



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة 8 ماي 1945 قالمة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

عنوان المذكرة

الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة المتزوجة

أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولاية قالمة-أنموذجا-

مذكرة مكملّة لنيل شهادة الماستر / تخصص علم النفس العيادي

تحت إشراف الدكتورة

قرزط فتيحة

إعداد:

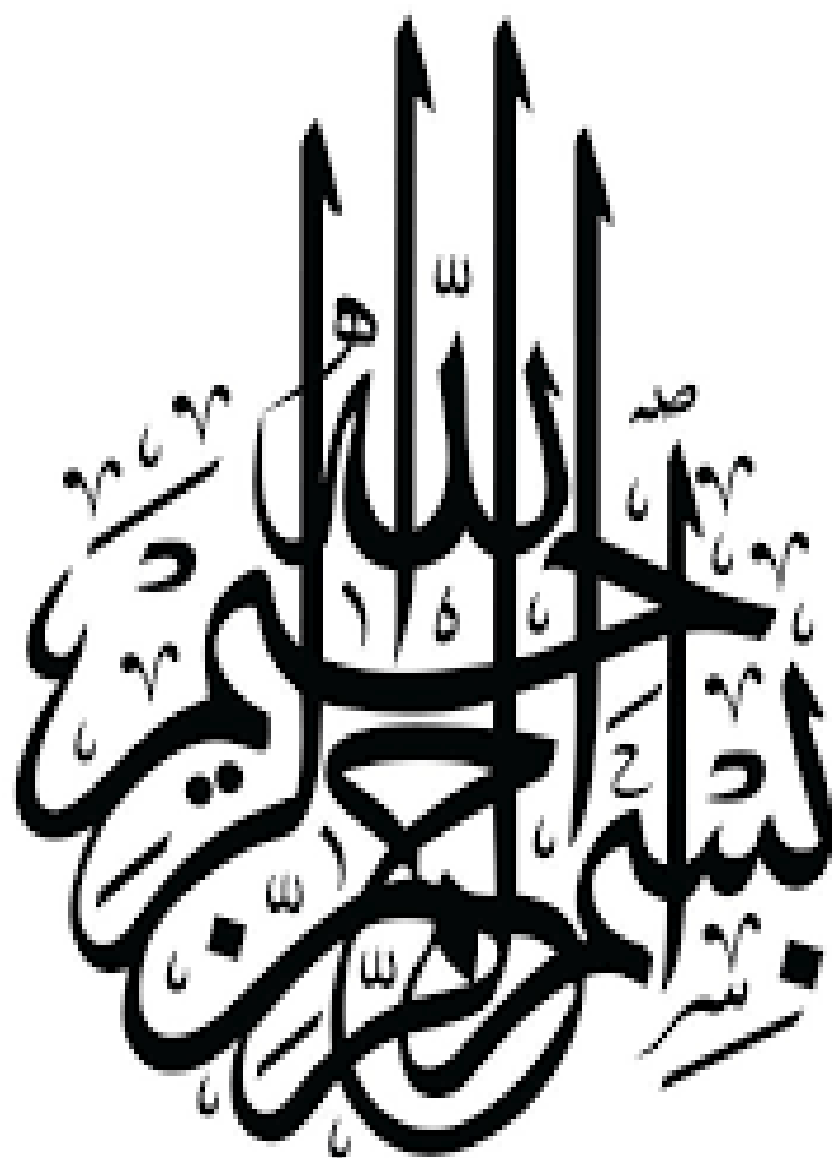
- بوحفص هناء

- رحمانية شيماء

لجنة المناقشة

الرقم	الاسم واللقب	الرتبة	مؤسسة الانتماء	الصفة
01	حرقاس وسيلة	أستاذ تعليم عالي	جامعة 8 ماي 1945 قالمة	رئيسا
02	قرزط فتيحة	أستاذ محاضر- ب	جامعة 8 ماي 1945 قالمة	مشرفا، مقررا
03	بورصا فاطمة الزهراء	أستاذ محاضر- ب	جامعة 8 ماي 1945 قالمة	عضوا مناقشا

السنة الجامعية: 2024- 2025



كلمة شكر وعرفان

الحمد لله الذي أنار درب العلم والمعرفة وأعاننا على أداء هذا الواجب ووفقنا إلى إنجاز هذا العمل.

ونتوجه بجزيل الشكر والامتنان إلى كل من ساعدنا من قريب أو بعيد

ونخص بالذكر أستاذتنا المشرفة "قرزط فتيحة" على قبولها المضي معنا في هذه الدراسة والتي لم تبخل علينا بتوجيهاتها ونصائحها والتي كانت لنا طريق لإتمام هذا العمل.

كما لا ننسى أستاذي الفاضل "تواتي عيسى" على توجيهاته ونصائحه الذي لم يبخلنا بها.
لكم جميعا جزيل الشكر والامتنان.

الطالبتان الباحثتان:

- بوحفص هناء

- رحمانية شيماء



فهرس المحتويات

العنوان	الصفحة
شكرو عرفان	
ملخص الدراسة	
مقدمة	أ- ب
الجانب النظري	
الفصل الأول: الإطار التصوري للدراسة	
أولاً: الإشكالية	5
ثانياً: فرضيات الدراسة	6
ثالثاً: أسباب اختيار الموضوع	6
رابعاً: أهمية الدراسة	6
خامساً: أهداف الدراسة	6
سادساً: تحديد مفاهيم الدراسة	7
سابعاً: الدراسات السابقة	7
ثامناً: التعقيب على الدراسات السابقة	10
الفصل الثاني: الصلابة النفسية أبعادها وأهميتها	
تمهيد	13
أولاً: تعريف الصلابة النفسية	14
ثانياً: نشأة مفهوم الصلابة النفسية	15
ثالثاً: أبعاد الصلابة النفسية	16
رابعاً: أهمية الصلابة النفسية	16
خامساً: خصائص الصلابة النفسية	17
سادساً: علاقة الصلابة النفسية ببعض المتغيرات	18
خلاصة الفصل	22
الفصل الثالث: التوافق الزوجي	
تمهيد	23
أولاً: تعريف التوافق الزوجي	24
1- تعريف التوافق	24
2- تعريف الزواج	24

25	3- تعريف التوافق الزوجي
26	ثانيا: التوافق الزوجي وبعض المفاهيم الأخرى
27	ثالثا: العوامل المؤثرة على التوافق الزوجي
29	رابعا: مظاهر التوافق الزوجي
29	خامسا: أهمية التوافق الزوجي
30	سادسا: أبعاد التوافق الزوجي
30	سابعا: النظريات المفسرة للتوافق الزوجي
33	خلاصة الفصل
الجانب الميداني	
الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة	
36	تمهيد
37	أولا: الدراسة الاستطلاعية
42	ثانيا: الدراسة الأساسية
42	1- مجالات الدراسة
42	2- منهج الدراسة
43	3- مجتمع الدراسة
43	4- أدوات جمع البيانات
47	5- الأساليب الإحصائية المستخدمة
48	خلاصة الفصل
الفصل الخامس: عرض النتائج ومناقشتها	
50	تمهيد
51	أولا: عرض النتائج
51	1- عرض نتائج الفرضية العامة
51	2- عرض نتائج الفرضيات الجزئية
51	2-1- عرض النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية الأولى
52	2-2- عرض النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية الثانية
52	ثانيا: مناقشة وتفسير النتائج
52	1- مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الفرضيات والتراث النظري
55	2- مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الدراسات السابقة
55	ثالثا: استنتاج عام

56	رابعاً: اقتراحات الدراسة
57	خاتمة
58	قائمة المراجع
	الملاحق

فهرس الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يوضح استجابات أستاذات التعليم الثانوي نحو السؤال: هل لديك القدرة على مواجهة المشكلات إن وجدت؟	37
02	يوضح استجابات أستاذات التعليم الثانوي السؤال: هل تشعرين أحياناً بالفشل؟	38
03	يوضح استجابات أستاذات التعليم الثانوي نحو السؤال: هل ترين أن الحظ يحالفك؟	38
04	يوضح استجابات أستاذات التعليم الثانوي نحو السؤال: هل تخططين للمستقبل أم تركيه للصدف؟	39
05	يوضح استجابات أستاذات التعليم الثانوي نحو السؤال: هل ترين بأن الحياة فرص ام عمل وكفاح؟	39
06	يوضح استجابات أستاذات التعليم الثانوي نحو السؤال: هل أنت قادرة على التوفيق بين أدوارك كزوجة وكعاملة بمهنة التدريس؟	40
07	يوضح استجابات أستاذات التعليم الثانوي نحو السؤال: هل تشعرين بالرضا عن علاقتك الزوجية؟	40
08	يوضح استجابات أستاذات التعليم الثانوي نحو السؤال: هل تجددين صعوبة في حل النزاعات الأسرية إن وجدت؟	41
09	يوضح استجابات أستاذات التعليم الثانوي نحو السؤال: هل تستطيعين التعبير عن مشاعرك لزوجك بحرية؟	41
10	يوضح استجابات أستاذات التعليم الثانوي نحو السؤال: هل هناك حوار بينك وبين زوجك؟	42
11	يوضح توزيع المبحوثين حسب الثانويات	43
12	يوضح توزيع بنود مقياس الصلابة النفسية	44
13	يوضح طريقة تصحيح مقياس التوافق الزوجي	46
14	يوضح نتائج معامل الارتباط بين الصلابة النفسية والتوافق الزوجي	51
15	يوضح نتائج اختبار "ت" للفروق بين متوسطات درجات مفردات البحث والمتوسط الفرضي لمقياس الصلابة النفسية	51
16	يوضح نتائج اختبار "ت" للفروق بين متوسط درجات مفردات البحث والمتوسط الفرضي لمقياس التوافق الزوجي	52

فهرس الأشكال

الصفحة	العنوان	الرقم
15	يوضح النموذج الأول لكوبازا في الصلابة النفسية	01

ملخص الدراسة

تهدف هذه الدراسة الموسومة بـ "الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة المتزوجة". أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولاية قالمة-أنموذجا- إلى الكشف عن ما إذا كانت هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والتوافق الزوجي لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولاية قالمة. كما تهدف إلى الكشف عن مستوى الصلابة النفسية والتوافق الزوجي لدى أستاذات التعليم الثانوي وادي الزناتي بولاية قالمة. حيث شملت عينة الدراسة الأساسية على (70) مفردة، واستخدمنا في دراستنا المنهج الوصفي الارتباطي مستعينين في ذلك على أدوات جمع البيانات والمتمثلة في مقياس الصلابة النفسية لعماد مخيمر (2007) المكون من (48) بند، ومقياس التوافق الزوجي لمسعودي زهية (2008) والمكون من (38) بند. وتمت معالجة البيانات الإحصائية باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية Spss25، وتوصلت نتائج الدراسة إلى ما يلي:

- 1- وجود علاقة ارتباطية قوية ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والتوافق الزوجي لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولاية قالمة.
- 2- وجود مستوى مرتفع من الصلابة النفسية لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولاية قالمة.
- 3- وجود مستوى ليس مرتفعا من التوافق الزوجي لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولاية قالمة بل هو في حدود المتوسط.

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية، التوافق الزوجي، المرأة العاملة المتزوجة.

Study summary:

This study, entitled " Psychological resilience and its relationship to marital compatibility among married working women. Female teachers at Wadi Zenati High School in Guelma Province - a model. aims to reveal whether there is a statistically significant correlation between psychological resilience and marital adjustment among female teachers at Wadi Zenati Secondary Schools in Guelma Province. It also aims to reveal the level of psychological resilience and marital adjustment among female secondary school teachers in Wadi Zenati Province in Guelma Province.

The primary study sample included (70) individuals. We used the descriptive correlational approach in our study, relying on data collection tools, namely the Psychological Resilience Scale of Imad Mukhaimer (2007), consisting of (48) items, and the Marital Adjustment Scale of Masoudi Zahiya (2008), consisting of (38) items. Statistical data were processed using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS25).

The study results revealed the following:

- 1- There is a strong, statistically significant correlation between psychological resilience and marital adjustment among female teachers. Female teachers at Oued Zenati High School in Guelma Province.

2. A high level of psychological resilience was found among female teachers at Oued Zenati High School in Guelma Province.

3. A low level of marital compatibility was found among female teachers at Oued Zenati High School in Guelma Province, but it was within the average range.

مقدمة

إن الإنسان يعيش في زمن كثرت فيه التحديات وتعددت في مختلف المجالات الحياتية، فقد تواجهه ضغوط في سبيل تحقيق أهدافه وأحلامه، أو في طريقه نحو إثبات ذاته. فهذه الضغوط قد تكون ذات مصدر داخلي أو خارجي، وتعتبر شيئاً طبيعياً في حياتنا، حيث تحدث نتيجة التفاعل المستمر للفرد مع بيئته.

ومن أكثر أفراد المجتمع عرضة للضغوط النفسية، قد نجد المرأة المتزوجة بشكل خاص المرأة العاملة والتي من الممكن أن تتعرض وبشكل مستمر للضغوط النفسية أثناء أدائها لمهامها الزوجية والعملية، مما تلجأ إلى استخدام أساليب مواجهة تسعى من خلالها لتحقيق التكيف. وتختلف استخدام هذه الأساليب من امرأة عاملة متزوجة إلى أخرى، فنجد بأن هناك فروق فردية، وكل منهن تتفاعل حسب خصائصها النفسية والاجتماعية وأنماطها المعرفية والسلوكية، وهذا يتوقف على مدى قدرتها وصلابتها في مواجهة الضغوط التي تعترضها. حيث أشار الباحثون بأن الصلابة النفسية هي إحدى سمات الشخصية التي تلعب دوراً هاماً في حماية الأفراد من الضغوط.

ويعتبر التوافق الزوجي عاملاً أساسياً لاستقرار الأسرة والحفاظ على توازنها، فهو عملية ديناميكية معقدة تتداخل فيها عوامل اجتماعية ونفسية يتأثر بها كل من الزوجين. وتواجه المرأة العاملة تحديات إضافية نظراً لتعدد أدوارها، مما قد يؤثر على أدائها المهني والأسري في آن واحد. حيث يعتبر التوافق الزوجي مؤشراً مهماً للصحة النفسية للمرأة، خاصة إذا ما وجد انسجام بين الأدوار الأسرية والمهنية. وعندما يتحقق التوازن بين هذين الجانبين، يمكن للمرأة أن تواجه الضغوط بثقة وتصل إلى نوع من الرضا الذاتي والنجاح الأسري. ففي حالة عدم التوافق تلجأ لاستخدام استراتيجيات نفسية لمواجهة هذه الضغوط، وهنا يظهر الدور الذي تلعبه الصلابة النفسية لدى المرأة والتي من شأنها أن تخفف من الضغوط وتتحدى الصعوبات وتتغلب عليها وتحقق التكيف والتوافق الزوجي.

وبناء على ما سبق ذكره تولدت لدينا الرغبة من خلال دراستنا في الكشف عن علاقة الصلابة النفسية بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة المتزوجة، التي تنبع من ملاحظة متكررة لحالات من عدم الانسجام الأسري التي ترتبط ارتباطاً مباشراً بزيادة الأعباء النفسية خاصة في غياب الدعم الاجتماعي والشخصي. ومن هنا ارتأينا تناول الموضوع من جانبين جانب نظري وجانب تطبيقي بحيث احتوى الجانب النظري على ثلاثة فصول هي على التوالي:

الفصل الأول: وهو عبارة عن فصل تصوري تضمن إشكالية الدراسة، تساؤلات وفرضيات الدراسة، أسباب اختيار الموضوع، أهمية الدراسة وأهدافها، مفاهيم الدراسة، وعرض الدراسات السابقة والتعقيب عليها.

الفصل الثاني: تضمن نشأة الصلابة النفسية، تعريف الصلابة النفسية، أبعادها، أهميتها، خصائصها، علاقة الصلابة النفسية ببعض المتغيرات، والنظريات المفسرة للصلابة النفسية.

الفصل الثالث: تناولنا فيه تعريف التوافق الزوجي، التوافق الزوجي وبعض المفاهيم الأخرى، العوامل المؤثرة في التوافق الزوجي، مظاهره، أهميته، أبعاده، والنظريات المفسرة للتوافق الزوجي.

أما الجانب التطبيقي تناولنا فيه فصلين هما:

الفصل الرابع: تضمن الدراسة الاستطلاعية، الدراسة الأساسية، مجالات الدراسة، منهج الدراسة، مجتمع الدراسة، أدوات جمع البيانات، وأساليب المعالجة الإحصائية.

الفصل الخامس: تناولنا فيه عرض النتائج الخاصة بفرضيات الدراسة، مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الفرضيات، ومناقشة وتفسير النتائج على ضوء الداسات السابقة، استنتاج عام، اقتراحات الدراسة.

الجانِب النظري

الفصل الأول

الإطار التصوري للدراسة

أولاً: إشكالية الدراسة

ثانياً: فرضيات الدراسة

ثالثاً: أسباب اختيار الموضوع

رابعاً: أهمية الدراسة

خامساً: أهداف الدراسة

سادساً: تحديد مفاهيم الدراسة

سابعاً: الدراسات السابقة والتعقيب عليها

خلاصة الفصل

أولاً: الإشكالية

يشغل الفكر الإنساني العديد من القضايا والموضوعات الاجتماعية، ومن بين هذه القضايا نجد الأسرة التي تعتبر من بين أهم الموضوعات التي تدور حولها كل القضايا. فهي تعتبر من أهم الجماعات الاجتماعية التي أولى لها علماء النفس مثل بقية العلوم الاجتماعية الأخرى اهتماماً خاصاً باعتبارها الوحدة الأساسية التي يتكون منها المجتمع البشري.

فالأُسرة هي أساس المجتمعات، لما لها من أهمية بالغة وقصوى كونها أول نظام اجتماعي عرفه الإنسان له خصائصه ووظائفه، فنجد لكل من الرجل والمرأة دور مهم فيها. ونظراً للتغيرات التي حصلت على مستوى المجتمعات العربية بصفة عامة من تحولات اجتماعية وسياسية واقتصادية، فهذه الأخيرة مست البناء الاجتماعي وخاصة البنية الأسرية، مما نتج عنه تغيير جذري في أدوار ووظائف الأسرة من بينها خروج المرأة للعمل.

لقد انتشرت ظاهرة خروج المرأة للعمل في العديد من المجتمعات وأصبحت جزءاً منها، مما استلزم على الأسرة إما المحافظة على استقرارها أو محاولة قبول التغير الحاصل على مستواها بسبب طغيان الوظيفة الاقتصادية عليها، فنجد بأن الحياة الزوجية أصبحت لا تمشي على وتيرة واحدة بل تعترضها بين الحين والآخر بعض المشكلات مما يتطلب إيجاد جو من التوافق الزوجي الذي يتضمن التحرر من الصراع والاتفاق النسبي بين الزوج والزوجة على الموضوعات الحيوية المتعلقة بحياتهما المشتركة، وكذلك المشاركة في الأنشطة والأعمال وتبادل للعواطف. وفي هذا السياق أشار روجرز (1972) للتوافق الزوجي على أنه "نتاج للتفاعل بين شخصية الزوجين والذي يحدد نجاح الزواج أو فشله، وأنه لا يوجد نمط معين من أنماط الشخصية يحدد نجاح الزواج، ويعد التفاعل بين الزوجين من أهم عوامل التوافق الزوجي". وحتى في الجانب الإسلامي نجد بأن الله شرع الزواج وامتن به على خلقه لقوله: "ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة إن في ذلك لآيات لقوم يتفكرون" (سورة الروم: الآية 21).

وعليه يمكن القول بأن ارتفاع مستوى التوافق الزوجي لدى الزوجين يزيد من القدرة على تحمل الضغوط الحياتية واجتياز الأزمات التي يواجهونها ويجعلهما أكثر سعادة بشكل عام، وأكثر قدرة على توظيف طاقتهما وقدرتهما للقيام بأعباء الأدوار الموكلة لكل منهما. ففي حالة عدم التوافق بين الزوجين تلجأ المرأة إلى استخدام استراتيجيات نفسية لمواجهة الضغوط التي تمر بها، وهنا يظهر الدور الذي تلعبه الصلابة النفسية الذي يسمح لها بإعادة بناء التوافق، وقد أكدت دراسة درقاوي وبن الزائر (2022) عن وجود علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية والتوافق الزوجي.

فالصلابة النفسية من بين المتغيرات الشخصية الهامة التي تساعد الفرد على التكيف مع متطلبات الحياة وضغوطها كالضغوط المهنية، فهي سمة إيجابية تساهم في قدرة المرأة على التحدي والالتزام بواجباتها العائلية والمهنية، والتحكم في الضغوط المحيطة على أحسن وأكمل وجه، وهذا ما أشار إليه (الخزاعلة وآخرون، 2013) على أن الصلابة تعمل كحاجز أمام المواقف الضاغطة أو المهددة، ويتسم ذوي الصلابة العالية بالالتزام المتزايد والشعور بالسيطرة وروح التحدي. ومما سبق ذكره سنحاول من خلال دراستنا الحالية التعرف على العلاقة الارتباطية بين الصلابة النفسية والتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة المتزوجة وعليه يمكننا طرح التساؤل التالي:

هل هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الصلابة النفسية والتوافق الزوجي لدى أستاذات ثانويات وادي قالم؟
ويتفرع عن هذا التساؤل الأسئلة الفرعية التالية:

- ما هو مستوى الصلابة النفسية لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي قالم؟
- ما هو مستوى التوافق الزوجي لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي قالم؟

ثانياً: فرضيات الدراسة

الفرضية العامة:

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والتوافق الزوجي لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولاية قلمة.

الفرضيات الجزئية:

- مستوى الصلابة النفسية مرتفع لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولاية قلمة.

- مستوى التوافق الزوجي مرتفع لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولاية قلمة.

ثالثاً: أسباب اختيار الموضوع

1- الأسباب الذاتية:

- انتشار ظاهرة خروج المرأة للعمل الذي أصبح يؤثر بشكل أو بآخر على المستوى النفسي والشخصي.

- اعتبار المرأة فرد مؤثر داخل أسرتها وفي مكان عملها.

2- الأسباب الموضوعية:

- المرأة العاملة المتزوجة تواجه تحديات متعددة بين العمل والأسرة، مما يجعل الصلابة النفسية ضرورية لتحقيق التوازن.

- ربط عمل أستاذات التعليم الثانوي بمتغيرات جد هامة تتمثلة في الصلابة النفسية والتوافق الزوجي.

- محاولة فهم المرأة على أنها عنصر فعال في المجتمع.

- التوافق الزوجي عامل رئيسي في تحقيق الاستقرار النفسي والاجتماعي.

- يمكن تطبيق نتائج الدراسة الحالية في إعداد برامج لدعم أستاذات التعليم الثانوي وتحسين الحياة الزوجية.

رابعاً: أهمية الدراسة

- تكمن أهمية الدراسة في أهمية متغيراتها، فمفهوم الصلابة النفسية هو عبارة عن مفهوم نسي حديث، أو يتماشى مع

النظرة الحديثة لعلم النفس التي تدعو إلى التركيز على إيجابيات الفرد.

- كذلك يعتبر هذا المفهوم من متغيرات علم النفس الإيجابي الذي يعد مؤشراً هاماً للدلالة على الصحة النفسية والتي

تعتبر أساس نجاح العلاقة الزوجية. كما تكمن أهمية مصطلح التوافق الزوجي في الحفاظ على استقرار البنية الأسرية

وتوازنها.

- بالإضافة إلى ذلك فإن موضوع دراستنا يمس فئة مهمة من المجتمع وهي الزوجة العاملة، وبالتالي نستطيع من خلال بحثنا

هذا مساعدة الأخصائيين النفسيين في إيجاد استراتيجيات أو أساليب تساهم في التخفيف من الانعكاسات السلبية لعمل

المرأة، سواء كان ذلك على نفسها أو على علاقتها بزوجها.

خامساً: أهداف الدراسة

تهدف هذه الدراسة إلى ما يلي:

- الكشف عن وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والتوافق الزوجي لدى أستاذات ثانويات

وادي الزناتي بولاية قلمة عند مستوى الدلالة 0,05.

- الكشف عن مستوى الصلابة النفسية لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولاية قلمة.

- الكشف عن مستوى التوافق الزوجي لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولاية قالمه.

سادسا: تحديد مفاهيم الدراسة

1- الصلابة النفسية Psychological hardiness :

عرفها مخيمر أنها نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد اتجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله واعتقاد الفرد بأنه بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يواجهه من أحداث ويتحمل المسؤولية عنها، وأن ما يطرأ على جوانب حياته من تغير هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديدا وإعاقة له (فاطمة، ورمضان 2021، ص316).

وتعرف الصلابة النفسية إجرائيا: بأنها الدرجة الكلية التي تحصلت عليها النساء العاملات المتزوجات من خلال إجابتهن على بنود مقياس الصلابة النفسية المستخدم في هذه الدراسة.

2- التوافق الزوجي Marital compatibility :

يرى الحنطي (1998م) بأنه استجابة سلوكية ثنائية تشمل على التوفيق في الاختيار للزواج والاستعداد للمسؤوليات الزوجية، والتشابه في القيم والاحترام المتبادل والتعبير عن المشاعر والإشباع الجنسي، والاتفاق في الأمور المالية وفي أساليب التربية للأبناء (بن غدفة، 2022، ص335).

ويعرف إجرائيا: التوافق الزوجي هو ما يعبر عنه بالدرجة الكلية المتحصل عليها من خلال استجابة المرأة العاملة المتزوجة على بنود هذا المقياس.

3- المرأة العاملة المتزوجة Married working woman :

هي المرأة التي تمارس نشاطا مكافئاً وتتقاضى مقابله مبلغا ماليا، بخلاف العمل المنزلي غير المأجور.

وتعرف كذلك على أنها تعمل خارج نطاق الأسرة سواء في مؤسسات القطاع الحكومي أو الخاص التي تتيح لها العمل في مقابل أجر مادي (يحيوي، 2018، ص 40).

والمرأة العاملة المتزوجة حسب دراستنا هي أستاذة التعليم الثانوي التي تزاوّل مهنة التدريس بإحدى ثانويات بلدية وادي الزناتي بولاية قالمه.

سابعا: الدراسات السابقة

تعتبر الدراسات السابقة خطوة مهمة في إنجاز البحث العلمي حيث تساهم في صياغة عنوان ومشكلة البحث، بالإضافة إلى تزويدنا بمختلف المعلومات والمصادر حول موضوع الدراسة، والمساهمة في اختيار الأدوات المناسبة وأيضا تساعد الباحث على كيفية عرض ومناقشة النتائج والاستدلال عليها من خلالها. ومن بين هذه الدراسات نذكر ما يلي:

- الدراسات المحلية

1- دراسة خيرة شويطر ونادية يوب الزقاي مصطفى (2015): تناولت هذه الدراسة موضوع الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات بقطاع التعليم بوهران، حيث هدفت للكشف عن مستوى الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات، واعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي والسيكومتري على عينة من (200) عاملة وقد تمثلت أدواتها في مقياس الصلابة النفسية لمخيمر (2002)، وتوصلت نتائج هذه الدراسة إلى وجود مستوى مرتفع من الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات.

2- دراسة أمال بوعيشة، سامية عدائكة ونعيمة غازلي (2020): تناولت هذه الدراسة موضوع الصلابة النفسية وعلاقتها بصراع الأدوار لدى المرأة العاملة، وهدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الصلابة النفسية وصراع الأدوار لدى المرأة العاملة، وقد تكونت عينة الدراسة من 30 امرأة متزوجة عاملة من مدينة بسكرة، وتمت الدراسة باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي، معتمدين في ذلك على مجموعة من الأدوات تمثلت في مقياس الصلابة النفسية للباحث أحمد محمد مخيمر (2002)، واستبيان صراع الأدوار للباحثة أبو بكر عائشة (2007)، وخلصت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الصلابة النفسية وصراع الأدوار.

3- دراسة فاطمة الزهراء وسلامي باهي (2024): تناولت هذه الدراسة موضوع الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى عينة من معلمات المرحلة الابتدائية، وهدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الصلابة النفسية والتوافق الزوجي لدى عينة من معلمات المرحلة الابتدائية بمدينة الجلفة، والكشف على مستوى الصلابة النفسية ومستوى التوافق الزوجي، تكونت عينة الدراسة من 60 معلمة، وتم استخدام المنهج الوصفي، واعتمد في جمع البيانات على مقياس الصلابة النفسية لعماد محمد مخيمر (2002)، ومقياس التوافق الزوجي لإيمان محمود عبيد (2024)، واستخدم في تحليل النتائج على أساليب إحصائية ملائمة منها برنامج Spss25، وقد أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائية بين الصلابة النفسية والتوافق الزوجي، وأيضاً مستوى الصلابة النفسية مرتفع ومستوى التوافق الزوجي متوسط لدى عينة من معلمات المرحلة الابتدائية بمدينة الجلفة.

- الدراسات العربية

1- دراسة عبد الرحمان محمود محمد (2018): تناولت هذه الدراسة موضوع التوافق الزوجي وعلاقته بالصلابة النفسية والتعاطف واستراتيجيات المواجهة لدى طالبات الجامعة، حيث هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية والتعاطف واستراتيجيات المواجهة لدى طالبات الجامعات بمصر والتوافق الزوجي، حيث تكونت عينة الدراسة من 50 طالبة من جامعة القاهرة وجامعة عين شمس وجامعة سوهاج العام الدراسي (2017-2018)، وشملت أدوات الدراسة مقياس الصلابة النفسية، ومقياس التعاطف، ومقياس إستراتيجية المواجهة، ومقياس التوافق الزوجي، واستمارة المستوى الاجتماعي الثقافي للأسرة لدى طالبات الجامعة، حيث أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية والتعاطف واستراتيجيات المواجهة والتوافق الزوجي لدى طالبات الجامعة.

2- دراسة وفاء خالد إبراهيم غيطان (2019): تناولت هذه الدراسة موضوع معايير اختيار الشريك وعلاقته بالتوافق الزوجي لدى عينة من المتزوجين العاملين في مدارس بمديرية التربية والتعليم في محافظة رام الله والبيرة، حيث هدفت إلى معرفة العلاقة بين معايير اختيار الشريك والتوافق الزوجي لدى المتزوجين العاملين في مدارس بمديرية التربية والتعليم، ومن أجل تحقيق هدف الدراسة استخدم المنهج الوصفي الارتباطي وطورت لهذا الغرض استبانة مكونة من (45) فقرة موزعة تقيس متغيري معايير اختيار الشريك (النفسية، الاقتصادية، الصحي والبدني، الديني والقيمي والاجتماعي) والتوافق الزوجي، وطبقت على عينة تضمنت (245) معلماً ومعلمة، حيث اختيرت بالطريقة الطباقية العشوائية، وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج التي توضح علاقة الارتباط بين معايير اختيار الشريك والتوافق الزوجي، والتي تشير إلى أن أكثر المعايير ارتباطاً بالتوافق الزوجي هو الجانب الاقتصادي، يليه الجانب الصحي والبدني، يليه الجانب الديني والقيمي، يليه الجانب النفسي، يليه الجانب الاجتماعي، وقد تبين بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha < 0.05$) في معايير اختيار الشريك لدى العينة تعزى لمتغيرات الجنس والمستوى الاقتصادي ومكان السكن.

وكذلك تبين أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha < 0.05$) في مستوى التوافق لدى عينة المتزوجين العاملين في مديرية التربية والتعليم في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير المستوى الاقتصادي باستثناء المجال الاجتماعي لصالح أكثر من 3000 شيقل.

3-دراسة صفاء سعيد أجنيدي (2020): تناولت هذه الدراسة موضوع التوافق الزوجي لدى عينة من الأزواج وعلاقته بأعراض الاضطرابات النفسية عند أبنائهم من طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الخليل، حيث هدفت هذه الدراسة للتعرف على التوافق الزوجي وعلاقته بأعراض الاضطرابات النفسية لدى الأبناء في المرحلة الثانوية في محافظة الخليل، بحيث تكونت العينة من 171 طالب وطالبة وأيضاً على 171 أباً و 171 أمّاً من آباء وأمهات الطلبة عينة الدراسة، حيث طبق مقياس التوافق الزوجي ومقياس أعراض الاضطرابات النفسية لدى الأبناء، حيث أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة عكسية بين التوافق الزوجي وأبعاد من جهة وبين الاضطرابات النفسية ومجالاتها من جهة، بحيث بلغ معامل الارتباط للعلاقة بينهما (-0.496)، وبينت كذلك النتائج أن مستوى التوافق الزوجي لدى أبناء وأمهات طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الخليل جاء متوسطاً إذ بلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية لمستوى التوافق الزوجي (2.80) بنسبة مئوية بلغت (56.0%). وكان مستوى التوافق الزوجي لدى الزوج منخفضاً بمتوسط حسابي بلغ (2.21) أما الزوجة فكان مستوى التوافق الزوجي لديها بمتوسط حسابي بلغ (3.39). وتوصلت كذلك إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات مستوى التوافق الزوجي لدى آباء وأمهات عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات مستوى التوافق الزوجي تعزى لمتغير طريقة الزواج، لصالح طريقة الزواج التقليدية. وأظهرت النتائج أيضاً عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات مستوى التوافق الزوجي لدى آباء وأمهات عينة تعزى لمتغيرات (المستوى التعليمي، عدد الأبناء، فارق العمر بين الزوجين). حيث تبين أن أعراض الاضطرابات النفسية لدى عينة الدراسة كان متوسطاً بمتوسط حسابي قدره (2.65). وتوصلت الباحثة كذلك إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أعراض الاضطرابات النفسية لدى الأبناء في المرحلة الثانوية بمحافظة الخليل تعزى لمتغير الجنس، بينما ظهرت فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أعراض الاضطرابات النفسية لدى العينة تعزى لمتغير الجنس في المجال الاجتماعي لصالح الذكور، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الصف لصالح طلبة الصف العاشر.

- الدراسات الأجنبية

لقد اعتمدنا على دراسات من أطروحة دكتوراه للباحث سراي مهدي بعنوان الاحتراق النفسي وعلاقته بالتوافق الزوجي لدى أساتذة المرحلتين المتوسطة والثانوية (2012) والتي تناولت:

- دراسة (kitamura et al (1995): هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العوامل المرتبطة بالتوافق الزوجي في المجتمع الياباني، وبلغ حجم العينة 146 فرداً، واستخدم الباحثان المقابلة واختبار التوافق الزوجي بعد تقنيته على المجتمع الياباني واختبار الشخصية (أيزنك) ومقياس الأساليب الوالدية، ومقياس الرغبة الاجتماعية، وقد أوضحت النتائج أن العوامل المرتبطة بالتوافق الزوجي في المجتمع الياباني هي وجود جوانب حياتية متعددة يتفق عليها الزوجين، الثقة بالشريك والتمسك به وقت الأزمات، عدم إطالة وقت النزاع والخصام بين الزوجين، عدم الخروج كثيراً من المنزل والاستمتاع عند المكوث فيه.

- دراسة (singh & seshma (2006 : حيث هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الفروق في درجات التوافق الزوجي بين الأزواج والزوجات باختلاف الوظيفة والمستوى التعليمي للزوجة، وقد طبقت الدراسة على 300 امرأة هندية كان من بينهم

150 امرأة عاملة، و150 امرأة غير عاملة وقد قسمت كل عينة إلى ثلاث فئات حسب المستوى التعليمي (فوق الجامعي، تعليم جامعي، غير متعلّقات) وكان العدد في كل فئة 50 امرأة، وقد دلت نتائج الدراسة على أن البعد الجنسي في التوافق الزوجي لم يتأثر بمستوى التعليم، كما أبدى أزواج صاحبات الوظائف المرموقة ومن يصنفن في المستوى الجامعي والمستوى فوق الجامعي مستويات مرتفعة من التوافق الزوجي مقارنة مع الزوجات المستقلات ماديا، وأن الزوجات اللواتي يصنفن في المستوى الثالث من التعليم كن أكثر توافقا من الزوجات في المستويين الأولين (فوق الجامعي) والثاني (الجامعي) من التعليم.

ثامنا: التعقيب على الدراسات السابقة

تعددت أهداف كل دراسة فبعض الدراسات اهتمت بمتغير الصلابة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات الأخرى (التعاطف، إستراتيجيات المواجهة، صراع الأدوار)، كدراسة عبد الرحمان محمود محمد، أمال بوعيشة وسامية عدائكة ونعيمة غازلي. أما فيما يخص التوافق الزوجي فنجد دراسات تناولت العلاقة بينه وبين بعض المتغيرات (أعراض الاضطرابات النفسية، التعاطف، إستراتيجيات المواجهة)، كدراسة صفاء سعيد أجنيد وعبد الرحمان محمود محمد. في حين توافقت أهداف بعض الدراسات مع دارستنا الحالية كدراسة كل من فاطمة الزهراء وسلامي باهي التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية والتوافق الزوجي.

نجد من خلال استعراضنا للدراسات السابقة أن في دراسة المتغيرين الصلابة النفسية وكذلك التوافق الزوجي كل الدراسات استخدمت المنهج الوصفي، وهذا ما يتوافق مع دارستنا الحالية.

أما من حيث مجتمع الدراسة لقد اختلفت العينات الواردة في الدراسات السابقة، من حيث الحجم كدراسة خيرة شويطر ونادية يوب الزقاي (2015)، وكذلك دراسة كل من دراسة وفاء خالد غيطان (2019)، وأيضا دراسة صفاء سعيد أجنيد (2020)، التي اعتمدوا على عينات كبيرة وهذا ما لا يتفق مع دارستنا الحالية، أما بالنسبة للدراسات التي كانت نوعا متقاربة من حيث الحجم لدارستنا هي دراسة كل من فاطمة الزهراء وسلامي باهي (2024)، ودراسة عبد الرحمان محمود محمد (2018)، وفي النوع اختلفت مع دراسة صفاء سعيد أجنيد (2020)، التي تكونت من طلاب وطالبات وآبائهم وأمهاتهم. ونتيجة لتعدد أهداف كل دراسة من الدراسات السابقة، نلاحظ تنوع في أدوات جمع البيانات، فقد استخدمت مقاييس شتى تخدم أهداف كل دراسة حيث نجد أن أغلب الدراسات تناولت مقياس الصلابة النفسية لمحمد مخيمر (2002) بالإضافة إلى مقياس التعاطف، مقياس إستراتيجية المواجهة، مقياس التوافق الزوجي واستمارة المستوى الاجتماعي الثقافي للأسرة، مقياس أعراض الاضطرابات النفسية عند الأبناء واستبيان صراع الأدوار.

خلاصة الفصل

تضمن الإطار التصوري للدراسة إشكالية البحث وفرضياته، كما شمل الأسباب والأهمية التي دفعتنا إلى اختيار هذا الموضوع، وكذلك الأهداف المتوخاة من وراء ذلك، بالإضافة إلى تقديم مفاهيم حول مصطلحات الدراسة، وصولاً إلى عرض مجموعة من الدراسات السابقة، والتعقيب عليها باعتبارها الأرضية التي تنطلق منها الدراسة الحالية.

الفصل الثاني

الصلابة النفسية أبعادها وأهميتها

تمهيد

أولاً: تعريف الصلابة النفسية

ثانياً: نشأة مفهوم الصلابة النفسية

ثالثاً: أبعاد الصلابة النفسية

رابعاً: أهمية الصلابة النفسية

خامساً: خصائص الصلابة النفسية

سادساً: علاقة الصلابة النفسية ببعض المتغيرات

سابعاً: النظريات المفسرة للصلابة النفسية

خلاصة الفصل

تمهيد

إن حياة الفرد لا تكاد تخلو من الضغوط، ومما لا شك فيه أن الإنسان يواجه في حياته اليومية مجموعة من الأزمات والضغوطات التي تؤثر على الصعيد النفسي والسلوكي، مما يشعر بالإحباط والعدوان وتختلف قدرة الفرد في التحمل والمواجهة من فرد لآخر، فمنه من يحبط ويأس ومنه من يميل إلى المقاومة والصمود وكذا استخدام أسلوب المواجهة وكل هذا راجع إلى صلابتهم النفسية. وهذا ما سنتطرق إليه في هذا الفصل من نشأة وتعريف الصلابة النفسية، أبعادها، أهميتها، علاقتها ببعض المتغيرات وخصائص الأفراد ذوي الصلابة النفسية المرتفعة والمنخفضة وأخيرا النظريات المفسرة للصلابة النفسية.

أولاً: تعريف الصلابة النفسية (Psychological Hardiness):

إذا بحثنا عن مفهوم الصلابة النفسية في القواميس العربية نجدها تعني: صلب، أي شديد صلب الشيء، فهو صلب وصلب أي شديد. (جديد والشايب، 2018، ص788)

اصطلاحاً: تعرف الصلابة النفسية بأنها مصدر من المصادر الشخصية (الذاتية) لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة والتخفيف من أثارها على الصحة النفسية والجسمية. فالصلابة النفسية تساهم في تسهيل وجود ذلك النوع من الإدراك والتقويم والمواجهة، الذي يقود إلى التوصل إلى الحل الناجح للموقف الذي خلقت الظروف الضاغطة، وعلى ذلك فالصلابة النفسية تخفف من أثر الضغوط وتساهم في مساعدة الأفراد على الاستمرار في إعادة التوافق. (جمال، 2011، ص99)

تعريف مخيمر:

أنها نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد اتجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله، واعتقاد الفرد بأنه بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يواجهه من أحداث ويتحمل المسؤولية عنها، وأن ما يطرأ على جوانب حياته من تغير هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً وإعاقة له. (بن العربي وعموم، 2021، ص316)

ويرى كونستانتنوا (konstantinnou):

أن الصلابة النفسية عبارة عن أفعال من جانب الفرد تقيم وتواجه الأحداث الضاغطة التي قد تؤثر على صحته، فيمكن لمكوناتها أن تربي الفرد لتقييم الأحداث الضاغطة وتجعلها أقل تهديداً لها ليتمكن من النظر إلى نفسه على أنه أكثر كفاءة في مواجهتها. (رحمة، 2020، ص264)

عرفت كوبازا:

الصلابة النفسية بأنها مجموعة من السمات التي تتمثل في اعتقاد أو اتجاه عام لدى الفرد بكفاءته وقدرته على استغلال مصادره وإمكاناته النفسية (الذاتية) والبيئة المتاحة كافة، كي يدرك الأحداث الحياتية الصعبة إدراكاً غير محرف أو مشوه، ويفسرها بواقعية وموضوعية ومنطقية، ويتعايش معها على نحو إيجابي وأنها تتضمن ثلاث أبعاد (الالتزام، التحكم، التحدي). (عايدة وعبد العظيم دس، ص48)

بينما عرفها الحجارودخان بأنها اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه أحداث الحياة الضاغطة بفاعلية. (رحمة، 2020، ص264)

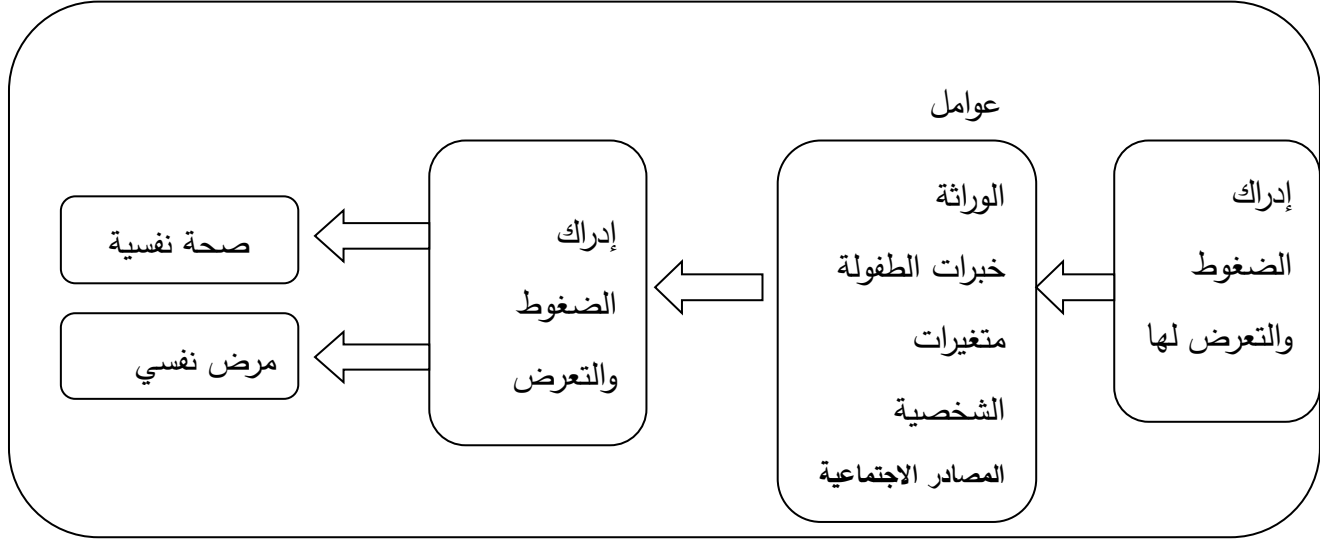
مما سبق ذكره يتبين أن الصلابة النفسية، هي سمة شخصية هامة ذات الطبيعة النفسية والاجتماعية والتي يجب أن يمتلكها الفرد، لأنها تساعد في الحفاظ على الصحة النفسية والجسمية وفي التصدي للضغوط والأزمات.

ثانياً: نشأة مفهوم الصلابة النفسية

نشأ على يد الأمريكية Ko basa Suzanne أثناء إعدادها لرسالة الدكتوراه تحت إشراف أستاذها Maddi بجامعة شيكاغو بالولايات المتحدة الأمريكية وانتهت منها سنة 1977، وفي أبحاثها التي استكملت فيها أبعاد للصلابة النفسية والمتغيرات المرتبطة بها.

فقد لاحظت Kobasa أن بعض الأفراد يستطيعون تحقيق ذواتهم وإمكاناتهم الكامنة بالرغم من تعرضهم للكثير من الإحباط والضغوط، لذلك فقد كانت ترى أنه يجب التركيز على الأفراد الأسوياء الذين يشعرون بقيمتهم ويحققون ذواتهم

ورأت أيضا أن السبب في عدم تأثير هؤلاء الأفراد بالضغط هو العوامل الوسيطة Médiators بين التعرض للضغط ونواتجها، وقدمت نموذجا الأول عن العلاقة بين الضغوط والأمراض في سنة 1979 وهذا النموذج كما يلي:



(جامع، 2024، ص32)

الشكل رقم (01): يوضح النموذج الأول لكوبازا في الصلابة النفسية

يبين هذا النموذج أن هناك نواتج للضغوط والتعرض لها وهي الحصول على الصحة النفسية أو المرض النفسي وحدوث هذه النواتج متعلق بتأثير العوامل الوسيطة والتي تعمل على تقييم الضغط واستخدام الوراثة وخبرات الطفولة ومتغيرات الشخصية وكذلك المصادر الاجتماعية، أي العوامل الوسيطة لها علاقة بكل من إدراك الضغط ونتيجته. غالبا ما يستجيب الأفراد للضغط بطرق مختلفة، فهناك من الأفراد الذين يستسلمون بيأس لمجرد حدوث أبسط خطأ في خططهم التي رسموها لأنفسهم، وبالمقابل يوجد آخرون يبدون قادرين على مواجهة النكبات والتحديات مستجمعين ما لديهم من إمكانيات ذاتية واجتماعية لاحتواء المشكلة، ويتوقف التأثير الذي يمكن أن ينشأ عن احتمال التعرض لأي حدث ضاغط بشكل رئيسي على كيفية تقييم الفرد له.

اشتقت كوبازا Kobasa مصطلح "الصلابة النفسية متأثرة بالفكر الفلسفي الوجودي الذي يرى أن الإنسان في حالة صيرورة مستمرة، والذي يركز في تفسيره لسلوك الإنسان على المستقبل لا على الماضي، ويرى أن دافعية الفرد تتبع أساسا من البحث المستمر المتنامي عن المعنى والهدف من الحياة.

فهؤلاء الأفراد الذين يتسمون بالصلابة النفسية لديهم القدرة على التحكم ولديهم الالتزام تجاه القيم والأخلاق ولديهم القدرة على التحدي واعتبار أن التغير ليس تهديدا لهم بقدر ما هو اختبار لقوتهم وصلبتهم.

وهذا ما أشار إليه عمور عمر وآخرون (2013) في دراستهم الموسومة بمستوى الصلابة النفسية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة "أن علماء النفس والباحثين أجمعوا على أن الصلابة النفسية مصدر من المصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة والتخفيف من أثارها على الصحة النفسية والجسمية، حيث يتقبل الفرد التغيرات والضغوط التي يتعرض لها وينظر لها على أنها نوع من التحدي وليس تهديدا فيركز جهوده على الأعمال التي تؤدي غرضا معينا وتعود عليه بالفائدة.

ومن خلال ما سبق يتبين بأن الصلابة النفسية هي عبارة عن عامل وسيط يعمل على تعديل إدراك تأثيرات الأحداث الضاغطة المتعرض لها وتأثيرها على الصحة الجسمية والنفسية للفرد.

ثالثاً: أبعاد الصلابة النفسية

تعرفها كوبازا kobassa بأنها اعتقاد عام للفرد في فاعليته وقدرته على استعمال كل المصادر النفسية والاجتماعية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه أحداث الحياة الضاغطة، وتشير إلى أن الصلابة النفسية تتكون من ثلاثة أبعاد هي:

1.3 الالتزام commitment :

وهو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه وللآخرين من حوله، مما يجعله ينظر إلى المواقف الضاغطة على أنها تجلب المتعة. (فاطمة الزهراء وسلامي، 2024، ص101) ويعرفه عبد الرحمان أبو ندى (2007): بأنه اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته، وتحديد أهدافه وقيمه في الحياة وتحمله المسؤولية، وانه يشعر أيضاً إلى اعتقاد الفرد بقيمة وفائدة العمل الذي يؤديه لذاته، أو للجميع.

2.3 التحكم control :

ويشير إلى مدى اعتقاد الفرد بأنه بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقيه من أحداث وتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له، ويرى أن الأحداث متغيرة وليست ثابتة ويتضمن القدرة على اتخاذ القرارات والقدرة على تفسير الأحداث والقدرة على مواجهة الفعالة للضغوط. (بن العربي وعموم، 2021، ص101)

3.3 التحدي chalone : وهو اعتقاد الفرد في أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته هو أمر مثير وفرصة ضرورية للنمو أكثر من كونه تهديداً له، ويمثل جانباً طبيعياً في الحياة، مما يساعده على معرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد على مواجهة الضغوط بفعالية. (فاطمة الزهراء وسلامي، 2024، ص101)

أما الباحث توماكا (tomaka): فقد أشار إلى التحدي بأنه: تلك الاستجابات المنظمة التي تنشأ رداً على المتطلبات البيئية، وهذه الاستجابات تكون ذات طبيعة معرفية أو فسيولوجية أو سلوكية، وقد تجتمع معا وتوصف بأنها استجابات فعالة.

مما سبق نستنتج بأن أبعاد الصلابة النفسية تعتبر خصائص مهمة تعمل على حماية الفرد لما يتعرض له من أحداث ضاغطة، وتلخص أبعاده في ثلاث أبعاد أساسية: الالتزام، التحكم والتحدي.

رابعاً: أهمية الصلابة النفسية

إن الصلابة النفسية مركب مهم من مركبات الشخصية القاعدية التي تقي الإنسان من أثار الضغوط الحياتية المختلفة، وتجعل الفرد أكثر مرونة وتفاؤلاً وقابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة، كما أن الصلابة النفسية عامل حماية من الأمراض الجسدية والاضطرابات النفسية.

فالصلابة النفسية تسمح للفرد أن يبقى مركزاً على مهامه، ولا يشوش بعوامل خارجية، فالأشخاص المتناسكون لديهم صلابة نفسية تمكنهم من التغلب على صعوبات الحياة، أنهم يبقون مركزين يستمتعون بالحياة أكثر، وهي تحسن من أدائهم المهني ومهاراتهم الشخصية.

فالصلابة النفسية تكمن أهميتها في:

- تعديل من إدراك الأحداث الضاغطة وتجعلها اقل وطأة على الفرد

- تؤدي إلى أساليب مواجهة نشطة أو تنقل الفرد من حال إلى حال.
 - تؤثر في أسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها على الدعم الاجتماعي.
 - تقود إلى التغيير في الممارسات الصحية مثل إتباع نظام غذائي صحي وممارسة الرياضة وهذا بالطبع يقلل من الإصابة بالأمراض الجسمية والنفسية. (مهدي، 2015، ص30)
 - كما أنها مركب مهم من مركبات الشخصية القاعدية.
 - تحمي الإنسان من آثار الضغوط الحياتية المختلفة.
 - تجعل الفرد أكثر مرونة وتفاؤلاً وقابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة. (هبة ونشمية، 2020، ص5)
 - تعمل كعامل حماية من الأمراض (حماية من الأمراض الجسمية والاضطرابات النفسية).
- مما سبق نجد بان للصلابة النفسية أهمية بالغة وقصوى في جميع الأنشطة الحياتية، فهي التي تتحكم في الفرد وتمكنه في الاستمرارية وتمنحه القدرة على مواجهة الضغوط والأزمات، وتحقيق التكيف والتوافق.

خامساً: علاقة الصلابة النفسية ببعض المتغيرات

✓ التفاؤل:

يتشابه كل من مفهومي الصلابة النفسية والشعور بالتفاؤل في التأثير الإيجابي على الصحة، بينما توجد عدة أمور مميزة بين المفهومين، فالشعور بالتفاؤل يرتبط بالتكيف مع الأحداث الضاغطة ولكن لا يمكنه التقليل من الإصابة بالأمراض الناتجة عن التعرض لآثار هذه الأحداث الضاغطة، ولكن لا يمكنه التقليل من الإصابة بالأمراض الناتجة عن التعرض لآثار هذه الأحداث الضاغطة، بينما يعتبر مفهوم الصلابة النفسية واقياً من الإصابة من الأمراض عند التعرض للأحداث الضاغطة. (علي، 2020، ص36)

✓ التكيف النفسي:

التكيف في علم النفس هو تلك العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف بها الشخص إلى أن يغير سلوكه، ليحدث علاقة أكثر توافقاً بينه وبين البيئة، وبناء على ذلك الفهم نستطيع أن نعرف هذه الظاهرة بأنها القدرة على تكوين العلاقات المرضية بين المرء وبيئته، والبيئة هنا تشمل كل المؤثرات والإمكانات والقرى المحيطة بالفرد، والتي يمكنها أن تؤثر على جهوده للحصول على الاستقرار النفسي والبدني في معيشتة.

وهنا نجد بان الصلابة النفسية والتكيف النفسي يعملان على خفض التوتر ومواجهة الظروف الضاغطة وتخطي المعوقات. (فهبي، 1978، ص11)

✓ قوة الأنا:

يوضح يسري محمد تداخل كل من مفهومي قوة الأنا والصلابة النفسية، فقوة الأنا تعمل على تدعيم سلامة الفرد النفسية تجاه الأحداث الضاغطة، بينما تعمل الصلابة النفسية جاهدة على وقاية الفرد من وطأة الاضطراب النفسي والجسدي عند الأزمات والشدة. (علي، 2020، ص36)

✓ المرونة النفسية:

إن المرونة النفسية تصف قدرة الفرد على التوقع والتحمل والتعافي من الضغوط والصدمات الخارجية "سواء كانت جسدية أو عاطفية أو اقتصادية"، وتشمل أيضا الصلابة النفسية القدرة على تجاوز المحن والصعاب التي يعيشها الفرد في حياته اليومية. (لمياء، 2022، ص1054)

من خلال عرض بعض المتغيرات نجد أن الصلابة النفسية تعتبر من أهم العوامل النفسية التي يعتمد عليها الإنسان خاصة من أجل الحفاظ على صحته النفسية، فلهذا مفهوم الصلابة النفسية نجده متداخلا مع العديد من المفاهيم الأخرى كقوة الأنا والمرونة النفسية وكذلك يتشابه مع التفاؤل والتكيف النفسي.

سادسا: النظريات المفسرة للصلابة النفسية:

➤ نظرية كوبازا:

تعتبر أول من قدمت نظرية وصفت بالرائدة في مجال الوقاية، وقد انطلقت من التساؤل التالي: ماذا عن الأشخاص الذي لا يمرضون تحت وطأة الضغط؟ وذلك في أطروحتها للدكتوراه. لقد أشارت إلى أن الدراسات التي سبقتها كلها ركزت على الأمراض الناتجة عن مواجهة أحداث الحياة الضاغطة. حيث قامت بدراسة حول المدراء التنفيذيون الذين تعرضوا إلى ضغوطات كثيرة خلال السنوات الثلاثة الماضية. والمدراء الذين تعرضوا لضغوط أقل. بعد ذلك ركزت انتباهها على المجموعة التي تعرضت لضغط شديد، ثم قامت بمقارنة أولئك الذين يعانون من أمراض كثيرة مع أولئك الذين لديهم نسبيا القليل من الأمراض، وذلك لمعرفة ما الذي يميزهم. وجدت بأن أولئك الذين تعرضوا إلى ضغوط شديدة، ولكنهم بصحة جيدة لديهم مجموعة من السمات أطلقت عليه النمط الصلب.

إلا أن اجتهاد "كوبازا" كان له امتداد عبر الزمن، إذ يرى "رضوان" أن هذا المفهوم عند "كوبازا" يوازي مفهوم الإحساس بالتماسك الذي قدمه "انتونوفسكي" وله ثلاث مكونات أساسية هي: القابلية للفهم والاستيعاب، والقابلية للتأثير والامتلاء بالمعنى. حسب وجهة نظر "كوبازا" فإن الصلابة النفسية خاصية عامة تنشأ نتيجة خبرات الطفولة المعززة والثرية التنوع وتبرز من خلال السلوكيات والمشاعر التي تتصف بالالتزام، والتحكم، والتحدي.

في حين أضاف كل من Earl & Sewell, clough (2001): مكونا رابعا للصلابة النفسية أسموه بالصلابة الذهنية. ذلك استنادا إلى نظرية "مادي" كوبازا، وتتطلب الصلابة الذهنية الثقة بوصفها عاملا مهما توصلوا إليه من خلال دراساتهم لأداء الرياضيين. (خيرة ونادية، 2015، ص53)

ولقد طرحت (كوبازا) ثلاث افتراضات في نظريتها حول مفهوم الصلابة النفسية وهي:

✓ الافتراض الأول: أن الفرد ذات الضبط العالي عندما يتعرض للضغط يشعر بسيطرة كبيرة على الأحداث الضاغطة، ويظهر بصحة نفسية وجسمية جيدة.

✓ الافتراض الثاني: يشعر الفرد الملتزم إزاء أي تهديد بالمسؤولية الكبيرة نحو نفسه ونحو الآخرين، فهو لا يتوقف عن المشاركة والنشاط وتقديم يد المساعدة لمن يحتاجها في أشد الظروف القسوة. (فاتن، دس، ص6)

✓ الافتراض الثالث: الشخص الذي يواجه الأحداث ويحاول تغييرها باستمرار نحو الأفضل، كتحد منه للظروف المحيطة هو شعور إيجابي يتسم بالتفاؤل فضلا عن كونه محفزا في بيئته ودافعا قويا له نحو الانجاز.

➤ نموذج فنك (1993) المعدل لنظرية كوبازا:

تم تقديم نموذج فنك المعدل في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات، و بعد أحد النماذج الحديثة الذي أعاد النظر لنظرية كوبازا وحاول وضع تعديل جديد لها، و تم تقديم هذا التعديل من خلال دراسته التي أجراها بهدف 'البحث عن العلاقة بين الصلابة النفسية و الإدراك المعرفي و التعايش الفعال من ناحية، و الصحة العقلية من ناحية أخرى، وذلك على عينة قوامها 167 جندياً' و اعتمد فنك على المواقف الشاقة الواقعية في تحديده لدور الصلابة، وقام بقياس متغير الصلابة و الإدراك المعرفي للمواقف الشاقة و التعايش معها قبل الفترة التدريبية التي أعطاهها للمشاركين والتي بلغت ستة أشهر، و بعد انتهاء الفترة التدريبية توصل إلى نتائج مهمة وهي ارتباط مكون الالتزام والتحكم فقط بالصحة العقلية الجيدة للأفراد، فارتبط الالتزام جوهرياً بالصحة العقلية من خلال تخفيض الشعور بالتهديد واستخدام استراتيجيات التعايش الفعال خاصة إستراتيجية ضبط الانفعال حيث ارتبط بعد التحكم إيجابياً بالصحة العقلية من خلال إدراك الموقف على أنه أقل مشقة، واستخدام استراتيجية حل المشكلات للتعايش. (جامع، 2024، ص54)

➤ نظرية مادي:

ظهرت التصورات الأولى للصلابة النفسية عام 1967 في أعمال عالم النفس الأمريكي "سيلفاتور مادي". وهو الأستاذ المشرف على "كوبازا" في الدكتوراه. وقد برزت كتاباته عن "الهوية المثالية والشخصية السابقة للمرض" the ideal identity & Premorbid Personality. حين برهن أن الحالات أن الحالات المزمنة من فقدان المعنى والاغتراب في الوجود الإنساني أصبحت من الملامح النمطية للحياة الحديثة، والتغيرات في الثقافة والمجتمع، والتطور التكنولوجي حيث أصبح لدى الناس هويات يتم تحديدها بناء على أدوارهم الاجتماعية يتصف "مادي" بإسهاماته الكبرى في مجال الصلابة النفسية، وكانت البداية عندما أجرى مع طلابه في جامعة شيكاغو، دراسة طويلة امتدت 12 عاماً (1981-1993) في شركة بيل للهاتف IBT ففي عام 1981، قررت الشركة تخفيض عدد موظفيها إلى النصف، ونتيجة لذلك واجه من بقي من الموظفين تغيرات في التوظيف الوظيفي، وفي أهداف الشركة وفي المشرفين عليهم في العمل. وفقد قام "مادي" وفريق بحثه بدراسة عميقة على عينة من (400) فرد قبل تخفيض عدد الموظفين وبعده. وقد أظهرت النتائج أن ثلثي أفراد العينة يعانون من تراجع في الأداء والمهارات القيادية واضطرابات صحية مثل النوبات القلبية، والسكتة القلبية والبدانة، والاكتئاب، وتعاطي المخدرات نتيجة التعرض للضغط الشديد وأحياناً الوفاة في بعض الحالات. بالمقابل فإن الثلث الآخر من العينة. ضم الموظفين الذي تعرضوا للضغوط الشديدة وللتغيرات الحادة ذاتها التي تعرض لها زملاؤهم الموظفون، إلا أنهم حافظوا على صحتهم وعلى أدائهم الجيد وشعروا بحماسة متجددة، وهنا برز التساؤل الآتي: ما السبب الذي أدى إلى اختلاف هاتين المجموعتين؟ وفي إطار رده على هذا التساؤل، وجد "مادي" أن الأفراد الذين استمروا وواجهوا الضغوط، قد حافظوا على ثلاث اعتقادات أساسية ومهمة ساعدتهم على تحويل هذه الضغوط من منحة إلى فرصة للحياة، وهذه الاعتقادات هي المفاتيح الثلاث المتمثلة في: الالتزام والتحكم والتحدى. (هلكا، 2016، ص130)

فقد قادهم الالتزام للسعي بجد على خوض الأحداث التي تحدث بدلاً من تجنبها والشعور بالعزلة كما قادهم التحكيم إلى مواجهة الصراع ومحاولة التأثير في النتائج، و ذلك بدلاً من السلبية والاستسلام والضعف، كذلك قادهم التحدي إلى إدراك التغيرات الناتجة عن الضغوط – سواء أكانت إيجابية أم سلبية – على أنها فرص جديدة للتعلم و كل ذلك يؤدي إلى النضج أن مستوى الصلابة النفسية هو الذي يحدد كيف نستجيب لضغوط الحياة فالفرق التي ظهرت بين الموظفين في شركة "بيل" للهاتف أكدت الملامح الأساسية الثلاثة التي تكون الصلابة النفسية (الالتزام التحكم التحدي) والتي برزت

كخصائص لأساليب مواجهة الضغوط وتم اختيارها وتقييمها في مجالات متعددة شملت إدارة الأعمال والحروب والمدارس والعيادات الطبية، وأثبتت فعاليتها في مساعدة على الازدهار خلال الأوقات الصعبة.

بعد العرض السابق للنظريات التي حاولت تفسير الصلابة النفسية، نجد بأن نظرية كوبازا هي أول من أشارت إلى الصلابة النفسية واقتُرحت ثلاث افتراضات، ثم تلتها نظرية فنك والتي تم فيها اقتراح تعديلا لنظرية كوبازا من خلال البحث في العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي والتعايش الفعال من ناحية، والصحة العقلية من ناحية أخرى، بينما نظرية مادي أشارت إلى الدور الذي يلعبه مستوى الصلابة النفسية في تحديد استجابات الأفراد لضغوطات الحياة.

سابعا: خصائص الصلابة النفسية

خصائص الصلابة النفسية المرتفعة:

توصلت "كوباسا" من خلال دراستها في السنوات (1989، 1985، 1997)، إلى أن الأفراد المتمتعين بالصلابة النفسية يتمتعون بالخصائص التالية:

- ✓ القدرة على الصمود والمقاومة.
- ✓ لديهم انجاز أفضل.
- ✓ أكثر اقتدارا ويميلون للقيادة والسيطرة.
- ✓ أكثر مبادأة ونشاط وذو دافعية أفضل.
- ✓ استخدام أسلوب المواجهة التحويلي وفيه يقومون بتغيير الأحداث التي يمكن أن تولد ضغوطا إلى فرص للنمو، ونتيجة لذلك نجدهم يتوافقون مع الأحداث الضاغطة بطريقة متفائلة وفعالة.
- يبين كل من ديLAN 1990 وكوزي 1991، وكويستونر 1996 أن أصحاب الصلابة النفسية المرتفعة لديهم:
 - ✓ أعراض جسمية ونفسية قليلة وغير منهكين.
 - ✓ لديهم تركز حول الذات.
 - ✓ يتمتعون بالإنجاز الشخصي.
 - ✓ لديهم القدرة على التحمل الاجتماعي.
 - ✓ القدرة على التغلب على الاضطرابات النفس جسمية وتلاشي الإجهاد. (حسين، 2017، ص 489)
- وتضيف "حمادة وعبد اللطيف" أن الأفراد الذين يمتازون بالصلابة النفسية هم:
 - ✓ أفراد ملتزمون بالعمل الذي عليهم أداؤه بدلا من شعورهم بالغبية. (سامية ونعيمة، 2020، ص 21)
 - ✓ أفراد لديهم القدرة في التحكم في الأحداث بدلا من شعورهم بفقدان القوة.

خصائص الصلابة النفسية المنخفضة: من سمات الأشخاص ذو الصلابة المنخفضة نجد:

- ✓ انخفاض في تقدير الذات.
- ✓ عدم القدرة على الصبر وعدم تحمل المشقة.
- ✓ قلة المرونة في اتخاذ القرارات. (جهان، 2002، ص 29)
- ✓ سرعة الغضب والحزن الشديد وميل للاكتئاب والحزن.
- ✓ عدم القدرة على تحمل المسؤولية.

✓ عدم القدرة على التحكم الذاتي. (سامية ونعيمة، 2020، ص19)

مما سبق يتضح بأن الأشخاص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يكون أدائهم وتعاملهم مع المواقف والأحداث الضاغطة بشكل أفضل، وكذلك ويلجأون لاستخدام أساليب أكثر فعالية مقارنة بذوي الصلابة النفسية المنخفضة.

خلاصة الفصل:

من خلال ما ورد في هذا الفصل يتضح لنا بأن الصلابة النفسية لها دور كبير في إدراك الفرد للأحداث الضاغطة ومواجهتها، كما نجدها تخلق نمطا من الشخصية شديدة الاحتمال تستطيع أن تقاوم الضغوط والأزمات وتخفف من أثارها السلبية، وتجعل الفرد قادرا على التحكم في مشاعره، وحل مشكلاته وله القدرة على الالتزام والتحدي ليصل إلى مرحلة التكيف.

الفصل الثالث

التوافق الزوجي

تمهيد

أولاً: تعريف التوافق الزوجي

1- تعريف التوافق

2- تعريف الزواج

3- تعريف التوافق الزوجي

ثانياً: التوافق الزوجي وبعض المفاهيم الأخرى

ثالثاً: العوامل المؤثرة على التوافق الزوجي

رابعاً: مظاهر التوافق الزوجي

خامساً: أهمية التوافق الزوجي

سادساً: أبعاد التوافق الزوجي

سابعاً: النظريات المفسرة للتوافق الزوجي

خلاصة الفصل

تمهيد

يعد التوافق الزوجي مفتاح لاستقرار الحياة الزوجية وسعادتها، فهو يمثل مدى الانسجام والتفاهم بين الزوجين في مختلف جوانب الحياة، سواء العاطفية أو الفكرية أو الاجتماعية أو الاقتصادية، ولا يقتصر التوافق على الحب والمودة فقط، بل يشمل القدرة على حل المشكلات، وتحقيق الأهداف المشتركة، وتقبل الاختلافات الشخصية حيث يواجه الأزواج في حياتهم اليومية العديد من التحديات التي قد تؤثر على مستوى التوافق بينهم.

وفي هذا الفصل سنتطرق إلى مفهوم التوافق الزوجي ومختلف العوامل التي تساهم في تحقيقه، وبعض المفاهيم المرتبطة به، ومظاهره وأهميته، بالإضافة إلى أبعاد التوافق الزوجي، والنظريات المفسرة له.

أولاً: مفهوم التوافق الزوجي marital adjustment

قبل أن نتعرف على مفهوم التوافق الزوجي، نرى من الضروري التعرف على مفهوم (التوافق والزواج) لأن الأول أصبح موضوعاً لعلم النفس بكل فروعه. فعلم النفس عامة هو علم دراسة التوافق الإنساني.

1- تعريف التوافق adjustment:

هي العملية الديناميكية التي يحدث فيها تغيير أو تعديل في سلوك الفرد أو في أهدافه وحاجاته أو يشملها جميعاً ويصاحبها شعور بالارتياح والسرور إذا حقق الفرد ما يريد ووصل إلى أهدافه وأشبع حاجاته. كما يصاحب هذه العملية شعور بعدم الارتياح والاستياء إذا فشل الفرد في تحقيق هذه الأهداف.

ويعرف الدسوقي التوافق بأنه " تكيف الشخص ببيئته الاجتماعية في مجال مشكلات حياته مع الآخرين التي ترجع لعلاقاته بأسرته ومجتمعه ومعايير بيئته الاقتصادية والسياسية والخلقية" (الصلاح، 2007، ص 11).

وفي علم الاجتماع يعرف التوافق بأنه علاقة منسجمة نسبياً بين الأفراد والجماعات ولا يستخدمون هذا المصطلح بمعنى فني محدد، وإنما يعرفونه بالرجوع إلى نسق قيمي أو إلى مسألة تحليلية خاصة. ونظراً للتعامل الإنساني من طبيعة دينامية معقدة فإن ما يظهر على أنه توافق من وجهة نظر معينة قد يكون عدم توافق من منظور آخر لك فأغلب تعريفات التوافق في علم الاجتماع لها الطابع الإجرائي.

ويعرف التوافق في موسوعة علم النفس والتحليل النفسي (1993) بأنه كل سلوك أو نشاط يقوم به الإنسان خاصة والكائن الحي عامة، وهو نشاط يهدف إلى تحقيق التوازن، ويعني التوافق أن يحقق الفرد نجاحاً في مواقف حياته المختلفة فيستفيد منها ويتحاشى قدر الإمكان الأضرار (أحمد، 2015، ص 35).

2- تعريف الزواج marriage:

1-2- من الناحية اللغوية:

الزواج يعني الازدواج والاقتران والارتباط، ويدخل في هذا المعنى اقتران الرجل بالمرأة وارتباطه بها والاستئناس والاستمتاع والتناسل. كذلك يعني اقتران أحد الشئيين بالآخر وازدواجهما، أي صيرورتهما زوجاً بعد أن كان كل منهما منفرداً (الوحشي، 1998، ص 316).

2-2- من الناحية الاصطلاحية:

الزواج رابطة مقدسة وعلاقة روحية ونفسية، ترتقي بالإنسان وتسمو فوق الغرائز الحيوانية وهو عماد الأسرة التي يقوم عليها النوع الإنساني، والمقوم الأول لها على اعتبارها وحدة بناء المجتمع وخليته الأولى ومن هنا كانت الحاجة ملحة إلى التزاوج بين الجنسين لكي ينجح الطرفان في علاقة إنسانية مشروعة.

2-3- من حيث الاصطلاح الفقهي:

الزواج ميثاق شرعي يقوم على أسس من المودة والرحمة والسكينة تحلل به العلاقة بين رجل وامرأة ليس أحدهما محرماً على الآخر.

ويعرفه الجوهري وآخرون بأنه عقد يبرم بين الرجل والمرأة أو من يمثلها بإباح بمقتضاه لكل من الرجل والمرأة الاستمتاع بالآخر على الوجه المشروع وتترتب عليه حقوق وواجبات لكل طرفيه وتنشأ عنه تبعات لما يكون بين الزوجين من نسل وما يتصل بهما من قرابة (أحمد، 2015، ص 86-87).

ففي كتاب الله قوله تعالى: "ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة إن في ذلك لآيات لقوم يتفكرون" (سورة الروم: الآية 21).

أما في السنة قول الرسول صلى الله عليه وسلم: "يا معشر الشباب من استطاع منكم الباءة فليتزوج فإنه أغض للبصر، وأحصن للفرج، ومن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء".

2-4- من حيث العلوم الاجتماعية والإنسانية:

الزواج مؤسسة اجتماعية تتميز بقوانين وأحكام ونصوص تختلف باختلاف الثقافات الإنسانية، ويعتبر كذلك ظاهرة اجتماعية معقدة. وهو عبارة عن تزاوج منظم بين الرجال والنساء، وأيضا هو شرطا أوليا لقيام الأسرة في أغلب المجتمعات في العصر الحديث (الوحيشي، 1998، ص 315).

الزواج نسق اجتماعي يتميز بوجود علاقة دائمة بين الرجال والنساء لتنظيم العلاقات الإنسانية الحميمة ومن ضمنها إشباع الحاجات الجنسية لدى كليهما بطريقة مشروعة، وتتصف هذه العلاقة بقدر من الثبات والامتثال للمعايير الاجتماعية، فهي الوسيلة التي يعتمد عليها المجتمع لتنظيم المسائل الجنسية، وتحديد مسؤولية صور التزاوج الجنسي بين البالغين مثل: حقوق الزوجة، وحقوق الزوج، والإنجاب، والميراث.

ويكفل الزواج إشباع حاجات أخرى إلى جانب الحاجات الجنسية مثل الرفقة، والتعاون، وتقسيم العمل. وبالتحديد تنقسم هذه الحاجات التي تشبع من خلال الزواج إلى الحوافز والحاجات الخمس التالية:

- الحافز البيولوجي على الزواج.

- الأمان الاقتصادي وتقسيم العمل بين الزوجين من ناحية، وبينهما وبين الأبناء من ناحية أخرى.

- الصداقة المشوبة بالجنس.

- الصداقة غير المشوبة بالجنس.

- الاهتمام بالمنزل والأطفال.

وليس الزواج والتزاوج شيئا واحدا فالأول سوسيولوجي والثاني بيولوجي، فالتزاوج معروف عند أنواع من الحيوانات والزواج مقصور على البشر فقط (أبوموسى، 2008، ص 14).

3- تعريف التوافق الزوجي:

من خلال التعرف على مفهوم التوافق والزواج سوف نقدم تعريفا عن التوافق الزوجي كمتغير مهم في دراستنا والذي يعرفه الخولي (1986) على أنه الاتفاق النسبي بين الزوجين على الموضوعات الحيوية المتعلقة بحياتهما المشتركة، والمشاركة في أعمال وأنشطة مشتركة وتبادل العواطف.

ويعرف أيضا التوافق الزوجي على أنه نتاج التفاعل بين شخصيتي الزوجين، ولا يوجد نمط معين من أنماط الشخصية يمكن القول بأنه نمط ناجح زواجيا أو فاشل زواجيا، ولكن التفاعل بين شخصيتي الزوجين هو الذي يحدد نجاح الزواج أو فشله.

والتوافق الزوجي هو أيضا حالة وجدانية تشير إلى مدى تقبل العلاقة الزوجية، وتعد محصلة لطبيعة التفاعلات المتبادلة بين الزوجين في جوانب متنوعة منها التعبير عن المشاعر الوجدانية للطرف الآخر واحترامه هو وأسرته، والثقة به، ومقدار التشابه والتقارب في القيم والأفكار والعادات، ومدى الاتفاق حول أساليب تنشئة الأطفال، وأوجه الاتفاق على ميزانية الأسرة، بالإضافة إلى الشعور بالإشباع الجنسي للعلاقة.

ويعرف أيضا على أنه قدرة كل من الزوجين على التوائم مع الآخر ومع مطالب الزواج، وقد اعتبر علماء النفس التوافق الزوجي حالة تظهر في تآلف الزوجين وتقاربهما (سليمان، 2005، ص 26).

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 قدرة كل طرف على تغيير عاداته، وسلوكياته لمواجهة المشكلات المادية والاجتماعية لتناسب مع الأوضاع الجديدة، والظروف المتغيرة للأسرة، للوصول إلى الرضا والسعادة الزوجية لتحقيق الأهداف الأسرية المشتركة والمرتبطة بالعلاقة الزوجية (سند، 2022، ص 43).

وحسب ما يعرفه لوك (1985) فإن التوافق الزوجي هو وجود زوجين لديهما ميل لتجنب المشكلات أو حلها وتقبل مشاعرهما المتبادلة والمشاركة في المهام والأنشطة، وتحقيق التوقعات الزوجية لكل منهما. كما يكون في الآراء وفي التعبير العاطفي لدى الزوجين وإشباع حاجتهما الأساسية والجنسية والعاطفية بحيث تحقق لهما السعادة الزوجية. كما يعرفه الكندري (1996) بأنها الميل النفسي المعبر عنه بالود والمحبة والاتفاق والعلاقة الطيبة الحسنة بين الزوجين وبقية أفراد الأسرة. وأنا الأمان النفسي والاجتماعي الذي تشعر به الزوجة يمثل مكانة مهمة في توفير السعادة والتوافق الزوجي إذ أنه يوفر الاستقرار الأسري.

في حين يشير القشعان (2000) إلى التوافق الزوجي على أنه درجة التعاون المشترك بين الزوجين لمواجهة الصعوبات والاختلافات التي تطرأ على تفاعلهما اليومي ومدى رضاهما عن طريق العلاقة وفقا للأدوار الأساسية الواجب القيام بها لكل منهما (مكرفولي، 2015، ص 46-47).

من خلال التعريفات السابقة يظهر بأن التوافق الزوجي ينتج عن مجموعة من التفاعلات الإيجابية بين طرفي الحياة الزوجية التي يعيشها كلا الزوجين ويتشاركان في كافة مجالات الحياة من أجل تحقيق الإشباع العاطفي والثقافي والاجتماعي والاقتصادي والجنسي المشترك بينهما.

ثانيا: التوافق الزوجي وبعض المفاهيم الأخرى

1- الرضا الزوجي: يعرف ماينوت (minnotte.2013) الرضا الزوجي بأنه إشباع الحاجات المتوقعة من الزواج بجميع مستوياتها وأبعادها لدى كل من الزوجين، بمعنى إشباع الحاجة من الجانب الاقتصادي والحاجة إلى الجنس وغريزة الأمومة عند المرأة والحاجة إلى الأمان، والتقدير، والاحترام وغيرها من أشكال الحاجات الهامة والأساسية (عواودة، 2019، ص 27).

2- التكيف الزوجي: هو حالة تكون فيها المشاعر العامة بين الزوجين تشكل مزيج من السعادة والرضا عن الزواج وترتبط بالتبادل العاطفي والصحة النفسية، وقدرتهما على مواجهة الصعوبات الحياتية والضغطات النفسية المتعددة والمتنوعة، وقدرتهما على التعبير على التعبير عن الانفعالات والمشاعر في إشباع الحاجات وقدرتهم على تحقيق أهدافهم من الزواج والتي تتعارض مع أهداف الشريك الآخر (الباز، 2019، ص 12).

3- السعادة الزوجية: هي شعور الزوجين في توافقهما معا، بالسكن والمودة والمحبة والرحمة، وما يتولد لديهما من أفكار حسنة نحو الزواج ونحو الزوج الآخر، حيث يجد أحد الزوجين في وجود الآخر معه الأمان والاستقرار، فيتمسك به، ويرتبط

به، ويؤيده ويرعاه، ويحافظ عليه، ويتفاعل معه تفاعلاً إيجابياً، ويتوافق معه توافقاً حسناً، فالتأثير متبادل بين السعادة والتفاعل والتوافق (القرني، 2024، ص 143).

4- التفاعل الزوجي: هو عملية أساسية في الحياة الزوجية، تحرك الزواج نحو تحقيق أهدافه أو تعوقه في ذلك باعتباره أن الزوجين يكونان معاً جماعة من اثنين لها دينامياتها، وبنائها وأدوارها وأهدافها.

5- التوافق الأسري: يعرف على أنه قدرة أفراد الأسرة على الانسجام معاً، وإحساسهم بالسعادة والراحة في نطاق الحياة الأسرية، وإقامة علاقات اجتماعية متبادلة مع الآخرين والتي تتسم بالحب والعطاء من ناحية والعمل المنتج الذي يجعل من الفرد شخصاً فعالاً ونافعاً في محيطه الاجتماعي من ناحية أخرى.

6- الانسجام الزوجي: هو مظهر من مظاهر السعادة الزوجية التي تؤثر على الحياة الزوجية مثل: عادات الزوج والزوجة، وعلاقتهما بالأسرتين المتصاهرتين، وطريقتيهما في تمضية أوقات فراغهما، وآرائهم الدينية والاقتصادية والاجتماعية والسياسية.

7- النجاح الزوجي: يشير إلى تحقيق واحد أو أكثر من الأهداف التالية: الدوام، والرفقة، وتحقيق توقعات الجماعة (التباوي، 2012، ص ص 19-20).

على الرغم من اختلاف التسميات السابقة إلا أنها جميعها تسعى إلى تحقيق قدر من الوفاق والتوافق من أجل استمرار الحياة الزوجية.

ثالثاً: العوامل المؤثرة على التوافق الزوجي

على الرغم من أن التوافق الزوجي أمر نسبي، غير أنه مطلوب من أجل نجاح الأسرة، والشعور بالسعادة الزوجية، ومن ثم مجتمع ناجح وسعيد والتوافق الزوجي يتأثر بعوامل عديدة. حيث حددت "فادية السيد علي طلبة" عدداً من العوامل المؤثرة في مستوى التوافق الزوجي لعل من أهمها:

- الاستعداد النفسي للزواج اللازم لتحمل مسؤولياته، والاستعداد المادي من حيث تكاليفه ومطالبه.
- الزواج في السن المناسبة وهو العقد الثالث من العمر (20-30) سنة حيث يكون الزوجان قد أكملتا تعليمهما واستقرار في العمل.
- الاختيار الموفق للزوج، وما يتضمنه من مميزات دينية أو اجتماعية أو اقتصادية.
- النضج الانفعالي وأساسه الحب المتبادل، والتودد بين الزوجين وقوامه قلب متعاطف، وعقل متفاهم وهذا يؤكد العلاقة بين الحب والحياة love and living.
- إشباع الحاجات الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية للزوجين.
- حسن العشرة بين الزوجين والاحترام والتقدير والتسامح والتفاهم المتبادل بينهما والثقة، والمكاشفة وإسقاط الأفعنة والتضحية المتبادلة بنوع من الإيثار بين الطرفين.
- النضج الاجتماعي ويتضمن فهم الذات وتقبلها، والاستقلال الذاتي والنجاح في القيام بالدور الزوجي في إطار توقعات الطرف الآخر، وتحمل المسؤولية تجاه الزوج والأولاد، والقدرة على إقامة العلاقات الاجتماعية والاتصال والتفاعل اللفظي الموجب، وإزالة الحواجز بين الطرفين، ومراعاة الواجبات والحقوق الزوجية.

- تكافؤ شخصية الزوجين وتكاملها في عدد من الأبعاد مثل التكافؤ في الصحة النفسية والجسمية وتكافؤ الحاجات، بمعنى تكاملها لا تناقضها وكما هو الحال بين الحاجة إلى السيطرة لدى الزوج والحاجة إلى الخضوع لدى الزوجة (حنتول وآخرون، 2018، ص26).

بينما رأت "أماني عبد المنعم" أن التوافق الزوجي يتأثر بمجموعة من العوامل نكر منها ما يلي:

- ❖ شخصية الزوجين: إن من أهم الخصائص ذات التأثير الإيجابي على التوافق الزوجي هي النضج الانفعالي والقدرة على مواجهة التوترات، بصورة بناء وفعالة وكذلك القدرة على نقل المشاعر والأفكار، أما الخصائص ذات التأثير السلبي فإنها تدور حول الأنانية والخداع وعدم الشعور بالمسؤولية.
- ❖ طفولة الزوجين: تعني الطريقة التي عومل بها الزوجين أثناء طفولتهما، ومدى العقاب أو الثواب. فالأطفال الذين كانوا سعداء في طفولتهم ولم يتعرضوا للعقاب، والذين تمتعوا بإشباع حاجاتهم الأساسية والأولية كالحاجة للطعام والتقبل والانتفاء والأمان النفسي، ولم يكونوا مكبوتين كانت لهم علاقات زوجية سعيدة والعكس صحيح، بمعنى الأزواج غير المتوافقين عانوا من إحباط في طفولتهم.
- ❖ الخبرات المرتبطة بالزواج: تتأثر العلاقة الزوجية بالخبرات السابقة لكليهما، فالأزواج الذين عاشوا في أسر سعيدة، غالبا ما يكونون أزواج سعداء، حيث ارتبطت السعادة الزوجية للوالدين بمدى توافق الأبناء زواجيا، كما أشار "دسوقي" إلى أنه غالبا ما يستقي الأبناء توقعاتهم من تجربة والديهم في الزواج.
- ❖ العمر عند الزواج: من العوامل المساهمة في التوافق الزوجي عامل العمر، فقد أشارت (فرجاني 2000) أن فارق السن بين الزوجين يؤثر على التوافق الزوجي، كما يؤثر على الجانب العاطفي والجنسي فكلما كان فارق السن كبيرا كلما زادت المعاناة بين الزوجين في الجانبين وكلما قل التوافق الزوجي (مكرلوفي، 2015، ص 52-53).
- ❖ الإشباع الجنسي: تعتبر العلاقة الجنسية من العوامل التي تقوي الرابطة بين الزوجين، لذلك يعتبر التوافق الجنسي أساسا للتوافق الزوجي، وقد قام مجموعة من العلماء المهتمين بشؤون الأسرة بدراسة العوامل المؤثرة على التوافق الزوجي حيث ذكر أن العلاقة الجنسية التي تتسم بالحب والتعاطف والإرضاء وسيلة اتصال قوية.
- ❖ المستوى الثقافي والاجتماعي للزوجين: أي بمعنى التقارب بين الزوجين يعتبر من العوامل الأساسية للتوافق الزوجي، لأن التناقضات تولد شخصيات متباينة الطباع والفكر والتوجه، وأيضا أن الاختلاف في الخلفية الثقافية والاجتماعية التي ينحدر منها الزوجان ينعكس عاجلا أم آجلا على علاقتها وسيجد لهذه الفروق عقبة في طريق التواصل الذي هو مفتاح أساسي من مفاتيح التوافق الزوجي.
- ❖ عمل المرأة: أن تطبيق الأدوار الزوجية والتقليدية قد يؤدي تضاربا وتوترا للأزواج العاملين ومن هذه التغيرات خروج المرأة للعمل، لأن أهم المشكلات التي ترتبط بعمل المرأة هو دخل الزوجة، وهذا ما يؤدي إلى الخوف عند الزوج من استقلال زوجته ماديا، مما يجعله يتسلط ويحاول التصرف به لتظهر الصراعات بين الزوجين في أشكال مختلفة. ومن جهة أخرى فإن المرأة العاملة تعاني صراعات الدور، فهي زوجة وأم وامرأة عاملة، وبذلك تراهن على قدرتها على إشباع حاجات زوجها وأطفالها والقيام بمتطلبات عملها (أجنيد، 2020، ص 23-25).

رابعاً: مظاهر التوافق الزوجي

هناك عدة مظاهر للتوافق الزوجي يمكن أن نوجزها فيما يلي:

- التواصل المباشر والمستمر بين الزوجين، وتقبل كل طرف للآخر، والالتزان العاطفي والانفعالي للعلاقة الزوجية. وفي غياب هذا التوافق يظهر التباعد في العلاقة بين الزوجين والاتصال هو السائد على حياة الأسرة.
 - يحدث التوافق الزوجي إما بتنازل الزوجة لمطالب الزوج، أو تنازل الزوج لمطالب الزوجة، أو تنازل الزوجين لمطالب الزواج، أو بوصولهما إلى حلول وسط ترضي الطرفين، وتتفق مع معايير المجتمع وتقاليده.
 - يعتبر الزوجان متوافقين زوجياً إذا كانت سلوكيات كل منهما مقبولة من الآخر، وقام بواجباته نحوه واشبع له حاجاته، وعمل ما يربطه به، وامتنع عن عمل ما يؤذيه، أو يفسد علاقته به أو بأسرتهم.
 - يعتبر الزوجان غير متوافقين أو سيء التوافق معاً، إذا كانت سلوكيات كل منهما تؤذي الآخر أو تحرمه من إشباع حاجاته، أو لا تساعداهما على تحقيق أهدافهما من الزواج، أو تفسد علاقتهما الزوجية.
- ويتم الحكم على التوافق الزوجي من خلال النظر لثلاثة زوايا:

- زاوية الزوج: ويقصد بها ما يقوم به من سلوكيات في تفاعله مع الزوجة.
 - زاوية الزوجة: ويقصد بها ما تقوم به من سلوكيات في تفاعلها مع الزوج.
 - زاوية الزواج: ويقصد به ما يتحقق من أهداف للزوجين والأسرة في ضوء قيم المجتمع ومعايير الدين والقانونية.
- التوافق الزوجي مسألة نسبية، تختلف من زوج إلى آخر بحسب نظرة كل منهما للزواج، وتفسيرهم له وفهمهم لقدراتهم وعلاقة الزوج بزوجته وعلاقتهما هي بزوجها وأهدافهما من الزواج (سليمان، 2005، ص 30-31).
- نستنتج مما سبق ذكره أن التوافق الزوجي عامل أساسي في استقرار الأسرة وسعادتها، حيث يعتمد على التفاهم المتبادل، والتواصل الفعال، والتكيف مع متطلبات الحياة المشتركة. يمكن أن يكون التوافق إيجابياً أو سلبياً بناء على سلوكيات الزوجين ومدى انسجامهما مع القيم المجتمعية والدينية.

خامساً: أهمية التوافق الزوجي

إن الحاجة إلى التوافق كواحدة من أهم الحاجات، وأبرز التحديات التي توازن الإنسان في حياته، كما أن التوافق هو الذي يضع الإنسان على طريق الاستقرار والسعادة، ويتيح له أيضاً الفرصة للتنمية والبناء ومساعدته على مواجهة الصعوبات والتحديات. ويعتبر أيضاً مفهوم التوافق من المفاهيم الأساسية في الصحة النفسية، حيث يعتبر أن جميع سلوكيات الإنسان على نوعين ناجحة وفاشلة. ومن الصعوبة توافر خصائص الحياة الاجتماعية السليمة للأمة مثل التعاون المشترك، والأمان المتبادل، والبناء الحضاري المتلاحم ما لم يكن هناك أساس من التوافق بين أفراد المجتمع. كما أن من أهم المقومات السمو في الحياة الإسلامية التي تجلت بها حضارة الإسلام في قرونه الأولى وهي حسن الصلة بالله، والتوافق الأسري، والترابط الأخوي، الذي يغديه الإيمان بالله سبحانه، فيجعل هذه الحياة روضة ندية مزهرة.

إن ارتفاع مستوى التوافق بين الزوجين يزيد من قدرتهما على تحمل الضغوط ومواجهة المسؤولية والصعوبات والأزمات، وأيضاً قدرتهما للقيام بأعباء الدور، وإنجاز المهمات المطلوبة على أكمل وجه، وأن انخفاض مستوى التوافق لدى الزوجين يعتبر تربة خصبة للنزاعات التي تؤدي إلى انهيار الأسرة وإلى انعدام الشعور بالحب والأمان، وأيضاً ما يحمله من صورة مشوهة للآخرين عن الأسرة والذي يؤثر على مكانة الزوجين الاجتماعية. وهو أيضاً من المتطلبات الأساسية

والضرورية لاستمرار الحياة الزوجية بشكل هادئ ومستقر على الرغم من أن التوافق بين الزوجين لا يعني سعادتهما لأن السعادة مختلفة عن مفهوم التوافق. فقد يكون الزوجين متوافقين، وكل منهما يقوم بواجباته تجاه الآخر، إلا أنهما لا يعيشان في سعادة، ولكن إذا وجدت أسرة سعيدة فهذا يعني حتما أنها أسرة متوافقة، ويعتبر التوافق بين الزوجين مؤشرا على العلاقة الإيجابية بين الفرد ومحيطه، وأيضا ضرورة القيام بالواجبات، واحترام الآخرين، والتعاون معهم، وتقبل النقد، والقدرة على التعبير عن الأفكار والمشاعر دون خوف، وأيضا من الطبيعي أن يؤدي التوافق ما بين الزوجين إلى تعزيز حالة الاستقرار الأسري وهذا يؤدي إلى إنشاء بيئة صحية وهادئة، وأيضا إلى الاستقرار النفسي والاجتماعي (أجنيد، 2020، ص 14-15).

سادسا: أبعاد التوافق الزوجي

- 1- 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 معا، وأساليب اتخاذ القرارات وسيرورة الأعمال المنزلية، وقضاء وقت الفراغ، والمهنة التي يمارسها الزوجان أو أحدهما.
- 2- 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 تراكم، ومدى تبادل الزوجين للأسرار الخاصة، وقلة نوبات الغضب بين الشريكين تظهر مدى رضا الأطراف عن الحوار.
- 3- 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.
- 4- التعبير العاطفي: وهو مدى تعبير كلا الطرفين عن الحب، والتوافق الجنسي والتعبير عنه، واستناد العلاقة الجنسية للمحبة والود والعطف القائم بين الشريكين. (زهراء، 2022، ص 47)

سابعا: النظريات المفسرة للتوافق الزوجي

فسرت العديد من النظريات التوافق الزوجي من منظور اجتماعي ومنظور نفسي وسوف نعرض ذلك حسب ما يلي:

1- من المنظور الاجتماعي:

1-1- النظرية البنائية: يرتبط التوافق بمدى التزام الزوجين بأداء الوظائف المنوطة بهما في إطار الأسرة وتقل درجة التوافق حسب درجة الإهمال والتقصير في هذه الواجبات، وتشير سامية الخشاب إلى أن عوامل الاستقرار داخل الأسرة تعود إلى نمط المجتمع الذي تنتمي إليه وأن عوامل التغيير المرتبطة بالتصنيع في المجتمع تجعل الوحدة والاستقرار داخل الأسرة يواجه بعض الصعوبات.

1-2- نظرية الدور: عند توافق توقعات الدور يحدث الانسجام والتوافق بين الزوجين وعند تعارض توقعات الدور لأحد الزوجين أو كلاهما قد يظهر عدم التوافق وتظهر المشكلات الزوجية. وتشير الحنطي (1999) أن نظرية الدور ينبثق عنها اتجاهان متباعدان أحدهما الاتجاه التفاعلي الذي يرى أن التوافق الزوجي يتحدد في درجة ما تتوقعه الزوجة من زوجها

وحقيقة ما يدركه الزوج عن زوجته. أما الاتجاه الآخر في نظرية الدور فهو الاتجاه السلوكي الاجتماعي الذي يتحدد من خلال السلوك الإنساني الذي يحدث في مواقف أسرية (مكرفولي، 2015، ص50).

3-1- نظرية التبادل: تقوم هذه النظرية على التبادل الذي يعيشه الفرد بين المكافأة والتكلفة حيث أن المكسب الناتج عن التفاعل، يؤثر على شكل العواطف بين الزوجين، فالعاطفة تكون إيجابية عندما يكون المكسب من تفاعل الزوجين على شكل مكافأة، أما إذا كان المكسب من التفاعل على شكل تكلفة فإن العاطفة تكون سلبية.

وهذا يعني أن التفاعل إذا كان إيجابيا ومبني على الحب والعطف والتفاهم فإنه يقود إلى التوافق والتناغم بين الزوجين، أما إذا كان التفاعل سلبيا ويقوم على الخوف والتوتر فإنه يقود إلى مزيد من الشحنة والنفور بين الزوجين.

4-1- نظرية التوازن المعرفي: إن الافتراض الأساسي لهذه النظرية هو أن هناك حاجة لدى الأفراد لإيجاد علاقات متناسقة بين الاتجاهات داخل النظام المعرفي للفرد، وأن هذه العلاقات تعتمد إحداها على الآخرين. وتعد الاتجاهات قضية مهمة في الانسجام بين الزوجين، حيث أن الأزواج السعداء هم من اتفقت اتجاهاتهم وبنجم التوتر في العلاقات الزوجية بين الاتجاهات المتعارضة، حيث أن العواطف الإيجابية تتحول تدريجيا إلى عواطف سلبية نتيجة لتباين هذه الاتجاهات والرغبة الشعورية في التخلص من التوتر.

5-1- نظرية عدم التطابق (التنافر المعرفي): وضع فروض هذه النظرية عالم النفس الأمريكي ليون فستنجر (Festinger, 1957)، والافتراض الأساسي لهذه النظرية هو أن رأي الفرد عن العالم يتلاءم مع الكيفية التي يشعر بها الفرد وما قد يفعله، أي أكدت هذه النظرية على التنافر الذي يحدث في الاتجاهات التي يمتلكها الفرد أو بين اتجاهاته وسلوكه أو بين العديد من التصرفات التي يقوم بها الفرد. كذلك فإن أساس هذه النظرية يقوم على أن الإنسان ينفر من التناقض بين أفكاره واعتقاداته، وفيها أن الفرد قد يميل إلى أداء سلوك متعب وممل إذا كان سيحصل على مكافئة، حيث أن الزواج يكون مخيبا، ويسيطر عدم الرضا عندما تكون توقعات الزوجين غير واقعية وتقرب من الخيال فإن الحياة الزوجية تتسم بالسعادة ويسيطر عدم الرضا على طبيعة العلاقة بين الزوجين (أجنيد، 2020، ص ص 30-31).

من خلال طرح مختلف النظريات السابقة نرى أن النظرية البنائية فسرت التوافق الزوجي على أنه يرتبط بمدى التزام الزوجين بأدوارهما. أما بالنسبة لنظرية التبادل فسرت هي الأخرى التوافق الزوجي أنه يقوم على مبدأ المكافأة والتكلفة في العلاقة الزوجية. في حين تفترض نظرية التوازن المعرفي أن الأفراد يسعون للحفاظ على التوازن في علاقاتهم الاجتماعية. بينما فسرت نظرية عدم التطابق المعرفي أن التوقعات الخيالية وغير الواقعية بين الزوجين تكون العلاقة الزوجية غير سعيدة ومتوازنة.

2- من المنظور النفسي:

2-1- نظرية التحليل النفسي: وترتكز نظرية التحليل النفسي على النظم الأساسية للشخصية وهي الهو الأنا، الأنا الأعلى. وتتفاعل هذه النظم مع بعضها البعض بشكل متصل، حيث يعرف فرويد الشخصية المتزنة بأنها حسيطة توازن الأنظمة الثلاثة (الهو، الأنا، الأنا الأعلى). وتتطرق نظرية التحليل للجانب الجنسي في حياة الفرد (الليبيدو) 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، وتنعكس هذه الخبرات السيئة في صورة إسقاطات سلبية على الواقع الزوجي مما تؤثر سلبا 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.

وبحسب هذه النظرية فإن استمرار العلاقة الزوجية رغم عدم التوافق يعود إلى الحاجة إلى التوازن 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، والإحساس بتقدير منخفض للذات فإنه يشعر بالقوة في احتقاره للشريك وإطلاق الصفات عليه (سند، 2022، ص ص 57-58).

2-2- النظرية السلوكية: تركز هذه النظرية على الجانب السلوكي وكذلك مبادئ التعلم، لذلك تنظر للتوافق وسوء التوافق على أن كليهما سلوك متعلم مكتسب، وذلك من خلال الخبرات التي يمر بها الفرد حيث يكون السلوك التوافقي مقابلاً ومصاحباً بالتعزيز والتدعيم، أما السلوك اللاتوافقي فيقابل بالعقاب وبذلك فإن التوافق الشخصي عملية تتشكل في المقام الأول بطريقة آلية عن طريق تلميحات وظروف البيئة حول الفرد.

ويشير مرسى (1995) أن السلوكيين يفسرون التفاعل الزوجي كمتطلب مهم لحدوث التوافق الزوجي من خلال الثواب والعقاب، حيث أن إثابة الفرد على سلوك ما غالباً ما يدعمه ويقويه للظهور مرة أخرى، فعندما يتفاعل الزوجان ويعزز أحدهما الآخر فإنه يحفزه، وذلك يزيد من التقارب والتوافق الزوجي بينهما، عكس إذا عاقب أحدهما الآخر أو حرمه من الثواب، فإنه يشعر بعدم الارتياح وسوء التوافق بينهما.

2-3- نظرية الذات لروجرز: لقد اهتم روجرز بالذات، ومن هنا فقد نظر للتوافق وسوء التوافق في ضوء رؤيته للذات، حيث ذكر (1978) أن روجرز يرى أن التوافق النفسي يتوافر عندما يكون الفرد متسقاً مع مفهوم ذاته من خلال الخبرات التي يمر بها الفرد، لهذا ركز روجرز على جهازين: الكائن الحي، والذات وقد يعارض أحدهما الآخر وحينئذ ينشأ سوء التوافق النفسي. أما التوافق فيحدث عندما يتوافق الفرد (الكائن الحي) مع ذاته، حيث يضع مفهوم الذات في وضع يسمح لخبرات الفرد بأن تتكامل مع مفهوم الذات.

فاتساق الفرد مع مفهوم ذاته تزيد تقديره لذاته، وبناء عليه يزيد التوافق الزوجي بينه وبين الشريك الآخر، بل من المفيد استخدام الإرشاد الزوجي لهما (التباوي، 2012، ص ص 31-32).

نستنتج مما سبق ذكره أن نظرية التحليل النفسي تفسر التوافق الزوجي بالتوازن بين مكونات الشخصية (الأنا، الهو، الأنا الأعلى) والتوفيق بين متطلبات الأنا وشروط الأنا الأعلى، في حين تركز النظرية السلوكية أن التوافق الزوجي يكون بالتفاعل البناء بين الزوجين من خلال الثواب والعقاب، بينما نظرية روجرز ركزت على أن التوافق الزوجي يزيد بين الزوجين عندما يكون كليهما لديه نوع من التوافق الذاتي.

خلاصة الفصل

تطرقنا في هذا الفصل إلى أن التوافق الزوجي هو عملية نفسية واجتماعية معقدة تتطلب من الزوجين مستوى عال من الذكاء العاطفي، حيث يسهم في فهم المشاعر الذاتية ومشاعر الطرف الآخر وإدارتها بوعي. يتجلى ها التوافق في قدرة الزوجين على تحقيق التكيف الزوجي، مع المتغيرات الحياتية بأساليب صحية تقلل من الضغوط الزوجية. كما يلعب التواصل الفعال دوراً أساسياً في ضبط التوقعات الزوجية ومنع حدوث سوء فهم قد يؤدي إلى توتر العلاقة. وتعزز مهارات إدارة الخلافات من قدرة الزوجين على التعامل مع النزاعات بشكل بناء، مما يساعد في تحقيق الإشباع العاطفي لكلا الطرفين. بالإضافة إلى ذلك فإن توفير دعم الشريك عبر التعاطف والتقدير المتبادل يسهم في رفع التقدير الذاتي وتعزيز التفاعل الاجتماعي الايجابي بين الزوجين. وأخيراً فإن استخدام التعزيز الايجابي من خلال التشجيع والتقدير المستمر يسهم في بناء علاقة مستقرة تقوم على علاقة مستقرة تقوم على الاحترام والانسجام النفسي.

الجانِب المِيداني

الفصل الرابع

الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

أولاً: الدراسة الاستطلاعية

ثانياً: الدراسة الأساسية

1- مجالات الدراسة

2- منهج الدراسة

3- مجتمع الدراسة

4- أدوات جمع البيانات

5- الأساليب الإحصائية المستخدمة

خلاصة الفصل

بعد عرضنا للجانب النظري وأهم ما يتعلق به من متغيرات الدراسة، سنتطرق في هذا الفصل إلى الشق الميداني بداية من الدراسة الاستطلاعية إلى الدراسة الأساسية وما تحتويه من منهج، ومجتمع الدراسة، ومجالاتها والأدوات المتبعة في جمع المعلومات بالإضافة إلى الأساليب الإحصائية التي تمت بها معالجة نتائج الدراسة.

أولاً: الدراسة الاستطلاعية

الدراسة الاستطلاعية هي أول مرحلة من مراحل البحث العلمي، وهي العمود الذي ترتكز عليه الدراسات الميدانية وتعتبر بمثابة تمهيد للظروف التي ستتم فيها مجريات الدراسة. حيث تساعدنا على التعرف على الميدان الذي ستجرى فيه الدراسة الأساسية ومختلف الصعوبات التي ستواجهنا، وتمكننا من جمع أكبر قدر ممكن من المعلومات حول موضوع وعينة البحث، وتساعدنا على اختصار الجهد والوقت. كما تسمح لنا الدراسة الاستطلاعية بضبط متغيرات البحث ومراجعة فرضياته واختبارها في الميدان.

وعليه تم إجراء الدراسة الاستطلاعية على مستوى ثانويات بلدية وادي الزناتي بولاية قالمة خلال الفترة الممتدة من 2025/02/25 إلى 2025/02/27 على عينة قوامها 10 أستاذات متزوجات موزعة على مختلف الثانويات. حيث قمنا بإعداد دليل مقابلة يتضمن مجموعة من الأسئلة ذات العلاقة بموضوع البحث، وبعد ذلك أجرينا مقابلة نصف موجهة مع الأستاذات بهدف التأكد من مدى قابلية الموضوع للدراسة وتحديد الجوانب والأبعاد المراد تسليط الضوء عليها في الدراسة الأساسية، وكانت استجابات الأستاذات نحو الأسئلة المطروحة متباينة إلى حد ما ومتساوية في بعض الأحيان وهذا ما سنعرضه من خلال النتائج المتوصل إليها في الدراسة الاستطلاعية بعد تحليل مضمون المقابلة وحساب التكرارات والنسب المئوية.

المحور الأول: الصلابة النفسية

جدول رقم (01): يوضح استجابات أستاذات التعليم الثانوي نحو السؤال: هل لديك القدرة على مواجهة المشكلات إن وجدت؟

المتغير	المؤشرات	التكرار	النسبة المئوية%
الصلابة النفسية	1- في أغلب الأحيان لا أستطيع مواجهة المشكلات	3	30
	2- أحيانا أستطيع المواجهة وأحيانا أقع في ضغط	2	20
	3- أستطيع مواجهة المشكلات وأبذل قصارى جهدي	4	40
	4- لا أستطيع المواجهة وأستسلم عند أول مشكلة تواجهني	1	10
	المجموع	ن=10	100%

بالنظر إلى معطيات الجدول السابق تبين لنا أن نسبة استجابات الأستاذات كانت متفاوتة بين بعضها البعض، بحيث بلغت أعلى نسبة 40% في العبارة (3) والتي تقر بأن لديهن القدرة على مواجهة المشكلات وبذل قصارى جهدهن، ثم تليها العبارة (1) بنسبة 30% والتي تفسر بأن أغلب الأحيان الأستاذات لا يستطعن مواجهة مشكلاتهن، وفي بعض الأحيان يقعن في ضغط. بينما آخر نسبة كانت في العبارة (4) بنسبة 10% والتي تشير إلى أن الأستاذة لا تستطيع المواجهة وتستسلم عند أول مشكلة.

جدول رقم (02): يوضح استجابات أستاذات التعليم الثانوي نحو السؤال: هل تشعرين أحيانا بالفشل؟

المتغير	المؤشرات	التكرار	النسبة المئوية %
الصلابة النفسية	1- أشعر بالفشل خاصة في أدائي المهني	3	30
	2- أشعر بالفشل في الجانب الأسري	2	20
	3- لا ينتابني أي شعور بالفشل	2	20
	4- أشعر بالفشل معظم الوقت لأنني لا أستطيع التوفيق بين عملي كأستاذة وكزوجة	3	30
	المجموع	ن=10	%100

يتبين من خلال الجدول أعلاه أن إجابة الأستاذات عن السؤال المذكور سابقا تكررت بنسب متساوية بين العبارتين (1) و(4) بنسبة 30%، والتي تشير بأن هناك شعور بالفشل خاصة في الجانب المهني وعدم القدرة على التوفيق بينه وبين أدوارهن كزوجات، بالإضافة إلى تساوي العبارتين (2) و(4) بنسبة 20% والتي تشير بأنه توجد فئة ينتابها شعور بالفشل وخاصة في مجال العمل، والفئة الأخرى عكسها تماما لا ينتابها أي شعور بالفشل.

جدول رقم (03): يوضح استجابات أستاذات التعليم الثانوي نحو السؤال: هل ترين بأن الحظ يحالفك؟

المتغير	المؤشرات	التكرار	النسبة المئوية %
الصلابة النفسية	1- لا أملك الحظ الجيد	2	20
	2- لدي الحظ الجيد كما له دور في نجاحي	3	30
	3- في بعض الأحيان جيد والبعض الآخر سيء	5	50
	المجموع	ن=10	%100

بالنظر إلى معطيات الجدول السابق يتبين لنا أن أعلى نسبة استجابة للأستاذات كانت حول العبارة رقم (3) والتي بلغت 50%، بينما أقل نسبة استجابة سجلت في العبارة (1) حيث بلغت 20%، وهذا يفسر لنا أن أغلب أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية أجابوا بأن الحظ يختلف من حين إلى آخر، في بعض الأحيان جيد والبعض الآخر سيء.

الجدول (04): يوضح استجابات أستاذات التعليم الثانوي نحو السؤال: هل تخططين للمستقبل أم تركيه للصدف؟

المتغير	المؤشرات	التكرار	النسبة المئوية%
الصلابة النفسية	1-أخطط للمستقبل وأسعى للوصول إلى ما هو أفضل وذلك بوضع أهداف وخطط	6	60
	2-لا أخطط للمستقبل وإنما أتركه للصدف	3	30
	3-في بعض الأحيان أخطط للمستقبل والبعض الآخر أتركه للصدف	1	10
	المجموع	ن=10	%100

يتبين من خلال الجدول أن إجابة أغلبية الأستاذات عن السؤال المذكور أعلاه تكررت بدرجة كبيرة حول العبارة (1) وذلك بنسبة 60% بحيث يتم التخطيط للمستقبل بهدف الوصول إلى ما هو أفضل من خلال وضع أهداف بينما العبارة (02) تليها بنسبة 30% والتي تقر بأنه لا يوجد تخطيط للمستقبل وإنما تركه للصدف، أما أدنى نسبة كانت في العبارة (3) بنسبة 10% والتي تشير بأن الاستجابة تتغير من حين إلى آخر ففي بعض الأحيان يتم فيها التخطيط للمستقبل والبعض الآخر يتم تركه للصدف.

الجدول (05): يوضح استجابات أستاذات التعليم الثانوي نحو السؤال: هل ترين بأن الحياة فرص أم عمل وكفاح؟

المتغير	المؤشرات	التكرار	النسبة المئوية%
الصلابة النفسية	1-الحياة هي عبارة عن عمل وكفاح بالإضافة إلى فرص من أجل تحقيق حياة أفضل	4	40
	2-الحياة هي عبارة عن عمل وكفاح في نفس الوقت	3	30
	3-الحياة عبارة عن كفاح لأن الإنسان تواجهه العديد من المشاكل والعقبات	1	10
	4-الحياة عبارة عن مزج بين فرص يجب اغتنامها وعمل متواصل لتحقيق ما نريده	2	20
	المجموع	ن=10	%100

يتبين لنا من خلال الجدول أن الأستاذات اللواتي أجرينا معهن المقابلة اختلفت إجابتهن حول السؤال المذكور أعلاه حيث بلغت أكبر نسبة مئوية 40% في العبارة (1) والتي تركز على أن الحياة عبارة عن عمل وكفاح بالإضافة إلى فرص من أجل تحقيق حياة أفضل، تليها العبارة (2) بنسبة 30% والتي تقر بأن الحياة هي عبارة عن عمل وكفاح في نفس الوقت ثم العبارة (4) بنسبة 20% والتي تشير بأن الحياة عبارة عن مزج بين فرص يجب اغتنامها، وعمل متواصل لتحقيق ما نريده. ثم العبارة (3) والتي كانت أدنى نسبة قدرت بـ 10% تفسر بأن الحياة عبارة عن كفاح كون الإنسان تواجهه العديد من المشاكل والعقبات.

المحور الثاني: التوافق الزوجي

الجدول رقم (06): يوضح استجابات أستاذات التعليم الثانوي نحو السؤال: هل أنت قادرة على التوفيق بين أدوارك كزوجة وكعاملة بمهنة التدريس؟

المتغير	العبارة	التكرار(ت)	النسبة المئوية%
التوافق الزوجي	1- نعم أستطيع التوفيق بين عملي في أغلب الأحيان	2	20
	2- لا أستطيع التوفيق وهناك صعوبات كدوري كأستاذة وكزوجة	3	30
	3- في بعض الأحيان أستطيع التوفيق وأحيانا أقع تحت الضغط	2	20
	4- أجد صعوبة كبيرة وأشعر بالإرهاق النفسي والبدني والعجز والتعب	3	30
	المجموع	ن=10	100%

بالنظر إلى معطيات الجدول السابق تبين لنا أن نسبة استجابات الأستاذات كان متساوي للعبارتين (1) و(3) التي بلغت 20 %، وكذلك تساوي النسب في العبارتين (2) و(4) والتي بلغت 30% وهذا يعتبر أعلى نسبة استجابة مما يفسر أن 30% من أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية يؤكدون على أن أستاذة التعليم الثانوي لا تستطيع التوفيق بين أدوارها وتجد صعوبة في ذلك وتشعر بالإرهاق النفسي والبدني والتعب، وأن 20 %منهن صرحن بأنهن يستطعن التوفيق في أغلب الأحيان وأحيانا يقعن تحت الضغط.

الجدول رقم (07): يوضح استجابات أستاذات التعليم الثانوي نحو السؤال: هل تشعرين بالرضا عن علاقتك الزوجية؟

المتغير	العبارة	التكرار(ت)	النسبة المئوية%
التوافق الزوجي	1- نعم أشعر بالرضا عن علاقتي الزوجية	3	30
	2- في أغلب الأحيان أشعر بالرضا	4	40
	3- لا ليس هناك شعور بالرضا	3	30
	المجموع	ن=10	100%

بالنظر إلى معطيات الجدول السابق تبين لنا أن نسبة استجابة الأستاذات سجلت أعلى نسبة قدرت ب 40% حيث أقروا أنهم في أغلب الأحيان يشعرون بالرضا عن علاقتهن الزوجية، في حين تساوت النسب في العبارتين (1) و (3) حيث بلغت 30% حيث أجبن أنه هناك رضا زواجي ومن جهة أخرى لا يوجد شعور بالرضا.

الجدول رقم (08): يوضح استجابات أستاذات التعليم الثانوي حول السؤال: هل تجددين صعوبة في حل النزاعات الأسرية إن وجدت؟

المتغير	العبارة	التكرار(ت)	النسبة المئوية
التوافق الزواجي	1- لا أجد صعوبة في ذلك إطلاقاً	5	50
	2- نعم في أغلب الأحيان	4	40
	3- حسب طبيعة النزاع	1	10
	المجموع	ن=10	100%

يتضح من خلال الجدول أن إجابة أفراد الدراسة الاستطلاعية عن السؤال المذكور أعلاه قد تباينت، حيث سجلت أكبر نسبة في العبارة (1) والتي قدرت ب 50%، وهذا يفسر أن أغلب الأستاذات يقررن بعدم وجود صعوبة في حل النزاعات الأسرية، في حين سجلت نسبة 40% من المبحوثين الذين أجابوا حسب العبارة رقم (2) والتي تركز على وجود صعوبة في حل النزاعات الأسرية في أغلب الأحيان، أما أقل نسبة سجلت هي 10%، تمثل العبارة رقم (3) والتي تقر بأن أفراد العينة الاستطلاعية يجدون صعوبة في حل النزاعات الأسرية حسب طبيعة النزاع القائم.

الجدول رقم (09): يوضح استجابات أستاذات التعليم الثانوي نحو السؤال: هل تستطيعين التعبير عن مشاعرك لزوجك بحرية؟

المتغير	العبارة	التكرار(ت)	النسبة المئوية%
التوافق الزواجي	1- نعم أعبر بكل حرية عن مشاعري لزوجي	6	60
	2- نعم أحيانا	2	20
	3- لا أستطيع التعبير لزوجي	2	20
	المجموع	ن=10	100%

يلاحظ من خلال الجدول أن إجابات أغلبية أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية عن السؤال المذكور أعلاه بدرجة كبيرة حول العبارة رقم (1) وذلك بنسبة 60%، والتي تفسر مدى استطاعة أستاذة التعليم الثانوي التعبير عن مشاعرها لزوجها بينما سجلت كل من العبارتين (2) و (3) نفس النسبة هي 20%، حيث يقران أنه نعم أحيانا تستطيع التعبير عن مشاعرها وأحيانا أخرى لا تستطيع على التعبير إطلاقاً.

الجدول رقم 10): يوضح استجابات أستاذات التعليم الثانوي نحو السؤال: هل هناك حوار بينك وبين زوجك؟

المتغير	العبارة	التكرار(ت)	النسبة المئوية
التوافق الزوجي	1- نعم هناك حوار ونقاش فعال بيننا	02	20
	2- نعم لكن في أغلب الأوقات يكون هناك عدم تفاهم وينتهي بشجار	02	20
	3- ليس هناك حوار أصلا	04	40
	4- أحيانا فقط	02	20
	المجموع	ن=10	%100

تبين معطيات الجدول أعلاه أن أعلى نسبة استجابات الأستاذات التعليم الثانوي كانت حول العبارة (03) والتي بلغت 40% حيث تقر بأنه لا يوجد هناك حوار أصلا بينها وبين زوجها، في حين تساوت العبارات (01) و(02) و(04) حيث بلغت النسبة 20% والتي تعبر عن وجود حوار ونقاش فعال، ولكن في أغلب الأوقات يكون هناك عدم تفاهم وينتهي بشجار.

ثانيا: الدراسة الأساسية

الدراسة الميدانية هي خطوة جد مهمة في البحث العلمي، تستهدف جمع البيانات والمعطيات حول الظاهرة المراد دراستها ثم تفسيرها وتحليلها واستخلاص النتائج وشملت الدراسة الأساسية على ما يلي:

1- مجالات الدراسة:

1-1- المجال المكاني (الجغرافي):

ويقصد به الحيز أو النطاق المكاني الذي يكفل للباحث إجراء الدراسة الميدانية، وقد وقع اختيارنا على كل الثانويات المتواجدة ببلدية وادي الزناتي بولاية قالمة وهم على التوالي: ثانوية حشاش العيد، ثانوية بلعقون عبد الرحمان ثانوية حفار الساس محمد العيد.

1-2- المجال الزمني:

وهو الوقت الذي استغرقته الدراسة الحالية بشكل عام، وذلك خلال السنة الجامعية 2025/2024. أما بالنسبة للدراسة الميدانية فقد تم إجراؤها خلال الفترة الممتدة بين 2025/02/25 إلى غاية 2025/04/24. حيث كانت أول زيارة استطلاعية تم خلالها الموافقة على قبول إجراء الدراسة الميدانية، بعدها باشرنا في تطبيق دليل المقابلة مع بعض الأستاذات من ثانويات بلدية واد الزناتي ولاية قالمة للتعريف بموضوع البحث وأهدافه وكذلك معرفة مدى استجابتهن نحو أسئلة المقابلة. وبعدها قمنا بتطبيق مقياسي الصلابة النفسية والتوافق الزوجي على عينة البحث الأساسية.

1-3- المجال البشري:

وهو مجموعة الأفراد محل الدراسة، وبالنسبة للبحث الحالي فإن المجال البشري ينحصر في أستاذات التعليم الثانوي اللواتي يزاولن مهنتهن بثانويات وادي الزناتي بولاية قالمة للسنة الدراسية 2025/2024.

2: منهج الدراسة

اعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة الموضوع الذي يهدف إلى دراسة العلاقة بين الصلابة النفسية والتوافق الزواجي لدى أستاذات ثانويات بلدية وادي الزناتي بولاية قالمة، حيث يعد هذا المنهج من أكثر المناهج استخداما في البحوث النفسية والاجتماعية، إذ يتيح للباحث إمكانية دراسة الظواهر كما هي في الواقع دون تدخل أو تعديل من خلال جمع بيانات كمية ووصفية وتحليلها بطريقة علمية ممنهجة، بغرض تفسير العلاقات القائمة بين المتغيرات.

3: مجتمع الدراسة

يعرف مجتمع الدراسة بأنه المجتمع الإحصائي الذي تجرى عليه الدراسة ويشمل كل أنواع المفردات التي تشترك في خصائص معينة أو سمات. ويتكون مجتمع بحثنا من جميع الأستاذات خلال السنة الدراسية 2024-2025 واللواتي ينتمين إلى ثانويات وادي الزناتي بولاية قالمة وهن على التوالي: ثانوية حشاش العيد تضم (29 أستاذة) ثانوية بلعقون عبد الرحمان (أستاذة 23)، وثانوية حفار الساس محمد العيد (28 أستاذة)، ليصل العدد الإجمالي لمجتمع الدراسة 80 أستاذة متزوجة. واعتمادا على الإحصائيات المتحصل عليها من إدارة كل ثانوية تم تحديد المجتمع الإحصائي للبحث بناء على كيفية توزيعه على مختلف الثانويات، وذلك حسب ما ورد في الجدول التالي:

جدول رقم (11): يوضح توزيع المبحوثين حسب الثانويات

الرقم	الثانويات	الأستاذات المتزوجات
01	حشاش العيد	29
02	بلعقون عبد الرحمان	23
03	حفار الساس محمد العيد	28

ونظرا لكون مجتمع الدراسة محدود والمقدر عدده (80) مفردة، فإننا اعتمدنا على أسلوب المسح بالعينة مع استثناء (10) من أفراد هذا المجتمع نتيجة استخدامهم في الدراسة الاستطلاعية ليصبح العدد الإجمالي للدراسة الأساسية هو (70) مفردة، حيث طبقنا أدوات جمع البيانات على كل عناصره.

4- أدوات جمع البيانات

تمثل أدوات الدراسة الوسائل والتقنيات المتبعة من طرف الباحث من أجل الحصول على المعلومات والبيانات اللازمة التي تساعد في دراسة وتحليل مشكلة البحث، وبعد ذلك التوصل إلى النتائج. ومن أجل تحقيق أهداف البحث استخدمنا عدة أدوات هم على التوالي: (عليان، 2001، ص90)

4-1-1- المقابلة العيادية النصف موجهة:

تعتبر المقابلة إحدى الأدوات المستعملة لجمع المعلومات في دراسة الأفراد والجماعات الإنسانية، فهي أكثر الوسائل شيوعا وفعالية في الحصول على البيانات الضرورية لأي بحث.

ويقول دوران (doran) عن المقابلة "بأنها الحوار المنظم مع المبحوثين والباحث، الذي يكون في أغلب الأحيان مزود بإجراءات ودليل علمي لإجراء المقابلة يرمي إلى استثارة دوافع المبحوثين، للإدلاء بالمعلومات التي تساعد على فهم ما يدور حول موضوع ما" (غول، 2009، ص411).

وقد قمنا في دراستنا بإجراء مقابلة استطلاعية نصف موجهة مع بعض أستاذات التعليم الثانوي لبلدية وادي الزناتي بولاية قالمة، وعددهم عشرة (10) أستاذات، حيث تم إعداد دليل مقابلة مسبقا، يحتوي على مجموعة من الأسئلة لمعرفة العلاقة

بموضوع البحث، وكان ذلك بعد إعلام كل مبحوث بطبيعة الموضوع وسرية المعلومات. فكانت نتائج المقابلة الأولية بداية للتعلم أكثر في البحث، وتزويدنا بمعلومات إضافية تساعد في الفهم الجيد للموضوع، واختيار الأدوات المناسبة له.

2-4-2 مقياس الصلابة النفسية:

1-2-4-1 وصف مقياس الصلابة النفسية:

هو أداة قياس تعطي تقديرا كميا للصلابة النفسية للفرد، تم إعداد هذا المقياس من طرف عماد مخيمر "2002" يتكون في الأصل من 48 بند، وتم إضافة بندا واحدا من طرف الدكتور "بشير معمري" موزعة على ثلاث أبعاد: الالتزام التحكم، التحدي. (عمور، 2013، ص 175)

جدول رقم (12): يوضح توزيع البنود على مقياس الصلابة النفسية

الأبعاد	أرقام العبارات
الالتزام	46-43-40-37-34-31-28-25-22-19-16-13-10-7-4-1
التحكم	47-44-41-38-35-32-29-26-23-20-17-14-11-8-5-2
التحدي	48-45-42-39-36-33-30-27-24-21-18-15-12-9-6-3

2-2-4-2 تصحيح المقياس:

يشمل المقياس على أربعة بدائل هي: لا: وتنال صفر، قليلا: وتنال درجة واحدة، متوسطا: وتنال درجتين، كثيرا: وتنال ثلاث درجات، وبالتالي تتراوح درجة كل مفحوص نظريا بين (0-144)، وارتفاع الدرجة يعني ارتفاع الصلابة النفسية.

1-2-2-4-2 مستويات الصلابة النفسية:

المستوى الأول: الدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية:

مجموع الدرجات	مستوي الصلابة النفسية
إذا كانت ما بين (78-48)	منخفض
إذا كانت ما بين (109-79)	متوسط
إذا كانت ما بين (144-110)	مرتفع

المستوى الثاني: مستويات بعدي الالتزام والتحدي:

مجموع الدرجات	مستوي الصلابة النفسية
إذا كانت ما بين (16-26)	منخفض
إذا كانت ما بين (27-37)	متوسط
إذا كانت ما بين (38-48)	مرتفع

المستوى الثالث: مستويات بعد التحكم:

مستوى الصلابة النفسية	مجموع الدرجات
منخفض	إذا كانت ما بين (15-24)
متوسط	إذا كانت ما بين (25-35)
مرتفع	إذا كانت ما بين (36-45)

(عمور، 2013، ص 177)

3-2-4- الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية:

لقد تم تقنين مقياس الصلابة النفسية على البيئة الجزائرية من طرف الدكتور "بشير معمري"، حيث تكونت عينة التقنين من (392) فردا، منهم (191) ذكور و(201) إناث، تراوحت أعمار عينة الذكور بين (15-50) سنة بمتوسط حسابي قدره (20.73)، وانحراف معياري قدره (4.78)، وتم سحب العينتين (الذكور والإناث) من تلاميذ وتلميذات مؤسسات التعليم الثانوي بولاية باتنة، ومن كليات جامعة الحاج لخضر باتنة. تم تطبيق مقياس الصلابة النفسية، من قبل الباحث شخصيا (بشير معمري)، واستغرقت عملية التطبيق شهور جانفي، فيفري، مارس 2011.

• حساب الصدق والثبات:

• الصدق التمييزي:

عينة الذكور: لحساب هذا النوع من الصدق، تم استعمال طريقة المقارنة الطرفية. حيث تمت المقارنة بين عينتين تم سحبهما من طرفي الدرجات لعينة الذكور، حجم كل عينة يساوي 26 مفحوص بواقع سحب 27% من العينة الكلية (ن=95) تبين من قيم "ت" أن المقياس يتميز بقدرة كبيرة على التمييز بين المرتفعين والمنخفضين في الصلابة النفسية، مما يجعله يتصف بمستوى عال من الصدق لدى عينة الذكور.

✓ وقد بلغ معامل الصدق لدى عينة الذكور $t=41,13$ عند مستوى الدلالة 0,01، وهذه القيمة دالة إحصائيا.

✓ أما لدى عينة الإناث فقد بلغ معامل الصدق $t=67,20$ عند مستوى الدلالة 0,01، وهذه القيمة دالة إحصائيا.

• الثبات:

تم حساب الثبات عن طريق إعادة تطبيق، وطريقة حساب ألفا كرونباخ، فتوصل الباحث إلى أن المقياس يتمتع بدرجة ثبات تجعله صالحا للاستعمال على مستوى الدلالة 0,01 حيث:

✓ بلغ معامل الثبات لدى عينة الذكور 0,823 وهو دال إحصائيا عند مستوى الدلالة 0,01.

✓ بلغ معامل الثبات لدى عينة الإناث 0,831 وهو دال إحصائيا عند مستوى الدلالة 0,01.

وبالتالي يتبين من خلال معاملات الصدق والثبات التي تم التوصل إليها، إن مقياس الصلابة النفسية يتميز بشروط سيكومترية مرتفعة على عينات من البيئة الجزائرية، مما يجعله صالح للاستعمال في دراستنا الحالية.

3-4-3-مقياس التوافق الزوجي:

3-4-1- وصف المقياس:

قامت الباحثة مسعودي زهية 2008 بتصميم مقياس التوافق الزوجي في إطار انجاز مشروع الدكتوراه حول علاقة الضغوط وعوامل الشخصية بالتوافق الزوجي، حيث لم تقم بإجراء حذف أو تعديل لبنود المقياس، ماعدا تغيير كلمة شريكي بكلمة زوجي لأنها أكثر تعبيراً عن العلاقة الزوجية من كلمة شريكي، التي أصبحت تتداول في البيئة الجزائرية بكثرة وبمعان ليس لها علاقة بموضوع الدراسة. ويتكون المقياس من ثمان وثلاثين عبارة موزعة على تسعة أبعاد هي: سمات شخصية الشريك، الالتزام بالدين والأخلاق، الاتفاق حول المواضيع الحيوية، تقارب الأفكار والقيم العادات والاتجاهات وأساليب تنشئة الأبناء، طرق كسب المال، مدى التواصل الوجداني والإشباع الجنسي والمشاركة في الأنشطة وإبداء الحرص على استمرار الرابطة المزدوجة، القدرة على حل المشكلات وأخيرا الارتياح للعلاقة مع أسرة وأصدقاء الشريك.

3-4-2- ثبات وصدق الاختبار:

• ثبات المقياس:

قامت الباحثة زهية مسعودي بالتأكد من ثبات المقياس باستعمال معامل ثبات (ألفا كرونباخ)، حيث قدر معامل ثبات مقبول.

• صدق الاختبار:

تم التأكد من صدق الاختبار عن طريق المقارنة الطرفية بين نتائج المجموعتين اللتين تمثلان طرفي منحنى التوزيع حيث بينت أن الفروق بينها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.01. وهذا يؤكد أن درجات المقياس تميز بشكل واضح بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا، ما يجعل المقياس صادقاً.

3-4-3- تصنيف عبارات المقياس حسب الإيجاب والسلب:

يتكون المقياس من 25 عبارة موجبة و13 عبارة سالبة.

وتتمثل العبارات الموجبة: 1،2،4،5،7،8،9،12،13،16،18،19،20،21،24،26،27،28،30،32،33،34،35،36،37 أما العبارات السالبة:

3،6،10،11،14،15،17،22،23،25،29،31،38"

3-4-4- طريقة تصحيح المقياس:

يتم تصحيح المقياس حسب الجدول التالي:

جدول رقم (13): يوضح طريقة تصحيح مقياس التوافق الزوجي

إطلاقاً	أحياناً	دائماً	العبارات
1	2	3	العبارات الموجبة
3	2	1	العبارات السالبة

4-3-5- تفسير نتائج المقياس:

تقدر الدرجة الكلية عند جمع درجات الإجابة على عبارات المقياس ب 114 كأقصى حد، فيما تقدر الدرجة الدنيا لمجموع الإجابات ب 38 درجة.

وعليه فإذا تراوحت الدرجات المتحصل عليها بين 38 درجة و 75 درجة صنف المبحوث في حالة سوء التوافق الزوجي. وأما إذا تراوح مجموع الدرجات المتحصل عليها بين 76 درجة و 114 درجة صنف المبحوث في حالة التوافق الزوجي (بلمهدي 2011، ص 163-165).

5- الأساليب الإحصائية المستخدمة

لقد تم الاعتماد في هذه المرحلة على برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية المعروف ical Package for Social Sciences Statiste التي يرمز لها (spss)، وتعد هذه الأخيرة من أبرز البرامج التي تهتم بتحليل البيانات والمعلومات الإحصائية التي تساعدنا في تفريغ وتنظيم وتبويب البيانات.

ومن بين الأساليب الإحصائية التي تم استخدامها في هذه الدراسة نجد المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري ومعامل الارتباط بيرسون (R). المتوسط الفرضي.

- المتوسط الحسابي: هو عبارة عن قيمة إحصائية تستخرج من برنامج spss تساعد في معرفة مدى ارتفاع وانخفاض في استجابات أفراد عينة الدراسة، وكذا تحديد مستوى الصلابة النفسية والتوافق الزوجي لدى عينة الدراسة.

- الانحراف المعياري: ويعرف على أنه قيمة إحصائية تقيس تشتت مجموعة البيانات بالنسبة إلى متوسطها.

- معامل الارتباط بيرسون (R) : من أجل الكشف عن نوع وشدة وطبيعة العلاقة بين المتغيرين.

- المتوسط الفرضي: مجموع البدائل

عدد البدائل X _____

عدد البدائل

- اختبار "ت" لعينة واحدة: لحساب الفروق بين المتوسط الحسابي و المتوسط الفرضي لمقياس الصلابة النفسية.

خلاصة الفصل

من خلال هذا الفصل تم التعرف على كل ما يتعلق بالدراسة الميدانية، وذلك من خلال التطرق للمنهج المتبع والتساؤلات المحددة وأدواته، وحدود الدراسة بهدف التوصل إلى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية والتوافق الزوجي لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولاية قالمه، والكشف عن المستويات لمتغيرات الدراسة بالاعتماد على مقياسيين مقننين في البيئة الجزائرية.

الفصل الخامس

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تمهيد

أولاً: عرض النتائج

1- عرض نتائج الفرضية العامة

2- عرض نتائج الفرضيات الجزئية

2-1- عرض النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية الأولى

2-2- عرض النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية الثانية

ثانياً: مناقشة وتفسير النتائج

1- مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الفرضيات والتراث النظري

1-1- مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الفرضية العامة

1-2- مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الفرضيات الجزئية

2- مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الدراسات السابقة

ثالثاً: استنتاج عام

رابعاً: اقتراحات الدراسة

تمهيد

بعدما تطرقنا إلى الفصول النظرية والفصل المنهجي سنحاول في هذا الفصل تسليط الضوء على نتائج الدراسة الميدانية، باعتبارها أهم مرحلة في البحث العلمي، كونها تسمح لنا بالكشف عن مدى صحة فرضياتنا، وعليه فإننا نسعى من خلال هذا الفصل لعرض نتائج الدراسة وذلك حسب الفرضيات الواردة ومناقشتها وتفسيرها في ضوء التراث النظري والدراسات السابقة.

أولاً: عرض النتائج

1- عرض نتائج الفرضية العامة:

تنص الفرضية الرئيسية على أنه "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والتوافق الزوجي لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولاية قلمة". وللتأكد من صحة الفرضية تم حساب معامل الارتباط بيرسون لاختبار العلاقة بين متغير الصلابة النفسية ومتغير التوافق الزوجي. والجدول التالي يوضح النتائج:

جدول رقم (14): يوضح نتائج معامل الارتباط بين الصلابة النفسية والتوافق الزوجي

المؤشرات الإحصائية المتغيرات	مفردات البحث	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط "بيرسون"	مستوى الدلالة
الصلابة النفسية	70	89.62	26.10	0.968	0.01 دالة
التوافق الزوجي		73.04	22.11		

يتضح من نتائج الجدول أعلاه، أن المتوسط الحسابي للصلابة النفسية قدر بـ (89.62) وانحراف معياري قيمته (26.10)، وبمقارنته مع المتوسط الحسابي للتوافق الزوجي والذي بلغ (73.04) بانحراف معياري قيمته (22.11) نجد أن كليهما حقق مستوى مرتفع، وهذا ما تم إثباته بمعامل الارتباط بيرسون الذي قدر بـ (0.968) عند مستوى معنوية (0.01) وهي دالة إحصائية. وهذا يدل على وجود علاقة ارتباطية ايجابية قوية بين الصلابة النفسية والتوافق الزوجي لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولاية قلمة.

2- عرض نتائج الفرضيات الجزئية:

2-1- عرض النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية الأولى:

نصت الفرضية الجزئية الأولى على أن "مستوى الصلابة النفسية مرتفع لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولاية قلمة". وللتحقق من هذه الفرضية، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات الصلابة النفسية، وتطبيق اختبار "ت" لعينة واحدة للتحقق من دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياس الصلابة النفسية. والجدول رقم (15) يوضح النتائج:

الجدول رقم (15): نتائج اختبار "ت" للفروق بين متوسط درجات مفردات البحث والمتوسط الفرضي لمقياس الصلابة النفسية

المتغير	مفردات البحث	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
الصلابة النفسية	70	89.62	72	26.10	69	05.649	0.000

حسب نتائج الجدول أعلاه يتضح أن المتوسط الحسابي لدرجات مفردات الدراسة بلغ (89.62) بانحراف معياري قدره (26.10)، وبالتالي فإن قيمة المتوسط الحسابي تفوق قيمة المتوسط الفرضي للمقياس والمقدرة بـ (72) عند مقارنتها باستخدام اختبار "ت" لعينة واحدة ذات قيمة (05.649). وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى دلالة أقل من (0.01)، مما يعني أن مفردات الدراسة لديهم مستوى مرتفع من الصلابة النفسية، هذا ما يؤكد صحة الفرضية الأولى التي تقر بوجود مستوى مرتفع من الصلابة النفسية لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولتية قالمة.

2-2- عرض النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية الثانية:

نصت الفرضية الجزئية الثانية على أن " مستوى التوافق الزوجي مرتفع لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولتية قالمة". وللتحقق من هذه الفرضية، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات التوافق الزوجي، وتطبيق اختبار "ت" لعينة واحدة للتحقق من دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياس التوافق الزوجي. والجدول رقم (16) يوضح النتائج:

جدول رقم (16): نتائج اختبار "ت" للفرق بين متوسط درجات مفردات البحث والمتوسط الفرضي لمقياس التوافق الزوجي

المتغير	مفردات البحث	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
التوافق الزوجي	70	73.04	76	22.11	69	-01.119	0.26 غير دالة

حسب نتائج الجدول أعلاه يتضح أن المتوسط الحسابي لدرجات مفردات الدراسة بلغ (73.04) بانحراف معياري قدره (22.11)، وبالتالي فإن قيمة المتوسط الحسابي أقل من قيمة المتوسط الفرضي للمقياس والمقدرة بـ (76) عند مقارنتها باستخدام اختبار "ت" لعينة واحدة ذات قيمة (-01.119). وهي قيمة غير دالة إحصائية، مما يشير إلى عدم تحقيق الفرضية بالشكل المفترض. يعني مستوى التوافق الزوجي لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولاية قالمة ليس مرتفعاً كما نصت عليه الفرضية بل هو في حدود المتوسط.

ثانياً: مناقشة وتفسير النتائج

1- مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الفرضيات والتراث النظري

1-1- مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الفرضية العامة

يمكن تفسير النتائج المتحصل عليها والتي مفادها وجود علاقة ارتباطية قوية بين الصلابة النفسية والتوافق الزوجي لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولاية قالمة فإن الصلابة النفسية تلعب دوراً هاماً ومحورياً في مواجهة الصعوبات والضغوطات التي تواجه أستاذات التعليم الثانوي، كون أن الحياة مليئة بالصعاب مما يسمح لهن بتحقيق التكيف والتوافق الزوجي مع المتغيرات الحياتية بأساليب صحية تقلل من الضغوط الزوجية، وكذا تزيد من مرونة نفسية وصمود وتحدي للمشكلات واجتياز للأزمات ويساعدهن كذلك على الالتزام بواجبتهن والقدرة على مواصلة الواقع، والتحكم في مختلف المواقف التي تعترضهن وإعادة توجيهها إلى الناحية الإيجابية والوصول إلى مرحلة التكيف. حيث يفسر مادي الذي

وسع نظرية كوبازا واعتبر أن الصلابة النفسية ليست مجرد آلية دفاعية، بل هي أسلوب حياة يعكس قدرة الفرد على التكيف الإيجابي مع التغيرات. ووفقا لذلك فالمرأة العاملة الصلبة نفسيا لا تنكسر أمام الضغوط المهنية أو الأسرية، بل توظف مرونتها النفسية لتطوير استراتيجيات فعالة في حل المشكلات الزوجية، مما يعزز التوافق والاستقرار في العلاقة. في حين تفسر نظرية التبادل الاجتماعي التي ترى أن العلاقات الإنسانية، ومنها العلاقة الزوجية تقوم على مبدأ الربح والخسارة، أي أن كل طرف يسعى لتحقيق أقصى قدر من المنافع وتقليل التكاليف داخل العلاقة. في هذا الإطار تساعد الصلابة النفسية المرأة على إدارة العلاقة الزوجية بطريقة أكثر نضجا وفاعلية حيث تتمكن من تقديم الدعم والتفهم لشريكها، وتحافظ على التوازن في الأخذ والعطاء مما يزيد من شعورها بالرضا ومن رضا الطرف الآخر كذلك. أما بالنسبة للنظرية البنائية التي تفترض أن الفرد لا يتلقى الواقع كما هو، بل يقوم ببنائه وتفسيره استنادا إلى تجاربه السابقة ومعتقداته ومعاينه الشخصية. من هذا المنطلق تعد المرأة التي تمتلك صلابة نفسية أكثر قدرة على بناء معنى إيجابي لتجاربها الزوجية والمهنية، حتى في ظل الضغوط والتحديات. فهي لا ترى المشكلات كعقبات، بل كفرص للنمو وإعادة التكيف مما يعزز من ادراكها لعلاقتها الزوجية بشكل أكثر مرونة وتفهما. كما أن الصلابة النفسية تمكن المرأة من إعادة تفسير الخبرات السلبية بطريقة بناءة تقلل من أثارها الانفعالية، ما يساهم في المحافظة على التوازن النفسي وتحقيق تواصل فعال داخل العلاقة الزوجية. فهي تنظر إلى الاختلافات أو الخلافات الزوجية كجزء طبيعي من الحياة، وتعيد بناءها ذهنيا بما يخدم الاستقرار والتوافق. وبالتالي فإن الصلابة النفسية من منظور بنائي تمثل أداة ذهنية تساعد المرأة على إعادة تشكيل الواقع الزوجي بطريقة سليمة وتدعم التكيف وتزيد من التوافق الزوجي خاصة في سياق تعدد الأدوار والضغوط اليومية التي تواجهها المرأة العاملة.

أما من منظور التحليل النفسي، فالمرأة الصلبة نفسيا تتمتع بأنا قوي يمكنها من تنظيم دوافعها والتعامل مع التوترات الانفعالية بطرق ناضجة، مما يقلل من الصراعات الزوجية. وأخيرا تفسر النظرية السلوكية التوافق الزوجي من خلال أنماط السلوك المتعلمة، أن المرأة التي تمتلك صلابة نفسية تطور استجابات تكيفية إيجابية تجاه المشكلات الزوجية، وتتبنى سلوكيات تواصل فعالة تدعم العلاقة.

وبناء على ما سبق يمكن القول أن الصلابة النفسية تمثل آلية داخلية فعالة تساعد أستاذات التعليم الثانوي على إدارة الضغوط وتعديل استجاباتها للالتزامات، وتحقيق توازن صحي بين العمل والأسرة، مما يعزز من توافقها الزوجي في ظل التحديات الحياتية المعاصرة.

1-2-2- مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الفرضيات الجزئية

1-2-1- مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الفرضية الجزئية الأولى

تبين من خلال المعالجة الإحصائية للبيانات الخاصة بالفرضية الجزئية الأولى أن مستوى الصلابة النفسية مرتفع لدى مفردات الدراسة، ويمكن تفسير النتيجة المتحصل عليها بأن أستاذات التعليم الثانوي في وقتنا الحاضر أكثر وعيا في التعامل مع ضغوطات وصعاب الحياة. فالحياة تفرض تحديات على المرأة بشكل عام والمتزوجة العاملة بشكل خاص، فارتفاع مستوى الصلابة النفسية ينعكس إيجابيا في قدرتهن على تحقيق أهدافهن والوصول إلى طموحاتهن، وكذلك مواجهة الأحداث الضاغطة التي تعترضهن وخاصة أن الأستاذة العاملة المتزوجة تتعرض لها بصفة خاصة لما لها من تعدد في الأدوار وتداخلها فهي زوجة وأم وربة بيت بالإضافة إلى مسؤولياتها المهنية، ومنه نجدها تثابر وتتحدى ذلك من أجل مواجهة الضغوط الزوجية من جهة والعملية من جهة أخرى.

حيث تُفسر نظرية "كوبازا" (Kobasa, 1979) الصلابة النفسية باعتبارها سمة شخصية تساعد الفرد على التعامل مع الضغوط والتحديات بطريقة فعالة، وتتكون من ثلاثة أبعاد رئيسية هي: الالتزام، والتحكم، والتحدى. ويتضح أن ارتفاع مستوى الصلابة النفسية لديها قد يكون نتيجة مباشرة لتفاعلها الإيجابي مع ضغوط الحياة اليومية التي تواجهها، سواء في المجال الأسري أو المهني. فالمرأة العاملة تُظهر درجة عالية من الالتزام، حيث تنخرط بوعي ومسؤولية في أدوارها المتعددة وتمنح أهمية كبيرة لكل من الأسرة والعمل، مما يمنحها شعورًا بالمعنى. كما أنها غالبًا ما تمتلك إحساسًا قويًا بالتحكم، أي الشعور بالقدرة على التأثير في مجريات الأمور وإدارة التحديات اليومية مما يعزز من كفاءتها الذاتية ويقلل من مشاعر العجز أو الاستسلام. إضافة إلى ذلك، فإنها تنظر إلى ضغوط الحياة ليس كتهديدات، بل كفرص للتعلم والنمو، وهو ما يُعرف ببعد التحدي، حيث تسعى لتحويل التغيرات والمواقف الصعبة إلى تجارب تطوير ذاتي. إن هذا الإدراك الإيجابي للمواقف الضاغطة، المصحوب بقدرات تنظيمية وعاطفية متقدمة، يساعد المرأة العاملة المتزوجة على الحفاظ على توازنها النفسي ومقاومة الانهيار تحت الضغط، مما ينعكس في صورة مستوى مرتفع من الصلابة النفسية يمكن ملاحظته بوضوح في سلوكها وتكيفها العام.

1-2-2 مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الفرضية الجزئية الثانية

تبين من خلال المعالجة الإحصائية للبيانات الخاصة بالفرضية الجزئية الثانية بأن مستوى التوافق الزوجي ليس مرتفعاً بل في حدود المتوسط، ويمكن تفسير النتيجة المتحصل عليها بأن مستوى التوافق الزوجي ليس مرتفعاً لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولاية قلمة المتزوجات كونه متغير نسبي يختلف من زوجة إلى أخرى وكل منها وجهة نظر خاصة بها، فنجد أن الإدراكات الزوجية راجعة إلى مجموعة من العوامل الثقافية، الاقتصادية... وغيرها من العوامل التي تجعل مستوى التوافق الزوجي ليس مرتفعاً، نجد من بينها خروج المرأة للعمل فهو يشكل مشكلاً عند الكثييرات في حين أنها في الكثير من الأحيان لا تستطيع التوفيق بين العمل و بين أسرتها، فيصبح للمرأة ضيق الوقت وعدم الاهتمام بزوجها وأولادها، كذلك نجد صراع في الأدوار وعدم تحمل للمسؤولية مما ينتج عنه خلل وصعوبة في التواصل والاتصال بين الزوجين، وهذا ما ذكرته ريم أن عدم ارتفاع التوافق الزوجي يرجع أيضاً إلى سوء الاتصال بين الزوجين كالحساسية بين الأزواج، وإذا لم يتم اختيار الوقت والمكان المناسبين لمناقشة أي مشكل مع احترام الطرف الآخر للحديث والتعبير عن رأيه فهذا سيؤثر على العلاقة الزوجية وبالتالي يحدث سوء توافق زوجي، ويمكن اعتبار الغيرة الشديدة أيضاً من أهم العوامل لأنها تعبر عن عدم وجود الثقة بين الطرفين وتؤدي إلى نشوء الخلافات بين الزوجين وهذا ما أكدته دراسة بارجلوا BERGLOU 1981، كما نضيف لما سبق من العوامل نضج الشخصية الذي يلعب دوراً هاماً ويساعد كلا من الزوجين على تقبل الآخر والحفاظ على استقرار الحياة الزوجية.

وفقاً لنظرية الذات لكارل روجرز تفسر انخفاض مستوى التوافق الزوجي لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولاية قلمة في الضغط الناتج عن التباين بين توقعات المجتمع أو الزوج وصورة الذات الحقيقية. قد تشعر أستاذة التعليم الثانوي بأنها مُطالبَة بأن تكون زوجة مثالية، وأماً حنونة، وموظفة ناجحة في الوقت نفسه، ما يؤدي إلى صراع بين ما هي عليه فعلياً (الذات الواقعية) وما تعتقد أنه يجب أن تكون عليه (الذات المثالية)، وهو ما يسميه روجرز "عدم الاتساق أو التنافر الذاتي". هذا التنافر قد يؤدي إلى الإحباط والقلق والشعور بالفشل، خاصة إذا لم تلقِ الدعم والتقدير من زوجها. في مثل هذه الحالة يصبح من الصعب تحقيق التوافق الزوجي لأن المرأة لا تشعر بالتقبل ولا بالتفاهم داخل العلاقة، وهو ما يتنافى مع الحاجة النفسية الأساسية لدى الفرد بحسب روجرز، وهي التقبل الإيجابي غير المشروط.

2- مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الدراسات السابقة

تبين من خلال المعالجة الإحصائية أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والتوافق الزوجي لدى أستاذات التعليم الثانوي وادي الزناتي بولاية قلمة، وتتفق دراستنا الحالية مع ما توصلت إليه دراسة عبد الرحمان محمود محمد (2018) على وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والتوافق الزوجي واستراتيجيات المواجهة لدى طالبات الجامعة. وأيضاً توافقت مع دراسة فاطمة الزهراء وسلامي باهي (2024) بوجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائية بين الصلابة النفسية والتوافق الزوجي لدى عينة من معلمات المرحلة الابتدائية بمدينة الجلفة.

كما تبين أيضاً من خلال المعالجة الإحصائية للبيانات وجود مستوى مرتفع للصلابة النفسية لدى مفردات الدراسة، وتتفق دراستنا الحالية مع ما توصلت إليه دراسة خيرة شويطر ونادية يوب الزقاي مصطفى (2015) بوجود مستوى مرتفع من الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات. كما اتفقت هاته الدراسة مع دراسة فاطمة الزهراء وسلامي باهي (2024) التي توصلت إلى وجود مستوى مرتفع من الصلابة النفسية لدى عينة من معلمات المرحلة الابتدائية بمدينة الجلفة. كما نلاحظ من خلال معالجة البيانات الإحصائية بأن مستوى التوافق الزوجي ليس مرتفعاً، بحيث تتفق دراستنا الحالية مع ما توصلت إليه دراسة فاطمة الزهراء وسلامي باهي (2024) لوجود مستوى متوسط من التوافق الزوجي لدى عينة من معلمات المرحلة الابتدائية.

ثالثاً: استنتاج عام

في ختام هذه الدراسة التي تناولت موضوع الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولاية قلمة. تمكنا من تسليط الضوء على أهمية المتغيرين في حياة المرأة، وقد أظهرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية قوية ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والتوافق الزوجي. وفي هذا السياق نجد بأن أستاذة التعليم الثانوي تواجه تحديات للتوفيق بين أدوارها المتعددة. فقد تتداخل أو تتعارض في بعض الأحيان هذه الأدوار مما يحدث نوعاً من الضغط والصراع النفسي. وهنا تبرز أهمية الصلابة النفسية باعتبارها عاملاً مساعداً في تحقيق التكيف والتعامل مع ضغوطات الحياة بمرونة وكفاءة. فالمرأة التي تتمتع بصلابة نفسية تكون أكثر قدرة في التعامل مع متطلبات الحياة الزوجية والمهنية بطريقة متزنة، دون أن يؤدي ذلك إلى انهيار أو خلل في أحد الأدوار. وبالتالي فإن الصلابة النفسية تساهم في تخفيف أثر صراع الأدوار أو غموضها، وتعزز قدرة المرأة على أداء أدوارها بكفاءة مما ينعكس إيجاباً على جودة العلاقة الزوجية ويزيد من شعورها بالرضا والتوافق داخل الأسرة. بناء على ما سبق يمكن القول بأن الصلابة النفسية تمثل عاملاً نفسياً مركزياً ينعكس أثره في الجوانب المعرفية والسلوكية، والانفعالية للمرأة، مما يساهم بفاعلية في تحقيق التوافق الزوجي خاصة في ظل تعدد الأدوار والتحديات التي تواجهها المرأة العاملة في المجتمع المعاصر.

رابعاً: اقتراحات الدراسة

في ضوء النتائج التي توصلنا إليها نقترح ما يلي:

- 1- ضرورة تنمية الصلابة النفسية لأستاذات التعليم الثانوي، لما لها من تأثير على توافقها الزوجي مستقبلاً.
- 2- اقتراح إجراء دراسات على التوافق الزوجي بالأخص في ضوء التغيرات البيئية والثقافية.
- 3- القيام بدراسات أخرى حول علاقة الصلابة النفسية بالتوافق الزوجي مع عينات أخرى، وفي ميادين مختلفة غير مجال التعليم.
- 4- اقتراح ندوات خاصة بأستاذات التعليم الثانوي، على سبيل المثال كيفية توظيف أستاذة التعليم الثانوي استراتيجيات في مواجهة الضغوط النفسية التي تتعرض لها.
- 5- إجراء دراسات مقارنة بين أستاذة التعليم الثانوي من حيث مستوى الصلابة النفسية والتوافق الزوجي.

خاتمة

وفي ختام دراستنا هذه التي يتمحور موضوعها حول الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى أستاذات ثانويات وادي الزناتي بولاية قالمة، فإننا نخلص إلى القول بأن الصلابة النفسية سمة في الشخصية جد فعالة في مواجهة الضغوط والمشاكل وتساهم في تجاوزها بنجاح، كما تلعب دورا هاما في حياة المرأة بشكل عام وحياة أستاذة التعليم الثانوي بشكل خاص، لما لها من مهام مزدوجة. فالتوافق الزوجي هنا يصبح أمرا محوريا في حياتها، فيتطلب منها التفاعل بشكل إيجابي وحل الخلافات بطريقة تكون فيها أكثر وعيا ونضجا من أجل تحقيق التكيف، وتكوين علاقة مستقرة رغم التحديات اليومية.

وكذلك نجد إدارة أستاذة التعليم الثانوي وتحكمها الجيد في ضغوطات الحياة يسمح لها ببناء استقرار ذاتي، والذي ينعكس على حياتها سواء على مستوى الأسرة أو العمل. كما يساعدها في التوفيق بين مختلف متطلبات الحياة اليومية والالتزام بمسؤولياتها التي تفرض عليها. وبالتالي تتمكن من تحقيق التوافق والتكيف، وهذا ما سعينا لتوضيحه من خلال دراستنا.

قائمة المراجع

- أجنيد سعيد، صفاء. (2020). *التوافق الزوجي لدى عينة من الأزواج وعلاقته بأعراض الاضطرابات النفسية عند أبنائهم من طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الخليل* (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية الدراسات العليا. جامعة الخليل.
- أحمد، بن موسى حنتولي، علاء سليمان عبد العظيم، محمد كمال أبو الفتوح. (2018). *التوافق الزوجي والمرونة الأسرية آليات واستراتيجيات الوصول إلى السعادة الحقيقية رؤية إسلامية*. مصر.
- الوحيشي، أحمد يبري. (1998). *الأسرة والزواج مقدمة في علم الاجتماع العائلي*. الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.
- فاتن علي الكاكي. (دون سنة). *الصلابة النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى لاعبي المنتخبات الجامعية في بغداد*. كلية الآداب.
- اللاكي بركة التباوي، نجمة. (2012). *التوافق الزوجي وعلاقته بضغوط العمل لدى موظفي وموظفات جامعة بنغازي* (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية الآداب. جامعة بنغازي.
- بوعيشة، أمل. عدائكة، سامية. غازلي، نعيمة. (2020). *الصلابة النفسية وعلاقتها بصراع الأدوار لدى الزوجة العاملة*. مجلة الشامل للعلوم التربوية والاجتماعية. 01.
- بالمهدي، فتيحة. (2011). *مساهمة سمات الشخصية في التوافق الزوجي لدى عينة من أساتذة التعليم الثانوي* (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية. جامعة الجزائر 2.
- بن العربي، فاطمة، عمومن، رمضان. (2021). *الصلابة النفسية لدى عينة من طالبات الجامعة*. مجلة العلوم الإسلامية والحضارة. 02.
- بن غذفة، شريفة. (2022). *التوافق الزوجي لدى المرأة العاملة*. مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف. 02.
- جامع، محمد الأمين. (2024). *الصلابة النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى لاعبين كرة القدم* (رسالة دكتوراه غير منشورة). معهد التربية البدنية والرياضية. جامعة الجزائر 3.
- جديد، أحلام، الشايب، محمد الساسي. (2018). *علاقة الصلابة النفسية بالدافعية للتعلم*. مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية. 33.
- جمال شفيق، أحمد. فؤاد علي مدبة. (2011). *الصلابة النفسية للوالدين وعلاقتها بالأمن النفسي لدى الأطفال*. دراسات الطفولة.
- جندي، فاطمة الزهراء. سلامي، الباهي. (2024). *الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى عينة من معلمات المرحلة الابتدائية*. مجلة العلوم الاجتماعية. 01.
- حسني أحمد جمال محمد، شيماء. (2015). *الذكاء الوجداني والتوافق الزوجي لدى الزوجات في الأسر حديثة التكوين*. الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.
- حسين إسماعيل، هبة. نشمية عمهوج حمدان الرشيد. (2020). *علاقة الصلابة النفسية بمستوى الرضا الوظيفي لدى معلمات التربية الخاصة*. المجلة المصرية للدراسات النفسية. 107.
- حراث، علي. (2020). *الصلابة النفسية وعلاقتها باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية* (أطروحة دكتوراه غير منشورة). جامعة قاصدي مرباح. ورقلة.

- حمزة أحمد، جيهان. (2002). الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات في إدراك المشقة والتعايش معها لدى الراشدين من الجنسين في سياق العمل (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية الأدب. جامعة القاهرة.
- ربيعي مصطفى عليان. (2001). البحث العلمي أسسه مناهجه وأساليبه إجراءاته. الأردن: بيت الأفكار الدولية للنشر والتوزيع.
- سحاب، على القرني ظافر. (2024). السعادة الزوجية في ضوء بعض المتغيرات الاجتماعية لدى الأسرة السعودية. مجلة أكاديمية للأبحاث والنشر العلمي. 65.
- سراي، مهدي. (2012). الاحتراق النفسي وعلاقته بالتوافق الزوجي لدى أساتذة المرحلتين المتوسطة والثانوية (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية.
- سعيد إبراهيم سند، زهراء. (2022). المهارات الزوجية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى عينة من الأفراد المتزوجين في المجتمع البحريني (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة البحرين.
- شاغوش، وليد عبد الرحمان محمد. (2018). الصلابة النفسية عند الأطفال. المجلة العلمية لكلية الاداب. 01.
- شكري حسن عايده. (2001). ضغوط الحياة والتوافق الزوجي والشخصية لدى المصابات بالاضطرابات السيکوسوماتية والسويات (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية الآداب. جامعة عين شمس.
- شويطر، خيرة. نادية يوب مصطفى الزقاي. (2015). الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات بقطاع التعليم بوهران. مجلة الدراسات النفسية والتربية. 15.
- عبد الرحمان أحمد عواودة، ايمان. (2019). المهارات الزوجية وعلاقتها بالرضا الزوجي لدى المتزوجات حديثا في محافظة رام الله والبيرة (رسالة ماجستير غير منشورة). عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي. جامعة القدس المفتوحة. فلسطين.
- السيد، عبد المطلب. لمياء، عبد المطلب. (2022). استراتيجيات مواجهة الضغوط وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى عينة من المراهقين والمسنين. مجلة كلية التربية. 120.
- عابدة، شعبان صالح، عبد العظيم المصدر. (2013). الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعتي الأقصى والأزهر. مجلة المواقف للبحوث والدراسات في المجتمع والتاريخ. 01.
- علي الغامدي، رحمة. (2020). الصلابة النفسية وعلاقتها ببعض أعراض الاضطرابات السيکوسوماتية لدى النساء المعنفات بدار الحماية الاجتماعية في مدينة نجران. مجلة كلية التربية. 186.
- علي الكاكي، فاتن. (دون سنة). الصلابة النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى لاعبي المنتخب الجامعية في بغداد. كلية الآداب.
- عناد العوض، مهدي. (2015). الصلابة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية التربية. جامعة دمشق.
- غول، لخضر. (2009). التعليم الثانوي ودوره في التنمية الاقتصادية والاجتماعية الجزائر نموذجا (رسالة دكتوراه غير منشورة). كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية. جامعة منتوري. قسنطينة.
- فهي، مصطفى. (1987). التكيف النفسي. جامعة عين شمس: دار مصر للطباعة

قائمة المصادر والمراجع

- محمد إبراهيم الباز، ساجدة. (2019). *استراتيجيات التكيف الزواجي مع الطلاق العاطفي لدى عينة من الأزواج في محافظة رام الله والبيرة* (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة القدس المفتوحة. فلسطين.
- محمد جمعة أبو موسى، سميرة. (2008). *التوافق الزواجي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى المعوقين* (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية التربية. عمادة الدراسات العليا. الجامعة الإسلامية.
- محمد سليمان، سناء. (2005). *التوافق الزواجي واستقرار الأسرة من منظور إسلامي نفسي اجتماعي*. القاهرة: عالم الكتب.
- محمد موسى التلاحمة، أسمةهان. (2007). *التوافق الزواجي وعلاقته بالصحة النفسية لدى المعلمين والمعلمات في محافظة الخليل* (رسالة ماجستير غير منشورة). عمادة الدراسات العليا. جامعة القدس فلسطين.
- مكرلوفي، يمينه. (2015). *استراتيجيات التعامل لدى الزوجة المعنفة وعلاقتها بالتوافق الزواجي* (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية العلوم الاجتماعية. جامعة وهران 2.
- هلكا، عمر علاء الدين. (2016). *الصلابة النفسية وعلاقتها بكل من تحمل الضيق والابعاد الأساسية للشخصية لدى عينة من المراهقين اللبنانيين* (رسالة دكتوراه غير منشورة). كلية العلوم الإنسانية. جامعة بيروت العربية.
- يحيىوي، صفاء. (2018). *أثر عمل المرأة على صحتها النفسية وعلى علاقاتها الأسرية* (رسالة دكتوراه غير منشورة). كلية العلوم الاجتماعية. جامعة وهران 2- محمد بن أحمد.

الاحق

الملاحق

الملحق رقم 01: مقياس الصلابة النفسية: لعماد أحمد مخيمر (2007)

الرقم	العبارة	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
01	مهما كانت الصعوبات التي تعترضني فإنني أستطيع تحقيق أهدافي				
02	اتخذ قراراتتي بنفسي ولا تملئ علي من مصدر خارجي				
03	اعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها				
04	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه				
05	عندما أضع خططي المستقبلية غالبا ما أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها				
06	اقتحم المشكلات لحلها ولا انتظر حدوثها				
07	معظم أوقاتي استثمرها في أنشطة ذات معنى وفائدة				
08	نجاحي في أمور حياتي يعتمد على جهدي وليس على الصدفة والحظ				
09	لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة الجديد				
10	اعتقد أن لحياتي هدفا ومعنى أعيش لأجله				
11	أعتقد أن الحياة كفاح وعمل وليست حظا وفرص				
12	اعتقد أن الحياة التي ينبغي أن تعاش هي التي تنطوي على تحديات والعمل على مواجهتها				
13	لدي مبادئ وقيم التزم بها وأحافظ عليها				
14	اعتقد أن الشخص الذي يفشل يعود ذلك إلى أسباب تكمن في شخصيته				
15	لدي قدرة على التحدي والمثابرة حتى أنتهي من حل أي مشكلة تواجهني				
16	لدي أهداف أتمسك بها وأدافع عنها				
17	اعتقد أن الكثير مما يحدث لي هو نتيجة لتخطيطي				
18	عندما تواجهني مشكلة أتحداهما بكل قواي وقدراتي				
19	أبادر بالمشاركة في النشاطات التي تخدم مجتمعي				
20	أنا من الذين يرفضون تماما ما يسمى بالحظ كسبب للنجاح				
21	أكون مستعدا بكل جدارة لما قد يحدث في حياتي من أحداث وتغيرات				
22	أبادر بالوقوف إلى جانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة				
23	أعتقد أن العمل وبذل الجهد يؤديان دورا هاما في حياتي				
24	عندما انجح في حل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى				
25	اعتقد أن الاتصال بالآخرين ومشاركتهم انشغالهم عمل جيد				
26	أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي				
27	اعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي وقدرتي على حلها				

الملاحق

28	اهتمامي بالأعمال والأنشطة يفوق بكثير اهتمامي بنفسي			
29	اعتقد أن العمل السيئ وغير الناجح يعود إلى سوء التخطيط			
30	لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي			
31	أبادر لعمل أي شيء اعتقد انه يخدم أسرتي ومجتمعي			
32	اعتقد أن تأثيري قوي على الأحداث التي تقع علي			
33	أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها			
34	اهتم كثيرا بما يدور حولي من أحداث وقضايا			
35	اعتقد أن حياة الأفراد تتأثر بطرق تفكيرهم وتخطيطهم لأنشطتهم			
36	إن الحياة المتنوعة والمثيرة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي			
37	إن الحياة التي نتعرض فيها للضغوط ونعمل على مواجهتها هي التي يجب أن نحياها			
38	إن النجاح الذي أحققه بجهدتي هو الذي اشعر معه بالمتعة والاعتزاز وليس الذي أحققه بالصدفة			
39	اعتقد أن حياة التي لا يحدث فيها تحدي هي حياة مملة			
40	اشعر بالمسؤولية أمام الآخرين وأبادر لمساعدتهم			
41	اعتقد أن لي تأثيرا قويا على ما يجري من حولي من أحداث			
42	أتوقع التغيرات التي تحدث في الحياة لا تخيفني لأنها أمور طبيعية			
43	اهتم بقضايا أسرتي ومجتمعي وأشارك فيها كل ما أمكن ذلك			
44	اخطط لأموال حياتي ولا اتركها للصدفة والحظ والظروف الخارجية			
45	التغيير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح			
46	أبقى ثابتا على قيمي ومبادئتي حتى إذا تغيرت الظروف			
47	اشعر أنني أتحكم فيما يحيط بي من أحداث			
48	اشعر أنني قوي في مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث			

الملاحق

الملحق رقم 02: مقياس التوافق الزوجي زهية مسعودي (2008)

الاسم: الجنس: المستوى التعليمي:

التعليمة:

فيما يلي مجموعة من العبارات تمثل دلالات على العلاقة الزوجية، المطلوب منك وضع علامة () أمام العبارات التي تنطبق عليك الموضحة في الجدول (إطلاقاً، أحياناً، دائماً):

الرقم	العبارات	إطلاقاً	أحياناً	دائماً
01	كانت فترة الخطوبة كافية لأن يعرف كلا منا الآخر، وأن يستعد للارتباط			
02	عادتنا وطباعتنا ونظرتنا للحياة متقاربة وأهدافنا مشتركة			
03	يكتفم كل منا أسراراً عن الآخر، ويتصرف كأن الآخر غير موجود			
04	نحن نعتبر زواجنا حدثاً سعيداً، فلو خیرنا من جديد لاختار كل منا الآخر			
05	نحن نعتبر علاقتنا الجنسية تعبيراً عن مشاعر صادقة ووسيلة لتحقيق أقصى تقارب عاطفي			
06	أصبحنا ننسى أننا متزوجين ونشعر أننا غريبين فمشاعرنا باردة ومتباعدة			
07	كل منا يحترم الآخر ويسعى إلى إرضائه وإسعاده			
08	يشعر كل منا أنه في حاجة للآخر وسعيد لوجوده			
09	أرى أن شريكي شخصية جذابة ناضجة ومرنة يسهل التعامل معها			
10	شريكي يحتقر أفكارى ويستهين بآرائى			
11	شريكي يهددنى بالزواج على أو بالانفصال والطلاق			
12	شريكي يحرص على نظافة جسمه وعلى أن يبدو في شكل مقبول			
13	شريكي وأنا لا نجد صعوبة في التعبير عن مشاعرنا، فنحن نتبادل أحاسيس رقيقة			
14	كل منا يفتش عن المشكلات ويبحث عن أخطاء الآخر، فالشكوى والشجار والخصام أصبح طابع حياتنا			
15	أثناء الاتصال الجنسي نشعر بنوع من الخجل والتوتر وعدم الارتياح			
16	نحن نخطط لمشاريعنا ومستقبلنا معاً			
17	بدأت الشكوى تتسرب حياتنا، وبدأ الواحد منا يشعر أن الآخر يخونه			
18	أرى أن الزواج قد حقق لي الأحلام والطموحات التي كنت أرسمها قبل الارتباط			
19	حواراتنا هادئة وخلافاتنا تنتهي بالاتفاق			
20	تسير علاقتنا في اتجاه يوافق مبادئ الدين والأخلاق			
21	نحن قادرين على فهم مشكلاتنا، وعلى اقتراح الحلول المناسبة لها			

الملاحق

22	بدأنا نبحث عن السعادة خارج بيتنا وبعيدا على بعضنا		
23	أرى أن شريكي شخص اتكالي، عدواني متسلط وأنااني وان عاداته مزعجة		
24	كلانا يحترم الحياة الزوجية، ويحرص على تماسك الأسرة ومستعد للتضحية من اجل استمرار العلاقة		
25	يوجد بيني وبين شريكي تفاوت في المستوى العقلي فنحن غير قادرين على أن نفهم أفكار بعضنا		
26	أثق في شريكي وأشعر انه صادق في أقواله وأفعاله		
27	نتفق حول مصادر الحصول على المال وكيفية إنفاقه		
28	كلانا يحترم أسرار حياتنا الزوجية		
29	أشكو من تدخل شريكي في مسائل اعتبرها خاصة وشخصية		
30	يحترم كل منا أسرة الآخر ويتفق معه في طريقة اختيار أصدقائه ونوعية علاقتهم به		
31	في حالة الخطأ يتهرب كل منا من مسؤوليته ويحمل الآخر نتيجة الفشل		
32	نتفق على تقسيم المهام وطريقة إدارة المنزل وأساليب تربية الأبناء		
33	نحن لا نسمح لأهلنا بالتدخل في شؤوننا ولا الآخرين بتسيير أمورنا الخاصة		
34	نعيش في مستوى اقتصادي مقبول ولا نواجه صعوبات مالية		
35	في حالة الخطأ يبادر كل منا للاعتذار من الآخر		
36	تمارس أنشطة وهوايات مشتركة ونخرج للنزهة معا		
37	يرى أقرباؤنا وأصدقائنا زواجنا موفقا وناجحا		
38	أرى أن فارق السن بيني وبين شريكي يعرقل تفاهمنا		

الملحق رقم 03: دليل المقابلة

س1- هل أنت قادرة على التوفيق بين أدوارك كزوجة وكعاملة بمهنة التدريس؟

س2- هل لديك القدرة على مواجهة المشكلات إن وجدت؟

س3- هل تشعرين أحيانا بالفشل؟

س4- هل ترين بأن الحظ يحالفك؟

س5- هل تخططين للمستقبل أم تركينه للصدف؟

س6- هل ترين بأن الحياة فرص أم عمل وكفاح؟

س7- هل تشعرين بالرضا عن علاقتك الزوجية؟

س8- هل تجددين صعوبة في حل النزاعات الأسرية إن وجدت؟

س9- هل تستطيعين التعبير عن مشاعرك لزوجك بحرية؟

س10- هل هناك حوار بينك وبين زوجك؟

Corrélations

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
الزوا_التوافق اجي	73.0429	22.11527	70
الن_الصلابة فسية	89.6286	26.10967	70

Correlations

		الزوا_التوافق اجي	الن_الصلابة فسية
الزوا_التوافق اجي	Pearson Correlation	1	.968**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	70	70
الن_الصلابة فسية	Pearson Correlation	.968**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	70	70

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

نتائج الفرضية الجزئية الأولى

T-Test

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. ErrorMean
الن_الصلابة فسية	70	89.6286	26.10967	3.12070

One-Sample Test

	Test Value = 72					
	t	df	Sig. (2-tailed)	MeanDifference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
الن_الصلابة فسية	5.649	69	.000	17.62857	11.4029	23.8542

نتائج الفرضية الجزئية الثانية

T-Test

One-SampleStatistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. ErrorMean
الزو_التوافق اجي	70	73.0429	22.11527	2.64328

One-Sample Test

	Test Value = 76					
	t	df	Sig. (2-tailed)	MeanDifference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
الزو_التوافق اجي	-1.119-	69	.267	-2.95714-	-8.2303-	2.3161