

التنافر المعرفي وعلاقته بالاستقرار العاطفي الزوجي لدى عينة من النساء العاملات في مدينة جدة

إعداد

أ/ ريم عقاب المطيري

درجة الماجستير، (قسم علم النفس - التوجيه والإرشاد التربوي) كلية التربية، جامعة الملك
عبد العزيز

د/ دينا خالد مؤمنه

أستاذ مساعد، تخصص إرشاد نفسي، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة الملك عبد العزيز

**مجلة الدراسات التربوية والانسانية . كلية التربية . جامعة دمنهور
المجلد السابع عشر - العدد الرابع (أكتوبر) الجزء الثاني، لسنة ٢٠٢٥م**

التنافر المعرفي وعلاقته بالاستقرار العاطفي الزوجي لدى عينة من النساء العاملات في مدينة جدة

أ/ ريم عقاب المطيري^١

د/ دينا خالد مؤمنه^٢

المستخلص:

هدفت الدراسة الكشف عن التنافر المعرفي وعلاقته بالاستقرار العاطفي الزوجي لدى عينة من النساء العاملات في مدينة جدة، وبلغت عينة الدراسة (٤٣٥) من النساء العاملات، وتم اختيارهن باستخدام العينة العشوائية البسيطة. ولجمع المعلومات، استخدمت الباحثة مقياس التنافر المعرفي من إعداد جدوع والملحم (٢٠٢٠)، ومقياس الاستقرار العاطفي الزوجي من إعداد الباحثة (٢٠٢٥)، وأظهرت النتائج وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين التنافر المعرفي والاستقرار العاطفي الزوجي، وفي ضوء النتائج أوصت الدراسة بضرورة إعداد برامج إرشادية موجهة إلى عينة النساء العاملات، تهدف إلى اكتساب وتعزيز السمات الإيجابية التي تحقق لديهن الاستقرار العاطفي الزوجي، مثل الهدوء، التفاؤل، التعاطف، التسامح، الاستقلالية، حيث تساهم هذه السمات في محافظة المرأة العاملة على استقرارها اتجاه التغيرات الحالية المتسارعة في مختلف الجوانب، وتسلط الضوء على عينة النساء العاملات، ممن بلغن سن الأربعين وفوق، وأيضاً ممن لديهن أبناء، من قبل المراكز التي تقدم الدعم النفسي والإرشادي فيما يتعلق بالحياة الزوجية، لتقديم جلسات توعوية وإرشادية، حيث كشفت نتائج الدراسة عن مستوى مرتفع في بعض أبعاد التنافر المعرفي، لدى هذه الفئة.

الكلمات المفتاحية: التنافر المعرفي، الاستقرار العاطفي الزوجي، النساء العاملات، الحياة الزوجية.

^١ درجة الماجستير، (قسم علم النفس – التوجيه والإرشاد التربوي) كلية التربية، جامعة الملك عبد العزيز

البريد الإلكتروني: ralmotari000@gmail.com

^٢ أستاذ مساعد، تخصص إرشاد نفسي، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة الملك عبد العزيز

Cognitive Dissonance and Its Relationship with Marital Emotional Stability Among a Sample of Working Women in Jeddah.

Reem Egab Almutairi, Dina Moamenah

Psychological Counseling, Department Psychology, College of Education, King Abdulaziz University.

Email: ralmotari000@gmail.com

Abstract:

The study aimed to reveal cognitive dissonance and its relationship with marital emotional stability in a sample of working women in the city of Jeddah. The study sample consisted of 435 working women, who were selected using simple random sampling. To collect information, the researcher used the cognitive dissonance scale developed by Jadou and Al-Malahim (2020) and the marital emotional stability scale developed by the researcher (2025). The results showed a statistically significant inverse relationship between cognitive dissonance and marital emotional stability. In light of the results, the study recommended the need to develop guidance programs aimed at the sample of working women, with the aim of acquiring and reinforcing positive traits that achieve marital emotional stability, such as calmness, optimism, empathy, tolerance, and independence. These traits help working women maintain their stability in the face of rapid changes in various aspects of their lives. The study also highlighted working women aged 40 and above, and also those who have children, by centers that provide psychological and counseling support related to married life, to provide awareness and counseling sessions, as the results of the study revealed a high level of cognitive dissonance in some dimensions among this group.

Keywords: cognitive dissonance, emotional marital stability, working women, married life.

المقدمة:

تُعتبر العلاقات الاجتماعية، وخاصة العلاقات الزوجية، من أبرز مجالات الحياة التي تؤثر في الصحة النفسية والعاطفية للنساء. إن الحفاظ على توازن نفسي وعاطفي في ظل التحديات اليومية يعد أمرًا حيويًا للتمتع بعلاقات صحية ومستقرة. في السنوات الأخيرة، شهدت المجتمعات تغيرات كبيرة، حيث ازدادت نسبة النساء العاملات في مختلف المجالات. هذا التغيير الاجتماعي ساهم في تداخل بين المهام الوظيفية والمسؤوليات الأسرية مما أدى إلى زيادة المسؤوليات والتحديات التي تواجه النساء العاملات.

حيث يعتبرن شريحة متفردة من النساء، حيث يتعين عليهن التوازن بين متطلبات العمل ومتطلبات الحياة الأسرية. هذه التحديات قد تساهم في خلق حالات من التنافر المعرفي. وفقاً لسناء (٢٠٢٣) كما ورد عن اللحياني والعتيبي (٢٠١٥) يسعن النساء العاملات بطبيعتهن لتحقيق التوازن بين معتقداتهن وسلوكياتهن، يظهر التناقض عندما تتعارض القيم الشخصية مع الواقع العملي. وهو ما يعني التناقض بين الأفكار والمعتقدات والمشاعر. حيث كشفت دراسة علوان (٢٠٢٣) عن وجود تنافر معرفي لدى الأمهات، يظهر عندما تتعارض الأفكار التي تؤمن بها الأم مع ما يعتقد الطفل أو المجتمع. يؤثر هذا التنافر سلباً على تكوين صورة الطفل الذاتية. من جهة أخرى، يُعتبر الاستقرار العاطفي عنصراً أساسياً في جميع جوانب الحياة الإنسانية، لأنه يساعد في الحفاظ على توازن نفسي وعاطفي عند مواجهة التحديات والمواقف الصعبة. عندما يكون النساء قادرات على إدارة مشاعرهن والتفاعل بشكل إيجابي مع التحديات، فإن ذلك يساهم في تعزيز العلاقة الزوجية ويقلل من احتمالية حدوث الأزمات. إن دراسة التنافر المعرفي لدى النساء العاملات يساهم في فهم تأثير الصراعات اليومية بين العمل والأسرة على استقرارهم العاطفي في الزواج.

مشكلة الدراسة وأسئلتها:

ينشأ التنافر المعرفي لدى النساء العاملات عندما تتعارض معتقداتهن الشخصية مع متطلبات الحياة العملية أو الزوجية. هذا التنافر قد يؤدي إلى توتر داخلي يؤثر سلباً على علاقتهم الشخصية. على سبيل المثال، قد يؤمن النساء بأهمية قضاء وقت كافٍ مع أطفالهن لتتشنّتهم بشكل صحي وسليم، لكن يجدن أنفسهن مضطرة للعمل لساعات طويلة خارج المنزل، مما يحد من قدرتهن على القيام بهذا الدور كما يرغبن. هذه الحالة من التنافر قد تولد شعوراً

بالذنب والإحباط، حيث يعيشون في صراع داخلي بين ما يؤمن به وبين ما يستطيع تحقيقه فعليًا.

ويمتد هذا الصراع أيضًا إلى الحياة الزوجية، حيث يشعرن النساء بالضغط لتلبية توقعات شريك حياتهن فيما يتعلق بدورهن كزوجات، بينما تستنزف ضغوط العمل وقتهن وطاقتهن. هذا الصراع الداخلي قد ينعكس بشكل مباشر على الاستقرار العاطفي داخل الأسرة. في مثل هذه الظروف، تظهر أهمية التوازن العاطفي في مواجهة التحديات التي تسبب هذا الصراع الداخلي، وكيفية بقاء النساء العاملات مستقرات ومتزنات لتجنب التصرفات غير المسؤولة في ظل هذه التحديات.

تشير التقارير الصادرة عن الهيئة العامة للإحصاء في السعودية إلى أن نسبة النساء العاملات السعوديات في المملكة شهدت زيادة ملحوظة في السنوات الأخيرة، حيث بلغت نسبة مشاركة المرأة السعودية في سوق العمل السعودي حوالي ٦٥,٠٥% وفقًا للتقرير الأخيرة المصروح بها حول القوى العاملة لعام ٢٠٢٤. يعكس هذا النمو في أعداد النساء العاملات، التحولات الاجتماعية والاقتصادية الكبيرة في المجتمع السعودي، مما يعزز التحديات المتعلقة بالتوازن بين الحياة المهنية والشخصية. العديد من النساء يجدن أنفسهن ملزمات بأداء أدوار متعددة، مما يتطلب جهودًا استثنائية للحفاظ على الانسجام بين هذه المسؤوليات المتنوعة.

لذلك، تتحدد مشكلة الدراسة في السؤال الرئيسي التالي: هل هناك علاقة بين التنافر المعرفي والاستقرار العاطفي الزوجي لدى النساء العاملات في مدينة جدة؟
أهداف الدراسة: هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن: العلاقة بين التنافر المعرفي والاستقرار العاطفي الزوجي لدى النساء العاملات في مدينة جدة.

أهمية الدراسة:

أ - الأهمية النظرية:

١. تساهم هذه الدراسة في ملء الفراغ البحثي في مجال العلاقة بين التنافر المعرفي والاستقرار العاطفي الزوجي لدى النساء العاملات في السعودية. فبحسب -علم الباحثة-، لم يتم تناول هذا الموضوع بشكل مباشر في الأبحاث السابقة، مما يجعل الدراسة رائدة في هذا المجال.

٢. تقدم الدراسة أساسًا معرفيًا جديدًا يُثري علم النفس الاجتماعي والأسري، حيث تسلط الضوء على العلاقة بين التنافر المعرفي والاستقرار العاطفي في بيئة مجتمعية تتميز بتقاليد وثقافتها الخاصة.

٣. قد تسهم نتائج هذه الدراسة في أن تكون مرجعًا مهمًا للباحثين والمختصين لفهم تأثير الضغوط المهنية والاجتماعية على النساء العاملات في السعودية، مما يفتح آفاقًا لدراسات مستقبلية تستند إلى هذه النتائج.

ب - الأهمية التطبيقية:

١. تساهم نتائج الدراسة في تصميم ورش عمل تدريبية تركز على بناء مهارات إدارة التنافر المعرفي للمرأة العاملة، ما يعزز من قدرتها على الاتزان العاطفي وتحقيق استقرار زواجي أكبر.

٢. يمكن أن تؤدي نتائج الدراسة إلى وضع سياسات عمل مرنة تراعي ظروف النساء العاملات، ما يقلل من ضغوط التوفيق بين المتطلبات المهنية والأسرية، ويسهم في تحسين بيئة العمل.

٣. تساهم نتائج الدراسة بالاستفادة منها بإعداد أدوات ومقاييس تستخدم من قبل جهات ومؤسسات تقدم خدمات وقائية وإرشادية فيما يتعلق بالحياة الزوجية، من خلال تقديم تدخلات علاجية في حال رصد مؤشرات تدل على وجود حالة من التنافر المعرفي وعدم الاستقرار العاطفي.

حدود الدراسة:

- الحدود الموضوعية: تركزت الدراسة على التنافر المعرفي والاستقرار العاطفي الزوجي لدى النساء العاملات في مدينة جدة.
- الحدود البشرية: شملت العينة النساء العاملات.
- الحدود المكانية: اقتصرَت الدراسة على مدينة جدة.
- الحدود الزمانية: تم إعداد وإجراء الدراسة خلال العام الدراسي ٢٠٢٤-٢٠٢٥م.

مصطلحات الدراسة: اشتملت الدراسة الحالية على عدة مصطلحات يمكن تناولها فيما يلي:

١. التنافر المعرفي:

التنافر المعرفي يُعرّف حسب العنزي (٢٠٠٠) بأنه: "حالة تكون فيها لدى الفرد وحدتان ذهنيتان غير متسقيتين نفسياً، مثل اعتقادين أو فكرتين متناقضتين حول نفس الموضوع أو الشيء أو الحدث أو الشخص. وكلما زادت أهمية هاتين الوحدتين من الناحية النفسية، زاد مستوى التنافر المعرفي، وزادت دافعية الفرد لتقليل هذا التنافر."

ويُعرّف التنافر المعرفي إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها الفرد في مقياس التنافر المعرفي من إعداد جدوع (٢٠٢٠) المستخدم في الدراسة الحالية .

٢. الاستقرار العاطفي الزوجي:

يشير إلى ضرورة حرص كلا الزوجين على تعزيز مشاعر الحب والمودة والتقدير والارتباط النفسي العاطفي، للوصول إلى أفضل مستويات الترابط والتلاحم والألفة والمشاعر المشتركة التي تحقق الاستقرار العاطفي داخل الحياة الزوجية (الملك، ٢٠٢٤).

وتعرف الباحثة الاستقرار العاطفي الزوجي إجرائياً: حالة من الاتزان والثبات الوجداني، تظهر عند مواجهة التوترات في الحياة الزوجية من خلال التمتع بدرجة مرتفعة من السمات الشخصية الإيجابية، ينتج عنها الإحساس بالأمان والتكافؤ بين الزوجين.

٣. النساء العاملات:

النساء العاملات هن من يعملون خارج المنزل أو داخله في وظيفة أو مهنة، ويقومون بأعمال تتطلب جهداً مقابل أجر مادي. قد يكونن زوجات وأمّهات، يجمعن بين مسؤولياتهن الأسرية والمهنية، أو قد يكونن غير متزوجات. عمل النساء يشمل مختلف المجالات الاقتصادية والمهنية سواء في القطاع الحكومي أو الخاص. (الكحوت، ٢٠١١).

الإطار النظري:

المحور الأول: التنافر المعرفي

١. مفهوم التنافر المعرفي:

أشار جدوع (٢٠٢٠) إلى تعريف سلامة وغباري (٢٠١٦) بأنه "حالة يشعر بها الفرد نتيجة انشغاله بمعتقدين أو فكرتين متناقضتين في طبيعتهما، ولكنهما يحتلان الأهمية ذاتها."

ويعرّف القطامي (٢٠١٢) التنافر المعرفي بأنه "حالة نفسية تنتج عن الضيق، التوتر، والاضطراب الذي يشعر به الفرد نتيجة التعارض بين معرفته والمواقف التي يواجهها". وأشار إلى وصف فستنجر (Festinger) للتنافر المعرفي بأنه شعور بعدم التوافق (Disconsonant) يحدث في أعماق اللاوعي، مما يسبب ضعفاً أو عجزاً واضحاً لدى النساء العاملات، حيث يؤثر سلباً على إنتاجيتهن وفعالتهن. وللتقليل من عدم الراحة المرتبطة بالتنافر، يجب عليهن إدراك المشكلة وفهم طبيعتها ودرجتها. عند حدوث حالة التنافر المعرفي للنساء تسبب لهن الإنهاك وترهقهن ذهنياً ويسعن للتخلص منها.

٢. مصادر التنافر المعرفي:

يتضمن التنافر المعرفي عناصر مهمة أشار إليها جدوع (٢٠٢٠)؛ أهمها أن يدركن النساء العاملات الأشياء التي يعرفهن عن ذاتهن والبيئة التي ينتمون إليها. وتشمل كل ما يخص النساء من معتقدات وآراء ومن خبرات ومواقف يمرن بها وأيضا القيم التي يمتلكهن ومن خلالها يمرن بعملية رسم خريطة الإدراك؛ بإدراج كل ما ذكر من هذه العناصر ضمن الواقع. تتكون عناصر المعرفة في نظرية فيستينجر (١٩٥٧) إما من مكونين أو عدة مكونات متوافقة كما أوضحها جدوع (٢٠٢٠) بحيث يكمل أحدها الآخر، أو تكون متعارضة، من خلال قيام أحدها بمعاكسة الآخر. ويمكن إيضاحها من خلال مجموعة من الأمثلة، وهي كالتالي:

• وجود تعارض أو عدم الاتفاق المنطقي: ويشير إلى حدوث هذا التنافر عندما تعتمد معلومة على أخرى و تكونين غير منسجمتين. ويتضح ذلك عند النساء العاملات، عندما يؤمن بأن من أولوياتهن المحافظة على صحتهم النفسية، ومدى أهمية الموازنة بين عملهن وحياتهن الشخصية من خلال أخذ فترات راحة. في المقابل، يعملن لساعات طويلة متواصلة يومياً، ويحملون أنفسهن مهام وواجبات إضافية فوق طاقتهن. أي أن هذا السلوك اليومي يشكل لديهن تناقض منطقي مع قناعاتهن الداخلية حول مدى أهمية العناية بالصحة النفسية، وينتج عن ذلك، تأثيرات سلبية من خلال الشعور بالتوتر وعدم الاستقرار.

• الأنماط الثقافية المعروفة والمقبولة بين الناس عامة: تشمل كل من المواقف والرؤية الأخلاقية للجماعة، لأنها تساعد في تحديد ما يُعتبر صحيحاً ومقبولاً من ناحية اجتماعية. وهذا يتضح من خلال المواقف المتوترة التي تواجه النساء العاملات، عندما يعيشون في مجتمع ينظر إليهم بنظرة سلبية، يصبحون في حالة تناقض بين ما يؤمن به كأهمية العمل كمصدر دخل

وتحقيق لذاتهن وطموحتهن المهنية وبين ما يتوقع منهم من ناحية اجتماعية وهو أن النساء مكانهن المنزل، مما يؤدي إلى نشوء تعارض بين معتقداتهن الشخصية والأنماط الثقافية للبيئة المحيطة بهن.

●التناقض والاختلاف الذي يحدث بين الرأي والسلوك: يظهر في حالات عديدة عندما يتداخل لدى النساء العاملات الأدوار التي يؤمن بها ويسعن أن يؤيدونها على اكمل وجه. أي قد يشعرن بالتقصير في أداء أدوارهن كزوجات نتيجة الانشغال لوقت طويل في العمل، ما يترتب عليه الشعور بمشاعر مزدوجة تتمثل في التوترات التي تؤثر على جودة التواصل والرضا العاطفي في الحياة الزوجية. كل ما سبق من تجارب وخبرات. تتجلى هذه الحالة لدى النساء العاملات عندما يستحضرن ما سبق من تجارب مؤلمة، أي عندما يعانون من اضطرابات نفسية أو يصابون بأمراض جسدية كارتفاع الضغط. إلى آخره نتيجة ضغوطات وتراكمات مواقف سلبية، مرو بها في محيط العمل أو محيطهم الأسري. ينتج عن ذلك مستقبلاً، خوف وتردد في اتخاذ قراراتهن الشخصية والاجتماعية حتى لا تكرر المعاناة السابقة. مما يعني أن الشعور بالألم مرتبطاً بالحدث ويؤثر على خيارات النساء العاملات مستقبلاً. لذا، يملن لتجنب هذا التنافر المعرفي باختيار الخيارات الأسهل، مما يحد من مقاومة التغيير.

٣. الآثار المحتملة للتنافر المعرفي:

حين الحديث عن الآثار المحتملة التي تؤدي إليها حالة التنافر المعرفي فهي تمتد إلى الصحة النفسية وعلاقة النساء العاملات بالأشخاص المحيطين بهن، حيث أشار كل من أبو بكر وعطالله (٢٠٢٣) بأن يترتب على هذه الآثار حالات عاطفية سلبية، مثل: الشعور بالذنب والعار والندم. بالإضافة على ذلك قد يجعل النساء يلجئون إلى استخدام آليات الدفاع وقد لا تساعدنهم بفعالية على المدى البعيد ومن الآثار المحتملة للتنافر المعرفي التي تطرقا إليها، ما يلي:

●تدني احترام الذات (Lower self-esteem): قد يشعرن النساء بانخفاض احترامهن لذاتهن عندما يتصرفن بطرق لا تتوافق مع معتقداتهن، مما يثير شعوراً بالعار والرغبة في تجنب الآخرين. على سبيل المثال، قد يكون منهن من تعمل في شركة فتتجنب المشاركة في الأنشطة الجماعية إذا شعرت بأن سلوكها لا يعكس قناعاتها الشخصية.

- تحويل اللوم (Blame-shifting): يحدث ذلك عندما لا يدركن كيف يؤثر التنافر المعرفي عليهن، فيلجئن إلى نقل اللوم للآخرين من أجل إدارة المشاعر السلبية. على سبيل المثال، عندما تراودهم مشاعر التقصير تجاه أطفالهن بعد الانشغال المستمر في العمل، فأنهن يسقطون مشاعر الذنب على أحد الأشخاص المحيطين بهن من أجل الحد من التنافر.
 - صعوبة تنظيم الانفعالات (Emotion Dysregulation): مع زيادة شدة التنافر المعرفي، يصبح النساء العاملات غير منتظمات عاطفياً. بمعنى إذا التحقت أحدهن بكلية إدارة الأعمال، ولكنها لا تستطيع التكيف، قد تصبح أكثر قلقاً وسرعة في الانفعال مقارنة بزميلاتها، خاصة إذا تعرضت لمقارنات مع الآخرين.
 - رؤية محدودة للعالم (Limited world view): عند تضارب المعلومات مع معتقدات الداخلية، قد يحاولن تقليل التنافر المعرفي بالابتعاد عن الحقائق غير المريحة، فيتمسكون بمفاهيم محدودة تؤكد آراءهن فقط، مما تعرضهن لمزيد من العزلة ويعزز التحيز.
٤. أساليب التخلص من التنافر المعرفي:

- ذكر الريماوي وآخرون (٢٠٠٦) يرى فستجر أن الأفراد يسعون إلى التخلص من حالة التنافر المعرفي من خلال اتباع الأساليب التالية:
- تغيير السلوك لينسجم مع اتجاهاتهم أو معتقداتهم.
 - تغيير اتجاهاتهم ومعتقداتهم لتنسجم مع السلوك.
 - البحث عن معلومات إضافية أكثر انسجاماً لتبرير السلوك.
 - تشويه المعلومات والمعارف.
- وهي مقارنة لما أشار إليه جدوع (٢٠٢٠) حول ما أوضحه بريهم (٢٠٠٧) أن ردود الفعل التي تصدر عن حدوث حالة التنافر المعرفي تتمثل بشعور النساء العاملات بحالة من القلق وعدم شعورهن بالاستقرار النفسي وتؤدي هذه الحالة إلى نشأة الضغوطات التي بدورها اما لخفض حالة التنافر المعرفي أو التخلص منه، ويبدلن جهدهن للحد من هذه الحالة؛ ويكون عن طريق المعتقدات سواء كان معتقد او العديد من المعتقدات التي تكون ضمن حالة التنافر، أو أن تسعى للحصول على كل المعلومات التي تمكنها من التوافق؛ وهذا الأمر يساعد في تقليل حالة التنافر المعرفي.

٥. نظرية التنافر المعرفي Cognitive Dissonance:

يفترض فيستنجر (Festinger) مؤسس هذه النظرية، أن الإنسان عندما يكون في موقف تتناقض به أفكاره ومعتقداته، مع سلوكياته ليس لديه حرية مطلقة في أن يتجاهل حالة التنافر أو أن يتعايش معها؛ بل ينشأ لديه شعور يشابه الضغط النفسي يدفعه للقيام بمحاولات لاستعادة اتساقه وتوازنه المعرفي. وقد كانت إنجازات فيستنجر قيمة وهامة في هذا المجال، إذ تمكن من تفسير وتحليل العمليات الداخلية الذهنية في المواقف التي يصبح به الأفراد في حالة من التنافر المعرفي، بهدف توضيح وفهم هذه العمليات لتصبح ذات فعالية في عملية اتخاذ قرارات التي تساعد على التكيف، وإعادةتهم إلى حالة السواء والتوافق مع ذاتهم والبيئة المحيطة بهم وأدوارهم الحياتية (القطامي، ٢٠١٢). وعندما يكون النساء العاملات في حالة من التنافر المعرفي، أي نشوء تعارض بين كل من معتقداتهن و واجباتهن الأسرية وبين التزامات عملهن، يبدأ يتكون لديهن مشاعر الانزعاج والضغط النفسي. حيث تساهم هذه القوة الضاغطة في تكوين دافع لديهن إلى اتباع أساليب متنوعة لخفض مستوى التنافر بعدة بدائل مختلفة، في محاولة استعادة توافقهن مع ذاتهن وممارسة أدوارهن الحياتية كنساء عاملات و زوجات، حيث ينعكس ذلك على مدى تمتعهن بالاتزان والاستقرار الداخلي في حياتهن العملية والأسرية. حيث أوضح ذلك، أحمد (٢٠١٩) بأن هذه النظرية تقتض وجود علاقة تتمتع بالاتزان بين كل من المعرفة والسلوك، وتقوم على افتراض أساسي أن النساء يتجهون نحو الحفاظ على توازنهن المعرفي الذي يتشكل من خلال مجموعة متداخلة من المعتقدات، والاتجاهات المعقدة، وكل القيم المؤثرة في السلوك. ويكونون في حالة انزعاج عندما يكونون في حالة من التنافر، فيتكون لديهن العديد من العلاقات الغير متوافقة بين معتقداتهن وسلوكياتهن وآرائهن، حيث تساهم هذه الحالة في تكوين دافع لخفض هذه الحالة.

المحور الثاني: الاستقرار العاطفي الزوجي:

١. مفهوم الاستقرار العاطفي الزوجي:

أشار كلاً من الذبحاوي و الموسوي (٢٠١٩) كما ورد عن عبدالواحد (٢٠١٧) بأن الاستقرار العاطفي هو حالة من توازن القوى داخل النساء كرجباتهن وطموحاتهن واحتياجاتهن في الانسجام مع أنفسهن ومع ضغوط البيئة حين لا يستطعن السيطرة على ما يشعرن به من مشاعر وانفعالات قد تعود عليهن بأضرار سلبية، يترتب عليها قرارات خاطئة تؤثر على حياتهن

الشخصية من ناحية علاقاتهن الاجتماعية وصحتهن النفسية وقد يمتد هذا الأثر إلى الحياة الزوجية؛ حين لا يتمتع الزوجان بالاتزان و القدرة على البقاء هادئين، سوف تكون انفعالاتهم و ردود فعلهم عند مواجهتهم للتحديات والخلافات فيما بينهم مبالغاً بها وغير مناسبة، مما يؤدي إلى عدم الحفاظ على العلاقة الزوجية ويؤثر سلباً على صحتهما النفسية، وقد يمتد إلى الانفصال نتيجة عدم القدرة على التمتع بالاستقرار العاطفي الزوجي. حيث انه وصفه الملكي (٢٠٢٤) كما ورد عن حقي وأبو سكينه (٢٠٠٩) بأنه يشير إلى ضرورة حرص كلا الزوجين على تعزيز مشاعر الحب والمودة والتقدير والارتباط النفسي العاطفي، للوصول إلى أفضل مستويات الترابط والتلاحم والألفة والمشاعر المشتركة التي تحقق الاستقرار العاطفي داخل الحياة الزوجية.

٢. مكونات الاستقرار العاطفي الزوجي:

وضح كل من الذبحاوي و الموسوي (٢٠١٩) مكونات الاستقرار العاطفي بأن هناك خمسة مكونات أساسية للاستقرار العاطفي هي: (التقاول، الهدوء، التسامح، الاستقلال الذاتي، التعاطف) وفيما يلي شرحاً مختصراً لكل مكون:

• **التقاول:** هو النقيض للتشاؤم، حيث يمتزج النساء العاملات المتفائلات بمشاعر البهجة والإيجابية، والثقة بالنفس، والسعي لتحقيق الأهداف رغم العقبات، مع اعتبار الفشل نتيجة ظروف قابلة للتحكم. أما المتشائمات، فهم مكتئبات، يفتقرن للثقة بالنفس، يعتمدون على الآخرين، ويميلون للنظرة السلبية للمواقف.

• **الهدوء:** هو عكس القلق، حيث يمتزج النساء الهادئات بالقدرة على مواجهة المخاوف والضغوط بعقلانية، مما يساعدهم على التفكير بوضوح والتركيز. في المقابل، تميل القلقات إلى الانزعاج المفرط والقلق غير المبرر، مما يؤدي إلى سوء التكيف وممارسات خاطئة.

• **التسامح:** يعد عكس العدوان، حيث يمتازون المتسامحات باللطف وضبط العواطف دون عنف مباشر أو غير مباشر، بينما يعبرن العدوانيات عن غضبهم من خلال سلوكيات مثل الجدل العنيف أو الأنشطة العدوانية لتحقيق أهدافهم.

• **الاستقلال الذاتي:** هو عكس الاعتماد على الآخرين، حيث يمتازون المستقلات بالحرية، والمسؤولية عن قراراتهم ومصيرهم، وحل مشكلاتهم بشكل واقعي. في المقابل، يفتقر

المعتمدات على الذات إلى السيطرة على حياتهم، ويخضعون لضغوط الآخرين والطاعة العمياء للسلطة.

•التعاطف: يعد القدرة على فهم مشاعر الآخرين والتفاعل معهم بعطف وذكاء، مما يعزز الثقة والتواصل الإيجابي. في المقابل، يتسمن غير المباليات بالانفصال والتركيز على تحقيق مصالحهم الشخصية دون مراعاة لمشاعر الآخرين.

٣.عوامل تساعد على الاستقرار العاطفي الزوجي:

يسهم الاستقرار العاطفي الزوجي في تعزيز جودة العلاقة بين الزوجين من خلال توفير بيئة داعمة تسعى إلى تحفيز كل من النمو الشخصي و الشراكة لإحداث التوازن بين الزوجين. وذلك يكون من خلال توافر عوامل إيجابية تقوي الروابط وتعزز التفاهم بين الطرفين والعمل على تكوين أسس متينة تنشأ بينهما تواصل فعال واحترام متبادل. وتشير العديد من الدراسات إلى الدور الهام لهذه العوامل حيث إنها تقوم بدور جوهري في تقليل الصراعات، و رفع شعور التوازن العاطفي، مما يجعل العلاقة الزوجية مستقرة ودائمة. وذكر محمد (٢٠١٠) بأن هناك عوامل عديدة تساهم بشكل إيجابي على أن يتمتع الزوجان بالاستقرار العاطفي الذي بدوره سوف يمكنهما بالحفاظ على قوة العلاقة الزوجية وتعزيزها وتماسكها وهي كالتالي:

•التجانس بين القيم، والخلفية الثقافية، أو الاهتمامات قد يساعد في تعزيز التفاهم والانسجام بين الزوجين، مما يساهم في تعزيز الاستقرار العاطفي.

•التمسك بالمبادئ الأخلاقية والقيم والمسؤولية يعزز الاحترام المتبادل والشعور بالمسؤولية تجاه الأسرة، مما يجعل الروابط العاطفية أقوى.

•الزواج التقليدي واستمرارية الارتباط العاطفي التي بدورها تؤدي إلى تعزيز الاستقرار نتيجة التزام الزوجين بالعادات والتقاليد.

•قدرة الشخص على الاتساق في تنظيم شخصيته بأن يفهم نفسه وينسجم مع الذات ويتقبلها يكون أكثر مقدرة على التعامل مع الطرف الآخر بتعاطف ولين وتفهم.

•القيم الأساسية والمشاركة بين الطرفين وتحديد أدوار كل الطرفين بوضوح يساهم في تعزيز استقرار الزوجين، من خلال معرفة توقعات كل منهما عن الآخر و مسؤولياته من العلاقة.

٤. النظريات المفسرة للاستقرار العاطفي الزوجي:

أ-نظرية التعلق Attachment Theory:

يعد جون بولبي (John Bowlby) من الأوائل الذين ساهموا في بناء منظور إنساني تطوري يدمج بين الطبيعة السلوكية للفرد وتفسيراتها النفسية. ركز على كل من خبرات الطفولة والعلاقة العاطفية بين الطفل ومقدم الرعاية لديه "الأم أو الأب"، نظراً لما لهما من تأثير مستمرًا مستقبلاً على علاقات طفلهما الشخصية وتعاملاته مع محيطه الاجتماعي. حيث يرى بان خبرات الطفولة المبكرة تحرك الإدراكات والاستجابات اللاحقة في الحياة، وتعد عامل أساسي في التعلق لما لها من تأثير كبير على النساء ومعتقداتهن التي تبنيها نحو أنفسهن والأشخاص المحيطين بهن. طبقاً للنظرية عند النظر إلى أنماط التعلق التي اكتسبت في مرحلة الطفولة اتجاه مقدم الرعاية إليه "الأم أو الأب" نجد بانه امر جوهري، حيث يشكل وينشئ قاعدة أساسية لاستجابات النساء العاملات المستقبلية في المواقف الانفعالية والاجتماعية، وتشكل مستقبلاً مشاعر الخوف أو الأمان في مرحلة مبكرة لدى النساء تصورات حول أنفسهن والأشخاص المحيطين بهن، مما يعكس ذلك على حالة الاستقرار العاطفي الزوجي لدى النساء. حيث تتلخص فكرة النظرية أن الاستقرار في العلاقة التي تربط الطفل والشخص القائم على رعايته، ترتبط بشكل مباشر بمشاعره ودرجة الأمان اتجاه المجتمع المحيط به، ويمتد هذا الشعور لتفسير النمط الذي تبنيه النساء منذ طفولتهن إلى علاقاتهن الاجتماعية والشخصية اللاحقة (القصور، ٢٠٢٣، كما ورد عن، أبو عطية، ٢٠١٩). وأوضح الأسدي وسعيد (٢٠١٤) أن النظرية تساهم على فهم أساس العلاقات التبادلية في مرحلة الطفولة المبكرة بين الطفل ومقدم الرعاية إليه، ولما تحدثه مستقبلاً نتيجة هذه العلاقة. فالصراعات بالمراحل المبكرة تؤدي إلى صعوبة تكوين علاقات اجتماعية وخاصة في مرحلة البلوغ، لما تحتويه هذه المرحلة من تغيرات فسيولوجية ونفسية، وقد ينجم خلال هذه المرحلة خوف من الاختلاط بالآخرين وإقامة علاقات أي تؤدي إلى سوء التوافق النفسي والاجتماعي.

وللتوسع حول مفهوم التعلق، ذكر القصير والردي (٢٠٢٣) بان مفهوم التعلق يحتوي على أربعة أنماط أشارا إليها كما ورد عن بولبي (Bowlby, 1988) بانها نظام يمتاز بالحيوية السلوكية الثابتة، يهدف إلى التوازن من خلال البحث عن الأمان لدى أشخاص محددين مقربين

من إحدى النساء العاملات، والرغبة في اكتشاف البيئة المحيطة بها بما تحتويه من مخاطر، أي أن النساء يسعن إلى تحقيق هدفين معاً. ويمكن إيضاح هذه الأنماط على النحو الآتي:

- **التعلق الآمن:** يكون إدراك النساء فيه إيجابياً اتجاه ذواتهن واتجاه الآخرين، ويبين المصنفات وفق هذا النمط الثقة بالنفس وبالآخرين، ويمتلكن إحساساً بالجدارة، ويتحملن مسؤوليتهن، ويرتحن للعلاقات العميقة، وقادرات على تقييم العلاقات الحالية والسابقة بصورة واقعية.
- **التعلق المشغول:** النساء في هذا النمط يمتلكن إدراكاً إيجابياً للآخرين، وإدراكاً سلبياً لذواتهن، ويتسمون بالقدرة على الاستقلالية والكفاح من أجل تقبل انفسهم، ولديهم إحساساً بعدم جدارتهم بمحبة الآخرين، ويظهرون ردة فعل شديدة عند مواجهتهم مشكلات، كما أنهم يتصفون بالحساسية وسريعي البكاء.
- **التعلق الخائف:** ينظرن في هذا النمط إلى ذواتهن وإلى الآخرين نظرة سلبية. النساء في هذا النمط لديهم اعتقاد أن الآخرين غير جديرين بالثقة ويخشون من العلاقات العميقة لأنهم يتوقعون الرفض لأنفسهم من قبل الآخرين. ويتصفون بعدم الثقة بالنفس والتردد.
- **التعلق الرفض:** يمتلك النساء في هذا النمط صورة إيجابية عن ذاتهم، وصورة سلبية عن الآخرين، فإنهم يفصلون انفسهم عن الآخرين، ويرون أن الاعتماد المتبادل بين الأشخاص نقطة ضعف في الشخصية. ويعد تجنبهم للعلاقات وسيلة للوقاية من الرفض وخيبة الأمل.

ب- نظرية التبادل الاجتماعي Social Exchange Theory:

تعد النظرية نموذجاً لتفسير البيئة المحيطة بالأشخاص على أنها سلسلة من التفاعلات التي تستند إلى كل من المكافآت والتقديرية وبالإضافة إلى العقوبات. فيتم تحديد تفاعلاتنا من خلال المكافآت أو العقوبات التي نتوقع تلقيها من الآخرين، والتي نقيّمها من خلال تحليل نموذج التكلفة والعائد. ومن أبرز روادها جورج هومانز، بيتر بلاو، ريتشارد أميرسون، الفن جولدنز، بيتر سنجلمان (عبدلطيف، ٢٠٢٠ كما ورد عن، بلاو، ١٩٨٦). وذكر شاكر (٢٠١٦) بأن النظرية تقوم على مسلمة أساسية بأن العلاقات الإنسانية تتم من خلال سلوكيات تبادل المنفعة، إذ إن النساء العاملات يسعن بشكل شعوري إلى تحقيق غايات معينة ويتم في إطار تبادل المصالح تحقيق هذه الغايات بينهم وبين الأشخاص المحيطين بهن، وإن هذه العلاقات تتسم بكل من الاتزان والثبات والاستمرارية. أي النظرية تؤمن بأن العلاقة سوف تصبح اعمق وتستمر من

خلال عملية تفاعل ذات طابع اجتماعي أوضحها سليمان (٢٠٢٠) من خلال تفاعل الأطراف والأخذ والعطاء بينهما. والعكس صحيح في حال قامت العلاقة على الأخذ دون العطاء أو العطاء دون الأخذ فإن العلاقة لابد أن تقترب. و أوضح المبادئ الأساسية التي تستند عليها النظرية من خلال ما ذكره إحسان (٢٠١٥):

● الحياة الاجتماعية التي نعيشها هي عملية أخذ وعطاء أي تبادل بين شخصين أو فئتين أو جماعتين أو مجتمعين فالعطاء الذي تقدمهن النساء العاملات أو الجماعة للنساء أو الجماعة الأخرى هي الواجبات الملقاة على عاتقهن بينما الأخذ الذي تحصلوا عليه النساء الأخريات هي حقوقهن التي يتمتعن بهن بعد إدائهن للواجبات، وتستمر وتزدهر العلاقة إذا وجدت التوازن بين الأخذ والعطاء أما إذا اختل مبدأ التوازن بين الأخذ والعطاء بين الشخصين المتفاعلين تصبح العلاقة اقل أهمية لكلاهما.

● أن الموازنة بين الواجبات والحقوق لا تتحدد بالمجالات المادية فقط كما يعتقد البعض بل تتحدد أيضاً بالمجالات القيمية والمعنوية والروحية والاعتبارية، لذا لا يمكن اعتبار النظرية مادية نفعية بحتة، بل هي نظرية قيمية أخلاقية وذات معنوية و روحية.

● أن نظرية التبادل الاجتماعي ليست قوانين شمولية كونية تعتمد على المصلحة المتبادلة بين الأشخاص بل هي تعاليم مبدئية وذات طابع إنساني بإمكانها تفسر الظواهر المعقدة للعلاقات والسلوكيات الاجتماعية بين الأفراد والجماعات في البيئة المحيطة بالمرأة.

الدراسات السابقة:

هدفت دراسة كل من المواجهة، النجار (٢٠٢٠) إلى التعرف على مفهوم التنافر المعرفي وعلاقته بالتوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤته، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطوير مقياسين أحدهما للتنافر المعرفي ويتكون من (٣٢) فقرة والآخر لقياس التوافق النفسي ويتكون من (٣٧) فقرة، تكونت عينة الدراسة من (٨٠٠) طالباً وطالبة من طلبة جامعة مؤته في الأردن، وأظهرت النتائج أن مستوى التنافر المعرفي كان تقديره ضعيف، وأن مستوى التوافق النفسي كان تقديره متوسط، كما أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للجنس في مفهوم التنافر المعرفي ولصالح الذكور، ويوجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للكلية في مفهوم التنافر المعرفي ولصالح الكليات الإنسانية، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التنافر المعرفي تعزى لمتغير المستوى الدراسي، وأظهرت النتائج انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند

مستوى الدلالة في التوافق النفسي تعزى للجنس، ويوجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للكلية في مفهوم التوافق النفسي ولصالح الكليات الإنسانية، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى في التوافق النفسي تعزى لمتغير المستوى الدراسي، كما تبين وجود علاقة ارتباطية سلبية متوسطة ذات دلالة إحصائية لإجابات أفراد عينة الدراسة بين التنافر المعرفي والتوافق النفسي. وجود تأثير ذو دلالة إحصائية للتنافر المعرفي لدى طلبة جامعة مؤته على التوافق النفسي لديهم، وقد فسر ما نسبة (٠,٤١) من التباين الكلي في مستوى التوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤته وهذه النسبة جيدة ولها تأثير.

وساهمت دراسة الجدوع، والملحم (٢٠٢٠) إلى استكشاف مستوى التنافر المعرفي، وفاعلية الذات، والطموح المهني لدى المرشدين التربويين، بالإضافة إلى تفسير العلاقة بين هذه المتغيرات. شملت العينة (١٧٤) مرشداً ومرشدة من مدارس مديريات محافظة إربد، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي لتحقيق أهداف الدراسة. طوّر الباحث ثلاثة مقاييس: مقياس التنافر المعرفي (٥٨ فقرة)، مقياس فاعلية الذات (٣٨ فقرة)، ومقياس الطموح المهني (١٦ فقرة)، وتم التحقق من صدقها وثباتها. أظهرت النتائج أن مستوى التنافر المعرفي كان متوسطاً، في حين كان مستوى فاعلية الذات والطموح المهني مرتفعاً. كما بينت الدراسة وجود فروق دالة إحصائية في التنافر المعرفي تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، وعدم وجود فروق تعزى للمستوى التعليمي وسنوات الخبرة. كذلك، لم تظهر فروق في فاعلية الذات تعزى للجنس، المستوى التعليمي، والخبرة. وأشارت النتائج إلى علاقة إيجابية دالة بين فاعلية الذات والطموح المهني، وعلاقة سلبية دالة بين التنافر المعرفي وكلاً من فاعلية الذات والطموح المهني.

وساهمت دراسة خليفة وآخرون (٢٠٢١) إلى تقييم العلاقة بين الاستقرار العاطفي ومستويات إدارة الوقت لدى الممرضات في مستشفى الجراحات اليومية بسلطوط. بلغت عينة الدراسة (١٥٩) ممرضة، وتم استخدام كل من مقياس الاستقرار العاطفي من إعداد أبو مصطفى (٢٠١٥) ومقياس إدارة الوقت من إعداد غزاوي (٢٠١٢)، وأظهرت نتائج الدراسة أن غالبية العينة ٧٩,٩% كانت تمتلك مستوى متوسط من إدارة الوقت، بينما كانت غالبية العينة ٨٥,٥% تمتلك مستوى متوسط من الاستقرار العاطفي. كما أظهرت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين البيانات الشخصية للممرضات والاستقرار العاطفي أو بين البيانات الشخصية وإدارة الوقت. وجود علاقة إيجابية بين الاستقرار العاطفي وإدارة الوقت وأبعادهما لدى الممرضات.

في حين هدفت دراسة علوان (٢٠٢٣) التعرف إلى مستوى التنافر المعرفي لأمهات أطفال الرياض، ومستوى صورة الذات لأطفالهن والعلاقة بين متغير التنافر المعرفي لأمهات أطفال الرياض وصورة الذات لدى أطفالهم. وقد قامت الباحثة ببناء مقياس لقياس مستوى التنافر المعرفي لأمهات أطفال الرياض ومقياس لقياس صورة الذات لأطفالهن إذ تم تطبيق الأداة على عينة من أمهات أطفال الرياض بلغت (٣٥٩). وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات أمهات أطفال الرياض على مقياس التنافر المعرفي. و وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات أطفال الأمهات على مقياس صورة الذات. و توجد علاقة ارتباطية موجبة بين متغيري التنافر المعرفي لأمهات أطفال الرياض وصورة الذات لأطفالهم.

وساهمت دراسة أبو بكر، عطالله (٢٠٢٣) إلى الكشف عن فاعلية العلاج القائم على أسلوب حل المشكلات والعلاج المرتكز على التعاطف في خفض التنافر المعرفي لطلبة الدراسات العليا، من خلال اتباع المنهج التجريبي، حيث تم اختيار عينتين تجريبيتين، العينة التجريبية (١) طبق عليها برنامج العلاج القائم على أسلوب حل المشكلات والعينة التجريبية (٢) طبق عليها برنامج العلاج المرتكز على التعاطف، وتتكون كل منهما من (١٠) طالباً وطالبة من طلبة الدراسات العليا بواقع (٥ طلاب، ٥ طالبات)، وتم التحقق من التكافؤ بين المجموعتين في التنافر المعرفي والعمر الزمني، وتم استخدام مقياس التنافر المعرفي من إعداد الباحثين، والبرنامج العلاجي القائم على أسلوب حل المشكلات، والبرنامج العلاجي المرتكز على التعاطف من إعداد الباحثين، ودلت النتائج على فاعلية البرنامجين العلاجين في خفض التنافر المعرفي وأبعاده بعد تطبيق البرنامجين، وكان حجم تأثير البرنامجين كبيراً، حيث أشارت النتائج عن عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية (١) ورتب درجات المجموعة التجريبية (٢) في القياس البعدي على مقياس التنافر المعرفي بأبعاده بعد تطبيق البرنامجين، كما استمر تأثير فاعلية البرنامجين العلاجين في خفض التنافر المعرفي بعد فترة المتابعة، حيث أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية (١) ورتب درجات المجموعة التجريبية (٢) في القياس التتبعي على مقياس التنافر المعرفي بأبعاده بعد الانتهاء من تطبيق البرنامجين بفترة شهر ونصف.

وهدف دراسة مصطفى (٢٠٢٣) إلى الكشف عن العلاقة بين التنافر المعرفي واليقظة العقمية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن، ولتحقيق أهداف الدراسة أعدت الباحثة مقياسين، مقياس التنافر المعرفي وتكون من (٤٦) عبارة ومقياس اليقظة العقمية وتكون

من (٢٢) عبارة وتم تطبيق المقياسين على عينة مكونة من (١٣٢) طالباً و (١٥١) طالبة أعمارهم (١٨) عاماً وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى التنافر المعرفي لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن جاء متوسطاً، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التنافر المعرفي تعزى لمتغيرات الجنس والمسار والمعدل، وأن مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن جاء متوسطاً، وبانحراف معياري قدره (٠,٣٧) كما أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التنافر المعرفي تعزى لمتغيرات الجنس والمسار والمعدل، وأن مستوى اليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن جاء متوسطاً، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغيرات الجنس والمسار، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى اليقظة العقلية تعزى لمتغير المعدل وأظهرت وجود علاقة ارتباطية سلبية دالة إحصائياً بين درجة مستوى التنافر المعرفي ومستوى اليقظة العقلية لدى طلبة السنة الأولى المشتركة في جامعة حفر الباطن.

في حين هدفت دراسة فوزيا وآخرون (٢٠٢٣) إلى استكشاف العلاقة بين الكفاءة الذاتية، الاستقرار العاطفي، والمماثلة بين الموظفين. شملت العينة ١٩٢ موظفاً، واستخدمت الدراسة كل من مقياس الكفاءة الذاتية العام لشوارزر وجيروزاليم (١٩٩٨) الذي يتألف من ٣٠ بنداً، ومقياس العصابية من BTI الذي طوره تايلور ودي بروين (٢٠٠٤) ويتكون من ٦٠ بنداً، ومقياس المماثلة النقي لستيل (٢٠١٠) الذي يتضمن ٣١ بنداً. أظهرت نتائج وجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين الكفاءة الذاتية والمماثلة، وعلاقة إيجابية قوية جداً بين الاستقرار العاطفي والمماثلة لدى الموظفين.

وهدف دراسة أنغرايني وآخرون (٢٠٢٤) إلى التعرف على الاستقرار العاطفي على مدى التزام طلاب المدرسة الإعدادية بالسلطة، وبلغت عينة الدراسة (٢٠١) طالباً. تم استخدام كل من مقياس الميل إلى الطاعة أو العصيان من إعداد ميثا وهاسنين، ومقياس الاستقرار العاطفي للأطفال من إعداد جوبتا وسينغ، وأظهرت النتائج أن ٩٦,٥٢% من العينة لديهم مستوى منخفض من الامتثال للسلطة، و ١١٣ طالباً لديهم مستوى مرتفع من الاستقرار العاطفي. ووجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاستقرار العاطفي والامتثال للسلطة.

التعليق على الدراسات السابقة:

ساهمت بعض الدراسات في الكشف عن علاقات ارتباطية دالة بين كل من التنافر المعرفي وعدد من المتغيرات النفسية، كالتوافق النفسي، والرضا الوظيفي، وكل من متغير فاعلية الذات، والطموح المهني، ومتغير اليقظة العقلية، بالإضافة إلى برامج علاجية تساهم في خفضه. في حين لم يسلط الضوء على علاقته بالاستقرار العاطفي، خاصة فيما يتعلق بالحياة الزوجية والعمل. فإن الدراسة الحالية تسعى إلى سد هذه الفجوة البحثية من خلال الكشف عن طبيعة العلاقة بين التنافر المعرفي والاستقرار العاطفي الزوجي، إلى جانب ذلك يمثل إضافة نوعية للمجال.

في ضوء ما تقدم، يمكن ملاحظة الفجوة البحثية في الدراسات السابقة المتعلقة في متغير الاستقرار العاطفي، والتي تتمثل في ندرة وجود دراسات تناولت المتغير تحديداً ضمن سياق الحياة الزوجية، وخصوصاً لدى عينة الدراسة الحالية وهن النساء العاملات. كما أن التباين التي أظهرته الدراسات السابقة في المتغيرات والعينات المختارة، يساهم في توجيه الباحثين والمهتمين في مجال الحياة المهنية والأسرية إلى البحث الدقيق حول الاستقرار العاطفي في ضوء المتغيرات الحديثة والمتسارعة حول الحياة الزوجية، والاجتماعية، والمهنية.

منهجية الدراسة وإجراءاتها:

منهج الدراسة: استخدم المنهج الوصفي الارتباطي المقارن في الدراسة الحالية، و هو المنهج الذي يقوم بدراسة الظاهرة كما توجد في الواقع و يهتم بوصفها وصفاً دقيقاً، حيث استخدمت الطريقة الارتباطية للتعرف على العلاقة بين التنافر المعرفي، والاستقرار العاطفي الزوجي لدى النساء العاملات في مدينة جدة.

مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة: من جميع النساء العاملات في مدينة جدة التابعة لمنطقة مكة المكرمة، وذلك بالاستناد إلى العدد الإجمالي للعاملات في المنطقة والبالغ (٩٢,٠٤٥) امرأة لعام ٢٠٢٤م، حيث تألف من (٧٨,١٩٢) عاملة بالخدمة المدنية بالإضافة إلى (١٣,٨٥٣) عاملة بالتأمينات، حسب الإحصاءات الأخيرة المصرح بها من الهيئة العامة للإحصاء بالمملكة العربية السعودية لسوق العمل.

عينة الدراسة: وبالرجوع إلى جداول تحديد حجم عينة الدراسة الميدانية، تم تحديد العينة بمعلومية حجم المجتمع الأصلي، حيث أن وفق جدول مورجان لا بد ألا يقل عن (٣٨٤) امرأة

عاملة، بهدف الحصول على حجم عينة مناسب لمجتمع متجانس ومن ثم الحصول على الاستجابات بصورة أكثر دقة؛ وذلك على ضوء المعادلة التي وضعها Krejcie and Morgan (١٩٧٠) والتي تكتب في الصورة التالية:

$$n = \frac{\chi^2 NP(1-P)}{d^2(N-1) + \chi^2 P(1-P)}$$

حيث n = حجم العينة المطلوب.

N = حجم مجتمع الدراسة الميدانية.

P = مؤشر نسبة المجتمع، واقترح واضعي المعادلة أن تساوي ٠,٥.

d = نسبة الخطأ الذي يمكن التجاوز عنه وأكبر قيمة له ٠,٠٥.

χ^2 = قيمة مربع كاي بدرجة حرية واحدة = ٣,٨٤١ عند مستوى ثقة ٠,٩٥ أو مستوى دلالة ٠,٠٥.

وعلى ضوء هذه المعادلة وبعد التعويض بهذه القيم في المعادلة السابقة، يتضح أن عدد أفراد عينة الدراسة ينبغي ألا يقل عن (٣٨٤) امرأة عاملة؛ وبلغ حجم عينة الدراسة الحالية (٤٣٥) عاملة، وهو أكبر من حجم العينة التي حددتها المعادلة السابقة. أدوات الدراسة: لتحقيق أهداف الدراسة الحالية، وجمع البيانات اللازمة للإجابة على التساؤلات البحثية، تم استخدام الأدوات التالية:

أولاً: مقياس التنافر المعرفي Cognitive Dissonance:

استخدمت الباحثة في الدراسة الحالية مقياس التنافر المعرفي من إعداد جدوع والملحم (٢٠٢٠)، والذي يهدف إلى الكشف عن مستوى التنافر المعرفي لدى المرشدين التربويين، نظراً لارتباطه وتوافقه بمتغير التنافر المعرفي، بالإضافة إلى تطبيقه على عينة مقارنة لعينة الدراسة الحالية وهن النساء العاملات من حيث الفئة العمرية وشمولية العينة السابقة للجنسين (ذكور، وإناث) وأن كلا العينتين في الدراسة الحالية والسابقة من فئة العاملين، وطبيعة المحتوى المستخدم في صياغة الفقرات، حيث يمتاز بالوضوح والصياغة الحيادية وسهولة التطبيق والتحليل، وأيضاً تم إعداده وتقنيته وتطويره في بيئة عربية مما يعكس مدى وأفعيته ومناسبته لعينة الدراسة الحالية. حيث تكون المقياس بصورته النهائية من ٥٨ فقرة، وهي تتمثل في كل من بعد السيطرة على المشاعر ١٧ فقرة، وبعد التكيف الشخصي ١٥ فقرة، وبعد التنشئة الاجتماعية

١٨ فقرة، وبعد الاستمرارية ١٤ فقرة، وقد تحقق الباحثان من الخصائص السيكمومترية التي تجعله مؤهل للاستخدام في الدراسة الحالية والأبحاث المستقبلية، وقد أظهرت قيم معاملات ارتباط الفقرة مع البعد والفقرة مع المقياس ككل أنها قيم ذات دلالة إحصائية، كما أن قيمة ثبات الاتساق الداخلي للمقياس ككل ٠,٩٤ وقد بلغت قيمة الثبات في الإعادة ٠,٩٣.

خطوات إعداد مقياس التنافر المعرفي:

١ - **الصدق الظاهري:** وقد تحقق الباحثان من الصدق الظاهري من خلال عرضه على مجموعة محكمين بلغ عددهم (١٠) محكمين في مجال علم النفس التربوي، وكل من الإرشاد النفسي، والقياس والتقويم في جامعات الأردن، حيث عرض في صورته الأولية التي تكونت من (٦٤) فقرة، واجمع غالبية المحكمين على صلاحية الأداة، وبالإضافة إلى وضوح الفقرات وملائمتها، وبعد الأخذ بأبرز تعديلات المحكمين تم حذف ٦ فقرات، فأصبح المقياس يتكون في صورته النهائية من (٥٨) فقرة، وزعت على أربعة أبعاد.

٢ - **الصدق البناء لمقياس التنافر المعرفي:** تحقق القائمين على المقياس من صدق البناء، من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية تكونت من (٢٠) مرشداً تربوياً من خارج العينة المختارة للدراسة السابقة، وتم حساب مؤشرات الصدق من خلال استخدام معامل ارتباط بيرسون؛ للتعرف على قيم ارتباط الفقرة بالبعد، وقيم معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، كما تبين أن معامل ارتباط جميع الفقرات مع الدرجة للبعد، والدرجة الكلية للمقياس أعلى من (٠,٢٠)، وكانت القيم جميعها ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥)، أي أن جميع فقرات المقياس مقبولة، وتكون في صورته النهائية من (٥٨) فقرة موزعة على أربعة أبعاد.

٣ - **ثبات مقياس التنافر المعرفي:** بهدف التحقق من ثبات المقياس طبق الباحثان الأداة على عينة استطلاعية ليست ضمن عينة الدراسة السابقة، ثم أعيد على نفس العينة بعد مرور أسبوعين من التطبيق الأول، واستخدم حساب معامل ثبات الإعادة للمجالات الفرعية للأداة، والمقياس ككل، حيث قدرت قيمة معامل الثبات للاتساق الداخلي، باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، كما تبين أن قيمة الاتساق الداخلي لمقياس التنافر ككل بلغت (٠,٩٢٢)، ومن حيث مجالاته قد تراوحت القيم ما بين (٠,٦٩٤ - ٠,٧٧٥)، وقد بلغت قيمة ثبات الإعادة لمقياس التنافر ككل (٠,٨٩٦) وتراوحت قيم المجالات (٠,٨٢٩ - ٠,٨٤٥).

٤ - طريقة تصحيح مقياس التنافر المعرفي: اعتمد الباحثان في الاستجابة على سلم ليكرت الخماسي الذي يظهر الاستجابات على التدرج كالاتي: دائماً، وتعطى عند تصحيح المقياس الدرجة ٥، غالباً وتعطى عند التصحيح الدرجة ٤، أحياناً وتعطى الدرجة ٣، نادراً وتعطى درجتين، أبداً تعطى درجة واحدة. ويطبق توزيع هذه الدرجات على جميع الفقرات الذي يحتويها المقياس لكون القائمين عليه صاغوها بطريقة إيجابية. وتبعاً لذلك، كلما ارتفعت الدرجة أصبح مؤشراً على تزايد السمة لدى العينة، وتصنف الاستجابات من حيث مستويات توفر السمة في الأفراد إلى ثلاث فئات وهي: فئة ذات مستوى منخفض، وتكون للحاصلين على ٢,٣٣ فأقل من الدرجات. الفئة ذات المستوى المتوسط، للحاصلين على درجات تراوحت بين ٢,٣٤ - ٣,٦٦ درجة. الفئة ذات المستوى المرتفع، وتكون للحاصلين على ٣,٦٧ فأكثر من الدرجات. وذلك بعد التعويض بالمعادلة الآتية:

$$\text{المدى} = \frac{\text{أعلى درجة} - \text{أدنى درجة}}{\text{عدد المستويات}}$$

عدد المستويات

بالرغم من اعتماد الباحثان على سلم ليكرت الخماسي، إلا أن تفسير الاستجابات اقتصر على ثلاث مستويات فقط، دون استخدام السلم التدرجي بشكل كامل و الاستفادة منه. وبناءً على أهداف الدراسة الحالية في السعي إلى تحقيق نتائج شاملة ودقيقة، اعتمدت الباحثة خمس مستويات لتفسير الاستجابات (منخفضة جداً، منخفضة، متوسطة، مرتفعة، مرتفعة جداً)، حيث يساهم ذلك في الاستفادة من تقسيم طبيعة السلم المستخدم، حتى يتم تقديم صورة واسعة وواضحة وفهم عميق حول تفاوت مستويات استجابات عينة الدراسة.

ثانياً: مقياس الاستقرار العاطفي الزوجي Marital Emotional Stability (من إعداد الباحثة):

خطوات إعداد مقياس الاستقرار العاطفي الزوجي:

١ - الصدق الظاهري: وقد تحققت الباحثة من الصدق الظاهري من خلال عرضه على مجموعة محكمين بلغ عددهم (٧) محكمين في مجال علم النفس، وعلم النفس الإكلينيكي، وكل من التوجيه والإرشاد النفسي وعلم النفس الشخصية والاجتماعي وعلم نفس النمو من جامعات المملكة العربية السعودية، بهدف الاستفادة من خبرتهم العلمية وآرائهم في تقييم مدى دقة وصحة إبعاد وعبارات المقياس ودرجة كل من الوضوح وسلامة الصياغة اللغوية ومحتوى الأداة، حيث سيتم التعديل والإضافة بناءً على ذلك. عرض في المرحلة الأولى من (٧١) عبارة وزعت على إبعاد المقياس الخمسة، وبناءً على الملاحظات المقدمة من المحكمين أجريت التعديلات، وتم تنقيح الفقرات الأكثر إجماعاً من المحكمين لتصبح في المرحلة الثالثة (٢٥) فقرة، ووزعت على

إبعاد المقياس، حيث كل بعد يحتوي على (٥) فقرات تكونت كل خمسة فقرات من ٣ عبارات إيجابية، وعبارتين سلبية". وبعد إجراء التحليل الإحصائي اتضح وجود ارتباط ضعيف في فقرة ٦ وفقرة ١٨، وتم حذفهما. حتى يصبح المقياس مكون في صورته النهائية من (٢٣) فقرة، موزعة على الإبعاد الخمسة للمقياس.

٢- **الصدق البناء لمقياس الاستقرار العاطفي الزوجي:** تم التحقق من الصدق البناء من خلال صدق الاتساق الداخلي للفقرات، حيث يتم التحقق من صدق المقياس من خلال استخدام معامل بيرسون لتحديد مدى ارتباط كل عبارة من العبارات بالبعد التي تنتمي إليه، ومدى ارتباط كل بعد من الأبعاد بدرجة المقياس ككل. فيما يلي عرض جدول النتائج كالآتي:

جدول رقم (٢) معاملات الارتباط بين كل عبارة والبعد الخاص بها

معاملات الارتباط				
البعد الأول: الهدوء		البعد الثاني: التفاؤل		
العبارة	معامل ارتباطها بالدرجة الكلية	العبارة	معامل ارتباطه بالدرجة الكلية	
1	**.898	6	**.686	
2	**.525	7	**.613	
3	**.550	8	**.722	
4	**.588	9	**.578	
5	**.697			
البعد الثالث: التعاطف		البعد الرابع: التسامح		
10	**.621	15	**.696	
11	**.542	16	**.692	
12	**.682	17	**.660	
13	**.736	18	**.650	
14	**.580			
البعد الخامس: الاستقلال الذاتي				
19	**.698	22	**.611	
20	**.622	23	**.733	
21	**.528			
** دالة عند مستوي 0.01 * دالة عند مستوي				

يتضح من خلال الجدول السابق مدى ارتباط كل عبارة بالبعد التي تنتمي إليه، حيث تتراوح قيم معاملات الارتباط ما بين ٠,٥٢٥ و ٠,٨٩٨، وذلك في البعد الأول الخاص بالهدوء،

كما تتراوح قيم معاملات الارتباط ما بين ٠,٥٧٨ و ٠,٧٢٢؛ وذلك في البعد الثاني الخاص بالتفاؤل، بينما تتراوح قيم معاملات الارتباط ما بين ٠,٥٤٢ و ٠,٧٣٦، وذلك في البعد الثالث الخاص بالتعاطف، كما تتراوح قيم معاملات الارتباط ما بين ٠,٦٥٠ و ٠,٦٩٢ في البعد الرابع الخاص بالتسامح، بينما تتراوح قيم معاملات الارتباط ما بين ٠,٥٢٨ و ٠,٧٣٣، وذلك في البعد الخامس الخاص بالاستقلال الذاتي، وهي قيم متوسطة ومرتفعة، ومقبولة علمياً كونها تتجاوز ٠,٥٠٠؛ مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلي للعبارات ككل، واتساقها بكل بعد من الأبعاد الخمسة للاستقرار العاطفي الزوجي. كما أن الجدول التالي يوضح مدى ارتباط كل بعد من الأبعاد بدرجة المقياس ككل، وكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول رقم (٢) معاملات الارتباط بين كل بعد بالمقياس ككل

البعد	معامل ارتباطه
البعد الأول: الهدوء	**.653
البعد الثاني: التفاؤل	**.801
البعد الثالث: التعاطف	**.782
البعد الرابع: التسامح	**.901
البعد الخامس: الاستقلال الذاتي	**.572
** دالة عند مستوى 0.01	

يتضح من الجدول السابق ارتباط كل بعد من الأبعاد الخمسة بالدرجة الكلية للمقياس؛ حيث كانت قيم معامل ارتباط بيرسون تتراوح ما بين ٠,٥٧٢ إلى ٠,٩٠١، مما يؤكد صدق الاتساق الداخلي لأبعاد الاستقرار العاطفي الزوجي، ومن ثم صدق المقياس وإمكانية تطبيقه على العينة الأساسية.

كما تم حساب صدق المقياس من خلال الصدق العاملي الاستكشافي، وذلك من خلال عرض مصفوفة الارتباط بين الأبعاد الخمسة للمقياس وبعضها البعض، وكانت النتائج على النحو التالي:

جدول رقم (٣) معاملات مصفوفة الارتباط بين الأبعاد للمقياس وبين بعضها البعض

المقياس ككل	البعد الأول: الهدوء	البعد الثاني: التقاؤل	البعد الثالث: التعاطف	البعد الرابع: التسامح	البعد الخامس: الاستقلال الذاتي
البعد الأول: الهدوء	1.00	0.675	0.564	0.987	0.877
البعد الثاني: التقاؤل	0.657	1.00	0.876	0.768	0.768
البعد الثالث: التعاطف	0.787	0.760	1.00	0.877	0.565
البعد الرابع: التسامح	0.656	0.512	0.655	1.00	0.564
البعد الخامس: الاستقلال الذاتي	0.868	0.987	0.786	0.675	1.00

ومن خلال الجدول السابق يتضح مدى ارتباط كل بعد من الأبعاد الخمسة بباقي الأبعاد الأخرى والمقياس ككل، حيث كانت تتراوح معاملات الارتباط في المصفوفة الخاصة بالتحليل العاملي الاستكشافي ما بين ٠,٥١٢ و ٠,٩٧٨، وهو ما يتجاوز ٠,٥٠٠، ومن ثم معاملات ارتباط ما بين المتوسطة والمرتفعة، وهي معاملات جميعها مقبولة علمياً، ومن ثم صدق التحليل العاملي الاستكشافي للمقياس.

بينما كانت قيمة KMO and Bartlett's Test تساوي ٠,٧٣٩، وهي أعلى من ٠,٥٠٠، ومن ثم كان حجم العينة مناسب للتحليل العاملي، بينما كانت قيمة كا^٢ تساوي ٧٨,٣٢٢، وكانت هناك دلالة عند مستوي ٠,٠١، ومن ثم يمكن الاعتماد على التحليل العاملي الاستكشافي ومصفوفة الارتباط لمعرفة الارتباط بين الأبعاد وبعضها البعض، وكانت قيمة التباين ككل أكبر من ٥٠% ومن ثم يمكن الاعتماد عليه أيضاً. بينما من خلال قيمة Component Matrix للمقياس يتضح أن أكثر الأبعاد تأثيراً في المتغير ككل، هي التعاطف بقيمة ٠,٨٣٢، ثم التسامح بقيمة ٠,٧٢٢، ثم ٠,٦٨٢، ثم الاستقلال الذاتي بقيمة ٠,٦٤٤، ثم الهدوء بقيمة ٠,٥٥٧، ومن ثم يتضح مدى تأثير كل بعد في مقياس الاستقرار العاطفي الزوجي.

٣- ثبات مقياس الاستقرار العاطفي الزوجي: تم حساب ثبات المقياس من خلال معامل ألفا كرونباخ ومعامل براون للتجزئة النصفية؛ وذلك من خلال الجدول التالي:

جدول رقم (٤) قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية

البعد	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ	معامل براون للتجزئة النصفية
البعد الأول: الهدوء	5	.645	.737
البعد الثاني: التفاؤل	4	.707	.690
البعد الثالث: التعاطف	5	.716	.706
البعد الرابع: التسامح	4	.639	.701
البعد الخامس: الاستقلال الذاتي	5	.709	.683
ثبات المقياس ككل	23	.876	.788

يتضح من الجدول السابق ثبات كل بعد من أبعاد المقياس، حيث كانت تتراوح قيم معامل ألفا للأبعاد الخمسة ما بين ٠,٦١٤ و ٠,٧١٦، وذلك وفق معامل ألفا كرونباخ، بينما كانت تتراوح ما بين ٠,٦٠٨ و ٠,٧٣٧ وفق معامل براون للتجزئة النصفية، وجميع هذه القيم متوسطة ومرتفعة، مما يشير إلى ثبات أبعاد المقياس ككل، بينما كانت قيمة معامل ثبات المقياس ككل وفق معامل ألفا كرونباخ هي ٠,٨٧٦، وكانت وفق معامل براون للتجزئة النصفية ٠,٧٨٨، وهما قيمتين مرتفعتين للغاية ويقتربا من الواحد الصحيح؛ مما يشير إلى ثبات المقياس ككل؛ وإمكانية تطبيقه، والحصول على نفس النتائج إذا تم إعادة تطبيق المقياس مرة أخرى على ذات العينة وفي نفس الظروف. وبعد التأكد من صدق وثبات المقياس، تصبح النتائج التي يمكن الوصول إليها نتائج واقعية وصحيحة عند التطبيق على العينة الأساسية، ويمكن الاعتماد والبناء عليها.

٤- طريقة تصحيح مقياس الاستقرار العاطفي الزوجي: اعتمدت الباحثة في الاستجابة على سلم ليكرت الخماسي، حيث يظهر الاستجابات بنمط تدرجي، ويتضح ذلك من خلال الاستجابات التي تم وضعها في مقياس الاستقرار العاطفي الزوجي وهي كالتالي: تنطبق عليّ تماماً، وتعطى عند تصحيح المقياس الدرجة ٥، تنطبق عليّ وتعطى عند التصحيح الدرجة ٤، تنطبق عليّ إلى حد ما وتعطى الدرجة ٣، لا تنطبق عليّ وتعطى درجتين، لا تنطبق عليّ أبداً تعطى درجة واحدة. ويطبق توزيع هذه الدرجات على الفقرات ذات الاتجاه الإيجابي التي تمثلت في عبارات المقياس التالية: (١، ٣، ٤، ٨، ١٠، ١٢، ١٣، ١٥، ١٦، ٢٠، ٢١، ٢٣، ٢٥). وتعكس درجات التصحيح في العبارات ذات الاتجاه السلبي حيث الاستجابة التي تعطى ٥ درجات في العبارات

الإيجابية، تعطى درجة واحدة عند تصحيح العبارات السلبية، والتي تتمثل في عبارات المقياس التالية: (٢، ٥، ٧، ٩، ١١، ١٤، ١٧، ١٩، ٢٢، ٢٤). وسيتم تحديد تقدير العبارة من خلال المعادلة التالية: عدد الاستجابات - ١ / عدد الاستجابات

ويتم الوصول إلى تحديد فئات الحكم علي كل عبارة من خلال الجدول التالي:
جدول رقم (٥) تحديد الدرجة النسبية للعبارات:

حدود الوزن النسبي لكل عبارة	التقدير للعبارة الإيجابية	التقدير للعبارة العكسية
1.80- 1	منخفضة جداً	مرتفعة جداً
2.60 - 1.81	منخفضة	مرتفعة
3.40 - 2.61	متوسطة	متوسطة
4.20 - 4.41	مرتفعة	منخفضة
5.0 - 4.21	مرتفعة جداً	منخفضة جداً

ويتضح من خلال الجدول السابق أن العبارة التي تحصل علي متوسط حسابي ما بين (١ - ١,٨٠)؛ يكون التقدير النسبي لها منخفضة جداً، وإذا حصلت علي متوسط حسابي ما بين (١,٨١ - ٢,٦٠)، يكون التقدير النسبي لها منخفضة، وإذا حصلت على متوسط حسابي ما بين (٢,٦١ - ٣,٤٠)، يكون التقدير النسبي لها متوسطة، وإذا حصلت على متوسط حسابي ما بين (٣,٤١ - ٤,٢٠)، يكون التقدير النسبي لها مرتفعة، وإذا حصلت على متوسط حسابي ما بين (٤,٢١ - ٥)، يكون التقدير النسبي لها مرتفعة جداً، وذلك إذا كانت العبارة إيجابية.

بينما إذا كانت العبارة سلبية فيكون التقدير كالتالي: العبارة التي تحصل علي متوسط حسابي ما بين (١ - ١,٨٠) يكون التقدير النسبي لها مرتفعة جداً، وإذا حصلت علي متوسط حسابي ما بين (١,٨١ - ٢,٦٠)، يكون التقدير النسبي لها مرتفعة، وإذا حصلت على متوسط حسابي ما بين (٢,٦١ - ٣,٤٠)، يكون التقدير النسبي لها متوسطة، وإذا حصلت على متوسط حسابي ما بين (٣,٤١ - ٤,٢٠)، يكون التقدير النسبي لها منخفضة، وإذا حصلت على متوسط حسابي ما بين (٤,٢١ - ٥)، يكون التقدير النسبي لها منخفضة جداً.

نتائج الدراسة:

نتائج العلاقة بين أبعاد مقياس التنافر المعرفي والاستقرار العاطفي الزوجي:

لتحديد العلاقة بين كل بعد من أبعاد مقياس التنافر المعرفي، وأبعاد مقياس الاستقرار الزوجي؛ تم استخدام معامل ارتباط بيرسون ليحدد مدى قوة العلاقة بين هذه الأبعاد، علماً بأن العلاقة القوية تكون من ٠,٧ حتى ٠,٩٩، والعلاقة المتوسطة تكون من ٠,٤ حتى ٠,٦٩، والعلاقة الضعيفة تكون من ٠,٠١ حتى ٠,٣٩، وكانت النتائج كما يلي:

جدول رقم (٦) معاملات الارتباط بين كل بعد من أبعاد مقياس التنافر المعرفي وكافة أبعاد مقياس الاستقرار الزوجي

معامل الارتباط بين كل بعد والأبعاد الأخرى في المقياس الآخر						
أبعاد مقياس التنافر المعرفي / أبعاد الاستقرار العاطفي الزوجي	البعد الأول: الهدوء	البعد الثاني: التفاؤل	البعد الثالث: التعاطف	البعد الرابع: التسامح	البعد الخامس: الاستقلال الذاتي	مقياس الاستقرار العاطفي الزوجي
البعد الأول: السيطرة على المشاعر	.319	.478	.364	.303	.434	.522
البعد الثاني: التكيف الشخصي	.494	.494	.355	.246	.397	.550
البعد الثالث: التنشئة الاجتماعية	.207	0.264	.284	.256	.256	.351
البعد الرابع: الاستمرارية	.237	.290	.282	.257	.331	.387
مقياس التنافر المعرفي	-.441	-.537	-.444	-.362	-.489	-.627

يتضح من خلال الجدول السابق أن مقياس التنافر المعرفي، كانت علاقته عكسية متوسطة بمقياس الاستقرار الزوجي، أي كلما زاد الاستقرار العاطفي الزوجي لدى النساء العاملات في مدينة جدة؛ قل التنافر المعرفي والعكس صحيح وذلك بمقدار ٦٢,٧٪، وهذا ما لم تؤكد الأدبيات السابقة، التي أشارت إلى علاقة ضعيفة أو غير دالة. ويعتبر ذلك، ما يميز الدراسة الحالية، وهو التوصل إلى علاقة عكسية بين متغيرات الدراسة الحالية ويعزى إلى السياق الاجتماعي بالدراسة. وأسفرت بقية نتائج الدراسة عن وجود علاقة عكسية متوسطة بين التنافر المعرفي وكل من بعد الهدوء وذلك بنسبة ٤٤,١٪، أي كلما زاد التنافر المعرفي قل الهدوء والعكس صحيح، بينما علاقته عكسية متوسطة ببعد التفاؤل بنسبة ٥٣,٧٪، أي كلما زاد التنافر

المعرفي قل التفاؤل والعكس صحيح، بينما كانت علاقته عكسية متوسطة ببعد التعاطف، وذلك بنسبة ٤٤,٤٪ أي كلما زاد التنافر المعرفي قل التعاطف والعكس صحيح، بينما كانت علاقته عكسية ضعيفة ببعد التسامح، وذلك بنسبة ٣٦,٢٪، أي كلما زاد التنافر المعرفي قل التسامح ولكن بدرجة ضعيفة والعكس صحيح، وأخيراً علاقته كانت عكسية متوسطة ببعد الاستقلال الذاتي، وذلك بنسبة ٤٨,٩٪، أي كلما زاد التنافر المعرفي قل الاستقلال الذاتي، وقد يرجع ذلك إلى أن التنافر المعرفي صفة سلبية بينما أبعاد الاستقرار العاطفي الزواجي بالإضافة إلى أبعاده الخمسة جميعها صفات إيجابية، ومن ثم كانت العينة ليس لديها تنافر معرفي إلا بدرجة ضعيفة للغاية، ومن ثم كانت معاملات الارتباط بين مقياس التنافر المعرفي وأبعاد الاستقرار العاطفي الزواجي عكسية وبعضها ضعيف والأخرى متوسطة، وهو ما يشير إلى أن إذا التنافر المعرفي ضعيف لدى النساء العاملات في مدينة جدة ومن ثم فإن الهدوء والتفاؤل والتعاطف والتسامح والاستقلال الذاتي لديهن جيد.

ويتضح من خلال الجدول السابق أن بعد السيطرة على المشاعر في مقياس التنافر المعرفي (إيجابي)، كانت علاقته طردية متوسطة بمقياس الاستقرار الزواجي، أي كلما زاد الاستقرار العاطفي الزواجي لدى النساء العاملات بجهة؛ زادت القدرة على السيطرة على المشاعر والعكس صحيح وذلك بمقدار ٥٢,٢٪، بينما كانت علاقته طردية ضعيفة ببعد الهدوء وذلك بنسبة ٣١,٩٪، أي كلما زادت القدرة على السيطرة على المشاعر زاد الهدوء والعكس صحيح، بينما علاقته طردية متوسطة ببعد التفاؤل بنسبة ٤٧,٨٪، أي كلما زادت القدرة على السيطرة على المشاعر؛ زاد التفاؤل والعكس صحيح، بينما كانت علاقته طردية ضعيفة ببعد التعاطف، وذلك بنسبة ٣٦,٤٪ أي كلما زادت القدرة على السيطرة على المشاعر؛ زاد التعاطف والعكس صحيح، بينما كانت علاقته طردية ضعيفة ببعد التسامح، وذلك بنسبة ٣٠,٣٪، أي كلما زادت القدرة على السيطرة على المشاعر؛ زاد التسامح ولكن بدرجة ضعيفة والعكس صحيح، وأخيراً علاقته كانت طردية متوسطة ببعد الاستقلال الذاتي، وذلك بنسبة ٤٣,٤٪، أي كلما زادت القدرة على السيطرة على المشاعر؛ زاد الاستقلال الذاتي، وقد يرجع ذلك إلى أن السيطرة على المشاعر صفة إيجابية رغم كون مقياس التنافر المعرفي سلبي، ومع ذلك كانت الارتباطات بعضها ضعيفة وبعضها متوسطة، مما يشير إلى أن القدرة على السيطرة على المشاعر من خلال إخفاء حالة الحزن وعدم الانفعال بشكل سريع واحترام كافة الأفراد وعدم الكره أو الحقد

على الآخرين، كل ذلك من شأنه أن يسهم في تعزيز الهدوء والتفأول والتعاطف والتسامح بين النساء العاملات، ومن ثم القدرة على الاستقلالية وتحقيق الاستقرار العاطفي الزوجي.

كما يتضح من خلال الجدول السابق أن بعد التكيف الشخصي في مقياس التنافر المعرفي (إيجابي)، كانت علاقته طردية متوسطة بمقياس الاستقرار الزوجي، أي كلما زاد الاستقرار العاطفي الزوجي لدى النساء العاملات بجدة؛ زادت القدرة على التكيف الشخصي والعكس صحيح وذلك بمقدار ٥٠,٥٪، بينما كانت علاقته طردية متوسطة ببعد الهدوء وذلك بنسبة ٤٩,٤٪، أي كلما زادت القدرة التكيف الشخصي؛ زاد الهدوء والعكس صحيح، بينما علاقته طردية متوسطة ببعد التفأول بنسبة ٤٩,٤٪، أي كلما زادت القدرة على التكيف الشخصي؛ زاد التفأول والعكس صحيح، بينما كانت علاقته طردية ضعيفة ببعد التعاطف، وذلك بنسبة ٣٥,٥٪ أي كلما زادت القدرة على التكيف الشخصي؛ زاد التعاطف والعكس صحيح، بينما كانت علاقته طردية ضعيفة ببعد التسامح، وذلك بنسبة ٢٤,٦٪، أي كلما زادت القدرة على السيطرة على المشاعر؛ زاد التسامح ولكن بدرجة ضعيفة والعكس صحيح، وأخيراً علاقته كانت طردية ضعيفة ببعد الاستقلال الذاتي، وذلك بنسبة ٣٩,٧٪، أي كلما زادت القدرة على التكيف الشخصي؛ زاد الاستقلال الذاتي، وقد يرجع ذلك إلى القدرة على التكيف مع التغيرات المختلفة ووجود قدر من التحكم في الذات عند التغيير ومواجهة الصعوبات المختلفة، والقدرة على الحفاظ على العلاقات رغم الاختلاف في النقاش والأفكار، والقبول بما عليه الفرد الآن وقلة الرغبة فيما لدى الآخرين؛ كل ذلك شأنه أن يدعم الحياة الزوجية والأسرية الهادئة، يزيد من التفأول والتعاطف والاستقلالية الذاتية الإيجابية ومن ثم الاستقرار العاطفي الزوجي لدى النساء العاملات بجدة.

ويتضح من خلال الجدول السابق أن بعد التنشئة الاجتماعية في مقياس التنافر المعرفي (إيجابي)، كانت علاقته طردية ضعيفة بمقياس الاستقرار الزوجي، أي كلما زادت التنشئة الاجتماعية الإيجابية؛ زاد الاستقرار العاطفي الزوجي لدى النساء العاملات بجدة، والعكس صحيح وذلك بمقدار ٣٥,١٪، بينما كانت علاقته طردية ضعيفة ببعد الهدوء وذلك بنسبة ٢٠,٧٪؛ فكلما زادت التنشئة الاجتماعية الإيجابية؛ زاد الهدوء والعكس صحيح، بينما علاقته طردية ضعيفة ببعد التفأول بنسبة ٢٦,٤٪، أي كلما زادت التنشئة الاجتماعية الإيجابية؛ زاد التفأول والعكس صحيح، بينما كانت علاقته طردية ضعيفة ببعد التعاطف، وذلك بنسبة ٢٨,٤٪ أي كلما زادت التنشئة الاجتماعية الإيجابية؛ زاد التعاطف والعكس صحيح، بينما كانت علاقته

طردية ضعيفة ببعد التسامح، وذلك بنسبة ٢٥,٦٪، أي كلما زادت التنشئة الاجتماعية الإيجابية؛ زاد التسامح ولكن بدرجة ضعيفة والعكس صحيح، وأخيراً علاقته كانت طردية ضعيفة ببعد الاستقلال الذاتي، وذلك بنسبة ٢٥,٦٪، أي كلما زادت التنشئة الاجتماعية الإيجابية؛ زاد الاستقلال الذاتي، ورغم ذلك إلا أن جميع الارتباطات كانت ضعيفة وقد يرجع ذلك إلى التنشئة الاجتماعية الإيجابية من شأنها أن تجعل الزوجة أكثر حرصاً على بناء العلاقات الإيجابية ودعمها، والحصول على ثقة الآخرين ومنحهن أيضاً الثقة، وهو ما يجعل كل النساء العاملات حريصة على الاستفادة من خبرات الأخريات سواء في العمل أو بحضور المناسبات الاجتماعية المختلفة، إلا أن توافر بعد التنشئة الاجتماعية لديهن كان كبير ولكن ليس بالدرجة الكبيرة للغاية، فإن التوافر بنسبة ٧٠٪ تقريباً، وهو ما قد يكون السبب في جعل العلاقة ضعيفة كما أن التنشئة الاجتماعية وحدها غير كافية لحدوث الهدوء للعلاقات الزوجية أو وجود قدر من التفاؤل والتعاطف والتسامح والاستقلال الذاتي.

كما يتضح من خلال الجدول السابق أن بعد الاستمرارية في مقياس التنافر المعرفي (إيجابي)، كانت علاقته طردية ضعيفة بمقياس الاستقرار الزوجي، أي كلما زادت الاستمرارية؛ زاد الاستقرار العاطفي الزوجي لدى النساء العاملات بجهة، والعكس صحيح وذلك بمقدار ٣٨,٧٪، بينما كانت علاقته طردية ضعيفة ببعد الهدوء وذلك بنسبة ٢٣,٧٪؛ فكلما زادت الاستمرارية؛ زاد الهدوء والعكس صحيح، بينما علاقته طردية ضعيفة ببعد التفاؤل بنسبة ٢٩,٠٪، أي كلما زادت الاستمرارية؛ زاد التفاؤل والعكس صحيح، بينما كانت علاقته طردية ضعيفة ببعد التعاطف، وذلك بنسبة ٢٨,٢٪ أي كلما زادت الاستمرارية؛ زاد التعاطف والعكس صحيح، بينما كانت علاقته طردية ضعيفة ببعد التسامح، وذلك بنسبة ٢٥,٧٪، أي كلما زادت الاستمرارية؛ زاد التسامح ولكن بدرجة ضعيفة والعكس صحيح، وأخيراً علاقته كانت طردية ضعيفة ببعد الاستقلال الذاتي، وذلك بنسبة ٣٣,١٪، أي كلما زادت الاستمرارية؛ زاد الاستقلال الذاتي، إلا أن جميع الارتباطات كانت ضعيفة وقد يفسر ذلك بأن الاستمرارية في استقرار العلاقات الزوجية والأسرية والمهنية يرتبط بأبعاد الاستقرار العاطفي الزوجي إلا أن ذلك غير كافٍ فلا بد من وجود عوامل أخرى من شأنها أن تساهم في حدوث الهدوء والتفاؤل والتعاطف والتسامح والاستقلال الذاتي لديهن.

التوصيات:

- إعداد برامج إرشادية موجهة إلى عينة النساء العاملات, تهدف إلى اكتساب وتعزيز السمات الإيجابية التي تحقق لديهن الاستقرار العاطفي الزوجي, مثل الهدوء, التقاؤل, التعاطف, التسامح, الاستقلالية, حيث تساهم هذه السمات في محافظة المرأة العاملة على استقرارها اتجاه التغيرات الحالية المتسارعة في مختلف الجوانب.
- تسليط الضوء على عينة النساء العاملات, ممن بلغن سن الأربعين وفوق, وأيضاً ممن لديهن أبناء, من قبل المراكز التي تقدم الدعم النفسي والإرشادي فيما يتعلق بالحياة الزوجية, لتقديم جلسات توعوية وإرشادية, حيث كشفت نتائج الدراسة عن مستوى مرتفع في بعض أبعاد التنافر المعرفي, لدى هذه الفئة.
- التوعية في مفهوم التنافر المعرفي من خلال دمج في البرامج التي تستهدف التوعية بالجانب الزوجي والأسري, حتى يتمكن النساء المتزوجات من الاستبصار ومعالجة أي تأثيرات سلبية تحدثها الصراعات الإدراكية .
- تقديم الدعم النفسي الذي يستهدف تقليل الضغوط المهنية المرتبطة بمفهوم الاستقلالية في مختلف القطاعات للمرأة العاملة, حيث تم التوصل من خلال نتائج البحث إلى وجود فروق دالة إحصائياً على مقياس التنافر المعرفي في بعد الاستمرارية.

المقترحات:

- إجراء برنامج إرشادي جمعي قائم على النظرية الانتقائية, يهدف إلى تعزيز السمات الإيجابية التي تساهم في تحقيق الاستقرار العاطفي الزوجي, والتقليل من التنافر المعرفي لدى عينة من النساء العاملات, اللاتي لديهن أبناء, وذلك, لما يقوم به من أدوار متعددة بين الحياة الزوجية والعملية ورعاية الأبناء.
- إعداد دراسات أكثر تخصصاً تقيس أثر بيئة العمل المختلطة على متغير التنافر المعرفي وعلاقته بالاستقرار العاطفي الزوجي, لاكتشاف أبعاد مختلفة.

المراجع:

- أبو بكر، احمد سمير، عطالله، مصطفى خليل. (٢٠٢٣). فاعلية العلاج القائم على أسلوب حل المشكلات والعلاج المرتكز على التعاطف في خفض التنافر المعرفي لطلبة الدراسات العليا. مجلة الارشاد النفسي، ٧٦(٥)، ٢٥٥-١٧٠.
- أحمد، منال. (٢٠١٩). النموذج السببي للعلاقات بين القدرة على حل المشكلات الإحصائية وفاعلية الذات البحثية والتنافر المعرفي ووجهة الضبط لدى طلاب مرحلة الدراسات العليا بكلية التربية. مجلة كلية التربية. (٢٧)، ٧٤-١٣٨.
- جدوع، الملحم، (٢٠٢٠). التنافر المعرفي وعلاقته بفاعلية الذات ومستوى الطموح المهني لدى المرشدين التربويين. [رسالة ماجستير منشورة، جامعة عمان العربية]. دار المنظومة.
- خليفة، منال عبد المنعم، عبد الرحمن، صفاء محمد، فهمي، أميرة مصطفى، جبرا، شيرين فايز. (٢٠٢١). العلاقة بين الاستقرار العاطفي ومستويات إدارة الوقت بين الممرضات في مستشفى الجراحات اليومية. مجلة المنيا العلمية للتمريض، ١٠(١)، ٢٧. ١٩.
- الذبحاوي، عامر عبدالكريم، الموسوي، هاشم مهدي. (٢٠١٩). الاستقرار العاطفي مفتاح القرارات العقلانية . مجلة الإدارة والاقتصاد. ٤٢(١٢٠). ١٢١-١٥٠.
- الريماوي، محمد عودة، التل، شادية احمد، العتوم، عدنان يوسف، البطش، محمد وليد، الزغول، عماد عبدالرحيم، جبر، فارس حلمي، الزعبي، رفعة رافع، السلطي، نادية سميح، علاونة، شفيق فلاح، الزغول، رافع عقيل، شريم، رغدة حكمت، غرابية، عايش موسى، مصطفى، رضوان بني، والجراح، عبدالناصر. (٢٠٠٤). علم النفس العام. (ط٢). مكتبة دار المسيرة.
- العنزي، فلاح. (٢٠٠٠). علم النفس الاجتماعي(ط٢). مكتبة الملك فهد الوطنية.
- فوزيا، راتنا ساري، هندائني، سيسكا سوسبا، وزونيفيلد، تينا كامليت. (٢٠٢٠). العلاقة بين الكفاءة الذاتية والاستقرار العاطفي والتسويق لدى الموظفين. المجلة الأوروبية للبحوث النفسية، ٧(٢)، ٥٠-٥٥.
- القطامي، يوسف. (٢٠١٢). نظرية التنافر والعجز والتغيير المعرفي. دار المسيرة.
- الكلوت، امانى. (٢٠١١). دراسة مقارنة للتوافق النفسي والاجتماعي لدى أبناء العاملات وغير العاملات في المؤسسات الخاصة بمدينة غزة. [أطروحة ماجستير]. شمعة.
- الحياني، مريم حميد، العتيبي، سميرة محارب. (٢٠١٥). بنا مقياس التنافر المعرفي وتقدير خصائصه السيكمترية لطالبات جامعة ام القرى. مجلة الدراسات التربوية والنفسية، ٩(٣)، ٤٣٠-٤١٦.
- <https://search.mandumah.com/Record/729455>
- محمد، شعبان حسين. (٢٠١٠). دراسة بعض محددات التغير العاطفي بعد الزواج لدى عينة من الزوجات. مجلة كلية التربية، ٢٦(١)، ٤٨٦-٤٥٣.

- مصطفى، سناء. (٢٠٢٣). التنافر المعرفي وعلاقته باليقظة العقلية لدى طلبة السنة الاولى المشتركة في ضوء بعض المتغيرات في جامعة حفر الباطن. المجلة التربوية، ٢(١١٤)، ٤٥٠-٤٨٨. - علوان، علا. (٢٠٢٣). التنافر المعرفي لأمهات أطفال الرياض وعلاقته بصورة الذات لدى أطفالهن. مجلة العلوم التربوية والإنسانية، ١(٢٦)، ٧١-٨٥.
- الملكى، صفية. (٢٠٢٤). تمكين المرأة والتوافق الزوجي في ظل رؤية ٢٠٣٠. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، ٨(٢)، ٧٣-٥٠.
- المواجهه، براءة فخري، النجار، نبيل جمعة. (٢٠٢). التنافر المعرفي وعلاقته بالتوافق النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة. [رسالة ماجستير منشورة، جامعة مؤتة]. دار المنظومة.