



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

درجة إسهام التواصل الرحيم وحلّ المشكلات في التوافق الزوجي لدى

المتزوجين حديثاً في فلسطين: وبرنامج إرشادي مقترح لتحسينه

The Contribution of the Compassionate Communication and the
Problem Solving to Marital Compatibility Among the newly married
couples in Palestine- A Proposed counseling program

إعداد

منيرفا صليبا خليل قسيس / جريسة

قدمت هذه الأطروحة استكمالاً لمتطلبات درجة الدكتوراة في الإرشاد التربوي والنفسي

جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)

تموز 2025 م



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

درجة إسهام التواصل الرحيم وحل المشكلات في التوافق الزوجي لدى

المتزوجين حديثاً في فلسطين وبرنامج إرشادي مقترح لتحسينه

The Contribution of the Compassionate Communication and the
Problem Solving to Marital Compatibility Among the newly married
couples in Palestine- A Proposed counseling program

إعداد

منيرفا صليبا خليل قسيس/ جريسة

بإشراف الأستاذ الدكتور

حسني محمد عوض

قُدمت هذه الأطروحة استكمالاً لمتطلبات درجة الدكتوراة في الإرشاد التربوي والنفسي

جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)

تموز 2025 م

درجة إسهام التواصل الرحيم وحلّ المشكلات في التوافق الزوجي لدى
المتزوجين حديثاً في فلسطين وبرنامج إرشادي مقترح لتحسينه

إعداد

منيرفا صليباً خليل قسيس / جريسة

بإشراف

الأستاذ الدكتور: حسني محمد عوض

نوقشت هذه الأطروحة وأجيزت في 15/10/2025م

أعضاء لجنة المناقشة

الأستاذ الدكتور حسني محمد	جامعة القدس المفتوحة -	مشرفاً ورئيساً
عوض	فلسطين	
الأستاذ الدكتور عبد الناصر القرالة	جامعة مؤتة - الأردن	مناقشاً
		خارجياً
الأستاذ الدكتور عمر الريماوي	جامعة القدس - فلسطين	مناقشاً
		خارجياً
الأستاذ الدكتور معزوز علاونة	جامعة القدس المفتوحة -	مناقشاً داخلياً
	فلسطين	

إقرار

أنا الموقع أدناه منيرفا صليبا خليل قسيس / جريسة؛ أفوض/جامعة القدس المفتوحة بتزويد نسخ من أطروحتي 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 أطروحات الدكتوراه عندما قمت شخصيًا بإعداد أطروحتي الموسومة بـ: " درجة إسهام التواصل الرحيم وحل المشكلات في التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثا في فلسطين وبرنامج إرشادي مقترح لتحسينه"، وذلك بما ينسجم مع الأمانة العلمية المتعارف عليها في كتابة الأطروحات العلمية.

الاسم: منيرفا صليبا خليل قسيس/ جريسة

الرقم الجامعي: 0340012210002

التوقيع:

التاريخ: 2025/10/20 م

إهداء

إلى ومضة النور ودفء العطاء الأول... إلى من زرع في قلبي بذور الحياة وسقاها دمعاً

وحنناً....، أمي وأبي... لروحكما الرحمة والسلام.

إلى من كان لي سنداً و عوناً، آمن بقدراتي وتحمل معي الصعاب بحبٍ وتفانٍ. بدعته اللامحدود

وتشجيعه الدائم، اكتمل هذا العمل، زوجي وشريك دربي ورفيق روحي: أنطون.... أهديك شكري

ووفائي.

إلى من سكنت روحي إليهم أماناً وحنناً، عائلتي الصغيرة، حبي الأبدي، بناتي وأبنائي الذين

رافقوني في مغامرة التعلم وتحقيق الحلم؛ بعد أن اطمئن قلبي على أنهم في المسار الصحيح

للحياة، فهم الأساس والأولوية، أهديكم باقات نجاحي، وأتوَّج رؤوسكم بأكاليل الفخر والعز.

إلى ضحكاتٍ خفتت في زوايا بيتنا القديم، إلى دفء العائلة الأول وقبضة كفّ الأمان الرحيم،

أخوتي وأخواتي: في القلب حبكم قائم ودفين.

إلى الجرح النازف ورائحة الزعتر، إلى الأزقة الثائرة ... إلى الأم الثكلى والأسير والأسيرة، إلى

الوطن الأبدي... إلى فلسطين الحرة.

أهدي هذه الأطروحة، خلاصةً جهدي العلمي، وباقية وفاءٍ وتقديرٍ، وبإدارة عرفان تحمل في

حناياها رسالة علم، ومعرفة، وسلام.

شكر وتقدير

" فكونوا إِذًا، يَا إِخْوَتِي الْأَحِبَّاءَ، ثَابِتِينَ رَاسِخِينَ، مُتَقَدِّمِينَ فِي عَمَلِ الرَّبِّ دَائِمًا، عَالَمِينَ

أَنْ جَهْدَكُمْ لَا يَذْهَبُ سُدًى عِنْدَ الرَّبِّ " قورنثس 15: 58

الحمد لله أولاً وأخيراً على نعمه وتوفيقه لي لإتمام هذه الأطروحة بعد جهد ومثابرة،

أشكر حضوركم الكريم من أساتذة، عائلة وأصدقاء، وخاصة أشكر ضيفي وضيف

الجامعة سيادة المطران وليم الشوملي جزيل الاحترام، وأثمن حضوره الداعم لي في مثل هذا اليوم المميز.

وأَتَقَدَّمُ بخالص الشكر والامتنان إلى جميع من أسهم في إنجاز هذا العمل وأخص؛

أستاذي القدير: الأستاذ الدكتور حسني محمد عوض المحترم، والذي تفضل بالإشراف على هذه الأطروحة، والذي بفضل توجيهاته العلمية السديدة ونصائحه القيمة، كان له أبلغ الأثر في إثراء هذا العمل وصياغته بمنهجية علمية أصيلة.

وأَتَقَدَّمُ بأسمى عبارات الشكر والعرفان إلى هذا الصرح العلمي الشامخ؛ جامعة القدس

المفتوحة ممثلة برئيسها الأستاذ الدكتور إبراهيم الشاعر المحترم، والكادر التعليمي، وعمادة الدراسات والبحث العلمي ممثلة بالأستاذ الدكتور صلاح صبري المحترم، على توفير التسهيلات اللازمة لإنجاز هذه الأطروحة.

كما وأَتَقَدَّمُ بخالص الشكر والتقدير إلى أعضاء لجنة المناقشة الأجلاء الأستاذ الدكتور

عبد الناصر القرالة (مناقشاً خارجياً)، والأستاذ الدكتور عمر الريماوي (مناقشاً خارجياً) والاستاذ

الدكتور معزوز علاونة (مناقشًا داخليًا) على جهودهم المباركة وتفضلهم بمناقشتي، وتقديمهم للتوجيهات القيمة لتطوير عملي وإنجازي لهذه الأطروحة. وأتقدم بالشكر الجزيل إلى عينة الدراسة على مشاركتهم في هذه الدراسة وتخصيص وقتهم للإجابة عن أسئلتها، فلولاكم لما اكتملت دراستي هذه.

وأود أن أعرب عن امتناني العميق لجميع الداعمين من العائلة والأصدقاء والزملاء، الذين قدموا لي الدعم والمساندة خلال فترة إعداد هذه الأطروحة.

الباحثة: منيرفا صليباً جريسة

قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
ج	قرار لجنة المناقشة
د	التفويض والإقرار
هـ	الإهداء
و	الشكر والتقدير
ح	قائمة المحتويات
ي	قائمة الجداول
ل	قائمة الأشكال
ل	قائمة الملاحق
م	الملخص باللغة العربية
س	الملخص باللغة الإنجليزية
1- 71	الفصل الأول: خلفية الدراسة ومشكلتها
2	المقدمة
60	مشكلة الدراسة وأسئلتها
62	فرضيات الدراسة
63	أهداف الدراسة
63	أهمية الدراسة
65	حدود الدراسة ومحدداتها
66	التعريفات الإجرائية للمصطلحات
72- 96	الفصل الثاني: الدراسات السابقة
73	الدراسات السابقة
91	الدراسات التي ربطت بين متغيرات الدراسة
94	التعقيب على الدراسات
97- 111	الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات
98	منهجية الدراسة
98	مجتمع الدراسة
99	عينة / أفراد الدراسة
101	أدوات الدراسة
102	صدق الأدوات وثباتها

108	تصميم الدراسة ومتغيراتها
109	إجراءات تنفيذ الدراسة
110	المعالجات الإحصائية
137-112	الفصل الرابع: عرض نتائج الدراسة
113	النتائج المتعلقة بالسؤال الأول
117	النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني
122	النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث
124	النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى
125	النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية
129	النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة
132	النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة
187-137	الفصل الخامس: تفسير النتائج ومناقشتها
138	تفسير النتائج المتعلقة بالسؤال الأول ومناقشتها
140	تفسير النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني ومناقشتها
141	تفسير النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث ومناقشتها
143	تفسير النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى ومناقشتها
144	تفسير النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية ومناقشتها
147	تفسير النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة ومناقشتها
149	تفسير النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة ومناقشتها
152	البرنامج الإرشادي المقترح
186	التوصيات
227-188	المراجع والملاحق
188	المراجع باللغة العربية
198	المراجع باللغة الإنجليزية
205	الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	موضوع الجدول	الجدول
98	إحصائية الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني للعام (2023 - 2024).	1.3
100	عينة الدراسة تبعاً للمتغيرات الديموغرافية	3.2
103	قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس التواصل الرحيم بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، كذلك قيم معاملات ارتباط كل مجال مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=40)	3.3
104	قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس حل المشكلات بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، كذلك قيم معاملات ارتباط كل مجال مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=40)	3.4
104	قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس التوافق الزوجي مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=40):	3.5
105	معامل الثبات بطريقة كرونباخ ألفا لمقاييس الدراسة	3.6
108	درجات احتساب مستوى التواصل الرحيم، وحل المشكلات والتوافق الزوجي	3.7
113	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لكل مجال من مجالات مقياس التواصل الرحيم وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً	4.1
114	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات الرعاية الصحية الرحيمة مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية	4.2
115	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات الحديث الرحيم مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية	4.3
116	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات اللمسة الرحيمة مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية	4.4
117	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات الرسالة الرحيمة مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية	4.5
118	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لكل مجال من مجالات مقياس حل المشكلات وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً	4.6
119	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مجال تعريف المشكلة مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية	4.7
119	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مجال اتخاذ القرار مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية	4.8
120	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مجال التوجه العام مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية	4.9

121	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مجال توليد بدائل مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية	4.10
122	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مجال التقييم مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية	4.11
123	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مقياس التوافق الزوجي وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً	4.12
124	نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي لتأثير مساهمة كل من التواصل الرحيم وحل المشكلات في التنبؤ بالتوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين	4.13
125	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس متوسطات التواصل الرحيم تعزى إلى متغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السكن، والمستوى التعليمي	4.14
127	تحليل التباين المتعدد (بدون تفاعل) على الدرجة الكلية والمجالات الفرعية لمقياس التواصل الرحيم تعزى إلى متغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السكن، والمستوى التعليمي	4.15
128	نتائج اختبار (Scheffe) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية لمقياس التواصل الرحيم ومجال: (الرسالة الرحيمة، واللمسة الرحيمة) لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تعزى إلى متغير العمر	4.16
130	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس حل المشكلات تعزى إلى متغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السكن، والمستوى التعليمي	4.17
131	تحليل التباين المتعدد (بدون تفاعل) على الدرجة الكلية والمجالات الفرعية لمقياس حل المشكلات تعزى إلى متغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السكن، والمستوى التعليمي	4.18
132	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس التوافق الزوجي تعزى إلى متغير: الجنس، والعمر، ومكان السكن، والمستوى التعليمي	4.19
133	تحليل التباين الرباعي (بدون تفاعل) على مقياس التوافق الزوجي تعزى إلى متغير: الجنس، والعمر، ومكان السكن، والمستوى التعليمي	4.20
134	نتائج اختبار (Scheffe) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية لمقياس التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تعزى إلى متغير العمر	4.21
135	نتائج اختبار (Scheffe) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية لمقياس التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تعزى إلى متغير مكان السكن	4.22

قائمة الأشكال

رقم الشكل	عنوان الشكل	الصفحة
1.1	توضيح لآلية التواصل العيني لتحسين التواصل الزوجي بحسب ساتير	26

قائمة الملاحق

الرمز	عنوان الملحق	الصفحة
أ.	أدوات الدراسة قبل التحكيم	206
ب.	قائمة المحكمين	213
ت.	أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكو مترية	214
ث.	كتب تسهيل المهمة	220
ج.	خطة مقترحة للبرنامج الإرشادي	225

درجة إسهام التواصل الرحيم وحل المشكلات في التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين وبرنامج إرشادي مقترح لتحسينه

إعداد: منيرفا صليبا خليل قسيس/ جريسة

بإشراف: أ.د. حسني محمد عوض

2025

ملخص

هدفت الدراسة التعرف إلى "درجة إسهام التواصل الرحيم وحل المشكلات في التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً من محافظتي القدس وبيت لحم، واقتراح برنامج إرشادي". اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي تنبؤي، باستخدام ثلاثة مقاييس لجمع البيانات هي: مقياس التواصل الرحيم (Salazar (2013)، ومقياس حل المشكلات Heppner & Peterson (1982)، ومقياس التوافق الزوجي (من إعداد الباحثة)، وتقديم مقترح لبرنامج إرشادي للمتزوجين حديثاً بناءً على نتائج الدراسة، وطبقت مقاييس الدراسة على عينة قصدية متيسرة ضمت (375) من المتزوجين حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم

أظهرت النتائج أن مستوى التواصل الرحيم جاء مرتفعاً وبمتوسط حسابي بلغ (4.02)، وجاء مجال "الرعاية الصحية الرحيمة" بتقدير مرتفع وبالمرتبة الأولى، بينما جاء مجال "الرسالة الرحيمة" بتقدير متوسط وفي المرتبة الأخيرة. كما أظهرت النتائج أن مستوى حل المشكلات جاء بدرجة متوسطة وبمتوسط حسابي بلغ (3.51)، وجاء مجال "تعريف المشكلة" بالمرتبة الأولى وبدرجة مرتفعة، بينما جاء مجال "التقييم" في المرتبة الأخيرة وبدرجة متوسطة، وجاء مستوى التوافق الزوجي على الدرجة الكلية مرتفعاً وبمتوسط حسابي بلغ (4.08)، كما أظهرت النتائج وجود أثر دال إحصائياً للتواصل الرحيم وحل المشكلات في التوافق الزوجي، إذ فسراً معاً

(32.8%)، من نسبة التباين في مستوى التوافق الزوجي، وبينت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية على مقياس التواصل الرحيم ومجالاته لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تبعاً لمتغيرات الدراسة، بينما بينت النتائج وجود فروق دالة إحصائية على مقياس حل المشكلات ومجالات: (تعريف المشكلة، وتوليد بدائل، واتخاذ القرار) لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تبعاً لمتغير الجنس ولصالح المتزوجين الذكور، وعدم وجود فروق دالة إحصائية على مقياس حل المشكلات ومجالاته لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تبعاً لمتغيرات: (العمر، ومكان السكن، والمستوى التعليمي)، في حين تبين عدم وجود فروق دالة إحصائية على مقياس التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تبعاً لمتغيرات الجنس والمستوى التعليمي، ووجدت فروق دالة إحصائية على مقياس التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تعزى إلى متغيري العمر ومكان السكن، وجاءت الفروق لمتغير العمر لصالح الفئة العمرية (من 19 - 24) سنة، ولمتغير مكان السكن لصالح المدينة.

وفي ضوء نتائج الدراسة الكمية توصلت الدراسة إلى برنامج إرشادي مقترح يستند إلى الإرشاد الواقعي لتحسين التواصل الرحيم، وحلّ المشكلات لدى المتزوجين حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم، وأوصت الجهات المهمة بالإرشاد الزوجي بتطبيقه على الفئة المستهدفة.

الكلمات المفتاحية: التواصل الرحيم، وحلّ المشكلات، والتوافق الزوجي، والمتزوجون حديثاً، فلسطين

The Contribution of the Compassionate Communication and the Problem Solving to Marital Compatibility Among the newly Married Couples in Palestine- A Proposed counseling program

Prepared: Minerva Qassis- Jaraysah

Supervised: Prof. Hussni Awad

2025

Abstract

This study identified the Contribution of Compassionate Communication and Problem-Solving in Marital adjustment among newly married couples in Jerusalem and Bethlehem Districts, and proposed a counseling program.

The researcher used the descriptive correlational predictive approach, using three scales: the Salazar Compassionate Communication Scale (2013), the Heppner & Peterson Problem-Solving Scale (1982), and a marital compatibility scale (developed by the researcher). Additionally, a proposed guidance program for newly married was designed. The scales were applied to a purposive convenience sample of 375 newly married couples from both Districts.

Results indicated that the level of compassionate communication was high, with a mean score of 4.02. The "Compassionate Care" domain was the highest and ranked first, while the "Compassionate Mission" domain received a moderate score and ranked last.

Moreover, the problem-solving level was moderate, with a mean score of 3.51. The "Problem Identification" domain was the highest and rated high, whereas the "Evaluation" domain ranked last with a moderate score. The overall marital compatibility level was high, with a mean score of 4.08.

The findings also indicated a statistically significant effect of compassionate communication and problem solving on marital compatibility, accounting together for 32.8% of the variance in marital compatibility levels. The results showed no statistically significant differences in compassionate communication and its domains among newly married in Palestine based on the study variables.

However, there were statistically significant differences in the problem-solving measure and its domains (problem identification, alternative generation, decision-making), favoring male newlyweds. No significant differences were found in problem solving and its domains based on age, place of residence, or educational level.

Regarding marital compatibility, no significant differences were found based on gender or educational level. Significant differences were observed based on age and place of residence, favoring the age group of 19–24 years and city residents, respectively. The differences related to age favored the 19–24 age group, and those related to place of residence favored urban residents.

Based on the quantitative results, the study proposed a guidance program grounded in realistic counseling to improve compassionate communication and problem-solving skills among newly married couples. It is recommended that relevant marriage counseling institutions implement this program targeting the specified demographic.

Keywords: Compassionate communication, problem-solving, marital compatibility, newly married, Palestine

الفصل الأول

خلفية الدراسة ومشكلتها

1.1 المقدمة

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 لمتغيرات الدراسة

الفصل الأول

خلفية الدراسة ومشكلتها

1.1 المقدمة

تُعد العلاقة الزوجية الأسرية ذات أهمية محورية في تحقيق الإشباع العاطفي للشريكين وأفرادها من الأطفال، فهي مصدر المشاعر الإنسانية ، ومنبع الاهتمام والرعاية للفكر والأخلاق الإنسانية؛ إذ ترتبط أهدافها بأهداف المجتمع السامية في تحقيق الاستقرار وبناء الإنسان، وتتطلب تحمل مسؤولية مشتركة من الزوجين لبذل الجهود لإنجاحها بوصفها علاقة طويلة الأمد، فهي تمثل البيئة الملائمة للتعبير عن الأمن و المشاعر المختلفة ، وتبادلها بين الزوجين، لذا لا بد أن تبني على تواصل صحي قائم على التعاطف والرحمة تُشبع فيه الاحتياجات المختلفة، ويضمن حالة من الإصغاء المتعاطف الخالي من الحكم، ويعزز بناء الثقة والاحترام المتبادل ، والقدرة على مواجهة الضغوطات، وحلّ المشكلات التي تتخلل الحياة الزوجية الناتجة عن التغيرات الخارجية والداخلية ، الأمر الذي ينعكس إيجاباً على صحتهم النفسية، ويزيد فرص تحقيق التوافق الزوجي، والتوازن والاستقرار الأسري والمجتمعي.

تنطوي الحياة الزوجية بحسب المومني وجلابنة (2023) على التزامات عاطفية وقانونية مهمة في حياة أي شخص بالغ؛ إذ إنّ اختيار الشريك/ة والدخول في عقد الزواج يعدّ حدثاً تاريخياً وإنجازاً شخصياً. لذا فإنّ الانسجام والتوافق في الحياة الزوجية هو قضية مشتركة تحتاج إلى الاهتمام والتركيز المستمر. (المومني وجلابنة،2023)

في حين عدّ الحلبي (2009) أنّ التوافق الزوجي هدف رئيس ومهم لتحقيق الحياة الأسرية المستقرة، فقد عُرف أنّه تعبير عما يقوم به الزوجان من إجراءات لمقاومة العوائق المختلفة، ومن ضمنها سلوكهم الاستهلاكي الذي يمنع إشباع حاجات أسرتهما في صورة منظمة لإحداث نوع من التوازن بينهم وبين بيئتهم، الأمر الذي ينتج شعورا بالأمن الشخصي، والقبول الاجتماعي، والتمتع بعلاقات اجتماعية مستقرة متضمنة قدرة كل منهما على تغيير السلوك والعادات عند مواجهة المشاكل المادية والاجتماعية والخلقية لمناسبة الظروف الجديدة (الحلبي، 2009)

ويتضمن مفهوم التوافق الزوجي مفهومي السعادة الزوجية والرضا الزوجي المتعلقين بالاختيار المناسب للزوجين، والاستعداد لتحقيق الحياة الزوجية والدخول فيها، والحب المتبادل بين الزوجين والإشباع الجنسي، وتبادل العواطف، والتعاون الاقتصادي وتحمل مسؤوليات الحياة الزوجية، والقدرة على حل مشكلاتها، فالوصول إلى حالة التوافق الزوجي نسبي، فهو يستند إلى نظرة كل من الزوجين للزواج، وفهمهم لقدراتهم والعلاقة بينهما، كما تعتمد عملية التوافق الزوجي على تقييم سلوكيات الزوج والزوجة تجاه بعضهم بعضا في تفاعلاتهم ومدى كونها مقبولة أم لا، ومدى قيامهم بالواجبات وإشباع الحاجات، وعمل ما يقوي العلاقة بينهما، وما يحقق لهما الزواج من غايات في إطار قيم ومعايير المجتمع، وهنا يعد الزوجان متوافقين معاً، والعكس صحيح (الداهري، 2008).

في المقابل، قد تُشكل المشكلات الزوجية عائقاً أمام تحقيق التوافق الزوجي، الأمر الذي ينعكس سلباً على الأسرة وبناء المجتمع وبخاصة في ظل تأثر الثقافة الزوجية سلباً بالتغيرات المرتبطة بالانفجار المعرفي، وتنامي حالة العولمة، وانتشار وسائل الإعلام والتكنولوجيا، الأمر

الذي انعكس على طبيعة رابطة الزواج وحقوق الأزواج في داخلها والمعنى لهذا الزواج (الغامدي وسلامة، 2023).

وبات التوتر في العلاقات الزوجية وكأنه ظاهرة لا تنتهي، رافقه ازدياد ملحوظ في نسب الطلاق، سواء الفعلي الظاهري أو الروحي المستتر، وشيوع مظاهر انعدام التوافق الزوجي في كثير من مجالات الحياة سواء الاجتماعية أو الاقتصادية أو العاطفية أو الفكرية وغيرها (مصدر سبق ذكره).

أشارت العديد من الدراسات ومنها دراسة القضاة وبهرامين أنّ ضعف التوافق الزوجي يعدّ من أبرز العوامل المسببة للخلافات والمشكلات الزوجية، والذي يؤدي إلى صعوبة استقرار العلاقة الزوجية والأسرية، هذا الاضطراب لا يؤثر فقط في الزوجين، بل يترك أثراً على الأبناء ، ويترك آثاراً نفسية وجسدية لديهم نتيجة للبيئة الأسرية المتوترة ، ويرتبط ارتباطاً وثيقاً بارتفاع معدلات الطلاق، سواء الفعلي أو العاطفي، وتبرز الحاجة إلى ضرورة تبني استراتيجيات فعالة في حل الخلافات الزوجية تسهم في تعزيز مستويات التوافق الزوجي، ويحقق قدراً أكبر من التكيف الأسري والصحة النفسية لجميع أفراد الأسرة (القضاة، 2016)؛ (Bahramian et. Al., 2024).

وبحسب المشهدان (2022) فإنّ الحياة الزوجية تحتاج إلى توجيه وتحليل للمشكلات التي تواجه الأزواج، وطرح الحلول وبناء المقترحات، وأنّ عدم استقرار الأسر ووجود مشاكل يجعلها غير قادرة على قيادة نفسها مما يؤثر في تربية أبنائها؛ لأنّ المشكلات العاطفية، والاجتماعية، والاقتصادية تؤثر في تماسك الأسرة.

وبحسب ما أشار إليه فالكونير (Falconer et al., 2019) من أجل تحسين المتغيرات الإيجابية في الأسرة يُستخدم التدخل الإرشادي الذي يركز على المبادئ الأساسية للتدخل القائم على الرحمة؛ التي تشير إلى أنّ الأفكار، والمشاعر، والصور والسلوكيات المهدئة من الخارج يجب أن تصبح داخلية؛ ويصبح العقل البشري أكثر هدوءاً في عملية المواجهة، ويسهم في عملية التكيف بين الأفراد، الأمر الذي يؤدي إلى الاهتمام بالنفس، ويزيد من درجات الفهم في عملية التعامل مع المشكلات.

ويُفسر التواصل الرحيم، بالتواصل الفعال والإيجابي البعيد عن الحكم أو الانتقاد، ويتضمن التفهم، والاحترام، والتشجيع، والقدرة على التعبير عن المشاعر، والتفكير الإيجابي نحو النفس ونحو الآخرين وتقبل الاختلاف في الآراء والتوجهات والأفكار ووجهات النظر، وهو تعبير عن نظرية "عملية الاتصال" التي وضعها مارشال روزنبرغ في بدايات الستينات من القرن العشرين، التي تركز على ثلاثة جوانب من التواصل مثل التعاطف الذاتي، الذي يُعرّف أنّه وعي عميق ورحيم للتجربة الداخلية الخاصة، وأنّه فهم القلب الذي يرى الجمال في الشخص الآخر، والتعبير الذاتي الصادق الذي يُعرّف أنّه تعبير حقيقي عن الذات، وبطريقة ملهمة للآخرين ليكونوا أكثر تعاطفاً. (روزنبرغ، 2005)

وفي المقابل فسر (Neff) أنّ التعاطف مع الذات بنية مكونة من ثلاثة مكونات وهي: اللطف الذاتي مقابل الحكم على الذات، والإنسانية المشتركة مقابل العزلة، والوعي الذهني مقابل الإفراط في تحديد الهوية، وعليه، فإنّ الجمع بين هذه المكونات الثلاثة المترابطة يميز الفرد الذي يتعاطف مع نفسه (Neff & Germer, 2017).

ويُعدّ التواصل الرحيم أداة مفيدة للغاية في عملية اكتشاف الذات، وتحديد الاحتياجات المشتركة للبشر جميعاً على فهم دوافعهم ودوافع الآخرين الأعمق، ويساعد على الشعور براحة أكبر مع مشاعر الانفتاح على الضعف. وكيفية تشكيل اختيارات التفاعل مع الذات والآخر (دنحا، 2023). فهو نهجٌ يعزز جودة العلاقات الاجتماعية بتأثيره الإيجابي على التبادل السلس للمعلومات، وحل النزاعات، والبصيرة العاطفية، والحميمة، والوعي الذاتي، والمسؤولية الملموسة (Archer & Meyer, 2021).

ويُعدّ التواصل الرحيم أداة وإحدى طرائق الحل للمشكلات الزوجية بوساطة خطوات هي "الوصف المجرد"، و "رصد المشاعر"، و "توضيح الاحتياجات"، و"الطلب المتراحم"، على شكل جلسات إرشادية مهنية (الهواري، 2019).

ومن المهم الإشارة هنا إلى استناد عملية حل المشكلات بوصفها عملية عقلية على المعرفة السابقة والمهارات من أجل تحقيق هدف محدد، يواجه العديد من العقبات التي تتطلب التفكير التحليلي للتغلب عليها. ويكون الحل بتطوير أفكار جديدة تسهم في تحقيق الهدف النهائي بحسب؛ إذ إنّ التفكير يتطور بالممارسة المتكررة لحلّ المشكلات، وكلما واجه الفرد مشكلات مختلفة، تطلب الأمر منه استخدام التفكير الإبداعي للوصول إلى حلول مبتكرة وفعالة، وأنّ إدارة الخلافات الزوجية عملية مهمة ومحورية في تحقيق الاستقرار الأسري (الحبشي وآخرون، 2024).

إنّ وجود المشكلات الزوجية حدث طبيعي موجود في كل علاقة زوجية، لذا من المهم التركيز على الطريقة التي يقوم بها المتزوجون لحل خلافاتهم؛ وتؤدي أساليب حلّ المشكلات الزوجية البناءة دوراً أساسياً في إيجاد بدائل مقبولة لكلا الشريكين، بوصفها من أهم الجوانب،

والأكثر صلة بتقييم التوافق الزوجي لديهم. وأن أساليب حل النزاع، والمعتقدات غير المنطقية، وأنماط التواصل تؤدي دوراً رئيساً في تحديد مستوى الصراعات الزوجية (سلامة، 2024).

فالحياة الزوجية تحتاج إلى توجيه وتحليل المشكلات، وطرح الحلول وبناء المقترحات، وأن عدم استقرار الأسر، ووجود مشاكل يجعلها غير قادرة على قيادة نفسها مما يؤثر في تربية أبنائها؛ لأن المشكلات العاطفية، والاجتماعية، والاقتصادية تؤثر في تماسك الأسرة (المشهدان، 2022).

وبهدف الوقاية من مواجهة الخلافات الزوجية من المهم الانطلاق من فكرة حتمية الوجود في إطار حالة الزواج الذي يتطلب اندماجاً وارتباطاً مشتركاً، لأنه لا توجد أسرة تمتلك كل المهارات اللازمة للتعامل أو الوقاية من هذه المشكلات، واكتشافها لمنع تطورها إلى اضطرابات وأمراض قد تهدم الأسرة والزواج. فقد أكدت العديد من الأدبيات ضرورة اتباع وتقديم التنازلات المتبادلة وإدارة الانفعالات أثناء وبعد حدوث المشكلات الزوجية، وتسعى معظم الأسر الزوجية إلى الوصول إلى حالة من التكيف الذي ينعكس في وجود مشاعر عامة من السعادة عند الشريكين، والحب المتبادل والإشباع للاحتياجات، وتحمل المسؤوليات، والقدرة على حل المشكلات، والاستقرار الزوجي (الغامدي وسلامة، 2023).

ومن المهم الإشارة إلى أهمية وصول الزوجين إلى درجة كافية من الوعي لتأثير اتصالاتهم، وأن يكونوا على استعداد لتحمل المسؤولية عن هذا بالتأثير، مع أهمية الحاجة إلى التعاطف مع الشريك، فيعدّ التواصل العاطفي أمراً حاسماً في الحياة الزوجية سواء في نجاحها أو إخفاقها. إنّ الحب والمودة والتقدير والارتباط النفسي والعاطفي، والحوار الإيجابي الدائم ضرورة لتمكين العلاقات الزوجية والأسرية وخصوصاً الحديثة منها، من أجل أداء أدوارها في حياتهم

المشتركة، والطمأنينة والراحة للشريكين وللحياة الزوجية التي تدفع نحو البذل والعطاء؛ إذ إنّ تدني أو غياب التواصل في إطار العلاقة الزوجية والأسرية يُسهم في غياب الأمان، وزيادة حدوث الخلافات الزوجية والعائلية الأمر الذي يؤدي إلى إصابتهم بالاكتئاب والقلق. (Gottman,1994)

أشار ماركمان (Markman,1993) إلى أن الزواج الناجح يؤدي إلى السعادة والصحة النفسية؛ فيشعر الشريك بأنه ذو قيمة ومقدر في إطار العلاقة، وأنّ من أهم عوامل التنبؤ بالتفكك الزوجي هو عدم صدق مشاعر الأزواج تجاه بعضهم بعضاً، ونقص مهارات حلّ المشكلات وصغر سن الزواج. فقد أكدت نتائج الدراسات أنّ مفهوم الأزمة التي قد يعيشها المتزوجون حديثاً مرتبط بمؤشرات متعلقة بسلوك غير سوي أو غير متوقع من أحد الزوجين تجاه الآخر نتيجة الاختلاف الحاد في الآراء والمواقف؛ والتحليل، والرفض، والحق، والشك والغيرة أو بالعنف الأمر الذي يُدخل الزوجين في دائرة الصراع والتوتر، ويقود العلاقة إلى منحى سلبي في عملية التواصل فيما بينهم (معهد الدوحة للأسرة، 2024)، فيما أشارت بعض الدراسات أنّ نسب الطلاق أعلى في السنوات الأولى للزواج بسبب عدم الصبر، والاندفاع وسوء الاختيار، وصعوبة التفاهم بين الزوجين لقلة الخبرة بالحياة الزوجية وحلّ المشكلات. فضلاً عما أشارت إليه دراسة (الحربي والحريقي، 2013) حول العوامل المتعلقة بظاهرة الطلاق بين المتزوجين حديثاً أنّ لجهل الشريك بمعنى الحياة الزوجية والمشاجرات المستمرة، وعدم التوافق خصوصاً بين الفئات العمرية الصغيرة، وبين الفئات المتعلمة أكثر منها بين الأميين، كما يُعدّ موضوع الإقامة المشتركة للزوجين حديثي الزواج مع أهل الزوج أو الزوجة غالباً ما تؤدي إلى سوء العلاقة بينهم، كما أشير إلى وجود علاقة بين درجة التوافق الزوجي، وعدد سنوات الزواج وطريقة الاختيار (لعفيفي ولمنور، 2023).

إنّ حل المشكلات إيجابيا، والانسحاب الأقل، والتقارب الأكبر هي آليات من خلالها ترتبط اليقظة الذهنية بنتائج إيجابية في العلاقات. الأمر الذي يعمل على توسيع الفهم للعمليات التي تشكل الأساس للعلاقات الزوجية والرومانسية الناجحة، وتؤكد التأثيرات الإيجابية لليقظة الذهنية؛ إذ إنّ ارتباط اليقظة بنتائج العلاقات الزوجية مثل جودة الشراكة والرضا يتمثل في أنّ اليقظة الذهنية قد تزيد من استخدام أساليب حل المشكلات ب إيجابيا ، وتقلل من استخدام الأساليب المدمرة مثل : الانخراط في الصراع، والانسحاب، والامتنال)، وتعزز مشاعر التقارب بين الشركاء التي قد تنتج بنتائج إيجابية للعلاقة (أي جودة الشراكة، ورضا الشراكة، والرضا الجنسي (Gesell et al., 2020)، الأمر الذي يؤكد وجود الارتباط القوي بين الاستراتيجيات التي يستخدمها الزوجان في حل المشكلات والتوافق الزوجي (فرحان والسيد، 2020).

فمن المهم التركيز على أهمية التواصل الهادف والبناء لحل المشكلات، وضرورة الاتفاق المسبق على قواعد الجدل الأخلاقية، وتقبل وجهات النظر المختلفة؛ والانسحاب والصلح بين الطرفين، وتقديم تنازلات لتحقيق التوافق والسلام في العلاقة الزوجية مع تأكيد أهمية الثقة والشفافية بين الزوجين (مصدر سبق ذكره)

يمكن اعتبار وجود مؤشرات للتواصل الرحيم وآليات حلّ المشكلات دلالة على مستوى النجاح والتوافق في الحياة الزوجية. ومن هنا تسعى هذه الدراسة إلى البحث في درجة إسهام التواصل الرحيم وحل المشكلات في التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثا. وإنّ تنفيذ هذه الدراسة في محافظتي القدس وبيت لحم، بوصفها بيئة محددة جغرافيا وثقافيا؛ وسنركز على العوامل التي تؤثر في التوافق الزوجي للمتزوجين حديثا ، ودور التواصل الرحيم وحل المشكلات في تحقيق هذا التوافق، الأمر الذي سيجعل من النتائج ذات أهمية لجهات الاختصاص المهنية

، خصوصاً في ظل الأوضاع السياسية وانعكاساتها الاجتماعية والاقتصادية والنفسية على الاستقرار الزوجي، والأسري والاجتماعي، وقد جرى تناول متغيرات الدراسة المتمثلة في التواصل الرحيم، وحلّ المشكلات والتوافق الزوجي تبعاً؛ لتسليط الضوء على هذه المتغيرات بالتوضيح والتحليل.

أولاً: التواصل الرحيم The Passionate communication

تعود أصول مفهوم التواصل الرحيم إلى جذور الفلسفة البوذية، ويُعدّ جزءاً لا يتجزأ من التواصل الاجتماعي سالازار (Salazar, 2013)؛ و يتميز التواصل الرحيم مع الآخرين، بالاهتمام التعاطفي العاطفي أو اتخاذ الاتجاه المعرفي، يليه التصرف بطريقة مراعية. كانوف وآخرون (Kanov et al., 2004)؛ ميلر (Miller, 2007)؛ وُصِفَ أنّه وسيلة تواصل خيرية تتضمن التعرّف إلى شخص آخر يحتاج إلى التعاطف ويتبعه رد فعل لفظي /أو غير لفظي لتلبية الحاجة واي و تريسي (Tracy & Way. 2012)، كما وينبثق الشعور بالرحمة من المفاهيم ذات الصلة مثل "التعاطف" لأنّه ينطوي على دافع نشط إضافي للقيام بشيء يخفف من ضائقة شخص آخر ماسكارو وآخرون. (Mascaro et al., 2020)

وفي دراسة مقطعية قامت بها مجموعة من الباحثين حول موضوع التّواصل الرحيم التي تُعدّ نهجاً للتخفيف من معاناة الآخر، إلى أنّه من الممكن دراسة التّواصل الرحيم خارج سياق المعاناة؛ وهو يشتمل على الجوانب المعرفية، والعاطفية، والسلوكية /الحالة العلائقية/التبادلية، والتعاطف مع الذات، والجوانب الخاصة بالفرد، الصفات أو القيم الفاضلة (Jacob et al., 2024).

عرّف يعقوب وآخرون (2024) التواصل الرحيم، بوصفه مرادفًا " للتواصل غير العنيف الذي يتضمن "اللوم والعدوان اللفظي وغيرها، أو " التواصل التوجيهي" الذي يتضمن التثقيف والنصح والتصحيح وغيرها، والذي يُساعد في تفكيك الصراعات في العديد من المواقف الاجتماعية الصعبة (Jacob et al., 2024).

ويُعدّ التواصل الرحيم مكونًا فرعيًا، غالبًا يتشابه مع مفاهيم متعلقة بالرعاية، مثل الرعاية الرحيمة ، والسلوك الاجتماعي الإيجابي والإيثار؛ ويجري النقاش حول استخدام مصطلحات بديلة خاصة في السياقات السريرية، مثل التواصل العلاجي والتعاطف، كما أنّ العديد من الأدبيات لم تتناول صراحة "التواصل الرحيم" بسبب مواجهة بعض الصعوبة في التمييز بين التواصل الرحيم والمصطلحات المرتبطة بموضوع التعاطف؛ فقد استخدمت خمسة مصطلحات مختلفة كمسميات لتعريفات التواصل الرحيم مثل: " التواصل غير العنيف"، " التواصل التعاطفي"، " التواصل الرحيم"، " التعبير التعاطفي"، " الاستجابة بالتعاطف". (Jacob et al., 2024).

واستنادًا إلى الأدلة التجريبية المحدودة حول موضوع " التواصل الرحيم" عبر مختلف بيانات الدراسة مثل الرعاية الصحية والتعليم ومكان العمل وغيرها، يمكن اعتبار " التواصل الرحيم نهجًا يُعزز جودة العلاقات الاجتماعية بتأثيره الإيجابي على التبادل السلس للمعلومات، وحلّ النزاعات، والبصيرة العاطفية، والحميمة، والوعي الذاتي، والمسؤولية الملموسة" (Archer and Meyer, 2021).

وترى الباحثة أن تعريف مفهوم التواصل الرحيم يمكن أن يتضمن جانبين هما: الجانب المعرفي العاطفي والجانب السلوكي، ويمكن تلخيصهما وفق الآتي:

الجوانب المعرفية العاطفية: وهي إشارة إلى كل تلك العمليات المعرفية والعاطفية المساهمة في توصيل التعاطف بفاعلية، والتي من الممكن طرحها بالاعتراف والحاجة إلى التعاطف لدى المتلقي الذي يتضمن اتخاذ موقف أو وجهة نظر، كفهم الإشارات اللفظية وغير اللفظية التي تشير إلى حاجة الآخر أو شعوره، ثم الارتباط بالمتلقي لضمان مشاركة العواطف والقيم والقرارات، وأخيرا التواصل المعرفي مع تجربة الآخرين.

الجوانب السلوكية: تتعلق بسمات التعرف إلى حالة المتلقي الذي يحتاج إلى الرحمة والارتباط بها، والتفاعل معها والتعاطف بالوسائل اللفظية المباشرة وغير المباشرة، والوسائل غير اللفظية، بوصفه "رد الفعل" للتواصل الرحيم والمتعلق بالسلوكيات التي ينظر إليها على أنها رحيمة من المتلقي، وفي إشارة إلى ما تشمله الوسائل اللفظية لتوصيل الاعتراف مثل: " محاولة المحادثة لفهم وجهة نظر أو شعور شخص آخر، والاعتراف بموقفه ومشاعره، في حين أن الاستراتيجيات اللفظية للارتباط بمنظور ومشاعر شخص آخر تشمل الكشف عن الذات الضعيف، والتأكيد اللفظي، /أو الاستجابات العاطفية التي تعكس أو تُعبر عن القلق/الدعم، وتشمل الاستجابات اللفظية التي تشير إلى عنصر التفاعل في التواصل الرحيم محتوى معلومات كافٍ لتسهيل الاتصال والتشجيع على التعبير عن المشاعر ووجهات النظر، أو تخفيف معاناة الآخرين ومساعدتهم على التعامل مع مشاعرهم، والتخصيص، والتأكيد، والقبول، والطمأنينة، والفكاهة، والتعبير عن الاهتمام، واللفظ واقتراح اتخاذ إجراءات تحترم احتياجات ووجهة نظر المتلقي وتقديره.

من المهم ملاحظة التداخل بين بعض المؤشرات اللفظية في تعريفات مكونات الارتباط والتفاعل للتواصل الرحيم؛ ويُعدّ هذا التداخل بمنزلة نقطة اعتبار حاسمة، لأنّه يسلط الضوء على الطبيعة الدقيقة والمتعددة الأوجه للتواصل الرحيم واي و تريسي (Way & Tracy, 2012) .

وأكدت دراسات أخرى مثل دراسة باين وآخرون (Bayne, 2013) احتمالات حدوث المؤشرات السلوكية للتّعاطف قبل أو بدون مشاعر التعاطف، كأن يأتي "رد الفعل" بتعاطف قبل "الارتباط" بالتعاطف، كما وتشكك هذه الدراسات في أي فكرة محتملة عن التسلسل الزمني في العمليات الثلاث للتّواصل الرحيم. (Bayne, 2013)

أما فيما يتعلق بالتعبير غير اللفظي فهو " لغة الجسد" مثل وضعية الجسم وإيماءات الوجه، والتعبير شبه اللغوي مثل نغمة الصوت، والسرعة، والتوقف المؤقت لإظهار التعاطف باعتبار أنّ هذه التعبيرات تنقل الحالة اللفظية إلى الحضور المادي، وتحافظ على اللحظية، وتصنع موقفًا مباشرًا يتوافق مع الحالة العاطفية للشخص المقابل، كأن يُنظر إلى هذه المؤشرات على أنّها " رحيمة" مع تجاهل التعبيرات " غير اللفظية وشبه اللغوية الأخرى" في تصنيفها ضمن عملية التواصل الرحيم وبالتالي، حتى الابتسامة الإيجابية غير اللفظية يمكن استخدامها مؤشرا لإيصال التعاطف (Museux et al., 2016).

ويمكن اعتبار الإصغاء أنّه مهارة تواصل ضرورية تساعد على إدراك الحاجة إلى التعاطف لدى المتلقي، في حين يمكن اعتبار " الاعتراف غير اللفظي" بمعنى "الصمت"، والسكوت المؤقت أو التنهد، والاستجابة غير اللفظية كالاتصال بالعين، وعكس تعبير المتلقي والتحول نحوه، واللمس التعاطفي، والتواصل البصري، واستراتيجيات تعزيز الوجه، أنّها طرائق غير لفظية للتّواصل الرحيم. في حين أنّ الصمت، والتوقيفات الطويلة، وتخفيض نبرة الصوت،

وإيقاع الكلمات، تعبيرات شبه لغوية للتواصل، و تُعدّ الرعاية الجسدية، والحضور، وأعمال الخدمة، وتنظيم البيئة، وتوفير وقت من الهدوء والمساحة الشخصية، والسلوكيات الفورية مثل اللمس، والتواصل البصري، وقضاء الوقت، والاستماع النشط، والإيماءات، وسائل غير لفظية للتواصل الرحيم الذي يشير إلى عملية تصنيف التعبيرات غير اللفظية وشبه اللغوية للرحمة على نطاق واسع بمسمى " السلوكيات الفورية غير اللفظية" والتي تكون جزءا غير لفظي لا مفرّ منه يندرج في الجانب السلوكي للرحمة، مع ضمان استمرارية التواصل لإيصال الاعتراف والعلاقات ورد الفعل لحاجة الآخر إلى الرحمة. إنّ "السلوكيات الفورية غير اللفظية" تنقل المشاعر الايجابية وتزيد من التحفيز الحسي وتقلل المسافة النفسية؛ ويُعدّ مفهوم " الاستجابة الفورية" أحد ممارسات الاتصال التي تشير إلى الاعتراف بحاجة الآخر إلى علاقة الرحمة وأنه " إجراءات مفيدة لتلبية احتياجات المتلقي (Jacob et al.,2024).

فبحسب كامبيرون وآخرون (Cameron et al., 2015) إنّ الأهمية الفريدة للتواصل الرحيم تظهر في المواقف الصعبة، كالتعامل مع شخص يعيش حالة الحزن والفقدان، فالتواصل معهم يكون بطريقة تنقل الاعتراف بمشاعرهم، والتعبير عن الدعم والطمأنينة بشأن وضعهم؛ وتمارس الرحمة لتمكين ومساعدة الأشخاص الذين يعانون من الألم.

يسهم تطوير مهارات الفرد في التواصل الرحيم في منع انتشار التواصل المدمر كاللوم والصراخ، وغيرها من السلوكيات المدمرة، الأمر الذي يشكل جزءًا من العلاقات الشخصية والمهنية (Paakkanen et al., 2020).

يمكن الإشارة إلى أنّ التواصل الرحيم يمتد إلى ما هو أبعد من مفهوم الحدّ من معاناة شخص آخر، وإنما هو أيضا الحدّ من العنف السائد في المجتمع؛ ويمكن أن يكون تطوير

مهارات التواصل الرحيمة بمنزلة استراتيجية غير مباشرة تخفف من ارتفاع معدل انتشار العنف غير الجسدي، والذي قد يؤدي إلى العنف الجسدي إذا طال أمده. سواريز وآخرون (Suarez et al., 2014).

وأشير إلى وجود فروق فردية بين الذكور والإناث في التواصل الرحيم ، والتي عزيت إلى الدور البارز للعوامل الاجتماعية والديموغرافية، على الرغم من أنّ الذكور والإناث لديهم قدرات متقاربة من التعاطف، إلا أنّ الإناث لديهنّ مهارات أكثر في التواصل الرحيم بسبب حافزهم العالي لإظهار أنفسهنّ على أنّهنّ متعاطفات للغاية"، وبالتالي تؤكد الصورة النمطية للقدرة التعاطف بين الجنسين التي عززتها الثقافة المجتمعية (Strekalova et al., 2019)، كما أنّه من الممكن أن نفهم أنّه مع زيادة العمر والتعليم وسنوات الخبرة المهنية، ستزداد أيضًا دقة درجة التعاطف لدى الفرد، مما يسهل التواصل الرحيم (Falconer et al., 2019).

أهمية التواصل الرحيم

يقوم مفهوم التّواصل الرحيم على فكرة أنّ للبشر القدرة على التعاطف، ويمارسون العنف و/ أو السلوك الضار للآخرين عندما يعجزون عن معرفة الاستراتيجيات ذات الفعالية والايجابية لتلبية احتياجاتهم ؛ و يتعلم الأزواج عادات التفكير والتحدث التي تؤدي إلى استخدام العنف (النفسي والجسدي) بالثقافة؛ و تفترض نظرية التواصل الرحيم أنّ كل السلوكات البشرية تنبع من محاولة تلبية الاحتياجات الإنسانية العامة، وأنّ هذه الاحتياجات ليست في صراع وإنما ينشأ الصراع عندما تتصادم استراتيجيات تلبية الاحتياجات البشرية المختلفة ؛ وتعد الرحمة بحسب طرح غوتز وآخرون (Goetz et al., 2010) ودافيدسون وهارينجتون (Davidson & Harrington, 2002) عاطفة مودة تقلل العقبات بين البشر ومكوّن للتواصل،

فهي إشارة إلى وجود القدرة والانتماء للآخر ، والتواصل معه بإيجابية، تقتضي الرحمة، بأن يفتح المرء قلبه للآخر، وأن يستوعب ألمه ومعاناته، وعدم الحكم على هذا الشخص والاستجابة له بتعاطف. وتقوم الرحمة على افتراض مفاده أنّ المعاناة الشخصية مرتبطة بمعاناة الآخرين، وتتولد رغبة طبيعية لدى الفرد في مساعدة الآخر واستيعاب مشاعره، فالرحمة مزيج من مشاعر التفهم والقبول والصفح.

أفادت المراجعة لأدبيات التعاطف أهمية " التحول نحو تعزيز التدخلات التي تركز على مهارات الاتصال المرتبطة بالرحمة" بورستين وآخرون (Burstein et al., 2022) ، ماسكارو وآخرون (Mascaro et al., 2020)، مع الإشارة إلى الفهم المحدود لمفهوم التواصل الرحيم الأمر الذي حدّ من المبادرات البحثية لتعزيز التواصل الرحيم سالازار (Salazar, 2013)؛ إذ إنّ هناك أهمية لتطوير أدوات التواصل الرحيم وتطبيقها على العلاقات الحميمة (الزوجية)؛ و من السهل التمييز بين الأزواج السعداء و الأزواج غير السعداء بالنظر إلى أنماط التواصل الخاصة بهم؛ باعتبار أنّ نمط التواصل الفعال بين الأزواج يشير ب قطعياً إلى درجة الرضا الزوجي؛ إذ إنّ التواصل الصارم وغير الصحي وغير المتكافئ بين الشركاء، يؤدي دوراً مباشراً في إثارة المزيد من التردد والاستسلام المرتبط بتأثير البنية التقليدية والمحافظة للمجتمع العربي وأعرافه الاجتماعية والثقافية الصارمة في وضع الحدود للتعبير عن المشاعر والاحتياجات لدى الأزواج تجاه بعضهم بعضاً (Burstein et al., 2022; Mascaro et al., 2020).

أكد (Lederman et al., 2020; Askari et al., 2012) أنّ التواصل الصحي والفعال بين الشريكين يغذي العلاقات الإنسانية؛ إذ إنّ نمط التواصل الخاطئ وغير الصحي يؤدي إلى انفصال الأزواج عن بعضهم بعضاً، ويؤدي إلى انخفاض مستوى الرضا الزوجي، والاتصال الفعال أمر

حتمي لعلاقة زوجية مرضية وصحية، فهو يساعد الزوجين على تعزيز وتقوية علاقة الحب بينهما، ويؤدي إلى فهم واحترام للشريك/ة، ويساعد على معرفة بعضهم بعضا بعمق، كما أنّ من المهم الإشارة إلى أنّ معظم الأزواج الذين لديهم مشاكل في أساليب التواصل لديهم أيضًا مشاكل في علاقتهم؛ إذ إنّ خصائص وأساليب التعاملات بين الأشخاص تؤدي دوراً حاسماً في التوافق الزوجي (Bodenmann et al., 2009)

ويؤدي التواصل الرحيم دوراً أيضاً في تحديد السلوك الاجتماعي الإيجابي بحسب سالازار (Salazar, 2013)، وسواريز وآخرون (Suarez. et. al., 2014)، كما أنّه يولّد رغبة حقيقية في إعطاء الآخرين عطاءً من القلب وإثراء حياة شخص آخر، بطرائق واعية يفيد من يعطي ومن يأخذ على حدٍ سواء، فمن يُعطي يفيد من تقديره لذاته، ويصبح بحالة أفضل نتيجة لرؤية جهوده التي بذلها من أجل إسعاد شخص آخر.

أبعاد التواصل الرحيم

يركّز التواصل الرحيم على التعبير عن النفس والاستماع للآخرين وذلك باتخاذ أربع خطوات رئيسة بحسب ما أشار إليه عبدة (2022) وهي: الملاحظة Observation، والمشاعر Feeling، والاحتياجات Need، والطلبات Request. وتعدّ الملاحظة عملية وصف لما يراه أو يسمعه الأفراد دون إعطاء تفسيرات أو أحكام والتي ينبغي أن تكون دون أي تقييم، باعتبار أنّ إعطاء التقييمات لمواقف محددة سوف يقلل من فرص وصول الرسالة بأسلوب صحيح، أما المشاعر فهي تعبير ناجح عن المشاعر ومكون أساسي في التواصل خصوصاً إذا تحققت بمهارة، لأن عملية التواصل تحدث بفاعلية وضمان وصول الرسالة بوضوح للآخرين، وأنّ المشاعر قد أُشبعَت أو لم تُشبع بحسب تسوشييدا، وبهذا يمكن النظر إلى المشاعر أنّها صفة

تُشير إلى الاحتياجات ، وأنّ كبتها وعدم التعبير عنها يسبب أبعادًا سلبية تؤثر في فاعلية الذات والسلوك السوي بحسب العديد من الدراسات الحديثة المتعلقة بموضوع "الكبت العاطفي" وعدم التعبير عن المشاعر.

يُشير نموذج التواصل الرحيم إلى تعبير الفرد عن حاجاته بوصفها مشتركة لدى البشر جميعا، وذلك باستخدام اللغة المناسبة للتعبير عن حاجته بدلاً من التركيز على أفعال شخص آخر، كما يعدّ الطلب محددا وواضحا لشيء قابل للتحقيق، المكوّن الأخير للتواصل الرحيم الذي يُسهم في جعل الأفراد أن يكونوا على دراية ووعي بما يريدونه، ويجدون الكلمات التي تعبر عن طلباتهم، مع ضرورة الانفتاح لتقبل الاستجابة بالقبول أو الرفض، فالطلب ليس أمرا واجب التطبيق، فضمان التحكم باستجابة الآخرين مستحيل (Rosenberg & Eisner, 2003).

وبالإشارة إلى مكونات التواصل الرحيم الثلاث بحسب طرح سالازار (Salazar, 2013) التي تبدأ بالحديث الرحيم وهو إشارة إلى التعبير عن الرحمة والتعاطف بالكلمات الرقيقة، والإنصات باهتمام، والسماح للشخص المضغوط أن يعبر عن مشاعره، وإظهار عملية التعاطف نحوه، فضلا عن مدح نقاط القوة في شخصية الآخر، وتقديم النصيحة له، وطمأنته أنّه ليس وحيداً في مشكلته، وطمأنته أنّه سيكون بحال أفضل، مع إخباره أنّ مشاعره ومواقفه مقدرة (Drollinger et al., 2006).

أما فيما يتعلق بالرسالة الرحيمة التي تعدّ شكلاً من أشكال التواصل الرحيم بين البشر وذلك عبر شبكة الانترنت على مواقع التواصل الاجتماعي مثل (الفيس بوك - تويتر - اليميل - وغيرها)، فيمكن أن تظهر الرحمة لشخص محبط أو مضغوط بإرسال رسالة داعمة له، أو محفزة

لقدراته وإمكاناته أو محبطة ليلومه. (Bruser, 2011).

في حين تُعدّ اللمسة الرحيمة طريقة من طرائق التعبير عن المشاعر في العلاقات الإنسانية مثل: لمس الكتف، أو اليد، أو الذراع أو الظهر لشخص محبب أو متألم باعتبار أنّه مظهر للتعاطف نحوه، ومن الممكن أيضاً القيام بالتقبيل أو المعانقة له، ولكن ثمة أمراً لا بدّ من مراعاته في تنفيذ اللمسة الرحيمة وهو نوعية وطبيعة العلاقة بين الشخصين سواء المتعاطف أو المحبب، ويجب أن تسمح طبيعة العلاقة بين الطرفين بمثل هذا الأمر (Salazar, 2013).

وفي إشارة إلى ما خلصت إليه دراسة فرانسيس ستيفنز، كاثرين تابير (Stevens & Taber, 2021) حول المتقدّمات الحديثة في علم الأعصاب العاطفي لفهم بناء التعاطف وعلاقته بالسلوك الاجتماعي؛ وتجرى مناشدات حديثة لزيادة التعاطف كوسيلة لتعزيز السلوك الاجتماعي، واستجابة الأفراد بالتعاطف عند رؤية معاناة الآخرين، ومع ذلك وجدت دلائل متناقضة تشير إلى أنّ التعاطف قد يقلل من السلوك الاجتماعي؛ ويمكن أن تؤدي هذه الاستجابة إلى معاناة شخصية أو قلق تعاطفي، الأمر الذي قد يؤثر في الدافع للسلوك الاجتماعي، وأنّ دمج تدخلات الرحمة مع كلّ من التعاطف العاطفي والمعرفي يوفران مشاركة كبيرة من الأفراد في السلوك الاجتماعي، باعتبار أنّ التعاطف يتكوّن من أبعاد متعددة، وأنّ فهم العوامل المسببة للسلوك الاجتماعي يُعدّ أمراً ذو قيمة. وأشار إلى مصطلحيّ "السلوك الاجتماعي" والإيثار بالتبادل، ليشمل الإيثار القلق غير الأناني، أو الاعتبار الأخلاقي للآخرين دافعا لمساعدتهم.

وبسبب صعوبة تحديد الدوافع الحقيقية للسلوك الاجتماعي، يجري استخدام المصطلحين دون نسبة لأسباب مشاركة الأفراد في هذه الأفعال، الأمر الذي أكدته الدراسات في علم الأعصاب للتعاطف التي سعت إلى تقديم نموذج يوضح كيفية تداخل كل جانب من جوانب التعاطف لتعزيز السلوك الاجتماعي، وتطوير فهم أكثر دقة لوجهات نظر التعاطف المختلفة، مما يسمح للباحثين

بفصل مكونات التعاطف والرحمة والسلوك الاجتماعي بناءً على استجابات الدماغ الطبيعية المتعددة الأبعاد للتعاطف، فهي لا تتعلق بعملية عصبية واحدة، وتمثلت هذه الأبعاد في التعاطف والسلوك الاجتماعي، وليس بالضرورة أن يؤدي التعاطف العاطفي بوصفه مشاركة مشاعر الآخرين إلى فعل اجتماعي، بل قد يكون له تأثير عكسي، وتتكون الرحمة من الشعور بالقلق مصحوباً بدافع للمساعدة؛ ويعد التعاطف عاطفة فريدة، تحفز الأفراد نحو العمل، ومن ثم دمج الرحمة والتعاطف العاطفي والمعرفي، وفي تفسيرات أخرى لمفهوم التعاطف فقد أشار إلى مكونات ثلاثة هي المكون العاطفي الذي يتمثل في المشاركة العاطفية، والمكون المعرفي الذي يتمثل في فهم وجهة نظر الآخر، ومكون الوعي بالذات والآخر (Tsuchida, 2012)

حددت تيترولت (Tetreault, 2023) خمسة مبادئ لبناء قدرات الأفراد على ممارسة التواصل الرحيم والتي تساهم في توصيل الخلايا العصبية في الدماغ مثل ممارسة الاستماع اليقظ باعتباره تحدياً للجميع، فغالباً عندما يتحدث شخص إلى آخر، يقوم المستمع بتحضير ما سيقوله بدل الإصغاء، كما أن انفتاح العقل على تجربة وتقبل المفاهيم والأفكار والتجارب الجديدة التي قد تتحدى الطريقة المعتادة في القيام بالأشياء، وتؤدي إلى التوسع في التفكير، ويعزز القدرات العقلية المتعاطفة بتدريب الذات والادراك. إن التجربة هي تجربة شخصية مقابل أن الآخرين قد يكون لديهم تجارب، وأفكار، ومشاعر وخلفية ومنظور مختلف عن تجربتنا الشخصية. فمن الضروري عند التحدث التركيز على التعبير عن وجهة النظر والخبرات والسلوكيات الخاصة والشخصية، وعدم التحدث نيابة عن الآخرين، أو وضع افتراضات حول تجارب الآخرين. وفي المقابل فإن التحلي بالصبر وإعطاء الآخرين الوقت الكافي للتفكير والرد باعتبار أن سرعة معالجة المعلومات العاطفية فريدة لكل شخص (قاعدة الـ 24 ساعة المتعلقة بمنح الذات وقتاً،

ومساحة للتفكير عند وجود تحدي وتوتر مع طرف آخر في موقف معين بهدف إيجاد حل لهذا التحدي، والبحث عن بدائل وأرضية مشتركة للحل من خلالها). وقد يحدث إدراك أنه قد لا تُحلّ الأمور وهذا أمر يعد طبيعياً، لكن هي فرصة لتجربة الاختلافات بسلام مع المكان والزمان.

ييسر تطوير الوعي الذاتي بالمشاعر والاحتياجات توصيل الأفكار والعواطف بفاعلية أكثر. ويتضمن جزءاً من عملية الوعي الذاتي أيضاً تنظيم الذات والتركيز على التواصل من منظور منظم. مع ضرورة استخدام الاستماع النشط، ويعطى الانتباه الكامل عندما يتحدث الآخرون، وزيادة التعاطف بوصفه القدرة على فهم مشاعر الآخرين ومشاركتها لمحاولة فهم وجهة نظرهم ومشاعرهم دون إصدار أحكام. فضلاً عن استخدام عبارات الأنا لتوصيل وجهة النظر الخاصة دون جعل المستمع يشعر بالدفاع أو الانغلاق. ومن المهم أيضاً صياغة الاتصال باستخدام عبارات "أنا" للتعبير عن المشاعر والاحتياجات، بدلاً من الإدلاء بعبارات اتهامية. وأخيراً التركيز على الصبر فالتواصل الرحيم يتطلب الممارسة للصبر، بالتباطؤ، والارتياح لعدم الارتياح، وإعادة صياغة المشكلات، والعمل على التنظيم (Hayes, 2023).

وبالمراجعة لكل ما يتعلق بمفهوم التواصل الرحيم بوصفه آلية تواصل إيجابية تتسم بخصائص مميزة تسهل عملية التواصل ودعم العلاقات المختلفة وخاصة العلاقة بين الأزواج؛ وتتطلب بذل الجهد من الأفراد ليكونوا أكثر وعياً بخصائصهم الشخصية وانفعالاتهم، وآليات التعبير عنها حتى يستطيعوا خلق حالة من التواصل اللفظي وغير اللفظي المتعاطف الذي تسوده الرحمة والتسامح.

النظريات التي تناولت مفهوم التواصل الرحيم

تقترح النظرية لغة جديدة للحياة، وهي عملية من أربع مراحل لحل الصراعات بفعالية، وبناء العلاقات الإيجابية، لأنها تمنع الفرد من الاستجابة بعنف للمواقف الاجتماعية الصعبة. وفقًا لنظرية NVC، ويمرّ التواصل الرحيم بمرحلة أولى، ويتبع الملاحظة الموضوعية غير القضائية (بدون حكم) حول موقف معين، والاعتراف بالاستجابة العاطفية المصاحبة للموقف الملاحظ كمرحلة ثانية، كما تتضمن المرحلة الثالثة تحديد الاحتياجات المستجابة وغير المستجابة المتعلقة بالملاحظة، والتي تتأثر كثيرًا بالوعي الذاتي للفرد ومعرفته بالمشاعر المتميزة والاحتياجات الأساسية، أما المرحلة الرابعة فتقوم على توجيه الطلب لشريك/ة للحوار لعمل سلوكيات تلبي احتياجاته/ا غير المستجابة. بوصفه مستمعًا يتمتع بمهارات التواصل غير المباشر، إذن يمكن للفرد تعزيز التعاطف مع شريك الحوار بتلقي الملاحظات والمشاعر والاحتياجات والطلبات التي يجري توصيلها علنًا أو سرًا من شريك الحوار الأمر الذي يسهم في الاستنتاج أنّ التواصل الرحيم لديه القدرة على تعزيز التغيير بوصفه يتمتع بتوازن بين الاثنين ؛ الجزء المعلوماتي (مرحلة الملاحظة والطلب) ، والجزء الوجداني من التواصل (مرحلة المشاعر والاحتياجات)؛ و يقوم التواصل الرحيم على افتراض أنّ الحاجات البشرية عامة يشترك فيها البشر جميعاً، سواء كانت حاجات فسيولوجية، أو نفسية، أو الحاجة إلى الترابط والكفاءة والأمانة والمرح؛ ويحل أي صراع بين طرفين بالتعرف إلى حاجاتهم، والقيام بإشباعها (Kashtan & Maver, 2008).

أكدت نظرية التواصل الرحيم أنّه إذا استطاع المرء أن يتواصل بتعاطف وانتماء ودعم، فإنّ الآخرين لا بدّ أن يستجيبوا إيجابياً مع هذا التواصل، مما يجعل التفاعلات بينهم تحقق

النتيجة المرجوة، ولذلك فإنّ نموذج التواصل الرحيم لا يفترض أن ينتظر المرء من الآخرين أن يتغيروا، ولكنّه يفترض أن تغيّر المرء لذاته يشجع الآخرين على التغيير تبعاً (Rosenberg & Eisler, 2003).

ويمكن الاستفادة من نظرية التواصل الرحيم لروزنبرغ كثيرا في إطار هذه الدراسة المتعلقة بمعرفة مستوى التواصل الرحيم لدى المتزوجين حديثا كأحد المتغيرات المهمة لضمان التوافق الزوجي لديهم ؛ إذ إنّ ضمان وجود المعرفة لدى المتزوجين حديثا، لآليات ومهارات إتقان التواصل الرحيم في إطار المرحلة الأولى من علاقتهم الزوجية سيكون له دور كبير في استقرار العلاقة ؛ وتوفر هذه النظرية الأساس المعرفي والمهاراتي لهذه الدراسة وتحقيق أهدافها ، فالتواصل الرحيم يقوم على التوازن بين العوامل المعرفية المتمثلة في ملاحظته/ا للزوج/ة وإدراك احتياجاته/ا بدون أحكام ، والقدرة على الطلب بهدف إشباع هذا الاحتياج بالحوار، إضافة إلى العوامل الانفعالية المتمثلة بالمشاعر والاحتياجات والاستجابة بتعاطف واهتمام لإشباع حاجة الزوج/ة ، الأمر الذي ينطبق كثيرا مع ما تهدف إليه هذه الدراسة في استهدافها لعينة المتزوجين حديثا وبشكل خاص بتقديم البرنامج الإرشادي المقترح الذي يهدف إلى تحسين التواصل الرحيم؛ و سيقوم بتعليم وتدريب المتزوجين حديثاً بالمعارف المتعلقة بالتواصل الرحيم والمهارات التي يحتاجونها في تواصلهم الرحيم وغير العنيف، أي بتعاطف ودعم وانتماء لبعضهم بعضا بالإضافة إلى كون هذه النظرية تركز على آليات التعرف إلى احتياجات الشريك ومحاولة إشباعها ، وهو أمر إذا تمكن المتزوجون حديثا من القيام به ، يكون هنالك ضمان نسبي لتحقيق التوافق في إطار علاقتهم الزوجية.

نظرية التكامل الإشكال (Babrow,2001)

تشير نظرية بابرو إلى أنّ التواصل الرحيم، سواء في العلاقات الشخصية وغير الشخصية أو عبر السياقات الخاصة والعامة، يعدّ مصدرًا قيمًا للأفراد الذين يتعاملون مع التكامل الإشكالي. عندما يواجه الأفراد تناقضات بين معتقداتهم حول احتمالية وقوع الأحداث، والقيمة التي يعلقونها على تلك الأحداث، يمكن أن يؤدي ذلك إلى صراعات، أو عدم ارتياح عبر الأبعاد المعرفية والعاطفية والتحفيزية والتواصلية، وفي هذا السياق، يوفر التواصل الرحيم وسيلة لمعالجة هذه الصراعات وحلها بتعزيز التفاهم والتعاطف واستراتيجيات الاتصال الفعّالة. وهذا يساعد الأفراد في إدارة التحديات المرتبطة بالتكامل الإشكالي في مختلف جوانب حياتهم؛ وسلّطت هذه النظرية الضوء على أهمية التواصل في تشكيل تصورات الفرد للتجارب المختلفة وما يترتب عليها من ردود فعل (Babrow, 2001).

نظرية التواصل التعاطفي دوكان (Dokman, 1988)

بحسب أيليا وميتاي (Ilie & Metea, 2015)، يمكن فهم جوانب التواصل الرحيم في ضوء نظرية التواصل التعاطفي لدى دوكان (Dokman, 1988) والتي تدعي أنّ التواصل الرحيم يحوي مكونات عاطفية ومعرفية؛ و بيّنت أنّ التواصل التعاطفي ثلاث مراحل، وهي مرحلة "هم"، و"أنت"، و"أنا"؛ و يعتمد الفرد الذي يستخدم مرحلة "هم" على الأحكام الاجتماعية بدلاً من المشكلة المعروضة أثناء التقييم، ويظهر مستويات منخفضة من التعاطف، في حين يستخدم الفرد في مرحلة "أنا" من التواصل العاطفي النقد والمشورة بناءً على فهم الفرد لمشكلة الآخر، وسيشارك مشاعره وتجاربه السابقة بشأن المشكلة المعروضة، أمّا المرحلة الثالثة فهي (أنت) فالفرد يُظهر مستويات عالية من التعاطف في التواصل عندما يفهم المشكلة ويتأملها من

وجهة نظر الآخر، ومشاعره العميقة ، ويستمر في تقديم الدعم، فقد تساعد هذه النظرية على استنتاج أنّ الفرد المنخرط في التواصل الرحيم يستخدم مرحلة "أنت" من التواصل العاطفي لدى دوكرمان.

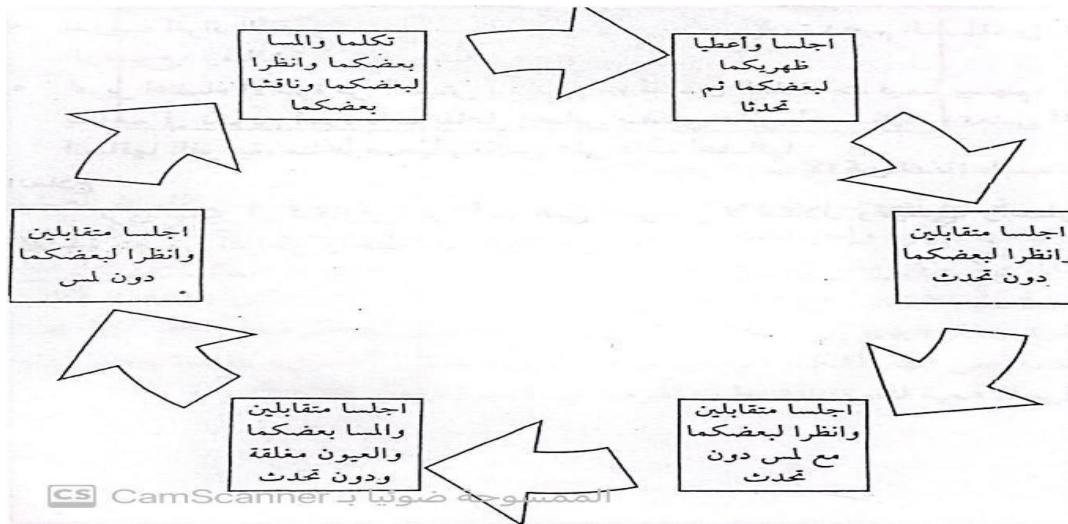
نظرية الاتصال الإنساني: فرجينيا ساتير (Satir, 1983)

تعدّ فرجينيا ساتير رائدة النظرية، بحسب البواليز وعربيات(2020)، فقد أكدت " ساتير" أهمية الترابط الأسري في نموذج أطلقت عليه " العلاج الأسري المشترك"، وتقوم هذه النظرية على محاور عدة، وهي التواصل ومهارات التواصل، لمساعدة أفراد الأسر ليصبحوا أكثر وعياً. وإعادة بناء أساليب التواصل الأسرية السالبة التي تتمثل في أسلوب المصلح، اللّوام المحلل للمسؤولية، المثير للربكة. إذ إنّ هذه الأساليب توصف أنّها غير فعالة، وتعوّق التواصل المباشر المفتوح. وتوصلت ساتير إلى أنّ المشكلات تظهر في الأسر نتيجة اختلال في وظائف الأسرة (البواليز وعربيات، 2020).

ويعتمد التدخل على زيادة التواصل والعناية بأعضاء الأسرة باستخدام سلوكات جديدة خارج جلسات الإرشاد، ومساعدة أعضاء الأسرة على تجربة الفهم الجديد وأهميته بخلق فهم جديد لدى أعضاء الأسرة لبعضهم بعضا وتطوير الوعي بزيادة الخبرة بهدف تأسيس الثقة. كما وذكرت "ساتير" في نظريتها الاتصال الإنساني نظامين للتواصل داخل الأسرة (النظام المغلق، النظام المفتوح) باعتبار أنّ النظام المغلق هو نظام يغلب عليه عدم التكيف، فهو لا يسمح لأعضاء الأسرة بالتعبير الحرّ عن آرائهم ومشاعرهم فيسبب لهم توترا، وهذا ما انطبق على الأفراد الذين لم يكشفوا عن ذاتهم من البداية (مرحلة الخطوبة) و ظهر عليهم عدم القدرة على التعبير الحرّ عن أنفسهم وبالتالي تشكّل خلل في التواصل داخل هذه الأسرة، أمّا النظام المفتوح

فهو هو نظام يسود في العائلة الفاعلة ، فهو يشجع أفراد الأسرة على التّواصل المفتوح والحوار والتفاعل والتعبير عن آرائهم ومشاعرهم بحرية، فالأفراد الذين كشفوا عن ذاتهم كان التواصل بينهم فعالا ولديهم القدرة للتعبير عن رأيهم بحرية دون توتر أو استخدام رسائل خفية لإيصال رأيهم.

يُسهّم التدخل الأسري في سياق نظرية الاتصال الإنساني لساتير في مساعدة الأشخاص على تحسين التوافق الزوجي بتحسين أساليب التواصل وتعزيز الوعي لدى الأزواج حول أهمية التواصل العيني بتطبيق خطوات وضحتها ساتير على شكل لعبة؛ وتعطي تعليمات للأزواج في التواصل الكلامي، والبصري، والحسي والانفعالي (الزيدانين، 2021) موضحة في الشكل أدناه:



شكل رقم (1.1): توضيح لآلية التواصل العيني لتحسين التواصل الزوجي بحسب ساتير

بعد تطبيق اللعبة يدرك الزوجان أهمية النظر في خلق تواصل جيد، وتدرجيا سوف تتحرك العائلة من النظام المغلق إلى المفتوح، وتحرر أعضاء الأسرة من العيش في الماضي (في المشكلة الحالية الموقف الإشكالي الذي يجب عليهم التحرر منه توقعاتهم للعلاقة ما قبل

الزواج ، واختلافها بعد الزواج نتيجة عدم الكشف عن الذات من البداية)، وتحسن العلاقات فيما بينهم، فضلاً عن تدريب أعضاء الأسرة على بناء الخبرة الانفعالية ، والسيطرة على المشاعر الشخصية والاستماع إلى بعضهم بعضاً، ومناقشة الاختلافات بموضوعية والتوضيح للأفراد على أنّ المشاكل هي أعراض اختلال وظيفي لا بدّ من علاجه بتأسيس الثقة وخلق فهم جديد لدى أعضاء الأسرة لبعضهم بعضاً، وزيادة التواصل بينهم. وترتبط هذه النظرية كثيراً بين متغيرات الدراسة الحالية، وركزت على أهمية التواصل المبني على الانفتاح وعلاقتها باستراتيجيات حل المشكلات.

ترمز النظريات المختلفة التي حددتها المراجعة الحالية للطبيعة المتطورة والمعقدة للتواصل الرحيم، وأهمية تطبيقه في إطار العلاقات المختلفة وخاصة العلاقة الزوجية؛ واستعراض التوجهات المختلفة، وكشف النقاب عن الخيوط المشتركة والاختلافات، وهذا يعمق فهمنا للطبيعة المتعددة الأوجه للتواصل الرحيم عبر سياقات مختلفة، بالإضافة إلى اشتراك معظم النظريات في طرحها لآليات تفصيلية إجرائية تسهل عملية إتقان المهارات المتعلقة بالمفهوم، وتؤكد الدور المهم الذي يؤديه في تعزيز استقرار وديمومة العلاقة الإيجابية بين الزوجين خصوصاً في حالات عدم الانسجام والألم.

ثانياً: حلّ المشكلات The Problem Solving

بحسب الزغلول والزغلول(2000)، كانت بدايات الاهتمام بأسلوب حلّ المشكلات في القرن العشرين بوساطة العديد من علماء النفس مثل ثورندايت (Thorndite) الذي عدّه نمطا من أنماط التعلّم، والعالم كوهلر (Kohler) اندرسون (Anderson) الذي يراه عملية استبصار

تحدث بالمرور بخطوات محددة ومتسلسلة ، فهي الفجوة بين الوضع المنشود والمراد الوصول إليه والواقع الحالي أو ببساطة، وهي الفرق بين ما يكون عليه الفرد في الوقت الراهن، وما يرغب ويتمنى أن يكون عليه في المستقبل، والفجوة بين حالة التردد التي يعيشها الفرد حالياً في الاختيار وما يأمل الوصول إليه في الاختيار السليم. كما أكد الطبيعة المعرفية لحل المشكلات والتي تتطلب استخدام مهارة التفكير (الزغلول والزغلول، 2000).

عُرفت المشكلة أنها موقف أو حالة من عدم الرضا يؤدي إلى الحيرة والتوتر واختلال التوازن المعرفي والانفعالي، وهي الموقف أو المشكل الذي يسعى من خلاله الفرد للبحث عن وسائل للتغلب على عائق أو عوائق تحول دون الوصول إلى الهدف ذي القيمة بالاستناد إلى الأنشطة والعمليات المألوفة (شواشرة، 2004).

وبالتالي تظهر المشكلات لدى الأفراد حين يعجزون عن التعرف على الهدف أو سبل تحقيقه، أو عندما تبرز التحديات التي تعيق وصولهم لهدفهم. في المقابل فإن مهارات حل المشكلة هي قدرة الفرد على تمييز المعرفة والمهارات واستخدامها لتحقيق الهدف المنشود الذي يسعى إلى تحقيقه.

عدّه الصباح (Lansman & Hunt, 1986) عملية بحث في الذاكرة تتطلب من الفرد السعي لإحراز سلسلة من الخطوات تنتهي بتحقيق الهدف حتى يتسنى للفرد الوصول إلى الحل يلزمه إجراء المزيد من عمليات البحث في ذاكرته لاتخاذ القرار، مع العلم أن الفرد يمكن أن يخطئ في محاولته لحل المشكلة وقد يشعر بعدم كفاءته بسبب هذه المحاولات المتعثرة. (صباح، 2017).

وبحسب العتوم (2004) عملية تفكيرية مركبة يستخدم الفرد فيها خبراته ومهاراته للقيام بمهمة معالجة المشكلة أو تحقيق هدف لا يوجد له حلّ، إذ تتكون عناصر حل المشكلات من ثلاثة:

- المتغير: وهو الجزء الذي يحتاج إلى تحديد أو حلّ.
- التعليمات: وهي الخطوات التي يجب اتباعها لحلّ المشكلة.
- المواقف: الظروف التي تظهر فيها المشكلة، والتي تتطلب استخدام أساليب متنوعة لحلّها.

ويمكن الإشارة إلى عناصر أخرى للمشكلة مثل: المعطيات تعبيراً عن الحالة عند البدء بعملية حل المشكلة، والأهداف التي يجري السعي لبلوغها، أمّا العقبات فهي إشارة إلى الصعوبات التي تقف عائقاً بين الواقع الحالي والحالة المنشودة، وأنّ خطوات الحلّ غير جاهزة في الوقت الحالي.

إنّ اكتساب الفرد للمعلومات وتعلّم الفنيات الملائمة لحلّ المشكلات من الأمور المهمة في عملية إزالة الفجوة، وحلّ المشكلة ؛ فيستخدم الفرد ما لديه من معرفة مكتسبة سابقة ومهارات من أجل الاستجابة لمتطلبات موقف ليس مألوفاً له، وتكون الاستجابة بمباشرة عمل ما يستهدف حل الغموض الذي يتضمنه الموقف، وتعدّ نتيجة حلّ المشكلة اختياراً يوفر فرصة معقولة لإغلاق الفجوة بين واقع ما يعيشه الفرد ، وما يرغب في الوصول إليه؛ و يتضمن حلّ المشكلة التفكير في انتقاء بديل، أو خيار مناسب يوفر الشعور بالرضا ، وإنّ اتخاذ القرار في انتقاء الخيار البديل والأنسب من وجهة نظر الفرد يتضمن الحلّ للمشكلة، فضلاً عن شموله

العمليات الانفعالية والمعرفية الضرورية لتطوير خطة تطبيق وتنفيذ الحل ومتابعة التنفيذ للوصول إلى الهدف المنشود (Peterson et al., 2003).

وفي إشارة إلى رولف دوبيلي (Dobelli, 2013) في علم النفس البشري والتفكير المنطقي وآليات اتخاذ القرارات، أشار إلى أنّ هناك بعض الأخطاء البسيطة التي تتخذ في التعامل مع المواقف المختلفة كالاستثمار في شيء بعد فوات الأوان ، أو الاستمرار في شيء يعلم الفرد أنّه سيئ، فقد ركز في كتابه " فن التفكير بوضوح" على كيفية التعامل مع المتحيزات التي تتحكم في قراراتنا، وتسهم في اتخاذ بعضهم القرارات غير الصحيحة؛ ويمكن الاستفادة من مبادئ التفكير بوضوح بهدف امتلاك آلية أفضل لحلّ المشكلات التي يواجهها الأفراد في مجالات حياتهم المختلفة، بالتوقف عن الاعتقاد في إمكانية تغيير الأمور والأشياء التي ليس لدى الأفراد سيطرة عليها، ففي كثير من الأحيان تفشل حلول بعض المشكلات، نتيجة هذا الاعتقاد، فمن المهم جدا هنا الحذر من هذا الاعتقاد والتوقعات المتعلقة بالقدرة على السيطرة عليه، في حين أنّ الفرد لا يستطيع التفكير في كيفية التعامل مع هذا التقلب باستراتيجية واضحة. من المهم أيضا استخدام القيمة الفعلية بدلاً من المقارنة عند الرغبة في أخذ قرار معين؛ ويعتمد على المقارنة بين الخيارات أكثر من الاعتماد على التفكير في القيمة الفعلية، وهو ما يجعل القرار النهائي غير معتمد وفق جودة الخيار، لكن لأنه أفضل في إطار المقارنة. لذا، يجب التركيز على القيمة الفعلية قبل أي شيء، وأخيرا عند الرغبة في حلّ مشكلة معينة، من المهم عدم التركيز على جمع عدد كبير من الحلول فقط، ولكن على الحرص على اختيار الحل المناسب. عند امتلاك خيارات متنوعة، الأمر الذي قد يؤثر ذلك في جودة الاختبارات النهائي. (Dobelli, 2013).

أشار كالييت (Kallet) إلى آلية توظيف التفكير النقدي من أجل حل المشكلات المختلفة التي من الممكن مواجهتها، وكيفية اتخاذ القرارات المناسبة لكل موقف، باعتبار أن المشكلة الرئيسة تكمن في عدم امتلاك الوقت الكافي للتفكير بصورة نقدية في المشكلات، وهو يجعل الحلول غير فعالة، وهنا قدم كالييت ثلاث خطوات رئيسة للاعتماد عليها في حل المشكلات، واتخاذ القرار وهي الوضوح، ومحاولة فهم أبعاد المشكلة وأسبابها الجذرية التي أدت إلى حدوثها. ثم الخروج باستنتاجات وفقاً لفهم المشكلة، والخيارات المتاحة، والحلول المتنوعة التي يمكن الاعتماد عليها لحل المشكلة. وأخيراً اتخاذ القرار الأكثر ملاءمة لحل المشكلة (Kallet, 2014).

مراحل حلّ المشكلات

تستند عملية حلّ المشكلات والنشاط العقلي المتعلّق بها على استخدام مجموعة من المكونات مثل: الإعداد، والتجهيز، والمعالجة والواقع؛ وتتوقف هذه العملية على إمكانية تصنيف لمجموعة من الخطوات والمراحل، فقد تعددت النماذج لحلّ المشكلات الأكثر ملاءمة ومنها نموذج (جون دوي) الذي يبدأ بعرض المشكلة، وتعريفها، وتوليد الافتراضات، وتقييم الافتراضات، وانتقاء الافتراض الأكثر كفاءة (الزهراني، 2021).

وأشار الزهراني (2021) إلى نموذج ماهوني (Mahoney) الذي قدم سبع خطوات لحلّ المشكلات تبدأ بتحديد النطاق للمشكلة بدقة، ثمّ جمع المعلومات، وتعريف المصادر واختيار البدائل، والمقارنة للمعلومات، والانتقاء بالتصحيح والاستبدال.

وفي طرح كارسون (Carson, 1997) أشار إلى إجماع العديد من النماذج كنموذج هابس (Hayes)، ونموذج أوربان وفورد (Urban & Ford)، ونموذج عربيات (2005) وغيرهم من نماذج حلّ المشكلات على الإطار العام لمحتوى هذه الخطوات، أو المراحل باختلاف عدد الخطوات التي يجب اتباعها في عملية حلّ المشكلات واختلاف التسميات (زغلول وزغلول، 2003).

أشار شواشرة (2004)؛ إلى أنّ حلّ المشكلة لا بدّ أن يبدأ من الشعور بوجودها والفجوة التي تخلقها وتحديدها، وجمع المعلومات المتعلقة بها، وتوليد البدائل واختيار أحد هذه البدائل، والقيام بالتنفيذ لهذا البديل الذي جرى الاستقرار عليه لبيان مدى ملاءمته لحلّ المشكلة وإغلاق الفجوة.

ويمكن توضيح هذه المراحل كالآتي:

أولاً: مرحلة الاتصال Communication:

وهي مرحلة الإعداد أو فهم المشكلة التي تشمل مجموعة من الأنشطة أشار وتحديد معيار أو محك الحل، وتحديد أبعاد المشكلة بالبيانات المعطاة، وتحديد المحددات التي تحكم استراتيجيات الحل، ومقارنة المشكلة بما هو مخزون من الخبرات السابقة في الذاكرة، والمخرجات وتشمل: بناء أو تكوين تصورات الحل، وتقسيم أو تجزئة المشكلة الرئيسة إلى مشكلات فرعية، وتبسيط المشكلة عن طريق تجاهل بعض المعلومات التي ليس لها صلة بالمشكلة أشار والتركيز على المعلومات المرتبطة بالمشكلة.

ففي هذه المرحلة يدرك الفرد وجود المشكلة (فجوة) بين ما هو عليه في الواقع، وما يريد الوصول إليه، ووصف الوضع كما يتمناه بغياب المشكلة بإشارات داخلية انفعالية وسلوكية وفسولوجية وخارجية. فعندما تراود الفرد مشاعر وانفعالات سلبية مثل: الضيق والتوتر والقلق من موقف يواجهه، فهذا مؤشر على وجود شيء يستدعي منه التدخل لخله، وأحياناً يحاول الفرد التعامل مع المشكلة بالتجاهل للموقف الذي يتطلب منه اتخاذ القرار؛ وبذلك لا تُحل المشكلة.

ثانياً: مرحلة التحليل Analysis:

تبدأ هذه المرحلة بعد إدراك وجود الفجوة أشار واستنتاج الحلول الممكنة؛ ويتحقق الوعي بضرورة اتخاذ القرار حتى ينتقل الفرد إلى الانشغال في مرحلة التحليل، والذي يقصد به إعادة البحث لتحديد المطلوب لحل المشكلة والتعرف أكثر على معلومات ذات صلة بالمشكلة،

كاسترجاع الحقائق والأساليب من الذاكرة والخبرات الماضية، وفحص وتدقيق المعلومات المتوافرة في إطار المشكلة، والمعالجة لهذه المعلومات وتخزينها بغرض استخدامها لاحقاً.

ثالثاً: مرحلة التركيب Synthesis:

يتعين على الفرد الانتقال إلى مرحلة التركيب بعد تحليل المعلومات التي تتضمن التوسعة أشار وتوليد أكبر قدر ممكن من البدائل، وتحديد أكثر الحلول الممكنة للمشكلة، ومن ثم بلورة وتحديد البديل الأنسب بناء على قدرات الفرد.

رابعاً: مرحلة التقييم Valuing:

في هذه المرحلة يُقِيم البديل ومدى ملاءمته، وإعطاء الأولوية للبديل المتوافر، وغالباً يستند الفرد في تقييمه على تحليل المزايا والتكلفة التي قد يتضمنها تأثير البديل في الآخرين وفي نفسه. فهي مرحلة إصدار الأحكام أو تقييم الحلول المستنتجة؛ وتُقارن الحلول التي استنتجت معاييرها أو محكات الحل، والتحضير لاتخاذ القرار الذي يلائم المحددات المماثلة في المشكلة أشار ثم الخروج بقرار حل المشكلة أشار أو أنّ الأمر لا يزال يتطلب مزيداً من العمل أو التفكير أو المعلومات.

خامساً: مرحلة التنفيذ Execution:

تتضمن هذه المرحلة تشكيل وإعداد الخطط لتنفيذ الاختيار والبديل الذي حُدد، والتّعرف عليه للوصول إلى الهدف، وكذلك تقييم إغلاق الفجوة (المشكلة)، وإذا كان البديل قد حقق الهدف بالرجوع إلى مرحلة الاتصال.

وتعدّ مراحل الإعداد أو التحضير أو الفهم والإنتاج والتقويم أو إصدار الحكم من الواجهة المنطقية مراحل مهمة وضرورية لحلّ المشكلات، ويمكن إضافة مرحلة الحضانة للفكرة التي توجد غالباً افتراضياً أو احتمالياً ، ولكنها تمثل أهمية كبيرة للفترة التي لا يكون الفرد خلالها نشطاً واعياً تماماً؛ و يبدأ الفرد خلالها بمحاولة حلّ المشكلة مع أنّه لم يصل بعد لحلّ، وذلك بحسب خبرة الأفراد الذين توصلوا إلى حلول لمعظم المشكلات وهم خارج نطاق الموقف المشكل ، أو بعد فترة قد تطول أو تقصر من مواجهة المشكلة؛ و تسير هذه الخطوات جميعها دائرياً ، بمعنى أنّ حلّ المشكلات قد يتطلب العودة إلى خطوات سابقة أطلق عليها اسم " بدائرة حلّ المشكلة Problem Solving Cycle . (شواشرة، 2004).

وفي إشارة إلى طبيعة النشاط العقلي لحلّ المشكلات فهو يقوم على استخدام مجموعة من المكونات منها المعالجة والواقع، ويمكن تمثيلها بمجموعة من المراحل وهي:

التجهيز والإعداد لفهم المشكلة، وتحديد معاييرها ومحدداتها؛ ومقارنة المشكلة بمخزون الذاكرة طويلة الأمد من الخبرات السابقة ، ومخرجات الحلّ، ثمّ يليها مرحلة توليد الحلول الممكن استخدامها ، وتتضمن استرجاعاً للأساليب والحقائق من الذاكرة طويلة المدى ، وتحليل المعلومات ومعالجتها مع محتوى الأفكار الحالية وتخزينها في الذاكرة طويلة المدى وإنتاج الحلّ، وتنتهي العملية بمرحلة التقويم التي تشير إلى أنّ الحلّ المستحدث يقارن بمعايير الحلّ ، واختيار الأساس لاتخاذ القرار الذي يلائم المحددات المماثلة في المشكلة والخروج بقرار الحلّ للمشكلة (فرحان والسيد، 2020).

أهمية حلّ المشكلات

تكمُن أهمية تعلّم طرائق حلّ المشكلات في مساعدة الأفراد على حلّ مشكلاتهم جيداً، فيصبحون قادرين على إدارة حياتهم بأسلوب أفضل، ولديهم قدرة على التكيف بفعالية مع الواقع، مقارنة بالأفراد غير القادرين على حلّ مشكلاتهم (Peterson et al., 1992). كما أشار فرحان والسيد (2020) إلى أهمية أسلوب المشكلة، بوصفه عملية اكتساب المهارات الأساسية على المستوى العلمي المعرفي، والمستوى العملي وتوظيفها في الوصول إلى حلّ للمشكلات، فضلاً عن تطوير الثقة بالنفس في مواجهة المشكلات، وتحسين القدرات العقلية في فحص الحقائق وتحليلها.

إنّ لأسلوب حلّ المشكلات أهمية في اكتساب الأفراد مهارات تكيفية عامة تساعد في التعامل مع أكثر من نوع من المشكلات التي قد يتعرض لها الأفراد؛ ويزيل التوتر المتعلّق بوجود المشكلة، وتقييم الأفراد للمواقف، وما تسببه من توتر، والقدرة على التعامل معها (زرور & زروالي، 2020).

وفيما يتعلق بالاستجابة الانفعالية فقد أشار فولكمان & لازاروس (Folkman & Lazarus, 1988) إلى أنّ أسلوب حلّ المشكلات له أثر صحي وغير مباشر في تحسين وتطوير علاقة الأفراد بمحيطهم الاجتماعي والبيئة التي يعيشون فيها، والتكيف إيجابياً فيها، كما أشار ميلر إلى أهميته في تنمية التفكير الإبداعي فعّده عملية ابتكار.

النظريات المفسرة لحلّ المشكلات

1. النظرية الارتباطية Edward Thorndike (إدوارد لي ثورنديك)

يُعد ما يسمى بقانون التلازم بين المثير والاستجابة، من أهم مفاهيم هذه النظرية، فضلاً عن تركيزها على أهمية التدعيم الذي يحصل عليه الفرد نتيجة استجابته لمثير ما شرطاً لحدوث التعلم الذي أسماه ثورنديك (قانون الأثر) بمعنى أنّ الإنسان يميل إلى تكرار السلوك الذي يحقق له رضا أو فائدة إذا تكرر ظهور المثير نفسه، بينما يميل إلى تجنب السلوك الذي يسبب ضرراً أو أذى. وكما ذكرت عربيات (2005) عن عدد من عناصر النظرية الارتباطية، وعلاقتها بأسلوب حلّ المشكلات ملخصة في ثلاث نقاط وهي (المثير وهو المتعلق بموقف المشكلة، والاستجابات وهي الاستجابة المرتبطة بحل المشكلة، والارتباطات بين المثيرات والاستجابات). كما أنّ الفرد عند مواجهته لمشكلة، يكون عبارة عن سلسلة معقدة بين المثيرات والاستجابات المترابطة كنتاج للخبرات السابقة، وتقوم المشكلة بإثارة هذه الارتباطات، مع الأخذ بالاعتبار قوة هذه الارتباطات المعقدة؛ مع الميل إلى التمييز بين مواقف النجاح والفشل التي تعامل كمعززات (عربيات، 2005).

وبحسب (الهوري والجمل، 2006) فقد أكد (بريتمان) هذه العلاقة؛ إذ إنّ الفرد إذا تمكن من حلّ المشكلة وحصل على المكافأة، فإنّ ذلك يزيد من فرص حلّ المشكلات المشابهة مستقبلاً، باستخدام الحلّ السابق، فقد فسّر حلّ المشكلة أنّه استحضار التعلّم السابق لاستخدامه في حلّ مشكلة حالية.

ويمكن الاستفادة من النظرية الارتباطية لثورنديك التي تنسجم مع هدف الدراسة الحالية المتعلقة بتمكين المتزوجين حديثاً بالمعارف والمهارات التواصلية الرحيمة ، واستخدامها في تفاعلاتهم ، وخاصة في تعاملهم مع المشكلات التي قد تواجه زواجهم في بداياته، فهي نظرية تستند إلى قانون الأثر بمعنى ميل الإنسان إلى تكرار ما يشعره بالرضا ، ويتجنب ما لا

يحقق له ذلك ، فعناصر النظرية تنسجم كثيرا مع الأسلوب الذي قد يستخدمه الأزواج في حلّ المشكلات التي قد تواجههم؛ وتؤكد وجود المثير وهو المتعلق بالموقف الذي أظهر المشكلة . ومن المهم أن يدرك المتزوجون حديثا ماهية المشكلة وتعريفها بوضوح ، باعتبارها من أولى الخطوات التي تستند إليها معظم نماذج حلّ المشكلات المختلفة، ومن ثمّ الاستجابة المرتبطة بآلية حل المشكلة ، وإدراك العلاقة والارتباط م بين المثير والاستجابة في إطار المشكلة، التي تعد تمثيلا لسلسلة معقدة بين المثيرات والاستجابات المترابطة كنتاج لخبراتهم السابقة سواء في تجاربهم الشخصية في حلّ مشكلاتهم ، أو في تبنيهم لنماذج أسرهم ووالديهم في حلّ المشكلات؛ و يثير وجود المشكلة هذه الارتباطات، سواء بفاعليتها وعدم فعاليتها في حلّ المشكلة. الأمر الذي يؤكد أهمية وجود منهج واضح واستراتيجية متفق عليها بين المتزوجين حديثا للتعامل مع المشكلات بهدف حلها والإفادة منها في تأسيس علاقتهم الزوجية وضمان استقرارها.

2. النظرية السلوكية (Skinner, 1943)

تقوم النظرية السلوكية على أساليب كثيرة من أهمها أسلوب المحاولة والخطأ ، والذي يعني أنّ الفرد عندما يواجه موقفا أو مشكلة فإنّه يحاول إيجاد الحلّ عن طريق المحاولة والخطأ اعتمادا على خلفيته التعليمية ، ومن ثمّ فالمشكلة على هذا الأساس تمثل المثير لدى الفرد، ومحاولة حلها يكون استجابة عندما يواجه الفرد مشكلة فإنّه يحاول حلها عن طريق الاستجابة لها بما لديه من معلومات ومفاهيم سبق له تعلمها أي أنّ تعلّم حلّ المشكلات ليس إلا امتدادا لتعلّم الارتباطات بين المثيرات والاستجابات، والذي يفسر بعض جوانب سلوك حلّ المشكلة وخاصة إذا كانت مشكلات بسيطة محددة بدقة أو المشكلات التي سبق تدريب الفرد

عليها تدريباً جيداً، أما إذا كانت المشكلات جديدة فيصعب حلّها طبقاً لمبدأ المحاولة والخطأ، أو الارتباط بين المثير الاستجابة.

3. النظرية المعرفية نيسر (1928-2012)

تتحدث النظرية عن مجموعة من الخطوات والمراحل التي تعالج المعلومات وفق نظام معالجة متسلسل منظم يحاكي أنظمة الحاسوب. وينظر إلى الإنسان أنّه يعمل مثل الحاسوب بمعنى وجود مدخلات ومخرجات في التعامل مع العالم الخارجي؛ إذ إنّ الإنسان لا يقتصر دوره على تسجيل المعلومات كما هي الحال في الإعلام الآلي وإنما تجري معالجة وتعديل وتحويل المعلومات، وتعرف النظرية المعرفة حلّ المشكلات أنّها موقف تفكير يتطلب استخدام معالجة معلومات التي تصبح نشطة وديناميكية حتّى يصل الإنسان إلى حالة من التوازن المعرفي وبالتالي حلّ المشكلة (العتوم، 2004).

فُسر حلّ المشكلات في إطار النظريات بناء على الوجهة التي تتبناها، فعلى سبيل المثال ترى النظرية السلوكية أنّ حلّ المشكلات موقف يمكن أن يخضع للتعلّم، بتقسيم أجزائه إلى خطوات يسير فيها المتعلم خطوة تلو الخطوة. أمّا النظرية المعرفية فهي تفترض أنّ حلّ المشكلات موقف أو نشاط يواجهه المتعلّم ويتفاعل معه، ويمثل عمليات معرفية منها: التذكر، والانتباه التفكير، ويستحضر فيه خبراته ومعلوماته من مخزون الذاكرة، بهدف الارتقاء في معالجته الذهنية لموقف المشكلة والحصول على حلّ لها، وبالتالي يصل إلى خبرة جديدة.

ثالثاً: التوافق الزوجي The Marital Compatibility

حظي مفهوم التوافق الزوجي باهتمام واسع في مجال علم النفس بوصفه من أكثر المفاهيم شيوعاً ، وأحد المفاهيم العديدة التي استخدمت لدراسة العلاقة الزوجية مثل: التماسك، والتكيف، والتكامل، والتي قد تشير إلى المعنى نفسه أو إلى معنى مغاير، فهو مفهوم يقيم سلوك الإنسان وتوافقه مع البيئة، و يصف كيفية الوصول إلى التوافق والعمليات التي يجري بواسطتها التوافق أو عدمه، وقد يُعدّ تحقيق التوافق بين الزوجين أحد أهداف الإرشاد الأسري والزوجي، وذلك لأنّ له تأثير في نشأة ونمو الإنسان السوي، وغير السوي، و في المناخ الأسري والاجتماعي؛ و لا يقتصر التوافق الزوجي على توافق الإنسان مع نفسه، بل يمتدّ إلى توافقه مع الآخرين، وفي مجالات عدة، فهو مؤشر ثانوي على نمو شخصية كلا الزوجين معاً، فقد عُرف على أنّه حالة من التفاعل الثنائي الإيجابي بين الزوجين والمبني على المحبة والمودة وإشباع الحاجات الأساسية والثانوية للزوجين بأقل درجة ممكنة من الخلافات ، أو الاضطرابات الحادة التي قد تؤرق حياتهما (السلمي، 2020).

فهو حجر الأساس للأداء الجيد للأسرة الزوجية، ويعد من أهم المؤشرات التي تسهم في إمكانيات التنبؤ بالصحة العقلية عند المتزوجين، فالأزواج الأكثر تكيفاً في حياتهم العامة الذين لديهم احترام ذاتي مرتفع، متوافقون في حياتهم الاجتماعية، وفي علاقاتهم بمن حولهم، ولديهم درجة عالية من التوافق الزوجي (السلمي، 2020).

يعد (الشهري) أنّ التوافق الزوجي "حالة وجدانية توضح مدى التفاعل المتبادل بين الزوجين والأدوار والمسؤوليات الواقعة على كلا الطرفين في جوانب الحياة الزوجية" وغالبا

يعدّ الزواج بين شخصين مختلفين ليسا متشابهين هو زواج موفق، لكنّ هذا الاختلاف ليس جوهرياً؛ ويعدّ التوافق الزوجي ثمرة سلوك قصدي يصدر من الزوجين ، فهو ليس عملية عشوائية أو مصادفة، وإنما يتطلب الجهد والعمل معا للسير بسفينة الزوجية إلى بر الأمان، وتربية الأبناء تربية حسنة ، وهذا يتطلب تحمل المسؤوليات والتعاون بين الزوجين (الشهري و الكشكي، 2020).

فهو تعبير عن عملية الحدّ من الصراع والاتفاق النسبي بين الزوج والزوجة على الموضوعات الحيوية المتعلقة بحياتهما المشتركة، والمشاركة في أعمال وأنشطة مشتركة، وتبادل العواطف، ويتوقف على تصميم كلا الزوجين على مواجهة المشاكل المادية والاجتماعية والصحية، والعمل على تحقيق الانسجام والمحبة المتبادلة بينهما (الخولي، 2009).

إنّ التواصل القائم على التوافق الفكري والانفعالي والعاطفي والجنسي بين الزوجين يساهم في تحقيق متطلبات الزواج، واتخاذهما لأساليب سوية تساعد في تخطي ما يعترض حياتهما الزوجية من عقبات، ويحقق أقصى قدر معقول من السعادة والرضا (باصويل، 2008).

فهو تعبير عن مستوى التآلف بين الزوجين القابل للتطور والنمو، لما يحققه ويقدمه أحد الطرفين من تفهم وتقدير لظروف وطبيعة الطرف الآخر الذي عليه مقابلة ذلك بالمثل، وما يقدمانه لبعضهما من دعم ومساندة سلوك إيجابي وتفاعل جيد بينهما. (سليمان، 2005).

المفهوم النفسي للتوافق الزوجي

إنّ التوافق الزوجي قدرة الزوجين على التواءم مع بعضهم، ومع مطالب الزواج، ويستدلّ عليه بالأساليب التي يستخدمونها في تحقيق أهداف الزواج، ومواجهة الصعوبات

الزوجية، والتعبير عن الانفعالات والمشاعر، وكذلك في إشباع حاجات الزواج من تفاعل وتواصل، ويشمل التوافق الزوجي سلوكات قصدية إرادية للأزواج بناء على دوافع وأهداف تحققها، وحاجات تلبيةها، فيشمل التصرفات المقصودة التي يقوم بها، وقد أشير لأهمية التوافق بين الزوجين لتحقيق التوازن والاستقرار الزوجي (مرسي، 1995).

يعد التوافق الزوجي من أنماط التوافق الاجتماعي التي تسعى إلى إقامة علاقات منسجمة مع الشريك؛ إذ إنّ إشباع حاجتهما، والوصول إلى حالة من الرضا الزوجي محصلة نهائية، والتوافق الزوجي يشير للعوامل والمصادر المؤدية لتحقيق ذلك التوافق؛ إذ إنّ الوصول إلى درجة التكامل بين الزوجين في الشخصية، يكون باتّحاد الأبعاد المختلفة للتوافق؛ وتشمل عملية الاختيار للزوج/ة والاتفاق في السمات الشخصية والثقافية والقيم معه/ها، الأمر الذي يساهم في تقاربهما وتوافقهما (الشهري والكشكي، 2020)

أهمية التوافق الزوجي

تبرز أهمية التوافق الزوجي في انعكاس نتائجه على الأسرة والمجتمع؛ ويعد هدفا يسعى الإرشاد الزوجي لتحقيقه، فالتعرف إلى الأسباب المؤدية إلى سوء التوافق الزوجي، والمتغيرات المؤدية إلى التوافق الزوجي تُعدّ هدفاً لتحقيق التماسك والتوافق الأسري والزوجي، ومواجهة التحديات الحياتية؛ فالتوافق الزوجي مفهوم نسبي تتباين العوامل المؤثرة فيه من مجتمع لآخر، ومن سياق ثقافي لآخر ومكانة الأسرة فيها، كما اختلف الباحثون حول التصنيفات للمتغيرات المؤثرة في التوافق الزوجي، أو المواءمة الزوجية التي تصنف إلى عوامل عدة : فردية، واجتماعية، ونفسية وثقافية، كما أنّه يتأثر بعوامل مثل : ردود الأفعال، وأشكال التفاعل سواء كانت إيجابياً أم سلبياً (مرسي، 1995).

إن انخفاض التوافق الزوجي يثير مشاكل عديدة بين الأزواج، ويُظهر النزاعات اللفظية والبدنية بينهم ، التي قد تقود إلى الطلاق، الأمر الذي يترك أثراً سلبياً على الأبناء وعدم شعورهم بالأمان ، والخوف من انهيار الأسرة، فضلاً عن تأثيرها على تكوين اتجاهات سلبية نحو الزواج ، في المقابل فإن ارتفاع مستوى التوافق الزوجي يزيد من قدرة كلا الزوجين على تحمل ضغوط الحياة و، اجتياز الأزمات التي تواجهها، وهذا الأمر يجعلهما أكثر سعادة في الحياة بوجه عام، وأكثر قدرة على توظيف طاقاتهم وقدراتهم على تحمل وإنجاز المهمات المفروضة عليهما بأكبر قدر من الكفاءة (الغامدي وسلامة، 2023).

ويعد التوافق بين الزوجين مؤشراً على العلاقة الإيجابية بين الفرد ومحيطه، فهو يتضمن الإحساس بالسعادة والرضا عن الذات، والشعور بالأمن والطمأنينة مع الآخرين، وضرورة القيام بالواجبات، واحترام الآخرين والتعاون معهم، وتقبل النقد والقدرة على التعبير عن الأفكار والمشاعر دون خوف، ومن الطبيعي أن يؤدي التوافق بين الزوجين بتوافر هذه المؤشرات إلى تعزيز حالة الاستقرار الأسري. فالطفل الذي ينحدر من أسرة تتميز بالسعادة الزوجية للوالدين، عندما يصل إلى سن الشباب يصبح لديه حكم تقييمي لتطور السمات الخاصة بالاستعداد للزواج، وبالتالي الاحتمال الأكبر لنجاحه، لذلك فإن الوفاق بين الوالدين، والعلاقات السوية بين الوالدين تؤدي إلى إشباع حاجة الطفل إلى الأمن وتوافقه مع الآخرين (فرحان والسيد، 2020).

المفاهيم الأساسية للتوافق الزوجي

تقوم العلاقات والتفاعلات بين الزوجين المتوافقين على مفاهيم أساسية عدة وهي:

- الحب بوصفه رابطة تمثل مزيجاً من القوة والحنان، والرعاية المتبادلة.

- الاحترام المتبادل، وتقبل العيوب والمزايا.
 - التفاهم بوصفه ضرورة ملحة للحياة الزوجية، فالوضوح حول الخطط الرئيسة للحياة يسهل عملية الالتقاء في التفاصيل، وتجنب النزاع والاختلاف في الآراء .
 - الانتماء الخاص للحياة الزوجية، فهو تمثيل لرضا شخصين على إكمال مسيرة حياتهما معا، وتقاسم آلامها وأفراحها.
 - التعاون بين الزوجين وتشكيل السند لبعضهم بعضا.
 - الصداقة بوصفها تمثيل للمحبة الحقيقية، والاحترام المتبادل القائم على التفاهم، والانتماء القائم على الالتزام الأدبي والمعنوي تجاه الطرف الآخر (العبدلي، 2019).
- ويمكن إجمال مفاهيم أخرى مرتبطة بالتوافق الزوجي كالرضا الزوجي الذي يُعرف أنّه قدرة الزوجين على التواصل الجيد، والتوافق مع التغيرات التي يحدثها الشريك ، والحفاظ على الزواج من الوقوع في روتينيات العلاقة، والتفاعل الزوجي وما يتركه من آثار نفسية على بعضهم بعضا بإدراك السلوك وتفسير دوافعه، والانسجام الزوجي كأحد مظاهر السعادة الزوجية التي تؤثر في الحياة الزوجية كعادات الزوجين وطريقتهم في أوقات فراغهما، وآرائهم الدينية والاقتصادية والاجتماعية والسياسية، أمّا فيما يتعلق بالسعادة الزوجية فتتمثل بشعور الزوجين بتوافقهما وتفاعلها معا بالمودّة والرحمة، وما يتولد لديهم من اتجاهات ايجابية نحو بعضهم ونحو الزواج ، ويجدون الأمن والاستقرار في علاقتهم ويتمسكون بها ويحافظون عليها ، فهي تعبير عن مجموع الأحداث الإيجابية و الانفعالات السارة التي تكون في حياة الزوجين ، والوفاء والإخلاص الزوجي من الزوج لشريكه ، وعدم الخيانة الزوجية التي تتعلق بمظاهر الإشباع العاطفي والجنسي خارج نطاق الزواج، وأخيرا الائتلاف الزوجي بوصفه

نمطا من التفاعل بين الزوجين الذي يضمن الرضا الزوجي وتبادل الحاجات ، والتفهم الزوجي ؛ و يعبر الزوجان عن انفعالاتهما ومشاعرهما بتقبل وحرية (أجنيد، 2020).

أسس التوافق الزوجي:

إن قضية توافق الزواج، قضية معقدة ونسبية إذ إن الوصول إلى التوافق الكامل في علاقة الزواج هو أمر صعب الحدوث ، وغياب هذا التوافق الكامل لا يعني بالضرورة إصابة الأسرة بالخلل والانهيـار، فمن الممكن أن تدخل في إطار عملية التوافق عوامل أخرى، كثبات الزواج والإحساس الذاتي بالسعادة عند كلا الزوجين، وتحقيق توقعات الجماعات الاجتماعية الكبيرة، والتطور الكامل لشخصيتي الزوجين وقدراتهم، وفاعليتها في تربية أبناء قادرين ايجابيين، وتحقيق التكيف والتكامل الداخلي للزوجين، وغياب المشاحنات والأزمات، والاستعداد النفسي والمعنوي والمادي لتحمل مسؤولية الزواج، وسن الزواج المناسب، والتكافؤ النفسي والجسمي والتعليمي والثقافي بين الزوجين ، والإشباع الجنسي المتبادل بين الزوجين، والتقدير ، وتبادل الهدايا، و تقديم التنازلات ، والتعاون المتبادل، واستخدام أسلوب الحوار ، والتفاهم في حلّ المشكلات. (ضمرة، 2021).

مظاهر التوافق الزوجي:

انطلاقا من اعتبار التوافق الزوجي موضوعاً محورياً وحيوياً فإنه يترك أثره في استقرار الأسرة وديمومتها، ففي إطار الزواج تُشبع الحاجات المختلفة بإطار شرعي اجتماعي يزيد الرضا النفسي والجسدي لدى الزوجين، وكذلك إشباع دور الأبوة (علي، 2022).

أشارت بعض الدراسات إلى مجموعة من المظاهر التي تدلّ على حدوث التوافق الزوجي وهي التواضع، والتعاون بين الزوجين في أداء الأدوار، والشعور بالسعادة والرضا عن الحياة والزواج، والراحة النفسية، والسلوك الاجتماعي المقبول، وشعور الأبناء بالأمن النفسي، والدعم والمساندة من الطرف الآخر والأسرة، مما يساهم في حلّ المشكلات، والإشباع الجنسي، والتعاون الاقتصادي، والنجاح والكفاءة في العمل؛ إذ إنّ التوافق الزوجي للفرد قد يزيد استقرار الفرد العامل في عمله، وحصول الزوجين على مطالبه وأهدافه، باتفاق سلوكياتهم مع توقعاتهم؛ ووجود التواصل غير اللفظي الناجح، وظهور الحب المتبادل بينهما، فضلاً عن توفر التواصل المباشر بين الزوجين، وتقبل كلّ منهما للآخر، والالتزان العاطفي والانفعالي للعلاقة الزوجية، والخضوع لمطالب الزواج، والتوافق النفسي في المشاعر، والأحاسيس، والميول، والرغبات والطموحات والفكر فضلاً عن التوافق في التوجه نحو الإنجاب للأطفال وأسلوب التربية (سليمان، 2005).

والمؤشرات التي تساهم في التوافق الزوجي قبل الزواج تشمل:

- التعارف والتوافق الجيد في فترة الخطوبة.
- التقارب في العمر والمستوى العقلي والتعليمي.
- أن تكون طفولة الزوجين سعيدة وعلاقة الأب والأم وثيقة ومستقرة.
- أن يكون لدى الزوجين ثقافة جنسية، ووجود الرغبة في الإنجاب فضلاً عن خلو شخصية الزوجين من الاضطرابات العصبية.

أمّا فيما يخصّ المؤشرات خلال الزواج فتشمل الاستمتاع الجنسي وتساوي قوة الرغبة، والمساواة بين الزوج والزوجة، وعدم وجود صراع حول الأنشطة، وقبول كلّ طرف لشخصية الآخر (الخولي 2009).

العوامل المؤثرة في التوافق الزوجي:

تتدرج عملية التوافق الزوجي وتختلف نسبياً باختلاف المجتمعات وصور التنشئة الاجتماعية السائدة في المجتمع، واستمرار الحياة الزوجية واستقرارها؛ ويعد توافق الأزواج نتيجة للتفاعل الإيجابي بين الطرفين ومرتبطة بالعديد من العوامل من أهمها:

1. الاختيار الموفق لشريك الحياة: يشكل الاختيار السليم لشريك/ة الحياة، جانباً مهماً، وأول الخطوات التي تعمل على تحقيق التوافق الزوجي، والعاطفة والودّ والانسجام النفسي بين الخطيبين من العوامل المؤدية إلى دوام العشرة وصلابة العلاقة الزوجية، لكن ليس على حساب الدين والعقل والمواصفات التي عرضها الشرع وأسسها العقل (الحربي والحريقي، 2013).

2. الإشباع للحاجات الجنسية والعاطفية: يعد التوافق الجنسي العاطفي مهماً في العلاقات الزوجية، ويُعدّ الزواج، الطريق الفطري الذي يحقق للطاقة الجنسية هدفها الإنساني، الأمر الذي يقوي الرابطة بين الزوجين. وعدم التجاوب الجنسي والعاطفي يعد تهديداً للعلاقة. وهذا قد يعود إلى النمو النفسي والجنسي لكلا الزوجين، فضلاً عن اختلاف المعايير والقيم الخاصة بالعلاقة الجنسية والعاطفية بين الزوجين. ففي إطار المجتمعات العربية تركز على الزواج بوصفه مصدراً للعلاقة العاطفية والجنسية ، وإنّ فشل الزواج في تحقيق هذا الإشباع لا بد أن يهدد العلاقة الزوجية بالانفصال، في حين أنّ المجتمعات التقليدية

والمحافظة لا تنظر للزواج من هذا المنطلق، فإنّ هناك تحفظاً حول مناقشة الجنس حتى بالإطار العلمي ، لذا نجد أنّ عدم التوافق الجنسي نتيجة للخلافات أو توقعات الدور أو غيرها من الأسباب قد يكون تعبيراً عن عدم التوافق الجنسي أو الزواجي، الأمر الذي من الممكن أن يظهر بعض الأمثلة لأزواج قد يكون لديهم وفاق عاطفي ، ولكن يعيشون حالة من التنافر الجنسي ، وبالتالي تزيد احتمالات حدوث النزاع والتوتر الزواجي بصورة تعيق تحقيق التوافق بين الزوجين . (القحطاني، 2020).

3. الجانب العاطفي: توجد علاقة وثيقة بين التوافق الزوجي، والتوافق العاطفي بين الزوجين، ويؤدي التوافق العاطفي دوراً رئيساً في الحياة الزوجية في نجاحها أو إخفاقها، وإن وجدت عوارض ومشكلات عابرة في الحياة الزوجية فلا يجب أن تعكس صفو هذه الحياة طويلاً، بل يجب أن يُنظر إلى مثل هذه المشكلات العادية على أنّها طبيعية، وإذا لم يتحقق التوافق العاطفي بين الزوجين سيؤدي لعدم نجاح الزواج سواء كانت المشكلة من طرف الزوج أو من الزوجة (الكعبي، 2015).

من المهم توافر مستوى من التوافق العاطفي لدى الزوجين، بمعنى أن يشعرا بالحب والمودة والتقدير والاعتبار والارتباط النفسي والعاطفي المتبادل، كي تؤدي العلاقات الزوجية والأسرية دورها في حياتهما المشتركة وتسمح بتوافر الراحة والاطمئنان بين قطبي الحياة الزوجية، وتدفعها نحو البذل والعطاء، والشعور بالحنين بين الزوجين في حالة الغياب، والميل إلى التضحية من أجله والتغاضي عما فيه من عيوب، ومحاولة الانسجام بينهم في الميول والاهتمامات والتجاوب العاطفي (سليمان، 2005).

ومن الممكن تنمية الحب قبل الزواج، أثناء الزواج وبعد الزواج، مع العلم أنه من الصعب الحفاظ على علاقة طويلة المدى بين الزوجين في مستوى الحب الكامل الذي يشمل (الألفة والالتزام والعاطفة)، لذا يؤدي التوافق العاطفي بين الزوجين دوراً مهماً في استمرار العلاقة الزوجية، وتحقيق التوافق الزوجي من جوانبه المختلفة. (أبو أسعد وعربيات، 2008)

4. سمات الشخصية: تُعد الشخصية من أكثر المفاهيم في علم النفس تعقيداً لأنها تتضمن الصفات الجسمية والعقلية والوجدانية التي تتفاعل مع بعضها داخل كيان الفرد ؛ و تتأثر العلاقة الزوجية بشخصية الزوج أو الزوجة سواء بتدعيم التوافق، أو خلق نوع من التوتر والصراع الذي يشكل تهديداً للعلاقة الزوجية، كما أن للتنشئة الأسرية وطبيعة التماسك أو التفكك للأسرة تأثيراً كبيراً في شخصية الفرد ، الأمر الذي قد يكون محفزاً للتوافق الزوجي إذا كانت الأسرة الأصلية مترابطة، أو إذا كانت مفككة فيتولد لدى الفرد اتجاه سلبي في الزواج ؛ و يوجد ارتباط موجب بين التوافق الزوجي وبعض خصائص الشخصية مثل: النضج الانفعالي، والقدرة على مواجهة التوترات بصورة بناءة، والثقة بالنفس، والدفاء، والتعبير العاطفي، والحساسية نحو احتياج الآخر، وتوكيد الذات، والميل إلى الحرية، والنشاط، وتحمل المسؤولية (أبو أسعد وعربيات، 2008).

هذا الأمر أكدته آل سويلم (2019) أنّ الزوجات المتوافقات في زواجهنّ هنّ أكثر اتزاناً من ناحية عقلية وانفعالية، وأكثر مودة من الزوجات غير المتوافقات، في حين كانت الفروق في الشخصية غير حاسمة بين الأزواج المتوافقين وغير المتوافقين، مما جعل الباحثين يربطون التفاعل الزوجي الإيجابي بنضج شخصية الزوجة أكثر من الزوج.

يتأثر التوافق الزوجي بدرجة الانفعال لدى كلٍ منهما أمام المواقف التي يمر فيها الأزواج، أو بدرجة الشعور بالقلق وعدم القابلية للتوافق مع متطلبات الحياة الجديدة؛ إذ إنّ تفهم سمات شخصية شريك/ة الحياة تعدّ من أهم العوامل التي تؤثر في التوافق الزوجي، وليس شرطاً أن يتوافر التشابه في شخصية الزوجين، ولكن من المهم التفهم لسمات شخصية كلٍ منهما من أجل تسهيل التعامل معه/ا، فقد يكون الزواج القائم بين شخصين مختلفين في السمات والطباع أنجح من زواج سمات تتطابق فيهما الشخصيتان (البواليز وعربيات، 2020).

5. التواصل بين الزوجين: يعدّ التواصل من أساليب التوافق الزوجي، وعندما يستطيع كل طرف أن يفهم الطرف الآخر، ويعبر عما يرغب به من استجابة، دون توقع عدم فهمها من الآخر، فالاتصال الجيد هو لبّ الزواج الناجح، وهو المحرك لإدارة العلاقة الزوجية، ويمتدّ التواصل بين الزوجين إلى المشاركة المتبادلة التي تكون وجدانية وفكرية واجتماعية وتروحية (سليمان، 2005).

وتتمثل أهمية الاتصال بين الزوجين بمجموعة من الأمور مثل: محاولة الالتزام والهدوء، والتعرف إلى وجهة نظر الآخر، واحترامها، والاستعداد لتقديم التنازلات، والمتابعة والبحث عن حلول مرضية للطرفين، والاستماع والإنصات إلى هموم الشريك/ة باهتمام واحترام وتقدير وتعاطف، وتجاوب، وتقبل المسؤولية عن مشاعر الطرف الآخر، والتسامح، والقدرة على التفاهم، والتغاضي عن الأسباب، وتقديم الرأي بمقترحات تسهم في حل المشكلة (الحربي والحريقي، 2013).

6. مدة الزواج: يواجه الزوجان في السنوات الأولى من الزواج خصوصية معينة ويبدأ الزوجان في التوافق والتكيف بينهما، وتمتاز هذه السنوات بتنظيم الحياة الاجتماعية والاقتصادية

والدينية والنفسية للأسرة. كما أنّ هناك تفسيراً آخر لانخفاض التوافق الزوجي في وقت مبكر من الزواج، مثل الاكتشاف لعادات الشريك المفاجئة، وعدم التوصل لمبدأ تقسيم الأدوار، ووجود الأطفال والروتين والالتزامات تجاه الأقارب، فإنّ مدة الزواج لها تأثير واضح على التوافق الزوجي، ويؤدي التقارب الزوجي ومدته واستمراره إلى ضمان التوافق بين الزوجين على المدى الطويل (حلوش، 2020).

7. التقارب والتباعد الاجتماعي والثقافي والديني والاقتصادي: من العوامل الأساسية في التوافق الزوجي التقارب بين الزوجين (فكري، واجتماعي، وثقافي، واقتصادي....). والتناقضات تولد شخصيات متباينة الطباع والفكر والتوجه، والاختلاف في الخلفية التي يأتي منها الزوجان ينعكس على العلاقة، وتشكل هذه الفروق عقبة في طريق التواصل الذي هو مفتاح أساسي من مفاتيح التوافق الزوجي، كما أنّ للجوانب المادية أهمية كبيرة في إطار الزواج وتحقيق التوافق الزوجي؛ و تعدّ مصدراً من مصادر الخلاف والصراع بين الزوجين، مثل عدم التشاور، والاتفاق بين الزوجين على كيفية الإنفاق، ودخل الزوجة من الممكن أن يكون أحد أسباب النزاع بين الزوجين كأن يتعدى الزوج على دخل زوجته ويتصرف به دون رضاها، والطريقة التي يصل بها الزوجان إلى الرضا المتبادل عن الإدارة المالية يرتبط بالتوافق الزوجي (يونس وآخرون، 2023).

ينشأ عدم الاستقرار الزوجي عندما تتباين التقاليد والعادات والقيم لدى أسرتي الزوجين، أو الاختلاف في الخلفية الاجتماعية والاقتصادية ودرجة التعليم، أو تباين العرق، أو تنافر أهداف الزوجين، أو تعارضها (الحنطي، 1999).

8. العمر عند الزواج: تؤدي العوامل الثقافية والاجتماعية والاقتصادية دوراً في تحديد سن الزواج، وبالرغم من أن الدراسات لم تثبت علاقة بين التقارب في سن الزوجين والسعادة الزوجية، إلا أنه من المتغيرات المهمة ذات الصلة بالتوافق الزوجي؛ إذ إنَّ الفرق الكبير في السن بين الزوجين قد يزيد من التفاوت الجيلي بينهما، فيبرز الاختلاف في التفكير، والمشاعر، والاهتمامات، والطاقة وردود الأفعال في التفاعل الزوجي، مما يزيد من احتمالية التنافر وقلة التآلف (مرسي، 1995).

ونشأت التشريعات الخاصة بتحديد سن الزواج في المجتمعات العربية نتيجة شيوع معتقدات جديدة حول الصحة والخصوبة، وأهمية الحياة الأسرية لتلافي الأضرار الصحية والاجتماعية التي تنشأ من الزواج بين صغار السن، أو نتيجة تغيير معنى العلاقة بين الزوج والزوجة، ولكنها لم ترمِ إلى رفع السن لتحقيق حرية الاختيار، فهذه القوانين لا تسمح بالزواج في هذه الأعمار دون موافقة الآباء على اختيار الشريك، ولما كان الآباء يأخذون دوراً مباشراً في ترتيبات الزواج، فلن يكون الأزواج أو الزوجات في مثل هذه الأعمار قد حققوا نضجاً فعلياً من ناحية السن والاستقلال الاقتصادي يجعلهم يقررون بأنفسهم ويجعلهم بغير حاجة إلى موافقة الكبار (الحبسي وعبد الرشيد، 2023).

9. إنجاب الأطفال: تعدّ الوالدية مرحلة انتقالية تؤدي إلى إحداث تغييرات مهم في أدوار الزوجين ، إذ يتحول دور الزوج إلى دور الأب، ودور الزوجة إلى دور الأم إضافة إلى الأدوار الزوجية السابقة، وهذا التحول يتطلب قدرة على التوافق الزوجي مع هذه الأدوار، ويقتضي دور الأب تحمل المسؤوليات المالية المتجددة في حين يتطلب دور الأم من المسؤوليات التي تبدأ بإنجاز القرارات المستمرة لتوفير الرعاية للوليد وإشباع حاجاته كما

يجب، وهذه السلسلة من التكاليف تحتاج توافقاً مستمراً من كلا الزوجين؛ ويعد الإنجاب أحد العوامل التي تحقق التقارب والحب بين الزوجين، وتنشأ رابطة بالغة الأهمية بينهم، ويسهم في تحقيق التوافق الزوجي (الخولي، 2009).

إن وجود الأطفال بين الزوجين غالباً يجعل من الزوجين يخفان من حدة أي خلافات تؤثر في علاقتهما الزوجية بسبب رغبتهم في تربيتهم في جو أسري طبيعي، وعلى الرغم من أن هناك كثيراً من الخلافات تنشأ بين الزوجين بسبب الأطفال وما يحتاجونه من جهد وعناية وإنفاق، وعدد الأطفال، والوقت والجهد والتكلفة العاطفية، ونتيجة للخلاف حول مسائل التربية والتنشئة والتأديب قد يضعف التوافق الزوجي (سليمان، 2005).

10. الكفاءة في أداء الأدوار الاجتماعية: إن الوضوح والكفاءة في أداء الأدوار وفق توقعات كلا الزوجين من العوامل المساهمة في التوافق الزوجي، وعلى الأغلب يكون دور الزوج والزوجة جديداً على كلا الزوجين، لأنهما لا يتمتعان بالخبرة في تكييف أنفسهم لمتطلبات التفاعل مع شخصية الشريك/ة؛ فيكون لدى الزوجين أفكار وتوقعات محددة حول العلاقة الزوجية ودور كل منهما فيها، فإذا عمل كل طرف منهما على أداء دوره بأسلوب يتناسب مع توقعات الطرف الآخر يحدث التوافق بينهما، أما إن كان سلوك أحد الأطراف لا يتناسب مع توقعات الآخر نتج عنه الصراع وعدم التوافق (الخولي، 2009).

11. عمل المرأة: إن الأدوار الزوجية التقليدية قد تخلق مشكلات وتوترات للأزواج العاملين، والزواج القائم على الدور المشترك للزوجين هو ضرورة اقتصادية لكثير من الأزواج نتيجة للتغيرات الاجتماعية، والاقتصادية المحدثّة، ومن هذه التغيرات خروج المرأة للعمل. ومن أحد المشكلات التي ترتبط بعمل المرأة هو دخل الزوجة، ويُعتقد أن خوف الزوج من

استقلال زوجته مادياً يجعله يتسلط ويحاول التصرف به، لتظهر الصراعات بين الزوجين في أشكال مختلفة (سليمان، 2005).

معوقات تحقيق التوافق الزوجي

يتعرض التوافق الزوجي لما يقويه ويدعمه، كما أنه يتعرض لما يعوقه؛ ولا توجد حياة زوجية متوافقة بدرجة كلية، ومن الطبيعي وجود بعض المشكلات الناتجة عن الاختلافات بين الزوجين، و لكلّ منهما شخصيته لها سماتها وأساليبها الخاصة في المعاملة الزوجية، لهذا فالحياة الزوجية السعيدة لا تخلو من وجودها، ولكن من المهم أيضاً أن تحلّ هذه المشكلات بطريقة مناسبة وفي الوقت المناسب، ليعود الزوجان إلى التفاهم بعد الاختلاف على الأمور التي سببت المشكلات، إذ إنّ تفاهم الزوجين ونجاحهما في حلّ المشكلات عامل مدعم جيد ومساعد على التوافق الزوجي (الحلي، 2009).

يواجه التوافق الأسري والزواجي بعض المعوقات الناجمة عن عدم نضج العلاقة بين الزوجين، أو تفاوت المستوى التعليمي بينهما، أو يكون هناك تفاوت في المكانة الاجتماعية، أو الاقتصادية، أو نتيجة لزواج قبل التهيئة للحياة الأسرية، أو للتباين في الطباع والمزاج بين بعض أفراد الأسرة ويمكن تلخيص بعض هذه المعوقات بالآتي:

المعوقات الأخلاقية: مثل التشكيك بتصرفات الزوجين، والتفاوت في التزامهم الأخلاقي، وإدمان وانحراف أحد الزوجين، والإهمال للمسؤوليات الزوجية، وبعد الزوجين عن بعضهما لفترات طويلة.

المعوقات المادية: مثل عدم قدرة الزوجين على تحمل الأعباء المادية والاعتمادية المالية، وكثرة المتطلبات، واستغلال الزوج لدخل زوجته.

المعوقات الثقافية: تتمثل في الاختلاف الشديد في مستوى ثقافة الزوجين والمستوى التعليمي، والاختلاف في الخلفية الثقافية والأسرية.

المعوقات النفسية: تتمثل في اختلاف واقع الأسرة المعيش عن التصورات والآمال المتوقعة قبل الزواج، وكثرة الضغوط النفسية، والغيرة الزائدة والشك في الآخر.

المعوقات الشخصية: ضعف الشخصية والحالات المرضية، كالعقم لأحد الزوجين، والتفاوت الحاد في المواقف وجهات النظر.

المعوقات الاجتماعية: عدم التقدير لمشاعر بعضهم، والتدخلات في شؤون الزوجين من الآخرين، والمبالغة في السيطرة من الزوج/ة، وظهور علاقات عاطفية في حياة أحدهما، أو زواج الرجل بامرأة أخرى وإهماله زوجته الأولى (علي، 2022).

ويمكن الخروج بخلاصة مفادها أنّ التوافق الزوجي الفعلي هو صيرورة تتحقق بإجراءات الزواج المتعارف عليها منذ بداية عملية التفكير في الإقبال على الزواج والاختيار المناسب، والخطوبة وما يليها من إجراءات، وتستمر لتدخل مرحلة الزواج الفعلي؛ وينسجم الزوجان فكريا ووجدانيا. فهو عملية ديناميكية، وتظهر مظاهره في مجموعة من الأمور؛ التعاون والحب المتبادل، والإشباع الجنسي، وتحمل المسؤولية الزوجية، وحلّ المشكلات بأسلوب مناسب في الوقت المناسب، فتتعزيز حالة الرضا عن الحياة الزوجية، وتتحقق السعادة والتوافق الزوجي (فرحان والسيد، 2020).

النظريات المفسرة للتوافق الزوجي:

1. النظرية البنائية الوظيفية (Parsons)

تقوم هذه النظرية بحسب باصويل (2008) على فكرة أنّ المجتمع يتكون من أجزاء، وكلّ جزء يتميز بخصائص معينة ووظيفة تتحدد بحسب ما يقدمه لخدمة الأجزاء الأخرى، وإنّ أجزاء المجتمع تتماسك عن طريق الاعتماد المتبادل والاتفاق على أمور معينة، مثل القيم والأخلاق والمعايير، وإنّ أيّ تغير يحدث على أيّ جزء من شأنه أن يحدث تغييرا على الأجزاء الأخرى.

ويرتبط التوافق الزوجي لهذه النظرية بمدى التزام الزوجين بأداء الوظائف المناط بهما في إطار الأسرة، وتقل درجة التوافق حسب درجة الإهمال والتقصير في هذه الواجبات، وإنّ عوامل الاستقرار داخل الأسرة تعود إلى نمط المجتمع الذي تنتمي إليه، وإنّ عوامل التغيير المرتبطة بالتصنيع في المجتمع تجعل الوحدة والاستقرار داخل الأسرة تواجه بعض الصعوبات. (الغزوي، 2009).

2. نظرية التبادل ال اجتماعي Social Exchange Theory

يرى جورج هومانس (G. Homans, 1985) أنّ العلاقات الإنسانية نوع من السلوك الاجتماعي القائم على نتائجه؛ و ركزت هذه النظرية بحسب مرسى (1995) على ما يمكن تسميته "الربح النفسي" موضحا حدوث التفاعل الاجتماعي، و مشيرا إلى أنّ إثابة السلوك تعمل على تدعيمه وتقويته، وأنّ عدم إثابته تضعفه، لكنّ هومانس اشترط في الثواب أن يكون ذا قيمة نفسية عند الفرد المثاب كي يشعر بالربح والمكسب النفسي، وأن يتجنب الخسارة النفسية التي تحدث عندما يتعرض الفرد للعقاب، لذلك فالفرد يستمر في التفاعل إذا كانت الإثابة التي يحصل عليها مساوية أو تفوق في قيمتها النفسية قيمة ما يقوم به من سلوك، وبناء عليه يزداد قرب

الزوجين من بعضهما ، ويشعران بالربح النفسي جراء زواجهما، فيعدل كلاهما مشاعره وأفكاره وسلوكاته حتى يقترب من مشاعر وأفكار وسلوكات الطرف الآخر، وبذلك يستمر التفاعل الإيجابي بينهما مما يترتب عليه زيادة التوافق الزوجي.

إنّ وجود عائد إيجابي مرغوب من الزوجين يزيد التوافق الزوجي، وإن تبادل الزوجين الأدوار للحصول على المكافآت يجعل العلاقة الزوجية تستمر لمدة أطول مما يدعم التواصل الوجداني بين الزوجين، وينعكس أثره على الأولاد بصورة مفيدة. أما سوء التوافق الزوجي فيحدث عندما تحدث الخسارة النفسية لأحد الزوجين، الأمر الذي يؤثر في تفاعلهم ويقود إلى الصراع النفسي بينهم، وتعارض المصالح والدوافع، فيختل توازن الأسرة النفسي وأدائها لوظائفها. وذلك بحسب طرح (الحنطي، 1999).

ويمكن الإفادة من النظرية التبادلية التي تستند على مفهوم الربح النفسي، وتبادل التعزيز بين الأزواج ، وتعلمهم من التفاعلات التي قد يقدمها الزوج/ة التي قد تثري العلاقة، فلا يمكن للزوج/ة إلا أن يستجيب بتفهم وإيجابية ردا على المكسب النفسي الإيجابي الذي تلقاه من الزوج/ة، والعكس صحيح ، فالتوافق يتطلب ضمان وجود الوعي بهذه المكاسب والخسائر في إطار علاقتهم، مع ضرورة بذل جهود من قبل حديثي الزواج في تفهمهم للأثر النفسي الإيجابي والسلبي لسلوكهم وتفاعلاتهم وردود أفعالهم واستجاباتهم المختلفة على علاقتهم الزوجية واستقرارها ؛ إذ إنّ إدراك هذا الأمر منذ بداية الزواج يعد من الأساسيات التي تضمن استقرار العلاقة الزوجية في المستقبل، وهذا ما تسعى إليه الدراسة الحالية.

3. النظرية الإنسانية Humanistic Theory

يرى روجرز (Rogers) صاحب المدرسة الإنسانية أن الإنسان قادر، ولديه الإرادة والحرية في الاختيار، وقيادة نفسه والتحكم فيها، وتُعزى أنواع السلوك الإنساني كافة إلى دافع واحد هو تحقيق الذات، وأما معايير التوافق فتكمن في ثلاثة أمور وهي الإحساس بالحرية، والانفتاح على الخبرة، والثقة بالمشاعر الذاتية (أبو اسعد وعربيات، 2008).

يعرف روجرز الفرد المتوافق أنه الشخص القادر على تقبل المدركات بما فيها مدركاته عن ذاته؛ ويكتشف الإنسان من هو بخبراته المختلفة سواء مع الأشياء والأشخاص الآخرين، وكلما كانت الخبرات الزوجية متفقة مع قيم الزوج عن ذاته، فإن مستوى التوافق الزوجي يكون مرتفعاً، وعندما لا تتفق هذه الخبرات مع القيم عن الذات، فإن الزواج يكون في حالة صراع، ويأخذ التوافق الزوجي بالانخفاض (العنزي، 2009).

ويؤكد ماسلو (Maslow) أهمية تأكيد الذات في تحقيق التوافق السوي، و وضع معايير للتوافق منها الإدراك الفعال للواقع، وقبول الذات المتمركز حول الذات لحلها، والاستقلال الذاتي، والعلاقات الاجتماعية القوية والسوية، والتلقائية، والاهتمام الاجتماعي، والشعور بالعداوة تجاه الإنسان، والخلق الديمقراطي، والتوازن أو الموازنة بين أقطاب الحياة المختلفة، كما أضاف ماسلو (Maslow) إ أن الأفراد الذين يعانون من سوء التوافق يعبرون عن بعض الجوانب التي تقلقهم فيما يتعلق بسلوكياتهم غير المتسقة مع مفهومهم عن ذاتهم، وأن سوء التوافق ينشأ عندما لا تستطيع الذات مواجهة الواقع وإشباع حاجاته، وإن إخفاقه يكون لعدم إشباع الحاجات حسب الترتيبية (الحبسي وعبد الرشيد، 2023).

4. نظرية التوازن المعرفي (Balance Theory)

أشار فريتز هايدر (Heider, 1985) صاحب النظرية إلى أهمية الاتجاهات بوصفها قضية مهمة في الانسجام بين الزوجين، فالأزواج السعداء هم من اتفقت اتجاهاتهم، وينجم التوتر في العلاقات الزوجية بين الاتجاهات المتعارضة ، وتتكون الاتجاهات من مكون انفعالي يتمثل بالانجذاب والنفور للموضوع ؛ إذ إنّ العواطف الايجابية تتحول تدريجياً إلى عواطف سلبية نتيجة لتباين هذه الاتجاهات ، و الرغبة اللاشعورية في التخلص من التوتر، والمكون المعرفي المتعلق باعتقادات وأفكار الأفراد، والمكون السلوكي المتعلق بتوجيه السلوك ؛ و تشير نظرية التوازن إلى الميل لدى الأفراد للاتساق في أنماط الإعجاب والكره لبعضهم بعضاً، وعندما تكون غير متوازنة يحدث ضغط للتغيير في الاتجاه الذي يجعلها متوازنة (العنزي، 2009).

فالتوافق الزوجي تعبير عن العملية العقلية التي يقوم بها الزوجان لتحقيق التقارب بين هذه التوقعات والواقع، وعملية التنازل عن بعض المطالب المبالغ فيها مقابل تنمية التوقعات الإيجابية في تحقيق التوافق الزوجي (الحنطي، 1999).

ركزت معظم النظريات المتعلقة بالتوافق الزوجي على أهمية إيجاد حالة من التوازن النسبي بين الزوجين في عمليات الأخذ والعطاء مع اختلاف المسميات لكلّ نظرية، مع ارتباطها بدرجة الوعي المعرفي للأزواج، بأنماط تفاعلاتهم، وأهمية تقديم المبادرات الإيجابية المتبادلة وأبعادها على العلاقة الزوجية واستقرارها، الأمر الذي يؤكد ما سعت إليه الدراسة الحالية ، وهو معرفة مستوى المهارات التواصلية الإيجابية (التواصل الرحيم) وخاصة في حلّ المشكلات والتحديات اليومية وفق نماذج واضحة ومتفق عليها بين المتزوجين حديثاً عبر البرنامج الإرشادي المقترح ، الأمر الذي سيكون له دور كبير في تحقيق التوافق في إطار علاقتهم الزوجية.

1.2 مشكلة الدراسة وأسئلتها:

أضحى التوتر في إطار العلاقة الزوجية ظاهرة تتضح معالمها بزيادة حجم الطلاق سواء الفعلي الظاهري أو الروحي المستتر؛ إذ إن بروز مظاهر غياب التوافق الزوجي كان من المسببات للكثير من الخلافات والمشكلات الزوجية، الأمر الذي أسهم في عدم الاستقرار والتأثير السلبي في الصحة النفسية للأسرة الزوجية ، وارتفاع معدلات الطلاق التي وصلت 22% في العام 2022 (الإحصاء المركزي، 2023)، وقد عزا تقرير الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني أسباب المشكلات الزوجية في فلسطين المؤدية إلى الطلاق إلى التسرع في عقد الزواج وفي إجراءات الطلاق، وعدم التكافؤ الاجتماعي والثقافي بين الزوجين ، وسوء استخدام وسائل التواصل الاجتماعي(الإحصاء المركزي، 2023). وأكدت أيضا نتائج دراسة على (2022) في فحصها للأسباب الشخصية المؤدية إلى النزاعات الزوجية والتعرف إلى الأسباب الاجتماعية والاقتصادية المؤدية إلى النزاعات الزوجية؛ وأبرزت وجود الغناد وتدني مهارات التواصل كأحد أهم الأسباب للخلافات الزوجية.

وقد تلمست الباحثة مشكلة الدراسة الحالية من واقع خبرتها العملية الميدانية والأكاديمية باحثة ومتخصصة في مجال الإرشاد الأسري والزوجي، والانخراط في برنامج تأهيل الخاطبين الذي تنفذه البطيركية اللاتينية في القدس لأكثر من عشر سنوات، وذلك بتغطية محور فن التواصل بين الشريكين ، والذي يعد محورا جوهريا في بناء علاقة زوجية صحية يتمكن فيها الأزواج من التعامل مع تحدياتهم، وحل المشكلات التي يواجهونها بأساليب صحية؛ وبرز تدني كبير في قناعة واتجاهات الخاطبين من الشباب لأهمية بناء أسس لتواصلهم الصحي، وآليات تعاملهم مع التحديات التي قد تواجههم قبل وخلال الزواج، مقابل تركيزهم على الأمور

الشكلية في إطار العلاقة؛ و الاهتمام بمتطلبات الزواج ومظاهره المادية أكثر، الأمر الذي يترك آثاره السلبية على زيادة نسب حدوث المشكلات بعد الزواج، ويبرز أهمية وجود التواصل الرحيم بينهم ، لأنه يزود الزوجين بآليات تفصيلية لفهم بعضهم، بعضا بملاحظة احتياج الشريك/ة ومحاولة تلبيه هذا الاحتياج ، إضافة إلى اعتباره أداة لحلّ المشكلات الزوجية بخطوات محددة بهدف الوصول إلى حالة التوافق الزوجي المرجوة، فضلاً عما أكدته نتائج بعض الدراسات، منها دراسة (الهواري، 2019) حول ضرورة استخدام استراتيجيات لحلّ هذه المشكلات، و بالتواصل الفعال لتعزيز التوافق الزوجي،

وبناءً على ما سبق ترى الباحثة أن مشكلة الدراسة تتمثل بالسؤال الرئيس

التالي:

ما درجة إسهام التواصل الرحيم وحلّ المشكلات في التوافق الزوجي لدى المتزوجين

حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم؟

وتتفرع عن السؤال الرئيس، الأسئلة الفرعية الآتية:

السؤال الأول: ما مستوى التواصل الرحيم بين المتزوجين حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم؟

السؤال الثاني: ما مستوى حلّ المشكلات بين المتزوجين حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم؟

السؤال الثالث: ما مستوى التوافق الزوجي بين المتزوجين حديثاً في محافظتي القدس وبيت

لحم؟

السؤال الرابع: هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المتزوجين حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم في التواصل الرحيم وحلّ المشكلات والتوافق الزوجي تبعاً لمتغيرات: (الجنس، والعمر، ومكان السكن، ومستوى التعليم)؟

السؤال الخامس: ما التصور المقترح لبرنامج الإرشادي لتحسين التواصل الرحيم وحلّ المشكلات بين المتزوجين حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم؟

1.3 فرضيات الدراسة:

للإجابة عن أسئلة الدراسة، صيغت الفرضيات الصفرية الآتية:

الفرضية الأولى: لا توجد قدرة تنبؤية دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) لكل من التواصل الرحيم وحلّ المشكلات في التنبؤ بالتوافق الزوجي بين المتزوجين حديثاً في فلسطين.

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التواصل الرحيم لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السكن، والمستوى التعليمي.

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات حلّ المشكلات لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السكن، والمستوى التعليمي.

الفرضية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السكن، والمستوى التعليمي.

1.4 أهداف الدراسة

سعت الدراسة إلى تحقيق الأهداف الآتية:

1. التعرف إلى مستوى التواصل الرحيم وحلّ المشكلات لدى المتزوجين حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم.
2. التعرف إلى مستوى استخدام استراتيجيات حلّ المشكلات لدى المتزوجين حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم
3. التعرف إلى مستوى التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم.
4. استقصاء درجة إسهام التواصل الرحيم في حلّ المشكلات والتوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم.
5. التّحقّق من طبيعة الفروق بين المتزوجين حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم في التواصل الرحيم وحلّ المشكلات والتوافق الزوجي تبعاً لمتغيرات: (الجنس، والعمر، ومكان السكن، ومستوى التعليم).
6. التّوصّل إلى تصور مقترح لبرنامج إرشادي لتحسين التواصل الرحيم وحلّ المشكلات لدى المتزوجين حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم في ضوء نتائج الدراسة.

1.5 أهمية الدراسة:

الأهمية النظرية:

تتمثل الأهمية النظرية للدراسة الحالية في المتغيرات التي تناولتها، وهي التواصل الرحيم، وحلّ المشكلات والتوافق الزوجي، باعتبارها مفاهيم محورية لتحقيق حالة الاستقرار

الزواجي والأسري؛ وتعد من الدراسات الأولى التي جمعت بين متغيرات الدراسة الثلاث في البيئة الفلسطينية، كما يمكن أن يكون لفحص العلاقة بين هذه المتغيرات إثراء علمي يُعزز قبول هذه العلاقة في الإطار الأكاديمي والبحثي وزيادة المصداقية للدراسات العلمية المتعلقة بهذا المجال، بالإضافة إلى أهمية مجتمع الدراسة المتمثل بالمتزوجين حديثاً، باعتبار أن محور الدراسة هو العمل مع هذه الفئة من المتزوجين في المرحلة الأولى من حياتهم الزوجية وسيكون بمنزلة عمل وقائي وعلاجي؛ إذ إنّ هذه المرحلة التأسيسية تحمل العديد من التحديات، وتحتاج لوعي وجهد كبير من الأزواج لضمان حالة الاستقرار والتوافق لعلاقتهم الزوجية والأسرية.

الأهمية التطبيقية:

تتمثل أهمية الدراسة من الناحية التطبيقية، في تناولها لتصور مقترح لبرنامج إرشادي مستند إلى نظرية الإرشاد الواقعي في تحسين التواصل الرحيم وحلّ المشكلات، في ضوء نتائج هذه الدراسة من الممكن أن يُقدم مسارا مهنيا وتعليميا للمهنيين وللمتزوجين حديثاً؛ ب و يُعزز العلاقات الإيجابية القائمة على الرحمة وتفهم الاحتياجات، والتواصل الفعال في التعامل مع المشكلات ، الأمر الذي قد يساهم في تحقيق التوافق الزوجي ، بالإضافة إلى تزويد المرشدين والعاملين في مجال الإرشاد النفسي والتربوي ، وخاصة الإرشاد الزوجي في فلسطين، بأدوات وأساليب تُدرج في البرنامج الإرشادي المقترح ؛ لتحسين التواصل الرحيم وحلّ المشكلات؛ انبثاقاً عن نتائج هذه الدراسة، سيكون بمنزلة أداة مهنية تساعد ج المتخصصين في مجال الإرشاد الزوجي في تدخلاتهم الإرشادية مع المتزوجين حديثاً والمقبلين على الزواج ، الذين

يواجهون تدنيًا في إدراكهم لأهمية التواصل الرحيم واستخدام استراتيجيات حلّ المشكلات ، في تحقيق التوافق الزوجي لديهم.

تكمن أهمية هذه الدراسة في إسهامها في فتح أفق المتخصصين والباحثين لدراسة جوانب أخرى لموضوع هذه الدراسة، بالإضافة إلى توفير أدوات قياس موائمة للبيئة الفلسطينية لقياس المتغيرات النفسية في مجال الإرشاد الزوجي، والتي سوف تساعد المرشدين والمتخصصين في توظيفها في عملهم الإرشادي في إطار البيئة الفلسطينية، لما لها من خصوصية تختلف عن البيئات الأخرى.

1.6 حدود الدراسة ومحدداتها:

1. الحدود البشرية: يقتصر تطبيق الدراسة على المتزوجين حديثًا بموجب عقد صادر عن المحاكم الشرعية والمحاكم الكنسية في فلسطين (خلال السنوات الخمس السابقة لتنفيذ الدراسة أي من سنة 2020-2024) في محافظتي القدس وبيت لحم.
2. الحدود المكانية: طبقت هذه الدراسة على المتزوجين حديثًا في محافظتي القدس وبيت لحم.
3. الحدود الزمانية: طبقت هذه الدراسة في العام الدراسي الجامعي 2024/2025 م.
4. الحدود المفهومية: تقتصر الدراسة الحالية على الحدود المفهومية والمصطلحات الواردة في الدراسة.

5. الحدود الإجرائية: أستخدم في هذه الدراسة مقياس التوافق الزوجي، ومقياس التواصل الرحيم، ومقياس حلّ المشكلات، وستقتصر هذه الدراسة على الأدوات المُستخدمة لجمع

البيانات، ودرجة صدقها وثباتها على عينة الدراسة وخصائصها، والمعالجات الإحصائية المناسبة.

أما محددات الدراسة فقد تعلق باقتصار الدراسة على محافظتي القدس وبيت لحم، ولم تشمل محافظات الوطن جميعها، وشكل الوصول للعينة المبحوثة في محافظة القدس وبعض قرى محافظة بيت لحم صعوبات بسبب تداعيات الوضع السياسي العام؛ والإغلاقات المستمرة، وعدم الحصول على تصاريح لدخول محافظة القدس، وانتشار حواجز الاحتلال على مداخل قرى محافظة بيت لحم، الأمر الذي أعاق التواصل الشخصي مع أفراد العينة، بهدف الحصول على إجاباتهم على مقاييس الدراسة وقد جرى التعامل مع هذا الأمر بتحويل استبيان المقاييس إلى نسخة إلكترونية لتسهيل وصولها لأفراد العينة من المتزوجين حديثا في المحافظتين، والتواصل مع شبكة المعارف والزملاء من هذه المحافظات من أجل جمع أكبر عدد ممكن من الاستجابات.

وواجهت الباحثة عدم تعاون من المحكمة الشرعية في محافظتي القدس وبيت لحم، على الرغم من ضمان وصول المراسلات الرسمية وكتب تسهيل المهمة من قبل عمادة الدراسات العليا في الجامعة، الأمر الذي أعاق الحصول على إحصائيات دقيقة ومحدثة لأرقام العينة، فاستعانت الباحثة بآخر الإحصائيات للجهاز الفلسطيني للإحصاء المركزي للعام 2023.

1.7 التعريفات لمتغيرات الدراسة:

التواصل الرحيم Compassionate Communication:

عدّه روزنبرغ " نوعًا من التواصل المتمركز حول ملاحظات موضوعية واضحة دون حكم، والتعبير الصحيح عن المشاعر والاحتياجات، وتقديم طلبات بناءة، بدلا من اللوم أو التهديد"(Rosenberg, 2015: pp.42)، ويعني التواصل الفعال والداعم البعيد عن الحكم أو الانتقاد، كما يتضمن التفهم والاحترام والتشجيع والقدرة على التعبير عن المشاعر، والتفكير الإيجابي نحو النفس ونحو الآخرين، وتقبل الاختلاف في الآراء والتوجهات والأفكار ووجهات النظر. (Neff & Germer, 2017)

وهو القدرة على التعرف إلى معاناة الآخرين ومن ثم اتخاذ الإجراءات اللازمة للمساعدة، فالرحمة تجسد تعبيرًا ملموسًا عن الحب لأولئك الذين يعانون؛ ويتجاوز التواصل الرحيم الكلمات المجردة، بل إنه طريقة للتواصل مع الآخرين على مستوى أعمق ويعزز التفاهم، ويحل النزاعات ويرعى العلاقات. (Bove, 2024).

ويمكن تعريف التواصل الرحيم إجرائيًا من الباحثة أنّه: قدرة الفرد على بذل الجهد والوقت في بناء وعيه الذاتي بمشاعره واحتياجاته، وتوظيف هذا الوعي في عملية التواصل مع الآخرين؛ ويتمتع بمهارات الإصغاء باهتمام لألم الآخرين وإظهار التعاطف معهم، وعدم الحكم عليهم، ويكون هدف التواصل الدعم والمساندة لهم. كما أنّه يتمثل في الدرجات التي يحصل عليها الأزواج(المبحوثون) على مقياس التواصل الرحيم.

حلّ المشكلات: Problem Solving

هو مجموعة معقدة من عمليات التفكير المتضمنة للاعتراف بحالة التردد عند اتخاذ قرار معين، وتحليل الأسباب لذلك مع توضيح البدائل المختلفة للحلّ مع اختيار أحدها لمحاولة تحقيق أكبر قدر ممكن من حالة التأكد وعدم التردد (Petersen et al., 2002).

ويعرف حل المشكلات إجرائيًا أنّه: المهارة الفكرية الأكثر منطقية التي تعدّ أساسًا لغالبية المهارات الأخرى، ويسهم في مساعدة الأفراد في تكوين منهج شخصي للتكيف مع التغيرات الجديدة والتأقلم مع المشكلات التي تعترضه في حياته بفحص مجموعة من البدائل للموقف المشكل، الأمر الذي يزيد من احتمالية نجاح هذه البدائل في حلّ المشكلة، كما ويمكن تعريفه إجرائيا أيضا بالدرجة التي يحصل عليها المبحوثون من المتزوجين حديثا على مقياس حلّ المشكلات.

التوافق الزوجي (Marital Adjustment)

يُعرف بيلانجر وآخرون (Belanger et al., 2014) التوافق الزوجي أنه السلوكات والتصورات التي يستخدمها الزوجان بهدف التعامل مع ما هو متطلب من الحياة الزوجية، والمفروضة عليهما ومدى التعاون بينهما، والاتفاق بينهما على الأدوار الأساسية لكل منهما. بيلانجر وآخرون (Belanger et.al, 2014).

كما يمكن تعريف التوافق الزوجي بوصفه أحد المقومات الأساسية التي تُحقق الحاجات الضرورية النفسية والاجتماعية لكل من الزوج والزوجة، وتقرب بينهما الأهداف والتوقعات، والقيم، وتدعم مقومات الزواج الناجح وتؤدي إلى استمرار الحياة الزوجية، كما عُرف أنه قدرة كل من الزوجين على التواءم مع الآخر ومطالب الزواج، ويُستدل عليه من أساليب كل منهما في تحقيق أهدافه من الزواج ومواجهة المشكلات الزوجية، والتعبير عن انفعالاته ومشاعره، وفي إشباع حاجاته من تفاعله الزوجي (الجوهري، 2020).

وتُعرف الباحثة التوافق الزوجي إجرائيًا: أنه قدرة الزوجين على التفاهم ومواجهة المشكلات التي تعترض حياتهما بطريقة تضمن لهما استمرار حياتهما واستقرارها. وتتضمن حالة الرضا والقرب العاطفي والاشباع الجنسي، والتفاهم الأسري والاجتماعي، والمشاركة الاقتصادية، والانسجام القيمي. ويعرف إجرائيًا أنه الدرجة التي يحصل عليها المتزوجون على مقياس التوافق الزوجي المستخدم في هذه الدراسة.

المتزوجون حديثاً: Newly Married:

وفقاً لأحمد (Ahmed, 2019. Pp. 451-460) وولف-بيرمان (Wolff-Berman,)
يُعرّف المتزوجون حديثاً أنهم الأزواج الذين لم تتجاوز فترة زواجهم
الخمس سنوات الأولى، و تُعدّ هذه المرحلة مرحلة حاسمة للتكيف النفسي والاجتماعي وتشكيل
أساس العلاقة الزوجية. كما أكد أوروبوش (Orbush, 2020. Pp.201-218) أنّ هذه الفترة
تتسم بارتفاع الحاجة إلى تطوير مهارات التواصل والتوافق لضمان استقرار الزواج
وُعرفت الأسرة حديثة التكوين أنّها تتكون من أب وأم وأبناء، أو بدون أبناء وقد مرّ
على الزواج ثلاث سنوات كحد أعلى، وحمل مفهوم المتزوجين حديثاً التعريف نفسه (القضاة،
2016).

وتُعرف الباحثة "المتزوجون حديثاً" إجرائياً أنّهم: الأزواج الذين مرّ على زواجهم خمس
سنوات على الأكثر بموجب عقد زواج صحيح صادر عن المحاكم الشرعية والمحاكم الكنسية في
فلسطين، وذلك لأغراض الدراسة.

البرنامج الإرشادي: Counseling Program:

سلسلة من الخطوات التي تتيح تقديم خدمات الإرشاد من المرشد إلى المسترشد، وتمثل
العملية الإرشادية الجانب التطبيقي للإرشاد، ويصير الإرشاد بدونها آراء أو نصائح أو
توجيهات (سعفان، 2005).

ويُعزف إجرائياً أنّه: خطوات وأنشطة منظمة ومصممة منهجياً، والتي تهدف إلى تقديم خدمات الإرشاد للمتزوجين حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم، ويتضمن البرنامج الإرشادي مجموعة من الجلسات الإرشادية الجماعية تستند إلى النظرية الواقعية، بهدف رفع مستوى التواصل الرحيم ومهارات حلّ المشكلات لدى المتزوجين حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم.

الفصل الثاني

الدراسات السابقة

2.1 الدراسات السابقة

2.1.1 المحور الأول: الدراسات المتعلقة بمتغير التواصل الرحيم

2.1.2 المحور الثاني: الدراسات المتعلقة بحل المشكلات

2.1.3 المحور الثالث: الدراسات المتعلقة بالتوافق الزوجي

2.2 الدراسات التي ربطت بين متغيرات الدراسة

2.3 التعقيب على الدراسات

الفصل الثاني: الدراسات السابقة

2.1 الدراسات السابقة

في هذا الفصل، ستُعرض العديد من الدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع الدراسة الحالية وذلك بمراجعة الأدب النظري واستعراضها بحسب متغيرات الدراسة، وقسمت إلى ثلاثة محاور كالتالي: المحور الأول تناول الدراسات التي تتعلق بالتواصل الرحيم. والمحور الثاني تناول دراسات تتعلق بحلّ المشكلات. والمحور الثالث يتناول الدراسات التي تتعلق بمحور التوافق الزوجي سواء كانت عربية أم أجنبية، ومرتبطة من الأحدث إلى الأقدم.

2.1.1 المحور الأول: الدراسات المتعلقة بمتغير التواصل الرحيم

هدفت دراسة الحدادي (2024) إلى فحص العلاقة بين التواصل الوجداني والشعور بالسعادة داخل العلاقة الزوجية وارتباطهما بالرضا في العلاقة الحميمة لدى عينة من الأزواج المغاربة، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، واستخدم مقياس السعادة الزوجية ومقياس التواصل العاطفي بين الأزواج ، كأدوات لجمع بيانات الدراسة، وقد طُبقت على عينة عشوائية مكونة من ثلاثين شخصًا متزوجًا؛ و أشارت النتائج إلى أنّ درجة الاتصال الوجداني المرتفعة ترتبط ارتباطًا وثيقًا بدرجات السعادة الزوجية الأعلى، وأنّ الرضا الجنسي للشريك يعكس نوعية التواصل الوجداني ودرجة السعادة الزوجية. إضافة إلى وجود علاقة ترابطية عكسية متوسطة ودالة إحصائيًا بين متغيرات الدراسة كالعمر، ومدة الزواج وعدد الأبناء، فكلما زاد العمر أو طالت مدة الزواج أو ارتفع عدد الأولاد كانت الدرجة المرتبطة بالتواصل الوجداني والسعادة الزوجية أقل، إذ إنّ التواصل الوجداني والرضا الجنسي للشريك تعدّ عوامل مهمة في تحقيق

السعادة الزوجية، في حين يمكن أن تؤثر العوامل العمرية والزوجية والأسرية في هذه العلاقة على سلبيا.

وهدفت دراسة (النواجحة، 2023) إلى التعرف إلى القدرة التنبؤية للشخصية الاستباقية والحب الرحيم في الكشف عن الفروق في الحب الرحيم وفقا لمجموعة متغيرات ، وهي متغير الجنس ، ومدة الزواج وأسلوب الاختيار الشريك وعدد الأبناء وقد تكونت عينة الدراسة من المعلمين المتزوجين العاملين في مدارس وكالة الغوث في خان يونس في قطاع غزة والبالغ عددهم (100) معلم ومعلمة، وكانت أدوات جمع المعلومات المستخدمة لتحقيق أهداف الدراسة هي مقياس الشخصية الاستباقية، ومقياس الحب الرحيم ، وخرجت الدراسة بمجموعة نتائج أهمها وجود درجة مرتفعة لمستوى الشخصية الاستباقية، ومستوى الحب الرحيم بدرجة مرتفعة جدًا، كما أكدت النتائج وجود قدرة تنبؤية للشخصية الاستباقية في الحب الرحيم.

وسعت دراسة الحبسي وعبد الرشيد (2023) إلى الكشف عن أثر مهارات التواصل الزوجي على أنماط التنشئة الاجتماعية للأبناء لدى الأزواج العمانيين بالعلاقة مع متغير سنوات الزواج، اتبعت الدراسة المنهج الكمي الوصفي، وكانت أداة جمع البيانات هي مقياسي مهارات التواصل الزوجي ، وأنماط التنشئة الاجتماعية للأبناء التي طبقت على عينة عشوائية مكونة من 400 من الأزواج العمانيين، وتمثلت متغيرات الدراسة في مهارات التواصل الزوجي متغيرا مستقلا ، ويتكون من خمسة أبعاد هي: (مهارة القدرة على الحوار، ومهارة القدرة على الإصغاء، ومهارة القدرة على الفهم، ومهارة حل المشكلات الزوجية، ومهارة التعبير العاطفي)، وأنماط التنشئة الاجتماعية متغيرا تابعا ، ويتكون من عشرة أبعاد هي: (نمط تقبل الأبناء، ونمط التعاون بين أفراد الأسرة، ونمط مراعاة ميول الأبناء، ونمط التحاور مع الأبناء، ونمط

تحمل الأبناء للمسئولية، ونمط العناية بالأبناء، ونمط المساواة بين الأبناء، ونمط الحماية للأبناء، ونمط الثبات في معاملة الأبناء، ونمط الاعتدال في معاملة الأبناء)، وقد أسفرت النتائج عن وجود درجة ممارسة عالية في مهارات التواصل الزوجي وأنماط التنشئة الاجتماعية لدى الأزواج العمانيين، فضلاً عن وجود تأثير إيجابي متوسط ومباشر ودال إحصائياً لمهارات التواصل الزوجي على أنماط التنشئة الاجتماعية للأبناء لدى الأزواج العمانيين، كما كشفت النتائج إلى أن مهارة الإصغاء إلى شريك الحياة، هي الأكثر تأثيراً في أنماط التنشئة الاجتماعية للأبناء في مقابل مهارة التعبير العاطفي التي عُدت الأقل تأثيراً في أنماط التنشئة الاجتماعية للأبناء، كما كشفت النتائج أنه ليس هناك تأثير لمتغير سنوات الزواج على العلاقة بين مهارات التواصل الزوجي، وأنماط التنشئة الاجتماعية للأبناء لدى الأزواج العمانيين.

وهدفنا دراسة أوجور وجين (Uğur & Genc, 2023)، إلى استكشاف العلاقة بين سلوكيات الـ "فبّينغ" (Phubbing) وهو تجاهل الشريك لصالح الهاتف المحمول أثناء التفاعل ومستوى الرضا الزوجي، مع اختبار الدور الوسيط لجودة التواصل بين الزوجين. واستخدمنا الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وشملت عينة من 310 أشخاص من المتزوجين في تركيا، واستخدمنا ثلاثة مقاييس لجمع بيانات الدراسة وهي مقياس الفبّينغ الزوجي، ومقياس جودة التواصل، ومقياس الرضا الزوجي. وأشارت النتائج أن تجاهل الشريك لصالح الهاتف المحمول أثناء التفاعل، يؤثر سلباً في الرضا الزوجي، وأن جودة التواصل تؤدي دوراً وسيطاً مهماً في هذه العلاقة؛ فكلما انخفضت جودة التواصل الناتجة عن الاستخدام المفرط للهاتف، تراجع مستوى الرضا بين الزوجين. تؤكد هذه النتائج أهمية تعزيز مهارات التواصل الرحيم والحضور الذهني في العلاقات الزوجية الحديثة، خصوصاً في ظل تحديات التكنولوجيا، وتأثيرها

على الحضور العاطفي بين الشريكين. وأوصت الدراسة بضرورة رفع الوعي بأنماط التواصل الرقمية، وتنظيم استخدام الهواتف في الحياة الزوجية باعتباره أداة فعالة للحفاظ على التفاهم والانسجام العاطفي.

هدفت دراسة أوزتورك و كاشان (Öztürk & Kaçan, 2022) إلى تحديد مستويات التواصل الرحيم لدى طلبة التمريض والأدوار التنبؤية للمهارات التعاطفية، ودورات التواصل التمريضي. وقد اتبعت هذه الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من 430 طالبًا في تخصص التمريض، وقد حُللت البيانات باستخدام استمارة المعلومات الوصفية ومقياس التواصل التعاطفي (CCS) ومقياس المهارات التعاطفية (ESS) كأدوات لجمع البيانات، وخلصت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بين درجات الطلبة في مقياسي مهارات التعاطف، ومقياس التواصل العاطفي المتوقع؛ وتؤثر مهارات التعاطف والرحمة إيجابيا في بعضها بعضا

أما دراسة أبو غزالة (2021) فهدفت إلى فحص الخصائص السيكومترية لمقياس مهارات التواصل الرحيم للأمهات كما يدركه الأبناء، وتكون المقياس بصورته الأولية من (71) فقرة موزعة على خمسة أبعاد رئيسة تشمل الجوانب المهمة المكونة لمهارات التواصل الرحيم، وهي (التعبير عن المشاعر بإيجابية، واستخدام لغة حوار واضحة، والتعاطف مع الذات ومع الآخرين، والتعبير عن الامتنان والتقدير، والتعبير عن الطلبات بوعي). وتأكد من تحقق الخصائص السيكومترية للمقياس باستخدام المعالجات الإحصائية المناسبة للخروج بالصورة النهائية للمقياس فقد استقر على (44) فقرة موزعة على الأبعاد الخمسة المكونة لمهارات التواصل الرحيم للأمهات، كما يدركه الأبناء متمتعة بخصائص سيكو مترية جيدة من حيث البناء والصدق والثبات.

وسعت دراسة عطايا (2020) إلى فحص الفروق في التواصل الرحيم بين الآباء وأبنائهم في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، و طبقت الدراسة على عينة مكونة من (200) من الآباء والأمهات من طلبة الدراسات العليا في كلية التربية، و استخدم مقياس التواصل الرحيم (Salazar, 2013) وخرجت الدراسة بنتائج تفيد بوجود فروق دالة إحصائية بين الآباء والأمهات في التواصل الرحيم مع الأبناء في متغير النوع الاجتماعي لصالح الأمهات، مقابل عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الآباء والأمهات في التواصل مع الأبناء تبعاً لمتغير عدد الأبناء، كما أظهرت الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأبناء في إدراكهم للتواصل الرحيم مع الآباء في ضوء متغير السن (طالب إعدادي/ ثانوي/ جامعي) مقابل وجود فروق دالة إحصائية في التواصل مع الأبناء والأمهات في متغير السن وعدد سنوات الزواج، كما توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأبناء في إدراكهم للتواصل الرحيم مع الأبناء في ضوء متغير النوع لصالح الإناث، كما أوصت الدراسة بضرورة تصميم برامج إرشادية تهدف إلى تحسين التواصل الرحيم بين الآباء والأبناء.

في حين أنّ دراسة الشهري والكشكي (2020) قد حاولت التعرف إلى مهارات التواصل الزوجي لدى عينة من النساء في مرحلة منتصف العمر في المجتمع السعودي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية وتشمل مكان الإقامة، والفئة العمرية، والمؤهل العلمي، ودخل الأسرة، ووجود عمل، وعدد سنوات الزواج، وعدد الأبناء، ووجود زوجة أخرى. واتّبعَت الدراسة المنهج الوصفي المقارن، وقد تكونت العينة من (1800) زوجة أعمارهن بين 40-55 عاماً، وكانت أداة الدراسة المستخدمة هي مقياس التواصل الزوجي، وتلخّصت أهم النتائج كالآتي: لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى مهارات التواصل الزوجي لدى النساء في المجتمع السعودي في

مرحلة منتصف العمر تبعاً لمتغير مكان الإقامة، ودخل الأسرة و متغير وجود عمل، و متغير دخل الأسرة، فقد أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية في مستوى التواصل مع الذات تبعاً لمتغير الفئة العمرية و لمتغير المؤهل العلمي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التعبير العاطفي، والاستماع والتحدث تبعاً لمتغير سنوات الزواج. كما توجد فروق دالة إحصائية في التواصل مع الذات لدى العينة تبعاً لمتغير عدد الأبناء. وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في التعبير العاطفي لدى العينة تبعاً لمتغير وجود زوجة أخرى.

وهدفت دراسة بولت وآخرون (Bolt et al., 2019) أن التعاطف مع الذات والتعاطف مع الشريك يمكن أن يكون سبباً في حدوث الارتباط السلبي بين التعلق غير الآمن وجودة العلاقة، واستخدم مقياس الرضا عن العلاقة ومقياس جودة العلاقة كأدوات للدراسة التي طبقت على عينة مكونة من ثلاثمائة واثنين وأربعين فرداً، وأظهرت النتائج أن انخفاض موقف التعاطف مع الذات كان سبباً في الارتباط بين قلق التعلق وسوء جودة العلاقة، وأن انخفاض موقف التعاطف مع الذات، وارتفاع موقف عدم التعاطف تجاه أحد الشريكين كان سبباً في الارتباط بين قلق التعلق وسوء جودة العلاقة. لقد توسط شريك الحياة في الارتباط بين تجنب التعلق وسوء جودة العلاقة. ولم يُعثر على أي تأثير وسيط لرضا العلاقة. وقد نوقشت الآثار المترتبة على التدخلات. كما تبين أن جودة العلاقات الزوجية والحميمة تشكل مؤشراً سلبياً قوياً للأفراد، لأن المشاكل الصحية العقلية والجسدية من العوامل المهمة التي تؤثر في جودة العلاقة، ولكن الآلية التي يؤثر فيها انعدام الأمان في العلاقة على جودة العلاقة تحتاج إلى مزيد من التحقيق.

أما دراسة جان (2016) فقد هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الرضا الزوجي وعلاقته بالتواصل العاطفي وتبعاً لمتغيرات عدد سنوات الزواج ، وعدد الأبناء وأعمارهم؛ واتبع المنهج

الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من 203 زوجة من طالبات وموظفات الجامعة ، تراوحت أعمارهن بين (20-60) عام ، واستخدم مقياس الرضا الزوجي ومقياس التواصل العاطفي كأدوات للدراسة، وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية في درجات مقياس التواصل العاطفي لصالح الزوجات اللاتي تراوحت مدة زواجهن بين (17-25) سنة، ولصالح الزوجات بدون أطفال ، والزوجات اللواتي لم يتجاوز أعمار أبنائهن عشر سنوات ، إضافة إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائية بين الرضا الزوجي والتواصل العاطفي، ووجود فروق دالة إحصائية في درجات مقياس الرضا الزوجي لصالح الزوجات اللواتي مرّ على زواجهن أكثر من 8 سنوات ، و أعمار أطفالهن أقلّ من 3 سنوات.

2.1.2 المحور الثاني: الدراسات المتعلقة بحلّ المشكلات

هدفت دراسة الحبشي وآخرون(2024) إلى دراسة إدارة الخلافات الزوجية وعلاقتها بالاستقرار الأسري، ومعرفة تأثير المستوى التعليمي لربة الأسرة في إدارة الخلافات الزوجية، والاستقرار الأسري فضلاً عن دراسة تأثير نوع السكن في مستوى الاستقرار الأسري؛ و استخدم الباحثون المنهج الوصفي التحليلي، وكان استبيان إدارة الخلافات الزوجية ، واستبيان الاستقرار الأسري أدوات لجمع بيانات الدراسة التي طبقت على عينة مقصودة مكونة من 600 ربة أسرة متزوجة، من مختلف الطبقات الاجتماعية والاقتصادية، وبيّنت النتائج وجود علاقة ترابطية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين إدارة الخلافات الزوجية، ومستوى الاستقرار الأسري، ووجود علاقة إيجابية بين المستوى التعليمي لربة الأسرة وإدارة الخلافات الزوجية والاستقرار الأسري بمستوى الدلالة نفسها . فضلاً عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية

في إدارة الخلافات الزوجية بناءً على نوع السكن، ووجود تباين إحصائي دال في مستوى الاستقرار الأسري تبعاً لنوع السكن، والاستقرار أعلى ممن يسكنون في منازل مستقلة.

وسعت دراسة بهراميان وآخرون (Bahramian et al., 2024) إلى تناول العلاقة بين أساليب حلّ النزاعات، والمعتقدات غير المنطقية، وأنماط التواصل وتأثيرها في الصراعات الزوجية، اتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، واستخدم الاستبيان لجمع بيانات الدراسة التي طبقت على عينة من النساء المتزوجات، وقد أشارت النتائج إلى أنّ أسلوب "التكامل"، "التجنب"، و"الإلزام" كان له علاقة كبيرة بالصراعات الزوجية؛ إذ إنّ أسلوب "التكامل" و"الإلزام" كان لهما تأثير سلبي (يقللان من الصراعات)، بينما "التجنب" كان له تأثير إيجابي (يزيد من الصراعات)، وأنّ المعتقدات غير المنطقية كانت مرتبطة إيجابياً بالصراعات الزوجية، بمعنى أنّها تزيد من حدة الصراعات فضلاً عن أنّ نمط التواصل البناء المتبادل كان له تأثير سلبي على الصراعات؛ و يقلل منها كثيراً.

وهدفت دراسة علي (2022) إلى التعرف إلى الأسباب الشخصية المؤدية إلى النزاعات الزوجية والتعرف إلى الأسباب الاجتماعية والاقتصادية المؤدية إلى النزاعات الزوجية، والوصول إلى رؤية مستقبلية من منظور طريقة تنظيم المجتمع للتخفيف من حدة النزاعات الزوجية، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتمثلت العينة في (140) مفردة من المترددين على مكاتب التوجيه والاستشارات الأسرية، بمدينة أسيوط، وكذلك اشتمل المجال البشري لهذه الدراسة على عمل مسح شامل للأخصائيين الاجتماعيين العاملين في مكاتب التوجيه والاستشارات الأسرية بمحافظة أسيوط، وبلغت مفردات العينة (49) مفردة. وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج منها: إصرار أحد الزوجين على طلب الطلاق والعناد المستمر بين الزوجين في

المواقف، كان من أهم الأسباب المؤدية إلى النزاعات الزوجية، كما أظهرت نتائج الدراسة أهمية عامل عدم القدرة على الإنفاق، وكثرة الديون التي تعاني منها الأسرة بسبب تكاليف الزواج، وكانت من أهم التوصيات التي خرجت بها الدراسة هي التوسع في عمل دورات تثقيفية للمقبلين على الزواج من الجمعيات الأهلية، وكذلك ضرورة إيجاد برامج من أجل توعية الأزواج بخطورة التصدع الأسري ومعرفة الآثار المترتبة على الطلاق.

سعت دراسة المشهدان (2022) إلى دراسة "المشكلات الأسرية التي تعدّ عائقاً كبيراً في بناء الأسرة السليمة". والتعرف إلى أقلّ المشكلات التي يمكن للأسرة التعامل معها بيسر وسهولة. فضلاً عن تقديم مقترح بناء برنامج إرشادي لمراجعة المشكلات الأسرية والوقائية منها. وقد استخدم المنهج الوصفي التحليلي، وقد طبق الاستبيان أداة للدراسة على عينة مكونة من (100) طالبة من الطالبات في كلية التربية، لمعرفة ما يدور داخل الأسرة من مشكلات زوجية ، وأشارت أهم النتائج إلى اعتبار الأسرة النواة الأولى في بناء الإنسان بأسلوب سليم، وأنّ الحياة الزوجية تحتاج إلى توجيه وتحليل المشكلات، وطرح الحلول وبناء المقترحات ، وأنّ عدم استقرار الأسر ووجود مشاكل يجعلها غير قادرة على قيادة نفسها مما يؤثر في تربية أبنائها؛ لأنّ المشكلات العاطفية، والاجتماعية، والاقتصادية تؤثر في تماسك الأسرة، مما دعا الباحثة إلى مقترح بناء برنامج إرشادي لمواجهة المشكلات التي تواجه الأسر.

وكشفت دراسة الجوهرى (2020) عن طبيعة العلاقة بين استراتيجيات إدارة الخلافات الزوجية لدى الزوجة المعنفة، والأمن الأسري لدى الأبناء. وقد تمثّلت أدوات الدراسة في (استمارة البيانات العامة، ومقياس استراتيجيات إدارة الخلافات الزوجية، ومقياس الأمن الأسري)، وطُبقت على عينة قوامها (267) زوجة معنفة و(267) من أبنائهنّ من ريف وحضر

محافظة الفيوم ومن مستويات اجتماعية، واقتصادية مختلفة، وقد استخدمت التحليلات الإحصائية المناسبة. وكان من أهم النتائج اختلاف الأوزان النسبية لمحاور استراتيجيات إدارة الخلافات لدى الزوجة المعنفه و جاءت استراتيجية تحمل المسئوليات الأسرية في المرتبة الأولى، تليها استراتيجية طلب الدعم والمساندة في المرتبة الثانية، وجاءت استراتيجية التفاوض في المرتبة الثالثة، وأخيرا استراتيجية حلّ المشكلات احتلت المرتبة الرابعة؛ كما تبين وجود فروق إحصائية عند مستوى دلالة لدى الزوجة المعنفه على عينة البحث في محاور مقياس استراتيجيات إدارة الخلافات الزوجية كاستراتيجية التفاوض، واستراتيجية حلّ المشكلات، واستراتيجية طلب الدعم والمساندة، واستراتيجية تحملّ المسئوليات الأسرية ، بالعلاقة مع بعض المتغيرات كالمستوى الاجتماعي والاقتصادي ، ومدى الحياة الزوجية، والمستوى التعليمي للزوجة، والمستوى التعليمي للزوج، وعمل الزوجة، ومحل الإقامة، وحجم الأسرة، والدخل الشهري للأسرة؛ كما وجدت علاقة ترابطية موجبة بين محاور مقياس استراتيجيات إدارة الخلافات الزوجية لدى الزوجة المعنفه ، وأبعاد مقياس الأمن الأسري لدى الأبناء؛ و خرجت الدراسة بتوصيات أهمها ضرورة تأكيد دور الدولة في تقديم الدعم النفسي والمادي والقانوني والمجتمعي للزوجة المعنفه وأبنائها لتواصل حياتها بأسلوب أفضل ، إلى جانب ضرورة إعداد البرامج الإرشادية لفئة المقبلين على الزواج من الجنسين لتوعيتهم بأسس الحياة الزوجية القويمة ، واستراتيجيات إدارة الخلافات الأسرية الإيجابية لمناهضة العنف لما له أثر بالغ الأهمية على الأمن الأسري والمجتمعي.

وبحثت دراسة جيزيل وآخرون (Gesell et al., 2020) دور اليقظة الذهنية الوسيط في أساليب حلّ المشكلات والتقارب بين الزوجين ، و طُبق استبيان عبر الإنترنت على مجموعة

مكونة من 209 أفراد (86% ألمان، 76% إناث، 31% متزوجون) كشفت النتائج أنّ حلّ المشكلات إيجابيا يتوسط الارتباط بين اليقظة وجودة الشراكة ، وجرى إظهار الدور الوسيط للانسحاب والقرب لنتائج العلاقات الفردية، وأشارت النتائج إلى أنّ حلّ المشكلات بإيجابية أكثر ، والانسحاب الأقل، والتقارب الأكبر هي آليات تربط اليقظة الذهنية بنتائج إيجابية في العلاقات. الأمر الذي يعمل على توسيع الفهم للعمليات التي تشكل الأساس للعلاقات الزوجية والرومانسية الناجحة، وتؤكد التأثيرات الإيجابية لليقظة الذهنية؛ إذ إنّ ارتباط اليقظة بنتائج العلاقات الزوجية مثل جودة الشراكة والرضا يتمثلان في أنّ اليقظة الذهنية قد تزيد من استخدام أساليب حلّ المشكلات إيجابيا، وتقلل من استخدام الأساليب المدمرة مثل: الانخراط في الصراع، والانسحاب، والامتنال، وتعزز مشاعر التقارب بين الشركاء ، والتي قد تنتج بنتائج إيجابية للعلاقة (أي جودة الشراكة، ورضا الشراكة، والرضا الجنسي).

أما دراسة العبدلي (2019)، فقد تعرّفت إلى العلاقة بين استراتيجيات إدارة الصراع بين الزوجين والذكاء الانفعالي لهما، ومدى تأثير متغيرات الدراسة والمستوى التعليمي والعمر، ومدة الزواج على استراتيجيات إدارة الصراع والذكاء الانفعالي لأفراد عينة من الأزواج. واتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، واستخدم الاستبيان أداة لجمع البيانات، وكان من أهم نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة في استراتيجيات إدارة الصراع السلبي تبعا لمتغيرات الدراسة لصالح أفراد العينة في المستوى التعليمي المنخفض، والذين تتراوح أعمارهم ٢٥ إلى ٣٥ سنة ، ومدة زواجهم أقل من 5 سنوات ، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة في استراتيجيات إدارة الصراع الإيجابي تبعا لمتغيرات الدراسة لصالح أفراد العينة في المستوى التعليمي المرتفع ، وأعمارهم ٤٥ فما فوق،

و عدد سنوات زواجهما ٢٥ سنة فأكثر فضلاً عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة في الذكاء الانفعالي تبعا لمتغيرات الدراسة.

وهدفت دراسة صادق فارد وآخرون (Sadeghifard et al., 2016) إلى معرفة العلاقة بين مهارات حلّ المشكلات وأساليب حلّ النزاعات مع العلاقة الزوجية الحميمة والتوافق بين الأزواج في بندر عباس. استندت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي لجمع المعلومات من 182 رجلاً و 205 امرأة عشوائياً لأخذ العينات باستخدام مقياس أساليب حلّ النزاعات الرحيم (1983) ومقياس العلاقة الحميمة الذي طوره طومسون ووكر (1983) فضلاً عن مقياس التوافق ل(جراهام سبانيير، 1976)، واستبيان حلّ مشكلات الانحدار Heppner متعدد المتغيرات، ومعامل ارتباط بيرسون لتحليل النتائج، التي أظهرت النتائج أنّ التعاون والمساومة والتكيف مع أساليب حلّ الخلافات الزوجية تعدّ مؤشراً إيجابياً، وأنّ أساليب التجنب والتكيف هي عوامل تنبئ بالسلب عن التوافق الزوجي، كما أشارت النتائج أنّ مجموع أساليب حلّ النزاعات الزوجية، والمساومة، والتكيف، والابتعاد عن السيطرة، كلها عوامل تنبئ بالألفة الزوجية، فضلاً عن أنّ من بين المكونات الثلاثة لمهارات حلّ المشكلات، تُعدّ مهارات حلّ المشكلات مؤشراً إيجابياً مع الثقة، وحلول التجنب مؤشراً سلبياً لمتغير التوافق الزوجي. ومن بين المكونات الثلاثة لحلّ المشكلة، يعد حلّ التجنب فقط هو المؤشر السلبي لمتغير العلاقة الحميمة بين الزوجين. في استنتاج عام من هذه الدراسة.

وهدفت دراسة الكعبي (2015) إلى تطوير نموذج لحلّ الخلافات الأسرية في المجتمع القطري وممارسته في المؤسسات القطرية التي تتعامل مع الأسرة، والتعرف إلى نوعية المشكلات المؤدية إلى الخلافات الزوجية في الأسرة القطرية والمقترحات لحلها. واستخدمت الدراسة المنهج

النوعي والكمي في تطوير هذا النموذج. وتوصلت الدراسة إلى تطوير هذا النموذج والتّعرف إلى نوعية المشكلات المؤدية إلى الخلافات الزوجية في الأسرة القطرية، والتي كان من أهمها الشجار الدائم بين الزوجين لآتفه الأسباب، كما أوصت الدراسة بضرورة مواجهة الخلافات الزوجية عن طريق المؤسسات الأسرية التي تسهم في توعية وتدريب الزوجين في مواجهة الخلافات التي تنشأ بينهم.

2.1.3 المحور الثالث: الدراسات المتعلقة بالتوافق الزوجي

هدفت دراسة لعفيفي ولمنور (2023) إلى التّعرف إلى مستوى التوافق الزوجي في الجزائر ومدى تأثره بعامل مدة الزواج وطريقة الاختيار، و طبقت الدراسة على عينة عشوائية مكونة من 770 شخصا متزوجا ، واستخدم مقياس التوافق الزوجي لفراهم سبانيية (1976) أداة لهذه الدراسة التي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات الأفراد في التوافق الزوجي لصالح المتزوجين من مدة عام إلى مدة سبعة أعوام، كما أوضحت النتائج أيضا أنّه لا يوجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات الأفراد في التوافق الزوجي تُعزى لطريقة الاختيار.

هدف الدراسة خطاب (2023) إلى تسليط الضوء على الذكاء الوجداني وعلاقته بالتوافق العاطفي والجنسي بين الزوجين، وخاصة في ظل ارتفاع معدلات الطلاق بأشكاله وأنواعه وصوره المختلفة سواء كان طلاقا رسميا، أو طلاقا عاطفيا، أو بالخلع، أو في شكل خرس زوجي، ومعرفة هل يؤثر الذكاء الوجداني في التوافق الزوجي والعاطفي والجنسي بين كلا الزوجين أم لا، و تكوّنت عينة الدراسة عمديا من (50) زوجا وزوجة مقسمين إلى (25) زوجا وزوجة من الحاصلين على الحد الأدنى على مقياس الذكاء الوجداني، و (25) زوجا وزوجة من

الحاصلين على الرباعي الأعلى على مقياس الذكاء الوجداني، ممن تقع أعمارهم ما بين 25 إلى 35 سنة بمتوسط عمري 20 سنة.

وسعت دراسة بوتيا وليبتشا (Bhutia & Lepcha, 2023) إلى فحص التوافق الزوجي لدى (100) من النساء المتزوجات في المناطق الريفية والحضرية، باستخدام المنهج الوصفي، وكان مقياس الدراسة المستخدم Revised Dyadic Adjustment Scale (RDAS) على عينة من النساء، وكان من أهم نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائية في التوافق الزوجي بين النساء الريفيات والحضريات، لصالح النساء في الريف اللواتي أظهرن توافقاً أعلى.

وهدف دراسة باتل (Patel, 2023) إلى معرفة درجة التوافق الزوجي بين النساء العاملات وغير العاملات بالعلاقة مع متغير السكن، وفحص أثر متغير العمل على التوافق الزوجي على عينة تكونت من (60) امرأة، باستخدام المنهج الوصفي المقارن، وتمثلت أداة الدراسة باستبيان مقنن للتوافق الزوجي، وخرجت الدراسة بأن النساء غير العاملات (ريف/حضر) أظهرن توافقاً أعلى مقارنة بالنساء العاملات؛ مكان السكن تداخل مع متغير العمل وأثر في مستوى التوافق الزوجي.

وسعت دراسة جهينة وكحيله (2023) إلى فحص درجة التوافق الزوجي لدى الطالبات المتزوجات وفق متغيرات: طريقة الزواج، ومكان السكن، ووجود الأبناء، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي، وكانت أداة جمع البيانات هي مقياس التوافق الزوجي الذي طُبّق على عينة مكونة من (100) طالبة متزوجة في جامعة تشرين، وجاءت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية في التوافق الزوجي تبعاً لمكان السكن.

أما دراسة غزالة وآخرون (2022) فقد هدفت إلى معرفة التوافق الزوجي لدى عينة من أساتذة التعليم الثانوي في ضوء بعض المتغيرات (الجنس، ومدة الزواج، والعمر، والسكن) وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، وتمثلت أداة الدراسة بمقياس التوافق الزوجي، الذي طُبق على عينة مكونة من (109) من أساتذة التعليم الثانوي وكانت أهم النتائج أنّ مستوى التوافق الزوجي جاء بدرجة مرتفعة لدى عينة الدراسة تبعا لمتغيرات الدراسة: الجنس، ومدة الزواج، والسن، والسكن.

كما سعت دراسة مقبل (2021) إلى التعرف إلى العلاقة بين التوافق الزوجي والاضطرابات النفسية لدى الأزواج في محافظة بيت لحم، والتعرف إلى درجة التوافق الزوجي ودرجة الاضطرابات النفسية لدى الأزواج، ومعرفة مدى تأثير المتغيرات التالية (الجنس، والعمر، للزوج/ة، وفارق العمر بينهما، وعدد سنوات الزواج، وطريقة الزواج، وعدد الأبناء، وعمل الزوجة، ومستوى الدخل، وطبيعة السكن، والمستوى التعليمي للزوج، والمستوى التعليمي للزوجة) على درجة توافق الزوجين، ودرجة الاضطرابات النفسية لدى الأزواج، ولتحقيق هذه الأهداف قامت الباحثة باستخدام المنهج الوصفي الترابطي، وكانت أدوات جمع البيانات هي مقياس التوافق الزوجي لـ (سبينر، 1976)، ومقياس الحالة النفسية BSI-53 المترجم والمقنن على البيئة الفلسطينية. وطُبقت المقاييس على عينة متاحة وبطريقة كرة الثلج؛ و تكوّنت من 379 زوجا وزوجة من محافظة بيت لحم، و كانت نسبة الذكور 21.4%، ونسبة الإناث 78.6%. وأشارت نتائج الدراسة أنّ درجة الاضطرابات النفسية لدى الأزواج، جاءت بدرجة متوسطة، وقد حصل مجال أعراض الاضطهاد على أعلى متوسط حسابي، تلاه مجال أعراض الوسواس ترتيبا تنازليا؛ و تدرجت بمجال أعراض الاكتئاب فأعراض القلق، فأعراض

الحساسية الشخصية، فالأعراض الجسدية فمجال أعراض العدائية، ومن ثمّ مجال أعراض الذهان، ومن ثمّ مجال أعراض المخاوف المقلقة، وجميعها بدرجة متوسطة. بين درجة عكسية سلبية ذات دلالة إحصائية، بمعنى أنّه كلما زادت درجة التوافق الزوجي قلل ذلك من درجة الاضطرابات النفسية لدى الأزواج لكلّ المجالات، ما عدا مجال أعراض الاضطهاد مع مجال (الاتفاق الزوجي، والتعبير العاطفي، والتماسك الزوجي)، وأنّ هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق الزوجي لدى الأزواج في محافظة بيت لحم تُعزى لمتغيرات (الجنس، والعمر، وعمر الزوج/ة، وفارق العمر بين الزوجين، وطريقة الزواج، وعدد الأبناء، والمستوى التعليمي للزوج)، كما وجدت فروق في درجة الاضطرابات النفسية تعزى لمتغيرات فارق العمر بين الزوجين، وطريقة الزواج، وعدد الأبناء، وعمل الزوجة، ومستوى الدخل، والمستوى التعليمي للزوج، والمستوى التعليمي للزوجة.

سعت دراسة السلمي (2020) إلى فحص العلاقة بين التوافق الزوجي وتربية الأبناء واستخدمت الاستبيان أداة لجمع البيانات مكوناً من محاور: التوافق الاجتماعي، والنفسي والفكري ومحور تربية الأبناء، وقد طُبّق على عينة مكونة من 136 زوجة من الرياض، وخلصت النتائج إلى وجود علاقة طردية بين التوافق الفكري والنفسي والمستوى التعليمي والتقارب العمري، فضلاً عن النتيجة المتعلقة بالأبناء؛ وأشارت إلى أن أبناء الأزواج المتوافقين هم أكثر قدرة على التفاعل الاجتماعي ومستقرين نفسياً.

هدفت دراسة أفرام (Afram, 2020) إلى التعرف إلى مستوى التوافق الزوجي لدى الطلبة المتزوجين حديثاً في جامعة الحمدانية/ كلية التربية، وتكونت العينة من (50) طالباً، طُبّق

عليهم مقياس للتوافق الزوجي، وخرجت الدراسة بمجموعة من النتائج أهمها: أن هنالك انخفاضا في مستوى التوافق الزوجي بدرجة طفيفة لدى الطلبة المتزوجين حديثاً عامة.

وهدفت دراسة آل سويلم (2019) إلى الكشف عن العلاقة بين درجة التوافق الزوجي ومستوى التحصيل الأكاديمي لدى الطالبة المتزوجة والتعرف إلى الفروق بين الطالبات المتزوجات وغير المتزوجات في التحصيل الأكاديمي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية التي لها تأثير في التنبؤ في التوافق الزوجي؛ واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي في المقارنة على عينة مكونة من 246 طالبة من الطالبات الجامعيات المتزوجات، واستخدم مقياس التوافق الزوجي (الأشول، 1989) أداة لهذه الدراسة، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين درجات التوافق الزوجي ودرجات التحصيل الأكاديمي لدى الطالبات المتزوجات، والتحصيل الأكاديمي بين أبعاد مقياس التوافق الزوجي والتحصيل الأكاديمي. كما أظهرت الدراسة أيضا وجود فروق دالة إحصائية في متوسط درجات التحصيل الأكاديمي بين الطالبات المتوافقات وغير المتوافقات زوجيا لصالح الطالبات المتوافقات زوجيا، وأشارت النتائج إلى إمكانية التنبؤ بالتوافق الزوجي في بعض المتغيرات الديموغرافية، ويمكن التنبؤ بالتحصيل الأكاديمي بالتوافق الزوجي.

وهدفت دراسة السلامين (2019) إلى التعرف إلى العلاقة بين التوافق الزوجي والصحة النفسية لدى النساء العربيات في شمال فلسطين"، بالتعرف إلى الفروق في آراء المبحوثات تبعاً لمتغيرات الدراسة (الجنس، والمؤهل العلمي، والعمر عند الزواج، وعدد سنوات الزواج، وعدد الأولاد، وفرق العمر بين الزوجين)، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي على عينة عشوائية بلغت (200) امرأة متزوجة من النساء العربيات من شمال فلسطين، وكانت الأدوات المستخدمة

في الدراسة مقياسي التوافق الزوجي ومقياس الصحة النفسية، وخرجت الدراسة بنتائج مفادها، وجود علاقة طردية موجبة وقوية بين مستوى التوافق الزوجي ومستوى الصحة النفسية لدى النساء العربيات في شمال فلسطين، و أنه كلما زاد التوافق الزوجي كانت صحة المرأة النفسية أفضل، إذ يقلّ مستوى التوتر والاكتئاب والقلق، ويقلّ الميل إلى الطلاق العاطفي، ويرتفع مستوى التقبل للطرف الآخر وتستقرّ الحياة الزوجية. فضلاً عن أنّ مستوى التوافق الزوجي لدى النساء العربيات في شمال فلسطين جاء بدرجة متوسطة، وأنّ مستوى الصحة النفسية لدى النساء العربيات في شمال فلسطين جاءت بدرجة متوسطة؛ ولا توجد فروق في آراء النساء العربيات في شمال فلسطين تبعاً لمتغير العمر والمستوى التعليمي فيما يتعلق بالتوافق الزوجي، وتبين أنّ هناك فروقا تبعاً لمتغير عدد سنوات الزواج، ومتغير فرق العمر بين الزوجين، كذلك فيما يخصّ عدد الأولاد. كما أشارت النتائج إلى مستوى الصحة النفسية، وعدم وجود فروق تبعاً لمتغير العمر، والمؤهل العلمي، فيما تبين أنه توجد فروق تبعاً لمتغير عدد سنوات الزواج، وفارق العمر بين الزوجين، وعدد الأولاد.

سعت دراسة القرني (2019) إلى فحص الاتجاه نحو الحوار الأسري وعلاقته بالتوافق الزوجي واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي على عينه مكونة من 217 من الأزواج والزوجات، واستخدم مقياس التوافق الزوجي ومقياس الحوار الزوجي أدوات للدراسة، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية طردية بين التوافق الزوجي وأبعاده، وبين الحوار الأسري وأبعاده.

وهدف دراسة قمر (2019) إلى التعرف إلى العلاقة بين التوافق الزوجي ومعايير اختيار شريك الحياة، وقد طبق الباحث مقياس التوافق الزوجي، واستبيان معايير اختيار الشريك،

أدوات لجمع البيانات، على عينة عشوائية مكونة من 123 أسرة، وخلصت النتائج إلى أنه كلما زادت القدرة على تحديد معايير شريك الحياة بمحاورها الاجتماعية، والدينية، والعلمية والاقتصادية، ف ومعايير الشخصية والوظيفة زاد التوافق الزوجي، كما أظهرت النتائج أن تعليم الزوج كان من أكثر العوامل المؤثرة في التوافق الزوجي يليه تعليم الزوجة ثم تلاه المهنة للزوج وأيضاً عدّ العمر للزوجة العامل الأخير الأكثر تأثيراً.

وسعت دراسة القضاة (2016) إلى تقصي العلاقة بين المهارات الزوجية والتوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي وكانت أداة الدراسة الاستبيان الذي طبقت على عينة مكونة من (173) سيدة متزوجة حديثاً، وكانت أهم النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات المهارات الزوجية تبعاً لمتغير العمر؛ وكانت الفروق لصالح المتزوجات من الفئة العمرية (20-30)، كما أشارت النتائج أيضاً إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات المهارات الزوجية تبعاً لمتغيرات المؤهل العلمي وعمل الزوجة.

2.2 الدراسات التي ربطت بين متغيرات الدراسة

سعت دراسة معهد الدوحة الدولي للأسرة (2024) إلى التعرف إلى عوامل النجاح للزواج ، وتعزيز العلاقات الزوجية في السنوات الخمس الأولى، كما هدفت إلى استكشاف تحديات ومعوقات العلاقة الزوجية في هذه المرحلة، وفحص مجالات الدعم لإنجاح وضمان استقرار الزواج ، وذلك على مستوى الدولة والمجتمعات العربية، وقد استخدمت الدراسة المنهج الكمي وكانت أداة الدراسة الاستبيان الذي تضمن أسئلة مغلقة وأسئلة مفتوحة مرتبطة بثلاثة محاور وهي: الحالة الزوجية القائمة وتقييمها، ومحور سبل الدعم المطلوبة لإنجاح وضمان استقرار الزواج، ومحور التحديات والمشكلات التي يواجهها حديثو الزواج في إطار علاقتهم؛ وطبق

الاستبيان على عينة البالغ عددها 1184 من حديثي الزواج (أول خمس سنوات زواج) (زوج أو زوجة)، من 19 دولة عربية. وقد خلصت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها أنّ مفهوم الأزمة التي قد يعيشها المتزوجون حديثاً مرتبط بمؤشرات متعلقة بسلوك غير سوي، أو غير متوقع من أحد الزوجين تجاه الآخر نتيجة الاختلاف الحاد في الآراء والمواقف؛ والتحايل، والرفض، والحقد، والشك والغيرة أو بالعنف الأمر الذي يُدخل الزوجين في دائرة الصراع والتوتر، ويقود العلاقة إلى منحى سلبي على عملية التواصل فيما بينهم، كما أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية بين عملية الاختيار للزوج ومبدأ الكفاءة. وبالرغم من تركيز أفراد العينة من الرجال على الجمال، والقربة، والدين، والانجذاب العاطفي، وحسن الخلق والتكافؤ في المستوى العلمي والاجتماعي، مقابل ما أشارت إليه النساء أفراد العينة إلى أهمية الوظيفة، والدخل والاستقرار المالي بوصفها من أهم الخيارات عدا عن الالتزام الديني، والعصامية، والتقارب الفكري، والشهامة، والرجولة. كما أشارت النتائج المتعلقة بدافع الزواج فكانت الاستقرار الأسري بالمعنى الاجتماعي، أما فيما يتعلق بالنتائج المتعلقة بمتطلبات الاستقرار الزواجي فبرز محور الاهتمام والعشرة بالمعروف في المرتبة الأعلى، تلاه الاحترام المتبادل، ثم تحمل المسؤولية، إضافة إلى عوامل أخرى مثل: الحب، والشراكة في الأعمال المنزلية والمصروف، والصراحة، والشراكة في اتخاذ القرارات، والعلاقة الحميمة والتضحية المتبادلة

وهدفت دراسة المومني وجلابنة (2023) إلى التعرف إلى أسباب الغزوف عن الإنجاب عند حديثي الزواج في محافظة عجلون من وجهة نظرهم، اتّبع الباحثان المنهج الوصفي، وكانت أداة الدراسة الاستبيان المكون من (22) فقرة ذات أربعة أبعاد، بعد التأكد من صدقها وثباتها. وطُبقت أداة الدراسة على عينة من حديثي الزواج البالغ عددهم (388) شخصا ، وبعد تحليل

البيانات ظهرت الدرجة الكلية لأسباب العزوف عن الإنجاب لدى حديثي الزواج أنها متوسطة ، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تُعزى لمتغير الجنس والمستوى الأكاديمي، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في وجهات نظر حديثي الزواج لأسباب العزوف عن الإنجاب تبعاً لمتغير العمر، باستثناء مجال الأسباب الاقتصادية، وتُعزى هذه النتيجة إلى أنَّ حديثي الزواج الأقل عمراً وخبرة في الحياة في بداية حياتهم الزوجية بحاجة أكثر للنصح والإرشاد والتعريف بغاية الزواج الشرعية، وأهمية الحفاظ على النسل.

وهدفت دراسة زور وزروالي (2020) إلى الكشف عن مستوى مهارة حلّ المشكلات ومستوى التوافق الزوجي لدى أستاذات التعليم العام بمدينة عين فكرون، وعن العلاقة بين مهارة حلّ المشكلات والتوافق الزوجي لديهنّ. اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (31) واحد وثلاثين أستاذة اختيرت بطريقة العينة المقصودة وبطريقة كرة الثلج؛ واستخدمت الباحثة مقياس مهارة حلّ المشكلات من إعداد (الغول 2017)، ومقياس التوافق الزوجي من إعداد (مراد بوقطاية 2000)، وكانت أهم النتائج هي أن أستاذات التعليم العام يمتلكن مستوى مرتفعاً من مهارة حلّ المشكلات، ومستوى مرتفعاً من التوافق الزوجي، كما وجدت علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين مهارة حلّ المشكلات والتوافق الزوجي لديهنّ.

وهدفت دراسة فرحان والسيد (2020) إلى الكشف عن دور استراتيجيات حلّ الخلافات الزوجية والصمود النفسي في التنبؤ بالتوافق الزوجي لدى عينة من المتزوجين السعوديين بمحافظة جدة، والتّعرف إلى الفروق بين متغيرات البحث في ضوء المتغيرات الديموغرافية (الجنس، ومستوى التعليم، والمستوى الاقتصادي، وعدد سنوات الزواج). وقد بلغ حجم العينة (405) من الزوجات والأزواج، وكانت أداة الدراسة المستخدمة هي مقياس قائمة أساليب حلّ

الخلاطات الزوجية ، ومقياس الصمود النفسي ومقياس التوافق الزوجي، وقد كانت إحدى أهم النتائج وجود قيمة تنبؤية دالة إحصائياً لاستراتيجيات حلّ الخلاطات الزوجية والتوافق الزوجي، كما أنه توجد قيمة تنبؤية دالة إحصائياً للصمود النفسي بالتنبؤ بالتوافق الزوجي، وكشفت النتائج أيضاً على وجود فروق دالة إحصائياً في درجات استراتيجيات حلّ الخلاطات الزوجية والصمود النفسي وفقاً لبعض متغيرات الدراسة الديموغرافية.

2.3 التعقيب على الدراسات بعد استعراض الدراسات العربية والأجنبية المقترحة كدراسات

سابقة للدراسة، فإنه يمكن التعقيب على هذه الدراسات كآآتي:

اشتركت دراستا عطايا (2020) في استخدامها لمقياس التواصل الرحيم سالازار(2013) لتحقيق أهداف الدراسة، بالرغم من اختلاف العينة المدروسة في الدراستين، كما اشتركت معظم الدراسات السابقة في استخدامها للمنهج الوصفي الارتباطي والمنهج الوصفي التحليلي فضلاً عن اشتراك العديد من الدراسات في العينة التي استهدفتها وهي فئة المتزوجين، سواء دراسة المشهدان (2022) ودراسة ال سويلم (2019) أجنيذ (2020) ودراسة نادية جان (2016) ودراسة بوآيا وليبتشا (Bhutia & Lepcha, 2023) ودراسة غزالة وآآرون (2022)، الأمر الذي تشابه نسبيا مع العينة المستهدفة في الدراسة الحالية.

وبالرغم من الاختلاف النسبي في الأهداف التي سعت لها العديد من الدراسات السابقة التي جرت مراجعتها في هذه الدراسة، إلا أنها ارتكزت على فحص العلاقات في إطار الشركاء من الأزواج، سواء في تركيزها على فحص مستوى التوافق الزوجي، أو حلّ المشكلات والتواصل الرحيم بوصفها متغيرات تتداخل إيجابيا في تحقيق الاستقرار والسعادة الزوجية، كدراسة الحدادي

(2024)، زور، سماح؛ زروالي، وسيلة (2020)؛ ودراسة السيد وفرحان (2020). ودراسة
العبدلي (2019)، ودراسة نادية جان (2016).

واشتركت دراسة الحبسي (2023)؛ ودراسة غزالة وآخرون (2021)، ودراسة عطايا
(2020) في تركيزها على فحص العلاقة بين التواصل الرحيم والعاطفي بين الأزواج على الأبناء .

وقد استهدفت العديد من الدراسات السابقة عينة المتزوجين حديثاً، انطلاقاً من أهميتها
الرئيسية في تحقيق الاستقرار والتوافق الزوجي، وخاصة إذا سُلح حديثو الزواج بالمعارف
والمهارات التواصلية الرحيمة لاستخدامها في تعاملهم مع التحديات التي قد يواجهونها في بداية
الزواج ، ومدى تبنيهم لنماذج صحية في حلّ المشكلات التي تعترض حياتهم الزوجية ، الأمر
الذي أكدته دراسة المشهدان(2022) ، مع الإشارة إلى أهمية الاستعداد وتحمل المسؤولية
لضمان تحقيق التوافق والسعادة الزوجية ، كدراسة معهد الدوحة الدولي للأسرة (2024)؛ ودراسة
المومني وجلابنة (2023) ؛ ودراسة أفرام (Afram, 2020) ؛ وأجمعت معظم الدراسات السابقة في
نتائجها على العلاقة الموجبة بين التواصل الرحيم ، وتبني نماذج لحلّ مشكلات صحية في
تحقيق التوافق الزوجي.

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

إنّ ما يُميز الدراسة الحالية هو جمعها لثلاثة متغيرات مترابطة وهي " التواصل الرحيم،
وحلّ المشكلات والتوافق الزوجي" ولم تقم أي من الدراسات السابقة بدراسة هذه المتغيرات

مجتمعة، وفحص علاقتها ببعضها البعض، بحسب علم الباحثة، كما تميّزت هذه الدراسة بكونها من الدراسات الأولى التي استخدمت مفهوم التواصل الرحيم في إطار العلاقة الزوجية، الأمر الذي لم تتحقق دراسته بعمق في الدراسات السابقة، وأوصت بأهميته دراسة (سالازار 2013). كما تميّزت الدراسة الحالية بكونها استهدفت في عينتها المتزوجين حديثاً، باعتبار أنّ المرحلة الأولى للزواج محورية في ضمان استقرارها المستقبلي، الأمر الذي يستند على جاهزيتهم النفسية، وتمكنهم من المهارات للعمل على إنجاح العلاقة الزوجية، بالإضافة إلى تقديم هذه الدراسة لمقترح لبرنامج إرشادي مقترح يستهدفهم، الأمر الذي سيعد بمنزلة قاعدة معرفية مهارتية، وتوعوية وقائية علاجية، سواء للمقبلين على الزواج أو للمتزوجين حديثاً، وذلك للتقليل من نسب الطلاق والانفصال في السنوات الأولى للزواج.

فضلاً عن الإفادة من هذه المراجعة في تحديد وتطوير أدوات الدراسة الحالية، الأمر الذي يجعل هذه الدراسة ذات أهمية على المستوى النظري والتطبيقي.

ومن هنا ترى الباحثة أنّ الدراسات التي لها علاقة بموضوع الدراسة الحالية لا تتصل بموضوعها اتصالاً مباشراً، مما دفعها إلى إجراء هذه الدراسة بهدف التعرف إلى درجة إسهام التواصل الرحيم، وحلّ المشكلات في التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم، في إطار متغيرات الدراسة الحالية مجتمعة، وبذلك سوف يتمتع موضوع هذه الدراسة بالجدة والأصالة، ولم تجر دراسته سابقاً في المجتمع الفلسطيني.

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

3.1 منهجية الدراسة

3.2 مجتمع الدراسة

3.3 عينة/ أفراد الدراسة

3.4 أدوات الدراسة

3.5 صدق الأدوات وثباتها

3.6 تصميم الدراسة ومتغيراتها

3.7 إجراءات تنفيذ الدراسة

3.8 المعالجات الإحصائية

الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات

يتناول هذا الفصل الطرائق والإجراءات التي اتبعت، وتضمنت تحديد منهجية الدراسة المتبعة، ومجتمع الدراسة والعينة، وعرض الخطوات والإجراءات العملية التي اتبعت في بناء أدوات الدراسة وخصائصها، ثم شرح مخطط تصميم الدراسة ومتغيراتها، والإشارة إلى أنواع الاختبارات الإحصائية المستخدمة في تحليل بيانات الدراسة.

1.3 منهجية الدراسة

اعتمدت هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي لجمع المعلومات المتعلقة بموضوع الدراسة الذي يمكن عدّه المنهج الأكثر ملاءمة لطبيعة الدراسة وتحقيق أهدافها؛ ولا يقتصر على جمع البيانات، بل يركز أيضاً على فهم ووصف الظاهرة بدقة بوساطة المعلومات والأدبيات السابقة. ويقوم هذا المنهج بتحليل العلاقات بين متغيرات الدراسة للوصول إلى الاستنتاجات المطلوبة (Creswell, 2014).

2.3 مجتمع الدراسة

تكوّن مجتمع الدراسة من المتزوجين حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم، فقد بلغ عدد عقود الزواج (18611) عقداً، وبسبب عدم توافر إحصائيات لأعداد الزيجات التي جرت في سنوات 2023-2024. فقامت الباحثة باحتساب متوسط عدد عقود الزواج في السنوات الثلاث الأولى (2020، 2021، 2022) واعتبار متوسط هذه السنوات هو عدد عقود الزواج في السنوات التالية (2023-2024) كما هو موضح في الجدول أدناه.

المحافظة / السنة	2020	2021	2022	المتوسط	2023	2024	المجموع
القدس	2330	2497	2263	2363	2363	2363	11816
بيت لحم	925	1277	1875	1359	1359	1359	6795

جدول (1.3): إحصائية الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني للعام (2023-2024).

3.3 عينة الدراسة

أما عينة الدراسة، فقد اختيرت كالاتي:

أولاً-العينة الاستطلاعية (Pilot Study): تكوّنت عينة الدراسة الاستطلاعية (Pilot

Study) من (40) من المتزوجين حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم، وذلك بهدف التحقق من صلاحية أدوات الدراسة واستخدامها لحساب الصدق والثبات.

ثانياً-عينة الدراسة (Sample Study): أما عينة الدراسة فقد اختيرت بالطريقة المتيسرة؛

وبلغ حجمها (375) من المتزوجين حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم، إذ يشير بشماني

(2014) أنه يجب تحديد حجم العينة من المجتمع عن طريق معادله إحصائية؛ واستخدمت

الباحثة معادلة روبرت ماسون (Robert Mayson) لتحديد عدد أفراد العينة كما هو مبين في

المعادلة الآتية:

$n = \frac{M}{\left[\left(S^2 \times (M-1) \right) \div pq \right] + 1}$		معادلة روبرت ماسون لتحديد حجم العينة		
	حجم المجتمع			
قسمة الدرجة المعيارية المقابلة لمستوى الدلالة (0.95) أي قسمة معامل الخطأ (0.05) على الدرجة (1.96)				
	نسبة توافر الخاصية وهي 0.50			
	النسبة المتبقية للخاصية وهي 0.50			

وقد بلغ حجم العينة المطلوبة حسب معادلة روبرت ماسون (376)، وصلت الباحثة إلى (375) حالة صالحة للتحليل الإحصائي. والجدول (2.3) يبين توزيع عينة الدراسة حسب متغيراتها الديموغرافية:

جدول (2.3)

عينة الدراسة تبعاً للمتغيرات الديمغرافية

المتغير	المستوى	العدد	النسبة %
الجنس	ذكر	57	15.2
	أنثى	318	84.8
	المجموع	375	100.0
العمر	من 19 – 24	93	24.8
	من 25 – 29	147	39.2
	من 30 – 34	85	22.7
	35 فأكثر	50	13.3
	المجموع	375	100.0
مكان السكن	مدينة	219	58.4
	قرية	124	33.1
	مخيم	32	8.5
	المجموع	375	100.0
المستوى التعليمي	توجيهي فأقل	25	6.7
	دبلوم	35	9.3
	بكالوريوس	267	71.2
	دبلوم عالي/ ماجستير فأعلى	48	12.8
	المجموع	375	100.0

4.3 أدوات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة، اعتمدت ثلاثة مقاييس لجمع البيانات، هي: مقياس التواصل الرحيم، ومقياس حلّ المشكلات، مقياس التوافق الزوجي، كما يلي:

أولاً: مقياس التواصل الرحيم

بهدف تحقيق الغاية المرجوة من الدراسة الحالية، وبعد اطلاع الباحثة على الأدب التربوي والدراسات السابقة وعلى مقاييس التواصل الرحيم المستخدمة في بعض الدراسات ومنها: دراسة عبدة (2022)، ودراسة بورستين وآخرون (Burstein et al., 2022)، ودراسة سالازار (Salazar, 2013)، طورت الباحثة مقياس التواصل الرحيم استناداً إلى تلك الدراسات، وأضافت الباحثة محورا رابعا للمقياس لم يكن متضمناً في الدراسات السابقة وهو محور الرعاية الصحية الرحيمة، وذلك لقناعتها لأهميته.

ثانياً: مقياس حلّ المشكلات

استخدمت الباحثة مقياس حلّ المشكلات (Heppner & Peterson, 1982) والمستخدم في دراسة (موسى، 2022)؛ ويقترح هذا النموذج أنّ حلّ المشكلات يستخدم في خمس مراحل هي (التوجه العام، وتعريف المشكلة، واتخاذ القرار، والتحقق من النتائج، والتقييم) ويتكون المقياس من 40 فقرة موزعة على أبعاد المقياس جميعها.

ثالثاً: مقياس التوافق الزوجي

من أجل تحقيق الغاية المرجوة من الدراسة الحالية، وبعد اطلاع الباحثة على الأدب التربوي، والدراسات السابقة، ومقاييس التوافق الزوجي المستخدمة في بعض الدراسات ومنها:

لعففي ولمنور (2023)، ودراسة خطاب(2023) ، ودراسة مقل (2021)، ودراسة مارتيللا (Martela, 2020) طورت الباحثة مقياس التوافق الزوجي استناداً إلى تلك الدراسات.

3.5 صدق الأدوات وثباتها

3.5.1 الصدق الظاهري (Face validity) لمقاييس الدراسة

للتحقق من الصدق الظاهري أو ما يعرف بصدق المُحكِّمين لمقياس التواصل الرحيم، عُرِّضَ المقياس بصورته الأولية على مجموعة من ذوي الاختصاص والخبرة ممن يحملون درجة الدكتوراه، وقد بلغ عددهم (14) محكماً/ة موضحاً بملحق (ب)، إذ اعتمد معيار الاتفاق (80%) حداً أدنى لقبول الفقرة. واستناداً إلى ملاحظات المحكمين، فقد عُدلت صياغة بعض الفقرات

3.5.2 الخصائص السيكومترية لمقاييس الدراسة

من أجل فحص الخصائص السيكومترية لمقاييس الدراسة الثلاثة، طُبِّقَت المقاييس على عينة استطلاعية مكونة من (40) من المتزوجين حديثاً في فلسطين، وكانت النتائج كالآتي:

(أ) صدق البناء لمقاييس الدراسة (Construct Validity):

ومن أجل التحقق من صدق المقياس، استُخدم صدق البناء على عينة استطلاعية مكونة من (40) من المتزوجين حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، واستُخدم معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاحتساب قيم معاملات ارتباط الفقرة بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية لمقاييس التواصل الرحيم، وحلّ المشكلات، ولاحساب قيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية لمقياس التوافق الزوجي، كلاً على حدة، كما هو مبين في الجداول (3.3)، (4.3)، (5.3):

جدول (3.3)

قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس التواصل الرحيم بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، كذلك قيم معاملات ارتباط كل مجال مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=40)

الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال
الرعاية الصحية الرحيمة		اللمسة الرحيمة		الحديث الرحيم		الرسالة الرحيمة					
0.56**	0.82**	33	0.65**	0.65**	25	0.58**	0.63**	11	0.55**	0.56**	1
0.60**	0.85**	34	0.62**	0.66**	26	0.59**	0.69**	12	0.50**	0.76**	2
0.61**	0.63**	35	0.62**	0.65**	27	0.64**	0.76**	13	0.40**	0.71**	3
0.57**	0.83**	36	0.36*	0.62**	28	0.76**	0.75**	14	0.33*	0.78**	4
0.56**	0.78**	37	0.52**	0.69**	29	0.71**	0.75**	15	0.40**	0.65**	5
0.47**	0.74**	38	0.55**	0.68**	30	0.60**	0.74**	16	0.47**	0.71**	6
0.63**	0.79**	39	0.52**	0.57**	31	0.74**	0.78**	17	0.73**	0.75**	7
-	-	-	0.76**	0.68**	32	0.58**	0.68**	18	0.53**	0.70**	8
-	-	-	-	-	-	0.72**	0.79**	19	0.36*	0.57**	9
-	-	-	-	-	-	0.63**	0.79**	20	0.34*	0.31*	10
-	-	-	-	-	-	0.59**	0.71**	21	-	-	-
-	-	-	-	-	-	0.62**	0.76**	22	-	-	-
-	-	-	-	-	-	0.55**	0.62**	23	-	-	-
-	-	-	-	-	-	.61**	.61**	24	-	-	-
0.73** درجة كلية للبُعد		0.86** درجة كلية للبُعد		0.89** درجة كلية للبُعد		0.69** درجة كلية للبُعد					

** دال إحصائيًا عند مستوى الدلالة (0.01 < p)

يُلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (3.3) أن قيم معامل ارتباط الفقرات تراوحت بين

(0.31-0.85)، وكانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائية. إذ ذكر جارسيا (Garcia, 2011) أن

قيمة معامل الارتباط التي تقل عن (0.30) تعدّ ضعيفة، والقيم التي تقع ضمن المدى (0.30-0.49) أقل

أو يساوي (0.70) تعدّ متوسطة، والقيمة التي تزيد عن (0.70) تعدّ قوية، لذلك لم تحذف أي فقرة

من فقرات المقياس.

جدول (4.3)

قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس حل المشكلات بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، كذلك قيم معاملات ارتباط كل مجال مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=40)

الفقرة	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية
1	0.60**	0.58**	2	0.54**	0.39*	3	0.35**	0.49**
8	0.40**	0.54**	5	0.80**	0.63**	6	0.49**	0.33*
11	0.73**	0.55**	12	0.69**	0.49**	9	0.51**	0.31*
15	0.75**	0.37*	16	0.75**	0.40**	17	0.42**	0.36*
20	0.52**	0.39*	-	-	-	21	0.53**	0.59**
0.69**	درجة كلية للمجال		0.62**	درجة كلية للمجال		0.58**	درجة كلية للمجال	
الفقرة	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية
4	0.75**	0.33*	13	0.45**	0.34*0	-	-	-
7	0.59**	0.35*0	18	0.55**	0.35*0	-	-	-
10	0.40**	0.33*0	22	0.66**	0.35*0	-	-	-
14	0.42**	0.36*0	23	0.69**	0.46**0	-	-	-
19	0.45**	0.50**0	-	-	-	-	-	-
0.65**	درجة كلية للمجال		0.57**	درجة كلية للمجال		-	-	-

*دال إحصائيًا عند مستوى الدلالة (0.05 < p) **دال إحصائيًا عند مستوى الدلالة (0.01 < p)

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (4.3) أن قيم معامل ارتباط الفقرات تراوحت بين (0.31-0.80)، وكانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائية. وفي ضوء ما أشار إليه جارسيا (Garcia, 2011)، فلم تحذف أي فقرة من فقرات المقياس.

جدول (5.3)

قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس التوافق الزوجي مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=40):

الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية
1	0.68**
2	0.82**
3	0.67**
4	0.74**
5	0.71**
6	0.55**
7	0.77**

*دال إحصائيًا عند مستوى الدلالة (0.01 < p) **دال إحصائيًا عند مستوى الدلالة (0.01 < p)

يُلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (5.3) أنّ قيم معامل ارتباط الفقرات تراوحت ما بين (0.55-0.82)، وكانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائيًا. وفي ضوء ما أشار إليه جارسيا (Garcia, 2011)، فلم تحذف أي فقرة من فقرات المقياس.

ب) الثبات لمقاييس الدراسة:

للتأكد من ثبات مقاييس الدراسة الثلاثة، فقد جرى التحقق من ثبات الاتساق الداخلي (Internal Consistency Reliability) لكلّ مقياس، باستخدام معامل كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات العينة الاستطلاعية، بعد احتساب الصدق، والجدول (6.3): يوضح ذلك:

جدول (6.3)

معامل الثبات بطريقة كرونباخ ألفا لمقاييس الدراسة

الأداة	المجالات	عدد الفقرات	كرونباخ ألفا
التواصل الرحيم	الرسالة الرحيمة	10	0.85
	الحديث الرحيم	14	0.93
	اللمسة الرحيمة	8	0.89
	الرعاية الصحية الرحيمة	7	0.89
	التواصل الرحيم ككل	39	0.94
حلّ المشكلات	التوجه العام	5	0.95
	تعريف المشكلة	4	0.72
	توليد بدائل	5	0.71
	التقييم	5	0.69
	اتخاذ القرار	4	0.79
	حل المشكلات ككل	23	0.81
التوافق الزوجي	-	7	0.81

يتّضح من الجدول (6.3) أنّ قيم معامل الثبات لمجالات مقياس التواصل الرحيم جاءت بين (0.852-0.93)، وللدرجة الكلية (0.94) أمّا قيم معامل ثبات كرونباخ ألفا لمجالات مقياس حلّ المشكلات فجاءت ما بين (0.65-0.79)، وللدرجة الكلية (0.81)، أمّا قيمة معامل الثبات لمقياس

التوافق الزوجي فبلغت (0.81)، وتعدّ هذه القيم مناسبة وتجعل الأداة قابلة للتطبيق على العينة الأصلية.

ج) تصحيح مقاييس الدراسة

أولاً-مقياس التواصل الرحيم: تكوّن مقياس التواصل الرحيم في صورته النهائية بعد احتساب الصدق من (39)، فقرة، موزعة على أربعة أبعاد، الحديث الرحيم، ومثّلت فقراته من (11-24) اللمسة الرحيمة، وقد مثّلت فقراته من (25-32) الرسالة الرحيمة، وقد مثّلت فقراته من (1-10) والرعاية الصحية الرحيمة، مثّلت فقراته من (33-39) كما هو موضح في ملحق (أ)، وقد مثّلت الفقرات جميعها الاتجاه الإيجابي للتواصل الرحيم. وقد طُلب من المستجيب تقدير إجاباته عن طريق تدرج ليكترت (Likert) خماسي، وأعطيت الأوزان للفقرات كما يلي: تنطبق بدرجة كبيرة جداً (5) درجات، تنطبق بدرجة كبيرة (4) درجات، تنطبق بدرجة متوسطة (3) درجات، تنطبق بدرجة قليلة (2) درجتان، لا تنطبق أبداً (1)، درجة واحدة.

ثانياً- مقياس حلّ المشكلات: تكون مقياس حلّ المشكلات في صورته النهائية بعد احتساب الصدق من (23)، فقرة، موزعة على خمسة أبعاد، وهي التوجه العام ومثّلت فقراته (1، 8، 11، 15، 20)، وتعريف المشكلة ومثّلت فقراته (2، 5، 12، 16)، وتوليد بدائل ومثّلت فقراته (3، 6، 9، 17، 21)، والتقييم ومثّلت فقراته (4، 7، 10، 14، 19)، واتخاذ القرار ومثّلت فقراته (13، 18، 22، 23)، كما هو موضح في ملحق (أ)، وقد مثّلت الفقرات: (1، 2، 3، 5، 8، 10، 12، 13، 14، 16، 17، 19، 21، 22، 23)، الاتجاه الإيجابي لمفهوم حلّ المشكلات، في حين مثّلت الفقرات: (4، 6، 7، 9، 11، 15، 18، 20)، الاتجاه السلبي (العكسي) لمفهوم حلّ المشكلات، إذ عكست الأوزان عند تصحيحها، وذلك لصياغتها بالاتجاه السلبي. وقد طُلب من المستجيب تقدير إجاباته عن

طريق تدرج ليكرت (Likert) خماسي، وأعطيت الأوزان للفقرات كما يلي: تنطبق بدرجة كبيرة جداً (5) درجات، تنطبق بدرجة كبيرة (4) درجات، تنطبق بدرجة متوسطة (3) درجات، تنطبق بدرجة قليلة (2) درجتان، لا تنطبق أبداً (1)، درجة واحدة.

ثالثاً-مقياس التوافق الزوجي: تكوّن مقياس التوافق الزوجي في صورته النهائية بعد احتساب اصدق من (7)، فقرات، كما هو موضح في ملحق (أ)، وقد مثلت الفقرات: (1، 2، 3، 5)، الاتجاه الإيجابي لمفهوم التوافق الزوجي، في حين مثلت الفقرات: (4، 6، 7)، الاتجاه السلبي (العكسي) لمفهوم التوافق الزوجي، إذ عكست الأوزان عند تصحيحها، وذلك لصياغتها بالاتجاه السلبي.

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

ولغايات تفسير المتوسطات الحسابية، ولتحديد مستوى التواصل الرحيم، وحلّ المشكلات، والتوافق الزوجي، لدى عينة الدراسة حُولت العلامة وفق المستوى الذي يتراوح من (1-5) درجات، وتصنيف المستوى إلى ثلاثة مستويات: منخفضة ومتوسطة وعالية، وذلك وفقاً للمعادلة الآتية:

$= \frac{1-5}{2}$	الحد الأعلى _ الحد الأدنى (لتدرج)	طول الفئة =
	عدد المستويات المفترضة	

وبناءً على ذلك، فإنّ مستويات الإجابة عن المقياس تكون على النحو الآتي:

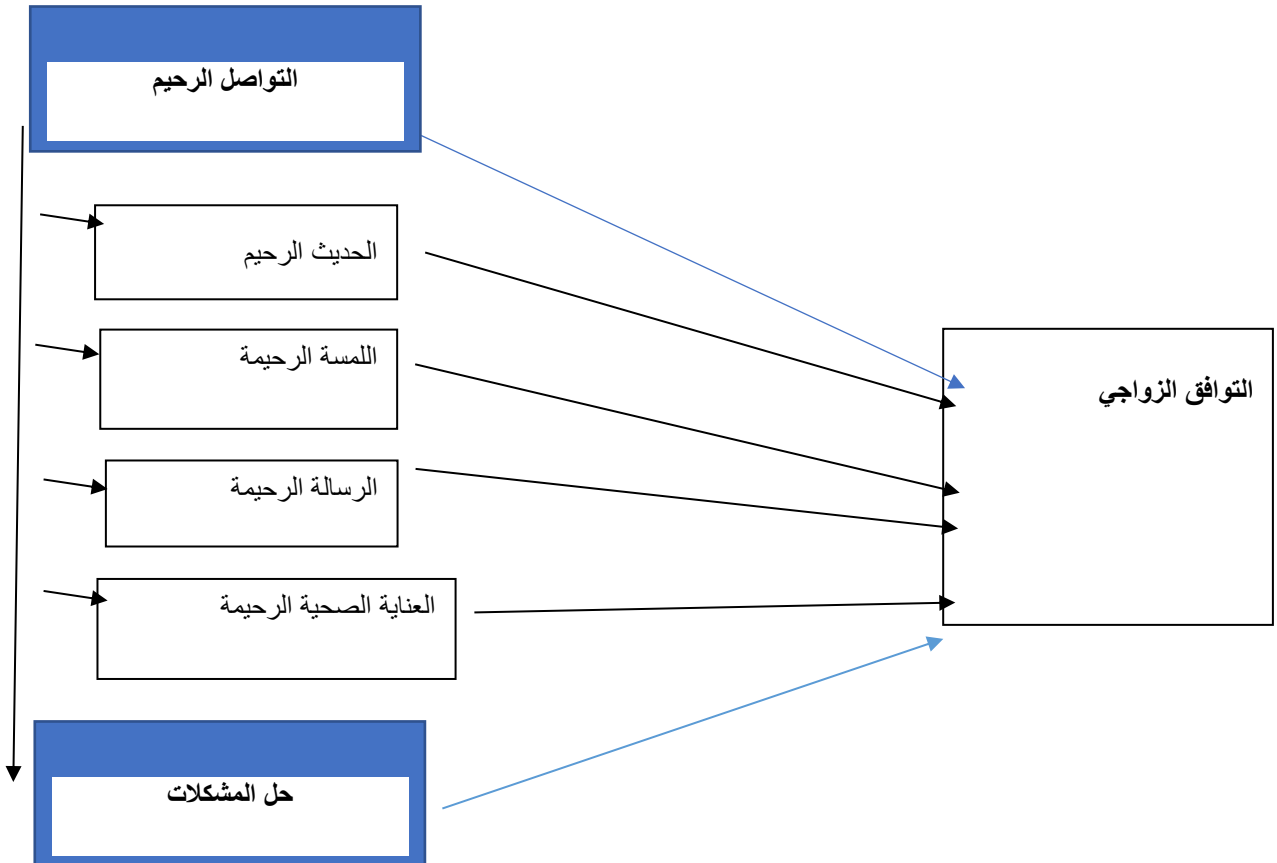
جدول (7.3)

درجات احتساب مستوى التواصل الرحيم، وحل المشكلات والتوافق الزوجي

مستوى منخفض	2.33 فأقل
مستوى متوسط	2.34 - 3.67
مستوى مرتفع	3.6 - 5

3.6 تصميم الدراسة ومتغيراتها

جرى بناء تصور نموذج للعلاقة بين المتغيرات الثلاثة في هذه الدراسة لفحص درجة إسهام التواصل الرحيم، وحل المشكلات في التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين؛ وجاءت متغيرات التواصل الرحيم بأبعادها الأربعة، وحل المشكلات كمتغيرات مستقلة من جهة، والتوافق الزوجي كمتغير تابع من جهة أخرى، وأصبح شكل النموذج وفق ما يأتي:



متغيرات الدراسة:

اشتملت الدراسة على المتغيرات الآتية:

- المتغيرات المستقلة (المنبئة): التواصل الرحيم، وحلّ المشكلات.
- المتغير التابع (المتنبئ به): التوافق الزوجي.
- المتغيرات التصنيفية (الديمغرافية):

1- الجنس: وله مستويان: (1-ذكر، 2-أنثى).

2- العمر: وله أربعة مستويات: (1-من 19-24، 2-من 25-29، 3-من 30-34، 4-35 فأكثر).

3- مكان السكن: وله ثلاثة مستويات: (1-مدينة، 2-قرية، 3-مخيم).

4- المستوى التعليمي: وله أربعة مستويات: (1-توجيهي فأقل، 2-دبلوم، 3-بكالوريوس، 4-دبلوم

عالي/ماجستير فأعلى).

3.7 إجراءات تنفيذ الدراسة

نفّذت الدراسة وفق الخطوات الآتية:

1. جمع المعلومات من العديد من المصادر كالكتب، والمقالات، والتقارير، والرسائل الجامعية، وغيرها، وذلك من أجل وضع الإطار النظري للدراسة.
2. تحديد مجتمع الدراسة، ومن ثمّ تحديد عينة الدراسة.
3. تطوير أدوات الدراسة بمراجعة الأدب التربوي في هذا المجال.
4. تحكيم أدوات الدراسة المراد تطبيقها على عينة الدراسة.

5. تطبيق أدوات الدراسة على عينة استطلاعية ومن خارج عينة الدراسة الأساسية، إذ شملت (40) من المتزوجين حديثاً في فلسطين، وذلك بهدف التأكد من دلالات صدق وثبات أدوات الدراسة.

6. تطبيق أدوات الدراسة على العينة الأصلية، والطلب منهم الإجابة عن فقراتها بصدق وموضوعية، وذلك بعد إعلامهم أنّ إجاباتهم لن تُستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

7. إدخال البيانات إلى ذاكرة الحاسوب، واستخدام برنامج الرزمة الإحصائي (SPSS, 28) لتحليل البيانات، وإجراء التحليل الإحصائي المناسب.

8. مناقشة النتائج التي أسفر عنها التحليل في ضوء الأدب النظري والدراسات السابقة، والخروج بمجموعة من التوصيات والمقترحات البحثية.

3.8 المعالجات الإحصائية

من أجل معالجة البيانات وبعد جمعها استخدمت الباحثة برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS, 28) وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية الآتية:

1. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية.
2. معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation)، لتحديد صدق فقرات المقاييس.
3. معادلة كرونباخ ألفا لتحديد قيم معامل ثبات مقياس الدراسة.
4. اختبار معامل الانحدار المتعدد التدريجي (Stepwise Multiple Regression) باستخدام أسلوب الإدخال (Stepwise). لمعرفة إسهام التواصل الرحيم، وحلّ المشكلات، في التنبؤ في التوافق الزوجي.

5. اختبار تحليل التباين المتعدد "بدون تفاعل" (MANOVA "without Interaction") لفحص

الفروق بين متوسطات التواصل الرحيم، وحلّ المشكلات كلاً على حدة تبعاً إلى متغيرات

الدراسة الديموغرافية.

6. اختبار تحليل التباين الرباعي "بدون تفاعل" (4-way ANOVA "without Interaction")،

لمعرفة الفروق في التوافق الزوجي تبعاً إلى المتغيرات الديموغرافية.

7. اختبار (Scheffe) للمقارنات البعدية.

الفصل الرابع

عرض نتائج الدراسة

1.4 النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة

1.1.4 نتائج السؤال الأول: مستوى التواصل الرحيم

2.1.4 نتائج السؤال الثاني: مستوى حلّ المشاكل

3.1.4 نتائج السؤال الثالث: مستوى التوافق الزوجي

2.4 النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة

1.2.4 نتائج الفرضية الأولى:

2.2.4 نتائج الفرضية الثانية:

3.2.4 نتائج الفرضية الثالثة

4.2.4 نتائج الفرضية الرابعة

الفصل الرابع: عرض نتائج الدراسة

يتناول هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصلت إليها الدراسة في ضوء أسئلتها وفرضيتها التي طُرحت، وقد نُظمت وفقاً لمنهجية محددة في العرض كما يلي:

1.4 النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة

1.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما مستوى التواصل الرحيم لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين؟

لإجابة عن السؤال الأول حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمقياس التواصل الرحيم لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين، والجدول (1.4) يوضح ذلك:

جدول (1.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لكل مجال من مجالات مقياس التواصل الرحيم وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً

الرتبة	رقم المجال	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	4	الرعاية الصحية الرحيمة	4.42	0.653	88.4	مرتفع
2	2	الحديث الرحيم	4.21	0.677	84.2	مرتفع
3	3	اللمسة الرحيمة	4.07	0.768	81.4	مرتفع
4	1	الرسالة الرحيمة	3.44	0.836	68.8	متوسط
		التواصل الرحيم	4.02	0.626	80.4	مرتفع

يتضح من الجدول (1.4) أنّ المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس التواصل الرحيم ككل بلغ (4.02) ونسبة مئوية (80.4%) وبمستوى مرتفع، أمّا المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجالات مقياس التواصل الرحيم فتراوحت ما بين (3.44-4.42)، وجاء مجال "الرعاية الصحية الرحيمة" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره

(4.42) وبنسبة مئوية (88.4%) وبمستوى مرتفع، بينما جاء مجال "الرسالة الرحيمة" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.44) وبنسبة مئوية (68.8%) وبمستوى متوسط.

وقد حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات كلّ مجال من مجالات مقياس التواصل الرحيم وكلّ مجال على انفراد، على النحو الآتي:

1) الرعاية الصحية الرحيمة

جدول (2.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات الرعاية الصحية الرحيمة مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	38	أتنازل عن بعض مطالبتي واحتياجاتي من زوجي/زوجتي إذا لم يكن قادراً صحياً.	4.52	0.741	90.4	مرتفع
2	34	أساند زوجي/زوجتي أثناء مرضه/أ	4.51	0.712	90.2	مرتفع
3	37	أحرص على تذكير و/أو إعطاء الدواء لزوجي / زوجتي أثناء المرض.	4.49	0.784	89.8	مرتفع
4	39	أحرص على الحضور معه بهدف مساعدته/أ وتلبية احتياجاته/أ	4.43	0.794	88.6	مرتفع
5	33	أسهر على رعاية زوجي/زوجتي أثناء مرضه/أ	4.41	0.815	88.2	مرتفع
6	36	أرافق زوجي/زوجتي إلى الطبيب لمتابعة وضعه/أ الصحي	4.31	0.950	86.2	مرتفع
7	35	أقوم ببعض مسؤوليات زوجي/زوجتي أثناء مرضه/أ.	4.25	0.940	85.0	مرتفع

يتضح من الجدول (2.4) أنّ المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجال

الرعاية الصحية الرحيمة تراوحت بين (4.25)-4.52، وجاءت فقرة "أتنازل عن بعض مطالبتي

واحتياجاتي من زوجي/زوجتي إذا لم يكن قادراً صحياً " بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره

(4.52) وبنسبة مئوية (90.4%) وبمستوى مرتفع، بينما جاءت فقرة "أقوم ببعض مسؤوليات زوجي/زوجتي أثناء مرضه/ا" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (4.25) وبنسبة مئوية (85.0%) وبمستوى مرتفع.

(2) الحديث الرحيم

جدول (3.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات الحديث الرحيم مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	20	أدعه/ا يعرف/ تعرف بأنني أسانده وأنه/ا ليس/ت وحده/ا	4.44	.764	88.8	مرتفع
2	16	أصغي إلى حديثه باهتمام	4.39	.741	87.8	مرتفع
3	18	أترك له المجال للتعبير عن مشاعره/ا لي	4.39	.745	87.8	مرتفع
4	22	أشجعه/ا ليكون/ تكون قوي/ة للتعامل مع الموقف الذي يواجهه	4.39	.776	87.8	مرتفع
5	21	أطمئنه/ا بأن كل شيء سيكون على ما يرام	4.37	.814	87.4	مرتفع
6	12	أعبر عن حبي له/ا	4.32	.883	86.4	مرتفع
7	11	أشعره بعاطفتي تجاهه/ا	4.26	.921	85.2	مرتفع
8	15	أتواصل بصرياً معه/ا حتى يشعر/ تشعر بالاهتمام	4.18	.917	83.6	مرتفع
9	19	أظهر له/ا الاهتمام بإيماءات الوجه	4.17	.844	83.4	مرتفع
10	14	أحرص أن أجعله/ا سعيداً طوال الوقت	4.14	.892	82.8	مرتفع
11	17	أثناء الحديث، أركز على إبراز نقاط قوته/ا	4.04	.916	80.8	مرتفع
12	13	أؤكد له أنه محور / مركز اهتمامي	4.02	1.011	80.4	مرتفع
13	23	أدعه/ا يعلم أنه محور تفكيري	3.91	1.062	78.2	مرتفع
14	24	اهتم أن تكون نبرة صوتي متعاطفة أثناء الحديث معه/ا	3.86	.986	77.2	مرتفع

يتضح من الجدول (3.4) أنّ المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجال

الحديث الرحيم تراوحت بين (3.86-4.44)، وجاءت فقرة "أدعه/ا يعرف/ تعرف أنني أسانده وأنه/ا ليس/ت وحده/ا" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (4.44) وبنسبة مئوية (88.8%)

وبمستوى مرتفع، بينما جاءت فقرة "أهتم بأن تكون نبرة صوتي متعاطفة أثناء الحديث معه/ا" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.86) ونسبة مئوية (77.2%) وبمستوى مرتفع.

(3) اللمة الرحمة

جدول (4.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات اللمة الرحمة مرتبة تنازلياً حسب

المتوسطات الحسابية

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	26	أعانق زوجي/ زوجتي	4.38	.866	87.6	مرتفع
2	32	أحرص على أن أعمل شيئاً لإسعاده/ا	4.32	.804	86.4	مرتفع
3	31	عموماً أتقبل زوجي/ زوجتي كما هو/ي	4.25	.876	85.0	مرتفع
4	25	أحاول أن أقضي وقتاً كافياً بجانبه/ا	4.23	.839	84.6	مرتفع
5	27	أمسك يديه/ا أثناء تعبيره/ا عن مشاعره/ا	4.07	1.065	81.4	مرتفع
6	30	أضع يدي على كتفه/ا لطمأنته/ا (لأشعره/ا) بتعاطفي معه/ا (بوجودي بجانبه/ا)	4.05	1.015	81.0	مرتفع
7	29	أدعمه/ا عاطفياً بتقبيل رأسه/ا بهدف دعمه/ا	3.66	1.250	73.2	متوسط
8	28	أدعمه/ا عاطفياً بتقبيل يده/ا بهدف دعمه/ا	3.61	1.268	72.2	متوسط

يتضح من الجدول (4.4) أنَّ المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجال

اللمة الرحمة تراوحت ما بين (3.61-4.38)، وجاءت فقرة "أعانق زوجي/ زوجتي" بالمرتبة

الأولى بمتوسط حسابي قدره (4.38) ونسبة مئوية (87.6%) وبمستوى مرتفع، بينما جاءت فقرة

"أدعمه/ا عاطفياً بتقبيل يده/ا بهدف دعمه/ا" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.61)

وبنسبة مئوية (72.2%) وبمستوى متوسط.

4) الرسالة الرحيمة

جدول (5.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات الرسالة الرحيمة مرتبة تنازلياً حسب

المتوسطات الحسابية

1	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	2	أرسل له/ رسالة نصية للاطمئنان عليه/	3.97	1.032	79.4	مرتفع
2	10	أحرص على إرسال الهدايا في مناسبات خاصة لدعمه/ ومساندته/	3.86	1.153	77.2	مرتفع
3	1	أكرر الاتصال الهاتفي للاطمئنان عليه/	3.82	1.042	76.4	مرتفع
4	3	أرسل له/ رسالة نصية مشجعة له /	3.71	1.122	74.2	مرتفع
5	8	أحرص على تضمين رسائل لرسومات مشجعة ومحبه (emoji)	3.63	1.188	72.6	متوسط
6	6	أرسل له/ فيديو مشجع وملهم	3.49	1.092	69.8	متوسط
7	7	أحرص على إرسال رسائل تحوي اقتباسات تمدد بالقوة	3.31	1.204	66.2	متوسط
8	5	أرسل له/ أغنية ذات معنى مشجع أو ملهم	3.08	1.239	61.6	متوسط
9	4	أرسل له/ أبياتاً شعرية معبرة وملهمة	2.83	1.254	56.6	متوسط
10	9	أرسل له/ الورد تعبيراً عن محبتي	2.72	1.281	54.4	متوسط

يتضح من الجدول (5.4) أنّ المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة على

مجال الرسالة الرحيمة تراوحت بين (2.72-3.97)، وجاءت فقرة " أرسل له/ رسالة نصية

للاطمئنان عليه/" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.97) وبنسبة مئوية (79.4%)

وبمستوى مرتفع، بينما جاءت فقرة "أرسل له/ الورد تعبيراً عن محبتي " في المرتبة الأخيرة،

بمتوسط حسابي بلغ (2.72) وبنسبة مئوية (54.4%) وبمستوى متوسط.

2.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما مستوى حل المشكلات لدى المتزوجين حديثاً في

فلسطين؟

للإجابة عن السؤال الثاني، حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب

المئوية لمقياس حل المشكلات لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين، والجدول (6.4) يوضح ذلك:

جدول (6.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لكل مجال من مجالات مقياس حل المشكلات

وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً

الرتبة	رقم المجال	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	2	تعريف المشكلة	3.80	0.692	76.0	مرتفع
2	5	اتخاذ القرار	3.63	0.537	72.6	متوسط
3	1	التوجه العام	3.45	0.644	69.0	متوسط
4	3	توليد بدائل	3.39	0.558	67.8	متوسط
5	4	التقييم	3.36	0.532	67.2	متوسط
		حل المشكلات ككل	3.51	0.439	70.2	متوسط

يتضح من الجدول (6.4) أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس حل المشكلات ككل بلغ (3.51)، ونسبة مئوية (70.2%)، وبمستوى متوسط. أما المتوسطات الحسابية لمجالات مقياس حل المشكلات فقد تراوحت ما بين (3.36-3.80)، وجاء مجال "تعريف المشكلة" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.80)، ونسبة مئوية (76.0%)، وبمستوى مرتفع، بينما جاء مجال "التقييم" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.36)، ونسبة مئوية (67.2%)، وبمستوى متوسط.

وقد حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على فقرات كل مجال من مجالات مقياس حل المشكلات، وكل مجال على انفراد، على النحو الآتي:

1) مجال تعريف المشكلة

جدول (7.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مجال تعريف المشكلة مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	5	أحدد المشكلة التي أواجهها بوضوح.	4.02	0.877	80.4	مرتفع
2	2	أجمع المعلومات حول المشكلة التي أواجهها.	3.95	0.924	79.0	مرتفع
3	12	استخدم عبارات دقيقة عند وصف المشكلة التي أواجهها.	3.62	0.990	72.4	متوسط
4	16	أتفحص العناصر المختلفة للموقف المُسبب للمشكلة.	3.61	0.972	72.2	متوسط

يتضح من الجدول (7.4) أنّ المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجال

تعريف المشكلة تراوحت ما بين (3.61-4.02)، وجاءت فقرة " أحدد المشكلة التي أواجهها

بوضوح " في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (4.02) وبنسبة مئوية (80.4%) وبمستوى

مرتفع، بينما جاءت فقرة "أتفحص العناصر المختلفة للموقف المُسبب للمشكلة " في المرتبة

الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.61) وبنسبة مئوية (72.2%) وبمستوى متوسط.

2) مجال اتخاذ القرار

جدول (8.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مجال اتخاذ القرار مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	23	عندما تواجهني مشكلة أختار الاحتمال الأكثر ملائمة لحلها.	3.90	0.809	78.0	مرتفع
2	13	أحاول التنبؤ بما سوف تكون عليه النتائج قبل اختيار الحل.	3.78	0.959	75.6	مرتفع
3	22	أضع خطة لتنفيذ الحلول المناسبة للمشكلة.	3.70	0.957	74.0	مرتفع

4	18	أختار الحل الذي يرضي الطرف الآخر بغض النظر	3.14	1.177	62.8	متوسط
---	----	--	------	-------	------	-------

عن فاعليته في حل المشكلة.

يتضح من الجدول (8.4) أنَّ المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجال اتخاذ القرار تراوحت بين (3.14-3.90)، وجاءت فقرة "عندما تواجهني مشكلة أختار الاحتمال الأكثر ملائمة لحلها" في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.90) وبنسبة مئوية (78.0%) وبمستوى مرتفع، بينما جاءت فقرة "أختار الحل الذي يرضي الطرف الآخر بغض النظر عن فاعليته في حل المشكلة" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.14) وبنسبة مئوية (62.8%) وبمستوى متوسط.

(3) مجال التوجه العام

جدول (9.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مجال التوجه العام مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	1	أنظر إلى المشكلات بوصفها حدثاً طبيعياً في حياة الإنسان.	4.06	0.846	81.2	مرتفع
2	8	أستعين بأسلوب منظم في مواجهة المشكلات.	3.62	1.019	72.4	متوسط
3	20	أؤجل التفكير بأي مشكلة تواجهني	3.38	1.207	67.6	متوسط
4	15	أتصرف دون أي تفكير عند مواجهة أي مشكلة	3.30	1.233	66.0	متوسط
5	11	أجد صعوبة في تنظيم أفكاري عندما تواجهني مشكلة.	2.92	1.150	58.4	متوسط

يتضح من الجدول (9.4) أنَّ المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجال التوجه العام تراوحت بين (2.92-4.06)، وجاءت فقرة "أنظر إلى المشكلات بوصفها حدثاً طبيعياً

في حياة الإنسان" في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (4.06) وبنسبة مئوية (81.2%) وبمستوى مرتفع، بينما جاءت فقرة "أجد صعوبة في تنظيم أفكارى عندما تواجهني مشكلة" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.92) وبنسبة مئوية (58.4%) وبمستوى متوسط.

(4) مجال توليد بدائل

جدول (10.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مجال توليد بدائل مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

المرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	3	أفكر بالجوانب الإيجابية والسلبية لجميع الحلول المقترحة لحل المشكلة.	4.12	0.851	82.4	مرتفع
2	21	لدي القدرة على التفكير ببدائل جديدة لحل المشكلة.	3.70	0.917	74.0	مرتفع
3	17	أستشير ذوي الخبرة بهدف إيجاد حل للمشكلة.	3.30	1.209	66.0	متوسط
4	9	أجد تفكيري منحصراً في حل واحد فقط للمشكلة.	3.08	1.143	61.6	متوسط
5	6	أواجه صعوبة في إيجاد أكثر من حل للمشكلة التي أواجهها	2.73	1.031	54.6	متوسط

يتضح من الجدول (10.4) أنّ المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن

مجال توليد بدائل تراوحت بين (4.12-2.73)، وجاءت فقرة " أفكر بالجوانب الإيجابية والسلبية لجميع الحلول المقترحة لحل المشكلة" في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (4.12) وبنسبة مئوية (82.4%) وبمستوى مرتفع، بينما جاءت فقرة "أواجه صعوبة في إيجاد أكثر من حل للمشكلة التي أواجهها" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.73) وبنسبة مئوية (54.6%) وبمستوى متوسط.

5) مجال التقييم

جدول (11.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مجال التقييم مرتبة تنازلياً
حسب المتوسطات الحسابية

المرتبة	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	14	أعيد النظر في الحلول بعد تطبيقها بناء على مدى نجاحها.	3.78	0.911	75.6	مرتفع
2	19	أسعى لمعرفة أسباب عدم نجاحي في حل المشكلة	3.76	0.911	75.2	مرتفع
3	10	أحرص على تقييم الحلول بعد تجربتها في الواقع.	3.68	0.953	73.6	مرتفع
4	7	أختار الحل الأسهل بغض النظر عن نتائج هذا الاختيار.	2.99	1.231	59.8	متوسط
5	4	أركز انتباهي على النتائج اللحظية للحل وليس على النتائج بعيدة المدى.	2.62	1.136	52.4	متوسط

يتضح من الجدول (11.4) أنّ المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن

مجال التقييم تراوحت بين (- 3.782.62)، وجاءت فقرة " أعيد النظر في الحلول بعد تطبيقها بناء

على مدى نجاحها" في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.78) وبنسبة مئوية (75.6%)

وبمستوى مرتفع، بينما جاءت فقرة "أركز انتباهي على النتائج اللحظية للحل وليس على النتائج

بعيدة المدى" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.62) وبنسبة مئوية (52.4%)

وبمستوى متوسط.

3.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: ما مستوى التوافق الزوجي لدى المتزوجين

حديثاً في فلسطين؟

للإجابة عن السؤال الثالث، حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمقياس التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين، والجدول (12.4) يوضح ذلك:

جدول (12.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مقياس التوافق الزوجي وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	3	أجد أنّ جودة علاقتي بزوجي/ زوجتي جيدة مقارنة مع بقية المتزوجين في محيطي الاجتماعي.	4.32	.8710	86.4	مرتفع
2	2	أنا راض عن علاقتي بزوجي/ زوجتي.	4.31	.8900	86.2	مرتفع
3	1	يلبي زوجي/ زوجتي احتياجاتي المختلفة.	4.24	.8590	84.8	مرتفع
4	6	لدي تردد تجاه محبتي لزوجي/ زوجتي، شريكة حياتي.	4.03	1.268	80.6	مرتفع
5	4	تمنيت لو أنني لم أخض (لم أخض) هذه العلاقة.	3.94	1.303	78.8	مرتفع
6	5	توافقت علاقتي مع زوجي/ زوجتي مع توقعاتي الأصلية.	3.85	1.086	77.0	مرتفع
7	7	حالياً أواجه مشكلات زوجية في حياتي.	3.85	1.265	77.0	مرتفع
الدرجة الكلية لمقياس التوافق الزوجي			4.08	.7790	81.6	مرتفع

يتضح من الجدول (12.4) أنّ المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس

التوافق الزوجي ككل بلغ (4.08) وبنسبة مئوية (81.6%) وبمستوى مرتفع، أمّا المتوسطات

الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن فقرات مقياس التوافق الزوجي فتراوحت بين (4.32 -

(3.85)، وجاءت فقرة "أجد أنّ جودة علاقتي بزوجي/ زوجتي جيدة مقارنة مع بقية المتزوجين في محيطي الاجتماعي" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (4.32) ونسبة مئوية (86.4%) وبمستوى مرتفع، بينما جاءت فقرة "حاليًا أواجه مشكلات زوجية في حياتي" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.85) ونسبة مئوية (77.0%) وبمستوى مرتفع.

2.4 النتائج المتعلقة بالفرضيات:

1.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى: لا توجد قدرة تنبؤية دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) لكل من التواصل الرحيم وحلّ المشكلات في التنبؤ بالتوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثًا في فلسطين.

لاختبار الفرضية الأولى، ومن أجل قياس تأثير مساهمة كلّ من التواصل الرحيم وحلّ المشكلات في التنبؤ بالتوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثًا في فلسطين، استخدم معامل الانحدار المتعدد التدريجي (Stepwise Multiple Regression)، واستخدام أسلوب الإدخال (Stepwise)، والجدول (13.4) يوضح ذلك:

جدول (13.4)

نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي لتأثير مساهمة كلّ من التواصل الرحيم وحلّ المشكلات في التنبؤ بالتوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثًا في فلسطين

النموذج	المعاملات غير المعيارية		المعاملات المعيارية بيتا β	قيمة ت	مستوى الدلالة	معامل الارتباط (R)	التباين المفسر R^2	معامل الارتباط المعدل
	معامل الانحدار	الخطأ المعياري						
1	الثابت	1.325	0.219	6.056	0.000			
	التواصل الرحيم	0.684	0.054	12.729	0.000	0.550 ^a	0.303	0.301
2	الثابت	0.562	0.297	1.888	0.060			
	التواصل الرحيم	0.615	0.056	10.963	0.000			

حل المشكلات	0.297	0.080	0.168	3.716	0.000	0.573 ^b	0.328	0.324
قيمة "ف" المحسوبة للتواصل الرحيم = 162.016 دالة عند مستوى دلالة <0.001								
قيمة "ف" المحسوبة للتواصل الرحيم وحل المشكلات = 90.692 دالة عند مستوى دلالة <0.001								
*دال إحصائيًا عند مستوى الدلالة (p < .01)								

يتضح من الجدول (13.4) وجود أثر دال إحصائيًا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) لكل من: (التواصل الرحيم، وحل المشكلات) إذ فسرا معاً (32.8%)، من نسبة التباين في مستوى التوافق الزوجي. وتجدر الإشارة إلى أن قيم عامل تضخم التباين (VIF) للنماذج التنبؤية كانت متدنية؛ مما يشير إلى عدم وجود إشكاليات متعددة (Multicollinearity) تشير إلى وجود ارتباطات قوية بين المتنبئات.

وعليه يمكن كتابة معادلة الانحدار كما يلي: ($\hat{y} = .562 + X_1 1.615 + X_2 2.297$)،

تمثل $\hat{y}$: التوافق الزوجي، X_1 : التواصل الرحيم، X_2 : حل المشكلات.

أي كلما تغير متغير التواصل الرحيم درجة واحدة يحدث تغير طردي موجب في حل المشكلات بمقدار (0.615)، وكلما حدث تغير في متغير حل المشكلات درجة واحدة، يحدث تغير طردي موجب في التوافق الزوجي بمقدار (0.297).

2.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات التواصل الرحيم لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السكن، والمستوى التعليمي.

لاختبار الفرضية الثانية، حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس التواصل الرحيم لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السكن، والمستوى التعليمي، والجدول (14.4) يبين ذلك:

جدول(14.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس متوسطات التواصل
الرحيم تعزى إلى متغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السكن، والمستوى التعليمي

المتغير	المستوى	الإحصائي	الرسالة الرحيمة	الحديث الرحيم	اللمسة الرحيمة	الرعاية الصحية الرحيمة	التواصل الرحيم ككل
الجنس	ذكر	M	3.86	4.30	4.28	4.42	4.20
		SD	0.792	0.607	0.607	0.604	0.568
	أنثى	M	3.37	4.19	4.03	4.41	3.99
		SD	0.822	0.688	0.788	0.663	0.631
العمر	من 19 - 24	M	3.58	4.28	4.28	4.42	4.13
		SD	0.808	0.610	0.652	0.614	0.588
	من 25 - 29	M	3.34	4.19	4.05	4.45	3.99
		SD	0.787	0.694	0.762	0.631	0.621
	من 30 - 34	M	3.41	4.12	3.89	4.34	3.93
		SD	0.834	0.710	0.781	0.742	0.634
	35 فأكثر	M	3.52	4.25	4.06	4.44	4.06
		SD	0.995	0.685	0.883	0.637	0.681
مكان السكن	مدينة	M	3.45	4.25	4.09	4.47	4.05
		SD	0.796	0.622	0.745	0.606	0.571
	قرية	M	3.38	4.13	4.03	4.32	3.95
		SD	0.867	0.718	0.801	0.728	0.678
	مخيم	M	3.67	4.18	4.12	4.39	4.07
		SD	0.961	0.846	0.806	0.643	0.763
المستوى التعليمي	توجيهي فأقل	M	3.50	4.39	4.43	4.46	4.18
		SD	0.775	0.538	0.583	0.555	0.477
	دبلوم	M	3.63	4.39	4.24	4.51	4.19
		SD	0.876	0.609	0.654	0.631	0.594
	بكالوريوس	M	3.39	4.16	4.01	4.37	3.97
		SD	0.842	0.709	0.814	0.689	0.656
	دبلوم عالي/ ماجستير فأعلى	M	3.55	4.21	4.12	4.57	4.09
		SD	0.793	0.571	0.587	0.471	0.512

M= المتوسط الحسابي SD= الانحراف المعياري

يتضح من الجدول (14.4) وجود فروق ظاهرة بين المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة

الدراسة على مقياس التواصل الرحيم في ضوء توزيعها حسب متغيرات الدراسة. وللكشف عن

دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية للدرجة الكلية والمجالات الفرعية لمقياس التواصل

الرحيم، فقد أجري تحليل التباين المتعدد "بدون تفاعل" (MANOVA "without Interaction")،

والجدول (15.4) يبين ذلك:

جدول (15.4)

تحليل التباين المتعدد (بدون تفاعل) على الدرجة الكلية والمجالات الفرعية لمقياس التواصل الرحيم تُعزى إلى متغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السّكن، والمستوى التعليمي

الدالة الإحصائية	قيمة F	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	المجالات	مصدر التباين
0.000*	18.490	12.185	1	12.185	الرسالة الرحيمة	الجنس
0.349	0.880	0.399	1	0.399	الحديث الرحيم	
0.011*	6.589	3.661	1	3.661	اللمسة الرحيمة	
0.943	0.005	0.002	1	0.002	الرعاية الصحية الرحيمة	
0.014*	6.106	2.319	1	2.319	الدرجة الكلية	
0.031*	2.988	1.969	3	5.908	الرسالة الرحيمة	العمر
0.284	1.270	.576	3	1.727	الحديث الرحيم	
0.000*	6.249	3.472	3	10.417	اللمسة الرحيمة	
0.492	0.805	0.342	3	1.027	الرعاية الصحية الرحيمة	
0.035*	2.899	1.101	3	3.302	الدرجة الكلية	
0.112	2.198	1.449	2	2.898	الرسالة الرحيمة	مكان السّكن
0.147	1.931	0.875	2	1.751	الحديث الرحيم	
0.251	1.389	0.772	2	1.543	اللمسة الرحيمة	
0.155	1.877	0.799	2	1.597	الرعاية الصحية الرحيمة	
0.136	2.004	0.761	2	1.522	الدرجة الكلية	
0.651	0.545	0.359	3	1.078	الرسالة الرحيمة	المستوى التعليمي
0.220	1.478	0.670	3	2.011	الحديث الرحيم	
0.084	2.229	1.238	3	3.715	اللمسة الرحيمة	
0.270	1.312	0.558	3	1.675	الرعاية الصحية الرحيمة	
0.280	1.283	0.487	3	1.461	الدرجة الكلية	
		0.659	365	240.549	الرسالة الرحيمة	الخطأ
		0.453	365	165.504	الحديث الرحيم	
		0.556	365	202.811	اللمسة الرحيمة	
		0.425	365	155.301	الرعاية الصحية الرحيمة	
		0.380	365	138.610	الدرجة الكلية	

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

يتضح من الجدول (15.4):

- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) على مقياس التواصل الرحيم ومجالي: (الرسالة الرحيمة، واللمسة الرحيمة) لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغير الجنس، وجاءت الفروق لصالح الذكور.

- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) على مقياس التواصل الرحيم ومجالي: (الرسالة الرحيمة، واللمسة الرحيمة) لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغير العمر.

- عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) على مقياس التواصل الرحيم ومجالاته لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغيري: مكان السكن، والمستوى التعليمي.

وللكشف عن موقع الفروق بين المتوسطات الحسابية لمقياس التواصل الرحيم ومجالي: (الرسالة الرحيمة، واللمسة الرحيمة) لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغير العمر، استخدم اختبار (Scheffe) نظراً لتحقيق تجانس التباين بين المجموعات بناءً على قيمة اختبار (Levene's, $p > 0.05$)، والجدول (16.4) يوضح ذلك:

جدول (16.4)

نتائج اختبار (Scheffe) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية لمقياس التواصل الرحيم ومجالي: (الرسالة الرحيمة، واللمسة الرحيمة) لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغير العمر

المتغير	المستوى	المتوسط	من 19 - 24	من 25 - 29	من 30 - 34	35 فأكثر
الرسالة	من 19 - 24	3.58	—	0.238	0.173*	0.061
الرحيمة	من 29 - 25	3.34	—	—	5-0.06	-0.177
	من 34 - 30	3.41	—	—	—	-0.113

—				3.52	35 فأكثر	
0.224	0.398*	0.232	—	4.28	من 19 – 24	اللمسة الرحيمة
-0.008	0.167	—		4.05	من 25 – 29	
-0.175	—			3.89	من 30 – 34	
—				4.06	35 فأكثر	
0.068	0.200*	0.135	—	4.13	من 19 – 24	الدرجة الكلية
-0.067	0.066	—		3.99	من 25 – 29	
-0.132	—			3.93	من 30 – 34	
—				4.06	35 فأكثر	

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

يتبين من الجدول (16.4) الآتي:

- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$)، في التّواصل الرحيم ومجالي:
(الرسالة الرحيمة، والحديث الرحيم) لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغير
العمر بين (من 19 – 24) و(من 30 – 34)، جاءت الفروق لصالح (من 19 – 24).

3.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات حلّ المشكلات لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السّكن، والمستوى التعليمي.

لاختبار الفرضية الثالثة، حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس حلّ المشكلات لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السّكن، والمستوى التعليمي، والجدول (17.4) يبين ذلك:

جدول (17.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس حل المشكلات تُعزى إلى متغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السكن، والمستوى التعليمي

المتغير	المستوى	الإحصائي	التوجه العام	تعريف المشكلة	توليد بدائل	التقييم	اتخاذ القرار	حل المشكلات ككل
الجنس	ذكر	M	3.49	4.12	3.57	3.42	3.79	3.65
		SD	0.716	0.613	0.547	0.559	0.521	0.476
	أنثى	M	3.45	3.74	3.35	3.35	3.60	3.48
		SD	0.631	0.691	0.555	0.527	0.536	0.428
العمر	من 19 – 24	M	3.51	3.72	3.41	3.42	3.66	3.53
		SD	0.630	0.752	0.638	0.575	0.550	0.482
	من 25 – 29	M	3.41	3.73	3.32	3.31	3.58	3.45
		SD	0.640	0.643	0.507	0.532	0.564	0.411
	من 30 – 34	M	3.43	3.86	3.41	3.36	3.65	3.52
		SD	0.626	0.705	0.570	0.484	0.499	0.428
	35 فأكثر	M	3.52	4.07	3.50	3.43	3.68	3.62
		SD	0.718	0.629	0.515	0.524	0.498	0.442
	مدينة	M	3.52	3.80	3.43	3.41	3.65	3.55
		SD	0.647	0.680	0.551	0.531	0.537	0.440
	قرية	M	3.35	3.76	3.30	3.30	3.57	3.44
		SD	0.604	0.723	0.575	0.556	0.544	0.442
مكان السكن	مخيم	M	3.39	3.95	3.41	3.32	3.71	3.53
		SD	0.732	0.647	0.513	0.412	0.504	0.398
	توجيهي فأقل	M	3.21	4.02	3.38	3.29	3.67	3.48
		SD	0.620	0.665	0.481	0.432	0.431	0.337
المستوى التعليمي	دبلوم	M	3.54	4.01	3.54	3.44	3.66	3.62
		SD	0.762	0.564	0.555	0.501	0.359	0.421
	بكالوريوس	M	3.45	3.75	3.35	3.35	3.61	3.49
		SD	0.619	0.694	0.528	0.533	0.558	0.426
	دبلوم عالي/ ماجستير فأعلى	M	3.55	3.84	3.47	3.43	3.67	3.58
		SD	0.683	0.745	0.727	0.591	0.584	0.552

M = المتوسط الحسابي SD = الانحراف المعياري

يتضح من الجدول (17.4) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد

عينة الدراسة على مقياس حل المشكلات في ضوء توزيعها حسب متغيرات الدراسة. وللكشف

عن دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية للدرجة الكلية والمجالات الفرعية لمقياس حلّ

المشكلات فقد أُجري تحليل التباين المتعدد "بدون تفاعل" ("MANOVA "without Interaction")،

والجدول (18.4) يبين ذلك:

جدول (18.4)

تحليل التباين المتعدد (بدون تفاعل) على الدرجة الكلية والمجالات الفرعية لمقياس حلّ المشكلات تعزى

إلى متغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السّكن، والمستوى التعليمي

الدلالة الإحصائية	قيمة F	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	المجالات	مصدر التباين
0.383	0.763	0.314	1	0.314	التوجه العام	الجنس
0.016*	5.855	2.686	1	2.686	تعريف المشكلة	
0.020*	5.422	1.654	1	1.654	توليد بدائل	
0.342	0.904	0.256	1	0.256	التقييم	
0.019*	5.592	1.605	1	1.605	اتخاذ القرار	
0.020*	5.490	1.034	1	1.034	الدرجة الكلية	
0.511	0.772	0.317	3	0.952	التوجه العام	العمر
0.188	1.604	0.736	3	2.208	تعريف المشكلة	
0.499	0.793	0.242	3	0.725	توليد بدائل	
0.381	1.027	0.290	3	0.871	التقييم	
0.514	0.765	0.219	3	0.658	اتخاذ القرار	
0.390	1.005	0.189	3	0.568	الدرجة الكلية	
0.093	2.392	0.983	2	1.967	التوجه العام	مكان السّكن
0.494	0.708	0.325	2	0.649	تعريف المشكلة	
0.117	2.163	0.660	2	1.320	توليد بدائل	
0.174	1.754	0.496	2	0.992	التقييم	
0.189	1.672	0.480	2	0.959	اتخاذ القرار	
0.100	2.321	0.437	2	0.874	الدرجة الكلية	
0.261	1.340	0.551	3	1.653	التوجه العام	المستوى التعليمي
0.291	1.250	0.574	3	1.721	تعريف المشكلة	
0.557	0.693	0.211	3	0.634	توليد بدائل	
0.766	0.383	0.108	3	0.325	التقييم	
0.987	0.045	0.013	3	0.039	اتخاذ القرار	
0.637	0.567	0.107	3	0.320	الدرجة الكلية	
		0.411	365	150.061	التوجه العام	الخطأ
		0.459	365	167.461	تعريف المشكلة	
		0.305	365	111.377	توليد بدائل	
		0.283	365	103.194	التقييم	
		0.287	365	104.735	اتخاذ القرار	
		0.188	365	68.720	الدرجة الكلية	

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

يتضح من الجدول (18.4) الآتي:

- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) على مقياس حلّ المشكلات ومجالات: (تعريف المشكلة، وتوليد بدائل، واتخاذ القرار) لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغير الجنس، جاءت الفروق لصالح الذكور.

- عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) على مقياس حلّ المشكلات ومجالاته لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغيرات: العمر، ومكان السّكن، والمستوى التعليمي.

4.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha < 0.05$) بين متوسطات التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السّكن، والمستوى التعليمي.

ومن أجل فحص الفرضية الرابعة، حُسبت المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، لمقياس التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغير: (الجنس، والعمر، ومكان السّكن، والمستوى التعليمي)، والجدول (19.4) يبين ذلك:

جدول (19.4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس التوافق الزوجي تُعزى

إلى متغير: الجنس، والعمر، ومكان السّكن، والمستوى التعليمي

المتغير	المستوى	الإحصائي	التوافق الزوجي
الجنس	ذكر	المتوسط	4.01
		الانحراف	0.729
	أنثى	المتوسط	4.09
		الانحراف	0.788
العمر	من 19 – 24	المتوسط	4.22
		الانحراف	0.703

مكان السكن	من 25 - 29	المتوسط	4.12
		الانحراف	0.745
	من 30 - 34	المتوسط	3.99
		الانحراف	0.885
	35 فأكثر	المتوسط	3.84
		الانحراف	0.766
المستوى التعليمي	مدينة	المتوسط	4.17
		الانحراف	0.765
	قرية	المتوسط	3.96
		الانحراف	0.756
	مخيم	المتوسط	3.89
		الانحراف	0.877
	توجيهي فأقل	المتوسط	4.23
		الانحراف	0.735
	دبلوم	المتوسط	4.09
		الانحراف	0.802
	بكالوريوس	المتوسط	4.08
		الانحراف	0.785
	دبلوم عالي/ ماجستير فأعلى	المتوسط	3.98
		الانحراف	0.757

يتضح من الجدول (19.4) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية على مقياس التوافق الزوجي في ضوء توزيعها حسب متغيرات الدراسة. وللكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لمقياس التوافق الزوجي، فقد أُجري تحليل التباين الرباعي "بدون تفاعل" (4-way ANOVA "without Interaction")، والجدول (20.4) يبين ذلك:

جدول (20.4)

تحليل التباين الرباعي (بدون تفاعل) على مقياس التوافق الزوجي تُعزى إلى متغير: الجنس، والعمر، ومكان السكن، والمستوى التعليمي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	الدلالة الإحصائية
الجنس	0.049	1	0.049	0.085	0.771
العمر	6.957	3	2.319	3.986	0.008*

مكان السكن	8.010	2	4.005	6.885	0.001*
المستوى التعليمي	1.415	3	0.472	0.811	0.489
الخطأ	212.324	365	0.582		

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

يتضح من الجدول (20.4) الآتي:

- عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) على مقياس التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغيري: الجنس، والمستوى التعليمي.
 - وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) على مقياس التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغير العمر.
 - وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) على مقياس التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغير مكان السكن.
- وللكشف عن موقع الفروق بين المتوسطات الحسابية لمقياس التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغير العمر، كذلك للكشف عن موقع الفروق بين المتوسطات الحسابية لمقياس التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغير مكان السكن، استخدم اختبار (Scheffe) نظراً لتحقيق تجانس التباين بين المجموعات بناءً على قيمة اختبار (Levene's, $p > .05$)، والجدولان (21.4) و (22.4) يوضحان ذلك:

جدول (21.4)

نتائج اختبار (Scheffe) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية لمقياس التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغير العمر

المتغير	المستوى	المتوسط	من 19 - 24	من 25 - 29	من 30 - 34	35 فأكثر
من 19 - 24	4.22	—	0.102	0.231	0.383*	
من 25 - 29	4.12	—	—	0.129	0.280	
من 30 - 34	3.99	—	—	—	0.151	

—	3.84	35 فأكثر
---	------	----------

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

يتبين من الجدول (21.4) الآتي:

- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$)، في التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغير العمرين (من 19 – 24) و (35 فأكثر)، وجاءت الفروق لصالح (من 19 – 24).

جدول (22.4)

نتائج اختبار (Scheffe) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية لمقياس التوافق الزوجي لدى

المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغير مكان السكن

المتغير	المستوى	المتوسط	مدينة	قرية	مخيم
	مدينة	4.17	—	0.217*	0.284
التوافق الزوجي	بكالوريوس	3.96		—	0.067
	مخيم	3.89			—

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

يتبين من الجدول (22.4) الآتي:

- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$)، في التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغير مكان السكن بين (مدينة) و (قرية)، وجاءت الفروق لصالح (مدينة).

وتجدر الإشارة إلى أنه على الرغم من أن الفرق في المتوسط بين (مدينة) و (مخيم)، كان أكبر مقارنة بين (مدينة) و (قرية)، إلا أن الخطأ المعياري للمقارنة بين (مدينة) و

(قرية)، كان أقل إذ بلغ $=0.087$) وجاءت قيمته دالة إحصائية إذ بلغت $=0.045$ ، عند فترة الثقة 95% من 0.00 إلى 0.43). في المقابل، لم تكن المقارنة بين المدينة والمخيم دالة إحصائية (متوسط الفرق $=0.284$ ، الخطأ المعياري $=0.146$ ، قيمة الدلالة $=0.153$)، وذلك بسبب ارتفاع الخطأ المعياري؛ مما جعل فترة الثقة (من -0.08 إلى 0.64) تشمل الصفر. وتجدر الإشارة إلى أن اختبار شيفيه يُعدّ محافظاً نسبياً في ضبط الخطأ من النوع الأول، إذ يعتمد الحكم على الدلالة الإحصائية على نسبة الفرق إلى الخطأ المعياري لا على حجم الفرق وحده.

الفصل الخامس

تفسير النتائج ومناقشتها

1.5 تفسير نتائج أسئلة الدراسة ومناقشتها

1.1.5 تفسير نتائج السؤال الأول ومناقشتها

2.1.5 تفسير نتائج السؤال الثاني ومناقشتها

3.1.5 تفسير نتائج السؤال الثالث ومناقشتها

2.5 تفسير نتائج فرضيات الدراسة ومناقشتها

1.2.5 تفسير نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها

2.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها

3.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها

4.2.5 تفسير نتائج الفرضية الرابعة ومناقشتها

5.3 البرنامج الإرشادي المقترح

5.4 التوصيات

الفصل الخامس

تفسير النتائج ومناقشتها

تضمن هذا الفصل مناقشة النتائج التي توصلت إليها الدراسة، بوساطة أسئلتها وما انبثق عنها من فرضيات، وذلك بمقارنتها بالنتائج التي توصلت إليها الدراسات السابقة، إضافة إلى تفسير النتائج، وصولاً إلى التوصيات التي يمكن طرحها في ضوء هذه النتائج.

1.5 تفسير نتائج أسئلة الدراسة ومناقشتها

1.1.5 تفسير نتائج السؤال الأول ومناقشتها: ما مستوى التواصل الرحيم لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين؟

بيّن السؤال الأول أنّ المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس التواصل الرحيم ككلّ جاء بمستوى مرتفع، أمّا المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجالات مقياس التواصل الرحيم، فقد جاء مجال " الرعاية الصحية الرحيمة" بمستوى مرتفع، بينما جاء مجال " الرسالة الرحيمة" بمستوى متوسط.

وتعكس هذه النتيجة إدراك العينة والتزامهم بالتواصل الرحيم في إطار علاقتهم الزوجية، بوصفها علامة صحية وهامة للعلاقة، خصوصاً في السنوات الأولى من الزواج التي تعدّ مرحلة شهر العسل من الناحية العاطفية ؛ و تسود مشاعر الحب والانبهار والانفتاح على التعلم ، كما أنّ رغبة الزوجين في إنجاح العلاقة تكون عالية، وتوقعاتهم من بعضهم عالية أيضاً، فيشجعون بعضهم على التعامل مع أي ضغوط تكون على الأغلب قليلة وليست مركزية في هذه المرحلة

من الزواج، ولكنها تتطلب قدرًا كبيرًا من التفاهم والتواصل الرحيم، كما يمكن أن يعود ذلك أيضا إلى وعي العينة للاحتياجات المشتركة ولأهمية الاحترام والتفاهم والدعم والتعاطف بين الشريكين، باعتبار أن التواصل الرحيم نهج يُعزز جودة الحياة، الأمر الذي اتفق مع ما أشار إليه (دنحا، 2023).

وقد جاء مجال الرعاية الصحية الرحيمة في المرتبة الأولى مما يؤكد حرص الأزواج على الاهتمام بصحة بعضهم، وملاحظتهم بدقة لأي سلوك يعكس الشعور بالتعب أو المرض من الشريك والقيام بدعمه بدون تردد؛ و يكون الشريك/ة المريض/ة حساسا تجاه وضعه وحاجته للرعاية، فيكون لكل سلوك داعم وبسيط قيمة كبيرة لديه/ا، كتقديم الدواء والتذكير بمواعيد المتابعة مع الطبيب أو القيام بأي مهمات متطلبة من الشريك/ة الذي يعاني من المرض، ومن الممكن أن ترتبط الرعاية أيضا بمرحلة حمل الزوجة بالطفل الأول ووجود حالة التشوق لرؤيته ، الأمر الذي يعكس درجة كبيرة من التواصل بينهم، وتنطبق هذه النتيجة مع ما تحدث عنه (روزنبرغ، 2005) في نظريته حول التواصل الرحيم أو التواصل اللاعنفي، وتأكيد أهمية الملاحظة لما يعيشه الشريك باعتباره أهم العناصر لنظريته، وذلك بهدف معرفة احتياجاته والعمل بتعاطف على إشباع هذا الاحتياج ، بينما جاء مجال الرسالة الرحيمة في المرتبة الأخيرة وبدرجة متوسطة وقد يُعزى ذلك بحسب رأي الباحثة إلى أن الزوجين يعيشان في هذه المرحلة من الزواج ، في حالة من الانسجام والحميمية ، ويكون التواصل المباشر والوجاهي هو الأساس في العلاقة التي يسودها الدفء أكثر من الرسائل النصية وغيرها، والتي استخدمت فقط في حالة غيابهم ولأوقات قصيرة غالبا، ويمكن أيضا أن الرسالة الرحيمة الداعمة مع اعتبارها أحد مكونات التواصل الرحيم ، ليست الفعالية نفسها بين الأزواج، فقد طُرحت أهميتها في

الأدبيات في إطار دعم أي شخص محبط أو متألم ويحتاج إلى الدعم بحسب (بروسر، 2011). كما يمكن اعتبار هذه النتيجة إيجابية في إطار العلاقة خصوصا إذا قورنت بنتائج دراسة أوجور وجينش (Uğur & Genc, 2023) ، التي أشارت إلى مخاطر الاستخدام السلبي للهاتف على الاستقرار الزواجي مقابل الحضور الذهني الفاعل أثناء التواصل مع الزوج/ة.

اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة الحدادي (2024) التي أشارت إلى ارتباط وثيق بين درجة الاتصال الوجداني المرتفعة ودرجات السعادة الزوجية الأعلى، كما اتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة النواجحة (2023) التي أظهرت مستوى الحب الرحيم بدرجة مرتفعة جدا لدى المعلمين في خان يونس، ومع دراسة الحبسي وعبد الرشيد (2023) التي أسفرت عن وجود درجة ممارسة عالية لمهارات التواصل الزواجي لدى الأزواج العُمانيين.

2.1.5 تفسير نتائج السؤال الثاني ومناقشتها: ما مستوى حلّ المشكلات لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين؟

يتضح من الجدول (6.4) أنّ المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس حلّ المشكلات ككلّ جاء بمستوى متوسط. أمّا المتوسطات الحسابية لمجالات مقياس حلّ المشكلات فقد جاء مجال " تعريف المشكلة" بمستوى مرتفع، وفي المرتبة الأولى، بينما جاء مجال " التقييم " بمستوى متوسط وفي المرتبة الأخيرة.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أنّ حديثي الزواج، يمتلكون العديد من المهارات الأساسية في ملاحظة أعراض ومؤشرات المشكلة ووجود الخلاف بينهم، كونه جديدا ولم يُختبر

سابقاً، مما يشير إلى قدرتهم على تحديد المشكلات التي تواجههم بدقة؛ ويعد تحديد المشكلة الخطوة الأولى للوصول إلى حلّها. لقد أبرزت نتيجة التقييم التي جاءت في المرتبة الأخيرة وبمستوى متوسط، الحاجة إلى تطوير استراتيجيات العينة في التعامل مع المشكلات بأسلوب أكثر نضجاً وفاعلية، الأمر الذي أكّد أهميته (سلامة، 2024)؛ وأبرزت هذه النتيجة أنّ لدى الأزواج تدنيًا في تحليل عمق المشكلة وتقدير تأثيرها على المدى البعيد، فضلاً عن وجود صعوبة لديهم في تحليل الخيارات المتاحة للمشكلة واختيار أنسبها، وقد يرجع ذلك إلى قلة الخبرة لديهم أو تدني في مهارات تفكيرهم النقدي والقدرة على اتخاذ القرار المشترك.

3.1.5 تفسير نتائج السؤال الثالث ومناقشتها: ما مستوى التوافق الزوجي لدى المتزوجين

حديثاً في فلسطين؟

كشفت نتيجة السؤال الثالث أنّ المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس التوافق الزوجي ككلّ بمستوى مرتفع، وتدلّ هذه النتيجة المرتفعة على جودة العلاقة بين المتزوجين حديثاً. ويبرز هذا التوافق الزوجي قدرتهم على التفاهم والتكيف والتأقلم مع أدوارهم ومسؤولياتهم الجديدة؛ وتسود التوقعات الإيجابية بينهم، واعتبارهم لوجود الخلافات أمراً طبيعياً وليس مهدداً للعلاقة، وتجاوز التحديات والمشكلات الأولى التي قد تواجههم في بداية زواجهم.

وتشير هذه النتيجة إلى وجود مشاعر الحب التي تعزز التقبل لاختلافاتهم وتسامحهم مع عيوب بعضهم، ووجود الرضا والاستقرار العاطفي المتبادل بين الزوجين، فضلاً عن الرغبة في بناء علاقة تقوم على التعاون والدعم المشترك؛ و تكون المرونة والاستعداد لتقديم التنازلات بينهم بهدف إنجاح العلاقة، فضلاً عن قلة الضغوطات والمسؤوليات الكبيرة التي قد تواجههم في بداية الزواج، كما يرجع التوافق الزوجي المرتفع إلى عوامل عدة منها القيم الاجتماعية والثقافية

الفلسطينية، التي تعد الزواج وتكوين الأسرة استراتيجية أساسية للبقاء والصمود في مواجهة الاحتلال الإسرائيلي، الذي أسهم على مدار التاريخ في إيجاد حالة الشتات المستمر للأسرة بسبب ممارساته، لذا يعد الحفاظ على مؤسسة الزواج واستقرارها ضرورة وطنية.

وقد اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة زور وزروالي (2020) التي أظهرت مستوى التوافق الزوجي مرتفعاً لدى أستاذات التعليم، في حين اختلفت نتائجها مع نتيجة دراسة أجنيدي (2020) بأن مستوى التوافق الزوجي لدى آباء وأمهات طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الخليل جاء متوسطاً، واختلفت أيضاً مع نتيجة دراسة أفرام (Afram, 2020) التي أظهرت انخفاضاً في مستوى التوافق الزوجي لدى الطلبة المتزوجين حديثاً، واختلفت أيضاً نتيجة الدراسة مع دراسة السلامين (2019) التي أظهرت مستوى التوافق الزوجي لدى النساء العربيات في شمال فلسطين الذي جاء بدرجة متوسطة.

2.5 تفسير نتائج فرضيات الدراسة ومناقشتها

1.2.5 تفسير نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها: لا توجد قدرة تنبؤية دالة إحصائية عند مستوى

دلالة ($\alpha \leq 0.05$) لكل من التواصل الرحيم وحلّ المشكلات في التنبؤ بالتوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين.

يتضح من الجدول (13.4) وجود أثر دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) لكلّ

من: (التواصل الرحيم، وحلّ المشكلات) إذ فسراً معاً (32.8%)، من نسبة التباين في مستوى التوافق الزوجي، أي كلما تغير متغير التواصل الرحيم درجة واحدة يحدث تغير طردي موجب في حلّ المشكلات بمقدار (0.615)، وكلما تغير متغير حلّ المشكلات درجة واحدة يحدث تغير طردي موجب في التوافق الزوجي بمقدار (0.297).

أي أنّه توجد قدرة تنبؤية دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) لكلّ من التواصل الرحيم، وحلّ المشكلات في التنبؤ بالتوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين.

وعليه، يمكن القول إنّ متغيري التواصل الرحيم وحلّ المشكلات يحققان دالاً إحصائياً

في مستوى التوافق الزوجي، وتفسر الباحثة هذه النتيجة أنّ التواصل الرحيم بمكوناته ومؤشراته التي تنعكس بالتعبير العاطفي اللفظي وغير اللفظي وأيضاً الجسدي يدعم ويعزز العلاقة العاطفية والاحترام المتبادل بين الزوجين، ويسهم في بناء بيئة عاطفية آمنة، ويسبب شعوراً بالرضا والتفاهم بينهم، مع وجود مشاعر التقبل لفكرة الاختلاف والاستعداد للعمل على إيجاد طرق موضوعية لمواجهة التحديات، وحلّ المشكلات التي تواجههم واتخاذ قرارات ملائمة ومدروسة، الأمر الذي يعد من أهم مؤشرات التوافق الزوجي، كما أنّ امتلاك الأزواج لمهارات

حلّ المشكلات يمكّنهم من التعامل مع الخلافات والتحديات التي قد تواجههم بصورة يومية كالتحديات الاقتصادية والاجتماعية والعاطفية، ولا سيما في بداية زواجهم، الأمر الذي يسهم في خفض التوتر، ويزيد من حالة الانسجام والتوافق بينهم، انسجاما مع طرح المشهدان (2022).

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة زور وزروالي (2020) التي وجدت علاقة مترابطة موجبة دالة إحصائياً بين مهارة حلّ المشكلات والتوافق الزوجي. ومع دراسة فرحان والسيد (2020) التي توصلت إلى وجود قدرة تنبؤيه دالة إحصائياً لاستراتيجيات حلّ الخلافات الزوجية والتوافق الزوجي، بالإضافة إلى انسجامها مع نتائج دراسة (معهد الدوحة للأسرة، 2024).

2.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha < 0.05$) بين متوسطات التواصل الرحيم لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السكن، والمستوى التعليمي.

أظهرت الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) على مقياس التواصل الرحيم ومجالي: (الرسالة الرحيمة، واللمسة الرحيمة) لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغير الجنس وجاءت الفروق لصالح الذكور.

وتربط الباحثة هذه النتيجة بالبيئة الاجتماعية والثقافية التي تشجع الذكور منذ الصغر على المبادرة في التعبير عن المشاعر تجاه الجنس الآخر بأساليب مختلفة؛ و تكون لديهم مسؤولية قيادة العلاقة العاطفية والزوجية، وفي المقابل تحدّ ثقافة المجتمع من فرص تعبير المرأة عن مشاعرها وعواطفها تجاه الرجل، الأمر الذي أخذ منحني متعارضاً مع ما أشار

إليه (Strekalova et al., 2019)، الذي عَدَّ الإناث أكثر قدرة على التعاطف ، وأنّ لديهنّ تواصلًا رحيماً أكثر من الذكور، استناداً إلى الصورة النمطية التي عززتها ثقافة المجتمع.

وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) على مقياس التواصل الرحيم ومجالي: (الرسالة الرحيمة، واللمسة الرحيمة) لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغير العمر لصالح العمر الأصغر أي لصالح الفئة العمرية (19 – 24) عاماً، وانسجمت هذه النتيجة مع دراسة الحدادي (2024) التي أشارت إلى تدني التواصل العاطفي بين الأزواج مع التقدم في العمر.

وعليه يمكن تبرير هذه النتيجة من وجهة نظر الباحثة، إلى أنّ الأزواج الأقل عمراً قد يكونون أكثر نضجاً من الناحية النفسية والعاطفية، ولديهم حيوية واندفاع عاطفي، خصوصاً في المرحلة الأولى للزواج التي تعد مرحلة شهر العسل؛ ويكون لديهم دافع قوي لإنجاح العلاقة، وأكثر قدرة على التعبير عن المشاعر والتوقعات للشريك/ة)، كما أنّهم قد يكونون أكثر انفتاحاً على مفاهيم التواصل الإنساني والذكاء العاطفي ومفاهيم الصحة النفسية، بالإضافة إلى كونهم أكثر عرضة للتأثر بوسائل التواصل الاجتماعي وما تعرضه من مفاهيم عاطفية، انسجاماً مع نتائج دراسة أفرام (Afram, 2020) التي أظهرت وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات المهارات الزوجية تبعاً لمتغير العمر؛ وكانت الفروق لصالح المتزوجات من الفئة العمرية (20-30).

وبينت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) على مقياس التواصل الرحيم ومجالاته لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغيري: مكان السكن، والمستوى التعليمي.

تفسر الباحثة هذه النتيجة في التشابه النسبي في أنماط المعيشة والعادات والتقاليد

في المجتمع الفلسطيني، مهما اختلف مكان السكن، فضلاً عن حالة الانفتاح والتعرف إلى مستجدات الحياة بكل تفاصيلها بحكم التقدم التكنولوجي، وانتشار وسائل التواصل الاجتماعي، التي عممت المعرفة وأتاحها للجميع، كما أنّ عدم وجود فروق في التواصل الرحيم حسب متغير المستوى التعليمي يشير إلى أنّ التواصل الرحيم يرتبط بشدة بالجوانب الشخصية والعاطفية الوجدانية للأزواج، دون النظر إلى المستوى التعليمي، إذ إنّ الحصول على لدرجات العلمية، لا يضمن بالضرورة امتلاك الأزواج لمهارات التواصل الفعال، فالتنشئة الاجتماعية الأسرية ونماذج الحياة الزوجية التي عاشها الأزواج مع أسرهم، سواء كانت إيجابية أم سلبية، تؤدي دوراً في تشكيل تصوراتهم نحو الزواج وآليات التواصل مع الشريك/ة.

وقد اختلفت هذه النتيجة عن نتيجة دراسة عطايا (2020) التي بينت وجود فروق دالة إحصائية بين الآباء والأمهات في التواصل الرحيم مع الأبناء في متغير النوع الاجتماعي لصالح الأمهات، واتفقت معها في عدم وجود فروق دالة إحصائية تبعاً للمؤهل العلمي. وانسجمت هذه النتيجة مع نتائج دراسة أفرام (Afram, 2020) التي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات المهارات الزوجية تبعاً لمتغيرات المؤهل العلمي، واتفقت مع نتيجة دراسة الشهري والكشكي (2020) التي توصلت إلى أنّه لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى مهارات التواصل الزوجي لدى النساء في المجتمع السعودي في مرحلة منتصف العمر تبعاً لمتغير مكان الإقامة.

3.2. تفسير نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha < 0.05$) بين متوسطات حلّ المشكلات لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السّكن، والمستوى التعليمي.

بيّنت النتائج وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) على مقياس حلّ المشكلات ومجالات: (تعريف المشكلة، وتوليد بدائل، واتّخاذ القرار) لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغير الجنس، جاءت الفروق لصالح الذكور.

تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أنّ طبيعة البيئة الثقافية الفلسطينية التي تنشئ الذكور غالباً على تحمل المسؤولية واتّخاذ القرارات بصورة أكبر من الإناث، ولا سيما ما يتعلق في الحياة الزوجية، مما يعزز لديهم مهارات التفكير التحليلي والتخطيطي. كما أنّ التنشئة الاجتماعية تقدم للذكور مساحة أوسع للتجريب، واتّخاذ المبادرات واتّخاذ القرارات، في حين قد تُشجّع الإناث في بعض الحالات على الانتظار، وتعزيز حالة التبعية للذكور، الأمر الذي يقلل من فرص صقل مهارات حلّ المشكلات لديهم. كما وقد يشعر الذكور باندفاع أكبر لحلّ المشكلات بسرعة وفاعلية في بداية الزواج، رغبة في إثبات قدرتهم على قيادة العلاقة وتحقيق الاستقرار، وقد انسجمت هذه النتيجة مع نتائج دراسة الزهراني (2021) التي أشارت إلى درجة متوسطة من مهارات حلّ المشكلات الزوجية لدى الطالبات.

وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) على مقياس حلّ المشكلات ومجالاته لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغيرات: العمر، ومكان السّكن، والمستوى التعليمي.

يُمكن تفسير النتيجة المتعلقة بالعمر من وجهة نظر الباحثة، أنّ الأزواج على اختلاف أعمارهم، لديهم التحديات نفسها تقريباً في بداية الزواج ولديهم المشكلات نفسها التي تظهر في أي زواج جديد، وتكون أساليب مواجهتهم لهذه التحديات، وحلّهم للمشكلات متشابهة نسبياً، بغض النظر عن أعمارهم؛ فتسود حالة السعي الدائم إلى التفاهم وتحقيق الاحترام في العلاقة، فالاحتياجات الإنسانية الأساسية واحدة والسعي إلى تحقيقها واحد، آخذين بعين الاعتبار أنّ طبيعة المشكلات وأنماط حلّها في إطار بداية الحياة الزوجية هي واحدة نسبياً في المجتمع الفلسطيني ولا تختلف باختلاف المكان؛ كما و تؤدي القيم الاجتماعية والثقافة المشتركة خاصة أهمية في تجسيد أنماط محددة للتعامل مع المشكلات ومحاولة حلّها، وتأثير كبير أيضاً للنماذج الزوجية السابقة في إطار عائلات المتزوجين حديثاً، وتزيد من فرص تقليد وإعادة إنتاج أنماط حلّ عائلاتهم للمشكلات بغض النظر عن أعمارهم أو بيئاتهم السكنية التي تعد متشابهة نسبياً في إطار الانفتاح والتطور التكنولوجي وانتشار التعليم، الأمر الذي اختلف مع نتيجة دراسة العبدلي (2019) التي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة في استراتيجيات إدارة الصراع السلبي تبعاً لمتغيرات العمر.

وقد تعارضت النتيجة المتعلقة بالمستوى التعليمي للعينة مع دراسة الجوهري (2020) التي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائية تُعزى لمتغير المستوى التعليمي للزوج؛ و من المتوقع أن يمتلك المتعلمون نسبياً، استراتيجيات حلّ المشكلات في إطار زواجهم بحكم خوضهم لتجربة التعليم، واحتكاكهم الاجتماعي مع خلفيات ثقافية أخرى، وإطلاعهم على المستجدات العلمية للتواصل الاجتماعي وحلّ المشكلات، لكنّه موضوع نسبي؛ و أنّ للتنشئة الاجتماعية والبيئة

الثقافية تأثيراً قويا على إمكانية اكتساب استراتيجيات لحل المشكلات سلبية كانت أم إيجابية، أكثر من التعليم وتأثيره على اكتساب هذه الاستراتيجيات.

5.2.4 تفسير نتائج الفرضية الرابعة ومناقشتها: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha < 0.05$) بين متوسطات التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السكن، والمستوى التعليمي.

بيّنت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) على مقياس التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغيري: الجنس، والمستوى التعليمي.

تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أنّ التوافق الزوجي يتأثر بعوامل أخرى مثل جودة التواصل، ويتطلب من الزوجين بذل جهود متقاربة في القدرة على التكيف مع الضغوط المختلفة وحل المشكلات، ويرتبط بصورة أكبر، بالقدرة على التفاهم حول الأدوار وتلبية الاحتياجات، وبالعواطف الشخصية وتحقيق الاحترام، والنضج والمرونة في التعامل مع الشريك/ة أكثر من ارتباطه بالجنس، أو بالمستوى التعليمي للزوج أو الزوجة، على الرغم من أهميته في تشكيل القيم وطرائق التفكير. الأمر الذي اختلف مع نتائج دراسة مقبل (2021) التي أشارت إلى وجود فروق في درجة التوافق تُعزى لمتغير الجنس والمستوى التعليمي لدى الأزواج في محافظة بيت لحم. كما اختلفت النتائج أيضاً المتعلقة بمتغير الجنس مع نتائج دراسة أجنيدي (2020) التي أشارت إلى وجود فروق في درجة التوافق لصالح الإناث في محافظة الخليل.

واتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة السلامين (2019) التي أشارت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في التوافق الزوجي لدى النساء في شمال فلسطين تبعاً للمستوى التعليمي، واتفقت هذه النتيجة، مع دراسة أجنيذ (2020) التي أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات مستوى التوافق الزوجي لدى آباء وأمهات الطلبة، تُعزى لمتغير المستوى التعليمي. واختلفت هذه النتيجة مع دراسة نتائج دراسة مقل (2021) التي أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق الزوجي لدى الأزواج في محافظة بيت لحم تُعزى لمتغير المستوى التعليمي.

وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) على مقياس التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين تُعزى إلى متغير العمر، وجاءت الفروق لصالح الفئة العمرية (19 - 24) عاماً، ومكان السكن، وجاءت الفروق لصالح (المدينة). وتعلل الباحثة هذه النتيجة أن الأزواج في هذا العمر (19-24) عاماً، قد يمتلكون قدرة أكبر على تقبل التغير والتكيف ، كما يكون لديهم الحماس والاندفاع العاطفي والرغبة الأكبر في إنجاح العلاقة في بداية زواجهم؛ و يكون لديهم الاهتمامات نفسها وأنماط الحياة والتفكير، الأمر الذي قد يرفع من مستوى توافقهم الزوجي في بداية الزواج، كما أن الأزواج في هذا العمر لا يمتلكون تجارب سابقة قد تؤثر في علاقتهم الأمر الذي يسهم في تقليل المقارنات والأحكام السابقة، التي تؤثر سلباً في العلاقة واستقرارها، فضلاً عن وجود رغبة أكبر لديهم للتنازل في سبيل إنجاح العلاقات في بدايتها. ومن المهم الإشارة إلى أن ذلك لا يضمن استمرارية التوافق الزوجي بينهم، لأن تحقيقه يعتمد على النضج وامتلاك مهارات تواصل إيجابية رحيمة لا ترتبط فقط بعمرهم الزمني، والتي اتفقت مع نتائج دراسة مقل (2021)

ودراسة القضاة (2016) في وجود فروق دالة إحصائية في درجة التوافق الزوجي، وتعارضت هذه النتيجة مع نتائج دراسة السلامين (2019) التي أشارت إلى عدم وجود فروق في التوافق تبعاً لمتغير العمر لدى النساء في شمال فلسطين ودراسة أفرام (Afram, 2020) حول انخفاض في مستوى التوافق الزوجي تُعزى لمتغير العمر.

أما بالنسبة للنتيجة المتعلقة بوجود فروق دالة إحصائية لصالح المقيمين في المدينة، فيمكن إرجاعها إلى توافر بعض الخدمات الإرشادية والدعم النفسي والاجتماعي من المؤسسات والمنظمات الاجتماعية والأهلية لحديثي الزواج، أو خدمات ما قبل الزواج، وزيادة فرص التعرف بين الشريكين قبل الزواج أكثر من وجودها في الريف أو المناطق البعيدة عن المدينة، كما أنّ الانفتاح الثقافي والتحضر الأكبر في المدينة والمرونة الفكرية تتيح للأزواج فرصاً أوسع للتفاهم والتواصل، وبناء استقلاليتهم في التعامل مع تحدياتهم، مقابل محدودية تحقيق هذه الاستقلالية في ظل التدخلات من العائلة في التعامل مع المشكلات والتحديات للمتزوجين حديثاً في الريف، الأمر الذي قد يؤثر سلباً ويقلل إمكانيات توافقهم الزوجي.

ولم تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة بوتيا وليبيتشا (Bhutia & Lepcha, 2023)

التي أشارت إلى وجود فروق في التوافق الزوجي لصالح النساء اللواتي يسكنّ في الريف وأظهرن توافقاً أعلى، وتعارضت أيضاً مع نتائج دراسة جهينة وكحيلة (2023) في وجود فروق دالة إحصائية في التوافق الزوجي تبعاً لمكان السكن لدى الطالبات المتزوجات في جامعة تشرين.

5.3 البرنامج الإرشادي المقترح في ضوء النتائج لدرجة إسهام التواصل

الرحيم وحلّ المشكلات في التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين

وللإجابة عن السؤال الخامس: ما البرنامج الإرشادي المقترح للمتزوجين حديثاً في

محافظة القدس وبيت لحم؟ فقد أعدّ هذا البرنامج الإرشادي المقترح، في ضوء نتائج الدراسة

الكمية وتفسيرها ومناقشتها والمتعلقة بدرجة إسهام التواصل الرحيم وحلّ المشكلات في التوافق

الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين؛ و أشارت النتائج إلى وجود درجة مرتفعة لإسهام

التواصل الرحيم وحلّ المشكلات في تحقيق التوافق الزوجي، ووجود درجة مرتفعة للتواصل

الرحيم لدى المتزوجين حديثاً، الأمر الذي أكد الحاجة إلى بناء برنامج إرشادي يستهدف

المتزوجين حديثاً، بهدف تمكينهم بالمعارف والمهارات المتعلقة بالتواصل الرحيم وحلّ المشكلات،

لضمان تحقيقهم للتوافق الزوجي في إطار علاقتهم الزوجية، انسجاماً مع التوصيات التي

خرجت بها هذه الدراسة ، وخاصة التوصية المتعلقة بتطوير برامج إرشادية وتدريبية وقائية

وعلاجية للمقبلين على الزواج وللمتزوجين حديثاً ، وعمل مراجعة للبرامج الإرشادية الزوجية"

إن وجدت"، بهدف ضمان توفير معرفة ومهارات في التواصل الرحيم ، وحلّ المشكلات لتحسين

فرص التوافق الزوجي لديهم.

لقد جاء هذا البرنامج الإرشادي ليكون الممارسة الإرشادية المنظمة المستمدة من نظرية

الإرشاد الواقعي باستخدام بعض استراتيجياته، مع تنسيق مراحل وإجراءات هذا البرنامج وفق

جدول زمني متتابع لتشكّل منظومة تكاملية تقدم على شكل صورة جلسات إرشادية جماعية، في

إطار علاقة إرشادية قائمة على الثقة، تتيح للفئة المستهدفة التفاعل المثمر الهادف إلى

تمكينهم من مهارات التواصل الرحيم ومهارات حلّ المشكلات.

استعين بالأدب النظري والدراسات السابقة المتعلقة بمتغيرات الدراسة ومجتمعها في البيئة التي أُجريت فيها، وفي البيانات المشابهة، وفي إطار المعايير والمكونات للبرامج الإرشادية، وفيما يلي عرض للأسس، والأهداف لمكونات البرنامج الإرشادي المقترح:

أولاً: مسمى البرنامج:

فاعلية برنامج إرشادي قائم على العلاج بالواقع لتحسين التواصل الرحيم، وحلّ المشكلات لدى المتزوجين حديثاً، في محافظتي القدس وببيت لحم.

ثانياً: الأساس النظري المعتمد في تصميم البرنامج الإرشادي:

استند إلى نظرية الإرشاد الواقعي، Reality Counseling، التي طورها (جلاسر) في عام 1965، وتستخدم هذه النظرية منهجاً خاصاً يقوم على مبادئ التدريب والتعليم، ويهدف إلى بناء ما كان يجب بناؤه خلال مراحل نمو الفرد الماضية، ويقوم هذا الاتجاه على أساس تعميق مبادئ المسؤولية، ويعتقد أنّ هناك حاجة نفسية واحدة يمتلكها الناس في كلّ الثقافات، وهي الحاجة إلى الهوية (من أنا؟). وقد حدد أربع حاجات نفسية لتحقيق هذه الهوية وهي: الانتماء، والقوة، والحرية، والمتعة. ويرى أنّ الفرد يسعى للإفادة من طاقته الشخصية في التعليم. ويشير إلى أنّ هدف الواقعية هو تعليم الأفراد أفضل الطرائق وأكثرها فاعلية للحصول على ما يريدون من الحياة. ويؤكد جلاسر إذا قام الأفراد ببذل مجهود ذاتي فإنهم سوف يستطيعون إجراء التغيير بفاعلية أكبر، ويمكن أن يحددوا هدفاً عاماً وهو تشكيل بيئتهم كي تتناسب مع صورتهم التي يريدونها، الأمر الذي يحتاجه المتزوجون حديثاً، خصوصاً وأنّ الزواج يحتاج إلى بذل جهود كبيرة على المستوى النفسي من قبل الأزواج للاندماج مع متطلبات الحياة

الزوجية، والتعامل مع تحدياتها المختلفة، انسجاماً مع الحاجات الأربعة التي أشار إليها جلاس، ودورها في تحقيق الهوية في إطار العلاقة الجديدة.

تضمنت النظرية الواقعية مجموعة من المفاهيم الأساسية المحورية التي تتلخص بمفهوم المسؤولية باعتبارها تمثيل لقدرة الفرد على تحقيق حاجاته وأهدافه بطريقة لا تحرم الآخرين من قدراتهم على تحقيق أهدافهم وحاجاتهم. والشخص المسؤول هو الشخص المستقل فردياً، ولديه دعم نفسي داخلي كافٍ لتحديد ماذا يريد من الحياة. وجوهر الإرشاد في الواقع يقوم على تعليم الناس المسؤولية ليصلوا إلى أهدافهم وغاياتهم. تلا ذلك مفهوم الاستقلالية الذي يرتبط بالنضج، ويشير إلى قدرة الفرد على تحمل المسؤولية الشخصية، وأن يكون مندمجاً، وأن يعطي، وأن يحب، وأن يتخلى عن دعم البيئة المحيطة به. وهو مفهوم أساسي لا بدّ أن يتحلى به حديثو الزواج في إطار علاقتهم الزوجية، أمّا مفهوم الاندماج الذي ينسجم مع مفهوم التعاطف فيختلف معه في أنّه يتضمن التواصل مع الآخرين وليس مجرد عاطفة. ويرى جلاس أنّ هذه المهارة يجب أن توجد لدى المرشد، وهي أساس نجاح العلاقات مع المجتمع المحيط بالفرد، مثل الأم والأب (الأزواج) والإخوة.

وأخيراً مفهوم إشباع الحاجات الذي يرى أنّه ينتج السلوك غير المسؤول عندما يفشل

الأفراد في أن يتعلموا القدرة على إشباع حاجاتهم بطريقة صحيحة، فيتبعون أي وسيلة

لإشباعها. ومنها الحاجة إلى الانتماء-القوة-المتعة-الحرية.

أهداف العملية الإرشادية الواقعية:

إنّ الهدف الأساسي من الإرشاد الواقعي هو أن يتعلم الفرد مسؤوليته عن سلوكه، وأن يكون قويا عاطفيا وعقليا، وأن يزيد وعيه وقدرته بمواطن القوة لديه، دون الالتفات إلى مواضع الضعف.

ويؤكد المنهج التعليمي في الإرشاد الواقعي أهمية العلاقة الإرشادية والحوار العقلاني بين المرشد والمسترشد. ويعد المرشد مربيا ومعلما وصديقا للمسترشد، والذي يقوم بتعليمه وتدريبه على كيفية ضبط ذاته حتى يتمكن من تحقيق صورة ذهنية واقعية. ولم يحدد جلاسر أي استراتيجيات إرشادية، بل ترك الحرية للمسترشدين للإفادة من التقنيات المتوفرة ضمن الإطار الذي حددته العملية الإرشادية.

ثالثا: المفاهيم الإجرائية للبرنامج الإرشادي:

مفهوم حلّ المشكلات:

تعدّ مهارة حلّ المشكلات الأكثر منطقية من بين المهارات الفكرية والأسهل اتفاقا من بين السلوكات التي يؤديها الفرد، فهي تعدّ أساسا لغالبية المهارات الأخرى وتتيح للمتعلم أن يكون منهجا شخصيا خاصا يساعد على التأقلم مع المعطيات الجديدة والمشكلات التي تعترضه في حياته. كما يعد أسلوب حلّ المشكلات «عملية معرفية سلوكية سواء ظاهرة أو ضمنية بطبيعتها، تقدم بدائل فعالة في التعامل مع الموقف المشكل، وتزيد من احتمالية الاستجابة، واختيار البديل الأكثر فعالية من البدائل، فيزيد من احتمالية النجاح في حلّ المشكلة.

مراحل حلّ المشكلات:

- التوجه نحو المشكلة: قبول الواقع في أنّ مواقف المشكلات تمثل جزءا عاديا في الحياة، وأنّه من الممكن مواجهة معظم هذه المواقف بفاعلية، وثانيا التعرف إلى المشكلة عندما تحدث، فإنّ التوجيه العام يرى المشكلات حتمية ومواقف تواجه مباشرة وبوضوح ونشاط.
- تحديد وصياغة المشكلة: تتكون هذه المرحلة من تحديد جوانب الموقف في صورة إجرائية، وصياغة وتصنيف عناصر الموقف بطريقة ملائمة لفصل المعلومات المناسبة عن غير المناسبة، وتحديد أهداف الفرد الأساسية. وبالتالي فإنّ تحديد المشكلة وصياغتها وتحليلها إلى عناصر محدودة يؤدي إلى اختيار أهداف لحلّ المشكلة.
- إنتاج الحلول البديلة: تشير هذه المرحلة إلى مهمة إعداد قائمة بالحلول الممكنة المناسبة للمواقف الخاصة بالمشكلة.
- اتخاذ القرار: يشير اتخاذ القرارات إلى اختيار طريق واحد من بين طرائق عدة، أو بدائل، وتركز هذه المرحلة على احتمال اختيار أكثر الاستجابات فاعلية من بين بدائل مختلفة، ويزيد الاحتمال خلال الأساليب المنتظمة مثل النظر إلى النتائج القريبة والبعيدة المدى، والأخذ بالاعتبار النتائج الشخصية والاجتماعية، وتقدير التوقع الشخصي لنجاح بديل من هذه البدائل.
- اختيار الحلّ الذي جرى اختياره (التحقق من الحلّ): يجري الانتقال إلى هذه المرحلة بعد تطبيق أسلوب الحلّ، وتقارن النتائج الحقيقية بالنتائج المتوقعة، وهذا يحدد الدرجة التي يمكن بها حلّ المشكلة بفاعلية بواسطة البديل الذي جرى اختياره.

مفهوم التواصل الرحيم:

ويعني التواصل الفعّال والداعم، البعيد عن الحكم أو الانتقاد، كما يتضمن التفهم والاحترام والتشجيع، والقدرة على التعبير عن المشاعر، والتفكير الإيجابي نحو النفس ونحو الآخرين، وتقبل الاختلاف في الآراء والتوجهات والأفكار ووجهات النظر.

رابعاً: أهداف البرنامج الإرشادي

الهدف العام للبرنامج

يهدف البرنامج الإرشادي الذي يستند إلى استراتيجيات الإرشاد الواقعي إلى تحسين مهارات التواصل الرحيم، وحلّ المشكلات لدى مجموعة من المتزوجين حديثاً من محافظتي القدس وبيت لحم

الأهداف الفرعية للبرنامج

تتمثل الأهداف الفرعية للبرنامج الإرشادي لتحسين التواصل الرحيم، وحلّ المشكلات لدى مجموعة من المتزوجين حديثاً من محافظتي القدس وبيت لحم فيما يأتي:

- تطوير برنامج إرشادي واقعي يهدف إلى مساعدة المشاركين في تحسين توجهاتهم نحو أهمية التواصل الرحيم، وحلّ المشكلات في إطار العلاقة الزوجية
- بناء علاقة إرشادية مبنية على الثقة والتقبل والتعاون والاحترام بين المجموعة الإرشادية المشاركة في البرنامج والباحثة منفذة البرنامج.
- تزويد المشاركين بالمعارف اللازمة حول العلاج الواقعي وأهدافه المستند إليه البرنامج الإرشادي.

- تزويد المشاركين بالمعرفة المتعلقة بمفهوم التواصل الرحيم وأهميته وأبعاده وخصائصه وكيفية تطويره.
- تعريف المشاركين بنماذج حلّ المشكلات وأهميتها وكيفية تطويرها.
- التعرف إلى الاستراتيجيات والفنيات المعززة للتواصل الرحيم وحلّ المشكلات للمشاركين، وتدريبهم عليها أثناء الجلسات.
- مساعدة المشاركين على التعرف إلى أنماط سلوكهم الحالية، وآليات تغيير السلوك بهدف إشباع الحاجات والرغبات.
- تطبيق نموذج تغيير السلوك نحو الأفضل (WDEP) الذي يمثل مفهوم الرغبات، والتوجيهات، والتقييم، والتخطيط المتضمنة في استراتيجية تغيير السلوك نحو الأفضل.
- مساعدة المشاركين في تعلم طرائق للتحكم في أفكارهم وأفعالهم بطريقة فعّالة.
- تعليم المشاركين طرائق ومهارات اتخاذ القرار، للوصول إلى سلوكيات مسؤولة.

خامسا: الفئة المستهدفة من البرنامج

مجموعة من المتزوجين حديثا من محافظتي القدس وبيت لحم الذين سيستجيبون بالموافقة على الإعلان عن تنفيذ البرنامج.

سادسا: الاستراتيجيات المستخدمة في البرنامج الإرشادي

وبقصد تحقيق أهداف البرنامج الإرشادي، وظف البرنامج الاستراتيجيات الآتية:

- هنا والآن "here and now": أي التركيز على إبقاء انتباه المسترشد على السلوك الحاضر كاستراتيجية للمساعدة، وهذا أمر صعب خاصة في بداية المعالجة، وكثير من المسترشدين لديهم اعتقاد خاطئ وهو من المفيد والمحقق للمساعدة السماح للمرشد

بمناقشة الخبرات الفاشلة الماضية، وأخطائه والأحداث التي تسهم في خلق تعاسته الحالية، والإرشاد الواقعي يؤكد أنّ التركيز على الأحداث لا يفعل شيئاً حيال مساعدة المسترشد على كسب الهوية الناجحة، وإذا أراد المسترشد مناقشة أحداث الماضي فيجب مناقشة الأحداث السعيدة لا الفاشلة.

- العيش مع الخبرة الواقعية: إنّ المرشدين الواقعيين الفاعلين، يستعينون بالاستراتيجيات التي تسهل تعليم المسترشدين السلوكات الأكثر مسؤولية، ثمّ إنهم يعملون على إشباع حاجاتهم الشخصية والمهنية بطرائق مسؤولة.

- الاندماج: استراتيجية مساعدة المسترشدين على فهم وتقبل ذاتهم، ومن المهم للمعالجين والمسترشدين أن يصبحوا مندمجين مع بعضهم بعضاً كأشخاص واقعيين، والاندماج يعني الثقة والمشاركة والفهم، وهذا يعني أيضاً تشجيع المسترشدين على أن يتبنوا المسؤولية والسلوكات المسؤولة بصورة أسرع (أبو غزالة، 2021).

- التخطيط للسلوك المسؤول: يقوم المرشد بدور سهل وفعال لعمل خطط، ويواصل السير للالتزام بالخطط فيؤدي إلى تغيير السلوك نحو الأفضل، وهذا يؤدي إلى الشعور بالكفاءة ويعزز الهوية الناجحة التي هي هدف البرنامج الإرشادي.

- الدعابة أو الفكاهة: لأنّ بيئة الصداقة التي يعمل على تطويرها المرشد تكون الدعابة مناسبة وطبيعية، والمرشدون أحياناً يكون لديهم الفرصة للضحك على أنفسهم وتشجيع المسترشد لأن يعمل نفس الشيء، وهذا يمكن أن يخفف ضغط المسترشد والدعابة حاجة أساسية، فمتى اشترك المرشد والمسترشد في نكتة، فهنا يمكن أن تتطور بيئة الصداقة بينهما، وتساعد في مقابلة حاجة المسترشدين للانتماء.

- المواجهة: إنّ المرشد الواقعي يتجنب قبول الأعذار والاستسلام في عمله، فالمواجهة

الإيجابية حتمية؛ ولا ينتقد أو يجادل لكنّه يستمر في العمل باستكشاف السلوك الكلي وعمل خطط مؤثرة. (أبو غزالة، 2008)

سابعاً: الفنيات المستخدمة في البرنامج الإرشادي:

- تقنية المحاضرة (Lecture): وهي أسلوب من أساليب الإرشاد الجمعي التعليمي، وتهدف إلى تعليم المسترشدين المهارات المطلوبة، يليها مناقشات (الباشا ومصمودي، 2019).
- تقنية المناقشة الجماعية والحوار: وتظهر أهمية المناقشات الجماعية في أنّها موقف مناسب للتدريب على ممارسة المسؤولية الاجتماعية الواعية، وفرصة ممارسة الحوار الجماعي، وشعور الفرد بأهميته في الجماعة (الباشا ومصمودي، 2019).
- التعزيز الإيجابي لنقاط القوة: قد يكون التعزيز صريحاً أو ضمناً، ويقوم هذا النوع من التعزيز على تقديم التعزيز الإيجابي بعد ظهور الاستجابة المطلوبة، وتساعد هذه الفنية في إدراك الفرد لقدرته على ضبط البيئة المحيطة به، وتساعد على زيادة الوعي بالأفكار السلبية، التي تؤثر في سلوكه واستجاباته تجاه الأحداث والمواقف التي يتعرض لها.
- الحديث الإيجابي مع الذات: وهو الحوار المستمر الذي يدور بيننا وبين أنفسنا، وهو شكل من أشكال التفكير ثلاثي الأبعاد الذي يقوم على الكلمات والصور والانفعالات، ومن منطلق أنّ أفكارنا مبنية على حديثنا الذاتي مع أنفسنا، فمن الضروري أن يكون هذا الحديث إيجابياً لا سلبياً.
- التخيل الإيجابي: التخيل قوة تنموية لتحقيق الإنجازات، كتخيل النجاح ومواجهة التحديات مع بعض تمارين الاسترخاء (يونس، 2017).

- العصف الذهني: توليد أفكار لحل مشكلة معينة بوضع الذهن في حالة الإثارة والتفكير حول الموضوع أو القضية المطروحة، ويتيح للفرد جوا من الحرية يسمح بظهور كل الآراء والأفكار (الباشا ومصمودي، 2019).
- التفكير الإيجابي: إنّ دحض الأفكار اللاعقلانية السلبية تجعله يدرك أن طريقة التفكير غير الصحيحة لديه تسبب له المشكلات (يونس، 2017)، وعليه فإنّ تفنيدها يعزز كفاءة الذات، والطموح لدى الفرد.
- بناء نقاط القوة: استكشاف نقاط القوة لدى الفرد من سمات الشخصية الإيجابية، وتدخلات نقاط القوة هي الأنشطة التي تنطوي على تحديد وتطوير نقاط القوة مثل الشجاعة، والمهارات الاجتماعية، والتفكير المستقبلي، وتحديد الأهداف (الغامدي، 2023).
- لعب الدور: تمثيل أدوار ونماذج معينة بوجود قدوة ملائمة، ومع مرور الوقت يتحول الدور الذي يقوم به إلى واقع يعيشه، ويستطيع بوساطته تعلّم مهارات اجتماعية (أبو أسعد وعربيات، 2008).
- النمذجة: هي تدريب الأفراد على مهارات اجتماعية معينة من أجل إكسابهم سلوكيات جديدة مرغوب فيها بالتعلّم الاجتماعي، وذلك بالتّعرف إلى النماذج السوية، والاقتداء بها بوساطة القصص الواقعية أو الرمزية (أبو أسعد وعربيات، 2008).
- الواجبات المنزلية: إعطاء المسترشد واجبات خارج نطاق الجلسة مما يساعد في تأكيد التحسينات التي كان قد تناولها خلال الجلسة الإرشادية مع المرشد، ويجب أن تكون الواجبات المنزلية مرتبطة ارتباطاً دقيقاً بالهدف الإرشادي الذي يعمل عليه المرشد؛ من أجل تحقيق الفائدة المرجوة (الشناوي، 1998).

▪ الأنشطة الترفيهية: كالألعاب لكسر حالة الملل والروتين وتحفيز المشاركات على اكتساب

المهارات المطلوبة (الباشا ومصمودي، 2019).

ثامنا: الأسس الإجرائية للبرنامج الإرشادي

اعتمد البرنامج المُراد استخدامه على الأسس الإجرائية الآتية:

▪ المناقشة الجماعية والمحاضرة: يغلب على هذه الفنية السمة شبه العلمية، إذ تعتمد على

إلقاء المحاضرات على المشاركين، وتتخللها المناقشات بهدف تغير اتجاهات وأفكار

المشاركين حول الزواج وآليات الاختيار.

▪ مراجعة الجلسة السابقة: وذلك باستدعاء المكونات الأساسية التي تضمنتها الجلسة السابقة

بمشاركة المسترشدين المشاركين، ومراجعة الواجبات المنزلية، والتأكد من إتمامها، وهذا يُعدُّ

بمنزلة المردود الراجع للجلسة السابقة وربطها بالجلسة الآتية.

▪ تعليم الفنية الجديدة: وذلك بشرح الأسس النظرية للفنية الجديدة، وإعطاء أمثلة توضيحية

عليها، والتدريب على الفنية الجديدة، والتدرج في مدى صعوبتها، وذلك بمشاركة المشاركين،

أو باستخدام أدوات عرض أخرى فعالة.

▪ التقويم الذاتي للجلسة (تغذية راجعة): ويتحقق بسؤال الباحثات للمشاركين عن توقعاتهم

من الجلسة، وما مدى الاستفادة منها، والمتوقع في الجلسة القادمة.

▪ الواجبات المنزلية: تحديد واجب منزلي في كل جلسة (عدا الجلسة الأخيرة)، ويطلب من

المشاركين تطبيق ما اكتسبوه من مهارات.

▪ مراجعة محتوى الجلسة: تقدم الباحثات للمشاركين ملخصًا وأفيا سريعًا لما جرى تناوله في

الجلسة.

- إجراء التقييم الختامي للبرنامج: لمعرفة مدى فاعليته.
- تطبيق الاختبار البعدي للبرنامج: بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج.
- تطبيق الاختبار التتبعي: بعد مضي ثلاثة أشهر من تطبيق البرنامج.

تاسعاً: تصميم البرنامج

نظراً لمراعاة خصائص عينة البحث، ومحتوى الجلسات في البرنامج، فإن البرنامج المقترح يتكون من (10) جلسات، تُقدم كل جلسة في الغرفة الإرشادية بواقع جلستين في الأسبوع، ويستغرق تطبيقه فترة زمنية مقدارها (5) أسابيع، والفترة الزمنية التي تستغرقها الجلسة الواحدة (60) دقيقة.

عاشراً: الأسس التي يركز عليها للبرنامج الإرشادي:

الأسس العامة:

ينطلق البرنامج من الأسس التي يركز عليها الإرشاد النفسي عامة وعلى الأسس التي تقوم عليها نظرية العلاج الواقعي خاصة ، واستناداً على مبدأ تميز السلوك الإنساني بالمرونة، وحق الأفراد في تلقي الخدمات الإرشادية النفسية مقابل نسبة السلوك الإنساني وحق الفرد في تقرير مصيره، و يستهدف البرنامج فئة المتزوجين حديثاً، باعتبار مرحلة الزواج الأولى مرحلة حرجة ومهمة في ضمان استقرار الزواج؛ و لابد أن يمتلك الزوجان المهارات التواصلية الإيجابية، والقدرة على استخدام نماذج حل المشكلات لمواجهة تحديات هذه المرحلة التأسيسية ، ومن هنا جرى الانطلاق في هذا البرنامج لتنمية مهاراتهم.

الأسس النفسية:

راعت الباحثة عند بناء البرنامج لفئة المتزوجين حديثا الخصائص المتعلقة بالمرحلة الأولى من الزواج بوصفها مرحلة مهمة لها ومتطلباتها وتحدياتها، مع مراعاة الفروق الفردية بين المشاركين من المتزوجين حديثا في مستوى الوعي والجاهزية ، واختلاف شخصياتهم، وخبراتهم وإدارتهم لحياتهم الزوجية، كما أنّ محتويات البرنامج المقترح جاءت منسجمة مع الخصائص التي قد تجمع المشاركين في البرنامج، ألا وهي المرحلة الأولى للزواج ، ورجوعا إلى نظرية أريكسون التي تضمنت ثماني مراحل للنمو النفسي الاجتماعي؛ فقد ارتكزت إحدى هذه المراحل على التطور في بداية الرشد وهي الألفة مقابل الانعزال، التي تنعكس في المرحلة الأولى للزواج، وتتمثل الألفة بالحب والالتزام تجاه الآخرين، والإنجاب والعمل ويكون الانعزال في تجنب الالتقاء بالآخرين، وبروز المشكلات الشخصية والجمود والإنكار من مخاطر هذه المرحلة. فقد عذ أريكسون أنّ أكثر ما يشغل بال بداية الرشد هو موضوع الحب والعمل (Santrock et. Al., 1983).

الأسس الاجتماعية:

استنادا على مبدأ أنّ السلوك الإنساني فردي وجماعي استخدمت الباحثة طريقة الإرشاد الجماعي، وانطلاقا من أن الإنسان كائن اجتماعي جرى التركيز في البرنامج على تطوير الجوانب الاجتماعية التالية لدى المشاركين:

- إكساب المشاركين مهارات التّواصل الرحيم لاستخدامها في إطار زواجهم.
- تنمية مهارات حلّ المشكلات التي تواجههم.
- تنمية مهارة اتّخاذ القرارات.
- تنمية القدرة على تحمل المسؤوليات.

الأسس الأخلاقية

راعت الباحثة أهمية الالتزام بأخلاقيات العمل الإرشادي بالاهتمام بما يلي:

- تأكيد سرية المعلومات المتداولة أثناء الجلسة الإرشادية.
- تأكيد بناء العلاقة الإرشادية المهنية القائمة على الثقة والاحترام المتبادلين.
- مراعاة خصوصية المرحلة الأولى من الزواج وخصائصها.

الأسس الفلسفية والنظرية:

تعتمد مرجعية البرنامج المقترح على مبادئ الإرشاد الواقعي وأساليبه، والذي يركز على فهم الجانب الإيجابي من التجربة الإنسانية للوقاية من المشكلات النفسية بالتركيز على نقاط القوة الإيجابية في داخل الإنسان، والتي تحتاج إلى من ينقب عنها وينميها، وإذا استطاع المرشد البحث والتنقيب عنها فإن كثيرا من المشكلات سوف تتلاشى تدريجياً. كما أنها تسلط الضوء على الاهتمام بالنمو والتطور الشخصي، وتطوير الشخصية وتحسين الجودة الحياتية.

الأدوات المستخدمة

ستستخدم الباحثة مجموعة من الأدوات وهي: البطاقات، وجهاز عرض البيانات (LCD)، ولوح قلاب، وجهاز لا بتوب، وأقلام حبر، وأقلام رصاص، وسبورة، وأوراق بيضاء، ومقص ولاصق، وعروض تقديمية، وفيديوهات، وضيافة (مشروبات، مأكولات خفيفة).

حادي عشر: خطوات بناء البرنامج الإرشادي وتطبيقه

قامت الباحثة بالعديد من الخطوات لإعداد وبناء البرنامج الإرشادي وتطبيقه، تتلخص فيما يلي:

خطوات بناء البرنامج:

- اعتمدت الباحثة في إعداد وبناء البرنامج الإرشادي الذي يستند على الإطار النظري للعلاج الواقعي في الدراسة، والذي تناول المفاهيم والنظريات المختلفة المتعلقة بمتغيراتها.
 - الاطلاع على الأدب النظري والدراسات السابقة التي استخدمت برامج إرشادية تستند إلى بعض استراتيجيات العلاج الواقعي لتحسين التواصل الرحيم وحلّ المشكلات لدى المشاركين فيها عامة حتى تتمكن الباحثة من معرفة أهم الفنيات والأساليب التي استخدمت في تلك البرامج، والإفادة منها في بناء البرنامج الحالي.
 - تحسين التواصل الرحيم وحلّ المشكلات للمتزوجين حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم.
 - تحديد الهدف العام للبرنامج المراد تطبيقه على المشاركين في البرنامج الإرشادي.
 - تحديد أهم الاحتياجات، واللوازم التي تسهم في تطبيق البرنامج وتسهم فعليا في تحقيق أهداف البرنامج.
 - سيعرض البرنامج على مجموعة من الخبراء وأصحاب الاختصاص في ميدان الإرشاد النفسي لإبداء آرائهم، وأخذ المردود الراجع منهم، والتعديل على البرنامج لتطوير مكوناته.
- خطوات تطبيق البرنامج:
- سيجري الاتفاق بين الباحثة والمشاركين في البرنامج من المتزوجين حديثاً على أهمية الالتزام بجلسات البرنامج، وتحمل المسؤولية الفردية تجاه الانتظام والتفاعل، بعد أن تقوم الباحثة بإيضاح الأهداف وخطة التنفيذ.
 - ستنفذ الجلسات الإرشادية حسب الخطة وعددها (10) جلسات بواقع جلسة أسبوعياً، والمدة الزمنية لكل جلسة (60) دقيقة.
 - ستنفذ الجلسات الإرشادية جماعياً.

ثاني عشر: تقويم البرنامج

سيقوم البرنامج بالطرائق الآتية:

■ التقويم الأولي: يعرض البرنامج على عدد من المحكمين المتخصصين في مجال الإرشاد النفسي والتربوي، وكذلك تطبيق مقاييس الدراسة وهي مقياس التواصل الرحيم ومقياس حلّ المشكلات، لتسجيل القياس القبلي.

■ التقويم البنائي: يتحقق بالتقويم المصاحب لعملية بناء البرنامج الإرشادي، الذي يعقب انتهاء كل جلسة بوساطة استبيان خاص لتقويم الجلسات تناسب الفئة المستهدفة من إعداد الباحثة.

■ التقويم النهائي: يُطبق مقياس التواصل الرحيم، ومقياس حلّ المشكلات.

في نهاية البرنامج الإرشادي؛ للتعرف إلى فاعليته في تحقيق أهدافه.

■ التقويم التتبعي: بإعادة تطبيق مقاييس الدراسة على المجموعة بعد ثلاثة أشهر من انتهاء جلسات البرنامج (فترة المتابعة) للكشف عن بقاء أثر البرنامج الإرشادي.

■ رأي المشاركين: وينفذ هذا التقييم عقب كل جلسة بتوجيه الأسئلة المتعلقة بتقييمهم للبرنامج المطبق من جهة، وأداء الباحثة من جهة أخرى، بهدف الحصول على تغذية راجعة فورية تحقق الباحثة من التقييم المرحلي للبرنامج خلال تطبيقه، وللتأكد من أنّ البرنامج الإرشادي يحقق أهدافه.

■ رأي الباحثة في البرنامج بالتساؤل حول:

هل تحققت أهداف البرنامج الإرشادي في تحسين مهارات التواصل الرحيم وحلّ المشكلات لدى فئة المتزوجين حديثاً في محافظة بيت لحم؟

ثالث عشر: حدود البرنامج

- حدود مكانية: ينحصر تنفيذ البرنامج في مجموعة من المتزوجين حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم.
- حدود زمانية: سيطبق البرنامج خلال العام 2025-2026.
- الحدود الموضوعية: البرنامج المستند إلى العلاج الواقعي لتحسين التواصل الرحيم وحلّ المشكلات لدى المشاركين في البرنامج الإرشادي.
- الحدود البشرية: المتزوجون حديثاً في محافظتي القدس وبيت لحم، والذين سيوافقون على المشاركة في البرنامج الإرشادي.

رابع عشر: مراحل تطبيق البرنامج

- مرحلة البدء: التحضير والتعارف وبناء الثقة.
- مرحلة الانتقال: التفكير والاستعداد النفسي للمشاركين في البرنامج.
- مرحلة العمل والبناء: تطبيق العملي للجلسات وتحقيق الإنجاز.
- مرحلة الإنهاء والمتابعة.

خامس عشر: محتويات البرنامج الإرشادي

أعدت الباحثة ملخصاً يوضح مضمون البرنامج الإرشادي من حيث عنوان الجلسة، وأهدافها، والاستراتيجيات، والفنيات المستخدمة فيها، ومدتها الزمنية، وإجراءاتها، وفيما يلي توضيح

لجلسات البرنامج المقترح من حيث: عنوان الجلسة، وأهدافها، ومدتها الزمنية، والأدوات المستخدمة، والفنيات المطبقة وإجراءات تنفيذها.

جلسات البرنامج الإرشادي:

الجلسة الأولى

موضوع الجلسة: تعارف وبناء العلاقة الإرشادية

مدة الجلسة: (60) دقيقة

الهدف العام: بناء العلاقة الإرشادية المهنية بين أفراد المجموعة والباحثة.

أهداف الجلسة الفرعية:

1. التّعارف بين الباحثة وأعضاء المجموعة المشاركة، وبناء العلاقة الإرشادية التي تتضمن الثقة والتقبل، وتأكيد قوانين المجموعة والتزامات أفراد المجموعة،
2. كسر الحاجز النفسي بين الباحثة والمشاركين، وبين المشاركين أنفسهم.
3. توضيح طبيعة البرنامج وأهدافه والتوقعات المشتركة، وعدد الجلسات ومواعيدها والالتزام بها
4. وضع قوانين للمجموعة، وتوضيح التعليمات والشروط والالتزامات التي تحكم سلوك المشاركين أثناء تطبيق البرنامج الإرشادي.

الفنيات المستخدمة: المناقشة المفتوحة، والأنشطة الترفيهية الجماعية، والتعزيز الإيجابي

ونموذج مقياس التواصل الرحيم ومقياس حلّ المشكلات.

الأدوات المستخدمة: أوراق A4، واللوح، والأقلام الملونة، والصور.

إجراءات تنفيذ الجلسة:

- تبدأ الباحثة بالترحيب بالمشاركين وتقديم نفسها باختصار، وتعرض مؤهلاتها العلمية، وتشكرهم على الحضور، وعلى قبولهم المشاركة في البرنامج، ثم تعريف الباحثة بنفسها للمشاركين في المجموعة، مع توضيح أهمية معرفة المشاركين بأسماء بعضهم بعضا بعرض الاسم وصفة محبة لدى كل مشارك،

- تطلب الباحثة من أفراد المجموعة التجريبية قراءة نموذج التعاقد السلوكي والتوقيع عليه،
- تعريف المشاركين بالبرنامج ومتغيراته، والهدف الرئيس منه، ألا وهو تحسين التواصل الرحيم وحلّ المشكلات لدى المتزوجين حديثا، والأهداف الفرعية، وذلك بتطبيق استراتيجيات النظرية الواقعية، مع إعطاء المشاركين صورة عامة عن العلاج الواقعي ل (وليام جلاسر)، ودوره في تغيير التوجهات، وبناء الأفكار الواقعية حول الزواج. وإعطاء المجال للحوار والنقاش وإبداء الآراء، وتعزيز للأفكار الإيجابية حول هذا الموضوع.

- تبين الباحثة أهمية البرنامج في رفع مستوى التواصل الرحيم ومهارات حلّ المشكلات بين

الأزواج

- توضيح بعض قواعد العمل الجماعي للاتفاق عليها مع المشاركين مثل: السرية، واحترام الآراء، والمشاركة، والالتزام، واحترام المشاعر، وعدم المقاطعة، وكتابة كلّ هذه القواعد على بطاقات، وستعرض الباحثة مجموعة من الصور، التي تمثل كلّ منها قاعدة معينة، وستستمع لآرائهم حول كلّ قاعدة على أن تُقر كلّ قاعدة بالإجماع، على أن تبقى هذه الصور معلقة في القاعة طيلة فترة تنفيذ البرنامج.

- إنهاء الجلسة: تقوم الباحثة بتلخيص كلّ ما دار في الجلسة، وتشكر المشاركين على التزامهم ومشاركتهم الفعالة، ثمّ تكليف المشاركين بواجب بيتي يتعلق بكتابة الأعضاء للجوانب الإيجابية في شخصياتهم كما يرونها، وتأكيد موعد الجلسة القادمة.

الواجب المنزلي: تطلب الباحثة من أفراد المجموعة التجريبية سرد قائمة ومصطلحات تعبر عن التواصل الرحيم ومهارات حلّ المشكلات.

الجلسة الثانية:

عنوان الجلسة: التّواصل الرحيم وحلّ المشكلات

مدة الجلسة: (60) دقيقة

الهدف العام: التّعرف إلى أهداف العلاج الواقعي وأهميته في تحسين مهارات التّواصل الرحيم وحلّ المشكلات لدى المشاركين.

الأهداف الفرعية أو الخاصة:

1. أن يكتسب أفراد المجموعة التجريبية المعلومات المتعلقة بالتّواصل الرحيم وحلّ المشكلات.
 2. أن يدرك أفراد المجموعة التجريبية أهمية التّواصل الرحيم وحلّ المشكلات في المجال العملي.
 3. أن يتعرّف أفراد المجموعة على مفاهيم العلاج الواقعي وفنياته وأهميته في الحياة الواقعية.
 4. مساعدة أفراد المجموعة على فهم ذاتهم، وزيادة وعيهم الذاتي، بما في ذلك معرفة القيم والمعتقدات والمشاعر التي يحملونها.
 5. المساهمة في توفير المعرفة والمهارات التي تساعد أفراد المجموعة في التّعامل مع التحديات النفسية والعاطفية بطرائق فعّالة.
- الفنيات المستخدمة: المحاضرة المبسطة، والحوار والنقاش والعصف الذهني، وسؤال من الواقع، والواجب البيتي، والتعزيز الإيجابي،

الأدوات المستخدمة: السبورة، والأوراق، والأقلام، وجهاز عرض.

إجراءات تنفيذ الجلسة

في بداية الجلسة تقوم الباحثة بالترحيب بالمشاركين، ومن ثمّ مناقشة الواجب البيتي المتعلّق بالجوانب الشخصية، وتعزيز للجوانب الإيجابية لديهم وعرض ما نُفذ في البيت، ثمّ تقوم الباحثة بتشكيل مجموعات، كلّ مجموعة تعطي تصوراتها عن المقصود بالتّواصل الرحيم ومهارات حلّ المشكلات، وتأثيره في شخصية الفرد بالعصف الذهني.

- تستعرض الباحثة مفاهيم تدلّ على التّواصل الرحيم وحلّ المشكلات، وتذكر بعض التعريفات عنه، مع توضيح الباحثة أهداف واستراتيجيات التّواصل الرحيم ومهارات حلّ المشكلات.

- تذكر الباحثة عناصر وعوامل بناء وتنمية التّواصل الرحيم وحلّ المشكلات.
- تناقش الباحثة أهمية التّواصل الرحيم وحلّ المشكلات، وطرائق قياس التّواصل الرحيم وحلّ المشكلات لدى الأفراد.

- في ختام الجلسة تعزز الباحثة حوارها عن التّواصل الرحيم وحلّ المشكلات مع أفراد المجموعة التجريبية بإعطاء بعض الأمثلة التي تساعد في ترسيخ أهمية التّواصل الرحيم ومهارات حلّ المشكلات لدى المتزوجين

- تزويد المشاركين بالمعرفة حول مفاهيم الإرشاد الواقعي وأهمية استخدام فنياته في الحياة الواقعية، وفتح المجال للنقاش والحوار للتوضيح والاستفسار عن الموضوع.
- تقسيم المشاركين إلى فريقين لبحث توجهاتهم الخاصة حول الزواج، ومناقشة توجهات كل فريق أمام المجموعة ككل. ومن ثمّ إعطاء أمثلة من الواقع وإجراء النقاش حولها.

- في نهاية الجلسة يُلخص كلّ ما دار في الجلسة، وتكليف المشاركين بواجب بيتي يتعلّق بتحديد الأهداف الشخصية لديهم، وتلخيص موضوعات ذات علاقة برفع مستوى التّواصل الرحيم وحلّ المشكلات، ثمّ الإنهاء.

الجلسة الثالثة:

عنوان الجلسة: التّواصل الرحيم

الهدف العام: رفع كفاءة وقدرة الأزواج على التّواصل الرحيم

مدة الجلسة: (60) دقيقة

أهداف الجلسة:

1. أن يتعرّف المشاركون على مفهوم التّواصل الرحيم ومهاراته وأهميته في حياتهم.
 2. أن يتعرّف المشاركون على سمات الشخص الذي يتّسم بممارسة التّواصل الرحيم.
 3. تعزيز الجوانب الشخصية لدى المشاركين التي لها علاقة بالتّواصل الرحيم.
 4. إجراء تطبيقات ونشاطات تتعلق بمفهوم التّواصل الرحيم بتقنية لعب الدور.
- الأساليب والاستراتيجيات والفنيات المستخدمة: المناقشة الجماعية، والتعزيز الإيجابي، ولعب دور، والواجب البيتي.

الوسائل والأدوات المستخدمة: اللوح الورقي، وأوراق A4، وأقلام ملوّنة، وشريط لاصق، وبطاقات ملوّنة، واللوح التفاعلي.

إجراءات تنفيذ الجلسة:

ترحب الباحثة بالمشاركين وتشكرهم على حسن التزامهم، ويُناقش الواجب البيتي والإجابة عن استفساراتهم، ثمّ تعقب الباحثة على ما ذُكر في الجلسة السابقة، ثمّ تستكمل موضوع التّواصل الرحيم ومهارات حلّ المشكلات في هذه الجلسة.

- بعد عرض الصور ي يجري التعرف إلى مفهوم التّواصل الرحيم والاستدلال عليه، باستجابات المشاركين.
- يُشرح مفهوم التّواصل الرحيم وأهميته وتوجيه الرسائل بطريقة تعبّر عن التفهم والتقدير لمشاعر الآخرين، والتدريب على مهارة الاستماع النشط والفعال، والقدرة على التعبير بوضوح عن أفكارهم ومشاعرهم بطريقة تعبّر عن الرحمة والاحترام.
- إجراء سيناريوهات ونماذج واقعية عن التّواصل الرحيم، وتحفيز المشاركين بتقديم المردود الراجع، بهدف إكسابهم تلك المهارة، وتطبيقها في الحياة الواقعية.
- يقسم المشاركون إلى مجموعتين لبحث المهارات المتعلقة بالتّواصل الرحيم، ومن ثمّ استعراض لآراء كلّ فريق أمام المجموعة، وإجراء الحوار والنقاش حول ذلك، مع تقديم التعزيز للآراء الإيجابية.
- إجراء لعب الأدوار حول سمات الأزواج الذين يتمتعون بالتّواصل الرحيم، مثل الاستماع الفعال والتعبير عن المشاعر والأفكار، وتلخيص كلّ ما دار في الجلسة،
- الواجب البيتي: يُكلف المشاركون بواجب بيّتي يتعلق بكتابة سمات أخرى قد يتّصف بها الأشخاص من ذوي التّواصل الرحيم.

عنوان الجلسة: حلّ المشكلات

مدة الجلسة: (60) دقيقة:

الهدف العام: زيادة معرفة المشاركين بنماذج حلّ المشكلات لتمكينهم من استخدامها بفعالية في حلّ المشكلات التي تواجههم.

الأهداف الخاصة والفرعية:

1. أن يتعرّف المشاركون إلى مفهوم الزواج وتحدياته في حياتنا.
2. أن يتعرّف المشاركون على استراتيجيات حلّ المشكلات.
3. أن يتعرّف المشاركون على طبيعة المشكلات الزوجية وآليات حلّها، واستعراض لبعض الأمثلة الواقعية.

4. تدريب المشاركين على بعض من تمارين الاسترخاء والتنفس العميق.
- الأساليب والاستراتيجيات المستخدمة: المناقشة الجماعية، والتعزيز الإيجابي، والنمذجة، ولعبة ترفيهية، والواجب البيتي. وسؤال من الواقع. وتمارين استرخاء وتنفس عميق.
- الأدوات المستخدمة: اللوح، وأوراق A4 بيضاء وملونة، وأقلام ملونة، وشريط لاصق، ومقص، ولاصق، وجهاز لابتوب، وجهاز عرض LCD.

إجراءات تنفيذ الجلسة:

- يُرحب بالمشاركين وشكرهم على التزامهم في البرنامج. ومراجعة وتلخيص الجلسة السابقة ومن ثمّ مناقشة الواجب البيتي والإجابة عن استفساراتهم.
- تزويدهم بالمعرفة حول أسلوب حلّ المشكلات ومنهجيته وأهميته في الحياة الواقعية.

- عرض لبعض المواقف الواقعية، والتدريب على تطبيق أسلوب حلّ المشكلات، بهدف إكسابهم لتلك المهارة للإفادة منها في مواجهة المواقف الإشكالية الواقعية. وتشجيعهم على تبني الأسلوب المنهجي لحلّ المشكلات الذي يتضمن التحديد الواضح والدقيق للموقف، وتحليل العوامل الداخلية والخارجية المؤثرة فيه، ومن ثمّ حصر للخيارات البديلة، وتقييمها بهدف اختيار الأنسب والملائم منها لضمان الوصول إلى أفضل النتائج. وبالحوار والأسئلة الواقعية يُدرب على المنهج واستخدامه في الحياة الواقعية.
- توضيح الباحثة للسلوك الكلي الذي يشتمل على العمل، والتفكير، والشعور، ووظائف الأعضاء (الفسولوجي) وتستطرد في الحديث أنّ الفرد قادر على تنمية مهارات حلّ المشكلات بسيطرته على العمل.
- تبين الباحثة تفسير جلاسر لمفهوم السلوك الكليّ، وتوضيح العلاقة بين مهارة حلّ المشكلات والسلوك الكليّ.
- تدريب المشاركين على تمارين الاسترخاء والتنفس العميق.
- تلخيص كلّ ما دار في الجلسة، وتكليفهم بواجب بيتي يتعلق باختيارهم لإحدى المشكلات التي قد يواجهها المتزوجون حديثاً و، تطبيق منهجية حلّ المشكلات عليها، ثمّ الإنهاء.

الجلستان الخامسة والسادسة:

عنوان الجلسة: (نموذج WDEP)

مدة الجلسة: (60) دقيقة

الهدف العام: تطبيق نموذج استراتيجيّة تغيير السلوك نحو الأفضل

الأهداف الفرعية:

1. تدريب المشاركين على نموذج تغيير السلوك نحو الأفضل. (WDEP)

2. تطبيق المجموعة للنموذج، باستخدام أسلوب لعب الأدوار والنموذج وبعض الأنشطة الترفيهية.

3. مساعدة المشاركين على تعلّم طرائق مختلفة تمكنهم في التحكم في أفكارهم وأفعالهم بطرائق فعّالة.

4. إكساب المشاركين لأنماط سلوكية جديدة، وتوجيهها لإشباع حاجاته والوصول إلى التغيير المطلوب.

الفنيات المستخدمة: المناقشة الجماعية، والحوار، والتعزيز الإيجابي، والواجب البيتي. وتدعيم ومساندة، وسؤال من الواقع، وتقديم موضوع، وخطوات واقعية لتعلّم السلوك، وإعادة التعلّم والتقويم الذاتي

الأدوات المستخدمة: اللوح، وأوراق A4 بيضاء، وأقلام، وعرض فيديو، وجهاز لابتوب، وجهاز LCD.

إجراءات تنفيذ الجلسة

- الترحيب بالمشاركين، ومراجعة مختصرة لما جرى الحديث عنه في الجلسات السابقة، ومناقشة الواجب البيتي الذي كُلف المشاركون به.
- توضيح ماهية نموذج (WDEP) وإجراء التطبيق عليه، والمتضمن استراتيجية تغيير السلوك نحو الأفضل، والذي يمثّل (Wishing) الرغبات، و (Direction) التوجيهات، و (Evaluation) التقييم، و (Planning) التخطيط. ويوفّر هذا النظام الطرائق الفعّالة لاكتشاف ما يريدونه، وتحديد ما يفعلونه للحصول على ما يريدون تحقيقه. ويمنحهم الأدوات اللازمة للتخطيط وتحقيق الأهداف.

- عرض فيديو يوضح الأنماط السلوكية التي تتضمن بعض السلوكات المسؤولة والفعالة في اتخاذ القرارات الشخصية.
- تقوم الباحثة بتوضيح أهمية التخطيط لأفراد المجموعة التجريبية باستعراض مفهوم التخطيط والالتزام.
- تبين الباحثة أهمية الالتزام، ثم توضح أهمية التخطيط الإيجابي للسلوك المسؤول للزوجين، فهو الذي يحدد سلوكه تجاه المواقف الاجتماعية فيما إذا كان سلوكا مسؤولا أم غير مسؤول، فعندما يقوم الزوجان بالتخطيط الإيجابي، يكون سلوكهم أكثر مسؤولية وذلك بوضع الخطط لمواجهة المواقف الاجتماعية المختلفة، واتخاذ الإجراءات اللازمة، والالتزام بتنفيذ ما خطط له
- تستعرض الباحثة نتائج الالتزام في الخطط التي يضعها الزوجان وهي (كسب الثقة، وتحقيق الأهداف، وتحقيق النجاح، والرضا الذاتي، وزيادة الخبرة، والأداء الجيد والقدرة على إنجاز المهام) كما تؤكد الباحثة قدرة الزوجين على رفع مستوى التواصل الرحيم ومهارات حلّ المشكلات بالتخطيط والالتزام
- تقوم الباحثة باستعراض طريقة بناء الخطة الجيدة لأفراد المجموعة التجريبية، ثم تطلب أن يقوم كل فرد منهم بوضع خطة واقعية تساعد على تنمية التواصل الرحيم وحلّ المشكلات لديه/ا؛ ويضع أهدافا عملية وقصيرة، وتكون الخطوة قابلة للقياس والتنفيذ وإعلان خطته للمجموعة.
- تناقش الباحثة أفراد المجموعة التجريبية في (التركيز على السلوك أكثر من المشاعر والتركيز على الحاضر أكثر من الماضي).

- مساعدتهم في رفع مستوى التواصل الرحيم ومهارات حل المشكلات بسيطرتهم على سلوكهم أثناء استشعار التحديات والمشاكل المختلفة، فيجعل الزوجين يركزان على السلوك باتخاذ القرار والقدرة على السيطرة والتحكم أكثر، والتركيز على مشاعر الخوف والقلق عند مواجهة التحديات

- توضّح الباحثة التقييم Evaluation لأفراد المجموعة التجريبية باستعراض تعريف التقييم الذي يوضح أنّ الزوجين يستطيعان تقييم سلوكهما في التواصل الرحيم ومهارات حلّ المشكلات والحكم عليه، ثمّ تقوم الباحثة بتقسيم المجموعة التجريبية إلى مجموعتين، كلّ مجموعة تكلف فرداً منها للقيام بالمهمة المطلوبة، وتطلب منهم الباحثة وضع مواقف تحوي تحديات، ومواجهة هذا الموقف بقيام المكلفة بلعب الدور في مواجهة هذا الموقف، ثمّ يُقيم سلوكها من مجموعتها، ومناقشة ذلك مع المجموعة الأخرى.
 - وفي ختام الجلسة تستعرض الباحثة الحكم القائم على السلوك، وتلخيص كلّ ما دار في الجلسة، وتكليف المشاركين بالواجب البيتي (كتابة ثلاث من الحاجات الشخصية، واختيار للطرائق الأنسب والأمثل لإشباعها وتحقيقها)، ثمّ إنهاء الجلسة.
- الواجب المنزلي:

تطلب الباحثة من أفراد المجموعة التجريبية عمل مطويات عن أساليب ممارسة التواصل الرحيم وحلّ المشكلات بوساطة قاعدة (WDEP).

الجلسة السابعة:

عنوان الجلسة: (استراتيجية هنا والآن)، المواجهة

مدة الجلسة: (60) دقيقة

الهدف العام للجلسة: أن يتعرف المشاركون على استراتيجية هنا والآن وآلية تطبيقها.

الأهداف الفرعية:

1. أن يتعلم المشاركون الانتباه للواقع الحالي وما يرتبط به من مشاعر.
2. أن يدرك المشاركون أبعاد تفكيرهم عن الماضي والقلق من المستقبل.
3. أن يتدرب المشاركون على استراتيجية (هنا والآن)، وإجراء التمارين التطبيقية عليها، مثل التنفس العميق، والتأمل للمساعدة في تهدئة العقل، والتركيز على الواقع الملموس.
4. تعزيز الوعي بالذات، وتطوير استراتيجيات صحية للتعامل مع التحديات الحالية، وكيفية مواجهة تلك التحديات.

الاستراتيجيات والفنيات المستخدمة: المناقشة الجماعية، ولعب الدور، والواجب البيتي، وأنشطة ترفيحية. والمواجهة للمشاعر والأفكار، والاسترخاء

الأدوات المستخدمة: السبورة، وأوراق، والأقلام الملونة، وكرة إسفنجية، Laptop، وجهاز عرض LCD.

إجراءات تنفيذ الجلسة:

- الترحيب بالمشاركين، وإجراء تلخيص لحيثيات الجلسة السابقة بنشاط ممتع من إبداع المشاركين، ومناقشة الواجب البيتي والإجابة عن الاستفسارات.

- تقديم شرح مبسط حول استراتيجية (هنا والآن)، والتركيز على توجيه الانتباه للحظة الحالية، وإبراز أهمية الشعور والتجارب الحالية بدلا من التفكير في الماضي، أو القلق بشأن المستقبل، ويتضمن تطبيقها تقنيات التنفس العميق، والتأمل للمساعدة في تهدئة العقل، والتركيز على

الواقع الملموس الذي يحدث (الآن)، ومواجهة المشاعر والأفكار بدقة لتعزيز الوعي بالذات، وتطوير استجابات صحية للتحديات الحالية.

- إشراك المشاركين في نشاطات تفاعلية تتناول بعض الآراء والتوجهات المعاصرة حول الزواج.
- يقوم المشاركون بتلخيص مجريات الجلسة وبعدها يُكلف المشاركون بواجب بيتي يتعلق بكتابة بعض الخطط المستقبلية ثم الإنهاء للجلسة.

الجلسة الثامنة:

عنوان الجلسة: التخطيط للسلوك الواقعي المسؤول.

مدة الجلسة: (60) دقيقة.

الهدف العام: تنمية الإحساس بالمسؤولية لدى المشاركين.

الأهداف الفرعية:

1. تعليم المشاركين السلوك الملتزم والمسؤول في تحقيق الأهداف.
 2. تشجيع المشاركين على امتلاك التفكير الإيجابي نحو المستقبل عامة ونحو الزواج خاصة.
 3. تركيز طاقاتهم على تغيير أفكارهم وسلوكهم غير المسؤول.
 4. مساعدتهم للوصول إلى هوية النجاح.
- الاستراتيجيات والفنيات المستخدمة: المناقشة الجماعية، وتعزيز الإيجابي، ولعب دور، والواجب البيتي.

الأدوات المستخدمة: اللوح، أوراق A4، وأقلام ملونة، وشريط لاصق، وبطاقات ملونة.

إجراءات تنفيذ الجلسة:

- الترحيب بالمشاركين، ومناقشة الواجب البيتي والإجابة عن الاستفسارات.

- توضيح مفهوم المسؤولية ودورها في سعي الأفراد إلى إشباع الاحتياجات، واختيار طرائق تحقيقها، بهدف مساعدتهم في تعلّم طرائق مختلفة تمكنهم من إعادة التّحكم في أفكارهم ومشاعرهم وسلوكهم بطريقة فعّالة.
- يتحقق ذلك بتقديم النماذج السليمة والتحفيزية، بهدف تعزيز السلوك الإيجابي، وتوجيههم نحو الاختيارات المستقبلية الصحيحة.
- تقسيم المشاركين إلى مجموعات ثنائية لإجراء عصف ذهني يتناول بعض المسؤوليات التي يمارسونها وتشكّل عبئاً عليهم، ومن ثمّ إجراء نقاش وحوار يتضمن تقديم المردود الراجع، وتصحيح الخاطئ منها.
- تلخيص كلّ ما دار في الجلسة، وتكليفهم بالواجب البيتي (كتابة قائمة بالمسؤوليات التي يشعرون بالرضا تجاه أدائها). ثمّ إنهاء الجلسة.

الجلسة التاسعة:

عنوان الجلسة: الاستقلالية واتّخاذ القرارات

الهدف العام: تعزيز قدرة المشاركين على بناء الاستقلالية واتّخاذ القرارات

الأهداف الفرعية:

1. مساعدة المشاركين على التّعرف إلى مفهوم الاستقلالية وأهميته في بناء الذات والعلاقة مع الآخر.
 2. إكساب المشاركين مهارات اتخاذ القرارات القائمة على المعارف الذاتية، والمعلومات المتوافرة لديهم بهدف الوصول إلى سلوكيات مسؤولة.
- الفنيات المستخدمة: النقاش والحوار، والمساندة والتدعيم، وسؤال من الواقع، والتعزيز الإيجابي، وخطوات واقعية لتعلّم السلوك، وإعادة التعلّم، والتقويم الذاتي.

إجراءات تنفيذ الجلسة:

- الترحيب بالمشاركين ونقاش الواجب البيتي.
- التمهيد لإنهاء جلسات البرنامج الإرشادي
- تعريف المشاركين بمفهوم الاستقلالية وأهميتها في اتخاذ القرارات المتعلقة بالحياة الزوجية المستقبلية.
- إجراء تطبيق عملي بورقة عمل تحوي مجموعة من المواقف التي تعبر عن تحمل المسؤولية، أو عدم تحملها.
- فتح نقاش بين المشاركين لاستجاباتهم حول المواقف المختلفة، وإيجاد نقاط الالتقاء، ونقاط الاختلاف بينهم، وعمل استخلاص.
- تكلف المشاركين بواجب بيتي يتعلّق بضرورة تسجيل موقف قاموا به خلال الأسبوع يعبر عن المسؤولية على ورقة لنقاشها في الجلسة التالية ثمّ إنهاء الجلسة.

الجلسة العاشرة:

عنوان الجلسة: (الجلسة الختامية)

مدة الجلسة: (60) دقيقة

هدف الجلسة الإرشادية:

1. التّحقّق من مدى تحقيق أهداف البرنامج الإرشادي. بتعبئة نموذج مقياس التواصل الرحيم، ومقياس حلّ المشكلات.
2. تقييم شفهي وكتابي للبرنامج من المشاركين وتعبئة نموذج تقييم الجلسات.
3. الاستماع إلى أي ملاحظات والإجابة عن الأسئلة.

4. تشجيع المشاركين على تطبيق الاستراتيجيات والفنيات التي جرى تعلّمها والتّدرّب عليها خلال الجلسات.

5. إجراء التقييم البعدي لبرنامج الإرشاد الواقعي.

الأدوات المستخدمة: اللوح، وأوراق التقييم والاختبار البعدي، وأقلام حبر.

الاستراتيجيات والفنيات لمستخدمة: التلخيص، والمردود الراجع، والتعزيز الإيجابي، والإنهاء.

إجراءات تنفيذ الجلسة:

- يُرحب بالمشاركين، وشكرهم على التزامهم بجلسات البرنامج حتى نهايته، وتُلخص حيثيات الجلسة السابقة بنشاط ممتع من إبداع المشاركين، ومناقشة الواجب البيتي المكلفين به.
- تُلخص أهم النقاط في البرنامج والفنيات والاستراتيجيات التي استخدمت، والصعوبات التي واجهت تطبيق البرنامج، وكيفية التغلب عليها، وشكرهم على الالتزام ومشاركتهم الفاعلة في البرنامج، مع بالغ الأمنيات لهم بالتوفيق والنجاح، وحثّهم على تطبيق ما تعلموه، والتدريب عليه من مهارات في حياتهم العملية.
- مناقشة النقاط الإيجابية في البرنامج، والاستماع إلى آراء وانطباعات المشاركين حول البرنامج، وإعطاء الفرصة لكلّ مشارك في التحدث عنه.
- تطبيق الاختبار البعدي على المشاركين، وتحديد موعد الجلسة القادمة للقياس المتتابع، بعد ثلاثة أشهر من إنهاء البرنامج.

مقترح استبانة تقييم بعدي للجلسات

- ضع إشارة (✓) أمام الإجابة التي تمثلك

الرقم	العبرة	نعم	لا	إلى حد ما
-------	--------	-----	----	-----------

1	المستوى العام للجلسات كان ممتازاً		
2	الموضوعات التي قُدمت في الجلسات الإرشادية مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بأهدافها		
3	تضمنت الجلسات الإرشادية موضوعات قيمة ومفيدة		
4	تحققت أهداف البرنامج الإرشادي كلها		
5	المعلومات التي قُدمت كانت متنوعة ومفيدة		
6	البرنامج الإرشادي كان متكاملاً وشاملاً للمحاور كلها		
7	المستوى العلمي والخبرة للمشاركات مناسبة		
8	أُتيحت الفرصة لتبادل الأفكار والآراء خلال الجلسات الإرشادية		
9	الزمن الذي خُصص لكل جلسة كان مناسباً		
10	الأنشطة والواجبات المنزلية كانت جيدة ومناسبة للجلسات الإرشادية		

5.4 توصيات الدراسة

خرجت الدراسة بمجموعة من التوصيات التي يمكن استعراضها وفق التصنيفات التالية

أولاً: توصيات خاصة بالمؤسسات الحكومية والأهلية

✓ تعزيز الشراكة بين المؤسسات الحكومية وغير الحكومية، وتخصيص الميزانيات الكافية لدعم

عملية تطوير الخدمات الإرشادية النفسية التي تقدم للأسر التي تواجه تحديات وتهديدا

لاستقرارها؛ وتأخذ فرصة للنهوض واستعادة تماسكها وأدائها الوظيفي المهم تجاه أعضائها

المختلفين.

✓ تطوير برامج إرشادية وتدريبية وقائية وعلاجية للمقبلين على الزواج، وللمتزوجين حديثاً،

وعمل مراجعة للبرامج الإرشادية الزوجية "إن وجدت"، بهدف ضمان توفير معرفة ومهارات

في التواصل الرحيم وحلّ المشكلات لتحسين فرص التوافق الزوجي لديهم.

ثانياً: توصيات خاصة بالمؤسسات التعليمية والتربوية

✓ مراجعة الاستراتيجيات والسياسات الوطنية والمناهج التربوية المختلفة لإدراج مفاهيم

التواصل الرحيم واستراتيجيات حلّ المشكلات في المناهج الدراسية، ورفع الوعي وتعزيز قيم

التواصل الإيجابي والاحترام المتبادل داخل الأسرة وبين أفراد المجتمع.

✓ دعم البحوث والدراسات المعمقة التي تهتم بمؤسسة الزواج والتحديات التي تواجهها بهدف

تحسين جودة التدخلات الإرشادية التي تُفُذت استناداً على نتائج هذه البحوث.

✓ تنظيم ورش عمل، ودورات تدريبية من خبراء وأخصائيين نفسيين، لطلبة المدارس والجامعات

حول مفاهيم ومهارات التواصل الرحيم وأساليب حلّ المشكلات، كآليات محورية مستقبلية في

تحقيق التوافق المجتمعي والزوجي والأسري وتعزيز ثقافة الحوار والتفاهم والتواصل الإيجابي البناء .

ثالثاً: توصيات خاصة بمراكز البحوث والدراسات

✓ إجراء دراسات معمقة (كمية ونوعية) بهدف تطوير نماذج نظرية، وأدوات قياس مقننة وموثقة مرتبطة بالسياق الثقافي العربي والفلسطيني، لاستكشاف وقياس وتقييم العلاقة بين التواصل الرحيم، ومهارة حلّ المشكلات وأثره في تعزيز التوافق الزوجي، والتي تسهم أيضاً في تطوير برامج إرشادية وعلاجية أسرية وزوجية، مع أهمية نشر هذه النتائج للإفادة منها على المستوى المحلي والدولي.

رابعاً: توصيات خاصة بالمؤسسات الإعلامية

✓ بالشراكة مع المؤسسات البحثية والتربوية والتعليمية؛ ولضمان دقة ونوعية المعلومات أوصي بتضمين مفاهيم التواصل الرحيم وحلّ المشكلات في المحتوى الإعلامي المرئي والمسموع، وخاصة وسائل التواصل الاجتماعي باستهداف الشباب عامة، والمقبلين على الزواج خاصة، لرفع وعيهم بأهمية مؤسسة الزواج وآليات الاستقرار، والتحضير النفسي والمعرفي والمهارات لضمان استقرارها.

المصادر والمراجع العربية والأجنبية

أولاً: المراجع باللغة العربية

1. أبو اسعد، أحمد وعربيات، أحمد. (2008). نظريات الإرشاد النفسي والتربوي، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
2. أبو غزالة، سميرة (2008). فاعلية الإرشاد بالواقع في تحسين التوافق الزوجي بين الزوجين، دراسات نفسية، 18 (2)، 333 – 370.
3. أبو غزالة، سميرة. (2021). الخصائص السيكومترية لمقياس مهارات التواصل الرحيم للأمهات كما يدركه الأبناء. مجلة العلوم التربوية، 29 (4). 203-234
4. أبو موسى، سمية. (2022). مجلة المواقف للبحوث والدراسات في المجتمع والتاريخ، مجلد 17 (عدد خاص). كانون الأول 2022.
5. أجنيذ، صفاء. (2020). التوافق الزوجي لدى عينة من الأزواج وعلاقته بأعراض الاضطرابات النفسية عند أبنائهم من طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الخليل. (رسالة ماجستير). جامعة الخليل-فلسطين
6. أفرام، جلييلة مارزينا. (2020). التوافق الزوجي لدى الطلبة المتزوجين حديثاً في كلية التربية-جامعة الحمدانية. سر من رأى، مج. 16، عدد 63 (أيار/ حزيران 2020) ص. 830 – 867
7. آل سويلم. أمل. (2019). التوافق الزوجي وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لدى عينة من طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. مجلة التربية، 35(3). 74-99.

8. الباشا، فاتن ومصمودي، زين الدين. (2019). برنامج تدريبي لعلم النفس الإيجابي ودوره في تحسين جودة الحياة دراسة ميدانية في جامعة بسكرة، (رسالة دكتوراه غير منشورة)، جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، الجزائر.

9. باصول، أمل (2008). التوافق الزوجي وعلاقته بالإشباع المتوقع والفعلية للحاجات العاطفية المتبادلة بين الزوجين (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الرياض، المملكة العربية السعودية.

10. البواليز، نور وعربيات، أحمد. (2020). فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نظرية ساتير في خفض أنماط التواصل المهددة للسعادة ورفع مستوى الرضا الزوجي لدى عينة من مراجعات مكاتب الإصلاح والتوفيق الأسري. أطروحة دكتوراه منشورة. جامعة مؤتة- عمان. الأردن.

11. جان، نادية. (2016). الرضا الزوجي وعلاقته بالتواصل العاطفي وعدد سنوات الزواج وعدد الأبناء والمرحلة العمرية للأبناء. المجلة التربوية الدولية المتخصصة، 5(9)، 402 - 424.

12. الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني. (2023) مسح العنف في المجتمع الفلسطيني (2019). تقرير تحليلي. رام الله-فلسطين

<https://www.pcbs.gov.ps/Downloads/book2638.pdf>

13. جهينة، ديب و كحيله ذيب. (2023). التوافق الزوجي وفق بعض المتغيرات: دراسة ميدانية على عينة من الطالبات المتزوجات في جامعة تشرين. دمشق. سوريا.

<https://shamra-academia.com/show/655623cdf0777>

14. الجوهري، شيماء. (2020). استراتيجيات إدارة الخلافات الزوجية لدى الزوجة المعنفه وعلاقتها بالأمن الأسري للأبناء. المجلة المصرية للاقتصاد المنزلي، 16(2)، 35-84.
15. الحبسي، علي، وعبد الرشيد، خديجة. (2023). أثر مهارات التواصل الزوجي على أنماط التنشئة الاجتماعية للأبناء لدى الأزواج العمانيين. المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، 7(32):412-377.
16. الحبشي، مايسه وحورية، شريف وحجاج، ريهما ومحمد، آلاء. (2024). إدارة الخلافات الزوجية وعلاقتها بالاستقرار الأسري لدى عينة من ربّات الأسر. مجلة الاقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية، 34(1)، 298-265.
17. الحدادي، عبد الكريم، و لاموين، منال، و وادي، خديجة، (2024). التواصل الوجداني وعلاقته بالشعور بالسعادة داخل العلاقة الزوجية، وارتباطهما بالرضا في العلاقة الحميمة لدى عينة من الأزواج المغاربة مجلة دراسات: العلوم الإنسانية والاجتماعية، <https://doi.org/10.35516/hum.v51i5.3595>
18. الحربي، نايف والحريقي، نهال. (2013). أزمة منتصف العمر وعلاقتها بالسعادة الزوجية لدى المعلمين والمعلمات. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة طيبة، السعودية.
19. الحلبي، نجلاء. (2009). السلوك الاستهلاكي لربة الأسرة وعلاقته بالتوافق الزوجي، مجلة بحوث التربية النوعية، مصر.
20. حلوش، مصطفى. (2020). دور التواصل الزوجي في تحقيق التوافق الزوجي ومعالجة المشكلات الأسرية. المجلة المغربية للدراسات التاريخية والاجتماعية، 12(1). 79-100.

21. الحنطي، نوال. (1999). مشكلات التوافق الزوجي لدى الأسرة السعودية خلال السنوات

الخمس الأولى في ضوء بعض المتغيرات، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية - قسم

علم النفس. جامعة الملك سعود. المملكة العربية السعودية

22. خطاب، محمد. (2023). الذكاء الوجداني وعلاقته بالتوافق الزوجي والجنسي بين

الزوجين" دراسة ارتباطية ". مجلة الإرشاد النفسي، 75 (2). 295-325

23. الخولي، سناء (2009)، الأسرة والحياة العائلية، دار النهضة العربية، بيروت. لبنان

24. الداهري، صالح. (2008). التوافق الزوجي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى المعلمات

المتزوجات في الأردن . مجلة الثقافة والتنمية - عمان، الأردن ، 8. عدد (27)، ص.

18-1

25. دنحا، عبد الأحمد (2023). ما هو التواصل اللاعنفي؟ موقف الحوار المتمدن (محور

الفلسفة، علم الاجتماع، علم النفس). العدد (7603). نُشرت بتاريخ 2023/05/06.

وثوَصَل للمقالة بتاريخ 2024/06/15 على الرابط

<https://www.ahewar.org/debat/show.art.asp?aid=791953>

26. زرور، سماح وزروالي، وسيلة (2020). مهارة حل المشكلات وعلاقتها بالتوافق

الزوجي لدى أستاذات التعليم العام بمدينة عين فكرون. رسالة ماجستير منشورة.

جامعة العربي بن مهيدي - أم البواقي. الجزائر.

27. الزغلول، رافع والزغلول، عماد. (2000). علم النفس المعرفي. دار الشروق للنشر

والتوزيع. عمان - الأردن

28. الزهراني، فاطمة. (2021). مهارة حل المشكلات وعلاقتها بجودة الحياة لدى عينة من

طالبات المرحلة المتوسطة بمحافظة جدة. مجلة العلوم التربوية والإنسانية. ع. 7.

(2021) الامارات العربية المتحدة.

<https://jeahs.com/index.php/jeahs/article/view/192>

29. الزيدانين، فداء. (2021). فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نموذج ساتير في تحسين

أنماط الاتصال لدى المعلمات المتزوجات حديثاً. مجلة اتحاد الجامعات العربية للبحوث

في التعليم العالي، 41(3). 140-121.

30. سعفان، محمد. (2005). البرامج الإرشادية: المفهوم والتطبيق. دار النشر (غير

معروف)

31. سلامة، كمال. (2024). الإرشاد الزواجي: طرائق الاختيار، مشكلات الزواج، تطبيقات

إرشادية. دار دجلة ناشرون وموزعون. عمان - الأردن. ط(1)

32. السلامين، ايمان (2019). التوافق الزواجي وعلاقته بالصحة النفسية لدى النساء

العربيات في شمال فلسطين. رسالة ماجستير. جامعة الخليل. فلسطين.

33. السلمي، ليلي. (2020). التوافق الزواجي وعلاقته بتربية الأولاد. المجلة العربية للعلوم

التربوية والنفسية، 14 (4). 64-39.

34. سليمان، سناء. (2005). التوافق الزواجي واستقرار الأسرة. عالم الكتب.

35. سناجلة، محمد. (2023). أهم 5 تحديات يمكن أن تواجهها في السنة الأولى من

الزواج. نشرت بتاريخ 2023/05/30 على موقع الجزيرة في الرابط التالي:

<https://aja.me/b9hc2b>. تاريخ الوصول للنشرة 2024/06/24

36. الشناوي، محمد محروس؛ عبد الرحمن، محمد السيد. (2010). العلاج السلوكي

الحديث. القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.

37. الشهري، عبد الرحمن والكشكي، مجدة. (2020). التواصل الزوجي وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من النساء في المجتمع السعودي في مرحلة منتصف العمر. مجلة كلية التربية، (أسيوط). 36(12). 347-393.
38. شواشرة، عاطف. (2004). اختبار نموذج سببي للقدرة على حل المشكلات. رسالة دكتوراه. جامعة اليرموك. الأردن
39. صباح، مها. (2017). أثر البرنامج الإرشادي يستند إلى نظرية الإرشاد العقلاني في تطوير مهارات حل المشكلات لدى فئة الشباب المقبلين على الزواج في فلسطين. (رسالة ماجستير). جامعة القدس المفتوحة. فلسطين.
40. ضمرة، جلال. (2021). فاعلية برنامج إرشاد جمعي افتراضي قائم على التعليم النفسي في تحسين الرضا الزوجي لدى عينة من الطلبة الجامعيين المتزوجين خلال جائحة كوفيد-19. مجلة دراسات التربية وعلم النفس
41. العبدلي، سميرة. (2019). استراتيجيات إدارة الصراع بين الزوجين وعلاقتها بالذكاء الانفعالي. مجلة القراءة والمعرفة، ع 215، صفحة 15-67.
42. عبده، ابراهيم. (2022). فاعلية برنامج إرشادي قائم على المناعة النفسية في التواصل الرحيم والرضا الزوجي لدى حديثي الزواج. مجلة كلية التربية، 19(114). 612-672.
43. عربيات، احمد. (2005). فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى استراتيجية حل المشكلات في تخفيف الضغوط النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية. مجلة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية، 17 (2).

44. عطايا، عمرو أحمد. (2020). التواصل الرحيم بين الآباء والأبناء في ضوء بعض

المتغيرات الديمغرافية. مجلة كلية التربية، جامعة بني سويف. كلية الدراسات العليا للتربية-جامعة القاهرة. مصر.

45. علي، محمد. (2022). دور مقترح من منظور طريقة تنظيم المجتمع في التخفيف من

حدة النزاعات الزوجية للمتزوجين حديثا (دراسة مطبقة على مكاتب التوجيه والاستشارات

الاسرية). مجلة قطاع الدراسات الإنسانية، (1) 30، 607-714

46. العنزي، فرحان. (2009). دور أساليب التفكير ومعايير اختيار الشريك وبعض المتغيرات

الديموغرافية في تحقيق مستوى التوافق الزوجي لدى عينة من المجتمع السعودي.

(رسالة دكتوراه غير منشورة). جامعة أم القرى، مكة المكرمة. المملكة العربية السعودية.

47. العتوم، عدنان. (2004). علم النفس المعرفي النظرية والتطبيق. الأردن: دار الميسرة

للنشر والتوزيع والطباعة.

48. عوده، أحمد وملكاوي، فتحي حسن. (1992). أساسيات البحث العلمي في التربية

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

49. الغامدي، أسماء، وسلامة، أمل. (2023). فاعلية برنامج إرشادي وفق نموذج تشابمان

لتحسين الرضا الزوجي لدى عينة من المتزوجات السعوديات. مجلة العلوم التربوية

والإنسانية.

50. غزالة وآخرون. (2022). التوافق الزوجي عند الأساتذة في ضوء بعض المتغيرات (

الجنس، مدة الزواج، السن، السكن). مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، .

<https://asjp.cerist.dz/en/article/184272>

51. فرحان، رقية، والسيد، فاطمة. (2020). دور استراتيجيات حل الخلافات الزوجية والصمود النفسي في التنبؤ بالتوافق الزوجي لدى عينة من المتزوجين السعوديين بمحافظة جدة. مجلة بحوث كلية الآداب، جامعة المنوفية. (31121)، 1-57.
52. القحطاني، منال. (2020). معايير الاختيار الزوجي لدى الطالبات الجامعيات: دراسة تطبيقية على طالبات جامعة الملك عبد العزيز في محافظة جدة. مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر. 39(187). 402-441.
53. القرني، ضيف الله (2019). الاتجاه نحو الحوار الأسري وعلاقته بالتوافق الزوجي لدى عينة من الأزواج في محافظة بلقرن، مجلة كلية التربية، أسيوط- مصر. 35(1)، 253-288.
54. القضاة، إيناس نعيم. (2016). المهارات الزوجية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى المتزوجات حديثاً في مدينة عمان. رسالة ماجستير، جامعة عمان العربية، الأردن.
55. قمر، هنادي (2019). التوافق الزوجي وعلاقته بمعايير اختيار شريك الحياة. مجلة القراءة والمعرفة، 215، 311-336.
56. الكعبي، ابراهيم. (2015). تطوير نموذج لحل الخلافات الأسرية في المجتمع القطري: من منظور مهنة الخدمة الاجتماعية. مجلة دراسات وأبحاث، 19، 467 - 486.
57. لعفيفي، إيمان ولمنور، معروف. (2023). العوامل المؤثرة في تحقيق التوافق الزوجي: (مدخل نظري). مجلة المعيار، 24. 490-502.
58. مرسي، كمال. (1995). العلاقات الزوجية والصحة النفسية في الإسلام. علم النفس، ط 2، الكويت: دار القلم للنشر.

59.المشهدان، وجدة. (2022). مقترح بناء برنامج إرشادي لمواجهة المشكلات الأسرية

الزواجية. المجلة العلمية لكلية التربية، 8(20). 485-509.

60.معهد الدوحة الدولي للأسرة. (2024). دراسة استطلاعية حول (تقييم العلاقات الزوجية

خلال السنوات الخمس الأولى من الزواج في العالم العربي). الدوحة، قطر.

61.المقبالي، إيمان؛ الفواعير، أحمد (2020). أساليب حل الخلافات الزوجية لدى عينة

من المتزوجين في سلطنة عُمان وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلد 69، عدد 6

(2021).

<https://journals.iugaza.edu.ps/index.php/IUGJEPS/article/view/929>

1

62.مقبل، وعد. (2021) التوافق النفسي وعلاقته بأعراض الاضطرابات النفسية لدى عينة

من الأزواج في محافظة بيت لحم. أطروحة دكتوراه. جامعة القدس. فلسطين.

63.المومني وجلابنة. (2023). " أسباب العزوف عن الإنجاب لدى حديثي الزواج في

محافظة عجلون من وجهة نظرهم"، وزارة التربية والتعليم الأردنية، مديرية عجلون،

الأردن. مجلة جامعة الزيتونة الدولية، (15) (29-56)

64.النواجحة. زهير. (2024). القدرة التنبؤية للشخصية الاستباقية بالحب الرحيم لدى

المعلمين المتزوجين العاملين في مدارس وكالة الغوث بخان يونس. مجلة جامعة

الشارقة للعلوم الانسانية والاجتماعية، 21. (4).

65.الهواري، آلاء (2019). التوافق الزوجي والاتصال الأسري لدى عينة من الأزواج الصم

المختلط- دراسة نوعية، (رسالة ماجستير غير منشورة) ، كلية التربية ،الجامعة

الإسلامية، غزة ، فلسطين.

66. الهويدي، زايد، والجمل، محمد. (2006). أساليب الكشف عن المبدعين والمتفوقين

وتنمية التفكير والإبداع. دار الكتاب الجامعي. الإمارات العربية المتحدة.

67. يونس، هايدي والضاي، تغريد والزهرى، فاطمة. (2023) . فاعلية برنامج إرشادي

لإدارة الخلافات الزوجية في ضوء أهداف التنمية المستدامة. مجلة حوار جنوب- جنوب،

6 (19)، 310-350.

1. Ahmed, M. (2019). Psychological adjustment in newlywed couples: An empirical study. *Journal of Family Psychology*, 33(4), 451–460. <https://doi.org/10.1037/fam0000512>
2. Archer, E & Meyer, I. (2021). Applying empathic communication skills in clinical practice: medical students' experiences . South Africa. *Family Practice* . 5244 ,63 doi/10.4102 :safp.v63i1.5244
3. Askari, M.; Noah, S.; Hassan, S.; Baba, M.(2012). Comparison the effects of communication and conflict resolution skills training on marital satisfaction . *International Journal of Psychological Studies*. 4(1). 182.
4. Babrow, Austin. (1992). Communication and Problematic Integration: Understanding Diverging Probability and Value, Ambiguity, Ambivalence, and Impossibility. *Journal of Communication Theory*, Volume 2, Issue 2, May 1992, Pages 95–130, <https://doi.org/10.1111/j.1468-2885.1992.tb00031.x>
5. Bahramian, A.; Kazemi, S.; Javidi, H. A.; Barzegar, M. (2024). The relationship between conflict resolution styles, irrational beliefs and communication patterns with marital conflicts. *Quarterly Journal of Psychological Methods and Models*, 15(55), 1–20
6. Bayne, H.; Neukrug, E.; Hays, D.; Britton, B. (2013). A comprehensive model for optimizing empathy in person-centered care . *Patient Education Counselling*. 93. 209-215.
7. Bélanger, C.; Di Schiavi, M. F.; Sabourin, S.; Dugal, C.; El Baalbaki, G., Lussier, Y. (2014). Self-esteem, coping efforts and marital adjustment. *Europe's Journal of Psychology*, 10(4), 660–671.
8. Bélanger, J. J.; Caouette, J.; Sharvit, K.; Dugas, M. (2014). The psychology of martyrdom: Making the ultimate sacrifice in the name of a cause. *Journal of Personality and Social Psychology*.
9. Bhutia, P., & Lepcha, R. (2023). A study on marital adjustment among the married women residing in rural and urban areas of Sikkim. *The International Journal of Indian Psychology*, 11(3), 273–282. <https://ijip.in/articles/a-study-on-marital-adjustment-among-the-married-women-residing-in-rural-and-urban-areas-of-sikkim>

10. Bodenmann, G & Randall, A. K.,. (2009). The role of stress on close relationships and marital satisfaction. *Clinical Psychology Review*, 29(2), 105–115.
11. Bolt, O. C.; Jones, F; Rudaz, M.; Ledermann, T .; Irons, C. (2019). Self-Compassion and Compassion Towards One's Partner Mediate the Negative Association Between Insecure Attachment and Relationship Quality . *Journal of Relationships Research* ,10 ,e20. doi:10.1017/jrr.2019.17
12. Bovve, J. (2024). The Power of Compassionate Communication. <https://www.thementalwellnesscenter.com/new-blog/2023/9/19/the-power-of-compassionate-communication>
13. Bruser, R. (2011). The Link Between Identity Processing Style and Compassionate Love: Are Mindfulness and Self-Compassion Key Components? University of Northern British Columbia.
14. Burstein DS; Svigos F; Patel A; Reddy NK; Michelson KN; O'Dwyer LC; Linzer M; Linder JA; Victorson D. (2022). A Scoping Review on the Concept of Physician Caring. *Journal of national library Medicine*, 37(12):3134-3146. doi: 10.1007/s11606-021-07382-4.
15. Cameron RA; Mazer BL; DeLuca JM; Mohile SG; Epstein RM. (2015). In search of compassion: a new taxonomy of compassionate physician behaviors. *Journal of Health Expectation*, 18(5):1672-85. doi: 10.1111/hex.12160.
16. Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (fifth Ed.). SAGE Publications.
17. Davidson, R. J.& Harrington, A. (2002). *Visions of Compassion: Western Scientists and Tibetan Buddhists Examine Human Nature*. New York: Oxford University Press.
18. Dobelli, R (2013). *The art of thinking clearly*. Scepter (UK), Farrar. Straus and Giroux (USA).
19. Drollinger, T.; Comer, L. B.; Warrington, P. T. (2006). Development and validation of the active empathetic listening scale. *Journal of Psychology & Marketing*, 23(2), 161-180.
20. Eckstein, Daniel & Grassa, Lucy. (2005). The Non-Violent Relationship Questionnaire (NVRQ). *The Family Journal*, 13. 205-211. 10.1177/1066480704273134

21. Falconer, C. J.; King, K. M.; Vargason, T. (2019). Compassion-focused interventions: Promoting psychological well-being in families. *Journal of Family Therapy*, 41(4), 484-503. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.12221>
22. Folkman, S. & Lazarus, R. S. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(3), 466–475. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.3.466>
23. Garcia, E. (2011). A tutorial on correlation coefficients. <https://pdfs.semanticscholar.org/c3e1/095209d3f72ff66e07b8f3b152fab099edea.pdf>
24. Gesell, N.; Niklas, F.; Schmiedeler, S.; Segerer, R. (2020). Mindfulness and romantic relationship outcomes: The mediating role of conflict resolution styles and closeness .*Mindfulness*. **2324-2314** ,11 , <https://doi.org/10.1007/s12671-020-01449-9>
25. Goetz JL; Keltner D; Simon-Thomas E. (2010). Compassion: an evolutionary analysis and empirical review. *Psychological Bulletin*, 136 (3):351-74. doi:10.1037/a0018807.
26. Gottman, J. M. (1994). What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes. *Journal of Family Psychology*, 8(3), 273-288
27. Hayes, P. (2023). *Nonviolent Communication: The Power of Compassionate Listening*. (n.p.): Phoenix Hayes.
28. Hendrick, S. S.; Dicke, A.; Hendrick, C. (1998). The Relationship Assessment Scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15 (1), 137 -142. <https://doi.org/10.1177/0265407598151009>
29. Heppner, P. & Peterson, C. (1982). The Development and Implication of Personal Problem- Solving Inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 29(1), 66-75.
30. Ilie, O. A. & Metea, I. G. (2015). Empathic and Assertive Communication. Efficient Communication Developments. In *International Conference KNOWLEDGE-BASED ORGANIZATION*. 21(1). 214-217.
31. Jacob, J. G.; John, R., George; A. J.; Eslavath, R. (2024). Compassionate communication: A scoping review. *Frontiers in Communication*, 8, Article 1294586. <https://doi.org/10.3389/fcomm.2023.1294586>

32. Kallet, M. (2014) Think smarter: critical thinking to improve problem-solving and decision-making skills. Publisher by John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey USA
33. Kanov, J. M.; Maitlis, S.; Worline, M. C.; Dutton, J. E.; Frost P. J.; Lilius, J. M. (2004). Compassion in organizational life . American Behavioral Scientist. SAGE Publications, 47. **808- 827**. <https://doi.org/10.1177/0002764203260211>
34. Kashtan, M. & Maver, D. (2008). Working for Peace without Recreating War. Duke University Press, 23 (2), 30-65. <https://muse.jhu.edu/article/593018>.
35. Lederman, N. G. & Lederman, J. S. (2019). Teaching and learning nature of scientific knowledge: Is it déjà vu all over again? Disciplinary and Interdisciplinary Science Education Research, (1). 6. <https://doi.org/10.1186/s43031-019-0002-0>
36. Lederman, N. G.; Abd-El-Khalick, F.; Lederman, J. S. (2020). Avoiding de-natured science: Integrating Nature of science into science instruction. Philosophy, history and education teaching (pp. 295–326). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-57239-6_17
37. Markman, H. J.; Renick, M. J.; Floyd, F. J.; Stanley, S. M.; Clements, M. (1993). Preventing marital distress through communication and conflict management training: A 4-and 5-year follow-up. Journal of consulting and clinical psychology, 61(1), 70.
38. Martela, F.; Paakkanen, M. ; Hakanen, J.; Uusitalo, L.; Pessi, A. (2020). Awakening compassion in managers—a new emotional skills intervention to improve managerial compassion. Journal of Business and Psychology, 18, 1–14. <https://doi.org/10.1007/s10869-020-09723-2>
39. Mascaro, J. S.; Florian, M. P.; Ash, M. J.; Palmer, P. K.; Frazier, T.; Condon, P. (2020). Ways of knowing compassion: How do we come to know, understand, and measure compassion when we see it?. Frontiers in Psychology, 11. 241-547
40. Miller, K. I. (2007). Compassionate communication in the workplace: exploring processes of noticing, connecting, and responding . Journal in Applied Communication, Research, 35, 223-245.
41. Museux, A. C.; Dumont, S.; Careau, E.; Milot É. (2016). Improving interprofessional collaboration: the effect of training in nonviolent communication . Journal of Social Work Health Care, 55. 427-439.

42. Neff, K. & Germer, C. (2017). Self-Compassion and Psychological Well-being. In Emma M. Seppälä, and others (eds). The Oxford Handbook of Compassion Science. Oxford Library of Psychology. online edition. Oxford Academic. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780190464684.013.27>,
43. Öztürk A & Kaçan H. (2022) Compassionate communication levels of nursing students: Predictive role of empathic skills and nursing communication course. *Perspective Psychiatry Care*, 58(1):248-255.
44. Patel, N. (2023). A comparative analysis of marital adjustments among working and non-working, rural and urban women. *International Education and Research Journal (IERJ)*, 9(5), 55–58. <https://ierj.in/journal/index.php/ierj/article/view/2731>
45. Peterson, G.; Sampson, J.; Lenz, J.; Reardon, R. (2003). Core Concepts of A Cognitive Approach to Career Development and Services. Center for the study of Technology in Counseling and Career. Development University Center, Florida State University Tallahassee.
46. Peterson, G.; Sampson, J; Lenz, J.; Reardon, R. (2002). A Cognitive Information Processing Approach to Career Problem Solving and Decision Making. In: D. Brown (Ed). *Career Choice and Development*, (pp. 312-369), San Francisco: Jossey-Bass.
47. Rosenberg, M. & Eisler, R. (2003). Life-enriching education: Nonviolent communication helps schools improve performance, reduce conflict, and enhance relationships. Puddle Dancer Press.
48. Rosenberg, M. B. (2015). *Nonviolent communication: A language of life* (3rd ed.). Puddle Dancer Press.
49. SadeghiFard, M.; Samavi, A.; & Mohebbi, S. (2016). The Relationship Between Problem-Solving Skills and Conflict Resolution Styles with Marital Intimacy and Compatibility Among Couples. *Academic journal of psychological studies*, 5(1), 20-32.
50. Salazar, L. R. (2013). Communicating with compassion: The exploratory factor analysis and primary validation process of the compassionate communication scale. Arizona State University.
51. Santrock, J. W; Minnett, A. M.; Vandell, D. L. (1983). The effects of sibling status on sibling interaction: Influence of birth order, age spacing, sex of child,

- and sex of sibling. *Journal of Child Development*, 54(4), 1064–1072. <https://doi.org/10.2307/1129910>
52. Skinner, BF. (1984). Methods and theories in the experimental analysis of behavior. *Behavioral and Brain Sciences*. 7(4), 511-523. doi:10.1017/S0140525X00026996
 53. Stevens F & Taber K. (2021) The neuroscience of empathy and compassion in pro-social behavioral Neuropsychological. doi: 10.1016/j.neuropsychologia.2021.107925.
 54. Stevens F, Taber K. The neuroscience of empathy and compassion in pro-social behavior. *Neuropsychologia*. 2021 Aug 20;159:107925. doi: 10.1016/j.neuropsychologia.2021.107925. Epub 2021 Jun 26. PMID: 34186105.
 55. Strekalova, Y. A.; Kong, S.; Kleinheksel, A. J.; Gerstenfeld, A. (2019). Gender differences in the expression and cognition of empathy among nursing students: an educational assessment study .*Nurse Education Today*. 81-1-6. doi: 10.1016/j.nedt.2019.04.004.
 56. Suarez, A.; Lee, D. Y.; Rowe, C.; Gomez, A. A.; Murowchick, E.; Linn, P. L. (2014). Freedom project: Nonviolent communication and mindfulness training in prison. *Sage Open*, 4(1), 2158244013516154.
 57. Suzić, N. ; Maric, T. ; Malešević, D. (2018). Effects of Nonviolent Communication Training Program On Elementary School Children. *Arctic*. 71 (8). 35 - 62.
 58. Tetreault, N. (2023). Compassionate Communication: How Do We Practice? Medium. Retrieved from <https://medium.com/@AwesomeNeuro/compassionate-communication-how-do-we-practice-2703f3a1e7a8>
 59. Tsuchida, A. & Fellows, L. K. (2012). Are you upset? Distinct roles for orbitofrontal and lateral prefrontal cortex in detecting and distinguishing facial expressions of emotion. *Cerebral cortex*, 22(12), 2904-2912.
 60. Uğur, N. G.; & Genc, Z. (2023). Phubbing and marital satisfaction: Mediating role of communication quality. *Computers in Human Behavior*. National Library of Medicine, 143, 107699. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107699>

61. Way, D., & Tracy, S. J. (2012). Conceptualizing compassion as recognizing, relating and (re)acting: A qualitative study of compassionate communication at hospice. *National Communication Monographs*, 79(3), 292–315.
<https://doi.org/10.1080/03637751.2012.697630>
62. Wolff-Berman, L. (2021). The first five years: Dynamics of newlywed relationships. *Family Relations Journal*, 70(2), 123–137.
<https://doi.org/10.1111/fare.12567>

قائمة الملاحق

أ. أدوات الدراسة قبل التحكيم

ب. قائمة أسماء المحكمين

ت. أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكومترية

ث. كتب تسهيل مهمة

ج: خطة مقترحة للبرنامج الارشادي

الملحق (أ) أدوات الدراسة قبل التحكيم



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا

برنامج دكتوراه الإرشاد النفسي والتربوي

الأستاذة/، الدكتور/، السيد/ة..... الفاضل/ة

تحية طيبة وبعد:

فتقوم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان "درجة اسهام التواصل الرحيم وحل المشكلات في التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثا في فلسطين، ومقترح برنامج ارشادي لتحسينه "وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراة في الارشاد النفسي والتربوي، ولما كنتم من أهل العلم والدراسة والاهتمام في هذا المجال، فإنني أتوجه إليكم لإبداء آرائكم وملاحظاتكم القيمة في تحكيم فقرات مقاييس الدراسة الحالية، من حيث مناسبتها لقياس ما وضعت لقياسه، ووضوح الفقرات، وسلامة صياغتها اللغوية، وإضافة أي تعديل مقترح ترونه مناسباً، من أجل إخراجها بالصورة المناسبة لتحقيق أهداف الدراسة.

مع بالغ شكري وتقديري،

الباحث: أ. منيرفا صليباً قسيس جرابلس

بإشراف: أ. د. حسني محمد عوض

بيانات المحكم			
الاسم:		التخصص:	
الدرجة العلمية:		الجامعة:	
رقم الهاتف أو البريد الإلكتروني:			

القسم الأول: البيانات والمعلومات الأولية

نوع الشريك		زوج		زوجة
مكان السكن	مدينة		قريبة	
	مخيم			
مستوى التعليم	توجيهي فأقل		دبلوم	
	بكالوريوس		ماجستير فأعلى	
العمر				

القسم الثاني: مقاييس الدراسة:

أولاً-مقياس التواصل الرحيم:

يعرف التعلق التواصل الرحيم: "القدرة على التعرف على معاناة الآخرين ومن ثم اتخاذ الإجراءات اللازمة للمساعدة، فالرحمة تجسد تعبيراً ملموساً عن الحب لأولئك الذين يعانون؛ ويتجاوز التواصل الرحيم الكلمات المجردة، بل أنه طريقة للتواصل مع الآخرين على مستوى أعمق لتعزيز التفاهم، حل النزاعات ورعاية العلاقات (Bovve, 2024: 98). سيُطور هذا المقياس بالاستناد إلى الأدب التربوي ومجموعة من الدراسات العربية والأجنبية التي استخدمت مقياس التواصل الرحيم مثل دراسة سالازار (Salazar, 2013)، ودراسة (عبدة، 2020) ودراسة عطايا (2020) ودراسة إيكشتاين وغراسا (Eckstein & Grassa, 2005)، بهدف استخدامه أداة موضوعية في تشخيص التواصل الرحيم لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين. وبناءً على ذلك، صيغت فقرات المقياس في صورته الأولية. وقد شمل المقياس في صورته الأولية (34) فقرة موزعة على أربعة أبعاد تُصحح كالآتي: تنطبق بدرجة كبيرة جداً (5) درجات، تنطبق بدرجة كبيرة (4) درجات، تنطبق بدرجة متوسطة (3) درجات، تنطبق بدرجة قليلة (2) درجة، لا تنطبق أبداً (درجة واحدة).

الرقم	اتجاه الفقرة	الفقرة	ملاءمة الفقرة	صياغة الفقرة	التعديل المقترح إن وجد
			ملائمة	غير ملائمة	غير مناسبة
المجال الأول: الرسالة الرحيمة: وهي تمثيل لألية التواصل عبر الرسائل النصية والمكتوبة والاتصالات بهدف الاطمئنان والدعم					
1	+	أقوم بتكرار الاتصال للاطمئنان عليه/ا			
2	+	أرسل له/ا رسائل نصية مشجعة له			
3	+	أرسل له/ا رسالة نصية للاطمئنان عليه/ا والتأكد من أنه/ا بخير			
4	+	أرسل له/ا رسالة تحتوي على اقتباس ملهم			
5	+	أرسل له/ا الورود والهدايا بهدف دعمه عاطفياً			
المجال الثاني: الحديث الرحيم: وهو تمثيل لطبيعة الحديث الهادئ المتضمن لمعاني الدعم والتعاطف					
6	+	أدعمه/ا عاطفياً بأفضل ما أستطيع			

7	+	أجعله/ يعرف/ تعرف أنني أحبه/					
8	+	أجعله/ يعرف/ تعرف أنني أهتم به/					
9	+	أحاول أن أجعله/ يضحك/ تضحك					
10	-	أمنحه/ الكثير من التواصل البصري حتى يعلم/ تعلم أنني أستمع إليه/					
11	+	أستمع إلى قصته/ كاملة					
12	+	أطمئنه/ أن هذا ليس خطأه/					
13	+	أمدحه/ على نقاط قوته/					
14		أدعه/ يعبر/ تعبر عن مشاعره/ أو مخاوفه/ لي					
15		أدعه/ يعرف أنني سأستمع له/ إذا كان/ت بحاجة إلى التحدث					
16		أظهر الموافقة بالإيماء برأسي عندما يتحدث/ تتحدث					
17		أدعه/ يعرف/ تعرف أنه/ ليس/ت وحده/					
18		أطمئنه/ بأن كل شيء سيكون على ما يرام					
19		أطمئنه/ أنه/ قوي/ بما يكفي للتعامل مع هذا الأمر					
20		أدعه/ يعرف/ تعرف أنني سأحتفظ به/ في أفكاري					
المجال الثالث: اللمسة الرحيمة: المتمثلة باللامسة الجسدية المحبة المتعاطفة والمساندة للزوج/ة							
21	+	أقضي بعض الوقت معه/ حتى عندما أكون مشغولا					
22	+	أعانق زوجي/زوجتي					
23	+	أمسك يديه أثناء تعبيره عن مشاعر					
24	-	أضع يدي على كتفه/ لأشعاره باني اتعاطف معه/ وأنه ليس وحيدا					
25	+	أركز على نبرة الصوت الملائمة للحالة الانفعالية لزوجي/زوجتي					
26	+	أقبل شريكي وما يشعر به كما هو بلا حكم					
27	+	أفعل شيئا يفرحه					
المجال الرابع: الرعاية الصحية الرحيمة: المتمثلة في العناية بالجانب الصحي للزوج/ة							
28	-	أسهر على رعاية زوجي/زوجتي أثناء مرضه/					
29	+	أساند زوجي/زوجتي أثناء مرضه/					
30	+	أقوم ببعض مسؤوليات زوجي/زوجتي أثناء مرضه/					
31	-	أرافق زوجي/زوجتي إلى المتابعات الصحية مع الطبيب					
32	-	أحرص على إعطاء الدواء لزوجي/زوجتي أثناء المرض					
33	-	أتنازل عن بعض مطالبتي واحتياجاتي من زوجي/زوجتي إذا لم يكن قادر صحيا					
34	+	أكون موجودا معه/ عندما يحتاج/ تحتاج إلى مساعدتي					

ثانياً: مقياس حل المشكلات: تعرف حل المشكلات أنها "مجموعة معقدة من عمليات التفكير المتضمنة للاعتراف بحالة التردد عند اتخاذ قرارا معينا، وتحليل الأسباب لذلك مع توضيح البدائل المختلفة للحل مع اختيار أحدها لمحاولة تحقيق أكبر قدر ممكن من حالة التأكد وعدم التردد (Petersen et al., 2002:23). وسيطور هذا

المقياس بالاستناد إلى مقياس حل المشكلات ل (هبر وسبنسر، 1982) والمستخدم في دراسة (موسى، 2022)، بهدف استخدامه أداة موضوعية في تحديد مستوى حل المشكلات في الدراسة الحالية. وبناءً على ذلك، صيغت فقرات المقياس في صورته الأولى. وقد شمل المقياس في صورته الأولى (40) فقرة، تُصحح كالاتي: تنطبق تماماً (5) درجات، تنطبق كثيراً (4) درجات، تنطبق لحد ما (3) درجات، تنطبق قليلاً (2) درجة، لا تنطبق (درجة واحدة).

الرقم	اتجاه الفقرة	الفقرة	ملاءمة الفقرة		صياغة الفقرة		التعديل المقترح إن وجد
			ملائمة	غير ملائمة	مناسبة	غير مناسبة	
1	+	أنظر إلى المشكلات كشيء طبيعي في حياة الإنسان.					
2	+	أعمل على جمع المعلومات حول المشكلة التي أواجهها.					
3	+	أفكر بالجوانب الإيجابية والسلبية لجميع الحلول المقترحة.					
4	+	أفكر بجميع البدائل التي قد تتناسب في حل المشكلة.					
5	-	أركز انتباهي على النتائج الفورية للحل وليس على النتائج البعيدة.					
6	+	أعتقد أن لدي القدرة على التعامل مع جميع مشكلات الحياة اليومية.					
7	+	أحاول تحديد المشكلة بوضوح.					
8	-	أجد صعوبة في التفكير حول إيجاد حلول متعددة للمشكلة					
9	+	أحصر تفكيري بالجوانب الإيجابية للحل الذي أميل إليه					
10	-	أختار الحل الأسهل بغض النظر عما يترتب على هذا الاختيار.					
11	+	أستعين بأسلوب منظم في مواجهة المشكلات.					
12	+	عندما أشعر بوجود مشكلة فإن أول شيء أفعله هو التعرف على ماهية المشكلة بالضبط.					
13	+	أجد تفكيري منحصر في حل واحد للمشكلة.					
14	+	أحصر تفكيري بالجوانب السلبية للحل الذي لا أميل إليه.					
15	+	أحرص على تقييم الحلول بعد تجربتها في الواقع.					
16	+	أجد هناك صعوبة في تنظيم أفكارني عندما تواجهني مشكلة.					
17	+	أحرص على استخدام عبارات محددة عند وصف المشكلة.					
18	+	أجد نفسي منفجلاً تجاه مشكلة إلى درجة تعيق قدرتي على التفكير.					
19	+	أحاول التنبؤ بما سوف تكون عليه النتائج قبل أن أختار حلاً معيناً لها.					
20	+	أعيد النظر في الحلول بعد تطبيقها بناء على مدى نجاحها.					
21	-	عند مواجهة مشكلة فإنني أتصرف دون أي تفكير					
22	+	أتفحص العناصر المختلفة للموقف المُسبب للمشكلة.					
23	+	أقوم بطرح بعض الأسئلة على الآخرين لمعرفة آرائهم للتعرف على الاحتمالات المختلفة لحل المشكلة.					

24	-	أختار الحل الذي يرضي الآخرين بغض النظر عن فاعليته تجاه حل المشكلة.					
25	+	عندما يكون حلي للمشكلة غير ناجح أسعى دائماً لمعرفة سبب ذلك.					
26	-	أحرص على تأجيل التفكير في أية مشكلة تواجهني.					
27	-	عندما تواجهني مشكلة لا أعرف بالضبط كيف أحدها.					
28	+	لدي القدرة على التفكير بحلول جديدة لأي مشكلة.					
29	+	أفكر بما يمكن أن يترتب على الحل في المدى القريب أو البعيد.					
30	-	أصر دائماً على تنفيذ الحل الذي توصلت إليه حتى عندما يظهر لي فشله في حل المشكلة.					
31	-	أتجنب التحدث في الموضوع الذي تواجهني فيه المشكلة.					
32	-	لا أعرف كيف أصف المشكلة التي أواجهها.					
33	+	عندما تواجهني مشكلة أفكر بالحلول الممكنة قبل أن أختار واحداً منهم.					
34	+	أضع خطة لتنفيذ الحلول المناسبة للمشكلة.					
35	-	أشعر بالغضب والعصبية عندما أجد أن الحل الذي توصلت إليه كان فاشلاً.					
36	+	أشعر باليأس إذا واجهتني أي مشكلة					
37	-	عندما تواجهني مشكلة لا أعرف من أين أبدأ بحلها.					
38	-	عندما تواجهني مشكلة فإنني أستعين بأول فكرة تخطر في عقلي في حلها.					
39	+	عندما تواجهني مشكلة فإنني أختار الحل الأكثر احتمالاً للنجاح.					
40	-	عندما تواجهني مشكلة فإنني لا أشغل تفكيري بتقييم الحلول التي أتوصل إليها					

ثانياً - مقياس التوافق الزوجي: يعرف التوافق الزوجي أنه "مجموعة من السلوكيات والتصورات التي يستخدمها الزوجان من أجل التعامل مع متطلبات الحياة الزوجية الداخلية والخارجية المفروضة عليهما ومدى التعاون بينهما ، والاتفاق بينهما على الأدوار الأساسية لكل منهما (Belanger et.al, 2014)" وسيطور هذا المقياس بالاستناد إلى مقياس التوافق الزوجي لهيندريك (Hendrick,1988) وهي نسخة مطورة من مقياس سبينر (Spainier, 1967) الأكثر انتشاراً والمستخدم في دراسة (المقبالي والفواير، 2020)، بهدف استخدامه أداة موضوعية في تحديد مستوى التوافق الزوجي في الدراسة الحالية. وبناءً على ذلك، صيغت فقرات المقياس في صورته الأولى. وقد شمل المقياس في صورته الأولى (7) فقرات ولها تدرج خماسي كالآتي، تُصحح كالآتي: كبيرة جداً (5) درجات، كبيرة (4) درجات، متوسطة (3) درجات، قليلة (2) درجة، قليلة جداً (درجة واحدة).

الرقم	اتجاه الفقرة	الفقرة	ملاءمة الفقرة		صياغة الفقرة		التعديل المقترح إن وجد
			ملائمة	غير ملائمة	مناسبة	غير مناسبة	
1	+	ما مدى تلبية شريك حياتك لاحتياجاتك؟					
2	+	ما مدى رضاك عن علاقتك عموماً؟؟					
3	+	ما مدى جودة علاقتك مقارنة مع الأغلبية؟					
4	+	كم مرة تمنيت أنك لم تبدأ بهذه العلاقة؟					
5	+	إلى أي مدى توافقت علاقتك مع توقعاتك؟					
6	-	ما درجة حبك لشريك حياتك؟					
7	-	كم عدد المشاكل الموجودة في حياتك؟					

مع بالغ الشكر والتقدير

الباحثة

المصادر والمراجع

أبو موسى، سمية. (2022). مجلة المواقف للبحوث والدراسات في المجتمع والتاريخ. مجلد 17 (عدد خاص). كانون الأول 2022.

عبده، إبراهيم. (2022). فاعلية برنامج إرشادي قائم على المناعة النفسية في التواصل الرحيم والرضا الزوجي لدى حديثي الزواج. مجلة كلية التربية. 19(114). 612-672.

https://jfe.journals.ekb.eg/article_249664_4c3fafc391ccc938eabc6fe4b18b12f.pdf

عطايا، عمرو رمضان معوض أحمد. (2020). التواصل الرحيم بين الآباء والأبناء في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية. مجلة كلية التربية - جامعة بني سويف. كلية الدراسات العليا للتربية - جامعة القاهرة.

المقبالي، إيمان؛ الفواعير، أحمد (2020). أساليب حل الخلافات الزوجية لدى عينة من المتزوجين في سلطنة عُمان وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلد 69، عدد 6 (2021).

<https://journals.iugaza.edu.ps/index.php/IUGJEPS/article/view/9291>

Bélanger, J. J., Caouette, J., Sharvit, K., & Dugas, M. (2014). The psychology of martyrdom: Making the ultimate sacrifice in the name of a cause. Journal of Personality and Social Psychology.

Bovve, Jenn. (2024). The Power of Compassionate Communication. <https://www.thementalwellnesscenter.com/new-blog/2023/9/19/the-power-of-compassionate-communication>

Eckstein, Daniel & Grassa, Lucy. (2005). the Non-Violent Relationship Questionnaire (NVRQ). The Family Journal. 13. 205-211. 10.1177/1066480704273134

- Hendrick, S. S., Dicke, A., & Hendrick, C. (1998). The Relationship Assessment Scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(1), 137–142. <https://doi.org/10.1177/0265407598151009>
- Neff, K. & Germer, C. (2017). Self-Compassion and Psychological. In E. M. Seppälä, E. Simon-Thomas, S. L. Brown, M. C. Worline, C. D. Cameron & J. R. Doty (Eds.), *The Oxford Handbook of Compassion Science* (pp. 371-383). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780190464684.013.27>
- Peterson, G. Sampson, J. Lenz, J. and Reardon, R. (2002). A Cognitive Information Processing Approach to Career Problem Solving and Decision Making. In: D. Brown (Ed), *Career Choice and Development*. (pp. 312-369), San Francisco: Jossey-Bass.
- Salazar, L. R. (2013). Communicating with compassion: The exploratory factor analysis and primary validation process of the compassionate communication scale. Arizona State University.

ملحق (ب)

قائمة أسماء المحكمين والمحكمات للمقاييس الخاصة بالدراسة

الرقم	الاسم	التخصص	الدرجة العلمية	مكان العمل
1.	محمد أحمد شاهين	إرشاد نفسي وتربوي	أستاذ دكتور	جامعة القدس المفتوحة - رام الله
2.	أحمد عبد الطيف أبو اسعد	ارشاد نفسي	أستاذ دكتور	جامعة مؤتة - الأردن
3.	كمال عبد الحافظ سلامة	ارشاد نفسي وتربوي	أستاذ دكتور	جامعة القدس المفتوحة - رام الله
4.	جولتان حسن حجازي	علم نفس	أستاذ دكتور	جامعة فلسطين التقنية - خضوري - طولكرم
5.	رحاب عارف السعدي	صحة نفسية	أستاذ دكتور	جامعة الاستقلال - أريحا
6.	معصم "محمد عزيز" مصلح	مناهج وطرق تدريس	أستاذ دكتور	جامعة القدس المفتوحة - رام الله
7.	إبراهيم المصري	الارشاد النفسي والتربوي	أستاذ مشارك	جامعة الخليل - الخليل
8.	ناصر عبد الناصر سويطي	فلسفة التربية - تخصص علم نفس	أستاذ مشارك	جامعة الخليل - الخليل
9.	أحمد فايز فسفوس	علم نفس عصبي اكلينيكي	أستاذ مشارك	جامعة بيت لحم - بيت لحم
10.	كامل حسن كتلو	علم النفس / صحة نفسية	أستاذ مشارك	جامعة الخليل - الخليل
11.	تمارا عيسى مصلح	علم النفس التربوي	أستاذ مساعد	جامعة دار الكلمة - بيت لحم
12.	رشيد عرار	علم النفس	أستاذ مساعد	جامعة فلسطين الأهلية - بيت لحم
13.	ليلى حرز الله	صحة نفسية وإرشاد	أستاذ مساعد	الجامعة العربية الأمريكية - جنين
14.	محمد بريغيث	علم نفس اكلينيكي	أستاذ مساعد	جامعة بيت لحم - بيت لحم
15.	محمود محمد حماد	علم الاجتماع	أستاذ مساعد	جامعة فلسطين الاهلية - بيت لحم



جامعة القدس المفتوحة
عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي
برنامج دكتوراه الإرشاد النفسي والتربوي

ملحق (ت)

أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكومترية

عزيزتي الزوجة/ عزيزي الزوج

تحية طيبة وبعد:

فتقوم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان "درجة إسهام التواصل الرحيم وحل المشكلات في التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين، ومقترح برنامج إرشادي لتحسينه" وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراه في الإرشاد النفسي والتربوي، وقد وقع عليك الاختيار لتكون ضمن عينة الدراسة. لذا، أرجو منك التعاون في تعبئة هذه الاستبانة بما يتوافق مع وجهة نظرك، علماً بأن بيانات الدراسة هي لأغراض البحث العلمي فقط، وسيراعى الحفاظ على سريتها، ولا يطلب منك كتابة اسمك أو ما يشير إليك، شاكرين لك حسن تعاونك.

مع بالغ شكري وتقديري،

الباحث: أ. منيرفا صليباً قسيس جريسة

بإشراف: أ. د. حسني محمد عوض

القسم الأول: البيانات والمعلومات الأولية

زوجة		زوج		يعبئ الاستمارة
35 فأكثر	30 - 34	25 - 29	19 - 24	العمر
مخيم		قرية	مدينة	مكان السكن
دبلوم عالي / ماجستير فأعلى	بكالوريوس	دبلوم	توجيهي فأقل	المستوى التعليمي

القسم الثاني: مقاييس الدراسة:

أولاً: مقياس التواصل الرحيم:

يُعرف التواصل الرحيم: أنه "القدرة على التعرف إلى معاناة الآخرين ومن ثم اتخاذ الإجراءات اللازمة للمساعدة، فالرحمة تجسد تعبيراً ملموساً عن الحب لأولئك الذين يعانون؛ ويتجاوز التواصل الرحيم الكلمات المجردة، بل أنه طريقة للتواصل مع الآخرين على مستوى أعمق لتعزيز التفاهم، حل النزاعات ورعاية العلاقات" (Bove, 2024: 98).

الرقم	الفقرة	تنطبق بدرجة كبيرة جداً	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة قليلة	لا تنطبق أبداً
1.	أقوم بتكرار الاتصال هاتفياً للاطمئنان عليه/					
2.	أرسل له/ رسالة نصية للاطمئنان عليه/					
3.	أرسل له/ رسالة نصية مشجعة له/					
4.	أرسل له/ أبيات شعرية معبرة وملهمة					
5.	أرسل له/ أغنية ذات معنى مشجع أو ملهم					
6.	أرسل له/ فيديو مشجعة وملهمة					
7.	أحرص على ارسال رسائل تحتوي على اقتباسات تمده بالقوة					
8.	أحرص على تضمين رسائلي لرسومات مشجعة ومحبه (emoji)					
9.	أرسل له/ الورود تعبيراً عن محبتي					
10.	أحرص على ارسال الهدايا في مناسبات خاصة ندعمه/ ومساندته/					
11.	أشعره بعاطفتي تجاهه					
12.	أعبر عن حبي له/					
13.	أؤكد له أنه محور / مركز اهتمامي					
14.	أحرص أن أجعله سعيداً طوال الوقت					
15.	أتواصل بصرياً معه/ حتى يشعر بالاهتمام					
16.	أصغي إلى حديثه باهتمام					
17.	أثناء الحديث، أركز على إبراز نقاط قوته/					
18.	أترك له المجال للتعبير عن مشاعره/ لي					
19.	أظهر له/ الاهتمام بإيماءات الوجه					
20.	أدعه/ يعرف/ تعرف بأنني اسانده وأنه/ ليس/ت وحده/					

					أطمئنه/ أن كل شيء سيكون على ما يرام	21.
					أشجعه/ ليكون/ تكون قوي/ة للتعامل مع الموقف الذي يواجهه	22.
					أدعه/ يعلم انه محور تفكيره	23.
					أهتم أن تكون نبرة صوتي متعاطفة في أثناء الحديث معه/	24.
					أحاول أن اقضي وقتًا كافيًا بجانبه/	25.
					اعانق زوجي/ زوجتي	26.
					امسك يديه/ أثناء تعبيره/ عن مشاعره/	27.
					أدعمه/ عاطفيًا بتقبيل يده بهدف دعمه/	28.
					أدعمه/ عاطفيًا بتقبيل رأسه/ بهدف دعمه/	29.
					أضع يدي على كتفه/ لطمأنته/ (لأشعره/)	30.
					بتعاطفي معه/ (بوجودي بجانبه/)	
					عموماً أتقبل زوجي/ زوجتي كما هو/ي	31.
					أحرص على أن اعمل شيئاً لإسعاده/	32.
					اسهر على رعاية زوجي/زوجتي أثناء مرضه/	33.
					أساند زوجي/زوجتي أثناء مرضه/	34.
					أقوم ببعض مسؤوليات زوجي/زوجتي أثناء مرضه/.	35.
					أرافق زوجي إلى الطبيب لمتابعة وضعه/ت الصحي	36.
					أحرص على تذكير و/أو إعطاء الدواء لزوجي أثناء المرض.	37.
					أتنازل عن بعض مطالبتي واحتياجاتي من زوجي/زوجتي إذا لم يكن قادر صحياً.	38.
					أحرص على الحضور معه بهدف مساعدته/ وتلبية احتياجاته	39.

ثانياً: مقياس حل المشكلات: تعرف حل المشكلات بأنها "مجموعة معقدة من عمليات التفكير المتضمنة للاعتراف بحالة التردد عند اتخاذ قرارا معيناً، وتحليل الأسباب لذلك مع توضيح البدائل المختلفة للحل مع اختيار أحدها لمحاولة تحقيق أكبر قدر ممكن من حالة التأكد وعدم التردد (Petersen et al., 2002:23).

الرقم	الفقرة	تنطبق بدرجة كبيرة جداً	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة قليلة	لا تنطبق أبداً
1	أنظر إلى المشكلات على أنها حدث طبيعي في حياة الإنسان.					
2	أعمل على جمع المعلومات حول المشكلة التي أواجهها.					
3	أفكر بالجوانب الإيجابية والسلبية لجميع الحلول المقترحة لحل المشكلة.					
4	أركز انتباهي على النتائج اللحظية للحل وليس على النتائج بعيدة المدى.					
5	أحدد المشكلة التي أواجهها بوضوح.					
6	أواجه صعوبة في إيجاد أكثر من حل للمشكلة التي أواجهها					
7	أحصر تفكيري بالجوانب الإيجابية للحل الذي أميل إليه.					
8	أختار الحل الأسهل بغض النظر عن نتائج هذا الاختيار.					
9	أستعين بأسلوب منظم في مواجهة المشكلات.					
10	أجد تفكيري منحصر في حل واحد فقط للمشكلة.					
11	أحصر تفكيري بالجوانب السلبية للحل الذي لا أميل إليه.					
12	أحرص على تقييم الحلول بعد تجربتها في الواقع.					
13	أجد صعوبة في تنظيم أفكاري عندما تواجهني مشكلة.					
14	أستخدم عبارات دقيقة عند وصف المشكلة التي أواجهها.					
15	أجد نفسي منفجلاً تجاه المشكلة إلى درجة تعيق قدرتي على التفكير.					
16	أحاول التنبؤ بما سوف تكون عليه النتائج قبل اختيار الحل.					
17	أعيد النظر في الحلول بعد تطبيقها بناء على مدى نجاحها.					
18	أتصرف دون أي تفكير عند مواجهة أي مشكلة					
19	أتفحص العناصر المختلفة للموقف المسبب للمشكلة.					

					20	استشير ذوي الخبرة بهدف إيجاد حل للمشكلة.
					21	أختار الحل الذي يرضي الطرف الآخر بغض النظر عن فاعليته في حل المشكلة.
					22	أسعى لمعرفة أسباب عدم نجاحي في حل المشكلة
					23	أؤجل التفكير بأي مشكلة تواجهني
					24	لدي القدرة على التفكير ببدائل جديدة لحل المشكلة.
					25	أصر على تنفيذ الحل الذي اخترته بالرغم حتى لو تبين لي عدم نجاحه في حل المشكلة.
					26	أتجنب نقاش مشكلتي مع الآخرين
					27	أضع خطة لتنفيذ الحلول المناسبة للمشكلة.
					28	يسيطر عليّ الغضب عندما أجد أن الحل الذي توصلت إليه كان غير مناسب
					29	يسيطر عليّ اليأس عندما تواجهني أي مشكلة.
					30	أجد صعوبة في معرفة من أين أبدأ في حل المشكلة.
					31	أستخدم أول فكرة تخطر في عقلي لحل المشكلة التي تواجهني.
					32	عندما تواجهني مشكلة أختار الاحتمال الأكثر ملائمة لحلها.
					33	عندما تواجهني مشكلة فإنني لا أشغل تفكيري بتقييم الحلول التي أتوصل إليها
					34	أتجنب التحدث في العوامل المسببة للمشكلة التي أواجهها

ثالثاً: مقياس التوافق الزوجي: يعرف التوافق الزوجي أنه "مجموعة من السلوكات والتصورات التي يستخدمها الزوجان من أجل التعامل مع متطلبات الحياة الزوجية الداخلية والخارجية المفروضة عليهما ومدى التعاون بينهما والاتفاق بينهما على الأدوار الأساسية لكل منهما (Belanger et.al, 2014)".

الرقم	الفقرة	تنطبق بدرجة كبيرة جداً	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة قليلة	لا تنطبق أبداً
1	يلبي زوجي/ زوجتي احتياجاتي المختلفة.					
2	أنا راض عن علاقتي بزوجي/ زوجتي.					
3	أجد أن جودة علاقتي بزوجي/ زوجتي جيدة مقارنة مع بقية المتزوجين في محيطي الاجتماعي.					
4	تمنيت لو أنني لم أخض هذه العلاقة.					
5	توافقت علاقتي مع زوجي/ زوجتي مع توقعاتي الأصلية.					
6	لدي تردد تجاه محبتي لزوجي/ لزوجتي.					
7	حالياً أواجه مشكلات زواجية في حياتي.					

مع بالغ الشكر والتقدير

الباحثة: أ. منيرفا قسيس جرابسة

ملحق (ث) كتب تسهيل المهمة

Al-Quds Open University

Academic Affairs
Deanship of Graduate Studies
and Scientific Research

Ramallah - P.O. Box 1804 - Postcode: P6058238
Tel: 02/2976240 - 02/2956073
Fax: 02/2963738
Email - Graduate Studies: fgs@qou.edu
Email - Scientific Research: sprgs@qou.edu



جامعة القدس المفتوحة

الشؤون الأكاديمية
عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

رام الله - ص.ب 1804 - الرمز البريدي: P6058238
هاتف: 02/2956073 - 02/2976240
فاكس: 02/2963738
بريد إلكتروني - الدراسات العليا: fgs@qou.edu
بريد إلكتروني - البحث العلمي: sprgs@qou.edu

الرقم: ع د ب / 2025/713

التاريخ: 2025/02/19

قدس الأب ديفيد مييلي المحترم
أمين سر البطيريركية اللاتينية في القدس

تحية وبعد،

تسهيل مهمة

تهديكم عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي في جامعة القدس المفتوحة أطيب التحيات، وبالإشارة إلى الموضوع أعلاه ي/تقوم الطالب/ة (منيرفا صليبا خليل جرابلس)، بإعداد أطروحة دكتوراه في برنامج دكتوراه الإرشاد التربوي والنقسي الموسومة ب: (درجة إسهام التواصل الرحيم وحل المشكلات في التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين ومقترح برنامج إرشادي لتحسينه). وعليه، يرجى توجيهاتكم لتسهيل مهمة الطالب/ة في الحصول على المعلومات اللازمة من أجل إجراء الدراسة وذلك من خلال الأخوة العاملين في البطيريركية إستكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراه، شاكرين لكم جهودكم بما يخدم مجتمعنا الفلسطيني.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام،

د. صلاح صبري
عميد الدراسات العليا والبحث العلمي



نسخة:

• الملف

Al-Quds Open University

President's Office

Ramallah - P.O. Box 1804 - Postcode: P6160730

Tel: 02/2964571/2/3/4

Fax: 02/2964570

Email: presidentoffice@qou.edu

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



جامعة القدس المفتوحة

مكتب الرئيس

رام الله - ص.ب 1804 - الرمز البريدي: P6160730

هاتف: 02/2964571/2/3/4

فاكس: 02/2964570

بريد إلكتروني: presidentoffice@qou.edu

Ref. :

Date :

الرقم : 25 / 390 / م / ج
التاريخ : 19 2 2025

معالي الدكتورة علا عوض المحترمة
الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني

تحية طيبة وبعد،

تسهيل مهمة

تهديكم جامعة القدس المفتوحة أطيب التحيات، وبالإشارة إلى الموضوع أعلاه يقوم الطالب/ة (منيرفا صليبيا خليل جراسية)، بإعداد أطروحة دكتوراه في تخصص "الإرشاد التربوي والنفسي" بعنوان: (درجة إسهام التواصل الرحيم وحل المشكلات في التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين ومقترح برنامج إرشادي لتحسينه). وعليه، يرجى توجيهاتكم لتسهيل مهمة الطالب/ة في الحصول على المعلومات اللازمة من أجل إجراء الدراسة وذلك من خلال الأخوة العاملين في الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني، استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراه، حيث سيؤخذ بكل متطلبات المحافظة على هذه البيانات وسريتها، ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي، شاكرين لكم جهودكم بما يخدم مجتمعنا الفلسطيني.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتقدير

أ. د. إبراهيم الشاعر
رئيس الجامعة



نسخة:

- أ. د. نائب الرئيس للشؤون الأكاديمية المحترم
- أ. د. عميد الدراسات العليا والبحث العلمي المحترم
- الملف

Al-Quds Open University

Academic Affairs
Deanship of Graduate Studies
and Scientific Research

Ramallah - P.O. Box 1804 - Postcode: P6058238
Tel: 02/2976240 - 02/2956073
Fax: 02/2963738
Email - Graduate Studies: fgs@qou.edu
Email - Scientific Research: sprgs@qou.edu



جامعة القدس المفتوحة

الشؤون الأكاديمية
عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

رام الله - ص.ب 1804 - الرمز البريدي: P6058238
هاتف: 02/2976240 - 02/2956073
فاكس: 02/2963738
بريد الكتروني - الدراسات العليا: fgs@qou.edu
بريد الكتروني - البحث العلمي: sprgs@qou.edu

الرقم: ع د ب / 2025/711

التاريخ: 2025/02/19

حضرة د. عبد الحميد الهيني المحترم

رئيس محكمة بيت لحم الشرعية

تحية وبعد،

تسهيل مهمة

تهديكم عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي في جامعة القدس المفتوحة أطيب التحيات، وبالإشارة إلى الموضوع أعلاه ي/تقوم الطالب/ة (منيرفا صليبا خليل جرابسة)، بإعداد أطروحة دكتوراه في برنامج دكتوراه الإرشاد التربوي والنفسي الموسومة ب: (درجة إسهام التواصل الرحيم وحل المشكلات في التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين ومقترح برنامج إرشادي لتحسينه). وعليه، يرجى توجيهاتكم لتسهيل مهمة الطالب/ة في الحصول على المعلومات اللازمة من أجل إجراء الدراسة وذلك من خلال الأخوة العاملين في المحكمة الشرعية إستكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراه، شاكرين لكم جهودكم بما يخدم مجتمعنا الفلسطيني.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام،

د. صلاح صبري
عميد الدراسات العليا والبحث العلمي



نسخة:

• الملف

كتاب تسهيل المهمة

2025/02/24

حضرة الدكتور عبد الله الهنيني حفظه الله

رئيس محكمة بيت لحم الشرعية

الموضوع تسهيل مهمة في الحصول على احصائيات

تحية طيبة وبعد

لاحقا لرسالة جامعة القدس المفتوحة المؤرخة بتاريخ 2025/02/19 والمرفق نسخة عنها، والمتعلقة بإجراء دراسة بعنوان " درجة إسهام التواصل الرحيم وحل المشكلات في التوافق الزواجي لدى المتزوجين حديثًا في فلسطين، ومقترح برنامج ارشادي لتحسينه" وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراة في الارشاد النفسي والتربوي والتي تقوم بها الطالبة منيرفا صليبا خليل جريسة.

يرجى التكرم بتزويدنا بأعداد عقود الزواج التي نُفذت في محافظة بيت لحم في الفترة الواقعة بين 2020/01/01 ولغاية يومنا هذا، بهدف تحديد مجتمع الدراسة المنفذة، وتحديد حجم العينة المطلوب اجراء الدراسة عليها

أشكر تعاونكم ومساهمتم في استكمال متطلبات الدراسة المذكورة

تقبلوا الاحترام

منيرفا صليبا جريسة



الرقم: ع د ب / 2025/712

التاريخ: 2025/02/19

لمن يهمه الأمر

المحكمة الشرعية في القدس

تحية وبعد،

تسهيل مهمة

تهديكم عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي في جامعة القدس المفتوحة أطيب التحيات، وبالإشارة إلى الموضوع أعلاه بـ/تقوم الطالب/ة (منيرفا صليبا خليل جرابسة)، بإعداد أطروحة دكتوراه في برنامج دكتوراه الإرشاد التربوي والنفسي الموسومة بـ: (درجة إسهام التواصل الرحيم وحل المشكلات في التوافق الزوجي لدى المتزوجين حديثاً في فلسطين ومقترح برنامج إرشادي لتحسينه). وعليه، يرجى توجيهاتكم لتسهيل مهمة الطالب/ة في الحصول على المعلومات اللازمة من أجل إجراء الدراسة وذلك من خلال الأخوة العاملين في المحكمة الشرعية إكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراه، شاكرين لكم جهودكم بما يخدم مجتمعنا الفلسطيني.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام،

د. صلاح صبري

عميد الدراسات العليا والبحث العلمي



نسفة:

• الملف

ملحق (ج) خطة مقترحة للبرنامج الإرشادي

رقم الجلسة	موضوع الجلسة	اهداف الجلسة	الفنيات المستخدمة	مدة الجلسة
الأولى	تعارف وبناء العلاقة الارشادية	1. التعارف بين الباحث وأعضاء المجموعة المشاركة وبناء العلاقة الإرشادية التي تتضمن الثقة والتقبل وتأكيد قوانين المجموعة والتزامات افراد المجموعة، 2. كسر الحاجز النفسي بين الباحث والمشاركين، وبين المشاركين أنفسهم. 3. توضيح طبيعة البرنامج وأهدافه والتوقعات المشتركة، وعدد الجلسات ومواعيدها والالتزام بها 4. وضع قوانين للمجموعة، وتوضيح التعليمات والشروط والالتزامات التي تحكم سلوك المشاركين أثناء تطبيق البرنامج الإرشادي.	المناقشة المفتوحة، الأنشطة الترفيهية الجماعية، التعزيز الإيجابي نموذج مقياس التواصل الرحيم ومقياس حل المشكلات.	60 دقيقة
الثانية	التواصل الرحيم وحل المشكلات	1. أن يكتسب المشاركون المعلومات المتعلقة بالتواصل الرحيم وحل المشكلات 2. أن يدرك المشاركون أهمية التواصل الرحيم وحل المشكلات في المجال العملي 3. أن يتعرف المشاركون على مفاهيم العلاج الواقعي وفيناته وأهميته في الحياة الواقعية. 4. مساعدة المشاركين في فهم ذاتهم وزيادة وعيهم الذاتي، بما في ذلك معرفة القيم والمعتقدات والمشاعر التي يحملونها. 5. المساهمة في توفير المعرفة والمهارات التي تساعد افراد المجموعة على التعامل مع التحديات النفسية والعاطفية بطرائق فعالة.	المحاضرة المبسطة، الحوار والنقاش والعصف الذهني، سؤال من الواقع، الواجب البيتي، التعزيز الإيجابي،	60 دقيقة
الثالثة	التواصل الرحيم	1. أن يتعرف المشاركون على مفهوم التواصل الرحيم ومهاراته وأهميته في حياتنا. 2. أن يتعرف المشاركون على سمات الشخص الذي يتسم بممارسة التواصل الرحيم. 3. تعزيز الجوانب الشخصية لدى المشاركين والتي لها علاقة بالتواصل الرحيم. 4. إجراء تطبيقات ونشاطات تتعلق بمفهوم التواصل الرحيم بتقنية لعب الدور.	المناقشة الجماعية، التعزيز الإيجابي، لعب دور، الواجب البيتي. الوسائل والأدوات المستخدمة: اللوح الورقي، أوراق A4، أقلام ملونة، شريط لاصق، بطاقات ملونة، اللوح التفاعلي.	60 دقيقة
الرابعة	حل المشكلات	1. أن يتعرف المشاركون إلى مفهوم الزواج وتحدياته في حياتنا. 2. أن يتعرف المشاركون على استراتيجيات حل المشكلات	المناقشة الجماعية، التعزيز الإيجابي، النمذجة، لعبة ترفيهية، الواجب	60 دقيقة

رقم الجلسة	موضوع الجلسة	اهداف الجلسة	الفيئات المستخدمة	مدة الجلسة
		3. أن يتعرف المشاركون على طبيعة المشكلات الزوجية واليات حلها، واستعراض لبعض الأمثلة الواقعية. 4. تدريب المشاركين على بعض من تمارين الاسترخاء والتنفس العميق.	البيتي. سؤال من الواقع. تمارين استرخاء وتنفس عميق.	
الخامسة والسادسة	(نموذج WDEP)	1. تدريب المشاركين على نموذج تغيير السلوك نحو الأفضل. (WDEP) 2. تطبيق المجموعة للنموذج، باستخدام أسلوب لعب الأدوار والنمذجة وبعض الأنشطة الترفيحية. 3. مساعدة المشاركين على تعلم طرائق مختلفة تمكنهم في التحكم في أفكارهم وفعالهم بطرائق فعالة. 4. اكساب المشاركين الأنماط السلوكية الجديدة، وتوجيهها لإشباع حاجاته والوصول إلى التغير المطلوب.	المناقشة الجماعية، والحوار، التعزيز الإيجابي، الواجب البيتي. تدعيم ومساندة، سؤال من الواقع، تقديم موضوع، خطوات واقعية لتعلم السلوك، إعادة التعلم والتقويم الذاتي	60 دقيقة
السابعة	(استراتيجية هنا والان)، المواجهة	1. أن يتعلم المشاركون الانتباه للواقع الحالي وما يرتبط به من مشاعر. 2. أن يدرك المشاركون ابعاد تفكيرهم عن الماضي والقلق من المستقبل. 3. أن يتدرب المشاركون على استراتيجية (هنا والان) وإجراء التمارين التطبيقية عليها مثل التنفس العميق، والتأمل للمساعدة في تهدئة العقل، والتركيز على الواقع الملموس. 4. تعزيز الوعي بالذات وتطوير استراتيجيات صحية للتعامل مع التحديات الحالية وكيفية مواجهة تلك التحديات	المناقشة الجماعية، لعب الدور، الواجب البيتي، أنشطة ترفيحية. المواجهة للمشاعر والأفكار، والاسترخاء	60 دقيقة
الثامنة	التخطيط للسلوك الواقعي المسؤول	1. تعليم المشاركين السلوك الملزم والمسؤول في تحقيق الأهداف. 2. تشجيع المشاركين على امتلاك التفكير الايجابي نحو المستقبل عامة ونحو الزواج خاصة. 3. تركيز طاقاتهم على تغيير أفكارهم وسلوكهم غير المسؤول. 4. مساعدتهم للوصول إلى هوية النجاح.	المناقشة الجماعية، التعزيز الإيجابي، لعب دور، الواجب البيتي.	60 دقيقة
التاسعة	الاستقلالية واتخاذ القرارات	1. مساعدة المشاركين على التعرف إلى مفهوم الاستقلالية وأهميتها في بناء الذات والعلاقة مع الآخر	النقاش والحوار، المساندة والتدعيم، سؤال من الواقع،	60 دقيقة

رقم الجلسة	موضوع الجلسة	اهداف الجلسة	الفنيات المستخدمة	مدة الجلسة
		2. إكساب المشاركين مهارات اتخاذ القرارات القائمة على المعارف الذاتية والمعلومات المتوفرة لديهم بهدف الوصول إلى سلوكيات مسؤولة.	التعزيز الإيجابي، خطوات واقعية لتعلم السلوك، إعادة التعلم، التقويم الذاتي	
العاشر	الجلسة الختامية	1. التأكد من مدى تحقيق أهداف البرنامج الإرشادي. بتعبئة نموذج مقياس التواصل الرحيم ومقياس حل المشكلات. 2. تقييم شفهي وكتابي للبرنامج من المشاركين تعبئة نموذج تقييم الجلسات. 3. الاستماع إلى أي ملاحظات والإجابة عن الأسئلة. 4. تشجيع المشاركين على تطبيق الاستراتيجيات والفنيات التي جرى تعلمها والتدرب عليها خلال الجلسات. 5. إجراء التقييم البعدي لبرنامج الارشاد الواقعي.	اللوح، أوراق التقييم والاختبار البعدي، أقلام حبر.	60 دقيقة