التوجه نحو الحياة والقدرة على إدراك الانفعالات الوجهية كمنبئات بالسعادة الزوجية لدى عينة من موظفي الجامعة المتزوجون في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية

الباحث

د/ محمد بن علي معشي

أستاذ علم النفس المشارك – كلية التربية – جامعة جازان

التوجه نحو الحياة والقدرة على إدراك الانفعالات الوجهية كمنبئات بالسعادة الزوجية لدى عينة من موظفي الجامعة المتزوجون في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين السعادة الزوجية وكلاً من التوجه نحو الحياة والقدرة على ادراك الانفعالات الوجهية، وكذلك امكانية التنبؤ بالسعادة الزوجية من خلال التوجه نحو الحياة والقدرة على ادراك الانفعالات الوجهية ، وايضاً استكشاف الفروق في السعادة الزوجية والتوجه نحو الحياة والقدرة على ادراك الانفعالات الوجهية التي تعزى إلى النوع والعمر لدى المتزوجين والمتزوجات الموظفين بجامعة جازان، تكونت عينة الدراسة من (١٤٥) موظفا وموظفة من موظفي جامعة جازان المتزوجين، (٨٠ موظف و ٦٥ موظفة) ممن تتراوح أعمارهم من ٣٠ إلى ٥٠ عاماً، واستخدم الباحث في هذه الدراسة ثلاث مقاييس، مقياس الشعور بالسعادة الزوجية، مقياس التوجه نحو الحياة، ومقياس القدرة على فهم الانفعالات من خلال التعبيرات الوجهية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين السعادة الزوجية والتوجه نحو الحياة وإدراك الانفعالات الوجهية لدى المتزوجين من موظفي الجامعة، كما توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات موظفي الجامعة في متغير السعادة الزوجية ومتغير التوجه نحو الحياة ومتغير القدرة على ادراك الانفعالات الوجهية تعزى للنوع والعمر، وأيضاً إمكانية التنبؤ بالسعادة الزوجية بمعلومية التوجه نحو الحياة وإدراك الانفعالات الوجهية لدي موظفي الجامعة المتزوجين.

الكلمات المفتاحية: السعادة الزوجية – الاتجاه نحو الحياة – القدرة على فهم الانفعالات من خلال التعبيرات الوجهية.

The Orientation Towards Life and the Ability to Recognize Facial Emotions as Indicators of Marital Happiness Among Married University Employees in the Light of Some Variables

Abstract:

The current study aimed at identifying the relationship between marital happiness and both orientation towards life and the ability to recognize facial emotions as well as the possibility of predicting marital happiness through the orientation towards life and the ability to recognize facial emotions. It also explores differences in marital happiness, orientation towards life and the ability to recognize facial emotions attributed to the gender and age of married males and females employees at Jazan University.

The whole sample of the study consisted of 145 married employees at Jazan University (80 males and 65 females) aged between 30 and 50 years. The researcher utilized three scales: marital happiness feeling scale, orientation towards life scale and the ability to recognize emotions via facial expressions scale. Results of the study indicated that there is a statistically significant correlation between marital happiness and both orientation towards life and recognizing facial emotions among married university employees. Results also reached that there are statistically significant differences among the mean scores of university employees in marital happiness, orientation towards life and the ability to recognize facial emotions that can be attributed to gender and age. Additionally, results indicated the possibility of predicting marital happiness through the orientation towards life and recognizing facial emotions among married university employees.

Keywords:

Marital Happiness - Orientation Towards Life - Ability to Recognize Emotions Via Facial Expressions

مقدمة الدراسة:

نظراً للمتغيرات الحياتية اليومية والظروف المعيشية والاجتماعية والاقتصادية الصعبة لدى معظم الأسر العربية نجد أن معظم الأسر في وطننا العربي الكبير قد تغيب عنها عاطفة الحب، والابتسامة الصافية تختفي ، وتندثر الكلمات اللطيفة والرقيقة، فللأسف الشديد، تبددت وجفت المشاعر بين الكثير من الأزواج ، وتجمدت العواطف والأحاسيس، وبناء عليه كثرت المشكلات وتفككت الأسر وضاقت الصدور، فاكتظت المحاكم بقضايا الأزواج وارتفعت نسب الطلاق بشكل مخيف، وبين طيات ذلك كله، غابت الرحمة، وتبددت مشاعر الحب، وضاعت المودة، أصبحت الوجوه عابسة، وضاقت الحياة علينا وافتقدنا الشعور بالسعادة الزوجية وضاع الشعور بجودة الحياة .

والسعادة الزوجية **Marital Happiness** هدف من أهم أهداف الزواج في الإسلام، وهذه السعادة لها مفهوم ومضمون وطريق، وتكمن في قبول كل طرف للآخر ضمن إطار من الرضا والقناعة، وشعور كل واحد منهما بأن الآخر هو ما يناسبه ويرتاح إليه، مع توافقهما في الدين والطباع، فالسعادة هي المحصلة النهائية للشعور بالرضا والقناعة، وهي الطريق الأمثل للوصول إلى راحة البال، فالزواج السعيد يهيئ للزوجين بيئة تتسم بالحنان والفهم، ويعطي لهما فرصة حقيقية إلى الوصول إلى توافق ناضج وعلاقات دافئة، وتحقيق الذات والإشباع الكامل والحفاظ على الكرامة والحد من الخلافات، كما أنه يساهم في النمو السوي للشخصية، ويهيئ للأطفال في الأسرة فرصاً إيجابية لكي يخبروا

السلطة والنظام في صورة مقبولة ويسهل عليهم عمليتي التوحد الأنثوي والذكري بشكل سليم وسوي (باشا،٢٠١٠).

وتعتمد السعادة الزوجية على التفاعل الايجابي بين الزوجين، فمع هذا التفاعل تتكون الأسرة السعيدة التي تتفاعل مشاعر أفرادها، وتتحد أمزجتهم، وتنصهر إنجازاتهم، وتتفق مواقفهم، وتتكامل وظائفهم، وتتوحد غاياتهم (استانبولي،١٩٨١:٢٣).

فالسعادة الزوجية هي إحساس داخلي مركب من مشاعر إيجابية تعكس الرضا عن الزواج وتدل عليه، وتنعكس على سلوك الزوجين وشخصيتهما في صورة حياة أسرية متوافقة يمتد أثرها إلى آفاق أرحب في الحياة (البلهان،٢٠٠٧).

والسعادة الزوجية نعمة من نعم الله التي لا تعد ولا تحصى، إنها شعور الزوجين بالأمن والطمأنينة وانشراح الصدر وراحة الضمير، إنها الشعور بالارتياح، فمن المؤكد أن الحياة الزوجية السعيدة لا بد أن تنتج عنها أجيال سعيدة (العماني،٢٠١٣)، والسعادة في الزواج دليل على توافق الطرفين وناتج طبيعي له، ذلك أن التوافق أساس دوام الحياة الزوجية وسعادة الزوجين، ومساندة الشريك، وتجنب صراع الأدوار، ورقي السلوك في التعامل بين الزوجين، فالتوافق يمكن الفرد –زوجاً أم زوجة– من توظيف طاقاته وقدراته في القيام بأعباء الأدوار الأخرى وإنجاز المهام بقدر أكبر من الفعالية (Bulletin,1995).

هذا ويعد التوجه نحو الحياة Orientation of the Life واحداً من المكونات الأساسية للسعادة، وهو نوع من التقدير الهادئ والتأمل لمدى حسن سير الأمور سواء الآن أو في الماضي، والذي ينعكس على استقرار الحياة الزوجية وبالتالي الشعور بالرضا عن الحياة بصفة عامة وعن العمل وعن نشاط وقت الفراغ وعن الزواج وعن المجالات الحياتية الأخرى (يوسف،١٩٩٣:١٠).

ويعرف التوجه نحو الحياة بأنه النزعة أو الميل للتفاؤل أي التوقع العام للفرد بحدوث أشياء أو أحداث حسنة بدرجة أكبر من حدوث أشياء أو أحدث سيئة، وهي سمة مرتبطة ارتباطاً عالياً بالصحة النفسية الجيدة (Scheier&Carve,1985).

ومن مظاهر التوجه نحو الحياة السعادة، العلاقات الاجتماعية، الطمأنينة، الاستقرار الاجتماعي، والتقدير الاجتماعي، لأن من يشعر بهذه الأشياء ويعمل على تحقيقها، وإشباع رغبته منها يكون راضياً عن حياته بصورة إيجابية، حيث إن السعادة هدف للأفراد برغم تباين إدراك ما يجلب للفرد السعادة (Franken,1994:261).

ومن ناحية أخرى، يعد إدراك الانفعالات الوجهية Recognize facial expression of Emotions مهارة حياتية يومية يصعب على الفرد الاستغناء عنها، حيث تلعب التعبيرات الوجهية وظيفة أساسية في التعبير عن المشاعر والعواطف والحاجات والنوايا (عمرو،٢٠١٢).

ويعد إدراك الانفعالات الوجهية عاملاً مهماً وأساسياً لا غنى عنه في عملية التفاعل الاجتماعي (Ekman et al.,1972:15 ; Lazarus,2006)، كما أنه يعد آلية أساسية للتواصل الاجتماعي، وجزء لا يتجزأ من العلاقات البينشخصية لهذا التفاعل، كما يعد أمراً ضرورياً إذا ما أردنا تحقيق أداء اجتماعي تواصلي متميز وفعال (Morrison & Bellack,1981)، وهو مفتاح التواصل الوجداني بين الزوجين، هو الذي يدعم الحب والثقة والانفتاح على الآخر وتبادل الصدق بينهما، تدعيماً من شأنه أن يجعل العلاقة الزوجية المنشودة بينهما أكثر رضاً وسعادة وتوافقاً مستمراً، الأمر الذي يجعل التواصل عموماً بين الزوجين تواصلاً حميمياً صادقا، فيه عمق وأمانة ومشاركة لأدق المشاعر، فيه كشف للآخر عن أدق وأعمق مكنونات الذات (ناصر،٢٠٠٩:٢٤).

إن مفهوم السعادة الزوجية يتسع ليشمل عمليات معقدة تتداخل فيها متغيرات ربما من الصعب حصرها، وهذا مكمن الصعوبة الحقيقية في دراسة السعادة الزوجية، فالتوجه نحو الحياة وإدراك الانفعالات الوجهية والرضا الزواجي والتوافق الزواجي والتواصل اللفظي والحب والمودة والعلاقة مع أهل الزوج وطبيعة الممارسات الحميمية والثراء العاطفي بين الزوجين والاحترام المتبادل والصدق والتفاهم والحوار والترابط والمساندة والثقة والتقبل... الخ كلها عوامل ومتغيرات مؤثرة في تشكيل السعادة الزوجية (Weaver,2001 ; Diener,2002).

ولا شك أن التعرف على مقومات السعادة الزوجية يشكل أهمية واضحة ليس للشباب فقط وإنما للمجتمع كله، فمن خلال ذلك يمكن معرفة أسباب الشقاق والنفور الذي ربما يعتري الحياة الزوجية الأمر الذي يؤدي إلى تصدع الأسرة، وكذلك معرفة جوانب القوة وإمكانية تدعيمها، هذا بالإضافة إلى أن معرفة مقومات السعادة الزوجية أو بعض تلك المقومات من خلال دراسات علمية منظمة يمكن أن يفيد المختصين في مجال الإرشاد الزواجي وعلم النفس الاجتماعي عموماً على إجراء التشخيص والعلاج بهدف مساعدة الزوجين على الاستقرار وبلوغ السعادة الزوجية وتحقيق التوافق والذي يعد لب وصميم الصحة النفسية، ومما تقدم، فالدراسة الحالية هي محاولة من الباحث للتحقق من العلاقة بين السعادة الزوجية وكلاً من التوجه نحو الحياة والقدرة على ادراك الانفعالات الوجهية، وكذلك إمكانية التنبؤ بالسعادة الزوجية من خلال التوجه نحو الحياة والقدرة على ادراك الانفعالات الوجهية، وأيضاً استكشاف الفروق في السعادة الزوجية والتوجه نحو الحياة والقدرة على ادراك الانفعالات الوجهية التي تعزى إلى النوع والعمر الزمني لدى المتزوجين

والمتزوجات الموظفين بجامعة جازان، بغية الخروج بمجموعة من النتائج ينبثق عنها توصيات تساعد على أن ينعم أبناء المجتمع بمزيد من الطمأنينة والاستقرار.

مشكلة الدراسة:

ليست المملكة العربية السعودية وحدها التي تشير إحصائياتها الرسمية إلى زيادة ملحوظة في نسبة الطلاق، بل معظم المجتمعات العربية تعاني من هذه الظاهرة، وقد ساهمت عدة عوامل في نموها وانتشارها بشكل مطرد، حتى أضحت مشكلة عامة وأزمة مزمنة تحتاج إلى تضافر الكثير من الجهود لتشخيص الحالة بشكل صحيح، ومن ثم وضع العلاج المناسب لها، فآخر ما كشفته التقارير الصحفية عن هذه الظاهرة في السعودية جاء في عناوين صحيفة عكاظ تقول: إن محافظة جدة تشهد ٢٤ حالة طلاق يومياً، تم إثباتها بصكوك رسمية، منها ٥٧٢ حالة خلال شهر محرم من العام ١٤٣٨هـ هجري، كما نقلت صحيفة سبق الإلكترونية أن وزارة العدل أكدت على أن أكثر من ٧٣١٧ حالة طلاق قد سجلتها محاكم المملكة في أول ٤٥ يوماً من العام الهجري ١٤٣٨هـ، وأكدت وزارة العدل السعودية أن عدد قضايا الطلاق في محاكم الأحوال الشخصية ودوائر الأحوال الشخصية في المحاكم للعام ٢٠١٥م بلغ ٣٥.٢٦٨ ألفاً، وأن نسبة الطلاق في المملكة للعام ٢٠١٥م وصلت تقريباً إلى نسبة ٢٧ %، كل تلك الأخبار وغيرها التي طالعها الباحث كانت دافعاً له لاستشعار أن هناك مشكلة أسرية واجتماعية حقيقية تحتاج إلى دراسة وبحث .

إن استقرار الحياة الزوجية غاية من الغايات التي تحرص عليها الأديان السماوية وعقد الزواج إنما للدوام والتأبيد، إلى أن تنتهي الحياة، ليتسنى للزوجين أن يجعلا من البيت مهداً يأويان إليه، وينعمان به، ليتمكنا من تنشئة أولادهما تنشئة صالحة، وبهذا استهدف دستور الحياة إنشاء كيان عائلي، يكفل الاستقرار والاستمرار واستقرار الأسرة وتماسكها جزء من الاستقرار والتماسك الاجتماعي بوجه عام، ولا يتحقق الاستقرار إلا عن طريق الترابط والتناسق بين الأدوار التي يقوم بها أفراد الأسرة(صحاف،٢٠١٥) ، وإذا كانت السعادة مطلب رئيس وهام لكل شخص، فإن الزواج الناجح لا يختلف عليه المختصون من حيث كونه مصدراً أساسياً للسعادة الحقيقية في الحياة، فالزواج ليس مجرد وجود رجل وامرأة يعيشان في مكان واحد وتربطهما علاقة جنسية لإنجاب الأطفال، وإنما هو بجانب ذلك رباط مقدس يقوم على المودة والرحمة بين الطرفين، يتفاعلان معاً ويشعران بالسكينة والأمان والتآلف والتراحم والمسؤولية، ويتشاركان في اتخاذ القرارات التي تتعلق بالحاضر والمستقبل (البلهان،٢٠٠٧)، فالسعادة الزوجية هي شعور الفرد بأنه ذو قيمة وأهمية بالغة بحيث لا يمكن الاستغناء عنه، وهي العثور على شخص يلتزم بالحياة الزوجية وتبعاتها طوال العمر.

ويعد التوجه نحو الحياة من الموضوعات التي تناولتها العلوم النفسية، كعلم الصحة النفسية، وعلم الأمراض النفسية والعقلية على حد سواء باعتباره علامة هامة تدل على مدى تمتع الإنسان بالصحة النفسية السوية، إذ أن التوجه نحو الحياة يعني تحمس الفرد للحياة، والإقبال عليها، والرغبة الحقيقية في أن يعيشها، فالتوجه نحو الحياة هو تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها ويعتمد هذا التقييم على مقارنة المكافآت والكلف بمستوى الحياة التي يعيشها، والنظرة الايجابية والاعتقاد بأن جميع الأشياء والأحداث والمواقف والتصرفات تنزع نحو الخير والسعادة والإقبال على الحياة والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل بالإضافة إلى الاعتقاد باحتمال حدوث الخير بدلا من حدوث الشر أو الجانب السيئ (علي،٢٠١٢)، ومن ناحية أخرى، يؤكد علماء علم النفس الاجتماعي، على أن إدراك الانفعالات الوجهية والقدرة على فهمها تلعب دوراً حاسماً ومحورياً في نجاح عملية التواصل والتفاعل الاجتماعي، وهي وسيلة مثلى في عملية التطور البشري يؤكد عليها دائماً المهتمين بالعلوم المعرفية (Wilbur,2011,22)، ولذلك يمكن التأكيد على أن التوجه نحو الحياة و إدراك الانفعالات الوجهية متغيرات هامة وأساسية للإنسان في شتى مجالات حياته الأسرية أو المهنية، وبالتالي تتلخص مشكلة الدراسة الحالية في التساؤلات التالية:

١. ما طبيعة العلاقة بين السعادة الزوجية والتوجه نحو الحياة وإدراك الانفعالات الوجهية لدى المتزوجين من موظفي الجامعة.؟
٢. هل توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات موظفي الجامعة في متغير السعادة الزوجية تعزي للنوع والعمر.؟
٣. هل توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات موظفي الجامعة في متغير التوجه نحو الحياة تعزي للنوع والعمر.؟
٤. هل توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات موظفي الجامعة في متغير إدراك الانفعالات الوجهية تعزي للنوع والعمر؟
٥. هل يمكن التنبؤ بالسعادة الزوجية بمعلومية التوجه نحو الحياة وإدراك الانفعالات الوجهية لدي موظفي الجامعة المتزوجين؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

- الكشف عن العلاقة بين السعادة الزوجية والتوجه نحو الحياة وإدراك الانفعالات الوجهية لدى المتزوجين من موظفي الجامعة.
- التعرف على الفروق بين متوسطات درجات موظفي الجامعة في متغير السعادة الزوجية في ضوء متغيري النوع والعمر.
- التعرف على الفروق بين متوسطات درجات موظفي الجامعة في متغير التوجه نحو الحياة في ضوء متغيري النوع والعمر.
- التعرف على الفروق بين متوسطات درجات موظفي الجامعة في متغير إدراك الانفعالات الوجهية ضوء متغيري النوع والعمر
- إمكانية التنبؤ بالسعادة الزوجية بمعلومية التوجه نحو الحياة وإدراك الانفعالات الوجهية لدي موظفي الجامعة المتزوجين.

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة الحالية في شقين، الأول نظري والثاني تطبيقي:

- الأهمية النظرية للدراسة: وتتمثل في:

- تناول الدراسة لمتغيرات التوجه نحو الحياة و إدراك الانفعالات الوجهية الأمر الذي يثري المكتبة العربية بإطار نظري.
- اهتمام الدراسة بموضوع السعادة الزوجية باعتباره أحد أهم مفاتيح الاستقرار الأسري وبالتالي التماسك المجتمعي ككل.

- الأهمية التطبيقية للدراسة: وتتمثل في:

- تقديم مجموعة من النتائج المنبثقة من دراسة علمية تختص بالسعادة الزوجية.
- إعداد مقاييس لمتغيرات الدراسة الحالية تفيد الباحثين الآخرين المهتمين بنطاق العلاقات الأسرية.
- تقديم مجموعة من التوصيات التي يمكن الأخذ بها للوصول إلى حلول للمشكلات الزوجية التي تكتظ بها صالات المحاكم.

مصطلحات الدراسة:

تتبنى الدراسة الحالية المصطلحات التالية:

- **السعادة الزوجية Marital Happiness: ويعرفها الباحث على أنها شعور الزوجين في توافقهما و تفاعلهما معًا، بالسكن و المودة والمحبة والرحمة، و ما يتولد لديهما من أفكار حسنة نحو الزواج و نحو الزوج الآخر، حيث يجد أحد الزوجين في وجود الآخر معه الأمن و الاستقرار، فيتمسك به، و يرتبط به، و يؤيده و يرعاه، و يحافظ عليه، و يتفاعل معه تفاعلاً إيجابياً، و يتوافق معه توافقاً حسناً، فالتأثير متبادل بين السعادة و التفاعل و التوافق. وإجرائياً: يعرفها الباحث على أنها: الدرجة التي يحصل عليها المفحوص في هذه الدراسة على مقياس السعادة الزوجية والذي أعده الباحث لهذا الغرض.**
- **التوجه نحو الحياة Orientation of the Life: ويعرفه الباحث على أنه الشعور بالتفاؤل والنظرة الايجابية للمستقبل والإقبال على الحياة والاعتقاد بالقدرة على تحقيق الرغبات والطموحات وبلوغ الأهداف المنشودة في ظل اعتقاد راسخ بأن الغد يحمل الخير والسرور والأخبار الجيدة دائما. وإجرائياً: يعرفه الباحث على أنه: الدرجة التي يحصل عليها المفحوص في هذه الدراسة على مقياس التوجه نحو الحياة والذي أعده الباحث لهذا الغرض.**
- **إدراك الانفعالات الوجهية Recognize facial expression of Emotions: ويعرفه الباحث على أنه: قدرة الفرد على إدراك وتمييز وتفسير وفك وفهم الإشارات التواصلية غير اللفظية للانفعالات التي تصدر من الآخرين من حولنا ويعبرون عنها من خلال الوجه. وإجرائياً: يعرفها الباحث على أنها: الدرجة التي يحصل عليها المفحوص في هذه الدراسة على مقياس إدراك الانفعالات الوجهية والذي أعده الباحث لهذا الغرض.**

محددات الدراسة:

تتحدد الدراسة الحالية في ضوء:

متغيراتها: السعادة الزوجية – التوجه نحو الحياة – إدراك الانفعالات الوجهية – النوع – العمر الزمني.

عينتها: ١٤٥ من موظفي وموظفات جامعة جازان المتزوجين ممن تتراوح أعمارهم من ٣٠ إلى ٥٠ عاماً.

أدواتها: مقياس السعادة الزوجية – مقياس التوجه نحو الحياة – مقياس إدراك الانفعالات الوجهية.

مكانها: أجري الشق الميداني لهذه الدراسة على مجموعة من موظفي وموظفات جامعة جازان المتزوجين والذي يعملون بإدارة الجامعة وبالكليات المختلفة .

زمنها: أجريت الدراسة الحالية خلال الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي ١٤٣٨/١٤٣٩هـ .

الإطار النظري للدراسة:

أولاً: السعادة الزوجية:

السعادة ليست شيء مادي يرى بالعين، أو يقاس بالعدد، أو تحتويه الخزائن، أو تشترى بالمال، وليس لها وقت محدد أو مكان محدد أو حتى سبب محدد، ولكن السعادة هي صفاء في العقل وهدوء في النفس وطمأنينة في القلب، هي شعور داخلي ينبعث أثره على الروح والعقل (القطاع،٢٠٠٩).

ومن المؤكد أن الأسرة هي البنيان الاجتماعي الأساسي في المجتمع، وعلى امتداد تاريخ البشر وباختلاف عقائدهم الدينية وألسنتهم وثقافاتهم، كانت الأسرة هي القاسم المشترك بين كل البشر على اختلافاتهم، فالزواج وتكوين الأسرة هو الإطار الذي شرعه الله ليستمر النوع البشري وتتم به خلافة الأرض، هذا ومن المؤكد أن كل من الزوج والزوجة داخل الأسرة يبحثان عن السعادة، فيسلكان طريق الحب والمودة، لأن غياب الحب والمودة يولد البؤس والوجوه العابسة وتضيق معه الحياة، إن البيت الذي لا يسود فيه الحب وتسود فيه الشحناء هو أفقر بيت حتى لو كان أهله أغنياء مادياً. فالزوجة الحنونة الودودة هي منبع الحب والحنان والرحمة، والزوج كذلك، فعندما يسود الحب تحل الرحمة على البيت ويشعر كل من فيه بالسعادة الزوجية (إبراهيم،٢٠١١).

وتعتمد السعادة الزوجية على التفاعل الإيجابي بين الزوجين والذي يشكل الأساس القوي لعلاقة يسودها الأمن والثقة والاطمئنان والعاطفة في ظل حياة زوجية مستقرة ومستقبل أكثر أمناً (Bowman,1990)، والسعادة الزوجية شأنها شان التوافق والرضا الزواجي من حيث أن جميع هذه المصطلحات وإن أشارت إلى معاني مختلفة ومتداخلة، إلا أنها في المجمل تتضمن النسق الزواجي أي موقف العلاقة القائمة بين الزوجين، تلك العلاقة التي مازالت أرقى ما وصل إليه تنظيم واحدة من أهم الغرائز الإنسانية وهي غريزة الجنس (إبراهيم ومحمود،١٩٩٥).

هذا وقد أجمعت نظريات عديدة في علم النفس على أن السعادة الزوجية خير متاع الدنيا وأساس الأسرة الصالحة التي تكتمل بها إنسانية الرجل والمرأة في أداء رسالتها في الحياة، وأثبتت دراسات عديدة صحة هذه النظريات حيت تبين أن المتزوجين أفضل من غير المتزوجين في الصحة النفسية والجسمية (القاسم،٢٠١١)، وترتبط السعادة الزوجية بالاحترام المتبادل وكذلك بابتعاد الزوجين عن التسلط والسيطرة، كما أنها محصلة لحرص الشريك على شخصية شريكة والاهتمام به وزيادة التعلق معه وإظهار الرغبة فيه والشعور

العاطفي المتبادل، علاوة على الاتفاق بين الشريكين فيما اختلفا عليه (البلهان،٢٠٠٧). فدائماً ما يشير المهتمون بعلم النفس إلى أن التمتع بالصحة النفسية يرتبط بالسعادة واعتدال الحالة المزاجية وطمأنينة النفس وتحقيق الذات وما يتبع ذلك من إحساس بالبهجة، فالشخص السعيد هو ذلك المبتهج الذي يمتلك القدرة على تحقيق الإمكانيات ويتميز بالاستقلال ومقبل على الحياة بحيوية وصراحة (بدير،١٩٩٥).

والسعداء عادة لديهم عادات صحية أفضل، وضغط أقل، وأجهزة مناعية أقوى من الأشخاص الأقل سعادة، والسعداء يبحثون ويتفهمون أكثر المعلومات الخاصة بالمخاطر التي تحيط بالصحة، والسعادة تشعر الفرد بالهناء وبجودة الحياة بوجه عام (القاسم،٢٠١١). ويمكن النظر إلى السعادة من جانبين، السعادة كسمة "التأثير الانفعالي الطويل" والسعادة كحالة مثل القلق والغضب والعدوان، والأفراد ذوي الدرجات المرتفعة على سمة السعادة يتميزون بالشعور بالاطمئنان والنشاط الخارجي أو الداخلي "الحيوية"، ونظرتهم للحياة إيجابية، وكما أن تعاملاتهم وعلاقاتهم في معظمها ناجحة، ولديهم القدرة على الاستمتاع بالوقت بطريقتهم الخاصة، أما السعادة كحالة فتعبر عن الحالة الانفعالية التي يشعر بها الفرد ويعبر عنها بطريقته الخاصة في موقف معين (الفنجري،٢٠٠٦:٣٨).

ومن الممكن النظر للسعادة أيضاً باعتبارها مفهوما مركباً من عدة انفعالات ومشاعر ايجابية كالمتعة والإثارة والبهجة والفرح والرضا، ولكن من الممكن الاتفاق على أن السعادة عموماً هي الدرجة التي يحكم عندها الفرد بأن نوعية حياته على درجة عالية من الرضا (الخضر والفضلي،٢٠٠٧).

فالسعادة هي خبرة انفعالية سارة أو ايجابية تتضمن الشعور بالبهجة والتفاؤل والسرور والفرح وحب الحياة والناس والإحساس بالقدرة على التأثير في الأحداث (مؤمن،٢٠٠٤)، وهي قيمة وجدانية لها علاقتها الوثيقة بكل ما يحمل طابع الخير أو هي مرتبطة ارتباطاً جوهريا بعملية تحصيل الخير أو امتلاكه، وتصبح السعادة قيمة انفعالية إذا أردنا لها الوجود في صميم الحياة البشرية مرتبطة ارتباطا كليا عاما بسلسة القيم كلها، فالسعادة هي شعور الإنسان بانشراح الصدر والإقبال على الحياة بوجه عام مع الالتزام بالقيم الدينية التي تأخذ بأيدينا إلى طريق الحق والصواب (القاسم،٢٠١١)، فليس هناك زواجٌ فاشل بل تَعامل خاطئ أدّى إلى فشل الزواج، ومن هنا تبدأ التساؤلات بما يجب فعله من قبل الزوجين لحياةٍ زوجيةٍ سعيدة؛ فالسعادة ليست خطوات محفوظة إنما هي أمور سلسة تحتاج إلى عقلانيةٍ وهدوء وتفكير.

ولذلك عرفت السعادة الزوجية على أنها شعور الفرد بأنه ذو قيمة وأهمية بالغة بحيث لا يمكن للطرف الثاني أن يستغني عنه (Sommers,2012)، وهي العثور على شخص يلتزم بالحياة الزوجية وتبعاتها طوال عمره (Craig,2012)، كما عرفت السعادة

الزوجية بأنها مقدار سعادة الفرد في جملة من الأبعاد المختلفة المتعلقة بالحياة الزوجية كالحب والتفاهم والعلاقة الزوجية والعادات الشخصية للشريك وتحمل المسؤولية والتواصل واتخاذ القرارات، وقضاء أوقات الفراغ والعلاقة الجنسية وتربية الأبناء وغيرها (الحربي،٢٠١٣)، وبالتالي فالسعادة الزوجية لها العديد من المفاتيح والمقومات، ولها أيضاً العديد من الأسباب التي تعمل على هدمها وضياعها، فالزوجة المتسلطة التي تسيطر على تصرفات زوجها وتعمل على إلغاء شخصيته، وتراقبه في كل صغير وكبيرة، وتحاصره بأسئلتها في الخروج والدخول، والزوج المتسلط على زوجته كثير الشك في كل تصرفاتها المراقب لكل تحركاتها الذي يعد عليها أنفاسها، مثل هذا الزوج وتلك الزوجة هم من هادمي السعادة الزوجية والمسئولين عن ضياعها وفقدانها (إبراهيم،٢٠١١)، أما عن مفاتيح السعادة الزوجية الحقيقية والفعالة فتكمن في المودة والرحمة، الرضا والقناعة، الصراحة، التقدير والاحترام، الثقة والصدق في التعاملات، حسن الاستماع للطرف الآخر، الترويح، المروءة (العماني،٢٠١٣).

إن الزواج في حقيقته عبارة عن شركة بين رجل وامرأة من أجل بناء جيل صالح يعبد ربه ويعمر الحياة، فأصل الزواج في الإسلام هو حلول المودة والألفة والإيثار بين الزوجين، ومن أجل دوام العشرة جعل الله لكل من الزوجين حقوقاً لدى الآخر يجب عليه القيام بها ليسعد الآخر قبل سعادته، أما من يبحث عن سعادته هو فقط وتغيير حياته هو فحسب فإنه واهم ولن يجني من سعادته إلا الندم (موسى،٢٠١١).

إن السعادة الزوجية نحن الذين نسعى إليها، ونحن القادرون على صناعتها ورسم ألوانها، فالإنسان الناجح السعيد في بيته ومع زوجته هو من يتغلب على الصعاب والعقبات التي تعيقه للوصول إلى السعادة.

فالسعادة الزوجية ينشدها كل زوجين في هذه الحياة، فهذه السعادة هي التي تدعو الإنسان إلى السعي الحثيث إلى دخول عش الزوجية، وهي التي تكون سبباً في استمرار الحياة الزوجية وإن تخللها ما يعكر صفوها، وهي حلم وهدف كل زوجين، وحقيقة السعادة الزوجية تختلف من زوج إلى آخر، فمن الأزواج من يرى أن حقيقة السعادة في المرأة الجميلة، وكذلك من الزوجات من ترى أن حقيقتها في الرجل الجميل ذي المنصب والجاه، وإن كانت هذه الأشياء تجلب نوعًا من السعادة لصاحبها إلا أنها سعادة مؤقتة وغير دائمة، لأن السعادة الحقيقية تكمن في الرضا عن ما قسمه الله والرضا عن النفس، ولذلك فالسعادة الزوجية الحقيقية تتلخص في أن يرضى كل من الطرفين بما قدره الله لهما، وأن يقتنع أن هذا هو نصيبه وان الله قدر هذا الطرف الآخر ليسخر على يديه السعادة الحقيقية (القطاع،٢٠٠٩).

ثانياً: التوجه نحو الحياة:

يعد التوجه نحو الحياة نوع من التقدير الهادئ والمتأمل لمدى حسن سير الأمور سواء الآن أو في الماضي، والذي ينعكس على استقرار الحياة و الشعور بالرضا (Franken,1994:226)، ويعرف التوجه نحو الحياة بأنه النظرة الايجابية والإقبال على الحياة والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل بالإضافة إلى الاعتقاد باحتمال حدوث الخير أو الجانب الجيد من الأشياء بدلاً من حدوث الشر أو الجانب السيئ (Scheier & Carver,1985)، وفي سياق آخر، يرى البعض أن التوجه نحو الحياة دافع بيولوجي يحافظ على بقاء الإنسان ويعد الأساس الذي يمكن الأفراد من وضع الأهداف أو الالتزامات، فالتوجه نحو الحياة هو جملة الأفعال أو السلوكيات التي تجعل أفراد المجتمع يتغلبون على الصعوبات والمحن التي قد تواجههم في معيشتهم (Tiger,1979:57).

ومن ناحية أخرى، رأى آخرون أن التوجه نحو الحياة هو نظرة استبشار نحو المستقبل، تجعل الفرد يتوقع الأفضل، وينتظر حدوث الخير، ويرنو إلى النجاح ويستبعد ما خلا ذلك (هادي،٢٠٠٨)، ونجد أن مفهومي التفاؤل Optimism والتشاؤم pessimism من أهم المفاهيم التي يقوم عليها مصطلح التوجه نحو الحياة، حيث يلعب التفاؤل دوراً بعيد المدى في حياتنا النفسية وفي سلوكياتنا و في علاقاتنا بغيرنا وفيما نقوم به من خطط للاضطلاع بها في المستقبل القريب والبعيد، و لا نبالغ إذا قلنا إن جميع المناشط الايجابية في حياتنا سواء كانت فكراً أم عاطفة أم عملاً ، إنما ترتبط (بشكل أو بآخر) بما يوجد في جهازنا النفسي من تفاؤل، وما يدور في خلدنا من أفكار وما يشيع في قلوبنا من مشاعر، إنما يؤثر إلى أبعد حد في إدراكنا للواقع الخارجي (أسعد، ١٩٨٦)، فالتفاؤل عبارة عن التوقع قصير المدى بالنجاح في تحقيق بعض المتطلبات في المستقبل (اليجوفي،٢٠٠٢)، ويعني الإقبال على الحياة بإيجابية، والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات مستقبلاً، وبأنه استعداد لتوقع حدوث الأشياء الجيدة والإيجابية ويعتقد المتفائل أن المستقبل يخبئ له النتائج المرجوة (Carver & Scherier,2003)، كما أنه صفة تجعل توقعات الفرد وتوجهاته إيجابية نحو الحياة بصفة عامة، يستبشر الخير، ويستمتع بالحاضر، ويحدوه الأمل في مستقبل أكثر إشراقاً وأحسن حالاً (مخيمروعبدالمعطي،٢٠٠٠)، وهو بذلك – أي التفاؤل – استعداد انفعالي ومعرفي ونزعة للاعتقاد أو الاستجابة انفعالياً نحو الآخرين والمواقف والأحداث بطريقة ايجابية (مراد ومحمد،٢٠٠١)، أما التشاؤم فهو استعداد شخصي أو سمة كامنة داخل الفرد تؤدي به إلى التوقع السلبي للأحداث (اليجوفي والأنصاري،٢٠٠٥)، وهو توقع سلبي للأحداث القادمة يجعل الفرد ينتظر حدوث الأسوأ فالأسوأ ويتوقع الشر والفشل ويستبعد ما عدا ذلك إلى حد بعيد (عبدالخالق،١٩٩٨)، فالتشاؤم استعداد أو سمة كامنة داخل الفرد تؤدي إلى التوقع السلبي للأحداث (Marshall et al.,1992).

هذا وتحتل دراسة التفاؤل والتشاؤم اهتمامًا بالغاً من قبل الباحثين نظراً لارتباط هاتين السمتين بالصحة النفسية والجسمية للفرد، فقد أكدت مختلف النظريات على ارتباط التفاؤل بالسعادة والصحة والمثابرة والإنجاز والنظرة الإيجابية للحياة، وتعد الدراسات النفسية للتفاؤل والتشاؤم دراسات حديثة فقد ظهر الاهتمام بهذين المفهومين خلال العقود الثلاثة الأخيرة، وكان أول الإسهامات في بلورة هذا المجال من الدراسات هو الكتاب الذي أعده "تايجر" (Tiger,1979) باعتباره رائد بحوث التفاؤل والتشاؤم تحت عنوان التفاؤل " بيولوجية الأمل" (عبدالخالق، ٢٠٠٠).

وقد قدمت تفسيرات متعددة للتفاؤل والتشاؤم ويختلف تفسير ذلك باختلاف النظرية التي ينطلق منها الباحثون، فقد رأت نظرية التحليل النفسي أن التفاؤل هو القاعدة العامة للحياة ، وأن التشاؤم لا يقع في حياة الفرد إلا إذا تكونت لديه عقدة نفسية، ويعتبر الفرد متفائلاً إذا لم يقع في حياته ما يجعل نشوء العقد النفسية لديه أمراً ممكناً، ولو حدث العكس لتحول إلى شخصٍ متشائم (الأنصاري،١٩٩٨)، ورأى السلوكيون أن التفاؤل والتشاؤم كغيره من السلوك يمكن تعلمه من خلال الاقتران ، أو على أساس الفعل المنعكس الشرطي، ويمكن اعتبار التفاؤل والتشاؤم من الاستجابات المكتسبة الشرطية فتكرار ظهور مثير ما بحادث سيء لشخص ما، وتكرار حدوث هذا المثير قد يؤدي للتشاؤم، في حين أن ارتباط مثير ما بشيء سار يترتب على هذا المثير التفاؤل عند الشخص (بدوي، ١٩٨٦).

أما أصحاب الاتجاه المعرفي فيعتبرون أن اللغة والذاكرة والتفكير تكون إيجابية بشكل انتقائي لدى المتفائلين، إذ يستخدم الأفراد المتفائلون نسبة أعلى من الكلمات الدالة على الإيجابية مقارنة بالكلمات السلبية سواء أكانت في الكتابة أو الكلام أو التذكر الحر، فهم يتذكرون الأحداث الايجابية قبل السلبية (اليجوفي،٢٠٠٢)، هذا وينعكس التوجه نحو الحياة والنظرة التفاؤلية للحياة على العلاقات الاجتماعية وبصورة خاصة على العلاقات بين الزوجين، فالاستقرار الزواجي هو غاية يسعى الفرد والمجتمع إلى تحقيقها فهي الضمان لتكوين أسرة قوية و إلى تنشئة الأبناء الصالحين، ومن مظاهر السعادة تمتع الفرد بحياة زوجية سعيدة تساعد على إشباع العديد من حاجات الزوجين التي تقوم على الأخذ والعطاء والتعاون المتبادل فيما تقتضيه الحياة من ممارسة للحقوق والمسؤوليات والتي تعتمد على التفاهم والتعاطف والمودة والاحترام المتبادل والمواجهة الموضوعية للمشكلات الزوجية المختلفة (عـلي،٢٠١٢).

ثالثاً: إدراك الانفعالات الوجهية:

تعد إدراك الانفعالات الوجهية مهارة حياتية يومية يصعب على الفرد الاستغناء عنها، حيث تلعب التعبيرات الوجهية وظيفة أساسية في التعبير عن المشاعر والعواطف والحاجات والنوايا (عمرو،2012)، وإدراك الانفعالات الوجهية يعد عاملاً مهماً وأساسياً لا

غنى عنه في عملية التفاعل الاجتماعي (Ekman et al.,1972:15; Lazarus,2006) حيث أن الانفعالات التي تصل من خلال التعبيرات الوجهية للآخرين توفر وسيلة تواصل غير لفظية لفهمهم وإدراك عواطفهم والتعرف على مشاعرهم ونواياهم، كما أنها تسهل قياس الآثار المترتبة على السلوكيات الموجهة نحوهم مما يتيح تعديل ما نقوم به تجاههم (Stewart & Singh,1995)، وهذا بدوره يساعد على الشعور بما يشعر به الآخرين، ويعد أيضاً أحد الخطوات الحيوية نحو فهم أخلاقي لنمو الفهم الغريزي للصواب والخطأ في اتجاه الأشخاص الآخرين (الدهان،2015).

ففهم الانفعالات الوجهية للآخرين يسمح بتطوير علاقات اجتماعية صحيحة ويتيح للأفراد آليات التصدي اللازمة للتعامل مع الضغوط الحياتية المختلفة وكذلك يؤهلهم لتجنب المشكلات الشخصية (Guralnick,1986)، فالتعبيرات الوجهية للانفعالات تعد من أهم الأمارات غير اللفظية التي يستخدمها الفرد للاستدلال على الحالة الانفعالية عند الآخرين بغض النظر عن الوجود الفعلي لهذه الانفعالات، وتكمن أهمية إدراك الانفعالات الوجهية في أنها تسهل التفاعل الاجتماعي، هذا وقد بينت دراسات عبر ثقافية أن هناك ست انفعالات رئيسة يمكن للأفراد من ثقافات مختلفة التعرف عليها من الصورة الكلية للوجه وهي: الحزن والسعادة والدهشة والتقزز والخوف والغضب (العنزي، ٢٠٠٦).

والتعرف على الانفعالات الوجهية عبر الثقافات لا يعني أنها آلية أو لا ارداية تماماً، حيث أن التوقعات والمعايير الاجتماعية تؤثر في هذه التعبيرات، وتبين الدراسات عبر ثقافية أن هناك قواعد توجه التعبير عن الانفعالات بطرق مختلفة في الثقافات المختلفة، وهذا يشير إلى الوظيفة الاتصالية للتعبيرات الوجهية بجانب الوظيفة التعبيرية (Adolphs,1994).

ولتركيب الوجه تأثير على التفاعل الاجتماعي، حيث تؤكد الدراسات أن الناس يدركون صاحب الوجه الطفولي كشخص موثوق ودافئ وصادق أكثر من صاحب الوجه الناضج، لكن الوجه الطفولي يرتبط أكثر من الوجه الناضج بانطباعات الخضوع وفقدان التوكيدية، كما أن الناس يدركون الشخص ذو الوجه المعبر انفعاليا على أنه شخص واثق من نفسه ومحبوب أكثر من ضده (العنزي، ٢٠٠٦).

ويعد وإدراك الانفعالات الوجهية واحدة من أهم العمليات العقلية المؤسسة للعلاقات الإنسانية، وهي ذات علاقة وطيدة بالتعلم بمختلف أنواعه، كما تعتبر أيضا إحدى النشاطات الذهنية التي تشغل مناطق عديدة من القشرة الدماغية، إن إدراك الانفعالات الوجهية ليس وظيفة بسيطة نستخدمها لنفهم الآخرين حسب، بل هي أبعد من ذلك بكثير إذ أن ما نحتاج إليه لإدراك الانفعالات الوجهية هو التمكن من توظيف مهام نظرية العقل التي تبدأ في النمو من المراحل النمائية الأولى في حياة الفرد (خالد،٢٠١٥).

هذا وتشير نتائج العديد من الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية هامة عند مستوى ٠.٠١ بين إدراك الانفعالات الوجهية بصورة صحيحة في المواقف الانفعالية السلبية والايجابية وبين الشعور بالسعادة الزوجية، فالإدراك الصحيح لانفعالات الوجه يدعم التعبير العفوي عن المشاعر والحب والثقة والانفتاح على الآخر، وغيرها من المتغيرات التي يمكن أن تسهم في تحسين الرضا الزواجي والشعور بالسعادة الزوجية (ناصر،٢٠٠٩).

الدراسات السابقة:

استهدفت دراسة (البلهان،٢٠٠٧) رصد وتحليل مقومات السعادة الزوجية حسب مدركات الشباب الكويتيين، أجريت الدراسة على عينة قوامها (٩٣٥) مفردة جميعهم من الشباب الكويتيين الذين تتراوح أعمارهم (بين ١٨ إلى ٣٣ سنة) ، ويتوزعون بين الذكور بنسبة (٢١.٢%)، والإناث بنسبة (٧٨.٨ %)، وكلهم من المتزوجين، وينتمون إلى مختلف محافظات دولة الكويت، كما روعي في اختيارهم التنوع في الخصائص التي يحتمل أن تختلف وفقاً لها مدركاتهم لمقومات السعادة، وقد اعتمدت الدراسة على مقياس تم إعداده بما يتفق وموضوع الدراسة وأهدافها ، كما تم التحقق من صدق المقياس وثباته بحيث يقيس ثلاثة مقومات للسعادة الزوجية،وهي(الثقة والاطمئنان النفسي، التقبل والترابط النفسي، والتوافق الجنسي)، كشفت نتائج هذه الدراسة عن الارتفاع النسبي للقيمة التي تعكس إدراك الشباب الكويتيين لمقومات السعادة في حياتهم الزوجية، فعلى مستوى الثقة والاطمئنان النفسي تبين من الدراسة أن متوسط درجات المفحوصين يبلغ (٨١.١%) أي ما يعادل (٨٠.١%) من مجمل درجة البنود التي تقيس الثقة والاطمئنان النفسي بحسب مدركات العينة، ويزداد هذا المتوسط بحسب مدركات المفحوصين الذكور، والموطنين بالمحافظات الداخلية، والذين مضى على زواجهم مدة أقل، والذين لا يوجد لديهم أطفال، والأعلى دخلاً، أما فيما يخص التقبل والترابط النفسي فقد جاء متوسط درجة المفحوصين بواقع (٧٢.٤)، أي ما يعادل (٧٦.٢%) من مجمل الدرجة، ويزداد التقبل النفسي لدى الشباب الذكور الذين يعيشون في محافظات داخلية، والذين مضى على زواجهم مدة أقل، والذين ليس لديهم أطفال، وفيما يخص التوافق الجنسي بين الزوجين تبين من الدراسة أن متوسط درجة المفحوصين على مقياس التوافق الجنسي يبلغ (٣٥.٤)، أي ما يعادل (٧٨.٧%) من درجة البنود التي تقيس التوافق الجنسي، ولا يختلف هذا المتوسط باختلاف المفحوصين من حيث الجنس، والسن، ومحافظة الإقامة، ومكان المعيشة، والأقساط الشهرية، لكنه يرتفع بفروق جوهرية لدى الذين مضى على زواجهم مدة أقل، كما يرتفع التوافق الجنسي كلما قل عدد الأطفال، وكذلك كلما ارتفع الدخل.

في حين استهدفت دراسة (الحربي والحريقي،٢٠١٣) الكشف عن مدى انتشار أزمة منتصف العمر وعلاقتها بالسعادة الزوجية، لدى عينة بلغت (٤٣٦) من معلمي ومعلمات المدينة المنورة، طبق عليها مقياس أزمة منتصف العمر، ومقياس أسباب أزمة منتصف العمر، ومقياس السعادة الزوجية، ومقياس سمات الشخصية، وأسفرت النتائج عن غياب أزمة منتصف العمر لدى العينة، وارتباطها سالباً مع السعادة الزوجية؛وعدم وجود فروق جوهرية تبعاً للنوع أو العمر في أزمة منتصف العمر، بالإضافة إلى وجود فروق جوهرية في الأزمة تبعاً للدخل الأسري لصالح ذوي الدخل الأدنى؛ وفروق جوهرية تبعاً لعدد الأبناء لصالح العدد (١-٢)، وكذلك عن وجود فروق في أزمة منتصف العمر تُعزى للحالة الاجتماعية لصالح الأرامل، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة في سمة العصابية لصالح مرتفعي الأزمة، وفي بقية السمات (الانبساطية، المقبولية، الضمير اليقظ، الانفتاح) لصالح منخفضي الأزمة، وأخيراً أسفرت النتائج عن وجود أثر دال إحصائياً للأسباب المهنية والنفسية والاجتماعية والفسيولوجية والأسرية في ارتفاع أزمة منتصف العمر.

كما هدفت دراسة (داوود،٢٠١٦) إلى فحص العلاقة بين السعادة الزوجية، والتنافر، والخلاف مع أهل الزوج، إذ تفترض الدراسة أن نوعية العلاقة بأهل الزوج يمكن أن تتنبأ بنجاح العلاقة الزوجية بين الشريكين مقاسة بدرجة الرضا، والسعادة الزوجية لكل منهما، وبالمقابل فإن التنافر مع أهل الزوج سوف يخفض الاستقرار الزواجي، والرضا الزواجي، والالتزام تجاه الحياة الزوجية، ولتحقيق هدف الدراسة تم اختيار عينة ضمت ٧٩ زوجًا و ٣٢١ زوجة ليس بينهم صلة، اختيروا بطريقة كرة الثلج بحيث تكون قد مرت على زواج الواحد منهم سنتان على الأقل ولا تزيد مدة الزواج على ٢٠ سنة ، ويكون لدى الزوج طفل واحد على الأقل وان يكون والدا الزوج أو احدهما على قيد الحياة، استخدمت مجموعة من المقاييس لقياس النجاح الزواجي والتنافر مع أهل الزوج بالإضافة إلى مجموعة من المتغيرات الديموغرافية، وأظهرت النتائج علاقة ارتباط موجبة ودالة إحصائيًا بين النجاح الزواجي لكل من الذكور والإناث والسعادة بالعلاقة مع أهل الزوج في حين ارتبط النجاح الزواجي ارتباطًا سالبًا وذا دلالة مع الخلافات مع أهل الزوج، أما العوامل التي أسهمت في تفسير التباين في التنافر مع الحماة فكانت طبيعة العلاقة مع الحماة، وفسر ٩٢.٧ % من التباين بالنسبة للذكور، و ٩٢.٧ % من التباين للإناث، والتوافق في القيم، وفسر ٢.٩ % من التباين للذكور و ٢.٧% للإناث.

وهدفت دراسة (علي،٢٠١٢) إلى قياس التوجه نحو الحياة لدى الموظفين، وقياس الاستقرار الزواجي لدى الموظفين، والتعرف على العلاقة بين التوجه نحو الحياة والاستقرار الزواجي لدى الموظفين، وقد تحدد البحث الحالي بموظفي الجامعة المستنصرية من كلا الجنسين، وقد تبنى الباحث في دراسته نظرية التبادل الاجتماعي، وتحقيقا لأهداف البحث قام الباحث ببناء أدوات البحث المتمثلة بمقياس التوجه نحو الحياة ، ومقياس

الاستقرار الزواجي ، وقد اظهر أفراد العينة توجهاً ايجابياً نحو الحياة، أيضاً أظهر أفراد العينة مستوىً عالياً من الاستقرار الزواجي، وأن هناك علاقة قوية بين التوجه نحو الحياة والاستقرار الزواجي لدى عينة البحث .

وتناولت دراسة (ناصر،٢٠٠٩) التعرف على العلاقة بين التواصل غير اللفظي وتعبيرات الوجه والرضا والسعادة الزوجية، وقد بلغت عينة الدراسة (٣٠٠) زوجاً وزوجة من سكان دمشق، أما أدوات الدراسة فكانت مقياس التواصل غير اللفظي بين الزوجين ومقياس التواصل الوجداني بين الزوجين ومقياس السعادة الزوجية ، وخلصت الدراسة إلى نتائج تفيد بعدم وجود علاقة دالة بين التواصل غير اللفظي وتعبيرات الوجه والتواصل الوجداني والسعادة الزوجية وعدم وجود فروق جنسية دالة في التواصل غير اللفظي.

كما هدفت دراسة (Hess et al.,2000) لفحص العلاقة بين الرضا الزواجي والشعور بالسعادة والتعبيرات الوجهية للعواطف والانفعالات، حيث تكونت عينة الدراسة من (١٥٠) مفحوصاً من الجنسين، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن السعادة الزوجية ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالقدرة على إدراك انفعالات وعواطف الطرف الآخر الصادرة من خلال الوجه، وأن التعبير الانفعالي الوجهي يسهم في الرضا الزواجي.

وفي دراسة (Heise & mongrain,2004) التي أجريت على (٥٤) من المتزوجين الذكور والإناث بهدف التعرف على أهمية إدراك تعبيرات الوجه للطرف الآخر على الشعور بالسعادة الزوجية والرضا، فقد توصلت النتائج إلى ارتباط تعبيرات الوجه السلبية والايجابية بالوجدان السلبي والايجابي، كما بينت النتائج أن القدرة على إدراك انفعالات الوجه تزيد من مستوى التعاطف بين الزوجين الأمر الذي يساعد على الشعور بالرضا والسعادة الزوجية.

كما أوضحت نتائج دراسة (McGinty et al.,2003) أن التواصل بالعين مع تعبيرات الوجه وملامح وتعبيرات الجسم في أثناء ممارسة العلاقة الحميمة يسهم في الشعور بالسعادة الزوجية ويزيد من الجاذبية والاهتمام المشترك.

فروض الدراسة:

تحاول الدراسة الحالية التحقق من صحة الفروض التالية:

١- توجد علاقة دالة إحصائياً بين السعادة الزوجية والتوجه نحو الحياة وإدراك الانفعالات الوجهية لدى المتزوجين من موظفي الجامعة.
٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات موظفي الجامعة في متغير السعادة الزوجية تعزى للنوع .

٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات موظفي الجامعة في متغير السعادة الزوجية تعزى العمر.

٤- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات موظفي الجامعة في متغير التوجه نحو الحياة تعزى للنوع .

٥- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات موظفي الجامعة في متغير التوجه نحو الحياة تعزى للعمر

٦- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات موظفي الجامعة في متغير إدراك الانفعالات الوجهية تعزى للنوع .

٧- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات موظفي الجامعة في متغير إدراك الانفعالات الوجهية تعزى للعمر.

٨- يمكن التنبؤ بالسعادة الزوجية بمعلومية التوجه نحو الحياة وإدراك الانفعالات الوجهية لدى موظفي الجامعة المتزوجين.

الطريقة والإجراءات:

أولاً: منهج الدراسة: استخدم الباحث المنهج الوصفي في إجراء الدراسة لكونه من أكثر المناهج استخدامًا في دراسة الظواهر الاجتماعية والإنسانية، ولأنه يناسب الظاهرة موضوع الدراسة، والمنهج الوصفي هو المنهج الذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع، ويهتم بوصفها وصفًا دقيقًا ويعبّر عنها كيفيًا بوصفها وبيان خصائصها، وكميًا بإعطائها وصفا رقميًا من خلال أرقام وجداول توضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها أو درجة ارتباطها مع الظواهر الأخرى، وهو عملية تُقدَّم بها المادة العلمية كما هي، ولذلك فإنه يكون في نهاية المطاف عبارة عن دليل علمي، فالمنهج الوصفي إذًا يقوم على استقراء المواد العلمية التي تخدم إشكالًا ما أو قضية ما وعرضها عرضًا مرتبًا ترتيبًا منهجيًا.

ثانياً: مجتمع وعينة الدراسة: يتكون المجتمع الأصلي للدراسة الحالية من جميع الموظفين والموظفات المتزوجين بجامعة جازان(ليس بينهم صلة زواج) والذين يعملون بكلياتها أو إدارة من إداراتها المختلفة شريطة أن يكون كل فرد من هؤلاء قد مضى على زواجه عام واحد على الأقل ولديه طفل واحد على الأقل، أما عينة الدراسة الحالية والتي خضعت للقياس فقد بلغت (١٤٥) من موظفي وموظفات جامعة جازان المتزوجين، (٨٠ موظفاً و ٦٥ موظفةً) ممن تتراوح أعمارهم من ٣٠ إلى ٥٠ عاماً ويتمتعون جميعاً بمستوى اجتماعي واقتصادي وثقافي متوسط، والجدول (١) يوضح تفاصيل عينة الدراسة الحالية على النحو التالي:

جدول (١) عينة الدراسة

المتغير	الفئات	العدد	الإجمالي
النوع	ذكور	٨١	١٤٥
	إناث	٦٤	
العمر الزمني	من ٣٠ إلى ٤٠ عامًا	٩٤	١٤٥
	من ٤١ إلى ٥٠ عاماً	٥١	

ثالثاً: أدوات الدراسة: تضمنت الدراسة الحالية ثلاثة مقاييس بيانها على النحو التالي:

أولاً: مقياس السعادة الزوجية: إعداد الباحث

اعتمد الباحث على هذا المقياس لقياس مدى تمتع المفحوصين في هذه الدراسة بالسعادة الزوجية، وقد مر إعداد المقياس بعدة خطوات تبدأ بمراجعة الأدبيات المعنية بالسعادة الزوجية، وكذلك مراجعة أهم المقاييس المعنية بالسعادة عموماً وبالسعادة الزوجية على وجه الخصوص، هذه الأدبيات أتاحت للباحث إمكانية الحصول على الأفكار الأساسية التي تمت صياغتها في صورة أسئلة محددة، عقب ذلك قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية عبارة عن سؤال مفتوح تم توجيهه بشكل عشوائي لعدد (٣٠) موظفاً إدارياً بجامعة جازان و(٢٠) موظفةً إدارية بالجامعة و(١٠) أكاديميين من المتخصصين في علم النفس بكلية التربية بجامعة جازان، هذا السؤال هو: من وجهة نظرك: ماهي الأشياء والمقومات التي تجعل الرجل أو المرأة يشعران بالسعادة الزوجية ؟ أو ما هي مقومات السعادة الزوجية والعوامل المؤدية إليها ؟. ومن خلال الاستجابات التي حصل عليها الباحث وبعد تحليلها تم التوصل إلى مجموعة من الأفكار الأساسية التي تعد من مقومات السعادة الزوجية والتي يمكن الاعتماد عليها في صياغة الأسئلة التي تقيس مستوى الشعور بالسعادة الزوجية، هذه المقومات هي: دفء المشاعر، الإشباع الجنسي، التواصل الفعال، الثقة بالطرف الآخر والاطمئنان له، تحمل المسئولية، العلاقة بأهل الزوج، تربية الأولاد، النجاح الأكاديمي، الاستقلالية الزواجية وعدم تدخل الأقارب، التقبل والترابط النفسي، وبناءً على ما تقدم، صاغ الباحث مقياس السعادة الزوجية في صورته الأولية متضمناً (٥٠) مفردةً، أمام كل مفردةً (٤) استجابات بشكل متدرج، الأولى (كثيراً وتحصل على٤ درجات)، الثانية (إلى حد ما وتحصل على ٣ درجات)، الثالثة (قليلاً وتحصل على ٢ درجتين)، الرابعة (نادراُ وتحصل على درجة واحدة)، وبذلك تكون الدرجة العظمى للمقياس هي ٢٠٠ درجة، والدرجة الدنيا تساوي ٥٠ درجة، وللوصول إلى الصورة النهائية للمقياس قام الباحث بحساب الصدق والثبات على النحو التالي: بالنسبة للصدق Validity قام الباحث بعرض المقياس على (٥) من الأساتذة الأكاديميين

المتخصصين في علم النفس بكلية التربية بجامعة جازان بهدف معرفة رأيهم فيما إذا كان المقياس يقيس المطلوب قياسه بالفعل أم لا وفيما إذا كانت هناك أي مفردات يرون حذفها أو تعديلها أو إضافتها في المقياس، وبناءً على استجابات هؤلاء الأكاديميين تم الإبقاء على جميع المفردات لكونها حصلت على نسبة اتفاق لا تقل عن ٨٥% مع تعديلات طفيفة في بعض الصياغات التي اتفق المحكمين على ضرورة تعديلها، عقب ذلك قام الباحث بحساب ما يعرف بصدق المقارنة الطرفية أي قدرة المقياس على التمييز الفارق بين الميزانين القوي والضعيف في الظاهرة موضوع القياس وهي السعادة الزوجية، ولذلك قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية (عينة تقنين) من (٣٠) موظفاً وموظفةً بجامعة جازان، ثم قام الباحث بحساب دلالة الفرق بين الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى لدرجات عينة التقنين بعد ترتيبها تنازلياً وتوصل الباحث إلى أن قيمة " ت " التجريبية تساوي ٩.٣٢ وهي دالة إحصائيًا عند مستوى ٠.٠١، وبذلك تحقق الباحث من صدق المقياس، وبالنسبة للثبات **Reliability** فقد قام الباحث بإعادة تطبيق المقياس بفاصل زمني قدره ١٥ يوماً على أفراد عينة التقنين السابقة، وكان معامل ثبات المقياس هو ٠.٧٠٩وهو دال إحصائيًا عند مستوى٠.٠١، كما قام الباحث بحساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية بإتباع الخطوات المعروفة في ذلك حيث ثم حساب معامل الارتباط بين درجات نصفي المقياس، فوجد أن معامل الارتباط هو ٠.٧٢١ وهو دالّ إحصائيًا عند مستوى ٠.٠١ مما يؤكد أن المقياس في صورته الحالية يتمتع بمعامل ثبات عالي وبذلك توصل الباحث إلى الصورة النهائية لمقياس السعادة الزوجية والتي تضمنت (٥٠) مفردةً تغطي العديد من الجوانب التي تعد من مقومات السعادة الزوجية، وللاطلاع على المقياس في صورته النهائية ملحق رقم (١).

ثانياً: مقياس التوجه نحو الحياة: إعداد الباحث

للوصول إلى الصورة النهائية لهذا المقياس قام الباحث بمراجعة العديد من الأطر النظرية والمقاييس السابقة التي أعدت لهذا الغرض ومن ضمنها مقياس (عايده شعبان ٢٠١٣م لقياس التوجه نحو الحياة) ومقياس (الأنصاري ٢٠٠٥م لقياس التوجه نحو الحياة والمترجم عن **Scheier & Carver** ١٩٨٥م)، وبإتباع نفس الخطوات كما في مقياس السعادة الزوجية استطاع الباحث صياغة (٣٠) مفردة تشكل في مجملها التوجه نحو الحياة، أمام كل مفردة ثلاث استجابات، دائماً = ٣ درجات، أحياناً = ٢ درجة، نادراً = ١ درجة، وبذلك تكون الدرجة العظمى للمقياس هي ٩٠ درجة والدنيا هي ٣٠ درجة، وبالنسبة لحساب صدق المقياس قام الباحث بعرض المقياس على (٥) من الأساتذة الأكاديميين المتخصصين في علم النفس بكلية التربية بجامعة جازان بهدف معرفة رأيهم فيما إذا كان المقياس يقيس المطلوب قياسه بالفعل أم لا وفيما إذا كانت هناك أي مفردات يرون حذفها أو تعديلها أو إضافتها في المقياس، وبناءً على استجابات هؤلاء الأكاديميين

تم الإبقاء على جميع المفردات لكونها حصلت على نسبة اتفاق لا تقل عن ٩٠%، عقب ذلك قام الباحث بحساب ما يعرف بصدق المقارنة الطرفية أي قدرة المقياس على التمييز الفارق بين الميزانين القوي والضعيف في الظاهرة موضوع القياس وهي التوجه نحو الحياة ، ولذلك قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية (عينة تقنين) من (٣٠) موظفاً وموظفةً بجامعة جازان. ثم قام الباحث بحساب دلالة الفرق بين الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى لدرجات عينة التقنين بعد ترتيبها تنازلياً وتوصل الباحث إلى أن قيمة " ت " التجريبية تساوي ٦.٦٢١ وهي دالة إحصائيًا عند مستوى ٠.٠١، وبذلك تحقق الباحث من صدق المقياس، أما بالنسبة لثبات المقياس فقد قام الباحث بإعادة تطبيق المقياس بفاصل زمني قدره ١٥ يوماً على أفراد عينة التقنين السابقة ، وكان معامل ثبات المقياس هو ٠.٦٢٩ وهو دالّ إحصائيًّا عند مستوى ٠.٠١، كما قام الباحث بحساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية والذي بلغ ٠.٦٥١ وهو دالّ إحصائيًّا عند مستوى ٠.٠١ مما يؤكد أن المقياس في صورته الحالية يتمتع بمعامل ثبات عالي . وبذلك استقر الباحث على الصورة النهائية للمقياس كما هي موضحة في ملحق رقم (٢).

ثالثاً: مقياس إدراك الانفعالات الوجهية: إعداد الباحث

لإعداد هذا المقياس قام الباحث بالاطلاع على بعض المقاييس ذات الصلة والتي أعدت مسبقاً لنفس الغرض وهو قياس مدى إدراك الانفعالات الوجهية، ومن المقاييس التي اطلع عليها الباحث: مقياس منى الدهان (2015)، ومقياس Ekman & Friesen (1975)، كما قام الباحث بالاطلاع على بعض الأطر النظرية ذات العلاقة بالموضوع، ومن خلال ذلك توصل الباحث إلى أن هناك مجموعة من الانفعالات الوجهية الأساسية التي تيسر عملية التواصل غير اللفظي بين الأفراد عموماً، هذه الانفعالات هي السعادة والحزن والدهشة والخوف والغضب والاشمئزاز (Gunes & Hung,2016)، وبناءً على ما سبق، استقر الباحث على إعداد مقياس مصور، يحوي مجموعة من الأوجه المعبرة عن انفعالات مختلفة، وعرفها الباحث كما يلي: السعادة: الاستمتاع والشعور الايجابي، الحزن: الشعور بالخسارة وعدم الراحة والألم والشعور بالسلبية، الغضب: الإحباط الشديد والشعور بالظلم والاهانة، الخوف: الشعور بعدم الارتياح لشيء معين، المفاجأة: الشعور بالذهول لرؤية أشياء غريبة أو غير متوقعة، الاشمئزاز: احتقار الشيء والنفور منه، اللامبالاة: عدم الاهتمام وقمع الأحاسيس، الكآبة: الشعور بالرفض من قبل الآخرين، الغرور: الثقة المبالغة في النفس. تكون المقياس في صورته النهائية من (٧٨) صورة غير ملونة اقتبسها الباحث من مقياس Ekman & Friesen (1975) للانفعالات من خلال التعبيرات الوجهية، بحيث يتم عرض الصور على المفحوصين ليقوموا بتحديد الانفعال الذي يعبر عنه هذا الوجه الموضح في الصورة، ولحساب صدق المقياس قام الباحث بعرض المقياس على (٥) من الأساتذة الأكاديميين

المتخصصين في علم النفس بكلية التربية بجامعة جازان بهدف معرفة رأيهم فيما إذا كان المقياس يقيس المطلوب قياسه بالفعل أم لا، وبناءً على استجابات هؤلاء الأكاديميين تم الإبقاء على جميع الصور التي تم عرضها عليهم لكونها تعبر عن الانفعالات المطلوب قياسها، عقب ذلك قام الباحث بحساب ما يعرف بصدق المقارنة الطرفية أي قدرة المقياس على التمييز الفارق بين الميزانين القوي والضعيف في الظاهرة موضوع القياس وهي إدراك الانفعالات الوجهية، ولذلك قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية (عينة تقنين) من (٣٠) موظفاً وموظفةً بجامعة جازان، ثم قام الباحث بحساب دلالة الفرق بين الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى لدرجات عينة التقنين بعد ترتيبها تنازلياً وتوصل الباحث إلى أن قيمة " ت " التجريبية تساوي ٤.٤٤٦ وهي دالة إحصائيًا عند مستوى ٠.٠١،وبذلك تحقق الباحث من صدق المقياس، أما بالنسبة لثبات المقياس فقد قام الباحث بإعادة تطبيق المقياس بفاصل زمني قدره ١٥ يوماً على أفراد عينة التقنين السابقة، وكان معامل ثبات المقياس هو ٠.٨٨٢ وهو دالّ إحصائيًّا عند مستوى ٠.٠١، كما قام الباحث بحساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية والذي بلغ ٠.٥٤١ وهو دالّ إحصائيًّا عند مستوى ٠.٠١ مما يؤكد أن المقياس في صورته الحالية يتمتع بمعامل ثبات عالي. وبذلك استقر الباحث على الصورة النهائية للمقياس كما هي موضحة في ملحق رقم (٣)، ولتصبح الدرجة العظمى للمقياس تساوي (٧٨) درجة، والدرجة الدنيا للمقياس تساوي (صفر).

رابعاً: الخطوات الإجرائية للدراسة: اتبع الباحث في إجراء الدراسة الحالية الخطوات الإجرائية التالية:

١. جمع المادة العلمية ومن ثم إعداد وكتابة الإطار النظري الخاص بالدراسة.
٢. إعداد أدوات الدراسة الحالية وتقنينها سيكومترياً.
٣. تحديد عينة الدراسة .
٤. إجراء الجانب التطبيقي للدراسة.
٥. تحليل البيانات إحصائيا باستخدام برنامج (SPSS. V(16).
٦. عرض النتائج وصياغتها ومن ثم مناقشتها وتفسيرها.
٧. استخلاص مجموعة من التوصيات ذات الصلة بموضوع الدراسة الحالية.

نتائج الدراسة:

نتائج الفرض الأول:

ينص للفرض الأول على: "توجد علاقة دالة إحصائياً بين السعادة الزوجية والتوجه نحو الحياة وإدراك الانفعالات الوجهية لدى المتزوجين من موظفي الجامعة"

للتحقق من صحة الفرض الأول، تم استخدام معامل ارتباط بيرسون كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول(٢) معامل ارتباط بيرسون بين السعادة الزوجية والتوجه نحو الحياة وإدراك الانفعالات الوجهية لدى المتزوجين من موظفي الجامعة (ن=١٤٥)

المتغير	السعادة الزوجية	التوجه نحو الحياة	إدراك الانفعالات الوجهية
السعادة الزوجية	–	٠.٥٣١**	٠.٦٠٢**
التوجه نحو الحياة	٠.٥٣١**	–	٠.٧٣٤**
إدراك الانفعالات الوجهية	٠.٦٠٢**	٠.٧٣٤**	–

**** دال عن مستوى ٠.٠١**

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة طردية دالة عند مستوى (٠.٠١) بين السعادة الزوجية والتوجه نحو الحياة بلغت (٠.٥٣١) ، وكذلك توجد علاقة طردية دالة عند مستوى (٠.٠١) بين السعادة الزوجية وإدراك الانفعالات الوجهية بلغت (٠.٦٠٢)، وأيضاً توجد علاقة طردية دالة عند مستوى (٠.٠١) بين إدراك الانفعالات الوجهية والتوجه نحو الحياة بلغت (٠.٧٣٤). فكلما زاد التوجه نحو الحياة زادت السعادة الزوجية والعكس صحيح ، وكلما زاد إدراك الفرد للانفعالات الوجهية زادت أيضا السعادة الزوجية والعكس صحيح، وكلما زاد التوجه نحو الحياة زادت قدرة الفرد على إدراك الانفعالات الوجهية والعكس صحيح.

نتائج الفرض الثاني:

ينص للفرض الثاني على: "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات موظفي الجامعة في متغير السعادة الزوجية تعزى للنوع ".

للتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين ، والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول (٣) قيمة "ت" لمعرفة الفرق في الشعور بالسعادة النفسية في ضوء متغير النوع

المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
ذكور	81	112.543	7.113	60.040	0.01
إناث	64	177.062	5.427		

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ت) لمعرفة الفروق بين الذكور والاناث في الشعور بالسعادة النفسية بلغت (٦٠.٠٤٠) وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى ٠.٠١ ؛مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الشعور بالسعادة النفسية ،وتعزى هذه الفروق لصالح المجموعة الأعلى متوسط حسابي ، وهي مجموعة الإناث ؛ حيث كان المتوسط الحسابي لها أعلى من مجموعة الذكور .

نتائج الفرض الثالث:

ينص للفرض الثالث على: "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات موظفي الجامعة في متغير السعادة الزوجية تعزى العمر ".

للتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين ، والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول (٤) قيمة "ت" لمعرفة الفرق في الشعور بالسعادة النفسية في ضوء متغير العمر

المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
30 -40	94	121.361	2.174	16.945	0.01
41-50	51	177.254	5.469		

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ت) لمعرفة الفروق في الشعور بالسعادة النفسية في ضوء متغير العمر بلغت (١٦.٩٤٥) وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى ٠.٠١ ؛مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالسعادة النفسية تعزى لمتغير العمر وتعزى هذه الفروق لصالح المجموعة العمرية (٤١ – ٥٠) ؛ حيث كان المتوسط الحسابي لها أعلى من المجموعة الأخرى .

نتائج الفرض الرابع:

ينص للفرض الرابع على: "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات موظفي الجامعة في متغير التوجه نحو الحياة تعزى للنوع ".

للتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين ، والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول (٥) قيمة "ت" لمعرفة الفرق في التوجه نحو الحياة في ضوء متغير النوع

المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
ذكور	81	49.938	5.505	61.942	0.01
إناث	64	81.609	3.893		

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ت) لمعرفة الفروق بين الذكور والاناث في التوجه نحو الحياة بلغت (٦١.٩٤٢) وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى ٠.٠١ ؛مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التوجه نحو الحياة ،وتعزى هذه الفروق لصالح المجموعة الأعلى متوسط حسابي ، وهي مجموعة الإناث ؛ حيث كان المتوسط الحسابي لها أعلى من مجموعة الذكور .

نتائج الفرض الخامس:

ينص للفرض الخامس على: "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات موظفي الجامعة في متغير التوجه نحو الحياة تعزى العمر ".

للتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين ، والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول (٦) قيمة "ت" لمعرفة الفرق في التوجه نحو الحياة في ضوء متغير العمر

المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
30 -40	94	54.266	12.094	15.752	0.01
41-50	51	81.705	3.853		

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ت) لمعرفة الفروق في التوجه نحو الحياة في ضوء متغير العمر بلغت (١٥.٧٥٢) وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى ٠.٠١ ؛مما يشير

إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوجه نحو الحياة ترجع لمتغير العمر، وتعزى هذه الفروق لصالح المجموعة العمرية (٤١ – ٥٠) ؛ حيث كان المتوسط الحسابي لها أعلى من المجموعة الأخرى .

نتائج الفرض السادس:

ينص للفرض السادس على: "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات موظفي الجامعة في متغير إدراك الانفعالات الوجهية تعزى للنوع ".

للتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين ، والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول (٧) قيمة "ت" لمعرفة الفرق في إدراك الانفعالات الوجهية في ضوء متغير النوع

المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
ذكور	81	67.777	3.510	26.624	0.01
إناث	64	47.875	5.449		

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ت) لمعرفة الفروق بين الذكور والاناث في إدراك الانفعالات الوجهية بلغت (٢٦.٦٢٤) وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى ٠.٠١ ؛مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في إدراك الانفعالات الوجهية ،وتعزى هذه الفروق لصالح المجموعة الأعلى متوسط حسابي ، وهي مجموعة الذكور ؛ حيث كان المتوسط الحسابي لها أعلى من مجموعة الإناث .

نتائج الفرض السابع:

ينص للفرض السابع على: "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات موظفي الجامعة في متغير إدراك الانفعالات الوجهية تعزى العمر ".

للتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين ، والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول (٨) قيمة "ت" لمعرفة الفرق في إدراك الانفعالات الوجهية في ضوء متغير العمر

المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
30 -40	94	64.968	7.995	13.508	0.01
41-50	51	47.980	5.537		

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ت) لمعرفة الفروق في إدراك الانفعالات الوجهية في ضوء متغير العمر بلغت (١٣.٥٠٨) وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى ٠.٠١ ؛مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إدراك الانفعالات الوجهية ترجع لمتغير العمر، وتعزى هذه الفروق لصالح المجموعة العمرية (٣٠ – ٤٠) ؛ حيث كان المتوسط الحسابي لها أعلى من المجموعة الأخرى .

نتائج الفرض الثامن:

ينص للفرض الثامن على: "يمكن التنبؤ بالسعادة الزوجية بمعلومية التوجه نحو الحياة وإدراك الانفعالات الوجهية لدى موظفي الجامعة المتزوجين".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول (٩) نتائج تحليل الانحدار المتعدد لمعرفة امكانية التنبؤ بالسعادة الزوجية بمعلومية كل من التوجه نحو الحياة وإدراك الانفعالات الوجهية

المتغير التابع	المتغير المستقل	ر	ر٢	ر٢ النموذج	قيمة(ف)	الدلالة	B	β	قيمة (ت)	الدلالة
السعادة الزوجية	التوجه نحو الحياة	٠.٨١	٠.٦٥	٠.٦٤	٥٣.٥٣٧	٠.٠١	٠.١٨	٠.٨١	٧.٣١٧	٠.٠١
	إدراك الانفعالات الوجهية	٠.٨٥	٠.٧٣	٠.٧٢	٧٨.٨٣	٠.٠١	٠.٣١	٠.٨٥	٨.٨٧	٠.٠١

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

أن قيمة (ف) لمعرفة امكانية التنبؤ بالسعادة الزوجية بمعلومية كل من التوجه نحو الحياة وإدراك الانفعالات الوجهية بلغت على الترتيب (٥٣,٥٣٧، ٧٨,٨٣) وهي قيم دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ ، مما يشير إلى إمكانية التنبؤ بالسعادة الزوجية من خلال التوجه نحو الحياة وإدراك الانفعالات الوجهية.

مناقشة النتائج وتفسيرها:

استهدفت الدراسة الحالية التعرف على العلاقة بين السعادة الزوجية وكلاً من الاتجاه نحو الحياة وإدراك الانفعالات الوجهية ، وهي تسير في نفس سياق العديد من الدراسات السابقة كدراسة (عـلي،٢٠١٢) ودراسة (نـاصـر،٢٠٠٩) ودراسة (Hess et al.,2000) ودراسة (Heise & mongrain,2004) ودراسة (McGinty et al.,2003) والتي حاولت بشكل أو بآخر التعرف على تأثير المتغيرات المستهدفة في هذه الدراسة على الشعور بالسعادة الزوجية، وجاءت النتيجة الرئيسة للدراسة الحالية لتشير إلى وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين التوجه نحو الحياة والسعادة الزوجية، ويمكن تفسير ذلك حسب نظرية التبادل الاجتماعي من حيث أن الفرد كلما كان لديه توجه ايجابي نحو الحياة والآخرين كلما انعكس هذا التوجه على الاستقرار في الحياة الزوجية وبالتالي الشعور بالسعادة الزوجية، إضافة إلى أن الزوجين لدى تفاعلهما في حياتهما الزوجية يكون لديهما احتياجات كثيرة بحسب طبيعة كل شخص وجنسه وأنه إذا تفهم كل طرف الطرف الآخر فإن الحياة سيسودها الرضا وخاصة أن كل زوج يبدأ حياته بتوقعات معينة لمتطلبات يريد الحصول عليها من الزوج الآخر، وأن عملية التبادل هي عملية مواءمة ومشاركة في القيم والمعاني، والزوجين وفقاً لهذه النظرية ينبغي أن يأخذوا ما يمكن من بعضهم البعض والحصول عليه في إطار علاقتهم من خلال إعطاء الآخر ما يطلبه، كما توصلت الدراسة أيضاً إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين إدراك انفعالات الوجه والشعور بالسعادة الزوجية، وهذا يمكن تفسيره في ضوء أن التفاعل الزواجي يرتبط بمتغيرات من بينها فهم وإدراك الانفعالات الوجهية وهو جانب وجداني مهم في هذا التفاعل، فالعمليات التواصلية غير اللفظية عموماً والتي من ضمنها فهم انفعالات الوجه تلعب دوراً بارزاً في الرضا الزواجي وفي إيجاد حالة وجدانية مميزة بين الزوجين يكون محصلتها الشعور بالسعادة، ومن ناحية أخرى أفادت نتائج الدراسة إلى أن الإناث أكثر سعادة من الذكور وذلك في العلاقة الزواجية، وهنا ينبغي أن نشير إلى أن هناك اعتقاد خاطئ لدى البعض، حيث يرون أن عمل المرأة وانشغالها بأهدافها وحياتها العملية هي من الوسائل والأسباب التي تساعد على الانفصال وفشل العلاقة الزوجية في أسرع وقت، خاصة إن كانت المرأة ناجحة في عملها، لكن هذه الأفكار غير صحيحة، حيث أن المرأة العاملة تكون أكثر سعادة مع زوجها حتى وإن كانت أعباء العمل ثقيلة، مقارنة بالنساء غير العاملات، فالمرأة الأكثر انشغالاً في عملها تشعر إلى حد ما بالرضا والنجاح في عملها، مما يجعلها أفضل في حياتها الزوجية أيضاً، فبرغم كثرة المسؤوليات العملية وتزاحم الحياة العملية فإن احترام الذات يجعل الزوجة أكثر رضا عن نفسها وبالتالي تستطيع أن تعطي لبيتها وزوجها الكثير نتيجة لهذا الرضا النفسي، وهذا لا يعني أن الأزواج الذكور لا يتمتعون بالسعادة الزوجية مع زوجاتهم العاملات، فعلى العكس تماماً فغياب الزوجة مزيداً من الوقت خارج المنزل لعملها يزيد الود بينها وبين زوجها ، وبالتالي فغياب الزوجة يؤجج الشوق في قلب الزوج أكثر من الأزواج اللذين يرون زوجاتهن

أمامهن باستمرار، أما فيما يخص ارتفاع الزوجات في مشاعر السعادة مقارنة بأزواجهن فهذا يمكن رده لطبيعة البناء النفسي للرجل والمرأة، فالرجل يميل بصورة أكثر إلى أن يصبح محور اهتمام زوجته الأول وأي انشغال عنه سواء بالعمل أو بتربية الأبناء قد يؤدى إلى انخفاض مستوى الشعور بالسعادة الزوجية، ولكن هذا لا يعني بأي حال من الأحوال غياب الشعور بالسعادة لدى الأزواج الذكور، أما عن تأثير العمر الزمني على مستوى الشعور بالسعادة الزوجية فيمكن تفسيره في ضوء ما يعرف بالفتور العاطفي الذي يحدث بعد فترة طويلة من الزواج، ويرجع هذا الفتور إلى عدة أسباب من أهمها التفاوت في سمات الشخصية بين الزوجين ومستوى الثقافة بينهما، ومع ذلك فإذا توفر الحب الحقيقي بدرجة كافية بين الزوجين وكان هو عنوان المنزل وإذا ما كان التفاهم بين الزوجين على درجة عالية فالملل لا يؤثر على الحياة ولا على سلوك الزوجين.

توصيات الدراسة:

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة الحالية فإننا نوصي بضرورة تبنى دورات تدريبية للمقبلين على الزواج لتدريبهم على أنماط التفكير التفاؤلي وعلى فهم انفعالات الوجه وعلى أهمية الاصغاء لشريك الحياة وفهم مشاعره وترتيب الأولويات الحياتية داخل محيط الأسرة وأن السعادة ليست في الجانب المادي فقط.

بالإضافة إلى أهمية أن يكون هناك مكاتب للإرشاد الزواجي ترتبط بالمحاكم وتهتم بتقديم النصح والمشورة للمقدمين على الزواج والمتزوجين وتقديم أفضل السبل والطرق والنماذج التي تسهم في بناء أسرة تسودها السعادة والوئام.

ولعل من المناسب أن يتم تطبيق تجربة الامارات العربية المتحدة في إنشاء وزارة للسعادة تهدف لتقديم برامج ونظم وأساليب تسهم في تقديم حياة سعيدة لكل أفراد المجتمع مما ينعكس إيجاباً على الحياة الاجتماعية للفرد والمجتمع.

المراجع:

إبراهيم، رزق سند. و محمود، ماجدة (١٩٩٥). التوافق الزواجي وعلاقته بضغوط الحياة: دراسة مقارنة بين الزوجات العاملات والزوجات غير العاملات. مجلة الآداب والعلوم الإنسانية، ١٥، ١، ٤٨ – ٧٥.

إبراهيم، مي علي (٢٠١١). الطريق إلى السعادة الزوجية. مجلة الوعي الإسلامي، ٤٨، ٥٥٥، ٧٨ – ٧٩.

استانبولي، محمد مهدي (١٩٨١). تحفة العروس أو الزواج الإسلامي السعيد. ط ٤، بيروت: المكتب الإسلامي.

أسعد، يوسف ميخائيل (١٩٨٦). التفاؤل والتشاؤم. القاهرة: مكتبة النهضة للطباعة والنشر والتوزيع.

باشا، شيماء عزت مصطفى (٢٠١٠). عزو الأسباب، التفاؤل – التشاؤم: متغيرات معدلة في العلاقة بين الضغوط والرضا الزواجي. رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية الآداب، جامعة حلوان.

بدوي، يوسف نجيب (١٩٨٦). التفاؤل والتشاؤم. القاهرة: دار المعارف للطباعة والنشر والتوزيع.

بدير، كريمان محمد عبدالسلام (١٩٩٥). الإحساس بالسعادة عند الأطفال: دراسة عبر حضارية مقارنة. مجلة دراسات وبحوث في الطفولة المصرية، ١، ٢٤٦ – ٣٠٣.

البلهان، عيسى محمد (٢٠٠٧). مقومات السعادة الزوجية كما يدركها الشباب الكويتيون. حولية الآداب والعلوم الاجتماعية، ٢٧، ٢٥٦، ٨ – ٧٨.

الحربي، نايف. والحريقي، نهال (٢٠١٣). أزمة منتصف العمر وعلاقتها بالسعادة الزوجية لدى المعلمين والمعلمات. مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ٤٥، ١، ٨١ – ١٣٠.

خالد، بوعافية (٢٠١٥). أنماط إدراك الانفعالات الوجهية وصيرورتها العصبية لدى الأطفال ذوي تناذر اسبرجر. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، ٢١، ٨٧ – ١٠٠.

الخضر، عثمان. و الفضلي، هدى (٢٠٠٧). هل الأذكياء وجدانياً أكثر سعادة. مجلة العلوم الاجتماعية، ٣٥، ٢، ١ – ٢٧.

داوود، نسيمة (٢٠١٦). أثر العلاقة بأهل الزوج في السعادة الزوجية: دراسة ميدانية في الأردن. مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، ١٤، ١، ٣٩ – ٦٢.

الدهان، منى حسين محمد (٢٠١٥). سلوك التنمر لدى الطفل المعاق عقلياً ، سمعياً و علاقته بمتغيرات اعتبار الذات و الدفاع عن الذات و التعرف على انفعالات الوجه. مجلة دراسات الطفولة، ١٨، ٦٧، ١٥٩–١٦٨.

صحاف، خلود بنت محمد (٢٠١٥). التوافق الزواجي وعلاقته بالاستقرار الأسري لدى عينة من المتزوجين بمدينة مكة المكرمة. متطلب تكميلي للحصول على

الماجستير في علم النفس تخصص (إرشاد نفسي)، كلية التربية، جامعة أم القرى.

عبد الخالق، احمد محمد(١٩٩٨). التفاؤل وصحة الجسم دراسة عالمية. مجلة العلوم الاجتماعية، ٢٦، ٢، ٤٥ – ٦٨.

علي، أنور جبار (٢٠١٢). التوجه نحو الحياة وعلاقته بالاستقرار الزواجي. مجلة الأستاذ، ٢٠٣، ١٢٦٧ – ١٢٩٢.

العماني، بندري فهد دخيل (٢٠١٣). مجلة الأمن والحياة (أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية)، ٣٣، ٣٧٩، ٤٤ – ٤٧.

عمرو، إسراء محمد (٢٠١٢). إصابات الدماغ وعلاقتها بظهور أعراض الاكتئاب والقدرة على التعرف على الانفعالات من خلال التعبيرات الوجهية "دراسة نفس عصبية". رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية.

العنزي، فلاح محروت (٢٠٠٦). علم النفس الاجتماعي. ط ٤، مركز الرشد للطباعة والنشر والتوزيع.

الفنجري، حسن عبدالفتاح (٢٠٠٦). السعادة بين علم النفس الايجابي والصحة النفسية. القاهرة: مؤسسة الإخلاص للطباعة والنشر.

القاسم، موضي بنت محمد (٢٠١١). الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من السعادة والأمل لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة أم القرى.

القطاع، سها محمد (٢٠٠٩). منهج القران الكريم في تحقيق السعادة الزوجية. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية أصول الدين، الجامعة الإسلامية، غزة.

مؤمن، داليا محمد (٢٠٠٤). العلاقة بين السعادة وكل من الأفكار اللاعقلانية وأحداث الحياة السارة والضاغطة. المؤتمر السنوي الحادي عشر للإرشاد النفسي بجامعة عين شمس، المجلد الأول، ١-٣٠.

مخيمر، هشام و عبد المعطي ، محمد السيد (٢٠٠٠). التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بعدد من المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة، مجلة دراسات تربوية واجتماعية، كلية التربية ، جامعة حلوان ، ٦، ٣، ١٢٢ – ١٥٧.

مراد ، صلاح و أحمد ، محمد (٢٠٠١). أنماط التعلم والتفكير وعلاقتهما بالتفاؤل والتشاؤم لطلبة التخصصات التكنولوجية ، القاهرة ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، ٢٢، ١٤، ١٥٨ – ١٧٢.

موسى، فتحـي (٢٠١١). فن السعادة الزوجية. مجلة الوعي الإسلامي، وزارة الأوقاف والشئون الإسلامية – الكويت، ٤٨، ٥٥٢، ٧٠ – ٧١.

ناصر، عائشة أحمد (٢٠٠٩). التواصل والمحبة وتقدير الذات في العلاقة الزوجية: التوافق بين لغة القلب والعقل والوجدان. دمشق: مؤسسة الرسالة للطباعة والنشر والتوزيع.

هادي، نورس شاكر (٢٠٠٨). تعريب مقياس التوجه نحو الحياة واشتقاق المعايير له. مجلة كلية التربية للعلوم الإنسانية، جامعة بابل، ١٨، ٤، ٥١ – ٨٤.

اليجوفي، نجوى (٢٠٠٢). التفاؤل والتشاؤم وعلاقته ببعض المتغيرات الاجتماعية الديموغرافية لدى طلاب الجامعة. مجلة علم النفس، ٦٢، ١٣٢ – ١٤٩.

اليجوفي، نجوى. والأنصاري، بدر (٢٠٠٥). التفاؤل والتشاؤم دراسة ثقافية مقارن بين اللبنانيين والكويتيين. مجلة العلوم الاجتماعية، ٣٣، ٢، ٢١٣ – ٣٣٥.

يوسف، فيصل عبدالقادر (١٩٩٣). سيكولوجية السعادة. الكويت: سلسلة عالم المعرفة.

Adolphs R. (1994). Impaired recognition of emotion in facial expressions following bilateral damage to the amygdale. Nature, 372, 669-672.

Bowman, M. (1990). Coping effort and marital Satisfaction: Measuring Marital coping and its correlates. Journal of Marriage and the Family, 4, 463-474.

Bulletin, K. (1995). Family variables as mediators of the Relationship between Work, Family Conflict and marital adjustment among dud career men and woman. Journal of Social Psychology. 55, 4, 83 – 97.

Carver, C. S. & Scheier, M. F. (2003). Optimism. In S. J. Lopez and C. R. Snyder (Eds.),handbook of positive psychology assessment: a handbook of models and measures, Washington, DC: American psychological association . p. 75-89.

Diener, N. (2002). Positivist and the construction of life satisfaction judgments: Global happiness is not the sum of its parts. Journal of Happiness Studies, 1, 2, 159-176.

Ekman, P. ; Ellsworth, P. and Friesen, W. (1972). Emotion in the human face. Ellsford, NY: Pergamon.

Ekman, P. and Friesen, W. (1975). Unmasking the face: A guide to recognizing emotions from facial clues. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Franken, R. (1994). Human Motivation-Cal: fornia: brooks cole publishing company.

Franken, R. (1994). Human Motivation-Cal: fornia: brooks cole publishing company.

Gunes, H. and Hung, H. (2016). Is automatic facial expression recognition of emotions coming to a dead end? The rise of the new kids on the block. Image and Vision Computing, (in Press) Available online at www.elsevier.com/locate/imavis.

Heisel, M. and Mongrain, M.(2004). Facial Expressions and Ambivalence: Looking for Conflict in All the Right Faces. Journal of Nonverbal Behavior, March 2004, Volume 28, Issue 1, 35-52.

Hess, U. ; Blairy, S. and Kleck, R.(2000).The Influence of Facial Emotion Displays, Gender, and Ethnicity on Judgments of Dominance and Affiliation. Journal of Nonverbal Behavior, December, Volume 24, Issue 4, pp 265-283.

Lazarus, R. (2006). Emotions and interpersonal relationships: Toward a person centered conceptualization of emotion and coping. Journal of Personality, 9-46.

Lazarus, R. (2006). Emotions and interpersonal relationships: Toward a person centered conceptualization of emotion and coping. Journal of Personality, 9-46.

Marshall, G. N., Wortman, C. B., Kusulas, J. W., Hervig, L. K., & Vickers R. R., Jr. (1992). Distinguishing optimism from pessimism: Relations to fundamental dimensions of mood and personality. Journal of personality and social psychology, 62, 1067-1074.

McGinty, K.; Knox, D. and Zusman, M. (2003). Nonverbal and verbal communication in "involved" and "casual" relationships among college students. College Student Journal,Retrieved,June,18, 125 -136.

Morrison, R. and Bellack, A. (1981). The role of social perception in social skills. Behavior Therapy, 12, 69-79.

Scheier, M. and Carver, C. (1985). Optimism, Coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. Health Psychology, 4, 219 – 247.

Tiger, L. (1979) Optimism: The biology of hope, New York: Simon & Schuster.

Weaver, C. (2001). Contribution of Job Satisfaction to happiness of Asian American Psychological Reports, 89, 1, 191-198.

Wilbur, R. (2011). Nonmanuals, semantic operators, domain marking, and the solution to two outstanding puzzles in asl. In Nonmanuals in Sign Languages. John Benjamins.

ملحق رقم (١): الصورة النهائية لمقياس السعادة الزوجية

د. محمد بن علي معشي

أستاذ مشارك علم النفس بكلية التربية جامعة جازان

النوع /.....

العمر / .....

عدد سنوات الزواج /.....

عدد الأبناء / .....

عزيزي الزوج / عزيزتي الزوجة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

آمل من سعادتكم الإجابة على هذا المقياس بدقة وشفافية، مع العلم أن عبارة شريك حياتي يقصد بها الزوج أو الزوجة، الإجابة على هذا المقياس هي لأغراض علمية فقط، ولن يطلع عليها أحد سوى الباحث. ولكم الشكر والتقدير

م	العبارات	كثيراً	إلى حد ما	قليلاً	نادراً
١	أشعر بالسعادة مع شرك حياتي الذي قمت باختياره.				
٢	أشعر بالسعادة حينما أمارس العلاقة الحميمة مع شريك حياتي.				
٣	أشعر بالسعادة في علاقتي مع أهل وأقارب شريك حياتي.				
٤	أشعر بالسعادة وأنا أقوم بتربية أبنائي في المنزل.				
٥	أشعر بالسعادة حينما أتذكر فترة الخطوبة.				
٦	أشعر بالسعادة لأن شريك حياتي مخلص لي.				
٧	أشعر بالسعادة حينما يشاركني شريك حياتي مشكلاتي وهمومي.				
٨	أشعر بالسعادة حينما أتحدث مع شريك حياتي.				
٩	أشعر بالسعادة حينما اجلس في المنزل أثناء الإجازات والعطلات.				
١٠	أشعر بالسعادة حينما أسافر برفقة شريك حياتي.				
١١	أشعر بالسعادة حينما أجد شريك حياتي يبادلني نظرات الحب.				
١٢	أشعر بالسعادة حينما يثني علي شريك حياتي.				
١٣	أشعر بالسعادة حينما أقوم بالدعاء لشريك حياتي في غيابه.				
١٤	أشعر بالسعادة حينما أدخل المطبخ مع شريك حياتي.				
١٥	أشعر بالسعادة حينما أقوم بشراء هدية لشريك حياتي.				
١٦	أشعر بالسعادة حينما أتناول الطعام مع شريك حياتي.				
١٧	أشعر بالسعادة حينما أتصل هاتفياً بشريك حياتي.				
١٨	أشعر بالسعادة حينما أرسل رسالة لشريك حياتي.				
١٩	أشعر بالسعادة حينما يصطحبني شريك حياتي لزيارة والديه.				

م	العبارات	كثيراً	إلى حد ما	قليلاً	نادراً
٢٠	أشعر بالسعادة حينما أجد الحنان والعطف من شريك حياتي.				
٢١	أشعر بالسعادة حينما أتناقش مع شريك حياتي حول موضوع ما.				
٢٢	أشعر بالسعادة حينما يقوم شريك حياتي بدعمي في العمل.				
٢٣	أشعر بالسعادة لأن شريك حياتي حريص على مشاعري.				
٢٤	أشعر بالسعادة حينما أقوم بعمل ما مع شريك حياتي.				
٢٥	أشعر بالسعادة لأن شريك حياتي حريص على إرضائي.				
٢٦	أشعر بالسعادة لأن شريك حياتي وفي لي في غيابي.				
٢٧	أشعر بالسعادة لأن شريك حياتي لا يخفي علي أي موضوع.				
٢٨	أشعر بالسعادة لأن شريك حياتي واضح وصريح معي.				
٢٩	أشعر بالسعادة لأن شريك حياتي يحافظ على مشاعر أهلي وأقاربي				
٣٠	أشعر بالسعادة لأن شريك حياتي حريص على تقديري أمام الآخرين				
٣١	أشعر بالسعادة لأن شريك حياتي ينتصر لي أمام أبناءنا.				
٣٢	أشعر بالسعادة لأن شريك حياتي مهتم بنفسه لأجلي.				
٣٣	أشعر بالسعادة لأنني أول اهتمام في حياة شريكي.				
٣٤	أشعر بالسعادة لأن شريك حياتي يهتم بكافة أموري الشخصية.				
٣٥	أشعر بالسعادة لأن منزلنا عنوانه المودة والرحمة.				
٣٦	أشعر بالسعادة لان شريك حياتي يتفهم ضغوطاتي في العمل.				
٣٧	أشعر بالسعادة لأن شريك حياتي يقدرني ويحترمني بشدة.				
٣٨	أشعر بالسعادة لأن فراش الزوجية فيه مشاعر إنسانية.				
٣٩	أشعر بالسعادة لأن شريك حياتي يمنحني ما أطلبه منه دائماً.				

م	العبارات	كثيراً	إلى حد ما	قليلاً	نادراً
٤٠	أشعر بالسعادة حينما يحنو علي شريك حياتي وقت ضيقي.				
٤١	أشعر بالسعادة لأن شريك حياتي يهتم بمشكلاتي.				
٤٢	أشعر بالسعادة لأن شريك حياتي وعدني بعدم الزواج بعد وفاتي.				
٤٣	أشعر بالسعادة لأن شريك حياتي مازال يحبني كما كنا أول الزواج.				
٤٤	أشعر بالسعادة لان هناك تفاهم كبير مع شريك حياتي.				
٤٥	أشعر بالسعادة لأن شريك حياتي لم يقم أبداً برفع صوته علي.				
٤٦	أشعر بالسعادة لأن شريك حياتي حريص على مجاملتي دائما.				
٤٧	أشعر بالسعادة لأن حياتي المنزلية هادئة.				
٤٨	أشعر بالسعادة لأن شريك حياتي يتجاوز عن أخطائي.				
٤٩	أشعر بالسعادة لأن شريك حياتي هو سر نجاحي في عملي.				
٥٠	أشعر بالسعادة لان منزلنا يسوده الرضا والقناعة بما كتبه الله لنا.				

ملحق رقم (٢): الصورة النهائية لمقياس التوجه نحو الحيا

د. محمد بن علي معشي

أستاذ مشارك علم النفس بكلية التربية جامعة جازان

النوع /.....

العمر / .....

عدد سنوات الزواج /.....

عدد الأبناء / .....

عزيزي الزوج / عزيزتي الزوجة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

آمل من سعادتكم الإجابة على هذا المقياس بدقة وشفافية، مع العلم أن الإجابة على هذا المقياس هي لأغراض علمية فقط، ولن يطلع عليها أحد سوى الباحث. ولكم الشكر والتقدير

م	العبارات	دائماً	أحياناً	نادراً
١	مهما كانت ظروفي شاقة فإنني أتوقع أن القادم أفضل.			
٢	عادة أنظر إلى نصف الكوب المليء بالماء وليس النصف الفارغ.			
٣	أشعر أن الرؤية واضحة والمستقبل مشرق.			
٤	أرى أن الأمور عادة تأتي في صالحي ولتحقيق طموحاتي.			
٥	لا شك أن الصعاب سيأتي بعدها انفراج في الأمور.			
٦	أؤمن أن مستقبلي مليء بالسعادة وبلوغ الطموحات.			
٧	لا شك أن العقبات في حياتي هي سحابة صيف ليس أكثر.			
٨	أثق في أن ظروفي المعيشية ستتحسن للأفضل في الفترة القادمة.			
٩	عادة أومن بأن التفاؤل بالخير هو سر النجاح في الحياة.			
١٠	أثق أن رؤسائي في العمل يقدرون كافة الجهود التي أقوم بها.			
١١	أرى أن مظهري الخارجي لا يؤثر علي بالسلب في مواقف العمل.			
١٢	لا شك أنه مهما طال الظلم ففي النهاية سيتحقق العدل .			
١٣	أشعر بتفاؤل كبير حيال الأيام القادمة.			
١٤	أرى أن الأوضاع الاقتصادية لي ستتغير للأفضل مع مرور الوقت.			
١٥	اعتقد أن أهدافي المستقبلية أصبحت قريبة المنال.			
١٦	أؤمن دائماً أن الغد سيكون أفضل من اليوم.			
١٧	أعتقد أن أبنائي سيحققون آمالي وطموحاتي فيهم.			
١٨	أرى أن أصدقائي هم سر نجاحي في الحياة.			
١٩	مهما طالت الغيبة فبالتأكيد سألتقي مع زملاء الدراسة الأعزاء.			
٢٠	أرى أن الاهتمام بالكيف في الأمور الحياتية أهم من الكم.			
٢١	أومن بالمثل القائل: الدجاجة السوداء ستضع بيضة بيضاء.			
٢٢	أعتقد أن القلب الذي لا يبالي بالهموم والمشاكل يعيش صاحبه طويلاً.			
٢٣	أنظر دائما في حياتي للأمام ولم أعتد النظر أسفل قدمي.			
٢٤	أؤدي مهامي على أكمل وجه وأؤمن أن التقدير سيأتي لا محالة.			

م	العبارات	دائماً	أحياناً	نادراً
٢٥	الإنسان بلا ابتسامة أشبه بالوردة الجميلة بلا رائحة.			
٢٦	أؤمن أن إضاءة شمعة خير من الغضب لانقطاع الكهرباء وحلول الظلام.			
٢٧	أعتقد أنه من اليسير بالنسبة لي التمتع بالعطلات والأجازات.			
٢٨	دائما أتوجه لعملي فرحاً راغباً فيه.			
٢٩	أرى أن جميع الناس فيهم الخير و منهم سيأتي الخير.			
٣٠	أشعر بالسعادة في حياتي ومقتنع تماماً بنصيبي منها.			

ملحق رقم (٣): الصورة النهائية لمقياس إدراك الانفعالات الوجهية

د. محمد بن علي معشي

أستاذ مشارك علم النفس بكلية التربية جامعة جازان

النوع /.....

العمر / .....

عدد سنوات الزواج /.....

عدد الأبناء / .....

عزيزي الزوج / عزيزتي الزوجة . فيما يلي مجموعة من الصور التي تحدد انفعال ربما تمارسه أنت أو يمارسه الآخرين، المطلوب منك ذكر طبيعة هذا الانفعال وكتابته أسفل كل صورة، علماً بأن الانفعالات المستهدفة في هذا المقياس هي: السعادة: الاستمتاع والشعور الايجابي، الحزن: الشعور بالخسارة وعدم الراحة والألم والشعور بالسلبية، الغضب: الإحباط الشديد والشعور بالظلم والإهانة، الخوف: الشعور بعدم الارتياح لشيء معين، المفاجأة: الشعور بالذهول لرؤية أشياء غريبة أو غير متوقعة، الاشمئزاز: احتقار الشيء والنفور منه، اللامبالاة: عدم الاهتمام وقمع الأحاسيس، الكآبة: الشعور بالرفض من قبل الآخرين، الغرور: الثقة المبالغة في النفس. ولكم الشكر والتقدير