



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج وتصور مقترح من منظور

العلاج المعرفي السلوكي في رفع مستواها

**Marital Skills among those about to get Married and a
Proposed Vision from the Perspective of Cognitive Behavioral
Therapy for Raising their Level**

إعداد:

آلاء محمد مصطفى أبو الهيجاء

جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)

03/06/2025



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج وتصور مُقترح من منظور

العلاج المعرفي السلوكي في رفع مستواها

**Marital Skills among those about to get Married and a
Proposed Vision from the Perspective of Cognitive Behavioral
Therapy for Raising their Level**

إعداد:

آلاء محمد مصطفى أبو الهيجاء

بإشراف:

إياد فايز أبو بكر

قُدِّمَتْ هذه الدِّراسة للحصولِ على دَرَجَةِ الماجستير في الخِدْمَةِ الاجْتِمَاعِيَّةِ

جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)

03/06/2025

المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج وتصور مُقترح من منظور

العلاج المعرفي السلوكي في رفع مستواها

**Marital Skills among those about to get Married and a
Proposed Vision from the Perspective of Cognitive Behavioral
Therapy for Raising their Level**

إعداد:

آلاء محمد مصطفى أبو الهيجاء

بإشراف:

إياد فايز أبو بكر

نُوقِشَتْ هذه الرِّسالةُ، وأُجيزَتْ في 3 / 6 / 2025 م

أعضاء لجنة المناقشة

الدكتور: إياد فايز أبو بكر جامعة القدس المفتوحة مشرفاً ورئيساً

الدكتورة: شادية عيسى مخلوف جامعة القدس المفتوحة عضواً داخلياً

الأستاذ الدكتور: طلعت السروجي جامعة حلوان عضواً خارجياً

التفويض

أنا الموقع/ة آلاء محمد مصطفى أبو الهيجاء؛ أفوض / جامعة القدس المفتوحة بتزويد نسخ من رسالتي للمكتبات أو المؤسسات أو الهيئات أو الأشخاص عند طلبهم بحسب التعليمات النافذة في الجامعة.

وأقر بأنني قد التزمت بقوانين جامعة القدس المفتوحة وأنظمتها وتعليماتها وقراراتها السارية المعمول بها والمتعلقة بإعداد رسائل الماجستير عندما قمت بإعداد رسالتي الموسومة ب: المهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج وتصور مُقترح من منظور العلاج المعرفي السلوكي في رفع مستواها

وذلك بما ينسجم مع الأمانة العلمية المتعارف عليها في كتابة الرسائل العلمية .

الإسم: آلاء محمد مصطفى أبو الهيجاء

التوقيع: آلاء أبو الهيجاء

التاريخ: 2025/06/03م

الإهداء

إلى كُلِّ مَنْ أضاءَ بِعِلْمِهِ عَقْلَ غَيْرِهِ أو هُدَى بِالجَوَابِ الصَّحِيحِ حَيَّرَهُ سَائِلِيهِ
فَأظْهَرَ بِسماحتهِ تَوَاضَعِ العُلَمَاءِ وبرحابتهِ سَمَاحَةَ العَارِفِينَ

أبدأ بالحمد لله الحمد حتى يبلغ الحمد مبتغاه. . . والشكر لله من قبل ، ومن بعد ، ولا إله إلا الله وحده ، لا شريك له . . . له الملك ، وله الحمد ، وهو على كل شيء قدير ، والحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات ، الذي قدر لي إنهاء رسالتي هذه على الوجه السليم .

إلى من وهبني القدرة على العطاء... والصبر على الشقاء... إلى من علمني حروف الحياة... إلى من أثار دربي وعلمني المثابرة والمسؤولية (والدي الغالي).
إلى من وهبت فلذة كبدها كل العطاء والحنان، إلى من كانت دعواتها تحيطني خطوة خطوة.. إلى مدرستي الأولى في الحياة (والدتي الغالية)

وإلى رفيق دربي - الذي ساندني في مسيرة الحياة، ومسيرتي العلمية... (زوجي الغالي).

وإلى من وقفوا معي، وكانوا خير سند لي وعون... (إخوتي وأخواتي)

إليكم أهدي هذا الجهد المتواضع.

شُكْرٌ وَتَقْدِيرٌ

الحمد لله حمدا كثيرا كما ينبغي لجلال وجهه وعظيم سلطانه، والصلاة والسلام على خير الأنام سيدنا محمد ، وعلى آله وصحبه أجمعين ، تتزاحم وتتسابق في نفسي الأفكار والمشاعر ؛ لتعبر لكم عن عظيم شكري وتقديري، على ما قدمتموه لي في مسيرتي العلمية، فمن لا يشكر الناس لا يشكر الله، لذلك، أسعد جدا وأنا أسطر لكم جزيل شكري ، وعظيم تقديري، لكل من قدم له فضلا علميا أو جهدا إرشاديا من أجل إتمام رسالتي على وجه الكمال والتمام . ولا مناص من أن أقدم الشكر جزيله لأساتذتي الأفاضل جميعا الذين أفادوني كثيرا علميا ومنهجيا ، ولا سيما من أشرف على هذا المنجز العلمي ، الذي كان لي مرشدا صادقا وموجها أميناً، ومتابعا الرسالة متابعة بحثية دقيقة حتى بلغت الكمال والتمام

د . اياد أبو بكر

ولا بد من رفع آيات الشكر والتقدير إلى الأساتذة الأفاضل - كل حسب اسمه ومقامه - أعضاء لجنة المناقشة الذين جودوا الرسالة تجويداً مفيداً ، وأضافوا إليها ملاحظات ثرية ومعلومات قيمة، كانت قد حسنت من كمال الرسالة وجودتها . والشكر كبير لجامعه القدس المفتوحة التي هيأت لنا أساتذة فضلاء أكاديميين وإداريين ، ووفرت لنا مقاعد للدراسة الجامعية الأولى والثانية ، ونشرت مكتبات علمية غنية بالمصادر والمراجع النفيسة.

قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع	
أ	صفحة الغلاف	
ج	قرار لجنة المناقشة	
د	الإقرار والتفويض	
هـ	الإهداء	
و	الشكر والتقدير	
ز	قائمة المحتويات	
ي	قائمة الجداول	
ل	قائمة الملاحق	
م	الملخص باللغة العربية	
ن	الملخص باللغة الإنجليزية	
1	الفصل الأول: خلفية الدراسة ومشكلتها	
2	المقدمة	1.1
5	مشكلة الدراسة وأسئلتها	2.1
6	فرضيات الدراسة	3.1
7	أهداف الدراسة	4.1

7	أهمية الدراسة	5.1
9	حدود الدراسة ومحدداتها	6.1
9	التعريفات الإجرائية للمصطلحات	7.1
12	الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة	
13	الأدب النظري	1.2
39	الدراسات السابقة	2.2
48	الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات	
49	منهجية الدراسة	1.3
49	مجتمع الدراسة وعينتها	2.3
51	أداة الدراسة	3.3
51	صدق أدوات الدراسة وثباتها	4.3
55	تصميم الدراسة ومتغيراتها	5.3
56	إجراءات تنفيذ الدراسة	6.3
56	المعالجات الإحصائية	7.3
58	الفصل الرابع: عرض نتائج الدراسة	
59	النتائج المتعلقة بالسؤال الأول	1.4
65	النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني	2.4

78	النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث	3.4
86	الفصل الخامس: تفسير النتائج ومناقشتها	
87	تفسير نتائج السؤال الأول ومناقشته	1.5
94	تفسير نتائج السؤال الثاني ومناقشته	2.5
100	توصيات ومقترحات الدراسة	3.5
101	المصادر والمراجع العربيّة والأجنبية	
110	ملاحق الرسالة	

قائمة الجداول

الصفحة	موضوع الجدول	الجدول
50	توزيع عينة الدراسة حسب متغيراتها الديمغرافية (التصنيفية)	(1.3)
52	قيم معاملات ارتباط فقرات استبانة المهارات الزوجية بالمهارات التي تنتمي إليها، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للاستبانة، كذلك قيم معاملات ارتباط كل مهارة، مع الدرجة الكلية.	(2.3)
54	معاملات ثبات استبانة المهارات الزوجية بطريقة كرونباخ ألفا.	(3.3)
55	درجات احتساب المهارات الزوجية .	(4.3)
59	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية للمهارات الزوجية وعلى الاستبانة ككل مرتبة تنازلياً.	(1.4)
60	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مهارات الإصغاء (الإنصات) مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية.	(2.4)
61	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مهارات التعبير العاطفي مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية.	(3.4)
62	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مهارات الحوار مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية.	(4.4)
63	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مهارات الفهم مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية.	(5.4)
64	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مهارات حل المشكلات مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية.	(6.4)
66	نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج تعزى لمتغير الجنس.	(7.4)
67	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج تعزى لمتغير العمر	(8.4)
68	نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية للمهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج تعزى لمتغير العمر.	(9.4)

69	نتائج اختبار (Scheffe) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية للمهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج تعزى لمتغير العمر.	(10.4)
70	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج تعزى لمتغير المؤهل العلمي.	(11.4)
71	نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية للمهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج تعزى لمتغير المؤهل العلمي.	(12.4)
72	نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات المهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج تعزى لمتغير مكان السكن	(13.4)
73	نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات المهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج تعزى لمتغير العمل.	(14.4)
74	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج تعزى لمتغير الدخل الشهري للأسرة بالشيكل	(15.4)
76	نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية للمهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج تعزى لمتغير الدخل الشهري للأسرة بالشيكل.	(16.4)
77	نتائج اختبار (Scheffe) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية للمهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج تعزى لمتغير الدخل الشهري للأسرة بالشيكل.	(17.4)

قائمة الملاحق

الصفحة	عنوان الملحق	الرقم
110	الاستبانة قبل التحكيم.	أ
116	الاستبانة في صورتها النهائية بعد التحكيم.	ب
122	قائمة المحكمين.	ت

المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج وتصور مقترح من منظور

العلاج المعرفي السلوكي في رفع مستواها

إعداد: آلاء محمد مصطفى أبو الهيجاء

بإشراف: د. إياد فايز أبو بكر

2025

ملخص

هدفت الدراسة التعرف إلى المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج واقتراح تصور من منظور العلاج المعرفي السلوكي في رفع مستواها، ومعرفة فيما إذا اختلفت وجهة نظر المقبلين على الزواج حول مستوى المهارات الزوجية، تعزى لمتغيرات الجنس والعمر والمستوى التعليمي، ومكان السكن والعمل والدخل الشهري للأسرة، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي لتحقيق الأهداف السابقة، وتكون مجتمع الدراسة من (1000) من المقبلين على الزواج في مدينة طمرة، وتم اختيار عينة الدراسة بالطريقة المتيسرة العشوائية بلغت (250)، وطبقت عليهم من خلال استبانة لجمع البيانات والمعلومات والتي قد تأكد من صدقها وثباتها باستخدام الطرق المناسبة، وخلصت الدراسة إلى أن الدرجة الكلية لتقديرات عينة الدراسة على فقرات الاستبانة بمتوسط حسابي قدرة (3.70) بدرجة مرتفعة، وتراوحت المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن المهارات الزوجية ما بين (3.63-3.77)، وجاءت "مهارات الإصغاء (الإنصات)" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.77) بدرجة مرتفعة، يليه مهارات التعبير العاطفي بمتوسط حسابي (3.73) بدرجة مرتفعة، يليه مهارات الحوار بمتوسط حسابي (3.71) بدرجة مرتفعة، يليه مهارات الفهم بمتوسط حسابي (3.67) بدرجة متوسطة، في حين جاء "مهارات حل المشكلات" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي (3.63) بدرجة متوسطة، كما أظهرت الدراسة أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية؛ تعزى لمتغيرات المؤهل العلمي ومكان السكن. كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية؛ تعزى إلى متغيرات الجنس، والعمر والعمل والدخل الشهري للأسرة، وأوصت الدراسة بضرورة تقديم نموذج منظم لحل المشكلات؛ لأنها تضع إطارًا عمليًا لإدارة الخلافات وحل المشكلات بطريقة منهجية، مما يساهم في بناء أساس متين للتواصل والتفاهم بين الزوجين، وتعزيز مهارات الإنصات وتجنب الكلمات الجارحة لضمان علاقة زوجية صحية ومستدامة واعتماد التصور المقترح والبرنامج الذي اقترحه الدراسة الحالية.

الكلمات المفتاحية: المهارات الزوجية، المقبلين على الزواج، العلاج المعرفي السلوكي، تصور مقترح.

Marital Skills among those about to get Married and a Proposed Vision from the Perspective of Cognitive Behavioral Therapy for Raising their Level

Prepared by: Alaa Mohamed Mustafa Abu Al-Haija

Supervised by: Dr. Ayad Fayez Abu Bakr

2025

Abstract

The study aimed to identify the marital skills of those about to get married and a proposed vision from the perspective of cognitive behavioral therapy to raise their level, and to know whether the point of view of those about to get married differed regarding the level of marital skills, according to the variables of gender, age, educational level, place of residence, work, and monthly income of the family, as well as, and the current study relied on the descriptive analytical approach to achieve the previous objectives, and the study community consisted of (1000) Of those about to get married in the city of Tamra, the study sample was selected using the available random method and amounted to (250) was selected, and applied to them through a questionnaire to collect data and information, the validity and stability of which was confirmed using appropriate methods.

The current study concluded that the total score of the study sample's estimates on the questionnaire paragraphs with an arithmetic mean of (3.70) With a high rating, the arithmetic means of the study sample members, answers to the marital skills scale ranged between (3.77-3.63), and the “listening skills” came in first place with an arithmetic mean of (3.77) with a high rating, followed by the emotional expression skills with an arithmetic mean of (3.73) with a high rating, followed by the dialogue skills area with an arithmetic mean of (3.71) with a high rating, followed by the understanding skills with an arithmetic mean of (3.67) with an average rating, while the “problem solving” skills came in last place, with an arithmetic mean of (3.63) with an average rating.. The study also showed that there were no statistically significant differences; Attributable to the variables of educational qualification and place of residence. It also showed statistically significant differences; attributed to the variables of gender, age, work and monthly income of the family. The study recommended the necessity of presenting an organized model for solving problems, because it sets a practical framework for managing disputes and solving problems in a systematic way, which contributes to building a solid foundation for communication and understanding between spouses. Enhancing listening skills and avoiding hurtful words to ensure a healthy and sustainable marital relationship and adopting the proposed vision and program proposed by the current study.

Keywords: Marital skills, couples about to get married, cognitive behavioral therapy, proposed vision

الفصل الأول

خلفية الدراسة ومشكلتها

1.1 مقدمة

2.1 مشكلة الدراسة وأسئلتها

3.1 فرضيات الدراسة

4.1 أهداف الدراسة

5.1 أهمية الدراسة

6.1 حدود الدراسة ومحدداتها

7.1 التعريفات الإجرائية للمصطلحات

الفصل الأول

خلفية الدراسة ومشكلتها

1.1 مقدمة

يُعتبر الزواج من أهم القرارات في حياة الإنسان، حيث يمثل الانتقال من حياة الفردية إلى حياة الشراكة والتعايش مع شريك الحياة. ومع تزايد التحديات والمتغيرات في العصر الحديث، أصبح تحضير الأفراد للزواج له أهمية بالغة لضمان استقرار وصحة العلاقة الزوجية.

لذا يأتي دور فهم وتطوير المهارات الزوجية التي تعد أساساً لبناء علاقات زوجية صحية ومستدامة، تشمل المهارات الزوجية مجموعة من القدرات والمهارات الشخصية والاجتماعية التي يحتاجها الأفراد لنجاح حياة زوجية مثمرة. مثل مهارات التواصل الفعال، وإدارة الصراعات، وفهم الاحتياجات والرغبات المشتركة، وبناء الثقة والتفاهم المتبادل.

وتعتبر الأسرة النظام الإنساني الأول وهي من أهم الجماعات الإنسانية وأكثرها تأثيراً في حياة الأفراد والجماعات وأنها الوحدة البنائية الأساسية التي تنشأ عن طريقها التجمعات الاجتماعية وهي التي تتولى القيام بالدور الرئيسي في بناء صرح المجتمع وتدعيم وحدته وتماسكه وتنظيم سلوك أفرادها بما يتفاهم مع الأدوار الاجتماعية المختلفة طبقاً لنمط الحضارة العامة (محمد، 2012، ص 17).

ويُعد الزواج أحد النظم الاجتماعية المهمة في الحياة حيث إنّه الطريقة الشرعية لقيام الأسرة، وقد عرف الزواج منذ أقدم العصور بأنه رباط شرعي بين الرجل والمرأة له قواعده وأحكامه، والحياة الزوجية تقوم على المودة والرحمة والتآلف بين الزوجين. فقد يوفق الفرد في زواجه ويعيش سعيداً، وقد لا يوفق فتصبح حياته شاقة، فالزواج عبارة عن الرابطة المشروعة بين الجنسين ولا تتم هذه الرابطة إلا في الحدود التي يرسمها ويقرها المجتمع (عثمان، حسن، 2000، ص 45).

فقد قال تعالى (ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة إن في ذلك لآيات لقوم يتفكرون) صدق الله العظيم (سورة الروم، الآية: 21)

ولا يعتبر الزواج هو العقد المتفق عليه لاتصال الرجل بالمرأة فحسب ، ولكنه عمل اجتماعي واجب أن يقوم على علم من الجيل الحاضر والجيل الآتي بل من الأجيال القادمة التي تليه ،ومن الخطأ أن يقوم الناس بالزواج وهم جاهلون به أو ببعض متطلباته (بن دحيم، 2008، ص 77).

الشباب في مرحلة ما قبل الزواج لديهم حاجات ومطالب عديدة تتعلق بكيفية اختيار الشريك، وطبيعة العلاقة الزوجية، والتغيرات النفسية والجسمية، والقواعد الشرعية التي تنظم العلاقة بين الزوجين، والدور المنوط بكلا الزوجين لاستعادة الحياة الزوجية. وهذا يؤكد على أهمية الإعداد والتثقيف الزواجي في مرحلة ما قبل الزواج، إذ إنّ برامج الإرشاد الروحي والمعلومات الموثقة التي يطلقها الشباب حول ماهية العلاقة الزوجية والحقوق والواجبات وتوزيع الأدوار داخل الأسرة، والمشاركة العاطفية وغيرها ،جميعا تقضي إلى تحقيق الاستقرار والإشباع لدى الزوجين (السبيلة، 2013، ص 114).

فقد أكدت دراسة قمصان (2015) على أهمية تنمية وعي الشباب بأسس نجاح الحياة الزوجية وعلاقتها بآداب التعامل أثناء فترة الخطوبة من خلال الكشف عن العلاقة بين وعي الشباب بأسس الحياة الزوجية بمحاورها الستة: وهي المناقشة والحوار والمشاركة والتعاون والتفاهم والصفات الجسمية والصحية ،وبين آداب التعامل (الإتيكيت) من آداب تقديم الهدايا ، آداب الحديث في الهاتف ، الزيارات ، تفاعل كل طرف مع الآخر، الاتفاقيات المبدئية، الخروج والتنزه أثناء فترة الخطوبة (مصطفى، 2003).

والخطبة هي أولى خطوات الزواج، وما هي إلا لون من ألوان مقدمات الزواج ليتعرف كل طرف على الآخر معرفة تجعله على بصيرة من أمره وهي إبداء الرجل رغبته في الزواج من المرأة وقبولها لهذه الرغبة والتواعد على إبرام عقد الزواج مستقبلاً.

وإن حدوث الخلافات بين الأزواج أمر طبيعي لكن من غير الطبيعي عدم التحكم بهذه الخلافات والعجز عن احتوائها وفهمها ومحاولة علاجها، مما يجعل هذه الخلافات تتراكم لتنفجر في يوم ما لتؤدي إلى الطلاق. إن غياب التأهيل للحياة الزوجية والجهل بمقاصد الزواج والاكتفاء بالإعداد المادي، كل هذه العوامل أسهمت في تفكك الأسرة وعدم استمرارها. ورغم أن الطلاق أحياناً يكون جلاً إلا أنه يبقى أبغض الحلال إلى الله.

إن الحاجة الملحة إلى التدخل الوقائي والتموي في ظل تزايد معدلات الطلاق الناتجة عن عجز الأزواج عن إدارة الخلافات الزوجية بوعي ومهارة. فعلى الرغم من أن الخلافات تُعد جزءاً طبيعياً من الحياة الزوجية، إلا أن غياب القدرة على احتوائها وفهمها يؤدي إلى تراكمها وتحولها إلى أزمات مدمرة تُفضي أحياناً إلى الانفصال. وأن غالبية المقبلين على الزواج يركّزون على التجهيزات المادية، ويغفلون الجوانب النفسية والمعرفية والمهارية الضرورية لإنجاح العلاقة. كما أن غياب التأهيل النفسي والاجتماعي، وضعف الوعي بمقاصد الزواج ومهاراته، يساهم بشكل مباشر في تفكك الأسرة. من هنا تتبع أهمية هذه الدراسة في تقديم تصور تدريبي مبني على أسس العلاج المعرفي السلوكي، يهدف إلى تمكين المقبلين على الزواج من مهارات التعامل مع الحياة الزوجية، بما يُعزز من استقرار الأسرة ويُقلل من احتمالات الانفصال.

2.1 مشكلة الدراسة وأسئلتها

يعاني الكثير من المُقبلين على الزواج من نقص في المهارات الزوجية الضرورية لبناء علاقات صحية ومستدامة. ويتزايد الاهتمام في الدراسات الحديثة بضرورة تأهيل المُقبلين على الزواج بمهارات تساعدهم على التكيف مع التحديات اليومية. حيثُ أشارت دراسة أجراها العتيبي (2021) إلى أن 60% من حالات الطلاق في السنوات الأولى للزواج تعود إلى نقص في مهارات التواصل والقدرة على حل المشكلات. وإنّ العلاج المعرفي السلوكي (CBT) يُعتبر من الأساليب النفسية الحديثة والفعّالة في تعديل الأفكار السلبية والأنماط السلوكية غير المرغوبة. يتميز بتركيزه على العلاقة بين الأفكار، والمشاعر، والسلوكيات. يهدف هذا العلاج إلى تمكين الأفراد من التعرف على الأفكار السلبية التي تؤثر على تصرفاتهم وعواطفهم، ومن ثم تعديل هذه الأفكار لتحقيق نتائج إيجابية. لذا من هنا تبرز الحاجة الملحة لتطبيق أساليب العلاج المعرفي السلوكي كأداة فعّالة لتحسين هذه المهارات. سوف تسعى هذه الدراسة إلى تقديم تصور مقترح يستند إلى مبادئ العلاج المعرفي السلوكي لرفع مستوى المهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج مستندةً إلى نتائج دراسات سابقة التي أظهرت فاعلية هذا النوع من العلاج في تحسين العلاقات الزوجية. وبناءً عليه جاءت الدِّراسةُ الحاليّة لتجيبَ عن السؤال الرئيس الآتي: ما مستوى المهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج

في مدينة طمرة وضواحيها؟

ثمّ ستحاول الإجابة عن الأسئلة الفرعيّة التي انبثقت من مشكلة الدِّراسة السابقة الذكر، التي

يمكنُ تفصيلها بما هو آتٍ:

1- ما مستوى المهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج في مدينة طمرة وضواحيها؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج في مدينة طمرة وضواحيها تعزى لمتغيرات الجنس، العمر، المستوى التعليمي، مكان السكن، العمل، الدخل الشهري للأسرة بالشيكول؟

3- ما التصور المقترح من منظور العلاج المعرفي السلوكي (CBT) في رفع مستوى المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج؟

3.1 فرضيات الدراسة

سعت الدراسة الحالية إلى اختبار الفرضيات الآتية:

1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج في مدينة طمرة وضواحيها تُعزى لمتغير الجنس.
2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج في مدينة طمرة وضواحيها تُعزى لمتغير العمر.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج في مدينة طمرة وضواحيها تُعزى لمتغير المستوى التعليمي.
4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج في مدينة طمرة وضواحيها تُعزى لمتغير مكان السكن.
5. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج في مدينة طمرة وضواحيها تُعزى لمتغير العمل.
6. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج في مدينة طمرة وضواحيها تُعزى لمتغير الدخل الشهري للأسرة بالشيكول.

4.1 أهداف الدراسة

تسعى الدراسة الحالية من خلال الإجابة عن أسئلتها إلى تحقيق الأهداف الآتية:

- 1- التعرف على مستوى المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج في مدينة طمرة وضواحيها.
- 2- معرفة ما إذا كانت هناك فروق بين متوسطات المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج في مدينة طمرة وضواحيها تعزى إلى متغيرات الجنس، العمر، المستوى التعليمي، مكان السكن، العمل، الدخل الشهري للأسرة.
- 3- تسعى الدراسة الحالية إلى تقديم تصور مقترح من منظور العلاج المعرفي السلوكي (CBT) يهدف إلى رفع المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج في مدينة طمرة وضواحيها

5.1 أهمية الدراسة

تتمثل أهمية الدراسة الحالية في جانبيها النظري والتطبيقي، ويمكن تفصيل هذين الجانبين بما هو آتٍ:

1.5.1 الأهمية النظرية

1. تطوير المعرفة العلمية: تساهم الدراسة في توسيع قاعدة المعرفة حول المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج في مدينة طمرة وضواحيها وماهية التصور المقترح في العلاج المعرفي السلوكي في رفع مستوى المهارات، مما يوفر إطارًا نظريًا يمكن أن يستفيد منه الباحثون والممارسون.
2. فهم التحديات الزوجية: تقدم الدراسة فهمًا معمقًا للتحديات والمشكلات التي يواجهها المقبلون على الزواج، مما يساهم في تحديد المهارات التي تحتاج إلى تحسين وتطوير.

3. تصميم نماذج جديدة: تساهم الدراسة في تطوير نماذج ونظريات جديدة حول كيفية تحسين المهارات الزوجية مما يفتح المجال لأبحاث مستقبلية وإستراتيجيات جديدة في مجال العلاج المعرفي السلوكي.

4. تعزيز الأدبيات الموجودة والاستفادة منها: تدعم الدراسة الأدبيات السابقة وتبني عليها، مما يساعد في تحقيق تقدم علمي مستدام في مجال الخدمة الاجتماعية.

2.5.1 الأهمية التطبيقية

أما من الناحية التطبيقية، فإن أهمية الدراسة الحالية تتمثل في الآتي:

1. تقديم حلول عملية: تساعد الدراسة في تطوير وتنفيذ برامج تدريبية تطبيقية تستند إلى العلاج المعرفي السلوكي لتحسين المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج.
2. تحسين جودة الحياة الزوجية: من خلال تقديم تصور مقترح وبرنامج تدريبي، يمكن أن تسهم الدراسة مُستقبلاً في تعزيز جودة الحياة الزوجية وتقليل النزاعات بين الأزواج الجدد.
3. تقييم فعالية التدخلات: تتيح الدراسة فرصة تقييم فعالية البرامج المستندة إلى العلاج المعرفي السلوكي مما يساعد في تحسينها وتطويرها لتكون أكثر فعالية.
4. دعم الممارسين والمستشارين: توفر الدراسة أدوات ومعرفة عملية يمكن للمستشارين والمختصين في مجال الخدمة الاجتماعية استخدامها لتحسين الإرشاد والدورات لدى المقبلين على الزواج.
5. توجيه السياسات والبرامج الاجتماعية: تساعد نتائج الدراسة في تطوير السياسات العامة والبرامج الأسرية لتكون أكثر تركيزاً على تنمية المهارات الزوجية وتعزيز العلاقات الأسرية.

6.1 حدود الدراسة ومحدداتها

تتمثل حدود الدراسة الحالية في الآتي:

- 1.6.1 الحدود البشرية: اقتصر تطبيق الدراسة على المُقبلين على الزواج "الخاطبين" .
- 2.6.1 الحدود المكانية: طبقت هذه الدراسة في مدينة طمرة وضواحيها.
- 3.6.1 الحدود الزمانية: طبقت هذه الدراسة في الفصل الثاني من العام الجامعي 2024 م.
- 4.6.1 الحدود المفاهيمية: اقتصرت على المصطلحات والمفاهيم الواردة في الدراسة.
- 5.6.1 الحدود الإجرائية: أداة الدراسة الاستبانة ودرجة صدقها وثباتها وإجراءات تطبيقها.

7.1 التعريفات الإجرائية للمصطلحات

الزواج: هو العلاقة الثابتة التي تربط الزوجين في إطار اجتماعي شرعي متعارف عليه من قبل أعضاء المجتمع، والذي يستطيع الزوجان من خلاله ممارسة حياتهما الزوجية بشكل يمكنهما من الإنجاب الشرعي (القيسي والمجالي، 2000).

أما الزواج اصطلاحاً فهو: "عقد وضعه الشارع يفيد حل استمتاع كل من الزوجين بالآخر على الوجه المشروع" (عبدالله، 1993، ص13).

المقبلون على الزواج: يقصد بهم الشباب والفتيات والتي تتراوح أعمارهم بين (18-30) سنة فأكثر من مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة ومرتبطين بخطوبة فعلية ويعدون أنفسهم للزواج (دراز، ومسلم، 2015، ص34).

ويعرف المقبلين على الزواج إجرائياً: هم الشباب والفتيات الذين ارتبطوا رسمياً بخطوبة قائمة، وينتمون إلى مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة، ويكونون في مرحلة الإعداد العملي للزواج، ويشمل ذلك تجهيز بيت الزوجية من حيث اختيار الأثاث والمستلزمات الأساسية، بالإضافة إلى التحضير لمتطلبات مراسم الزواج.

المهارات الزوجية (Marital Skills) تعرف المهارات الزوجية وذلك طبقاً لتعريف منظمة الصحة العالمية (WOQOL.1995)، " بأنها مجموعة من الكفايات المتعلقة بسلوك إيجابي يمكن أفراد الأسرة من المواجهة الفعالة للمطالب وتحديات الحياة اليومية (أبو أسعد والخاتنة، 2014، 135). وتعرف إجرائياً مجموعة من المهارات التي تساعد في بناء أسرته وتتعاكس إيجاباً على حياتهم الأسرية.

العلاج المعرفي السلوكي: هو مزيج من إستراتيجيات التدخل المأخوذة من نظرية التعلم والمعرفة والتي تشارك مع الفلسفة في أسلوب علم تجريبي لتنفيذ العلاج وتقييمه وقد تطور العلاج السلوكي المعرفي من صيغة سلوكية محضة عند بدايته ليصبح أسلوباً سلوكياً ومعرفياً. وهو نوع شائع من المعالجة بالمحادثة (العلاج النفسي). تتعامل مع مُعالِجِ نفساني بطريقة منظّمة، وحضور عددٍ محدود من الجلسات. ويساعد العلاج السلوكي المعرفي على إدراك التفكير غير الصحيح أو السلبي للتمكن من النظر في المواقف الصعبة من منظور أكثر وضوحاً والاستجابة لها بطريقة أكثر فعالية. ويمكن أن يكون من الوسائل المفيدة جداً، في علاج اضطرابات الصحة العقلية، مثل الاكتئاب أو اضطراب الكرب التالي للصدمة أو اضطراب الأكل. وهو من الوسائل الفعّالة التي تساعد أي شخص على تعلّم كيفية التعامل مع مواقف الحياة المثيرة للتوتر بطريقة أفضل (جراسكي، 2012، ص 203).

مدينة طمرة: هي إحدى المدن الفلسطينية المحتلة منذ عام 1948م، وتقع في منطقة الجليل الغربي، ولا تفصلها سوى مسافة 15 كم عن مدينة عكا، فيما تبعد عن مدينة حيفا مسافة 20 كم، ووفقاً لتقديرات سكانية لعام 2015م، بلغ عدد سكان المدينة نحو 32,500 نسمة. ويشكل الفلسطينيون المسلمون الأغلبية الساحقة من سكان المدينة، أما مساحة المدينة فتبلغ 29.259 كم²، تتمتع طمرة بمواقع جغرافية خلابة مثل منطقة التل الذي يكشف المنظر العام لسهول المدينة الخضراء، والطبيعة التي تطل على مدينتي عكا وحيفا، في طمرة 17 مدرسة ابتدائية وإعدادية وثانوية، ومدرسة للتأهيل

المهني، ومدرستين للتعليم الخاص ومدرسة زراعية، ومدرسة للموهوبين تستقبل طلاب المدينة وطلبة من المدن والقرى المجاورة، والعديد من مراكز التعليم المنهجي واللامنهجي ومراكز الشبيبة للإثراء الثقافي منها (مركز نيوتن، مركز الاتصال الجماهيري، مركز لتطوير طواقم المعلمين، نوادي شبيبه، كما أن هنالك فرعا للجامعة المفتوحة قد تم إفتتاحه في طمرة بعد الإنجازات العلمية الهائلة التي حققها طلبة المدينة، وكذلك مركز الشيخ زكي دياب الذي يرعى معظم النشاطات الثقافية في المدينة مثل المؤتمرات والندوات الأدبية، الشعرية، الاقتصادية، السياسية، العلمية والفنية، كما أقام دورات لتعليم فنونه في المدينة ويقوم بإعداد الدورات التعليمية للغات الأجنبية وغيرها من النشاطات، ويوجد خمسة معاهد تربوية. كما تمّ افتتاح مشفى الرحمة المستقل الأول من نوعه في الوسط العربي (عراف، 2017).

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

1.2 الأدب النظري

2.2 الدراسات السابقة.

الفصل الثاني الإطار النظري والدراسات السابقة

1.2 الأدب النظري

1.1.2 تمهيد

يُعدّ الزواج سنة من سنن الحياة التي عرفتها البشرية وساهمت في استمرار النسل البشري، وذلك على الرغم من تنوع الشعوب والأعراق وتباين الثقافات والعادات إلا أن الزواج يعتبر الحاضن الأول والمهم لبناء الأسرة. ويعتبر النظام الأسري جزءاً مهماً ومرتبطة بالنظم الأخرى الاجتماعية والدينية والسياسية في المجتمع فهي تؤثر وتتأثر فيما بينها (الفصل، 1991).

تتبع أهمية الزواج من تنظيم علاقات الأفراد بينهم ضمن أسرة وصلة قرابة واضحة، وذلك للمحافظة على نقاء المجتمع واستقراره، الزواج خطوة مهمة وركيزة أساسية لبناء أسرة صحية، لذا كان لا بد من التركيز على خطوات مهمة قبل الاقتران بشريك الحياة، وهذا ما وضحه الإسلام من الحرص على انتقاء الشريك ضمن قواعد واضحة، لتكون البداية صحيحة، ومع ذلك قد يحتاج الشريكان إلى مساعدة في توضيح أبعاد الزواج ومسؤولياته. وعند تعسر الحياة الزوجية، وضعت الأديان جميعها جملة من الحلول لمعالجة الخلافات، كان آخرها الطلاق، الذي يُعد حلاً نهائياً لفك رابطة الزواج في حال فقدان الهدف الأساسي منه، والمتمثل في الألفة والمحبة بين الزوجين، إلا أنه في الوقت الحاضر تعاني مجتمعات كثيرة من ارتفاع نسب الطلاق بشكل مخيف، فكان لا بد من مبادرة واعية تقدم يد العون للمقبلين على مشروع الزواج حتى يكون مشروعاً ناجحاً، فجاءت فكرة برامج التحضير قبل الزواج. ورغم أن دولا كثيرة في العالم تستخدم هذه البرامج بناء على اجتهاداتها، إلا أنه نادراً ما تخلص المبادرة المجتمعية إلى مبادرة حكومية كما في دول شرق آسيا مثل ماليزيا (Saidon. et. al.2016).

وتعد الأسرة المؤسسة الاجتماعية التي يمكن من خلالها السماح لاثنين من البشر البالغين اللذين ينتميان إلى جنسين مختلفين " ذكر وأنثى " أن يعيشا معاً ويكونان أسرة، وأن يتناسلا وينجبا ذرية يعترف بهم المجتمع ويعتبرهم أفرادهم وعناصره، والزواج هو الرابطة الشرعية القانونية أو الاجتماعية التي تعترف بها ثقافة المجتمع (الكفافي، 2009).

وتكون مرحلة الزواج الأولى عند البعض من أخطر المراحل وأصعبها التي يمر بها الزواج، لأنه بناءً عليها يظهر إذا كان الزواج سيستمر أم لا. حيث يعيش المتزوجون الجدد حالة من الاضطرابات والخلافات التي تعزز الفوارق الاجتماعية، واختلاف الشخصيات، وأهداف وتوقعات كل منهما (أغا، 2015)، وهذه المرحلة انتقالية ودرجة للشباب أو للفتاة، نظراً لانتقالهم من مرحلة العزوبية والحرية إلى مرحلة الارتباط بشريك آخر مختلف في الرغبات والميول والتصورات والتوقعات التي يكونها عن الزواج ويطمح في الوصول إليها (القضاة، 2016).

تُعد هذه الفترة المرحلة التي تشهد فيها العلاقة الزوجية تصاعداً في الصراعات والاختلافات، وظهور الرغبات غير المعبر عنها خلال فترة الخطوبة، فيصاب بعض الأزواج نتيجة لذلك بخيبة الأمل، ويشعرون بأن الحب الذي كان يجمعهم لم يكن حقيقياً أو أنه بدأ يتلاشى، وتزداد الأمور سوءاً مع ولادة الطفل الأول، وذلك نتيجة للتغيرات والأدوار والأولويات الجديدة، فينشأ سوء التفاهم، ويظهر التوتر في العلاقة، ويستمر سوء الفهم والتوتر إذا استمرت عملية إنجاب الأطفال، وتراكم المسؤوليات، وازدياد الضغوطات والأعباء مما يؤدي إلى اتساع الفجوة بين الأزواج (أغا، 2015).

وبالتالي ظهور مشكلات تؤثر بصورة أو بأخرى على التكيف والرضا الزوجي. ومن أهم هذه المشكلات سوء التكيف والتوافق العاطفي، بالإضافة إلى نقص في المعارف والمهارات المرتبطة بالحياة الأسرية، كالتقوية على التواصل والتفاهم بين الأزواج، وفقدان الإحساس بالأمن مما يؤدي إلى علاقة غير سليمة بين الزوجين وضعف في الانسجام والتوافق والرضا الزوجي (حسانين، 2015).

ولكي يكون الزواج ناجحاً ويؤدي إلى الرضا والسعادة الزوجية، فلا بد من إتقان الشريكين مجموعة من المهارات الزوجية، حيث تأتي مهارات التواصل والاتصال في بداية المهارات الزوجية في فهم الأزواج لبعضهم البعض، إذ إن وجود الاتصال غير الفعال يعد جزءاً من المعاناة الزوجية، فيصبح الزوجان غير قادرين على إدارة الصراع والاتصال بشكل فعال ويفشلان في الإصغاء والاستماع لبعضهم البعض، وقد يميل بعض الأزواج إلى الانسحاب مما يساهم في إبقاء المشكلة كما هي عليه فالصعوبة في الاتصال قد يكون لها سببان؛ أحدهما وجود صعوبة في التعبير والإصغاء الفعال المتعلق بالأفكار والمشاعر بين الزوجين، والسبب الثاني وهو مهارة اتخاذ القرار وحل المشكلات (بنات، 2004).

حيث ينظر إلى اتخاذ القرار وحل المشكلات على أنه مهارة ضمن المهارات الزوجية التي لها دور بالغ في ضمان استمرارية للحياة الزوجية، إذ يكون فيها الفرد قادراً على اختيار بدائل وحلول فعالة في حل المشكلة، يتوجب الأخذ بعين الاعتبار نتائج استخدام البدائل المناسبة كون الأشخاص يختلفون في الجانب الشخصي والاجتماعي، فمهارة حل المشكلات التي تبدأ من المعرفة الشاملة بالمشكلة، وتوليد البدائل المناسبة التي تتمثل في إعداد قائمة من الحلول المناسبة للمشكلة، وتنتهي في مرحلة التحقيق؛ وهي المرحلة التي يتم تطبيق للحل الذي تم اختياره في مرحلة اتخاذ القرار، ففنية حل المشكلات تأتي من الجانب الوقائي التي من شأنها مساعدة الأسرة على تجنب الصرعات والإسهام في زيادة التواصل والتفاهم داخل الأسرة (أبو السعيد، 2007).

كما تعتبر مهارة التعبير العاطفي إحدى المهارات الزوجية التي تساهم في الرضا الزوجي؛ حيث يختلف الأفراد في طريقة تعبيرهم عن انفعالاتهم، فالتعبير العاطفي جزء لا يتجزأ من العاطفة ويقوم الفرد بإظهاره بشكل لفظي وغير لفظي، فالفرد بشكل عام يعبر عما داخله من مشاعر باستخدام

الكلمات ويتعلم كيفية التعبير العاطفي من خلال المواقف التي يمر بها، وعندما تتطور العلاقات داخل نطاق الأسرة تصبح عملية التعبير الصريح عن العواطف أكثر تحديداً، ويستند كل شريك على استجابة متوقعة من الآخر كدليل موجه للتعبير، فبعض الأفراد يتمتعون بقدر عالٍ من التواصل والفهم العاطفي ويتجنبون مضايقة شريكهم ويقومون بتعبيرات عاطفية تسر شريكهم، وهذا ما يسمى بالكفاءة العاطفية حيث إنّ نجاح الفرد أو فشله معتمد بشكل كبير على قدرته على التعامل بشكل فعال وناجح مع المعلومات العاطفية، ومع أي مشاعر يمتلكها ويرغب في التعبير عنها والوصول إلى الرضا المطلوب عن الحياة المشتركة (العبيدلي، 2006).

2.1.2 الزواج

يعتبر الزواج من أقدم النظم الاجتماعية التي عرفت البشرية عبر تاريخها. وقد حثت عليه جميع الأديان، إذ يعد الإطار المقبول لإقامة العلاقة بين الرجل والمرأة، وإنجاب الأطفال من أجل الحفاظ على الجنس البشري، ولقد وضعت التشريعات والقوانين ما يساهم في قيام الزواج على أساس قويم، يضمن قيام أسرة سليمة تكون بدورها أساساً لمجتمع سليم. ومن الثابت أن الإنسان كائن اجتماعي لا يمكنه العيش بمعزل عن باقي البشر فهو جزء أساسي من المجتمع، وهو بحاجة دائمة للتفاعل والترابط مع الناس، لذا يعد الزواج طريقة لتحقيق التفاعل والترابط الاجتماعي كما ويعتبر طريقة يسعى من خلالها الفرد لتحقيق الاطمئنان والاستقرار النفسي من خلال تفاعله ومشاركته مع شريكه، حيث يجد كل زوج في الآخر مبعث السرور والارتياح، ويجد كل منهما عند شريكة الدعم في مواجهة مشاكل الحياة. ولقد غرس الله تعالى في كل نفس إنسانية حب الجنس الآخر والميل له، وجعل كلا منهما بحاجة للآخر تدفعه إليه بكل ما يملك لإيجاد الهدوء والاطمئنان والحب والحنان وتحقيقاً للاستقرار (الشريفين، 2003).

لذلك يعبر القرآن الكريم عن العلاقة الزوجية بأنها سكن وملجأ يأوي إليه الإنسان، قال تعالى: ((ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجاً لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمةً إنَّ في ذلك لآيات لقوم يتفكرون)) (سورة الروم، آية: 21).

3.1.2 تعريف الزواج

تعني كلمة الزواج في اللغة - زواج الأشياء تزويجها وزواجاً قرن بعضها، أي اقتران الزوج بالزوجة أو اقتران الذكر والأنثى (مذكور، 1996، 460)، ويعرف الزواج من الناحية الاجتماعية بأنه نظام اجتماعي جوهري مقيد بشرائع دينية مختلفة تبعاً للشعوب والأمم، بالإضافة إلى أنه رابطة تربط النفوس لكائنين عاقلين مستعنيين بالصبر والانفاق ليستطيعا إنشاء عائلة صالحة في المجتمع الإنساني (أبو أسعد والختاتته، 2014)، ويعرف الزواج في قانون الأحوال الشخصية على أنه عقد رضائي يتم بين رجل وامرأة على الوجه الشرعي، ومن أهدافه تكوين أسرة أساسها المودة والرحمة والتعاون بين الزوجين والمحافظة على الأنساب (عبد الرحمن وزهران والمذكوري، 2016).

أما من ناحية قانونية فيراه (القائمي، 2004) بأنه: عقد يوقعه الرجل والمرأة من أجل حياة مشتركة تحت سقف واحد يتضمن مجموعة من البنود والضوابط التي تنظم علاقاتها المتشابكة من أجل إرساء دعائم بناء متين يحفظ حقوقهما ويحدد واجباتهما، أما على المستوى النفسي فيعرف الزواج بأنه علاقة ديناميكية بين شخصين تتوقع فيها الأوقات الهادئة والأوقات العصبية، فالسعادة فيها تقوم على جهد يبذل من الطرفين ويهدف إلى التفاهم العميق، كما تقوم على إدراك وتقدير متبادل من كل طرف لمحاسن ومساوئ الطرف الآخر (أبو أسعد والختاتته، 2014).

وترى الباحثة مما سبق أنه يمكن تعريف الزواج بأنه علاقة تشاركية قائمة على التعاون والتفاهم، تساهم في تلبية حاجات الإنسان النفسية والاجتماعية والجسدية، للوصول إلى السعادة وتحقيق الاستقرار والأمن النفسي.

4.1.2 أهداف الزواج

يهدف الزواج إلى إشباع الجوانب العاطفية والنفسية والجنسية، والحصول على الدعم والحب وتكوين أسرة مستقرة، والاستقرار النفسي، وتلبية حاجة الأبوة والأمومة (أبو أسعد، 2014). ومن الأهداف العالمية للزواج إشباع الحاجات الفطرية منها (أبو هوش، 2017):

أولاً: الشعور بالأمان والطمأنينة: من خلال العلاقة الزوجية التي تقوم على الحب والمودة والتعاون والتآزر بين الزوجين في بناء الحياة، واقتسام حظوظهما في بلوغ الكمال الإنساني، ومن الضروري وجود قدر ومستوى من العلاقات العاطفية المتبادلة تؤدي إلى شعور الطرفين بالراحة والاطمئنان وتدفعهما نحو البذل والعطاء وتساعدتهما على تحقيق الاستقرار الزوجي.

ثانياً: الإمتاع النفسي: السكن إلى المرأة يشمل سكن النفس وسكن الجسم والمودة والرحمة من أجل المشاعر التي خلقها الله؛ فإذا وجد ذلك كله مع الشعور بالحلال والهداية إلى الفطرة ومرضاة الله سبحانه وتعالى كملت هذه المتعة ولم ينقصها شيء، وغريزة الميل التي خلقها الله في كل من الذكر والأنثى للآخر وابتغاء هذا المتاع، والسكن بالزواج مطلوب شرعاً.

ثالثاً: الإمتاع الجنسي: الإشباع العفيف للحاجة إلى الجنس عند الرجل والمرأة قال تعالى: (نِسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَكُمْ فَأْتُوا حَرْثَكُمْ أَنَّى شِئْتُمْ ۖ وَقَدِّمُوا لِأَنفُسِكُمْ ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّكُمْ مُلَاقُوهُ ۗ وَبَشِّرِ الْمُؤْمِنِينَ) (البقرة: 223). وهذا يعني أن كلا الطرفين يستوفي حاجاته من الآخر، ويشبعها، وبالتالي يسعد الطرفان باستمرار العلاقة الزوجية لأنها شيء مهم جداً، لأنه من خلالها يتم الإشباع الجنسي.

5.1.2 أهمية الزواج

وتبرز أهمية الزواج من كونه من أهم الأحداث في حياة كل فرد، وهذا الحدث قد يكون أفضل أو أسوأ ما يحصل للإنسان، فعندما تكون العلاقة الزوجية ناجحة فإنها تكون مصدراً لإشباع الحاجات

المختلفة للزوجين، وتجعل كلا منهما يشعر بانتمائه للطرف الآخر حيث يمنحهما القوة لمجابهة ما يعترضهما في هذه الحياة (بلميهوب، 2010).

ولتوفير الجو الأسري السليم لابد من وجود علاقة زوجية إيجابية، فقد جعل الله سبحانه وتعالى الزواج وثاقاً يجمع قلبي الرجل والمرأة، وربط بينهما برابطة الحب والمودة، وقد حثت عليه جميع الأديان، ووضعت له التشريعات والقوانين التي تكفل قيامه على أسس متينة البناء سليمة تعكس على قوام مجتمع سليم (عبيدات، 2006).

وحتى يتمكن الزوجان من تحقيق أهداف الزواج وغاياته للوصول إلى الرضا الزوجي، فلا بد من اتقان مجموعة من مهارات الاتصال الزوجية، إذ يعتبر التواصل الزوجي من المتغيرات التي يمكن أن تؤثر في سير الحياة الزوجية، فالتواصل الزوجي له دوره وأهميته الواضحة في زيادة متانة العلاقة الزوجية واستمراريتها، وغياب التواصل بين الزوجين يؤدي بالحياة الزوجية إلى مرحلة خطيرة قد تؤدي إلى الانفصال (الشرمان، 2007).

ويتضح مما سبق بأن الزواج نظام اجتماعي ورباط مقدس حثت عليه جميع الأديان والشرائع السماوية، إذ إنه يعمل على تماسك المجتمع واستقراره فمن خلاله تقوى الروابط الاجتماعية وتنظم العلاقات الجنسية وفق الإطار الأمثل، ويحقق أهدافاً جمة أهمها السكن والرحمة والتي حث عليها القرآن الكريم فمن خلاله يشعر كلا الزوجين بالسكن الروحي والنفسي والعاطفي والطمأنينة، ولكي يصل الزواج إلى الأهداف السابقة فلا بد للزوجين من امتلاك مهارات الاتصال التي تساعد بدورها على نجاح الزواج.

6.1.2 المهارات الزوجية (Marital Skills)

تعرف المهارات الزوجية بأنها مجموعة من المهارات اللفظية وغير اللفظية التي يستخدمها الزوجان في تواصلهما مع بعضهما البعض، بقصد الإقناع والتأثير على السلوك، ومعالجة الأمور الأسرية (بدر، 2019)

وعرفها محي الدين (2023) بأنها قدرة الزوجين على أداء مجموعة من المهارات اللفظية وغير اللفظية التي يستخدمونها في تفاعلها مع بعضهما البعض، وقدرة كل منهما على إقناع الطرف الآخر والتأثير فيه لتوجيهه للنافع المفيد لهما.

ويرى الحبسي وعبد الرشيد (2023) أن المهارات الزوجية سلوك إيجابي مرغوب بشدة، ومن مقومات الأسرة المتوافقة، ومطلب ضروري للوصول إلى الرضا الزوجي.

وينظر إلى الاتصال على أنه من أهم المهارات الزوجية التي يجب امتلاكها لدى الزوجين والاتصال هو قلب العلاقة الحميمة وجوهرها وهو متطلب أساسي للوصول إلى الرضا الزوجي؛ إذ إنه مفتاح العلاقة الزوجية (أبو أسعد، 2015).

ويذكر اسوروه وايكوت وإنيانج (Usoro Ekot & Inyang, 2010): بأن الاتصال أساس العلاقة الزوجية المبنية عليها معظم العلاقات الأخرى، والرضا عن الاتصال بين الزوجين هو الرضا الحقيقي عن الزواج بأكمله. وقد أشارت دراسة كيرديك (kurdeck, 1991) أن الأزواج غير السعداء يرون أن مشاكل الاتصال هي من أهم العوامل التي ساهمت في تحطيم علاقاتهم، وبالتالي وصولهم لعدم الرضا الزوجي، ويؤكد بيرلسون ودنتون (Burlison & Denton, 1997) أن العلاقة بين مهارات الاتصال والرضا الزوجي تتضمن العديد من العوامل ذات الوظائف المختلفة كالمشكلات الأسرية، والمشكلات الزوجية، وأفراد الأسرة، إذ تؤدي مهارات الاتصال دوراً أساسياً في الرضا الزوجي بين الزوجين. ويذكر ليغير وكيارني وبرادبوري (Lavner, Kamey, & 2016)

(Bradbury) أن سبب أكثر المشكلات المتكررة بين الزوجين يرجع إلى استخدام أساليب الاتصال غير الفعالة، وحدوث النقاشات بدون جدوى.

ويعد الاتصال من مقومات الأسرة المتوافقة، حيث يعد التفاهم والحوار بين أفراد الأسرة وسيلة لينقل كل فرد فيها مشاعره ورغباته وأفكاره إلى الآخرين، ويكون الاتصال إما بالكلام، أو بالإيماءات أو التعبيرات اللفظية وغير اللفظية التي تحقق الرضا الزوجي، فالتواصل الجيد يؤدي إلى الرضا الزوجي (Carroll, 2012).

وإن الإنسان يسعى إلى أن يكون عنصراً فاعلاً بالمجتمع لذا فهو يحاول دائماً في كل حالاته الاتصال بالآخرين، فالحاجة إلى الاتصال في غريزة توك مع الإنسان وتبقى معه خلال مراحل حياته المختلفة (الكفافي، 2009)، والتواصل بين الزوجين هو عبارة عن لغة التفاهم التي تنقل أفكار كل منهما ومشاعره ورغباته واتجاهاته للشخص الآخر، وتحمل هذه اللغة معاني صريحة تحدد شكل التفاعل، وتوجهه وجهة إيجابية إذا كانت أساليب التواصل جيدة، وبالتالي يظهر ما يسمى التواصل الإيجابي الذي يميزه التفاهم بين الزوجين وانجذاب كل طرف للطرف الآخر، كما قد توجهه وجهة سلبية إذا كانت أساليب التواصل رديئة وبالتالي يظهر التواصل السلبي الذي يميزه سوء التفاهم والنفور وقد يوصلهما إلى الانفصال (Sussman, Suzanne, Steinmetz & Peterson, 1999).

ولا بد من توفر مهارات أساسية يساعد توفرها على نجاح الحياة الزوجية ودوامها ومنها الاتصال اللفظي وغير لفظي، وتتعدد مهارات الاتصال اللفظي غير اللفظي (الإبراهيم، 2007):

1-الاتصال اللفظي: أن فاعلية الاتصال اللفظي تعتمد على ثلاثة من المهارات الفرعية مثل: المهارات الشخصية وتتضمن الموضوعية، والصدق والوضوح والدقة والحماسة، والقدرة على التذكر، والالتزان الانفعالي وهناك المهارات الصوتية ويقصد بها مهارات النطق الصحيح، والصوت الواضح، والحديث المتزن المفهوم.

2- المهارات الإقناعية: وتعني قدرة المتحدث على إقناع المستمعين وحملهم على تبني وجهة نظره في أمر ما. في حين ينظر البعض إلى مهارة السلوك غير اللفظي أنها تتضمن عدة أبعاد منها: حركات الجسم وتتضمن الإيماءات وحركة الجسم ولغته، تعبيرات العين طريقة الجلوس أثناء الاستماع أو التعبير ،والتعبيرات الصوتية أثناء الحديث لغة المكان (الإبراهيم، 2007).

ويدمج البعض مهارات السلوك اللفظي وغير اللفظي معاً، إذ يرون أنه من الضروري توفر المهارات الآتية لنجاح أي عملية تواصل بين شخصي ومنها: مهارة الإصغاء الفعال، ومهارة التعاطف، ومهارة عكس المحتوى، ومهارة الاستيضاح، ومهارة التغذية الراجعة (مقداي، 2010). وعلى الرغم من اختلاف الباحثين في تحديد أبعاد مهارات الاتصال إلا أنهم أجمعوا على ضرورة توفر مهارات أساسية عامة منها؛ مهارات الحوار ومهارات الإنصات ومهارات الفهم والتعبير العاطفي وحل المشكلات، وفي الدراسة الحالية تحدد أبعاد المهارات الزوجية كما يأتي:

7.1.2 أبعاد المهارات الزوجية

تحدد أبعاد المهارات الزوجية كما يأتي:

1-مهارات القدرة على الحوار: ينظر إلى مهارات الحوار والتحدث على إنها إحدى أشكال التواصل اللفظي (Communication Verbal) بين الزوجين، ويظهر ذلك عن طريق الألفاظ والكلمات والعبارات والأصوات، وتتمثل أسس نجاحه في مجاملات التشجيع والإنصات والوضوح وإعادة الأسئلة، والإقناع والإيحاء (أبو اسعد، 2014).

وينظر (الكفافي، 2009) إلى مهارات الحوار ولغة التخاطب بين الزوجين على أنها من أهم أشكال التواصل بينهما، ومن المقومات الأساسية لبناء العلاقة الزوجية السليمة واستمرارها، كما أن القدرة على التعبير من قبل الزوجين أمام بعضهما البعض تجعل كلا منهما يفسر سلوك الآخر تفسيراً صحيحاً.

2- مهارات الإنصات: تعتبر مهارة الإنصات واحدة من أهم المهارات الضرورية لنجاح الزواج واستقراره، فالإنصات يعمل على الحفاظ على الحياة الزوجية، فيجب أن ينصت كل طرف للآخر ويستوعب مشاعره بدقة، ويحاولان معاً الوصول إلى حلول لمشكلاتهم مع توافر الاحترام بينهما (جرجس، 2001)، فوجود هذه المهارة يجعل كلا من الزوجين جيداً في الإنصات للزوج الآخر، حتى يستمع لما يقوله، ويفهم مضمون رسالته الصريح وغير الصريح قبل الانفعال بها، والرد عليها. فإذا تحدث أحد الزوجين وأنصت الزوج الآخر باهتمام واحترام، وشجعه على التعبير عن رأيه، ولم يقاطعه في الكلام انتقلت الرسالة من المرسل إلى المستقبل بسهولة، وكان التواصل الزوجي جيداً (مرسي 2008)، ولكي يكون الإنصات فعالاً لابد من الانتباه وتفعيل دور الاتصال البصري وتفسير التنوع في نغمات الصوت وتهيئة جسم المستقبل للمتابعة وعدم تغيير الموضوع والانتباه العميق والكامل للمرسل مع متابعة ما يحدث من اتصال لفظي أو غير لفظي، ومعرفة ما يعنيه المتحدث من حديثه (Cormier, Nurius Osborn, 2008).

3- مهارات الفهم: لا شك أن غياب الفهم الكافي في الحياة الزوجية للرسالة الواردة من الطرف الآخر، يؤدي دوراً في اتساع الفجوة بين الزوجين، فالأزواج الناجحون في فن التواصل وفهم الرسائل هم أولئك القادرون على استقبال المشاعر والأفكار والمعاني وإرسالها، والتواصل الفعال هو البحث عن جميع السبل والوسائل لتحسين العلاقة مع الآخر (Huston, Caughlin, Houts, Smith, & Georg, 2001).

وحسب ساتير (Satir's) فلا بد من قيام الأزواج بإرسال المعلومات وإعطاء معاني لها والاستجابة لها على المستوى الداخلي والخارجي، وبمجرد أن تصبح المعاني غير مطابقة وغير أكيدة ومشوهة، فإن الاتصال يتعرض لخلل وظيفي، ويبقى كذلك ما لم يكن للأزواج مناسبات كافية لإيضاحها (بالمهيوب، 2010).

4-مهارات حل المشكلات: وتعرف مهارة حل المشكلات من المنظور السلوكي بأنها عملية تهدف إلى تمكين الزوجين من التعامل بكفاءة أكبر مع المشكلات الحياتية المتنوعة (الكفافي، 2009)، وتؤدي مهارات حل المشكلات دوراً هاماً وفاعلاً في استقرار الحياة الزوجية، ولا شك أن عدم امتلاك هذه المهارة يؤدي إلى الصراعات والخلافات الزوجية، وتبدأ المشكلات في العلاقة الزوجية بالظهور خلال الأشهر أو السنوات المبكرة من الزواج، فالأزواج الجدد توجد بينهم اختلافات طبيعية في جوانب متعددة، وبالتالي فهم يختلفون في التوقعات حول طبيعة وخصوصية القوانين الزوجية (القضاة 2016)، ولا بد من إتقان مهارات حل المشكلات بين الزوجين، إذ تعد عملية حل المشكلات عملية منظمة تتكون من سلسلة من العمليات الفرعية، والخطوات تتمثل بالشعور أو الإحساس بوجود المشكلة، تحديد المشكلة وصياغتها، وضع الفروض التي تكون كتخمينات محتملة لحل المشكلة، واختيار الحلول المحتملة وتقييم النتائج (شخاترة، 2016).

5-مهارات التعبير العاطفي: تعد مهارات التعبير العاطفي إحدى وسائل التواصل بين الزوجين، وعن طريقها يعبر الزوجان عن أفكارهم ومشاعرهم تجاه بعضهم البعض. وقد أكدت أدبيات البحث في ميدان الحياة الزوجية على أن الناحية التعبيرية تكون مهمة لتأكيد الشعور بالحب للطرف الآخر، وذلك أن التفاعل الزوجي يقوم على أساس من المشاركة الوجدانية والتعاطف بين الزوجين وتمركز كل منهما حول الآخر، يحبه ويتعاون معه ويضحى من أجله (الخرعان، 2010).

لقد أخذ التعبير العاطفي حيزاً واسعاً في مؤسسة الزواج لما له من دور كبير في تخفيف مشاعر القلق والكآبة التي قد تعتري الحياة الزوجية، فلا يخفى على أحد ما تؤديه المشاعر والعواطف والمشاركة الوجدانية في استقرار الزوجين وإشباع الإحساس لديهم، وما يبين أهمية التعبير العاطفي النظرة المعاصرة لكارل روجرز (Carl Rogers) بأن إظهار المشاعر أو العواطف بشكل واضح

يدل على الأهمية الضمنية للتعبير العاطفي في تنمية علاقات شخصية وثيقة تحظى بالرضا والاهتمام عند كل من الزوجين (Yelsma & Marrow, 2003).

ومن خلال ما سبق يتضح أهمية امتلاك الأبعاد الخاصة في المهارات الزوجية؛ إذ إنّ امتلاكها هام إلى حد كبير في أساسيات نجاح العلاقة الزوجية، فالاستماع والإصغاء والفهم تشكل وسيلة فعالة في الحد من المشكلات التي غالباً ما يكون السبب في نشوبها سوء فهم الطرف للآخر أو عدم فهمه الموضوع من كافة جوانبه أو سوء في الاستماع.

8.1.2 مفهوم العلاج المعرفي السلوكي

العلاج المعرفي السلوكي (Cognitive behavioral therapy) اختصاراً (CBT) هو تدخل نفسي اجتماعي يهدف إلى تحسين الصحة العقلية يركز العلاج المعرفي السلوكي على تحدي وتغيير التشوهات المعرفية غير المفيدة (مثل الأفكار والمعتقدات والمواقف والسلوكيات، وتحسين التنظيم العاطفي وتطوير إستراتيجيات المواجهة الشخصية التي تستهدف حل المشكلات الحالية في الأصل، تم تصميمه لعلاج الاكتئاب، ولكن تم توسيع استخداماته لتشمل علاج عدد من حالات الصحة العقلية، بما في ذلك القلق يشمل العلاج المعرفي السلوكي عددًا من العلاجات النفسية المعرفية أو السلوكية التي تعالج أمراض نفسية محددة باستخدام تقنيات وإستراتيجيات قائمة على الأدلة، ويعتمد العلاج المعرفي السلوكي على مزيج من المبادئ الأساسية من علم النفس السلوكي وعلم النفس المعرفي إنه يختلف عن المناهج التاريخية للعلاج النفسي مثل نهج التحليل النفسي حيث يبحث المعالج عن المعنى اللاواعي وراء السلوكيات ثم يصوغ التشخيص. وبدلاً من ذلك، فإن العلاج المعرفي السلوكي هو شكل من أشكال العلاج "يركز على المشكلة" و"عملي" المنحى، مما يعني أنه يستخدم لعلاج مشاكل محددة تتعلق باضطراب عقلي مشخص. يتمثل دور المعالج في مساعدة العميل في إيجاد وممارسة إستراتيجيات فعالة لمعالجة الأهداف المحددة وتقليل أعراض الاضطراب.

يعتمد العلاج المعرفي السلوكي على الاعتقاد بأن التشوهات الفكرية والسلوكيات غير القادرة على التكيف تؤدي دوراً في تطوير الاضطرابات النفسية والحفاظ عليها، وأنه يمكن تقليل الأعراض والضيق المرتبط بها من خلال تعليم مهارات معالجة المعلومات الجديدة وآليات التأقلم. (جيليفورد، 2018، ص 143)

وعند مقارنتها بالأدوية ذات التأثير النفساني، وجدت دراسات المراجعة أن العلاج المعرفي السلوكي وحده فعال في علاج الإشكال الأقل حدة من الاكتئاب والقلق واضطراب ما بعد الصدمة (PTSD) والتشنجات اللاإرادية وتعاطي المخدرات واضطرابات الأكل، واضطراب الشخصية الحدية. تشير بعض الأبحاث إلى أن العلاج المعرفي السلوكي يكون أكثر فاعلية عندما يقترن بالأدوية لعلاج الاضطرابات العقلية مثل اضطراب الاكتئاب الشديد. بالإضافة إلى ذلك، يوصى باستخدام العلاج المعرفي السلوكي كخط علاج أول لغالبية الاضطرابات النفسية لدى الأطفال والمراهقين، بما في ذلك اضطراب السلوك العدواني واضطراب السلوك، وجد الباحثون أن التدخلات العلاجية الأخرى الحسنة النية كانت فعالة بالقدر نفسه في علاج حالات معينة لدى البالغين. إلى جانب العلاج النفسي بين الأشخاص (IPT)، يوصى باستخدام العلاج المعرفي السلوكي في الأدلة التوجيهية للعلاج كعلاج نفسي اجتماعي مفضل. يُفرض على الأطباء النفسيين المقيمين في الولايات المتحدة تلقي تدريب في العلاج النفسي الديناميكي والعلاج النفسي المعرفي السلوكي والعلاج النفسي الداعم (جيليفورد، 2018، ص 143).

9.1.2 أنواع العلاج المعرفي السلوكي

يلجأ المعالج أو الطبيب النفسي إلى استخدام أنواع فرعية خاصة أحياناً من العلاج المعرفي السلوكي اعتماداً على ماهية المشكلة التي يُعاني منها الشخص، ومن بين هذه الأنواع ما يأتي (منصوري 1992، ص 267):

- 1-العلاج عن طريق إثارة الانفعالات المنطقية السلوكية: يهدف هذا النوع إلى تحديد وتغيير المعتقدات غير المنطقية لدى الشخص عبر تعريض هذه المعتقدات إلى تحديات منطقية، وهذا بالطبع سيساعد الشخص على تحديد هذه الأفكار أو المعتقدات لتغييرها فيما بعد.
- 2-العلاج المعرفي: يتمحور هذا النوع حول تحديد وتغيير أنماط التفكير غير الصحيحة أو المشوهة لدى الشخص، بالإضافة إلى تغيير انفعالاته العاطفية وسلوكياته.
- 3-العلاج متعدد الأنماط: يحاول العلاج متعدد الأنماط إيجاد حلول للمشاكل النفسية عبر الأخذ بعين الاعتبار أنماط كثيرة متعلقة بالسلوك، والإحساس، والخيال والإدراك، والعوامل الحيوية، ونوعية الأدوية أو العقاقير التي يستهلكها الشخص.
- 4-العلاج السلوكي الجدلي: يسعى العلاج السلوكي الجدلي إلى تحديد أنماط التفكير والسلوك لدى الشخص من أجل وضع الإستراتيجيات المناسبة لتنظيم العواطف والقدرات الذهنية لديه.

10.1.2 خصائص العلاج السلوكي

أصبح العلاج السلوكي المعرفي (CBT) خيارًا شائعًا للأشخاص الذين يرغبون في زيادة ثقتهم بأنفسهم والابتعاد عن السلوك المدمر للذات. وتلخص هذه القائمة بعض ميزات وتأثيرات العلاج السلوكي المعرفي (محمد، 2000، ص154):

1-يساعدك العلاج السلوكي المعرفي على تطوير معتقدات ومواقف مرنة وتعزز الذات تجاه نفسك والآخرين والعالم من حولك.

2-العلاج المعرفي السلوكي موجه نحو الهدف.

3-يقدم العلاج المعرفي السلوكي مهارات وإستراتيجيات للتغلب على المشكلات الشائعة مثل القلق والاكتئاب وغير ذلك.

4-يعالج العلاج السلوكي المعرفي ماضيك بهدف فهم كيفية تأثير تاريخك الشخصي على معتقداتك وسلوكياتك الحالية.

5-يركز العلاج السلوكي المعرفي على كيفية استمرار مشاكلك بدلاً من البحث عن سبب واحد أو سبب جذري.

6-يشجعك العلاج السلوكي المعرفي على تجربة الأشياء بنفسك وممارسة طرق بديلة جديدة للتفكير والتصرف.

7-يسلط العلاج المعرفي السلوكي الضوء على الوقاية من الانتكاس والتنمية الشخصية.

11.1.2 أهداف العلاج المعرفي السلوكي

يهدف العلاج المعرفي السلوكي لعلاج عدد من المشكلات؛ وهو من أنواع العلاجات النفسية الأكثر شيوعًا؛ لأنه يساعد المصاب في تحديد المشكلات والتعامل معها، وقد يهدف العلاج المعرفي السلوكي إلى عدد من الأمور هي (حسين، 2007، ص 231):

- 1-الوقاية من تكرار أعراض الأمراض العقلية وانتكاساتها.
- 2-السيطرة على أعراض الأمراض العقلية. تعلم مجموعة من التقنيات للتكيف مع ضغوطات الحياة ومواقفها.
- 3-تحديد مجموعة من الإستراتيجيات والأساليب للسيطرة على العواطف؛ مثل: الحزن أو الغضب، أو الخوف.
- 4-حل مشكلات العلاقات الاجتماعية، وتعلم طرق أفضل وأساليب أكثر للتواصل.
- 5-التعامل مع أوقات الخسارة والحزن.
- 6-تعلم كيفية التغلب على الصدمات العاطفية ذات العلاقة بالعنف أو الإساءة.
- 7-السيطرة على الأعراض الجسدية.
- 8-التكيف مع الأمراض.
- 9-اكتساب مهارات التواصل الفعال.
- 10-التدريب على الإصرار.

12.1.2 خطوات وأساليب العلاج المعرفي السلوكي

1.12.1.2 خطوات العلاج السلوكي المعرفي

يتضمن العلاج المعرفي السلوكي عادة هذه الخطوات (إبراهيم، 1994، ص 198):

1- **تحديد المواقف أو الظروف المزعجة في حياتك:** قد تشمل هذه مشكلات مثل حالة طبية أو طلاق أو حزن أو غضب أو أعراض اضطراب الصحة العقلية. قد تقضي أنت ومعالجك بعض الوقت في تحديد المشكلات والأهداف التي تريد التركيز عليها.

2- **كن مدركاً لأفكارك وعواطفك ومعتقداتك:** حول هذه المشكلات بمجرد تحديد المشكلات التي يجب العمل عليها، سيشجعك المعالج على مشاركة أفكارك حولها. قد يشمل ذلك مراقبة ما تخبر نفسك به حول تجربة ما (الحديث مع النفس) وتفسيرك لمعنى الموقف ومعتقداتك عن نفسك والأشخاص الآخرين والأحداث. قد يقترح عليك معالجك تدوين أفكارك في مفكرة.

3- **تحديد التفكير السلبي أو غير الدقيق:** لمساعدتك في التعرف إلى أنماط التفكير والسلوك التي قد تساهم في مشكلتك، قد يطلب منك المعالج الانتباه إلى استجاباتك الجسدية والعاطفية والسلوكية في مواقف مختلفة.

4- **تعديل التفكير السلبي أو الخاطئ:** من المحتمل أن يشجعك المعالج على أن تسأل نفسك ما إذا كانت نظرتك إلى الموقف تستند إلى حقيقة أو إلى تصور غير دقيق لما يحدث. قد تتسم هذه الخطوة بشيء من الصعوبة. قد يكون لديك طرق تفكير راسخة حول حياتك ونفسك مع الممارسة، ستصبح أنماط التفكير والسلوك المفيدة عادة ولن تتطلب الكثير من الجهد.

2.12.1.2 أساليب العلاج المعرفي السلوكي

يعتمد المبدأ الأساسي في العلاج المعرفي السلوكي على التحكم بطريقة التفكير لتؤثر إيجابياً في المشاعر، والتي بدورها تؤثر في السلوكيات للشخص، فمثلاً عندما يعيد الشخص ترتيب أفكاره

لتصبح أكثر إيجابية؛ فإن ذلك يولد مشاعر تؤدي إلى ممارسة سلوكيات مفيدة، ولتطبيق ذلك يوجد عدد من الأساليب والإستراتيجيات، وتشمل ما يأتي (عرعار، 2002، ص 234):

1-إعادة البناء الإدراكي أو التأهيل المعرفي: ذلك بتطوير قدرة الشخص على التعرف إلى أنماط التفكير السلبية وغير المفيدة أو الهدامة للذات، وتقليل الانتباه للتفاصيل الصغيرة، وكيفية صياغة تلك الأفكار لتبدو أكثر إيجابية وإنتاجية.

2-الاكتشاف الموجه: يتعرف فيها الاختصاصي المعالج لوجهات نظر المريض، ثم يسأل أسئلة معينة لمحاولة زيادة الأفكار وتحدي هذه النظريات، وفيها سيتمكن المريض من رؤية الأمور والتعامل معها من منظور آخر.

3-العلاج بالتعرض: يعرض فيه المعالج المريض لكل الأشياء التي تثير مخاوفه واضطراباته، ويقدم فيها الطرق والتوجيهات الجديدة لكيفية التعامل مع هذه المخاوف، ويفعل المعالج ذلك تدريجياً لمساعدة المريض في التأقلم والتكيف مع هذه المخاوف.

4-استخدام المفكرة أو الأجددة اليومية: يساعد تدوين الأفكار ضمن مفكرة يومية في تحديد الأفكار السلبية والإيجابية التي ترد للشخص، وتتبع الأفكار والسلوكيات التي تعلمها الشخص خلال جلسات العلاج، ووضعها موضع التنفيذ، وتحديد مدى تقدم الشخص في العلاج.

5-جدولة النشاطات وتحديد السلوكيات: واحدة من الأساليب التي يلجأ إليها اختصاصي العلاج النفسي، إذ توجد بعض الأنشطة التي يميل الشخص إلى تأجيلها أو تجنبها بسبب الخوف أو القلق؛ لذلك يساعد هذا الأسلوب الأشخاص في الانخراط في نشاطات وسلوكيات لا ينخرطون فيها عادة، كما تساعد جدولة النشاطات في تقويم عادات جديدة ونافعة لهم في حياتهم الروتينية، وممارستها في الحياة العملية.

6- تجارب سلوكية: تستخدم التجارب السلوكية عادةً لاضطرابات القلق التي تتطوي على التفكير الكارثي المتعلق بتوقع حدوث المشكلات أو المصائب؛ لذلك سيطلب المعالج ممارسة التأمل الذهني، وتوقع ما سيحدث، والحديث عما إذا كان التنبؤ قد تحقق أم لا.

7- ممارسة تقنيات الاسترخاء وتخفيف التوتر: يتعلم المريض في هذا الأسلوب ممارسة بعض تقنيات الاسترخاء التدريجية للمساعدة في تقليل الضغط وزيادة الشعور بالسيطرة على المواقف، وقد يصبح هذا الأسلوب مفيداً في حالات التعامل مع الرهاب والقلق الاجتماعي والضغط النفسية، ومن أمثلة تمارين الاسترخاء هذه:

أ) التنفس العميق.

ب) استرخاء العضلات.

ج) التأمل الذهني

8- تبادل الأدوار: الذي يساعد تنفيذه خلال العلاج في تحسين طريقة التصرف خلال المواقف الصعبة المحتملة، ويؤدي استخدام السيناريوهات المحتملة إلى تقليل الخوف، ويستخدمه الاختصاصيون في:

أ) تحسين مهارات حل المشكلات.

ب) ممارسة المهارات الاجتماعية.

ج) تحسين مهارات التواصل.

9) تحقيق المهمات الصعبة على أوقات متقطعة

تحقيق المهمات الصعبة على أوقات متقطعة. يتضمن هذا الأسلوب تنفيذ المهمات التي تبدو صعبة ومربكة، وتقسيمها مهمات أصغر وأكثر قابلية للتحقيق، فقد تبنى كل خطوة على الخطوات السابقة لها حتى يكتسب المريض الثقة أثناء أوقات تقدمه شيئاً فشيئاً وبشكل تدريجي

13.1.2 استخدامات العلاج المعرفي السلوكي

يستخدم العلاج المعرفي السلوكي لعلاج نطاق واسع من المشكلات وهو النوع المفضل في العلاج النفسي نظراً لسرعة مساعدته لك في تحديد تحديات محددة والتكيف معها. وبوجه عام، لا يتطلب العلاج سوى جلسات قليلة مقارنة بأنواع العلاج الأخرى، كما أنه يقدم بطريقة مهيكلة، العلاج المعرفي السلوكي هو أداة مفيدة في علاج التحديات العاطفية. فعلى سبيل المثال قد يساعدك فيما يأتي (شريت، وحلاوة، 2003، ص72):

- 1- السيطرة على أعراض المرض العقلي.
- 2- الوقاية من انتكاس أعراض المرض العقلي.
- 3- علاج المرض العقلي عندما لا تعد الأدوية خياراً جيداً.
- 4- تعلم تقنيات للتكيف مع مواقف الحياة الضاغطة.
- 5- تحديد أساليب للسيطرة على العواطف.
- 6- حل المشاكل في العلاقات وتعلم أساليب أفضل في التواصل.
- 7- التعامل مع الحزن أو الخسارة.
- 8- التغلب على الصدمة العاطفية ذات الصلة بالإساءة أو العنف.
- 9- التكيف مع المرض الطبي.
- 10- السيطرة على الأعراض البدنية الحادة.

كما تتضمن اضطرابات الصحة العقلية التي قد تتحسن باتباع العلاج المعرفي السلوكي ما يلي: (الاكتئاب، اضطرابات القلق، الرهاب، اضطراب الكرب التالي للصدمة (PTSD)، اضطرابات النوم، اضطراب الشهية، اضطراب الوسواس القهري (OCD)، اضطرابات إساءة استخدام العقاقير، الاضطرابات ثنائية القطب، فصام الشخصية، الاضطرابات الجنسية)، وفي بعض الحالات، يحقق

العلاج المعرفي السلوكي نتائج أكثر فعالية عند اقترانه مع أنواع علاج مثل مضادات الاكتئاب أو أدوية أخرى.

14.1.2 إيجابيات وسلبيات العلاج السلوكي المعرفي

1.14.1.2 إيجابيات العلاج السلوكي المعرفي

يقدم العلاج المعرفي السلوكي فوائد عديدة مثل: بعض الأدوية في علاج المصابين ببعض الأمراض الجسدية والعقلية، لكنه قد لا يبدو علاجاً فعالاً أو مناسباً للجميع وبعض فوائد العلاج المعرفي السلوكي (زهران، 2005، ص257):

(أ) ينفع في الحالات التي لا تنفع فيها الأدوية وحدها.

(ب) يمارس في أوقات زمنية قصيرة نسبياً مقارنة بالعلاجات النفسية الأخرى.

(ج) ينقذ هذا العلاج بأساليب وطرق ووسائل مختلفة، بما فيها (الكتب، والتطبيقات المساعدة الذاتية)

(د) يُعلم المريض إستراتيجيات عملية ونافعة يضمنها في الحياة اليومية حتى بعد انقضاء أوقات العلاج وانتهائها.

2.14.1.2 سلبيات العلاج السلوكي المعرفي

بشكل عام، هناك خطر ضئيل في الحصول على العلاج السلوكي المعرفي لكن قد تشعر بعدم الارتياح عاطفياً في بعض الأحيان؛ وهذا لأن العلاج المعرفي السلوكي يمكن أن يجعلك تستكشف المشاعر والعواطف والتجارب المؤلمة وقد تبكي أو تنزعج أو تشعر بالغضب أثناء جلسة صعبة وقد تشعر أيضاً بالإرهاق الجسدي، وقد تتطلب منك بعض أشكال العلاج المعرفي السلوكي، مثل العلاج بالتعرض مواجهة المواقف التي تفضل تجنبها مثل الطائرات إذا كنت تخشى الطيران وهذا يمكن أن يؤدي إلى توتر أو قلق مؤقت، ومع ذلك، فإن العمل مع معالج ماهر سيقبل من أي مخاطر ويمكن

أن تساعدك مهارات التأقلم التي تتعلمها في إدارة المشاعر والمخاوف السلبية والتغلب عليها (زهرا، 2005، ص257).

15.1.2 دور العلاج المعرفي السلوكي في تعزيز المهارات الزوجية

اتجه العديد من الأزواج مؤخرًا إلى الاستفادة من برامج العلاج السلوكي للعلاقات الأسرية كوسيلة للحد من الطلاق، مما ساهم في تحفيز تطوير منظومة الدعم النفسي لحماية الأسرة، غير أن انتشار غير المختصين في هذا المجال بات يمثل خطورة حقيقية، إذ قد يؤدي تطبيق أساليب علاجية غير علمية إلى تفاقم المشكلات بين الزوجين، ويؤثر سلبيًا على بناء الأسرة.

ومع ارتفاع معدلات الطلاق، دفع علماء علم الاجتماع إلى البحث عن بدائل جديدة لمعالجة الخلافات الزوجية وتجنب الانفصال، ففي حين كانت التقاليد الاجتماعية ونظرة المجتمع إلى المرأة المطلقة سابقًا تمنع الكثيرين من الطلاق رغم سوء الأوضاع، تغيرت المفاهيم حاليًا، وأصبحت حرية المرأة في اتخاذ قرار الانفصال أكثر قبولًا.

وفي حين تراجع الحلول التقليدية، ظهرت أساليب أكثر عقلانية وتحضرًا، مثل التوجه إلى عيادات العلاج السلوكي المعرفي، ويؤكد خبراء العلاقات الزوجية أن العلاج السلوكي، الذي يشتهر في المجتمعات الغربية لعلاج الاضطرابات النفسية والاجتماعية المختلفة، أصبح أسلوبًا فعالًا في دعم الأسرة في المنطقة العربية، رغم حداثة انتشاره فيها مقارنة بالدول الغربية، وأن ارتفاع نسب الطلاق أسهم في نمو ثقافة العلاج السلوكي، الذي يهدف إلى تعزيز التواصل وفهم احتياجات الطرفين، من خلال مدرستين أساسيتين: استنباط المشكلات بين الزوجين وتسليط الضوء عليها، ثم تدريبهم على امتلاك أدوات الإصلاح والتوازن الأسري. وتشمل هذه الأدوات مهارات إدارة الغضب، وتأكيد الحقوق، والاحترام المتبادل، وتعزيز الحب والقبول غير المشروط.

وبالرغم من بعض النجاحات، أكد الخبراء أن العلاج السلوكي يحتاج إلى دعم مجتمعي ومؤسسي أكبر، وأن تدخل مؤسسات متعددة بطريقة غير منسقة قد يؤدي إلى تفاقم المشكلة، كذلك تؤدي دور العبادة دورًا في التوعية الدينية، لكن الضغط الديني أحيانًا يجعل الزوجين يستمران شكليًا دون علاج فعلي للمشكلة، ما يضر بالأسرة والأبناء نفسيًا، كما أشار الخبراء إلى تحديات أخرى تعيق العلاج السلوكي، مثل الخوف من الوصمة الاجتماعية واعتبار اللجوء للعلاج عيبًا، إضافة إلى وجود معالجين غير مؤهلين يفتقرون للتدريب الأكاديمي اللازم، مما قد يؤدي إلى تفاقم الأزمات بدلاً من حلها، وأن غياب جهة رسمية معنية بتدريب واعتماد المعالجين يزيد من الفوضى، إذ يعمل بعضهم بعد اجتياز دورات بسيطة لا تضمن الكفاءة، مما يضر بالأزواج الباحثين عن حلول.

ودعا خبراء علم النفس إلى ضرورة كسر الصور النمطية حول العلاج النفسي، وإنشاء كليات ومعاهد متخصصة لتأهيل المعالجين اعتمادًا على مناهج علمية معترف بها، مثل العلاج المشوري الذي نشأ في الولايات المتحدة، لضمان توفير دعم حقيقي يسهم في حماية الأسرة واستقرارها. (زكي، 2019)

16.1.2 النظريات المفسرة للعلاقة الزوجية من منظور العلاج المعرفي السلوكي في رفع مستوى المهارات الزوجية

تعد العلاقة الزوجية من أكثر العلاقات الإنسانية تعقيدًا، حيث تحتاج إلى توازن دقيق بين المشاعر، والتواصل، والتفاهم المتبادل، ومع تزايد الضغوط النفسية والاجتماعية، ظهرت الحاجة إلى أساليب علمية تساعد الأزواج على تحسين مهاراتهم التفاعلية. ومن هنا يبرز العلاج المعرفي السلوكي كأحد أهم المناهج الحديثة في تحسين المهارات الزوجية، اعتمادًا على عدة نظريات تفسيرية ومنها (Baucom, D. H, and others.2008).

أولاً: نظرية الإدراك الاجتماعي (Social Cognitive Theory)

وضعها ألبرت باندورا، وهي تركز على أن السلوك يتعلم عبر الملاحظة والتقليد والنمذجة وتتضمن مفاهيم مثل الكفاءة الذاتية (Self-efficacy)، أي إيمان الفرد بقدرته على إحداث التغيير. وتساهم في رفع المهارات الزوجية من خلال:

- يتعلم الزوجان أنماط التواصل والتعامل من خلال مشاهدة نماذج إيجابية (مثل معالج أو استشاري).
- يقوم العلاج بتعزيز الكفاءة الذاتية للزوجين، أي إقناع كل طرف بأنه قادر على تحسين العلاقة.
- يتم تدريب الأزواج على محاكاة أنماط تواصل فعّالة، مثل الاستماع النشط، والتعبير عن المشاعر بطريقة محترمة.
- ويتم ذلك من خلال مشاهدة فيديوهات تعليمية أو القيام بتمارين سلوكية مع المعالج لاكتساب مهارات مثل التعبير عن الرغبات بطريقة غير هجومية.

ثانياً: النظرية المعرفية (Cognitive Theory)

أسسها آرون بيك، وترى أن السلوك والعواطف تتأثر بالأفكار والمعتقدات الداخلية وأن كثيراً من الصراعات الزوجية ناتجة عن "تشوهات معرفية، مثل سوء الظن، التوقعات غير الواقعية، التفكير الكارثي وتساهم في رفع المهارات الزوجية من خلال:

- يساعد العلاج المعرفي الأزواج على إدراك الأفكار السلبية التلقائية التي تؤثر على تصرفاتهم تجاه الشريك.
- يتم تدريب الأزواج على استبدال الأفكار المشوهة بأخرى أكثر إيجابية وواقعية.
- تعلم مهارة "إعادة الهيكلة المعرفية" يعزز الفهم المتبادل، ويقلل سوء الفهم والصراعات.

ثالثاً: نظرية التعلم السلوكي (Behavioral Learning Theory)

- طورها بي. إف. سكينر، وتركز على أن السلوكيات تتعزز أو تضعف عبر أنظمة المكافأة والعقاب، وتساهم في رفع المهارات الزوجية من خلال:
- يتم تدريب الزوجين على استخدام التعزيز الإيجابي للسلوكيات المرغوبة (مثل الامتنان، الإطراء، المبادرات الطيبة).
 - التدريب على تبني العادات اليومية الصغيرة التي تزيد من الإشباع العاطفي، مثل كلمات التقدير أو لفتات الاهتمام.
 - تعليم مبدأ "الإطفاء" أي تجاهل السلوكيات السلبية بدلاً من تضخيمها.
 - تخصيص وقت يومي بسيط لشكر الشريك على تصرف إيجابي، ما يعزز السلوك الإيجابي تدريجياً.

رابعاً: نموذج العلاج المعرفي السلوكي للأزواج (Cognitive-Behavioral Couple Therapy - CBCT)

- هو منهج علاجي طوره باوكوم وإيستين وغيرهم، ويمزج بين تعديل الأفكار والسلوك لتحسين العلاقة الزوجية ويعتمد على ثلاثة مكونات رئيسية: التواصل الفعال، ومهارات حل المشكلات، وتنظيم الانفعالات، وتساهم في رفع المهارات الزوجية من خلال:
- تدريب على مهارات التواصل: تعليم الأزواج الإصغاء النشط، والتعبير عن المشاعر بوضوح دون لوم.
 - مهارات حل المشكلات: تمكين الأزواج من مواجهة الخلافات بطريقة منظمة (تحديد المشكلة، اقتراح حلول، اختيار الحل الأنسب).
 - التعامل مع الانفعالات: تعليم تقنيات السيطرة على الغضب، وإدارة المشاعر القوية بطريقة بناءة.

- عمل جلسة موجهة يتعلم فيها الزوجان كيفية التعبير عن الغضب بدون تهجم أو انسحاب، باستخدام عبارات تبدأ بـ"أنا أشعر..." بدلاً من "أنت دائماً..."

2.2 الدراسات السابقة

سيتناول هذا الجزء من الدراسة الدراسات السابقة المتصلة بموضوع الدراسة، وسوف يجري عرض الدراسات العربية والأجنبية من الأحدث إلى الأقدم:

هدفت دراسة عواودة (2019) إلى معرفة العلاقة بين المهارات الزوجية والرضا الزوجي والتعرف إلى مستوى كل من المهارات الزوجية والرضا الزوجي لدى المتزوجات حديثاً في محافظة رام الله والبيرة ومعرفة الفروق تبعاً لمتغيرات العمل والعمر والمستوى التعليمي، واعتمدت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، والاستبانة كأداة لجمع المعلومات والبيانات (مقياس المهارات الزوجية) ومقياس (الرضا الزوجي) وتكون مجتمع الدراسة من (10065) من المتزوجات حديثاً في محافظة رام الله والبيرة، اختيرت منهن عينة بطريقة العينة الطبقية العشوائية حسب تسجيل عقد الزواج في المحكمة الشرعية بلغت (370) أظهرت نتائج الدراسة أن الدرجة الكلية للمهارات الزوجية لدى عينة الدراسة كانت مرتفعة بمتوسط حسابي بلغ (4.03) وبنسبة مئوية بلغت (80.6) في حين جاءت الدرجة الكلية للرضا الزوجي متوسطة بمتوسط حسابي بلغ (3.30) وبنسبة مئوية بلغت (66.0%)، وتوصلت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية على مقياس المهارات الزوجية تبعاً لمتغير العمل والدخل الشهري للأسرة، في حين كانت الفروق دالة إحصائية تبعاً لمتغيرات العمر، ولصالح المستوى العمري الأعلى، والمستوى التعليمي لصالح المستوى التعليمي الأعلى، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية على مقياس الرضا الزوجي تبعاً لمتغير العمل، في حين كانت الفروق دالة إحصائية تبعاً لمتغيرات العمر، الرضا الزوجي تبعاً لمتغير العمل، في حين كانت الفروق

دالة إحصائية تبعاً لمتغيرات العمر، ولصالح المستوى العمري الأعلى، والمستوى التعليمي لصالح المستوى التعليمي الأعلى، وخلصت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين المهارات الزوجية والرضا الزوجي بلغت (0.561) إذ جاءت العلاقة طردية موجبة، وأشار تحليل الانحدار أن المهارات الزوجية تتنبأ بالرضا الزوجي إذ فسرت المهارات الزوجية (33.2%) من التباين في مستوى الرضا الزوجي، وأوصت الدراسة بإجراء دراسات تجريبية تتضمن برامج إرشادية لتعليم المهارات الزوجية لدى فئة الفتيات اللواتي أقل من عمر (21). كما أوصت الدراسة اعتماد المحاكم الشرعية وجود متخصصين في الإرشاد الأسري والزوجي .

وهدفت دراسة توفيق (2019) إلى التعرف على منبئات النجاح الزوجي لدى الفتيات المقبلات على الزواج بجوانبه الثلاثة المنبئات النفسية والعاطفية والمنبئات الاجتماعية والمنبئات الاقتصادية وبين بعض المتغيرات الاجتماعية الاقتصادية لعينة الدراسة (سن الفتاة ، مدة الخطوبة، تعليم الأب تعليم الأم، تعليم الخاطب، تعليم الفتاة، الدخل الشهري لأسرة الفتاة الحالية، الدخل الشهري للأسرة المستقبلية)، ومنبئات النجاح الزوجي بجوانبه الثلاثة تبعاً لكل من السن، مدة الخطوبة، مهنة الخاطب، مهنة الفتاة، المستوى التعليمي للأب ، المستوى التعليمي للأم، المستوى التعليمي للخاطب، المستوى التعليمي للفتاة الدخل الشهري للأسرة الحالية، الدخل الشهري للأسرة المستقبلية. واتبعت الدراسة الحالية المنهج الوصفي التحليلي واستبانة منبئات النجاح الزوجي ثم تم تطبيقهما على عينة من الفتيات المقبلات على الزواج تم اختيارهن بطريقة صدفية غرضية مكونة من (200) فتاة من مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة. وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.01) بين المجموع الكلي لاستبانة أسلوب اختيار الفتيات المقبلات على الزواج والمجموع الكلي لاستبانة منبئات النجاح الزوجي.

وهدفت دراسة الغامدي (2018) إلى التعرف على البرامج التأهيلية للزواج وتأثيرها في الحياة الزوجية 'دراسة ميدانية على عينة من الشباب السعودي المتزوجين بمحافظة جدة، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي وكانت الاستبانة هي أداة جمع البيانات. وهدفت هذه الدراسة إلى معرفة تأثير البرامج التأهيلية للزواج في الحياة الزوجية، ومدى استفادة المقبلين على الزواج من تلك البرامج للتوعية بمسؤوليات الزواج. كانت عينة الدراسة من المتزوجين الرجال والنساء الذين التحقوا ببرامج تأهيلية في مدينة جدة في السعودية. أظهرت النتائج أن هذه البرامج ستزيد من الوعي وإقامة حياة زوجية قوية، وأرجعت الدراسة تفاهم الأزواج العينة إلى إسهام البرامج التأهيلية في زيادة الوعي لمفهوم الزواج ومسؤولياته.

وهدفت دراسة القضاة (2016) إلى تقصي العلاقة بين المهارات الزوجية والتوافق الزوجي لدى المتزوجات حديثاً في مدينة عمان، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي والاستبانة كمقياس (للمهارات الزوجية والتوافق الزوجي) وتكونت عينة الدراسة من (173) سيدة متزوجة اخترن بطريقة العينة المتاحة من مدينة عمان، وأظهرت النتائج أن مستوى المهارات الزوجية كانت مرتفعة على المقياس الكلي وأبعاده الفرعية: بعد مهارة التعبير الانفعالي، وبعد مهارة الاتصال (الإنصات)، وبعد مهارة حل المشكلات على التوالي، وفي هذه الأبعاد بينت الدراسة أن المتزوجات حديثاً يظهرن مشاعرهن الداخلية والعميقة لشركائهن؛ لأن التعبير العاطفي يساهم في تخفيف القلق والتوتر في حياتهم الزوجية، ويحرصن على تعزيز التفاهم المتبادل ويمنحن شركاءهن الوقت الكافي للتعبير عن أنفسهن بحرية وفي هذه الأبعاد بينت الدراسة ان المتزوجين حديثاً يسعون للتوصل إلى حل وسط للمشكلات التي تواجههم مع شركائهم، ويلجؤون إلى الحوار البناء وقت حدوث المشكلة، فيما كانت أبعاد الحوار والفهم متوسطة. وفي هذه الأبعاد بينت الدراسة أن المتزوجات حديثاً يمتلكن القدرة على تعزيز التفاهم المتبادل مع شركائهن ويحرصن على بناء حوار صادق ومثمر، وإنهن يشعرن بأهمية الحوار الصريح

والواضح مع شركائهن، ويمتلكن القدرة على فهم شركائهن بشكل عميق ويحرصن على التواصل معهم بفعالية، ويسعين لفهم مشاعر شركائهن، كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات المهارات الزوجية تبعاً لمتغير العمر، وقد كانت الفروق لصالح المتزوجات في الفئة العمرية (20-30)، فيما لم تكن الفروق دالة إحصائية بين متوسطات المهارات الزوجية تبعاً لمتغيرات المؤهل العلمي للزوجة، وعمل الزوجة، عاملة غير عاملة، والدخل الشهري للأسرة". وخلصت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية طردية إيجابية دالة إحصائية بين امتلاك المهارات الزوجية للمتزوجات حديثاً والتوافق الزوجي لديهن.

هدفت دراسة آل مظفو الجويسر (2013) إلى التعرف على دور برامج التأهيل في التوعية بالتخطيط للزواج وبناء الأسرة "دراسة وصفية تحليلية لبرامج التأهيل للزواج والمستفيدين منها بمدينة جدة"، استخدمت هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وتم جمع البيانات من خلال المقابلة والاستبانة، هدفت الدراسة إلى التعرف على دور البرامج التأهيلية في التوعية والتخطيط للزواج لبناء الأسرة من خلال المحتوى، ووسيلة التقديم ووقت التقديم، والتعرف على وجهة نظر المستفيدين بما تم عرضه سابقاً. كانت عينة الدراسة من الأزواج الذكور والإناث السعوديين في مدينة جدة ممن التحقوا ببرامج التأهيل قبل الزواج. وتمثلت أهم نتائج الدراسة في: تمثل أهداف الزواج، الثقافة الجنسية والحوار بين الزوجين أبرز الموضوعات التي تتناولها برامج التأهيل للزواج. وتميل البرامج إلى اتباع أسلوب العرض النظري كوسيلة للتقديم. وتختلف مدة تنفيذ هذه البرامج، وقد عبر المستفيدون عن درجة أعلى من الرضى حول مقدمي البرامج ووسائل التقديم أكثر من مواضيع البرامج ومدة تقديمها، وبشكل عام اتضح أن دور برامج التأهيل للزواج محدود في التوعية بالتخطيط للزواج وبناء الأسرة وأوصت الدراسة بأهمية إنشاء برامج تتناسب مع فئات المجتمع المختلفة من عازبين وآباء وأرامل وغيرهم.

وهدفت دراسة ستاهمان (Stahmann, 2010) إلى التعرف على دور الإرشاد ما قبل الزواج: التركيز على العلاج الأسري، واستخدمت هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وهدفت إلى استعراض أسباب البرامج الإرشادية لما قبل الزواج من حيث نهج سيرها، المحتوى والفاعلية، ومدى الدور الذي يمكن أن يؤديه المعالج الأسري. كما استعرضت الدراسة أبرز البرامج الإرشادية وأكثرها انتشارا في الولايات المتحدة. أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن البرامج الإرشادية قبل الزواج يجب أن تكون محط اهتمام المعالجين الأسريين كونها خدمة تستحق أن تقدم لأنها عادة ما تقدم من قبل رجال الدين في الكنائس، هذه الدراسة ستضيف للدراسة الحالية الكثير من خلال استعراضها للبرامج الأكثر انتشارا في الولايات المتحدة، مما يمهد للدراسة الحالية آلية البحث والمقارنة، رغم أنها كانت محصورة في الولايات المتحدة ولم تتطرق لبرامج أخرى في الشرق الأوسط أو آسيا.

أما دراسة عسكر (2009) فقد هدفت الدراسة التعرف إلى اتجاهات الأسرة السعودية نحو الدورات التدريبية في العلاقات الزوجية، واستخدم المنهج الوصفي التحليلي والاستبانة كأداة لجمع البيانات والمعلومات، وقد أجريت في هذه الدراسة الاستطلاعية على عينة من الذين يحضرون هذا النوع من الدورات كان عددهم (235) فردا وكانت أبرز النتائج تدور حول اتجاههم الإيجابي لهذا النوع من الدورات وكانت اتجاهاتهم بدرجة كبيرة، ويرى غالبية عينة الدراسة ضرورة إلزام الشباب المقبل على الزواج بحضور دورات تدريبية في العلاقات الزوجية قبل أن يتزوجوا ذلك أنها ستساعدهم في تكوين أسرهم على أسس سليمة، وتساهم في تخفيف المشكلات الأسرية في المجتمع كما تبين عدم وجود فروق دالة إحصائية في اتجاهات الأسرة السعودية نحو الدورات التدريبية في العلاقات الزوجية تعزى لمتغير الجنس والمستوى الاقتصادي، والمستوى التعليمي والعمل، في حين تبين وجود فروق دالة إحصائية في اتجاهات الأسرة السعودية نحو الدورات التدريبية في العلاقات الزوجية تعزى لمتغير العمر لصالح من أعمارهم أكبر.

أما دراسة الإبراهيم (2007) فقد هدفت إلى معرفة علاقة التوافق الزوجي بالمهارات الزوجية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، واستخدم المنهج الوصفي التحليلي والاستبانة كأداة لجمع البيانات والمعلومات، وتكونت عينة الدراسة من (150) امرأة من النساء المتزوجات والعاملات في القطاع التربوي في محافظة إربد، وتوصلت النتائج أن الدرجة الكلية لممارسة أفراد العينة للمهارات الزوجية الثلاث مهارة الاتصال والتعبير العاطفي وحل المشكلات، كانت ضمن درجة ممارسة غالباً بمتوسط حسابي قدرة (2.94) وانحراف معياري مقداره (0.4) أما ترتيب المجالات ، فقد كانت على التوالي: مجال مهارات الاتصال بمتوسط حسابي قدره (3.23) وانحراف معياري مقداره (0.6)، ثم مجال مهارات التعبير العاطفي بمتوسط حسابي قدره (2.97) وانحراف معياري (0.6) ثم مجال مهارات حل المشكلات بمتوسط حسابي قدره (2.63) وانحراف معياري قدره (0.4) وكانت جميع هذه المجالات ضمن درجة ممارسة غالباً، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الزوجية تعزى لمتغيرات المستوى التعليمي للزوجة، لصالح حملة دبلوم فما دون مقارنة بحملة شهادات البكالوريوس، وفي متغير عمر الزوجة، لصالح من (31-40) وفي متغير مدة الزواج، لصالح سنوات (6-10) مقارنة بأقل من (5) سنوات، وعدم وجود فروق دالة تعزى لمتغيرات المستوى الاقتصادي للأسرة، وعدد الأبناء ومكان السكن. وخلصت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائية بين المهارات الزوجية والتوافق الزوجي.

وقام كل من ميرجن وكوردوفا (Mirgain & Cordova, 2007) بإجراء دراسة هدفت إلى التعرف إلى العلاقة بين المهارات الانفعالية المقدره ذاتياً والرضا الزوجي والعلاقة الحميمة بين الزوجين، واستخدم المنهج الوصفي التحليلي، واستخدمت الدراسة مقياساً لقياس المهارات من خلال استبانة ،وقد تألفت عينة الدراسة من (76) زوجاً وزوجة في مدينة ماديسون بولاية ويسكونسن في الولايات المتحدة الأمريكية، وبينت النتائج أنّ المهارات الانفعالية يمكن ملاحظتها في التفاعل

الزواجي، وأظهرت النتائج نموذجاً يوضح تأثير المهارات الانفعالية على الرضا الزواجي؛ وذلك من خلال تأثيرها على العلاقة الحميمة، وأظهرت كذلك أن المهارات الانفعالية الملاحظة والمهارات الانفعالية المقدر ذاتياً تشيران سويماً إلى الصحة الزوجية، وقد تبين أن النساء يتميزن بمهارات انفعالية أكثر من الرجال.

3.2 التعقيب على الدراسات السابقة

1. من حيث الأهداف: هدفت أغلب الدراسات التعرف إلى العلاقة بين المهارات الزوجية والرضا الزواجي، والتعرف إلى منبئات النجاح الزواجي لدى الفتيات المقبلات على الزواج، والتعرف إلى البرامج التأهيلية للزوج وتأثيرها في الحياة الزوجية، وتقصي العلاقة بين المهارات الزوجية والتوافق الزواجي لدى المتزوجات حديثاً، والتعرف على دور برامج التأهيل في التوعية بالتخطيط للزوج وبناء الأسرة، والتعرف إلى دور الإرشاد ما قبل الزواج، ومعرفة علاقة التوافق الزواجي بالمهارات الزوجية، أما الدراسة الحالية فتبحث في المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج وتصور مُقترح من منظور العلاج المعرفي السلوكي في رفع مستواها ، وهذا ما لم تتطرق إليه أي من الدراسات السابقة.

2. من حيث العينة: تنوعت العينات المستخدمة في الدراسات السابقة من حيث الفئة المستهدفة وطبيعتها وحجمها، وقد تضمنت العينات في الدراسات السابقة فئات مثل: المتزوجات حديثاً، وفئات من مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة، والشباب المتزوجين، والسيدات المتزوجات ، والأزواج الذكور والإناث ممن التحقوا ببرامج التأهيل قبل الزواج، والنساء المتزوجات والعاملات في القطاع التربوي، ولم تتناول أي من الدراسات السابقة العينة التي اختيرت لهذه الدراسة وهي الفتيات المقبلات على الزواج.

3. **من حيث الأداة:** تشابهت الدراسة الحالية مع معظم الدراسات السابقة من حيث تبني المقاييس كأدوات للدراسة، فمنها ما استخدم الاستبانة كما في هذه الدراسة، واختلفت من حيث بعض متغيرات الدراسة والأسلوب الذي سيتبع لاستخلاص النتائج.

4. **من حيث النتائج:** أظهرت النتائج أن هذه البرامج ستزيد من الوعي وإقامة حياة زوجية قوية، وأرجعت الدراسة تفاهم الأزواج العينة إلى إسهام البرامج التأهيلية في زيادة الوعي لمفهوم الزواج ومسؤولياته، ووجود علاقة ارتباطيه طردية إيجابية دالة إحصائياً بين امتلاك المهارات الزوجية للمتزوجات حديثاً والتوافق الزوجي لديهن، وأن هناك قصورا في دور البرامج في التوعية والتخطيط للزواج، وأن البرامج الإرشادية قبل الزواج يجب أن تكون محط اهتمام المعالجين الأسريين كونها خدمة تستحق أن تقدم؛ لأنها عادة ما تقدم من قبل رجال الدين في الكنائس، ووجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين المهارات الزوجية والتوافق الزوجي، كما وأظهرت النتائج نموذجاً يوضح تأثير المهارات الانفعالية على الرضا الزوجي؛ وذلك من خلال تأثيرها على العلاقة الحميمة، وأظهرت كذلك أن المهارات الانفعالية الملاحظة والمهارات الانفعالية المقدر ذاتياً تشيران سويماً إلى الصحة الزوجية، وقد تبين أن النساء يتميزن بمهارات انفعالية أكثر من الرجال.

وقد استفادت الباحثة من الدراسات السابقة في بناء الإطار النظري للدراسة الحالية، وتحديد صياغة المشكلة وتحديد أهدافها وأهميتها، بما يتناسب مع التطور في الدراسات اللاحقة.

من هذا المنطلق، ترى الباحثة أن الدراسات السابقة المرتبطة بموضوع الدراسة الحالية لا تتصل به اتصالاً مباشراً، الأمر الذي استدعى إجراء هذه الدراسة التي تهدف إلى التعرف على المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج، وتقديم تصور مقترح من منظور العلاج المعرفي السلوكي يهدف إلى رفع مستواها؛ إذ لم تجمع الدراسات السابقة بين متغيرات الدراسة الحالية مجتمعة،

وبذلك سوف يتمتع موضوع هذه الدراسة بالجدة والأصالة، حيث لم تتم دراسته من قبل في المجتمع الفلسطيني.

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

1.3 منهجية الدراسة

2.3 مجتمع الدراسة وعينتها

3.3 أدوات الدراسة

4.3 صدق الأدوات وثباتها

5.3 تصميم الدراسة ومتغيراتها

6.3 إجراءات تنفيذ الدراسة

7.3 المعالجات الإحصائية

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

يتناول هذا الفصل الطرق والإجراءات التي اتبعت، والتي تضمنت تحديد منهجية الدراسة المتبعة، ومجتمع الدراسة والعينة، وعرض الخطوات والإجراءات العملية التي اتبعت في تطوير أدوات الدراسة وخصائصها، ثم شرح لمتغيرات الدراسة، والإشارة إلى أنواع الاختبارات الإحصائية المستخدمة في تحليل بيانات الدراسة.

1.3 منهجية الدراسة

تم الاستعانة بالمنهج الوصفي التحليلي، بوصفه الأنسب لطبيعة وأهداف الدراسة. ويتميز هذا المنهج بقدرته على دراسة الظواهر وفهمها وصفاً دقيقاً، مع الاستفادة من المعلومات والأدبيات السابقة.

2.3 مجتمع الدراسة وعينتها

أولاً- مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع المُقبلين على الزواج والبالغ عددهم (1000) ونسبة الإناث منهم 60% حسب إحصائية قسم الشؤون في مجلس بلدي طمرة للعام (2024). (مجلس بلدي مدينة طمرة)

ثانياً- عينة الدراسة:

أما عينة الدراسة، فقد اختيرت كالاتي:

أولاً- العينة الاستطلاعية (Pilot Study): اختيرت عينة استطلاعية مكونة من (30) من المُقبلين على الزواج، وذلك للتأكد من صلاحية أدوات الدراسة واستخدامها لحساب الصدق والثبات.

ثانياً- عينة الدراسة (Sample Study): اختيرت عينة الدراسة بالطريقة المتيسرة غير العشوائية

وقد بلغ حجم العينة (250) من المُقبلين على الزواج. والجدول (1.3) يوضح توزيع عينة الدراسة

حسب متغيراتها الديمغرافية (التصنيفية):

جدول (1.3): توزيع عينة الدراسة حسب متغيراتها الديمغرافية (التصنيفية)

المتغير	المستوى	العدد	النسبة %
الجنس	ذكر	103	41.2
	أنثى	147	58.8
	المجموع	250	100.0
العمر	22 فأقل	27	10.8
	23-30 سنة	119	47.6
	31-40 سنة	76	30.4
	41 فأعلى	28	11.2
	المجموع	250	100.0
المؤهل العلمي	ثانوية فأقل	50	20.0
	دبلوم	65	26.0
	بكالوريوس	96	38.4
	ماجستير فأعلى	39	15.6
	المجموع	250	100.0
مكان السكن	مدينة	181	72.4
	ضواحي	69	27.6
	المجموع	250	100.0
العمل	عامل	187	74.8
	غير عامل	63	25.2
	المجموع	250	100.0
الدخل الشهري للأسرة بالشيكل	5000 فأقل	50	20.0
	من 5000-7000	65	26.0
	7000 فأعلى	135	54.0
	المجموع	250	100.0

3.3 أدوات الدراسة

تم الاطلاع على الأدب النظري والدراسات السابقة وعلى مقاييس المهارات الزوجية المستخدمة في بعض الدراسات ومنها: دراسة منيرجن وكوردوفا (Mirgain & Cordova, 2007) ودراسة عواودة (2019) ودراسة القضاة (2016)، وقامت الباحثة بتطوير استبانة للمهارات الزوجية استناداً إلى تلك الدراسات.

وبينت النتائج أنّ المهارات الانفعالية يمكن ملاحظتها في التفاعل الزوجي، وأظهرت النتائج نموذجاً يوضح تأثير المهارات الانفعالية على الرضا الزوجي؛ وذلك من خلال تأثيرها على العلاقة الحميمة، وأظهرت كذلك أن المهارات الانفعالية الملاحظة والمهارات الانفعالية المقدرة ذاتياً تشيران سويماً إلى الصحة الزوجية، وقد تبين أن النساء يتميزن بمهارات انفعالية أكثر من الرجال.

4.3 صدق الأدوات وثباتها

1.4.3 صدق الأداة

استخدم نوعان من الصدق كما يأتي:

أ) الصدق الظاهري (Face validity)

للتحقق من الصدق الظاهري أو ما يعرف بصدق المحكمين لاستبانة المهارات الزوجية، تم عرض الاستبانة بصورتها الأولية على مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص من درجة الدكتوراه، وقد بلغ عددهم (10) محكمين، كما هو موضح في ملحق (ت)، إذ أعتمد معيار الاتفاق (80%) كحد أدنى لقبول الفقرة، وبناءً على ملاحظات وآراء المحكمين أجريت التعديلات المقترحة، وعُدلت صياغة بعض الفقرات.

ب) صدق البناء (Construct Validity)

استخدمت الباحثة أيضاً صدق البناء، على عينة استطلاعية مكونة من (30) من المقبلين على الزواج، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، واستخدم معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج قيم معاملات ارتباط الفقرات بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للاستبانة، كذلك قيم معاملات ارتباط كل مهارة مع الدرجة الكلية للاستبانة، والجدول (2.3) يوضح ذلك:

جدول (2.3): قيم معاملات ارتباط فقرات المهارات الزوجية بالمهارة التي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للاستبانة، كذلك قيم معاملات ارتباط كل مهارة، مع الدرجة الكلية للاستبانة (ن=30)

الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المهارة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المهارة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المهارة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المهارة
.64**	.64**	.75**	.88**	.64**	.64**	.75**	.88**
.52**	.61**	.64**	.81**	.64**	.61**	.64**	.81**
.46**	.56**	.67**	.78**	.67**	.56**	.67**	.78**
.65**	.82**	.61**	.65**	.61**	.82**	.61**	.65**
.69**	.79**	.64**	.53**	.64**	.79**	.64**	.53**
.67**	.79**	.64**	.65**	.64**	.79**	.64**	.65**
.68**	.55**	.73**	.72**	.73**	.55**	.73**	.72**
.57**	.75**	.65**	.69**	.65**	.75**	.65**	.69**
.76**	.80**	.78**	.85**	.78**	.80**	.78**	.85**
.58**	.71**	.62**	.79**	.62**	.71**	.62**	.79**
درجة كلية للإصغاء (الإنصات) .89**		درجة كلية للفهم .91**		درجة كلية للتعبير العاطفي .73**			

جدول (3.3): معاملات ثبات المهارات الزوجية بطريقة كرونباخ ألفا

المهارات	عدد الفقرات	كرونباخ ألفا
مهارات الإصغاء (الإنصات)	10	.88
مهارات الفهم	10	.90
مهارات التعبير العاطفي	10	.89
مهارات حل المشكلات	10	.91
مهارات الحوار	10	.88
الدرجة الكلية	50	.96

يتضح من الجدول (3.3) أن قيم معاملات ثبات كرونباخ ألفا للمهارات الزوجية تراوحت ما بين (.88 - .91)، كما يلاحظ أن معامل ثبات كرونباخ ألفا للدرجة الكلية بلغ (.96). وتعد هذه القيم مناسبة، وتجعل من الأداة قابلة للتطبيق على العينة الأصلية.

تصحيح المهارات الزوجية: تكونت الاستبانة في صورتها النهائية بعد استخراج الصدق من (50)، فقرة موزعة على خمس مهارات كما هو موضح في ملحق (ب)، وقد مثلت جميع الفقرات الاتجاه الإيجابي للمهارات الزوجية.

وقد طُلب من المستجيب تقدير إجاباته عن طريق تدرج ليكرت (Likert) الخماسي، وأعطيت الأوزان للفقرات كما يأتي: كبيرة جداً (5) درجات، كبيرة (4) درجات، متوسطة (3) درجات، قليلة (2) درجتان، قليلة جداً (1)، درجة واحدة.

ولغايات تفسير المتوسطات الحسابية، ولتحديد المهارات الزوجية لدى عينة الدراسة، حولت العلامة وفق المستوى الذي يتراوح من (1-5) درجات وتصنيف المستوى إلى ثلاثة مستويات: منخفض، ومتوسط، ومرتفع، وذلك وفقاً للمعادلة الآتية:

$$1.33 = \frac{1-5}{3} \frac{\text{الحد الأعلى - الحد الأدنى (لتدرج)}}{\text{عدد المستويات المفترضة}} = \text{طول الفئة}$$

وبناءً على ذلك، فإنّ مستويات الإجابة على الاستبانة تكون على النحو الآتي:

جدول (4.3): درجات احتساب مستوى المهارات الزوجية

مستوى منخفض	2.33 فأقل
مستوى متوسط	2.34 - 3.67
مستوى مرتفع	3.68 - 5

5.3 تصميم الدراسة ومتغيراتها

اشتملت الدراسة على المتغيرات الآتية:

أ- المتغيرات المستقلة (الديمغرافية):

1. الجنس: وله مستويان هما: (1-ذكر ، 2-أنثى).
2. العمر: وله أربعة مستويات هي: (1- 22 فأقل، 2- 23-30 سنة، 3- 31-40 سنة، 4- 41 فأعلى).
3. المؤهل العلمي: وله أربعة مستويات هي: (1- ثانوية فأقل، 2- دبلوم، 3- بكالوريوس، 4- ماجستير فأعلى).
4. مكان السكن: وله مستويان هما: (1- مدينة، 2- ضواحي).
5. العمل: وله مستويان هما: (1- عامل، 2- غير عامل).
6. الدخل الشهري للأسرة بالشيكول: وله ثلاثة مستويات هي: (1- 5000 فأقل، 2- من 5000-7000، 3- 7000 فأعلى).

ب- المتغير التابع: الدرجة الكلية التي تقيس المهارات الزوجية لدى عينة الدراسة.

5.3 إجراءات تنفيذ الدراسة

نُفذت الدراسة وفق الخطوات الآتية:

1. جمع المعلومات من العديد من المصادر كالكتب، المقالات، التقارير، الرسائل الجامعية، وغيرها، وذلك من أجل وضع الإطار النظري للدراسة.
2. الحصول على إحصائية بعدد المُقبلين على الزواج.
3. تحديد مجتمع الدراسة، ومن ثم تحديد عينة الدراسة.
4. تطوير أدوات الدراسة من خلال مراجعة الأدب النظري في هذا المجال.
5. تحكيم أداة الدراسة.
6. تطبيق أداة الدراسة على عينة استطلاعية ومن خارج عينة الدراسة الأساسية، إذ شملت (30) من المُقبلين على الزواج، وذلك بهدف التأكد من دلالات صدق وثبات أداة الدراسة.
7. تطبيق أدوات الدراسة على العينة الأصلية، والطلب منهم الإجابة على فقراتها بكل صدق وموضوعية، وذلك بعد إعلامهم بأن إجاباتهم لن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.
8. إدخال البيانات إلى ذاكرة الحاسوب، حيث استخدم برنامج الرزمة الإحصائي (SPSS, 28) لتحليل البيانات، وإجراء التحليل الإحصائي المناسب.
9. مناقشة النتائج التي أسفر عنها التحليل في ضوء الأدب النظري والدراسات السابقة، والخروج بمجموعة من التوصيات والمقترحات البحثية.

6.3 المعالجات الإحصائية

- من أجل معالجة البيانات وبعد جمعها قامت الباحثة باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS, 28) وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية الآتية:
1. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية.

2. معامل كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) لفحص الثبات.
3. اختبار بيرسون (Pearson Correlation) لفحص صدق أداة الدراسة.
4. اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent Samples t-test)، لفحص الفرضيات المتعلقة بالجنس، ومكان السكن، والعمل.
5. اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، لفحص الفرضيات المتعلقة، بالعمر المؤهل العلمي الدخل الشهري للأسرة بالشيكول.
6. اختبار (Scheffe) للمقارنات البعدية.

الفصل الرابع

عرض نتائج الدراسة

1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول.

2.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني.

1.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى.

2.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية.

3.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة.

4.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة.

5.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة.

6.2.1 النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة.

3.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث.

الفصل الرابع

عرض نتائج الدراسة

يتناول هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصلت إليها الدراسة في ضوء أسئلتها وفرضياتها

التي طرحت، وقد نظمت وفقاً لمنهجية محددة في العرض، وكما يأتي:

1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

"ما مستوى المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج في مدينة طمرة وضواحيها؟"

للإجابة عن السؤال الأول حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية

للمهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج، والجدول (1.4) يوضح ذلك:

جدول (1.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لكل مهارة من المهارات الزوجية

وعلى الاستبانة ككل مرتبة تنازلياً

الرتبة	رقم المهارة	المهارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	1	مهارات الإصغاء (الإنصات)	3.77	1.136	75.4	مرتفع
2	3	مهارات التعبير العاطفي	3.73	1.193	74.6	مرتفع
3	5	مهارات الحوار	3.71	1.141	74.2	مرتفع
4	2	مهارات الفهم	3.67	1.170	73.4	متوسط
5	4	مهارات حل المشكلات	3.63	1.143	72.6	متوسط
		الدرجة الكلية للمهارات الزوجية	3.70	1.118	74.0	مرتفع

يتضح من الجدول (1.4) أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على استبانة المهارات

الزوجية ككل بلغ (3.70) ونسبة مئوية (74.0%) وبدرجة مرتفعة، أما المتوسطات الحسابية

لإجابات أفراد عينة الدراسة عن المهارات الزوجية تراوحت ما بين (3.63-3.77)، وجاءت "مهارات

الإصغاء (الإنصات)" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.77) ونسبة مئوية (75.4%) وبدرجة

مرتفعة، في حين جاءت " مهارات حل المشكلات" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.63) وبنسبة مئوية (72.6%) وبدرجة متوسطة.

وقد حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات كل مهارة من المهارات الزوجية كل مهارة على حدة، وعلى النحو الآتي:

(1) مهارات الإصغاء (الإنصات)

جدول (2.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مهارات الإصغاء (الإنصات) مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية.

المرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	5	أمتلك القدرة على الإصغاء لشريكي المستقبلي.	3.90	1.225	78.0	مرتفع
2	4	أستمع لشريكي المستقبلي باهتمام.	3.89	1.248	77.8	مرتفع
3	2	أصغى إلى شريكي المستقبلي أثناء حديثه.	3.88	1.257	77.6	مرتفع
4	3	أمنح شريكي المستقبلي الوقت للتعبير عن نفسه.	3.87	1.248	77.4	مرتفع
5	1	لدي القدرة على تشجيع شريكي المستقبلي على إكمال حديثه باستخدام تعبيرات مثل أكمل، حقاً، نعم، أفهمك، أهه.	3.84	1.221	76.8	مرتفع
6	7	أثناء التحدث مع شريكي المستقبلي فإنني أنظر إلى عينيه.	3.78	1.276	75.6	مرتفع
7	6	أستمع لشريكي المستقبلي دون أن أشعر بالملل.	3.74	1.258	74.8	مرتفع
8	8	أستمع إلى شريكي المستقبلي حتى لو اختلف معي في الرأي .	3.70	1.217	74.0	مرتفع
9	10	أتجنب تغيير الموضوع أثناء استماعي لشريكي المستقبلي.	3.57	1.269	71.4	متوسط
10	9	أفهم مضمون الرسالة الصريح وغير الصريح قبل الرد عليها .	3.54	1.232	70.8	متوسط

يتضح من الجدول (2.4) أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مهارة

من مهارات الإصغاء (الإنصات) تراوحت ما بين (3.90 - 3.54)، وجاءت فقرة " أمتلك القدرة على

الإصغاء لشريكي المستقبلي " بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.90) وبنسبة مئوية (78.0%) ودرجة مرتفعة، في حين جاءت فقرة " أفهم مضمون الرسالة الصريح وغير الصريح قبل الرد عليها " في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.54) وبنسبة مئوية (70.8%) ودرجة متوسطة.

(2) مهارات التعبير العاطفي

جدول (3.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية ل فقرات مهارات التعبير العاطفي

مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	22	أظهر لشريكي المستقبلي مشاعر الاهتمام.	3.97	1.303	79.4	مرتفع
2	29	أشعر بأنّ التعبير العاطفي يساهم في تخفيف القلق والتوتر في حياتنا الزوجية.	3.84	1.292	76.8	مرتفع
3	21	أظهر التعاطف مع شريكي المستقبلي عند مروره بأزمة .	3.84	1.331	76.8	مرتفع
4	23	أشكر شريكي المستقبلي باستمرار على ما يقدمه لي.	3.83	1.286	76.6	مرتفع
5	25	ألقي على مسامح شريكي المستقبلي عبارات الحب.	3.69	1.353	73.8	مرتفع
6	28	أظهر مشاعري الداخلية والعميقة لشريكي المستقبلي.	3.68	1.312	73.6	مرتفع
7	30	استخدم المشاركة الوجدانية لتعزيز علاقتي مع شريكي المستقبلي.	3.66	1.261	73.2	متوسط
8	26	أعبر عن عواظي تجاه شريكي المستقبلي بطريقة لفظية.	3.64	1.310	72.8	متوسط
9	27	أعبر عن عواظي تجاه شريكي المستقبلي بطريقة غير لفظية.	3.60	1.305	72.0	متوسط
10	24	من السهل عليّ إيجاد الكلمات المعبرة عن مشاعري لشريكي المستقبلي.	3.58	1.294	71.6	متوسط

يتضح من الجدول (3.4) أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مهارات التعبير العاطفي تراوحت ما بين (3.97 - 3.58)، وجاءت فقرة " أظهر لشريكي المستقبلي مشاعر الاهتمام" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.97) وبنسبة مئوية (79.4%) وبدرجة مرتفعة، في حين جاءت فقرة " من السهل عليّ إيجاد الكلمات المعبرة عن مشاعري لشريكي المستقبلي " في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.58) وبنسبة مئوية (71.6%) وبدرجة متوسطة.

(3) مهارات الحوار

جدول (4.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مهارات الحوار مرتبة تنازلياً

حسب المتوسطات الحسابية.

الرتبة	رقم الفقرة	ال فقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	49	أشعر بأهمية الحوار الصريح والواضح مع شريكي المستقبلي.	3.87	1.222	77.4	مرتفع
2	44	أقدر شريكي المستقبلي أثناء حوارنا.	3.86	1.255	77.2	مرتفع
3	50	أشجع شريكي المستقبلي على التعبير عن رأيه دون مقاطعة.	3.83	1.244	76.6	مرتفع
4	41	أبتسم عندما أتحدث مع شريكي المستقبلي.	3.82	1.252	76.4	مرتفع
5	45	أستخدم الضمير "نحن" عند الحديث مع شريكي المستقبلي بأمور علاقتنا الزوجية.	3.78	1.263	75.6	مرتفع
6	47	أمدح شريكي المستقبلي أثناء حوارنا.	3.70	1.281	74.0	مرتفع
7	42	أحرص على إظهار بعض الإيماءات التي تساعد على توضيح أفكارى.	3.69	1.273	73.8	مرتفع
8	46	أنتقي العبارات بعناية لأتمكن من جذب اهتمام شريكي المستقبلي.	3.66	1.283	73.2	متوسط
9	43	أستخدم نبرات صوت معتدلة عند الحديث مع شريكي المستقبلي.	3.62	1.259	72.4	متوسط
10	48	عندما أريد إنهاء مناقشة ما مع شريكي المستقبلي أستخدم جملاً مثل: استمتعت بالحديث معك.	3.29	1.279	65.8	متوسط

يتضح من الجدول (4.4) أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مهارات

الحوار تراوحت ما بين (3.87-3.29)، وجاءت فقرة " أشعر بأهمية الحوار الصريح والواضح مع شريكي المستقبلي" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.87) وبنسبة مئوية (77.4%) وبدرجة

مرتفعة، في حين جاءت فقرة " عندما أريد إنهاء مناقشة ما مع شريكي المستقبلي فإنني أستخدم جملًا مثل: استمتعت بالحديث معك" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.29) وبنسبة مئوية (65.8%) وبدرجة متوسطة.

4 مهارات الفهم

جدول (5.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مهارات الفهم مرتبة تنازلياً حسب

المتوسطات الحسابية.

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	12	أفهم مشاعر شريكي المستقبلي من خلال تصرفاته.	3.76	1.302	75.2	مرتفع
2	11	أستطيع اكتشاف الحالة المزاجية لشريكي المستقبلي عند الحديث معه.	3.74	1.306	74.8	مرتفع
3	18	أبذل جهداً لمرعاة احتياجات شريكي المستقبلي العاطفية والعملية.	3.74	1.309	74.8	مرتفع
4	19	أفهم شريكي المستقبلي من خلال لغته وحركات جسمه معاً .	3.73	1.286	74.6	مرتفع
5	13	أثناء التحدث مع شريكي المستقبلي أدرك الإيماءات التي يستخدمها أثناء حديثي معه.	3.71	1.289	74.2	مرتفع
6	14	أستجيب لما يقوله شريكي المستقبلي بفاعلية.	3.66	1.255	73.2	متوسط
7	20	أستطيع تقدير ما يرمى إليه شريكي المستقبلي من خلال النظر إليه.	3.62	1.278	72.4	متوسط
8	17	أوضح المعاني غير الواضحة أثناء التواصل مع شريكي المستقبلي.	3.61	1.260	72.2	متوسط
9	16	أستطيع تفهم وجهة نظر شريكي المستقبلي عندما يغضب.	3.57	1.250	71.4	متوسط
10	15	أستطيع الانتظار حتى ينهي شريكي المستقبلي كلامه قبل أن أصدر حكماً على ما يقوله.	3.55	1.219	71.0	متوسط

يتضح من الجدول (5.4) أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مهارات

الفهم تراوحت ما بين (3.55 - 3.76)، وجاءت فقرة " أفهم مشاعر شريكي المستقبلي من خلال

تصرفاته" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.76) وبنسبة مئوية (75.2%) بدرجة مرتفعة، في

حين جاءت فقرة " أستطيع الانتظار حتى ينهي شريكي المستقبلي كلامه قبل أن أصدر حكماً على ما يقوله " في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.55) وبنسبة مئوية (71.0%) بدرجة متوسطة.

5) مهارات حل المشكلات

جدول (6.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مهارات حل المشكلات مرتبة

تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية.

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	31	أعمل على فهم المشكلة من أجل حلها.	3.83	1.267	76.6	مرتفع
2	33	أحاول تجنب الأسباب التي تؤدي إلى تعكير صفو علاقتنا الزوجية.	3.77	1.271	75.4	مرتفع
3	32	أحاول التوصل إلى حل وسط للمشكلة التي تواجهني مع شريكي المستقبلي.	3.76	1.285	75.2	مرتفع
4	35	ألجأ إلى الحوار مع شريكي المستقبلي وقت حدوث المشكلة.	3.70	1.278	74.0	مرتفع
5	34	أقوم مع شريكي المستقبلي بوضع البدائل المقترحة لاختيار البديل المناسب.	3.68	1.240	73.6	مرتفع
6	36	أعمل على صياغة المشكلة بأسلوب يساعد على حلها.	3.68	1.278	73.6	مرتفع
7	37	أفكر بحلول بديلة للحل الذي وضعته.	3.57	1.231	71.4	متوسط
8	38	أدرك المشكلة فور حدوثها مع شريكي المستقبلي.	3.52	1.216	70.4	متوسط
9	39	اعتمد على خطوات منظمة لحل المشكلات.	3.42	1.250	68.4	متوسط
10	40	أستطيع الحفاظ على هدوئي عند حدوث خلافات مع شريكي المستقبلي.	3.37	1.293	67.4	متوسط

يتضح من الجدول (6.4) أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة على مهارات

حل المشكلات تراوحت ما بين (3.37-3.83)، وجاءت فقرة " أعمل على فهم المشكلة من أجل حلها

" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.83) وبنسبة مئوية (76.6%) بدرجة مرتفعة، في حين

جاءت فقرة " أستطيع الحفاظ على هدوئي عند حدوث خلافات مع شريكي المستقبلي " في المرتبة

الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.37) وبنسبة مئوية (67.4%) بدرجة متوسطة.

2.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج في مدينة طمرة وضواحيها تعزى إلى متغيرات الجنس، العمر، المستوى التعليمي، مكان السكن، العمل، الدخل الشهري للأسرة. للإجابة عن السؤال الثاني تم فحص الفرضيات الآتية:

1.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:

تنص الفرضية: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج تعزى لمتغير الجنس".
ومن أجل فحص الفرضية الأولى وتحديد الفروق تعزى لمتغير الجنس، استخدم اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent Samples t-test)، ونتائج الجدول (7.4) تبين ذلك:

جدول (7.4): نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات المهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج تعزى لمتغير الجنس.

المهارات	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
مهارات الإصغاء (الإنصات)	ذكر	103	3.53	1.159	-2.897	.004*
	أنثى	147	3.94	1.091		
مهارات الفهم	ذكر	103	3.40	1.219	-3.050	.003*
	أنثى	147	3.85	1.101		
مهارات التعبير العاطفي	ذكر	103	3.45	1.198	-3.187	.002*
	أنثى	147	3.93	1.153		
مهارات حل المشكلات	ذكر	103	3.45	1.164	-2.087	.038*
	أنثى	147	3.76	1.116		
مهارات الحوار	ذكر	103	3.48	1.157	-2.771	.006*
	أنثى	147	3.88	1.104		
الدرجة الكلية	ذكر	103	3.46	1.141	-2.901	.004*
	أنثى	147	3.87	1.073		

*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($p < .05$)

يتبين من الجدول (7.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على المهارات الزوجية كانت؛

أقل من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq .05$)، وبالتالي وجود فروق في المهارات الزوجية

لدى المُقبلين على الزواج تعزى إلى متغير الجنس، إذ جاءت الفروق لصالح الإناث.

2.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

تنص الفرضية: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات

المهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج تعزى إلى متغير العمر".

ومن أجل فحص الفرضية الثانية، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية

تعزى لمتغير العمر، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف

على دلالة الفروق تعزى لمتغير العمر. والجدولان (8.4) و(9.4) يبينان ذلك:

جدول (8.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج تعزى لمتغير العمر.

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	العمر	المهارات
.592	4.29	27	22 فأقل	مهارات الإصغاء (الإنصات)
1.166	3.78	119	30-23 سنة	
1.194	3.50	76	40-31 سنة	
1.079	3.94	28	41 فأعلى	
.654	4.28	27	22 فأقل	مهارات الفهم
1.188	3.66	119	30-23 سنة	
1.253	3.39	76	40-31 سنة	
1.024	3.85	28	41 فأعلى	
.607	4.36	27	22 فأقل	مهارات التعبير العاطفي
1.234	3.74	119	30-23 سنة	
1.216	3.48	76	40-31 سنة	
1.199	3.79	28	41 فأعلى	
.569	4.43	27	22 فأقل	مهارات حل المشكلات
1.169	3.59	119	30-23 سنة	
1.166	3.38	76	40-31 سنة	
1.083	3.70	28	41 فأعلى	
.594	4.42	27	22 فأقل	مهارات الحوار
1.191	3.69	119	30-23 سنة	
1.162	3.46	76	40-31 سنة	
1.010	3.82	28	41 فأعلى	
.536	4.35	27	22 فأقل	الدرجة الكلية
1.153	3.69	119	30-23 سنة	
1.163	3.44	76	40-31 سنة	
1.024	3.82	28	41 فأعلى	

يتضح من خلال الجدول (8.4) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل

معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية أستخدم اختبار تحليل التباين

الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (9.4) يوضح ذلك:

جدول (9.4): نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية للمهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج تعزى لمتغير العمر .

المهارات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
مهارات الإصغاء (الإنصات)	بين المجموعات	13.408	3	4.469	3.572	.015*
	داخل المجموعات	307.804	246	1.251		
	المجموع	321.213	249			
مهارات الفهم	بين المجموعات	17.099	3	5.700	4.329	.005*
	داخل المجموعات	323.892	246	1.317		
	المجموع	340.991	249			
مهارات التعبير العاطفي	بين المجموعات	15.500	3	5.167	3.751	.012*
	داخل المجموعات	338.838	246	1.377		
	المجموع	354.338	249			
مهارات حل المشكلات	بين المجموعات	22.222	3	7.407	6.007	.001*
	داخل المجموعات	303.359	246	1.233		
	المجموع	325.581	249			
مهارات الحوار	بين المجموعات	18.718	3	6.239	5.026	.002*
	داخل المجموعات	305.413	246	1.242		
	المجموع	324.132	249			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	17.018	3	5.673	4.745	.003*
	داخل المجموعات	294.061	246	1.195		
	المجموع	311.079	249			

*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($p < .05$)

يتبين من الجدول (9.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على المهارات الزوجية كانت؛

أقل من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq .05$)، وبالتالي وجود فروق في المهارات الزوجية

لدى المُقبلين على الزواج تعزى لمتغير العمر .

وللكشف عن موقع الفروق بين المتوسطات الحسابية للمهارات الزوجية لدى المُقبلين على

الزواج تعزى لمتغير العمر، أُجري اختبار (Scheffe) والجدول (10.4) يوضح ذلك:

جدول (10.4): نتائج اختبار (Scheffe) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية للمهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج تعزى لمتغير العمر.

المهارات	العمر	المتوسط	22 فأقل	30-23 سنة	40-31 سنة	41 فأعلى
مهارات الإصغاء (الإنصات)	22 فأقل	4.29	—	0.500*	0.781*	0.342
	30-23 سنة	3.78	—	—	0.281	-0.158
	40-31 سنة	3.50	—	—	—	-0.439
	41 فأعلى	3.94	—	—	—	—
مهارات الفهم	22 فأقل	4.28	—	0.618*	0.895*	0.431
	30-23 سنة	3.66	—	—	0.277	-0.186
	40-31 سنة	3.39	—	—	—	-0.463
	41 فأعلى	3.85	—	—	—	—
مهارات التعبير العاطفي	22 فأقل	4.36	—	0.625*	0.879*	0.5772
	30-23 سنة	3.74	—	—	0.254	-0.0479
	40-31 سنة	3.48	—	—	—	-0.3015
	41 فأعلى	3.79	—	—	—	—
مهارات حل المشكلات	22 فأقل	4.43	—	0.834*	1.047*	0.722
	30-23 سنة	3.59	—	—	0.213	-0.112
	40-31 سنة	3.38	—	—	—	-0.325
	41 فأعلى	3.70	—	—	—	—
مهارات الحوار	22 فأقل	4.42	—	0.732*	0.958*	0.594
	30-23 سنة	3.69	—	—	0.226	-0.138
	40-31 سنة	3.46	—	—	—	-0.364
	41 فأعلى	3.82	—	—	—	—
الدرجة الكلية	22 فأقل	4.35	—	0.662*	0.912*	0.533
	30-23 سنة	3.69	—	—	0.250	-0.128
	40-31 سنة	3.44	—	—	—	-0.379
	41 فأعلى	3.82	—	—	—	—

*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($p < .05$)

يتبين من الجدول (10.4) الآتي:

- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$)، بين متوسطات المهارات الزوجية

لدى المُقبلين على الزواج تعزى لمتغير العمر بين (22 فأقل) من جهة و كل من (30-23

سنة)، و(40-31 سنة) من جهة أخرى، وجاءت الفروق لصالح (22 فأقل).

3.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة:

تنص الفرضية: " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات

المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج تعزى لمتغير المؤهل العلمي".

ومن أجل فحص الفرضية الثالثة، أُستخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية

تبعاً إلى متغير المؤهل العلمي، ومن ثم أُستخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)

للتعرف على دلالة الفروق تبعاً إلى متغير المؤهل العلمي. والجدولان (11.4) و(12.4) يبينان

ذلك:

جدول (11.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج تعزى

لمتغير المؤهل العلمي

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المؤهل العلمي	المهارات
1.187	3.71	50	ثانوية فأقل	مهارات الإصغاء (الإنصات)
1.241	3.60	65	دبلوم	
1.112	3.82	96	بكالوريوس	
.911	4.02	39	ماجستير فأعلى	
1.245	3.48	50	ثانوية فأقل	مهارات الفهم
1.250	3.56	65	دبلوم	
1.129	3.73	96	بكالوريوس	
1.006	3.93	39	ماجستير فأعلى	
1.232	3.58	50	ثانوية فأقل	مهارات التعبير العاطفي
1.245	3.52	65	دبلوم	
1.184	3.84	96	بكالوريوس	
1.017	4.02	39	ماجستير فأعلى	
1.217	3.49	50	ثانوية فأقل	

1.259	3.55	65	دبلوم	مهارات حل المشكلات
1.105	3.68	96	بكالوريوس	
.928	3.81	39	ماجستير فأعلى	
1.143	3.58	50	ثانوية فأقل	مهارات الحوار
1.246	3.51	65	دبلوم	
1.114	3.81	96	بكالوريوس	
.972	3.98	39	ماجستير فأعلى	الدرجة الكلية
1.167	3.57	50	ثانوية فأقل	
1.215	3.55	65	دبلوم	
1.090	3.78	96	بكالوريوس	
.913	3.95	39	ماجستير فأعلى	

يتضح من خلال الجدول (11.4) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية، ومن

أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية أُستخدم اختبار تحليل

التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (12.4) يوضح ذلك:

جدول (12.4): نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية للمهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج

تعزى لمتغير المؤهل العلمي.

المهارات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
مهارات الإصغاء (الإنصات)	بين المجموعات	4.619	3	1.540	1.196	.312
	داخل المجموعات	316.594	246	1.287		
	المجموع	321.213	249			
مهارات الفهم	بين المجموعات	5.525	3	1.842	1.350	.259
	داخل المجموعات	335.466	246	1.364		
	المجموع	340.991	249			
مهارات التعبير العاطفي	بين المجموعات	8.355	3	2.785	1.980	.117
	داخل المجموعات	345.983	246	1.406		
	المجموع	354.338	249			
بين المجموعات	2.870	3	.957	.729	.535	

		1.312	246	322.711	داخل المجموعات	مهارات حل
			249	325.581	المجموع	المشكلات
.146	1.812	2.335	3	7.006	بين المجموعات	
		1.289	246	317.125	داخل المجموعات	مهارات الحوار
			249	324.132	المجموع	
.235	1.428	1.775	3	5.325	بين المجموعات	
		1.243	246	305.754	داخل المجموعات	الدرجة الكلية
			249	311.079	المجموع	

يتبين من الجدول (12.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على المهارات الزوجية كانت؛

أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في المهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج تعزى لمتغير المؤهل العلمي.

4.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة:

تنص الفرضية: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات المهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج تعزى لمتغير مكان السكن".

ومن أجل فحص الفرضية الرابعة وتحديد الفروق تعزى لمتغير مكان السكن، أُستخدم

اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent Samples t-test)، ونتائج الجدول (13.4)

تبين ذلك:

جدول (13.4): نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات المهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج

تعزى لمتغير مكان السكن.

مستوى الدلالة	قيمة (ت)	الانحراف	المتوسط	العدد	مكان السكن	المهارات
.213	1.249	1.119	3.83	181	مدينة	مهارات الإصغاء
		1.176	3.63	69	ضواحي	(الإنصات)
.090	1.704	1.159	3.74	181	مدينة	مهارات الفهم
		1.184	3.46	69	ضواحي	
.240	1.177	1.203	3.79	181	مدينة	مهارات التعبير
		1.163	3.59	69	ضواحي	العاطفي

مهارات حل المشكلات	مدينة	181	3.70	1.156	1.544	.124
	ضواحي	69	3.45	1.096		
مهارات الحوار	مدينة	181	3.78	1.143	1.561	.120
	ضواحي	69	3.53	1.123		
الدرجة الكلية	مدينة	181	3.77	1.117	1.497	.136
	ضواحي	69	3.53	1.109		

يتبين من الجدول (13.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على المهارات الزوجية كانت؛

أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq .05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج تعزى لمتغير مكان السكن.

5.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة:

تنص الفرضية: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) بين

متوسطات المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج تعزى لمتغير العمل".

ومن أجل فحص الفرضية الخامسة وتحديد الفروق نعزى لمتغير العمل، أستخدم اختبار

(ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent Samples t-test)، ونتائج الجدول (14.4) تبين

ذلك:

جدول (14.4): نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج

تعزى لمتغير العمل.

المهارات	العمل	العدد	المتوسط	الانحراف	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
مهارات الإصغاء (الإنصات)	عامل	187	3.91	1.018	3.376	.001*
	غير عامل	63	3.36	1.358		
مهارات الفهم	عامل	187	3.80	1.087	3.238	.001*
	غير عامل	63	3.26	1.317		
مهارات التعبير العاطفي	عامل	187	3.88	1.101	3.485	.001*
	غير عامل	63	3.29	1.347		
مهارات حل المشكلات	عامل	187	3.77	1.037	3.295	.001*
	غير عامل	63	3.23	1.344		

مهارات الحوار	عامل	187	3.85	1.047	3.441	.001*
	غير عامل	63	3.29	1.304		
الدرجة الكلية	عامل	187	3.84	1.011	3.490	.001*
	غير عامل	63	3.29	1.311		

*دال إحصائية عند مستوى الدلالة ($p < .05$)

يتبين من الجدول (14.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على المهارات الزوجية كانت؛

أقل من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq .05$)، وبالتالي وجود فروق في المهارات الزوجية

لدى المُقبلين على الزواج تعزى لمتغير العمل، إذ جاءت الفروق لصالح عامل.

6.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة:

تنص الفرضية: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات

المهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج تعزى لمتغير الدخل الشهري للأسرة بالشيكل".

ومن أجل فحص الفرضية السادسة، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية

تبعاً لمتغير الدخل الشهري للأسرة بالشيكل، ومن ثم أُستخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way

ANOVA) للتعرف إلى دلالة الفروق تبعاً لمتغير الدخل الشهري للأسرة بالشيكل. والجدولان

(15.4) و(16.4) يبينان ذلك:

جدول (15.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج تعزى

لمتغير الدخل الشهري للأسرة بالشيكل.

المهارات	الدخل الشهري للأسرة بالشيكل	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
مهارات الإصغاء (الإنصات)	5000 فأقل	50	3.75	1.159
	من 5000-7000	65	3.33	1.366
	7000 فأعلى	135	3.99	.935
	5000 فأقل	50	3.64	1.099

1.374	3.17	65	من 7000-5000	مهارات الفهم
1.011	3.91	135	7000 فأعلى	
1.202	3.78	50	5000 فأقل	مهارات التعبير العاطفي
1.365	3.27	65	من 7000-5000	
1.039	3.94	135	7000 فأعلى	مهارات حل المشكلات
1.177	3.61	50	5000 فأقل	
1.372	3.24	65	من 7000-5000	مهارات الحوار
.956	3.82	135	7000 فأعلى	
1.135	3.71	50	5000 فأقل	الدرجة الكلية
1.393	3.29	65	من 7000-5000	
.946	3.91	135	7000 فأعلى	الدرجة الكلية
1.109	3.70	50	5000 فأقل	
1.346	3.26	65	من 7000-5000	الدرجة الكلية
.932	3.92	135	7000 فأعلى	

يتضح من خلال الجدول (15.4) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية ومن أجل

معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية أُستخدم اختبار تحليل التباين

الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (16.4) يوضح ذلك:

جدول (16.4): نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية للمهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج تعزى لمتغير الدخل الشهري للأسرة بالشيكول.

المهارات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
مهارات الإصغاء (الإنصات)	بين المجموعات	18.897	2	9.448	7.720	.001*
	داخل المجموعات	302.316	247	1.224		
	المجموع	321.213	249			
مهارات الفهم	بين المجموعات	24.080	2	12.040	9.384	.000*
	داخل المجموعات	316.911	247	1.283		
	المجموع	340.991	249			
مهارات التعبير العاطفي	بين المجموعات	19.640	2	9.820	7.247	.001*
	داخل المجموعات	334.698	247	1.355		
	المجموع	354.338	249			
مهارات حل المشكلات	بين المجموعات	14.662	2	7.331	5.824	.003*
	داخل المجموعات	310.919	247	1.259		
	المجموع	325.581	249			
مهارات الحوار	بين المجموعات	16.919	2	8.459	6.801	.001*
	داخل المجموعات	307.213	247	1.244		
	المجموع	324.132	249			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	18.670	2	9.335	7.886	.000*
	داخل المجموعات	292.409	247	1.184		
	المجموع	311.079	249			

*دال إحصائيا عند مستوى الدلالة ($p < .05$)

يتبين من الجدول (16.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على للمهارات الزوجية كانت؛

أقل من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq .05$)، وبالتالي وجود فروق في المهارات الزوجية

لدى المقبلين على الزواج تعزى لمتغير الدخل الشهري للأسرة بالشيكول.

وللكشف عن موقع الفروق بين المتوسطات الحسابية للمهارات الزوجية لدى المُقبلين على

الزواج تعزى لمتغير الدخل الشهري للأسرة بالشيكل، أُجري اختبار (Scheffe) والجدول (17.4)

يوضح ذلك:

جدول (17.4): نتائج اختبار (Scheffe) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية للمهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج تعزى لمتغير الدخل الشهري للأسرة بالشيكل.

مهارات	الدخل الشهري للأسرة بالشيكل	المتوسط	5000 فأقل	من 5000-7000	7000 فأعلى
مهارات الإصغاء (الإنصات)	5000 فأقل	3.75	—	0.416	-0.240
	من 5000-7000	3.33	—	—	-0.656*
	7000 فأعلى	3.99	—	—	—
مهارات الفهم	5000 فأقل	3.64	—	0.468	-0.272
	من 5000-7000	3.17	—	—	-0.740*
	7000 فأعلى	3.91	—	—	—
مهارات التعبير العاطفي	5000 فأقل	3.78	—	0.506	-0.161
	من 5000-7000	3.27	—	—	-0.667*
	7000 فأعلى	3.94	—	—	—
مهارات حل المشكلات	5000 فأقل	3.61	—	0.365	-0.212
	من 5000-7000	3.24	—	—	-0.578*
	7000 فأعلى	3.82	—	—	—
مهارات الحوار	5000 فأقل	3.71	—	0.416	-0.205
	من 5000-7000	3.29	—	—	-0.621*
	7000 فأعلى	3.91	—	—	—
الدرجة الكلية	5000 فأقل	3.70	—	0.434	-0.218
	من 5000-7000	3.26	—	—	-0.652*
	7000 فأعلى	3.92	—	—	—

*دال إحصائيا عند مستوى الدلالة ($p < .05$)

يتبين من الجدول (17.4) الآتي:

- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)، بين متوسطات المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج تعزى لمتغير الدخل الشهري للأسرة بالشيكول بين (من 5000-7000) و(7000 فأعلى)، وجاءت الفروق لصالح (7000 فأعلى).

3.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث:

ما التصور المقترح من منظور العلاج المعرفي السلوكي (CBT) في رفع مستوى المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج؟

أولاً: التعريف بالتصور المقترح لرفع مستوى المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج

هذا التصور المقترح هو إطار متكامل يهدف إلى تعزيز المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج من خلال توظيف أساليب العلاج المعرفي السلوكي.

وتعرف المهارات الزوجية (**Marital Skills**) بأنها مجموعة من الكفايات المتعلقة بسلوك إيجابي يمكن أفراد الأسرة من المواجهة الفعالة للمطالب وتحديات الحياة اليومية، ويعتمد التصور على تعديل المعتقدات غير الواقعية، وتعزيز مهارات التواصل وحل المشكلات، وإدارة النزاعات، بهدف بناء علاقات زوجية ناجحة ومستقرة.

ونشير إلى أن هذا التصور المقترح يتضمن النقاط الرئيسية الآتية:

1) المسلمات التي ينطلق منها التصور المقترح:

- أهمية المقبلين على الزواج وما تمثله هذه الفئة من ثروة بشرية يجب التركيز عليها والنهوض بها.
- الزواج علاقة ديناميكية تحتاج إلى مهارات عملية وعاطفية لتحقيق النجاح.

- المعتقدات غير الواقعية حول الزواج تؤثر سلبًا على استقرار العلاقة.
- يمكن تعزيز المهارات الزوجية من خلال التدريب الموجه باستخدام تقنيات معرفية وسلوكية.
- تحسين المهارات الزوجية يؤدي إلى زيادة التوافق والسعادة الزوجية.
- تنشيط وتفعيل البرامج والخدمات التي تقدم في مجال رعاية المقبلين على الزواج حتى تتناسب مع إحتياجاتهم المتعددة.

(2) أهداف التصور المقترح:

* **الهدف العام:** يهدف التصور المقترح إلى التعرف على سبل رفع مستوى المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج.

* **الأهداف الفرعية:** كي يتحقق الهدف العام الذي يسعى التصور المقترح لتحقيقه لا بد من تحقيق مجموعة من الأهداف الفرعية التي تتمثل في:

- رفع مستوى الوعي بالمعتقدات والتوقعات غير الواقعية حول الزواج.
- تعزيز مهارات التواصل الفعال بين الشريكين.
- تدريب المقبلين على الزواج على إستراتيجيات حل المشكلات وإدارة النزاعات.
- تعزيز الدعم العاطفي المتبادل والثقة بين الشريكين.
- بناء أساس قوي لاستقرار العلاقة الزوجية على المدى الطويل.

(3) الأسس والركائز التي يقوم عليها التصور المقترح:

يعتمد التصور المقترح على مجموعة من الأسس والركائز التي يمكن الاستفادة منها في

وضع التصور المقترح:

- **الأساس العلمي:** يعتمد على مبادئ العلاج المعرفي السلوكي، والنظريات النفسية الخاصة بالعلاقات الزوجية.

- الأساس الثقافي والاجتماعي: يراعي القيم والتقاليد الثقافية للمجتمع.
 - الأساس الأخلاقي: يحترم خصوصية الأفراد ويعزز مبدأ المساواة بين الشريكين.
 - الاستفادة من نتائج البحوث والدراسات السابقة المرتبطة بموضوع البحث التي أجريت على المقبلين على الزواج.
 - الاستفادة من آراء الخبراء والمتخصصين والأكاديميين في مجال رعاية المقبلين على الزواج من خلال الاستبانة والنتائج.
 - البناء النظري للدراسة.
 - النتائج الميدانية التي توصل إليها البحث.
- (4) عوامل نجاح التصور المقترح:**

ترى الباحثة أنه من الضروري توافر مجموعة من العوامل التي تسهم في نجاح التصور

المقترح منها:

- التزام المشاركين بتطبيق المهارات المكتسبة في حياتهم اليومية.
- دعم مستمر من الأخصائيين الاجتماعيين والمعالجين النفسيين.
- ملاءمة البرنامج للاحتياجات الثقافية والاجتماعية للمجتمع المستهدف.
- استخدام وسائل تفاعلية لتعزيز الفهم والتطبيق.
- عقد لقاءات واجتماعات مع سكان المجتمع المحلي وتوضيح سبل المشاركة في رفع مستوى المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج.
- اعداد النشرات والكتيبات التي توضح أهم الخدمات التي تقدم في مجال المقبلين على الزواج والعمل على كسب تأييد القيادات في المجتمع لدعم المؤسسة ماديا ومعنويا.

• ضرورة عقد الدورات التدريبية بشكل دائم لفريق العمل وإعادة النظر في محتوى المادة التدريبية لهذه الدراسات بما يضمن التركيز على النواحي الفنية والمهارية والمهنية والقيم الإنسانية والأساسية للخدمة الاجتماعية، مع إمكانية ترجمة ذلك إلى نمط من السلوك الفعلي في التعامل مع المقبلين على الزواج.

• ضرورة تنوع الأنشطة والخدمات والبرامج التي تقدم مع مراعاة أن تتفق واحتياجات المقبلين على الزواج ومشكلاتهم.

• العمل على توفير الموارد والإمكانيات المادية لتنفيذ البرامج والأنشطة المختلفة والتي من شأنها رفع مستوى المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج.

5) مشتملات التصور المقترح:

دور ومهام الأخصائي الاجتماعي كممارس عام في مجال المقبلين على الزواج من شريحة

الشباب:

1) أداء البحوث الميدانية الدورية التي يمكن من خلالها (تقدير الاحتياجات للمقبلين على الزواج).

2) توعية المقبلين على الزواج بأماكن الاستفادة من الخدمات المخصصة لهم.

3) توعية الجماهير بأساليب التعامل مع المقبلين على الزواج لخلق رأي عام مؤيد لقضاياهم.

4) إعداد البرامج التدريبية لتأهيل وإعداد أخصائيين متخصصين في مجال رعاية المقبلين على

الزواج.

5) تقديم العون الفني للمؤسسات الأهلية التي تعمل في مجال رعاية المقبلين على الزواج، وتشجيع

الجهود المبذولة من أجل رعايتهم.

6) المساعدة في تقديم التسهيلات اللازمة لقيام المشروعات والبرامج الخاصة برعاية المقبلين على

الزواج.

7) المساعدة في النهوض بالبحوث الضرورية في ميدان رعاية المقبلين على الزواج.
8) الدعوة إلى إصدار التشريعات الاجتماعية الخاصة بالحفاظ على حقوق الإنسان.
9) العمل على تطوير الخدمات والبرامج التي تقدم للمقبلين على الزواج بما يتماشى مع الشباب واحتياجاتهم ومشكلاتهم.

10) السعي بجدية نحو تكوين شبكات العمل (التشبيك) بين المؤسسات التي تعمل في مجال رعاية المقبلين على الزواج لدراسة احتياجاتهم والعمل على إشباعها.

11) عمل برامج (مقروءة-مسموعة-مرئية-إذاعة-تلفزيون-برامج دينية وثقافية) للوصول إلى الأهداف المنشودة لرفع مستوى المهارات الزوجية لدى لمقبلين على الزواج. والتي تشمل على:

- **جلسات معرفية:** لتوعية المشاركين بالمعتقدات الخاطئة.
- **جلسات تدريبية:** لتطوير مهارات مثل التواصل وحل المشكلات.
- **أدوات تقييم:** استبانات ومقاييس لتحديد نقاط القوة والضعف.
- **خطط تطبيقية:** تساعد المشاركين في تطبيق المهارات في حياتهم اليومية.

6) أهم إستراتيجيات التصور المقترح:

- **إعادة الهيكلة المعرفية:** تعديل الأفكار السلبية وغير الواقعية.
- **التدريب على المهارات الاجتماعية:** تعزيز التواصل الفعّال والاستماع النشط.
- **إدارة النزاعات:** تدريب المشاركين على أساليب التفاوض والتهدئة الذاتية.
- **التدعيم الإيجابي:** تعزيز السلوكيات الإيجابية بين الشريكين.

7) أهم تقنيات (تكنيكات) التصور المقترح:

- **أداء الأدوار:** محاكاة مواقف زوجية للتدريب على التعامل معها.
- **التغذية الراجعة:** تقديم تعليقات بناءة لتحسين الأداء.

- **تمارين التفكير الإيجابي:** تعزيز التفكير الواقعي والإيجابي.
- **العلاج بالتعرض التدريجي:** تدريب المشاركين على مواجهة المواقف التي تسبب التوتر أو النزاع.
- الشرح والتوضيح باستخدام الأنشطة المختلفة.
- التشجيع والتوجيه للشباب المقبلين على الزواج للمشاركة في النشاطات والفعاليات التي تعمل على التخفيف من المشكلات لديهم.
- الندوات والمحاضرات وورش العمل المختلفة.
- المناقشات الجماعية مع الشباب.
- (8) **المهارات المهنية التي يجب أن تتوفر لدى الأخصائي الاجتماعي في مجال رعاية المقبلين على الزواج:**

- الإلمام بمبادئ العلاج المعرفي السلوكي.
- مهارات التواصل الفعال مع الأفراد والمجموعات.
- القدرة على تقييم الاحتياجات النفسية والاجتماعية للمشاركين.
- مهارات إدارة الجلسات الجماعية وتحفيز المشاركين.
- المهارة في تكوين العلاقة المهنية الجيدة.
- المهارة في إجراء وإدارة المقابلات المهنية بأنواعها المختلفة.
- المهارة في إدارة الاجتماعات والندوات والمناقشات الجماعية بكفاءة.
- المهارة في استثمار الموارد المتاحة.
- المهارة في تحديد الأولويات.
- مهارة العمل الفريقي.
- مهارة التسجيل وكتابة التقارير.

9) المبادئ التي يقوم عليها التصور المقترح:

- احترام خصوصية وكرامة الأفراد.
- التفاعل النشط بين المشاركين والمعالج.
- تعزيز المسؤولية الشخصية لدى الشريكين عن تحسين العلاقة.

10) أهم الوسائل والأدوات المستخدمة في التصور المقترح:

- استبانات تقييم المعتقدات والسلوكيات الزوجية.
- مقاطع فيديو تعليمية لتوضيح المهارات الزوجية.
- كتيبات ودلائل إرشادية للمشاركين.
- نماذج للمواقف الزوجية للتدريب العملي.
- كذلك العديد من الأدوات مثل: (المقابلات، الاجتماعات، ورش العمل، الاتصالات الهاتفية، تحليل البيانات، الملاحظة بالمشاركة، المحاضرات والندوات، المناقشات، التسجيل وكتابة التقارير).

11) أهم الأدوار المهنية للأخصائي الاجتماعي:

- يتعدد الدور المهني للأخصائي الاجتماعي في مجال التأهيل الزوجي، ويشمل مجموعة من الأدوار المتكاملة التي تسهم في دعم المقبلين على الزواج، ومن أبرز هذه الأدوار:
- دور الموجه: إرشاد الأفراد وتوجيههم نحو فهم طبيعة الحياة الزوجية ومتطلباتها.
 - دور المعلم: توعية المقبلين على الزواج بأهمية تطوير المهارات الزوجية وتعزيزها.
 - دور الخبير: تقديم المعرفة المتخصصة والمعلومات المبنية على أسس علمية حول العلاقات الزوجية.
 - دور المخطط: إعداد وتنفيذ برامج تدريبية تهدف إلى بناء المهارات الزوجية.

- **دور المنسق:** تنسيق الجهود بين الجهات ذات العلاقة لتقديم الدعم الشامل.
- **دور جامع البيانات:** جمع المعلومات حول احتياجات الفئة المستهدفة بهدف تطوير التدخلات المناسبة.

- **دور المحلل:** تحليل المشكلات الزوجية وتفسير أنماط التواصل بين الشريكين.
- **دور المساعد:** تقديم الدعم النفسي والاجتماعي، والاستشارات للأزواج عند الحاجة.

كما تشمل المهام العملية التي يؤديها الأخصائي الاجتماعي ما يأتي:

- توعية المقبلين على الزواج بأهمية تطوير المهارات الزوجية.
- تقديم التدريبات والجلسات العلاجية.
- متابعة تطبيق المهارات المكتسبة في الحياة اليومية.
- تقديم الدعم والاستشارات للمشاركين عند الحاجة.

12) الأجهزة المعنية والمشاركة لتحقيق التصور المقترح:

لتحقيق التصور المقترح يجب مشاركة كل مما يأتي:

- **المراكز الاجتماعية:** لتقديم الورش التدريبية والجلسات الإرشادية.
- **المؤسسات التعليمية:** لنشر الوعي بأهمية المهارات الزوجية بين الشباب.
- **المؤسسات الإعلامية:** لتقديم حملات توعوية حول الزواج الناجح.
- **الجهات الحكومية:** لدعم البرامج المجتمعية التي تهدف إلى تحسين استقرار الأسرة.

هذا التصور يمثل خطة متكاملة يمكن تطبيقها لرفع مستوى المهارات الزوجية لدى المقبلين

على الزواج، مما يساهم في تحقيق استقرار اجتماعي وتعزيز جودة الحياة الزوجية.

الفصل الخامس

تفسير النتائج ومناقشتها

1.5 تفسير نتائج السؤال الأول ومناقشته

2.5 تفسير نتائج السؤال الثاني ومناقشته

1.2.5 تفسير النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى.

2.2.5 تفسير النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية.

3.2.5 تفسير النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة.

4.2.5 تفسير النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة.

5.2.5 تفسير النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة.

6.2.5 تفسير النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة.

3.5 التوصيات والمقترحات

الفصل الخامس

تفسير النتائج ومناقشتها

يشتمل الفصل الأخير في الدراسة الحالية على مناقشة النتائج التي توصلت إليها من خلال عملية التحليل الإحصائي، ومقارنتها بنتائج الدراسات السابقة مقارنة تماثلية وتفاضلية، واشتقاق أهم التوصيات المقترحة من النتائج التي خلصت إليها الدراسة، وقد نظمت وفقا لمنهجية محددة في هذا الفصل، التي يمكن عرضها على النحو الآتية:

1.5 تفسير نتائج السؤال الأول ومناقشته:

يتضح من الجدول (1.4) أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على المهارات الزوجية ككل بلغ (3.70) ونسبة مئوية (74.0%) بدرجة مرتفعة، أما المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن المهارات الزوجية تراوحت ما بين (3.63-3.77)، وجاءت " مهارات الإصغاء (الإنصات)" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.77) ونسبة مئوية (75.4%) بدرجة مرتفعة، في حين جاءت " مهارات حل المشكلات" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.63) ونسبة مئوية (72.6%) بدرجة متوسطة.

وترجح الباحثة أن هذه النتيجة قد تُعزى إلى احتمال إدراك المقبلين على الزواج لأهمية امتلاك مهارات الإصغاء باهتمام، لما لها من دور محتمل في تعزيز التفاهم والاحترام المتبادل، وإظهار مشاعر التعاطف والدعم، خاصة في الأوقات الصعبة. كما يُحتمل أن يكون للحوار الصريح والواضح أثر إيجابي في تسهيل حل المشكلات وفهم احتياجات الشريك بشكل أعمق. وقد يكون تشجيع الشريك على التعبير بحرية، دون مقاطعة، مع تقدير جهوده ومشاعره، عاملاً مساعداً في بناء علاقة أكثر استقراراً. ومن الممكن أيضاً أن يساهم فهم الحالة المزاجية للشريك وتجنب مسببات

التوتر في تقوية العلاقة، ما قد يؤدي إلى تعزيز التفاهم والوصول إلى حلول وسط تُرضي الطرفين، وبالتالي دعم استمرارية العلاقة الزوجية في جو من المودة والاحترام المتبادل.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة القضاة (2016) التي أظهرت نتائجها أن مستوى المهارات الزوجية كانت مرتفعة. وتوافقت مع دراسة عاودة (2019) التي أظهرت نتائجها أن الدرجة الكلية للمهارات الزوجية لدى عينة الدراسة كانت مرتفعة بمتوسط حسابي بلغ (4.03) وبنسبة مئوية بلغت (80.6)، وتوافقت مع دراسة عسكر (2009) التي كانت أبرز النتائج فيها تدور حول اتجاههم الإيجابي حول هذا النوع من الدورات وكانت اتجاهاتهم بدرجة كبيرة.

كما توافقت الدراسة مع دراسة الإبراهيم (2007) التي بينت نتائجها أن الدرجة الكلية لممارسة أفراد العينة للمهارات الزوجية الثلاث: مهارة الاتصال والتعبير العاطفي وحل المشكلات، كانت ضمن درجة ممارسة غالباً بمتوسط حسابي قدره (2.94) وانحراف معياري مقداره (0.4). وكانت جميع هذه المجالات ضمن درجة ممارسة غالباً أي كبيرة.

كما أظهرت النتائج حصول مهارات الإصغاء (الإنصات) على متوسط حسابي قدره (3.77) وبنسبة مئوية (75.4%) بدرجة مرتفعة.

ويتضح من الجدول (2.4) أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مهارات الإصغاء (الإنصات) تراوحت ما بين (3.54-3.90)، وجاءت فقرة " أمتلك القدرة على الإصغاء لشريكي المستقبلي " بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.90) وبنسبة مئوية (78.0%) بدرجة مرتفعة، في حين جاءت فقرة " أفهم مضمون الرسالة الصريح وغير الصريح قبل الرد عليها " في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.54) وبنسبة مئوية (70.8%) بدرجة متوسطة.

وترجّح الباحثة أن حصول مهارات الإصغاء (الإنصات) على درجة مرتفعة قد يُعزى إلى احتمال امتلاك المقبلين على الزواج قدرة أولية على بناء تواصل فعّال مع شركائهم المستقبلين،

وحرصهم على تعزيز التفاهم المتبادل. ومن الممكن أن يكون هذا مرتبطاً بميولهم إلى الإصغاء باهتمام أثناء الحوار، والاستماع بعناية لما يُقال، ومنح الطرف الآخر الوقت الكافي للتعبير عن ذاته بحرية. كما قد يُشير ذلك إلى استخدامهم لتعبيرات تشجيعية مثل: "أكمل، نعم، أفهمك، أهه" بهدف دعم الطرف الآخر وتشجيعه على الاسترسال. وربما يدل ذلك أيضاً على وعيهم بأهمية التواصل البصري أثناء الحديث، من خلال النظر إلى أعين شركائهم كوسيلة لإظهار الاحترام والاهتمام، مما قد يُسهم في تقوية العلاقة وتعزيز التواصل العاطفي بينهم.

وتوافقت دراستنا مع دراسة القضاة (2016) التي أظهرت نتائجها أن مستوى بعد مهارة الاتصال (الإنصات) كانت مرتفعة. وبينت أنّ المتزوجات حديثاً يحرصن على تعزيز التفاهم المتبادل ويمنحن شركاءهن الوقت الكافي للتعبير عن أنفسهن بحرية.

توافقت هذه النتيجة مع دراسة الإبراهيم (2007) التي بينت نتائجها أن مهارات الاتصال (الإنصات) جاءت بمتوسط حسابي قدره (3.23) وانحراف معياري مقداره (0.6)، وبدرجة ممارسة غالباً. في حين حصلت مهارات التعبير العاطفي على متوسط حسابي (3.73) وبنسبة مئوية (74.6%) بدرجة مرتفعة.

ويتضح من الجدول (3.4) أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مهارات التعبير العاطفي تراوحت ما بين (3.58-3.97)، وجاءت فقرة " أظهر لشريكي المستقبلي مشاعر الاهتمام" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.97) وبنسبة مئوية (79.4%) بدرجة مرتفعة، في حين جاءت فقرة " من السهل عليّ إيجاد الكلمات المعبرة عن مشاعري لشريكي المستقبلي " في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.58) وبنسبة مئوية (71.6%) بدرجة متوسطة.

وترجّح الباحثة أن حصول مهارات التعبير العاطفي على درجة مرتفعة قد يُعزى إلى احتمال امتلاك الأشخاص المقبلين على الزواج استعداداً نفسياً للتقرب العاطفي من شركائهم، وحرصاً على

تعزيز الروابط الوجدانية في علاقتهم المستقبلية. ومن الممكن أن يكون هؤلاء الأفراد أكثر ميلاً إلى التعبير عن مشاعرهم بصدق واهتمام، ويعتقدون أن هذا التعبير يسهم في تقليل مستويات القلق والتوتر داخل الحياة الزوجية. كما قد يُظهرون تعاطفاً أكبر مع شركائهم خلال الأزمات، ويحرصون على تقديم الشكر والتقدير على الجهود المبذولة، إلى جانب استخدامهم عبارات محبة تُعزز من مشاعر الألفة. وقد يُشير ذلك أيضاً إلى ميلهم للكشف عن مشاعرهم الداخلية بوضوح، مما قد يسهم في تقوية التواصل العاطفي وبناء علاقة زوجية قائمة على التفاهم والود.

وتوافقت هذه الدراسة مع دراسة القضاة (2016) التي أظهرت نتائجها أن مستوى مهارة التعبير الانفعالي كانت مرتفعة. كما بينت أن المتزوجات حديثاً يظهرن مشاعرهم الداخلية والعميقة لشركائهن؛ لأن التعبير العاطفي يساهم في تخفيف القلق والتوتر في حياتهم الزوجية.

توافقت هذه الدراسة مع دراسة الإبراهيم (2007) التي بينت نتائجها أن مهارات التعبير العاطفي جاء بمتوسط حسابي قدره (2.97) وبانحراف معياري (0.6) وبدرجة ممارسة غالباً.

وتوافقت هذه الدراسة أيضاً مع دراسة منميرجن وكوردوفا (Mirgain & Cordova, 2007) التي بينت نتائجها إن المهارات الانفعالية يمكن ملاحظتها في التفاعل الزوجي، وأظهرت النتائج نموذجاً يوضح تأثير المهارات الانفعالية على الرضا الزوجي؛ وذلك من خلال تأثيرها على العلاقة الحميمة، وأظهرت كذلك أن المهارات الانفعالية الملاحظة والمهارات الانفعالية المقدر ذاتياً تشيران سويماً إلى الصحة الزوجية.

في حين حصلت مهارات الحوار على متوسط حسابي (3.71) وبنسبة مئوية (74.2%) بدرجة مرتفعة.

ويتضح من الجدول (4.4) أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مهارات الحوار تراوحت ما بين (3.29-3.87)، وجاءت فقرة " أشعر بأهمية الحوار الصريح والواضح مع

شريكي المستقبلي" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.87) وبنسبة مئوية (77.4%) وبدرجة مرتفعة، في حين جاءت فقرة " عندما أريد إنهاء مناقشة ما مع شريكي المستقبلي فإنني أستخدم جملًا مثل: استمتعت بالحديث معك" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.29) وبنسبة مئوية (65.8%) وبدرجة متوسطة.

وترجّح الباحثة أن حصول مهارات الحوار على درجة مرتفعة قد يُعزى إلى احتمال امتلاك الأشخاص المقبلين على الزواج وعيًا بأهمية الحوار كوسيلة فعّالة لتعزيز التفاهم المتبادل مع الشريك المستقبلي، وحرصهم على بناء تواصل صادق ومثمر. ومن الممكن أن يشعر هؤلاء الأفراد بأن الحوار الصريح والواضح يُسهم في تقوية العلاقة، ويُعزّز الثقة المتبادلة. كما قد يكون لديهم ميل لتقدير شركائهم أثناء الحوار، وتشجيعهم على التعبير عن آرائهم بحرية ومن دون مقاطعة، مع إضفاء أجواء إيجابية من خلال الابتسام والتفاعل الودي. ويُحتمل كذلك أن استخدامهم لضمير "نحن" عند مناقشة شؤون العلاقة يعكس إدراكًا لأهمية الشراكة والوحدة، مما قد يُسهم في تعزيز الشعور بالترابط والانتماء داخل العلاقة الزوجية.

وتعارضت هذه الدراسة مع دراسة القضاة (2016) التي أظهرت نتائجها أن مستوى مهارة الحوار كانت متوسطة، وبينت أنّ المتزوجات حديثاً يمتلكن القدرة على تعزيز التفاهم المتبادل مع شركائهن ويحرصن على بناء حوار صادق ومثمر، وإنهن يشعرن بأهمية الحوار الصريح والواضح مع شركائهن.

في حين حصلت مهارات الفهم على متوسط حسابي (3.67) وبنسبة مئوية (73.4%) وبدرجة متوسطة.

يتضح من الجدول (5.4) أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مهارات الفهم تراوحت ما بين (3.55 - 3.76)، وجاءت فقرة " أفهم مشاعر شريكي المستقبلي من خلال

تصرفاته" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.76) وبنسبة مئوية (75.2%) وبدرجة مرتفعة، في حين جاءت فقرة " أستطيع الانتظار حتى ينهي شريكي المستقبلي كلامه قبل أن أصدر حكماً على ما يقوله" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.55) وبنسبة مئوية (71.0%) وبدرجة متوسطة.

وترجّح الباحثة أن حصول مهارات الفهم على درجة متوسطة قد يُعزى إلى وجود قدرٍ من الوعي لدى الأشخاص المقبلين على الزواج بأهمية فهم الشريك، ومحاولتهم التواصل بفعالية معه. ومن الممكن أن يكون لديهم توجه نحو تفسير مشاعر شركائهم من خلال التصرفات والسلوكيات الظاهرة، ومحاولة استشفاف حالتهم المزاجية أثناء الحديث. كما قد يسعون، إلى حدٍّ ما، لمراعاة الاحتياجات العاطفية والعملية لشركائهم، ويفهمون إشاراتهم غير اللفظية كالإيماءات ولغة الجسد. ومع ذلك، فإن الدرجة المتوسطة قد تعكس وجود بعض الصعوبات أو التفاوتات في عمق هذا الفهم أو في القدرة على ترجمته إلى ممارسات فعّالة بشكل دائم، مما قد يؤثر جزئياً على مستوى التفاهم المتبادل بين الطرفين.

وتعارضت دراستنا مع دراسة القضاة (2016) التي أظهرت نتائجها أن مستوى بعد مهارة الفهم كانت متوسطة، ولكن بينت ان المتزوجات حديثاً يمتلكن القدرة على فهم شركائهن بشكل عميق ويحرصن على التواصل معهم بفعالية، ويسعين لفهم مشاعر شركائهن.

في حين حصل مهارات حل المشكلات على متوسط حسابي (3.63) وبنسبة مئوية (72.6%) بدرجة متوسطة.

ويتضح من الجدول (6.4) أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة على مهارات حل المشكلات تراوحت ما بين (3.83-3.37)، وجاءت فقرة " أعمل على فهم المشكلة من أجل حلها" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.83) وبنسبة مئوية (76.6%) وبدرجة مرتفعة، في

حين جاءت فقرة " أستطيع الحفاظ على هدؤي عند حدوث خلافات مع شريكي المستقبلي" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.37) وبنسبة مئوية (67.4%) وبدرجة متوسطة.

وترجّح الباحثة أن حصول مهارات حل المشكلات على درجة متوسطة قد يُعزى إلى امتلاك الأشخاص المقبلين على الزواج قدرًا من الوعي بكيفية التعامل مع التحديات التي قد تواجههم في العلاقة، وسعيهم للحفاظ على استقرارها. ومن المحتمل أن يحاولوا فهم طبيعة المشكلة والعمل على حلها بشكل فعّال، مع الحرص على تجنّب المواقف التي قد تُعكر صفو العلاقة. كما قد يُظهرون ميلاً إلى التوصل إلى حلول وسط، واللجوء إلى الحوار البناء عند حدوث الخلافات، إلى جانب مشاركتهم لشركائهم في وضع بدائل للحل واختيار الأنسب منها. ومع ذلك، فإن الدرجة المتوسطة قد تعكس تفاوتاً في القدرة على تطبيق هذه المهارات بفعالية في مختلف المواقف، أو ربما نقصاً في الخبرة العملية بصياغة المشكلات أو إدارتها بطريقة تضمن الوصول إلى حلول مُرضية للطرفين، مما قد يؤثر جزئياً على جودة التفاهم وحيوية العلاقة الزوجية.

وتوافقت هذه الدراسة مع دراسة الإبراهيم (2007) التي بينت نتائجها أن مهارات حل المشكلات جاءت بمتوسط حسابي قدره (2.63) وانحراف معياري قدره (0.4) وبدرجة ممارسة غالباً أي كبيرة.

وتعارضت مع دراسة القضاة (2016) التي أظهرت نتائجها أن مستوى مهارات حل المشكلات كانت مرتفعة. في حين جاءت بدرجة متوسطة في هذه الدراسة، ولكن بينت أن المتزوجات حديثاً يسعين للتوصل إلى حل وسط للمشكلات التي تواجههن مع شركائهن، ويلجأن إلى الحوار البناء وقت حدوث المشكلة.

2.5 تفسير نتائج السؤال الثاني ومناقشته

1.2.5 تفسير نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها:

يتضح من الجدول (7.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على المهارات الزوجية كانت؛ أقل من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، وبالتالي وجود فروق في المهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج تعزى لمتغير الجنس، إذ جاءت الفروق لصالح الإناث. وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن الإناث أبدین مهارات زوجية أعلى مقارنة بالذكور، وقد تعكس هذه الفروق تأثيرات اجتماعية أو ثقافية تؤثر في تعلم واكتساب المهارات المتعلقة بالعلاقة الزوجية، مما يستدعي تحليلاً أعمق لفهم العوامل التي تساهم في هذه الفروقات.

وقد يكون سبب الفروق بين متوسطات إجابات عينة الدراسة حول المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج هو الاختلافات الاجتماعية والثقافية والنفسية بين الذكور والإناث، إذ تؤدي التنشئة الاجتماعية دوراً أساسياً في تشكيل توقعات كل جنس حول الأدوار الزوجية، حيث تُركز التربية التقليدية على تطوير مهارات التواصل العاطفي والاجتماعي لدى الإناث، في حين يُشجع الذكور على الاستقلالية واتخاذ القرارات. إضافة إلى ذلك، تسهم الفروق النفسية في تحديد احتياجات كل جنس داخل العلاقة الزوجية؛ إذ تميل النساء إلى التركيز على الجوانب العاطفية والتواصل، في حين يعطي الرجال أهمية للجوانب العملية وحل المشكلات. هذه العوامل مجتمعة تؤدي إلى تباين في تقييم المهارات الزوجية بين الجنسين.

ونشير- هنا - إلى أن هذه النتيجة تتعارض مع دراسة عسكر (2009) التي أظهرت نتائجها عدم وجود فروق دالة إحصائية في اتجاهات الأسرة السعودية نحو الدورات التدريبية في العلاقات الزوجية تعزى لمتغير الجنس.

2.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها:

يتبين من الجدول (10.4) وجود فروق دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)، بين متوسطات المهارات الزوجية لدى المُقبلين على الزواج تعزى لمتغير العمر بين (22 فأقل) من جهة وكل من (23-30 سنة)، و(31-40 سنة) من جهة أخرى، وجاءت الفروق لصالح (22 فأقل). ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الأشخاص الذين تقل أعمارهم عن 22 عامًا قد يتمتعون بمهارات زوجية أعلى من نظرائهم في الفئات العمرية الأكبر. وقد يكون هذا نتيجة لزيادة الوعي والتوجهات الإيجابية نحو الاستعداد للزواج لدى هذه الفئة العمرية، بالإضافة إلى تأثيرات بيئية أو تعليمية قد تساهم في اكتساب المهارات الزوجية في وقت مبكر وحث الأسرة والأهل على اكتساب المهارات الزوجية بالشكل المناسب، من ناحية أخرى، قد يكون الأشخاص في الفئات العمرية الأكبر قد اكتسبوا تجارب حياتية تختلف في نوعها أو طبيعتها عن التجارب المبكرة التي يمكن أن تعزز المهارات الزوجية بشكل مختلف.

ولعل مقارنة منهجية بين هذه النتيجة ونتائج الدراسات السابقة تبين أنها تتفق مع دراسة (عواودة، 2019) التي كانت من نتائجها وجود فروق دالة إحصائية تعزى لمتغير العمر. ولصالح المستوى العمري الأعلى. وتوافقت دراستنا مع دراسة الإبراهيم (2007) التي بينت نتائجها وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الزوجية تعزى لمتغير عمر الزوجة، لصالح من (31-40). كما توافقت دراستنا مع دراسة القضاة (2016) التي أظهرت نتائجها وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات المهارات الزوجية تبعاً لمتغير العمر، وقد كانت الفروق لصالح المتزوجات في الفئة العمرية (20-30). كما تتفق مع دراسة عسكر (2009) التي أظهرت نتائجها وجود فروق دالة إحصائية في اتجاهات الأسرة السعودية نحو الدورات التدريبية في العلاقات الزوجية تعزى لمتغير العمر لصالح من أعمارهم أكبر.

3.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها:

يتضح من الجدول (12.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على المهارات الزوجية كانت؛ أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج تعزى لمتغير المؤهل العلمي.

وتفسر الباحثة ذلك إلى أن المؤهل العلمي لا يؤثر بشكل معنوي على المهارات الزوجية ولا يظهر المؤهل العلمي كعامل مؤثر في تحسين أو تغيير المهارات الزوجية التي يمتلكها الأفراد، حيث أن المهارات الزوجية تعتمد بشكل أكبر على العوامل الشخصية والعاطفية والتجارب الحياتية، بدلاً من أن تكون مرتبطة بالمؤهل العلمي، كما أن المهارات الزوجية قد تتطور من خلال التواصل والتجربة العملية.

ولعل مقارنة علمية بين هذه النتيجة ونتائج الدراسات السابقة تبين أنها توافقت مع دراسة القضاة (2016) التي أظهرت نتائجها عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات المهارات الزوجية تبعاً لمتغير المؤهل العلمي للزوجة، ودراسة عسكر (2009) التي أظهرت نتائجها عدم وجود فروق دالة إحصائية في اتجاهات الأسرة نحو الدورات التدريبية في العلاقات الزوجية تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

كما تتعارض مع دراسة عواودة (2019) التي كانت من نتائجها وجود فروق دالة إحصائية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي لصالح المستوى التعليمي الأعلى، وتعارضت مع دراسة الإبراهيم (2007) التي بينت نتائجها وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الزوجية تعزى لمتغير المستوى التعليمي للزوجة، لصالح حملة معهد فما دون مقارنة بحملة شهادات البكالوريوس.

4.2.5 تفسير نتائج الفرضية الرابعة ومناقشتها:

يتضح من الجدول (13.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على المهارات الزوجية كانت؛ أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq .05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج تعزى إلى متغير مكان السكن.

وتفسر الباحثة ذلك إلى أن المهارات الزوجية لا تعتمد بشكل كبير على المكان الذي يعيش فيه الأفراد، بل قد تتأثر أكثر بالعوامل الشخصية والاجتماعية والتربوية التي تتجاوز موقع السكن، وقد يكون أيضًا أن التغيرات الاجتماعية والثقافية في المجتمعات الحضرية والريفية قد تساهم في تعلم وتطوير المهارات الزوجية بشكل مشابه، مما يؤدي إلى عدم وجود فروق ملحوظة بين الأفراد في هذه المناطق.

ولعل مقارنة علمية بين هذه النتيجة ونتائج الدراسات السابقة تبين أنها توافقت مع دراسة الإبراهيم (2007) التي بينت نتائجها عدم وجود فروق دالة تعزى لمتغير مكان السكن.

5.2.5 تفسير نتائج الفرضية الخامسة ومناقشتها:

يتبين من الجدول (14.4) أن قيمة مستوى الدلالة على المهارات الزوجية كانت؛ أقل من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq .05$)، وبالتالي وجود فروق في المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج تعزى لمتغير العمل، إذ جاءت الفروق لصالح العامل.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن الأشخاص الذين يعملون أظهروا مهارات زوجية أفضل مقارنة بالأشخاص غير العاملين، وقد يكون السبب في ذلك هو أن العمل يمكن أن يساهم في تطوير مجموعة من المهارات التي تنعكس إيجابيًا على الحياة الزوجية، مثل مهارات التواصل، والتنظيم، وتحمل المسؤولية، كما أن العمل قد يوفر خبرات حياتية تساعد على التعامل مع ضغوطات الحياة والتحديات بشكل أكثر نضجًا ومرونة، وقد تكون التجارب والتفاعل مع بيئات العمل المختلفة، قد

ساعدت الأشخاص العاملين على اكتساب مهارات تنظيم الوقت والتوازن بين الحياة المهنية والشخصية، مما يعزز مهاراتهم الزوجية بشكل غير مباشر.

وعند مقارنة هذه النتيجة مع نتائج الدراسات السابقة تبين أن هذه النتيجة قد اختلفت مع دراسة عواودة (2019) التي كانت من نتائجها عدم وجود فروق دالة إحصائية على مقياس المهارات الزوجية تبعاً لمتغير العمل. واختلفت مع دراسة القضاة (2016) التي أظهرت نتائجها عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات المهارات الزوجية تبعاً لمتغير عمل الزوجة، عاملة غير عاملة. واختلفت أيضاً مع دراسة عسكر (2009) التي أظهرت نتائجها أن عدم وجود فروق دالة إحصائية في اتجاهات الأسرة السعودية نحو الدورات التدريبية في العلاقات الزوجية تعزى لمتغير العمل.

6.2.5. تفسير نتائج الفرضية السادسة ومناقشتها:

يتبين من الجدول (17.4) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)، بين متوسطات المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج تعزى لمتغير الدخل الشهري للأسرة بالشيكال بين (من 5000-7000) و(7000 فأعلى)، وجاءت الفروق لصالح (7000 فأعلى).

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن الأشخاص الذين ينتمون إلى الأسر ذات الدخل الأعلى قد يكون لديهم مزيد من الاستقرار المالي، مما يتيح لهم فرصة أكبر للحصول على تعليم وتدريب في مجالات مختلفة تشمل المهارات الزوجية، كما أن الاستقرار المالي قد يساهم في تقليل الضغوط النفسية المرتبطة بالمشاكل المالية، مما يسمح للأفراد بالتركيز بشكل أكبر على تطوير مهاراتهم في الحياة الزوجية، ومن جهة أخرى، قد يواجه الأشخاص ذوو الدخل الأدنى تحديات مالية قد تؤثر على قدرتهم على الاستثمار في تطوير مهاراتهم الزوجية بسبب الضغوط الحياتية اليومية.

وعند مقارنة هذه النتيجة مع نتائج الدراسات السابقة تبين أن هذه الدراسة اختلفت مع دراسة القضاة (2016) التي أظهرت نتائجها عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات المهارات

الزواجية تبعاً لمتغير الدخل الشهري. واختلفت مع دراسة عواودة (2019) التي كانت من نتائجها عدم وجود فروق دالة إحصائية تبعاً لمتغير الدخل الشهري. كما اختلفت مع دراسة الإبراهيم (2007) التي بينت نتائجها عدم وجود فروق دالة تعزى لمتغير المستوى الاقتصادي للأسرة. وتختلف أيضاً مع دراسة عسكر (2009) التي أظهرت نتائجها عدم وجود فروق دالة إحصائية في اتجاهات الأسرة السعودية نحو الدورات التدريبية في العلاقات الزوجية تعزى لمتغير المستوى الاقتصادي.

1.6 توصيات ومقترحات الدراسة:

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج فإن الباحثة توصي بما يأتي:

1. تدريب المقبلين على الزواج على ممارسة تمارين الإنصات للشريك وتخصيص وقت محدد للاستماع دون مقاطعة أو تشتيت، مع التركيز على ما يقوله الشريك.
2. توفير قوائم بمفردات تعبر عن المشاعر لمساعدة المقبلين على الزواج على تطوير مهاراتهم في التعبير العاطفي وممارسة تمارين كتابة الرسائل العاطفية لتحسين مهاراتهم.
3. تدريب المقبلين على الزواج على تجنب الكلمات الجارحة أو النقدية أثناء النقاش وتقديم أمثلة لعبارات إيجابية تُظهر الاحترام والتقدير والتحكم بنبرات الصوت أثناء الحديث لتجنب سوء الفهم.
4. توجيه المقبلين على الزواج نحو إظهار الاهتمام بما يقوله الشريك باستخدام تعابير مثل: "أفهم ما تقوله"، أو "هذا مهم بالنسبة لي." وتشجيعهم على التعبير عن تعاطفهم مع مشاعر الشريك.
5. تعزيز مهارات قراءة لغة الجسد والإيماءات للتعرف على مشاعر الشريك وتدريب المقبلين على التفاعل مع ما يرونه في تعبيرات الشريك.
6. تدريب المقبلين على ممارسة الصبر أثناء النقاشات وتقديم تمارين تعتمد على إعادة صياغة الفكرة التي قالها الشريك قبل الرد.
7. تعزيز مهارة الملاحظة والتعرف على بؤادر المشكلات الصغيرة قبل أن تتفاقم وتقديم أمثلة عملية من حياة يومية للمناقشة.
8. تقديم ورش عمل ودورات تدريبية متخصصة في تطوير المهارات الزوجية للمقبلين على الزواج.
9. توظيف الأخصائيين الاجتماعيين والمعالجين لتوفير الإرشاد الفردي والجماعي للمقبلين على الزواج.

المصادر والمراجع العربية والأجنبية:

أولاً: المراجع العربية

-القرآن الكريم.

الإبراهيم، أسماء. (2007). علاقة التوافق الزوجي بالمهارات الزوجية وبعض المتغيرات

الديمغرافية، رسالة دكتورة غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

إبراهيم، عبد الستار. (1994). العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث، القاهرة: دار الفجر للنشر

والتوزيع.

أبو أسعد، أحمد، والختاتنه، سامي. (2014). سيكولوجية المشكلات الأسرية. ط (2) عمان: دار

المسيرة للنشر والتوزيع.

أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف. (2015). دليل المقبلين على الزواج لحياة ناجحة. عمان: مركز

ديبونو لتعليم التفكير.

أبو أسعد، أحمد. (2014). فعالية العلاج الواقعي في تنمية مهارات التواصل لدى المقبلين على

الزواج في محافظة الكرك. مجلة كلية التربية (جامعة الأزهر)، مصر، 160 (1) : 160-

136

أبو اسعيد، ميرفت عبد الرحيم. (2007). فعالية برنامج إرشادي قائم على النمذجة المعرفية

والتعليمات الذاتية في تنمية مهارات حل المشكلات وإدارة الغضب وخفض العنف لدى

الزوجات المعنفات في الأردن، رسالة دكتورة غير منشورة، كلية العلوم التربوية، جامعة عمان

العربية

آغا، خلود خليل. (2015). فاعلية برنامج تدريبي مستند إلى إستراتيجيات حل المشكلات ومهارات

الاتصال في تحسين نوعية الحياة الزوجية لدى المتزوجات حديثاً. رسالة ماجستير غير

منشورة، كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان العربية، الأردن.

بالميهوب، كلثوم. (2010). الاستقرار الزواجي دراسة فيسيكولوجية الزواج، المنصورة- مصر:

المكتبة العصرية للنشر.

بدر، أمل. (2019). فاعلية برنامج تدريبي إرشادي جماعي في تحسين مهارات الاتصال الزواجي

لدى الزوجات. المجلة التربوية، جامعة سوهاج، (62)، ص 111-153.

بنات، سهيلة محمود صالح. (2004). أثر التدريب على مهارات الاتصال وحل المشكلات في

تحسين تقدير الذات والتكيف لدى النساء المعنفات وخفض مستوى العنف الأسري، رسالة

دكتورة غير منشورة، كلية العلوم التربوية، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

توفيق، شيماء. (2019). منبئات النجاح الزواجي لدى عينة من الفتيات المقبلات على الزواج،

مجلة بحوث التربية النوعية، عدد (56) أكتوبر 2019. ص 3-42.

جراسكي، ميشيل. ج. (2012). العلاج السلوكي- المعرفي، ترجمة: نكلس نسيم سلامة ط1، القاهرة:

دار الكلمة للنشر والتوزيع.

جرجس، مارجريت رمزي ميخائيل. (2001). الذكاء الوجداني لدى حديثي الزواج وعلاقة بمهارات

التفاوض، رسالة دكتوراه غير منشورة كلية الآداب، جامعة المنصورة ، مصر .

جيليفورد، جوي. (2018). ميادين علم النفس النظرية والتطبيقية: ترجمة يوسف مراد، الطبعة

الثالثة، القاهرة: دار المعارف للنشر.

الحبسي، علي، وعبد الرشيد، خديجة. (2023). أثر مهارات التواصل الزوجي على أنماط التنشئة الاجتماعية للأبناء لدى الأزواج العمانيين: المتغير المعدل سنوات الزواج. *المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية*، (32) 7، ص 377-412.

حسانين، خالد محمد السيد. (2015). آليات تفعيل البرامج الجماعية للحد من النزعات الزوجية للمتزوجين حديثاً. *مجلة الخدمة الاجتماعية - الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين*، مصر، ع15، ص 53-77.

حسين، طه عبد العظيم. (2007). *العلاج النفسي المعرفي مفاهيم وتطبيقات*، ط1، الإسكندرية: دار الوفاء للنشر والتوزيع.

الخرعان، هيا بنت إبراهيم. (2010). *الرضا الزوجي وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى عينة من الطالبات المتزوجات بجامعة أم القرى*، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى السعودية.

بن دحيم، زيد بن محمد. (2008). *فن الزواج*، وزارة الأوقاف والشئون الإسلامية، مقال منشور بجريدة الوعي الإسلامي، ع 512 .

دراز، إيمان، ومسلم، مهجة. (2015). الوعي بدور إعلانات الانترنت وعلاقته بالقرار الشرائي لتأثير مسكن المقبلات على الزواج "مجلة بحوث التربية النوعية كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة" مجلد 40 عدد 40 أكتوبر 2015 ص 28- 78 .

زهران، حامد عبد السلام. (2005). *الصحة النفسية والعلاج النفسي*، ط4، القاهرة: عالم الكتب للنشر والتوزيع.

السبيلة، مشاري بن عبد الهادي. (2013). *مدي فعالية البرامج الإرشادية في مجال العلاقات الزوجية* "دراسة استطلاعية لآراء الشباب المقبلين على الزواج والمستفيدين من البرنامج الإرشادي في

مشروع بن باز الخيري لمساعدة الشباب على الزواج بالرياض، مجلة التربية، جامعة الأزهر،
كلية التربية، ج2، ع.156.

شخاترة، هشام أحمد منصور. (2016). فاعلية الإرشاد الجمعي في تحسين مهارتي حل المشكلات
وتوكيد الذات لدى المراهقين أبناء اللاجئين السوريين في محافظة إربد، رسالة ماجستير غير
منشورة، كلية التربية الجامعة الهاشمية الزرقاء، الأردن.

الشرمان، نجاح محمد. (2007). التواصل بين الزوجين وعلاقته بالتوافق الزوجي من وجهة نظر
موظفي وموظفات جامعة اليرموك، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة اليرموك،
أربد، الأردن.

شريت، أشرف، وحلاوة، محمد السيد. (2003). الصحة النفسية، الإسكندرية: المكتب الجامعي
الحديث.

الشريفين، أحمد عبد الله. (2003). أثر أسلوب اختيار شريك الحياة ونوع الزواج في التوافق
الزواجي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة اليرموك، إربد، الأردن
عبد الله، عمر. (1993). أحكام الشريعة الإسلامية في الأحوال الشخصية. الطبعة الرابعة. دار
المعارف: القاهرة.

عبد الرحمن، سعد وزهران سماح والمذكوري، سميرة. (2016). سيكولوجية البيئة الأسرية والحياة.
الكويت: مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.

عبيدات، أسماء ناصر. (2006). العلاقة بين تشابه الزوجين في بعض السمات الشخصية
وتوافقهم الزواجي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة اليرموك، إربد، الأردن.

العبيدلي، نورية محمد طيب عبد الله. (2006). صعوبات التعبير العاطفي والرضا الزوجي عند

الإناث في ضوء بعض المتغيرات بدولة الإمارات. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية

جامعة اليرموك، الأردن.

عثمان، سلوى، وحسن، عبد المحي محمود. (2000). الأسرة والسكان من منظور الخدمة

الاجتماعية، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

عراف، شكري. (2017). المواقع الفلسطينية بين عهدين - خريطين، جمعية الدراسات العربية،

كفر قرع: دار الشفق.

عرعار، سمية. (2002). تشخيص الاكتئاب العصابي والاستجابي، والتكفل النفسي بالمصابين من

الراشدين علاج معرفي سلوكي، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الجزائر.

عسكر، منصور. (2009). اتجاهات الأسرة السعودية نحو الدورات التدريبية في العلاقات الزوجية،

مجلة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض.

عواودة، نداء. (2019). المهارات الزوجية وعلاقتها بالرضا الزوجي لدى المتزوجات حديثاً في

محافظة رام الله والبيرة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القدس المفتوحة، رام الله-

فلسطين.

عوذه، أحمد وملكاوي، فتحي حسن. (1992). أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم

الإنسانية: عناصر البحث ومناهجه والتحليل الإحصائي. إربد: مكتبة الكتابي.

الغامدي، محمد بن سعيد. (2018). البرامج التأهيلية للزواج وتأثيرها في الحياة الزوجية - دراسة

ميدانية على عينة من الشباب السعودي المتزوجين. مجلة كلية الآداب، جامعة الزقازيق.

الفيصل، عبدالله. (1991). بعض خصائص المطلقين الاجتماعية في إحدى محاكم الطلاق بالمملكة

العربية السعودية. مجلة جامعة الملك سعود، (3)، 198-216.

القائمي، علي.(2004). الأسرة وقضايا الزواج. ط(3) بيروت: دار النبلاء.

القضاة، إيناس نعيم. (2016). المهارات الزوجية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى المتزوجات حديثاً في مدينة عمان. رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان.

القيسي، سليم؛ والمجالي، قبلان. (2000). أسباب الطلاق في محافظة الكرك الأردن "دراسة ميدانية. مجلة مركز البحوث التربوية، ع18، 173-214.

الكفافي، علاء الدين. (2009). علم النفس الأسري عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.

محمد، عادل عبد الله. (2000). العلاج المعرفي السلوكي، أسس وتطبيقات، القاهرة: دار الرشاد.
محمد، محمد عبد الفتاح. (2012). ممارسات الخدمة الاجتماعية مع مشكلات الأسرة والطفولة، الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.

محي الدين، سعاد. (2023). فاعلية برنامج إرشادي أسري لتعديل مهارات التواصل وحل المشكلات لدى الزوجات، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والتربوية، مجلد6، 2، ص433-467.
مذكور، إبراهيم. (1996). المعجم الوجيز. مجمع اللغة العربية.

مرسى، كمال إبراهيم. (2008). الأسرة والتوافق الأسري، القاهرة : دار النشر للجامعات.
مصطفى، مجدي محمد. (2003). الوعي بظاهرة الطلاق، بحث منشور بالمؤتمر الحادي عشر، جامعة حلوان، كلية الخدمة الاجتماعية.

آل مظفر، عبيد، والجويسر، غيداء. (2013). دور برامج التأهيل في التوعية بالتخطيط للزواج وبناء الأسرة: "دراسة وصفية تحليلية لبرامج التأهيل للزواج والمستفيدين منها بمدينة جدة". مجلة جامعة الملك عبد العزيز، ع21، ص127-162.

مقدادي، يوسف. (2010). **نظريات الإرشاد الأسري وتطبيقاتها: في دليل الإرشاد الأسري، عمان:**

المجلس الوطني لشؤون الأسرة.

منصوري، سمية. (1992). الكفالة النفسية للأطفال التبول الإرادي باستخدام العلاج المعرفي

السلوكي، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد علم النفس، جامعة الجزائر.

أبو هوش حسن محمد على. (2017). **التوافق الزوجي ودوره في الحفاظ على التماسك الاجتماعي**

في المجتمع الأردني : لواء القويسمة أنموذجاً . رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية

جامعة مؤتة، مؤتة، الأردن.

المراجع الأجنبية:

Baucom, D. H, and others. (2008). Cognitive-behavioral couple therapy. In

A. S. Gurman (Ed.), Clinical handbook of couple therapy (4th ed., pp.

31–72). The Guilford Press.

Burleson, B. & Denton, W. (1997). The Relationship Between

communication Skill and Marital Satisfaction: Some Moderating

Effects. Journal of Marriage & Family, 59(4): 884-903.

Carroll, S. (2012). Couple Communication as a Mediator Between Work-

Family Conflict and Marital Satisfaction. A thesis submitted to the

faculty of Brigham Young University, USA.

Cormier, Sh., Nurius, P.S., Osborn, C. J. (2008). Interviewing and Change

Strategies for Helpers: Fundamental Skills and Cognitive Behavioral

Interventions.(6th Edition). Brooks Cole.

Huston TL, Caughlin JP, Houts RM, Smith S E, & Georg LJ (2001). The

Connubial Crucible: Newlywed years as predictors of marital delight

distress, and divorce. Journal of Personal and Social Psychology, 80

(2): 252-238.

- kurdeck, L.A. (1991). Predictors of increases in marital distress in newlywed couples: A 3-year prospective longitudinal study **Developmental Psychology**, 27(4): 627-636.
- Lavner, J. A., Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2016). Does Couples' Communication Predict Marital Satisfaction, or Does Marital Satisfaction Predict Communication? **Journal of Marriage and Family**, 78(3): 680-694
- Mirgain, A., and Cordova, V. (2007). Emotion skills and marital health: The association between observed and self-reported emotion skills, intimacy, and marital satisfaction. **Journal of Social and Clinical Psychology**, 26 (9): 983-1009.
- Saidon, R., Ishak, A., Alias, B., Ismail, F., & Aris, S. (2016). Towards Good Governance of Premarital Course for Muslims in Malaysia. **International Review of Management and Marketing**, 6(S8), 8-12.
- Stahmann, R. (2000). Premarital counseling: a focus for family therapy. **Journal of Family Therapy**, 22, 104-116.
- Sussman, M.B. Suzanne K. Steinmetz, S.K. Peterson G.W. (1999). **Handbook of Marriage and the Family**. New York: Plenum Press
- Usoroh, C., Ekot U & Inyang, E. (2010). Spousal communication ctyles and marital stability Among Civil Servants in Akwa Ibom State. **JHER**, 13, 74-84.
- Yelsma, P. & Marrow, Sh. (2003). An examination of couples' difficulties with emotional expressiveness and their marital satisfaction. **Journal of Family Communication**. 3(1): 41-62.
- Garcia, E. (2011). **A tutorial on correlation coefficients, information-retrieval:**
<https://pdfs.semanticscholar.org/c3e1/095209d3f72ff66e07b8f3b152fab099e4ea.pdf>
- Xiao, Y. (2020). Study on the marketing strategy of Tik Tok application. **News Study Press**, 18 (02), p 43 – 47.

مواقع الانترنت:

زكي، محمود. (2019). العلاج المعرفي السلوكي للأزواج طريقة جديدة لحماية الأسرة، موقع صحيفة العرب: (<https://alarab.co.uk>)

ملاحق الرسالة

الملحق (أ): الاستبانة قبل التحكيم



جامعة القُدس المفتوحة

عمادة الدِّراسات العليا والبَحْث العِلْمِيّ

تخصص الخِدْمَة الاجتماعيّة

الاستبانة

حضرة السيدة/المحترم/ة:

تقوم الباحثة بدراسة بعنوان "المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج وتصور مُقترح من منظور العلاج المعرفي السلوكي في رفع مستواها". وهي جزء من متطلبات الحصول على درجة الماجستير في تخصص الخدمة الاجتماعية من كلية الدراسات العليا-جامعة القدس المفتوحة، لذا يرجى التكرم بالإجابة على جميع فقرات الاستبانة بكل شفافية وموضوعية، وأعدكم بسرية التعامل مع إجاباتكم علما بأن نتائج هذه الدراسة مخصصة لغايات البحث العلمي فقط.

مع الشكر الجزيل على تعاونكم

إعداد الباحثة:

إشراف

آلاء محمد مصطفى أبو الهيجاء

د. إياد أبو بكر

القسم الأول: التبيانات الديمغرافية:

أرجو التكرم بوضع إشارة (X) في المربع الذي يتفق وحالتك:

مستوياته	المُتَغَيِّر	
1- () ذكر 2- () أنثى	الجنس	A1
1- () 22 فأقل 2- () 30-23 سنة 3- () 40-31 سنة 4- () 41 فأعلى	العمر	A2
1- () ثانوية فأقل 2- () دبلوم 3- () بكالوريوس فأعلى	المستوى التعليمي	A3
1- () مدينة 2- () ضواحي	مكان السكن	A4
1- () عامل 2- () غير عامل	العمل	A5
1- () 5000 فأقل 2- () من 5000-7000 3- () 7000 فأعلى	الدخل الشهري للأسرة بالشيكل	A6

القسم الثاني: فقرات تمثل المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج.

يرجى وضع إشارة (x) مقابل الإجابة الأكثر ملاءمة من وجهة نظرك الكريمة

الرقم	الفقرات	كبيرة جداً	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جداً
المجال الأول: مهارات الإصغاء (الإنصات)						
1.	أشجع زوجي على إكمال حديثه باستخدام تعبيرات مثل أكمل، حقاً، نعم، أفهمك، أوه.					
2.	أصغى إلى زوجي أثناء حديثه.					
3.	أمنح زوجي الوقت للتعبير عن نفسه.					
4.	أستمع لزوجي باهتمام.					
5.	أمتلك القدرة على الإصغاء لزوجي.					
6.	أستمع لزوجي دون أن أشعر بالملل.					
7.	عندما أستمع لزوجي أثناء التحدث فإنني أنظر إلى عينه.					
8.	أستمع إلى زوجي حتى لو اختلف معي في الرأي.					
9.	أفهم مضمون الرسالة الصريح وغير الصريح قبل الرد عليها.					
10.	أتجنب تغيير الموضوع أثناء استماعي لزوجي.					
المجال الثاني: مهارات الفهم						
11.	أستطيع اكتشاف الحالة المزاجية لزوجي عند الحديث معه.					
12.	أفهم مشاعر زوجي من خلال تصرفاته.					
13.	أثناء التحدث معه أدرك الإيماءات التي يستخدمها زوجي أثناء حديثي معه.					
14.	أستجيب لما يقوله زوجي بفاعلية.					

الرقم	الفقرات	كَبِيرَة جِدًّا	كَبِيرَة	مُتَوَسِّطَة	قَلِيلَة	قَلِيلَة جِدًّا
15.	أنتظر زوجي حتى ينهي كلامه قبل أن أصدر حكماً على ما يقوله.					
16.	أستطيع تفهم وجهة نظر زوجي عندما يغضب.					
17.	أوضح المعاني غير الواضحة أثناء التواصل مع زوجي.					
18.	أبذل جهداً لمرعاة احتياجات زوجي العاطفية والعملية.					
19.	أفهم زوجي من خلال لغته وحركات جسمه معاً.					
20.	أستطيع تقدير ما يرمى إليه زوجي من خلال النظر إليه.					
المجال الثالث: التعبير العاطفي						
21.	أظهر التعاطف مع زوجي عند مروره بأزمة.					
22.	أظهر لزوجي مشاعر الاهتمام.					
23.	أشكر زوجي باستمرار على ما يقدمه لي.					
24.	من السهل على إيجاد الكلمات المعبرة عن مشاعري لزوجي.					
25.	ألقي على مسامح زوجي عبارات الحب.					
26.	أعبر عن عواطفني تجاه زوجي بطريقة لفظية.					
27.	أعبر عن عواطفني تجاه زوجي بطريقة غير لفظية.					
28.	لا أظهر مشاعري الداخلية والعميقة إلا لزوجي.					
29.	أشعر بأنّ التعبير العاطفي يساهم في تخفيف القلق والتوتر في حياتنا الزوجية.					
30.	أستخدم المشاركة الوجدانية لتعزيز علاقتي مع زوجي.					
المجال الرابع: حل المشكلات						
31.	أعمل على فهم المشكلة من أجل حلها.					

الرقم	الفقرات	كَبِيرَة جِدًّا	كَبِيرَة	مُتَوَسِّطَة	قَلِيلَة	قَلِيلَة جِدًّا
32.	أحاول التوصل إلى حل وسط للمشكلة التي تواجهنا.					
33.	أحاول تجنب الأسباب التي تؤدي إلى تعكير صفو علاقتنا الزوجية.					
34.	أقوم مع زوجي بوضع البدائل المقترحة لاختيار البديل المناسب.					
35.	أجأ إلى الحوار مع زوجي وقت حدوث المشكلة.					
36.	أعمل على صياغة المشكلة بأسلوب يساعد على حلها.					
37.	أفكر بحلول بديلة للحل الذي وضعته.					
38.	أدرك المشكلة فور حدوثها مع زوجي.					
39.	أعتمد على خطوات منظمة لحل المشكلات.					
40.	أستطيع الحفاظ على هدوئي عند حدوث خلافات مع زوجي.					
المجال الخامس: مهارات الحوار						
41.	أبتسم عندما أتحدث مع زوجي.					
42.	أحرص على إظهار بعض الإيماءات التي تساعد على توضيح أفكاري.					
43.	أستخدم نبرات صوت معتدلة عند الحديث مع زوجي.					
44.	أستخدم الضمير "نحن" عند الحديث مع زوجي بأمور علاقتنا الزوجية.					
45.	أقدر زوجي أثناء حوارنا.					
46.	أنتقي العبارات بعناية لأتمكن من جذب اهتمام زوجي.					
47.	أمدح زوجي أثناء حوارنا.					

الرقم	الفقرات	كَبِيرَة جِدًّا	كَبِيرَة	مُنَوَّبَة	قَلِيلَة	قَلِيلَة جِدًّا
48.	عندما أريد إنهاء مناقشة ما مع زوجي فإنني أستخدم جملاً مثل: استمتعت بالحديث معك.					
49.	أشعر بأهمية الحوار الصريح والواضح مع زوجي.					
50.	أشجع زوجي على التعبير عن رأيه دون مقاطعة.					

مع خالص شكري واحترامي،،

الملحق (ب): الاستبانة في صورتها النهائية بعد التحكيم



جامعة القديس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

تخصص الخدمة الاجتماعية

الاستبانة

حضرة السيدة/المحترم/ة:

تقوم الباحثة بدراسة بعنوان "المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج وتصور مقترح من منظور العلاج المعرفي السلوكي في رفع مستواها". وهي جزء من متطلبات الحصول على درجة الماجستير في تخصص الخدمة الاجتماعية في كلية الدراسات العليا-جامعة القدس المفتوحة، لذا يرجى التكرم بالإجابة عن جميع فقرات الاستبانة بكل شفافية وموضوعية، وأعدكم بسرية التعامل مع إجاباتكم علما بأن نتائج هذه الدراسة مخصصة لغايات البحث العلمي فقط.

مع الشكر الجزيل على تعاونكم

إعداد الباحثة:

إشراف

آلاء محمد مصطفى أبو الهيجاء

د. إياد أبو بكر

القسم الأول: التبيانات الديمغرافية:

أرجو التكرم بوضع إشارة (X) في المربع الذي يتفق وحالتك:

مستوياته	المُتَغَيِّر	
1- () ذكر 2- () أنثى	الجنس	A1
1- () 22 فأقل 2- () 30-23 سنة 3- () 40-31 سنة 4- () 41 فأعلى	العمر	A2
3- () ثانوية فأقل 4- () دبلوم 5- () بكالوريوس 6- ماجستير فأعلى	المؤهل العلمي	A3
1- () مدينة 2- () ضواحي	مكان السكن	A4
3- () عامل 4- () غير عامل	العمل	A5
4- () 5000 فأقل 5- () من 5000-7000 6- () 7000 فأعلى	الدخل الشهري للأسرة بالشيكل	A6

القسم الثاني: فقرات تمثل المهارات الزوجية لدى المقبلين على الزواج.

يرجى وضع إشارة (x) مقابل الإجابة الأكثر ملاءمة من وجهة نظرك الكريمة

الرقم	الفقرات	كبيرة جداً	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جداً
بصفتي مقبل على الزواج فإنني أمتلك المهارات الآتية: مهارات الإصغاء (الإنصات)						
1.	لدي القدرة على تشجيع شريكي المستقبلي على إكمال حديثه باستخدام تعبيرات مثل أكمل، حقاً، نعم، أفهمك، أهه.					
2.	أصغى إلى شريكي المستقبلي أثناء حديثه.					
3.	أمنح شريكي المستقبلي الوقت للتعبير عن نفسه.					
4.	أستمع لشريكي المستقبلي باهتمام.					
5.	أمتلك القدرة على الإصغاء لشريكي المستقبلي.					
6.	أستمع لشريكي المستقبلي دون أن أشعر بالملل.					
7.	أثناء التحدث مع شريكي المستقبلي فإنني أنظر إلى عينيه.					
8.	أستمع إلى شريكي المستقبلي حتى لو اختلف معي في الرأي.					
9.	أفهم مضمون الرسالة الصريح وغير الصريح قبل الرد عليها.					
10.	أتجنب تغيير الموضوع أثناء استماعي لشريكي المستقبلي.					
مهارات الفهم						
11.	أستطيع اكتشاف الحالة المزاجية لشريكي المستقبلي عند الحديث معه.					
12.	أفهم مشاعر شريكي المستقبلي من خلال تصرفاته.					
13.	أثناء التحدث مع شريكي المستقبلي أدرك الإيماءات التي يستخدمها أثناء حديثي معه.					

الرقم	الفقرات	كبيرة جداً	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جداً
14.	أستجيب لما يقوله شريكي المستقبلي بفاعلية .					
15.	أستطيع الانتظار حتى ينهي شريكي المستقبلي كلامه قبل أن أصدر حكماً على ما يقوله.					
16.	أستطيع تفهم وجهة نظر شريكي المستقبلي عندما يغضب.					
17.	أوضح المعاني غير الواضحة أثناء التواصل مع شريكي المستقبلي.					
18.	أبذل جهداً لمرعاة احتياجات شريكي المستقبلي العاطفية والعملية.					
19.	أفهم شريكي المستقبلي من خلال لغته وحركات جسمه معاً.					
20.	أستطيع تقدير ما يرمى إليه شريكي المستقبلي من خلال النظر إليه.					
مهارات التعبير العاطفي						
21.	أظهر التعاطف مع شريكي المستقبلي عند مروره بأزمة.					
22.	أظهر لشريكي المستقبلي مشاعر الاهتمام.					
23.	أشكر شريكي المستقبلي باستمرار على ما يقدمه لي.					
24.	من السهل عليّ إيجاد الكلمات المعبرة عن مشاعري لشريكي المستقبلي.					
25.	ألقي على مسامح شريكي المستقبلي عبارات الحب.					
26.	أعبر عن عواظي تجاه شريكي المستقبلي بطريقة لفظية.					
27.	أعبر عن عواظي تجاه شريكي المستقبلي بطريقة غير لفظية.					
28.	أظهر مشاعري الداخلية والعميقة لشريكي المستقبلي.					

الرقم	الفقرات	كبيرة جداً	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جداً
29.	أشعر بأنّ التعبير العاطفي يساهم في تخفيف القلق والتوتر في حياتنا الزوجية.					
30.	استخدم المشاركة الوجدانية لتعزيز علاقتي مع شريكي المستقبلي.					
مهارات حل المشكلات						
31.	أعمل على فهم المشكلة من أجل حلها.					
32.	أحاول التوصل إلى حل وسط للمشكلة التي تواجهني مع شريكي المستقبلي.					
33.	أحاول تجنب الأسباب التي تؤدي إلى تعكير صفو علاقتنا الزوجية.					
34.	أقوم مع شريكي المستقبلي بوضع البدائل المقترحة لاختيار البديل المناسب.					
35.	أجأ إلى الحوار مع شريكي المستقبلي وقت حدوث المشكلة.					
36.	أعمل على صياغة المشكلة بأسلوب يساعد على حلها.					
37.	أفكر بحلول بديلة للحل الذي وضعته.					
38.	أدرك المشكلة فور حدوثها مع شريكي المستقبلي.					
39.	أعتمد على خطوات منظمة لحل المشكلات.					
40.	أستطيع الحفاظ على هدوئي عند حدوث خلافات مع شريكي المستقبلي.					
مهارات الحوار						
41.	أبتسم عندما أتحدث مع شريكي المستقبلي.					

الرقم	الفقرات	كبيرة جداً	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جداً
42.	أحرص على إظهار بعض الإيماءات التي تساعد على توضيح أفكارى.					
43.	أستخدم نبرات صوت معتدلة عند الحديث مع شريكى المستقبلى.					
44.	أقدر شريكى المستقبلى أثناء حوارنا.					
45.	أستخدم الضمير "نحن" عند الحديث مع شريكى المستقبلى بأمور علاقتنا الزوجية.					
46.	أنتقى العبارات بعناية لأتمكن من جذب اهتمام شريكى المستقبلى.					
47.	أمدح شريكى المستقبلى أثناء حوارنا.					
48.	عندما أريد إنهاء مناقشة ما مع شريكى المستقبلى فإننى أستخدم جملاً مثل: استمتعت بالحديث معك.					
49.	أشعر بأهمية الحوار الصريح والواضح مع شريكى المستقبلى.					
50.	أشجع شريكى المستقبلى على التعبير عن رأيه دون مقاطعة.					

مع خالص شكري واحترامى،،

الملحق (ت): قائمة المحكمين

الرقم	الاسم	التخصص	الرتبة الاكاديمية	مكان العمل
1	أ. د. عاطف العسولي	الخدمة الاجتماعية	أستاذ دكتور	جامعة القدس المفتوحة
2	أ. د. حمدي منصور	خدمة الفرد	أستاذ دكتور	جامعة حلوان
3	د. رائد نمر يعقوب	علم اجتماع	أستاذ مساعد	جامعة القدس المفتوحة
4	د. انشراح نبهان	علم الاجتماع الطبي	أستاذ مساعد	جامعة القدس المفتوحة
5	د. راتب ابو رحمة	الإرشاد النَّفْسِيّ والتربوي	أستاذ مساعد	جامعة القدس المفتوحة
6	د. مراد الجندي	الخدمة الاجتماعية	أستاذ مساعد	جامعة القدس المفتوحة
7	د. محمد عكة	علم الاجتماع	أستاذ مشارك	جامعة فلسطين الأهلية
8	د. عميد بدر	الخدمة الاجتماعية	أستاذ مساعد	جامعة القدس المفتوحة
9	د. عاطف عوض	الخدمة الاجتماعية	أستاذ	جامعة القدس المفتوحة
10	د. زرده شبيبته	الخدمة الاجتماعية	أستاذ	جامعة القدس المفتوحة