الحب والمرونة النفسية كمتغيرات منبئة بجودة العلاقة الزوجية لدي عينة من الأزواج والزوجات من مرحلة الرشد

Love and Psychological Resilience as Variables Predicting the Quality of Marital Relationship in a sample of Husbands and Wives from the Stage of Adulthood

إعداد

د. أشرف محمد علي شلبي
أستاذ علم النفس الارتقائي المساعد
كلية الآداب– جامعة بني سويف

د. محمد حسين محمد سعد الدين
أستاذ علم النفس الإكلينيكي المساعد
كلية الآداب– جامعة المنصورة

الحب والمرونة النفسية كمتغيرات منبئة بجودة العلاقة الزوجية لدي عينة من الأزواج والزوجات من مرحلة الرشد

أ.م. د. أشرف محمد علي علي شلبي
نفس الارتقائي المساعد – كلية الآداب جامعة بني سويف

أ.م .د. محمد حسين محمد سعد الدين الحسيني
علم النفس الإكلينيكي المساعد – كلية الآداب جامعة المنصورة

الملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن الفروق بين الجنسين من المتزوجين في كل من: الحب ، والمرونة النفسية، وجودة العلاقة الزوجية، والكشف عن العلاقة الارتباطية بين متغيرات البحث لدي عينة الأزواج والزوجات، والكشف عن إمكانية التنبؤ بجودة العلاقة الزوجية من الحب ، والمرونة النفسية لدى عينة الأزواج والزوجات

وتكونت العينة من (١٤٠) من الأزواج ، والزوجات تراوحت أعمارهم من (٢٩–٣٥) سنة بمتوسط عمري (٣٢.١) وانحراف معياري (١.٢) .وتم استخدام المنهج الارتباطي الوصفي والمقارن. وتم تطبيق ثلاث مقاييس : مقياس الحب (إعداد : روبرت ستيرنبرج Sternberg,) ترجمة : (الباحثان) ، ومقياس جودة العلاقة الزوجية (إعداد: الباحثان)، ومقياس المرونة النفسية (إعداد: الباحثان). وأشارت النتائج إلى وجود فروق بين الأزواج والزوجات في متغيرات البحث لصالح الأزواج، وكما أوضحت وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة في متغيرات البحث لدي الأزواج و الزوجات عند مستوى دلالة (٠,٠١)، كما أشارت أن المتغيرات المنبئة بجودة العلاقة الزوجية لدى عينة البحث الكلية هي الحب والمرونة النفسية حيث كان لهما قدرة تنبؤية عند مستوى دلالة (٠,٠١).

Love and Psychological Resilience as Variables Predicting the Quality of Marital Relationship in a sample of Husbands and Wives from the Stage of Adulthood

Preparation

Dr. Ashraf Mohammad Ali Shalaby
Assistant Professor of Developmental Psychology
Faculty of Arts, Beni Suef University

Dr.Mohammad Hussein Mohammad Saad al-Din al-Husayni
Assistant Professor of Clinical Psychology
Faculty of Arts, Mansoura University

Summary

The Current Study aimed to Reveal the Differences Between the Sexes of Married Couples in Each of: Love, Psychological Resilience, the Quality of the Marital Relationship, and to Reveal the Correlative Relationship Between Research Variables in the Sample of Husbands and Wives, and to Reveal the Possibility of Predicting the Quality of the Marital Relationship of Love, and Psychological Resilience in a Sample Husbands and Wives.

The Sample Consisted of (140) Husbands, and Wives Ranged in Age From (29-35) Years With an Average Age of (32.1) and a Standard deviation (1.2)..

A Descriptive and Comparative Approach was Used. Three Measures were Applied: Measure of Love (Prepared by: Robert Sternberg), (Translation: The Two Researchers), Measure of Marital Relationship Quality (Preparation: The Two Researchers), and Measure of Psychological Resilience (Preparation: The Two Researchers)

The Results Indicated:

that there are Differences Between Husbands and Wives in the Search Variables in Favor of Husbands.، The Results Indicated That There is A Positive Correlational Relationship in the Research Variables of Husbands and Wives at the level of significance 0.01)..(

It also Indicated that the Predictors of the Quality of the Marital Relationship Among the Total Sample of the Study are Love and Psychological Resilience, as they had Predictive Power at the Level of significance 0,01) ..(

مقدمة:

تقدم أي مجتمع لا يتوقف على موارده الاقتصادية، فحسب؛ إنما يتوقف على الثروة البشرية التي يمتلكها إذا أحسن توجيهها، وتحصينها ، وحمايتها من جميع أنواع المشكلات في الحاضر والمستقبل . ويأتي على رأس قائمة الاهتمام بالثروة البشرية شريحة الأزواج والزوجات، حيث يشكلون أهم قوة بشرية لأى مجتمع ، فهم مصدر الطاقة، والتجديد، والتغير ، والانتاج، حيث تعمل الأسرة المستقرة على إعداد أبنائها وتنشئتهم تنشئة سوية توهلهم لأنهم يصبحوا قادة المستقبل.ويُعد الزواج المدخل الشرعي، والقانوني لإشباع الحاجات النفسية، والاجتماعية، والاقتصادية، والعاطفية، والجنسية لكلا الزوجين، ومن خلاله يتم تحقيق دافعي الأبوة والأمومة ، كما أنه يحقق للأبناء مشروعية وجودهم الاجتماعي، والقانوني ، وأيضًا لتحقيق استمرار النوع الإنساني وحفظه (جلال السناد ، ٢٠١٣: ١٥).ومن المزايا التي يحققها الزواج : الحب، والأمان، والإحترام، والناحية المادية، والظروف الاجتماعية الجيدة (الحسين محمد عبد المنعم ، ٢٠٠٩: ١٣).

ويؤكد علماء النفس أن الشخص المتزوج يتمتع بصحة أوفر من الأعزب، ويكون أطول عمراً ، وقد توصل دوركايم إلىأن الشخص العازب أكثر تعرضاً للانتحار من المتزوج، وأكدت البحوث والدراسات وجود علاقة بين الصحة النفسية والجسدية والزواج؛ فالمتزوجين أقل عرضة للإصابة بالاضطرابات النفسية (بشرى مبارك، ٢٠١٢: ٤٧). فضلاً عما سبق فإن الزواج يدعم الجوانب الإيجابية في الحياة ، كالترابط الاجتماعي، وإشباع حاجات الأمن والحب (Ying& Wei, 2014: 21)،كما أن الزواج احد مصادر السعادة ، وأن المتزوجين أكثر سعادة بوجه عام من العزاب، أو الأرامل، والمطلقين (مايكل آرجايل، ١٩٩٨: ٣٥).ويظهر أهمية الدور المتعاظم للزواج السعيد، في تحقيق التكامل النفسي، والاجتماعي للفرد ، كما أن الزواج السعيد يُعد مصدرًا للرضا عن الحياة ، والاستمتاع بالعلاقات الإيجابية بين الأسرة والآخرين ، والرضا عن العمل ، والتمتع بالصحة الجسدية (Carr, D;Freedman ,A; Jennifer ,C; Cornman, Norbert, S & Vicki,A, 2014: 39)

وفي إطار علم النفس الإيجابي فإن المتغيرات الإيجابية ، كإشباع الحاجات النفسية ، والجسمية، والمرونة النفسية، والاهتمام المتبادل ، والحب ؛ تؤدي إلى مناخ من الثقة ، والاحترام، والقبول المتبادل بين الزوجين وتؤدي إلى استقرار الزواج وحمايته من تأثير الضغوط المختلفة عليه (Noller & Feeney , 2002: 41) . وقد بدأت البحوث والدراسات الحديثة في مجال العلاقات الزوجية منذ عام ١٩٩٦ على يد ولش (Walsh, 1998).وأشار نول وفيني (Nolle, P., & Fenney, J., 2002:24) إلى أن الثقة في العلاقات الزوجية ، تبدأ بثقة الأزواج بأنفسهم ووجهات نظرهم الإيجابية في العلاقة الزوجية ، ورغبتهم في حماية واستقرار الزواج ، ويتم ذلك من خلال التعبير عن الحب ، والتواصل الإيجابي ، والتعاون، وإشباع الحاجات الجسمية، والجنسية ، والنفسية بين الزوجين؛ مما يؤدي إلى شعور الطرفين بالثقة والأمن .وأوضح سبوتس وزملاءه (Spotts, Pederson, Neiderhiser, Reiss& Lichtenstein, 2005)إلى أن الثقة في الذات هى أهم متغيرات الشخصية والصحة النفسية ، كما أن الثقة المتبادلة بين الزوجين هى أهم متغيرات التوافق الزواجي والصحة النفسية للزوجين، بل هى معيار لكفاءة العلاقة الزوجية ، والرضا عن الحياة ، والسعادة الزوجية وهى أهم المتغيرات الزوجية التي تقي من الاكتئاب وتخفف من الآثار السلبية للضغوط الزوجية.

وتبدو جودة الحياة الزوجية في ظاهرها متناسقة، ومتجانسة، ولكن في واقعها الحقيقي قد تكون مفككة ، ومفتقدة للأسس التي تغذي استمراريتها، وفعاليتها . وقد تختفي مظاهر جودة الحياة الزوجية من وراء جزء من العوامل أو المتغيرات ذات الطابع المادي، والنفسي، والاجتماعي، وبالتالي لا تسمح للعلاقة الزوجية كحقيقة من أن تتكشف وتعكس واقع العلاقات الخاصة بين الزوجين ، والذي لا يطلع عليه الآخر ولو كان من أقرب المقربين (نادية بلعباس ، ٢٠١٦: ٤).ويتضح من خلال الاهتمام بدراسة العوامل النفسية، والأسرية ، والعلاقات الشخصية ، والظروف البيئية التي تساعد الزوجين على مواجهة الضغوط الزوجية والأسرية . والحقيقة الهامة أن غالبية الأسر لا تخلو من وجود خلافات ، أو ضغوط كجزء من الحياة الزوجية . وفي حال وجود ضغوط زوجية مستمرة أو شديدة ، أو مفاجئة فإنها قد تؤثر على العلاقة الزوجية ، وتتطلب الكثير من الوقت والجهد للتوافق معها ، ويكون التأثير السلبي الأكبر في حال غياب مصادر المساندة ، والدعم الأسري والزواجي. أما في حال وجود مصادر وقاية اسرية وزواجية في مواجهة الضغوط ، مثل : الحب ، والمرونة النفسية ، فإن الضغوط الزوجية قد تصبح فرصة لنمو وتقوية العلاقة الزوجية (هبة محمد على، ٢٠١٣: ٤٠).

قام سليجمان وآخرون بوضع تصنيفٍ لخصال الشخصية الإيجابية تتضمن أربعًا وعشرين خصلة انبثقت من ست فضائل هي:الحب، والحكمة، والمعرفة، والشجاعة، والعدالة، وضبط النفس ؛ فضلا عما سبق فإن توظيف الإنسان لهذه الخصال يجعله يحقق السعادة الحقيقية (عبد المريد قاسم،٢٠٠٩: ٦٩٢).

مشكلة البحث:

تناولت البحوث والدراسات النفسية العلاقات الزوجية لفترة طويلة بدراسة جوانبها السلبية ، مثل : الطلاق، والخلافات الزوجية ، والصراعات الزوجية ، وسوء التوافق الزواجي . أما البحوث والدراسات الحديثة في مجال العلاقات الزوجية ركزت على المتغيرات الإيجابية التي تؤدي إلى المتعة في الزواج ، والسعادة الزوجية ، وجودة العلاقة الزوجية.حيث تهيئ المستويات المرتفعة من الضغوط الزوجية لمدى واسع من الأعراض المرضية للزوجين وعلى رأسها : الاكتئاب (Cano., O'leary., Heinz., 2004 ; Graham& Conoley, 2006) (كما تؤدي لزيادة وتيرة العنف بين الزوجين (Cano & Vivan , 2003) مما يؤثر بشكل سلبي على الصحة النفسية ، والجسمية للزوجين، وتؤدي إلى سوء التوافق الزواجي ، والخلافات الزوجية، والطلاق، مما يشكل مشكلة نفسية ، وأسرية، واجتماعية خطيرة تستحق البحث والدراسة للتعرف على المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد على التخفيف من حدة وقع الضغوط الزوجية، وتساعد على مواجهتها (Bradshow, 2009: 124).

من هنا تتضح أهمية المرونة النفسية لتقف على رأس الموضوعات المهمة التي تشغل اهتمام الباحثين، حيث أن الحياة تتسم بكثرة التحولات والتغيرات التي تشكل ضغوطًا على الإنسان بوجه عام وعلى الزوجين بصفة خاصة . وهذه الضغوط تحتاج إلى إحداث تغيير في السلوك ، أي إلى درجة مقبولة من المرونة النفسية متمثلة في التوافق الجيد، والمواجهة الإيجابية للضغوط (أنس سليم الأحمدي، ٢٠٠٧: ٢٣).وأوضح ماستين (Masten, 2009) أن المرونة النفسية هي القدرة الإيجابية للفرد على التكيف مع الضغوط النفسية ، وتمكنه من أداء وظائفه بشكل فعال .وتعد المرونة النفسية بين الزوجين من أهم المصادر النفسية والاجتماعية التي تخفف من حدة وقع الضغوط الزوجية(Sakai , 2006: 39) ، حيث ترتبط المرونة النفسية بالصحة النفسية، إذ أن هناك بعض المؤشرات للصحة النفسية السليمة، ومنها أن يتصف الفرد بالمرونة، حيث يكون متوازناً في أمور حياته، ويبتعد عن التطرف في الحكم على الأمور ، واتخاذ القرارات، ويساير الآخرين في بعض المواقف وفق قناعته، ويكون قادراً على التعايش مع الاختلاف واحتماله دون الإنغلاق على مجموعة خبراته وتصوراته (سوسن شاكر مجيد، ٢٠٠٨: ١٥١).

كما توجد علاقة إيجابية بين المرونة النفسية والصحة النفسية ، وتُعد المرونة النفسية عاملاً منبئاً بالصحة النفسية للأفراد (Masuda et al., 2010) كما أن المرونة النفسية لها دور كبير في الحد من القلق ، والاكتئاب، والغضب، والعدوان (Ng, Ang& Ho,2012: 241)، فضلا عما سبق توجد علاقة ارتباطية موجبة بين المرونة النفسية وتنظيم، ومتابعة العمل، وتوقع القدرة على تعلم مهارات جديدة في العمل ، والأداء الوظيفي الجيد ، والصحة النفسية (Bond, & Flaxman, 2016) .ومن ثم فإن الزوجين اللذين يتمتعان بمرونة نفسية مرتفعة يتعايشون مع انفعالات إيجابية مثل: الهدوء ، والسكينة، بالإضافة لقدرتهم على التمييز لكل من الانفعالات الإيجابية، والسلبية؛ فضلاً عن قدرتهم على ضبط وتنظيم الاستجابات الانفعالية، مما يساعد على خفض التأثيرات السلبية للخبرات والأحداث الضاغطة (محمد السعيد أبو حلاوة، ٢٠١٣: ٩).

ونظراً لأن العلاقة الجنسية بين الزوجين هى علاقة مليئة بالمشاعر والعواطف والحب، فنجد أن وجود الحب بين الزوجين يزيد من الرضا عن الحياة الزواجية بشكل عام ، والحياة الجنسية بشكل خاص لديهما ، بما ييسر قدرة كل منهما على تخطى أية مشكلة في إطار العلاقة ، أما غياب الحب فيمكن أن يؤدى إلى العديد من المشكلات التى قد تتصاعد لتصل إلى حدوث الطلاق ، وقد يمتد أثر هذه المشكلات أيضا إلى ما يسمى بالطلاق النفسي ، كما يساهم الحب في تحقيق الرضا عن العلاقة الزوجية ، ويحافظ على استمرارها ونجاحها لمدة طويلة ، ويُعين كل من الزوجين على تدعيم الآخر والوفاء باحتياجاته (نصرة منصورعبد العال، ٢٠١٢: ٧– ٨)؛ فمن خلال الحب يسعى كل طرف من الزوجين لإرضاء شريكه بجانب إرضاء نفسه أثناء العلاقة الجنسية ، بل إن رضا أحد الشريكين يأتى أحياناً من رضا الشريك الآخر في الحياة الزوجية وسعادته ؛ فبعض النساء مثلاً لا يصلن إلى النشوة الجنسية (هزة الجماع) ، ولكن قد تسعد برؤية زوجها وقد وصل إلى هذه المرحلة من النشوة ، وتشعر بالثقة لكونها قد أوصلته إلى هذه الحالة ، وبالتالى تشعر بالسعادة والرضا الجنسي . ويُعد الحب اقوى ضمان لاستمرار الرغبة الجنسية ؛ فهو عامل نفسي يعمل على تعديل المشكلات الجنسية بين الزوجين (نجلاء راضي فرج، و عزة عبد الكريم فرج، ٢٠١٧: ١٤). فضلاً عن أن الحب يُعد أحد العوامل التى يمكن أن تسهم في تلافي بعض

المشكلات المحتملة في اللقاء الجنسي بين الزوجين وصولاً إلى التوافق والسعادة والرضا الزواجي، حيث يُعد الحب أهم الأسباب المؤدية إلى الرضا الجنسي المتبادل؛ وذلك لأنه يرتبط بانخفاض درجة الخلاف بين الزوجين من خلال التوافق الجنسي، كذلك يعد الحرمان الجنسي، والملل والروتين في العلاقة الزوجية من أهم أسباب المشكلات النفسية، والزواجية(يوسف مراد، ١٩٩٤: ١٢٠)

ويشتمل الرضا الجنسي على خصائص العلاقة الحميمية، والمعرفة الجنسية، وسمات الشخصية، والحيوية الجسمية (هناء أحمد شويخ، ٢٠١١)، كما أن الرضا الجنسي بين الزوجين ليس لذة جسدية قصيرة الأمد ، لكنه متعة نفسية طويلة الأمد ، تسعد الزوجين وتجعل كلاً منهما يسكن إلى الآخر ، ويطمئن إليه، لذا يُعد الإشباع الجنسي عاملاً أساسيًا في توجيه التفاعل الزواجي نحو التعاون، في حين يؤدي عدم الإشباع الجنسي إلى توجيه هذا التفاعل إلى الشقاق والصراع(نجلاء راضي فرج، و عزة عبد الكريم فرج، ٢٠١٧: ١٤)، وتتضح أهمية الإشباع الغريزي المتبادل للرغبة الجنسية بين الزوجين بأن له بالغ الأثر والتأثير على العلاقة الزوجية، خاصة لدى الزوجات؛ فهى تقوي الرابطة بينهما ، وتدل على مدى عطاء كل منهما للآخر ؛ لأنها القاسم المشترك بين الحب والإشباع والرضا والسعادة، ونستدل عليها من فاعلية التعامل والتفاعل بينهما وإيجابياته، أو عدم الرضا والنفور والإحباط ونستدل عليه من السلبية والتوتر والخلافات . ويؤثر عدم الرضا الجنسي بدوره على الرغبة الجنسية ، أو القدرة على أن تشارك المرأة ذاتيًا وعاطفيًا في النشاط الجنسي (عايدة فؤاد النبلاوي، ١٩٩١: ٢٦١).

في ضوء ما سبق عرضه يمكن بلورة مشكلة البحث الحالي في الإجابة عن تساؤلاته.

تساؤلات البحث:يحاول البحث الحالى الإجابة عن التساؤلات التالية:

١. هل توجد فروق بين الجنسين من المتزوجين في كل من: الحب ، والمرونة النفسية، وجودة العلاقة الزوجية.
٢. هل توجد علاقة ارتباطية بين متغيرات البحث : الحب، والمرونة النفسية، و جودة العلاقة الزوجية لدي عينة الأزواج والزوجات.
٣. هل يمكن التنبؤ بجودة العلاقة الزوجية من الحب ، والمرونة النفسية لدى عينة الأزواج والزوجات ؟

أهداف البحث: تتحدد أهداف البحث فيما يلي:

١. الكشف عن الفروق بين الجنسين من المتزوجين في كل من: الحب ، والمرونة النفسية، وجودة العلاقة الزوجية.
٢. الكشف عن العلاقة الارتباطية بين متغيرات البحث : الحب، والمرونة النفسية، و جودة العلاقة الزوجية لدي عينة الأزواج والزوجات.
٣. الكشف عن إمكانية التنبؤ بجودة العلاقة الزوجية من الحب ، والمرونة النفسية لدى عينة الأزواج والزوجات .
٤. تصميم مقياس في المرونة النفسية وآخر في جودة العلاقة الزوجية.

أهمية البحث: تتضح أهمية البحث في :

١. الأهمية النظرية:

أ- أن طبيعة الحياة الزواجية تؤثر في نوعية حياة الفرد بشكل عام؛ فالأزواج غير المتوافقين زواجيًا قد يكونون غير متوافقين في العمل، وبالتالي يؤثر في معدلات إنجازهم في العمل مما يؤثر سلبًا على معدلات التنمية والدخل القومي للدولة.

ب- نظراً لأهمية الرضا الزواجي، والعاطفي في استقرار واستمرار العلاقة الزوجية بين الزوجين، والدور الذي يؤديه الحب في دعم مستوى الرضا الزواجي، والعاطفي، وجودة العلاقة الزوجية.

ج- ندرة الدراسات النفسية فيما يتصل بالعلاقة بين الحب، والمرونة النفسية بجودة العلاقة الزوجية.

د- محاولة فهم جانب أساسي وجوهري في الحد من المشكلات، والضغوط الزوجية وعلى رأسها سوء التوافق الزواجي وانتهاءً بالطلاق.

هـ- محاولة فهم تأثير الحب، والمرونة النفسية على جوانب جودة العلاقة الزوجية بين الزوجين.

و- أن الصحة النفسية لأفراد الأسرة تتحدد بمدى نجاح الزواج واستمراره، ولا شك أن العلاقة الزواجية المتوافقة تحقق التفاعل الإيجابي بين جميع أفراد الأسرة.

ز- ارتباط الصحة النفسية للأسرة باستقرار المجتمع، والأمن القومي لمصرنا الحبيبة.

ح- توفير قاعدة بيانات حول الأزواج والزوجات، باعتبارهم أعمدة الأسرة، وأهم مؤسسات التنشئة الاجتماعية المتعددة لما يجب أن يفعلوه لكي يتمتعوا بعلاقة زوجية جيدة، والحد من معدلات حدوث الاضطرابات النفسية التي تحدث لهم، وبالتالي تؤثر على أبنائهم.

٢. الأهمية التطبيقية:

في ظل نتائج هذا البحث وما يبرزه من معلومات حول العوامل المنبئة بجودة العلاقة الزوجية لدى عينة الأزواج والزوجات، تبين إمكانية القيام بما يلي:

أ- مساعدة الأزواج والزوجات على فهم أعمق لشخصية الطرف الآخر واحتياجاته العاطفية، والجنسية وعلاقتها بجودة العلاقة الزوجية

ب- وضع خطط للإرشاد الزواجي؛ تساعد في تحسين جودة العلاقة الزوجية والعاطفية

ج- معرفة سبل استمرار الزواج الناجح خاصة في ظل المتغيرات والضغوط التي تؤثر بالسلب على العلاقات الزواجية، ومعرفة المعايير والأسس الموضوعية التي قد تسهم في نجاح الزواج، واستمرار جودته.

د- استفادة ومساعدة عدد كبير من الأسر على فهم مشكلاتهم، والوعي بها، وبالتالي تجنب حدوثها أو الحد من انتشارها.

هـ- ممارسة الازواج والزوجات لتنمية المشاعر الايجابية العاطفية، والحب، والمرونة النفسية ستصقل شخصيتهم، وتُنمي مهارتهم، وتجعلهم أكثر مرونة نفسية، وأكثرقدرة على مواجهة المشكلات النفسية والأسرية ، مما يجعلهم يتمتعون بجودة العلاقة الزوجية.

و- توعية المقبلين على الزواج.

ز- توعيةالأزواج والزوجاتعلى اتقان المهارات والخطط الفعالةالتي تمكنهم من الحفاظ على استمرار الزواج الناجح، والتمتع بعلاقة زوجية جيدة.

مفاهيم البحث:

أولاً: مفهوم الحب Love :

على الرغم من الصعوبات التي واجهت الباحثين في تحديد التعريف الجوهري للحب؛ فإن بعض هذه الدراسات تعد محاولة لتقديم فهم أفضل لتفسير ماهية الحب، وتصنيفه وفق أسس علمية أكثر، لذلك نجد تعريفات كثيرة للحب.

عُرف الحب على أنه اتجاه، أو علاقة، أو خبرة، أو انفعال، أو قدرة، فقد عرف " فرويد" الحب على أنه غريزة محبطة، وعرف " زك روبن " الحب على أنه اتجاه يحمله الشخص نحو شخص آخر محدد ، ويتضمن الحب استعدادات مسبقة في التفكير، والشعور، والسلوك بطرق معينة نحو ذلك الشخص. بينما عرفه " سكولينك " بأنه خبرة مبنية على المشاعر والأفكار، والرموز الثقافية. في حين يرى " سوينسن " أن الحب يركز على السلوكياتمثل الأنشطة المشتركة، والمشاعر الحميمية المفصح عنها(Feher, Russell, 1991: 102).

والحب هو عملية تعلق وجداني له مظاهر تبرز العلاقة بين طرفين، وهي شعور كلاهما بالأمان عندما يكون أحدهما بجانب الآخر، وأن يكون بينهما تواصل حميم، وأن يسهم كل منهما في اكتشاف الآخر والتعرف عليه، وأن يظهر كل منهما تعبيرات وجهية تدل على الحب كالسرور والفرح، وأن يكون هناك تبادل للأفكار والآراء والانجذاب المتبادل (فرحان العنزي، ٢٠٠٩: ٨٨). كما يشار إلى الحب على أنه الإنشغال بالطرف الآخر، والشعورالعميق بالرغبة في الوجود معه، والشعور بالنقص بدونه، والتفكير فيه سواء كان معه أو بمفرده، والشعور بالضيق في حال البعد عنه، والتقرب الدائم منه ليشعر بالنشوة والطمأنينة (نجلاء راضي فرج، و عزة عبد الكريم فرج، ٢٠١٧: ١٤).

الفرق بين الحب والجنس:

الحب يهتم بالنظرة الكلية، أما الجنس فيهتم بالتفاصيل. فالحب هو مشاعر الوله والسحر المرتبطة بالعلاقة الرومانسية، أما الجنس فهو احتياج او دافع للبحث عن ممارسات جنسية لإشباع هذا الدافع. فالحبُ يستتبع بأمنيات وأهداف التعلق التي تُحقق من خلال الجنس (Forster, Epstude& Ozelsel, 2009: 65)وقدم ستيرنبرج1986 , Sternberg توضيحاً أكثر دقة للحب كمفهوم متعدد الأبعاد ؛ حيث عرف الحب وفقاً لثلاثة مكونات هى: الحميمية، والانجذاب العاطفي، والحرص على استمرار العلاقة.

ويعد الحب العاطفي من أساليب الحب الأوليه وفقا لنظرية ألوان الحب، وفي هذا الأسلوب يكون الشخص لدية رغبة في المشاركة مع الطرف الآخر، والحنين إليه، وفيه كثيرًا ما يتم اختيار الشريك عن طريق الحدس، أو ما يسمى (بالحب من أول نظرة). ويتميز المحبون هنا بأنهم واثقون، ويكشفون عن ذواتهم، وغيورون، ويشعرون بالأمان عندما يكونون في حالة حب، وعادة ما يكون لديهم التزام بالاستمرار في العلاقة، ويسعون إلى التواصل علنًا، كما أنهم يبحثون عن علاقة حميمية مفتوحة من الناحية النفسية، ولديهم أفكار قوية حول نوع الشريك، أو الشريكة، ويعد الجنس التجربة الحسية والنهائية، وهى الجانب المنشود من هذه العلاقة، وأساس الشعور الحدسي للتواصل. ويؤدي اعتماد المحب على الغريزة أحياناً إلى التغاضي عن الاختلافات في الخصال والسمات المهمة، أو الاختلاف في المعتقدات، والتي من شأنها أن تتسبب في مشكلات بين الشريكين في وقت لاحق (منى أحمد ابراهيم، ٢٠١٦: ٣٧). ويسعى الأزواج من خلال الروابط الوجدانية إلى الاقتراب من بعضهم، ويشعرون بالضيق حال غياب الشريك، أو افتقاده، ويحصلون على الأمان العاطفي من

خلال علاقاتهم بأزواجهم، حيث يلجئون إليهم وقت الضيق من أجل الحصول على المساندة والراحة (Feeney., Alexander & Hohaus., 2003)

الأطر والنماذج المفسرة للحب:

١. **نظرية ستيرنبرج – نظرية مثلث الحب Triangle Love Theory :**

شكل "روبرت ستيرنبرج" مفهومه عن الحب وفقاً لثلاث مكونات؛ هى: الحميمية Intimacy ، والانجذاب العاطفي Passion، والحرص على استمرار العلاقة Commitment .

وينتج عن هذه المكونات الثلاث ثمانية أنواع من الحب؛ وهى: اللاحب Non Love ، والإعجاب Liking، والإفتتان Infatuation Love، والحب الفارغ أو الأجوف Empty Love، والحب الرومانسيRomantic Love ، وحب العشرة Companionate Love ، والحب الأحمق أو غير الناضج Fatuous Love، والحب الكامل Consummate Love(Regan, 2006: 98).

مكونات الحب في نظرية ستيرنبرج: تشكل المكونات الثلاث قمم المثلث؛ والمكونات هى:

أولاً: **العلاقة الحميمية:** هو الحب العاطفي، وتشير إلى مشاعر التقارب، والترابط، والتواصل مع الشريك العاطفي في علاقات الحب، وينطوي على مشاعر الدفء والتعلق في علاقة الحب، والألفة هى حالة تعبر عن وجود علاقة عميقة، وشعور مشترك من الألفة بين شخصين، أو حالة عميقة مثل الدفء، والقرب العاطفي، والشعور بالانتماء، والسعادة الآمنة، والشعور الحميمي بالترابط، والتصرف بود ودفء واطمئنان، والعمل والتفكير المشترك، إلى جانب دفء الصداقة وفهم العلاقات الشخصية والخاصة، والشعور الجنسي المشترك المخفي.

ثانياً: **الإنجذاب العاطفي:** يشير إلى الدوافع التي تؤدي إلى الرومانسية ، والإنجذاب البدني، والإشباع الجنسي، والظواهر المرتبطة بالعلاقات العاطفية ، وأيضاً تشمل الدوافع والأشكال الأخرى للإثارة التي تؤدي إلى الوصول إلى خبرة الانجذاب العاطفي في علاقات الحب، كما يتمثل في الجاذبية الجسدية، والجنسية ، والشغف نحو الطرف الآخر ، ويتضمن درجة عالية من الإثارة الجنسية ، ورغبة الطرفين الشديدة أن يكونا معاً ويمارسان العلاقة الجنسية، وهي مشاعر النشوة والافتتان الأولى، والجاذبية، وبها عواطف ومشاعر قوية ، ومعاناة ، وغضب ، وحماسة، واشتياق، ونشوة. والعشق عبارة عن شعور دافئ ومتحمس، ويحتمل أن يكون متقطعاً، أو قصير الأجل، وهو ما يسمى بالوقوع في الحب، أو الشغف بالحبيب، والذي هو جزء من العشق. ويؤكد علم نفس الحب أن العشق هو الجزء الأكثر مسئولية عن الانجذاب الجنس.

ثالثاً: **الحرص على استمرار العلاقة:** يشير إلى القدرة على تطوير العلاقة والالتزام بالحفاظ عليها، والبحث عن سبل استمراريتها. ويدخل هنا عنصر الوعي والإدراك الكامل، والتضحيات المشتركةفي إبقاء العلاقة قائمة ، بمعنى حرص كل طرف على استمرار العلاقة التي تحافظ على الحب.

(Sternberg, 1986, 119)

مما سبق عرضه يتضح أن مفهوم الحب الذي قدمه ستيرنبرج بمكوناته الثلاثة هو أشمل التعريفات

أنواع الحب:

وفقًا لنظرية ستيرنبرج؛ تتشكل أنواع الحب المختلفة من المزج بين المكونات الثلاث؛ فينتج عنها ثمانية أنواع من الحب كالتالي:

١. **اللاحب:** يشير إلى غياب المكونات الثلاث، ويقع خارج المثلث. بمعنى عدم وجود حب يميز غالبية كبيرة من علاقات الأفراد الشخصية، والتي تحدث في تفاعلات الأفراد اليومية العادية، والتي لا تتعلق بمشاعر الحب مطلقاً، وينظر لهذا النمط بين الغرباء والمعارف.

٢. **الحب الفارغ أو الأجوف:** وهو أن شخصا يحب شخصًا آخر، ويتبع ذلك الالتزام بذلك الحب، في غياب المكونات الأخرى، وهي الانجذاب العاطفي والحميمية في ذلك الحب. هذا النوع من الحب يمكن اكتشافه في العلاقات الراكدة التي استمرت لسنوات عديدة.

٣. **الحب الأحمق أو غير الناضج:** يتضمن الجوانب الجسدية والالتزام فقط، ويخلو من الحميمية، ويتم هذا النوع على أساس الاتفاقات السريعة بين الشريكين دون عنصر الاستقرار الدائم، والعميق

.(Regan, 2006: 103)

٤. **الإعجاب:** هو مشاعر تنطوي على مكون الحميمية فقط، وموقعه في قمة رأس المثلث، في موقع الحميمية. وهو ليس مجرد وصف للمشاعر نحو الأصدقاء، وعابري السبيل في حياة الأشخاص، إنما يشير إلى مجموعة من المشاعر ضمن علاقات يمكن لها أن تكون

صداقات حقيقية لو تم تطويرها. فضلاً عن أن الإعجاب هو تقاسم مشاعر الحميمية مع شخص آخر؛ فيحس بالقرب من شخص ما، والدفء نحو الآخرين، بدون مشاعر وعاطفة حادة، أو التزام طويل المدى.

٥. **الافتتان:** هو الحب من أول نظرة؛ فالحب المفتون هو ببساطة، هيام، ينتج من مواجهة إثارة عاطفية في غياب مكونات الحب الأخرى من الحميمية، والحرص على استمرار العلاقة، ويرتبط بدرجة مرتفعة من الإثارة النفسية، والفسيولوجية مثل زيادة نبضات القلب.

٦. **الحب الرومانسي:** يشتق من مكونات كل من الحميمية والإنجذاب العاطفي. وجوهريا، وهو يتواجد مع وجود عنصر إضافي هو الإثارة التي تجلبها الجاذبية الجسدية والحالات الملازمة لها. ووفقاً لذلك فإن الأحباء الرومانسيين لم يرتبطوا ببعضهم جسدياً فقط، ولكن هناك التصاق عاطفي بينهما.

٧. **حب العشرة:** يتطور هذا النوع من الحب على مكون الحميمية، والحرص على استمرارية العلاقة في علاقة الحب. وهو جوهرياً عبارة عن صداقة ملتزمة طويلة المدى. هذا النوع يحدث كثيراً في الزيجات التي فيها جاذبية جسدية وتكون المصدر الرئيسي للعاطفة، وقد خمدت تلك الجاذبية نتيجة لعوامل كثيرة منها التقدم بالسن، أو ضغوط الحياة، أو الملل والروتين في علاقة الحب التي يعيشها الشريكان. وهذه العلاقة هى أقوى من الصداقة بسبب عنصر إضافي موجود فيها هو الالتزام.

٨. **الحب الكامل:** هو نتيجة لمجموعة المكونات الكاملة للمثلث (الحميمية، والانجذاب العاطفي، والحرص على استمرارية العلاقة). وهو النوع الذي يكافح الجميع من أجل تحقيقه. الحب الحقيقي هو مشاعر متوافق عليها عاطفياً وفكرياً. ومرتبط بالشعور بالبهجة. يتضمن كل من الحب الرومانسي، والتعلق، والعاطفة، والحميمية، والالتزام

(Sternberg, 1986: 127)

نظرية الحاجات العاطفية في العلاقة الحميمية بين الزوجين:

اهتم جون جراري ,John Grary بالعلاقات الزوجية بصفة عامة، وبالحاجات العاطفية المتبادلة بين الزوجين بصفة خاصة، وذكر أن طبيعتهما مختلفة، ولهذا فاحتياجاتهما مختلفة أيضًا ؛ فالإحتياجات الأساسية للرجل ؛ هى : الحب، والقبول، والتقدير، والثقة. والاحتياجات الأساسية للمرأة؛ هى: الحب، والاهتمام، والتفاهم، والاحترام. فكلا الطرفين لديهم احتياجات أساسية، بالإضافة إلى الاحتياجات الثانوية والتي تكون أقل في أهميتها. وعندما يتلقي كلا الطرفين احتياجاته الأساسية؛ فإنه يصبح قادرًا على تقديم الدعم للطرف الآخر، وإعطاءه ما يحتاج؛ فالرجال والنساءاصبحوا يريدون الحب، والعاطفة، بالإضافة إلى الاحتياجات المادية، التي مهما توفرت فإنه سيظل هناك إلحاح داخليلإشباع الجانب العاطفي؛ فعلى الرجال والنساء تقبل اختلافاتهم؛ حتى يكوّنواعلاقات جيدة (نجلاء راضي فرج، وعزة عبد الكريم فرج، ٢٠١٧: ٢٦). وتجد هذه الحاجات الإشباع الملائم لها في العلاقة الجنسية التي تتبلور في الزواج، والحياة الأسرية، وتتمركز غالبية هذه الحاجات حول الرغبة في التجارب، والرغبة في الشعور بالأمان العاطفي، والتقدير العميق. وتكون هذه الحاجات تكميلية للطرفين، أي أن تكمل حاجات كل منهما الآخر؛ فمن خلال العلاقات الحميمة، وخاصة مع شريك الحياة، يمكن للشريكين إشباع بعض الحاجات مثل: الأمن، وتقدير الذات، والتعاطف الوجداني، والحاجة غلى الحرية من الحاجات الشخصية التي يمكن أن تحقق إشباعًا لكلا الشريكين، وبالتالي ينمو الحب بينهما، وتقل خلافاتهما (صفاء إسماعيل مرسي، ٢٠٠٤: ٦٨).

ثانياً: مفهوم المرونة النفسية Psychological Resilience

لا شك أن تمتع الزوجين بالشخصية السوية يحتاج إلى توافر قدر من المرونة النفسية التي تمكنهم من التوافق مع الأحداث الضاغطة، والمشكلات التي يمرون بها بشكل فعال يقلل من آثارها السلبية التي يمكن أن تؤثر على مسار حياتهم المستقبلية .

تعريف المرونة النفسية :

المعنى اللغوى للمرونة النفسية : يعرف معجم مقاييس اللغة المرونة " مرن - الميم والراء والنون- أصل صحيح يدل على لين شئ وسهولة (أبو الحسين أحمد بن فارس بن زكريا، ١٩٧٩: ٣١٣)

تعريف المرونة النفسية : المرونة النفسية هي عملية التوافق الجيد ، والمواجهة الإيجابية للشدائد أوللصدمات أوللنكبات أو الضغوط النفسية التي يواجهها الأفراد كما تعنى القدرة على تخطيها أو تجاوزها بشكل ايجابى ومواصلة الحياة بفاعلية واقتدار (الجمعية الأمريكية لعلم النفس ، ٢٠٠٢). كما تعرف المرونة النفسية بأنها عملية المواجهة الفعالة للتحديات والضغوط النفسية لأحداث الحياة من خلال حسن الحال الذاتى والأداء الفعال فى البيئة (Neuman, Rachel, 2004 : 7) وعرف كل من(Hosseinia and Besharata, 2010 : 639) عملية المرونة النفسية بأنها يمكن أن تمثل على شكل متصل أو بعد ثنائى القطب طرفيه المرونة النفسية والآخر الأمراض النفسية وتختلف درجة

المرونة النفسية للأفراد بإختلاف درجة الأفراد على هذا المتصل ويحدث التوازن والمرونة النفسية عندما يحدث النمو والتكيف الايجابى وينخفض مستوى الاضطراب.

وأشار محمد السعيد ابو حلاوة (٢٠١٣: ١٩) بأنها القدرة على : التحمل، ومواجهة الشدائد والمصاعب بصلابة، والتعافي والتجاوز السريع للتأثيرات السلبية لمحن وأحداث الحياة الضاغطة .كما انها القدرة الإيجابية للشخص على التكيف مع الضغوط النفسية ، وتمكنه من أداء وظائفه بشكل جيد (Masten, 2009: 14).كما عرفتها الجمعية الأمريكية لعلم النفس APA بأنها عملية التوافق الجيد والمواجهة الإيجابية للشدائد ، والصدمات النفسية، والنكبات، والضغوط النفسية العادية التي يواجهها الأشخاص في حياتهم اليومية مثل: المشكلات الأسرية، ومشكلات العلاقات مع الآخرين، المشكلات الصحية ، ضغوط العمل، والمشكلات المالية American) Psychological Association, 2014)وينظر إليها على أنها عملية دينامية متعددة الأبعاد، تميز الفرد بالقدرة على التوافق النفسي مع جميع متغيرات ومستجدات الحياة، والقدرة على استعادة الفاعلية والإيجابية والتعافي مرة أخرى بعد الإنكسار (آمال محمد فهمي ومنى سالم محمود زعزع، ٢٠١٣ : ٦٤)وتُعد إحدى سمات السلوك السوي؛ فالشخص السوي هو القادر على إيجاد بدائل ، وتعديل سلوكه ، والإستجابة للظروف المتغيرة، ويجد دائمًا بدائل للسلوك الذي يفشل في حل مشكلة تواجهه، على عكس المرضي الذين يتصف سلوكهم بالتصلب، والنمطية، والأحادية (آمال جودة ، ٢٠٠٧: ٤٠).

انواع المرونة النفسية :

يوجد نوعان للمرونة النفسية هما :

١. **المرونة النفسية التفاعلية** Reactive Resilience : وهى رد فعل تجاه المحن والصدمات النفسية .
٢. **المرونة النفسية الوقائية** Proactive Resilience : وهى استثمار الفرص المتاحة في البيئة لتنمية كفاءات الشخص ومساعدته على التكيف الايجابي (محمود رامز ، ٢٠١٤: ١٦).

خصال الأفراد ذو ىالمرونة النفسية :

توجد مجموعة من الخصال يتسم بها الأشخاص ذوو المرونة النفسية كالتالي:

١. **التسامح:** وهو التغلب على نزوع النفس من المكابرة والإصرار على الخطأ.
٢. **الصبر:** يعد من أهم الدعائم التي يجب أن يتحلى بها الإنسان صاحب الشخصية المرنة.
٣. **روح الدعابة:** تعد سمة مميزة للأشخاص المرنيين الذين يجيدون فن التعامل في لمواجهة مواقف الحياة المختلفة. فضلاً عن انها الجانب المضئ من الحياة لدى الشخص المرن، وتمثل القدرة على إدخال السرور على النفس، والمرح على الآخرين.
٤. **الاستبصار:** وهى قدرة الشخص على قراءة وترجمة المواقف والأشخاص، وتتضمن القدرة على التواصل البين شخصي، علاوة على معرفة كيفية تكيف سلوك الفرد ليكون متناسباً مع المواقف المختلفة، مما يساعده في فهم نفسه، والآخرين.
٥. **المبادأة:** قدرة الشخص على البدء في تحدي الأحداث ومواجهتها.
٦. الاستقلال: هو عمل توازن بين الشخص والأفراد الآخرين المحيطين به، بالإضافة إلى طريقة تكيفه مع نفسه.
٧. **تكوين العلاقات:** تشمل قدرة الفرد المرن على تكوين علاقات إيجابية صحيحة وقوية من خلال قدرته على التعامل النفسي والاجتماعي والعقلي مع من يحيطون به، كما تشمل قدرته على التواصل مع ذاته.
٨. **الإبداع:** يشمل الإبداع إجراء خيارات، وبدائل للتكيف مع تحديات الحياة، وتحدي المصاعب والمخاطر.
٩. **القيم الموجهة (الأخلاق)** : تتضمن البناء الخلقي والروحاني الصحيح للشخص المرن ، والتي تتضمن قدرته على تكوين مفاهيم روحانية ، وتطبيقها من خلال تعامله مع الآخرين .
١٠. **تحمل المسئولية:** الشخص السوي يتحمل المسئولية بجدية ويحققها دون إهمال، والشخص الناضج المرن يتدرب على مواجهة الخوف بواقعية، وبذلك يستطيع ان يعالج التردد، ويتحمل المسئولية، ويكون قادرا على أن يخطط للمستقبل، فالقدرة على تحمل المسئولية دليل على قدرة الشخص على التكيف مع الأوضاع الجديدة.
١١. **تقبل النقد:** الشخص السوي يتعلم تقبل النقد دون الشعور بالحرج، فالفرد الناضج العاقل الذي يتمتع بمرونة عالية يستفيد من كل ما يوجه إليه من انتقادات ايا كان مصدرها، ويكون قادراً على تقييم الموقف فيقبل ما يراه صواباً.

١٢. **اتخاذ القرارات:** إحساس الشخص بالمسئولية يدفعه إلى دراسة كل موقف بدقة، وأن يصدر القرار المناسب دون تردد ، فالشخص الذي لديه مرونة نفسية لديه القدرة على إصدار قراراته بنفسه

(يحيى شقورة ، ٢٠١٢ : ٢٢- ٢٤ ؛ محمود رامز ، ٢٠١٤).

١٣. علاقات اجتماعية جيدة مع الآخرين.

١٤. **مهارات تواصلية** ومعرفية جيدة.

١٥. **تقدير الشخص** لمواهبه وانجازاته وتقديرها بالنسبة للآخرين.

١٦. **معرفة** الهدف من الحياة.

١٧. **الشعور** بالانتماء.

١٨. **تعزيز** الذات.

١٩. **الإيمان** بأن الضغوط تزيد الشخص قوة.

٢٠. **رؤية** الضغوط على انها تحديات

.(Van Galen, De Puijtar, & Smeets, 2006: 6)

٢١. الاعتماد على النفس والثقة بالذات وتقديرها.

٢٢. الشعور بالبهجة.

٢٣. الميول الإبداعية.

٢٤. الضبط الداخلي.

٢٥. يمتلكون مهارات لحل المشكلات

(هالة خير سناري إسماعيل ، ٢٠١٧: ٢٩٥).

بناء المرونة النفسية :

قدمت الجمعية الأمريكية لعلم النفس APA, 2010 عشرة طرق لبناء المرونة النفسية كالتالي:

١. العلاقات الاجتماعية الايجابية مع الآخرين بصفة عامة وأفراد الأسرة والأصدقاء بصفة خاصة.

٢. تجنب الاعتقاد بأن الأزمات أو الأحداث الضاغطة مشكلات لا يمكن تجنبها.

٣. تقبل الظروف التي لا يمكن تغييرها.

٤. وضع اهداف واقعية والاندفاع الإيجابي نحو تحقيقها.

٥. اتخاذ أفعال حاسمة في المواقف العصيبة.

٦. التطلع لفرص استكشاف الذات بعد الصراع مع الخسارة.

٧. تنمية الثقة بالذات.

٨. فهم الحدث الضاغط في إطار السياق المنبثق منه.

٩. الحفاظ على روح التفاؤل.

١٠. رعاية الشخص لعقله وجسده، وممارسة تدريبات منتظمة، مع مراعاة حاجاته ومشاعره، والإندماج في أنشطة الترفيه، والاسترخاء ، وامتاع الذات ، والتعلم من الخبرات السابقة، وتأسيس حياة مرنة، ومتوازنة

(محمد السعيد ابو حلاوة، ٢٠١٣: ٣١).

ثالثاً: مفهوم جودة العلاقة الزوجيةQuality of Marital Relationship

يعتبر الباحثون أن العلاقة الزوجية هي علاقة عقلية قبل أن تكون علاقة قانونية، ترتبط أساسا وتنمو بحب زوجي، حيث وصفها أندري لمارشAndré Lamarch بأنها لا تقتصر على حياة شخصين معا بمقتضى ارتباط قانوني بقدر ما هي استمرارية في العلاقة على أساس وجود حياة مشتركة بين شخصين يتعلم من خلالها الشخص العيش مع شخص آخر ، كما تُعد العلاقة الزوجية علاقة تجمع بين علاقة الصداقة والميل الجنسي وعاطفة الحب، وهي تتضمن علاقات أخرى بين الزوجين مبنية على ما يشتركان فيه من أهداف وآمال، فقد

تتكون بين الزوجين علاقات متصلة بالنواحي الاقتصادية أو الاجتماعية الأخرى، كلما تقدمت الحياة الزوجية شعر الزوجان بقوة الرباط الذي يجمعها، وقد تؤدي الضغوط الداخلية أو الخارجية إلى مشاكل وتضييع العلاقة (نادية بلعباس، ٢٠١٦: ٦١).

إن تفاعل الزوجين المتوافقين وغير المتوافقين يختلف من حيث وجود الوجدانات السالبة والموجبة ، ودرجة تبادلها ؛ فمثلاً المتوافقين منهما يظهران تعاطفاً ، وتعاوناً ، قل ما يشتكي الزوجان من انسحاب الأزواج انفعالياً ، ويشكو الأزواج من انغماس زوجاتهم في الخلافات، حيث أن التفاعلات السالبة تعتبر مؤشر لعدم التوافق الزواجي، ومن جهة أخرى ؛ فإن إبقاء الزوجين على قدر من التوازن بين المشاعر الإيجابية والسلبية من شأنه ارساء توازن العلاقة ، كما أن الزوجان المتوافقان لا يعانيان من صعوبة فهم الوسائل الانفعالية المتبادلة، بينما الأزواج غير السعداء يفسرون رسائلهم بطريقة سلبية، وأحياناً يظهر الزوجان نوعاً من التوافق في العلاقة الزوجية ، والمشاركة الانفعالية بينما تسمح لهما بالتنفيس عن مشاعرهما السلبية ، وهو ما يسمى بالغلاف الإنفعالي أو العاطفي (داليا مؤمن، ٢٠٠٤: ٢٥)

معايير نجاح العلاقة الزوجية

هناك مجموعة من الأسس والقواعد والمعايير التي تضبط العلاقة الزوجية، حيث يستطيع الزوجان من خلالها المحافظة على استمرارية العلاقة بنجاح، وحب، وارتياح، ونستطيع إيجازها فيما يلي:

١. **الحب الإشباع العاطفي:** الحب والإشباع العاطفي هو إيجاد تلبية لرغبات عاطفية، وجنسية، واجتماعية؛ فكلما توفر الحب والإشباع العاطفي، والجنسي، والاجتماعي، بدت ملامح توافقهما الزواجي وقويت رابطتهما الزواجية.
٢. **تقدير الطرف الآخر:** يعد التقدير أهم معايير وأسس العلاقة الزوجية؛ فكلا الزوجين يحتاج إلى تقدير كلاهما للآخر، لأن ذلك من شأنه أن يدفع الفرد إلى التسامي وتجنب كل ما من شأنه خلق التوتر، والخلافات، والمشكلات الزوجية.
٣. **المعاملة الحسنة، وحسن التفاهم:** ضروريان لتقوية العلاقة الزوجية، ودعم التوافق بين الزوجين، مما ينعكس إيجاباً عليهما أولاً، وعلى أبنائهم ثانية، أما سوء التفاهم والاختلافات المستمرة التي تنشأ على أتفه الأسباب؛ فمن شأنها التعبير عن غياب الاتصال الفعال بين طرفي العلاقة الزوجية، مما يؤدي إلى تدهورها وانهيار الزواج.
٤. **الاحترام المتبادل بين الزوجين، وحفظ الأسرار:** ضروريان لتقوية ودعم العلاقة الزوجية، حيث اشار ألفريد أدلر Adler إلى أهمية ذلك؛ فيصبح كل منهما ملزم بالمساهمة في إيجاد حلول المشكلات الزوجية المتعددة، والعمل على استقرار العلاقة.
٥. **الثقة والمودة:** العلاقات الزوجية من أكثر العلاقات التي تنم عن مودة وحميمية بين الزوجين، بالإضافة إلى الثقة التي بدونها تضعف وتنهار العلاقة الزوجية؛ فانهيار الثقة هو الأرض الخصبة التي تنشأ منها المشكلات الزوجية المتعددة.
٦. **الصحة الجسمية:** يُعد اهتمام الزوجين بصحتهما الجسمية من الأمور الهامة في العلاقة الزوجية.
٧. **تحديد واجبات طرفي العلاقة الزوجية:** يجب على كلا الزوجين القيام بواجباته على أكمل وجه ودون تقصير، ويتحمل كل منهما مسئوليته في القيام بواجباته، وعليه في المقابل أن يلقي الإعتراف والتقدير من الطرف الآخر؛ فإن حدث العكس يضفي ذلك على العلاقة الزوجية نوع من الملل والنفور، والإحساس بعدم التقدير، ونشوء مشكلات زوجية تعصف بالحياة الزوجية واستقرارها

(أحمد الكندري، ٢٠٠٥:٣٨)

مؤشرات جودة العلاقة الزوجية:

١. **التفاعل الزواجي:** هو عملية التأثير المتبادل بين الزوجين، بحيث يتوقف سلوك كل منهما على سلوك الطرف الآخر، وهو عملية دينامية مركبة من: الملاحظة، والإدراك، والتقويم، والاستجابة (كمال إبراهيم مرسي، ١٩٩٥: ١٠٨).
٢. **التوافق في العلاقة الجنسية:** وجد الباحثون أنالتوافق الزواجي يرتفع كلما زادت المكافأة من التفاعل بين الزوجين،وتشمل المكافآت من التفاعل بين الزوجين الآراء القيمة،وإجراء تقييم إيجابي للذات من قبل الزوج،وفيما يتعلق بجاذبية الزوجالجسمية،والعقلية، والجنسية والإشباع العاطفيوالجنسي (Duncan, Gary , 2008). كما يعرف التوافق الجنسي بأنه استمتاع كلا الزوجين بإشباع حاجاته الجنسية مع الطرف الآخر، واتفاقهما على أهداف هذا الإشباع، واجراءاته، وشعورهما بالحب، والمودة، والرضا في علاقتهما الجنسية؛ فالإشباع الجنسي ليس لذة قصيرة الأمد، وإنما متعة نفسية طويلة الأمد، يساهم بقدر كبير في التفاعل الزواجي، وجودة العلاقة الزوجية (كمال مرسي، ١٩٩٥: ١١٩).

٣. **الارتياح الشخصي:** أي استراح ووجد الراحة، بمعني اخذ فترة راحة، ارتاح باله، وضميره، وطابت نفسه ودخله السرور والرضا. كما يترجم الارتياح الشخصي إلى الراحة النفسية، والصحة النفسية، وتحقيق الذات، والرضا والسعادة، واستثمار وقت الفراغ، وان يكون الشخص في ارتياح مسيطراً على انفعالاته، راضياً عن ذاته، والواقع بوعي وبدون استسلام. كما أن الارتياح الحقيقي يجدد النشاط ويدفع الفرد إلى العمل، والعطاء بسعادة واطمئنان، مما ينعكس إيجاباً على جودة العلاقة الزوجية (لويس معلوف، ٢٠٠٠: ٩٥).

٤. **الحالة الصحة:** تعد الصحة من بين مؤشرات جودة العلاقة الزوجية، كما تعبر عن التكامل بين الصحة النفسية، والجسمية، والاجتماعية.

٥. **الأنشطة المشتركة:** تعد الأنشطة المشتركة بين الزوجين، والوقت الذي يقضيانه معاً في البيت وخارجه من أساليب جودة العلاقة الزوجية؛ فكلما قضى الزوجان وقتاً مع بعضهما، سواء في نشاط ترويحي كمشاهدة التلفاز، أو في السينما أو الحدائق ، أو الأماكن السياحية.....إلخ ؛ فإن ذلك من شأنه أن يشعرهما بالحب المشترك، والاهتمام المتبادل، أما في حال انشغالهما عن بعضهما البعض، بعملهما، أو دراستهما، أو تجارتهما....إلخ ، فإن ذلك من شأنه أن يشعرهما بالإهمال، وعدم التقدير، وعليه يجب التوفيق بين الأنشطة الفردية، والأنشطة المشتركة بين الزوجين (نادية بلعباس، ٢٠١٦: ٨٦).

الأطر النظرية المفسرة لجودة العلاقة الزوجية:

تتعدد الأطر النظرية التي حاولت تفسير جودة العلاقة الزوجية كالتالي:

١- نظرية التحليل النفسي – Psychoanalytic Theory :

تضع نظرية التحليل النفسي تفسيرا لجودة العلاقة الزوجية من خلال طرحها للجهاز النفسي للشخصية المتمثل في الهو ID، والأنا Ego، والأنا الأعلىSuper Ego. فالهو: يمثل الجانبالغريزي وهو محكوم بمبدأ إشباع الجنسي للشخص، والأنا: ينسق بين مطالب الهو والواقع الذي يعيش فيه الفرد، أما الأنا الأعلى: فهو الذات المثالية (الضمير)؛ حيث تعمل معايير الضمير على اكتساب العادات والقواعد الاجتماعية التي نشأ عليها الفرد وهو يُكتسب تدريجيًا عن طريق التقمص؛ فعندما يتقمص المرء خصائص شخص آخر من عائلته ويأخذ المزيد من سمات ذلك الأنموذج فإنه يكتسب انموذجاً عائلياً في السلوك (بشرى عناد مبارك، حاتم جاسم عزيز، ٢٠١٥: ٦١).وعلى ذلك يرى الباحثان، أن نظرية التحليل النفسي تفسر جودة العلاقة الزوجية عند الزوجة والزوج، على أساس أنهمالم يواجها إشكالية في عملية التقمص Identification في سنوات الطفولة المبكرة إذ إن كل منهما يتوحد مع الشخص المماثل لكل منهما في جنسهما ليتبنى كل منهما قيمه ومعاييره والأنماط السلوكية الصادرة عنه، فإشكالية جودة العلاقة الزوجية هي إشكالية في تكوين الضمير لدى كل منهما، وسيطرة جانب الهو على سلوك أي منهما.

٢-نظرية الإحباط – العدوان: Theory Frustration - aggression

ترى النظرية أن إعاقة السلوك الموجه لتحقيق هدف معين يؤدي إلى حدوث حالة داخلية من التوتر المترتب على الشعور بالإحباط، ويسعى الفرد لتخفيف حدة التوتر بالسلوك العدواني (عزة عزت، ٢٠١٦: ٤٤). ويرى الباحثان أن شعور أحد الزوجين بسوء التوافق الزواجي ، وانخفاض الرضا الزواجي وجودة العلاقة الزوجية ، هو نتيجة لمعاناته من الإحباط من عدم إشباع بعض الاحتياجات في حياته الزوجية، وخاصة عدم إشباع رغباته العاطفية أو احتياجاته الجنسية .

٣-نظرية الحاجات لـ ماسلو Needs Theory :

ترى هذه النظرية أن جودة العلاقة الزوجية ترتفع وتحدث بين الزوجين بسبب الإشباع العاطفي والجنسي لدى كلا الزوجين، وإشباع حاجتهم إلى الحب من قبل الطرف الآخر، (فهمي الغزوي، ٢٠٠٧). "وجودة العلاقة الزوجية لدي الزوجين تبعاً لهذه النظرية هي دليل على عدم تقصير أي منهما في عمليتي الإشباع العاطفي والجنسي (شيماء شكري خاطر، ٢٠١٦: ٢٠٧)، وأوضح الباحثون أن السعادة الزوجية في الحياة الزوجية نتيجة الإشباع العاطفي بينهما يؤدي إلى جودة العلاقة الزوجية (سحر علي المصري، ٢٠٠٧: ٢٧)، ذلك أن ارتفاع مستوىالإشباع العاطفي والجنسي يؤدي إلى عدم حدوث الصراع بين الزوجين وظهور الأزمات الزواجية ، ويتفق الباحثان مع هذه النظرية، حيثأن إشباع الحاجة إلى الحب ، والإشباع العاطفي يعد من الأسباب القوية لجودة العلاقة الزوجية، بالإضافة إلى تأكيد إشباع الحاجة الفسيولوجية وهى الإشباع الجنسي،والحاجة النفسية وهي الحب، فترتفع جودة العلاقة الزوجية بسبب حالة الإشباع الجنسي والعاطفي لدى الزوجين.

٤-نظرية التعلق:Attachment Theory :

يوجد لدى بعض الأزواج والزوجات تعلقات وجدانية غير سوية نحو الآخر؛ مما يجعلهم يشعرون بالقلق والخوف من الهجر، وبالتالي يستخدمون العنف للتحكم في الآخر، وتجنب الهجر، وتؤكد هذه النظرية تأثير التعلق الأول في قدرة الزوجان على إقامة علاقة آمنة وسوية فيما بعد (طه محمد عبد العظيم ، ٢٠٠٧ : ٤١)، كما أن ارتباط الزوج بشريك حياته يتضمن تعلقاً إلى حد كبير ؛ حيث يعتمد كل منهما على الآخروعلى المساندة التي يقدمها له (صفاء إسماعيل، ٢٠٠٤: ٥٣)، وحين يعتمد كل من الزوجين على الآخر يستمر هذا التعلق ويبحث كل منهما لدى الآخر عما يريد ، فعندما يثق الزوج أنه سيجد لدى زوجته الأمان والدعم والمساندة، يزيد مقدار توافقهما ، وتقل الخلافات الزوجية (صفاء إسماعيل، ٢٠٠٨: ٩٩) . وهناك ثلاثة أنماط للتعلق الوجداني في إطار العلاقات الحميمية يمكن ان تفسر العلاقة بين الزوجين بوصفها تعلقاً وجدانياً، وهى: التعلق الوجداني الآمن، والتعلق الوجداني التجنبي، والتعلق الوجداني القلق (نصرة منصور عبد العال، ٢٠١٢: ٥٢).

٥- نظرية الربح النفسي :Psychic Profit Theory :

ترى النظرية أن الربح النفسي يتحقق بين الزوجين، عندما يلمس كل منهما في ردود أفعال الآخر ما يرضيه، ويبعث في نفسه الطمأنينة، أما عندما يلمس ما يغضبه فإنه يشعر بالإحباط، والحرمان والتوتر النفسي، وتتأثر حسابات العائد والتكلفة والربح في الحياة الزوجية بعوامل نفسية منها توقعات كل من الشريكين من الآخر، وإدراكه لتوقعات الآخر منه؛ فعندما تجد الزوجة ما تتوقعه من إثابة من زوجها؛ فتشعر بأنها ربحت نفسيا، وعندما يجد الزوج ما يتوقعه من سلوك زوجته، يشعر بأنه ربح نفسياً، وهنا يشعر كلا الزوجين بأن العائد أكثر من التكلفة، ويشعران بقيمته، وعندما يشعر الزوجان بالربح النفسي في الحياة الزوجية، يعدِّل كل منهما من سلوكياته وأفكاره ومشاعره حتي يقترب من سلوك الطرف الآخر وأفكاره ومشاعره، ويتعلم كيف يرضيه ويتحمله، وبالتالي يتمتعا بجودة العلاقة الزوجية، أما إذا كان العائد أقل من التكلفة يحدث سوء التوافق بينهما، مما يؤدي بدرجة كبيرة إلى انخفاض جودة العلاقة الزوجية (عزة عزت، ٢٠١٦: ١٤٨).

تعليق عام على النظريات المفسرة لجودة العلاقة الزوجية:

بعد استعراض النظريات المفسرة لجودة العلاقة الزوجية، لا يمكن تفضيل إحدى النظريات على الأخرى لأنها ركزت على عامل فقط أو عدة عوامل، وإنما جاءت كل نظرية مكملة للنظرية الأخرى، ولكننا نسلط الضوء على كل النظريات حتى نستطيع تفسير جودة العلاقة الزوجية، والوقوق على العوامل التي تسهم في ارتفاعها.

البحوث والدراسات السابقة:

أولاً: دراسات تناولت الفروق بين الأزواج والزوجات في الحب، والمرونة النفسية، وجودة العلاقة الزوجية.

دراسة (Kobak & Hazan, 2004) هدفت إلى فحص دور النماذج العاملة والتعلق الوجداني في الرشد وجودة العلاقات الزوجية، لدى عينة مكونة من (٤٠) زوجاً وزوجة، تراوحت أعمارهم ما بين (٢٤- ٤٦ سنة) ، ومدة زواجهم تتجاوز (٧) سنوات. وتم تطبيق مقياس هازان وشيفر، ومقياس التوافق الزواجي. وأبرزت النتائج أن الأزواج ذوو نمط التعلق الآمن أكثر مساندة واهتماماً واستماعاً لزوجاتهم من الأزواج من ذوي النمط غير الآمن، كما أشارت إلى أن نمط التعلق الآمن يجعل الأزواج أكثر قدرة على التنظيم الانفعالي، والتقليل من حدة المشكلات، والخلافات الزوجية.

دراسة راير وفولينج (Rauer & Volling, 2005) أجريت على عينة من (٥٨) زوجا وزوجاتهم ، وأوضحت النتائج أن أسلوب التعبير عن المشاعر السلبية أثر على مقدار الحب لدى الزوجين، وعلى نشأة الصراعات ، كما وجدت فروق بين الأزواج والزوجات في التعبير عن المشاعر السلبية في اتجاه الأزواج الرجال.

دراسة (Amidu, Owiredu, Wood& Quaye, 2011)توصلت إلى انتشار المشكلات الجنسية بين المتزوجين في غانا؛ وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) من الأزواج تراوحت أعمارهم بين (١٩ – ٦٦ سنة) ، وتوصلت نتائج الدراسة أن انتشار العجز الجنسي(٩٠,٦%) والقذف المبكر (٦٥,٤%) ، بينما كانت نسب انتشار التشنجات المهبلية (٦٩,٣%) ، وافتقار هزة الجماع (٧٤,٩%) ، وتمثلت اكبر المشكلات لدى الرجال في عدم الرضا الجنسي، بينما تمثلت اكبر المشكلات لدى النساء في الافتقار إلى النشوة الجنسية " هزة الجماع " ، كما ارتبط عدم الرضا عن الاتصال الجنسي بين الرجال ارتباطًا إيجابيًا مع الافتقار إلى النشوة ، وقلة عدد مرات الممارسة الجنسية ؛ أي كلما قلت هزة الجماع والنشوة قل عدد مرات الجماع والممارسة الجنسية ، وكانت نسبة الزوجات أعلى في ظهور المشكلات الجنسية .

دراسة بروجان وزملاؤه (Brogan, etal., C., 2012) تناولت الأساليب التي تستخدمها الزوجات في حل مشكلاتهن الزواجية على عينة مكونة من (١٢٠) زوجاً وزوجة ، حيث هدفت إلى فحص العلاقة بين إدراك شريك الحياة ، والقدرة على حل المشكلات ، أوضحت النتائج أن الزوجات تستخدمن الأسلوب العقلاني مقارنة بالأزواج، كما أنهن يبادرن بتقديم المساعدة للزوج إذا أدركن فيه خصالاً إيجابية .

دراسة يحيى عمر شعبان (٢٠١٢) هدفت إلى التعرف على : مستوى المرونة النفسية، والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة ، والعلاقة بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة ، والكشف عن الفروق في مستوى المرونة النفسية والرضا عن الحياة بالنسبة لبعض المتغيرات (النوع، والجامعة، التخصص ، المعدل التراكمي ، الترتيب الميلادي للطالب، الدخل الشهري للأسرة، والمستوى التعليمي للوالدين، وتكونت عينة الدراسة من (٦٠٠) طالب وطالبة ، وتم اختيار العينة بصورة طبقية عشوائية من طلبة الجامعات الثلاث (الأزهر، والأقصى، والإسلامية) من التخصصات العلمية والأدبية . واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، واستخدم استبانة المرونة النفسية من إعداد الباحث ومقياس الرضا عن الحياة من إعداد مجدي الدسوقي ١٩٩٨.

أوضحت النتائج بالنسبة للفروق في المرونة النفسية تبعاً للنوع وجود فروق في جميع أبعاد المرونة النفسية في اتجاه ارتفاعها نحو الطلاب. ولم تكن الفروق دالة في البعد الاجتماعي، وعدم وجود فروق في المرونة تعزي لمتغير الجامعة، وعدم وجود فروق ذات دلالة في المرونة النفسية تعزى للمتغيرات التالية (التحصيل الأكاديمي، التخصص، الترتيب الميلادي للطالب، الدخل الشهري للأسرة، والمستوى التعليمي للوالدين).

دراسة (Walter, 2012) هدفت إلى معرفة العلاقة بين أساليب الحب والرضا عن العلاقة الزوجية ، على عينة مكونة من (١٠٢) بواقع (٦٥ ذكرًا و ٣٧ أنثي)، وتم استخدام مقياس أساليب الحب ، ومقياس تقدير العلاقة الزوجية . وتوصلت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين درجات أساليب الحب الستة، والرضا عن العلاقة الزوجية، حيث حصل أصحاب أسلوب الحب العاطفي على أعلى مستويات الرضا عن العلاقة الزوجية، بينما حصل أصحاب أسلوب الحب المتعدد على أقل مستويات الرضا عن العلاقة الزوجية، وترتيب باقي الأساليب كالتالي: أسلوب الحب الإيثاري يأتي بعد أسلوب الحب العاطفي من حيث مستويات الرضا عن العلاقة الزوجية ، ثم أسلوب الحب الناشئ عن الصداقة ، ويليه أسلوب الحب الهوسي. وكانت النتائج في اتجاه الذكور

دراسة (Gana., Saada.,& Untas, 2013) أشارت النتائج إلى أن أسلوب الحب العاطفي هو الأسلوب الوحيد الذي يساهم في ارتفاع مستوى الرضا الزواجي لدى الزوجين . بينما بينت النتائج أن الزوجات ذوات أسلوب الحب العاطفي كان لهن تأثير إيجابي على الرضا الزواجي لأزواجهن ، لكن الأزواج أصحاب أسلوب الحب العاطفي ليس لديهم التأثير نفسه على زوجاتهم.

دراسة يوسف ضامن الخطايبة (٢٠١٤) هدفت إلى التعرف على مقومات الحياة الزوجية لدى الأزواج العاملين في المدارس الحكومية بشمال الأردن في ضوء مجموعة عوامل اجتماعية، وأجريت الدراسة على عينة عشوائية قصدية مكونة من (٣٨٨) زوجاً وزوجة. وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى التوافق الزواجي لدى الذكور أعلى من الإناث، وتفسير ذلك هو حرص الذكور على صيانة مقومات التوافق الزواجي، وفهمهم الواعي لها، ويبدو ذلك في رضاء الزوجات الكبير عن أداء الزوج لأدواره، وممارسته لأبعاد التوافق الزواجي في الحياة الزوجية. في حين بينت الدراسة ضعف رضا الأزواج عن أداء زوجاتهم لأبعاد التوافق. وكانت أهم مقومات التوافق بالترتيب : المحافظة على الأمور الرومانسية، والجمالية، كالنظافة ، والتزين، والمحافظة على السلوكيات الدينية، والالتزام بها بين الأزواج ، وحرص الأزواج على أمن العلاقات بينهم وقيامها على الاحترام ، وتفهم كل منهم لحاجات الآخر ، وعدم الشكوى والضعف أمام المواقف والتحديات المثيرة ، ومنع تدخل الآخرين في حلها، إضافة إلى التوافق الفكري، والعلمي بين الزوجين ، ولم تظهر النتائج أي فروق تعزي لمتغيرات الجنس ، وحجم الأسرة، ومكان الإقامة ، بينما وجدت الدراسة فروقاً تعزي إلى المؤهل العلمي، والدخل الشهري في مقومات التوافق الزواجي، وكانت الفروق لصالح ذوي التعليمالعاليماجستيرفأعلى،وذويفئةالدخلالمرتفع.

دراسة هدى ابراهيم عبد الحميد وهبه (٢٠١٤) : بعنوان انماط التعلق الوجداني في الرشد وعلاقتها بكل من تقدير الذات والرضا عن العلاقة الزوجية و هدفت الدراسة إلى الكشف عن الفروق بين الأزواج والزوجات في كل من درجات انماط التعلق الوجداني في الرشد (آمن–قلق–تجنبي)وتقدير الذات والرضا عن العلاقة الزوجية، وفحص العلاقة بين درجات انماط التعلق الوجداني(الآمن–التجنبي–القلق)وبين درجات كل من تقدير الذات والرضا عن العلاقة الزوجية و التعرف علي قدرة كل من انماط التعلق الوجداني وتقدير الذات في التنبؤ بدرجة الرضا عن العلاقة الزوجية لدى كل من الأزواج والزوجات. وتكونت عينة الدراسة من (٢٥٥) من المتزوجين تراوحت اعمارهم ما بين(٢٥–٤٥سنة).

ومن نتائج الدراسة أنه لاتوجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الأزواج والزوجات في كل من انماط التعلق الوجداني في الرشد (الآمن–القلق–التجنبي)وتقدير الذات.بينما توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الأزواج والزوجات في مقياس الرضا عن العلاقة الزوجية والفروق في اتجاه الأزواج، هناك علاقة موجبة دالة احصائيا بين درجات نمط التعلق الوجداني الآمن ودرجات كل من تقدير الذات والرضا عن العلاقة الزوجية لدى كل من الأزرواج والزوجات، هناك علاقة عكسية دالة احصائيا بين درجات نمط التعلق الوجداني القلق وبين درجات تقدير الذات والرضا عن العلاقة الزوجية لدى الأزواج والزوجات.ويمكن التنبؤ بدرجة الرضا عن العلاقة الزوجية لدى الأزواج والزوجات وفقا لنمط التعلق الوجداني الآمن وتقدير الذات

دراسة (Yokus, 2015) توصلت نتائجها إلى تمتع عينة الدراسة بمستوى مرونة نفسي مرتفع، كما توجد علاقة إيجابية بين المرونة النفسية وجودة العلاقة الزوجية ، كما أن هناك فروقًا في المرونة النفسية وفقًا لمتغير الجنس في اتجاه ارتفاعها نحو الذكور.

ثانياً: دراسات تناولت العلاقة الإرتباطية بين الحب والمرونة النفسية وجودة العلاقة الزوجية:

دراسة (Simpson, Rhole& Philips.,2001) التي تم اجراءها على عينة من (٢٤٦) زوجا وزوجة تراوحت اعمارهم بين (١٧ – ٢٣ سنة) توصلت إلى وجود تأثير للنماذج التصورية للوالدين على انفعال وتفكير وسلوك وعلاقات الزوجين حيث كانوا أقل إيجابية عند قيامهم بحل مشكلاتهم، وأن الزوج الآمن يمثل قاعدة أمن لزوجته، كما أوضحت النتائج أن اضطراب العلاقة بين الزوجين قد ينشأ عن شعور أحد الزوجين بعدم الآمن وعن تضخيمه لسلبيات الآخر، وتعمد التقليل من إيجابياته

دراسة كناري وزميليه (Canary, Stafford & Semic , 2002) هدفت إلى فحص العلاقة بين الخطط التي يستخدمها الزوجان للحفاظ على استمرارية حياتهما الزواجية، وخصائص العلاقة، أشارت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بين خطط مثل الإيجابية، والتفتح ، والثقة المتبادلة، والاهتمامات المشتركة من جهة وخصائص العلاقة مثل: الحب، والانتماء من جهة أخرى .

دراسة (Friborg, O, etal., 2005) هدفت إلى التحقق من صدق المقارنة بين مقياس المرونة النفسية للراشدين ، ومقياس نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية . وتكونت عينة البحث من (٤٨٢) بواقع (٤٠٣ ذكور – ٤٧ إناث) . وكانت الأدوات المستخدمة هي: مقياس المرونة النفسية للراشدين Resilience Scale for Adults اعداد فريبورج وزملاؤه ٢٠٠٣، ومقياس نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية إعداد كوستا وماكري Costa & Mc Crae, 1995 . واظهرت نتائج البحث أنه يمكن الاستدلال على أن الأفراد الذين يحصلون على درجة مرتفعة على مقياس المرونة النفسية لديهم صحة نفسية وتوافق نفسي أفضل ومرونة نفسية أكثر من الأفراد الذين يحصلون على درجة منخفضة، مما يشير إلى أن الشخصية المرنة نفسياً تتميز بدرجة عالية من كل العوامل الخمسة وأن هناك ارتباط بين المرونة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية

دراسة (Butzer& Campbell, 2008) هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين التعلق الوجداني في الرشد ، والرضا الجنسي، والرضا الزواجي ، وذلك على عينة مكونة من (١١٦) زوجاً وزوجة تراوحت أعمارهم ما بين (٢١– ٧٥ سنة)، وتم تطبيق مقاييس: التعلق الوجداني للراشدين ، والرضا الزواجي، والرضا الجنسي. وأبرزت النتائج أن المتزوجين من ذوي المستويات المرتفعة من التعلق القلق والمتجنب قرروا انخفاض مستوى الرضا الجنسي، كما أن العلاقة بين الرضا الزواجي، والرضا الجنسي كانت أقوى لدى الأفراد ذوي التعلق القلق ، وتشير النتائج أن التعلق الوجداني في الرشد متغير ينبئ بالرضا الجنسي، والرضا الزواجي.

دراسة شونج (Chung, 2010) هدفت معرفة العلاقة بين المرونة الإيجابية، ونقاط القوة في الشخصية لتقدير الحب، والجمال، والتفوق، والعرفان بالجميل، والتواضع، والبساطة، كما هدفت تحديد نقاط القوة في الشخصية التي تنبئ بالمرونة الإيجابية، والرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة. وتكونت عينة الدراسة من (٢٢٢) طالباً وطالبة من جامعة أريزونا بالولايات المتحدة بواقع (٦٠ ذكرًا، و ١٦٢ أنثى، وتتراوح أعمارهم من (١٧– ٢٠ عامًا) وتم استخدام أدوات اهمها : مقياس مضايقات الحياة اليومية المعدل لطلاب الجامعة، ومقياس المرونة الإيجابية للأنا لبلاك وكريما ١٩٩٦، والرضا عن الحياة. أشارت النتائج عن ارتباط تقدير الجمال، والتفوق، والعرفان بالجميل، والتواضع، والبساطة ارتباطًا دالاً مع المرونة الإيجابية، بينما لم يرتبط الحب مطلقًا. ومستوى تلك السمات السابقة ارتبط أكثر بالطلاب ذوي المرونة الإيجابية باستثناء التواضع والبساطة والذي جاء على العكس من ذلك تمامًا.

دراسة جراس (Grace, 2010) هدفت إلى التعرف على الخصائص الخمسة الكبرى للشخصية والمرونة النفسية. وتكونت عينة الدراسة من (٣٩٧) من طلاب المدارس الثانوية في جزر الكاريبي بواقع (٩٢ ذكرًا، و ٢٠٥ أنثي). وتم استخدام مقياس العوامل الخمسة الكبرى من إعداد جولدبيرج وآخرين، ومقياس المرونة النفسية من إعداد الباحث. وأشارت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين جميع

عوامل الشخصية (يقظة الضمير، والمقبولية، والانفتاح على الخبرات، والانبساطية) والمرونة النفسية. بينما كانت العلاقة سلبية مع خاصية العصابية، كما أوضحت نتائج الدراسة أن خصائص الشخصية ساهمت بنسبة (٣٢%) من التباين في المرونة النفسية، وكانت خاصية يقظة الضمير هى الأعلى في الدلالة الإحصائية، يليها المقبولية، والعصابية، ثم الانفتاح على الخبرات.

دراسة (Hosseinia, A.S. and Besharata, M. A.,2010) هدفت إلى التحقق من الارتباط بين المرونة النفسية والانجاز الرياضى والصحة النفسية .وتكونت عينة الدراسة من (١٣٩) من طلبة كلية التربية الرياضية متوسط أعمارهم(٢٣) سنة وانحرف معيارى (٢.٩٨) واستخدم مقياس كونر - ديفيدسون للمرونة النفسية Connor-Davidson Resilience Scale, 2003 ، وقائمة الصحة النفسية Mental Health Inventory, 1983 إعداد فيت وويرVeit & Ware ومقياس الانجاز الرياضى Sport Achievement Scale . وكشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة موجبة بين المرونة النفسية وكل من الانجاز والصحة النفسية وعلاقة ارتباطية دالة سالبة بين المرونة النفسية والضغوط النفسية ولا توجد فروق بين الذكوروالاناث فى متغيرات الدراسة.

دراسة هوسين ،وتراج (Hosein & Turaj, 2011)هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين المرونة النفسية وجودة الحياة النفسية . على عينة من طلاب الجامعة مكونة من (٤١٤) بواقع (٢١٣ من الذكور، و ١٩١ من الإناث). واستخدما مقياس رايف لجودة الحياة النفسية، ومقياس كونر ديفيدسون للمرونة النفسية Connor – Davidson Resilience Scale، ومقياس التفاؤل لشاير وكارفر Scheier & Carver, 1994، واختبار التوجه نحو الحياة Life Orientation Test إعداد سميث وآخرون ١٩٨٩. اوضحت نتائج البحث أن التفاؤل يلعب دور الوسيط في العلاقة بين المرونة النفسية وجودة الحياة النفسية، وانه يمكن التنبؤ بجودة الحياة النفسية، كما وأشارت الدراسة إلى الارتباط بين المرونة النفسية وسمات الشخصية.

دراسة هناء أحمد شويخ (٢٠١١) هدفت إلى الكشف عن دور كل من المتغيرات: النفسية (الحب، والتعاطف، والعشرة) ، والفسيولوجية (مدى كفاءة الوظيفة الجنسية)، والديموجرافية (العمر، وعدد سنوات الزواج، وعدد الأبناء، ومستوى التعليم ، وعدم وجود شكوى صحية، وتقدير الحالة الصحية) في تحقيق الرضا الجنسي لدى الزوجات . وبلغت عينة الدراسة (١٥٠) زوجة، بمتوسط عمري (٢٦ سنة). واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس الحب والعشرة، مقياس التعاطف، ومقياس الرضا الجنسي، ومقياس كفاءة الوظيفة الجنسية.وأوضحت نتائج الدراسة الارتباط الإيجابي بين كل من: المتغيرات النفسية (الحب، والتعاطف، والعشرة)، والمتغيرات الفسيولوجية (مدى كفاءة الوظيفة الجنسية) والرضا الجنسي لدى الزوجات. وأن المتغير الديموجرافي الوحيد الذي ارتبط إيجابيا بالرضا الجنسي هو تقدير الحالة الصحية، كذلك اشارت النتائج إلى أن متغير التعاطف كان على رأس قائمة العوامل المفسرة للرضا الزواجي.

دراسة سليمان علي وخديجة سعيد (٢٠١١) أجريت على عينة من (٣٣٢) زوجاً وزوجة تبين أن خطط ضعف التواصل بين الزوجين ارتبطت بالكدر الزواجي، وعرفا ضعف التواصل بأنه أساليب التواصل الرديئة، وسوء التفاهم الذي ينفر كلا الزوجين من الآخر. ومن مؤشراته ضعف مشاعر الحب، وانعدام الصراحة، ونقص مهارات التواصل، وضعف مهارات الحوار، والاستماع، والانصات، والمناقشة، والتعبير عن المشاعر، والانفعالات، ومن ثم حدوث الكدر الزواجي.

دراسة (Maria, Pinto& Neto, 2012) تناولت العلاقة بين الرضا الجنسي ومشاكل الرغبة الجنسية لدى عينة من الرجال والنساء في البرتغال ، وتكونت العينة من (١٩٣) ، وتوصلت الدراسة إلى أن الزوجات يعانين من مشكلة الرغبة الجنسية اكثر من الازواج؛ حيث ارتفع عدم الرضا الجنسي بمستوى أعلى بكثير لدى الزوجات ، وصلت تسبتهم (٣٢%) في مقابل (١٣%) للأزواج . ويرتبط ذلك مع إنخفاض جودة الحياة الزوجية؛ فالإشباع الجنسي ضروري لرفاهية الحياة الجنسية، ويقلل من المشاكل الجنسية؛ لأنها مرتبطة بالصحة الجنسية، كما يساعد بدرجة كبيرة في علاج مشكلة الرغبة الجنسية.

دراسة أحمد سمير (٢٠١٣) هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين المرونة النفسية، وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من طلاب كلية التربية، والكشف عن دلالة الفروق بين عينة بين عينة الدراسة في المرونة النفسية تبعًا لمتغيري (الجنس، والفرق الدراسية)، والتعرف على مدى اختلاف ديناميات الشخصية والبناء النفسي للحالات الأكثر ارتفاعاً والأقل انخفاضاً في المرونة النفسية. وتكونت عينة الدراسة من (٣١٢) طالبًا وطالبة من طلاب الفرقة الأولى والرابعة بكلية التربية جامعة المنيا بواقع (١٠٦ ذكور ، و ١٠٦ إناث). وكشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية سلبية دالة إحصائياً بين درجات عينتي الدراسة على مقياسي المرونة النفسية، وأحداث الحياة الضاغطة. كذلك عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات عينة الدراسة في المرونة النفسية بأبعادها تعزى إلى متغير الجنس والفرقة الدراسية، ما عدا بعد الكفاءة الذاتية؛ فوجدت فروق دالة عند مستوى (٠,٠٥) في اتجاه ارتفاعها نحو طلاب الفرقة الرابعة.

دراسة مروة عبد الستار أحمد (٢٠١٤) هدفت إلى معرفة العلاقة بين المرونة الإيجابية وكلاً من تحقيق الذات وجودة الحياة لدى الجنسين من طلاب الجامعة، وتكونت العينة من (١٠٠) طالبا بواقع (٦٠ طالباً، ٤٠ طالباً) وتم تطبيق مقياس المرونة الايجابية (إعداد: هبة سامي، ٢٠٠٩)، ومقياس تحقيق الذات (إعداد شوسترم، تعريب محمد إبراهيم عيد، ٢٠٠٢)، مقياس جودة الحياة (إعداد: محمود عبد الحليم منسي، ٢٠٠٦). وأوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة موجبة بين المرونة الإيجابية، وتحقيق الذات، وجودة الحياة لدي الجنسين من طلاب الجامعة.

دراسة (Mahmoud & Abdul Ghaffar, 2014) هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين المرونة النفسية والضغوط النفسية، وجودة الحياة، لدي عينة مكونة من: (٥٠ طالبا، و٥٠ طالبة) وتم تطبيق قائمة المرونة، ومقياس السعادة النفسية، ومقياس السعادة. وأشارت نتائج الدراسة إلى أن هناك علاقة إيجابية بين المرونة النفسية وجودة الحياة، كما توجد علاقة سلبية بين الضغوط النفسية وجودة الحياة، ووجود علاقة سلبية بين المرونة النفسية والضغوط النفسية

دراسة (Pidgeom, & Keye, 2014) اشارت نتائجها إلى وجود علاقة إيجابية بين القدرة على التكيف واليقظة العقلية ؛ ووجود علاقة إيجابية بين المرونة واليقظة العقلية، والسعادة النفسية لدى طلاب الجامعة ، كما أكدت الدراسة على دعم وتطوير برامج لطلاب الجامعات تستهدف تنمية المرونة لزيادة قدرتهم على إدارة فعالة للتحديات المعقدة والمطالب التنافسية.

دراسة عفاف محمد أحمد (٢٠١٥). هدفت إلى معرفة العلاقة بين المرونة النفسية، والقدرة على حل المشكلات بالاضطرابات النفسجسمية لدى طلاب الدراسات العليا بكلية التربية جامعة أسيوط، وتكونت العينة من (٢٨٣) طالباً. وتم استخدام مقياس المرونة النفسية، ومقياس القدرة على حل المشكلات، ومقياس الاضطرابات النفسجسمية وجميعها من إعداد الباحثة. وأوضحت النتائج وجود فروق دالة إحصائيًا بين مرتفعي ومنخفضي الاضطرابات النفسجسمية، كما توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين كل من المرونة النفسية والقدرة على حل مشكلات الاضطرابات النفسجسمية لدى الذكور والإناث، كما أن الإناث العاملات أكثر اضطرابًا نفسجسميًا من غير العاملات، كما أن الذكور العاملين أكثر قدرة على حل المشكلات من الإناث وأكثر مرونة نفسية.

دراسة (منى أحمد إبراهيم، ٢٠١٦). هدفت إلى البحث عن العلاقة بين الحب والرضا الزواجي أشارت النتائج وجود ارتباط قوي بين الحب والرضا الزواجي؛ فالحب من أكثر العوامل أهمية للوصول إلى الرضا الزواجي، وأن الحياة الرومانسية هى جزء مهم في الزواج، ويعتبر العديد من الأفراد أن الحب هو اساس الزواج. وله دور هام الذي يؤديه الحب في الرضا الزواجي، وأن الحب والثقة هى الدافع الأول للتوافق وحل المشكلات، كما ان الحب هو أساس الرضا عن العلاقة والرضا الزواجي هو تقييم للحالة الزواجية والعاطفية للفرد

دراسة اميرة محمد إمام (٢٠١٦) هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية، والمرونة الإيجابية لدى المراهقين. بالإضافة إلى التحقق من أن المراهق الذي يمتلك سمة المرونة الإيجابية يمكن أن يساعد في التنبؤ بمدى استمتاعه بالسعادة، والصحة النفسية مستقبلا. وتكونت العينة من (٣٠٠) طالب وطالبة تتراوح أعمارهم ما بين (١٤ – ١٥ عاماً) بواقع (١١٩ ذكراً)، و(١٨١ أنثى). وتم استخدام اختباري أساليب المعاملة الوالدية، والمرونة الإيجابية من إعداد الباحثة. وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين اساليب المعاملة الوالدية، والمرونة الإيجابية.

دراسة نجلاء راضي فرج (٢٠١٧) بعنوان الحب كمتغير معدل للعلاقة بين المشكلات الجنسية وجودة الحياة الزواجية لدي عينة من الأزواج والزوجات الليبيين، وتهدف الدراسة إلى الكشف عن دور الحب كمتغير معدل للعلاقة بين المشكلات الجنسية وجودة الحياة الزواجية. وتكونت العينة الكلية من (٨٢) زوجا وزوجة، منهم (٣٠) زوجا و (٥٢) زوجة، وطبق على أفراد العينة قائمة المشكلات الجنسية، ومقياس مثلث الحب، ومقياس جودة الحياة الزوجية، أظهرت نتائجالدراسة وجود علاقة سلبية بين المشكلات الجنسية وجودة الحياة الزواجية لدى عينة الأزواج والزوجات، سواء في درجتها الكلية أو أبعادها الأربعة، وهذا يشير إلى أن المشكلات الجنسية بين الزوجين تخفض من مستوى جودة الحياة الزواجية، ومدى شعورهم بالسعادة والاستقرار، وتواصلهم الزواجي، وينعكس أيضا على مدى رضاهم الجنسي بشكل عام. وثبت وجود علاقة سلبية بين جميع أنواع المشكلات وأبعاد جودة الحياة الزواجية فيما عدا مشكلة الرغبة الجنسية؛ حيث لم تظهر لها علاقة دالة مع مظاهر جودة الحياة الزواجية، ووجود علاقة سلبية لدى الأزواج والزوجات بين الدرجة الكلية للمشكلات الجنسية والحب، كما اتضح وجود علاقة بين مظاهر المشكلات الجنسية (الاستثارة، والنشوة) والحب، ما عدا مشكلة الرغبة؛ فلا توجد لها علاقة جوهرية ذات دلالة بالحب.وهناك ارتباط إيجابي بين الدرجة الكلية للحب والدرجة الكلية لمظاهر جودة الحياة الزواجية لدى عينة الأزواج والزوجات، وقد تحققت نتائج مماثلة في العلاقة بين الحب والأبعاد النوعية لجودة الحياة الزواجية كل على حدة كأبعاد فرعية.

ثالثاً: دراسات تناولت القدرة التنبؤية لكل من الحب، والمرونة النفسية بدرجة جودة العلاقة الزوجية

دراسة (Collins & Read, 2001) هدفت إلى فحص العلاقة بين التعلق الوجداني في الرشد والنماذج العاملة للذات والآخرين، وأساليب الحب، ودور التعلق الوجداني وجودة العلاقات الزوجية، تراوحت أعمار العينة ما بين (١٧– ٣٧ سنة) . وتم تطبيق مقياس التعلق الوجداني في الرشد لكولينز وريد، ومقياس الاتجاه نحو الحب، ومقياس أنماط التعلق الوجداني لهازان وشيفر. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن انماط التعلق الوجداني في الرشد ارتبطت بقوة بجودة العلاقة الزوجية، كما كان التعلق في الرشد منبئاً جيداً بجودة العلاقة الزوجية لدى الذكور والإناث؛ وكان إدراك الإناث للراحة والقرب مع الزوج، كان منبئاً بجودة العلاقة الزوجية لديهن، أما الذكور فكان إدراكهن بأن الزوجة قلقة من تخلي الزوج عنها وهجرها، أو إحساسها بأنها غير محبوبة كان منبئاً لديهم بعدم جودة العلاقة الزوجية.

دراسة (Fricker& Moore, 2002) هدفت إلى معرفة إلى أي مدى تتنبأ أساليب الحب بالرضا عن العلاقة الزوجية، والرضا الجنسي، وتكونت العينة من (١١١) من الجنسين، بواقع (٦٤ أنثي، و٤٦ ذكرًا)، وتم استخدام المقاييس التالية: أساليب الحب، والرضا عن العلاقة الزوجية، والرضا الجنسي. وأشارت النتائج أن أسلوب الحب العاطفي له تأثير إيجابي مباشر في التنبؤ بالرضا عن العلاقة الزوجية، وتأثير إيجابي غير مباشر على الرضا عن العلاقة الزوجية من خلال الرضا الجنسي. أما أسلوب الحب المتعدد له تأثير سلبي غير مباشر على الرضا عن العلاقة الزوجية من خلال الرضا الجنسي.

دراسة (Hurlbert, et al., 2006) هدفت إلى التعرف على العلاقة بين نقص الرغبة الجنسية، وكل من التوافق الزواجي، والجنسي لدى عينة بلغت (٦٦) زوجة عانين من نقص الرغبة الجنسية . واوضحت نتائج الدراسة أن نقص الرغبة الجنسية يؤثر سلبًاعلى كل من التوافق الزواجي، والجنسي، كذلك أظهرت النتائج أن الإشباع الجنسي المرتفع ساهم في التنبؤ بالدافعية الذاتية الموجبة لدى الزوجات اللواتي عانين من نقص الرغبة الجنسية، كما توصلت النتائج ايضًا إلى وجود ارتباط موجب بين نقص الرغبة الجنسية، وانخفاض تقدير الذات، والإصابة بالاكتئاب.

دراسة (Tung, 2007) هدفت إلى معرفة العلاقة بين اساليب الحب بالرضا عن العلاقة الزوجية، وذلك على عينة مكونة من (٨٢) زوجًا، وتم استخدام اختبار أساليب الحب، والرضا عن العلاقة. أشارت النتائج أن هناك علاقة مرتفعة بين أساليب الحب والرضا عن العلاقة الزوجية، وأن أسلوب الحب العاطفي في الحب منبئ إيجابي للرضا عن العلاقة الزوجية لدى الرجال والنساء، بينما أسلوب الحب الإيثاري في الحب كان عاملاً منبئًا إيجابيًا بالرضا عن العلاقة الزوجية لدى الرجال فقط، أما أسلوب الحب المتعدد فكان عاملاً منبئًا سلبيًا للرضا عن العلاقة الزوجية لدى الجنسين.

دراسة نصرة منصور عبد العال (٢٠١٢) بعنوان الذكاء الوجدانى والحب بين الزوجين كمنبئين بالرضا الزواجى، تهدف الدراسة ا الى الكشف عن دور الذكاء الوجدانى والحب بين الزوجين فى التبؤ بالرضا الزواجى.وتكونت العينة من ٢٠٠زوج وزوجاتهم (١٠٠زوج، ١٠٠زوجة)، وطبق على افراد العينة مقياس الذكاء الوجدانى كقدرة لدى الازواج والزوجات ومقياس مثلث الحب ومقياس الرضا الزواجى.وكشفت نتائج الدراسة بوجه عام عن احتلال الحب الدور التنبؤى الاول بالرضا الزواجى، كما تبين ان الذكاء الوجدانى والحب لدى الازواج يسهمان فى التبؤ برضاهم الزواجى وعلى الرغم من ان الحب لدى الازواج يسهم فى التبؤ برضا زوجاتهم يختفى دور الذكاء الوجدانى لديهم فى التبؤ برضا زوجاتهم كما كشفت الدراسة اسهام الذكاء الوجدانى والحب لدى الزوجلت فى التبؤ الدال برضا ازواجهن.كما اوضحت الدراسة اهمية بعد ادارة الانفعالات المتضمن فى الذكاء الوجدانى فى التنبؤ بارضا الزواجى على حين اختفى دور الابعاد الثلاثة الاخرى كما تنبأت ابعاد الحب الثلاثة (الحميمية والانجذاب العاطفى والحرص على استمرار العلاقة) بالرضا الزواجى وجاء بعد الحميمية لدى الازواج على قمة المتغيرات المنبئة برضاهم تازواجى ورضا زوجاتهم على حين احتل بعد الانجذاب العاطفى لدى الزوجات مقدمة الابعاد المنبئة برضاهن الزواجى ورضا ازواجهن.

دراسة محمود محمد أحمد عبد الوهاب مرسى (٢٠١٧) : بعنوان التفكير الإيجابي والصلابة النفسية ونوعية الحياة لدى عينة من الراضين زواجيًا وغير الراضين زواجيًا وتهدف الدراسة إلى الكشف عن علاقة كلً من التفكير الإيجابى والصلابة النفسية ونوعية الحياة بالرضا الزواجى لدى عينة من الأزواج والزوجات، كما تهدف إلى استكشاف دور كلً من التفكير الإيجابى والصلابة النفسية ونوعية الحياة كمنبئات بالرضا الزواجى لكل من الأزواج والزوجات كلٌ على حدة، كما تهدف لمعرفة الفروق بين الجنسين فى متغيرات الدراسة، وقد تكونت عينة الدراسة من (١٢٠) ، موزعين على عينتين عينة الأزواج: وتكونت هذه العينة من (٦٠) زوجاً وعينة الزوجات: تكونت من (٦٠) زوجة، واشتملت أدوات الدراسة على اختبار التفكير الإيجابي لعبد الستار إبراهيم ، واختبار الصلابة النفسية لجيهان أحمد حمزة ،

واختبار نوعية الحياة المختصر، ومقياس الرضا الزواجى، أظهرت النتائج: (١) توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين الراضين زواجيا وغير الراضين زواجيا فى متغيرات الدراسة فى اتجاه الراضين زواجياً . (٢) لاتوجد فروق دالة بين الأزواج والزوجات فى متغيرات الدراسة فى كلٍّ من التفكير الإيجابي ونوعية الحياة والرضا الزواجي، باستثناء بعض الأبعاد مثل الضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية العليا، والمجازفة الإيجابية، وبعد الصحة النفسية، وبعد إدارة الخلاف، إذ كان متوسط الذكور أعلى، فى حين توجد فروق دالة فى متغير الصلابة النفسية فى بُعدى التحدى والتحكم فى اتجاه الذكور. (٣) يوجد ارتباط دال إيجابي بين كلٍّ من التفكير الإيجابي والصلابة النفسية ونوعية الحياة بالرضا الزواجي، سواء لدى الأزواج أو الزوجات. (٤) تبين أن التفكير الإيجابي والصلابة النفسية ونوعية الحياة وأبعادهم النوعية يسهمون فى التنبؤ بالرضا الزواجي لدى الأزواج والزوجات، كلٌّ على حدة

دراسة هالة خير سناري إسماعيل بدراسة (٢٠١٧) هدفت التعرف على مستوى كلاً من: المرونة النفسية، واليقظة العقلية لدى طلاب كلية التربية، وكذلك التعرف على العلاقة بين المرونة النفسية، واليقظة العقلية، والكشف عن إمكانية التنبؤ باليقظة العقلية من خلال المرونة النفسية. واستخدمت مقياسين هما: المرونة الايجابية لدى الشباب (اعداد محمد سعد حامد ٢٠١٠)، العوامل الخمسة لليقظة العقلية (اعداد Bear, et al , 2006 . ترجمة عبد الرقيب البحيري، وفتحي الضبع، ووأحمد طلب، ووعائدة العواملة، ٢٠١٤). تم التطبيق على عينة قوامها (٢٢٣) طالباً وطالبة بكلية التربية بقنا جامعة جنوب الوادي. تراوحت اعمارهم الزمنية بين (٢١- ٢٣ عاماً) . ومتوسط عمر زمني (٢٢,٣ سنة). وأشارت أبرز النتائج إلى: وجود مستويات منخفضة من المرونة النفسية لدي عينة البحث، ووجود مستويات أعلى من المتوسط من اليقظة العقلية لدي العينة. كما توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين المرونة النفسية واليقظة العقلية. كما أن اليقظة العقلية أسهمت في التنبؤ بالمرونة النفسية لدي العينة.

دراسة عزه عبد الرحمن محمود محمد (٢٠١٨) بعنوان الصلابة النفسية والتعاطف واستراتيجية المواجهة محددات أساسية للتوافق الزواجي لدي طالبات الجامعة. وهدفت إلى التعرف علي مستوي التعاطف لدي طالبات الجامعة، التعرف علي مستوي التوافق الزواجى لدي طالبات الجامعة. وتكونت عينة الدراسة من (٣٥٠) طالبة تم اختيارهن من كلية البنات، جامعة عين سمش، وجامعة القاهرة، وكلية تربية جامعة سوهاج، تراوحت أعمارهن (٢٢-٢٥) واستخدمت الباحثة مقياس التعاطف لدي طالبات الجامعة، مقياس التوافق الزواجى لدي طالبات الجامعة

وأوضحت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية وأبعادها (الالتزام، التحكم، التحدي) والتوافق الزواجى وأبعاده لدى طالبات الجامعة عينة الدراسة، وجود علاقة ارتباطية بين التعاطف وأبعاده (الاهتمام بالأخر، الاحساس بمعاناة الاخر، تقديم العون للأخر) والتوافق الزواجى وأبعاده لدى طالبات الجامعة. كما تسهم الصلابة النفسية في التنبؤ بالتوافق الزواجى لدى طالبات الجامعة كما يسهم التعاطف في التنبؤ بالتوافق الزواجى لدى طالبات الجامعة.

دراسة عفاف أحمد علي (٢٠١٩) : بعنوان الذكاء الوجداني وأساليب التواصل كعوامل منبئة بالتوافق الزواجي (لدى عينة من المتزوجين في مرحلة الرشد) هدفت الى معرفة مدى الإسهام النسبي للذكاء الوجداني وأساليب التواصل في التنبؤ بالتوافق الزواجي لدى الأزواج، معرفة مدى الإسهام النسبي للذكاء الوجداني وأساليب التواصل في التنبؤ بالتوافق الزواجي لدى الزوجة العاملة.و تكونت عينة الدراسة من ١٩١ زوج وزوجة واستخدمت الباحثة مقياس الذكاء الوجداني بوصفه قدرة لدى الأزواج، استبيان الاتصال في العلاقات الزوجية، استبيان التوافق الزواجي .

كشفت نتيجة الدراسة عن إسهام كل من الدرجة الكلية والأبعاد النوعية للذكاء الوجداني لدى الأزواج في التنبؤ بالتوافق الزواجي، كما كشفت عن إسهام كل من الدرجة الكلية وأبعاد التواصل الزواجي لدى الأزواج في التنبؤ بالتوافق الزواجي.

تعقيب عام على البحوث والدراسات السابقة

نلاحظ من خلال العرض السابق للبحوث والدراسات السابقة ما يلي:

١. عدم الإشارة في بعض البحوث والدراسات إلى خصال العينات المستخدمة، كالعمر أو التعليم أو مدة الزواج أو وجود أطفال، وهي متغيرات في غاية الأهمية لموضوع البحث الراهن.
٢. أجمعت معظم البحوث والدراسات على أهمية متغير المرونة النفسية في مواجهة الأحداث الضاغطة والمواقف الصعبة ومنها دراسة كل من: دراسة أحمد سمير (٢٠١٣)، ودراسة (Mahmoud & Abdul Ghaffar, 2014) ودراسة عفاف محمد أحمد (٢٠١٥).وعلاقة

المرونة النفسية بالصحة النفسية ومنها دراسة (Hosseinia, A.S. and Besharata, M. A.,2010)، وجودة الحياة النفسية كدراسة (Hosein & Turaj, 2011) والرضا عن الحياة ومنها دراسة يحيى عمر شعبان (٢٠١٢)

٣. وجود علاقة بين المرونة النفسية والحب كما في دراسة (Chung, 2010) ودراسة (Fricker,& Moore, 2002)

٤. **وجود علاقة بين الحب والرضا عن العلاقة العاطفية والزوجية** أشارت النتائج أن هناك علاقة مرتفعة بين أساليب الحب والرضا عن العلاقة الزوجية ، وأن أسلوب الحب العاطفي في الحب منبئ إيجابي للرضا عن العلاقة الزوجية لدى الرجال والنساء، بينما أسلوب الحب الإيثاري في الحب كان عاملاً منبئًا إيجابيًا بالرضا عن العلاقة الزوجية لدى الرجال فقط، أما أسلوب الحب المتعدد فكان عاملاً منبئًا سلبيًا للرضا عن العلاقة الزوجية لدى الجنسين.كما في دراسة(منى أحمد إبراهيم، ٢٠١٦).ودراسة (Walter, 2012) ، وأن أسلوب الحب العاطفي هو الأسلوب الوحيد الذي يساهم في ارتفاع مستوى الرضا الزواجي لدى الزوجين كما في دراسة (Gana., Saada.,& Untas, 2013)، و دراسة هناء أحمد شويخ (٢٠١١).دراسة (Butzer& Campbell, 2008) في الكشف عن العلاقة بين التعلق الوجداني في الرشد ، والرضا الجنسي، والرضا الزواجي

٥. **وجود علاقة بين الرضا الجنسي ومشاكل الرغبة والإشباع الجنسي كما في دراسة** (Amidu, Owiredu, Wood& Quaye, 2011)، ودراسة هناء احمد شويخ (٢٠١١)، ودراسة (Maria, Pinto& Neto, 2012).

٦. **وجـــود عـلاقة بين الحب وجودة العـلاقة الـزوجية كمـا في دراسـة** (Collins & Read, 2001) ، **ودراسة** (Kobak & Hazan, 2001)، ودراسة سليمان علي وخديجة سعيد (٢٠١١) **في حرص الزوجان على استمرار العلاقة الزوجية، ودراسة** (Canary, Stafford & Semic , 2002) التي **أوضحت دور الحب في استمرار العلاقة الزوجية** – كما أوضحت نتائج دراسة (Simpson, Rhole& Philips.,1996) أن اضطراب العلاقة بين الزوجين قد ينشأ عن شعور أحد الزوجين بعدم الآمن وعن تضخيمه لسلبيات الآخر، وتعمد التقليل من إيجابياته .

فروض البحث:

١. توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الأزواج والزوجات في كل من: الحب، والمرونة النفسية، وجودة العلاقة الزوجية.
٢. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين متوسطات درجات: الحب، والمرونة النفسية، وجودة العلاقة الزوجية لدي عينة الأزواج والزوجات.
٣. هناك قدرة تنبؤية لكل من الحب، والمرونة النفسية بدرجة جودة العلاقة الزوجية.

منهج البحث:

أولاً: التصميم المنهجي للبحث: يتبع البحث الحالى المنهج الارتباطي الوصفي والمقارن.

ثانياً: العينة: تكونت العينة الكلية للبحث من: (١٤٠) من الأزواج، والزوجات تراوحت أعمارهم من (٢٩-٣٥) سنة بمتوسط عمري (٣٢.١) وانحراف معياري (١.٢) وكان جميعهم من حملة المؤهل الجامعي ومن سكان مدينتي المنصورة وبني سويف مناصفة.

ثالثاً: الأدوات المستخدمة في البحث:

اعتمد الباحثان على مجموعة المقاييس المتاحة، والتي تلائم المتغيرات موضع البحث، وطبيعة العينة، وهي كالتالى:

- مقياس الحب (إعداد: روبرت ستيرنبرج ,Sternberg) ترجمة : (الباحثان) .
- مقياس جودة العلاقة الزوجية (إعداد: الباحثان)
- مقياس المرونة النفسية (إعداد: الباحثان).

ونقوم بعرض المقاييس كالتالي:

١- **مقياس الحب (إعداد: روبرت ستيرنبرج (Sternberg) ترجمة: الباحثان .**

وصف المقياس وطريقة تصحيحه: يتكون المقياس من (٤٥) بندًا موزعة على ثلاثة أبعاد نوعية: البعد الأول: الحميمية، ويقيس مشاعر التقارب والتواصلالتي يخبرها الشخص في علاقات الحب. والبعد الثاني: الانجذاب العاطفي، ويقيس الدوافع التي تؤدي إلى الرومانسية، والانجذاب البدني، والإشباع الجنسي وغيرها من الاحتياجات الأخرى التي يمكن أن تسهم في خبرة الانجذاب العاطفي مثل: تقدير الذات، والمساندة، والاندماج، والسيطرة، والإذعان، وتحقيق الذات. والبعد الثالث: الحرص على استمرار العلاقة، ويقيس الحرص على استمرار العلاقة التي تحافظ على الحب. وتتطلب الإجابة عن كل بند من بنوده أن يحدد الفرد درجة انطباق كل بند عليه من خلال استخدام الاستجابات (نعم- أحيانا- لا). وتقيس البنود من (١- ١٥) مكون الحميمية ، بينما تقيس البنود من (١٦- ٣٠) مكون

الانجذاب العاطفي، وتقيس البنود من (٣١- ٤٥) مكون الحرص على استمرارية العلاقة . وتمثل درجة الفرد على المقياس حاصل جمع درجاته على مختلف بنود المقياس، والحد الأقصي لدرجات المقياس هى (١٣٥) درجة وتمثل الدرجة حتى (٦٨) انخفاض درجة الحب وتشير الدرجة من (٦٩-١٣٥) إلى ارتفاع درجة الحب.

الخصائص السيكومترية لمقياس الحب:

(١) صدق المقياس : تم التحقق من الصدق من خلال طريقتين هما :

أ- **الصدق الظاهري** " **صدق المحكمين** ": من خلال آراء ثمانية من أساتذة علم النفس (محكمين) وهو إجراء فحص منظم لمجموع العمليات، والبنود التي يتضمنها الاختبار، لتقدير مدى تمثيلها للمجال السلوكي المميز الذي أعد الاختبار لقياسه، ولأن أي مجال سلوكي يتحدد من خلال تعريفه؛ فإننا نقوم بفحص مادة أو بنود الاختبار في إطار التعريف الخاص بالسمة، بحيث يصبح صدق المضمون دالة لتعريف السمة المَقيسة (صفوت فرج، ٢٠٠٧: ٣٦٦) . وقد تراوحت نسبة آراء المحكمين تراوحت ما بين (٨٧.٥- ١٠٠) وهو معدل صدق مرتفع.

ب- **صدق التكوين** : يتعلق صدق التكوين بما إذا كان الاختبار مناسبًا لقياس بعض المفاهيم أو المتغيرات، ويرتبط بها بشكل مباشر، وبتعريفاتها الإجرائية ، وما إذا كان يقيس بشكل حقيقي هذه المفاهيم التي أعد لقياسها. وقُدّم صدق التكوين من خلال كرونباخ وميهل Cronbach & Meehl ، وقد وصف صدق التكوين على أنه أحد أنواع الصدق التي تحاول إثبات أن أبعاد الاختبار صممت لقياس المفهوم محل الدراسة. وقد تراكمت الثقة بشكل تدريجي في صدق التكوين، وأنه إجراء بحثي يدعم النتائج ، وذلك من خلال ارتباط المقاييس الفرعية بالدرجة الكلية المركبة في المقياس كاملاً. وتتعلق درجة تجانس الاختبار بقدر ما بصدق التكوين (صفوت فرج، ٢٠٠٧: ٢٨٤-٢٨٥). وتوضح الجداول الآتية نتائج معاملات صدق التكوين للمقياس الحالي.

جدول (١) معامل الارتباط بين البند والدرجة الكلية لمقياس الحب(ن = ٦٠)

البند	الارتباط	البند	الارتباط	البند	الارتباط
١	**٠,٦٧	١٦	**٠,٧٣	٣١	**٠,٥٩
٢	**٠,٦٨	١٧	**٠,٦٨	٣٢	**٠,٧٥
٣	**٠,٥٩	١٨	**٠,٦٩	٣٣	**٠,٣٨
٤	**٠,٥٨	١٩	**٠,٦٦	٣٤	**٠,٥٦
٥	**٠,٥٧	٢٠	**٠,٦٨	٣٥	**٠,٦٩
٦	**٠,٦٦	٢١	**٠,٦٩	٣٦	**٠,٦٩
٧	**٠,٥٠	٢٢	**٠,٧٠	٣٧	**٠,٧٣
٨	**٠,٥٩	٢٣	**٠,٧٨	٣٨	**٠,٧٥
٩	**٠,٦٩	٢٤	**٠,٦٩	٣٩	**٠,٧٣
١٠	**٠,٧٣	٢٥	**٠,٦٧	٤٠	**٠,٧٤
١١	**٠,٦٦	٢٦	**٠,٧٢	٤١	**٠,٥٧
١٢	**٠,٤٥	٢٧	**٠,٧٤	٤٢	**٠,٧٧
١٣	**٠,٥٧	٢٨	**٠,٧١	٤٣	**٠,٦٥
١٤	**٠,٦٧	٢٩	**٠,٦٦	٤٤	**٠,٦٩
١٥	**٠,٦٥	٣٠	**٠,٦٨	٤٥	**٠,٦٧

(*) دالة عند مستوى ٠,٠٥ (**) دالة عند مستوى ٠,٠١

جدول (٢) معامل الارتباط بين درجة المقاييس الفرعية والدرجة الكلية لمقياس الحب (ن = ٦٠)

البعد الفرعي	ارتباط البعد بالدرجة الكلية للمقياس
الحميمية	**٠,٩٤**
الانجذاب العاطفي	**٠,٩٦**
الحرص على استمرار العلاقة	**٠,٩٥**

(*) دالة عند مستوى ٠,٠٥ (**) دالة عند مستوى ٠,٠١

(٢) ثبات المقياس:

أ- **حساب التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ:** قام الباحثان بحساب ثبات المقياس بطريقتين هما: معامل ألفا كرونباخ، التجزئة النصفية وتكونت عينة التقنين من (٦٠) زوج وزوجة من غير عينة الدراسة الأساسية .

جدول (٣) معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية وألفا كرونباخ(ن = ٦٠)

المقياس	ألفا كرونباخ	القسمة النصفية
الحميمية	**٠,٩٢ ****	**٠,٨٦ ****
الانجذاب العاطفي	**٠,٩٣ ****	**٠,٩٠ ****
الحرص على استمرار العلاقة	**٠,٩٢ ****	**٠,٩٤ ****
الدرجة الكلية للحب	**٠,٩٧ ****	**٠,٩٦ ****

(*) دالة عند مستوى ٠,٠٥ (**) دالة عند مستوى ٠,٠١

من خلال الجدول السابق الذي يشير إلى ارتفاع معامل الثبات مما يوضح أن المقياس يتسم بدرجة كبيرة من الثبات.

٢- مقياس المرونة النفسية(إعداد الباحثان):

كانت إحدى أهداف الدراسة إعداد وتصميم مقياس المرونة النفسية ولتحقيق ذلك اتبع الباحثان الخطوات التالية:

١- قام الباحثان بالاطلاع على التراث السيكولوجى المتاح فى مجال المرونة النفسية المتمثل فى تعريفات المرونة النفسية وأسبابها والاختبارات التى وضعت لقياسها.

٢- قام الباحثان باستطلاع آراء الأزواج والزوجات عن مظاهر المرونة النفسية من خلال استبيان مفتوح.

٣- من خلال استعراض الباحثان للتعريفات والمفاهيم ومظاهر المرونة النفسية وكذلك الاستبيان المفتوح. قام الباحثان بعمل تحليل محتوى للمضامين وتم عمل التكرارات واستبعدت المضامين التى حصلت على ثلاث تكرارات فأقل. وراع الباحثان أن يكون عدد العبارات مناسباً لعدد التكرارات بمعنى أن المضمون الذى حصل على أعلى التكرارات أخذ أكبر عدد من العبارات ثم الذى يليه فالذى يليه وهكذا.

٤- تكون المقياس فى صورته الأولية من (٣٥) عبارة تقيس مظاهر المرونة النفسية.

٥- ثم عرض المقياس فى صورته الأولية على (٨) من أساتذة علم النفس للحكم على مضمون عبارات المقياس ومدى تمثيلها لما يقيسه (المرونة النفسية) ومدى اتساق عبارات المقياس ومعرفة مدى ملائمتها لدى أفراد العينة .

٦- ثم قام الباحثان بإعادة النظر فى المقياس فى ضوء ما أبداه المحكمون من ملاحظات وقد حصلت (٣٠) عبارة من عبارات المقياس على نسبة اتفاق تتراوح ما بين ٨٧,٥% إلى ١٠٠%.

٧- ثم قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة قوامها (٦٠) زوج وزوجة من غير عينة الدراسة الأساسية للتعرف على مدى وضوح وسهولة العبارات واستبعاد الكلمات الصعبة والغير مفهومة لدى أفراد العينة.

وبذلك توصل الباحثان إلى الصيغة النهائية لمقياس (المرونة النفسية) والذى يتكون من (٣٠) عبارة.

طريقة تصحيح مقياس المرونة النفسية:

يتكون المقياس من (٣٠) عبارة وتوزع الإجابات من ثلاث درجات على الإجابة (نعم) ودرجتين (أحياناً) ودرجة واحدة للإجابة (لا) ثم تجمع فى النهاية الدرجات التى حصل عليها المفحوص لنحصل على الدرجة الكلية التى حصل عليها فى المقياس وتتراوح مدى الدرجات على مقياس المرونة النفسيةمن (٣٠- ٩٠) وتمثل الدرجة حتى(٤٥) وجود مرونة نفسية منخفضة بينما تمثل الدرجة من (٤٦- ٩٠) وجود مرونة نفسية مرتفعة.

صدق المقياس:فى سبيل التحقق من صدق مقياس المرونة النفسية اتبع الباحثان الطرق التالية لحساب صدق مقياس المرونة النفسية وهى:

(١) صدق المحكمين:

قام الباحثان بعرض المقياس الذى تم تصميمه فى صورته الأولية على (٨) من أساتذة علم النفس وذلك للحكم على مضمون عبارات المقياس وتمثيلها لما تقيسه واتساق عبارات المقياس.وقد تم إعادة النظر فى المقياس على ضوء ما أبداه المحكمون من ملاحظات بناء على ذلك تم حساب النسبة المئوية للاتفاق على كل عبارة واستقر الرأى على العبارات التى حصلت على نسبة اتفاق يتراوح منا بين ٨٧.٥% إلى ١٠٠% وتم حذف ما دون ذلك.ومن ثم تعد نسبة اتفاق المحكمين على عبارات المقياس معياراً للصدق المنطقى كما يتضح فى الجدول التالي:

جدول (٤): أرقام مقياس المرونة النفسيةوالنسبة المئوية الدالة على صدق المحكمين

رقم العبارة	النسبة المئوية الدالة على صدق المحكمين	رقم العبارة	النسبة المئوية الدالة على صدق المحكمين	رقم العبارة	النسبة المئوية الدالة على صدق المحكمين
١	%١٠٠	١١	%٨٧.٥	٢١	%١٠٠
٢	%٨٧.٥	١٢	%١٠٠	٢٢	%١٠٠
٣	%٨٧.٥	١٣	%١٠٠	٢٣	%١٠٠
٤	%١٠٠	١٤	%١٠٠	٢٤	%٨٧.٥
٥	%١٠٠	١٥	%٨٧.٥	٢٥	%١٠٠
٦	%١٠٠	١٦	%١٠٠	٢٦	%١٠٠
٧	%٨٧.٥	١٧	%٨٧.٥	٢٧	%١٠٠
٨	%٨٧.٥	١٨	%١٠٠	٢٨	%١٠٠
٩	%١٠٠	١٩	%١٠٠	٢٩	%١٠٠
١٠	%١٠٠	٢٠	%٨٧.٥	٣٠	%١٠٠

(٢) **الصدق الذاتى:** وهو إيجاد الجذر التربيعي لمعامل الثبات حيث قام الباحثان بإيجاد الصدق الذاتى وكان مقداره (٠.٩٦٥).

(٣) **الصدق التلازمي** : حيث حسب معامل الارتباط بين درجات المقياس ودرجات مقياس المرونة النفسية من إعداد (ياسمينا محمد محمد يونس ،٢٠١٨) علي عينة التقنين السابق ذكرها، بلغ معامل الارتباط بينهما (٠,٧١) وهو معامل ارتباط موجب ، ودال عند مستوى (٠,٠١)، وهو معامل معتدل القوة لأن جودة العلاقة لا تقيس الرضا الزواجي بمفهومه الإجرائي، ولكنها تدل على جودة العلاقة بين الطرفين.(فؤاد البهي السيد ، ٢٠٠٦)

ثبات المقياس: وقد استخدم الباحثان لحساب ثبات مقياس المرونة النفسية طريقتين هما:

(١) **طريقة إعادة تطبيق الاختبار**: حيث قام الباحثان بتطبيق مقياس المرونة النفسيةعلى عينة قوامها (٦٠) زوج وزوجة من غير عينة الدراسة الاساسية وبعد خمسة عشر يوماً أعيد تطبيقه مرة ثانية على نفس المجموعة وتحت نفس الظروف وتم حساب معامل ثبات المقياس بحساب معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثانى وكان (٠.٨٤) وهو معامل ثبات مرتفع .

(٢) **طريقة التجزئة النصفية:** قام الباحثان بتجزئة الاختبار إلى نصفين العبارات الفردية مقابل العبارات الزوجية وتم حساب معامل الارتباط بين العبارات الفردية والعبارات الزوجية داخل المقياس وذلك باستخدام معامل الارتباط بيرسون للدرجات الخام وقد كان معامل ارتباط الجزئين (٠.٩٣) وهو معامل ثبات مرتفع .

٣- مقياس جودة العلاقة الزوجية (إعداد: الباحثان)

وصف المقياس وطريقة تصحيحه: تكون المقياس من (٣٠) عبارة، موزعة على أربعة أبعاد كالتالي: الأحاسيس و المشاعر، و لغة الحوار، و الثقة ، والدعم المتبادل. يعطي المفحوص درجة موافقته على البند من بين عدة بدائل تتكون من ثلاث اختيارات، هى : نعم (٣)، وأحيانًا (٢)، ، ولا (١) . جميع البنود في الاتجاه الموجب ، بمعنى أن الدرجة المرتفعة على المقياس تشير إلى جودة العلاقة

الزواجية ، وتتراوح الدرجة على المقياس ما بين (٣٠- ٩٠) درجة، وتشير الدرجة حتي (٤٥) إلى انخفاض جودة العلاقة الزواجية وتشير الدرجة (٤٦-٩٠) إلى ارتفاع جودة العلاقة الزواجية

عينة تقنين المقياس : تم التحقق من صلاحية الأداة على عينة مكونة من (٦٠) من الأزواج والزوجات من غير عينة الدراسة الأساسية.

وقام **الباحثان بحساب الصدق**و**الثبات**على النحو التالي :

صدق المقياس : تم حساب الصدق كالتالي :

أ- " **صدق المحكمين:** حيث عرض المقياس على (٨) من المحكمين من أساتذة علم النفس المتخصصين في القياس ، وتراوحت نسبة اتفاق المحكمين للعبارات بين(٨٧.٥ إلى ١٠٠) .

ب- **الصدق التلازمي :** حيث حسب معامل الارتباط بين درجات المقياس ودرجات مقياس الرضا الزواجي من إعداد (أسامة جابر ، ٢٠٠٣) علي عينة التقنين السابق ذكرها، بلغ معامل الارتباط بينهما (٠,٥٤) وهو معامل ارتباط موجب ، ودال عند مستوى (٠,٠١)، وهو معامل معتدل القوة لأن جودة العلاقة لا تقيس الرضا الزواجي بمفهومه الإجرائي، ولكنها تدل على جودة العلاقة بين الطرفين.(فؤاد البهي السيد ، ٢٠٠٦)

ج- **صدق التكوين:** ويوضح الجدول التالي نتائج معاملات صدق التكوين للمقياس الحالي.

جدول (٥) معامل الارتباط بين درجة المقياس الفرعية بعضها البعض ومعامل ارتباط درجة كل مقياس فرعي بالدرجة الكلية لمقياس جودة العلاقة الزوجية (ن = ٦٠)

المتغيرات	الدرجة الكلية	الأحاسيس و المشاعر	لغة الحوار	الثقة	الدعم المتبادل
الدرجة الكلية	١	**٠,٩٢**	**٠,٨٧**	**٠,٨٥**	**٠,٩٠**
الأحاسيس و المشاعر		١	**٠,٧٤**	**٠,٧٠**	**٠,٧٩**
لغة الحوار			١	**٠,٦٣**	**٠,٦٩**
الثقة				١	**٠,٧٤**
الدعم المتبادل					١

(*) دالة عند مستوى ٠,٠٥ (**) دالة عند مستوى ٠,٠١

ثبات المقياس:

أ- **حساب التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ:** قام الباحثان بحساب ثبات المقياس بطريقتين هما: معامل ألفا كرونباخ ، القسمة النصفية على العينة الكلية .

جدول (٦) معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية وألفا كرونباخ (ن = ٦٠)

المقياس	ألفا كرونباخ	القسمة النصفية
الأحاسيس و المشاعر	**٠,٧٢	**٠,٦٧
لغة الحوار	**٠,٧١	**٠,٦٥
الثقة	**٠,٥٤	**٠,٦٢
الدعم المتبادل	**٠,٦٨	**٠,٤٦
الدرجة الكلية لمقياس جودة العلاقة الزوجية	**٠,٨٩	**٠,٨٣

(*) دالة عند مستوى ٠,٠٥ (**) دالة عند مستوى ٠,٠١

من خلال الجدول السابق الذي يشير إلى ارتفاع معامل الثبات مما يوضح أن المقياس يتسم بدرجة كبيرة من الثبات.

رابعاً: التحليلات الإحصائية المستخدمة :

بعد التحقق من الكفاءة السيكومترية للأدوات من ثبات وصدق ، تم التطبيق على العينة الأساسية (ن = ١٤٠) وأجريت التحليلات الإحصائية التالية:

١. حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لكافة المتغيرات.

٢. حساب اختبار (ت) لمعرفة الفروق بين الأزواج والزوجات في متغيرات الدراسة.
٣. حساب تحليل الانحدار البسيط بين متغيرات الدراسة لمعرفة العوامل المنبئة بجودة العلاقة الزوجية
٤. حساب معاملات الارتباط بين متغيرات الدراسة.

نتائج البحث ومناقشتها :

هدف البحث الراهن إلى المقارنة بين الأزواج والزوجات في كل من : الحب ، والمرونة النفسية ،وجودة العلاقة الزوجية،والكشف عن شكل العلاقة بين الحب،والمرونة النفسية، وجودة العلاقة الزوجية لدي الأزواج ،والزوجات،هذا بالإضافة إلى تحديد ما إذا كانت متغيرات الحب ، والمرونة النفسية يمكنهما التنبؤ بجودة العلاقة الزوجية .

نتائج الفرض الأول: الذي ينص على انه: توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الأزواج والزوجات في كل من: الحب، والمرونة النفسية، وجودة العلاقة الزوجية.

جدول (٧) اختبار (ت) للفروق بين الأزواج والزوجات في متغيرات البحث

المتغيرات	الأزواج (ن= ٧٠)		الزوجات (ن= ٧٠)		قيمة ت	مستوى الدلالة
	م	ع	م	ع		
درجة الحب الكلية	١١٩,٢	٩,٢	٨٤,٨	٧,١	٥.٧٤	٠.٠١
المرونة النفسية	٧٥,٦	٦,٣	٥٢,٦	٤,٧	٤.٤٣	٠.٠١
جودة العلاقة الزوجية الكلية	٧٧.٤	٥.٧	٥٦.٢	٣.٩	٤.٢٣	٠.٠١

نلاحظ من خلال استقراء نتائج الجدول السابق وجود فروق بين الأزواج والزوجات في متغيرات البحث : الحب ، والمرونة النفسية ، وجودة العلاقة الزوجية لصالح الأزواج، وبالتالي تحقق هذا الفرض .

ويتفق الباحثان مع (نجلاء راضي فرج، وعزة عبد الكريم فرج، ٢٠١٧) أنه يوجد لدي كل من الرجال والنساء ست حاجات فريدة على قدر متساوٍ من الأهمية، حيث تتمثل حاجات الحب لدي الرجال في (الثقة، والتقبل، والتقدير، والإعجاب،والاستحسان،والتشجيع)،وتتمثل حاجات الحب لدي النساء في (الرعاية، والتفهم، والاحترام، والإخلاص، والتصديق، والطمأنينة)،ومن المؤكد أن كل الرجال يحتاجون إلى حاجات الحب الموجودة لدي النساء ولكن بعد إشباع حاجاتهم أولاً،وكذلك فإن النساء يحتجن إلى حاجات الحب الموجودة لدي الرجال ولكن بعد إشباع حاجاتهن الأساسية أولاً كما يُعد الاتصال الجيد عاملاً أساسياً في الزواج الناجح لأنه المحرك والأداة الرئيسية لإدارة العلاقات الزوجية،وتكون عملية التواصل ناجحة،حين يسعي كل طرف لمعرفة أشياء كثيرة حول رغبات الطرف الآخر وميوله وحاجاته.

تتفق نتيجة هذا الفرض مع آراء بعض المتخصصين في علم النفس حيث يروا أنه من خصال الأزواج ذوى المرونة النفسية التسامح، الصبر، روح الدعابة، الاستبصار، المبادأة، تكوين العلاقات ، الإبداع، القيم الموجهة (الأخلاق) ، تحمل المسئولية ، تقبل النقد ، اتخاذ القرارات (يحيى شقورة ، ٢٠١٢ ؛ محمود رامز ، ٢٠١٤) ، علاقات اجتماعية ، مهارات تواصلية ، تقدير الشخص ، معرفة الهدف ، الشعور بالانتماء، تعزيز الذات، الإيمان، رؤية الضغوط على انها تحديات (Van Galen, De Puijtar, & Smeets, 2006)، الاعتماد على النفس والثقة بالذات وتقديرها ، الشعور بالبهجة، الميول الإبداعية، الضبط الداخلي. (هالة خير سناري إسماعيل ، ٢٠١٧: ٢٩٥).

تتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج بعض الدراسات السابقة مثل دراسة راير وفولينج (Rauer & Volling, 2005) حيث أوضحت النتائج أن أسلوب التعبير عن المشاعر السلبية أثر على مقدار الحب لدى الزوجين، وعلى نشأة الصراعات ، كما وجدت فروق بين الأزواج والزوجات في التعبير عن المشاعر السلبية في اتجاه الأزواج الرجال. و دراسة (Amidu, Owiredu, Wood& Quaye, 2011) حيث بينت أن اكبر المشكلات لدى الرجال في عدم الرضا الجنسي، بينما تمثلت اكبر المشكلات لدى النساء في الافتقار إلى النشوة الجنسية " هزة الجماع " ، كما ارتبط عدم الرضا عن الاتصال الجنسي بين الرجال ارتباطًا إيجابيًا مع الافتقار إلى النشوة ، وقلة عدد مرات الممارسة الجنسية ؛ أي كلما قلت هزة الجماع والنشوة قل عدد مرات الجماع والممارسة الجنسية ، وكانت نسبة الزوجات أعلى في ظهور المشكلات الجنسية . و دراسة بروجان وزملاؤه (Brogan, et al., 2012) حيث أوضحت النتائج أن الزوجات تستخدمن الأسلوب العقلاني مقارنة بالأزواج ، كما أنهن يبادرن بتقديم المساعدة للزوج إذا أدركن فيه خصالاً إيجابية . و دراسة يحيى عمر شعبان

(٢٠١٢) حيث توصلت النتائج بالنسبة للفروق في المرونة النفسية تبعاً للنوع وجود فروق في جميع أبعاد المرونة النفسية في اتجاه ارتفاعها نحو الأزواج

كما تتفق نتيجة هذا الفرض مع دراسة (Walter, 2012) و التي توصلت نتائجها إلى وجود فروق بين درجات أساليب الحب الستة ، والرضا عن العلاقة الزوجية، حيث حصل أصحاب أسلوب الحب العاطفي على أعلى مستويات الرضا عن العلاقة الزوجية، بينما حصل أصحاب أسلوب الحب المتعدد على أقل مستويات الرضا عن العلاقة الزوجية، وترتيب باقي الأساليب كالتالي: أسلوب الحب الإيثاري يأتي بعد أسلوب الحب العاطفي من حيث مستويات الرضا عن العلاقة الزوجية ، ثم أسلوب الحب الناشئ عن الصداقة ، ويليه أسلوب الحب الهوسي. وكانت النتائج في اتجاه الأزواج و دراسة (Gana., Saada.,& Untas, 2013) حيث أشارت النتائج إلى أن أسلوب الحب العاطفي هو الأسلوب الوحيد الذي يساهم في ارتفاع مستوى الرضا الزواجي لدى الزوجين . بينما بينت النتائج أن الزوجات ذوات أسلوب الحب العاطفي كان لهن تأثير إيجابي على الرضا الزواجي لأزواجهن ، لكن الأزواج أصحاب أسلوب الحب العاطفي ليس لديهم التأثير نفسه على زوجاتهم. ومع دراسة يوسف ضامن الخطايبة (٢٠١٤) والتي توصلت إلى أن مستوى التوافق الزواجي لدى الذكور أعلى من الإناث، وتفسير ذلك هو حرص الذكور على صيانة مقومات التوافق الزواجي، في حين بينت الدراسة ضعف رضا الأزواج عن أداء زوجاتهم لأبعاد التوافق

كما تتفق نتيجة هذا الفرض أيضا مع دراسة (Yokus, 2015) التي أوضحت أن هناك فروقًا في المرونة النفسية وفقًا لمتغير الجنس في اتجاه ارتفاعها نحو الذكور. ومع دراسة محمود محمد أحمد عبد الوهاب مرسى (٢٠١٧) حيث أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية بين الراضين زواجيا وغير الراضين زواجيا فى متغيرات الدراسة فى اتجاه الراضين زواجياً كما لا توجد فروق دالة بين الأزواج والزوجات فى متغيرات الدراسة فى كلٍ من التفكير الإيجابي ونوعية الحياة والرضا الزواجي، باستثناء بعض الأبعاد مثل الضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية العليا، والمجازفة الإيجابية، وبعد الصحة النفسية، وبعد إدارة الخلاف ، إذ كان متوسط الذكور أعلى، فى حين توجد فروق دالة فى متغير الصلابة النفسية فى بُعدى التحدى والتحكم فى اتجاه الذكور. في حين اختلفت نتيجة هذا الفرض مع دراسة أحمد سمير (٢٠١٣) والتي توصلت إلى كذلك عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات عينة الدراسة في المرونة النفسية بأبعادها تعزى إلى متغير الجنس.

نتائج الفرض الثاني : الذي ينص على أنه: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين متوسطات درجات: الحب، والمرونة النفسية، و جودة العلاقة الزوجية لدي عينة الأزواج والزوجات.

أولاً: عينة الأزواج :

جدول (٨) المصفوفة الارتباطية لمتغيرات البحث لدى الأزواج

متغيرات البحث	الحميمية	الانجذاب العاطفي	استمرار العلاقة	الدرجة الكلية للحب	الأحاسيس و المشاعر	لغة الحوار	الثقة	الدعم المتبادل	الدرجة الكلية لجودة العلاقة	الدرجة الكلية للمرونة النفسية
الحميمية	١	**٠,٨٧	**٠,٨٤	**٠,٩٥	**٠,٥٠	**٠,٥١	**٠,٤٣	**٠,٥١	**٠,٥٧	**٠,٤٢
الانجذاب العاطفي		١	**٠,٨٢	**٠,٩٥	**٠,٥٤	**٠,٤٧	**٠,٤٥	**٠,٤٧	**٠,٥٧	**٠,٤٣
استمرار العلاقة			١	**٠,٩٣	**٠,٤٧	**٠,٤٣	**٠,٤١	**٠,٤٢	**٠,٥١	**٠,٥٤
الدرجة الكلية للحب				١	**٠,٥٤	**٠,٥٠	**٠,٤٥	**٠,٤٩	**٠,٥٨	**٠,٤٩
الأحاسيس و المشاعر					١	**٠,٧٥	**٠,٥٧	**٠,٧٠	**٠,٩٠	*٠,٤٧
لغة الحوار						١	**٠,٥٩	**٠,٦١	**٠,٨٨	*٠,٧٨
الثقة							١	**٠,٦٢	**٠,٧٧	*٠,٨٦
والدعم المتبادل								١	**٠,٨٤	٠,٧١
الدرجة الكلية لجودة العلاقة									١	*٠,٧٦
الدرجة الكلية للمرونة النفسية										١

(*) دالة عند مستوى ٠,٠٥ (**) دالة عند مستوى ٠,٠١

من خلال استقراء الجدول السابق نلاحظ ما يلي : وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين متوسطات درجات: الحب، والمرونة النفسية، و جودة العلاقة الزوجية لدي عينة الأزواج عند مست
دلالة (٠,٠١) كما هو موضح بالجدول السابق.

ثانياً: عينة الزوجات :

جدول (٩) المصفوفة الارتباطية لمتغيرات البحث لدى الزوجات

متغيرات البحث	الحميمية	الانجذاب العاطفي	استمرار العلاقة	الدرجة الكلية للحب	الأحاسيس و المشاعر	لغة الحوار	الثقة	والدعم المتبادل	الدرجة الكلية لجودة العلاقة	الدرجة الكلية للمرونة النفسية
الحميمية	١	**٠,٩٠	**٠,٩٢	**٠,٩٧	**٠,٧١	**٠,٥٠	**٠,٦٩	**٠,٧١	**٠,٧٢	*٠,٤٥
الانجذاب العاطفي		١	**٠,٨٩	**٠,٩٦	**٠,٧١	**٠,٤٨	**٠,٧٠	**٠,٧٠	**٠,٧١	٠,٤٦
استمرار العلاقة			١	**٠,٩٦	**٠,٦٩	**٠,٥٠	**٠,٦٩	**٠,٦٩	**٠,٧١	*٠,٥٦
الدرجة الكلية للحب				١	**٠,٧٣	**٠,٥١	**٠,٧٢	**٠,٧٣	**٠,٧٤	٠,٧٣
الأحاسيس و المشاعر					١	**٠,٧٣	**٠,٧٨	**٠,٨٥	**٠,٩٣	٠,٦٩
لغة الحوار						١	**٠,٦٧	**٠,٧٥	**٠,٨٦	٠,٧٥
الثقة							١	**٠,٨٢	**٠,٨٩	٠,٨٢
والدعم المتبادل								١	**٠,٩٤	٠,٨٨
الدرجة الكلية لجودة العلاقة									١	٠,٧٢
الدرجة الكلية للمرونة النفسية										١

(*) دالة عند مستوى ٠,٠٥ (**) دالة عند مستوى ٠,٠١

من خلال استقراء الجدول السابق نلاحظ ما يلي : وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين متوسطات درجات: الحب، والمرونة النفسية، و جودة العلاقة الزوجية لدي عينة الزوجات عند مستوى دلالة (٠,٠١) .

من خلال نتائج الدراسة اتضح وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين متوسطات درجات: الحب، والمرونة النفسية، و جودة العلاقة الزوجية لدي عينة الأزواج عند مستوى دلالة (٠,٠١).كما اشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين متوسطات درجات: الحب، والمرونة النفسية، و جودة العلاقة الزوجية لدي عينة الزوجات عند مستوى دلالة (٠,٠١) وبالتالي قد تحقق الفرض الثاني

تتفق نتيجة هذا الفرض مع آراء بعض المتخصصين في علم النفس حيث يروا أن هناك مجموعة من الأسس والقواعد والمعايير التي تضبط العلاقة الزوجية ، حيث يستطيع الزوجان من خلالها المحافظة على استمرارية العلاقة بنجاح، وحب، وارتياح منها الحب والإشباع العاطفي هو إيجاد تلبية لرغبات عاطفية ، وجنسية، واجتماعية، تقدير الطرف الآخر يعد التقدير أهم معايير وأسس العلاقة الزوجية؛ فكلا الزوجين يحتاج إلى تقدير كلاهما للآخر، لأن ذلك من شأنه أن يدفع الفرد إلى التسامي وتجنب كل ما من شأنه خلق التوتر ، والخلافات ، والمشكلات الزوجية، المعاملة الحسنة، وحسن التفاهم ضروريان لتقوية العلاقة الزوجية ، ودعم التوافق بين الزوجين ، الاحترام المتبادل بين الزوجين، وحفظ الأسرار ضروريان لتقوية ودعم العلاقة الزوجية ، الثقة والمودة في العلاقات الزوجية ، الصحة الجسمية كما يُعد اهتمام الزوجين بصحتهما الجسمية من الأمور الهامة في العلاقة الزوجية، يجب على كلا الزوجين القيام بواجباته على أكمل وجه ودون تقصير، ويتحمل كل منهما مسئوليته في القيام بواجباته، وعليه في المقابل أن يلقي الإعتراف والتقدير من الطرف الآخر (أحمد الكندري، ٢٠٠٥)

تتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج بعض الدراسات السابقة مثل دراسة Collins & Read, 2001)) والتي توصلت نتائجها إلى أن انماط التعلق الوجداني في الرشد ارتبطت بقوة بجودة العلاقة الزوجية ، ومع دراسة (Simpson, Rhole& Philips.,2001) والتي أوضحت نتائجها أن اضطراب العلاقة بين الزوجين قد ينشأ عن شعور أحد الزوجين بعدم الآمن وعن تضخيمه لسلبيات الآخر، وتعمد التقليل من إيجابياته ومع دراسة كناري وزميليه (Canary, Stafford & Semic , 2002) والتي أشارت نتائجها إلى وجود علاقة إيجابية بين خطط مثل الإيجابية، والتفتح ، والثقة المتبادلة، والاهتمامات المشتركة من جهة وخصائص العلاقة مثل الحب، والانتماء من جهة أخرى . ومع دراسة (Friborg, O, etal., 2005) واظهرت النتائج أنه يمكن الاستدلال على أن الأفراد الذين يحصلون على درجة مرتفعة على مقياس المرونة النفسية لديهم صحة نفسية وتوافق نفسي أفضل ومرونة نفسية أكثر من الأفراد الذين يحصلون على درجة منخفضة ، مما يشير إلى أن الشخصية المرنة نفسياً تتميز بدرجة عالية من كل العوامل الخمسة وأن هناك ارتباط بين المرونة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية

كما تتفق نتيجة هذا الفرض مع دراسة (Butzer& Campbell, 2008) حيث أبرزت النتائج أن المتزوجين من ذوي المستويات المرتفعة من التعلق القلق والمتجنب قرروا انخفاض مستوى الرضا الجنسي، كما أن العلاقة بين الرضا الزواجي ، والرضا الجنسي كانت أقوى لدى الأفراد ذوي التعلق القلق ، وتشير النتائج أن التعلق الوجداني في الرشد متغير ينبئ بالرضا الجنسي، والرضا الزواجي. ومع دراسة شونج (Chung, 2010) حيث أشارت النتائج عن ارتباط تقدير الجمال، والتفوق، والعرفان بالجميل، والتواضع، والبساطة ارتباطًا دالاً مع المرونة الإيجابية ، بينما لم يرتبط الحب مطلقًا . ومستوى تلك السمات السابقة ارتبط أكثر بالذكور ذوي المرونة الإيجابية باستثناء التواضع والبساطة والذي جاء على العكس من ذلك تمامًا . ومع دراسة جراس (Grace, 2010) وأشارت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين جميع عوامل الشخصية (يقظة الضمير، والمقبولية، والانفتاح على الخبرات، والانبساطية) والمرونة النفسية . بينما كانت العلاقة سلبية مع خاصية العصابية ، كما أوضحت نتائج الدراسة أن خصائص الشخصية ساهمت بنسبة (٣٢%) من التباين في المرونة النفسية ، وكانت خاصية يقظة الضمير هى الأعلى في الدلالة الإحصائية ، يليها المقبولية، والعصابية، ثم الانفتاح على الخبرات.

كما تتفق نتيجة هذا الفرض مع دراسة (Hosseinia, A.S. and Besharata, M. A.,2010) حيث كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة موجبة بين المرونة النفسية وكل من الانجاز والصحة النفسية وعلاقة ارتباطية دالة سالبة بين المرونة النفسية والضغوط النفسية. ومع دراسة سليمان علي وخديجة سعيد (٢٠١١) والتي توصلت إلى أن خطط ضعف التواصل بين الزوجين ارتبطت بالكدر الزواجي ومع دراسة هناء أحمد شويخ (٢٠١١) والتي أوضحت نتائجها الارتباط الإيجابي بين كل من : المتغيرات النفسية (الحب، والتعاطف ، والعشرة)، والمتغيرات الفسيولوجية (مدى كفاءة الوظيفة الجنسية) والرضا الجنسي لدى الزوجات. وأن المتغير الديموجرافي الوحيد الذي ارتبط إيجابيا بالرضا الجنسي هو تقدير الحالة الصحية ، كذلك اشارت النتائج إلى أن متغير التعاطف كان على رأس قائمة العوامل المفسرة للرضا الزواجي. ومع دراسة هوسين ،وتراج (Hosein & Turaj, 2011) اوضحت النتائج أن التفاؤل يلعب دور الوسيط في العلاقة بين المرونة النفسية وجودة الحياة النفسية ، وانه يمكن التنبؤ بجودة الحياة النفسية ، كما وأشارت الدراسة إلى الارتباط بين المرونة النفسية وسمات الشخصية. ومع

دراسة (Maria, Pinto& Neto, 2012) حيث توصلت إلى أن الزوجات يعانين من مشكلة الرغبة الجنسية اكثر من الازواج؛ حيث ارتفع عدم الرضا الجنسي بمستوى أعلى بكثير لدى الزوجات ويرتبط ذلك مع إنخفاض جودة الحياة الزوجية ويقلل من المشاكل الجنسية ؛ لأنها مرتبطة بالصحة الجنسية

كما تتفق نتيجة هذا الفرض مع دراسة أحمد سمير (٢٠١٣) حيث كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية سلبية دالة إحصائياً بين درجات عينتي الدراسة على مقياسي المرونة النفسية ،وأحداث الحياة الضاغطة ومع دراسة هدى ابراهيم عبد الحميد وهبه (٢٠١٤) حيث أظهرت النتائج أن هناك علاقة موجبة دالة احصائيا بين درجات نمط التعلق الوجداني الآمن ودرجات كل من تقدير الذات والرضا عن العلاقة الزوجية لدى كل من الأزواج والزوجات، هناك علاقة عكسية دالة احصائيا بين درجات نمط التعلق الوجداني القلق وبين درجات تقدير الذات والرضا عن العلاقة الزوجية لدى الأزواج والزوجات ومع دراسة Pidgeom, & Keye, 2014)) حيث أشارت نتائجها إلى وجود علاقة إيجابية بين القدرة على التكيف واليقظة العقلية ؛ ووجود علاقة إيجابية بين المرونة واليقظة العقلية، والسعادة النفسية ومع . دراسة(Mahmoud & Abdul Ghaffar, 2014) وأشارت النتائج إلى أن هناك علاقة إيجابية بين المرونة النفسية وجودة الحياة، كما توجد علاقة سلبية بين الضغوط النفسية وجودة الحياة، ووجود علاقة سلبية بين المرونة النفسية والضغوط النفسية ومع دراسة مروة عبد الستار أحمد (٢٠١٤) والتي أوضحت نتائجها وجود علاقة ارتباطية دالة موجبة بين المرونة الإيجابية ، وتحقيق الذات، وجودة الحياة لدي الجنسين.

كما تتفق نتيجة هذا الفرض مع دراسة عفاف محمد أحمد (٢٠١٥). والتي انتهت النتائج إلى أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين كل من المرونة النفسية والقدرة على حل مشكلات الاضطرابات النفسجسمية لدى الذكور والإناث، كما أن الإناث العاملات أكثر اضطرابًا نفسجسميًا من غير العاملات، كما أن الذكور العاملين أكثر قدرة على حل المشكلات من الإناث وأكثر مرونة نفسية. ومع دراسة (Yokus, 2015) حيث توصلت نتائجها إلى تمتع عينة الدراسة بمستوى مرونة نفسية مرتفعة، كما توجد علاقة إيجابية بين المرونة النفسية وجودة العلاقة الزوجية ومع دراسة (منى أحمد إبراهيم ، ٢٠١٦) حيث أشارت النتائج وجود ارتباط قوي بين الحب والرضا الزواجي ؛ فالحب من أكثر العوامل أهمية للوضول إلى الرضا الزواجي، وأن الحياة الرومانسية هى جزء مهم في الزواج ، ويعتبر العديد من الأفراد أن الحب هو اساس الزواج. وله دور هام يؤديه في الرضا الزواجي، وأن الحب والثقة هى الدافع الأول للتوافق وحل المشكلات، كما ان الحب هو أساس الرضا عن العلاقة والرضا الزواجي هو تقييم للحالة الزواجية والعاطفية للفرد ومع دراسة اميرة محمد إمام (٢٠١٦) حيث أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين اساليب المعاملة الوالدية ، والمرونة الإيجابية.

كما تتفق نتيجة هذا الفرض مع دراسة هالة خير سناري إسماعيل (٢٠١٧) والتي توصلت إلى أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين المرونة النفسية واليقظة العقلية. ومع دراسة محمود محمد أحمد عبد الوهاب مرسى (٢٠١٧) والتي أوضحت أنه يوجد ارتباط دال إيجابي بين كلٍ من التفكير الإيجابي والصلابة النفسية ونوعية الحياة بالرضا الزواجي، سواء لدى الأزواج أو الزوجات. ومع دراسة نجلاء راضي فرج وعزة عبد الكريم فرج (٢٠١٧) والتي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية بين المشكلات الجنسية وجودة الحياة الزواجية لدى عينة الأزواج والزوجات، سواء في درجتها الكلية أو أبعادها الأربعة، وهذا يشير إلى أن المشكلات الجنسية بين الزوجين تخفض من مستوى جودة الحياة الزواجية، ومدى شعورهم بالسعادة والاستقرار، وتواصلهم الزواجي، وينعكس أيضا على مدى رضاهم الجنسي بشكل عام. وثبت وجود علاقة سلبية بين جميع أنواع المشكلات وأبعاد جودة الحياة الزواجية فيما عدا مشكلة الرغبة الجنسية؛ حيث لم تظهر لها علاقة دالة مع مظاهر جودة الحياة الزواجية، وجود علاقة سلبية لدى الأزواج والزوجات بين الدرجة الكلية للمشكلات الجنسية والحب، كما اتضح وجود علاقة بين مظاهر المشكلات الجنسية (الاستثارة، والنشوة) والحب، ما عدا مشكلة الرغبة؛ فلا توجد لها علاقة جوهرية ذات دلالة بالحب، هناك ارتباط إيجابي بين الدرجة الكلية للحب والدرجة الكلية لمظاهر جودة الحياة الزواجية لدى عينة الأزواج والزوجات، وقد تحققت نتائج مماثلة في العلاقة بين الحب والأبعاد النوعية لجودة الحياة الزواجية كل على حدة كأبعاد فرعية. ومع دراسة عزه عبد الرحمن محمود محمد (٢٠١٨) والتي أوضحت نتائجها وجود علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية وأبعادها،(الالتزام، التحكم، التحدي) والتوافق الزواجى وأبعاده لدى الطالبات ، وجود علاقة ارتباطية بين التعاطف وأبعاده (الاهتمام بالأخر، الاحساس بمعاناة الاخر، تقديم العون للأخر)، والتوافق الزواجى وأبعاده لدى طالبات الجامعة.

نتائج الفرض الثالث: الذي ينص على انه: هناك قدرة تنبؤية لكل من الحب ، والمرونة النفسية بجودة العلاقة الزوجية .

نوضح فيما يلي المتغيرات (الحب والمرونة النفسية) التي تكون لديها قدرة تنبئية في التنبؤ بجودة العلاقة الزوجية لدى العينة الكلية (الأزواج ، والزوجات)، نستخدم معاملات الانحدار البسيط كالتالي:

المتغيرات المُنبئة	المتغير التابع	الارتباط المتعدد (ر)	مربع الارتباط المتعدد (ر²)	الإسهام فى مربع الارتباط المتعدد	دلالة معادلة الانحدار		معامل الانحدار	دلالة معاملات الانحدار	
					ة (ف)	ة (ف)		قيمة (	مستوى دلالة (ه
الحب	جودة العلاقة الزوجية	٠,٦٦٩	٠,٤٤٧	٠,٤٤٣	١١١,٧	٠,٠١	٠,٥٦٨	٨,٢٤	٠,٠١
المرونة النفسية	جودة العلاقة الزوجية	٠.٦٤٧	٠.٤٢٥	٠.٤٢٢	١٠١.٥	٠.٠١	٠.٥١٩	٨.١٣	٠.٠١

جدول (١٠) تحليل الانحدار التدريجي للعينة الكلية

من خلال استقراء الجدول السابق نلاحظ أن المتغيرات المنبئة بجودة العلاقة الزوجية لدى عينة البحث الكلية هي الحب والمرونة النفسية حيث كان لهما قدرة تنبؤية عند مستوى دلالة (٠، ٠١) وبذلك قد تحقق الفرض الثالث.

تتفق نتيجة هذا الفرض مع آراء بعض المتخصصين في علم النفس حيث يروا أن هناك مؤشرات جودة العلاقة الزوجية منها التفاعل الزواجي هو عملية التأثير المتبادل بين الزوجين (كمال إبراهيم مرسي، ١٩٩٥)، التوافق في العلاقة الجنسية وهو استمتاع كلا الزوجين بإشباع حاجاته الجنسية مع الطرف الآخر ، واتفاقهما على أهداف هذا الإشباع، واجراءاته، وشعورهما بالحب ، والمودة، والرضا في علاقتهما الجنسية ، الارتياح الشخصي وهو يجدد النشاط ويدفع الفرد إلى العمل، والعطاء بسعادة واطمئنان، مما ينعكس إيجاباً على جودة العلاقة الزوجية (لويس معلوف، ٢٠٠٠)، الحالة الصحة فالصحة من بين مؤشرات جودة العلاقة الزوجية ، كما تعبر عن التكامل بين الصحة النفسية،والجسمية، والاجتماعية، الأنشطة المشتركة حيث تعد الأنشطة المشتركة بين الزوجين، والوقت الذي يقضيانه معاً في البيت وخارجه من أساليب جودة العلاقة الزوجية (نادية بلعباس، ٢٠١٦).

ويرى الباحثان وفقاً لنظرية الربح النفسي في أن الربح النفسي يتحقق بين الزوجين، عندما يلمس كل منهما في ردود أفعال الآخر ما يرضيه، ويبعث في نفسه الطمأنينة، أما عندما يلمس ما يغضبه فإنه يشعر بالإحباط، والحرمان والتوتر النفسي، وتتأثر حسابات العائد والتكلفة والربح في الحياة الزوجية بعوامل نفسية منها توقعات كل من الشريكين من الآخر، وإدراكه لتوقعات الآخر منه؛ فعندما تجد الزوجة ما تتوقعه من إثابة من زوجها؛ فتشعر بأنها ربحت نفسيا، وعندما يجد الزوج ما يتوقعه من سلوك زوجته، يشعر بأنه ربح نفسياً، وهنا يشعر كلا الزوجين بأن العائد أكثر من التكلفة، ويشعران بقيمته، وعندما يشعر الزوجان بالربح النفسي في الحياة الزوجية، يعدِّل كل منهما من سلوكياته وأفكاره ومشاعره حتي يقترب من سلوك الطرف الآخر وأفكاره ومشاعره، ويتعلم كيف يرضيه ويتحمله، وبالتالي يتمتعا بجودة العلاقة الزوجية، أما إذا كان العائد أقل من التكلفة يحدث سوء التوافق بينهما، مما يؤدي بدرجة كبيرة إلى انخفاض جودة العلاقة الزوجية (عزة عزت، ٢٠١٦).

ويرى الباحثان وفقاً لنظرية التعلق في أن ارتباط الزوج بشريك حياته يتضمن تعلقاً إلى حد كبير ؛ حيث يعتمد كل منهما على الآخروعلى المساندة التي يقدمها له (صفاء إسماعيل، ٢٠٠٤)، وحين يعتمد كل من الزوجين على الآخر يستمر هذا التعلق ويبحث كل منهما لدى الآخر عما يريد ، فعندما يثق الزوج أنه سيجد لدى زوجته الأمان والدعم والمساندة، يزيد مقدار توافقهما ، وتقل الخلافات الزوجية (صفاء إسماعيل، ٢٠٠٨) . وهناك ثلاثة أنماط للتعلق الوجداني في إطار العلاقات الحميمية يمكن ان تفسر العلاقة بين الزوجين بوصفها تعلقاً وجدانياً ، وهى: التعلق الوجداني الآمن، والتعلق الوجداني التجنبي، والتعلق الوجداني القلق (نصرة منصور ، ٢٠١٢).

ويرى الباحثان وفقاً لنظرية الحاجات لماسلو أن جودة العلاقة الزوجية ترتفع وتحدث بين الزوجين بسبب الإشباع العاطفي والجنسي لدى كلا الزوجين، وإشباع حاجتهم إلى الحب من قبل الطرف الآخر، (فهمي الغزوي، ٢٠٠٧). "وجودة العلاقة الزوجية لدي الزوجين تبعاً لهذه النظرية

هي دليل على عدم تقصير أي منهما في عمليتي الإشباع العاطفي والجنسي (شيماء شكري خاطر، ٢٠١٦)، وأوضح الباحثون أن السعادة الزوجية في الحياة الزوجية نتيجة الإشباع العاطفي بينهما يؤدي إلى جودة العلاقة الزوجية (سحر علي المصري، ٢٠٠٧)، ذلك أن ارتفاع مستوى الإشباع العاطفي والجنسي يؤدي إلى عدم حدوث الصراع بين الزوجين وظهور الأزمات الزواجية.

تتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج بعض الدراسات السابقة مثل دراسة (Collins & Read, 2001) والتي توصلت إلى أن إدراك الإناث للراحة والقرب مع الزوج، كان منبئاً بجودة العلاقة الزوجية لديهن، أما الذكور فكان إدراكهن بأن الزوجة قلقة من تخلي الزوج عنها وهجرها ، أو إحساسها بأنها غير محبوبة كان منبئاً لديهم بعدم جودة العلاقة الزوجية . ومع دراسة (Fricker,& Moore, 2002) حيث أشارت النتائج أن أسلوب الحب العاطفي له تأثير إيجابي مباشر في التنبؤ بالرضا عن العلاقة الزوجية، وتأثير إيجابي غير مباشر على الرضا عن العلاقة الزوجية من خلال الرضا الجنسي ومع دراسة (Hurlbert, etal., 2006) والتي أظهرت النتائج أن الإشباع الجنسي المرتفع ساهم في التنبؤ بالدافعية الذاتية الموجبة لدى الزوجات اللواتي عانين من نقص الرغبة الجنسية

كما تتفق نتيجة هذا الفرض مع دراسة (Tung, 2007) حيث توصلت نتائجها إلى أن أسلوب الحب الإيثاري في الحب كان عاملاً منبئًا إيجابيًا بالرضا عن العلاقة الزوجية لدى الرجال فقط، أما أسلوب الحب المتعدد فكان عاملاً منبئًا سلبيًا للرضا عن العلاقة الزوجية لدى الجنسين. ومع دراسة نصرة منصور عبد العال (٢٠١٢) حيث كشفت نتائجها عن احتلال الحب الدور التنبؤى الاول بالرضا الزواجى ، كما تبين ان الذكاء الوجدانى والحب لدى الازواج يسهمان فى التنبؤ برضاهم الزواجى وعلى الرغم من ان الحب لدى الازواج يسهم فى التنبؤ برضا زوجاتهم يختفى دور الذكاء الوجدانى لديهم فى التنبؤ برضا زوجاتهم كما كشفت الدراسة اسهام الذكاء الوجدانى والحب لدى الزوجلت فى التنبؤ الدال برضا ازواجهن.كما اوضحت الدراسة اهمية بعد ادارة الانفعالات المتضمن فى الذكاء الوجدانى فى التنبؤ بالرضا الزواجى على حين اختفى دور الابعاد الثلاثة الاخرى كما تنبأت ابعاد الحب الثلاثة (الحميمية والانجذاب العاطفى والحرص على استمرار العلاقة) بالرضا الزواجى وجاء بعد الحميمية لدى الازواج على قمة المتغيرات المنبئة برضاهم الزواجى ورضا زوجاتهم على حين احتل بعد الانجذاب العاطفى لدى الزوجات مقدمة الابعاد المنبئة برضاهن الزواجى ورضا ازواجهن.

كما تتفق نتيجة هذا الفرض مع دراسة هدى ابراهيم عبد الحميد وهبه (٢٠١٤) حيث أظهرت أنه يمكن التنبؤ بدرجة الرضا عن العلاقة الزوجية لدى الأزواج والزوجات وفقا لنمط التعلق الوجداني الآمن وتقدير الذات ومع دراسة اميرة محمد إمام (٢٠١٦) والتي توصلت إلى أن الزوج الذي يمتلك سمة المرونة الإيجابية يمكن أن يساعد في التنبؤ بمدى استمتاعه بالسعادة، والصحة النفسية مستقبلا . ومع دراسة هالة خير سناري إسماعيل بدراسة (٢٠١٧) حيث اشارت نتائجها إلى أن اليقظة العقلية أسهمت في التنبؤ بالمرونة النفسية لدي العينة.

كما تتفق نتيجة هذا الفرض مع دراسة محمود محمد أحمد عبد الوهاب مرسى (٢٠١٧) والتي أوضحت أن التفكير الإيجابي والصلابة النفسية ونوعية الحياة وأبعادهم النوعية يسهمون فى التنبؤ بالرضا الزواجي لدى الأزواج والزوجات، كلٌ على حدة ومع دراسة عزه عبد الرحمن محمود محمد (٢٠١٨) والتي أوضحت أن الصلابة النفسية تسهم في التنبؤ بالتوافق الزواجى لدى الطالبات كما يسهم التعاطف في التنبؤ بالتوافق الزواجى لدى الطالبات. ومع دراسة عفاف أحمد علي (٢٠١٩) حيث كشفت نتيجة الدراسة عن إسهام كل من الدرجة الكلية والأبعاد النوعية للذكاء الوجداني لدى الأزواج في التنبؤ بالتوافق الزواجي، كما كشفت عن إسهام كل من الدرجة الكلية وأبعاد التواصل الزواجي لدى الأزواج في التنبؤ بالتوافق الزواجي.

الرؤية المستقبلية:

من خلال نتائج البحث الحالي يوصي الباحثان بضرورة إجراء المزيد من البحوث والدراسات المستقبلية، ومنها:

١. ضرورة العمل على تكثيف الدراسات والأبحاث الاجتماعية والنفسية بهدف التعمق في بحث المشكلات الزوجية والأسرية وجودة العلاقة الزوجية

٢. مساعدة الأزواج والزوجات على فهم أعمق لشخصية الطرف الآخر واحتياجاته العاطفية، والجنسية وعلاقتها بجودة العلاقة الزوجية

٣. وضع خطط للإرشاد الزواجي ؛ تساعد في تحسين جودة العلاقة الزوجية والعاطفية

٤. معرفة سبل استمرار الزواج الناجح خاصة في ظل المتغيرات والضغوط التي تؤثر بالسلب على العلاقات الزواجية ، ومعرفة المعايير والأسس الموضوعية التي قد تسهم في نجاح الزواج ، واستمرار جودته.

٥. ممارسة الازواج والزوجات لتنمية المشاعر الايجابية العاطفية، والحب ، والمرونة النفسية ستصقل شخصيتهم،وتُنمي مهارتهم،وتجعلهم أكثر مرونة نفسية،وأكثر قدرة على مواجهة المشكلات النفسية والأسرية ، مما يجعلهم يتمتعون بجودة العلاقة الزوجية.

٦. توعية المقبلين على الزواج بمؤشرات نجاح جودة العلاقة الزوجية

٧. بعض التطبيقات الإرشادية والعلاجية للأزواج والزوجات على اتقان المهارات والخطط الفعالة التي تمكنهم من الحفاظ على استمرار الزواج الناجح ، والتمتع بعلاقة زوجية جيدة.

٨. الاستفادة من نتائج هذا البحث في إعداد برامج لتنمية التعاطف بين الأزواج لتأثيره المباشر على التوافق الزواجى.

٩. عقدت دورات تدريبية وبرامج ارشادية للأزواج والزوجات لرفع درجة التعاطف.

١٠. فاعلية برنامج تدريبى لتحسين التعاطف و تنمية التوافق الزواجى لدى المتزوجين.

المراجع

- أبو الحسين أحمد بن فارس بن زكريا (١٩٧٩) . معجم مقاييس اللغة .الجزءالخامس، القاهرة : دارالفكر.
- أحمد الكندري (٢٠٠٥). علم النفس الأسري، مكتبة الفلاح، ط ٣
- أحمد سمير صديق . (٢٠١٣). المرونة النفسية وعلاقتها بأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من طلاب كلية التربية (دراسة سيكومترية كلينيكية) . رسالة ماجستير، كلية التربية : جامعة بنها.
- آمال جودة .(٢٠٠٧). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالسعادة والثقة بالنفس لدى طلبة جامعة الأقصي. مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، ٢١، ص ص ٦٩٧- ٧٣٨.
- آمال محمد فهمي ومنى سالم محمود زعزع(٢٠١٣). أثر التعلم التعاوني باستخدام اداة الويكي على بعض سمات الشخصية لدى عينة من طالبات جامعة الملك خالد . مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ٤٣، نوفمبر، (٢)، ٤٥- ٩٤.
- أميرة محمد إمام .(٢٠١٦). أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالمرونة الإيجابية لدى عينة من المراهقين. رسالة ماجستير، كلية التربية ،جامعة عين شمس.
- أنس سليم الأحمدي (٢٠٠٧). المرونة : حدود المرونة بين الثوابت والمتغيرات . الرياض. السعودية: مؤسسة الأمة للنشر والتوزيع.
- بشرى عناد مبارك (٢٠١٢). جودة الحياة وعلاقتها بالسلوك الاجتماعي لدى النساء المتأخرات عن الزواج . مجلة كلية الآداب جامعة بغداد، ٩٩، ٧١٤- ٧٧١.
- بشرى عناد مبارك، حاتم جاسم عزيز (٢٠١٥). المنظور(النفسي- الاجتماعي) للخيانة الزوجية- دراسة تحليلية. مجلة الأستاذ، العدد الخاص بالمؤتمر العلمي الثالث لسنة ٢٠١٥.
- جلال السناد. (٢٠١٣). العنوسة مشكلة أم حل، دراسة ميدانية على طلبة الماجستير، كلية التربية جامعة دمشق. مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، ١١ (٣) ١٢٢- ١٥٦.
- الجمعية الأمريكية لعلم النفس (٢٠٠٢) الطريق إلى المرونة النفسية .ترجمة محمد سعيد أبو حلاوة.قسم علم النفس . كلية التربية بدمنهور، جامعة الإسكندرية.
- الحسين محمد عبد المنعم . (٢٠٠٩). الآثار النفسية والجسمية المترتبة على الطلاق . دراسات عربية في علم النفس، ٨ (٢)، ٣١٥- ٣٦٨.
- داليا مؤمن (٢٠٠٤). الأسرة والعلاج الأسري، دار السحاب.

- سحر علي المصري(٢٠٠٧).أهمية الإشباع العاطفي بين الزوجين. ب ط.لبنان : مؤسسة الفرحة للاعلام.
- سليمان علي وخديجة سعيد (٢٠١١). الكدر الزواجي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى المتزوجين، مجلة دراسات الأسرة ، معهد دراسات الأسرة ، جامعة أم درمان، ٢ (٢) ، ١- ٣
- سوسن شاكر مجيد(٢٠٠٨). اضطرابات الشخصية وأنماطها وقياسها، عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.
- شيماء شكري خاطر (٢٠١٦). الأسباب المدركة للطلاق كمنبئات بأعراض اضطرابات ضغوط ما بعد الصدمة لدى عينة من المطلقين والمطلقات. المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي، ٤ (٢) ، إبريل ٢٠١٦، ١٨٥- ٢٢٠.
- صفاء إسماعيل (٢٠٠٨).الاختلالات الزواجية : الأسباب والعواقب والوقاية والعلاج. القاهرة: إيتراك للطباعة والنشر والتوزيع.
- صفاء إسماعيل مرسي (٢٠٠٤). بعض المتغيرات النفسية الاجتماعية المرتبطة بالاختلالات الزواجية. رسالة دكتوراه (غير منشورة) ، كلية الآداب ، جامعة القاهرة.
- صفوت فرج (٢٠٠٧). القياس النفسي، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- طه محمد عبد العظيم (٢٠٠٧). سيكولوجية العنف العائلي والمدرسي، الإسكندرية: دار الجامعة الجديدة.
- عايدة فؤاد النبلاوي.(١٩٩١). ظاهرة الطلاق في المجتمع المصري بين النمط المثالي والنمط الواقعي ، رسالة دكتوراه، كلية البنات: جامعة عين شمس.
- عبد المريد قاسم (٢٠٠٩م). أبعاد التفكير الإيجابي في مصر دراسة عاملية، مجلة دراسات نفسية ، القاهرة، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية ، المجلد (١٩)، ع (٤) ، ص ص ٦٩١- ٧٢٣.
- عزة عزت محمود (٢٠١٦). الخيانة الإلكترونية وعلاقتها بنمط التفاعل الزواجي لدى الزوجات. رسالة ماجستير غير منشورة . قسم علم النفس . كلية الآداب . جامعة بني سويف.
- عزه عبد الرحمن محمود محمد (٢٠١٨) : الصلابة النفسية والتعاطف وإستراتيجية المواجهة محددات أساسيه للتوافق الزواجي لدي طالبات الجامعة ، أطروحة(ماجستير)- جامعة عين شمس. كلية البنات للآداب والعلوم والتربية. قسم علم النفس.
- عفاف أحمد علي (٢٠١٩) : الذكاء الوجداني وأساليب التواصل كعوامل منبئة بالتوافق الزواجي ، أطروحة(دكتوراه)- جامعة عين شمس. كلية الآداب. قسم علم النفس.
- عفاف محمد أحمد. (٢٠١٥). المرونة النفسية والقدرة على حل المشكلات وعلاقتهما بالاضطرابات النفسجسمية لدى بعض طلاب الدراسات العليا بكلية التربية جامعة أسيوط . مجلة كلية التربية بالوادي الجديد .
- فرحان سالم ربيع العنزي (٢٠٠٩) دور أساليب التفكير ومعايير اختيار الشريك وبعض المتغيرات الديموغرافية في تحقيق مستوى التوافق الزواجي لدي عينة من المجتمع السعودي. رسالة دكتوراه متطلب تكميلي لدرجة الدكتوراه ، قسم علم النفس جامعة أم القري ، السعودية.
- فهمي غزوي (٢٠٠٧). الأسباب الاجتماعية والإقتصادية للطلاق في شمال الأردن: دراسة ميدانية في محافظة إربد. دراسات العلوم الإنسانية والإجتماعية ، ٣٤ (١): ٦٨- ٨٣.
- فؤاد البهي السي (٢٠٠٦). علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري، دار الفكر العربي، القاهرة.
- كمال إبراهيم مرسي(١٩٩٥) العلاقة الزوجية والصحة النفسية في الإسلام وعلم النفس ، ط ٢، دار القلم، الكويت.
- لويس معلوف (٢٠٠٠). المنجد في اللغة العربية المعاصرة، دار المشرق. بيروت
- مايكل آرجايل. (١٩٩٨). سيكلوجية السعادة. ترجمة : فيصل يونس عبد القادر. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر.
- محمد السعيد ابو حلاوة (٢٠١٣). المرونة النفسية : ماهيتها، ومحدداتها، وقيمتها الوقائية، الكتاب الالكتروني لشبكة العلوم النفسية . إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية ، ع (٢٩)
- محمود رامز يوسف (٢٠١٤) . العوامل الخمسة الكبرى فى الشخصية وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى الطلاب المعلمين . المجلة المصرية للدراسات النفسية مج٢٤ ، ع ٨٥ أكتوبر.

- محمود محمد أحمد عبد الوهاب مرسى (٢٠١٧) : التفكير الإيجابي والصلابة النفسية ونوعية الحياة لدى عينة من الراضين زواجيًا وغير الراضين زواجيًا ، اطروحة(ماجستير)– جامعة عين شمس. كلية الآداب. قسم علم النفس.
- مروة عبد الستار أحمد (٢٠١٤). المرونة الإيجابية وعلاقتها بتحقيق الذات وجودة الحياة لدى الجنسين من الشباب الجامعي. رسالة ماجستير غير منشورة. المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم. جامعة الدول العربية.
- منى أحمد إبراهيم .(٢٠١٦). التشابه المُدرك في أساليب الحب وعلاقته بالرضا عن العلاقة العاطفية والزواجية لدى المبدعين . رسالة ماجستير – كلية الآداب جامعة القاهرة.
- نادية بلعباس (٢٠١٦). أنماط الاتصال وعلاقتها بجودة الحياة الزوجية ، رسالة دكتوراه ، قسم علم النفس وعلوم التربية ، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران.
- نجلاء راضي فرج، و عزة عبد الكريم فرج (٢٠١٧). الحب كمتغير معدل للعلاقة بين المشكلات الجنسية والرضا الجنسي لدى عينة من الزوجات الليبيات. حوليات مركز بحوث الموهبة والابداع، الحولية السادسة، الرسالة الثامنة. كلية الآداب جامعة القاهرة.
- نصرة منصور عبد العال (٢٠١٢). الذكاء الوجداني والحب بين الزوجين كمنبئين بالرضا الزواجي ، رسالة دكتوراة (غير منشورة)، كلية الآداب ، جامعة القاهرة.
- هالة خير سناري إسماعيل (٢٠١٧). المرونة النفسية وعلاقتها باليقظة العقلية لدى طلاب كلية التربية (دراسة تنبؤية). مجلة الإرشاد النفسي . مركز الإرشاد النفسي جامعة عين شمس، العدد (٥٠) الجزء الأول، أبريل .
- هبة محمد على.(٢٠١٣) . الثقة المتبادلة بين الزوجين كمتغير وسيط بين إدراك الضغوط الزوجية وأعراض الاكتئاب. مجلة دراسات نفسية ، المجلد (٢٣) العدد (١) يناير . تصدر عن رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية.
- هدى ابراهيم عبد الحميد وهبه (٢٠١٤) : انماط التعلق الوجداني في الرشد وعلاقتها بكل من تقدير الذات وارضا عن العلاقة الزوجية، اطروحة (دكتوراه) – جامعة حلوان. كلية الآداب. قسم علم النفس.
- هناء احمد شويخ (٢٠١١). دور بعض المحددات الفسيولوجية ، والنفسية، والديموغرافية في تحقيق الرضا الجنسي لدى الزوجات. دراسات نفسية، المجلد ٢١، العدد١ .
- ياسمينا محمد محمد يونس (٢٠١٨): الكفاءة الذاتية المدركة وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى عينة من طالبات معلمات رياض الأطفال، المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة المنوفية، العدد الثانى والخمسون . أبريل.
- يحيى عمر شعبان شقورة (٢٠١٢). المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة . ماجستير. علم نفس. جامعة الأزهر (غزة). كلية التربية. فلسطين. غزة.
- يوسف ضامن الخطايبة (٢٠١٤). مقومات التوافق في الحياة الزوجية وعلاقته بالعوامل الاجتماعية : د راسة على عينة من الأزواج العاملين في المدارس الحكومية في شمال الأردن. مجلة دراسات، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد٤٢ ، العدد ٢.
- يوسف مراد (١٩٩٤). سيكلوجية الجنس، ط٢، القاهرة : دار المعارف.

- American Psychological Association (2014). The Rood to Resilience. Washington, D C: Author.
- Amidu,A, Owiredu,W, Wood, E., & Quaye,, L.(2011). Sexual Dysfunction among Married Couples Living in Kumasi Metropolis, BMC, Urology, 11: 3.
- Bond, V., & Flaxman, P. (2016). The ability of psychological Flexibility and Job Control to predict learning , job Performance , and Mental Health . Journal of Organizational Behavior Management , 26 (1-2), 113- 130.
- Bradshow,Meggan. (2009). Emotions in Marriage: Understanding Marital Exchange and the Impactof Stress. A Thesis , Master.Kent stat University
- Brogan, A., Lambert, N., Fincham, D., Dewall, C.,(2012). The Virtue of problem Solving : Perceived Partner Virtues as Predictors of Problem Solving Efficacy, Personal Relationships, 1-13.
- Butzer, B.,& Campbell. (2008). Adult attachment , Sexual Satisfaction: A study of Married Couples. Personality Relationships, 15, 1, 141- 154.

- Canary,D., Stafford, L., & Semic ,B.,(2002) A Panel Study of the Associations Between Maintenance Strategies & Relational Characteristics, Journal of Marriage & Family, 64(2), 395- 407.
- Cano, A., & Vivan, D. (2003). Are Life Stressors associated with Marital Violence ? . Journal of Family Psychology,17(3), 302- 314.
- Cano, A., O'leary.,K., Heinz.,W. (2004). Short – term Consequences of Severe Marital Stressors. Journal of Social and Personal Relationship, 21(4), 419- 430.
- Carr, D;Freedman ,A; Jennifer ,C; Cornman, Norbert, S & Vicki,A. (2014). Happy Marriage , Happy Life ? Marital Quality and Subjective Well- being in Later Life . Marriage and Family, 5 (76), 930- 948.
- Chung, H. (2010). Resiliency and Character Strengths Among College Students. PH.D Thesis Faculty of Education, Department of Educational Psychology, University of Arizona, U.S.A.
- Collins, N & Read,S. (2001). Adult attachment, Working Models, and Relationship Quality in dating Couples. Journal of Personality and Social Psychology, 58, 4, 644- 663.
- Duncan, G. D. (2008). The Relationship Between Trait Forgiveness and Marital Adjustment in Heterosexual Individuals. ProQuest.
- Feeney, J., Alexander, R.,Noller,P., & Hohaus, L.,(2003). Attachment Insecurity, Depression, and the transition to Parenthood. Personal Relationship, 10, 4, 475-493.
- Feher. B,& Russell. J.(1991).The Concept of Love Viewed from a prototype Perspective . Journal of Personality and Social Psychology. 60(3), 425- 438.
- Forster.J , Epstude. K & Ozelsel . A.(2009) Why love Has Wings and Sex Has Not : How Reminders of Love and Sex Influence Creative and Analytic Thinking . The Society for Personality and Social Psychology , 35 (11) : 1479- 1491.
- Friborg, O. ; Barlaug, D.; Mantinuss,m; Romringe,J.and Hjemdal,O. (2005).Resilience in Relation to Personality and Intelligence. International Journal of Methods in Psychiatric Research, 14, 1, 29-42.
- Friker, J, & Moore, S. (2002). Relationship Satisfaction: The Role of love Styles and attachment Styles . Current Research in Social Psychology, 7, article 11. Retrieved From http: // www.uiowa.edu/ grpproc/ crisp/ 7.11.htm
- Gana. K, Saada. Y, & Untas. A. (2013). Effects of Love Styles on Marital Satisfaction in Heterosexual Couples: a Dyadic Approach . Marriage & Family Review , 49 (8), 754- 772.
- Grace, F. (2010). The Relationship between Personality Traits and Psychological Resilience Among The Caribbean Adolescents. International Journal of Psychological Studies, 2,(2), 108- 116.
- Graham, J., & Conoley,G. (2006).The Role of Marital attribution in the Relationship between Life Stressors and marital Quality . Personal Relationships, 13(1), 231-241.
- Hosein ,Souri and Turaj, Hasanirad (2011).Relationship between Resilience, Optimism and Psychological Well-Being in Students of Medicine. Procedia Social and Behavioral Sciences, 30 , 1541 – 1544.
- Hosseinia, A.S. and Besharata, M. A.(2010). Relation of resilience with sport achievement and mental health in a sample of athletes. Procedia Social and Behavioral Sciences, 5, 633–638.
- Hurlbert,D., Farley ,A., Carol,H., Melissa, K.,& Aaron,P. (2006). Sexual Compatibility and the sexual desire wativtion Relation in Feuales with Hgpoactive sexual desire disorder . Behavior Molification (42) , 3: 235- 347.
- Kobak, R., & Hazan,C. (2004). Attachment in Marriage: Effects of Security and Accurancy of Working Models . Journal of Personality and Social Psychology, 60, 6, 861- 869.
- Mahmoud & Abdul Ghaffar, (2014). The Relationship between Resilience , Psychological distress and Subjective Well – being among dengue Fever Survivors , Global journal of Human – Social Science : A Arts & Humanities- Psychology, 14, 12 – 20.
- Maria,D., Pinto, C.,& Neto,F.(2012). Satisfaction With Sex Life Among Middle- Aged Adults, International Journal of Development and Educational Psychology, (4) 463- 470.
- Masten, A.S. (2009). Ordinary Magic: Lessons From Research in Human Development Education Canada 49. (3), 28- 32.
- Masuda,A ;Price,M ;Anderson,P; Wendell,J.(2010). Disordered Eating – Related Cognition and Psychological Flexibility as Predictors of Psychological Health among College Students . Behavior Modification , 34 (1), 3- 15.

- Neuman, Rachel (2004). Promoting Resilience in At-Risk Youth: The Development of a Therapeutic Model . Ph.D Thesis . Faculty of the School of Human Service Professions, Widener University
- Ng, R., Ang , R., & Ho, M (2012). Coping With anxiety , Depression, anger and aggression : The meditational Role of Resilience in Adolescents. Child & Youth Care Forum, 41 (6) , 529- 546.
- Nolle, P., & Fenney, J.(2002). Understanding Marriage Developments in the Study of Couple Interaction. New York: Cambridge University Press.
- Pidgeom, A., & Keye,M. (2014). Relationship between Resilience, Mindfulness, and Psychological well – being in university Students, International Journal of Liberal Arts and Social Science, 2(5), 27-32.
- Rauer, A., & Volling,B.,(2005). The Role of Husbands and Wives Emotional Expressivity in The Marital Relationship , Sex Roles, 52, (9), 577- 587.
- Regan, P. (2006). Sexual Function and Dysfunction . In Mcanutty. R & Burnette . M (Eds), Sex and Sexuality (pp 87- 113)Westport , CT: Praeger,(2).
- Sakai, A. (2006). Parenting and Marital Trust, in Japan. Journal of Family Psychology. 20 (1), 79- 87.
- Simpson,J., Rhole, S.,& Philips, D.(2001). Conflict in Close Relationship : An Attachment Perspective. Journal of Personality and Social Psychology, 71, 5, 899- 914.
- Spotts,E., Pederson,N., Neiderhiser,J., Reiss, D.,& Lichtenstein,P. (2005). Genetic Effects on Women's Positive Mental Health, Demonical Relationships and Social Support Matter ?. Journal of family Psychology, 14 (3), 339- 349.
- Sternberg, R.(1986). A Triangular Theory of Love. Psychological Review. 93 . (2), 119-135.
- Tung, T.(2007). Romantic Relationship : Love Styles, Triangular Love and Relationship Satisfaction. Bachelor of Social Science , The City University of Hong Kong.
- Van Galen,M., De Puijtar,M., & Smeets,C. (2006). Citizens and Resilience . Amsterdm: Dutch Knowledge & Advisise Center.
- Walsh, F. (1998). Strengthening Family Resilience. New York: the Guliford Press.
- Walter, C. (2012). Relationship Satisfaction : The influence of Attachment, Love Styles and Religiosity . Psychology Specialization Diploma, DBS School of Arts.
- Ying, L. & Wei,W.(2014). Exploratory Analysis of Health- Related Quality of life among the Empty-Nest Elderly in Rural An empirical Study in three Economically Developed Cities in Eastern China Liang and Wu . Health and Quality of life Outcomes, 12- 59
- Yokus,T. (2015). The Relation between Pre- service Music Teachers, Psychological Resilience and Academic achievement Levels. Educational Research and Reviews, 10(14), 1961- 1969.