الجمعان، سناء عبد الزهرة (2018). التوافق الزواجي وعلاقته بادراك الزوجة للمسئوليات الأسرية. المؤتمر العلمي الأكاديمي الدولي التاسع: الاتجاهات المعاصرة في العلوم الاجتماعية، الإنسانية، والطبيعية، إسطنبول – تركيا.

حسن، رباب أحمد (2019). أنماط التعلق بالشريك الآخر وعلاقتها بالتوافق الزواجي لدى عينة من حديثي الزواج. (رسالة ماجستير غير منشورة) جامعة سوهاج- مصر .

حسين، نجلاء. (2013). ثقافة الحوار وعلاقتها ببعض قيم الانتماء الاسري لدى الأبناء المراهقين. مجلة بحوث التربية النوعية – جامعة المنصورة، (30).

الحسيني، عاطف مسعد (2011). قلق المستقبل والعلاج بالمعنى. جمهورية مصر العربية: دار الفكر

حفيظة، بلخير (2016). العوامل المؤثرة على التوافق الزواجي – دراسة ميدانية – جامعة مستغانم. مجلة مقاربات- جامعة جلفة، 4 (1)، 91-99.

الحلبي، نجلاء (2009). السلوك الاستهلاكي لربة الأسرة وعلاقتها بالتوافق الزواجي. مجلة بحوث التربية النوعية. جامعة طنطا. جمهورية مصر العربية.

حلوش، مصطفى. (2020). دور التواصل الزوجي في تحقيق التواصل الزوجي ومعالجة المشكلات الأسرية. *المجلة المغربية للدراسات التاريخية والاجتماعية - جامعة سيدي بلعباس*، 1 (12)،

100-79

حمدان، سماح وميلباري، نجاه (2014). علاقة التفكير الإيجابي باتخاذ القرارات الحياتية لدى المرأة السعودية. *مجلة بحوث التربية النوعية*، (35).

حنان، قروم (2018). الذكاء العاطفي وعلاقته بالتوافق الأسري لدى أستاذات التعليم المتوسط المتزوجات: دراسة ميدانية على عينة من الأستاذات المتزوجات ببلدة حمام صلعة. (رسالة ماجستير). جامعة محمد بوضياف.

حولي، فاطمة (2019). التوافق الزوجي للوادين كما يدركه الأبناء وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة من التعليم المتوسط - دراسة ميدانية لتلاميذ السنة الرابعة من التعليم المتوسط بمستغانم. *كلية العلوم الاجتماعية*. (رسالة دكتوراه غير منشورة) جامعة وهران - الجزائر.

خطاطبة، يحيى مبارك (2015)، أثر التدريب على رخصة القيادة الأسرية في خفض قلق المستقبل، وتحسين الكفاءة الذاتية لدى المقبلين على الزواج بمدينة الرياض، *مجلة العلوم النفسية*، جامعة البحرين (18).

الخطاطبة، يوسف ضامن (2015). مقومات التوافق في الحياة الزوجية وعلاقته بالعوامل الاجتماعية: دراسة على عينة من الأزواج العاملين في المدارس الحكومية في شمال الأردن. *مجلة دراسات، العلوم الإنسانية والاجتماعية*، 42 (2).

زواوي، منصوري (2017). مقياس التوافق الزوجي. جامعة الجيلالي ليايس سيدي بلعباس (الجزائر). *مجلة آفاق فكرية*، 6.

سليمان، سناء محمد (2005). التوافق الزوجي واستقرار الأسرة من منظور إسلامي، نفسي، اجتماعي. عالم الكتب. الطبعة الأولى.

سلامي، دلال (2018). علاقة التوافق الزوجي ببعض المتغيرات الديموغرافية (دراسة ميدانية لعينة من

المتزوجين بولاية الوادي). مجلة الشامل للعلوم التربوية والاجتماعية، (1)، 39 – 51

السميط، حصة عبد الرحمن والشايع، نورة عبد الرحمن. (2018). العنف الأسري الموجه نحو فتيات

الجامعة وعلاقته باتخاذ القرار. مجلة بحوث التربية النوعية- جامعة المنصورة، (49)

سيد حسين، نجلاء (2013). وعي المرأة بأساليب مواجهة الضغوط وعلاقته بالاستقرار الأسري. مجلة

بحوث التربية النوعية، 30، 453-496 .

شحرور، ليلي (2009). فن التواصل والإقناع: دليلك إلى النجاح في العمل والمجتمع. الدار العربية للعلوم

ناشرون. الطبعة الأولى. بيروت – لبنان.

شريف، ليلي (2012). سوء التوافق الجنسي وعلاقته بالتوافق الزوجي. مجلة جامعة تشرين للبحوث

والدراسات العلمية _ سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية، 34(1).

الشعال، محمد خير (2011). الدورة التأهيلية للحياة الزوجية. دمشق: دار الفكر. مكتبة الأسد. ط:4

الشهري، شهرة عبد الرحمن والكشكي، مجدة السيد علي (2020). التواصل الزوجي وعلاقته ببعض

المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من النساء في المجتمع السعودي في مرحلة منتصف العمر.

مجلة كلية التربية – جامعة أسيوط. 36 (12)، 393 – 347.

الشهري، وليد (2009). التوافق الزوجي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة من المعلمين المتزوجين بمحافظة جدة. (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة أم القرى، مكة المكرمة، المملكة العربية السعودية.

الشواشرة، عمر وأبو جلابان، معاوية (2019). القدرة التنبؤية لمصادر الضغوط النفسية بالتوافق الزوجي لدى عينة من المعلمين المتزوجين. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 15 (4)، 419 – 434.

الصمادي، أحمد عبد المجيد والجهوري، هلال حمدان (2011). التوافق الزوجي لدى عينة من العاملين في قطاعي الصحة والتعليم في سلطنة عمان. مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية- جامعة اليرموك- إربد، الأردن.

العامودي، انس إسماعيل والسريفي، محمد يوسف (2017). الذكاء العاطفي كمتغير وسيط بين الضغوط الأسرية وجودة الحياة لدى الطالبات المتزوجات في جامعة الأقصى – المكتبة المركزية (غزة)

عبد المنعم، عبير وفرحات، شيرين. (2018). التواصل الأسري وعلاقته بمهارات التفاوض لحل المشكلات لدى عينة من الزوجات. مجلة الاقتصاد المنزلي. جامعة المنوفية

عرار، رشيد وعبد الله، تيسير (2020). التوافق الزوجي لدى عينة من الذكور والإناث الفلسطينيين. المجلة العربية للنشر العلمي. جامعة القدس، العدد (20).

العسال، هبة درويش (2016). مفهوم الذات وعلاقته بأسلوب حل المشكلات وإدارة الأزمات لدى طالبات الجامعة. مجلة بحوث التربية النوعية – جامعة المنصورة، (41)، 181-215

عواودة، نداء عبد الرحمن (2019). المهارات الزوجية وعلاقتها بالرضا الزوجي لدى المتزوجات حديثاً في محافظة رام الله والبيرة. (رسالة ماجستير). جامعة القدس المفتوحة.

- غراي، جون (2003). الرجال من المريخ والنساء من الزهرة. الرياض: مكتبة جرير.
- فتيحة، بلحاج (2016). الأسس النظرية والعملية في اتخاذ القرار. المجلة الجزائرية للعلوم والسياسات الاقتصادية، العدد (7).
- فرج، فلورا استيرو والهاللي، الهاللي الشربيني وريحان، الحسيني رجب وعبد المسيح، ايريني سمير. (2005). المستوى الاجتماعي الاقتصادي وتأثيره على أسلوب اتخاذ القرارات الأسرية. مجلة بحوث التربية النوعية، (6)، 217-147.
- فرحات، نادية (2020). الزواج والتوافق الزوجي. المجلة المغربية للدراسات التاريخية والاجتماعية، 12، (1).
- فرحات، نادية (2021). تأثير المشكلات الأسرية على التوافق الأسري. مجلة الأسرة والمجتمع. جامعة حسنية بن بوعلي الشلف (الجزائر). 9 (1)، 113-97 .
- القضاة، إيناس نعيم محمد (2016) . المهارات الزوجية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى المتزوجات حديثا في مدينة عمان .(أطروحة ماجستير). جامعة عمان العربية، الأردن
- القيسي، لما. (2021). الرضا الزوجي وعلاقته بالصحة النفسية لدى العاملين في جامعة الطفيلة التقنية. مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، 15(6)، 146-116.
- الكندي، أحمد محمد مبارك (1992). علم النفس الأسري. ط (2). كلية التربية الأساسية - دولة الكويت
- مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.
- لعفيفي، إيمان ومعروف، لمنور (2020). العوامل المؤثرة في تحقيق التوافق الزوجي: (مدخل نظري). مجلة المعيار - الجزائر. 24 (2)، 502-490.

- محمد، أسماء محمد نبيل (2020). اتجاهات الشباب نحو طرق الاختيار الزواجي الحديثة (دراسة تطبيقية في محافظة القاهرة). حوليات آداب عين شمس، 48 (2)، 259-275.
- مخادمة، عبد الكريم قاسم محمد (2002). التوافق الزواجي لدى عينة من الرجال المتزوجين في ضوء بعض المتغيرات. جامعة اليرموك - العراق.
- المطوع، محمد حسن (2020). سيكولوجية الزواج: المنظور النظري والتطبيقي. الطبعة الثانية. مملكة البحرين: أنيس النفوس للطباعة.
- المعلم، موسى منصور أحمد (2018). فاعلية برنامج التوجيه المهني في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى الباحثين عن العمل بمملكة البحرين. جامعة البحرين.
- معهد الدوحة الدولي للأسرة (2019). حالة الزواج في العالم العربي. الدوحة، قطر.
- المقبالي، إيمان حمد خلفان، والفواعير، أحمد محمد جلال عودة. (2020). مستوى التوافق الزواجي لدى عينة من المتزوجين في سلطنة عمان وعلاقته بالمتغيرات الديموغرافية. المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، 9(3) 920-933.
- ملحم، محمد أمين وهياجنة، وليد سليمان وأرشيد، عبد الله وبدارنة، مهدي وعنبر، أميرة (2020). العلاقة بين المرونة النفسية والتوافق الزواجي لدى عينة من المعلمين المتزوجين والمعلمات: (دراسة تنبؤية). المجلة الأردنية للعلوم الاجتماعية. 13 (1)، 81-96.
- مهدي، سراي (2012). الاحتراق النفسي وعلاقته بالتوافق الزواجي لدى أساتذة المرحلتين المتوسطة والثانوية. (رسالة ماجستير). جامعة الجزائر.
- نوفل، ربيع وشعيب، هبة الله والعفيفي، شيماء فؤاد (2022). مهارات الاتصال الاجتماعي بين الزوجين وعلاقتها بقدرة الزوجة على اتخاذ القرار ودافعيتها للإنجاز. مجلة الاقتصاد المنزلي. جامعة المنوفية ، 32 (1)، 380-419.

ونوغي، فطيمة (2014). أثر سوء التوافق الزوجي في تكوين الميل إلى الأمراض النفسية لدى المرأة من

خلال تطبيق اختبار (MMPI2) - دراسة ميدانية بمدينة بسكرة. كلية العلوم الإنسانية

والاجتماعية- جامعة محمد خيضر -بسكرة- (بحث غير منشور).

اليامي، صالح مداوي وعبد المنعم، توفيق (2013). مهارات الحوار الإيجابي وعلاقتها بالتوافق الزوجي

وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من المعلمين بمنطقة نجران بالسعودية. كلية الآداب-

جامعة البحرين.

يوسف، زينب (2014). جودة إدارة الأزمات الأسرية وعلاقتها بالرضا عن الحياة. مجلة الاقتصاد المنزلي

كلية التربية النوعية - جامعة المنوفية. مجلد (24).

ثانيًا: المراجع الأجنبية:

- Carr, D., Freedman, V. A., Cornman, J. C., & Schwarz, N. (2014). Happy marriage, happy Life? Marital quality and subjective well-being in later life. *Journal of marriage and the family*, 76 (5), 930–948.
- Ceello, K. (2009). Making marriage work: A history of marriage and divorce in the twentieth-century United States. Queens College City University of New York.
- Duncan, S. F., & Wood, M. M. (2003). Perceptions of marriage preparation among college-educated young adults with greater family-related risks for marital disruption. *The Family Journal*, 11(4), 342–352.
- Eckstein, D., Eckstein, S., & Eckstein, D. (2014). Creating respect in couples: the couple's respect questionnaire (CRQ). *The Family Journal*, 22(1), 98–104.
- Furlong, Gray T.(2020). The conflict resolution toolbox: models and maps for analysing, diagnosing, and resolving conflict. Second edition. Published by John Wiley & sons, Inc, New Jersey. Canada.
- Haris, F., & Kumar, A. (2018). Marital satisfaction and communication skills among married couples. *Indian journal of social research*, 59(1), 35–44.
- Kestel, Devora (2020). Doing what matters in times of stress: an illustrated guide. World Health Organisation.

- Lee, S. H. (2013). An exploratory study on gender differences in marital preparation skills of college students. *International Journal of Human Ecology*, 14 (2), 53–68.
- Markman, Howard J. , Rhoades, Galena K.(2012). Relationship education research: current status and future directions. *Journal of marital and family therapy*. 38(1). 169–200.
- Markman, Howard J. , Stanley Scott M, Blumberg, Susan L. (2010). Fighting for your marriage. Third Edition. A Wiley Imprint.
- McKay, M., Davis, M., & Fanning, P. (2018). Messages: the communication skills book. New Harbinger Publications.
- Murphy, Kate (2020). You're not listening: what you're missing and why it matters. Random house.
- Park, Tai-Young; Park, Yanghyun (2019). Living with an in-law and marital conflicts: a family therapy case study. *Journal of Asia Pacific Counselling*, The Korean Counselling Association, 9(2), 8–73
- Robles T. F. (2014). Marital quality and health: implications for marriage in the 21st century. *Current directions in psychological science*, 23(6), 427–432.
- Robles, T. F., Shaffer, V. A., Malarkey, W. B., & Kiecolt-Glaser, J. K. (2006). Positive behaviors during marital conflict: influences on stress hormones. *Journal of social and Personal Relationships*, 23(2), 305–325.

- Scott, S. B., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Allen, E. S., & Markman, H. J. (2013). Reasons for divorce and recollections of premarital intervention: implications for improving relationship education. *Couple and Family Psychology: Research and Practice, 2*(2), 131–145.
- Shakerian, A., Nazari, A. M., Masoomi, M., Ebrahimi, P., & Danai, S. (2014). Inspecting the relationship between sexual satisfaction and marital problems of divorce-asking women in Sanandaj City family courts. *Procedia–Social and Behavioral Sciences, 114*, 327–333.
- Silliman, B., & Schumm, W. R. (2000). Marriage preparation programs: A literature review. *The Family Journal, 8*(2), 133–142.
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family, 15*–28.
- Straathof, Theresa (2022). Coping strategies to promote mental health: training modules for occupational therapist and other care providers. Newgen Publishing UK.
- Who world health organisation
- Williams, L. M., Riley, L. A., & Van Dyke, D. T. (1999). An empirical approach to designing marriage preparation programs. *American Journal of Family Therapy, 27*(3), 271–283.

Wright, J. (2016). Getting engaged: a case study and a model of the engagement period as a process of conflict-resolution. *Counselling Psychology Quarterly*, 1990, 3(4), 399–408. Established on American Psychological Association.

الملاحق

- ملحق (1): قائمة بأسماء السادة محكمي مقياسي المهارات الزوجية والتوافق الزوجي.
- ملحق (2): مقياسي المهارات الزوجية والتوافق الزوجي المقدم إلى لجنة التحكيم.
- ملحق (3): الاستبيان الاستطلاعي المستخدم في بناء مقياس المهارات الزوجية.
- ملحق (4): مقياسي المهارات الزوجية والتوافق الزوجي النهائي.

ملحق (1)

قائمة أسماء وتخصصات السادة المحكمين

مقياس المهارات الزوجية

مقياس التوافق الزوجي

الرقم	اسم الأستاذ	التخصص	الجامعة التي ينتمي إليها
1	د. فاطمة الجاسم	أستاذ تربية الموهوبين	جامعة الخليج العربي
2	د. أحمد سعد	أستاذ مشارك قسم علم النفس	جامعة البحرين
3	د. توفيق عبد المنعم	أستاذ مشارك قسم علم النفس	جامعة البحرين
4	د. نادية التازي	أستاذ مشارك صعوبات التعلم والإعاقات النمائية	جامعة الخليج العربي
5	د. محمد لخضر روبي	أستاذ مشارك الإرشاد النفسي والصحة النفسية قسم علم النفس	جامعة البحرين

ملحق (2)

مقياسي المهارات الزوجية والتوافق الزوجي المقدم إلى لجنة التحكيم



جامعة البحرين

كلية الآداب - قسم علم النفس

استبانة المهارات الزوجية وعلاقتها بالتوافق الزوجي

(يطبق على مجموعة من المتزوجين)

إلى الأستاذ الدكتور /

تحية طيبة وبعد،

تقوم الباحثة بإجراء دراسة لنيل درجة الماجستير في الإرشاد الأسري تحت عنوان:

" المهارات الزوجية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى عينة من الأفراد المتزوجين في المجتمع البحريني "

وذلك على عينة من المتزوجين. ولتحقيق أهداف الدراسة، قامت الباحثة ببناء مقياس لقياس المهارات الزوجية: وستكون الإجابة على مقياس ليكرت (ثلاثي): نعم، لست متأكدا، لا. كما تم الاستعانة بمقياس "سبينر" للتوافق الزوجي: وستكون الإجابة في البعد الأول على مقياس ليكرت خماسي: اتفق دائماً، اتفق غالباً، أتفق أحياناً، اتفق نادراً، لا أتفق إطلاقاً للبند (1،2،3،5،7،8،9،10،11،12،13،14،15)، اما الإجابات في البعد الثاني فتكون على مقياس ليكرت خماسي: دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، ابداً، للبند: (16،17،18،19،20،21،22) اما البند 23 فسيكون على مقياس ليكرت خماسي: يومياً، غالب الأيام، أحياناً، نادراً، ابداً. وستكون الإجابة في البعد الثالث للبند 24 على مقياس ليكرت خماسي: يومياً، غالباً، أحياناً، نادراً، ابداً. اما الإجابة للبند (25، 26، 27، 28) ستكون على مقياس ليكرت سداسي: ابداً، اقل من مرة بالشهر، مرة او مرتين بالشهر، مرة او مرتين بالأسبوع، مرة باليوم، أكثر من ذلك. وستكون الإجابة في البعد الرابع على مقياس ليكرت الخماسي: أتفق دائماً، أتفق تقريباً، اتفق أحياناً، لا أتفق غالباً، لا اتفق إطلاقاً للبند (4،6). وستكون الإجابة للبند (29،30) ب: نعم، لا.

وبصفتكم خبيرًا متخصصًا، تأمل الباحثة موافاتها برأيكم في العبارات المكون منها المقياس، وذلك من حيث:

- مدى تمثيل العبارات للمحور.
- السلامة اللغوية.
- ملائمة العبارات للثقافة المحلية.
- المقترحات (التعديلات).
- يمكن لسيادتكم التفضل باقتراح عبارة أخرى، أو حذف وإلغاء أي عبارات ترون عدم ملائمتها.

شاكراً لكم حسن التعاون سلفاً..

يرجى تسجيل بيانات المحكم كما يلي:

كتابة الاسم كاملاً

التخصص

المسمى الوظيفي

مكان العمل

رقم الاتصال

الباحثة: زهراء سعيد سند

أولاً: البيانات الأولية:

* العمر:

- ☐ أقل من 20 عاماً.
- ☐ من 20-30 عاماً.
- ☐ من 31-40 عاماً.
- ☐ أكثر من 40 عاماً.

* النوع:

- ☐ ذكر
- ☐ انثى

*سنوات الزواج:

- ☐ أقل من 5 سنوات.
- ☐ من 5 إلى 10 سنوات
- ☐ من 11 إلى 20 سنة
- ☐ أكثر من 20 سنة

ثانياً: مقياس المهارات الزوجية:

م	السؤال	مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للثقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)
البعد الأول: مهارات التواصل					
1	أختار الوقت المناسب للحوار مع				

م	السؤال	مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للثقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)
	شريكي في الموضوعات الهامة في حياتنا.				
2	اندفع بالكلام مباشرة دونما تريث عندما أتضايق أو انزعج*				
3	أعبر عن مشاعري وأرائي لشريكي بكل صراحة وصدق				
4	أستخدم التواصل عبر لغة الجسد بكفاءة عالية				
5	ألجأ إلى مقاطعة شريكي خلال التواصل بيننا*				
6	أنصت لشريكي عندما يتكلم باهتمام دون مقاطعة.				
7	أرى ان كسب رضا شريكي أهم من كسب النقاش.				
*تدل على ان العبارة عكسية.					
		مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للثقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)

م	السؤال	مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للثقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)
البعد الثاني: مهارة إظهار الاحترام والثقة					
1	احترم اختلاف شريكي عني في الآراء				
2	ألجأ إلى مديح شريكي بين الحين والآخر لتعزيز ثقته بنفسه				
3	أشعر بعدم الثقة في شريكي *				
4	أصون كرامة شريكي				
5	أنتفاعل بإيجابية مع اهتمامات شريكي لأشعره بأهميته				
6	الجبأ الى الإهانة والتجريح إزاء شريكي عندما نختلف في الرأي *				
7	احترم شريكي قولاً وفعلاً.				
*تدل على ان العبارة عكسية.					
		مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للثقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)

م	السؤال	مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للثقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)
البعد الثالث: مهارة تحمل المسؤولية					
1	أتعاون مع شريكي في تحمل مسئوليات الأسرة.				
2	أرى انه على شريكي مواجهة تحديات الأسرة بمفرده.*				
3	أغير بعض من سلوكياتي التي تزعج شريكي.				
4	أسمح شريكي إن اعتذر.				
5	ألوم شريكي على مشكلاتنا الأسرية *				
6	أطور ذاتي كي أحقق أهدافي بدلا من التركيز على السلبيات.				
7	أنجز المهام الأسرية في الوقت المحدد لها.				
8	أساند شريكي في السراء والضراء				

م	السؤال	مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للثقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)
*تدل على ان العبارة عكسية.					
م	السؤال	مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للثقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)
البعد الرابع: مهارة بناء الثقة					
1	أقبل ان شريكي ليس مثاليا.				
2	الجأ للمقربين في حل مشكلاتي الزوجية.*				
3	اعتذر من شريكي عند الخطأ.				
4	احافظ على الاسرار الزوجية ولا ابوح بها.				
5	اسعى للكمال في علاقتي مع شريكي*				
6	ألتزم بالصدق في علاقتي مع شريكي				
7	اعتمد على الصراحة أساس بناء الثقة في علاقتي مع شريكي				

م	السؤال	مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للثقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)
8	أقدر المجهود الذي ي بذله شريكي.				
* تدل على ان العبارة عكسية.					
م	السؤال	مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للثقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)
البعد الخامس: مهارة إدارة الخلافات الزوجية					
1	اتصرف بهدوء عندما يغضب شريكي حتى لا تتطور المشكلة				
2	اتجنب إلقاء اللوم والاتهامات على شريكي عندما نختلف				
3	أسيطر على غضبي.				
4	انفجر انفعاليا وأفقد اعصابي عندما أختلف مع شريكي. *				
5	يصعب عليك المبادرة بالاعتذار حتى لو أخطأت في حق شريكي *				

م	السؤال	مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للثقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)
6	أصبر أثناء الخلافات ولا أنتظر نتائج فورية.				
7	أتنازل وأقبل بالحل الوسط في بعض المواقف				
8	أحل جميع الخلافات أولاً بأول ولا اراكمها.				
*تدل على ان العبارة عكسية.					
		مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للثقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)
البعد السادس: مهارات اتخاذ القرار (شخصية، زوجية، متعلقة بالأبناء)					
1	أتعاون مع شريكي في اتخاذ قراراتي الشخصية المؤثرة على حياتنا الزوجية.				
2	اتخذ بعض القرارات دون أخذ موافقة شريكي *.				
3	أتعاون مع شريكي في اتخاذ القرارات				

م	السؤال	مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للثقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)
	المتعلقة بإدارة ميزانية الأسرة.				
4	اتصرف بمرونة وتقبل في اتخاذ القرارات.				
5	نتشارك في اتخاذ القرارات المتعلقة بتربية الأبناء				
6	افرض رأيي على شريكي في اتخاذ القرارات*.				
7	أميل إلى اتخاذ القرارات الأسرية بمشاركة أبنائنا				
8	أتعاون مع شريكي في قرارات التخطيط لمستقبل أسرتنا				
*تدل على ان العبارة عكسية.					
		مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للثقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)
البعد السابع: مهارات إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط					
1	أقدم مصلحة الاسرة المادية على رغباتي الشخصية				

م	السؤال	مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للثقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)
	لمواجهة بعض التحديات				
2	أحافظ على الهدوء خلال الازمات.				
3	استخدم اسلوب حل المشكلات في حل الأزمات.				
4	اخرج مع شريكي في نزعات ترويحوية للتخلص من الضغوط.				
5	أفكر بجميع البدائل الممكنة خلال إدارة الأزمات				
6	أمارس الرياضة للتخلص من الضغوط				
7	أتجنب الحديث عن الضغوط الأسرية وأ تجاهلها *				
8	اتأثر كثيرا بالأزمات والضغوطات وأجد صعوبة في اجتيازها. *				
* تدل على ان العبارة عكسية.					

م	السؤال	مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للثقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)
		مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للثقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)
البعد الثامن: مهارات زوجية في العلاقة العاطفية والجنسية					
1	أعبر لشريكي عن مدى حبي له باستمرار.				
2	أصاح شريكي بشأن العلاقة الجنسية.				
3	أعتقد أن الإشباع الجنسي يكون من جانب الرجل فقط. *				
4	أجد صعوبة في الحديث عن العلاقة الجنسية مع شريكي.*				
5	احتقل بالمناسبات الزواجية الخاصة بنا.				
6	اهتم بمظهري ونظافتي الشخصية مع شريك حياتي.				

م	السؤال	مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للثقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)
7	أجد صعوبة في التعبير عن مشاعري لشريكي *				
8	امتك ثقافة جنسية مناسبة لنجاح علاقتنا الحميمة				
*تدل على ان العبارة عكسية.					

ثالثاً: مقياس التوافق الزوجي (مقياس سبينر): فقرات مقياس التوافق الزوجي حدد بالتقريب درجة التوافق بينك وبين زوجك في المجالات التالية.

ضع إشارة (√) في المكان المناسب أمام كل عبارة من العبارات التالية: (يمكنك اختيار اجابة واحدة فقط)

البند				
مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للتقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)	

البعد الأول: الاتفاق الزوجي					
1	تسيير ميزانية الأسرة				
2	المجال الخاص بالترفيه والاستجمام				
3	الأمر الدينية				
5	معاملة الأصدقاء				
7	مجاراة الأعراف والتقاليد العامة				
8	فلسفة الحياة				
9	معاملة أسرة الطرف الآخر				
10	تقدير الأمور				
11	الوقت الذي تقضيه معه				
12	اتخاذ القرارات				
13	الأعمال المنزلية				
14	قضاء وقت الفراغ				
15	المسار المهني				

البعد الثاني: الرضا الزوجي					
	مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للتقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)	
16	كم مرة ناقشت أو فكرت في الطلاق؟				

17	كم مرة حدث وأن تركت (او زوجك) البيت إثر شجار بينكما؟				
18	إلى أي مدى ترى أن الأمور بينك وبين زوجك تسير بشكل جيد؟				
19	هل تطلع زوجك على أسرارك الخاصة؟				
20	هل تشعر بالندم على زواجك؟				
21	كم مرة يحدث أن تتشاجر مع زوجك؟				
22	كم مرة يحدث أن تقلق وتثور أعصابك مع زوجك؟				
23	هل تقبل زوجك؟				
31	ما هي الدرجة الأكثر تعبيرا عن شعورك بالسعادة في حياتك الزوجية؟ ☐ سعيد جدا ☐ سعيد في الغالب ☐ سعيد أحيانا ☐ غير سعيد في الغالب ☐ غير سعيد تماما				
32	ما هي العبارة الأكثر تعبيرا عن موقفك من مستقبل علاقتك الزوجية؟ ☐ أريد بشدة أن تتجح علاقتي الزوجية، وأنا على استعداد للتضحية بكل شيء من أجل ذلك. ☐ أريد ان تتجح علاقتي الزوجية، وأنا على استعداد لبذل كل شيء من اجل ذلك. ☐ أريد ان تتجح علاقتي الزوجية، وأنا على استعداد للمساهمة بنصيب من اجل ذلك. ☐ سأكون سعيدا ان نجحت علاقتي الزوجية، لكن لا أستطيع ان ابذل أكثر مما قدمت من اجل ذلك. ☐ لن تتجح علاقتي الزوجية، ولا يوجد ما يمكن فعله من اجل تدارك ذلك.				

البعد الثالث: التماسك الزوجي

		مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للتقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)
24	هل تشترك مع زوجك في نشاط خارج المنزل؟				
25	هل تشترك مع زوجك في حوار؟				
26	هل تضحك وتمزح مع زوجك؟				
27	هل تشترك مع زوجك في نقاش فكري هادئ؟				
28	هل تشترك مع زوجك في مشروع عملي؟				
البعد الرابع: التعبير العاطفي					
		مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للتقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)
4	التعبير عن الحب والعطف				
6	العلاقات الجنسية				
حدد إن كانت العبارات التالية من بين مشكلاتك مع زوجك في الأسابيع القليلة الماضية:					
		مدى تمثيل العبارات للمحور	السلامة اللغوية	ملاءمة العبارات للتقافة المحلية	المقترحات (التعديلات)
29	إرهاق وعدم استعداد لممارسة العلاقة الجنسية				
30	عدم إظهار الحب والمشاعر العاطفية				

إشراف: أ.د. جيهان العمران

اعداد: زهراء سعيد سند 20190115

ملحق (3)

الاستبيان الاستطلاعي المستخدم في بناء مقياس المهارات الزوجية

جامعة البحرين

كلية الآداب- قسم علم النفس



استبيان استطلاعي

عزيزي الزوج/ الزوجة: تهدف هذه الاستبانة إلى التعرف على المهارات الزوجية التي يعتقد الزوجان أنها مؤثرة في التوافق الزوجي لدى الأسرة البحرينية، بهدف الاستفادة من هذه المعلومات لأغراض البحث العلمي والتي تهدف لزيادة جودة الحياة الزوجية، لذا أرجو الإجابة على جميع الأسئلة علماً أن بيانات البحث سرية ولن تستخدم إلا للأغراض العلمية فقط.

ولكم جزيل الشكر،

فريق البحث

أجيب عن الأسئلة بما أراه مناسباً، علماً ان البيانات سرية:

1- برأيك ما المهارات التي يجب تعليمها المقبلين على الزواج لتحقيق التوافق الزوجي؟

.....

2- ما المهارات التي تتمنى أن يتعلمها شريك حياتك والتي قد تزيد من نسبة رضاك عن حياتك الزوجية؟

.....

.....

.....

3- اذكر مهارات زواجية تمنيت أنك تعلمتها قبل الزواج كان من شأنها تقليل المشكلات في حياتك الزوجية.

.....

.....

.....

4- اقترح بعض الأساليب والأفكار التي أعرفها وتحقق أكثر قدر من الراحة الزوجية بين الشريكين.

.....

.....

.....

.....

5- أذكر مشكلة صعبة أعيشها حاليًا أو عشتها سابقًا، كانت ستمر بسهولة لو كان شريكي يمتلك الأسلوب المناسب لحلها، ما المشكلة وما الأسلوب والمهارة التي تمنيت أن شريكك يمتلكها؟

.....

.....

إشراف: أ.د. جيهان عيسى العمران إعداد: زهراء سعيد سند 20190115

ملحق (4)

مقياسي المهارات الزوجية والتوافق الزوجي النهائي



استبانة المهارات الزوجية وعلاقتها بالتوافق الزوجي

(يطبق على مجموعة من المتزوجين)

عزيزي الزوج/ عزيزتي الزوجة: تهدف هذه الاستبانة إلى قياس أثر امتلاك الافراد للمهارات الزوجية على التوافق الزوجي لدى الأسرة البحرينية، بهدف الاستفادة من هذه المعلومات في زيادة رفاهية الاسرة والخروج بمجموعة من التوصيات لزيادة جودة الحياة الزوجية، لذا ارجو الاجابة على جميع الأسئلة علما ان بيانات البحث سرية ولن تستخدم الا للأغراض العلمية فقط.

ولكم جزيل الشكر،،،

أولاً: البيانات الأولية:

* العمر:

☐ اقل من 20 عاما. (1)

☐ من 20-30 عاما. (2)

☐ من 31-40 عاما. (3)

☐ أكثر من 40 عاما. (4)

*النوع:

☐ ذكر (1) ☐ انثى (2)

*سنوات الزواج:

☐ اقل من 5 سنوات. (1)

☐ من 5 إلى 10 سنوات (2)

☐ من 11 الى 20 سنة (3)

☐ أكثر من 20 سنة (4)

ثانيا: مقياس المهارات الزوجية:

م	العبارات	نعم	لست متأكدا	لا
	البعد الأول: مهارات التواصل			
1	أختار الوقت المناسب للحديث مع زوجي/زوجتي في الموضوعات التي تههم حياتنا.			
2	استخدم كلمات جارحة إذا استفزني زوجي/زوجتي*			
3	أعبر عن آرائي ومشاعري لزوجي/ زوجتي بكل صراحة وصدق			
4	أتجنب النظر إلى عيني زوجي/ زوجتي أثناء الكلام			
5	أنصت باهتمام لزوجي /زوجتي عندما يتحدث إلى دون مقاطعة.			
	*تدل على ان العبارة عكسية.			
	البعد الثاني: مهارة إظهار الاحترام والثقة			
		نعم	لست متأكدا	لا

م	العبارات	نعم	لست متأكدا	لا
6	احترم آراء زوجي/زوجتي.			
7	أشعر بعدم الثقة في زوجي/زوجتي *			
8	أفي بوعودي لزوجي / زوجتي حتى أكسب ثقته			
9	أوجه الإهانات لزوجي/زوجتي عندما انفعل *			
10	احترم خصوصية حياتنا الزوجية ولا ابوح بأسرارها لأحد.			
*تدل على ان العبارة عكسية.				
	البعد الثالث: مهارة تحمل المسؤولية	نعم	لست متأكدا	لا
11	أتعاون مع زوجي/زوجتي في تحمل مسؤوليات الأسرة بشكل متكافئ بيننا.			
12	أرى انه يجب على زوجي/زوجتي مواجهة تحديات الأسرة بمفرده. *			
13	أعترف بأخطائي وأتحمل مسؤوليتها			
14	أوجه اللوم إلى زوجي/زوجتي في عدم تحمل مسؤولية الأسرة *			
15	أنجز المهام الأسرية الملقاة على عاتقي في الوقت المحدد لها.			
*تدل على ان العبارة عكسية.				
	البعد الرابع: مهارة قبول الطرف الآخر رغم الاختلاف	نعم	لست متأكدا	لا
16	أقبل سلبيات زوجي/زوجتي.			
17	أقبل اختلاف زوجي/زوجتي عني في بعض الآراء.			
18	أسعى الى الكمال في علاقتي مع زوجي/زوجتي *			
19	أقبل اختلاف زوجي/زوجتي عني في نمط الشخصية.			

م	العبارات	نعم	لست متأكدًا	لا
20	أحاول ان اغير من صفات زوجي/زوجتي التي لا تعجبني *			
*تدل على ان العبارة عكسية.				
	البعد الخامس: مهارة إدارة الخلافات الزوجية	نعم	لست متأكدًا	لا
21	أتجنب إلقاء اللوم والاتهامات على زوجي/زوجتي عندما نختلف			
22	أستخدم الحوار كأسلوب لحل خلافاتي الزوجية			
23	أنفجر انفعاليا وأفقد اعصابي عندما أختلف مع زوجي/زوجتي. *			
24	يصعب علي المبادرة بالاعتذار حتى لو أخطأت في حق زوجي/زوجتي *			
25	أتنازل وأقبل بالحل الوسط في بعض المواقف			
*تدل على ان العبارة عكسية.				
	البعد السادس: مهارات اتخاذ القرار (شخصية، زوجية، متعلقة بالأبناء)	نعم	لست متأكدًا	لا
26	أعاون مع زوجي/زوجتي في اتخاذ القرارات المؤثرة على حياتنا الزوجية.			
27	اتخذ بعض القرارات دون أخذ موافقة زوجي/زوجتي. *			
28	أعاون مع زوجي/زوجتي في اتخاذ القرارات المتعلقة بإدارة ميزانية الأسرة.			
29	نتشارك في اتخاذ القرارات المتعلقة بتربية الأبناء			
30	أفرض رأيي على زوجي/ زوجتي في اتخاذ القرارات الأسرية. *			
*تدل على ان العبارة عكسية.				
	البعد السابع: مهارات إدارة الأزمات والتخلص من الضغوط	نعم	لست متأكدًا	لا
31	أحافظ على هدوئي خلال الازمات.			

م	العبارات	نعم	لست متأكدا	لا
32	استخدم اسلوب حل المشكلات خلال التعامل مع الأزمات.			
33	أمارس نشاط رياضي أو ترويحي للتعامل من الضغوط			
34	أتجنب الحديث عن الضغوط الأسرية وأتجاهلها *			
35	أأثر كثيرا بالأزمات والضغوطات وأجد صعوبة في اجتيازها. *			
*تدل على ان العبارة عكسية.				
البعد الثامن: مهارات زواجية في العلاقة العاطفية والجنسية				
36	أعبر لزوجي/زوجتي عن مدى حبي له باستمرار.			
37	أصارع زوجي/زوجتي بشأن العلاقة الجنسية.			
38	أجد صعوبة في الحديث عن العلاقة الجنسية مع زوجي/زوجتي *.			
39	احتفل مع زوجي/ زوجتي بالمناسبات الخاصة بنا (عيد الزواج، أعياد ميلادنا).			
40	اهتم بمظهري ونظافتي الشخصية أمام زوجي/زوجتي.			
*تدل على ان العبارة عكسية.				

ثالثاً: مقياس التوافق الزوجي (زواوي، 2017): فقرات مقياس التوافق الزوجي حدد بالتقريب درجة

التوافق بينك وبين زوجك في المجالات التالية.

ضع إشارة (✓) في المكان المناسب أمام كل عبارة من العبارات التالية: (يمكنك اختيار اجابة واحدة فقط)

البنود		مدى الاتفاق بينكما				
		نتفق دائماً (5)	نتفق تقريباً (4)	نتفق أحياناً (3)	لا نتفق غالباً (2)	لا نتفق إطلاقاً (1)
1	تسيير ميزانية الأسرة.					
2	المجال الخاص بالترفيه والاستجمام					
3	الأمر الديني					
4	التعبير عن الحب والعطف					
5	معاملة الأصدقاء					
6	العلاقة الجنسية					
7	مجاراة الأعراف والتقاليد العامة					
8	فلسفة الحياة					
9	معاملة أسرة الطرف الآخر					
10	تقدير الأمور					
11	الوقت الذي تقضيه معاً					
12	اتخاذ القرارات					
13	الأعمال المنزلية					
14	قضاء وقت الفراغ					
15	المسار المهني					
البنود		مدى انطباق العبارة عليك				
		دائماً (5)	غالباً (4)	أحياناً (3)	نادرًا (2)	أبدًا (1)
16	كم مرة ناقشت أو فكرت في الطلاق؟ *					

17	كم مرة حدث وأن تركت (أو زوجك) البيت إثر شجار بينكما؟ *				
18	إلى أي مدى ترى أن الأمور بينك وبين زوجك تسير بشكل جيد؟				
19	هل تطلع زوجك على أسرارك الخاصة؟				
20	هل تشعر بالندم على زواجك؟ *				
21	كم مرة يحدث أن تتشاجر مع زوجك؟ *				
22	كم مرة يحدث أن تقلق وتثور أعصابك مع زوجك؟ *				
* بنود عكسية.					
البنود					
مدى انطباق العبارة عليك					
	يوميًا	غالب الأيام	أحيانًا	نادرًا	أبدًا
	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
23	هل تقبل زوجك؟				
24	هل تشترك مع زوجك في نشاط خارج المنزل؟				
البنود					
مدى انطباق العبارة عليك					
	أبدأ	أقل من مرة بالشهر	مرة أو مرتين بالشهر	مرة أو مرتين بالأسبوع	مرة في اليوم
	(1)	(1)	(2)	(3)	(4)
					أكثر من ذلك (5)
25	هل تشترك مع زوجك في حوار؟				
26	هل تضحك وتمزح مع زوجك؟				
27	هل تشترك مع زوجك في نقاش فكري هادئ؟				
28	هل تشترك مع زوجك في مشروع عملي؟				
حدد إن كانت العبارات التالية من بين مشكلاتك مع زوجك في الأسابيع القليلة الماضية:					

البنود		مدى انطباق العبارة عليك				
		نعم (صفر)	لا (1)			
29	إرهاق وعدم استعداد لممارسة العلاقة الجنسية					
30	عدم إظهار الحب والمشاعر العاطفية					
البنود		مدى انطباق العبارة عليك				
		سعيد جداً (4)	سعيد في الغالب (3)	سعيد أحياناً (2)	غير سعيد في الغالب (1)	غير سعيد تماماً (0)
31	ما هي الدرجة الأكثر تعبيراً عن شعورك بالسعادة في حياتك الزوجية؟					
32	ما هي العبارة الأكثر تعبيراً عن موقفك من مستقبل علاقتك الزوجية؟	☐ أريد بشدة أن تتجح علاقتي الزوجية، وأنا على استعداد للتضحية بكل شيء من أجل ذلك. (4) ☐ أريد أن تتجح علاقتي الزوجية، وأنا على استعداد لبذل كل شيء من أجل ذلك. (3) ☐ أريد أن تتجح علاقتي الزوجية، وأنا على استعداد للمساهمة بنصيب من أجل ذلك. (2) ☐ سأكون سعيداً إن نجحت علاقتي الزوجية، لكن لا أستطيع أن أبذل أكثر مما قدمت من أجل ذلك. (1) ☐ لن تتجح علاقتي الزوجية، ولا يوجد ما يمكن فعله من أجل تدارك ذلك. (0)				

اشراف: ا. د. جهان عيسى أبوراشد العمران

اعداد: زهراء سعيد سند 20190115

that skills that were predictive of marital compatibility were: marital skills in emotional and sexual relationship, decision making skills, and the skill of showing respect and trust, consequently.

Keywords: marital skills, marital compatibility, years of marriage, age.

Abstract

This study aimed to identify the level of both marital skills, marital compatibility, according to some demographic variables, namely: age, gender, and years of marriage for married couples in the Bahraini society. It also aimed to investigate the relationship between marital skills and dimensions of marital compatibility, and also to explore the most important marital skills predictive of marital compatibility in the study sample. The sample consisted of (210) Bahraini couples. Two research tools were used in the study: The first one was "The Marital Skills Scale", developed by the researcher and the second one was: "The Marital Compatibility Scale" developed by Zwawi (2017). The validity and reliability of the two scales were confirmed by applying them to an exploratory sample. The results indicated that Bahraini couples possessed marital skills at a high level, and that there were no statistically significant differences according to gender on the dimensions of marital skills scale, except for two dimensions: the skill of showing respect and trust, and the skill of crisis management and eliminating stress, in favor of males. The results also demonstrated that there were statistically significant differences on all dimensions of marital skills according to the years of marriage in favor of the lesser years of marriage, except for the skill of accepting the other in spite of the difference that came in favor of the longer years of marriage. It also became evident that there were no statistically significant differences on the marital skills scale for years of marriage except for two dimensions: the skill of taking responsibility, and the skill of decision-making. The results further showed that marital compatibility came at an average level, and that there were statistically significant differences on the dimension of marital satisfaction, in favor of the younger years of marriage. Finally, the results showed a positive, statistically significant relationship between marital skills and dimensions of marital compatibility. The research concluded

UNIVERSITY OF BAHRAIN

College of Arts



**Department Of
Psychology**

Marital skills and its Relationship to Marital Compatibility among a Sample of Married Couples in the Bahrain Society

A Thesis Submitted in Partial fulfillment of the requirements for the
Master's Degree in Psychology of family counseling

Submitted by:

Zahra Saeed Sanad

University Number: 20190115

Supervised by:

Dr. Jihan I.A. Alumran

Professor of Psychology

University of Bahrain

Kingdom of Bahrain

June, 2022