

جامعة ابن خلدون-تيارت  
University Ibn Khaldoun of Tiaret



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
Faculty of Humanities and Social Sciences  
قسم علم النفس والفلسفة والأورطفونيا  
and Speech Therapy ,Philosophy ,Department of Psychology

مذكرة مكهله لنيل شهادة ماستر الطور الثاني ل.م.د  
تخصص علم النفس العيادي

العنوان

تأثير أنماط الإتصال على جودة حياة المتزوجين  
دراسة عيادية لحالتين من الأزواج - تيارت-

إشراف:

د. حوتي سعاد

إعداد:

■ حشلاف رحيل

■ ناضري فاطمة

#### لجنة المناقشة

الصفة	الرتبة	الأستاذ (ة)
رئيسا	أستاذ التعليم العالي	قريصات الزهرة
مشرفا ومقررا	أستاذ محاضر -أ-	حوتي سعاد
مناقشا	أستاذ محاضر -ب-	عناد ثابت اسماعيل

الموسم الجامعي: 2025/2024

## شكر وتقدير

الحمد والشكر لله سبحانه وتعالى أولاً وآخراً والذي بفضلته تم هذا العمل  
أتقدم بالشكر إلى أستاذتي الموقرة التي تفضلت بإشرافها على هذا البحث

الأستاذة الدكتورة "حوتي سعاد"

التي لم تبخل علينا بالنصائح العلمية والإرشادات.

كما أوجه بالغ الشكر والتقدير إلى اللجنة الموقرة التي قبلت مناقشة هذا العمل وتقييمه

كل من:

الأستاذة قريصات زهرة المحترمة

الأستاذ عيناذ ثابت إسماعيل المحترم

أرجو من الله أن يكون هذا العمل خطوة فعالة ومرجعاً مهماً ومفيداً للبحوث الأخرى.

إهداء

بسم الله الرحمان الرحيم

إلى من أضاء دربي بدعمهم وعظائمهم:

أهدي هذا الجهد المتواضع إلى الوالدين الحبيبين الكريمين فلهما مني كل الحب والشكر  
والإمتنان والتقدير لجهودهما العظيمة التي قدموها لي طيلة حياتي

إلى كل من آمن بي، ودفعني خطوة للأمام بكلمة، بدعوة، بإبتسامة، لكم مني أصدق معاني  
الإمتنان. إلى الأزواج الذين كانوا مصدر إلهام هذا البحث، إلى الذين يسعون لبناء حياة  
قائمة على التواصل والتفاهم، أهدي هذا العمل عرفانا لكم، ولكل من جعل من العلاقة  
الزوجية مساحة للمودة والرحمة. وأحص بالذكر الزوجين الكريمين حكيم وكلثوم اللذين  
كانا لهما الفضل على إنجاز هذه الدراسة.

راحيل.

## إهداء

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على خاتم الأنبياء والمرسلين. إلى من علمني أن  
الحياة أمل....طموح....إصرار وصبر.

إلى الذي وهبني كل مالمديه من تعب للوصول إلى أعلى المراتب "أبي الغالي"  
إلى الصدر الحنون ونبع الحب التي وهبتني كل لحظة من حياتي وتعبت لراحتي ونجاحي، من  
شاركتني أحزاني و أفراحي " أمي الغالية" حفظها الله التي كانت سبب نجاحي.

إلى بنت خالتي "سراق كريمة" التي كانت المرشدة في دراستي في كل مرة  
إلى عمي العزيز " بوشول الناصر" الذي لم يبخل عليا يوما، وكان أخي وسندي حفظه الله

إلى كل إخوتي الأعزاء " خاليدة، مروة، عبد القادر، نورالدين"

إلى أقاربي وكل من ساهم في دعمي قريبا أو بعيدا.

فاطمة.

## ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى اكتشاف تأثير أنماط الاتصال على جودة الحياة الزوجية، وذلك من خلال إتباع المنهج العيادي الذي اعتمد على أدوات جمع البيانات. شملت الدراسة حالتين من الأزواج تم تحليلهما بعمق باستخدام تقنيات الملاحظة الإكلينيكية والمقابلة نصف الموجهة، حيث تم تسجيل التفاعلات التواصلية بين الزوجين وتحليل محتوى المقابلات بشكل منهجي. أسفرت النتائج عن وجود ارتباط واضح بين نمط التواصل وجودة الحياة الزوجية. في الحالة الأولى، حيث ساد النمط التواصلية المعتدل، لوحظت مؤشرات إيجابية للرضا الزوجي وجودة الحياة. بينما في الحالة الثانية، التي اتسمت بنمط تواصلية غير متوازن (متسلط/منسحب مقابل خاضع)، ظهرت علامات تدني جودة الحياة الزوجية. قدمت الدراسة من خلال هذه النتائج رؤى إكلينيكية قيمة حول أهمية التوازن في التفاعل التواصلية بين الزوجين، مع التأكيد على الحاجة إلى تضمين تقييم أنماط التواصل في البرامج الإرشادية والعلاجية للأزواج. كما أبرزت أهمية تطوير تدخلات علاجية تركز على تعزيز مهارات التواصل الصحي في العلاقات الزوجية.

**الكلمات المفتاحية:** أنماط الاتصال – جودة الحياة الزوجية.

### Study Summary:

This study aimed to explore the impact of communication patterns on the quality of marital life by employing a clinical methodology supported by data collection tools. The research involved an in-depth analysis of two married couples using clinical observation techniques and semi-structured interviews. The couples' communicative interactions were systematically observed, and interview content was analyzed methodically.

The findings revealed a clear association between communication patterns and the quality of marital life. In the first case, where a moderate communication style prevailed, positive indicators of marital satisfaction and quality of life were observed. In contrast, the second case, characterized by an imbalanced communication pattern (dominant/withdrawn vs. submissive), exhibited signs of diminished marital quality.

The study provides valuable clinical insights into the importance of balanced communicative interaction between spouses. It highlights the need to incorporate the assessment of communication patterns into counseling and therapeutic programs for couples. Furthermore, it emphasizes the importance of developing intervention strategies that focus on enhancing healthy communication skills within marital relationships.

**Keywords:** Communication Patterns – Marital Quality of Life

## فهرس المحتويات

شكر وتقدير

إهداء

ملخص الدراسة

فهرس المحتويات

قائمة الجداول

أ..... مقدمة

### الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

4..... تمهيد

5..... 1. إشكالية الدراسة

6..... 2. فرضيات الدراسة:

6..... 3. أهمية الدراسة:

6..... 4. أهداف الدراسة:

7..... 5. التعاريف الإجرائية:

7..... 6. الدراسات السابقة:

11..... 7. التعقيب على الدراسات السابقة:

### الفصل الثاني: أنماط الاتصال

14..... تمهيد:

15..... 1. تعريف الإتصال

16..... 2. تعريف الإتصال:

17..... 3. العوامل المؤثرة في عملية الإتصال:

17..... 4. أشكال التواصل:

18..... 5. أساليب التواصل الزوجي:

19..... 6. أبعاد جودة التواصل بين الزوجين:

20..... 7. معوقات التواصل في الحياة الزوجية:

21..... 8. النتائج المترتبة عن الأشكال اللاتوافقية:

22..... 9. أنماط الإتصال:

23..... 10. أنماط الإتصال إستنادا لنموذج فرجينيا ساتير:

24..... 11. نموذج فرجينيا ساتير:

25..... 13. دور التواصل في معالجة المشكلات والأزمات الأسرية:

14. مهارات التواصل بين الزوجين: ..... 27
15. مهارات التواصل الفعال:..... 27
16. التفاعل الإيجابي بين الزوجين: ..... 27

### الفصل الثالث: جودة حياة المتزوجين

- تمهيد ..... 30
- أولاً: جودة الحياة ..... 30
1. تعريف الجودة الحياة ..... 30
2. مجالات جودة الحياة: ..... 31
3. أبعاد جودة الحياة: ..... 32
4. الاتجاهات المفسرة لجودة الحياة: ..... 32
5. مقومات جودة الحياة: ..... 33
6. مؤشرات قياس جود الحياة:..... 34
- ثانياً: مفهوم جودة الحياة الزوجية: ..... 34
7. النظريات المفسرة لجودة الحياة الزوجية: ..... 35
- ثالثاً: التوافق الزوجي: ..... 37
1. تعريف التوافق الزوجي: ..... 37
2. مجالات التوافق الزوجي: ..... 38
3. العوامل التوافق الزوجي: ..... 39
4. معوقات التوافق الزوجي: ..... 39
- رابعاً: السعادة الزوجية: ..... 40
1. تعريف السعادة الزوجية: ..... 40
2. عوامل السعادة الزوجية:..... 41
3. أسرار السعادة الزوجية: ..... 41
4. أهمية التوافق الزوجي والسعادة الزوجية: ..... 42
- خلاصة ..... 44

### الجانب التطبيقي

### الفصل الرابع: الدراسة الميدانية (الإجراءات المنهجية)

- تمهيد ..... 47
1. الدراسة الإستطلاعية ..... 47
2. الدراسة الأساسية:..... 47

48	3. المنهج المستخدم:
48	4. أدوات الدراسة:
الفصل الخامس: تحليل ومناقشة نتائج الدراسة	
50	تمهيد
51	1. عرض وتحليل نتائج الحالتين
56	□ التحليل العام للحالة الأولى:
62	التحليل العام للحالة الثانية:
63	2. مناقشة نتائج الدراسة على ضوء الفرضيات والدراسات السابقة:
65	3. خلاصة تحليلية
66	4. إستنتاج عام:
66	إقتراح بعض التوصيات:
67	الخاتمة
69	قائمة المراجع
73	الملاحق

قائمة الجداول:

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
10	جدول يوضح تعقيب للدراسات السابقة	1
19	جدول يوضح الإتجاهات والمعتقدات التي تعيق العلاقة الزوجية	2
21	جدول يوضح أشكال التواصل حسب ساتير	3
37	ج دول يوضح مجالات التوافق الزوجي	4
46	جدول يوضح خصائص حالات الدراسة	5
50	جدول يوضح سير المقابلات مع الحالة الأولى	6
56	جدول يوضح سير مقابلات الحالة الثانية	7

قائمة الأشكال:

الصفحة	العنوان	رقم الشكل
20	شكل يوضح التواصل التوافقي	01
20	شكل يوضح التواصل اللاتوافقي	02

# مقدمة

## مقدمة

يعد الإتصال أحد أبرز العناصر الأساسية في التفاعل الإنساني، فهو سمة مميزة للإنسان تمكنه من إرسال واستقبال رسائل متنوعة يقضي بها حاجاته ويواجهون عبرها مختلف التحديات اليومية تحض بالذكر منها أنماط الإتصال وهي الطرق التي يتواصل بها كل زوج مع الطرف الآخر بإعتبارها مفتاح نجاح أو فشل العلاقة الزوجية. (الخنيني، 2018: 02)

إذ تحتل بحوث أساليب التواصل بين الزوجين في الوقت الحاضر مكانا متميزا في مجال علم النفس الإيجابي نظرا لدورها الهام في استقرار الأسرة أو حدوث المشكلات الزوجية ، وأكد جاك سيست (2003) أن التواصل هو المحور الرئيسي التي تدور حوله الحياة بشكل عام ويظهر دوره الفعال والرئيسي وهو التأثير الذي يحدثه في كل سلوكيات حياة الفرد .(شيماء أحمد محمد. 2018: 02) وتعد جودة الحياة الزوجية مؤشرا قويا لاستقرار الزواج وهناك اتفاق واسع بين الباحثين على أن جودة الحياة الزوجية تعني وجود الحوانب الابداجية من الزواج، وفي المقابل غياب الجوانب السلبية منها، إلا أنه لا يوجد اتفاق على ماهية الجوانب الإيجابية والسلبية فليس هناك مقياس موحد لقياس جودة الزوجية (مايسة، منار. 2024: /)

وقد أظهرت العديد من الدراسات النفسية والاجتماعية أن أنماط الإتصال بين الزوجين يؤثر على التوافق بينهما الذي يرتب عليه عدم إشباع الحاجات الفيزيولوجية والنفسية مما يدفع أحد الزوجين أو كلاهما للبحث عن الذات خارج حدود الآخر. (عامر، 2020: 08)

وبالتالي تؤثر بشكل مباشر على جودة حياتهما، وهذا ما حاولنا تسليط الضوء عليه ومحاولة فهم لأنماط الإتصال وجودة الحياة الزوجية، وتوضيح ما قد يترتب عن أثر أنماط الإتصال على العلاقة الزوجية بحيث تم إقتراح الخطة المنهجية لدراسة هذا الموضوع بشقيه النظري والتطبيقي حيث تضمن الجانب النظري ثلاث فصول.

الفصل الأول: وهو فصل تمهيدي عام حول موضوع الدراسة، يتكون من إشكالية الدراسة، تساؤل الدراسة، فرضية الدراسة، الأهداف والأهمية، الدراسات السابقة إضافة إلى تحديد التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة.

الفصل الثاني: تضمن الجانب النظري لمتغير أنماط الإتصال بحيث تم التطرق إلى: تعريف الإتصال، أهمية الإتصال، أساليب وأبعاد التواصل بين الزوجين، نموذج فرجينيا ساتير، مهارات ودور التواصل بين الزوجين، التفاعل الإيجابي عند الأزواج.

الفصل الثالث: جودة الحياة الزوجية تطرقنا إلى مدخل حول جودة الحياة بصفة عامة ثم التفصيل في جودة الحياة الزوجية أولا تعريفها ثم النظريات المفسرة لها، ثم التوافق الزواجي، مجالات، وعوامل،

ومعوقات التوافق الزوجي، ثم تطرقنا إلى نبذة عن السعادة الزوجية أهم عواملها وأسرارها وأخيرا أهمية التوافق الزوجي والسعادة الزوجية وأنهينا الفصل بخلاصة مصغرة عنه.

- أما الجانب التطبيقي فتضمن فصلين:

الفصل الرابع: تناولنا فيه إجراء الدراسة الميدانية والمنهج المتبع يتمثل في دراسة الحالة، دراسة إستطلاعية، وصف الدراسة الأساسية ثم الأدوات المستخدمة في الدراسة (الملاحظة، المقابلة العيادية) الفصل الخامس: تم في هذا الفصل عرض النتائج وتحليلها من خلال: تقديم حالات الدراسة وعرض محتوى المقابلات وتحليلها وفي الأخير قمنا بتفسير وتحليل النتائج ومناقشتها على ضوء الفرضيات والدراسات السابقة، ثم الإستنتاج العام وتقديم بعض الإقتراحات والتوصيات التي تناسب الدراسة. وفي نهاية البحث تم ختم الدراسة بخاتمة حول تأثير أنماط الإتصال على جودة الحياة الزوجية.

## الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

1. إشكالية الدراسة
2. فرضيات الدراسة
3. أهمية الدراسة
4. أهداف الدراسة
5. التعاريف الإجرائية لمفاهيم الدراسة
6. الدراسات السابقة
7. التعقيب على الدراسات السابقة

**تمهيد**

تعد العلاقة الزوجية من أهم العلاقات الإنسانية التي تقوم على التواصل والتفاعل المستمرين، بين الزوجين، ويشكل نمط الإتصال بينهما أحد العوامل الجوهرية التي تؤثر على مدى إستقرار العلاقة وجودتها، فالتواصل الفعال يسهم في تعزيز التفاهم والانسجام بينهما يؤدي سوء الإتصال إلى توترات قد تنعكس سلبا على جودة الحياة الزوجية، ومن هنا تنبع أهمية دراسة العلاقة بين أنماط الإتصال وجودة الحياة لدى الزوجين، لفهم كيف يمكن لتواصل أن يكون عامل دعم أو عائق في الحياة الزوجية.

## 1. إشكالية الدراسة:

يعد النسق الزوجي أساس البناء الأسري وكيفية أدائه لأدواره ومهامه ووظائفه التي تتعلق بالتفاعلات بين الزوجين وذلك من خلال أداء وظائف الزواج وإشباع الحاجات لكل من الزوج والزوجة. ومما لاشك فيه أن المشكلات بين الزوجين أمر طبيعي وحتمي ولكن الذي يهدم الحياة الزوجية هو كيفية مناقشة الأزواج لتلك المشاكل للوصول إلى حل يرضى عنه الطرفان للتغلب على ما بينهما من فروق، فمرور الزمن يتلاشى الود بين الزوجين، وهذا الأخير يتجلى في الكلام الطيب بينهما، فانعدامه يؤدي إلى النفور والوقوع في صراع.

كما أظهرت دراسة "جوتمان" أن عدم تقدير مهارات الأزواج عند المناقشة لمواضيع الصراع تنبئ بخطر تدهور العلاقة، فالأزواج الذين لديهم مشكلات يميلون إلى النقد والإنسحاب ولا يستخدمون أساليب الإستماع وحل المشكلات وهذا ما يدعو إلى الإستمرار في الصراع.

فالزواج الناجح هو الذي يرضي الحاجات الجسدية والنفسية لدى المتزوجين فإذا كانت العلاقة الزوجية تتسم بالإهمال والإنشغال عن الحقوق والواجبات تجاه الشريك قد يدفع بالعلاقة الزوجية إلى التصدع والشقاء والإفئثار للأمن والأمان والمحبة. (حمدان، 2020: 02)

فالتواصل بين الزوجين يعد مؤشرا على جودة الحياة الزوجية. فقد أظهرت الكثير من الدراسات أن الزيجات ذات الجودة العالية ولذلك من المهم عند دراسة الزواج لابد من أخذ مفهوم جودة الحياة الزوجية بعين الإعتبار. (الفوزان، 2020: 471)

فجودة الحياة الزوجية قد تكون في ظاهرها متناسقة ومتجانسة، وقد تكون في الواقع الحقيقي مفككة ومفتقدة للأسس الحقيقية التي تغذي استمراريتها وفعاليتها، وبالتالي لا تسمح للعلاقة الزوجية كحقيقة من أن تعكس الواقع العلائقي الخاص بين الزوجين والذي لا يطلع عليه الآخر ولو كان من أقرب المقربين، فجل الدراسات تؤكد على أهمية الاتصال في الحياة الأسرية. (بلعباس، 2015: 04)

فالزيجات المستقرة تعمل على وقاية الزوجين من الضغوط النفسية وكذلك من أحداث الحياة الضاغطة، وفي المقابل الزيجات غير مستقرة لها آثار سلبية على الصحة البدنية والعاطفية للزوجين وكذلك الأبناء.

وقد أشارت دراسات متعددة إلى الدور الجوهرى الذي يلعبه التواصل والحوار في رفع مستوى جودة الحياة الزوجية والرضا الزوجي كما أنه يمكن التنبؤ بالرضا الزوجي لدى الزوجين عن طريق تحديد مقدار الإفصاح بينهما.

وكما أظهرت نتائج "Meng" عن وجود علاقة موجبة بين الإفصاح عن الذات وبين جودة الحياة الزوجية لديها. (الفوزان، 2020: 475-476)

فالتواصل الأسري يتضمن التأثيرات النفسية والإنفعالية والسلوكية المتبادلة بين الزوجين بحيث يكون السلوك الإيجابي مؤثرا وفعالا في تشكيل السلوك الإيجابي للآخر، والتواصل الفعال يعد الحجر

الأساسي الذي ترتكز عليه العلاقة الزوجية في تحقيق أهدافها، وتوفير الإلتزان الحيوي البيولوجي وتوفير الإستقرار الإنفعالي والأمن الاجتماعي للأسرة. (بالحسيني، قدور، 2013: 02)

وفي هذا الصدد يمكن القول أن جودة الحياة المتزوجين من شأنها أن تساهم في خلق نمط تواصل بينهما يتصف بالجودة والذي يختلف باختلاف السمات التي يمتلكها الفرد، وهذا قد ينعكس على حياته الخاصة، وبالأحرى علاقته الزوجية، ولقد كثرت ظاهرة الطلاق والإنفصال في الفترات الأخيرة وهذا يعكس إضطراب العلاقة بين الشريكين ويمكن أن يعزى إلى نوعية التواصل بينهما، كما أن المستوى المعيشي في الوقت الراهن و إضطراب العلاقة بين الأفراد داخل الأسرة الموسعة هي الأخرى تساهم في نشوء هذه الأسباب، فجودة الحياة لدى المتزوجين قد تكون سيئة أو جيدة وفقا لنوعية التواصل بين الزوجين.

ولما كان الإلتصال بين الزوجين أحد أهم العوامل الأساسية التي تؤثر على جودة الحياة الزوجية حيث يحدد مفهوم الإنسجام ومستوى التفاهم بينهما وتتنوع أنماط الإلتصال بين الإيجابي والسلبي مما قد يؤدي إلى تقوية العلاقة أو نشوء الإختلافات والتوتر، بناء على ذلك يمكن طرح التساؤلات التالية:

#### التساؤلات الرئيسية:

- كيف تؤثر أنماط الاتصال على جودة حياة المتزوجين؟

#### 2. فرضيات الدراسة:

- تؤثر أنماط الإلتصال على جودة حياة المتزوجين بالسلب.
- تؤثر أنماط الإلتصال على جودة حياة المتزوجين بالإيجاب.

#### 3. أهمية الدراسة:

تتعلق الدراسة بتأثير أنماط الاتصال على جودة الحياة الزوجية، فالحياة الزوجية هي مجال يحتاج الكثير من الدراسات وخاصة بعد تفاهم الخلافات والمشكلات الأسرية الزوجية التي تنعكس سلبا على النسق الأسري ككل. لذا فالاهتمام بالعلاقة الزوجية أصبح من الضروريات التي تحتاج إلى معالجة لأنهم يواجهون ضغوطات وصراعات تعود الى الظروف التي يعيشون فيها التي بدورها تؤثر على تواصلهم وتفاعلهم وعلى جودة حياتهم.

كما تكمن أهمية الدراسة في الكشف عن مساهمة وأثر ودور أنماط الاتصال في التأثير على جودة حياة المتزوجين.

#### 4. أهداف الدراسة:

- تسليط الضوء على العلاقة الزوجية ودراسة أهم الجوانب التي تساهم في نجاح جودة حياة المتزوجين.
- التوصل ما إذا كانت العلاقة الزوجية مرتكزة على اتصال فعال سيساهم في تحسين وتحقيق التوافق بين الشريكين.

- الكشف عن أي من هذه الأنماط أكثر فاعلية.
- معرفة ما إذا كانت العلاقة الزوجية هي علاقة ذات جودة أم مجرد علاقة جافة ومضطربة.
- التعرف على تأثير أنماط الاتصال على جودة الحياة للمتزوجين.
- مساهمة هذا النوع من الدراسات في فهم متكامل لطبيعة العلاقة الزوجية بإعطاء مؤشرات لسلوكياتهم داخل وجباتهم الزوجية.

### 5. التعاريف الإجرائية:

**1.5 الإتصال الزوجي:** هو تبادل للمشاعر والأفكار والمعاني بين الزوجين والتبادل الإيجابي أو السلبي للمعلومات والأفكار والحاجات من طرف إلى آخر في إطار العلاقة الزوجية، وهذا الاتصال غير محدود بالكلمات وإنما يحدث أيضا من خلال الإصغاء، الصمت، تعابير الوجه والإيماءات.

**2.5 أنماط الإتصال:** فهي الطرق التي يتواصل بها كل زوج مع الطرف الآخر والتي تتضمن طرق واتجاهات متعددة داخل نطاق الأسرة.

**3.5 جودة الحياة الزوجية:** مفهوم شامل متعدد الأبعاد، وهو شعور الزوجين تجاه العلاقة، وهناك عدد من المؤشرات الدالة عليه مثل تفاعل الزوجين، التواصل، المودة، الانسجام، السعادة، الرضا، التماسك الاتفاق.

### 6. الدراسات السابقة:

#### ➤ الدراسات المحلية:

✓ دراسة بوتلجة شهيناز وبوعرفة سمية (2021-2022): بعنوان سمات الشخصية المنبئة بجودة الحياة لدى عينة من الأزواج هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير عوامل الشخصية (العصابية، الانبساطية، الذهانية والكذب) على جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج، ولتحقيق ذلك اعتمدت الطالبتان على المنهج الوصفي على عينة قوامها 60 زوج وزوجة اختيروا بطريقة عشوائية من مجتمع ولاية تيارت، طبق عليهم مقياس أيزينك للشخصية ومقياس جودة الحياة الزوجية وبعد جمع المعلومات، تم اختبار الفرضيات باستخدام معامل الانحدار بالاستعانة بالحزمة الإحصائية بالإضافة إلى ذلك أسفرت النتائج إلى أنه يمكن التنبؤ بجودة الحياة الزوجية من خلال السمة الذهانية وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,05 بين الجنسين في مستوى جودة الحياة الزوجية، كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى السمات (الانبساطية، العصابية) تعزى لمتغير الجنس.

✓ دراسة منصور زاوي بعنوان التدين وجودة العلاقة الزوجية (2022): هدفت الدراسة إلى التعرف والكشف عن أثر مستوى التدين في جودة العلاقة الزوجية لدى عينة من الأزواج والزوجات، أجريت الدراسة على عينة مكونة من 156 (مشاركا (78 زوجا و78 زوجة) قدر متوسط الأزواج بـ36,06 ومتوسط عمر الزوجات بـ28,86 طبق عليهم مقياس مستوى التدين ومقياس جودة العلاقة الزوجية

وقد أشارت النتائج المتحصل عليها إلى تأكيد تأثير التدين في جودة العلاقة الزوجية لدى الأزواج خاصة، وتمت مناقشة نتائج الدراسة في ضوء التراث النظري والدراسات السابقة.

✓ دراسة نادية بلعباس 2015-2016 بعنوان: أنماط الإتصال وعلاقتها بجودة الحياة الزوجية هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى تأثير أنماط الاتصال السائدة في الأسرة الجزائرية على جودة الحياة الزوجية، حيث تتجلى أهمية الموضوع فيما ستقدمه هذه الرسالة من توصيات من شأنها مساعدة الأزواج لتقوية مهاراتهم الاتصالية التي تنعكس إيجابا على جودة ورفاهية حياتهم الزوجية، حيث شملت عينة البحث 300 فرد متزوج من كل من مستغانم، وهران، غيليزان، معسكر، تلمسان، طبق عليهم استمارتين: استمارة أنماط الاتصال واستمارة جودة الحياة الزوجية، بعد دراسة خصائصها السيكمترية وكذلك إجراء دراسة عيادية لثلاثة أزواج وأسفرت الدراسة إلى وجود علاقة بين أنماط الاتصال السائدة في الأسر الجزائرية وبين جودة الحياة الزوجية بينما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة إرتباطية موجبة بين نمط عدم الاستماع وجودة الحياة الزوجية وإلى وجود علاقة إرتباطية موجبة بين نمط الاتصال المعتدل وجودة الحياة الزوجية وهذه العلاقة لا تختلف باختلاف الجنس ومدة الزواج ونوع السكن.

✓ دراسة رباب الشرع (2018) بعنوان طبيعة التواصل الزوجي لدى عينة من الأزواج في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة مستوى التواصل لدى عينة من الأزواج ومدى تأثير الفروق في درجات التواصل الزوجي لدى عينة من الأزواج بغرداية في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية وفقا لمتغير الجنس والمؤهل العلمي، وطبيعة إقامة الزوجين وقد استخدمت الباحثة مقياس التواصل الزوجي من اعدادها وطبقته على عينة قوامها 40 زوج اختيرت بطريقة عشوائية غير متناسقة العدد والجنس وتوصلت الدراسة إلى طبيعة الاتصال لدى الأزواج كانت مرتفعة وأما الفروق فكانت منعدمة في كل من متغير الجنس والمؤهل العلمي وطبيعة إقامة الزوجين.

#### ➤ الدراسات العربية:

✓ دراسة محمد إبراهيم (2001) بعنوان العلاقة بين شبكة الاتصال داخل الأسرة وبين اختيار المراهقين لجماعة الرفاق غير السوية هدفت الدراسة إلى فهم العلاقة بين نمط الاتصال السائد في الأسرة وعلاقته باختيار المراهق لجماعة رفاقه حيث استعانت الباحثة بمقياس شبكة الاتصال داخل الأسرة، مقياس السلوك الاجتماعي للتلاميذ، مقياس الصداقة للتلميذ، استمارة التوصيف الأسري واستمارة المستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة، حيث طبقت هذه الأدوات على عينة قوامها 230 تلميذ من الصف الأول الثانوي بمدرستي السعيدية ومدينة النصر، حيث أسفرت الدراسة على النتائج التالية أسلوب الاتصال السائد في الأسرة المصرية ومن جهة نظر المراهق هو الأسلوب الديمقراطي يليه الأسلوب التساهلي ثم الأسلوب التسلطي، وجود علاقة بين أسلوب الاتصال وبين اختيار جماعة الرفاق، حيث أن من يختار جماعة ذات سلوكيات مرغوبة يعيش في ظل أسلوب اتصال ديمقراطي ثم تسلطي وبعده تساهلي وبعده تساهلي، أما من يختار جماعة ذات سلوكيات غير مرغوبة يعيش في

ظل أسلوب اتصال تساهلي ثم ديمقراطي لا تختلف أساليب الاتصال باختلاف الجنس، المستوى الاجتماعي والاقتصادي عمل المرأة، غياب أحد الوالدين أو كلاهما.

✓ دراسة رائدة مروان فايز فريخ 2018: الاستقرار الزوجي وعلاقته بالتسامح وأنماط الاتصال استنادا لنموذج فرجينيا ساتير لدى الأزواج في محافظات مثل الضفة الغربية هدفت الدراسة للتعرف إلى مستويات الاستقرار والتسامح الزوجي بالإضافة إلى الكشف عن طبيعة أنماط الاتصال استنادا إلى نموذج فرجينيا ساتير والذي أشار إلى أربعة أنماط اتصالية غير تكيفية هي: النمط المسترضي واللوم والعقلاني، المتطرف، المشتت، اللامبالي وذلك بين الزوجين الفلسطينيين في شمال الغربية كما سعت الدراسة إلى الكشف عن العلاقات بين هذه المتغيرات الديمغرافية ( النوع الاجتماعي والعمر ومدة الزواج بالسنوات وعدد الأبناء ومكان السكن والمستوى التعليمي) في أنماط الاتصال الزوجي والاستقرار الزوجي والتسامح الزوجي. أظهرت النتائج أن مستويات الاستقرار والتسامح الزوجيين لدى أفراد العينة جاء مرتفعا.

جاءت تقديرات مستويات مجالات الاتصال الزوجي المسترضي أو اللامبالي لدى المتزوجين والمتزوجات في شمال الضفة الغربية منخفضة، اما مجال نمط الاتصالي الزوجي العقلاني المتطرف فقد كان مرتفعا.

✓ دراسة مجدي نجم الدين بخاري(2021) بعنوان: أثر العلاج الزوجي على جودة الحياة الزوجية وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى الزوجين.

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على جودة الحياة الزوجية وبعض العوامل المؤثرة فيها وتوضيح العلاقة بينها وبين رضا الزوجين اعتمد الباحث في دراسته على المنهج الوصفي واستخدم مقياس جودة الحياة الزوجية من إعدادة على عينة قوامها 120 من الأزواج والزوجات وتوصل إلى النتائج التالية: وجود علاقة بين أبعاد جودة الحياة الزوجية ورضا الزوجة عن دورها كأنثى لدى عينة الدراسة كلما زادت درجة الرضا لدى الزوجين ارتفعت درجة الحياة الزوجية لهما.

#### ➤ الدراسات الأجنبية:

✓ بعنوان: معرفة مدى تأثير (2010) Esere, Maryagechial دراسة:

التواصل على الاستقرار الزوجي، ومعرفة الفروق في مقياس التواصل الزوجي تبعا لمتغير (الجنس، مدة الزواج) طبقت الدراسة على مجموعة من الأزواج اختيروا بطريقة عشوائية، وقد بلغ عددهم 600 زوج وزوجة يقيمون في ولاية أيلوين بنجيريا، وبعد تطبيق مقياس التواصل الزوجي، والتحليل الإحصائي خلصت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس التواصل تعزى لمتغيري الجنس ومدة الزواج وأكدت على أهمية التواصل الفعال في تحقيق الاستقرار الزوجي، وضرورة انشاء عيادات خاصة بالإستشارة الزوجية لمساعدة الأزواج على تجاوز الصراعات والخلافات.

✓ دراسة كاستليتون (1995): تهدف إلى التعرف على العلاقة بين أنماط الاتصال بين الزوجين ومدى حدوث العنف البدني ومستوى التوافق الزوجي وتكونت عينة الدراسة من 32 زوجا رجلا وامرأة، وأشارت النتائج إلى: أن حجم التبادل والتواصل في الحديث يرتبط ارتباطا موجبا بالتوافق الزوجي وارتباطا سالبا بالعدوان البدن، بينما ارتبط الجمود في المحادثات سلبيا بالتوافق الزوجي.

7. التعقيب على الدراسات السابقة:

الدراسة الحالية	دراسة كاستليون (1995)	Eser Mary agechi (2010)	مجدي نجم الدين بخاري (2021)	رائدة مروان فايز فريته (2018)	محمد إبراهيم (2001)	رباب الشرع (2018)	نادية بلعباس (2016-2015)	منصور زاوي (2022)	بوثلجة شهناز وبوعرفة سمية (2021-2022)	الدراسة
	المنهج الوصفي	المنهج الوصفي	المنهج الوصفي	المنهج الوصفي الإرتباطي	المنهج الوصفي	المنهج الوصفي	المنهج الوصفي المنهج العيادي	المنهج الوصفي	المنهج الوصفي	المنهج
	مقياس التوافق الزوجي	مقياس التواصل الزوجي	مقياس جودة الحياة الزوجية	مقياس أنماط الاتصال الزوجي مقياس الاستقرار الزوجي مقياس التسامح الزوجي	مقياس السلوك الاجتماعي للتلاميذ، مقياس الصداقة للتلميذ، استمارة التوصيف الأسري استمارة المستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة،	مقياس التواصل الزوجي	استمارة أنماط الاتصال استمارة جودة الحياة الزوجية	مقياس جودة العلاقة الزوجية مقياس مستوى التدين	مقياس أيزينك للشخصية ومقياس جودة الحياة الزوجية	أداة القياس
	32 من الأزواج	600 زوج وزوجة	120 من الأزواج و الزوجات	200 زوج وزوجة (100زوج، 100زوجة)	عينة قوامها 230 تلميذ من الصف الأول الثانوي بمدريستي السعيدية ومدينة النصر،	40 زوج	300 فرد متزوج 03 أزواج طبقت عليهم دراسة عيادية	156 (78 زوج، 78 زوجة)	60 زوج وزوجة	العينة

النتائج

يمكن التنبؤ بجودة الحياة الزوجية من خلال السمة الذهانية عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,05 بين الجنسين في مستوى السمات (الانبساطية، العصابية تعزى لمتغير الجنس

تأكيد تأثير التدين على جودة العلاقة الزوجية لدى الأزواج خاصة

وجود علاقة بين أنماط الاتصال السائدة في الأسر الجزائرية وبين جودة الحياة الزوجية

توصلت الدراسة على طبيعة الاتصال كانت مرتفعة أما الفروق فكانت منعدمة في كل من متغير الجنس والمؤهل العلمي وطبيعة إقامة الزوجين

أسفرت الدراسة على النتائج التالية أسلوب الاتصال السائد في الأسرة المصرية من جهة نظر المراهق هو الأسلوب الديمقراطي، يليه الأسلوب التساهلي ثم الأسلوب التسلطي. وجود علاقة بين أسلوب الاتصال وبين اختيار جماعة الرفاق، حيث أن من يختار جماعة ذات سلوكيات مرغوبة يعيش في ظل أسلوب اتصال ديمقراطي ثم تسلطي وبعده تساهلي وبعده تساهلي

. أظهرت النتائج أن مستويات الاستقرار والتسامح الزوجيين لدى أفراد العينة جاء مرتفعاً. جاءت تقديرات مستويات مجالات الاتصال الزوجي المسترضي أو اللامبالي لدى المتزوجين والمتزوجات في شمال الضفة الغربية منخفضة، اما مجال نمط الاتصالي الزوجي العقلاني المتطرف فقد كان مرتفعاً

وجود علاقة بين أبعاد جودة الحياة الزوجية ورضا الزوجة عن دورها كأنتى بحيث كلما زادت درجة الرضا ارتفعت جودة الحياة الزوجية لهما

خلصت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس التواصل تعزى لمتغيري الجنس ومدة الزواج وأكدت على أهمية التواصل الفعال في تحقيق الاستقرار الزوجي، وضرورة انشاء عيادات خاصة بالإستشارة الزوجية لمساعدة الأزواج على تجاوز الصراعات

أن حجم التبادل والتواصل في الحديث يرتبط ارتباطاً موجباً بالتوافق الزوجي وارتباطاً سالباً بالعدوان البدن، بينما ارتبط الجمود في المحادثات سلبياً بالتوافق الزوجي.

الجدول رقم 01: يمثل تعقيب على الدراسات السابقة

الفصل الثاني:

أنماط الاتصال

**تمهيد:**

يعد الإتصال الزوجي من أبرز المجالات التي حظيت بالإهتمام من قبل الباحثين في ميدان العلوم الإجتماعية وعلم النفس الأسري نظرا للدور المحوري الذي يلعبه في تحديد نوعية العلاقة بين الزوجين ومدى إستقرارها، فالعملية الإتصالية داخل الأسرة وخصوصا بين الزوجين، لا تقتصر على تبادل المعلومات، بل تشمل أيضا التفاعل العاطفي والنفسي الذي يسهم في بناء التفاهم وتحقيق الإنسجام. وقد أظهرت العديد من الدراسات أن أنماط الإتصال الزوجي تؤثر بشكل مباشر في جودة الحياة الزوجية، سواء من حيث الرضا الزوجي وكيفية التعامل مع الخلافات والأزمات.

## 1. تعريف الإتصال

الإتصال هو الطريقة التي تنتقل بواسطتها المعرفة والأفكار من شخص إلى آخر، ويقصد به التفاعل نتيجة التأثير المعرفي أو الوجداني.

- **الإتصال لغة:** كلمة الإتصال أصلها مادة وصلة وتعني الصلة وبلوغ الغاية، نقول وصلت الشيء وصلا والوصول خلاف الفصل.

أما عن المعنى اللغوي فأصل كلمة إتصال (**Communication**)، يرجع إلى الكلمة اللاتينية (**Communis**)، أي مشترك وعام وبالتالي فإن الإتصال بإعتباره عملية يتضمن المشاركة والتفاهم حول شيء أو فكرة أو إحساس تجاه سلوك أو فعل ما.

- **الإتصال لإصطلاحا:** الإتصال هو سلسلة السلوك اللفظي وغير اللفظي المقصود والمخطط له، يحدث بين شخصين أو أكثر يؤدي إلى تعديل السلوك أو إتجاه أو تبادل خبرات أو معلومات.

وهو العملية التي يتفاعل فيها طرفا عملية الإتصال من مرسل أو مستقبل عن طريق المشاركة الإيجابية بالسلوك اللفظي في نطاق رسائل معينة مباشرة أو غير مباشرة بهدف إحداث تأثير معين.

(بلعباس، 2015: 15)

- **الإتصال عند بعض العلماء:**

**عرفه تشارلز كولي:** على أنه ذلك الميكانيزم الذي من خلاله توجد العلاقات الإنسانية وتتمو وتتطور الرموز العقلية بواسطة وسائل نثر هذه الرموز عبر المكان وإستمرارها عبر الزمن.

**ويرى آخرون:** أن الإتصال يعني، مجموعة الأفعال والتعبيرات والأشكال التي تتم بين البشر بغرض الإبلاغ والإيحاء والإملاء للعواطف والأفكار ونقل المعاني المشتركة لأغراض الإقناع مبني على الحقائق والأدلة والشواهد.

- **وارنر warner:** هو نقل انطباع أو تأثير من منطقة إلى أخرى دون النقل الفعلي لمادة ما، أو يشير إلى نقل المطبوعات من بيئة إلى أخرى والعكس.

- **Jenne (1998):** هو عملية تنقل بيها أو بواسطتها معلومات والخبرات من فرد لأخر أو مجموعة من الناس وفق نظام معين من الرموز أو خلال قناة تربط بين المرسل والمتلقي، ويمكن أن تكون

أفعال اتصال شفوية (كلام، غناء)، وقد تكون الأفعال الاتصالية غير شفوية مثل الإيماءات، حركة الوجه، حركة الجسد، كما قد تكون رمزية وتكون مبنية على نظام رسمي تقليدي للغة كالإشارة الكلام.

وقد تكون غير رمزية مثل الإيماءات الإشارات والحركات

- **حسين طوابجي:** هو العملية أو الطريقة التي تتم عن طريقة انتقال المعلومات أو المعرفة من شخص لأخر حتى تصبح مشاعا بينهما، وتؤدي إلى التفاهم بين هذين الشخصين أو أكثر.

- **مجد حولة (2008):** هو تبادل لغوي أو غير لغوي بين فردين أو مجموعة من الأفراد يكون هناك مرسل ينتج رسالة معينة وهناك مستقبل مؤهل للاستقبال هذه الرسالة للإجابة عنها بطريقة ظاهرة.

- **كوبير وولف:** هو العملية التي تتم بواسطتها تبادل الرسائل بين المرسل والمرسل إليه

(بلعباس. 2015: 16)

- **يفسر فرويد** طبيعة التواصل الزوجي كتكوين تطوري ليبيدي ويتضح ذلك بأن الحب الذي يحمله الطفل لوالده أو والدته المختلفة عنه جنسياً، والعاطفة أو الشعور نفسه الذي سيعطيه فيما بعد إتجاه شريكه، إذا مفهوم الليبيدو هنا هو التنظيم السيكولوجي للفرد. ويتحقق هذا إذا توفرت الثقة بين الزوجين والإحترام المتبادل، وكشف كل منهما للآخر عن أسراره ويؤمن عليها من خلال التشاور المتبادل بين الزوجين وعدم التصرف بإنفراد، ويتضمن أيضاً الإحساس كل من الزوجين لمشاعر الآخر التواصل الجيد هو المدخل الرئيسي لكل علاقة زوجية إيجابية. (سميرة معطوب، أحمد بن سعد. 2022)

ومع تعدد التعريفات التي وضعت من قبل الباحثين لمفهوم الإتصال فإننا يمكن أن نعتمد تعريفاً مبسطاً وشاملاً للإتصال وهو: أن الإتصال عملية يتم بمقتضاها تفاعل بين المرسل والمستقبل ورسالة في مضامين إجتماعية معينة، وفي هذا التفاعل يتم نقل الأفكار والمعلومات والمنبهات بين الأفراد عن قضية أو معنى مجرد أو واقع معين. (أسامة، زيوش، 2018: 36)

## 2. تعريف الإتصال:

نوعية التواصل في الزواج لها دور في تحقيق السعادة والصحة النفسية والإجتماعية، تشير نتائج الأبحاث والدراسات إلى أن نوعية التواصل الزوجي أكثر أهمية بالنسبة لرفاهية الفرد وسعادته من الزواج بحد ذاته.

ويعتبر الإتصال غير الفعال من سمة العانات الزوجية، حيث يكون الزوجان غير قادران على إدارة الصراع والإتصال بشكل فعال، ويفشلان في الإستماع لبعضهما، ولا يميلان لإقتراح حلول ممكنة للمشكلات التي تواجههما، وقد يميل الزوج إلى الإنسحاب من المكان مما يبقي المشكلة معلقة، وقد يتعامل الزوج مع المشكلات أو الصراعات الزوجية بعنف مما يفاقم المشكلة ويبتتر الإتصال بين الزوجين.

كما أن الإتصال الناجح والمنظم بين الزوجين يولد بيئة تتسم بالحنان والفهم، ويعطي الفرصة للزوجين الوصول إلى توافق ناضج وإنشاء علاقة دائمة بينهما، وإنعدام الإتصال بين الأزواج يحد نمو العلاقة، ويحدث أجواء مضطربة داخل البيت تؤثر على الزوجين والأبناء.

(بلحسيني، نوبيات. 2013: 23)

**1.1 مصطلحات عن الإتصال:****أ- الإتصال الزوجي:**

تشير كلمة إتصال إلى التفاعل بواسطة العلامات والرموز ن وقد تكون الرموز لغة أو غير ذلك، تعمل كمنبه لسلوك ويقصد به في مجال العلاقة الزوجية، بدل الجهد للإتصال ومعالجة المشكل، فالإتصال هو العلاج البناء لعدم الرضا.

عرفه إيناس محمود (2014) على أنه "تفاعل يتبادل فيه الزوجين الاهتمام والمشاركة الوجدانية والمساندة المتبادلة، ويعبراً فيه عن وجهة نظرهما بدقة ووضوح، من خلال النقاش الإيجابي الجي يحتوي على المشاعر والأحاسيس ومهارة حل المشكلات لكل ما يستجد في حياتهما اليومية من مواقف، مما يعمق الفهم المشترك والتقبل الإحترام المتبادل للذات. (بخاري. 2021: 183)

**ب- التواصل الزوجي:**

يعرف الشعبي وموسى (2018. ص 162) التواصل الزوجي بأنه أحد عمليات التفاعل بين الزوجين التي تمكنهم من التواصل عن طريق الرسائل اللفظية أو غير اللفظية لإشباع حاجاتهم ورغبتهم من أجل تدعيم العلاقات القائمة بينهم.

ويذكر طعيلي وعمامرة (2014. ص190) التواصل الزوجي بأنه التبادل القائم بين الزوجين للأفكار والآراء والمشاعر والقناعات عبر إدخال رسائل لفظية أو غير لفظية.

(مايسة، منار. 2024: 902)

**3. العوامل المؤثرة في عملية الإتصال:**

**1.3 ثقة بالنفس:** يوجد فروق بين رسائل الأفراد الذين يتمتعون بثقة عالية بالنفس والأفراد ضعيفي الثقة، فالثقة الثانية لديهم مشكلات في الإتصال الفعال ويعود ذلك لعدم تأكدهم من مشاعرهم ومقدرتهم على التواصل مع الآخرين.

**2.3 البيئة والوقت والزمن:** هي واحدة من العوامل المؤثرة على سلامة الإتصال، فالتفاعل في الصباح ليس كالإتصال في نهاية يوم متعب ومرهق، والتفاعل في وقت قصير مع إنشغال الشخص بعدة افكار في ذهنه، ليس كالإتصال مع شخص متفرغ، فكل هذا يؤثر على صحة الرسالة ووضوحها.

**3.3 الحالة الإنفعالية:** هي واحدة من العوامل المؤثرة على سلامة اتصال والتفاعل مع الآخرين فالإنفعال المنخفض أو العالي قد يعود بالسلبية على التفاعل.

**4. أشكال التواصل:**

**1.4 التواصل اللفظي:** يستعرض التواصل اللفظي الكلمات والعبارات للجمل اللفظية في الإتصال مع الآخرين فوصول المعلومات يكون بإستخدام اللغة والكلمات المكتوبة والمنطوقة لأن التواصل هنا يكون

بشكل شفوي. ويضم كل أنواع الإتصال التي تستعمل فيها اللغة كوسيلة نقل للمعلومات، يستخدم اللفظ كوسيلة لتمكين المرسل من إرسال رسالته سواء كانت مكتوبة أو شفوية

**2.4 التواصل الغير لفظي:** يقصد به التعبير عن المشاعر وتوصيل المعلومات والأفكار بطرق أخرى مثلا: لغة الجسد فهي تعبر عن صورة صادقة للحياة النفسية قد تكون الكلمة غير معبرة أو بها نقص في إيصال الفكرة للطرف الأخر فنستعين بأعضاء جسمنا كتعبيرات الوجه والتحديق بالعين وطأطأة الرأس لتدعيم أفكارنا، ففي التواصل الغير لفظي تتدخل عدة أعضاء من الجسم كاليدن والوجه وتقاسيمه، كما يكون التواصل الغير لفظي على شكل تعبيرات منظمة تشير إلى مجموعة المعاني التي يقصدها الإنسان عن معاملاته مع الآخرين (محمدي، زراقي. 2022: 32)

### 5. أساليب التواصل الزوجي:

تتعدد أساليب الزوجين في التواصل الزوجي ويتباين إستخدامها ففي تباين شخصية الزوجين وطبيعة نشأتها الإجتماعية، ويمكن تحديد هذه الأساليب فيما يلي:

**1.5 الأسلوب الهجومي:** هو أسلوب يتميز بكثرة النقد واللوم الموجه للشريك والتعالي عليه وينشأ هذا الإتصال في مناخ أسري يتميز بالصراع والتباعد المستمر بين لزوجين والذي يمارس هذا الأسلوب التواصل يسي إلى إثبات ذاته على حساب مشاعر وحقوق الطرف الأخر وهذا يؤثر سلبا على التوافق بين الزوجين.

**2.5 الأسلوب التوكيدي:** هو أسلوب يمارسه الزوج عندما يقف مطالباً بحقوقه بدون الإنسحاب من الموقف أو الشعور بالذنب، ومعبرا عن مشاعره الحقيقية بصدق، وفي الوقت ذاته لا يعتدي على حقوق الطرف الأخر في العلاقة الزوجية فيراعي مشاعره ويقدر آراءه وعلى المدى البعيد لهذا الأسلوب نتائج إيجابية على العلاقة الزوجية.

**3.5 الأسلوب الغير توكيدي:** يتميز سلوك الشخص المتبع لهذا الأسلوب التواصل بالسي إلى تجنب الصراع مع الآخرين وكثرة الاعتذار والتنازل عن بعض الحقوق، مما قد يقلل من تقدير الآخرين له.

**4.5 الأسلوب العقلاني:** يتصف سلوك من يستخدم هذا الأسلوب بالتحلي بالعقلانية وعدم التهور وضبط الانفعالات والمشاعر في مواجهة المواقف، فالزوج المتبع لهذا الأسلوب التواصل يكتم عواطفه إتجاه شريكه، وما ينتج عن الحالة من التباعد والنقص في الدفئ العاطفي بين الزوجين.

**5.5 الأسلوب الإحتكاري:** إنه أسلوب تواصل يقوم على علاقة السيطرة التي غالبا ما يمارسها الرجل إتجاه زوجته التي تقابل هذه السيطرة بالخضوع لأوامر ونواهي الزوج وبالتالي يطبع جو الأسرة التباعد والمناقشات الحادة، ولا تتيح للزوجين مواجهة المشكلات وإتخاذ القرارات بطريقة تشاورية.

**6.5 الأسلوب التكافئ:** يتميز هذا الأسلوب التواصل بالإنسجام في التفاعل بين الزوجين، فالزوجان يتشاركان في اتخاذ القرارات الخاصة بالأسرة، وإذا حدث خلاف بينهما سرعان ما يتم تجاوزه بالمرونة.

**7.5 أسلوب المناورة:** إنه أسلوب يلجأ إليه الزوج أو الزوجة لتفادي المواقف الحرجة تجنباً لدخول في صراع يهدد العلاقة بينهما، ويتم استخدام طرق متنوعة في إثارة الشعور بالذنب لدى الطرف الآخر.

**8.5 الأسلوب التكاملي:** يتميز الأسلوب التكاملي في التواصل الزوجي بتكامل الأدوار بين الزوجين باعتبار أن كل طرف له خبراته ومهارته في إدارة شؤون الأسرة، وهذا الأسلوب هو أفضل الأساليب التواصلية، بحيث تؤدي الواجبات والحقوق بتوافق مما يجعل العلاقة الزوجية يسودها التفاهم والتعاون وقد يتميز أحد الزوجين بأسلوب معين في تواصله، لكن يلجأ إلى أساليب أخرى حسب المواقف التي يواجهها في التفاعل الأسري. (حلوش، 2020: 93-94)

**6. أبعاد جودة التواصل بين الزوجين:**

**1.6 بعد التواصل العقلي:** التواصل العقلي مرادف للتواصل اللفظي الذي هو أكثر أشكال التواصل شيوعاً والغرض منه نقل المعاني والأفكار والمواقف للشريك في العلاقة الزوجية والوصول إلى تفاهم حول كل القضايا المتعلقة بالأسرة ومتطلباتها واهتماماتها وطموحاتها. ويتأثر هذا التواصل بالحالة المزاجية لطرفي عملية التواصل (الزوج والزوجة)، واستعدادهما للتحدث والاستماع لبعضهما لمحتوى وطريقة التواصل. (حلوش مصطفى، 2020: 91)

**2.6 بعد التواصل الوجداني:** إن عملية التواصل الوجداني بين الزوجين ليست مجرد وسيلة لإقتسام الأفكار والمعلومات، بل هي مجموعة من الأحاسيس والمشاعر، والمواقف والأهداف المشتركة، وقد أشارت أدبيات البحث في الحياة الزوجية، على أن الناحية التعليمية تكون مهمة أحياناً لتأكيد الشعور بالحب للطرف الآخر، وذلك أن التفاعل الزوجي يقوم على المشاركة الوجدانية والتعاطف بين الزوجين وتمركز كل منهما حول الآخر.

وقد أكدت دراسة الخليل (1991) على أهمية التواصل الوجداني حيث توصلت إلى أن المتزوجين ذوي الرضا الزوجي المرتفع أكثر إيجابية للتعبير عن العواطف، وأكثر تواصلًا وجدانياً من المتزوجين ذوي الرضا الزوجي المنخفض.

**3.6 بعد التواصل الاجتماعي:** تعد العلاقة بين الزوجين ومجموعة الأقارب بما فيهم الوالدان من الجوانب المهمة في عملية التوافق الزوجي، وقد يكون لها تأثير إيجابي أو سلبي، وذلك يتوقف على طبيعة الظروف النفسية والاجتماعية التي تكتنف المواقف، ويذكر ابن مانع (1989) أن الجانب السلبي يتمثل في إعتقاد الوالدان أن الوصاية على إبنهم أو إبناتهم لا تزال قائمة بعد الزواج، مما يدفعهم إلى التدخل في الشؤون الزوجية، ومحاولة توجيههم بما يتفق مع القيم والمعتقدات التي يؤمنون

بها والتي لا تنطبق على الظروف الزوجية، مما يدعو إلى التخلي عن الأدوار المتفق عليها فيما بينهم، الأمر الذي يؤدي إلى حدوث النزاع وفتور العلاقة الزوجية، المرتبط بمؤسسة الحرة.

فالزواج هو نظام إجتماعي يتصف بقدر من الإستمرار والإمتثال للمعايير الإجتماعية.

**4.6 بعد التواصل الجنسي:** الإسلام بوجود الطاقة الجنسية في الكائن البشري كما يعترف بوجود طاقته وغرائزه الفطرية والزواج هو الطريق الجي يحقق للطاقة الجنسية هدفها الإنساني، فضلا على أنه يحقق اللذة الذاتية. وقد أكدت نتائج بعض الدراسات، منها دراسة اسمكري (2010)، ودراسة الخليل (1999) ودراسة ماينوت بأن الرضا الجنسي يلعب دورا مهما وفاعلا في تحقيق الرضا الزوجي، في حين انعدام الرضا عن العلاقة الجنسية قد يشكل خطرا على ديمومة الحياة الزوجية واستمرارها. (معطي، بن سعد: 2022)

### 7. معوقات التواصل في الحياة الزوجية:

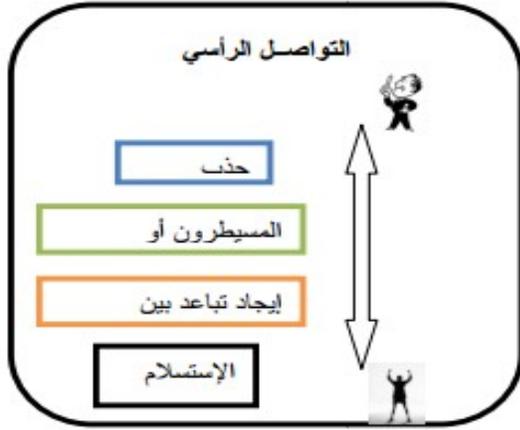
**1.7 الإتجاهات والمعتقدات:** إن اتجاهاتنا أو معتقداتنا قد تعوق تحسن ونمو علاقتنا الزوجية والإتجاهات التالية تقوض التواصل في الحياة الزوجية وتسبب الصراع وتحد من القدرة على حل المشكلات.

مثال	المعتقد
لا أريد سماع ما تقول، أنا هكذا انت تعرف أي كذلك	01 - ادعاء الصواب. - أنا على صواب.
لا تتوقع مني أن أخرجك منها اهتم بنفسك إنهم أقاربك لو أنك سمعت كلامي لما حصل ما حصل	02 - التخلي عن المساندة. " إنها مشكلتك".
الآن يجب أن تكون عرفتني، لماذا من الضروري أن تتكلم في هذا الموضوع؟ ألا تستطيع أن تعرف ما تشعر به	03 - الامتناع عن التوضيح. - يجب أن تعرف رغباتي ومشاعري
الحب يعني أن تغلب على كل صعب	04 - الحب وحده لا يكفي. - إذا كنا فعلا نحب بعضنا، فلماذا من الضروري أن تتكلم في هذا الموضوع

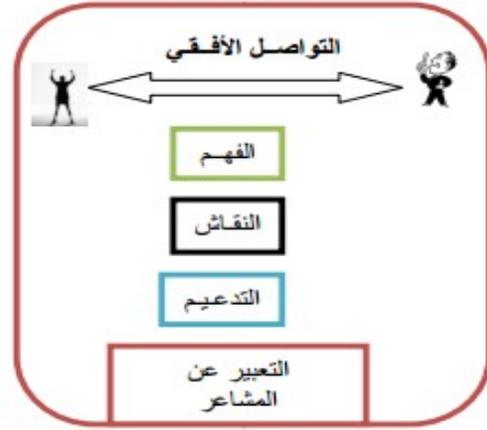
جدول رقم(02) يوضح بالأمثلة الإتجاهات والمعتقدات التي تعوق العلاقة الزوجية

**2.7 التواصل الرأسي** طور كل من هاج ألرد "Haugh Allred" وتوماس جراف "Tomas Graff" نظاما لتحسين التواصل بين الزوجين، ولقد وصف التواصل بأنه يكون إما أفقيا وأما رأسيا وعندما يكون التواصل أفقيا أو على نفس المستوى، فإننا نسعى للفهم والنقاش وللتدعيم وللتعبير عن المشاعر.

وعندما نمارس الحوار فإننا نحاول ونجذب الانتباه لنا أو نسيطر على الآخرين أو تحدث تباعدا بيننا وبين الطرف الآخر أو نستسلم ونياس.



الشكل رقم 02: يوضح التواصل اللاتوافقي



الشكل رقم 01: يوضح التواصل التوافقي

### 8. النتائج المترتبة عن الأشكال اللاتوافقية:

- ضعف الإنتاجية والفعالية.
- تدهور الأداء الاجتماعي، (تقلص العلاقات الاجتماعية للزوجين، فقر في شبكة التواصل الاجتماعي).
- العدوانية.
- فقدان الثقة في الحصول على الحب والسعادة
- اللجوء إلى علاقات خارج العلاقة الزوجية، وبالتالي الوقوع المحرمات.
- استخدام التدخين والمخدرات.
- انخفاض مستوى تقدير الذات.
- العنف بين الأزواج و الانتقام.

	نوعية الإتصال	خصائص الزوج المتصل	أثرها على الزوج المتلقي للإتصال
1	الإسترضاء	- البحث عن رضا الآخرين	الشعور بالضييق
2		- دائم الإستسلام	حياته خالية من التحدي
3	اللوم والهجوم على الآخر	- الإعتقاد الدائم بالصواب - الرغبة في التحكم بالآخرين	الشعور باللوم والنقد الدائم
4	المنطقية الزائدة	- التركيز على أن يكونوا الأقوى- لا يهتمون بالمشاعر - يفتقرون إلى التعاطف والفهم	يشعرون أنهم اذكى منهم
5	اللاعقلانية والخروج عن الموضوع	- نيل الاهتمام مهما كان الثمن - الاهتمام بحاجاتهم وإهمال حاجات الآخرين	الشعور بعدم القيمة والأهمية

الجدول رقم(03) يوضح أشكال التواصل حسب ساتير

(بلحسيني، نوبيات، 2013: 5، 6، 7)

9. أنماط الإتصال:

يعرف أنماط التواصل الزوجي بأنها الطرق التي يتواصل بها كل زوج مع الطرف الآخر، والتي تتضمن إتجاهات وطرق متعددة والتي تتم ضمن نطاق الأسرة.

ويعرفها "الزيدان" بأنها مجموعة التفاعلات الإيجابية والسلبية، بين الزوجين، والتي تشمل التأثير على المستوى الفكري والنفسي الإنفعالي وتأثر نتيجتها على فاعلية الزوجين في تحقيق الرغبات والإحتياجات، وتوفر المساندة والأمان، واستقرار العلاقة الأسرية

ولقد تناول العديد من العلماء ومختصو العلاقة الزوجية أنماط مختلفة ومتعددة للتواصل

الزوجي، فعلى سبيل المثال تناول كل من

وبني سلامة وجرادات (2014) والزيدانين (2021)، أنماط التواصل الزوجي بشكل عام حيث تم

تقسيمهما إلى نمطين رئيسيين:

أولاً: التواصل الإيجابي: (POSITIVE COMMUNICATION) وتتضمن التواصل المتعاطف، والحب، وإيصال الرسائل بوضوح، والتهنئة، ويعتبر هذا النمط من التواصل من التواصل هو حجر الزاوية في نوعية الحياة الزوجية.

ثانياً: التواصل السلبي: (NAGATIVE COMMUNICATION) وتكون العلاقة بين الأزواج على

شكل أنماط عدائية وتتضمن النقد والدفاعية، ورفض التعاون والإجتهاد في إدارة الصراع. هذا وأشارت

ساتير وهي من أبرز المعالجين الجين تناولوا أنماط التواصل الزوجي إلى خمسة أنماط وتعد الأنماط الأربعة الأولى أنماط غير تكيفية، أما النمط الخامس فهو صحي وتكفي. (مايسة، منار، 2024: 902)

**10. أنماط الإتصال إستنادا لنموذج فرجينيا ساتير:**

إن النموذج التطوري لساتير هو نموذج نظامي في العلاج الأسري، يؤكد على التكامل والإبداع والقيمة الشخصية للإنسان، وأعطت ساتير أولوية لما وراء السلوك المشكل وليس المشكلة في حد ذاتها ويعطي هذا النموذج الفرصة للأزواج لتعبير عن أحاسيسهم التي تعيق نمو العلاقة الزوجية، مثل تقدير الذات المنخفض وأنماط الاتصال اللاتكيفية، وذلك من أجل التحرر من ثقل الماضي، ومعرفة الأدوات الفعالة للمواجهة والتخلي عن التصورات المعوقة للاتصال، وتؤكد ساتير ضرورة الاهتمام بالأحاسيس والأفكار والسلوك، وتوصلت ساتير لنتيجة مفادها أن أحد مفاتيح العلاقات الإنسانية تكمن بمرونة الإتصال وإيجابيته وأكدت أن الاتصال الذي يعانين خلل وظيفي يؤدي لاختلال في العلاقات الزوجية والأسرية .

وترى ساتير أن الذات هي جوهر كل فرد، وتتألف من ثمانية أجزاء رئيسية وهي الجانب الجسدي ويشمل جسم الإنسان، الجانب الفكري ويشمل الأفكار والمنطق ومعالجة الحقائق، والجانب العاطفي ويشمل العواطف والمشاعر والحدس والجانب الحسي ويشمل اللمس والرؤية والأصوات والشم والذوق والجانب التفاعلي ويشمل الاتصال مع الآخرين، جانب السياق ويشمل الألوان، الأصوات، والضوء والمسافة، ودرجة الحرارة، جانب الغذاء ويشمل المواد الصلبة التي نتناولها والوسائل التي نشربها بالإضافة إلى الجانب الروحي ويشمل علاقة الأفراد لإيجاد معنى للحياة والروح وقوة الحياة .

إن معنى الإتصال حسب فرجينيا ساتير المتخصصة بالعلاج الأسري، هو قيام الأفراد بإرسال المعلومات وإعطاء المعاني لها ومن ثم الإستجابة على المستويين الداخلي والخارجي وبمجرد أن تصبح المعاني غير متطابقة وغير مؤكدة ومشوهة فإن الإتصال يتعرض لخلل وظيفي. ويبقى كذلك إن لم يكن للأفراد المعنيين مواقف ومناسبات كافية لإيضاحها من جهة أخرى، يتحقق أسلوب اتصال الوظيفي أو المتطابق عندما يكون هناك تناسق وتناسب بين النوايا ونتيجة الاتصال. وركزت ساتير على التوقعات التي تعبر عن رغبة عميقة في التواصل وإقامة العلاقات، ورغبة كل فرد في أن يكون محبوبا ومتقبلا، كما استطاعت ساتير من خلال عملها مع الأفراد والأسر والأزواج إستخلاص أربعة أنماط غير تكيفية للتواصل أطلقت عليها المواقف السلبية في الإتصال التي تشمل على مواقف اللوام، والمسترضي واللامبالي، والمشنت، إضافة إلى العقلاني المتطرف والمنسجم والذي يعتبر الأخير نمطا تكيفيا إيجابيا. (رائدة، 2018: 17-18)

## 11. نموذج فرجينيا ساتير:

- قامت ساتير بتصنيف أشكال الإتصال داخل الأسرة حسب عدد الأنماط، وضعت ساتير خمسة أنماط، أربعة منها سلبية، وواحدة إيجابية، وكانت بالشكل التالي:
- **المسترضي (placater):** وهو شخص ضعيف، متردد، يميل إلى الإعتذار وينكر وجود الصراعات، ويبدو لطيف بشكل عام، إذ أنه يوافق على كل شيء دائما.
  - **اللوم (blamer):** وهو الجي يجد الآخرين ملئين بالأخطاء الكثيرة، ويؤنب الآخرين على أخطائهم، كما يرى نفسه بأنه لا يتحمل مسؤولية حل الصراعات ويتصف بالسيطرة، وإصدار الأحكام على الآخرين، كما يرى نفسه بأنه أحق دائما، والآخرين على خطأ، وينكر دوره في حدوث المشكلات.
  - **المثالي (reasonblesuper):** وهو عقلاني جدا، ويتضمن أسلوبه التصلب والجمود ويبدو بعيد عن الآخرين، وغير عاطفي، إذ أنه يضبط انفعالاته ولا يعبر عن عواطفه للآخرين، ويستخدم أساليب عقلانية، ومنطقية في التواصل كما يستخدم، أسلوب المحاضرة ويتبنى مرجعية أخلاقية عالية جدا.
  - **المشتت (irrelevant):** الذي لا علاقة له وهو الجي يقوم بتشويش، وتشتيت الآخرين ولا صلة له بالعمليات الأسرية، فيبدو وكأنه لا علاقة بالأمر لتجنب المشكلات والصراعات بدلا من حلها ويتصف بالميل نحو تغيير الموضوع أثناء الحوار، ويبدو غير متصل مع الآخرين ولايقوم بتقديم المساعدة.
  - **النمط المنسجم (congruent):** وهو نموذج تكيفي في التواصل، إذ يتصف الشخص بالمرونة والانفتاح على التعبير، كما يتصف بأنه حقيقي، ويعبر بأصالة، وصدق عن نفسه، ويعبر عن انفعالاته بطريقة تسهم في حل الصراع كما يتصف هذا النمط من الاتصال بالانسجام بين الرسائل اللفظية، وغير اللفظية، والمحافظة على الاتصال البصري، وعدم إصدار الأحكام خلال التواصل بالإضافة إلى استخدام الضمير أنا.
- ومن خلال تلك الأنماط، قامت ساتير بوضع نموذج للعلاج، سمي نموذج ساتير (التفاعل/الإتصال)، يتكون نموذج ساتير (الإتصال/التفاعل) من أربعة مراحل رئيسية:
- **المرحلة الأولى (المدخلات):** وتعد الخطوة الرئيسية والأولى في جمع الخطوات الأخرى في نموذج التفاعل، فالمدخلات هي العناصر اللفظية، وغير اللفظية، والتي يقوم الفرد بإستقبالها أثناء عملية الإتصال وتشمل: المحتوى والصوت والطريقة والإشارات. وإن ما يعيق استماع الفرد للمدخلات والطريقة والإشارات والصوت بالإضافة إلى البيئة التي يكون فيها، حيث إنه في أكثر من أحيان يكون الفرد موجود ومنشغلا بأمر أخرى فيكتفي بالاستماع فقط، ولايفهم ما يريد المرسل أن يوصله له بوضوح، فيكتفي بالصمت.

- **المرحلة الثانية (المعنى)** وهو كيفية تفسير الفرد المدخلات التي يستقبلها، ماذا يرى؟ ماذا يسمع؟ ماذا يلمس؟ ومن المرسل الذي يرسل له مثل هذه المدخلات؟
  - **المرحلة الثالثة (الأهمية):** ويقصد بها حسب نموذج ساتير: كيف يشعر الفرد اتجاه المعنى والذي اكتسبه، وهل يشعر بالألم، أو بالغضب، الارتباك، أو السعادة). فالمشاعر هي إستجابة داخلية للمعنى الذي كونه الفرد.
  - **المرحلة الرابعة (الإستجابة):** تشير الإستجابة في الإتصال إلى الفعل أو التصرف أو الحديث الذي يصدر من الفرد، نتيجة لما يتم تلقيه من تصرف، أو سماعه من حديث أو ملاحظته من إشارات، والجدير بالذكر أن مراحل عملية الإتصال قد أثبتت فعاليتها عندما استخدمت من قبل المرشدين الأسريين والزوجين في مجتمعات عديدة، وترى ساتير أن إستراتيجية الجواهر لفهم كيفية تفاعل أعضاء الأسرة يتم من خلال تحليل عملية التواصل بين أعضاء الأسرة. (الجنابي، 2020: 92-93)
- 12. أنماط الإتصال الأسري:**

- **نمط إتصال مفتوح:** نجد أن تحقيق الحاجات المتبادلة للأسرى شيء مرغوب ومحبيب، ومن ثم فإن الإتصال بين الزوجين والأبناء يكون بحرية ومباشر، ويتم الإنسجام والإحترام والأمانة والصدق والإحساس بمشاعر الطرف الآخر.
- **نمط الإتصال المغلق:** يلاحظ في هذا النوع أن أنماط الاتصال والتفاعل بين الزوجين، والأبناء تحكمها مجموعة من القواعد الشديدة، تلك القواعد سواء كانت ظاهرة أو ضمنية فإنها تحدد ما الذي يمكن التعبير عنه بحرية، وما ليس من الضروري التعبير عنه على الإطلاق، فقد تظهر عدم القدرة على مناقشة الموضوعات الحساسة خشية التصادم أو حدوث ردود فعل إنفعالية غير مقبولة وبمرور الوقت تزداد هذه الموضوعات لدرجة أن الفرد يرغب في تجنبها.
- **نمط التشابك المغلق:** في هذا النمط تتميز الأسرة بالقرب الشديد بين أفرادها وفي الأنساق المتشابهة من الصعب أن نجد الإستقلال والذاتية بل نجد نقص في الخصوصية وتكون الفروق فردية غير محتملة وقد يعبر أفراد الأسرة المتشابهة عن المشاعر التي تعكس الحماية الزائدة الخاضعة، أو التي تكتم الأنفاس. وتشابك الأسرة هو أيضا نتيجة لقوى نسقية في حالة عمل وتفاعل إذ تصبح الأسرة متشابكة استجابة منها للضغوط التي تتعرض لها. (لغرس، 2020: 33)

### 13. دور التواصل في معالجة المشكلات والأزمات الأسرية:

رغم أن الأزواج يتبعون، استراتيجيات مختلفة في مواجهة المشكلات والضغوط الأسرية إلا أن علماء النفس الأسري يعتبرون الحديث المتبادل بين الزوجين والإنصات، لعضهما البعض من أهم الإستراتيجيات المستخدمة في التعرف على المشكلات الحقيقية للأسرة وتحليلها وحلها، وتجنب الأسرة حالات النزاع، وأنماط من التفكك الأسري. لذا من الضروري أن يتعلم الزوجان الحوار

(الحوار، المناقشة، الإنصات، الإقناع، وتقبل رأي الآخر)، سيتخذ كل واحد منهما الآخر مستشار لمشكلاته يعرضها عليه، ويناقشه فيها بأسلوب مسؤول وبناء، ويعملان على تعلم مهارات التواصل إلى الأبناء حتى يصبح التواصل الأسري أسلوب حياة للأسرة ويدركان أن الكثير من المشكلات الأسرية يمكن التخفيف من حدتها عن طريق الحوار والنقاش الهادئ.

إن التواصل الزوجي الفعال يمكن الزوجين من إدارة الصراعات وحل المشكلات وتذليل الصعوبات التي تعكر صفو العلاقة الأسرية، فبالتواصل تناقش القرارات الأسرية الهامة وتتقارب وجهات النظر وتبلور الإستراتيجيات الفعالة في معالجة المشكلات الطارئة كما أن التواصل المستمر والمنفتح بين الزوجين يقي الأسرة من الكثير من المشكلات. ويشير الباحثان (ليفير كيارنوبرادبوري) أن سبب أكثر المشكلات المتكررة بين الزوجين يعود إلى إستخدام أساليب الإتصال غير الفعالة وحدوث جدالات بدون جدوى منها فالحوار السلبي والتواصل الخاطئ التعجيزي، التسلطي، المنغلق المناور، العدوانية مصدر للخلافات الزوجية والمشكلات الأسرية بينما التواصل الحضاري القائم على الإنصات إلى الشريك الأسري وتقبله هو الذي يحل الخلافات ويحول دون تحولها إلى مشكلات معقدة (حلوش، 2020: 97)

وتؤكد ساتير على عدد من النقاط التي يتوجب أن يعمل عليها المرشد الأسري للوصول بالأسرة لبر الأمان وتجاوز الصعوبات التي من شأنها تدمير النسق الداخلي للأسرة. تدريب أعضاء الأسرة على بناء الخبرة الإنفعالية السارة في الأسرة مما يزيد فترة السعادة والأوقات الإيجابية والابتعاد عن الخبرة السلبية والتي تعمل على الكآبة داخل الأسرة ولا تتيح لها التواصل الجيد.

الطاقة في التعبير والإبتكار وإنفتاح الفرد على الآخرين وخوض المخاطر لأن كبت المشاعر وعدم معرفة مشاعر الآخرين تضعف تواصل الأسرة وعند الإفصاح عن المشاعر يكون هناك قوة في الإتصال.

تدريب أعضاء الأسرة على السيطرة على المشاعر الشخصية. أي أن الفرد يجب أن يحترم مشاعر الآخرين فلا يبدي فرح شديد داخل الأسرة عند وجود صعوبات أو مشكلا أو حزن داخل الأسرة والعكس صحيح.

تدريب أفراد الأسرة على الإستماع إلى بعضهم البعض وتدعيم الصلة وإبداء الوضوح ومناقشة الإختلافات بموضوعية وهذا الأمر مهم جدا لأن أغلب المشكلات الأسرية تأتي من عدم سماع الآخرين ومقاطعة الحديث مما يشكل غموض للشخص المتلقي واستياء من المتحدث وتقول ساتير: أمل أن نتعلم الإنصات للآخرين وإذا لم ترد ذلك أو لم تستطعه فلا تتظاهر بالإستماع بل قل: لا أستطيع الإنصات الآن، وبهذا نقلل الأخطاء.

تحرير أعضاء الأسرة من العيش بالماضي وتحسين العلاقات فيما بينهم مما يساعدهم في تكوين أسرة ذات تفاعل إيجابي، يضيفي على الأعضاء، وبمعنى آخر أنساقها الفرعية مناخا صحيا ينعكس على ذات أعضائها.

وترى ساتير أن شكاوى وألم الأسر هي أعراض لإختلاف وظيفي. (الجنابي، 2020: 94)

#### 14. مهارات التواصل بين الزوجين:

تتضمن مهارات التواصل الفعال في أنماط الإتصال نوردها مايلي:

- إتصال مبني على إظهار الشخص لشريكه رغبته في تحمل المسؤولية مثل (استخدام أحدهما الضمير أنا خلال الموقف أو المشكل بدلا من أن يلوم شريكه).
- إتصال مبني على تدعيم وجود الآخر مثل إستخدام الإتصال البصري للتعبير عن إستمتاعه واهتمامه بالآخر.
- إتصال مبني على التركيز على إيجاد حل جيد للمشكلة مثال (التركيز حول كيفية سيكون الوضع بالمستقبل بدلا من كيف أن علاقتهما أصبحت فاشلة).

#### 15. مهارات التواصل الفعال:

- أن تكون على وعي بأفكارك ومشاعرك الحقيقية، أن تشارك الآخرين في وعيك هذا.
- أن تعبر عن مشاعرك بطريقة صادقة تنطوي على الاهتمام عن طريق أن تقول ما تشعر به دون إلقاء اللوم على الآخر.
- أن تشارك الطرف الآخر في فهم المعاني وتحرص على فهم ما يعنيه بدورك.
- أن تشارك الآخرين في مقاصدك
- أن تعطي طاقة إيجابية.
- أن تؤكد على المشاعر الإيجابية من خلال التعبير عن طرق قبولكما وتقدير الطرف الآخر.
- أن تعبر عن الأفكار والمشاعر السلبية بطريقة معقولة. (بلحسيني، نوبيات، 2013: 05)

#### 16. التفاعل الإيجابي بين الزوجين:

وهناك طريقة أخرى للنظر في مسألة التكافؤ، تتمثل بالنظر إلى عامل الرضا عن الحياة الزوجية، فقد وجد لدى استعراضه لعدد من الدراسات التي تناولت موضوع الرضا من الحياة الزوجية أنماط التواصل بين الزوجين، أن الزوجين السعيدين يتبادلان قدرا أكبر من الإشارات اللفظية وغير اللفظية مقارنة بالأزواج غير السعداء، وأن هذه الإشارات تتسم كذلك بدرجة أعلى من الإيجابية كما أن الأزواج السعداء يعبرون عن اتفاقهم مع أزواجهم ويستحسنون آراءهم واقتراحاتهم ويتحدثون عن علاقتهم معهم بقدر أكبر من الأزواج غير السعداء، كما أن الفئة الأولى تبدي استعدادا أكبر للتواصل إلى حلول وسط القرارات الصعبة مقارنة بالأزواج من الفئة التالية، وقدم "سبانير ولويس" دليلا على

أهمية التفاعل الإيجابي بين الزوجين ويقول هذان الباحثان بوجود ثلاثة عناصر في العلاقة المستدامة وهي الإثارة المتحققة من التفاعل الزوجي، الرضا عن أسلوب الحياة، وكفاية الموارد الشخصية، تشمل الإشارات التي أشار إليها، احترام القرين وإشباع حاجاته العاطفية، وفي حال توافر العناصر الإيجابية فإن الزوجين يصرحان بدرجة عالية من الرضا عن علاقتهما الزوجية وتقوية فرصة دوام علاقتهما. (قاسم. 2017 : 151-152).

# الفصل الثالث: جودة حياة

## المتزوجين

**تمهيد**

تعد جودة الحياة الزوجية من أهم العوامل التي تؤثر على سعادة الأفراد واستقرارهم النفسي والاجتماعي. فهي مؤشرا قويا لاستقرار الزواج، لذلك فإن فهم العوامل التي تؤثر على جودة الحياة الزوجية والعمل على تعزيزها يساهم في بناء علاقات قوية ومستقرة مبنية على الحب والتفاهم والمودة والرحمة لتحقيق سعادة زوجية دائمة ولذلك سنتطرق في هذا الفصل إلى مفهوم جودة الحياة ومكوناتها وكذا الأبعاد والاتجاهات المفسرة لجودة الحياة وكذا مفهوم جودة الحياة الزوجية بصفة خاصة

**أولاً: جودة الحياة****1. تعريف الجودة الحياة**

- اللغة: الجودة من الفعل جاد، جود، جودة أي صار جيداً، وهو ضد الرديء، جود الشيء: أي حسنه وجعله جيد، وقال ابن منظور: الجودة في اللغة من الفعل جود، وجاد الشيء جودة: أي صار جيداً وقد جاد جودة وأجاد: أي أتى بالجيد من القول أو الفعل. (قاضي ومختار، 2024 : 44)

- اصطلاحاً:

- **تعريف جودة الحياة:** إن مفهوم جود الحياة من المفاهيم المحيرة، نظراً لاستخدامه كثيراً في المواقف المختلفة وفروع العلم المتعددة، فيمكن أن يشير إلى الصحة أو السعادة أو إلى تقدير الذات أو الصحة النفسية أو الرضا عن الحياة.

- ويعرفه عبد المعطي (2005) بأنها: تعبير عن الإدراك الذاتي للفرد وتقييمه للنواحي المادية المتوفرة في حياته، ومدى أهمية كل جانب منها بالنسبة للفرد في وقت محدد، وفي ظل ظروف معينة ويظهر بوضوح في مستوى السعادة أو الشقاء الذي يكون عليه، ويؤثر بدوره على تعاملات الفرد وتفاعلاته اليومية. (مليكة، 2021: 278)

**تعريف الطب النفسي لجودة الحياة:**

هي التعبير عن الحالة الايجابية من الصحة النفسية والبدنية والاستمتاع بالحياة وتستخدم المقاييس الكيفية لتحديد مواصفات الحالة النفسية بالمقارنة بالمقاييس الكمية التي تحدد درجة وشدة الحالة. (مريم ورقاد، 2024: 287)

- **تعريف المنظمة الصحية العالمية (1995):** بوصفه أقرب التعريفات إلى توضيح المضامين العامة لهذا المفهوم، إذ ينظر فيه إلى جودة الحياة بوصفها "إدراك الفرد لوضعه في الحياة في سياق الثقافة وأنساق القيم التي يعيش فيها ومدى تطابق أو عدم تطابق ذلك مع أهدافه، توقعاته، قيمه، واهتماماته المتعلقة بصحته البدنية، حالته النفسية، مستوى استقلالته، علاقات الاجتماعية، علاقاته الشخصية، علاقته بالبيئة بصفة عامة، وبالتالي فإن جودة الحياة بهذا المعنى تشير إلى تقييمات الفرد الذاتية لظروف حياته". (الجوازنة، 2019: 300)

عرفها رينيه وآخرون: بأن جودة الحياة إحساس الأفراد بالسعادة والرضا في ضوء ظروف الحياة الحالية، وأنها تتأثر بأحداث الحياة والعلاقات وتغير حدة الوجدان والشعور، كما يرتبط تقييم جودة الحياة الموضوعية والذاتية ويتأثر باستبصار الفرد.

وعرفها كومنس: تشير إلى الصحة الجيدة أو السعادة أو تقدير الذات أو الرضا عن الحياة أو الصحة النفسية. (شهيناز وبوعريفة، 2022: 45)

ومنه نستنتج أن لجودة الحياة تعاريف عديدة تختلف من شخص إلى آخر من الناحية النظرية والتطبيقية، فهي البناء الكلي الشامل التي تهدف إلى إشباع الحاجات الأساسية للأفراد ومازال هجا المفهوم غير واضح ويتسم بالغموض.

## 2. مجالات جودة الحياة:

أكد الكثير من الباحثين أن جودة الحياة هي نظام معقد يضم عدة مجالات:

**1.2 المجال النفسي:** يرى الكثير من الباحثين أن المجال النفسي لجودة الحياة يتضمن جميع المشاعر والحالات العاطفية الايجابية.

ويرى البعض الآخر أن هذا المجال يعتمد على غياب المؤثر السلبي مثل القلق والاكتئاب. بمعنى آخر أن تقييم الحالات العاطفية السلبية من خلال المقياس الذاتي المخصص لقياس جودة الحياة يعتبر عنصرا مهما لتحديد بعض الجوانب النفسية المتعلقة بجودة الحياة التي يمتاز بها كل فرد.

**2.2 المجال الاجتماعي:** يرى جريفن 1988 أنه يجب الاهتمام أكثر بنوعية العلاقات الاجتماعية لأفراد أكثر من الاهتمام بكمية هذه العلاقات وهو يحدد عنده المجال الاجتماعي لجودة الحياة. أما فلاناجون 1982 فهو يهتم بكمية العلاقات الاجتماعية، حيث يرى أن هذا المجال يندرج ضمن طريقة الفرد في تقييم الوظائف الاجتماعية. (تقدير الذات الاجتماعية، الإحساس بتحقيق الذات، النجاحات والفشل....) وكذلك أهمية التطرق إلى فعالية الشبكة الاجتماعية لأفراد (التكوين، الكثافة، التشبث الجغرافي، وتيرة الاتصال بين الأفراد كثافة العلاقات ...إخ)

من خلال هذين الاتجاهين نجد أن المجال الاجتماعي لجودة يتضمن من جانب نوعية العلاقات الاجتماعية، ومن جانب آخر يركز على المجال الاجتماعي لكمية العلاقات الاجتماعية.

**3.2 المجال البدني:** يدمج الباحثين تحت هذا المجال الصحة البدنية والقدرات الأدائية، حيث تتضمن الصحة البدنية كل من الطاقة والحيوية، التعب، النوم، الراحة، الآلام الأعراض ومختلف المؤشرات البيولوجية وتتضمن القدرات الأدائية الوضع الوظيفي، تنقل الفرد، الأنشطة اليومية التي تمكن الفرد من الأداء ومن الاستقلالية النسبية.

ومنه فعليه فإن جودة الحياة تتأثر بعدة مجالات مترابطة بين النفسي والاجتماعي والجسمي ويؤدي توازنها إلى تحقيق رفاهية الفرد والمجتمع.

### 3. أبعاد جودة الحياة:

لمفهوم جودة الحياة (نوعية الحياة) أبعاد عدة فهناك من وضع سبعة محاور لأبعاد جودة الحياة تمثل في مجموعها جودة الحياة وهي:

- التوازن الانفعالي: ويمثل في ضبط الانفعالات الإيجابية والانفعالات السلبية كالحزن والكآبة والقلق

...

- الحالة الصحية العامة للجسم.

- الاستقرار المهني: حيث يمثل الرضا عن العمل بعدا هاما في جودة الحياة.

- الاستقرار الأسري: واستمرارية العلاقات داخل البناء العائلي.

- التواصل الاجتماعي: حيث استمرارية وتواصل العلاقات الاجتماعية خارج نطاق البناء العائلي.

- الاستقرار الاقتصادي: وهو يرتبط بدخل الفرد الذي يساعده على مواجهة الحياة. (وفاء، 2020: 23)

ويذكر "ويدرال" أن هناك اجتماعا على وجود أربعة أبعاد رئيسية لجودة الحياة هي:

- البعد الجسمي: وهو خاص بالأمراض المتصلة بالأعراض.

- البعد الوظيفي: وهو خاص بالرعاية الطبية ومستوى الضبط الجسمي.

- البعد الاجتماعي: وهو خاص بالاتصال والتفاعل الاجتماعي مع المحيطين.

- البعد النفسي: وهو خاص بالوظائف المعرفية والحالة الانفعالية والإدراك العام للصحة، والصحة

النفسية والرضا عن الحياة والسعادة. (الهنداوي، 2010: 40)

نستنتج في الأخير أن أبعاد جودة الحياة تشمل الصحة، الوضع الاقتصادي، العلاقات

الاجتماعية وهي مترابطة، تأثر في تحقيق الشعور بالراحة والسعادة.

### 4. الاتجاهات المفسرة لجودة الحياة:

توجد أربعة اتجاهات رئيسية في تفسير جودة الحياة:

**1.4 الاتجاه الفلسفي:** ينظر إلى جودة الحياة من منظور فلسفي على أن هذه السعادة المأمولة لا

يمكن للإنسان الحصول عليها إلا إذا حرر نفسه من أسر الواقع وحلق في فضاء مثالي يدفع للإنسان

إلى التسامي على ذلك الواقع الخائق وترك العنان للحظات من خلال إبداعه، وبالتالي فجودة الحياة

من هذا المنظور "مفارقة الواقع تلمسا للسعادة المتخيلة حاملة يعيش فيها الإنسان حالة من التجاهل

التام للآلام ومصاعب الحياة والذوبان في صفاء روحي وفارق لكل قيمة مادية".

**2.4 الاتجاه الاجتماعي:** الاهتمام بدراسات جودة الحياة قد بدأت منذ فترة طويلة وقد ركزت على

المؤشرات الموضوعية في الحياة مثل معدلات الوفيات، معدلات المواليد، نوعية السكن، إضافة إلى

مستوى الدخل، وهذه المؤشرات تختلف من مجتمع إلى آخر وترتبط جودة الحياة بطبيعة العمل الذي يقوم به الفرد وما يجني من عائد مادي من وراء عمله ومكانته المهنية وتأثيره على الحياة، ويرى العديد من الباحثين أن علاقة الفرد مع الزملاء تعد من العوامل الفعالة في تحقيق جودة الحياة فهي تؤثر بدرجة ملحوظة على رضا أو عدم رضا الفرد عن عمله. (محمد، 2015: 206)

**3.4 الاتجاه النفسي:** إن الحياة بالنسبة للإنسان هي ما يدركه منها حتى أن تقييم الفرد للمؤشرات الموضوعية في حياته كالدخل، المسكن، العمل، والتعليم يمثل انعكاساً مباشراً لإدراك الفرد لجودة الحياة في وجود هذه التغيرات بالنسبة لهذا الفرد وذلك في وقت محدد وفي ظل ظروف معينة ويظهر ذلك في مستوى السعادة والشقاء الذي يكون عليه، ويرتبط بمفهوم جودة الحياة العديد من المفاهيم النفسية منها: القيم، الإدراك الذاتي، الحاجات، مفهوم الاتجاهات، مفهوم الطموح، مفهوم التوقع، إضافة إلى مفاهيم الرضا، التوافق، الصحة النفسية ويرى البعض أن جوهر جودة الحياة يكمن في إشباع الحاجات كمكون أساسي لجودة الحياة وذلك وفق لمبدأ إشباع الحاجات في نظرية "إبراهام ماسلو".

**4.4 الاتجاه الطبي:** ويهدف هذا الاتجاه إلى تحسين جودة الحياة للأفراد الذين يعانون من أمراض جسمية مختلفة أو نفسية أو عقلية وذلك عن طريق البرامج الإرشادية والعلاجية التي تتعلق بالوضع الصحي وفي تطوير الصحة. (فوزية وبوعيشة، 2013: 06-07)

ومنه نستنتج أن لكل اتجاه تفسيره الخاص لجودة الحياة، فمنه من يرجعها إلى عوامل نفسية وأخرى اجتماعية أو فلسفية وغيرها، وأن كل باحث حاول تبرير أهمية تخصصه في مجال جودة الحياة، تفسيرها ووصفها ومعرفة أهم مؤشرات ومداخلها وكيفية تحقيقها.

## 5. مقومات جودة الحياة:

يمكننا القول بأن جودة الحياة مفهوم نسبي يختلف من شخص إلى آخر حسب ما يراه من معايير تقييم حياته وتوجد عوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات الحياة وهي:

- الصحة العامة التي تعتبر فيها تأثير الصحة على الجانب المرضى.
- قدرة الإنسان على أداء الوظائف اليومية.
- القدرة على التفكير واتخاذ القرارات.
- اختيار الإنسان لنمط حياته وتأديته للأنشطة والقدرة على التنفيذ.
- التكاليف الاقتصادية والاجتماعية.
- المعتقدات الدينية والقيم الثقافية والحضارية ومعايير وأساسيات المعيشة والدخل.
- الرضا عن أساسيات المعيشة وخيارات بيئية وجودتها.
- تحليلات المجال الاجتماعي.
- المقارنة بين المناطق الحضرية والريفية.

➤ أنماط الحياة.

➤ الرفاهية. (بن سليمان، وبوازي، 2023: 38)

وتشير دعاء صاوى إلى العديد من التغيرات النفسية الاجتماعية ومن بينها:

- الشعور بالدفء في الحياة: من العوامل المؤثرة في تحقيق التوافق النفسي.
- العلاقات الاجتماعية الناجحة: نجاح العلاقات الاجتماعية التي تساعد على شعور بجودة الحياة.
- العناية بالصحة الجسمية والمظهر الجسدي: تتضمن الاهتمام بالصحة الجسمية وتحسين العادات الغذائية.
- الالتزام القيم الدينية: من أهم العوامل التي تشعر الفرد بأن حياته ذات معنى وهدف ويتحمل بعض مشكلاته في سبيل الحصول على الثواب والجزاء. (ظاهر، 2018: 07)
- وعلية نستنتج أن جودة الحياة تعتمد على مقومات أساسية مثل الصحة العامة، الاستقرار الاقتصادي مما يساهم في تحقيق راحة الانسان.

#### 6. مؤشرات قياس جود الحياة:

حدد (falliwfield, 1990) مؤشرات قياس جودة الحياة فيما يلي:

- المؤشرات النفسية: وتتجلى في شعور الفرد بالقلق والاكتئاب أو التوافق مع المرض أو الشعور بالسعادة والرضا.
- المؤشرات الاجتماعية: وتتضح من خلال العلاقات الشخصية ونوعيتها فضلا عن ممارسة الفرد للأنشطة الاجتماعية والترفيهية.
- المؤشرات المهنية: تتمثل بدرجة رضا الفرد عن مهنته وحبها لها والقدرة على تنفيذ مهام وظيفته وقدرته على التوافق مع واجبات عمله.
- المؤشرات الجسمية والبدنية: وتتمثل في رضا الفرد عن حالته الصحية والتعايش ومع الآلام والنوم والشهية.
- المؤشرات الوجودية: تتمثل في الحياة الجيدة للفرد من خلال التوافق مع الأفكار والقيم الروحية.

(مواكبة، 2020: 24-25)

نستنتج في الأخير أن جودة الحياة تتأثر بمؤشرات متعددة مثل المستوى الاجتماعي، المهني، النفسي الذي يوفر صورة شاملة عن رضا الأفراد عن حياتهم.

ثانيا: مفهوم جودة الحياة الزوجية:

تعريف نادية بلعباس (2016): بأنه التوافق والسعادة في الحياة الزوجية التي يعيشها الزوجان والتي تتميز بالمؤشرات التالية: "التفاعل الزوجي، التوافق الجنسي، وارتفاع

مستوى المعيشة، وتوفر الصحة والارتياح الشخصي، ووجود الأنشطة المشتركة بين الزوجين". (بلعباس، 2016: 13)

- شعور الزوجين اتجاه العلاقة وهناك عدد من المؤشرات الدالة عليه مثل: التفاعل الزوجي، التواصل، المودة والانسجام والسعادة والرضا. (الفوزان، 2020: 378)

- تعد جودة الحياة الزوجية أو جودة الزوجية مفهوم نسبي يرتبط بالتقييم الذاتي للزوجين اتجاه بعضهما البعض، كالشعور بالسعادة والرفاه والرضا والتكيف الزوجي ومنه ما يكون متعلق بالتقييم الموضوعي المرتبط بالحالة الاقتصادية والصحية والبيئية للزوجين، فإما يكون مستوى الجودة الزوجية عالي أو منخفض وهذا متوقف على مدى الاستقرار والتكيف الزوجي.

- يعد مفهوم جودة الحياة الزوجية مفهوما ديناميكيا متعدد الأبعاد بسبب طبيعة العلاقات الزوجية ونوعيتها المتغيرة باستمرار مع مرور الوقت. (ابراهيم، د.س: 03)

- ويعرفها (carr and springer, 2010): بأنها بناء واسع يتضمن مجموعة من التفاعلات الزوجية الإيجابية والسلبية والتي تشمل الأنشطة المشتركة من قبل الزوجين، الخلافات، المشكلات الزوجية، وكذلك مشاعر المرء اتجاه زوجه ومستوى الرضا عن العلاقة.

ومن ناحية أخرى تعرف بأنها درجة الرضا التي يشعر بها الفرد اتجاه مظاهر حياته المختلفة، ومنها العلاقة الزوجية، وسعادته والاهتمام بالخبرات الشخصية ويتوقف ذلك على عوامل ترتبط بأفكاره حول حياته.

من خلال هذه التعاريف نستنتج أن العلاقة الزوجية عبارة عن علاقة اجتماعية تعتمد بشكل أساسي على المشاركة، تفاعل إيجابي بين الزوجين يسودها الحب والمعاملة الطيبة لتحقيق حياة زوجية سعيدة.

## 7. النظريات المفسرة لجودة الحياة الزوجية:

**1.7 نظرية ماركس:** وضع هذه النظرية ويشير فيها إلى أن جود الحياة الزوجية هي تقييم للفرد العام للعلاقة الزوجية وتعتمد هذه الطريقة على الأسلوب الذي من خلاله ينظم المتزوجون أنفسهم بشكل منسق داخل مثلث يضم أولاً: نوعية العلاقة الزوجية، وثانياً: كيفية تفاعل الزوج والزوجة مع بعضهم البعض. وثالثاً: مواجهة المواقف الضاغطة.

وذكر ماركس في السياق نفسه ثلاث عناصر مهمة تختص بجودة الحياة الزوجية.

- العنصر الأول "الذات": وتتضمن سمات الفرد، ودوافعه وطاقاته المختلفة التي تشكل التي تشكل من خلالها خبراته في الحياة.

- العنصر الثاني "التفاعل مع الشريك الآخر".

- العنصر الثالث "نقاط التركيز خارج العلاقة".

ومن ذلك يمكن إسقاط هذه النظرية على الدراسة الحالية أنه كلما كان التواصل بين الزوجين يبعث إلى الطمأنينة كلما أدى إلى استقرار الحياة الزوجية وجودتها، ويحدث العكس إذا كان التواصل مختلفا فيه توتر وصراع مما ينعكس سلبيا على الحياة الزوجية.

**2.7 نظرية التبادل الاجتماعي:** طبقا لهذه النظرية يتم رؤية العلاقات بين الأفراد على أنها تبادل للقواعد حين يفترض أن الأفراد في العلاقات التبادلية يقومون بتقييم القاعدة مع توقع تلاقيها في نفس الوقت.

وتتأثر حسابات العائد والتكلفة والربح في التفاعل الزوجي بعوامل نفسية: توقعات كل من الزوجين الآخر وإدراكه لتوقعات الآخر منه، فعندما يجد كل من الزوجين ما كان يتوقعه من الآخر فإنه يشعر بأنه ربح نفسيا.

ومما سبق وفقا للتبادل الاجتماعي فإن الزوجان يستمران في التفاعل الاجتماعي معا ويشعران بالموودة والتعاون عندما يجد كل منهما نفسه رابحا من تفاعله مع الآخر ويتوقعات عن التفاعل عندما يجد أحدهما أو كلاهما نفسه خاسرا نفسيا من هذا التفاعل حين تكون العلاقة بين رضا أحد الزوجين عن الآخر علاقة متبادلة مما ينعكس ذلك على جودة الحياة الزوجية.

**3.7 نظرية العوامل اللاشعورية:** يرى فرويد أن الصراع يحدث في الأصل بين رغبتين متقاربتين وذكر نوعين من الصراع بين الرغبات يحدث أحدهما في دائرة الشعور وينتهي بحكم النفس لصالح إحدى الرغبتين والتخلي عن الأخرى، وهذا الحل السليم للصراع لا ينتج عنه ضرا للنفس، ولكن النوع الثاني من الصراع الذي يلجأ فيه النفس بمجرد حدوث الصراع إلا من إحدى الرغبتين عن الشعور وكتبها، وينتج عن ذلك أن تبدأ الرغبة المكبوتة حياة جديدة في اللاشعور.

وعلى هذا قد يكون عدم الرضا بين الزوجين يرجع إلى التعارض والصراع بين الرغبات الشعورية والرغبات اللاشعورية، وخاصة إذا كان الاختيار مدفوعا بالرغبات اللاشعورية ففي الحالات السوية غالبا ما تتم عملية اختيار الفرد لشريك حياته على أساس التفاعل المركب بين الرغبات الشعورية واللاشعورية ولا بدا من أن يتوفر في الشريك سمات شخصية وجسمية معينة والتي من شأنها أن تثير الإعجاب الجنسي لدى الطرف الآخر. أما في الحالات الغير سوية إذا لم يستطيع الشخص التخلص من الرغبات اللاشعورية المتخيلة قد تعترض الرغبات الشعورية على نفس الشخص وعلى هذا فإن جودة العلاقة الزوجية قد تكمن في التوافق بين الرغبات الشعورية واللاشعورية بين الزوجين.

**4.7 نظرية التعلق الوجداني:** وضع كل من بولبيوانيز ورون نظرية التعلق التي تهتم بالروابط والعلاقات التي تنمو إذ ترتبط جودة العلاقات الزوجية بأنماط التعلق الوجداني لما لها من تأثير مهم على السلوك في العلاقات الاجتماعية إذ أن لها دورا في اختيار شريك الحب، فالراشدون يختلفون في خبراتهم في الحب ولذلك فنمط المحيين الآمن لديهم علاقات تتسم بالسعادة والثقة والصداقة والتواصل بصورة ناضجة، أما نمط المحب المقلق لديهم علاقات تتسم بالمشاعر المرتفعة والمنخفضة بالغيرة والانشغال الوسواس بالشريك كما نجدهم يتصرفون بطريقة أكثر سلبية ولا يقدمون المساندة لشركائهم كما لا يساهمون في صورة بناءة في حل المشكلات .

إذن التعلق الوجداني الآمن بين الزوجين يتميز بالعديد من العوامل الايجابية بجودة العلاقة الزوجية كوجود مساندة نفسية واجتماعية بين الزوجين وكذلك القدرة على حل الصراعات والخلافات بينهم وارتفاع الشعور بالثقة والحميم بين الزوجين. (محمد، 2022: 136-137)

في الأخير نقول أن نظريات جودة الحياة الزوجية تركز على السعادة الزوجية وتعتمد على التواصل الفعال، الدعم العاطفي الرضا عن العلاقة مما يجعل العلاقة أكثر استمرارا.

### ثالثا: التوافق الزوجي:

#### 1. تعريف التوافق الزوجي:

التوافق في القاموس يعني المواءمة أو الملائمة، والتوافق في الحياة الأسرية هو النتيجة الايجابية للتفاعل بين طرفي الزواج وهو نتيجة طبيعية لجهد يبذله جميع أطراف الزواج والحياة الأسرية لكي تحدد القواعد السليمة للتفاعل المتبادل بين الأطراف. (المالك و ربيع، 2006: 74)

- تعريف كارل روجرز (1972): بأنه قدرة كل من الزوجين على دوام حل الصراعات العديدة، والتي إذا تركت حطمت الزواج، إن التوافق الزوجي هو استجابة سلوكية ثنائية تشتمل على التوفيق في الاختيار للزواج والاستعداد للمسؤوليات الزوجية، والتشابه في القيم والاحترام المتبادل والتعبير عن المشاعر والإشباع الجنسي، والاتفاق في الأمور المالية وفي أساليب التربية للأبناء، والاتفاق مع الأسرة الأخرى. (الصغير، 2014: 353)

- تعريف بال: التوافق الزوجي بأنه نتاج لتفاعل بين شخصيتين الزوجين، ولا يوجد نمط معين من أنماط الشخصية يمكن القول بأنه نمط ناجح زواجيا أو فاشلا زواجيا، ولكن التفاعل بين شخصيتي الزوجين هو الذي يحدد نجاح الزواج أو فشله. (خلاصي، 2015: 735)

✓ تعريف خليل (1999): هو درجة التواصل الفكري والوجداني والعاطفي والجنسي بين الزوجين بما يحقق لهما اتخاذ أساليب توافقية سوية تساعدهما على تخطي ما يعترضهما في حياتهما الزوجية من عقبات وتحقيق أقصى قدر معقول من السعادة والرضا. (عائشة، 2023 : 13)

✓ التوافق الزوجي هو الاستعداد للحياة الزوجية والحب المتبادل والاشباع الجنسي وتحمل مسؤوليات الحياة الزوجية والقدرة على حل مشكلاتها، وتصميم كلا الزوجين على مواجهة المشكلات المادية والاجتماعية والصحة والحرص على دوام العلاقة الزوجية. (مدقن، 2022: 215) وعليه فإن التوافق الزوجي يرتبط بقدرة كل من الزوجين على القيام بأدوارهما على أكمل وجه، على التواصل بينهما والتوافق الجنسي والمسايرة.

## 2. مجالات التوافق الزوجي:

أشار علماء النفس إلى أن التوافق الزوجي يحدث في عدة مجالات حياتية ترتبط بالشريكين ويمكن تلخيصها فيما يلي: (أمينة و بلفاسمي، 2022، صفحة 41)

المجال	التوضيح
الاتصال الفعال	سواء الاتصال اللفظي أو غير اللفظي، وكذلك من خلال الإيماءات، الإشارات اليدوية وتعبيرات الوجه.
حل المشكلات	الحالية وعدم ترك المشاكل عالقة.
الاشباع الجنسي	الذي يشبع فيه حاجاته بشكل مناسب بمعنى تحقيق الإشباع بشكل مشترك في العلاقات الحميمة.
إدارة التمويل	بمعنى تحمل المسؤولية المالية والإتفاق على التعاون فيه.
نوعية الاصدقاء	التقاهم في اختيار الاصدقاء المناسبين سواء للزوج أو الزوجة.
التوجهات الدينية	إلتزام الزوجين بالتعاليم الدينية وتطبيق أحكامه.
الأقارب	مدى رضا الزوجين عن أقارب بعضهما والتعامل معهم بلطف.
الدور	أن يقوم كل فرد منهما بتحمل مسؤوليته والقيام بدوره الموكل إليه.
التعاون والمسؤولية	التشارك في إتخاذ القرار الذي يخص الأسرة.
حل الصراعات	الرغبة في حل الصراع أو التقليل منه بقدر الإمكان.
تطور الزوجين	مدى رغبة الشريك في التطور والتعلم حتى يتمكن كل منهما من فهم حاجات الآخر.
قضاء الوقت	القدرة على حسن استثمار وقت الفراغ وإيجاد نشاطات مشتركة بينهما.

### جدول رقم (04) يوضح مجالات التوافق الزوجي

في الأخير نستنتج أن مجالات التوافق الزوجي متعددة مثل الإتصال الفعال، الإشباع الجنسي، التعاون والمسؤولية ويؤدي توازنها إلى تحقيق السعادة الزوجية.

**3. العوامل التوافق الزوجي:**

**1.3 الاتصال:** إن الاتصال هام جدا في الزواج وحتى بتحسّن الاتصال بين الزوجين يجب اختيار الوقت المناسب، لمناقشة أي مشكل، كما يجب أن يتعلم كل واحد منهما لغة الآخر مما في ذلك النغم والمعاني. ويعزز الاتصال بالدرجة التي يكون فيها الشخص واعيا بمخاوف واتجاهات وقيم الشخص الآخر، كما يعزز أيضا بالدرجة التي يكون فيها كل فرد واثقا من أنه سيكون مفهوما ومقبولا، وله الحرية في البوح بأسراره ومشاعره.

**2.3 موقف الأهل:** تأثر مواقف الأهل بالإيجاب أو السلب على الحياة الزوجية، فمنذ البدء يحمل كل فرد تاريخه الأسري السابق بما يميزه من صحة ونضج واستقلالية أو على العكس من أزمات ومعوقات، وهو يحدد بالتالي مدى القدرة والاستعداد للزواج.

**3.3 التوقعات:** إن النجاح في الزواج يتوقف على الاتجاه العقلي لكل من الزوج والزوجة، فلكل منهما تصوره الخاص بصدد إدارة الحياة الزوجية، وتقوم هذه التوقعات على افتراضات شخصية، يعتبرها كل طرف ملزمة للآخر، ويساهم الحوار الذي يسبق الزواج على التعرف المتبادل لهذه التوقعات مما يؤدي إلى مختلف حالات التوافق. (بلخير، د-س: 94)

**4.3 الحب:** فعندما يشعر الزوجين بوجود الحب بينهما يكونان أكثر حرسا على استمرار العلاقة الزوجية وتقديم تضحيات من أجلها يعد متطلبا أساسيا للعلاقة الزوجية الناجحة التي تدوم بين الرجل والمرأة إلى الأبد.

**5.3 التوافق الجنسي:** تظهر مشكلة سوء التوافق الجنسي نتيجة لاختلاف الاتجاهات كلا الشريكين اتجاه الاتصال الجنسي وشدة الرغبة فيه أو البرود الجنسي أو اختلاق الحوافز الجنسية وعدم تماثلها عند كلا الزوجين، أو نقص الثقافة الجنسية أو بسبب الجهل بطبيعة الطرف الآخر وعدم إشباع حاجاته.

**6.3 أداء الأدوار:** الكفاءة في أداء الدور واتفاق الزوجين حول التوقعات الأسرية وكيفية الأداء ومسايرة سلوك الزوج أو الزوجة لتوقعات الآخر، يمثل أحد المؤشرات الأساسية للمرونة الزوجية والتي تمثل عنصرا هاما في الحياة الزوجية من حيث التوافق. (شريفة والقص، 2022: 336)

وبالتالي التوافق الزوجي يتحقق من خلال عدة عوامل مثل التفاهم، التواصل الجيد الاحترام المتبادل والمشاركة مما يعزز استقرار العلاقة.

**4. معوقات التوافق الزوجي:**

إن معوقات التوافق الزوجي عديدة، أثبتتها دراسات كثيرة نذكر منها ما يلي:

**1.4 الدراسة التي قامت بها الباحثة الأمريكية (نود هاوس 1955)** فتوصلت إلى تحديد العوامل التي قد تحول دون التوافق الزوجي وهي:

- العامل المالي أو الاقتصادي.
- تدخل حماة الزوج بشؤون الأسرة.
- عدم توافر العون اللازم لإدارة شؤون البيت ورعاية الأطفال.
- أسرة الزوج.
- حدوث مرض أو عاهة لأحد الزوجين.
- 2.4 حدد عبد المنعم الحنفي مفشلات الزواج فيما يلي:
- عدم التكافؤ
- البرودة والعجز الجنسي
- إدمان الكحول والمخدرات.
- انشغال أحد الزوجين أو كلاهما بنفسه أو عمله.
- انشغال أحد الزوجين بعلاقات جنسية أخرى. (قطاية، 2008: 96)
- نستنتج في الأخير أن معوقات التوافق الزوجي مثل غياب الثقة، العجز الجنسي والضغط النفسي أو الاقتصادية يؤدي إلى ضعف العلاقة الزوجية وعدم استقرارها.

#### رابعاً: السعادة الزوجية:

#### 1. تعريف السعادة الزوجية:

لغة: هي ضد الشقاوة، فلان سعيد أي أنه غير شقي.

تعتبر السعادة مفهوم واسع، فقد يتفق الكثير حول محتواها فمنهم من يرى أنها تتمثل في وفرة المال، ومنهم من يراها تتمثل في الصحة. (بلعباس، 2015: 72)

اصطلاحاً: السعادة الزوجية هي نهاية المطاف الزوجي، وهي شعور الزوجين في توافقهما وتفاعلهما معا بالسكن والمودة والرحمة وما يتولد لديهم من أفكار حسنة نحو الزواج ونحو الزوج الآخر، حيث يكون كل منه لباساً للآخر ويجد معه الأمن والاستقرار فيتمسك به ويحافظ عليه.

(صافي عائشة، 2020: 42)

السعادة الزوجية هي مجموعة من العوامل الاجتماعية والروحانية والمادية تساهم في تحقيق درجة عالية من الانسجام بين الزوجين على أغلب الأصعدة (الشخصي، الاجتماعي، فكري) وتمتاز بالتواصل والتفاعل الايجابي المستمر، يصحبه شعور بالراحة الطمأنينة والتفاعل والرضا.

(القراني، 2024: 143)

يمكن القول بأن الحياة الزوجية السعيدة تساهم في إشباع العديد من الحاجات الزوجية التي تقوم بالأساس على الأخذ والعطاء والتعاون المتبادل فيما تقتضيه الحياة من ممارسة الحقوق والمسؤوليات والواجبات، التي تعتمد على التفاهم والتعاطف والمودة والرحمة والتقدير والاحترام المتبادل

وهي إحساس داخلي مركب من مشاعر ايجابية تعكس الرضا عن الزواج وتدل عليه وتنعكس على سلوك الزوجين وشخصيتهما في صورة حياة أسرية متوافقة يمتد أثرها إلى أفاق رحبة في الحياة.

(الحديدي، لموين، وادي، 2024: 89)

وعليه تبقى السعادة الزوجية مفهوما نسبيا فهي بمعنى رضا الزوجين عن حياتهما الزوجية بشكل عام، ترتبط بنجاح العلاقة الزوجية في الحب، تأدية الحاجات النفسية والجنسية عموما ولا يمكن أن يتحقق إلا بمجهودات الزوجين معا، من خلال تفاعلها الجيد.

## 2. عوامل السعادة الزوجية:

للسعادة الزوجية مجموعة من العوامل التي تساعد في تحقيقها، تذكر منها الأكثر أهمية.

**1.2 الاطمئنان النفسي:** إن الشعور بالاطمئنان والأمن يؤدي إلى الاستقرار مما ينعكس إيجابيا على الفرد فيزداد حيوية، فمثلا الزوجين إذا أحس كل منهما بالطمأنينة والأمن، وكمل كل منهما على توفير هذا الشعور للطرف الآخر فإن هذا لا محالة سينعكس إيجابيا على الجو الأسري ككل، وكلما أحس الفرد بأنه يحب ويحب زاد اقدمه على التضحية واسعاد الآخر.

**2.2 الإشباع الجنسي:** بالرغم من أن العلاقة الجنسية ليست كل شيء بالنسبة للحياة الزوجية، إلا أنه لا يمكن بأي حال من الأحوال إنكار أهميتها في العلاقة الزوجية، فالحاجة للإشباع الجنسي هي إحدى الحاجات النفسية والفيزيولوجية التي يسعى إلى تلبيتها كلا الزوجين، مما يضيف على العلاقة نوع من السعادة.

**3.2 التكيف والتوافق بينهما:** وهي عملية أساسية خاصة خلال السنوات الأولى للزواج أين تزداد الحاجة إلى التفاهم والاتفاق حول مسائل معينة ولا يتحقق ذلك إلا إذا استخدم الزوجان ذكائهما في التكيف مع متطلبات الحياة الزوجية، فيفهم كل واحد منهما طباع الآخر وميولاته ومبادئه وعاداته لتحقق التكيف الزوجي. (بلعباس، 2015: 75)

وبالتالي تتحقق السعادة الزوجية من خلال عوامل أساسية مثل الاطمئنان النفسي، الإشباع الجنسي والتوافق بين الزوجين، دعم الشريك في مختلف ظروف الحياة، مما يعزز الانسجام بين الزوجين

## 3. أسرار السعادة الزوجية:

ومن أهم الأسرار التي ترسم علامات السعادة على محيا الزوجين هي:

- التدين الراشد والاستقامة في سلوكيات وتجنب العلاقات الاجتماعية الغير مباحة.
- البعد عن الروتين والتجديد في الشكل والحوار والحفاظ على الحيوية والنشاط.
- تقديم الهدايا ومداعبة كلا من الزوجين للآخر ومنحه الحرية الكافية للترفيه عن نفسه.
- العقلانية في الطلبات والترفع عن الطمع فيما عند الآخر وعدم البخل من قبل الرجال.

- منح كل طرف للآخر الثقة بالنفس وتشجيعه على انجازاته واكتساب الصفات الإيجابية منه.
  - مساعدة كل طرف للآخر في الأعمال الخاصة به خاصة الزوج في مساعدته لزوجته في الأعمال المنزلية.
  - الملاطفة وتبادل المشاعر الإيجابية كإشعار كل طرف بأن الآخر أفضل منه.
  - البشاشة والابتسامة والمشاركة الوجدانية من خلال التوازن بين مشاعر الفرح والحزن.
  - الاحترام المتبادل ومنح كل من الزوجين الفرصة للآخر لنقده وقبول ذلك بصدر رحب.
  - التسامح بين الزوجين وتجنب الشجار والتوبيخ وإهانة كل من الطرفين للآخر.
  - احتواء المشاكل الطارئة والالتزام بالهدوء والالتزان وضبط النفس، ومعالجتها أول بأول وعدم الهروب منها.
  - الملائمة بين حب الطرف الآخر وحب أهله دون المبالغة في مقارنة بين مستوى الزوجين.
  - التجديد في العلاقة الجنسية وابتكار الطرق الإبداعية لذلك. (جنكو، 2018: 22-23)
- في الأخير نستطيع القول أن السعادة الزوجية تقوم على الإحترام المتبادل والمشاركة الوجدانية، التسامح بين الزوجين، العطاء دون إنتظار مقابل مما يؤدي إلى علاقة زوجية ناجحة ومستمرة.

#### 4. أهمية التوافق الزوجي والسعادة الزوجية:

- إن السعادة لا تأتي بمجرد الرغبة فيها، ولا تأتي بمجرد إعتناق مبادئها، بل لا بد من العمل الجاد والالتزام الدائم المستمر بمبادئها، ولا تقطن السعادة الزوجية في البيت إلا إذا توفر التوافق الزوجي بين الزوجين، فتعم السعادة وينثر عبيرها في أرجاء منزل الأسرة، ومن هنا تكمن أهمية التوافق الزوجي، في حين تتحقق السعادة الزوجية من خلال الراحة النفسية واستقرار الأفراد، من خلال ما يوفره كل من الزوجين للآخر من حب وتقدير واحترام متبادل وثقة ونقاء، وأن يعمل بقواعد شرع الله من أجل أن يتوافقا ويتألفا فتكون السعادة في:
- تحقيق الزوجين للتكيف بطريقة تدريجية متواصلة يؤدي إلى إيجاد السبيل إلى مواجهة حلوة الحياة ومرها في تساند وتأزر، وتعاون وتزايد مستمر.
  - السعادة في الزواج مقترنة بالتكيف والتوافق الزوجي .
  - التوافق الزوجي يجعل حياة الزوجين مستقرة وإبقاء الروابط الأسرية صلبة متماسكة ومستمرة، ويحقق جودة الحياة الزوجية المتميزة بالمودة والرحمة والرضا والسكينة.
  - التوافق الزوجي له أثر إيجابي على الأبناء، فهو يوفر لهم ظروف وبيئة أسرية مناسبة للتنشئة الاجتماعية السليمة، كما يقدم نموذجا حياتيا للأبناء يقتدون به في حياتهم المستقبلية عندما ينشؤون أسرا خاصة بهم.

- التوافق الزوجي قوة داعمة لمواجهة الأزواج للآزمات والمشكلات التي تكون الأسرة عرضتها لها.  
(توبة و بن الزائر، 2022: 29).
- إذا التوافق الزوجي والسعادة الزوجية من أهم أسس إستقرار الأسرة حيث يعزز الترابط العاطفي بين الزوجين ويؤثر إيجابيا على جميع أفراد الأسرة.

**خلاصة:**

إن الحياة الزوجية تستمد بقاءها وسعادتها من تفاهم الزوجين وهذا التفاهم والمودة لا يمكن تحقيقه إلا إذا كانت مبنية على الأخذ والعطاء والتعاون المتبادل.

كما أن العلاقة الزوجية المستقرة هي أساس نشأة الفرد السليمة كيفما كانت، فالعلاقة بين الزوجين تتأثر بكلاهما سواء في التوافق الزوجي أو الصراع أو التوتر.

# الجانب التطبيقي

# الفصل الرابع: الدراسة الميدانية (الإجراءات المنهجية)

## تمهيد

يعد الجانب الميداني من أهم خطوات البحث العلمي وهو الذي يكمل الجانب النظري خصوصاً في اختيار المنهج، ويتم في هذا الفصل توضيح أهداف الدراسة الاستطلاعية وكذلك عن مدى صلاحيتها وكذلك يهدف للوصول إلى نتائج موضوعية، حيث بدأنا بالدراسة الاستطلاعية من أجل التعرف على الأجواء وكذلك الحالات التي كانت تخدم الدراسة أم لا؟

ومن أهم الخطوات التي يجب أن نبدأ بها في الجانب التطبيقي من أجل الإجراءات المنهجية هي: **1. الدراسة الاستطلاعية:** هي عبارة عن مجموعة من الخطوات الرئيسية الأولية التي يركز عليها الجانب الميداني، كما أنها دراسة ميدانية للتعرف على الظاهرة المراد دراستها، وبالتالي تساعده على التعرف عليها وبناءاً على ذلك يتضح أن الدراسة الاستطلاعية تعتبر خطوة لا بد منها في إنجاز أي بحث علمي.

تحتوي على الحدود المكانية والبشرية إضافة إلى المنهج المتبع في الدراسة ثم تليها أدوات الدراسة منها الملاحظة والمقابلة وتطبيق المقياس المناسب للحالة من حيث السن والإضطراب.

### 1.1 أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- معرفة مختلف الصعوبات التي يمكن أن تواجهنا أثناء الدراسة الأساسية.
- إختيار أدوات الدراسة ومعرفة صحتها ومصداقيتها.
- تحديد الإطار الزمني والمكاني.
- إنتقاء الحالات المناسبة للبحث (الأزواج) والتقرب منهم ومعرفة كيفية تأثير أنماط الإتصال على جودة حياتهم الزوجية.

### 2. الدراسة الأساسية:

- مكان الدراسة: مدينة تيارت في منزل الحاليتين.

- مدة الدراسة: من يوم 2025/05/06 حتى يوم 2025/05/18.

حالات الدراسة: تم إنتقاء الحاليتين بطريقة قصدية.

عدد الأطفال	المهنة	مدة الزواج	السن	الجنس	
طفلة واحدة	فلاح	05 سنوات	37 سنة	الزوج	الحالة الأولى
	ماكثة بالبيت		27 سنة	الزوجة	
لا يوجد	أخصائي نفساني	05 سنوات	40 سنة	الزوج	الحالة الثانية
	ماكثة بالبيت		31 سنة	الزوجة	

جدول رقم (05): يوضح خصائص حالات الدراسة

**3. المنهج المستخدم:** في دراستنا هو المنهج العيادي، فهو يتماشى مع طبيعة الموضوع ويعرف المنهج العيادي على أنه المنهج المرتبط بدراسة الظواهر غير العادية بشكل عام **وتعتمد الطريقة** الإكلينيكية في علم النفس على جمع معلومات تفصيلية عن سلوك الفرد بذاته أو الحالة وتهدف بذلك إلى وصف دقيق ومفصل وهو ما يستخدمه المختص النفسي في دراسة المشكلات الشخصية ويجمع بيانات تفصيلية عن تاريخ حياة الفرد وظروف نشأته عن طريق مقابلة الفرد ويتم تشخيص المشكلة ووضع خطة علاجية مناسبة لها. (أسعد، 2022: 33)

#### 4. أدوات الدراسة:

##### 1.4 الملاحظة العيادية:

تعتبر الملاحظة العيادية من الأدوات الرئيسية المستخدمة في البحث العلمي تعتمد على الحواس وقدرة الباحث على ترجمة ملاحظاته إلى عبارات ذات دلالة ومعنى الربط بين المتغيرات من خلال المشاهدات العابرة، وتسمح هذه التقنية بتكوين تصور مؤقت عن الوقائع والمواقف. (رحماني، 2016: 121)

##### 2.4 دراسة الحالة:

دراسة الحالة هي الإطار العام الذي ينظم فيه الأخصائي الإكلينيكي كل المعلومات والنتائج، الذي يحصل عليها من الفرد وذلك عن طريق الملاحظة العيادية والمقابلة والتاريخ الاجتماعي والخبرة الشخصية والاختبارات السيكولوجية والفحوص الطبية ويتم تحليل كل جانب من الجوانب الظاهرة التي يتم دراستها تقريبا للبحث عن أنماطها وأسبابها. (شنبار، 2023: 49)

**3.4 المقابلة نصف الموجهة:** هي لقاء بين الباحث القائم بطرح الأسئلة حول موضوع معين على أشخاص معينين وجها لوجه بهدف الحصول على المعلومات والبيانات التي يريد الباحث الوصول إليها من خلالهم والتعرف على ملاحظاتهم ومشاعرهم وتصرفاتهم في مواقف محددة.

(مواكبة، بشيش. 2021: 75)

##### 5. صعوبات الدراسة الميدانية:

- صعوبة إيجاد عينة من الأزواج والتواصل معها والتنقل لهم.
- صعوبة إيجاد مقياس دقيق يقيس جودة الحياة الزوجية.
- قلة دراسات السابقة التي تناولت موضوع أنماط الإتصال الزوجي أو جودة الحياة الزوجية.

# الفصل الخامس: تحليل ومناقشة نتائج الدراسة

### تمهيد

يتضمن هذا الفصل عرضاً لنتائج الدراسة مع تحليل ومناقشة وتفسير هذه النتائج على ضوء فرضيات الدراسة والدراسات السابقة بالإعتماد على الإطار النظري وصولاً إلى استخلاص استنتاج عام، مع تقديم مجموعة من الاقتراحات والتوصيات.

1. عرض وتحليل نتائج الحالتين:

❖ الحالة الأولى:

رقم المقابلة	تاريخ إجرائها	المدة	المكان	الهدف منها
1	2025/05/06	40د	في المنزل	التعرف على الزوج وجمع البيانات الأساسية
2	2025/05/08	30د	في المنزل	التعرف على الزوجة لوحدها وكسب ثقتها
3	2025/05/12	45د	في المنزل	التعرف على تاريخ الزواج ونظرته على حياته الزوجية
4	2025/05/14	45د	في المنزل	التعمق في حياتهما الزوجية ومعرفة نمط الاتصال
5	2025/05/17	1سا	في غرفتهما	معرفة نوع الاتصال بين الزوجين وكيفية تأثيره على جودة حياتهما الزوجية

الجدول رقم (06): يوضح سير المقابلات مع الحالة الأولى

أ- تقديم حالة الزوجين (ع/ح):

- الاسم الزوج : ع. 37 سنة
- اسم الزوجة: ح. 27 سنة
- فارق السن: 10 سنوات
- مدة الخطبة: 3 سنوات
- نوع السكن: مسكن عائلي
- عدد الأطفال: بنت واحدة
- السوابق المرضية: إجراء عملية على الأمعاء لزوج

أ- 1 المقابلة الأولى:

• السيمائية العامة للزوج:

ذكر عمره 37 سنة طويل القامة، قوي البنية، ذو بشرة سمراء شعر أسود هندامه مرتب تظهر على وجهه ملامح الارتباك والخجل لا يدرس، يحتل المرتبة الأوسط بين الإخوة البالغ عندهم (4 ذكور، 4 إناث) والدته تبلغ 60 سنة ماکثة في البيت ووالده يبلغ من العمر 67 تاجر .  
صرح الزوج أن علاقته مع زوجته جيدة وهناك تواصل لكن هناك بعض من الخلافات اليومية، يصف علاقته بعد الزواج انها تغيرت مقارنة قبل الزواج بسبب ابنتهم اخذت كل الاهتمام

يرى أن المشاكل تبدأ عندما تذهب الزوجة إلى أهلها حيث صرح الزوج (دايما كي تروح لدارهم يحرشوها وتجي متبدلة غي تجي ندابزو لكن نرجعوا بالخف)

#### أ-2- المقابلة الثانية:

هدفت هذه المقابلة على التعرف على الزوجة وأخذ البيانات الأولية ولمحة بسيطة عن حياته الزوجية

#### • السيمائية العامة (الزوجة):

أنثى عمرها 27 سنة طويلة القامة بنية متوسطة ذو بشرة سمراء وشعر بني، لباس أنيق ومرتب، بشوشة ومتفهمة ذات مستوى تعليمي ثانوي ومستوى اقتصادي جيد، تحتل المرتبة الأخيرة في العائلة بين الإخوة البالغ عندهم (3 ذكور 7 إناث) أب متوفي وأم مأكثة في البيت.

#### أ-3- المقابلة الثالثة:

تزوج الزوج سنة 2020 أما الفارق السني بين زوجته هو 10 سنوات يسكنوا في مسكن عائلي إذا تزوج الزوج في عمر 32 سنة عن علاقة دامت 3 سنوات إذ صارت علاقتهم حتى الآن 8 سنوات مع بعض، واتضح من خلال المقابلة نصف موجهة التي تم إجراؤها مع الزوج أن لدى الزوجين إختلاف في المستوى التعليمي إذ أن الزوجة ذات مستوى تعليمي ثالث ثانوي أما الزوج لا يمكن من الدراسة فيقول الزوج أن زواجه كان فيه الكثير من المشاكل والعقبات من جانب الأهل والكثير من الضغوط والصراعات بين الأهالي لرفضهم هذا الزواج لكن الزوجين رغم المشاكل لم يتخلوا عن بعضهما حيث صرح الزوج (صراولنا مشاكل بزاف ودباز وصلت وين مرتي نايفت خاوتها على جالي بصبح حمد الله على كل شيء ضرورك راهي معايا)، أما بالنسبة لإتفاق الزوجين على تسيير نفقات الأسرة فهم متفقان (أمورنا المادية مليحة) أما بالنسبة للمستوى التعليمي فالبرغم من إختلافهما فيه إلا أنهما متفقين وزوجته تقوم بدعمه وتعليمه الحروف الأبجدية، أما عن العواطف بين الزوجين فحسبما ظهر لنا أن الزوجين يحبان بعضهما البعض كثيرا وهناك إتصال وتوافق زواجي بالرغم من تفهمه إلا أنه لا يريد لها الإتصال الدائم لأهلها فحسب قوله (ولات كي تكون عند دارهم تجي متبدلة عليا غي تجي ندابزو بصبح نرجعوا بالخف وحمد الله مكانش مشاكل بناتنا هدره عادية ونتناقشوا عليها)

كان الزوج يتكلم بكل حرية وطلاقة دون تردد إذ صرح الزوج أن العقبات التي يعيشها مع زوجته طفيفة مجرد خلافات يومية، وعند سؤالنا عن علاقته مع زوجته قال: (أنا شخص شويا منارفي بصبح هي تعرفني مليح، خطرات ندابزو بصبح نرجعوا بالخف وحمد الله ديت لمر لي بغيتها) فلاحظنا عند حديثنا على زوجته يحكي عنها بحب وإشتياق وبوجه خجول وسعادة ظاهرة على وجهه وحسب قول الزوج أن زوجته من ناحية الإهتمام بالأعمال المنزلية أو المسؤوليات الزوجية فهي تقوم بها على أكمل وجه، ومن ناحية التواصل بينهم صرح الزوج أنه يوجد تواصل جيد معبرا عن مشاعره الحقيقية بصدق

وفي الوقت ذاته لا يعتدى على حقوق الطرف الآخر في العلاقة الزوجية فهو يراعي مشاعرها وعلى المدى البعيد له نتائج إيجابية على العلاقة الزوجية، إذ يعتبر هذا النمط من التواصل هو حجر الزاوية في نوعية الحياة الزوجية.

عندما رزقوا بابنتهم أصبحت حياتهم سعيدة بالأخص أنهم متقاسمان المسؤولية في تربيته وهناك توفير لجو المرح والسعادة لعائلتهم الصغيرة ومن الناحية العاطفية أوضح الزوج أن زوجته تفهمه وتحس بمشاعره. حيث صرح: (تعرفني مليح كي داير حافظتي غايا من غير ما نهدر). أما من ناحية الثقة فقد صرح الزوج أن بينهم ثقة متبادلة ولا يوجد أي شك. حيث قال أيضا: (راني مرتاح البال داير ثقة فيها ما يخطرش في بالي نراقبها متأكد منها وأنا اخترت الإنسانية الصح). وهذا يشير أنه يوجد قاعدة متينة من الثقة المتبادلة وتقاوم عميق بين الزوجين في إنجاح العلاقة الزوجية على المدى الطويل، وأنهينا مقابلتنا مع الزوج بقليل من الضحك وشكره على أخذ بعض الوقت منه.

#### أ-4- المقابلة الرابعة:

كانت هذه المقابلة للتعرف على طبيعة المشكلات التي يعانين منها تم إجراء مقابلتين مع الزوجين بشكل إنفرادي للإفصاح عن رأيهم وتقييم المشكلات حسب إدراك كل واحد بعيدا عن ضغط الإفصاح أمام الطرف الآخر وقد ساعدني على فهم علاقتهم بشكل معمق.

بدأنا المقابلة بتحية الحالة الزوجة وسؤلنا عن أحوالها ثم بدأنا في التعرف على حياتها قبل الزواج حيث صرحت الزوجة أنها كانت قصة حب جميلة ومن أسعد حياتها وغير نادمة على شريكها وكل العقبات اجتازوها معا.

أما بالنسبة للمشاكل التي تعيق علاقتهم الزوجية حيث صرحت الزوجة أنه لا يوجد مشاكل مجرد خلافات يومية عادية حيث صرحت: (حمد لله معنديش مشاكل مع راجلي مجرد هدرة عادية كي الناس ومنتقاشوا عليها) (نقاش مفتوح) وهذا دليل على أن الزوجين يستعملان النمط المعتدل وأن التفاعل بين الزوجين موجود فالإتصال الناجح والمنظم بين الزوجين يولد نسبة تتسم بالحنان والفهم ويعطي فرصة للزوجين في التوافق الناضج وإنشاء علاقة دافئة بينهم ويكون أسلوب التواصل جيد والتفاعل بين الزوجين فيه الصدق والاحساس بمشاعر الطرف الآخر.

حيث أكدت الزوجة أن علاقتها مع أهل زوجها عادية لا يوجد مشاكل فقط بعض الشكوى تنتاب زوجها عند زيارتها لأهلها فيظهر له أنها متغيرة في أحاديثها، بحيث قالت الزوجة (كي نروح لدارنا ونحب نحكي على موضوع يقولي حرشوك عليا) إذا حسب رأيها أن زوجها بمجرد ذهابها لأهلها أنها سوف تتغير عنه إذ أنه لا يزال يتذكر أن أهلها كانوا معارضين لزواجهما أما من ناحية الاهتمام بمشاعرها والإتصال فهم على توافق وإنسجام من الجانب العاطفي والنفسي والمادي والمعنوي، أما المسؤوليات حول ابنتهم صرحت الزوجة أن زوجها هو الذي يهتم بابنتهم أكثر، من حيث اللباس

والطعام وتغيير الحافظات واللعب معها وأنه الداعم لها ويحبها كثيرا ومتعلق بها ولا يستطيع رؤيتها مريضة: (كي تكون بنتي مريضة خطرات أنا نرقد بكري هو يبات سهران عليها) فهذا يفسر لنا أن الزوج يعطي الإهتمام الكامل لعائلته الصغيرة ولاحظنا أن الزوجة عند ذكر اسم زوجها تكون سعيدة بوجه خجول وسعادة عليه، إذ أن الحالة تعيش على تفاهم وتواصل مع الزوج وحتى الشجارات نادرة جدا بينهما ولا يوجد مشاكل مع أهل زوجها، وأنهينا المقابلة ببعض الأحاديث الجانبية والضحك.

#### أ-5- المقابلة الخامسة:

هدفت المقابلة على جمع الزوجين ومنحهم فرصة للتعبير أمام بعضهما البعض حول العلاقة الزوجية والتعرف على الجانب الحميمي لكلا الطرفين لتحقيق الإشباع الجنسي الذي يعد عامل أساسي لنوع التواصل بينهما.

كان هناك تجاوب مع الزوجين ومعي ولا يوجد أي مشكلة، هناك حوار متبادل حول الأسئلة المطروحة إليهم وعند سؤالنا للزوجين عن علاقتهما بعد الزواج هل تغيرت أو لم تتغير؟ فكانا الزوجين متفقان على أن علاقتهما العاطفية لم تتغير بعد الزواج ومزال الحب متبادل بينهما وهناك حوار واتصال لفظي وغير لفظي، ومعرفة إذا كان هناك إشباع جنسي للزوجين وتوافق زواجي، فقد كان هناك اتفاق تام من ناحية البعد الجنسي لكلا الطرفين.

الزوجين سعيدين يتبادلان أكبر قدر من الإشارات اللفظية وغير اللفظية مقارنة بالأزواج غير السعداء وهذه الإشارات تتسم بدرجة أعلى من الإيجابية ويتحدثون عن علاقتهما على غير الأزواج غير السعداء، فالزوجان يصرحان بدرجة عالية من الرضا عن علاقتهما الزوجية ويسعيان لتقوية علاقتهما أما من ناحية الحب فهناك حب متبادل بين الطرفين وخلال المقابلة كان هناك تواصل إيجابي بينها وبعض العبارات الرومنسية بينهم والضحك والمداعبة بين الطرفين، ومن ناحية المشاكل فقد صرحا أنه يوجد بعض الخلافات يومية كرفض الزوج حضور زوجته للمناسبات والأعراس بسبب غيرته الشديدة عليها وهذا ما كان يزعج الزوجة، إذ صرح الزوج أنه موسوس قليلا وخائف من تشويه صورتها في المناسبات ونشر صورتها في المواقع الإجتماعية، حيث قال: تخيلوا تروح هي للعرس ولا كاش مناسبة ويصورها ويجيبوها لي ويخزروا فيها وأنا نغير بزاف " وهذا الكلام يتضح أن الزوج يجب زوجته ومتعلق بها ويرى أن الوقت والمجتمع لا يرحم وصرحت الزوجة أنها تريد حضور المناسبات (كي منروحش لكاش مناسبة نولي منضويش) لكنها تتقبل الوضع.

➤ أما عن الملاحظات التي لاحظتها أثناء مقابلاتي الزوجين معا:

- كان هناك نوع من التجارب والاتصال الفعال.
- كانوا الزوجين متفهمين ومتجاوبين معي.
- اللباس أنيق بالنسبة للزوجين.

- كان هناك تواصل إيجابي وحوار متبادل وبعض الإشارات اللفظية.

➤ أما من ناحية علاقتهم بالنسبة لي من خلال ملاحظتي:

- هناك نوع من الألفة والمرح بينهم
- هناك علاقة حب جميلة
- الاهتمام المتبادل وايضا المشاركة في بعض المسؤوليات حتى في الأكل هناك المرح والسعادة بالإضافة أنه في بعض الأحيان الزوج يساعدها في الأعمال المنزلية والامر ايضا ينطبق عليها المشاركة في المسؤولية (الاهتمام بابتهم)

➤ تحليل مقابلات الحالة الأولى:

أظهر الزوجين أثناء المقابلة تجاوب وتعاون كبيرين، حيث تبدو الزوجة بشوشة ومتفهمة وحسب تصريحها تعيش حياة ملؤها الاستقرار تحب زوجها وتهتم به ويتبادلان نفس الإهتمام والمشاعر حسب قولها "(حنين عليا ويهتم بيا) وهذا ما يؤكد (رشوان وعيسى، 2006) "الرضا عن الحياة هو شعور الفرد وتقديراته المعرفية لجودة الحياة وكل ما يتعلق بذاته وأسرته ومحيطه وهو أحد مصادر السعادة ومستوى الرضا عن الحياة ينعكس إيجابيا أو سلبا على تصرفات الفرد وسلوكه "ويظهر من خلال درجة توافقه النفسي الزوجي والعلاقات الحميمة.

أظهر الزوج أثناء المقابلة تجاوب كبير كما أبدى تعلقه الكبير بزوجه في قوله "(أم بنتي ربي يحفظها ليا تفهمني في كلش)" وهذا ما ذهب إليه لوك في قوله "أن الزوجين السعيدين يتبادلان قدرا كبيرا من الإشارات اللفظية والغير لفظية مقارنة بالزوجين غير السعيدين"

كما أظهر الزوج في حديثه معنا حول علاقته مع زوجته أن علاقتها لا تشكو من مشاكل في قوله "(من بكري معندناش مشاكل كي يعود الواحد لاباس وأم ولادو لاباس الدنيا وما فيها، من بكري قايمة بيا وبدارها)" وهذا ما يشير إليه (فرج وعبد الله، 1999) "إلى أن التواصل الجيد هو لب الزواج الناجح وهو محرك والأداة الرئيسية لإدارة العلاقات الزوجية "ويقصد بالتواصل بين الزوجين لغة التفاهم التي تنقل أفكار كل منهما مشاعره ورغباته واتجاهاته الى الطرف الآخر فالتكامل في التوافق الزوجي هو أفضل الأساليب التواصلية مما يجعل العلاقة الزوجية محترمة متوازنة يسودها التفاهم والتعاون، وهذا حسب ماتناولته نظرية الاتصال لفرجينيا ساتير حيث ترى ساتير أن طبيعة العلاقات الزوجية تعتمد على انماط الإتصال التي يستخدمها الزوجان فالعلاقات الزوجية الصحية تعطي أنماط ايجابية ومناسبة في حين أن العلاقات الغير صحية تعكس أنماط سلبية وغير مناسبة، كما تنتظر إلى الاتصال على أنه قلب العلاقات الحميمة والأساس الذي تبنى عليه العلاقات الأخرى، ومفتاح العلاقة الزوجية وقد بينت دراسات عديدة منها دراسة (طعيلي وعمامرة، 2014) "بعنوان علاقة الاتصال بالرضا الزوجي بأبعاده "التألفية التعامل مع الخلافات المالية الرضا الجنسي والتي هدفت الى الكشف عن

علاقة الاتصال بالرضا الزوجي بأبعاده لدى عينة من الأزواج أن الرضا عن الزواج يكون في أعلى درجاته لدى الأزواج الذين يكون تواصلهم جيد وأن الإفتقار إلى الإتصال الزوجي الجيد يعد من العوامل المهمة التي تدفع الزوجان الي طلب الطلاق، حيث أثبتت عديد من الدراسات النفسية أن مشاركة الأزواج نشاطات مختلفة من شأنه تعزيز العلاقة الزوجية ويقلل من الصراعات ويعمق شعورهم بالإنسجام.

كان الزوجين منسجمان معي وهناك مشاعر واضحة بينهم من الحب والاحترام وهذا ما أثبتته عدة دراسات حيث أن الإشباع العاطفي بين الزوجين والرضا عن الحياة يعزز من استمرار العلاقة الزوجية بين الزوجين

### ➤ التحليل العام للحالة الأولى:

من خلال نتائج كل من المقابلة أن الزوجين يستعملان نمط اتصال مفتوح يكون هناك إنسجام وإحترام وصدق في المشاعر والإحساس بالطرف الآخر، ولديهم كل أبعاد جودة التواصل فالزوجين متوافقان من حيث التواصل (اللفظي والوجداني والاجتماعي والجنسي) الخلافات اليومية لم تؤثر على زواجهما، هناك أسلوب تكافئ يتميز بالإنسجام في التفاعل بين الزوجين فهنا الزوجان يتشاركان في إتخاذ القرارات الخاصة بالأسرة، وإذا حدث خلاف بينهما سرعان ما يتم تجاوزه بالمرونة، وهناك تكامل في التواصل الزوجي وهو أفضل الأساليب التواصلية مما يجعل العلاقة الزوجية يسودها التفاهم والتعاون في التفاعل الأسري. حيث أن الزوجة تشعر بالرضا ومتوافقة مع أسرتها وزوجها ولا تعاني من مشاكل عائلية سوى المشاكل التي تظهر أحيانا في كل عائلة، والزوج لديه علاقة عاطفية وحميمية بقوة ومستقرة لكن التواصل يحتاج إلى بعض الإصغاء لتكون العلاقة الزوجية محترمة ومتوازنة وهذا ما أكدته دراسة (عبد الرحمان، 1987) توصلت الدراسة إلى وجود علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدراك الزوج لزوجته كناضج انفعاليا والتوافق الزوجي والتوافق الزوجي لزوجته كذلك إدراك الزوجة لذاتها كناضجة انفعاليا ويرتبط بتوافقها الزوجي وبالتوافق الزوجي لزوجها، ومن ناحية توطيد العلاقة بين الزوجين في العلاقة الجنسية من اتقاق زوجي دون مشاكل وهذا حسب رأي لورانس في هذا الموضوع "أن الرضا الجنسي يلعب دورا هاما وفعالا في تحقيق الرضا الزوجي واتفاق تام بينهم"

### ➤ الإستنتاج العام للنتائج العامة للزوجين :

من خلال دراستنا التي هدفت الى معرفة تأثير أنماط الإتصال وجودة الحياة لدى المتزوجين من خلال المقابلة تبين أن لديهم توافق زوجي ولا يوجد صراعات داخل نسقهما الأسري فقط مجرد خلافات نادرة لم تؤثر على زواجهم بل زادتتهما تماسكا وتبادلا للحب والاحترام، توطدت فالعلاقة الزوجية تتمتن من خلال الشعور المتبادل وزيادة التواصل والشعور بالسعادة والاهتمام والرضا بين الزوجين، فحسب فرجينيا ساتير ينطبق عليهم النمط المنسجم إذ يتصف الشخص بالمرونة والانفتاح بحيث كانوا يعبران

بأصالة وصدق، حيث يتصف هذا النمط من الاتصال بالانسجام من خلال رسائلهم اللفظية وغير اللفظية وحوارهما المتبادل وأيضا عدم إصدار الأحكام على بعضهما خلال التواصل. وبالتالي كل ما كان هناك شعور متبادل بالسعادة وزيادة التواصل وفهم كل من الزوجين للآخر كل ما زادت العلاقة الزوجية تماسكا، وهذا ما أكده (السهل، 2004) "إن التصريح بالحب والإعلان عنه عن طريق الكلام والأفعال يعززه ويعطيه قيمة كبيرة لدى الطرف الآخر" العلاقة الجنسية الجيدة تؤدي الى دعم الرابطة بين الزوجين وبالتالي من خلال هذه الدراسة نستنتج أن الحب والثقة المتبادلة بين الزوجين تجعل من أفكار الزوجين إيجابية وأساليب توافقهما جيدة.

❖ تقديم الحالة الثانية:

رقم المقابلة	تاريخ اجرائها	المدة	المكان	الهدف منها
1	2025/05/12	90د	في المنزل	التعرف على الزوجة وجمع البيانات الأساسية وكسب ثققتها
2	2025/05/13	45د	في المنزل	التعرف على الزوج وجمع المعلومات الأساسية منه
3	2025/05/14	45د	في المنزل	التعمق في الحياة الزوجية ومشاركة تفاصيل حياتهما
4	2025/05/15	90د	في المنزل	تقييم الحياة الزوجية ومعرفة نمط الاتصال
5	2025/05/18	60د	في المنزل	معرفة نوع الاتصال بين الزوجين وكيفية تأثيره على جودة حياتهما الزوجية

جدول رقم (07): يوضح سير مقابلات الحالة الثانية

2.1 تقديم الحالة الثانية:

اسم الزوج: ح40 سنة

اسم الزوجة: ك31 سنة

الحالة الاقتصادية: جيدة

السوابق المرضية: لاتوجد

عدد الأبناء: لا يوجد

مدة الزواج: 05 سنة

## - عرض ملخص الحالة الثانية:

الحالة ح وك زوجين متزوجان منذ 5 سنوات بعد أن ربطتهما علاقة عاطفية دامت لفترة طويلة عرفا بعضهما عن طريق الصداقة القديمة التي كانت بين والدة حكيم ووالدة كلتوم، مما أدى إلى زيارات متكررة وهكذا إلى أن تطورت علاقتهما وانتهت بالزواج. بالنسبة لمرحلة الطفولة فالزوجين عاشا مرحلة الطفولة بشكل مختلف عن آخر فالزوجة صرحت بأنها عانت كثيرا في طفولتها فقد شهدت طلاق والديها والمشاكل التي عانت منها والدتها بعد الطلاق واضطرت للعيش مع أختها في بيت جدها، وتحملت مسؤولية البيت وهي صغيرة كما صرحت أيضا انها تعرضت للعنف اللفظي وغير اللفظي خاصة من والدتها، أما الزوج فصرح أنه عاش مرحلة الطفولة بشكل عادي جدا فهو يعد الإبن الأصغر لدى والديه. المستوى التعليمي لكلا الزوجين جامعي ووضعهما الاقتصادي جيد. الزوج موظف والزوجة مأكثة بالبيت، بداية زواجهما كانت في بيت العائلة استمرت لمدة ثلاث سنوات ثم استقرا بيتهما خلال السنتين الأخيرتين، بالنسبة لعلاقتهما داخل العائلة صرحت الزوجة أنها عانت كثيرا بسبب المشاكل العائلية خاصة وأن الزوج كان يغيب عنها بالأشهر لطبيعة عمله (بعد المسافة) مما جعلها تمر بأوقات عصيبة مع عائلته.

أفصحت الزوجة عن كثير من المعاناة والألم النفسي جراء تحملها للمشاكل التي كانت تتلقاها من عائلة زوجها.

أما الزوج فقد كان مستاءا جدا من هذا الوضع وكان يسعى جاهدا لتغيير موقع عمله وجعله أقرب من مدينته وهذا سبب نوع من الفجوة بينهما، بعد مرور ثلاث سنوات استطاع الزوجين شراء منزل لهما يبعد عن منزل العائلة في محاولة منهما لإنقاذ العلاقة حيث صرحت الزوجة أنها أصبحت مرتاحة أكثر عما كانت عليه في السابق فقد أصبحت حياتها مقتصرة فقط مع زوجها خاصة من ناحية التواصل والتفاعل إلا أن علاقتهما تأزمت بعض الشيء خاصة من الحياة الحميمة، فقد أثر هذا الجانب على جودة حياتهما بشكل سلبي مما سبب لهما القلق وجعلهما يدخلان في حيز مغلق أثر بالسلب على صحتهما النفسية والجسدية .

كما أن أمورهما المالية عادية وكلاهما متفهم للآخر من هذا الجانب فقد صرح الزوج أنهما يسعيان لتحقيق الكثير من المشاريع سويا عسى ذلك يطور من جودة حياتهما ويحسن علاقتهما.

**الملاحظات التي لاحظتها على الحالة أثناء اجراء المقابلة:**

- المظهر العام يبدو عليهما، هندامهما أنيق ولابأس به.
- كلاهما تحدث بأريحية والتمست فيهم الصراحة في حديثهما
- كلامهما كان هادئ ولم يبدو عليهما أي نوع من القلق أو الانزعاج خاصة في المقابلات الفردية.
- المقابلات التي جمعتهم كان يظهر عليها بعض التوتر والتحفظ.

## ب-1- ملخص المقابلات: 01، 02، 03

تضمنت المقابلات الأولى جلسات افتتاحية مع الزوجين، حيث تم التعارف معهما وبناء علاقة جيدة معهما وجمع البيانات الأولية عنهما والتعرف على طبيعة المشكلات التي بينهما. قمت بتخصيص جلسة انفرادية لكل زوج على حدة بهدف تقييم طبيعة المشكلات والتحدث بشكل تلقائي بعيدا عن الإفصاح أمام الطرف الآخر. وكان لهذه الجلسات الانفرادية مردود إيجابي ساعدني على فهم معمق لحالتهم.

فالمقابلة التي أجريتها مع الزوجة استغرقت وقتا طويلا نظرا لما شاركته من تفاصيل حول حياتها الشخصية، تحدثت عن طفولتها الصعبة حيث عانت من طلاق والديها، مما اضطرها للعيش مع أختها في بيت جدها، وتحملت مسؤولية البيت وأعماله وهي في سن مبكرة، كما ذكرت أنها تعرضت للتعنيف من قبل والدتها ثم زوجها لاحقا، الأمر الذي أثر على نفسيته وجعلها تعاني من الإرهاق والإكتئاب، ولم تكن تشعر بالراحة في حياتها حيث صرحت بعبارة "راني مدمرة بزاف من الداخل" رغم ذلك أظهرت عزيمة في دراستها غير أنها رسبت مرتين في شهادة البكالوريا، بعد قيامها بمناسك العمرة رفقة خالها استعادت توازنها النفسي ونجحت في نيل شهادة البكالوريا، لتلتحق بعدها بكلية العلوم الطبيعية والحياة.

بخصوص زواجها، ذكرت أن العلاقة بدأت منذ الطفولة بسبب العلاقة القديمة التي كانت بين والدتها ووالدة زوجها، مما أدى الى زيارات متكررة، ت

طورت العلاقة تدريجيا إلى حب انتهى بالزواج، كما صرحت بأنها تسعى دوما لإرضاء زوجها وتجنب إغضابه خوفا من فقدانه، مما يدفعها للمسايرة وتحمل المشاكل التي كانت تتلقاها من عائلته. كما صرحت الزوجة أنها تشعر بنقص في تقدير الذات وقد ربطت ذلك بمشاكلها في العلاقة الحميمة مع زوجها وهذا الأمر أثر سلبا على ثقته بنفسها، فقد كانت تتحدث بصعوبة وتتنهد بكثرة مما يعكس حالة من الضغط النفسي والإنزعاج الداخلي. رغم الصعوبات التي مرت بها الزوجة إلا أنها أكدت بأنها تكن مشاعر حب عميقة لزوجها ولا ترغب في فقدانه.

**ما لاحظته عن الزوجة:** الزوجة تتحدث بصعوبة وتتنهد بكثرة زائد بكاء كلما تتذكر موقف سيء حصل معها، كما أنها لم تظهر أي اعتراض أو رفض لسلوك الزوج.

أما المقابلة التي أجريتها مع الزوج، كانت قصيرة نسبيا حيث عبر باختصار عن مراحل حياته ووصف طفولته بأنها كانت مستقرة، فقد نشأ في وسط عائلة متماسكة، فهو يعد الابن الأصغر لدى والديه، لم يعاني من أي مشاكل، التحق بالجامعة بولاية غير ولايته ثم بوظيفة بعيدة كثيرة عن المدينة التي يقطن بها بمئات الكيلومترات، وذكر أن بعد المسافة بين مقر عمله وبيته بسبب له الكثير من المعاناة النفسية والارهاق الجسدي.

أما بخصوص الزواج، فقد ذكر أن عائلته ترفض زوجته بشكل قاطع ومر بتجارب خطوبة فاشلة قبل أن يتمكن من الزواج بها ومع ذلك لم يرزق الثنائي بأطفال إلا أنه صرح بأن أمر الإنجاب لا يشكل له أي قلق.

من بين المشكلات التي صرح بها الزوج معاناته في جانب العلاقة الحميمة مع زوجته، مشير إلى أن هذا الجانب يعد أحد أسباب إختلال التوازن العاطفي بينهما وعلى الرغم من هذه الصعوبة فقد لاحظت اهتمامه الواضح بزوجه حرصه على نجاح علاقتهما، إذ وصف علاقتهما عموماً بالطيبة والاستقرار وذكر أن أكثر شيء يفضله في زوجته أنها مطيعة له وتهتم به وأنها تحسن التصرف في الجانب المالي وإدارة البيت وذكر أن لديهما طموحات مشتركة ويسعيان سوياً إلى تحقيق مشاريع مستقبلية معاً. وأكد على أنه سيبقى متمسك بزوجه.

**ما لاحظته عن الزوج أنه يتكلم بأريحية دون توتر، أحياناً يتجنب الحديث المباشر عن مشاعره .**

#### ب-2- ملخص القابلة 04، 05:

كلا المقابلتين استغرقت وقتاً مطولاً بعض الشيء وتم عمل المقابلة في منزل الحالة تم التركيز بشكل أعمق على المشكلات التي يواجهها الزوجان، بالإضافة إلى ذكر أهدافهما المستقبلية المشتركة واختتمت اللقاءات بتقديم مجموعة من النصائح والإرشادات الموجهة لتحسين نمط تواصلهما وعلاقتهما الزوجية.

من خلال هذه المقابلات، عبر الزوجان عن وعيهما بعدد من الصعوبات التي تؤثر سلباً على توازنهما العاطفي أبرزها ضعف التواصل في المواضيع الحساسة مثل العلاقة الحميمة والمشاكل الاقتصادية، حيث أجمعت الزوجة أنها تعاني من فقدان الثقة بالنفس نتيجة هذه المشكلة هو ما زاد من شعورها بالضغط النفسي والانغلاق، أما الزوج فرغم حرصه الظاهر على نجاح العلاقة إلا أنه يميل إلى الانسحاب أو السيطرة في تفاعله مع زوجته، مما يؤدي إلى تعزيز شعورها بالدونية، ورغم هذه التحديات، عبر الطرفان عن تمسكهما بعلاقتهما وأظهرا رغبة حقيقية في العمل على تجاوز الخلافات وتحقيق الاستقرار خاصة من خلال مشاريع مستقبلية يشتركان فيها، وهو عكس وجود روابط قوية بينهما، يمكن الاستفادة منها في برامج الإرشاد أو العلاج الزوجي.

#### الملاحظات السلوكية المرافقة خلال المقابلتين:

- تميز تفاعلها خلال المقابلات بالعفوية والراحة الظاهرة مما يدل على وجود انسجام طبيعي.
- الزوج يميل إلى إعطاء أوامر مباشرة لزوجته في أمور بسيطة دون اعتراض منها.
- سلوك الزوج يتراوح بين النمط التسلطي والمنسحب ما يخلق إرتباكاً في التواصل
- الزوجة تظهر خضوعاً واضحاً، دون القدرة على التعبير بحرية عن رغباتها أو حاجاتها وهو ما يتماشى مع ضعف تقدير الذات.

## تحليل المقابلات للحالة الثانية:

تعكس حالة الزوجة مسارا نفسيا مركبا ناتجا عن مجموعة من التجارب السابقة والراهنة التي أثرت على بنيتها النفسية خصوصا فيما يتعلق بتقدير الذات والثقة بالنفس وأنماط التواصل في العلاقة الزوجية. فقد أشارت الزوجة في طفولتها أنها من القسوة فقد نشأت في بيئة يغيب عنها الإشباع العاطفي والأمان النفسي (طلاق الوالدين) وهذا يؤثر على تطور مفهوم الذات لديها، فالطفل الذي يتعرض للقسوة غالبا ما يتبنى معتقدات سلبية عن نفسه مثلك:

(أنا لا أستحق، لا أحد يهتم بي) وهي معتقدات تلقى كامنة وتنعكس في العلاقات اللاحقة، خصوصا في العلاقة الزوجية.

بعد انتقالها إلى الحياة الزوجية لم تجد الزوجة الاستقرار الذي ربما كانت تبحث عنه كتعويض عن تجارب الطفولة، بل واجهت ضغوطا إضافية داخل بيت العائلة، هذا امتداد للضغط الأسري قد ساهم في تثبيت الشعور بالعجز والدونية، مما زاد من هشاشة تقدير الذات لديها. أما فيما يخص العلاقة الحميمة مشكلتها في هذا الجانب مع زوجها أدت إلى أزمة على مستوى الهوية الأنثوية والشعور بالكفاءة كزوجة وهو ما انعكس في كلامها عن فقدانها الثقة بالنفس، فالعلاقة الجنسية تمثل عند العديد من النساء جزءا حساسا من الإحساس بالقبول والاحتواء، وعند تعرض هذا الجانب للإضطراب غالبا ما يتدهور معها تقدير الذات ويزداد الشعور بالنقص كما وقد عليها ظهرت مجموعة من المؤشرات التي تدل على انخفاض تقدير الذات منها: صعوبة في التعبير عن الرفض أو الاعتراض، الشعور بالنقص وعدم الكفاءة

عدم القدرة على وضع حدود شخصية، الميل إلى إرضاء الآخر حسب الذات، رغم كل المعاناة التي تمر بها الزوجة إلا أنها عبرت عن حبها العميق لزوجها وخوفها من فقدانها، هذا التعلق المفرط قد يفسر ضمن إطار نمط التعلق القلق، حيث يتمسك الشخص بالعلاقة رغم الأذى أو التنازلات خوفا من الهجر أو الوحدة، موافقتها المستمرة على قرارات الزوج حتى على حساب نفسها تعزز هذا النمط وتدل على اعتماديتها العاطفية عليه كمصدر وحيد للأمان. أما الزوج فقد أظهر سلوكا يعكس تركيبة نفسية تميل إلى التحكم وإدارة العلاقة وفق تصور ذاتي معين إلا أنه في الوقت نفسه يظهر إهتماما واضحا بزوجته وحرصا على نجاح العلاقة ما يشير إلى وجود بعد عاطفي إيجابي لم يتم تنظيمه بالشكل الصحيح داخل منظومة الاتصال الزواجي اعترف الزوج بوجود صعوبات على مستوى العلاقة الحميمة، مما أثر على التوازن العاطفي بينهما، رغم رغبته في تجاوز هذه المشكلة إلا أن نمطه في التعبير عنها يميل إلى الانسحاب أحيانا أو التعامل معها بالسيطرة ما يعكس تعقيدا في فهمه لاحتياجات الطرف الآخر.

### التحليل العام للحالة الثانية:

تعاني الزوجة من آثار نفسية متراكمة بدأت منذ الطفولة وتواصلت داخل الحياة الزوجية مما أدى إلى انخفاض في تقدير الذات ونمط تواصل خاضع داخل العلاقة رغم امتلاكها لرغبة حقيقية في الحفاظ على زواجها.

فالنمط التواصل للزوجة يعرف بالنمط الخاضع/ المرضي حسب تصنيف فرجينيا ساتير لأنماط التواصل، يتميز هذا النمط بمحاولة إرضاء الآخر باستمرار، وتجنب الصراع أو إبداء الرفض، حتى ولو كان ذلك على حساب الذات ويتجلى هذا في سلوكياتها مثل:

- الموافقة الدائمة على قرارات الزوج دون نقاش
  - صعوبة التعبير عن احتياجاتها الخاصة
  - الاستسلام في المواقف التي تتطلب موقفا حازما
  - استخدام تعبيرات غير لفظية مثل (التهديدات المتكررة) التي تدل على الكبت الداخلي
- هذا النمط ليس معزولا عن السياق النفسي والتاريخي لحياة الزوجة فالقسوة في الطفولة وعدم الإحساس بالأمان أو القبول قد أسسا داخلها قناعة مفادها أن الحب والقبول يتحققان فقط من خلال طاعة الآخر ويتجنب إزعاجه أو معارضته، ومع استمرار هذا النمط في الحياة الزوجية، أصبح شكلا من أشكال الحماية الذاتية لكنه في الوقت ذا يؤدي إلى:

- تآكل الهوية الفردية داخل العلاقة.
  - كبت المشاعر والاحتياجات مما يؤدي إلى إحتقان نفسي داخلي.
- تقوية الاعتمادية العاطفية على الزوج والارتباط به حتى في ظل الشعور بالألم. أما فالزوج فهو ينتقل بين نمطين تواصلين رئيسيين حسب تصنيف ساتير:

\* **النمط التسلطي:** يظهر عندما يصدر أوامر لزوجته حتى في الأمور البسيطة دون مراعاة لردة فعلها، مما يشير إلى أسلوب قيادي مفرط.

\* **النمط المنسحب:** يتجلى النمط المنسحب حين يتجنب الدخول في حوارات عميقة حول المشكلات الحساسة ويميل إلى الصمت أو تجاهل الموضوع.

هذا التذبذب في أنماط الاتصال يدل على وجود صراع داخلي بين رغبته في الحفاظ على سيطرته ضمن العلاقة وخوفه من الدخول في مواجهة قد تهدد استقرارها، كما يشير إلى صعوبة في تطوير تواصل عاطفي ناضج يراعي حاجات الزوجة ويعطيها المسافة الكافية للتعبير.

سلوك الزوج يساهم في تعميق النمط الخاضع لدى زوجته، إذ أن غياب التعاطف والتفاعل الحقيقي مع معاناتها، يقوي شعورها بعدم الكفاءة، ويكسر اعتماديتها عليه، ومع الوقت يتحول هذا

النوع من العلاقة إلى علاقة غير متكافئة تتناقض فيها المشاركة الحقيقية ويغيب فيها التعبير المشترك.

### إستنتاج حول الحالة الثانية:

بالرجوع إلى نتائج المقابلات التي أجريتها مع الزوجين والملاحظات التي أعتمدت عليها في تقييم حالتها إلى جانب تحليل إجابتهما حول بعض الأسئلة التي طرحتها عليهما وجدت أن جودة حياتهما تتراوح ما بين الاعتدال والتذبذب داخل علاقتهما الزوجية حيث تتراجع الزوجة عن التعبير حساب الطاعة والسكوت، بينما يسيطر الزوج على العلاقة إما بالتسلط أو الانسحاب.

وجود النمط الخاضع لدى الزوجة في مقابل النمط التسلطي أو المنسحب لدى الزوج ينتج علاقة غير متوازنة، وهذا يساهم في اختلال التوازن العاطفي ويضعف التواصل الحقيقي خاصة في المواضيع الحساسة، استمرارها في هذا الوضع بدون تدخل يمكن أن يؤدي إلى مضاعفات نفسية أكثر تعقيدا مثل القلق أو الاكتئاب.

إلا أن العلاقة يوجد فيها الحب والرغبة المتبادلة في الحفاظ على حياتهما سويا يشكل قاعدة صلبة يمكن الانطلاق منها لبناء تواصل أكثر صحة واستقرار.

## 2. مناقشة نتائج الدراسة على ضوء الفرضيات والدراسات السابقة:

### 1.2 عرض ومناقشة نتائج الحالة الأولى للزوجين:

بالرجوع إلى تساؤلات الدراسة التي تنص "كيف تؤثر أنماط الاتصال على جودة حياة المتزوجين؟،

والفرضية التي تقول: تؤثر أنماط الاتصال على جودة حياة المتزوجين إيجابا.

ونرفض هذه الفرضية التي تنص على أن تأثير أنماط الإتصال على جودة الحياة الزوجية بشكل إيجابي وهذا من خلال نتائج الملاحظة التي أجريت على الزوجين (ع/ح) حيث كان هناك إهتمام متبادل والمشاركة في المسؤوليات والإطمئنان النفسي وإيماءات الوجه التي تدل على شعورهم بالراحة والإحترام.

في المقابلة العيادية صرح الزوجين عدم وجود مشاكل بينهما وتوافق زواجي وحوار متبادل وتواصل إيجابي، إذ تلتقي نتائج دراسة هذه الحالة مع العديد من الدراسات في علم النفس الأسري التي تؤكد أن الأزواج الذين يتبنون نمطا تواصليا معتدلا يتمتعون برضا زواجي مرتفع عكس من يتبعون أنماطا سلطوية وهذا ما بينته نظرية التبادل الإجتماعي التي تنص على أن النمط المعتدل يحقق توازن بينما يحيطه كل طرف ويتلقاه. وأيضا نظرية التعلق الوجداني التي تهتم بالروابط والعلاقات وهو غالبا ناتج عن النمط المعتدل في العلاقة مما يرفع جودة الحياة الزوجية، وهذا ما أكدته أيضا دراسة مجدي

نور الدين بخاري التي هدفت إلى التعرف على جودة الحياة الزوجية وبعض العوامل المؤثرة فيها وتوضيح العلاقة بينها وبين رضا الزوجين توصل إلى النتائج التالية: وجود علاقة بين أبعاد جودة الحياة الزوجية ورضا الزوجة عن دورها كأنثى فكلما زادت درجة الرضا لدى الزوجين ارتفعت درجة الحياة الزوجية لهما. بالإضافة إلى دراسة نادية بلعباس هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مدى تأثير أنماط الاتصال السائدة في الأسرة الجزائرية على جودة الحياة الزوجية، توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين نمط عدم الاستماع وجودة الحياة الزوجية وإلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين نمط الاتصال المعتدل وجودة الحياة الزوجية وهذه العلاقة لا تختلف باختلاف الجنس ومدة الزواج ونوع السكن. ومن خلال الربط بين نتائج الدراسات السابقة والنظريات يمكن القول أن الفرضية تحققت لأن النمط المعتدل يعزز الإتصال الفعال ويشبع الحاجات النفسية للطرفين.

## 2.2 عرض ومناقشة نتائج الحالة الثانية للزوجين :

بالرجوع إلى تساؤلات الدراسة التي تنص "كيف تؤثر أنماط الاتصال على جودة حياة المتزوجين؟

تتماشى نتائج الدراسة مع الفرضية السلبية التي تقول: تؤثر أنماط الإتصال على جودة حياة المتزوجين بالسلب ونرفض الفرضية الإيجابية حيث أن كل من النمط المنسحب والمتسلط لهما أثر سلبي واضح على جودة الحياة الزوجية من خلال خلق جو من التوتر، غياب التواصل الحقيقي، وتراكم المشكلات دون حل.

أما الزوجة بدورها تُظهر بوضوح نمط الخاضع أو المُرضي: فهي تميل للموافقة على قرارات الزوج، حتى وإن كانت على حساب حاجاتها الشخصية، وتُفضل السكوت وعدم الاعتراض خاصة خوفاً من فقدانه. كما تعاني من نقص في تقدير الذات، والذي يُضعف قدرتها على التعبير عن احتياجاتها ورغباتها داخل العلاقة. إذ أن النمط الخاضع يُضعف من جودة الحياة الزوجية، بسبب غياب الحدود النفسية، وكبت المشاعر، والإحساس بعدم التوازن داخل العلاقة. وبالتالي فإن الفرضية التي تقول: تؤثر أنماط الاتصال على جودة حياة المتزوجين سلباً. صحيحة من خلال تحليلنا لنمط الزوجين، فنقول أن أنماط الإتصال تؤثر على جودة حياة المتزوجين سلباً. وهذا ما أكدته دراسة (كاستليتون، 1995): التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين أنماط الاتصال بين الزوجين ومدى حدوث العنف البدني ومستوى التوافق الزوجي، وأشارت النتائج إلى: أن حجم التبادل والتواصل في الحديث يرتبط ارتباطاً موجباً بالتوافق الزوجي وارتباطاً سالباً بالعدوان البدني، بينما ارتبط الجمود في المحادثات سلبياً بالتوافق الزوجي.

أما نظرية Satir لأنماط الاتصال: فحسب Virginia Satir، توجد أربعة أنماط اتصالية غير فعالة تؤثر على التفاعل داخل العلاقات الزوجية: المتسلط، المنسحب، المُرضي، والعشوائي.

في هذه الحالة:

- الزوج يتنقل بين المتسلط والمنسحب.
- الزوجة تنتمي إلى نمط المرضي أو الخاضع.

هذه الأنماط تُنتج دينامية غير متوازنة تعرقل تبادل المشاعر والدعم، وتمنع بناء علاقة صحية متوازنة.

### 3. خلاصة تحليلية

يتضح أن العلاقة بين الزوجين تتأثر وفقاً لأنماط الإتصال داخل الحياة الزوجية فأنماط الإتصال الإيجابية تساهم في رفع مستوى جودة الحياة للمتزوجين وأنماط الإتصال السلبية تؤدي إلى تدني مستوى جودة حياة المتزوجين، حيث يعكس أسلوب التواصل بين الطرفين مدى التفاهم والتقارب العاطفي والقدرة على تجاوز الخلافات بطريقة بناءة وتقر الدراسات أن الإتصال الفعال يساهم في رفع مستويات الرضا والإستقرار الزوجي بينما يؤدي الإتصال السلبي إلى توتر العلاقة وضعف الإشباع العاطفي والنفسي، فالنمط المنسحب يؤدي إلى فتور عاطفي وجسدي. والنمط المتسلط: يخلق خللاً في مبدأ التشاركية والمساواة.

النمط الخاضع يُضعف تقدير الذات ويزيد من إختلال التوازن. هذه الأنماط الثلاثة تؤثر بشكل مباشر على جودة حياة الزوجين، عكس النمط المعتدل الذي له تأثير إيجابي على جودة العلاقة الزوجية في شتى مجالات الحياة وهذه الدراسة تُبرز أهمية التدخل الإرشادي المبني على تعديل الأنماط الإتصالية وبناء تواصل أكثر وعياً، بهدف تحسين الرضا الزوجي وتحقيق الاستقرار والإشباع العاطفي والنفسي داخل العلاقة.

## 4. إستنتاج عام:

توصلت نتائج الدراسة إلى أن أنماط التواصل بين الزوجين، دور كبير في تحديد جودة الحياة للمتزوجين. ففي الحالة الأولى، اتبع الزوجان نمطا تواصليا معتدلا ومتوازنا، لوحظت جودة الحياة مرتفعة، مما يؤكد على أهمية التفاعل التشاركي القائم على الإحترام المتبادل والحوار الفعال في تعزيز الإستقرار الزوجي. بينما في الحالة الثانية، التي اتسمت بنمط تواصلية غير متكافئ يجمع بين التسلط والإنسحاب من جانب الزوج والخضوع من جانب الزوجة، ظهرت جودة الحياة الزوجية متدنية، مما يبرز الآثار السلبية لإختلال التواصل داخل العلاقة الزوجية. هذه النتائج تتفق مع الأدبيات التي تشير إلى أن الأنماط التواصلية غير متوازنة تضعف التكيف العلائقي للزوجين وتقلل من الرضا العاطفي. وهذه النتائج تؤكد على أهمية تصميم برامج إرشادية تستهدف تحسين مهارات التواصل الزوجي، مع التركيز بشكل خاص على تحقيق توازن في القوة التواصلية بين الشركاء، وتطوير أساليب تفاعل أكثر إيجابية وتكيفية.

## إقتراح بعض التوصيات:

- إنشاء مؤسسات عمومية خاصة بالإرشاد والعلاج الزوجي لتقديم خدمات للزوجين بصفة خاصة.
- إقامة دورات تأهيلية للحياة الزوجية
- التركيز التوعوي على التفاهم المتبادل بين الزوجين.
- تقوية وتنمية المهارات الإتصالية للأزواج حتى ينعكس على حياتهم بالإيجاب.
- إقدام الأزواج على زيارة المعالجين لحل مشكلاتهم الإتصالية.
- إجراء المزيد من الدراسات حول جودة الحياة الزوجية.
- إجراء دراسات وبحوث حول أنماط الإتصال وتأثيرها على جودة الحياة الزوجية.
- توعية الأزواج لتعزيز العلاقة الزوجية.
- توعية الزوجين عن مدى أهمية الحوار والنقاش بين الزوجين.
- القيام بنشاطات تساهم في خلق الإتصال والتفاعل بين الزوجين.

## الخاتمة

في الختام، تؤكد هذه الدراسة على الأهمية البالغة لأنماط التواصل في تشكيل جودة الحياة الزوجية، حيث كشفت ا لنتائج عن وجود علاقة وثيقة بين طبيعة التفاعل بين الزوجين ومستوى رضاهم الزوجي. فبينما أظهر النمط التواصلي المتوازن والمعتدل ارتباطاً إيجابياً بجودة حياة زوجية مرتفعة، برز النمط غير المتكافئ القائم على التسلط والخضوع كعامل مؤثر في تدني هذه الجودة . تقدم هذه الدراسة إسهاماً مهماً في مجال الاستشارات الزوجية، حيث تلفت الانتباه إلى الحاجة الملحة لتعزيز الوعي بأهمية التواصل الصحي في العلاقات الزوجية، وتؤكد على ضرورة إدراج تقييم أنماط التواصل في البرامج الإرشادية والعلاجية. كما تفتح الباب أمام بحوث مستقبلية لاستكشاف هذا الموضوع في سياقات ثقافية واجتماعية متنوعة. ختاماً، فإن تعزيز مهارات التواصل بين الأزواج ليس مجرد وسيلة لتحسين جودة الحياة الزوجية فحسب، بل هو استثمار في صحة الأسرة والمجتمع ككل، مما يدعونا إلى بذل المزيد من الجهود في هذا المجال الحيوي من علم النفس الإكلينيكي.

# قائمة المراجع

قائمة المراجع

- أسامة مهرهرة، زيوش ناصر(2018-2019).تأثير وسائل الإتصال الحديثة على أنماط الإتصال الأسري في الجزائر،مذكرة الماستر في علم الاجتماعي، جيجل.
- اكثر خليل ابراهيم. (د.س). الكدر الزوجي وعلاقته بجودة الحياة الزوجية لدى المتزوجين والمتزوجات . قسم الارشاد النفسي كلية التربية للعلوم الانسانية جامعة البصرة .
- اكرام بشرى رزق الله، اكرام بن سليمان، ونهاد بوازدي. (2023). جودة الحياة لدى الأمهات العازبات . مذكرة ماستر كلية العلوم الاجتماعية تخصص علم النفس العيادي .
- إناس مواكبة. هناء بشيش(2021)، جودة الحياة وعلاقتها بالإستجابة الإكتئابية لدى المسن المتقاعد مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي، قالمة.
- بلحسيني وردة، قدور نوبيات (2013). أشكال التواصل الأسري اللاتوافقية كمنبئات أساسية للإضطراب النفسي للزوجين، ملتقى وطني حول الإتصال وجودة حياة الأسرة، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.
- بلخير حفيظة. (بلا تاريخ). العوامل المؤثرة على التوافق الزوجي. دراسة ميدانية جامعة مستغانم.
- بن بردي مليكة. (2021). جودة الحياة لدى الفتيات المتأخرات عن الزواج. مجلة العلوم النفسية والتربوية، 07 (02)
- بن غذفة شريفة، و صليحة القص. (2022). التوافق الزوجي لدى المرأة العاملة. مجلة الدراسات سيكولوجية الانحراف،(02)
- بهاء أمين حسن الجوازنة. (2019). فعالية برنامج إرشادي واقعي في تنمية الجودة الزوجية والمهارات الاجتماعية لدى المتزوجات حديثا في محافظة الكرك. مجلة دراسات العلوم التربوية، 46 (02).
- بوثلجة شهيانز، و سمية بوعريفة. (2022). سمات الشخصية المنبئة بجودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج. شهادة ماستر تخصص علم النفس العيادي تيارت .
- حصه بنت صالح المالك، ومحمود نوفل ربيع. (2006). العلاقات الأسرية. الرياض، دار الزهراء للنشر والتوزيع: ط01
- حفيظة بلخير. (د-س). العوامل المؤثرة على التوافق الزوجي. دراسة ميدانية جامعة مستغانم .
- حلوش مصطفى (2020). دور التواصل الزوجي في تحقيق التوافق الزوجي ومعالجة المشكلات الأسرية،المجلة المغاربية لدراسة التاريخية والإجتماعية، جامعة سيدي بلعباس، المجلد12، العدد01.

- درقاوي توبة، ومانسة بن الزائر. (2022). الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى النساء العاملات دراسة ميدانية بولاية ورقلة. *مذكرة ماستر*.
- رائدة مروان فايز فريخ (2018). الإستقرار الزوجي وعلاقته بالتسامح وأنماط الإتصال إستنادا لنموذج فرجينيا ساتير (لدى أزواج من فلسطين). *فلسطين*
- رحماني سامية (2016). حجم الأسرة وتأثيره في التحصيل الدراسي للطفل "دراسة ميدانية بمتوسطة العالية"، رسالة ماجستير في علم الاجتماع.
- ريحاب عبد الله الفوزان. (2020). جودة الحياة الزوجية وعلاقتها بالافصاح عن الذات لدى المتزوجين في مدينة الرياض. *رسالة ماجستير جامعة الایمام محمد بن سعود الإسلامية، 78 (02)*.
- زدادقة وفاء. (2020). تأثير عمل المرأة على جودة الحياة الأسرية. *مذكرة ماستر*.
- زيود أمينة، وإيمان بلقاسمي. (2022). مستوى الذكاء العاطفي لدى الزوجات غير المتوافقات زوجيا. *دراسة ميدانية بمدينة بسكرة مذكرة ماستر*.
- سميرة معطيب، أحمد بن سعد (2022). مستوى جودة التوافق الزوجي لدى معلمات المدارس الابتدائية (دراسة ميدانية لمقاطعة حاسي رمل، بليل). *مجلة العلوم القانونية والاجتماعية. حاسي دلاعة. ولاية الأغواط*.
- سهام بخاري(2021). سوء الإتصال الزوجي وعلاقته بتطور بعض أعراض اضطراب الوسواس القهري عند الأزواج، مجلة الدراسات النفسية، جامعة الجزائر.
- شيماء أحمد محمد ظاهر. (2018). أساليب التواصل كمنبئ بجودة الحياة لدى الأزواج. *مجلة البحث العلمي في الآداب (19) ..*
- صاحب عبد مرزوك الجنابي(2020). الإرشاد الأسري والزوجي. دار اليازوري. عمان
- صافي كلتوم عائشة. (2020). فارق السن وانعكاسه على التوافق الزوجي دراسة ميدانية على عينة من ولاية وهران. *مذكرة ماستر*.
- صيرينا قاضي، ورحاب مختار. (2024). جودة الحياة الأسرية وانعكاسها على التفوق الدراسي للتميز. *14 (02)*
- ضافر سحاب علي القراني. (2024). السعادة الزوجية في ضوء بعض التغيرات الاجتماعية لدى الأسرة السعودية. *مجلة الاكاديمية للابحاث والنشر العلمي الاصدار 65*.
- طايبي مريم، ومريم رقاد. (2024). جودة الحياة وعلاقتها بالاغتراب الزوجي لدى الزوجات العاملات. *مجلة الروانز، 08 (02)*

- عبد الكريم الحديدي، منال لموين، وخديجة وادي. (2024). التواصل الوجداني وعلاقته بالشعور بالسعادة داخل العلاقة الزوجية، وارتباطها بالرضا في العلاقة الحميمة لدى عينة من الأزواج المغاربة، *مجلة دراسات العلوم الانسانية والاجتماعية*.
- علاء الدين عبد الرزاق جنكو. (2018). ضوابط السعادة الزوجية وأثرها في بناء الأسرة . *كلية القانون والسياسة جامعة التنمية البشرية السليمانية*.
- قاسم حسين صالح (2017). سيكولوجية اللغة والإتصال. دار غيداء للنشر والتوزيع، المملكة الأردنية الهاشمية، عمان.
- كاوجة محمد الصغير. (2014). تمثلات التوافق الزوجي وعلاقته بأساليب المعاملة الزوجية والخلافات الزوجية. *مجلة العلوم الاجتماعية والانسانية* (16).
- كلتوم مدقن. (2022). علاقة التوافق الزوجي بالمستوى التعليمي لدى عينة من الأزواج بمدينة ورقلة. *مجلة السراج في التربية وقضايا المجتمع*، 06 (01).
- لغرس سوهيله (2020). الإتصال الأسري والتنشئة الاجتماعية. *مجلة الدراسات* . المجلد 10، العدد 01. جامعة مصطفى اسطمبولي. معسكر
- مايسة أحمد عز رجال عبده الق، منار محمد منصور، يوسف علي علي القزاز (2024). أنماط التواصل الزوجي وعلاقته بودة الحياة الزوجية (دراسة بعض القرى مركز محافظة الغربية). جامعة الأزهر، مصر، *مجلة الإسكندرية للتبادل العلمي*.
- مايسة أحمد عز الرجال عبد الحق وأخرون. (2024). أنماط التواصل الزوجي وعلاقته بجودة الحياة الزوجية. *مجلة الاسكندرية لتبادل العلمي*، 45 (03).
- مجدي نور الدين بخاري (2021). أثر العلاج الزوجي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى الزوجين ، *المجلة العربية للأداب والدراسات الإنسانية*، المجلد 5، العدد 18.
- محمد حامد الهنداوي. (2010). الدعم الاجتماعي وعلاقته بمستوى الرضا عن جودة الحياة لدى المعاقين حركيا . *محافظة غزة جامعة الأزهر* .
- محمد خلاصي. (2015). اتجاهات الأزواج نحو التوافق الزوجي. *مجلة العلوم الانسانية* (43)
- محمدي أنفال، زراقي نورهان (2022-2023). التواصل الزوجي لدى الشريك المتوافق في العلاقة الزوجية، *بسكرة*
- محمدي فوزية، وأمال بوعيشة. (2013). معوقات جودة الحياة الأسرية. *الملتقى الوطني الثاني حول: الاتصال وجودة الحياة في الأسرة جامعة قاصدي مرياح ورقلة "كلية العلوم الانسانية والاجتماعية* .

- مراد بو قطاية. (2008). مؤشرات التوافق الزوجي ومعوقاته في الحياة الزوجية. مجلة العلوم الانسانية - جامعة محمد خيضر بسكرة (13).
- مسعودي أ محمد. (2015). بحوث جودة الحياة في العالم العربي. دراسة تحليلية مجلة العلوم الاجتماعية والانسانية (و20).
- منى بنت عبد العزيز الخيني (2018). أنماط التواصل الزوجي وعلاقته بإدارة ضغوط الحياة لدى الزوجة العاملة، مجلة الاقتصاد المنزلي، 01 (27).
- نادية بلعباس. (2016). أنماط الاتصال وعلاقتها بجودة الحياة الزوجية . أطروحة دكتوراه علم النفس الأسري .
- نيفين فوزة محمد. (2022). الأداء الوظيفي الأسري وعلاقته بجودة الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج والزوجات. مجلة كلية الآداب جامعة الزقازيق، 47 (10).
- وسن عامر مصطفى حمدان (2020). واقع إدمان الأنترنت وعلاقته بجودة الحياة الزوجية وإشباع الحاجات النفسية لدى المتزوجين في محافظة طولكرم.
- فؤاد أحمد أبو شنبار. (2023). المنهج الإكلينيكي الفحص النفسي والمقابلة العيادية، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان.
- أحمد أبو اسعد (2016)، دراسة حالة في إطار جديد، دار النشر مركز دبيونو لتعليم التفكير، الأردن

الملاحق

الملحق رقم 01: تصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
جامعة ابن خلدون تيارت

تصريح شرفي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

(ملحق القرار الوزاري رقم 1082 المؤرخ في 2020/12/27 المتعلق بالوقاية ومحاربة السرقة العلمية)

أنا الممضي أدناه،

السيد(ة) .....  
.....

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: ..... والصادرة بتاريخ: 2025.01.07

المسجل(ة) بكلية: ..... الإسم: .....  
.....

و المكلف بإنجاز أعمال بحث مذكرة التخرج ماستر

عنوانها: .....  
.....

أصرح بشرفي أنني أتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية النزاهة الأكاديمية  
المطلوبة في إنجاز البحث المذكور أعلاه.

BEKADDOUR ALI

التاريخ

إمضاء المعنى



بد شهود للمصادقة على التصريح  
السيد(ة) .....  
إمضاء ورش رقم: .....  
الصادرة بتاريخ: .....  
من طرف: .....  
تصديق في: .....  
عن رئيس المجلس العلمي



25 MAI 2025



