

فاعلية الحياة وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى المتزوجات في
بعض مناطق المملكة العربية السعودية في ضوء المتغيرات
الديموغرافية

د. صالح بن سعيد الشهري

قسم علم النفس – كلية العلوم الاجتماعية

جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية



فاعلية الحياة وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى المتزوجات في بعض مناطق المملكة العربية السعودية في ضوء المتغيرات الديموغرافية

د. صالح بن سعيد الشهري
قسم علم النفس – كلية العلوم الاجتماعية
جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية

تاريخ تقديم البحث: ١٥ / ٦ / ١٤٤٢ هـ تاريخ قبول البحث: ١٣ / ٩ / ١٤٤٢ هـ

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن الفروق ذات دلالة إحصائية بين المتزوجات في كل من التوافق الزوجي وفاعلية الحياة وفقاً لسنوات الزواج، ومستوى التعليم، والتعرف على العلاقة بين التوافق الزوجي وفاعلية الحياة لدى المتزوجات. كما هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى إسهام أبعاد فاعلية الحياة في التنبؤ بالتوافق الزوجي. وقد تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) سيدة يقطنن في عدد من مناطق المملكة ومنها منطقة الرياض، والغربية، ونجران، ومنطقة جازان وتراوحت أعمارهن بين (٣٠، و٤٩) عاماً بمتوسط عمري قدره (٣٤) سنة بانحراف معياري (٤,١١) سنة. وتنوعت الأعمال التي يشغلنها عينة الدراسة، فمنهن المعلمات والإداريات في مختلف المؤسسات الحكومية وكذلك ربات البيوت اللواتي لا يعملن. وقد طبق مقياس الدراسة عليهن عبر الإنترنت. والمقاييس المستخدمة في الدراسة هي: مقياس فاعلية الحياة الذي أعده في الأصل ريتشارد، آليس، و نيل Richards, Ellis & Neill, (٢٠٠٢) وقام بترجمته وتقنينه شمس والسكري (٢٠٠٨) ومقياس التوافق الزوجي من إعداد إيمان الدعة (٢٠٠٢). وكشفت النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد فاعلية الحياة وأبعاد التوافق الزوجي بين المتزوجات وفقاً لسنوات الزواج، كما كشفت الدراسة عن وجود علاقة موجبة دالة إحصائية بين فاعلية الحياة والتوافق الزوجي، كما كشفت الدراسة عن إمكانية التنبؤ من خلال المتغيرات المستقلة (الثقة في الذات، وفاعلية الذات) بالدرجة الكلية لاختبار التوافق الزوجي لدى المتزوجات.

الكلمات المفتاحية: فاعلية الحياة، التوافق الزوجي.

The effectiveness of life and its relationship to marital compatibility among married women in some regions of the Kingdom of Saudi Arabia Through of some demographic variables

Dr. Saleh bin Saeed Alshihri

Psychology Department – Social Science Collage
Imam Mohammed bin Saud University

Abstract:

The current study aimed to uncover statistically significant differences between married women in both marital adjustments, the effectiveness of life according to the years of marriage, the level of education. It aimed to identify the association between the two variables: marital adjustment and life effectiveness for married women. In addition, it aimed to discover how dimensions of life effectiveness contribute to the prediction of marital adjustment. The study sample consisted of (١٠٠) women located in Riyadh, Makkah, Taif, Najran, and Jizan cities. The women's ages ranged between (٣٠ and ٤٩) years, with an average age of (٣٤) years; and a standard deviation of (٤,١١) years. They consisted of teachers, homemakers, and administrators in various institutions. A life-effectiveness instrument (LES) was applied to them on the Internet; originally prepared by Richards, Ellis, & Neill; (٢٠٠٢), and translated and codified by Shams; and Al-Sukari (٢٠٠٨), and the marital adjustment scale by Iman Al-Daa (٢٠٠٢). The results revealed that there were no statistically significant differences in the dimensions of the effectiveness of life and the dimensions of marital adjustment between married women according to the years of marriage. The study revealed the existence of a statistically significant positive relationship between the effectiveness of life and marital adjustment. The study also revealed the possibility of predicting through independent variables (self-confidence and self-efficacy) on the overall degree of the marital adjustment test for those who are married.

key words: Marital Adjustment , Effectiveness of Life

مقدمة الدراسة:

يعدّ الزواج من العلاقات الاجتماعية التي تتم بين الرجل والمرأة، والتي يبارك فيها الله سبحانه وتعالى؛ وأنه الأساس الشرعي السليم لتكوين الأسرة بداية من المعايير والضوابط الاجتماعية المنظمة للمجتمع، فالزواج من سنن الله التي توثق العلاقة وتقويها لدى الزوجين. وهذه العلاقة المقدسة بين الزوجين لا تستقيم إلا بركنين أصيلين، هما: المودة، والرحمة. ولا شك أنهما يسهمان في تحقيق التوافق الزوجي، والذي يجعل الزوجين يواجهان المشكلات التي يتعرضان لها في حياتهما، ويتعايشان في جوٍّ تسوده مشاعر الرحمة، والعطف، والحنان، والفرح، والسرور، والراحة النفسي.

والتوافق الزوجي من المواضيع المهمة التي حظيت باهتمام الباحثين على مدى سنوات طويلة؛ لما للتوافق أو عدم التوافق من أثر على الأطفال والتنشئة والتعليم والانحراف والجروح والفقر وغيرها من القضايا التي تؤرق المجتمعات (عرار & عبد الله، ٢٠٢٠).

ولا يمكن للزواج أن ينجح ويستمر إلا من خلال مؤشرات كثيرة تحكم العلاقة الزوجية. ويعدّ التوافق الزوجي أهمها؛ لما له من أهمية كبيرة في إدارة الحياة الزوجية وحمايتها من التدهور، والحفاظ على الصحة النفسية للزوجين وللأبناء. ومن المتوقع أن تؤدي المستويات المتزايدة من التوافق الزوجي إلى التقليل من معظم المشكلات العقلية والصحية والعاطفية والاجتماعية، وتسهم بشكل كبير في استقرار الأسرة، وينعكس أثره على المجتمع بشكل عام (Nooripour, Dastras, & Sargolzai, ٢٠١٤).

ويمثل التوافق الزوجي القدرة على التكيف من خلال القدرة على حلّ المشكلات، كما أن التوافق الزوجي هو تصور واقعي للمزيج المثالي من التكيف والرضا المتبادلين بين الزوجين؛ إذ إنه الوعي بالوجود المتبادل بين التكيف والرضا بين الزوجين. (Gopal, & Valarmathi, ٢٠٢٠)

وبناء على أهمية تحقيق التوافق الزوجي للزوجين اهتم الباحثون بدراسة العوامل النفسية والاجتماعية المؤدية للتوافق بين الزوجين، وعلى سبيل الذكر أشارت دراسة شهابي وشهابي & وفروزنده Shahabi, Shahabi, Foroozandeh (٢٠٢٠) إلى التسامح والشفقة بالذات والمرونة من أهم العوامل التي تؤدي إلى تحقيق التوافق بين الزوجين، بينما أشارت دراسة محمد و المالكي Mohammad & Malki (٢٠٢٠) إلى أن التوافق الزوجي يتأثر بعوامل مختلفة؛ كالمستوى الاقتصادي والتعليمي والعمر بين الزوجين، وإلى المساندة الاجتماعية بين الزوجين

ومن الجدير بالذكر أن موضوع فاعليه الحياة بمهاراتها المختلفة أمر محوريّ في التنمية البشرية الشاملة؛ إذ إن مهارات فاعلية الحياة تختص بالأمر الاجتماعي والشخصية التي تساهم في التطور الفكري والعاطفي والجسدي، ولذلك تم إعداد برامج لتنمية المهارات الحياتية في أجزاء مختلفة من العالم من قبل منظمة الصحة العالمية (Azizi, Esmali, Dehghan Manshadi, & Esmali, ٢٠١٦).

ومن جهة أخرى، أوضحت العديد من نتائج الدراسات السابقة أن فاعلية الحياة بمهاراتها المختلفة تعدّ عاملاً فعالاً في تحقيق التوافق الزوجي لدى الأزواج، وهذا ما توصلت إليه دراسات

(Samadi, & Doostkam, ٢٠٢٠ Parvin, Aminian & Rafiee, ٢٠١٤,)
٢٠١٧، Solati، كما تبين أن التدريب على مهارات الحياة يسهم وبشكل
أساسي في تحسين العلاقات بين الزوجين وحلّ النزاعات وزيادة الأنشطة
الاجتماعية والرضا والاستقرار الزوجي بشكل عام (Azizi, et al., ٢٠١٦).
مما سبق جاءت أهمية الدراسة الحالية، والتي تمثلت في الكشف عن
العلاقة بين فاعلية الحياة بمكوناتها المختلفة والتوافق الزوجي في المجتمع
السعودي.

مشكلة الدراسة: انبثقت مشكلة الدراسة الحالية من رافدين هما:

الرافد الشخصي: انطلاقاً من استقراء الواقع ومعايشة الباحث للكثير من
المشكلات الأسرية من خلال اهتمامه وعمله بالإرشاد الأسري؛ حيث يثبت
واقعا المعاش والتغيرات الاجتماعية والنفسية بما لا يدع مجالاً للشك صعوبة
تحقق التوافق الزوجي. فالتوترات في العلاقات الزوجية باتت أمراً وكأنه لا
ينتهي، وحجم مشكلة الطلاق في تزايد سواء الفعلي الظاهر (الانفصال
الجسدي) والعاطفي، وشيوع مظاهر انعدام توافق الأزواج حول كثير من
مجالات الحياة، سواء الاجتماعية أو الاقتصادية، أو العاطفية، أو الفكرية
وغيرها. وهذا ما تؤكده إحصائيات وزارة العدل من أن أعداد الصكوك
الصادرة يومياً تتراوح بين (١١٧ - ٢٩٨) صك في جميع مناطق المملكة
لتصل إلى (٧٥٠٠) صك خلال العام ١٤٤١هـ (وزارة العدل، ٢٠٢٠).

الرافد البحثي: تنبع مشكلة الدراسة الحالية من خلال ما أشار إليه أرشد
ومحمود Arshad & Mahmoud (٢٠١٤) من أن الزواج علاقة أكثر من
علاقة الحب؛ لأن الزواج فيه مشقة، وجهد، وقلق، وتعاطف، وكآبة، ومرض

وصحة. ويتألف من مكونات وتفصيلات كبيرة وصغيرة، ويتم فيه التعامل مع كافة أنواع المشكلات سواء الصغيرة منها أو الكبيرة، كما أنه لا بد من التعامل مع المصاعب والتهديدات داخل نطاق الأسرة وخارجها، والتي تتعلق بشؤون العلاقة الزوجية واستمرارها وتحدياتها على مرّ الأيام والأسابيع والشهور وسنوات الحياة الزوجية؛ وذلك لتمتع هذه العلاقة بالتوافق على المدى الطويل.

علاوة على ذلك أشار الخطابية (٢٠١٥) إلى أن الأسرة المعاصرة أصبحت تعاني العديد من التحديات والمشكلات المعقدة في ظل عصر مليء بالضغوطات في مختلف ميادين الحياة. ولعل الأمن الأسري اليوم غاية في التعقيد و التحديات التي ينبغي التصدي لها؛ لأن العمل على سلامة الأسرة ضرورة اجتماعية ماسة تتطلبها حاجات المجتمع التنموية على مختلف الصُّعد؛ ففي صلاحها وصيانتها حماية من مظاهر التفكك والتصدع صلاح المجتمع بمرمته، وركن تطوره وازدهار بناء الأسرة السليمة وديمومتها الآمنة، والذي يتطلب وجود شريكين متوافقين، ومتفهمين لمعاني الشراكة، والزواج، والأسرة، ومدركين لما تطرحه الحياة المعاصرة من متغيرات وتحولات مؤثرة مما يضمن قيام أسرة هانئة، ومتماسكة أساسها التعاون، والتكامل، والتضحية، في سبيل تحقيق الأهداف المنشودة لتلك الأسرة.

ولعل مهارات فاعلية الحياة بما فيها دافع الإنجاز، والمبادرة النشطة، والسيطرة العاطفية، والمرونة الذهنية، والثقة بالنفس، والكفاءة الاجتماعية، وقيادة المهمة في إدارة الوقت تتضح أهميتها أكثر في الحياة الزوجية لتساهم في

تحقيق التوافق الزوجي، وثمة دلائل لنتائج دراسات سابقة تؤكد أن فاعلية الحياة بمكوناتها المختلفة تعد من المقومات الجوهرية للتوافق الزوجي؛ إذ إن الأفراد الذين يتصفون بمهارات فاعلية الحياة هم أكثر قدرة على التحكم في كافة المشكلات التي تواجه الحياة الزوجية بشكل عام، والتي يواجهها الزوجين تحديداً، وأن ارتفاع مستوى فاعلية الحياة لدى الفرد يتوقف على قدرته في الاستفادة من الخبرات السابقة، فهي العامل الأساسي الذي يزيد من قدرة الفرد على إدارة حياته الزوجية بشكل يؤدي إلى التوافق ثم الرضا عن الزواج منها

(Nooripour, Dastras & Sargolzaei, 2014, Parvin, Aminian & Rafiee, 2014, Azizi, et, al, 2016, Solati, 2017 & Hosseink, hanzadeh & Yeganeh, 2013)

وعلى الرغم من أهمية فاعلية الحياة لدى الأفراد بشكل عام فإن القدر اليسير من الدراسات العربية انصب اهتمامها على دراسة علاقتها بالعديد من المتغيرات النفسية، منها الذكاء، والذكاء الوجداني، والأنشطة الرياضية، من هذه الدراسات (شرف الدين، 2013، وشمس والسكري 2008 وحماد، 2019)، ولكن لم توجد دراسة بالتصميم الحالي تناولت علاقة فاعلية الحياة بالتوافق الزوجي في حدود اطلاع الباحث على المستوى العربي.

ونظراً لأهمية التوافق الزوجي في حياة الأفراد والمجتمعات فإن الحاجة تدعو لمعرفة علاقة فاعلية الحياة بالتوافق الزوجي لدى المتزوجات في المجتمع السعودي، وتحدد مشكلة الدراسة الحالية في السؤال الرئيس الذي ينص على (ما العلاقة بين فاعلية الحياة والتوافق الزوجي لدى المتزوجات في المجتمع السعودي؟) ويتفرع عنه

تساؤلات الدراسة:

- ١) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتزوجات في كل من التوافق الزوجي وفاعلية الحياة وفقاً لسنوات الزواج؟
- ٢) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتزوجات في كل من التوافق الزوجي وفاعلية الحياة وفقاً لمستوى التعليم؟
- ٣) هل توجد علاقة بين التوافق الزوجي وفاعلية الحياة لدى المتزوجات؟
- ٤) ما مدى إسهام أبعاد فاعلية الحياة في التنبؤ بالتوافق الزوجي؟

أهمية الدراسة:

للدراسة الحالية أهمية نظرية وأخرى تطبيقية يمكن عرضها على النحو الآتي:

الأهمية النظرية:

- ١- تأتي الأهمية النظرية للدراسة الحالية من مضمونها وموضوعها؛ إذ لم تسبق هذه الدراسة - في حدود اطلاع الباحث من قبل - دراسة محلية أو عربية تناولت العلاقة بين فاعلية الحياة والتوافق الزوجي، وبخاصة أن المحافظة على استقرار الأسرة أمر يهم كافة المجتمعات.
- ٢- تكتسب الدراسة الحالية أهميتها من العينة التي سوف تجري عليها، وهي عينة من المتزوجات اللاتي يمثلن أساس بناء المجتمع في تربية جيلٍ سويٍّ نفسياً في حالة وجود أسرة تتمتع بالاستقرار الناجم من التوافق بين الزوجين.

الأهمية التطبيقية:

- ١- تمثل أهمية الدراسة الحالية فيما تخرج به من نتائج في بناء برنامج إرشادي قائم على تنمية مهارات فاعلية الحياة لتعزيز مستوى التوافق الزوجي.

٢- قد تساعد الدراسة الحالية المسؤولين والمتخصصين في برامج الإرشاد الزوجي والأسري للتخطيط للبرامج التوعوية لخفض معدلات الطلاق والمشكلات بين الزوجين.

٣- قد تسهم نتائج الدراسة الحالية في بناء برامج الإرشاد الزوجي وخاصة لدى المقبلين على الزواج.

أهداف الدراسة:

في ضوء العرض السابق؛ تهدف الدراسة الحالية إلى:

١- الكشف عن فروق ذات دلالة إحصائية بين المتزوجات في كل من التوافق الزوجي وفاعلية الحياة وفقاً لسنوات الزواج.

٢- الكشف عن فروق ذات دلالة إحصائية بين المتزوجات في كل من التوافق الزوجي وفاعلية الحياة وفقاً لمستوى التعليم.

٣- التعرف على العلاقة بين التوافق الزوجي وفاعلية الحياة لدى المتزوجات.

٤- التعرف على مدى إسهام أبعاد فاعلية الحياة في التنبؤ بالتوافق الزوجي.

مصطلحات الدراسة:

التوافق الزوجي Marital Adjustment: ويعرفه إبراهيمي (٢٠١٤، ص١٣٩): بأنه حالة نفسية واجتماعية من الرضا والانسجام والتماسك يعيشها الزوجان في كنف الأسرة، ضمن علاقات يسودها الحب والتفاهم والاستقرار والتعاون والثقة، والتواد والقدرة على مواجهة الأزمات والمشاكل، وهو كما يقيسه المقياس المستخدم من ستة أبعاد في هذه الدراسة.

فاعلية الحياة Effectiveness of Life: يعرف كوهلين (Culhana, ٢٠٠٤, p٨) فاعلية الحياة على: أنها مجموعة من المهارات هي: (المبادرة النشطة، والسيطرة العاطفية، والثقة بالنفس، والكفاءة الاجتماعية، وفاعلية الذات، والمهارات الاجتماعية التي تساعد الفرد على النجاح في جميع مجالات الحياة الشخصية والاجتماعية، والتي تقاس بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص بالدراسة الحالية.

الإطار النظري:

أولاً - فاعلية الحياة:

ظهر مصطلح فاعلية الحياة مواكباً لظهور برامج التعليم التجريبية القائمة على التعليم خارج نطاق الفصول الدراسية Educational Outdoor Programs، فقد بدأ الاهتمام بمثل هذا النوع من برامج التعليم من فترة ليست بالقصيرة؛ حيث ظلت المطالبة بتفعيل هذا النوع من التعليم القائم على الأنشطة التجريبية - وعادة ما يكون خارج الفصول الدراسية - ومقصورة على بعض الأشخاص نتيجة لخبراتهم الشخصية في هذا المجال، ولكن مع بداية الأربعينات من القرن الماضي بدأت بعض المنظمات الرسمية في الاهتمام بهذا النوع من التعليم، مثل: منظمه أوت وارد باوند Bound Outward وذلك عام ١٩٤٢ مدينه دالاس الامريكية (شمس & السكري، ٢٠٠٨). وتعدُّ فاعلية الحياة هي الأساس الوجداني والسلوكي والمعرفي للعديد من جوانب الأداء البشري، وهي التي تحدد فعالية الفرد وكفاءته في أي موقف (Sibthorp&Arthur, ٢٠٠٤).

ويعرّف مفهوم فاعلية الحياة عن "المهارات الشخصية التي تعدّ عوامل مهمة ليصبح الفرد محققاً لرغباته وأهدافه في الحياة" (Richards, et al., ٢٠٠٢).

ويعرّف سيثورب و آرثر (Sibthorp & Arthur, ٢٠٠٤, p٣٢) فاعلية الحياة على: أنها تصور الشخص لقدرته أو قدرتها بنجاح وظيفتها في الحياة. كما يعرّف نيل (Neill, ٢٠٠٧, p١) فاعلية الحياة بأنها "قدرة الشخص على التكيف والبقاء والازدهار".

أهمية فاعلية الحياة:

يحدد أياو وسعد الدين (٢٠١٠) أهمية فاعلية الحياة في أنها تساعد الفرد على التفاعل الناجح مع الحياة وتطوير أساليب معيشة الحياة من خلال التالي:

- قدرات متنوعة تشمل الجوانب النفسية والمادية والعقلية.
- تساعد الفرد على التكيف والإيجابية.
- مهمة لحل مشكلات الفرد وتحدياته.

أبعاد فاعلية الحياة:

يذكر (Sibthorp & Arthur, ٢٠٠٤) أنه يمكن حصر أبعاد فاعلية الحياة في ثمانية أبعاد هي:

دافع الإنجاز: هو الدرجة التي تدفع الفرد لتحقيق التفوق.

المبادرة النشطة: يقصد بها بذل الجهد والطاقة لإنجاز الأشياء وتحقيقها، وهي قدرة ديناميكية تظهر لدى الفرد عندما يكون نشطاً ومبادراً في مواجهة المواقف والأفكار الجديدة.

السيطرة العاطفية: يقصد بها قدرة الفرد على ضبط النفس والتحكم الذاتي والهدوء في المواقف الضاغطة، وهي أيضاً قدرة الفرد على التحكم في انفعالاته عندما يتم مواجهته بمواقف ضاغطة، ويعبر عنها بالثبات الانفعالي للفرد.

المرونة الذهنية: يقصد بها القدرة على التعامل مع التغيير والتكيف مع التغيرات التي تطرأ على حياته، وهي أيضاً الدرجة التي يستطيع الفرد أن يكيف تفكيره ويغيره ويتبنى وجهات نظر جديدة ومختلفة.

الثقة بالنفس: يقصد بها ثقة الفرد في ذاته وقدرته على تحقيق النجاح، ولا بد من توافر شعور الفرد بالنجاح والكفاح، ويدعم ذلك بمقولة: أنا أستطيع أن أفعل.

الكفاءة الاجتماعية: يقصد بها الكفاءة والفاعلية في أثناء التفاعل في المواقف الاجتماعية، ويظهر ذلك من خلال التواصل مع الآخرين في المواقف الاجتماعية ونجاحه فيها، وتعتمد على درجة الثقة الشخصية والقدرة الذاتية للفرد في التفاعلات الاجتماعية.

قيادة المهمة: يقصد بها اعتقاد الفرد في توافر القدرة على قيادة الآخرين في المواقف المختلفة، ويتم تقييم الأفراد لقدرتهم على أداء الدور القيادي عندما تكون هناك حاجة أو فرصة لذلك، فالشخص القادر على التحكم في المواقف وتحفيز الآخرين لتحقيق الأهداف وجعلهم يصلون إلى النتيجة الإنتاجية، مما يجعلهم أكثر توفيقاً وفاعلية في الحياة العامة.

إدارة الوقت: ويقصد به التخطيط الفعال والاستفادة من الوقت، ويدعم ذلك كفاءة الفرد في التخطيط لوقته وقدرته على توظيف واستغلال وقته.

إلى جانب ذلك يشير نيل (Nil, ٢٠٠٨) إلى أن فاعلية الحياة تعتمد على مجموعة من السمات الشخصية التي تساعد على قدرة الفرد على التعلم والتكيف والارتقاء، مثل: المرونة، والصلابة، والصمود النفسي؛ فضلاً عن أن هذه السمات ترتقي من خلال تفاعل الفرد مع المواقف الحياتية. وتتمثل في قدرة الفرد على التكيف والبقاء على قيد الحياة وازدهاره، وقدرته على الإنجاز.

مهارات فاعلية الحياة:

أوجزها ريتشارد وآخرون (Richards et al, ٢٠٠٢) في أربعة أنواع من المهارات هي:

المهارات الشخصية: مثل الثقة بالذات، وفاعلية الذات، وإدارة الضغوط، وتفتح الفكر.

المهارات الاجتماعية: مثل الكفاءة الاجتماعية، والعمل التعاوني، والقيادة.
المهارات التنظيمية: مثل إدارة الوقت، والتطلع إلى الجودة، ومواكبة التغيير
المهارات الحيوية: تتمثل في المشاركة النشطة والفاعلية الشاملة في جميع نواحي الحياة.

ثانياً- التوافق الزوجي:

يشير التوافق الزوجي إلى القدرة على التعامل مع الضغوط المحيطة والمحافظة على العلاقات بين الأزواج (Gavit, ٢٠١٦). كما أنه عامل بارز يتعلق بالرفاهية الشخصية للناس ونوعية الحياة، سواء بشكل متزامن أو بمرور

الوقت، ويرتبط التوافق الزوجي بالرفاهية في حياة الأفراد الأسرية وجودتها (Tânia, Rute João, Mónica & Odete, ٢٠٢٠). وقد وردت تعريفات لمفهوم التوافق الزوجي نذكر منها ما يلي:

عرّفت نجلاء فاروق (٢٠٠٩، ص ٣٨٤) التوافق الزوجي: بأنه علاقة متبادلة بين الزوجين لكل منهما تنظيمه الخاص للشخصية من حيث السمات، والإطار المرجعي الذي يحدد الاتجاهات، والميول، وأساليب المعاملة الزوجية، وبذلك تخلو الحياة الزوجية السعيدة من بعض المشكلات التي يكون حلها عن طريق المصارحة، والتفاهم، وتحويل إلى مدعم جيد ومنشط للتوافق بين الزوجين.

كما يعرفه كندريك ودرينتنا (Kendrick&Drentea, ٢٠١٦, p1): أنه "سكن الزوجين لبعضهما البعض، ويظهر ذلك في التماسك، والاتفاق، والمودة، وانخفاض الصراع.

ويعرّف بول (Paul, ٢٠١٧ p٣١) التوافق الزوجي: على أنه ذلك التوافق الذي يكون بين الزوجين في الحياة الزوجية، وتكون له أبعاد عديدة، مثل: التوافق الاقتصادي، والاجتماعي، والأقران، والأهل.

كما عرّف محمود وعبدالحليم (٢٠١٨) التوافق الزوجي: بأنه حالة من التوازن، والإشباع، والانسجام في العلاقات الزوجية التي تتحقق بتلبية الاحتياجات الاجتماعية، والسلوكية، والاقتصادية، والجنسية، والعاطفية لكل من الزوجين.

ويذكر الشواشرة ومعاوية (٢٠١٩) أن التوافق الزوجي: هو عملية مستمرة بين أفراد الأسرة؛ حيث يتفاعل بها الأفراد بالتغيير والتعديل في

سلوكياتهم للتعامل مع بيئتهم الاجتماعية؛ لإحداث التوازن بين أفراد الأسرة وبيئتهم.

ويحدد التوافق الزوجي باعتباره مفهوماً متعدد الأبعاد نوعية العلاقة، ويوصف بأنه خاصية ديناميكية، حيث يعدُّ خاصية أكثر استقراراً للزوجين باعتباره محصلة أبعاد مختلفة. أما الرضا الزوجي باعتباره مفهوماً ذا بُعدٍ واحدٍ، فهو مفهوم شخصي، ومشاعر شخصية تجاه الزواج في لحظة محددة، فهو تقييم شخصي لفرد، وبالرغم من أنه لا يسمح بالتداخل أو الخبط بينه وبين مفاهيم أخرى، إلا أنه أكثر تأثراً في علاقات الزوجين (Iafate, Bertoni & Donato, ٢٠١٤).

أهمية التوافق الزوجي:

يذكر البريكي (٢٠١٦) أن أهمية التوافق بين الزوجين يعد من أهم دعائم استقرار الأسرة وسعادتها، ويتيح لأفرادها القدرة على التغلب على الصعوبات والتحديات التي تواجهها، وارتفاع مستوى التوافق الزوجي يزيد من قدرة الزوجين على تحمل الضغوط الحياتية، مما يوفر بيئة قادرة على توظيف طاقتهم وقدراتهم للقيام بأعباء الدور المنوط بهم.

عوامل التوافق الزوجي:

الإشباع الجنسي: يمثل التوافق الزوجي في إشباع الدوافع الجنسية، فالعلاقة الجنسية من العوامل التي تقوي العلاقات بين الزوجين، وهي إما أن تكون وسيلة للحب أو وسيلة للنفور، وبالرغم من أن هذه العلاقة حتى ولو كانت

جيدة وتؤدي إلى الإشباع، فهي لا تعد شرطاً في تكوين علاقة أسرية جيدة، ولكن التفاعل بين الطرفين هو الذي يؤدي إلى إيجاد علاقة أسرية طيبة.

إنجاب الأطفال: التعاون على تكوين أسرة والرغبة في إنجاب الأطفال أمر طبيعي وضروري بين الزوجين؛ هذه حاجة ملحة لدى الزوجين لكن هذه الحاجة الفطرية البيولوجية بحاجة إلى تنظيم مواعيد إنجاب الأطفال، والتحكم في عددهم ليتناسب مع قدرات الأسرة الاقتصادية والاجتماعية والتربية وغيرها. هذه هي الحاجات الأساسية التي يعد إشباعها من أهم عوامل سعادة الزوجين وعلاقات زوجية أسرية قائمة على المودة ومستمرة.

الحب والعاطفة: لكي تكون الحياة الزوجية ناجحة ومثالية لا بد أن يسود الحب بين الزوجين في جو مليء بالحميمية. لكي تتم العملية الجنسية بنجاح يجب ألا تكون بين زوجين متنافرين، بل تربطهما رابطة الحب والألفة؛ فالحب العاطفي المتبادل بين الزوجين من الأمور التي أنعم الله سبحانه وتعالى بها على البشر وتربطهما علاقة شرعية سليمة، ويعد الحب المتبادل عاملاً مهماً ومظهراً أساسياً من مظاهر التوافق الزوجي.

التواصل الإيجابي: من أهم العوامل التي تدعم نجاح الأسرة، ويقصد بالتواصل الإيجابي: قدرة الأفراد على التعبير عن أنفسهم بكل صراحة ووضوح واحترام الآخرين بها؛ إذ يميل أفراد هذه الأسرة إلى طرح مشكلاتهم بكل صراحة ووضوح، ومحاولين الوصول إلى حلول عملية لها. ومن غير الصحي للتواصل الإيجابي أن يحاول كل فرد منهم إخفاء مشكلاته خوفاً من تأنيب الآخرين (كمهان، ٢٠١٨).

إلى جانب ما سبق يلخص الجمعان وخلف (٢٠١٨) مجموعة عوامل تساهم في تحقيق التوافق الزوجي، هي:

- **خبرات الطفولة:** خبرات الطفولة لكلا الزوجين تؤثر سلباً أو إيجاباً على توافقهما الزوجي، فالجو النفسي الأسري وعلاقة الوالدين ببعضهما وبالأخرين، وكذلك إشباع الحاجات الأساسية البيولوجية، والحاجة إلى الأمان النفسي له دور فعال في إحداث التوافق الزوجي.

- **أسلوب اختيار شريك الحياة:** كيف تم اختيار كل من الزوجين للآخر المراحل المختلفة التي مرّت بها عملية اختيار الشريك.

- **العمر عند الزواج:** كلما كان هناك نضج ورشد عمري لدى الزوجين، كلما دل ذلك على توافق زوجي واستمرارية للزواج.

- **النضج الانفعالي:** كلما كان الزوجان متمتعين بالنضج الانفعالي كلما أدى ذلك إلى درجة جيدة من التوافق الزوجي.

- **المستوى التعليمي للزوجين:** كلما كان هناك توافق وتقارب في المستوى التعليمي للزوجين، وكذلك التقارب في التخصص العلمي يساهم في التوافق الزوجي.

- **المعاملة الزوجية:** تعد أساليب المعاملة الزوجية الراقية، ومرونة العلاقات الزوجية، ومراعاة المشاعر أحد الدعائم للتكيف بين الزوجين مما يؤدي إلى توافق زوجي صحي لكلا الزوجين.

بعض النظريات المفسرة للتوافق الزوجي:

-نظرية إدراك الآخر: تشير هذه النظرية إلى أن إدراك أي من الزوجين لشريك حياته سيترتب عليه استجابة له في المواقف الحياتية المختلفة وفقاً لإدراكه وتصوراته، وفي ضوء ذلك ينعكس أثره على التوافق الزوجي المبني على الإدراك الإيجابي (مرسى، ٢٠٠٨).

نظرية التبادل: ترى هذه النظرية أن عملية التفاعل بين الزوجين لا يخلو من تبادل المنافع، فالزوجان يشعران بالمودة والحب والتعاون والتمسك عندما يجد كل منهما نفسه راجحاً في العلاقة الزوجية (العبد، ٢٠٠٨).

نظرية الحاجات التكميلية: ترى هذه النظرية أن الشخص يبحث عن شريك حياته ليكمل شخصيته، والتكامل هو الحافز والدافع القوي للزواج لديه، وأن الشخص الذي يوجد لديه عدم إشباع أو نقص في بعض الحاجات النفسية يميل إلى الارتباط بمن يستطيع أن يكمل هذا النقص، مثل الحاجة إلى العطف والحب والرومانسية والرعاية والحماية والسيطرة (مكي، ٢٠٠٦).

نظرية الأدوار: ترى نظرية الأدوار أن أداء الأزواج يتأثر بشخصية كل منهما، ومفهومه عن نفسه، وتصوره لدوره، وفهمه لما هو متوقع منه ومن شريك حياته، وهذا الدور متعلم ومكتسب من خلال التنشئة الاجتماعية، وما اكتسبه الفرد من خبرات، ونماذج وما لديه من معلومات عن واجبات وحقوق الدور المتضمن في الحياة الزوجية، وقد يتأثر أداء الدور لأحد الزوجين بسبب عدم الرغبة في ممارسة الدور، أو الجهل بواجبات وحقوق الدور، أو

الاضطراب الانفعالي وسرعة الغضب، أو عدم القدرة على تحمل المسؤولية (مكي، ٢٠٠٦).

الدراسات السابقة بناء على مراجعة التراث البحثي المتعلق بالموضوع الحالي سوف يتم عرض الدراسات السابقة في ضوء ثلاث فئات كما يلي:

الفئة الأولى: دراسات تناولت فاعلية الحياة:

استهدفت دراسة دورتي Dougherty, (٢٠٠٥) التعرف على التغييرات في فاعلية الحياة بعد المشاركة ببعض الأنشطة الخارجية، ومدى تأثير اشتراك المرأة في ورش عمل مدّة ثلاثة أيام؛ وذلك لتعلّم المهارات الأساسية المرتبطة بالصيد البرّي وصيد الأسماك والمعسكرات، ويلي ذلك التعرض لمجموعة من خبرات التحديّ وخبرات النموّ الجديدة، من خلال مجموعة من الأنشطة المتضمنة للمشاركة والتعاون، مثل عمل الحبال والسلاسل، والسباحة، وقطع الأشجار؛ وذلك لتحديد تأثير هذه الخبرات في فاعلية الحياة لدى مجموعة من النساء، وتكونت عينة الدراسة من (٨٥) من النساء تتراوح أعمارهنّ بين (٤٠-٥٠) عامًا، أبدت (٢٠) منهنّ الرغبة في الانضمام إلى برنامج مهارات التحديّ مدّة أسبوعين بعد الانتهاء من ورش العمل، وهذه هي المجموعة التجريبية. أمّا باقي المشاركات فهي المجموعة الضابطة، وتكوّنت من (٦٥) مشاركة من إجمالي عينة الدراسة، واللاقي حضرن ورش العمل فقط. حيث تم تطبيق مقياس فاعلية الحياة الذي أعدّه نيل Neill (١٩٩٧م) على أفراد عينة الدراسة، وتوصلت الدراسة إلى أنّ تأثير برنامج مهارات التحديّ المتضمن في

الدراسة كان إيجابياً على مستوى فاعلية الحياة لدى نساء المجموعة التجريبية، وذلك بالمقارنة بنساء المجموعة الضابطة اللاتي لم يشتركن فيه.

كما أن دراسة شمس و السكري (٢٠٠٨) هدفت إلى التعرف على الفروق في فاعلية الحياة نتيجة اختلاف كل من العمر والنوع والذكاء الوجداني، وتكوّنت عيّنة الدراسة من (٢٦٦) طالب وطالبة (٧٣ من الذكور، ١٩٣ من الإناث) من طلبة الدبلوم المهني بكلية التربية، جامعة المنوفية، واستخدم الباحثان مقياس فاعلية الحياة الذي أعدّه ريتشارد وآخرون (Richards et al, ٢٠٠٢)، وترجمه الباحثان (شمس & السكري، ٢٠٠٨) وعرّباه، ومقياس الذكاء الوجداني من ترجمة وتعريب: عبد العال عوجة (٢٠٠٣)، ومقياس الاستبصار الاجتماعي من ترجمة وتعريب: شمس (٢٠٠٦). وتوصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في درجات فاعلية الحياة والذكاء الوجداني والاستبصار الاجتماعي بين الجنسين، بغض النظر عن العمر والنوع، كذلك توجد فروق دالة إحصائية في درجات فاعلية الحياة بين الطلاب مرتفعي الذكاء الوجداني والطلاب منخفضي الذكاء الوجداني، لصالح مرتفعي الذكاء الوجداني، بغض النظر عن العمر والنوع والاستبصار الاجتماعي، وكذلك توجد فروق دالة إحصائية في درجات فاعلية الحياة بين الطلاب مرتفعي الذكاء الوجداني والطلاب منخفضي الذكاء الوجداني على مقياس الاستبصار الاجتماعي، بغض النظر عن النوع والعمر، ووجود أثر للتفاعل الثنائي بين كل من الجنس والذكاء الوجداني، وعدم وجود أثر لباقي التفاعلات الثانوية في درجات فاعلية الحياة، كما يوجد

أثر للتفاعلات الثلاثية بين كلٍّ من الذكاء الوجداني والجنس والسن، والتفاعل بين الجنس والذكاء الوجداني والاستبصار الاجتماعي، كما استنتج أنه يمكن التنبؤ بفاعلية الحياة من خلال الذكاء الوجداني والاستبصار الاجتماعي.

وقام شرف الدين (٢٠١٣) بدراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين فاعلية الحياة وعدد من المتغيرات النفسية. وهي الإنجاز الأكاديمي والذكاء الوجداني والضغط النفسية والسعادة، كما هدفت إلى إجراء التحليل العملي لمتغيرات البحث، وتكوّنت عيّنة الدراسة من (٢١٧) طالب وطالبة من طلاب الفرقة الثالثة بكلية التربية، واستخدمت استبانة فاعلية الحياة من ترجمة الباحثة وتعريبها، واختبار الفصل الدراسي الثاني ومقياس الذكاء الوجداني من إعداد عبد المنعم الدردير، ومقياس الضغوط النفسية من إعداد بشير الحجّار ونبيل دخان، ومقياس السعادة من إعداد الباحثة، وتوصلت الدراسة إلى أن توزيع متغيرات البحث على عاملين، هما: فاعلية الحياة، ومواجهة الضغوط النفسية، وعن وجود علاقة دالة إحصائية بين درجات الطلاب على استبانة فاعلية الحياة ودرجاتهم في الفصل الدراسي الثاني، ووجود علاقة دالة إحصائية بين درجات الطلاب في استبانة فاعلية الحياة ودرجاتهم على مقياس الذكاء الوجداني، ووجود علاقة سالبة دالة إحصائية بين درجات الطلاب في استبانة فاعلية الحياة ودرجاتهم على مقياس الضغوط النفسية، ووجود علاقة دالة إحصائية بين درجات الطلاب في استبانة فاعلية الحياة ودرجاتهم على مقياس السعادة.

استهدفت دراسة حماد (٢٠١٩) الكشف عن مدى الفروق في فاعلية الحياة لدى طلاب المرحلة الثانوية الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي المقارن؛ لبيان الفروق بين المجموعات المتمثلة في عينة الدراسة، وقد طبق الباحث مقياس فاعلية الحياة من إعداد (Neill, ٢٠٠٢) على عينة الدراسة، والتي بلغت (٣٠٠) طالبٍ من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة القاهرة، وتفصيل العينة من حيث ممارسة الأنشطة الرياضية (١٣٢ من الممارسين - ١٨٦ غير ممارسين). وفيما يتعلق بنوعية النشاط (٧٥ لعبة فردية-٥٧ لعبة جماعية)، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق في متوسطات درجات أفراد العينة على الدرجة الكلية لمقياس فاعلية الحياة وجميع الأبعاد لصالح الممارسين للرياضة ما عدا بُعد تفتح الفكر، وجاء بُعد وجهة الضبط الخارجية لصالح غير الممارسين للرياضة ، وجاءت الفروق لصالح مجموعة ممارسي الألعاب الجماعية في الدرجة الكلية لمقياس فاعلية الحياة وأبعاده التالية (المشاركة النشطة- تفتح الفكر- الفاعلية الاجتماعية- التعامل مع الفريق- القيادة- التعامل مع التغيرات الحياتية- وجهة الضبط الخارجية- الفاعلية الكلية). كما جاءت الفروق لصالح مجموعة ممارسي الألعاب الفردية في الأبعاد التالية لمقياس فاعلية الحياة (الثقة في الذات- فاعلية الذات- البحث عن الجودة- وجهة الضبط الداخلية).

الفئة الثانية: دراسات تناولت التوافق الزوجي:

هدفت دراسة فريئة (٢٠١١) إلى التعرف على الاتجاه نحو الالتزام الديني وعلاقته بالتوافق الزوجي لدى عينة من الأزواج قوامها (٣٠٠) زوج وزوجة. واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي والارتباطي، وتم تطبيق مقياس الاتجاه نحو الالتزام الديني (الصنيع ، ٢٠٠٢)، ومقياس التوافق الزوجي (الدعة، ٢٠٠٤). وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين درجات الالتزام الديني وبين التوافق الزوجي في الأبعاد التالية (الاستقرار الزوجي - العلاقات الزوجية-تحمل المسؤولية-التعامل مع الأبناء والآباء) لدى أفراد العينة، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الالتزام الديني وبين أبعاد التوافق الزوجي التالية (المعاملات الإنسانية - النضج الانفعالي العاطفي - الرضا والسعادة الزوجية - الخلافات الزوجية) لدى عينة الدراسة.

كما هدفت دراسة خلاصي (٢٠١٥) للتعرف على اتجاهات الأزواج نحو التوافق الزوجي، وتكونت عينة الدراسة من (١١٩) زوج وزوجة، وأسفرت الدراسة عن تمتع أفراد العينة بالتوافق الزوجي، والرضا عن الحياة الزوجية، وتتوافر لدى أفراد العينة اتجاهات إيجابية نحو أبعاد التوافق الزوجي المتضمنة في مقياس التوافق الزوجي المستخدم في الدراسة وهي: الرضا العام عن الزواج، والتواصل الوجداني، التواصل لحل المشكلات، الحياة الجنسية الأدوار داخل الأسرة، الجوانب المادية، العلاقة مع الأهل، تربية الأبناء.

كما قام الخطايبية (٢٠١٥) بدراسة استهدفت التعرف على مقومات الحياة الزوجية لدى الأزواج العاملين في المدارس الحكومية بشمال الأردن، في ضوء عدد من المتغيرات الاجتماعية. وتكونت عينة البحث من (٣٨٨) زوج وزوجة، تم اختيارهم بصورة قصدية، وتم تطبيق مقياس تكون من (١٧) بعداً، وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى التوافق الزوجي لدى الذكور أعلى من الإناث، وضعف رضا الأزواج عن أداء زوجاتهم لأبعاد التوافق الزوجي، وكان ترتيب أبعاد التوافق لدى عينة الدراسة كالتالي: المحافظة على الرومانسية والحفاظ على الجمال، والالتزام بالسلوكيات الدينية، وحرص الأزواج على أمن العلاقات فيما بينهم، وعدم الضعف أمام تحديات المشكلات، وعدم تدخل الآخرين في حل المشكلات، والتوافق الفكري والعلمي، ولم تظهر نتائج الدراسة أي فروق ترجع إلى حجم الأسرة أو مكان الإقامة، ووجود فروق في التوافق الزوجي لصالح المؤهل الأعلى (ماجستير فأعلى)، وذوي الدخل المرتفع.

كما قام البريكي (٢٠١٦) بدراسة استهدفت التعرف على أهمية التوافق بين الزوجين وأثره في تماسك الأسرة واستقرارها، وهذا يجعل أفراد الأسرة يلتقون على أرضية مشتركة من المبادئ والقواعد التي تنطلق من تعاليم الإسلام، واستخدمت الدراسة المنهج الاستقرائي (استقراء نصوص القرآن الكريم والسنة المطهرة المرتبطة بالتوافق الزوجي)، ثم المنهج التحليلي (تحليل النصوص وتفسيرها)، ثم المنهج الاستنباطي (لاستنباط الدلالات والتوجهات التربوية المستمدة من النصوص وتطبيقاتها). توصلت الدراسة إلى اهتمام

الشرع الحنيف بأهمية التوافق الزوجي لما له من أهمية بالغة في توثيق العلاقة بين الزوجين، وتقوية روابط المحبة بينهما، مما يحقق درجة كبيرة من تماسك الأسرة واستقرارها، والذي يساهم في الحد من الظواهر والمواقف التي تهدد كيان الأسرة.

ولقد قام المناحي (٢٠١٧) بدراسة استهدفت التعرف على فاعلية برنامج إرشادي قائم على العلاج العقلاني الانفعالي لتعديل الأفكار غير العقلانية، والتعرف على تأثير ذلك على التوافق الزوجي، وتكونت عينة الدراسة من (٢٢) زوجاً وزوجة من مدينة الرياض، وتراوحت الأعمار للعينة من ٢٧-٤٦ سنة. حيث تم تقسيمهم إلى مجموعة ضابطة وتجريبية، وتم تطبيق مقياس الأفكار اللاعقلانية والتوافق الزوجي على مجموعتي الدراسة تطبيق (قبلي / بعدي). وتم تطبيق البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية، وتوصلت الدراسة الى فاعلية البرنامج الإرشادي موضع الدراسة في الحد من الأفكار غير العقلانية مما كان له الأثر الإيجابي في تحسين التوافق الزوجي.

واستهدفت دراسة الجمعان وخلف (٢٠١٨) التعرف على العلاقة الارتباطية بين التوافق الزوجي وإدراك الزوجة للمسؤوليات الأسرية، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) زوجة، منهن (١٥٠) زوجة موظفة، و(٥٠) زوجة ربة منزل. وتم تطبيق مقياس التوافق الزوجي للعادلي (٢٠١٢)، ومقياس إدراك الزوجة للمسؤوليات الأسرية من إعداد الباحثين، وتوصلت الدراسة إلى تمتع عينة البحث بدرجة جيدة من التوافق الزوجي. ووجدت الدراسة

فروفاً في التوافق الزوجي بين الزوجات الموظفات والزوجات ربات المنازل لصالح الموظفات، كما توجد علاقة ارتباطية موجبة بين التوافق الزوجي وإدراك مسؤوليات الزوجة للمسؤوليات الأسرية.

وهدفت دراسة الإبراهيمي (٢٠١٨) إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين التعبير العاطفي والتوافق الزوجي لدى النساء الأردنيات في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، وتكونت عينة الدراسة من (٨٠) امرأة أردنية، وتم تطبيق مقياسي التعبير العاطفي والتوافق الزوجي من إعداد الباحثة. وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى التعبير العاطفي والتوافق الزوجي مرتفع لدى عينة الدراسة من وجهة نظرهن، وكذلك لا توجد فروق دالة إحصائية في استجابات عينة الدراسة على مقياسي التعبير العاطفي والتوافق الزوجي في ضوء المتغيرات الديموغرافية (السن، عدد سنوات الزواج، عدد الأبناء، مستوى الدخل الشهري).

وقام عبد الحفيظ (٢٠١٨) بدراسة استهدفت كشف العلاقة الارتباطية بين الصحة النفسية وسوء التوافق الزوجي لدى الزوجة المعنفة في المجتمع الجزائري، وتكونت عينة الدراسة من (٦٠) زوجة معنفة، وتم تطبيق مقياس التوافق الزوجي ومقياس العنف الزوجي ومقياس الأعراض المرضية، وتوصلت الدراسة إلى أن العنف النفسي الناتج عن العنف الزوجي هو أكثر انتشاراً لدى عينة الدراسة، والقلق حول الصحة وتوهم المرض أكثر انتشاراً للأعراض المرضية لدى عينة الدراسة، وأن البعد النفسي أكثر ارتباطاً بسوء التوافق الزوجي.

واستهدفت دراسة عواودة (٢٠١٩) التعرف على العلاقة الارتباطية بين المهارات الزوجية والرضا الزوجي لدى المتزوجات حديثاً في محافظة رام الله والبيرة، وتكون مجتمع الدراسة من (١٠٠٦٥) متزوجة حديثاً، تم اختيار عينة منهم بطريقة العينة الطبقية العشوائية وعددها (٣٧٠) متزوجة حديثاً. وتم تطبيق مقياسي المهارات الزوجية والرضا الزوجي، وتوصلت الدراسة إلى ارتفاع الدرجة الكلية للمهارات الزوجية لدى عينة البحث. عدم وجود فروق دالة إحصائية على مقياس المهارات الزوجية في ضوء متغير العمل، ووجود فروق في ضوء متغير العمر لصالح الأكبر عمراً، والمستوى التعليمي الأعلى، ونفس النتائج السابقة ينطبق على مقياس التوافق الزوجي. كما أظهرت النتائج أيضاً وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين المهارات الزوجية والرضا الزوجي.

وفي دراسة قام بها كل من عرار و عبدالله (٢٠٢٠) استهدفت التعرف على درجة التوافق الزوجي لدى المتزوجين والمنفصلين في مدينتي القدس والخليل في فلسطين في ضوء المتغيرات الديموغرافية، وهدفت كذلك إلى الكشف عن أكثر الطرق انتشاراً لاختيار شريك الحياة لدى الزوجين (أفراد العينة)، والتعرف على أكثر المتغيرات التي لها القدرة التنبؤية بالتوافق الزوجي لدى أفراد العينة، وتكونت عينة الدراسة من (٢٩٣) زوج وزوجة، وأعدَّ الباحثان مقياساً للتوافق الزوجي وتم تطبيقه على عينة الدراسة، وتوصلت الدراسة إلى أن الدرجة الكلية للتوافق الزوجي لدى عينة الدراسة جاءت

بصورة متوسطة، وأكثر المتغيرات تنبؤاً بالتوافق الزوجي أو عدمه هو عدد مرات الزواج، ثم المستوى التعليمي للزوجة، ثم ملكية بيت الزوجية.

الفئة الثالثة: دراسات تناولت العلاقة بين فاعلية الحياة والتوافق الزوجي:

هدفت دراسة نوريبور وأبش Nooripour & Apsche (٢٠١٣) إلى تقييم آثار التدريب على مهارات فاعلية الحياة على التوافق الزوجي. حيث اتبعت هذه الدراسة المنهج التجريبي وتصميم البحث هو الاختبار القبلي - البعدي مع المجموعة الضابطة والتجريبية، اشتمل مجتمع العينة على ٤٠ فرداً (٢٠ فرداً للمجموعة التجريبية و ٢٠ فرداً للمجموعة الضابطة)، وتم تنفيذ برنامج تدريب مهارات فاعلية الحياة في ٨ جلسات للمجموعة التجريبية، وتم استخدام مقياس إثراء الرضا الزوجي (شكل قصير) كأداة بحث. وأشارت النتائج إلى أن التدريب على مهارات فاعلية الحياة فعال في تحسين التوافق الزوجي.

أما دراسة كل من نوريبور، داستراس، وسارجولزي Nooripour, (Dastras, & Sargolzai ٢٠١٣) فكانت محاولة لتحديد أثر التدريب في مهارات فاعلية الحياة في تعزيز احترام الذات والتوافق الزوجي بين المدمنين في فترة العلاج. تم اختيار ١٢ مدمناً جميعهم من الذكور، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين، منهما ٦ أفراد ضمن مجموعة تجريبية، ومجموعة أخرى من ٦ أفراد بوصفها مجموعة ضابطة. وتم إعطاء استبيانات تقدير روزنبرغ Rosenberg للذات ومقياس التوافق الزوجي، وتم إجراء عشر دورات تدريبية في شكل ورش عمل للأسئلة والأجوبة، ولعب الأدوار من قبل مدربين ذوي خبرة، كما

استعدت المجموعة الضابطة للتدريب، وعند الانتهاء من التدريب خضعت كلتا المجموعتين للاختبار البعدي. وأظهرت النتائج أن التدريب على مهارات فاعلية الحياة أدى إلى تحسن احترام الذات والتوافق الزوجي للمدمنين في فترة العلاج.

كما هدفت دراسة نعيم ورضائي Naeim, & Rezaei (٢٠١٦) إلى التحقق من فاعلية برنامج إرشادي قائم على تنمية مهارات فاعلية الحياة على تنمية التوافق الزوجي للمرأة وللوقاية من العنف المنزلي. الطريقة: كانت هذه دراسة شبه تجريبية مع الاختبار القبلي والبعدي. واشتمل التصميم الذي تم إجراؤه على ٩٤ امرأة بدعم من لجنة إغاثة الإمام الخميني في أردبيل، إيران، في عام ٢٠١٥. وتم اختيار الموضوعات بشكل عشوائي، وتضمنت أدوات جمع البيانات الديموغرافية واستبيانات روزنبرغ Rosenberg لتقدير الذات. وتم تصميم التدخل التربوي على شكل ثلاث جلسات تعليمية مدة كل منها ١٢٠ دقيقة. وبعد ٤٥ يومًا من التدخل، تم إجراء الاختبار الثاني. التمويل: قبل التدخل، كان متوسط درجة التكيف الزوجي ٥,٢٩ والذي زاد بشكل كبير إلى ٦,٦٤ بعد التدخل ($P < 0,001$). وأظهر تحليل الانحدار الخطي علاقة معنوية بين التدريب على المهارات الحياتية والتكيف الزوجي بعد البرنامج التعليمي. توجد علاقة معنوية بين مستوى العنف قبل التدخل وبعده ($P < 0,001$) النتائج: تعليم مهارات فاعلية الحياة في زيادة التوافق الزوجي والحد من العنف ضد الزوجة.

تعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال الرجوع إلى الدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع الدراسة الحالية نجد أن فاعلية الحياة لها تأثير مباشر على الأداء النفسي للفرد بشكل عام، وعلى توافقه الزوجي بشكل خاص، رغم أن هذه الدراسات لم تتطرق بشكل مباشر إلى العلاقة بين فاعلية الحياة والتوافق الزوجي؛ إلا أن الدراسات بالفئة الثالثة وضحت ذلك من خلال تناولها لبرامج ومهارات فاعلية لتنمية التوافق الزوجي، ومن الملاحظ أن الدراسات بالفئة الأولى التي تناولت فاعلية الحياة، أجريت على عينات من طلاب الجامعة إلى جانب تلك الدراسات بالفئة الثانية عند دراستها للتوافق الزوجي أجريت معظمها على عينات من مختلف البلدان العربية فيما عدا دراسة مناحي (٢٠١٧) أجريت على البيئة السعودية.

الدراسات السابقة لم تتطرق بشكل مباشر إلى دراسة العلاقة بين فاعلية الحياة والتوافق الزوجي سواء على المستوى العربي والمحلي في حدود اطلاع الباحث. وثمة غياب تامٍّ لأيِّ مقارنات على أساس المتغيرات الديموغرافية. مما سبق تقتضي الضرورة إجراء دراسة تستهدف الكشف عن العلاقة بين فاعلية الحياة والتوافق الزوجي، فضلاً عن التعرف على دور فاعلية الحياة في التنبؤ بالتوافق الزوجي في البيئة العربية وعلى الأخصّ في المجتمع السعودي.

فروض الدراسة:

في ضوء ما سبق يمكن صياغة فروض الدراسة على النحو الآتي:

- ١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية الحياة بين المتزوجات تعزى لسنوات الزواج.
- ٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الزوجي بين المتزوجات تعزى لسنوات الزواج.
- ٣- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التوافق الزوجي وفاعلية الحياة لدى المتزوجات.
- ٤- تسهم فاعلية الحياة بأبعادها المختلفة في التنبؤ بالتوافق الزوجي لدى المتزوجات.

المنهج والإجراءات:

تعتمد الدراسة الراهنة على المنهج الوصفي الارتباطي المقارن لدراسة العلاقة بين التوافق الزوجي وفاعلية الحياة. وكذلك المقارنة بين المتزوجات حسب سنوات الزواج في كل من التوافق الزوجي وفاعلية الحياة. وفيما يلي عرض الإجراءات المنهجية التالية التي اتبعتها الباحثة للتحقق من فروض الدراسة الراهنة:

أولاً- عينة الدراسة: وتشتمل الدراسة على عينة استطلاعية وأخرى أساسية وهما كما يلي:

أ- عينة استطلاعية:

تكونت من (٥٠) سيدهً من شرائح مختلفة من النساء المتزوجات تراوحت أعمارهن بين (٣٠ و ٤٥) سنة متوسط أعمارهن (٣٥,٥) سنة بانحراف معياري (٥,٤) سنة، منهن (٢٣) من معلمات مدراس الثانوية والمتوسطة، و(٢٧) من الموظفات. وقد طُبّق على أفراد العينة الاستطلاعية مقياسي الدراسة عبر رابط نماذج جوجل فورم Google Forms نشر على الإنترنت.

العينة الأساسية:

تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) سيدهٍ يقطنّ مدن الرياض، ومكة، والطائف، ونجران، وجازان. وتراوحت أعمارهن بين (٣٠ و ٤٩) عاماً بمتوسط عمري قدره (٣٤) سنة، بانحراف معياري (٤,١١) سنة. عينة الدراسة اشتملت على عدد من المعلمات، وربات البيوت، والإداريات في مختلف المؤسسات الحكومية. وجدول (١) يوضح خصائص العينة الأساسية

جدول (١) يوضح العينة الأساسية للدراسة من حيث عدد الأطفال وسنوات الزواج والمستوى التعليمي (ن=١٠٠)

بيانات العينة	أقل من المتوسط		متوسط		جامعي		فوق جامعي	
	عدد	%	عدد	%	عدد	%	عدد	%
المستوى التعليمي	٣	٣%	٢٣	٢٣%	٤٩	٤٩%	٢٥	٢٥%
سنوات الزواج	أقل من سنتين		من ٣ إلى ٥ سنوات		٦ إلى ١٠ سنوات		أكثر من ١٠ سنوات	
	عدد	%	عدد	%	عدد	%	عدد	%
	٧	٧%	٩	٩%	١٦	١٦%	٦٨	٦٨%
عدد الأبناء	لا يوجد أطفال		طفل واحد		طفلان		٣ أطفال	
	عدد	%	عدد	%	عدد	%	عدد	%
	١٤	١٤%	١٨	١٨%	٢١	٢١%	١٨	١٨%
	٤٥	٤٥%	٤٥	٤٥%	٤٥	٤٥%	٤٥	٤٥%

يشير الجدول (١) السابق إلى ارتفاع مستوى تعليم العينة، فضلاً عن ارتفاع سنوات الزواج وعدد الأطفال.

ج- أدوات الدراسة: مقياس فاعلية الحياة:

استخدمت الدراسة الصيغة العربية من مقياس فاعلية الحياة الذي أعده - في الأصل - ريتشارد وآخرون (٢٠٠٢)، Richards, et al.، وقام بترجمته وتقنينه شمس والسكري (٢٠٠٨) على البيئة المصرية، وهو مقياس يعطى تقديراً كمياً لمدة فاعلية الحياة، ويتكون المقياس من ٤٥ عبارة موزعة على (١٥) بعداً فرعياً، وتقيس هذه العبارات (الثقة في الذات، وفاعلية الذات، وإدارة الضغوط، وتفتح الفكر، والفاعلية الجماعية، والتعاون مع الفريق، والقيادة والفاعلية في استخدام الوقت، والبحث عن الجودة، والتعامل مع التغييرات الحياتية، ووجهة الضبط الداخلي، ووجهة الضبط الخارجي، والفاعلية الكلية، والمشاركة النشطة، كل العبارات إيجابية ما عدا رقم (٩) سلبية، ويكون تصحيحها كالتالي:

(تنطبق تماماً ٥ درجات - تنطبق ٤ درجات - تنطبق الى حدّ ما ٣ درجات - لا تنطبق درجتان - لا تنطبق تماماً درجة واحدة). والعبارة (٩) السلبية تكون كالتالي: (تنطبق تماماً درجة واحدة - تنطبق درجتان - تنطبق الى حدّ ما ٣ درجات - لا تنطبق ٤ درجات - لا تنطبق تماماً ٥ درجات). ويتمتع المقياس بخصائص السيكمترية جيدة من حيث الصدق والثبات من قبل ريتشارد وآخرين (٢٠٠٢)، Richards, et al. في صورته الأصلية، وفي الصورة المعرّبة. وقامت شمس و السكري (٢٠٠٨) بحساب الصدق العاملي، وكانت

نتائج التحليل أن المقياس يتكون من (١٤) بُعداً فرعياً، وقد تراوحت تشبعات العوامل أو الأبعاد تتراوح ما بين (٠,٦٧) ما بين ٠,٩٠، مما يدل على أن المقياس صادق، أما في الثبات فقد تمّ حساب ثبات المقياس من خلال إعادة التطبيق على عينة التقنين بعد ٢١ يوماً من التطبيق الأول وكان معامل الثبات.

التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية:

قام الباحث بالتحقق من ثبات المقياس وصدقه وصلاحيته استخدامه بالدراسة الحالية.

صدق المقياس: تم التحقق من صدق المقياس في الدراسة الحالية من خلال طريقتين هما:

طريقة المحكمين: عرض الباحث الاختبار في صورته الأولية على عدد (١١) من أساتذة الجامعة المتخصصين في علم النفس بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية وعدد من الجامعات الأخرى عبر البريد الإلكتروني، وذلك لمعرفة سلامة البنود وانتمائها للمجال الذي يقيسه الاختبار، وبعد أخذ الباحث بملاحظات المحكمين من حيث التعاريف الإجرائية وصياغة بعض البنود، تمّ حذف عدد (٣) بنود ليصبح المقياس ٤٢ بنوداً، وقد تمّ حساب معامل الاتفاق (بين المحكمين) فطبّق معادلة كوبر Cooper، عام ١٩٧٤ لحساب نسبة الاتفاق (الوكيل والمفتى، ٢٠٠٧). وبعد تطبيق المعادلة على التقديرات الكمية لبنود الاختبارات الثلاثة، وجد الباحث أن نسب الاتفاق بين

المحكمين بلغت (٨٠٪ إلى ٩٥٪) على ٤٢ بنداً، مما يعدُّ مؤشراً لصدق المضمون اختبارات الدراسة الحالية.

صدق الاتساق الداخلي: تمَّ حساب التجانس الداخلي أو الاتساق الداخلي للمقياس على العينة الاستطلاعية (ن=٥٠) التي سبق ذكرها عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة البند والدرجة الكلية لمكونه الفرعي، ومعاملات الارتباط البينية للمقاييس الفرعية، وكذلك معامل ارتباط كل مقياس فرعي بالمجموع الكلي للمقياس والجدول التالي يعرض ذلك.

جدول (٢): معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد الفرعي والبنود التي تنتمي

إليه، وبين الدرجة الكلية لمقياس فاعلية الحياة (n=٥٠)

رقم البنود	الارتباط بين المشاركة النشطة	أرقام البنود	قيم الارتباط	رقم البنود	الارتباط بين فاعلية الذات	أرقام البنود	قيم الارتباط	رقم البنود	الارتباط بين بعد تفكير
٨	**٠,٥١	٥	**٠,٤٩	١٣	**٠,٥١	٣	٠,٥٧	٦	**٠,٦٥
٢٠	**٠,٥٨	١٠	**٠,٤٦	٣٧	**٠,٤٧	١٨	**٠,٥٩	٢٢	**٠,٤٩
٢٥	**٠,٥١	٢١	**٠,٥١	٣٩	**٠,٦٠	٢٧	**٠,٦١	٣٣	**٠,٦١
رقم البنود	الارتباط بين الفاعلية الاجتماعية	أرقام البنود	قيم الارتباط	رقم البنود	الارتباط بين القيادة	أرقام البنود	قيم الارتباط	رقم البنود	الارتباط بين البحث عن الجودة
١١	**٠,٥١	٢	**٠,٧٠	٤	**٠,٥٦	١	**٠,٦٨	٢٣	٠
٢٦	**٠,٥٤	١٦	**٠,٥٨	١٩	**٠,٣٠	١٤	**٠,٥١		
٤٠	**٠,٥٦	٣١	**٠,٥٦			٢٨	**٠,٥٨		
رقم البنود	الارتباط بين التغيرات الحياتية	أرقام البنود	قيم الارتباط	رقم البنود	الارتباط بين الضبط الداخلي	أرقام البنود	قيم الارتباط	رقم البنود	الارتباط بين الكلية
١٢	**٠,٧٠	٤٢	**٠,٦٥	٧	**٠,٤٤	١٧	**٠,٣٤		
١٥	**٠,٥١	٢٥	**٠,٥٥	٩	**٠,٦٧	٢٩	**٠,٤٥		
٣٠	**٠,٦٠			٣٦	**٠,٤٥	٣٨	**٠,٣٣		

يوضح جدول (٢) أن جميع معاملات الارتباط بين كل البنود ومكوناتها الفرعية جاءت دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٠١) ومستوى (٠,٠٥)، مما يشير إلى اتساق البناء الداخلي للمقياس.

ثبات المقياس: حُسب ثبات المقياس بالدراسة الحالية بطريقتين هما: معامل ألفا ومعامل ثبات التجزئة النصفية.

جدول (٣) معاملات ثبات مقياس فاعلية الحياة (ن=٥٠)

معامل ثبات ألفا	مقياس فاعلية الحياة	التجزئة النصفية	معامل ثبات ألفا	مقياس فاعلية الحياة
٠,٩١	الفاعلية في استخدام الوقت	٠,٧٦	٠,٧٢	المشاركة النشطة
٠,٨٦	البحث عن الجودة	٠,٨٨	٠,٧٠	الثقة في الذات
٠,٩٤	التعامل مع التغيرات الحياتية	٠,٦٧	٠,٧٧	فاعلية الذات
٠,٩١	وجهة الضبط الداخلية	٠,٩٢	٠,٧٠	إدارة الضغوط
٠,٨٢	وجهة الضبط الخارجية	٠,٨٩	٠,٨٠	تفتح الفكر
٠,٨٧	لقيادة	٠,٩١	٠,٧٨	الفاعلية الاجتماعية
		٠,٩١	٠,٨١	التعامل مع الفريق

يوضح جدول (٣) نتائج معاملات ثبات المقياس في الدراسة الحالية، وقد تبين من الجدول السابق أن معاملات الثبات مرضية بالطريقتين (ألفا- تجزئة النصفية)، حيث تراوحت قيم ثبات التجزئة النصفية من (٠,٦٨) إلى (٠,٩٤) وقيم ثبات التجزئة النصفية من (٠,٦٧) إلى (٠,٩٤).

مقياس التوافق الزوجي:

من إعداد إيمان الدعة (٢٠٠٢)، ويتكون المقياس من ٥٦ فقرة، منها (١١) فقرة سالبة و(٤٥) فقرة إيجابية.

ويتضمن أبعاد (المعاملة الإنسانية، وتحمل المسؤولية، والخلافات الزوجية و التوافق الجنسي، و النضج الانفعالي العاطفي، و الرضا والسعادة الزوجية). ويتمتع المقياس بالصدق والثبات، وقد تأكدت معدة المقياس من صدقه وثباته على عينة فلسطينية بعدة طرق، فقد تأكدت من صدق المقياس بثلاثة طرق هي: الصدق بطريقة المقارنة الطرفية، وتم التوصل إلى إيجاد فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين الطرفيتين على المقياس، والصدق بطريقة الاتساق الداخلي: تم التأكد من مدى ارتباط كلِّ بندٍ بالدرجة الكلية لمقياس التوافق الزوجي، وقد تراوحت معاملات الارتباط من (٠,٧٠ الى ٠,٨٣)، والصدق الذاتي: فبعد حساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات اتضح أن معامل الصدق الذاتي دالٌّ وقيمته (٠,٩٥).

كما تأكدت معدة المقياس من الثبات بطريقة التجزئة النصفية (فردى-زوجي)، وقد بلغ معامل الثبات بعد تصحيح الطول (٠,٧٦ الى ٠,٩١) لأبعاد المقياس، كما تأكدت من ثبات المقياس بمعامل ثبات ألفا للبنود تراوحت من (٠,٨٠ الى ٠,٨٨) وجميعها دالة إحصائياً.

التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية:

بجانب ما أجرته معدة المقياس فقد قام الباحث بالدراسة الحالية بحساب الصدق والثبات على النحو التالي:

الصدق:

تم حساب صدق المقياس بطريقتين هما: صدق المحكمين، وصدق الاتساق الداخلي، وفيما يلي عرض لهما:

صدق المحكمين: تراوحت النسب المئوية للاتفاق بين المحكمين مما سبق ذكرهم على البنود بين (٨٠٪-٩٠٪)، وتعدُّ هذه النتائج مؤشراً جيداً لصدق ذلك المقياس.

صدق الاتساق الداخلي: تمَّ حساب التجانس الداخلي أو الاتساق الداخلي للمقياس على العينة الاستطلاعية (ن=٥٠) التي سبق ذكرها عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة البند والدرجة الكلية لمكونه الفرعي، ومعاملات الارتباط البينية للمقاييس الفرعية، وكذلك معامل ارتباط كل مقياس فرعي بالمجموع الكلي للمقياس، والجدول التالي يعرض ذلك:

جدول (٤) معاملات الارتباطات بين الدرجة على البند والدرجة الكلية للبعد الفرعي الذي ينتمي له البند في مقياس التوافق الزوجي (ن=٥٠)

الأبعاد	معامل ثبات ألفا	التجزئة النصفية
المعاملة الإنسانية	٠,٧٠	٠,٨٨
تحمل المسؤولية	٠,٧٧	٠,٦٧
الخلافات الزوجية	٠,٦٨	٠,٨٦
التوافق الجنسي	٠,٧٧٠	٠,٨٧
النضج الانفعالي العاطفي	٠,٦٧	٠,٨٨
الرضا والسعادة الزوجية	٠,٨٨	٠,٩١

يوضح جدول (٤) أن جميع معاملات الارتباط بين كل البنود ومكوناتها الفرعية جاءت دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٠١)، ومستوى (٠,٠٥)، مما يشير إلى اتساق البناء الداخلي للمقياس.

ثبات المقياس: حُسِبَ ثبات المقياس بالدراسة الحالية بطريقتين هما: معامل ألفا ومعامل ثبات التجزئة النصفية، ويوضح جدول (٥) نتائج معاملات ثبات المقياس في الدراسة الحالية:

جدول (٥) يوضح معاملات ثبات مقياس التوافق الزوجي لدى عينة

استطلاعية (ن=٥٠)

قيم الارتباط	أرقام	الخلافات الزوجية	أرقام البنود	قيم الارتباط	أرقام البنود	قيم الارتباط	أرقام البنود	قيم الارتباط	أرقام البنود	قيم الارتباط	أرقام البنود
بعد الرضا والسعادة الزوجية	٢	٠,٦٠	٣	بعد النضج الانفعالي العاطفي	٨	بعد التوافق الجنسي	١٦	بعد تحمل المسؤولية	١٥	بعد المعاملة الإنسانية	١
	٤	٠,٧٠	١٣		١٠		٢٠		٢٢		٧
	٥	٠,٦٤	١٧		١٤		٢٥		٢٣		٢١
	٦	٠,٦٦	٣٦		١٨		٢٨		٢٤		٢٧
	١١	٠,٧١	٣٨		١٩		٣١		٢٦		٣٥
	١٢				٣٢				٣٠		٣٧
	٢٩				٣٩						
	٣٣										
	٣٤										

تبين من الجدول (٥) أن معاملات الثبات مرضية بالطريقتين (ألفا - تجزئة النصفية).

تطبيق المقاييس: شملت بطارية الدراسة مقياس فاعلية الحياة ومقياس التوافق الزوجي، وطبقت الأدوات عبر الإنترنت من خلال برنامج كوتركس Qualtrics.

الأساليب الإحصائية المستخدمة بالدراسة: تم إجراء التحليلات الإحصائية التالية؛ بهدف اختبار فروض الدراسة، وهي: (معامل ارتباط بيرسون واختبار تحليل التباين و تحليل الانحدار المتدرج).

نتائج الدراسة وتفسيرها:

في هذا الجزء يتم عرض نتائج الدراسة على النحو التالي:

نتائج الفرض الأول: الذي ينصُّ على أنه (لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية الحياة بين المتزوجات تعزى لسنوات الزواج). للتحقق من صحة الفرض استخدم الباحث تحليل التباين الأحادي للمقارنة بين أربع فئات سنوات الزواج (أقل من سنتين - من ٣ إلى ٥ سنوات- ٦ إلى ١٠ سنوات و أكثر من ١٠ سنوات)

جدول (٦) يوضح نتائج تحليل التباين للمقارنة في فاعلية الحياة بأبعادها المختلفة بين

المتزوجات وفقاً لسنوات الزواج

أبعاد فاعلية الحياة	مصادر التباين	مج المربعات	د.ح	م المربعات	ف	الدلالة
المشاركة النشطة	تباين داخلي	٨,٨١٤	٣	٢,٩٣٨	٠.٧٠٥	٠.٥٥١
	تباين خارجي	٣٩٥,٩١٣	٩٥	٤,١٦٨		
	كلي	٤٠٤,٧٢٧	٩٨			
الثقة في الذات	مصادر التباين	مج المربعات	د.ح	م المربعات	ف	الدلالة
	تباين داخلي	٢٤,٢٧١	٣	٨,٠٩٠	٠.٨٣٠	٠.٤٨١
	تباين خارجي	٩٢٦,٢٧٤	٩٥	٩,٧٥٠		
كلي	٩٥٠,٥٤٥	٩٨				
فاعلية الذات	مصادر التباين	مج المربعات	د.ح	م المربعات	ف	الدلالة
	تباين داخلي	١٦,٤١٥	٣	٥,٤٧٢	١,٠٨٣	٠.٣٦٠
	تباين خارجي	٤٨٠,٠٩٠	٩٥	٥,٠٥٤		
كلي	٤٩٦,٥٠٥	٩٨				
إدارة الضغوط	مصادر التباين	مج المربعات	د.ح	م المربعات	ف	الدلالة
	تباين داخلي	١١,٣٤٤	٣	٣,٧٨١	٠.٧٥٤	٠.٥٢٣
	تباين خارجي	٤٧٦,٢٩٢	٩٥	٥,٠١٤		
كلي	٤٨٧,٦٣٦	٩٨				
الفاعلية	مصادر التباين	مج المربعات	د.ح	م المربعات	ف	الدلالة
	تباين داخلي	٩,٩٧٢	٣	٣,٣٢٤	٠.٧٨٤	٠.٥٠٦

		٤,٢٣٨	٩٥	٤٠٢,٦٥٤	تباين خارجي	الاجتماعية
			٩٨	٤١٢,٦٢٦	كلي	
الدلالة	ف	م المربعات	ح.د	مج المربعات	مصادر التباين	التعامل مع الفريق
.٨٠٨	.٣٢٥	١,٤٩٦	٣	٤,٤٨٧	تباين داخلي	
		٤,٦٠٧	٩٥	٤٣٧,٦٩٥	تباين خارجي	
			٩٨	٤٤٢,١٨٢	كلي	
الدلالة	ف	م المربعات	ح.د	مج المربعات	مصادر التباين	تفتح الفكر
.٥٤٠	.٧٢٤	٣,١١٤	٣	٩,٣٤٢	تباين داخلي	
		٤,٣٠٢	٩٥	٤٠٨,٦٥٨	تباين خارجي	
			٩٨	٤١٨,٠٠٠	كلي	

يشير الجدول السابق رقم (٦) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد فاعلية الحياة بين المتزوجات وفقاً لسنوات الزواج. نتائج الفرض الثاني:

الذي ينصُّ على أنه: (لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الزوجي بين المتزوجات تعزى لسنوات الزواج). للتحقق من صحة الفرض استخدم الباحث تحليل التباين الأحادي للمقارنة بين أربع فئات سنوات الزواج (أقل من سنتين - من ٣ إلى ٥ سنوات - ٦ إلى ١٠ سنوات وأكثر من ١٠ سنوات) والجدول التالي يوضح النتائج.

جدول (٧) يوضح نتائج تحليل التباين للمقارنة في التوافق الزوجي بأبعاده المختلفة بين

المتزوجات وفقاً لسنوات الزواج

الدلالة	ف	م المربعات	ح.د	مج المربعات	مصادر التباين	أبعاد فاعلية الحياة
.١٥٦	١,٧٨٢	١٨,٧٦٦	٣	٥٦,٢٩٩	تباين داخلي	المعاملة
		١٠,٥٣٣	٩٦	١٠١١,١٤١	تباين خارجي	الإنسانية
			٩٩	١٠٦٧,٤٤٠	الكلي	
الدلالة	ف	م المربعات	ح.د	مج المربعات	مصادر التباين	تحمل المسؤولية

.٢١٩	١,٥٠٣	٢٧,٦٤٠	٣	٨٢,٩٢٠	تباين داخلي	الخلافات الزوجية		
		١٨,٣٩٤	٩٦	١٧٦٥,٨٤٠	تباين خارجي			
			٩٩	١٨٤٨,٧٦٠	الكلية			
الدلالة	ف	م المربعات	د.ح	مج المربعات	مصادر التباين			
		.٦٨٠	.٥٠٥	٢,٢٨١	٣		٦,٨٤٤	تباين داخلي
				٤,٥١٧	٩٦		٤٣٣,٦٦٦	تباين خارجي
	٩٩			٤٤٠,٥١٠	الكلية			
الدلالة	ف	م المربعات	د.ح	مج المربعات	مصادر التباين	التوافق الجنسي		
		.٦٠٦	.٦١٧	١٠,٨١٦	٣		٣٢,٤٤٨	تباين داخلي
				١٧,٥٤٢	٩٦		١٦٨٤,٠٦٢	تباين خارجي
	٩٩			١٧١٦,٥١٠	الكلية			
الدلالة	ف	م المربعات	د.ح	مج المربعات	مصادر التباين	النضج الانفعالي العاطفي		
		.٥٦٧	.٦٧٩	١٩,٩٨٠	٣		٥٩,٩٣٩	تباين داخلي
				٢٩,٤٢٧	٩٦		٢٨٢٥,٠٢١	تباين خارجي
	٩٩			٢٨٨٤,٩٦٠	الكلية			
الدلالة	ف	م المربعات	د.ح	مج المربعات	مصادر التباين	الرضا والسعادة الزوجية		
		.٩٠٩	.١٨١	١٥,٠٣٣	٣		٤٥,٠٩٩	تباين داخلي
				٨٣,١٠٨	٩٦		٧٩٧٨,٣٤١	تباين خارجي
	٩٩			٨٠٢٣,٤٤٠	الكلية			

يشير الجدول السابق رقم (٧) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد التوافق الزوجي بين المتزوجات وفقاً لسنوات الزواج.

تفسير نتائج الفرضين الأول والثاني:

توضح نتائج الفرضين الأول والثاني أنه لا يوجد تأثير لسنوات الزواج على درجات المتزوجات في اختبار فاعلية الحياة، واختبار التوافق الزوجي، ويمكن تفسير هذه النتيجة على أساس أن اكتساب مهارات فاعلية الحياة المتمثلة في

(الثقة في الذات، وفاعلية الذات، وإدارة الضغوط، وفتح الفكر، والكفاءة الاجتماعية، والعمل التعاوني، والقيادة، وإدارة الوقت، والتطلع للجودة، و مواكبة التغيير، والمشاركة النشطة، والفاعلية الشاملة) بالمثل التوافق الزوجي بأبعاده المختلفة يمكن أن يتحقق في أي مدة من سنوات الزواج سواء كانت قصيرة أو طويلة، ويعود ذلك إلى عوامل أخرى اجتماعية ونفسية متى ما توافرت يتحقق التوافق الزوجي بغض النظر عن سنوات الزواج.

كما يعزو الباحث نتائج الفرضيين إلى طبيعة عينة الدراسة، يمكن أن تفيدنا في تفسير عدم وجود فروق دالة نتيجة لسنوات الزواج، وذلك يعود لطبيعة وتشابه الظروف الاجتماعية والنفسية والاقتصادية لأفراد هذه العينة.

من جهة ثانية يعزو الباحث عدم وجود فروق دالة إحصائياً في التوافق الزوجي وفقاً لسنوات الزواج إلى طبيعة المجتمع السعودي؛ حيث يتم فيه تبادل الخبرات بين أغلب أفراد العينة بطبيعة الحال في المجتمع السعودي بين الزوجات فيما يتعلق بأساليب وطرائق التعامل مع شريك الحياة لتحقيق التوافق الاجتماعي والنفسي بالأساس بين الشريكين ، مما يجعلهن يتبعن أساليب متقاربة في تحقيق ذلك، وبالتالي لم توجد فروق حسب متغير عدد سنوات الزواج، وتتفق النتيجة الخاصة بعدم وجود فروق في التوافق الزوجي حسب سنوات الزواج مع دراسات

(Dehle&Weiss, ٢٠٠٢, Schumacher&Leonard, ٢٠٠٥, Erus&Deniz, ٢٠٢٠,) والتي انتهت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة بين المتزوجات وفقاً لسنوات الزواج.

ومن جهة أخرى جاءت النتيجة التي أشارت إلى عدم فروق ذات دلالة في التوافق الزوجي وفقاً لسنوات الزواج متعارضة مع نتائج العديد من الدراسات، مثل دراسة جلين Glenn (١٩٩٠)، ومتوافقة مع دراسة Crawford, Houts, Huston, & George, (٢٠٠٢) التي كشفت عن ارتباط التوافق الزوجي بعدد سنوات الزواج.

نتائج الفرض الثالث: الذي ينصُّ على أنه (يوجد ارتباط ذو دلالة إحصائية بين التوافق الزوجي وفاعلية الحياة لدى المتزوجات)، وللتحقق من صحة الفرض استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون لحساب قيم الارتباط بين درجات أفراد العينة على مقياس التوافق الزوجي ومقياس فاعلية الحياة، وكانت النتائج التالية في الجدول (٨):

جدول (٨) معاملات الارتباط بين فاعلية الحياة والتوافق الزوجي

أبعاد فاعلية الحياة والتوافق الزوجي	المشاركة النشطة	الثقة في الذات	فاعلية الذات	إدارة الضغوط	الفاعلية الاجتماعية	التعامل مع الفريق	تفتح الفكر	الفاعلية في استخدام الوقت	البحث عن الجودة الحياتية	التعامل مع التغيرات الداخلية	وجهة الضبط الخارجية	وجهة الضبط الداخلية	القيادة
المعاملة الإنسانية	٠,١٠	*٠,١٧	٠,٠١	٠,١٢	*٠,١٤	٠,٠٣	٠,١١	٠,٠٢	٠,٠٣	*٠,١٦	*٠,١٧	٠,٠٤	٠,١١
تحمل المسؤولية	*٠,١٧**	*٠,٢٤*	**٠,٢٧*	٠,٠٨	*٠,١٦	٠,١١	٠,١٣	٠,٠٧	٠,٠١٨	*٠,١٧*	٠,١٢	*٠,١٧*	*٠,١٧*
الخلافات الزوجية	٠,٠١	*٠,٢١*	٠,٠٨	٠,٠٧	*٠,١٤*	٠,٠٨	٠,٠٣	٠,٠٩	٠,٠٢	٠,٠٣	٠,٠٩	٠,٠٣	٠,١٢
التوافق الجنسي	٠,٠٢	*٠,١٩*	٠,٠١٤	٠,٠٣	٠,٠٤	٠,٠٢	٠,٠٧	٠,٠٢	٠,٠٧	٠,٠٣	٠,٠٧	٠,٠٥	٠,٠٩
النضج الانفعالي العاطفي	٠,٠٨	*٠,٢٠*	*٠,٢١*	٠,٠٣	٠,٠٣	٠,٠٣	٠,٠٩	٠,١١	٠,٠١٨	٠,٠٢	٠,٠٢	٠,٠٨	٠,٠٧
الرضا والسعادة الزوجية	٠,٠٦	*٠,٢٢*	*٠,٢١*	٠,٠٥	*٠,١٤*	٠,٠١	٠,٠١٢	٠,٠٩	٠,٠٠٣	*٠,١٤*	٠,١٣	٠,١٣	٠,١٣

يشير الجدول رقم (٨) السابق إلى النتائج التالية:

- ١- توجد معاملات ارتباطات دالة إحصائية وموجبة بين الثقة بالذات بوصفها أحد أبعاد فاعلية الحياة، وكل أبعاد التوافق الزوجي.
- ٢- توجد معاملات ارتباطات دالة إحصائية وموجبة بين فاعلية الذات بوصفها أحد أبعاد فاعلية الحياة، وكل من (تحمل المسؤولية، و النضج الانفعالي، و الرضا والسعادة عن الحياة الزوجية) بوصفها من أبعاد التوافق الزوجي. بينما لا توجد ارتباطات دالة إحصائية بين فاعلية الذات وباقي أبعاد التوافق الزوجي، والتي هي كل من (المعاملة الإنسانية، والخلافات الزوجية، والتوافق الجنسي).
- ٣- توجد معاملات ارتباطات دالة إحصائية وموجبة بين الفاعلية الاجتماعية بوصفها أحد أبعاد فاعلية الحياة، وكل من (تحمل المسؤولية، والمعاملة الإنسانية، والرضا والسعادة عن الحياة الزوجية، والخلافات الزوجية) بوصفها من أبعاد التوافق الزوجي. بينما لا توجد ارتباطات دالة إحصائية بين فاعلية الذات وباقي أبعاد التوافق الزوجي، وهي كل من (النضج الانفعالي، والتوافق الجنسي)
- ٤- توجد ارتباطات موجبة ودالة إحصائية بين تحمل المسؤولية بوصفها بُعداً من أبعاد التوافق الزوجي وكل من (المشاركة النشطة والقيادة والتعامل مع التغييرات والضبط الداخلي) بوصفها أبعاداً من فاعلية الحياة.

٥- لا توجد ارتباطات دالة بين التوافق الجنسي وكافة أبعاد فاعلية الحياة فيما عدا الثقة بالذات، وكان معامل الارتباط موجباً ودالاً إحصائياً بين التوافق الجنسي والثقة.

٦- لا توجد ارتباطات دالة بين النضج الانفعالي وكافة أبعاد فاعلية الحياة فيما عدا الثقة بالذات وفاعلية الذات، وكانت معاملات الارتباط موجبة ودالة إحصائياً بين النضج الانفعالي وكل الثقة بالذات وفاعلية الذات.

٧- توجد ارتباطات موجبة ودالة إحصائياً بين الرضا والسعادة الزوجية، وكل من الثقة بالذات وفاعلية الذات والفاعلية الاجتماعية، بينما لا توجد بين الرضا والسعادة وباقي أبعاد فاعلية الحياة.

تفسير نتائج الفرض الثالث:

جاءت نتائج الفرض الثالث لتؤكد على وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين فاعلية الحياة والتوافق الزوجي، وهذه النتيجة منطقية؛ حيث تؤدي فاعلية الحياة بمكوناتها المختلفة المتمثلة في: الكفاءة الاجتماعية، والقدرة على القيادة الاجتماعية، وتنظيم الانفعالات، والمرونة الذهنية، والثقة بالنفس، والمشاركة النشطة دوراً فعالاً في تزايد التوافق الزوجي. وتدعم هذه النتيجة نتائج دراسات (٢٠١٣، Nooripour & Apsche, ٢٠١٦, & Rezaei, Naeim). بينما دراسة (٢٠١٤، Nooripour Dastras & Sargolzaei) التي انتهت إلى فاعلية برنامج إرشادية قائمة على تنمية مهارات فاعلية الحياة في تحقيق التوافق الزوجي.

أما عن تفسير عدم وجود ارتباطات دالة بين التوافق الجنسي وكافة أبعاد فاعلية الحياة ما عدا الثقة بالذات فرمًا يرجع ذلك -من وجهة نظر الباحث- إلى التوافق الجنسي أو طبيعة المجتمع السعودي وثقافته في عدم الكشف عن بعض الخصائص التي يعتبرها خاصة، وهي -أيضاً- قد يكون لها تأثير بشكل غير مباشر في متغيرات كثيرة غير مهارات فاعلية الحياة منها: القبول المتبادل، والرضا بين الزوجين، واستحسان كل منهما لسلوك الآخر، وقبوله وسعادته به.

وإذا انتقلنا إلى تفسير عدم وجود ارتباطات دالة بين النضج الانفعالي وكافة أبعاد فاعلية الحياة في هذه النتيجة على غير المتوقع وربما ترجع إلى طبيعة العينة وصغر حجمها.

ومن جهة ثانية لا تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة نوريبور وأبش Nooripour & Apsche (٢٠١٣) التي أشارت نتائجها إلى أن التدريب على مهارات فاعلية الحياة فعّال في تحسين كافة أبعاد التوافق الزوجي. ودراسة كل من نوريبور داستراس وسارجولزاي Nooripour Dastras & Sargolzai (٢٠١٣) التي كشفت عن مهارات فاعلية الحياة في تعزيز النضج الانفعالي والتوافق الزوجي.

نتائج الفرض الرابع:

الذي ينصُّ على: (تسهم فاعلية الحياة بأبعادها المختلفة في التنبؤ بالتوافق الزوجي لدى المتزوجات)، وللتحقق من صحة الفرض الرابع قام الباحث بحساب تحليل الانحدار الخطي المتدرج بطريقة "Enter" بافتراض (الدرجة

الكلية للتوافق الزوجي متغيراً تابعاً، وأبعاد فاعلية الحياة متغيرات مستقلة، ومدى تأثيرها في المتغير التابع، وتوصل الباحث إلى النتائج التالية بالجدول (٩):

جدول (٩) يوضح نتائج تحليل الانحدار المتدرج بوصف التوافق الزوجي متغيراً تابعاً وأبعاد فاعلية الحياة متغير مستقبل (ن=١٠٠)

معاملات الانحدار					المتغيرات
الدالة	ت	Beta	الخطأ المعياري	B	المتغير التابع
.٢٣٣	١,٢٠٢	.٢٢٤	١,٨٥٥	٢,٢٣٠	المشاركة النشطة
.٠١٤	-٢,٥٠٧	-.٥٠٤	١,٣٠٨	٣,٢٧٩-	الثقة في الذات
.٠٢٠	-٢,٣٧٨	-.٣٩١	١,٤٨٢	-٣,٥٢٥	فاعلية الذات
.٨٧٨	.١٥٤	.٠٢٤	١,٤٢٨	.٢٢٠	إدارة الضغوط
.٨٤٩	-٠.١٩١-	-.٠٢٦-	١,٣٦٦	-٠.٢٦٠-	الفاعلية الاجتماعية
.١٢٦	١,٥٤٧	.١٩٧	١,٢١٣	١,٨٧٦	التعامل مع الفريق
.١٠٢	١,٦٥٥	.٢٧٢	١,٦١٠	٢,٦٦٥	تفتح الفكر
.٨٥٤	-٠.١٨٥-	-.٠٢٨-	١,١٠١	-٠.٢٠٣	الفاعلية في استخدام الوقت
.٩٠٣	.١٢٢	-.٠١٨-	٤,٦٥٢	-٠.٥٦٦	البحث عن الجودة
.٤٣٠	-٠.١٨٥-	-.١٦١	١,٧٧٨	-١,٤١١-	التعامل مع التغيرات الحياتية
.٨٢٧	٢٢٠	.٠٢٣	١,١٢٦	.٢٤٧	وجهة الضبط الداخلية
.٦٣٠	-٠.٤٨٤-	-.٠٥٥-	١,٢٢٧	-٠.٥٩٣	وجهة الضبط الخارجية
٣٩٠	.٨٦٤	١١٧	١,٧٤٩	١,٥١٠	القيادة
					قيم الثابت
					١٢٤,٢٩٠
					قيمة ف
					١,٤٨٦
					دلالة ف
					.١٣٤
					٢ ر لجمع
					.٤٤٥
					المتغيرات
					(R٢)

**دالة عند مستوى (٠,٠٥) B معامل الانحدار الجزئي غير

المعياري (Beta) معامل الانحدار المعياري: R معامل الارتباط المتعدد R٢

مربع معامل الارتباط المتعدد أو معامل التحديد Sig: النسبة الفئوية F:

الدلالة الإحصائية للنسبة الفائية والقيم المظلمة في الجدول هي القيم التي تؤثر في التنبؤ في المتغير التابع.

يتضح من الجدول السابق. إمكانية التنبؤ من خلال المتغيرات المستقلة) الثقة في الذات و فاعلية الذات) بالدرجة الكلية لاختبار التوافق الزوجي لدى المتزوجات؛ حيث بلغت قيمة معامل التحديد $R^2 = 0.44$ ، النسبة (F) الفائية

(1,4)، مما يفيد بأن متغيرات التفاعلات الأسرية تفسر 44٪ من تباين (التغيرات التي تحدث في الدرجة الكلية لمقياس التوافق الزوجي) بمعنى أن كلاً من الثقة في الذات و فاعلية الذات تفسر ما مقداره 44٪ من التباين الذي يحدث في الدرجة الكلية على اختبار التوافق الزوجي، وهذا يفيد في إمكانية التنبؤ بالدرجة الكلية للتوافق الزوجي، بينما لم تتنبأ باقي أبعاد فاعلية الحياة بالتوافق الزوجي.

مناقشة نتائج الدراسة:

جاءت نتائج الفرض الرابع متسقة مع نتائج الفرض الثالث، التي أشارت إلى وجود ارتباطات موجبة بين فاعلية الحياة والتوافق الزوجي، فقد أشارت نتائج الفرض الرابع إلى مساهمة كل من الثقة بالنفس و فاعلية الذات في التنبؤ الموجب بالدرجة الكلية للتوافق الزوجي.

ويعزو الباحث قدرة الثقة بالنفس في التنبؤ الإيجابي بالتوافق الزوجي إلى أن الثقة بالنفس طريقة تتعلق بسلوك الفرد، فهي تساعد على توصيل المشاعر والاعتقادات والأفكار والأحاسيس بأسلوب واضح و صريح دون

التعدي على حقوق الآخرين، كما أن الثقة بالنفس تعدُّ عنصراً مهماً من عناصر التوافق النفسي والاجتماعي الداعم في إنشاء العلاقات الاجتماعية الناجحة مع الآخرين، وتحمل المسؤولية، واتخاذ القرارات المناسبة، وهذه المكونات للثقة بالنفس تؤدي إلى تزايد مستوى التوافق الزوجي، ومن جهة ثانية جاءت متفقة مع نتائج دراسات

(Belanger,Sabourin&Baalbaki,٢٠١٤,Muraru&Turliuc,٢٠١٣)

التي انتهت إلى أن الثقة بالنفس تنبأ بالتوافق الزوجي لدى المتزوجات.

أما عن تفسير قدرة فاعلية الذات في التنبؤ الإيجابي بالتوافق الزوجي فيرى هشام مخيمر(٢٠٠٧) أن قدرة الفرد على الحكم بموضوعية على الأشياء والمشكلات، والقدرة على تحمل المتاعب الحالية في سبيل مكاسب مستقبلية، وأن إدراك الفرد لذاته والإحساس بالكفاءة، يسهم في تحقيق حسن العلاقات والتوازن الاجتماعي داخل الأسرة مما يسهم في تحقيق التوافق الزوجي.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات (مخيمر ٢٠٠٧ و العبدلي ٢٠٠٩)

ونتائج دراسات

(Scott&Cordova,٢٠٠٢,Kwok,Ling,Leung&Li,٢٠١٣,Brandao,Nunes ,Martins&Matos,٢٠١٧)

التي كشفت عن قدرة فاعلية الذات في التنبؤ الإيجابي بالتوافق الزوجي، كما تدعم هذه النتيجة نتائج دراسات (المصباحين، ٢٠٢٠ & المرزيق، ٢٠١٠) التي كشفت عن قدرة فاعلية الذات في التنبؤ بالتوافق الاجتماعي.

توصيات الدراسة وبحوث مقترحة:

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية فإنها توصي بالآتي:

- ١- تصميم برامج إرشادية لتنمية فاعلية الحياة لدى الأزواج والزوجات للمساهمة في تحقيق الحياة الأسرية المستقرة.
- ٢- تصميم برامج إرشاد أسري لتنمية التوافق الزوجي.
- ٣- عقد دورات إرشادية للمقبلين على الزواج لتنمية وعيهم بالحياة الزوجية.
- ٤- إجراء دراسة للكشف عن المنبئات النفسية بفاعلية الحياة.
- ٥- إجراء دراسة للكشف عن المنبئات النفسية للتوافق الزوجي.

المراجع:

١. أياد، فؤاد إسماعيل وسعد الدين، هدى (٢٠١٠). فاعلية تصور مقترح لتضمين بعض المهارات الحياتية في مقرر التكنولوجيا لمقرر الصف العاشر بفلسطين. مجلة جامعة الأقصى (سلسلة العلوم الإنسانية)، ١٤ عدد مج (١). ١٧٤ - ٢١٨.
٢. إبراهيمي، الطاهر (٢٠١٤). الضغوط المرضية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة دراسة ميدانية على عينة من الممرضات والمعلمات بدائرة طولة ولاية بسكرة. رسالة دكتوراه جامعة محمد خضر، بسكرة، كلية العلوم الإنسانية، الجزائر.
٣. الابراهيم، أسماء بدري (٢٠١٨). التعبير العاطفي والتوافق الزوجي لدى النساء الأردنيات في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، مج (٣٧)، ع (١٨٠)، الجزء الأول، ص ١٢٥-١٦٣.
٤. البريكي، حسن (٢٠١٦). التوافق الزوجي وأثره على استقرار الأسرة، مجلة كلية الشريعة والدراسات الإسلامية، مج (٣٣)، ع (٢)، ص ٢٧١-٣١٢.
٥. الجمعان، سناء عبد الزهرة وخلف، فاطمة هادي (٢٠١٨). التوافق الزوجي وعلاقته بادراك الزوجة للمسؤوليات الأسرية، المؤتمر العلمي الأكاديمي الدولي السابع تحت عنوان: الاتجاهات المعاصرة في العلوم الاجتماعية والإنسانية والطبيعية، تركيا، ص ١٣٤١-١٣٧٢.
٦. حماد، أيمن عبد العزيز (٢٠١٩). فاعلية الحياة لدى طلاب المرحلة الثانوية الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية (دراسة مقارنة)، مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس.

٧. الخطائية، يوسف ضامن (٢٠١٥). مقومات التوافق في الحياة الزوجية وعلاقتها بالعوامل الاجتماعية: دراسة على عينة من الأزواج العاملين في المدارس الحكومية في شمال الأردن، مجلة دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية، مج (٤٢)، ع (٢)، ص ٣٧٢-٣٨٩.
٨. شرف الدين، إيمان إبراهيم (٢٠١٣). دراسة علمية لفاعلية الحياة لدى عيّنة من طلاب كلية التربية بجامعة المنوفية والعوامل المرتبطة بها، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة المنوفية- كلية التربية.
٩. الشواشره، عمر و معاوية، أبو جلبان (٢٠١٩). القدرة التنبؤية لمصادر الضغوط النفسية بالتوافق الزوجي لدى عينة من المعلمين المتزوجين، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مج (١٥)، ع (٤)، ص ٤١٩-٤٣٤.
١٠. شمس، نعيمة والسكري، عماد الدين (٢٠٠٨م). فاعلية الحياة كدالة للتفاعل بين النوع، والسن، والذكاء الوجداني، والاستبصار الاجتماعي. بحث مقدم للمؤتمر السنوي الخامس لقسم علم النفس، جامعة طنطا، كلية الآداب.
١١. العبد، نهي أحمد (٢٠٠٨). علاقة الرضا الزوجي بتحليل أنماط التفاعل بين الزوجين، رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة عين شمس، كلية الآداب.
١٢. العبدلي، سعد بن حامد آل يحيي (٢٠٠٩). الذكاء الانفعالي وعلاقته بكل من فاعلية الذات والتوافق الزوجي لدى عينة من المعلمين المتزوجين بمدينة مكة المكرمة. رسالة ماجستير. جامعة أم القرى.
١٣. عبد الحفيظ، جدو (٢٠١٨). الصحة النفسية وعلاقتها بسوء التوافق الزوجي لدى الزوجة المعنفة في المجتمع الجزائري، رسالة دكتوراه، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة محمد لمين دباغين - سطيف ٢.

- ١٤ . عبد الصمد، زينب والسباعي، هنية (٢٠٠٥). العوامل المؤثرة في ارتفاع معدلات الطلاق بين الأسر السعودية (دراسة تحليلية لدى النساء المطلقات) ، مركز بحوث الدراسات الجامعية للبنات ، جامعة الملك سعود.
- ١٥ . عرار، رشيد وعبد الله، تيسير (٢٠٢٠). التوافق الزوجي لدى عينة من الذكور والإناث الفلسطينيين، المجلة العربية للنشر العلمي، ع (٢٠) ، ص ٥٣٧-٥١٧.
- ١٦ . عواودة، نداء عبد الرحمن (٢٠١٩). المهارات الزوجية وعلاقتها بالرضا الزوجي لدى المتزوجات حديثاً في محافظة رام الله والبيرة، رسالة ماجستير، جامعة القدس المفتوحة بفلسطين .
- ١٧ . فرينة، ريم عمر (٢٠١١). الاتجاه نحو الالتزام الديني وعلاقته بالتوافق الزوجي لدى عينة من الأفراد المتزوجين في مدينة غزة، رسالة ماجستير، كلية التربية -جامعة الأزهر بغزة.
- ١٨ . مخيمر، هشام بن محمد بن إبراهيم(٢٠٠٧). الذكاء الانفعالي وفاعلية الذات والتوافق الزوجي لدى عينة من المتزوجين ، دراسات تربوية واجتماعية ، مج ١٣، ع ٣٠١-١١٦.
- ١٩ . المرازيق، عماد أحمد موسى (٢٠١٠). مستوى الطموح وفاعلية الذات والذكاء الانفعالي كمتنبئات بالتوافق الاجتماعي لدى طلبة جامعة جرش الأهلية، رسالة دكتوراه، جامعة الأردن، جامعة اليرموك.
- ٢٠ . المصباحين، منيرة محيل(٢٠٢٠). فاعلية الذات الإبداعية وعلاقتها بالتوافق الاجتماعي لدى عينة من الطلبة الموهوبين في مدارس الملك عبد الله الثاني للتميز، دراسات العلوم التربوية، الجامعة الأردنية، مج٤٧، ع٣٠٢، ٢٢٢ - ٢٣٧

٢١. مكي، فتحي صبحي (٢٠٠٦). التوافق الزوجي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى أزواج محافظة غزة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الأزهر بغزة ، كلية التربية.
٢٢. المناحي، عبد الله عبد العزيز مناحي(٢٠١٧). فاعلية برنامج إرشادي نفسي في تعديل الأفكار غير العقلانية لزيادة التوافق الزوجي لدى عينة من الأزواج بمدينة الرياض ، مجلة رسالة التربية وعلم النفس ، ع (٥٧) ، ص.٢٥-٥٠.
٢٣. وزارة العدل السعودية (٢٠٢٠). التقرير البياني الشهري لوزارة العدل، المملكة العربية السعودية، مركز ذكاء الأعمال ودعم القرار، تم الاسترجاع من الرابط:

<https://www.moj.gov.sa/Documents/MonthlyReportBI/MojMonthlyReport.pdf>

- Azizi, A., Esmali, R., Dehghan Manshadi, S. M., & Esmali, S. (٢٠١٦). The effectiveness of life skills training on marital satisfaction in divorce applicant couples. *Iran Journal of Nursing*, ٢٩(٩٩), ٢٢-٣٣.
- Bélanger, C., Di Schiavi, M. F., Sabourin, S., Dugal, C., El Baalbaki, G., & Lussier, Y. (٢٠١٤). Self-esteem, coping efforts and marital adjustment. *Europe's Journal of Psychology*, ١٠(٤), ٦٦٠-٦٧١.
- Brandão, T., Pedro, J., Nunes, N., Martins, M. V., Costa, M. E., & Matos, P. M. (٢٠١٧). Marital adjustment in the context of female breast cancer: A systematic review. *Psycho-oncology*, ٢٦(١٢), ٢٠١٩-٢٠٢٩.
- Crawford, D. W., Houts, R. M., Huston, T. L., & George, L. J. (٢٠٠٢). Compatibility, leisure, and satisfaction in marital relationships. *Journal of Marriage and Family*, ٦٤(٢), ٤٣٣-٤٤٩.
- Culhane, J. D. (٢٠٠٤). The effects of a fifth-grade adventure-based cooperative physical education program on Effectiveness of Life and locus of control. Ed.D. - University of Northern Colorado.
- Dehle, C., & Weiss, R. L. (٢٠٠٢). Associations between anxiety and marital adjustment. *The Journal of psychology*, ١٣٦(٣), ٣٢٨-٣٣٨.
- Dougherty, M. A. , Pierskalla , C. D. , Selin, S. , Smith, D. , Bricker, K. , & Kauffman, R. (٢٠٠٥). The changes in Effectiveness of Life following ropes course participation for becoming an outdoors-woman . (BOW) participants . (Doctoral dissertation, West Virginia University Libraries).

- Erus, S. M., & Deniz, M. E. (٢٠٢٠). The mediating role of emotional intelligence and marital adjustment in the relationship between mindfulness in marriage and subjective well-being. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, ١٠(٢), ٣١٧-٣٥٤.
- Gavit, J. L. (٢٠١٦). Psychological adjustment: A comparative study of tribal and non-tribal college students. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, ٧(١١), ١٠٧٤-١٠٧٨.
- Ghaderisani, R., Farhoodian, A., Mohaghegh, H., Reza Soltani, P., & Azadchehr, M. (٢٠١٥). Effectiveness of life skills training on marital satisfaction among young couples. *Social Welfare Quarterly*, ١٥(٥٦), ١٣٣-١٤٩.
- Gopal, C. R., & Valarmathi, D. (٢٠٢٠). Marital Compatibility and Their Relationship To Personality Among Arranged Marriage Couples And Love Marriage Couples—A Pilot Study. *Annals of Tropical Medicine and Public Health*, ٢٣, ٢٣١-٥٠٣.
- Hamburg, B. A. (١٩٩٠). Life skills training: Preventive. (ERIC Document Reproduction Service No. ED ٣٢٣ ٠١٨).
- Hosseinkhazadeh, A. A., & Yeganeh, T. (٢٠١٣). The effects of life skills training on marital satisfaction. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, ٨٤, ٧٦٩-٧٧٢.
- Kwok, S. Y., Ling, C. C., Leung, C. L., & Li, J. C. (٢٠١٣). Fathering self-efficacy, marital satisfaction and father involvement in Hong Kong. *Journal of Child and Family Studies*, ٢٢(٨), ١٠٥١-١٠٦٠.
- Muraru, A. A., & Turluc, M. N. (٢٠١٣). Predictors of Marital Adjustment: Are There Any Differences Between Women and Men?. *Europe's Journal of Psychology*, ٩(٣), ٤٢٧-٤٤٢.
- Mohammad Reza, R., & Malki, R. (٢٠٢٠). The role of social support in marital adjustment of married women working in the branches of Maskan Bank in Tehran. *Journal of Iranian Social Development Studies*, ١٢(٤٧), ١٥٩-١٧٦.
- Naeim, M., & Rezaei, A. (٢٠١٦). The efficacy of life skills training on marital adjustment of women for the prevention of domestic violence. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*, ٣, ٢, ٢١-٣٢.
- Neill, J. T. (٢٠٠٢). A profile of outdoor education programs and their implementation in Australia. *Japan Outdoor Education Journal*, ٥(٢), ١-٩.
- Neill, J. T. (٢٠٠٨). *Enhancing Life Effectiveness: The Impacts of Outdoor Education Programs Volume ١*.
- Nooripour, R., Bass, C. K., & Apsche, J. (٢٠١٣). Effectiveness of quality of life therapy aimed at improving sexual self-efficacy and marital satisfaction in addict couples of treatment period. *International Journal of Behavioral Consultation and Therapy*, ٨(٢), ٢٦.
- Nooripour, R., ZadeMohammadi, A., Dastras, M., & Sargolzai, M. (٢٠١٤). The effectiveness of Life skills training on enhancement of self-esteem and marital satisfaction among addicts in treatment period. research on addiction, ٨(٢٩), ٣٧-٤٨.

- Parvin, N., Fatemi, A., Aminian, F., & Rafiee Vardanjani, L. (٢٠١٤). Effectiveness of life training skills on marital satisfaction of female nurses in Hajar Hospital in Shahrekord city-a clinical trial. *Journal of Clinical Nursing and Midwifery*, Vol.(٣).
- Richards, G. E , Ellis, L. A., Neill, J. T. (٢٠٠٢). The ROPELOC: Review of Personal Effectiveness and Locus of Control: A comprehensive instrument for reviewing life effectiveness. Paper presented at Self-Concept Research: Driving International Research Agendas, ٦-٨ August, Sydney.
- Samadi, H., & Doostkam, M. (٢٠١٧). Investigating the effectiveness of acceptance and commitment therapy (ACT) on marital compatibility in infertile women.
- Schumacher, J. A., & Leonard, K. E. (٢٠٠٥). Husbands' and wives' marital adjustment, verbal aggression, and physical aggression as longitudinal predictors of physical aggression in early marriage. *Journal of consulting and clinical psychology*, ٧٣(١), ٢٨.
- Scott, R. L., & Cordova, J. V. (٢٠٠٢). The influence of adult attachment styles on the association between marital adjustment and depressive symptoms. *Journal of family psychology*, ١٦(٢), ١٩٩.
- Shahabi, B., Shahabi, R., & Foroozandeh, E. (٢٠٢٠). Analysis of the self-compassion and cognitive flexibility with marital compatibility in parents of children with autism spectrum disorder. *International Journal of Developmental Disabilities*, ٦٦(٤), ٢٨٢-٢٨٨.
- Sibthorp, J., & Arthur S. (٢٠٠٤). Developing Effectiveness of Life through adventure education: The roles of participant expectations, perceptions of empowerment, and learning relevance. *Journal of Experiential Education*, ٢٧(١), ٣٢-٥٠.
- Solati, K. (٢٠١٧). The Effectiveness of Life Skills Training on Happiness, Mental Health and Marital Satisfaction in Wives of Iran-Iraq War Veterans. *World Family Medicine Journal: Incorporating the Middle East Journal of Family Medicine*, ٩٩(٥٤٨٩), ١-٩.

AlmrAjc:

١. ĀyAd †fĀwAd ĀsmAçyl wsçd Aldyn †hdÿ (٢٠١٠). fAçlyh tSwr mqtrH lTdmyn bçD AlmhArAt AlHyAtyh fy mqrr AltknwlwjjA lmqrr AlSf AlçAšr bflsTyn. mjllh jAmçh AlĀqSY (sllh Alçlwm AlĀnsAnyh) † çdd mj (١). ١٧٤ - ٢١٨.
٢. ĀbrAhymy †AlTAhr(٢٠١٤). AlDγwT AlmrDyh wçlAqthA bAltWafq AlzWAjy ldÿ AlmrĀh AlçAmlh drAsh mydAnyh çlÿ çynh mn AlmmrDAT wAlmçlmAt bdAÿrĥ Twlh wlAyh bskrh. rsAlh dktwrAh jAmçh mHmd xDr † bskrh †klyh Alçlwm AlĀnsAnyh †AljzAÿr.
٣. AlAbrAhym †ĀsmA' bdry (٢٠١٨). Altçbyr AlçATfy wAltWafq AlzWAjy ldÿ AlnsA' AlĀrdnyAt fy Dw' bçD AlmtyyrAt AldymwγrAfyh †mjllh klyh Altrbyh †jAmçh AlĀzhr †mj (٣٧) †ç (١٨٠) †Aljz' AlĀwl †S ١٢٥-١٦٣.
٤. Albryky †Hsn (٢٠١٦). AltWafq AlzWAjy wĀθrh çlÿ AstqrAr AlĀsrĥ †mjllh klyh Alšryçh wAldrAsAt AlĀslAmyh †mj (٣٣) †ç (٢) †S ٢٧١-٣١٢.
٥. AljmcAn †snA' çbd Alzhrĥ wxlf †fATmh hAdy (٢٠١٨). AltWafq AlzWAjy wçlAqth bAdrAk Alzwh llmsŵwlyAt AlĀsryh †Almwĥtmr Alçlmy AlĀkAdymy Aldwly AlsAbç tĤt çnwAn: AlAtjAhAt AlmçASrĥ fy Alçlwm AlAjtmAçyh wAlĀnsAnyh wAlTbyçyh †trkyA †S ١٣٤١-١٣٧٢.
٦. HmAd †Āymn çbd Alçzyz (٢٠١٩). fAçlyh AlHyAĥ ldÿ TlAb AlmrHlh AlθAnwyh AlmmArsyn wγyr AlmmArsyn llĀnsĤh AlryADyh (drAsh mqArĥ) †mjllh AlĀršAd Alnfsy †jAmçh çyn šms.
٧. AlxTAybĥ †ywsf DAmn (٢٠١٥). mqwmAt AltWafq fy AlHyAĥ AlzWjyh wçlAqthA bAlçwAml AlAjtmAçyh: drAsh çlÿ çynh mn AlĀzWAj AlçAmln fy AlmdArs AlHkwyh fy šmAl AlĀrdn †mjllh drAsAt Alçlwm AlĀnsAnyh wAlAjtmAçyh †mj (٤٢) †ç (٢) †S ٣٧٢-٣٨٩.
٨. šrf Aldyn †ĀymAn ĀbrAhym (٢٠١٣). drAsh çlmyh lfAçlyh AlHyAĥ ldÿ çynh mn TlAb klyh Altrbyh bjAmçh Almnwfyh wAlçwAml AlmrTbTh bhA † rsAlh mAjstyr γyr mnšwrĥ †jAmçh Almnwfyh- klyh Altrbyh.
٩. AlšwAšrh †çmr w mçAwyh †Ābw jlbAn(٢٠١٩). Alqdrĥ Altnbŵyh lmsAdr AlDγwT Alnfsyh bAltWafq AlzWAjy ldÿ çynh mn Almçlmyn Almtzwjyn † Almjllh AlĀrdnyh fy Alçlwm Altrbwyh †mj (١٥) †ç (٤) †S ٤١٩-٤٣٤.
١٠. šms †nçymĥ wAlskry †çmAd Aldyn (٢٠٠٨m). fAçlyh AlHyAĥ kdAlĥ llfAçl byn Alnwç †wAlsn †wAlðkA' AlwjDAny †wAlAstbSAr AlAjtmAçy. bhθ mqdm llmwĥtmr Alsnwy Alxams lqsm çlm Alnfs †jAmçh TnTA †klyh AlĀdAb.
١١. Alçbd †nhÿ ĀHmd (٢٠٠٨). çlAqĥ AlrDA AlzWAjy btHlyl ĀnmAT AltFACL byn AlzWjyn †rsAlh mAjstyr γyr mnšwrĥ. jAmçh çyn šms †klyh AlĀdAb.
١٢. Alçbdly †sçd bn HAmD Āl yHy (٢٠٠٩). AlðkA' AlAnfçAly wçlAqth bkl mn fAçlyh AlðAt wAltWafq AlzWAjy ldÿ çynh mn Almçlmyn Almtzwjyn bmdynĥ mkĥ Almkrmĥ. rsAlh mAjstyr. jAmçh Ām Alqry.
١٣. çbd AlHfyð †jdw (٢٠١٨). AlSHĥ Alnfsyh wçlAqthA bsw' AltWafq AlzWAjy ldÿ Alzwh Almçnfĥ fy Almjtmç AljzAÿry †rsAlh dktwrAh †klyh Alçlwm AlAnnsAnyh wAlAjtmAçyh †jAmçh mHmd lmyN dbAγyn - sTyf ٢.

١٤. çbd AlSmd 'zynb wAlsbAçy 'hnyh (٢٠٠٥). AlçwAml Almŵθrħ fy ArtfAç mçdlAt AlTIAq byn AlÂsr Alççwdyh (drAsh tHlylyh ldÿ AlnsA' AlmTlqAt) 'mrkz bHwθ AldrAsAt AljAmçyh llbnAt 'jAmçħ Almlk ççwd.
١٥. çrAr 'rçsyd wçbd Allh 'tysyr (٢٠٢٠). AltwAfq AlzWAjy ldÿ çynħ mn Alðkwr wAlÂnAθ AlflsTynyn 'Almjħ Alçrbyh llñsr Alçlmy ç (٢٠) ، S ٥١٧-٥٢٧.
١٦. çwAwdħ 'nda' çbd AlrHmn (٢٠١٩). AlmħArAt AlzWAjyh wçlAqthA bAlrDA AlzWAjy ldÿ AlmtzjwAt HdÿθA' fy mHAfDħ rAm Allh wAlbyrħ 'rsAlħ mAjstyr 'jAmçħ Alqds AlmftwHh bflsTyn .
١٧. frynh 'rym çmr (٢٠١١). AlAtjAh nHw AlAltzAm Aldyny wçlAqth bAltWafq AlzWAjy ldÿ çynħ mn AlÂfrAd AlmtzjwJyn fy mdynħ yzh 'rsAlħ mAjstyr 'klyh Altrbyh -jAmçħ AlÂzhr byzh.
١٨. mxymr 'hšAm bn mHmd bn ÂbrAhym)٢٠٠٧ .AlðkA' AlAnfçAly wfAçlyh AlðAt wAltWafq AlzWAjy ldÿ çynħ mn AlmtzjwJyn 'drAsAt trbwyh wAjtmAçyh 'mj ١٣ ، ç ٣ .٥١-١١٦.
١٩. AlmrAzyq 'çmAd ÂHmd mwsÿ(٢٠١٠) .mstwÿ AlTmwH wfAçlyh AlðAt wAlðkA' AlAnfçAly kmtnbÿAt bAltWafq AlAjtmAçy ldÿ Tlħ jAmçħ jrš AlÂhlyh 'rsAlħ dktwrAh 'jAmçħ AlÂrdn 'jAmçħ Alyrmwk.
٢٠. AlmSbHyyn 'mnyrħ mHyl(٢٠٢٠). fAçlyh AlðAt AlÂbdAçyh wçlAqthA bAltWafq AlAjtmAçy ldÿ çynħ mn AlTlħ Almwhwbyn fy mdArs Almlk çbdAllh AlθAny lltmyz 'drAsAt Alçlwm Altrbwyh 'AljAmçħ AlÂrdnyh 'mj ٤٧ ، ç ٣٢٢٢ ، - ٢٣٧
٢١. mky 'ftHy SbHy (٢٠٠٦). AltWafq AlzWAjy wçlAqth bbçD smAt AlšxSyh ldÿ ÂzwAj mHAfDħ yzh 'rsAlħ mAjstyr çyr mnšwrħ 'jAmçħ AlÂzhr byzh 'klyh Altrbyh.
٢٢. AlmnAHy 'çbd Allh çbd Alçzyz mnAHy(٢٠١٧). fAçlyh brnAmj ĀršAly nfsy fy tçdyl AlÂfkAr çyr AlçqlAnyh lzyAdħ AltWafq AlzWAjy ldÿ çynħ mn AlÂzwAj bmdynħ AlryAD 'mjħ rsAlħ Altrbyh wçlm Alnfs ç (٥٧) ، S.٢٥-٥٠.
٢٣. wzArħ Alçdl Alççwdyh (٢٠٢٠). Altqryr AlbyAny Alšry lwzArħ Alçdl 'Almmlkħ Alçrbyh Alççwdyh 'mrkz ðkA' AlÂçmAl wdçm AlqrAr 'tm AlAstrjAç mn AlrAbT:<https://www.moj.gov.sa/Documents/MonthlyReportBI/MojMonthlyReport.pdf>
