

# فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض

## حدة القلق والاكتئاب (دراسة سيكومترية / كينيكية)

إعداد

أ. م. د / محمد حامد عبد السلام زهران

أستاذ الصحة النفسية المساعد

كلية التربية - جامعة حلوان

### ملخص البحث

#### مشكلة الدراسة:

تحاول الدراسة الحالية التعرف على علاقة التوافق الزوجي بكل من تقدير الذات والقلق والاكتئاب لدى المتزوجين من الجنسين والتعرف على أثر برنامج إرشادي لتحسين التوافق الزوجي ومدى انعكاسه على مستوى تقدير الذات والقلق والاكتئاب لدى المتزوجين.

#### فروض الدراسة:

- ١ - توجد علاقة ارتباطية موجبه بين التوافق الزوجي وتقدير الذات، وعلاقة سالبة بينه وبين القلق والاكتئاب.
- ٢ - يوجد تأثير دال إحصائيا لمستوى التوافق الزوجي والجنسي والتفاعل بين الزوجين على كل من تقدير الذات والقلق والاكتئاب.
- ٣ - تختلف ديناميات شخصية المتوافقين زوجيا عن غير المتوافقين زوجيا في ضوء الدراسة الكينيكية.
- ٤ - يؤثر الإرشاد النفسي على تحسين مستوى التوافق الزوجي وتقدير الذات ويقلل من حدة القلق والاكتئاب.

#### العينية:

تكونت عينة الدراسة النهائية من ١٢٠ فرداً متزوجين ولديه أطفال.

#### الأدوات:

- ١ - استبيان التوافق الزوجي (إعداد: راوية حسين ١٩٩٦).
- ٢ - مقياس تقدير الذات (إعداد: حسين الدريتي ومحمد سلامه وعبد الوهاب كامل).

**== فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب ==**

- ٣ - مقياس القلق (سبيلبرجر ترجمة : أحمد عبد الخالق، ١٩٩٦).
- ٤ - مقياس الاكتئاب (إعداد: غريب عبد الفتاح ، ١٩٨٥).
- ٥ - دليل فحص ودراسة الحالة (إعداد: حامد زهران ، ٢٠٠٤).
- ٦ - اختبار تفهم الموضوع (هنري موراي: محمد عثمان نجاتي).

**النتائج**

كشفت نتائج الدراسة عن فاعلية البرنامج الإرشادي الذي تم تطبيقه على تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات لدى المتزوجين وخفض حدة القلق والاكتئاب.

أ.م.د / محمد حامد عبدالسلام زهران =

## فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض

### حدة القلق والاكتئاب (دراسة سيكومترية / كينينكية)

إعداد

أ. م . د / محمد حامد عبد السلام زهران

أستاذ الصحة النفسية المساعد

كلية التربية - جامعة حلوان

#### مقدمة :

لقد خلق الله تعالى آدم فكان واحداً ثم خلق حواء فكاناً زوجاً ليكون الزواج هو النظام الألهي الذي خلقه سبحانه لتنظيم العلاقة بين الجنسين من أجل تكوين الأسرة وتنشئة الأبناء وذلك لقوله تعالى : (يا أيها الناس اتقوا ربكم الذي خلقكم من نفس واحدة وخلق منها زوجها وبث منهما رجالاً كثيراً ونساء ) . (النساء : ١) .

وعلى هذا فإن الزواج هو العلاقة الجيدة الدائمة بين الرجل والمرأة التي يباركها الله تعالى ويقرها المجتمع ويضع الضوابط والمعايير الاجتماعية المنظمة لها ، والتي تتأثر بدورها بتيارات التطور الاجتماعي فيما يتعلق بسيادة الرجل والمرأة ودور كل منهما في داخل الأسرة وخارجها ، وهو من الناحية النفسية والتكوينية صلة شرعية تقوم على تحقيق الإشباع الجنسي وحفظ النوع في جو من السكينة والاستقرار والتكامل والحقوق والواجبات (عبد الحميد الهاشمي : ٢٠٠٦ ، ٣١٠) .

والحياة الزوجية السعيدة تساعد على إشباع العديد من حاجات الزوجين التي تقوم على الأخذ والعطاء والتعاون المتبادل فيما تقتضيه الحياة من ممارسة للحقوق والمسئوليات ، والتي تعتمد على التفاهم والمجاملة والتعاطف والمودة والرحمة والتقدير والاحترام المتبادل والمواجهة الموضوعية للمشكلات الزوجية المختلفة - إلى جانب ذلك : فإن السعادة الزوجية تؤدي إلى تحقيق ذاتية الفرد وقلّة حدة التوتر والقلق أو الشعور بالاكتئاب أو عدم الرضا . (محمود حسن : ٢٠٠٤ ، ١٦٧) ، وقد يتحقق للفرد من خلال شعوره بالرضا والسعادة الزوجية العديد من التحقيقات من النجاحات في

== فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض هذه القلق والاكتئاب ==  
مجالات الحياة الاجتماعية والعملية ، وقد يحدث العكس في حالات الزواج غير المتوافق فيتعرض الأفراد للعديد من المشكلات أو الاضطرابات النفسية كالقلق والتوتر والشعور بالكآبة والتعاسة وعدم الاستقرار والشعور بالنقص المصاحب لعدم تقدير الذات ، وقد ينشأ عن الزيجات غير السعيدة ما يسمى بالطلاق العاطفي أو السيكولوجي (مصطفى السلماني : ٢٠٠٧ ، ٤٣) .

ويتطلب الزواج الموافق الذي يصمد لأزمات الحياة وضغوطها جهوداً مشتركة يبذلها كلا الزوجين على مدى سنوات الزواج - ولا يمكن أن يعتبر الزواج ناجحاً إلا إذا توفرت له عوامل التماسك والاستقرار والإشباع والتوافق والرضا .

### مشكلة الدراسة وأهميتها :

تحاول الدراسة الحالية التعرف على علاقة التوافق الزوجي بكل من تقدير الذات والقلق والاكتئاب لدى المتزوجين من الجنسين ، والتعرف على نوع الديناميات والعوامل اللاشعورية التي تكمن وراء التوافق الزوجي الناجح أو عدم التوافق ، إلى جانب ذلك نحاول التعرف على أثر برنامج إرشادي لتحسين التوافق الزوجي ومدى انعكاسه على مستوى تقدير الذات والقلق والاكتئاب لدى المتزوجين .

وللدراسة الحالية أهمية خاصة في تعلقها بالحياة الزوجية وعلاقتها ببعض الجوانب الانفعالية للشخصية ، وهو مجال يحتاج إلى كثير من البحوث العلمية التي تكشف عن العوامل النفسية وسمات الشخصية والدوافع اللاشعورية المرتبطة بالتوافق الزوجي حتى نستطيع أن نصل إلى الحلول التي تساعد على تحقيق التوافق الزوجي فتتعم الأسرة بحياة سعيدة وأبناء سعداء ، ويتحقق نتيجة لذلك مجتمع ينعم بالحب والسعادة ويتحقق الرفاهية بين أفرادها - ذلك أن الحياة الزوجية السعيدة فيها السكن والاستقرار ، وإذا ما نجح الفرد في زواجه عاش آمناً مطمئناً وشعر بالسعادة في حياته بصفة عامة ... وللتوصل إلى ذلك نحاول الدراسة الإجابة عن التساؤلات التالية:

- ١- هل توجد علاقة بين التوافق الزوجي وكل من تقدير الذات والقلق والاكتئاب ؟
- ٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوافقين زواجياً وغير المتوافقين زواجياً من الجنسين في تقدير الذات والقلق والاكتئاب ؟

٣- هل يوجد تفاعل بين مستوى التوافق الزوجي والجنسي في تأثيرهما المشترك على كل من : تقدير الذات والقلق والاكتئاب ؟

٤- ما نوع الدوافع والصراعات والعوامل اللاشعورية التي تميز الحالات المتطرفة على مقياس التوافق الزوجي المستخدم في الدراسة ؟

٥- هل يمكن تحسين التوافق الزوجي من خلال برنامج للإرشاد النفسي تنعكس آثارها على تقدير الذات وتقليل حدة القلق والاكتئاب ؟

## مصطلحات الدراسة

### أولاً: التوافق الزوجي :

يعرف كارل روجرز . C , Rogers (١٩٩٨) التوافق الزوجي بأنه (قدرة كل من الزوجين على دوام حل الصراعات العديدة التي إذا تركت لحطمت الزواج) (6 , 1972 , Rogers) ويرى روبرت بل R , Bell التوافق الزوجي هو نتاج للتفاعل بين شخصيتي الزوجين ، ولا يوجد نمط معين من أنماط الشخصية يمكن القول بأنه نمط ناجح زواجياً أو فاشل زواجياً ، ولكن التفاعل بين شخصيتي الزوجين هو الذي يحدد نجاح الزواج أو فشله 4 , 1975 , Bell أما سناء الخولي (٢٠٠٨) فترى : أن المفهوم العام للتوافق الزوجي يتضمن الاتفاق النسبي بين الزوجين على الموضوعات الحيوية المتعلقة بحياتهما المشتركة ، والمشاركة في أعمال وأنشطة مشتركة وتبادل العواطف (سناء الخولي : ٢٠٠٨ ، ١٩٠) .

ويرى الباحث : أن مفهوم (روجرز) قد قصر التوافق الزوجي على قدرة الزوجين على دوام حل الصراعات العديدة فقط وأغفل جوانب الحياة الزوجية الأخرى من تبادل عاطفي وأشباع جنسي وحب متبادل ومودة ورحمة وتحمل مسؤوليات الحياة الزوجية والعوامل الاجتماعية والصحية والنفسية وغيرها مما ينطوي عليه مفهوم التوافق الزوجي .. كذلك : فإن تعريف (Bell) قد اقتصر كذلك على تعريف التوافق الزوجي بأنه التفاعل بين شخصيتي الزوجين ، وأغفل أيضاً باقي العوامل المتضمنة لمفهوم التوافق الزوجي ... أما تعريف سناء الخولي : فإنه أقرب إلى الشمولية حيث ذكرت أن التوافق

== فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب ==  
الزوجي يتضمن الاتفاق بين الزوجين والمشاركة في الأنشطة والموضوعات الحيوية وتبادل العواطف  
وكل من التواصل الزوجي (التفاعلات الزوجية) وتقدير الذات ، وأن مستوى تقدير الذات والقدرة على  
التواصل الزوجي هما عنصران هامان في عملية التوافق الزوجي (Bell , R. 2005) .  
وأجرى محمد بيومي خليل (٢٠٠٢) دراسة عن مفهوم الذات وأساليب المعاملة الزوجية وعلاقتها  
بالتوافق الزوجي على عينة مكونة من مائتي زوج وزوجة مستخدماً مقياس (أساليب المعاملة الزوجية  
، ومفهوم الذات ، والتوافق الزوجي) ، وأوضحت هذه الدراسة أن هناك علاقة موجبة ودالة بين مفهوم  
الذات وبأبعاده المختلفة (تقبل الذات ، تقبل الآخرين ، تقدير الذات ، والتوافق الزوجي وأبعاده  
(التوافق الفكري والوجداني ، والتوافق العاطفي الجنسي) وبالنسبة لعلاقة أساليب المعاملة الزوجية  
بالتوافق الزوجي ، فقد أوضحت النتائج وجود علاقة سالبة بين أسلوب التسلط والقسوة والنبذ والإهمال  
والتدليل والحماية الزائدة والتوافق الزوجي في حين توجد علاقة موجبة بين أسلوب المودة والرحمة  
والتوافق الزوجي.

### ثانياً : التوافق الزوجي والجوانب الانفعالية للشخصية :

وقد تناولت : هذه المجموعة من الدراسات علاقة التوافق الزوجي ببعض الجوانب الانفعالية ،  
والوجدانية لشخصية المتزوجين وكشفت عن ديناميات التوافق الزوجي وأثر عدم التوافق على الصحة  
النفسية ومستوى القلق والاكتئاب والاضطرابات النفسية الأخرى ، ففي دراسة أجراها روس Ross  
(٢٠٠٦) عن الصحة النفسية والتكامل الزوجي ، وباستخدام عينة من ٨٢ من الذكور ، ٨٢ من  
الإناث طبق عليهم اختبار كاليفورنيا للشخصية وقائمة الأعراض السيكوسوماتية ، ومقياس التكامل  
والرضا الزوجي ، إلى جانب المقابلة الشخصية ، كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين  
التوافق الشخصي وأبعاد التكامل الزوجي ويشمل : الرضا بالزواج ، والرغبة في الزواج من نفس  
الشخص ، والاتفاق المتبادل في التمويل ، وفهم القرين ، وغياب الشعور بالأسف على الزواج ، وأن  
الأعراض السيكوسوماتية ترتبط سلبياً بالتكامل الزوجي وإيجابياً بالتعارض الزوجي .  
وفي دراسة أجرتها أنطوانيت دانيال (١٩٩٦) عن ديناميات التوافق في الحياة الزوجية

أ.م.د/ محمد حامد عبدالسلام زهران =

واستخدام المقابلة الكلينيكية دراسة الحالة واختبار تفهم الموضوع اللذين طبقاً على عشر حالات أوضحت النتائج أن العلاقة بين كل من الأب والأم والجنس الآخر لها تأثير كبير على التوافق الزوجي ، وأن تماسك الأنا يرتبط بالتوافق في الحياة الزوجية ، وأن تقارب الالتقاء بين الزوجين يحدد مدى توافقهما وذلك على أساس من التشابه والتكامل معاً ، وأن التناسق في التكوين الأساسي للشخصية لدى كل من الزوجين والتطور النفسي والجنسي يؤدي إلى النجاح في الزواج كما يؤدي التفاعل بينهما إلى التغلب التدريجي على معوقات التوافق والوصول إلى مزيد من نقاط الالتقاء .

ولقد أجرى هوفمان Hofman (٢٠٠٧) مقياساً للتوافق الشخصي ومقياساً للصحة النفسية وآخر للتفاعل الزوجي الذي طبق على مجموعتين ، الأولى : مكونة من ١٥ زوجاً وزوجة يترددون على عيادات نفسية ، ١٥ زوجاً وزوجة متوافقين زواجياً لم يترددوا على أي عيادة نفسية .. ووجدت الدراسة : أن الأزواج في المجموعتين يميلون إلى السيطرة أكثر من الزوجات وأن مستوى التوافق الزوجي والصحة النفسية يكون متشابهاً عند كلا الزوجين ، وأن التوافق الشخصي يرتبط إيجابياً بالتوافق الزوجي ، وأن مجموعة المتوافقين زواجياً تقل لديهم حدة الأعراض العصابية عن المجموعة الأخرى وأن كانت النساء في المجموعتين يتميزون بأنهن أكثر قلقاً واكتئاباً من الذكور .

وحاولت نادية البنا (١٩٩٦) دراسة مدى انطباق الصورة الوالدية على الزوج وعلاقتها بالتوافق الزوجي واختيار القرن ، وباستخدام مقياس للتوافق الزوجي واختبار تفهم الموضوع والمقابلة المقتنة على عينة من ٥٠ زوجة ، توصلت النتائج إلى أن الجوانب الانفعالية والعاطفية والجنسية لدى الزوجة ترتبط في الغالب بالصورة الوالدية ، وأن تجريم التعبير عن الجانب الشهوى والعاطفي في نطاق الحياة الفعلية المعاشة يترتب عليه موقف التعبير التخيلي عنها في إطار مازوخي مما يحول بينها وبين تحقيق الإشباع في العلاقات الزوجية الفعلية مما يسهم في دفعها إلى طريق الهروب إلى الأمومة ، كما كشفت الدراسة عن أن العديد من العلاقات الزوجية تتميز بالانفصال العاطفي الحقيقي في مقابل الارتباط الشرعي الشكلي ، وأن عمل المرأة يحرك الصراعات المتعلقة بالوجود الفعلي ومتطلباته والصراعات الطفولية الأخرى .

وقام إيتوف وماسلترون Etaugh & Malstron (٢٠٠٨) بدراسة أثر الحالة الزوجية

== فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزواجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب ==  
على الحالية النفسية ، وعلى عينة مكونة من ١٦٨ غير متزوجين ، ٤٣ من المتزوجين ٥٦ من المطلقين ، ٣٨ من الأزامل الذين طبق عليهم مقياس للشخصية والشعور بالسعادة ، وقد أوضحت النتائج : أن المتزوجين كانوا أعلى المجموعات في التحرر من التوتر العصبي وأكثر اجتماعية وصدافة وثباتاً انفعالياً ، وأكثر اطمئناناً وأمناً وسعادة ونجاحاً ، وأقل قلقاً واكتئاباً من غير المتزوجين والمطلقين والأرامل .

وفي إطار توتر العلاقات الزوجية أجرت ماري حبيب (٢٠٠٢) دراسة عن الإدراك المتبادل بين الزوجين في العلاقات الزوجية المتوترة ، وعلى عينة من ٦٠ زوجاً ، ٦٠ زوجة ، تم تطبيق استبيان للعلاقات الزوجية واختبار تكملة الجمل واختبار الصور إلى جانب المقابلة الشخصية مع الحالات المدروسة ، وأوضحت النتائج : أن التوتر والمعاناة موجودان في كل العلاقات الزوجية بنوعيات مختلفة ، وأن عدم الرضا عن العلاقات الزوجية قد يرجع إلى الدفعات النفسية اللاسوية لأحد الزوجين أو كلاهما ، حيث بلغت المكون السادي / المازوخي دوراً في التوتر الزواجي ، وأن الإهانة وعدم الاحترام وعدم المشاركة واللامبالاة والخصائص الشخصية غير المرغوب فيها في الزواج ، وانقار المرأة للنظرة الإنسانية الراقية من خلال الحياة الزوجية هي أهم عوامل التوتر في العلاقات الزوجية .

وقام شويرت وشارون Schubert & Sharon (٢٠٠٥) بدراسة عن العلاقة بين الدور الجنسي والقلق والاكتئاب والتوافق الزواجي للنساء المتزوجات من أزواج يعانون من قلق عرضي تبين منها أن النساء اللاتي لديهن توجهات خنثوية أو ذكورية لديهن توجهات أنثوية مماثلة لجنسهن ، وقررت الغالبية العظمى من النساء أنهن يعانين من قلق واكتئاب معتدل ويتمتعن برضا زواجي أعلى .

وعن علاقة النضج الانفعالي بالتوافق الزواجي أجرى محمد السيد عبد الرحمن (٢٠٠٢) دراسة استهدفت التعرف على العلاقة بين ادراك الذات وأدراك الآخر كناضج انفعالياً والتوافق الزواجي وقد تكونت عينة الدراسة من ١٩٢ زوجاً وزوجة (٩٦ زوجاً ، ٩٦ زوجة) من مدينة الزقازيق من العاملين بالحكومة ، وتم تطبيق مقياس النضج الانفعالي والتوافق الزواجي ، وأوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين إدراك الذات الناضجة انفعالياً للزوج والتوافق الزواجي ، وبين إدراك الآخر كناضج إنفعالي والتوافق الزواجي لكل من الزوج والزوجة ، كما وجدت فروق بين المتوافقين زواجياً



### ثالثاً: الإرشاد النفسي والتوافق الزوجي :

وقد تناولت هذه الدراسات تأثير البرامج الإرشادية والعلاجية على تحسين التوافق الزوجي وتقليل النزاعات الزوجية إلى جانب تأثيرها على مستوى التوافق النفسي بصفة عامة - من ذلك تلك الدراسة التي أجراها كيس هوفمان Hofman , K (٢٠٠٧) حيث استخدمت عينة من مجموعتين الأولى : مجموعة علاجية من الأزواج والزوجات الذين لديهم نزاعات زوجية (غير متوافقين زوجياً) ، والثانية : مجموعة من ضابطة من المتوافقين زوجياً الذين لم يترددوا على أي عيادة نفسية أو مركز للإرشاد الزوجي .. وفي كلا المجموعتين استجاب الجميع لمقاييس في التوافق النفسي والزوجي والصحة النفسية ووضعوا أمام مواقف أسرية افتراضية ليضعوا حلولاً لها وقررت الحلول المقترحة بين كل زوجة وزوجها ، وتم تسجيل المناقشات على شرائط تسجيل وتحليلها عن طريق محكمين ، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن هناك اتقفاً بين كل زوجين في مستوى التوافق الزوجي وأن الذين يميلون إلى أن يكونوا متوافقين كأفراد يميلون أيضاً إلى أن يكونوا متوافقين كأزواج ، وأن الإرشاد العلاجي يؤدي إلى تحسين العلاقات الزوجية والتوافق النفسي ويقلل من الاضطرابات العصبية لدى الزوجين .

ولقد أجرت ابتمام عبد الرحمن (٢٠٠٨) دراسة عن أثر ممارسة طريقة خدمة الفرد على تخفيف حدة النزاعات الزوجية في تعديل دور العامل كزوج ، تغلب الزوجات على هذه النزاعات الأسرية وذلك على عشر حالات بشركة النصر للغزل والنسيج ، وتوصلت إلى أن تدخل طريقة خدمة الفرد من خلال سنيكولوجية الذات والدور الاجتماعي يؤدي إلى تخفيف حدة النزاعات الزوجية مما يؤثر على الكفاءة الإنتاجية .

وأجرت ثريا عبد الروؤف (٢٠٠٣) دراسة لمدى فاعلية الاتجاه الوظيفي في التأثير الإيجابي على مشاكل النزاع الأسري في القطاع الحضري بمصر ، وباستخدام الزيارات المنزلية والملاحظة المقابلات ودراسة الحالة وسجلات العمل مع عينة من الأزواج والزوجات وعددهم ١٠ حالات - وقد توصلت النتائج إلى أن الأسلوب الوظيفي تأثير إيجابي فعال في حل مشاكل النزاع الأسري وأن لهذا الأسلوب تأثير إيجابي في تنشيط إرادة العملاء وحفزها على العمل مما يؤدي إلى ابتكار أساليب جديدة لحل مشاكلهم وهذا يسهم في وقايتهم من الوقوع في مشاكل النزاع الأسري .

== فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب ==  
**تعليق على الدراسات السابقة :**

- بعد استعراض البحوث والدراسات السابقة يمكن استخلاص النتائج التالية :
- 1- أن العوامل المساهمة في التوافق الزوجي متعددة نذكر منها : اختيار القرين ، العوامل الشخصية والأسرية ، وحاجات واتجاهات الفرد ، والعلاقات الوالدية ، ، والصحة النفسية للزوجين ووجود العاطفة ، وانطباق الصورة الوالدية على الزوج ، والتشابه في سمات الشخصية ، وكفاءة الدور الأسري ، ومسايرة كلا الزوجين للتوقعات الزوجية .
  - 2- أن العوامل المساهمة في النزاعات الزوجية تنتج عن تبادل الاتهامات بين الزوجين ، ومواجهة المشكلات بسلبية ، والدفعات النفسية اللاسوية للزوجين ، والإهانة ، وعدم الاحترام ، واللامبالاة وإثارة المشاكل ، والضيق المادي ، والافتقار للنظرة الإنسانية .
  - 3- أن هناك علاقة بين التوافق الزوجي والصحة النفسية : فقد أظهر المتوافقون زواجياً ثباتاً إنفعالياً أعلى وأقل توتراً عصابياً ، وأظهر غير المتوافقين ميولاً عصابية وقلقاً أعلى واكتئاباً أكثر ، وكانت النساء أكثر قلقاً واكتئاباً وعصابية بصفة عامة وأن هناك تشابهاً بين الزوجين في مستوى التوافق الزوجي والصحة النفسية .
  - 4- هناك علاقة موجبة بين التوافق الزوجي وتقدير الذات فكلما زاد تقدير الذات انخفض مستوى القلق والاكتئاب .
  - 5- أن التدخل الإرشادي والعلاجي يؤدي إلى تخفيف النزاعات الزوجية ورفع مستوى التوافق الزوجي ، ويقلل من حدة الاضطرابات النفسية ويزيد من معدل التوافق الشخصي والاجتماعي بصفة عامة .

### خطة الدراسة

#### فروض الدراسة :

- في ضوء نتائج الدراسات السابقة يمكن صياغة الفروض التالية كإجابات محتملة عن التساؤلات التي أثيرت في مشكلة الدراسة :
- 1- توجد علاقة ارتباطية موجبة بين التوافق الزوجي وتقدير الذات ، وعلاقة سالبة بينه وبين القلق والاكتئاب .

٢- يوجد تأثير دال إحصائياً لمستوى التوافق الزوجي والجنسي والتفاعل بين الزوجين على كل من تقدير الذات والقلق والاكتئاب .

٣- تختلف ديناميات شخصية المتوافقين زوجياً عن غير المتوافقين زوجياً في ضوء الدراسة الكالينكية .

٤- يؤثر الإرشاد النفسي على تحسين مستوى التوافق الزوجي وتقدير الذات ويقلل من حدة القلق والاكتئاب .

### عينة الدراسة :

تكونت العينة النهائية للدراسة من ١٢٠ فرداً - متزوجين ولديهم أطفال ، وذلك بعد استبعاد الحالات التي لم تلتزم الجدية في الاستجابة لأدوات الدراسة والتي لم تنطبق عليها شروط العينة .. وعلى ذلك فهي عينة مختارة بطريقة مقصودة وخصائصها على النحو التالي:

أ- من حيث العدد : تكونت العينة من ٦٠ زوجاً ، ٦٠ زوجة يعملون بالمصالح الحكومية والقطاع العام .

ب- من حيث العمر : تراوحت أعمارهم بين ٢٥ - ٥٥ سنة ، وكان متوسط أعمار عينة الأزواج ٤٣ سنة بانحراف معياري ٦.٣ ، ومتوسط أعمار عينة الزوجات ٣٨ سنة بانحراف معياري ٨.٢٦ .

ج- المستوى التعليمي : كان جميع أفراد العينة حاصلين على مؤهل عالي أو متوسط ( على الأقل ) حتى يكون هناك تقارب في المستوى الفكري .

وفيما يلي جدول ( ١ ) يوضح توزيع عينة الدراسة من حيث العدد والعمر والمستوي التعليمي

جدول (١) توزيع عينة الدراسة من حيث العدد ومتوسط العمر والمستوي التعليمي

البيان العينة	العمر بالسنوات		المستوي التعليمي	
	الانحراف المعياري	المتوسط	مؤهل متوسط	مؤهل عالي
أزواج	٦.٣	٤٣	١٨	٤٢
زوجات	٨.٢٦	٣٨	٣٨	٢٢

== فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب ==  
د- المستوى الاقتصادي / الاجتماعي : كان جميع أفراد العينة من الطبقة العامة (الموظفين) أي الطبقة الاقتصادية الاجتماعية الوسطى .

هـ- مدة الزواج : كان الحد الأدنى لمدة الزواج عاماً كاملاً على الأكل ، ولدى الزوجين طفل واحداً على الأقل .

و- عدد مرات الزواج : مرة واحدة فقط ، وليس في عصمة الزوج زوجة أخرى .

ز- مكان الإقامة : مدينة الزقازيق ، وتم استبعاد الحالات التي تقطن في القرى المجاورة للمدينة .

ح- الدين : كان جميع أفراد العينة يدينون بالإسلام . لاستبعاد أثر بعض الاختلافات في القيم المتعلقة بالزواج في الدين الإسلامي والأديان السماوية الأخرى .

ط- الحالة النفسية : لم يسبق تردد أي فرد من أفراد العينة على غيابة نفسية أو أصيب بمرض نفسي .

## الأدوات:

تنقسم أدوات الدراسة الحالية إلى :-

### أولاً: الأدوات السيكومترية :

وتشمل استبيان التوافق الزوجي ، مقياس تقدير الذات ، قائمة القلق ، مقياس الاكتئاب و استمارة بيانات خاصة .

### استبيان التوافق الزوجي :

قامت بإعداد هذا الاستبيان راوية حسين (١٩٩٦) ويقس ستة أبعاد هي :

أ- الاختبار الزوجي : ويعنى فهم الزوجين لبعضهما على أساس من الدراسة والمخالطة التي تكشف عن الطابع المميز لكل منهما وأسلوبه في الحياة .

ب- التوافق الأسري : ويقصد به الانسجام والاتفاق بين الزوجين في أمور الحياة الأسرية المختلفة .

ج- النضج الانفعالي والعاطفي : ويعني التجاوب الروحي بين الزوجين والاتزان النفسي

والعصبي وتبادل الحب والتسامح والتألف بينهما .

د- العلاقات الشخصية : وهي العلاقات القائمة بين الزوجين في إطار الأسرة وأساسها

الاحترام المتبادل .

هـ- العلاقات الاجتماعية : وتتضمن السعادة مع الآخرين والاتصال الاجتماعي وسهولة

الاختلاط معهم .

و- التوافق الجنسي : وتتضمن السعادة الزوجية والإشباع والرضا الجنسي والعاطفي

والاستقرار الزوجي .

وقد تم حساب ثبات مفردات الاستبيان بطريقة الاحتمال المتوالي ، كما تم حساب ثبات

الاستبيان باستخدام معامل الفا لكرونباخ بعد تطبيقه على عينة مكونة من ( ١٢٠ ) زوجا وزوجة

وكانت معاملات ثبات إبعاد المقياس على النحو التالي :

- البعد الأول : ٧٥ ر ٠ - البعد الثاني : ٨١ ر ٠ - البعد الثالث : ٧٩ ر ٠

- البعد الرابع : ٧٧ ر ٠ - البعد الخامس : ٧٠ ر ٠ - البعد السادس : ٧١ ر ٠

- الاستبيان ككل : ٨٥ ر ٠

أما عن صدق الاستبيان : فقد تم حساب صدق المحتوى أو المضمون باستخدام معامل الارتباط

الثنائي الاصيل لكل مفردة من مفردات الاستبيان ، وقد تراوحت معاملات الصدق بين ٥٠ ر ٠ ،

٩٨ ر ٠ ، كما تم حساب صدق التكوين الفرضي باستخدام معامل الارتباط بين كل درجة بعد

والدرجة الكلية للاستبيان وكانت معاملات الارتباط دالة إحصائياً (راوية حسين ١٩٩٦ ، ١٣٦ -

١٣٧) .

## ٢- مقياس تقدير الذات :

وهذا المقياس من إعداد : حسين الدريني ، محمد سلامة ، عبد الوهاب كامل ، ويتكون من

ثلاثة أجزاء :

== فاعلمية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزواجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب ==

أ- الجزء الأول : يطلب فيه من المستجيب أن يحدد درجة أهمية كل مجال من المقياس مستخدماً مقياساً مترجماً من صفر : ٤ .

ب- الجزء الثاني : يطلب فيه من المستجيب أن يحدد درجة تقديره لنفسه في كل مجال من المقياس .

ج- الجزء الثالث : ويشتمل على عبارات المقياس .

والمقياس في مجموعة يتكون من ٥٧ عبارة ، وقد سبق أن طبق بأقسامه الثلاثة على مجموعة من طلاب وطالبات جامعة قطر وحسب معامل ثباته بطريقة التجزئة النصفية فكان ٠,٧٦ . أما عن الصدق فقد استخدم صدق التكوين الفرضي لاختبار القدرة التمييزية لوحداته (حسين الدريني وآخرون : د . ت) .

وفي الدراسة الحالية : تم إعادة حساب ثبات المقياس باستخدام عينة من (٢٥٠ زوجاً وزوجة من داخل عينة الدراسة) ، كما تمت إعادة التطبيق عليهم مرة أخرى بفواصل زمني ٢١ يوم وجاء معامل الارتباط بين التطبيق ٦٧ ر ٠ وكان الصدق الذاتي ٨٢ ر ٠ ، وهي معاملات ثبات وصدق عالية .

### ٣- قائمة القلق (الحالة / السمة) :

تشتمل القائمة على مقياسين فرعيين هما : حالة القلق ، وسمة القلق - يضم كل منهما عشرين بنداً .. ويهدف مقياس حالة القلق (ى - ١) إلى تقدير ما يشعر به المفحوص فعلاً الآن - أي في هذه اللحظة ، في حين يهدف مقياس سمة القلق (ى - ٢) إلى تقدير ما يشعر به المفحوص بوجه عام ، وتطبق القائمة إما فردياً أو جماعياً وليست للقائمة حدود زمنية معينة) .  
وقد أعد هذه القائمة سبيلبيرجر Spielberg ، وقام بتعريبها وحساب معاملات ثباتها وصدقها في البيئة المصرية أحمد محمد عبد الخالق (١٩٩٦) وكانت تتمتع بمعاملات ثبات وصدق عالية.. وفي الدراسة الحالية : تم استخدام طريق إعادة الاختبار على (٥٠) زوجاً وزوجة بفواصل زمني ٢١ يوماً ، وكان معامل الارتباط بين التطبيق ٦٣ ر ، كما تم حساب صدق القائمة بتطبيق مقياس تيلور للقلق الصريح على نفس العينة السابقة ، وكان معامل الارتباط بين المقياسين ٥٧ ر . والصدق الذاتي ٧٥ ر .

#### ٤- مقياس الاكتئاب :

وقد أعده غريب عبد الفتاح (١٩٨٥) عن الصورة المختصرة لمقياس بيك Beck للاكتئاب المعروف اختصاراً BDI وهو من أكثر الأدوات استخداماً ، ويتكون من ١٣ مجموعة من العبارات يتعلق كل منها بعرض من أعراض الاكتئاب تتدرج حسب الشدة في أربع عبارات بجوار كل منها درجة موضوعة تتراوح ما بين صفر : ٣ .. وتتراوح درجات المقياس ما بين صفر ، ٣٩ درجة ، وترتبط الصورة المختصرة بالصورة الكاملة لمقياس بيك الكامل بمعامل ارتباط ٩٦ ر ٠ ، كما يرتبط بمقياس هاملتون للاكتئاب بمعامل ارتباط قدره ٨٢ ر ٠ ، ويرتبط بمقياس الاكتئاب في مقياس الشخصية المتعدد الأوجه Mmpi بمعامل ارتباط قدره ٧٥ ر ٠ ، إلى جانب ارتباطه بتقديرات الأطباء النفسيين بمعامل ارتباط قدره ٦٦ ر ٠ ، وترتبط الصورة العربية بمقياس الاكتئاب في مقياس الشخصية المتعدد الأوجه بمعامل ارتباط قدره ٦٠ ر ٠ وهو دال عند مستوى ٠٥ ر ٠ (غريب عبد الفتاح) .

ولقد تم حساب ثبات المقياس في الدراسة الحالية بإعادة الاختبار على عينة التقنيين السابقة بفواصل زمني ٢١ يوماً ، وكان معامل الارتباط بين التطبيقين ٧٩ ر ٠ والصدق الذاتي ٨٩ ر ٠ ، وهي معاملات ثبات وصدق عالية .

#### ٥- استمارة بيانات خاصة :

قام الباحث بإعداد استمارة بيانات يملؤها المفحوص قبل تطبيق المقاييس عليه وتشمل: العمر ، والحالة الاجتماعية ، عمر الزوج (الزوجة) ، عدد مرات الزواج ، عدد الأبناء ، مدة الزواج ، مكان الإقامة ، الحي السكني ، المهنة ، الدخل الشهري ، الدين ، مستوى التعليم ، مستوى تعليم الزوج (الزوجة) ، الحالة النفسية والأمراض الجسمية التي تعرض لها .... الخ من بيانات استخدمت بهدف اختيار العينة وضبطها وفقاً للشروط التي تفي بغرض الدراسة .

== فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب ==

## ثانياً: الأدوات الكلينيكية :

### ١- دليل فحص ودراسة الحالة :

وهو من إعداد حامد زهران لجمع معطيات تاريخ الحالة وتشتمل على بيانات مقننة تتضمن:

- أ- تاريخ الحالة ، سنوات الطفولة ، معطيات عن الأب والأم ، وأسلوب التربية ، ونمط الشخص في طفولته .... إلى غير ذلك من معطيات .
- ب- الحياة الأسرية والتعليمية والمهنية .
- ج- موقف المفحوص من العاهات والأحلام والكابوس والاضطرابات النفسية .
- د- موقفه من الحياة الجنسية ، والحياة الزوجية .
- هـ- إطاره الفكري وفلسفته في الحياة .

### ٢- اختبار تفهم الموضوع :

وهو المعروف بشهزة اختبار TAT وقد أعده هنري موراي ، وأعد صورته العربية محمد عثمان نجاتي ، وهو أسلوب يكشف عن الرغبات السائدة لدى الفرد ، والانفعالات والعقد والنزعات والميول المكبوتة والصراعات اللاشعورية .. وهو يتكون أساساً من ٣١ بطاقة مطبوعة وإحداها تركت بيضاء خالية من التصوير ، وعندما تعرض على الشخص يقوم بتفسير الصورة المثيرة ، وعندما تعرض على الشخص يقوم بتفسير الصورة المثيرة وفقاً لخبراته الماضية والتعبير عن وجداناته وحاجاته الحاضرة ، وبذلك فإنه يرسم صورة لبطل في القصة التي يحكيها هي في الواقع تنطبق على نفسه ، أشياء يمتنع عن الاعتراف بها عند الاستجابة لسؤال مباشر ..

ولقد استخدمت في الدراسة الحالية البطاقات : (٢) للكشف عن العلاقات الأسرية

٣ (ص ر) ، ٣ (ف ن) للكشف عن الاكتئاب ، (٤) للكشف عن الغيرة ، ٥ (ص ر) ، ٦ (ف ن) العلاقات الأوديبيية واتجاه الفرد إزاء أبيه وأمه ، ٨ (ف ن) للكشف عن العدوانية ، (١٠) اتجاهه نحو العاطفة ، ١٢ (ر) ، ١٢ (ن) للكشف عن الاتجاه نحو الجنسية المثلية ،



### ٣- المقابلة الحرة الظليقة :

حيث أجريت مقابلات حرة ظليقة مع الحالات المدروسة بهدف الوصول إلى عمق محالات دراسة الحالة ورسم صورة كلينيكية واضحة لها .

### إجراءات الدراسة :

تتقسم إجراءات الدراسة إلى :

أ- الدراسة الميكمترية : ويتم فيها التحقق من صحة الفرضين الأول والثاني ، وذلك باستخدام معامل ارتباط بيرسون ، وتحليل التباين  $2 \times 2$  ، ومعادلة شافيه .

ب- الدراسة الكلينيكية : وفيها يتم التحقق من صحة الفرض الثالث ، حيث يتم اختيار أربع حالات متطرفة على استبيان التوافق الزوجي : حالتان (نكر وأنثي) متوافقتان (ممن حصلوا على أعلى الدرجات في المقياس) ، وحالتان (نكر وأنثي) غير متوافقتان حصلوا على أدنى الدرجات) ، وتتم دراسة الحالات دراسة متعمقة باستخدام المقابلة الشخصية واختبار تفهم الموضوع .

ج- البرنامج الإرشادي : وللتحقق من صحة الفرض الرابع ، يتم تطبيق برنامج للإرشاد الزوجي بهدف تحسين مستوى التوافق الزوجي وتقدير الذات على عينة مكونة من ٢٥ حالة من داخل عينة الدراسة (وسياتي تفصيل الحديث عن البرنامج فيما بعد) .

وفيما يلي عرض مختصر لكيفية تخطيط البرنامج الإرشادي المستخدم في الدراسة والمدة الزمنية له والأماليب الإرشادية المتبعة .

== فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب ==

جدول رقم ( ٢ )

توزيع جلسات البرنامج الإرشادي ومحتوى كل الجلسات والمدة الزمنية المستغرقة

رقم الجلسة	محتوي الجلسة	الزمن
١	التعارف وتحديد هدف البرنامج لأفراد العينة	ساعة ونصف
٢	التفارق بين الزوجين والتقارب بينهما	ساعة
٣	المشكلات والصراعات الزوجية ومناقشتها	ساعة ونصف
٤	أسباب الخلافات الزوجية	ساعة ونصف
٥	أسباب الخلافات الزوجية	ساعة ونصف
٦	عدم وجود الثقة بين الزوجين	ساعة ونصف
٧	الكذب على الزوجين و الخيانة في الزواج	ساعة ونصف
٨	تدخل الأهل والأقارب في حياة الزوجين	ساعة ونصف
٩	التوافق الزوجي	ساعة
١٠	التوافق الزوجي	ساعة
١١	عمل الزوجة والتوافق الزوجي	ساعة ونصف
١٢	الشفافية في حياة الزوجين	ساعة
١٣	التعاون في الحياة الزوجية	ساعة ونصف
١٤	كيفية حل المشكلات الزوجية	ساعة ونصف
١٥	فن النقاش بين الزوجين	ساعة
١٦	الصدق والصراحة والثقة المتبادلة بين الزوجين	ساعة ونصف
١٧	المساعدة الزوجية	ساعة ونصف
١٨	إيجابيات العلاقة الزوجية	ساعة
١٩	تقويم البرنامج الإرشادي	ساعة ونصف

- موضوعات المناقشة الجماعية :

١- التفاوت بين الزوجين والتقارب بينهما .

- ٢- الخلافات الزوجية شر لابد منه .
- ٣- المشكلات الحقيقية في النزاعات الزوجية .
- ٤- تدخل الأهل والأقارب في حياة الزوجين .
- ٥- عمل الزوجة والتوافق الزوجي .
- ٦- طرق حل المشكلات الزوجية .
- ٧- فن النقاش بين الأزواج .
- ٨- الصدق والصراحة والثقة المتبادلة .
- ٩- السعادة الزوجية .
- ١٠- إيجابيات العلاقات الزوجية .

### أولاً: تخطيط البرنامج الإرشادي :

- هدف البرنامج : استهدف هذا البرنامج تحقيق التوافق الزوجي .
- المستفيدون من البرنامج : اشترك في البرنامج عينة مكونة من ٢٥ حالة ( ١٣ زوج ، ١٢ زوجة) من بين أفراد العينة الأساسية للدراسة ويمكن كشفت استجاباتهم انخفاض درجات التوافق الزوجي وتقدير الذات ، وارتفاع مستوى القلق والاكتئاب وممن وافقوا على المشاركة الطوعية في البرنامج بعد الاقتناع بهدغه ، وكانت العينة النهائية التي استمرت في تطبيق البرنامج حتى نهايته (٢٠) حالة من الجنسين .

### ثانياً: مدة البرنامج :

ثلاث أسابيع بمعدل جلسة واحدة يومياً ، كانت مدى كل جلسة تستغرق ما بين ساعة وساعة ونصف .

### ثالثاً: الأساليب الإرشادية :

اتخذ البرنامج أسلوب الإرشاد الجماعي ومناقشة المشكلات الزوجية بصورة عقلانية بعيداً عن الانفعالات .

## == فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب ==

- تخطيط البرنامج : استغرق البرنامج ١٩ جلسة على النحو التالي :

- (٣) جلسات للتعارف وتحديد هدف البرنامج الإرشادي .
- (١٠) جلسات للتعرف على المشكلات والصراعات الزوجية ومناقشتها مناقشة جماعية.
- (٤) جلسات لمناقشة مفهوم التوافق الزوجي وأساليب حل المشكلات الزوجية وإبراز الإيجابيات .
- (١) جلسة واحدة لمتابعة وتقييم البرنامج والتعرف على أثره في سلوك العينة .

## نتائج الدراسة

### أولاً: العلاقة بين التوافق الزوجي وتقدير الذات والقلق والاكتئاب :

ينص الفرض الأول على أنه (توجد علاقة ارتباطية موجبة بين التوافق الزوجي وتقدير الذات وعلاقة سالبة بينه وبين القلق والاكتئاب) .

وللتحقق من صحة هذا الفرض فقد تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين التوافق الزوجي وكل من تقدير الذات والقلق والاكتئاب في العينة الكلية وعينة كل من الأزواج والزوجات على حدة .

جدول (٢) معاملات الارتباط بين التوافق الزوجي وكل من تقدير الذات والقلق والاكتئاب

الزوجات	الأزواج	العينة الكلية	الارتباط بين التوافق الزوجي
ن = ٦٠	ن = ٦٠	ن = ١٢٠	
٠.٧٨١	٠.٣٦٩	٠.٥١٩	تقدير الذات
- ٠.٥٧٠	- ٠.٠٠١	- ٠.٢٥٠	حالة القلق
- ٠.٤٩٩	- ٠.٧٥٥	- ٠.٦٦٤	سمة القلق
- ٠.٥٨٨	- ٠.٨٤٨	- ٠.٥٦٠	الاكتئاب

يتضح من الجدول السابق :

- وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ بين التوافق الزوجي وتقدير الذات في العينة الكلية ، وعينة الأزواج ، وعينة الزوجات كل على حدة .
- وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ بين التوافق الزوجي وكل

أ.م.د/ محمد حامد عبدالسلام زهران =

من سمة القلق والاكتئاب في العينة الكلية وعينة الأزواج والزوجات كل على حدة .

- وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ بين التوافق الزوجي وحالة

القلق في العينة الكلية وعينة الزوجات فقط ، ولم تكن هذه العلاقة دالة إحصائياً في عينة الأزواج ،  
وهذه النتائج تحقق صحة الفرض الأول .

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع ما توصلت إليه الدراسات السابقة التي أجراها هاردر

Harder (٢٠٠٧) ، أفاري Avari (٢٠٠٦) ، هال Hall (٢٠٠٤) ، برنستينيلين Bernsteinilen

(٢٠٠٩) ، كارتر Carter (٢٠٠٨) من ارتباط التوافق الزوجي والرضا بالدور الزوجي وتقدير

الذات وتحقيق الذات كما تتفق مع دراسات هاردر (١٩٧٠) روس Ross (٢٠٠٦) ، هوفمان

Hofman (٢٠٠٧) ، ايتوف ومالسترون Etagh & Malstron (٢٠٠٨) ، شوريت وشارون

Schubert & Sharon (٢٠٠٥) التي وجدت علاقة موجبة بين التوافق الزوجي والشعور بالسعادة

والتحرر من التوتر العصبي في حين أن عدم التوافق الزوجي كان مرتبطاً بالشعور بالتعاسة

والأعراض العصابية كالقلق والاكتئاب والأعراض الميكومائية والدفعات النفسية اللاسوية وانعدام

الصحة النفسية .

ولتفسير هذه النتائج يمكن القول بأن الخلية الزوجية عمادها الحب ودوام التوافق ، فالتوافق

الزوجي قرين الرضا عن الذات ، وتقديرها والالتزان النفسي ، وهذا هو روح الحياة الزوجية السعيدة ،

وليس معنى ذلك انعدام المشكلات بين الطرفين ، ولكن التوافق الزوجي والتكيف السريع والالتزان

العاقل هو الذي يحفظ للخلية الزوجية حياتها بكل سعادة ونشاط ورضا ، أما إذا عظمت المشكلات

الزوجية وانعدم التوافق بين الطرفين واستحكمت هذه المشكلات وأزمنت ، فإن الخلية الزوجية سرعان

ما تتداعي بعوامل الصراع النفسي والقلق والاكتئاب ويسود الشقاء بين أفرادها (عبد الحميد الهاشمي :

٢٠٠٦ ، ٢٦٥ - ٢٦٦) .

== فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب ==

ثانياً: تأثير مستوى التوافق الزوجي والجنسي والتفاعل بينهما على تقدير الذات والقلق والاكتئاب:

ينص الفرض الثاني على أنه: ( يوجد تأثير لمستوى التوافق الزوجي والجنسي والتفاعل بينهما على تقدير الذات والقلق والاكتئاب) ويتفرع من هذا الفرض الفروض التالية:

أ- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوافقين زواجياً وغير المتوافقين زواجياً في تقدير الذات والقلق والاكتئاب ، وتكون الفروق في صالح المتوافقين زواجياً في تقدير الذات وفي صالح غير المتوافقين زواجياً في القلق والاكتئاب .

ب- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين (الأزواج والزوجات) في تقدير الذات والقلق والاكتئاب ، وتكون الفروق في صالح الزوجات .

ج- يوجد تفاعل بين مستوى التوافق الزوجي والجنسي في تأثيرهما المشترك على تقدير الذات والقلق والاكتئاب .

وللتحقق من هذا الفرض بفروعه فقد تم حساب رتبة الوسيط لدرجات التوافق الزوجي لعينة الدراسة وبمقتضاها تم تقسيم عينة كل من الأزواج والزوجات إلى متوافقين زواجياً وغير متوافقين زواجياً ، ثم تم حساب تحليل التباين  $2 \times 2$  (٢) مستوى التوافق الزوجي  $\times$  (٢) الجنسي (أزواج وزوجات) - (جدول رقم (٤) ، كما استخدمت معادلة شيفية للتعرف على اتجاه الفروق الدالة إحصائياً - الجداول رقم (٥) ، (٦) ، (٧) .. وفيما يلي بيان ذلك :

جدول رقم (٣) المتوسطات والانحرافات المعيارية لمجموعات الدراسة في تقدير الذات والقلق والاكتئاب

التوافق الزوجي	البيان	تقدير الذات		حالة للقلق		سمة للقلق		الاكتئاب	
		زيجات	أزواج	زيجات	أزواج	زيجات	أزواج	زيجات	أزواج
متوافقين زواجياً	ن	٣٠	٣٠	٣٠	٣٠	٣٠	٣٠	٣٠	٣٠
	م	١٦.٢	١٨.٢	٢٥.٧٦٧	٢٧.٨٢٢	١٨.٧٢٢	٢٠.٧٦٧	١٥.٠٢٢	٢١ -
	ع	٧.٨٨	٠.٢٦٦	٦.٢٢٢	٧.٠١٥	٤.٥٠٩	٣.٨٧٩	٢.٢٨٧	٥.٢٠٢
غير متوافقين زواجياً	ن	٣٠	٣٠	٣٠	٣٠	٣٠	٣٠	٣٠	٣٠
	م	١٤.٢	١٢.٨٢٢	٢٣.٩٢٢	٢٧.١	٢٦.٦٦٧	٢٦.٦٦٧	٢٢.٩	٢٦.٩
	ع	٢.٩٤٨	٢.٢٢٢	٧.٥٧٢	٦.١٩٩	٦.٤٢١	٦.٤٢١	٣.٦٤٥	٤.٨٦

جدول رقم (٤) نتائج تحليل التباين لتأثير مستوى التوافق الزوجي والجنسي والتفاعل بينهما على تقدير الذات والقلق والاكتئاب

البيد	مصدر التباين	مجموع المربعات	د. ح	متوسط المربعات	قيمة (ف) ودلالتها
تقدير الذات	التوافق الزوجي (أ)	٤٠٧.٥٠٦	١	٤٠٧.٥٠٦	٨.٩٥٤ (***)
	الجنسي (ب)	٣.٠١٦	١	٣.٠١٦	٠.٣٦٣
	تفاعل أ × ب	٨٥.٠١٨	١	٨٥.٠١٨	١.٢٢٥ (**)
	الخطأ	٩٦٤.٤٩٠	١١٦	٨.٣١٥	
حالة القلق	التوافق الزوجي (أ)	٢٢٧٩.٣٢٦	١	٢٢٧٩.٣٢٦	٤٤.٨٨٨ (***)
	الجنسي (ب)	٢٠٥.٣٨٧	١	٢٠٥.٣٨٧	٤.٠٤٥ (**)
	تفاعل أ × ب	٩.٠٨٧	١	٩.٠٨٧	٠.١٧٩
	الخطأ	٣٤٥١.٠٣٧	١١٦	٢٩.٧٥٠	
مسة القلق	التوافق الزوجي (أ)	٢٥٧٦.٣١٩	١	٢٥٧٦.٣١٩	٨٦.٥٩٩ (***)
	الجنسي (ب)	٨٠.٠٠١	١	٨٠.٠٠١	٢.٦٨٩
	تفاعل أ × ب	٤٠٣.٤٠٦	١	٤٠٣.٤٠٦	١٣.٥٦٠ (**)
	الخطأ	٣٤٥١.٠٣٧	١١٦	٢٩.٧٥٠	
الاكتئاب	التوافق الزوجي (أ)	١٦٣٥.٤٨٢	١	١٦٣٥.٤٨٢	٩٠.٧٦٤ (***)
	الجنسي (ب)	٦٠٣.٠٥٣	١	٦٠٣.٠٥٣	٢٣.٤٦٨ (***)
	تفاعل أ × ب	٦٦.٠٢٤	١	٦٦.٠٢٤	٣.٦٦٤
	الخطأ	٢٠٩٠.٢٣٨	١١٦	١٨.٠١٩	

ف الجدولية = ٣.٩٢ ، ٦.٨٥ ، ١١.٣٨

• دالة عند ٠.٠٥

•• دالة عند ٠.٠١

••• دالة عند ٠.٠٠١

١- تأثير مستوى التوافق الزوجي :

أوضحت نتائج تحليل التباين جدول (٤) أن هناك تأثيراً لمستوى التوافق الزوجي على كل من تقدير الذات والقلق والاكتئاب .. وللتعرف على اتجاه الفروق وللتحقق من صحة الجزء الأول من الفرض ، فقد استخدمت معادلة شيفية لهذا الغرض .

فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب  
جدول رقم (٥) الفرق في تقدير الذات والقلق والاكتئاب

بين المتوافقين زواجياً وغير المتوافقين زواجياً

البيان	متوسط المتوافقين زواجياً	متوسط غير المتوافقين زواجياً	فرق المتوسطين	قيمة (ف) ودلالاتها
تقدير الذات	١٧.٢	١٣.٥١٧	٣.٦٨٣	٢٤.٤٧ (***)
حالة القلق	٢٦.٨	٣٠.٥١٧	٣.٧١٧	٨.١٦٣ (**)
سمة القلق	١٩.٧٨٣	٢٩.٠١٧	٩.٢٣٤	٨٥.٩٨٣ (***)
الاكتئاب	١٨.٠١٨	٢٥.٤٠٠	٧.٣٨٣	٩٠.٧٥٢ (***)

ف = ٣.٩٢ ، ٦.٨٥ ، ١١.٣٨

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٠١ بين المتوافقين زواجياً وغير المتوافقين زواجياً في كل من تقدير الذات وحالة القلق وسمة القلق والاكتئاب ، وكانت الفروق في صالح المتوافقين زواجياً في تقدير الذات وفي صالح غير المتوافقين زواجياً في كل من حالة القلق وسمة القلق والاكتئاب .. وهذه النتائج تحقق صحة الجزء الأول ، من الفرض الثاني . هذا وتتفق النتيجة الخاصة بتفوق المتوافقين زواجياً في تقدير الذات مع ما توصلت إليه دراسات هاردر Harder (٢٠٠٧) ، افاري Avari (٢٠٠٦) ، مال Hall (٢٠٠٤) ، برنستينيلين Bernsteinilen (٢٠٠٩) ، كارير (٢٠٠٨) ، حيث يتميز الرجال والنساء المتوافقين زواجياً في كل هذه الدراسات بارتفاع مستوى تقدير الذات والرضا بالعلاقات الزوجية الناجحة وبالسعادة الزوجية والانفتاح والتمتع بالحياة .

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء النجاح في القيام بالدور الزوجي ، وذلك أن الإحساس بكفاءة الدور الأسري ، ومسايرة الزوجين للتوقعات ، وكسب العيش (المحافظة على الأسرة ، والمساندة الانفعالية ، وتنشئة الأطفال .. الخ كل ذلك يؤدي إلى الإحساس بالكفاءة والإنجاز والنقة بالنفس مما يجعل الفرد يقيم نفسه تقيماً إيجابياً يكشف عن تقدير الذات (Chadwick , et al , 2006 , 431) . أما ما توصلت إليه الدراسة من وجود فروق دالة إحصائية في كل من حالة القلق وسمة

(٥٢٠) = المجلة المصرية للدراسات النفسية - العدد ٧٣ - المجلد الواحد والعشرون - أكتوبر ٢٠١١ =



## أ.م.د/ محمد حامد عبد السلام زهران =

القلق والاكتئاب في اتجاه غير المتوافقين زواجياً - فإن هذه النتائج تتفق مع ما توصلت إليه دراسات روس (2006) ، هاردر Harder (2007) ، هوفمان Hofman (2007) ، ايتوف ومالسترون Etagh & Malstron (2008) ، شويرت وشارون Schubert & Sharon (2005) حيث كان غير المتوافقين زواجياً أكثر قلقاً واكتئاباً ويتميزون غالباً بالعصابية .. ويمكن تفسير هذه النتائج في ضوء ما يسفر عنه عدم التوافق الزوجي من اضطرابات نفسية نتيجة لفشل الزوجين في مواجهة حاجات وتوقعات بعضهما ، أو الصعوبة في تقبل كلاهما للفروق في العادات ، والآراء والرغبات ، أو الصراعات المتعلقة بالمال ، (كيف يكتسب وكيف ينفق) ، أو أسلوب تربية الأبناء إلى جانب الفشل في العلاقات ، وعدم القدرة على التعبير الشفهي عن أفكارهم لبعضهم البعض بوضوح ، أو التعارض بين اتجاهات الزوجين ... الخ لعل ذلك كله يشجع الاضطراب النفسي والإحساس بفرغ الحياة ، إلى جانب القلق والاكتئاب (Scanzoni et al , 2004 , 393) .

### ب- تأثير الجنس :

أوضحت نتائج تحليل التباين (جدول (٤)) عدم وجود تأثير للجنس على كل من تقدير الذات وسمة القلق ، في حين كان هناك تأثير دال إحصائياً لهذا المتغير على كل من حالة القلق والاكتئاب .. وللتعرف على اتجاه الفروق بين الأزواج والزوجات ، وللتحقق من صحة الجزء الثاني من الفرض فقد استخدمت معادلة شيفية لهذا الفرض .

جدول رقم (٦) الفروق بين الأزواج والزوجات في القلق والاكتئاب

البيان	متوسط الأزواج	متوسط الزوجات	فرق المتوسطين	قيمة ف ودالاتها
حالة القلق	٢٤.٨٥	٣٢.٤١٧	٧.٥٦٧	٣٣.٨٢٩ (***)
الاكتئاب	١٩.٤٦٧	٢٣.٩٥٠	٤.٤٨٣	٣٣.٤٦ (***)

يتضح من الجدول السابق وجود فروق جوهرية دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ في كل من حالة القلق والاكتئاب لصالح الزوجات - بمعنى : أن الزوجات أكثر قلقاً

== فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب ==  
واكتئاباً - وهذه النتائج تحقق جزئياً صحة الجزء الثاني من هذا الغرض ،  
وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه دراسات هوفمان Hofman (٢٠٠٧) ،  
شوبرت وشارون Schubert & Sharon (٢٠٠٥) ، وعلى الرغم من تعارض نتائج الدراسات فيما  
يتعلق بالفروق بين الجنسين في مستوى القلق والاكتئاب ، إلا أن الباحثين الذين وجدوا ارتفاعاً لمستوى  
القلق والاكتئاب لدى الإناث عن الذكور قد أرجعوا ذلك الاستعداد لدى المرأة إلى نوع التشبُّه  
الاجتماعية التي تتلقاها الإناث منذ الصغر حيث تحرم الفتاة من فرص الاستقلال المبكر ، ويستمر  
إشراف الأسرة عليها كلما كبرت ونضجت ، كما يكتنف فهم الفتاة لدورها ومركزها الاجتماعي في  
الرشد الكثير من الغموض ، فهي غير متيقنة مما ستقوم به عندما ترشد ، هل ستقوم بدورها التقليدي  
كأنتى : كربة بيت وزوجة وأم للأطفال ، أم ستقوم بدورها الحضاري تعمل وتتكسب (كمال مرسي  
١٩٩٩ ، ٢٧٣) .

وفي ضوء العلاقات الزوجية : فإننا يمكن أن نغمر ارتفاع مستوى حالة القلق والاكتئاب  
لدى الزوجات بأن الانتقال إلى عالم الزواج يستدعي أنواعاً عديدة من التوافقات الهامة والجوهرية  
فالدور الزوجي وما يفرضه من متطلبات كزوجة وأم ، وما يلقي على كاهل المرأة من مسؤوليات قد  
بصيبتها بنوع من القلق الشديد أو الشعور بالانشغال فهي تحتاج إلى إتخاذ قرارات دائمة إزاء  
المسؤوليات الزوجية والأسرية مما يجعلها تواجه مشاعر متصارعة حول دورها ، وتواجه كثيراً من  
الصعوبات التي يفرضها هذا الدور ... ولذا : فإن الصورة المثالية المرسومة في ذهن المرأة عن  
الزواج والعلاقات الأسرية وما تواجهه في واقع حياتها وما تسعى للوصول إليه يوقعها دائماً فريسة  
الشعور بالقلق والاكتئاب كلما واجهت موقفاً يتطلب الحسم .

### ج- أثر التفاعل بين مستوى التوافق الزوجي والجنسي :

أوضحت نتائج تحليل التباين (جدول ٤) عدم وجود تفاعل بين مستوى التوافق الزوجي  
والجنسي في تأثيرهما المشترك على حالة القلق والاكتئاب ، في حين كان هناك تفاعل بين المتغيرين  
في تأثيرهما على تقدير الذات وممة القلق ... وللتعرف على تجاه الفروق الدالة إحصائياً بين

أ.م.د/ محمد حامد عبدالسلام زهران =

مجموعات الدراسة ، وللتحقق من صحة الجزء الثالث من هذا الغرض فقد استخدمت معادلة شيفية لهذا الغرض .. كما تم التعرف - بالإضافة لذلك - على اتجاه الفروق بالنسبة للاكتئاب لقراب النسبة الفانية من مستوى الدلالة الإحصائية .

جدول رقم (٧) تفاعل التوافق الزوجي والجنسي في تأثيرهما المشترك على تقدير الذات والقلق والاكتئاب

الأبعاد	مجموعات التفاعل	المتوسطات	أزواج متوافقين	زوجات متوافقات	أزواج غير متوافقين	زوجات غير متوافقات
تقدير الذات	أزواج متوافقين	١٦.٢		٧.٢١٦	٧.٢١٥	٢٠.٤٥١ (***)
	زوجات متوافقات	١٨.٢			٢٨.٨١٢ (***)	٥١.٩٦٢ (***)
	أزواج غير متوافقين	١٤.٢				٣.٣٧١
	زوجات غير متوافقات	١٢.٨٣٣				
سمة القلق	أزواج متوافقين	١٨.٧٣٣		٢.٨٠٦	٨٤.٣٤٧ (***)	٢٩.٣٨٤ (***)
	زوجات متوافقات	٢٠.٧٦٧			٥٩.٩٠٤ (***)	١٥.٨١٢ (**)
	أزواج غير متوافقين	٣١.٦٦٧				١٤.١٦٣ (**)
	زوجات غير متوافقات	٢٦.٣٦٧				
الاكتئاب	أزواج متوافقين	١٥.٠٣٣		٢٩.٦٤ (***)	٨٥.٤٥١ (***)	١١٧.٢٣١ (***)
	زوجات متوافقات	٢١-			٧.٠٠١	٢٨.٩٧٨ (***)
	أزواج غير متوافقين	٢٣.٩				٧.٤٩٢
	زوجات غير متوافقات	٢٦.٩				

ف = ٨.٠٤ ، ١.٨٥ ، ١٧.٣٧

يتضح من الجدول السابق ما يلي :

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٠١ بين الأزواج المتوافقين زواجياً والزوجات المتوافقات في الاكتئاب ، وتميزت الزوجات بأنهن أكثر ميلاً إلى الاكتئاب من الأزواج .
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٠١ بين الأزواج المتوافقين زواجياً والأزواج غير المتوافقين زواجياً في سمة القلق والاكتئاب ، وكان الأزواج غير المتوافقين زواجياً أكثر قلقاً واكتئاباً .
- ٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٠١ بين الأزواج المتوافقين زواجياً في

== فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب ==

تقدير الذات ، وفي صالح الزوجات غير المتوافقات في القلق والاكتئاب .

٤- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٠١ بين الزوجات المتوافقات زواجياً والأزواج غير المتوافقين زواجياً في تقدير الذات وسمة القلق ، وكانت الفروق في صالح الزوجات المتوافقات في تقدير الذات ، وفي صالح الأزواج غير المتوافقين في سمة القلق .

٥- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٠١ في تقدير الذات والاكتئاب ، وعند مستوى ٠.٠١ في سمة القلق بين الزوجات المتوافقات والزوجات غير المتوافقات ، وكانت الفروق في صالح المتوافقات في تقدير الذات ، وفي صالح غير المتوافقات في القلق والاكتئاب .

٦- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٠١ بين الأزواج غير المتوافقين والزوجات غير المتوافقات في سمة القلق فقط ، وكانت الفروق في صالح الأزواج غير المتوافقين .

وبذلك يتضح أنه :

- في حالة التوافق الزوجي : تكون الزوجات أكثر اكتئاباً وفي حالة عدم التوافق الزوجي يكون الأزواج أكثر قلقاً .

- أن كلا من الأزواج والزوجات غير المتوافقين زواجياً كانوا أكثر قلقاً واكتئاباً .

- أن كلا من الأزواج والزوجات المتوافقين زواجياً يكونون أعلى في تقدير الذات .

ويمكن تفسير هذه النتائج في ضوء ما يسفر عنه التوافق الزوجي وعدم التوافق الزوجي

من تأثير على نفسية كلا الزوجين ، وهي تتفق مع ما توصلت إليه دراسة كامبل Cambell (٢٠٠٥) من أن المتزوجين يتمتعون بسعادة شاملة عن الأشخاص غير المتزوجين ، وأن المتزوجات أقل سعادة من المتزوجين ، وأن هناك علاقة ارتباطية قوية بين السعادة الزوجية والسعادة الكلية وأوضح بيرنارد Bernard (٢٠٠٢) أن الذكور أكثر سعادة من الإناث اللاتي يغلب عليهن التوتر النفسي ، وأنهم أكثر سعادة بإشباع حاجاتهم من النساء ، بينما أكدت دراسة نورفال Norval (٢٠٠٣) أنه كلما كان الزواج حسناً زادت سعادة المرأة المتزوجة في حين أن سعادة الرجال تتأثر

أ.م.د/ محمد حامد عبدالسلام زهران =

(Norval , 2003, 3) بنواح أخرى غير أسرية

أما عدم التوافق الزوجي وما يتبعه من عدم الإشباع العاطفي ، إلى جانب النزاعات الزوجية والمشاعر السلبية واحتمال الانفصال بين الزوجين إذا وصلت الأمور إلى درجة عالية من سوء العلاقة بين الطرفين واستحالة استمرار الرابطة بينهما - ففي مثل هذه الحالات يشيع الشعور بعدم الأمان ، والقلق والاكتئاب ، والإرهاق العصبي ، وعدم الاتزان النفسي والوجداني والخوف من المستقبل والشعور بالضيق ، وعدم القدرة على تحمل التبعة إزاء شريك الحياة وإزاء الأطفال مستقبلاً ، والتناقض بين الواقع الذي يعيش فيه الفرد وبين آماله وتطلعاته - كل هذه الظواهر تشكل دوافع قوية للتوتر النفسي والقلق والاكتئاب لدى الأفراد غير المتوافقين زواجياً من الجنسين .

### ثالثاً: ديناميات شخصية المتوافقين وغير المتوافقين زواجياً .

ينص الفرض الثالث على أنه : (تختلف ديناميات المتوافقين زواجياً عن غير المتوافقين زواجياً ، حيث تلعب العوامل اللا شعورية دوراً هاماً في تشكيل العملية التوافقية في الزواج) .  
وللتحقق من صحة هذا الفرض فقد تم اختيار حالتين متوافقتين (ذكر وأنثى) ، وحالتين غير متوافقتين (نكر وأنثى) من ضمن الحالات المتطرفة على امتياف التوافق الزوجي ، وتم تطبيق استمارة المقابلة الشخصية ، واختبار تفهم الموضوع ، إلى جانب المقابلات الحرة الطليقة ثم تفسير استجابات الحالات وصولاً إلى الصورة الكلينية التي تكشف عن أنواع الدوافع أو الصراعات اللا شعورية أو غيرها مما يؤثر على نفسية المتوافقين زواجياً وغير المتوافقين .  
وفيما يلي عرض لهذه الحالات :

### الحالتان المتوافقتان :

#### الحالة الأولى : ذكر :

العمر : ٤٥ سنة ، الحالة الاجتماعية : متزوج ولديه ابنان ، المؤهل الدراسي : ليسانس آداب العمل : أخصائي اجتماعي .

الدرجات على المقاييس النفسية :

- استبيان التوافق الزواجي ٢٢٥ .

- مقياس تقدير الذات : ٢٤

- مقياس الاكتئاب : ١٦

- مقياس سمة القلق : ١٥

- مقياس حالة القلق : ١٨

### تاريخ الحالة :

هو الابن الثالث من خمسة من الأخوة يسبقه أخ وأخت يليه اثنان من الذكور ، توفي الأب منذ تسع سنوات وكان عمره وقتئذ ٦٢ سنة بعد أن كان موظفاً بالحكومة ، كان من النمط الطيب المتكين المحب لأبنائه ، أم الأم فهي على قيد الحياة تعيش مع أخيه الأكبر ، عمرها ٥٩ سنة ، وكانت ربة بيت تميل إلى رعاية أبنائها ، تتسم بالحنان والعطف .

الطريقة التي تربي عليها في طفولته ، كانت تتسم باللين ، لم يتعرض للعقاب كثيراً وكان والده أكثر تليفاً له ، أما الأم فقد كانت أكثر تليفاً لأخيه الأكبر ، كانت علاقة الوالدين ببعضهما تتسم بالتسامح ، لم ير أي شجار بينهما ، وكان (الحالة) أكثر تفاهماً مع أخيه الذي يليه مباشرة .. كان في طفولته هادئ الطباع ، لا يذكر الوقت الذي توقف فيه عن تبليبل فراشه ، لم يعان من أي تشنجات أو نوبات عصبية أو قضم للأظافر .

بدأ حياته الجنسية منذ ١٤ سنة ، لم يكن له أي علاقات جنسية ، لم يمارس الجنس إلا مع زوجته ولم يحب سواها وإن كان قد وقع في علاقات عاطفية من طرف واحد في سنوات المراهقة ولم تكم طويلاً .

تدرج في دراسته حتى تخرج من الجامعة ، كانت درجاته في جميع سنوات دراسته جيدة حيث كان جاداً فيها ، ولم يعيش تجربة الفشل الدراسي .

تزوج في سن الثامنة والعشرين بعد أن تعلم عمله بأربع سنوات ومساعدته أسرته في ذلك،

**أ.م.د/ محمد حامد عبدالسلام زهران =**

تعرف على زوجته عن طريق أحد الأقراب فأعجبه وتمت الخطبة والزواج خلال سنة، أحس فيها بطيبة القلب والتفاهم وحسن العشرة منذ البداية - تعمل موظفة وحاصلة على مؤهل فوق المتوسط ، متزنة انفعالياً ذات رأي ، عاشا حياة زوجية سعيدة ويتشاور معها في كل أمور حياته الأسرية والشخصية ، ذات عقل راجح ، توازن بين عملها وزعاية أسرتهما ، أنجبا طفليهما في بداية سنوات الزواج ، وهو يحب أولاده كثيراً .

بالنسبة لتوافقه في العمل : فهو محبوب من زملائه ورؤسائه يتمنى الوصول إلى درجات عالية في وظيفته فهو طموح يتميز بالجد والاجتهاد كما أنه راض عن عمله .  
أما عن حالته الصحية ، فهي جيدة والحمد لله وكذلك زوجته وأولاده ، وهو لا يدخن ولا يشرب سوي الشاي ، مستقيم يصلي ويصوم ، يتابع السياسة وإن كان ليس له موقف محدد تجاهها لا يعاني الكوابيس أو الأحلام الغريبة أو المفزعة وأن كان يرى أحلاماً جنسية أحياناً .

### الاستجابات على اختبار تفهم الموضوع :

تكشف الاستجابة للوحة (٢) عن نظرة إيجابية للبيئة الأسرية والجو العائلي ، فهي بيئة ودودة متفاهمة متعاونة يرفرف الحب عليها ، فالبطل يعمل ويكسب لسد حاجات الأسرة ويشعر بالرضا من بذل الجهد والعرق عندما يرى الفرحة في عيون زوجته وابنته وأفراد مجتمعه ولل قصة وجهان للنجاح : نجاح في العمل ونجاح في العلاقات الأسرية والاجتماعية ، واستمرار لذلك ، فإن الاستجابة للوحة (٣ ص ر) تكشف عن اتجاه إيجابي نحو الذات والرغبة في الإنجاز لدرجة جعلت المفحوص قلقاً من أن يحدث له شيء يشله عن تحقيق هذا الطموح والنجاح ، (فعلنى الزغم من صعوبة حالته المادية فقد شق طريقه وسط الصعوبات حتى أصيب بالتعب) ، وفي الاستجابة للوحة (١٢ ر) (تعرض للإغماء نتيجة للتعب في العمل وسقط مغشياً عليه وكأنه يشعر بأنه النجاح لا بد له من ثمن ، وما يهمه هو أن يفخر به أهله ، فهو يحتل مكانة عظيمة بين زملائه .

واستمراراً لعلاقة المفحوص بالزوجة والأبناء تكشف الاستجابة للوحة (٤) عن إيجابية واضحة حيث جعل البطل قادراً على تحدى الخلافات التي تحدث وتعكر صفو العلاقات الزوجية ومع

== فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزواجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب ==  
ذلك فإن هناك كبتاً للمثيرات الجنسية من محتوى البطاقة .. كما تكشف الاستجابة للوحة (١٠) عن العلاقة بين الرجل والمرأة بصورة جلية لا ينفصل فيها الحب والشهوة ، فعلاقات البطل مع زوجته علاقة طيبة والنظرة إلى الزوجة نظرة إيجابية ، فهي وفيه لزوجها وتعانقاً عناقاً حاراً حين وصوله من السفر ، فالزوجة إذا أحببت أخلصت لزوجها على الرغم من غيابه عنها وأوضحت الاستجابة للوحة (١٣ رن) عن رفض أي علاقة جنسية غير شرعية ، فقط كانت هذه الجارة خائنة، عاش مع زوجته حياة رغبة ، فنزعت الأخلاقية ترفض اللا مشروع والأنا العليا تلف له بالمرصاد .

وفي الوقت نفسه فإن هناك مخلفات للتعلق بالأم وانتقال طاقة الحب بين الزوجة والأم فيستخدم في الاستجابة للوحة (٥) حيلة التكوين العكسي على سبيل قلب الأوضاع ، فعلى الرغم من أنه قد تزوج وأنجب إلا أن أمه مازالت تطمئن عليه قبل نومها ، وهناك صراع بين الاستقلال عن الأم والامتثال لها والرغبة في مساعدتها لتعويضها ، فتكون الاستجابة للوحة (٦ ص ر) خوفه على الأم يقيده ، ويقدر الأم التي تقدم بها العمر ومازالت تعطي ، فهناك صراع بين الطموح الزائد في العمل والواجب نحو الأم .

على جانب ذلك : فإن هناك كبتاً للمثيرات العدوانية الظاهرة في البطاقة (٣ ص ر) لتجاهل الممدس من إطار القصة ، وكذلك في الاستجابة للبطاقة (٨ ص ر) حيث هرب إلى عالم الخيال وأظهر عدواناً كامناً موجهاً إلى الصورة الأبوية فاستغرق في مرض الأب أو موته ينتظر حتى تشفى جراحه ، يعيش على الأمل ، وتبدو سيطرة الأب على تفكيره بمثابة قوة الأنا العليا عنده .  
وأخيراً : تكشف الاستجابة للوحة (١٨ ص ر) عن شيء من القلق أو نبرة حزن يريد أن يضع حداً لمناعبه وآلامه ، فالجزن ليس إلا مشاعر ذنب إزاء موضوع معين ، ولذلك راح يكثر عن هذا الذنب فجعل البطل يموت في النهاية .

### الحالة الثانية: أنثى :

العمر : ٣١ سنة ، الحالة الاجتماعية ، متزوجة وأم لثلاثة أطفال ، المؤهل بكالوريوس تجارة العمل : موظفة .



الدرجات على المقاييس النفسية :

- استبيان التوافق الزوجي : ٢٤٠

- مقياس تقدير الذات : ٢٠

- مقياس حالة القلق : ١٧

- مقياس سمة القلق : ١٧

- مقياس الاكتئاب : ١٣

### تاريخ الحالة :

هي السادسة في الترتيب الميلادي يسبقها في الميلاد اثنان من الذكور وثلاث من البنات ثم يليها أخ واحد .. كان الأب يعمل موظفاً بالحكومة وقد أحيل إلى المعاش منذ ١٢ سنة ، وهو من النمط الحازم الطيب في نفس الوقت ، أم الأم فهي ربة البيت ومازلت على قيد الحياة متدينة تحب أولادها كثيراً وتخاف كثيراً من أي ضائقة ، ولكنها كانت تفضل الذكور على الإناث ، وتعتبر ابنها الأكبر هو كل حياتها ، وكانت تدلل الابن الأصغر أكثر من غيره.

تربت الحالة في طفولتها بطريقة تجمع بين اللين والحزم ، فقد كانت مدللة إلى حد ما ، باعتبارها أصغر البنات ، وإن هناك حدود للانضباط ، ومع ذلك لم تتعرض للعقاب كثيراً ، وكانت الأخ الكبرى تمارس عليها دور الأم ، غير أنها كانت أكثر تقاهماً مع أختها التي تكبرها مباشرة ... الحادثة التي أثرت فيها كثيراً هي وفاة أختها الثانية أثناء ولادة طفلها الثاني وقد سببت ذلك ( للحالة ) كثيراً من الخوف أثناء حملها وولادتها فيما بعد عندما تزوجت وأنجبت .

كانت في طفولتها من النوع الهادئ المتزن ، لم تصب بأي اضطرابات عصبية أو تشنجات ولم تمارس قضم الأظافر ، وقد توقفت عن البول مبكراً .

بدأت حياتها الجنسية منذ سن البلوغ وبداية الدورة الشهرية التي خافت منها كثيراً وأحسّت بالذنب ، ولكن أختها التي تكبرها هدأت من روعها ، وعرفت الحقيقة من الأم .. لم يكن لها أي خبرات جنسية ، وقد عرفت بعض المسائل عن الجنس من صديقاتها .

تدرجت في دراستها حتى تخرجت من الجامعة ، وكانت مهتمة بدراستها وإن كان قد سبق

== فاعلمية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض حدة الطلق والاكتئاب ==  
لها الرسوب في السنة الأولى الجامعية بعد أن شغلت بخطبة فاشلة ، فقد تمت خطبتها لمدرس  
وحدثت مشاكل وفسخت الخطوبة التي لم تدم طويلاً - لم تشعر باضطراب نفسي أو ندم ولكنها  
تضايقت لما حدث .

تزوجت في الثانية والعشرين من عمرها بزوجها الحالي الذي يكرها بسبع سنوات ، وهو  
جامعي يعمل بإحدى شركات القطاع العام - أحست فيه بطيبة القلب منذ اللحظات الأولى التي تعارفا  
فيها وتقدم لخطبتها ، وقبلته الأسرة ، وتم الزواج بعد فترة بسيطة ، عاشا مع أهله في بداية الزواج ،  
حدثت بعض المشكلات الأسرية البسيطة التي عولجت في حينها ، أنجبا أطفالهما الثلاثة في بداية  
سنوات الزواج ، وقد شعرت بالطمأنينة ، لأن زوجها يمتلك قلباً كبيراً وصدراً وحباً ، يتفاهمان في كل  
شيء ، ويأخذان بالشورى في كل شيء وهو توفيق بين عملها ، ومتطلبات بيتها وأولادها ، لم يسبق أن  
حدثت أي مشكلة مع زوجها بخصوص المرتب فهما يحاولان تغطية نفقات الأسرة معاً .  
أما عن الحالة الصحية : فهي جيدة وأن كانت تعاني الآماً بالمعدة أحياناً ، لا تعاني من  
الكوابيس الليلية أو الأحلام المزعجة إلا قليلاً .

### الاستجابات على اختبار تفهم الموضوع :

تبدأ الاستجابات بتوضيح الاتجاهات الأسرية والعلاقة بين الزوجين التي تتسم بالقوة  
الإيجابية المليئة بالحب والعون والمساعدة ، إذ تظهر سيكولوجية الدور في الاستجابة للوحة (٢)  
فالذكر هو المسؤول عن مساعدة الأسرة يعمل من أجل الآخرين (الزوجة والأم) ، والمرأة بدورها عليها  
رعاية شئون الأسرة ، غير أن المفحوصة تشير في ثانيا الاستجابات إلى الإقرار بوجود بعض  
المشكلات الخاصة فتصور في اللوحة (٤) فتاة الإغراء التي ينظر إليها الزوج وما يعقب ذلك من  
مشاجرات ، تكون النتيجة أن تترك منزل الزوجية ، ولكن لما كانت مثل هذه المشكلات شيئاً لا مفر  
منه فقد جعلت الزوج يعتذر (يعود إلى صوابه) ، ويستطيع إقناع الزوجة بما حدث لكن مشاعر الغيرة  
على الزوج والتنافس الأنثوي شيء مميز لسيكولوجية المرأة وهو ما يظهر في الاستجابة للوحة (٨) ف  
ن) منتظرة زوجها على أحر من الجمر ، تأخر كثيراً (لعب الشيطان بتفكيرها) ، قد يكون ذهب إلى  
امرأة أخرى ، وهذا ما يكشف عن نوع من التراجع بين الحب والغيرة ، ثم تأكيد الحب مرة أخرى  
فتأخذ رد فعل دفاعياً عكسياً من الحب المبالغ فيه ، وقد كشفت الاستجابة للوحة (١٠) عن نوع

العلاقات المتبادلة بين الزوجين وما يسودها من حب وتضحية لإسعاد كلاهما للأخر حيث لا تفصل المفحوصة بين الشق الشهوى والشق العاطفي فالزوج ذو طموح عال لإسعاد الأسرة ، والزوجة تؤيده وتساعدته وهي راضية عنه .. وقد عبرت الاستجابة للوحة (١٣ رن) عن دفاع العلاقة الجنسية المشروع بين الزوجين والهروب من اللا مشروع والبعد عن الغواية مما يدل على أن المفحوصة تتميز بإرادة وعزيمة قوية وتتمتع بأنا أعلى قوي قاس ولاذع لا يتسامح تجاه الأخطاء يؤنبها على ما يصدر منها ويجعلها تعود لمراجعة السلوك .. ونفس الشيء قد عبرت عنه في الاستجابة للوحة (١٨ ف ن) حيث رفضت العلاقات اللا مشروعة ، أقامت علاقة حب سابقة على الزواج ، فكان جزاؤها الموت ، وهذا يوضح دفاع الإرهاب الذاتي أو تقويض الذات وتضخيم العواقب كدفاع ضد الرغبات غير المشروعة ... ويؤيد هذه الوقائع ما سبق أن أشارت إليه المفحوصة في الاستجابة للوحة (٣ ف ن) التي تبين قوة الأنا الأعلى وصرامته الذي ظهر في صورة نزعات دينية تقف أمام حفزاتها (فاستغفرت ربا) (خافت على نفسه)، (بترصد لها) ، لقيت جزاءها .

أما الاتجاه نحو صورة الأب فهو اتجاه إيجابي منذ كشفت الاستجابة للوحة (٨ ف ن) عن علاقة حب وحنان وتقاهم بينهما ، وإن كان يوجد نوع من السلطة الصادرة من الأب في (الطلاق على مستقبل ابنته ويرشدها إلى الدراسة التي تتفق مع قدراتها وطموحاتها ، ولكن هذا نوع من التآرجح بين التبعية والتمرد وتأكيد الاستقلال ، ( بعد أن أصبح زمام المبادرة في يدها).

وكان الاتجاه نحو صورة الأم متسماً أيضاً بالإيجابية فقد كشفت الاستجابة للوحة (٥) عن نوع من التضحية من أجل الأبناء ، وفي الاستجابة للوحة (١٢ ف) عن قيام الأم بالدور الإرشادي لبناتها .

وهكذا : تتميز الحالة بكفاءة الأنا وتمتعها بالاستقلالية والاتجاهات السوية نحو العلاقات الأسرية والزوجية ، وتتميز بقليل من القلق الذي يتعلق في الغالب بشئون الحياة اليومية التي تعيشها.

## الحالتان غير المتوافقتين :

### الحالة الأولى : ذكر

العمر : ٤٢ سنة ، الحالة الاجتماعية : متزوج ولديه ولدان وبنتان ، المؤهل : فوق المتوسط ، العمل

المجلة المصرية للدراسات النفسية - العدد ٧٣ - المجلد الواحد والعشرون - أكتوبر ٢٠١١ = (٥٣١)

== فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب ==  
: موظف .

الدرجات على المقاييس النفسية :

- استبيان التوافق الزوجي : ١٢٠

- مقياس تقدير الذات : ١٣

- مقياس حالة القلق : ٢٥

- مقياس سمة القلق : ٣٥

- مقياس الاكتئاب : ٢٢

### تاريخ الحالة :

هو الخامس في الترتيب الميلادي يسبقه شقيقتان وشقيقان ، ويليه أخ أصغر منه بعامين تربي في أسرة لا يمونها أي نوع من الانسجام ، فالأب كان من رجال الجيش ، توفي منذ عشر سنوات وقد كان من النمط الطيب المعالم ، غير أن الأم كانت على عكس ذلك حيث كانت متعلطة تميل إلى الشجار ، لديها وساوس قهرية ، تكره الأب كثيراً ، شكاكة في كل شيء لا تثق في أحد على الإطلاق ، عندها إحساس إنها مظلومة في الزواج من الأب ، فهي مازالت تعيش ذكريات العظمة ومجد أسرتها فتذكر أن أباهما كان من الباشوات وأنها أجبرت على الزواج من الأب ، ولذلك كانت تتهمه دائماً وتبسه هو أقرابه ، وقد وصف (الحالة) أمه بالخيانة إذ أنها - في رأيه - لا تعرف معنى الحب ولا قيمته ، ويذكر أن الأم كانت تعامله هو وجميع أخوته بالشدة والصرامة فهي عصبية دائماً لدرجة أنه قد ضربها مرة ، ثم نألم لذلك وشعر بأنه كان مجبراً على فعل ذلك .

يذكر أنه كان في طفولته من النمط الهادئ لكن الأحداث التي مر بها هي التي ميزته ، فهو لم يصب بتشنجات أو نوبات عصبية في طفولته ولكنه أصبح حاداً وقلقاً بعد أن كبر ، فمنذ أن وصل إلى المراهقة بدأ يضطهد الإناث ويخشى الاقتراب منهن ، ودخل في صراع مع نفسه وبدأ يمارس العادة السرية بإسراف .. لم يتعلق في صغره إلا بأخته الكبرى التي كان يشكو لها همومه ويصرح لها بمشكلاته ، فهي الوحيدة التي كانت تفهمه ، وكانت تتولى قضاء حاجاته وتقوم بمهام

ولقد ذكر (الحالة) بأنه فشل في دراسته وخاصة في الشهادة الثانوية حيث رسب ثلاث مرات حتى اعتبره أهل قريته فاشلاً وأطلقوا عليه لقب (اللياس) وأغلقت في وجهه الأبواب ، وقد هرب من البيت وقرر التطوع في الجيش وبات ليلة عند أحد أصدقائه التي كانت له أخت تكبره بثمان سنوات شعر بأنها تعطف عليه فحدثها عن رغبته في التطوع ، فشجعتة ، فشرع تجاهها بعاطفة شديدة ، وكان قد عثر على منديل لها فأخذه واحتفظ به ، وبعد فترة أراد أن يفتحها بعاطفته ولكن لم يستطع وظل مندبها معه يرى فيه صورتها .. خرج من أزمته عندما أعاده والده إلى البيت وذاكر من جديد ونجح والتحق بالمعهد العالي التجاري وتخرج.

أما عن زواج : فقد كان يشعر دائماً أنه لن يجد الفتاة التي تتفق مع طموحاته ، وظلت الفكرة تروده ، تقدم للزواج ثلاث مرات من فتيات ولكنه كان يتراجع بعد فترة ويفسخ الخطوبة إلى أن تقابل مع زوجته الحالية التي كانت زميلته في العمل وتقدم لأهلها وتم الزفاف بسرعة ، وهو الآن لا يشعر بأي عاطفة من جانبها ، ويشعر بالميل إلى أي امرأة غيرها ، ويرجع ذلك على عدم اهتمامها به وعدم قولها أي كلمة حب واحدة ، ويوجد بينه وبينها فتور عاطفي شديد حياتهما مجرد مظهر لنجاح أسري أمام الناس ، أما في الحقيقة فلا يوجد أي وفاق عاطفي ، وتحدث أنواع من الشجار لأتفه الأسباب ، ويذكر أنها عصبية غير مبالية مهمة .

أما عن تصوره لذاته : فيذكر أنه هادئ الطبع لا يتكلم كثيراً ، وشارد دائماً ، وهو يدخن كثيراً ويتناول المخدرات أحياناً ، ويشعر أن ذلك هو الشيء الذي ينسيه ما يضايقه فهو يريد أن ينام ولا يفكر في شيء ويحاول أن ينسي القنور القائم بينه وبين زوجته ، كثير الأحلام، والكوابيس الليلية التي يستيقظ على أثرها ليلاً ، بل تتكرر عنده بعض الأحلام ومنها ، (أنه يسقط من مكان مرتفع ، أو أنه في مكان غريب مخيف) .

### الاستجابات على اختبار تفهم الموضوع :

بدأ المفحوص استجاباته للوحة (٢) باختفاء الجو العائلي السوي من محتواها مما يشر إلى

== فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وتخفيض حدة القلق والاكتئاب ==

عجزه عن حل الموقف الأوديبي حلاً سويًا ، وقد كشف عن عدوان نحو أسرته ، ويحثه عن أسرة بديلة ينتمي عليها تعوضه بغناها المادي والعاطفي عن فقر وجذب أسرته (المادي والعاطفي) وقد كشف الاستجابة للبطاقة (٣ ص ر) عن تبرير لعدم التوافق الزوجي (فالزوجة لم تهتم بمظهرها ولا بحاجات زوجها وأصبحت مهملة في نفسها مشغولة في المطبخ والغسيل فيشعر بحرمان عاطفي) ، ولذلك فضل أن يتجه إلى الجارة ليشبع حرمانه العاطفي ، مع كبت العدوان يتجاهل المسدس من محتوى البطاقة ، ويستمر في استجابة مماثلة للبطاقة (٤) حيث قلب المفحوص الموقف فبدلاً من كون البطل يرتكب إثماً حين يخلو بامرأة في شقة خاصة يجعل الناس أشبه بالجناة الفضوليين الذين يتطلعون عليه .. وعلى الرغم من ذلك : فإن المفحوص يقدم صورة للنموذج الأنثوي المستهتر الذي لا يهتم بالحياة الزوجية والأسرة ويفرط في نفسه تحت تأثير الرغبات المحرمة غير المشروعة - وهذا ما يكشف عن القلق الذي يعانيه المفحوص إزاء العلاقات الزوجية .. وعكس ذلك : تتطوي الاستجابة للبطاقة (٥) عن صورة مشرقة للأُم باعتبارها عصب الأسرة ، صورة الأم المفضلة التي تسم المرحلة القمية ، فهي الأم التي يعترف الأبناء من نبعها كما يريدون وفي ذلك ما يدل على تثبيت مراحل مبكرة من النمو النفس وما ينبغي أن تكون عليه الصورة الأموية التي كان يمتى أن يجدها في أمه وفي زوجته وتستمر الاستجابة للبطاقة (٦ ص ر) لتكشف عن عدم التوافق الزوجي حيث (تترك الزوجة منزل الزوجية إلى منزل والدتها) ، والاستجابة مليئة بالثنائية والتناقض الوجداني : شجار وغضب : صلح ، يأس / أمل حزن / فرح .. أما الاستجابة للبطاقة (٨ ص ر) ففيها كبت شديد للعوانية حيث وجد فزع شديد مصدره عجز عن حل الصراعات العدوانية التدميرية ، وقد وجد تكوين عكسي للمشاعر العدوانية المكبوتة وما يتصل بها من خوف من الدمار بتحويل المنبه العدواني إلى مصدر للحماية - فلم ير البنديقية وإنما رأي - طبيبياً يشفي ويحمي من الأخطار .. ولقد عاد المفحوص في الاستجابة للبطاقة (١٠) ليكشف عن نفس النظرة السلبية للمرأة ممزوجاً بعدوانية واضحة (شعر الزوج عندما رأي المنظر بحريق يشب في جسمه لرؤية زوجته بين أحضان رجل آخر فانفلت الزمام منه وانقض عليها وقتلها) ، فهو هنا يستخدم (ميكانيزم) دفاعياً كزكياً بتحميل الأنثى مسؤولية الخيانة وحدها ، فهي المسؤولة عن الغواية ولذلك فإنها هي التي لا بد وأن تدفع الثمن .. وقد عجز المفحوص

== أ.م.د/ محمد حامد عبدالسلام زهران ==

في الاستجابة للبطاقة (١٢) عن تقمص الأب وأخذ دوره وذلك للخوف من الأب نتيجة التثبيت الشديد على الأم ، وكان النوم عبارة عن استجابة دفاعية هروبية تقوم على تجاهل الواقع الذي يحياه ونسيانه مؤقتاً .. وقد أعاد المفحوص تصوير الأنثى في البطاقة (١٣ ر ب) بجعلها تمثالاً أو صورة خالية من الحياة ، وهذا يدل على الخوف من الجنسية الغريبة والميل إلى الهروب بالخيال ، وهو نوع من الدفاع القائم على سحب الشحنات اللبديية من هذا الموضوع نتيجة للكبت الجنسي ... وأخيراً ، فإن محتوى الاستجابة الخاصة بالبطاقة (١٨ ص ر) غير مألوف فقد عبرت عن نرجسية بدنية استعراضية ممثلة في جسم قوى مما يعبر عن قضيبية تؤكد الذكورة على حساب كل شئ مادام قد فشل في العلاقات الزوجية فكأننا بلزاء ما يسمى مضاد الخوف حيث تم إنكار الخطر بإظهار الجسارة.

### الحالة الثانية : أنثى

العمر : ٣٤ ، الحالة الاجتماعية : متزوجة ولها ثلاثة أطفال ذكور ، المؤهل : دبلوم معلمات العمل : مدرسة .

الدرجات على المقاييس النفسية :

- استبيان التوافق الزوجي : ١٢٣

- مقياس تقدير الذات : ١٥

- مقياس حالة القلق : ٤٢

- مقياس سمة القلق : ٢٨

- مقياس الاكتئاب : ٢٤

### تاريخ الحالة :

هي الأولى في الترتيب الميلادي يليها أخ وأربع أخوات ... يبلغ الأب من العمر ٥٤ سنة ، وهو وكيل معهد بالتعليم الأزهرى ، شديد متسلط وعنيف ، ومع ذلك يتميز بالسلبية والتهرب من

== فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب ==  
المسئولية ، أما الأم فهي ضعيفة مغلوبة على أمرها ، تبلغ من العمر ٤٨ سنة ، ربة بيت ، تحب أولادها كثيراً وإن كانت تفضل الابن الذكر على البنات .

تذكر الحالة : أن جوز الأسرة لم يكن يسوده التفاهم ، فالأب منصرف لعمله ، والأخ الوحيد كان يسقط عدوانه على أخواته جميعاً أمام عيني الأم التي كانت سعيدة ، بعدوان ذكرها الوحيد وكان الأب كثير الخلافات مع الأم بسبب مسؤوليات الأسرة فهي مظلومة تتحمل أكثر مما تطيق .

كانت تخاف في طفولتها من أبيها كثيراً ، ولا تستطيع أن تتحدث معه إلا إذا كانت تريد منه شيئاً ، وتذكر أنها توقفت عن تبليل فراشها في السابعة ، لكنها تمارس قضم الأظافر حتى الآن ، لم تتعرض لتشنجات أو نوبات عصبية في حياتها .. كان البلوغ مليئاً بالصراعات ، والخاوف بالنسبة لها ، فلم تستطع أخبار أحد بالتغيرات التي طرأت عليها ، وكانت أول دورة شهرية قد سببت لها انزعاج شديد وإحساس بالذنب وخوفاً من أن يكون قد أصابها أحد الذكور دون أن تدرى ، حاولت إخفاء مظاهر أنوثتها خاصة المناطق البارزة من الجسم لأنها كانت تخجل منها ، لم يكن لها معرفة كبيرة بالجنس ، ولا تحب الحديث في هذه الأمور .

تزوجت بعد تخرجها من زوجها الحالي وكان زميلاً لأبيها في العمل ، يكرها ب ١٢ سنة ووافقت تحت ضغط والدها وأنجبت أطفالها ، وعن الحياة الزوجية ، فهي ترى أنها كانت تشعر بالسعادة في بداية الزواج ، ولكن بعد ميلاد طفلها الأول شعرت بروتين ورتابة الحياة الزوجية ، إذ أن زوجها لا يبذلها الحب الذي تتمناه ، وترى أنه يعنى معاملتها ولا يهتم إلا بصغائر الأمور ويعيش الحياة ببساطة دون جدية ، تعلم أن زوجها على علاقة ببعض الفتيات وهذه العلاقات قد دمرت حياتها وحبها لزوجها ، وهي لا تشعر الآن بأي ميل نحوه ، وتقر أنها تكرهه ولكنها تصبر من أجل الحفاظ على أبنائها .. وفي إحدى المرات طلبت الانفصال عندما رأته مع إحدى إحداهن ، لعله يجد من تعطيه السعادة ، ولكي تستريح من مضايقاته ، ولكن رفض .

تكثر لديها أحلام يتكرر فيها موت الأب ، أو الأحلام تتعلق بأولادها ، وتقوم مفزوعة ، أو تحلم أنه تغرق في بحر ولا تجد من ينقذها .



## الاستجابات على اختبار تفهم الموضوع :

تبدأ استجابة الحالة للوحة (٢) بتناول البيئة الأسرية ، فهي بيئة غير آمنة - فقيرة وغالباً ما تشير الوقائع المادية إلى وقائع نفسية ، فالفقر يشير غالباً إلى الحرمان من الحب ، وتشير الاستجابة إلى أن النماذج الأنثوية أكثر إيجابية من النماذج الذكرية : فالأم تتحمل عبء الأسرة ومشاكلها ، والفئة تجاهد وتكرر ذاتها ولا تدخل في صراعات مع الأخوة ، أما النماذج الذكرية : فتبدو ذات نزعة قدرية مستهتره تلقي عبء مشاكلها على النماذج الأنثوية (كصورة الأب) أو أنها نماذج انتهازية نفعية تتميز بالأنانية (كالإخوة) .. ولا تختلف صورة الزوج كثيراً عن النماذج الذكرية السابقة إذ تكشف البطاقة (٣ ف ن) عن أن الأزواج هم سبب تعاسة الحياة الزوجية ، فالبطلة شخصية مظلومة من زوجها (أو من والدها) ، وتتضح السلبية في تحميل الآخرين سبب تعاستها ، وتستخدم ميكانيزم التبرير (لم تجد الحنان في بيتها فكرت أن تبحث عنه في مكان آخر) ، وفي الاستجابة للوحة (٤) تكشف عن التناقض الوجداني في علاقتها بالأب كحبيب لكونه المحبوب ولكنه رجلاً ، فقامت بتحريف المحتوى الظاهري للبطاقة على جعل صورة الأب صورة مقسولة ((يجبرها على العمل والكسب)) على الرغم من أنه أحب الناس إليها ، والأم توقع بينه وبين بطلة القصة ، كما تكشف عن المازوشية الناتجة عن فقر الأنا إلى العاطفة التي تستطيع حماية نفسها إزاء الصراع بين الهو والأنا العليا ، ويرجع ذلك إلى افتقارها للقوة الأمرية التي تهيب لها إشباع الرغبات بسبب التفكك الأسري . وتستمر الحالة في الكشف عن مشاعر الاضطرابات في العلاقات الأسرية داخل المنزل نتيجة لتزايد كشف القدرة على التعبير عن الذات في صورة مشبعة فتظهر البطاقة (٥) أعراض الاكتئاب وانخفاض تقدير الذات والتردد والبكاء وعدم القدرة على البت في الأمور أو اتخاذ موقف حيال الرغبة في التمرد وترك المنزل بعد أن سدت الدنيا في وجهها ، ثم تكشف عن عقلانية واضحة تبقى على حياتها مع زوجها حفاظاً على الأبناء .. وتستمر عملية التناقض الوجداني إزاء العلاقة الزوجية ، فمرة يكون الخلاف والحدة ، ومرة يكون الاتسجام والتعلق إزاء الإبقاء عليها وإيجاد مبررات لذلك .. فالزوج (الأب) في اللوحة (٦ ف ن) نرجسي سلبي (يهمل زوجته وأولاده) غير مسئول فقد تركهم وكان على علاقة بامرأة أخرى يعيش لذاته ، والزوجة (الأم) إيجابية ، عملت وعلمت أولادها ،

المجلة المصرية للدراسات النفسية - العدد ٧٣ - المجلد الواحد والعشرون - أكتوبر ٢٠١١ = (٥٣٧)

== فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب ==  
فهي تحمل كراهية وعدواناً تجاه والدها أزاحتها على الزوج مبررة ذلك بفارق السن بينهما وتكشف عن عدوانيتها السافرة تجاه الزوج خاصة العدوانية الفمية التي تأخذ صورة نممية (أكل لحوم البشر) في البطاقة (٨ ف ن) حيث عضت البطلة الزوج حتى تمزق لحمه ، وبعدها تكشف عن مشاعر الإثم والندم - ويتضح الصراع النفسي الذي تحياه المفحوصة والذي أسقطته على بطل القصة .. وتذكر في البطاقة (١٠) أن صورة الزوج مطابقة لصورة الأب الشرسة فهي تعامل زوجها كاب وليس كزوج ، وبالتالي إزاحت كل علاقتها بالأب بكل سلبياتها إلى الزوج ؛ وكأنها تنتقم بذلك من زوجها وأن كانت في المقام الأول تنتقم من الصورة الوالدية المشوهة عندها .. وتكشف الاستجابة للبطاقة (١٢ ن) عن خيبة أملها في التوحد الأنثوي مع الأم مما جعلها تخشي الغواية وتدافع ضدها بجنسية مثلية ، وترفض مجتمع الذكور بما فيه من قوة وسيطرة وتأخذ هي الدور الجنسي بالنسبة لأهلها وتحمل دعوى قوامها الاستغناء عن الذكور على سبيل عكس الأدوار .

وتمعن المفحوصة في إظهار اضطراب مشاعرها نحو العلاقات الزوجية والعاطفية حيث تقلب الإطار المادي للبطاقة (١٣ ر ن) إلى نوع من الندية في استجاباتها والرغبة في الأخذ بالثأر من زوجها والانتقام السريع منه ، فهي تمنح بطلة القصة مشروعية الخيانة رداً على خيانة الزوج، فالعلاقة الثلاثية واضحة في الاستجابة : فللرجل علاقات أخرى غير زوجته وللمرأة أيضاً علاقات أخرى غير زوجها (طالما سمح لنفسه بذلك فهي الأخرى مسموح لها أن تستخدم نفس الأسلوب) .. وهكذا : فإن الأنا غير كفاء ، ويتضح الصراع الحاد بين رغبات الهر والأنا والأنا الأعلى بحيث تبحث عن تبرير لأفعال الزوجة .. وأخيراً : تكشف الاستجابة للوحة (١٨ ف ن) عن الخوف من صورة الأنثى التي تريد خطف زوجها ، تحاول أن تغويه بمالها وتريد أن تغتصبه، ولذلك تفرغ شحنتها العدوانية الممزوجة بالغيرة (فكان جزاؤها الموت) .

### التعليق على ديناميات الحالات المتطرفة في التوافق الزوجي :

يتضح من العرض السابق لتاريخ الحالة والاستجابات على اختبار تفهم الموضوع للحالات الأربع أن هناك فروقاً واضحة في ديناميات الشخصية المميزة للمتوافقين زواجياً وغير المتوافقين زواجياً - وذلك على النحو التالي :

## الحالتان المتوافقتان :

- اتضح أن هناك قدراً كبيراً من السوية في العلاقات الزوجية التي تتسم بالأخذ والعطاء والرضا النفسي والاتجاه إلى مواجهة الصعوبات والمشكلات الأسرية بأسلوب يتميز بالعقلانية لحل الصراع .
  - أن هناك اهتماماً أكبر بالعلاقات الأسرية وخاصة الأبوة والأمومة ، ويلعب الأبناء دور المدعم للتماسك الأسرى .
  - أن العلاقة بالآخر تتسم بالإشباع والتوحد والحب الهادئ والرزق ، وأن هناك طموحاً وأملًا ومحاولات لتحقيق هذه الطموحات .
  - أن هناك بعض الحفيزات العدوانية والاستعراضية وبعض علامات القلق التي تظهر من حين إلى آخر ولكنها لم تكن من الحدة بحيث تؤثر على مجريات التوافق الزواجي ، كما أن هناك بعض الرغبات الأويبية التي بدت في قليل من الاستجابات لكنها لم تكن من القوة بحيث تمنع من الاتجاهات السوية نحو الجنسية الغيرية ونحو الحب الزوجي .
  - هناك شيء من التناؤم والغيرة التي ظهرت في سياق بعض الاستجابات ولكنها مع ذلك لم تقف في طريق الإيجابية وتحقيق الآمال وتعمق عملية التوافق الزواجي .
- ولقد كانت هذه الخطوط العريضة التي ميزت الحالتين المتوافقتين زواجياً بمثابة أنماط مثالية أو صور هيكلية تعبر عن جوانب الشخصية ودينامياتها ، وهذا ما يدل على أنه : ليس هناك كائن سوى تماماً، وأن عملية العواء التام خرافة تسعى إليها البشرية وإنما هي عملية نسبية ضمن ظروف البيئة الحامية وإطارها (محمد عبد الظاهر الطيب : ١٩٩٧ ، ٢٢٧ - ٢٣٨).

## الحالتان غير المتوافقتين :

- اتضح لديهما أن الصورة الودية تأخذ مظهراً بالغ الملبية ، وكذلك صورة الأم التي تتخذ مظهر الإهمال في العلاقات الزوجية واللامبالاة فيما يتعلق بالأبناء ويبنون أن عدم التوافق الزواجي يكون ناشئاً عن النظرة إلى الزواج على أنه مجرد رباط اجتماعي لمواصلة الحياة.

## == فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب ==

- أن علاقة الحالتين مع الوالدين لم تكن مشبعة ، تتسم بالسلبية والتباعد والتخلص من تبعيتهما أو تسلطهما بالزواج حتى لو لم يرض طموحاتهما ، مما جعل الزواج ينقلب إلى نوع من الإحباط وعدم الإشباع .

- أن الزوجة غير المتوافقة تجد العزاء في الأبناء من خيبة الأمل في زوجها ، وتميل إلى تطويع الجانب الحنون لخدمة الأمومة كدفاع ضد المشاعر السلبية .. فالأبناء هم مصدر الإبقاء على العلاقة الزوجية ، وهناك كبت كامل للجوانب الشهوانية التي ارتبطت بالمخاوف الرمزية الممتعة.

- يتضح أثر الصراعات العصابية العنيفة وغلبة مشاعر القلق والاكتئاب في معظم الاستجابات وانفصال الزوجين عن الآخر عاطفياً ، وأن هناك تعايشاً دائماً مع العزلة العاطفية والاستسلام ورد العدوان للذات كوسائل للحفاظ المادي على العلاقة الزوجية.

- اختفاء جو الاختيار الزوجي : إذ لم يعد خافياً أن المزاعم المثالية فيما يتعلق بالاختيار المتبادل بين الزوجين ، والأساس العاطفي الذي يعتمد عليه هذا الاختيار خداع لا ظل له في الحقيقة ، وأن الزواج تحكمه معايير اجتماعية واقتصادية تملئها المصالح الشخصية لكلا الزوجين (راوية حسين : ١٩٩٦) .

هذا ويتفق نتائج الدراسة الكليتيكية عن ديناميات شخصية المتوافقين زوجياً وغير المتوافقين زوجياً مع ما توصلت إليه الدراسات السابقة في هذا المجال خاصة دراسات : أنطونيت دانيال (١٩٩٦) ، هوفمان Hofman (٢٠٠٧) ، نادية البنا (١٩٩٦) ، ماري حبيب (٢٠٠٢) ، راوية حسين (١٩٩٦) ، حيث وجد اتفاق في نتائجها على أن غير المتوافقين زوجياً تتميز العلاقات بين القرنين دائماً بالفقر العاطفي الحقيقي في مقابل الارتباط الشرعي الشكلي ، وأن كثيراً من النساء يرين أن فض هذه الرابطة يؤدي إلى كثير من الخسائر التي تفوق في حجمها خسائر الإبقاء على تلك العلاقة التي لا تحقق لها ما تتطلبه من أشباع عاطفي ، وأن الضغوط الاجتماعية والتراث التاريخي والأسري الذي تحمله الزوجة في تكوينها النفسي لا يتيح لها إلا الاستسلام والاتجاه إلى الأمومة في محاولة للهروب من مواجهة الفشل في الحياة الزوجية (راوية حسين : ١٩٩٦) وعلى عكس ذلك : فإن المتوافقين زوجياً كانوا شركاء سعداء ماهرين في حل المشكلات الزوجية ، لديهم القدرة على ربط الأفكار والمشاعر والتعامل مع الضغوط المختلفة بإيجابية وهدوء ، كما كان التشابه

### ثانياً : التحقق من صحة الفرض :

بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج الإرشادي فقد تم إعادة تطبيق مقاييس التوافق الزوجي ، وتقدير الذات والاكتئاب على العينة النهائية التي واصلت البرنامج الإرشادي حتى نهايته وذلك في الجلسة قبل الأخيرة ، وتم حساب الفروق بين درجات التطبيق القبلي والتطبيق البعدي للتعرف على اثر البرنامج الإرشادي .

جدول (٨) الفروق في التوافق الزوجي وتقدير الذات

والقلق والاكتئاب قبل وبعد البرنامج الإرشادي

البيان	قبل الإرشاد		بعد الإرشاد		قيمة (ت)	الدلالة
	ع	م	ع	م		
التوافق الزوجي	١٣٨.٢٤٦	٨.١٢	١٤٥.٤٣٨	١٠.٨	٢.٣٢	٠.٠٥
تقدير الذات	١٣.٥٣٦	٢.١٨٢	١٦.٣٣٣	٣.٦٤	٢.٨٩٢	٠.٠١
حالة القلق	٣٥.٦	٥.٦٣٢	٣٠.٤٣٢	٨.٤٣٣	٢.٢٢٢	٠.٠٥
سمة القلق	٢٩.٢٣٧	٢.٦١٥	٢٥.٨٨٣	٤.٨٢٣	٢.٦٦٤	٠.٠٥
الاكتئاب	٢٥.٤٣	٤.٢٣	٢٠.٤٤٧	٦.٨٣	٢.٧٠٤	٠.٠٥

(ت) الجدولية = ٢.٠٠٩ ، ٢.٨٦

يتضح من الجدول السابق ما يلي :

وجود تأثير دال إحصائياً للبرنامج الإرشادي على كل من التوافق الزوجي وتقدير الذات والقلق والاكتئاب - حيث وجدت فروق بين القياس بعد تطبيق البرنامج الإرشادي والقياس القبلي وكانت قيمة (ت) دالة في صالح القياس البعدي في جميع الحالات حيث كانت الفروق في التوافق الزوجي ، وتقدير الذات في الاتجاه الإيجابي ، وفي كل من حالة القلق وسمة القلق والاكتئاب في الاتجاه نحو التحسن (إلى الأفضل) . وهذه النتائج تتفق مع ما توصلت إليه دراسات هوفمان Hofman (٢٠٠٧) ،

== فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب ==

ابتسام عبد الرحمن (٢٠٠٨) ، ثريا عبد الرؤوف (٢٠٠٣) حيث اتضح أن هناك تأثيراً للعمليات الإرشادية على تحسين التوافق الزوجي وانعكاسات ذلك على الحالة النفسية للمتزوجين ويمكن تفسير ذلك : بأن الإرشاد الزوجي يؤدي دوراً فعالاً في تحقيق مساعدة الأسرة الصغيرة والمجتمع الكبير بصفة عامة ، وذلك بتعليم الزوجين أصول الحياة الزوجية السعيدة ، العمل على الجمع بينهما ومساعدتهما في حل وعلاج ما يطرأ من مشكلات أو اضطرابات زوجية (حامد زهران : ٢٠٠٤ ، ٣٩٠) ذلك أن خدمات الإرشاد النفسي في نطاق العلاقات الزوجية تمد المتزوجين بمعلومات خاصة عن الحياة الزوجية ومسئولياتها ، وتساعد على القضاء على كل أنواع المخاوف والقلق والصراع والإحباط الذي قد يعانيه أحد طرفي العلاقة الزوجية وتمتد الخدمات النفسية لتعيد التقاهم وتحدث على العمل على حل المشكلات الحالية وما قد يطرأ منها مستقبلاً - واستعادة الثقة والتوازن والتوافق - وفي ذلك يبذل المرشد جهده في سبيل تيسير الحقائق الصحية ويزيل الشكوك ويقضي على المخاوف وسوء الفهم ويساعد الزوجين على الوصول إلى التوافق النفسي (حامد زهران : ٢٠٠٤ ، ٤٠٤) ..

ومن هنا .. يتحسن مستوى التوافق الزوجي بصفة عامة وهو ما يستهدف مثل هذا البرنامج الإرشادي .. ولا شك أن التوافق في الحياة الزوجية تنعكس آثاره على ارتفاع مستوى تقدير الذات وتخفيض حدة القلق والاكتئاب، وهذا ما ظهر بالفعل من خلال نتائج الدراسة الحالية .

## المراجع العربية

- ١- ابتسام مصطفى عبد الرحمن (٢٠٠٨) : أثر ممارسة طريقة خدمة الفرد مع حالات النزاع الزوجية في تعديل دور العامل كزوج وعلاقة ذلك بكفايته الإنتاجية رسالة دكتوراه ، كلية الخدمة الاجتماعية - جامعة حلوان.
- ٢- أنطوانيت جورج دانيال (١٩٩٦) : دراسة استطلاعية عن ديناميات التوافق في الحياة الزوجية - دراسة تجريبية . رسالة ماجستير ، كلية البنات جامعة عين شمس.
- ٣- ثريا عبد الرؤوف جبريل (٢٠٠٣) : دراسة لمدى فعالية الاتجاه الوظيفي في التأثير الإيجابي على مشاكل النزاع الأسري في القطاع الحضري بمصر ، رسالة دكتوراه ، كلية الخدمة الاجتماعية - جامعة حلوان.
- ٤- حامد عبد السلام زهران (٢٠٠٤) : التوجيه والإرشاد النفسي ، ط ٢ ، القاهرة : عالم الكتب.
- ٥- حسين عبد العزيز الدريني (وآخرون) (د . ت) : مقياس تقدير الذات ، القاهرة ، دار الفكر العربي.
- ٦- رابوينة محمود حسين دسوقي (١٩٩٦) : التوافق الزوجي ، رسالة دكتوراه ، كلية الآداب ، جامعة الزقازيق .
- ٧- سيلبيرجر (١٩٩٦) : قائمة القلق - كرامة التعليمات ، ترجمة وإعداد أحمد محمد عبد الخالق ، الإسكندرية ، دار المعرفة الجامعة .
- ٨- سناء الخولي (٢٠٠٨) : الزواج والعلاقات الأسرية ، الإسكندرية ، دار المعرفة الجامعية.
- ٩- عبد الله عبد الحي موسى (٢٠٠٣) : دراسات في علم النفس ، القاهرة : دار الثقافة للنشر والتوزيع.

== فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب ==

١٠- عبد الحميد الهاشمي (٢٠٠٦) : علم النفس النكوي - أسسه وتطبيقاته من الولادة إلى الشيخوخة ط ٣ ، القاهرة : مكتبة الخانجي .

١١- غريب عبد الفتاح (١٩٨٥) : مقياس الاكتئاب ، القاهرة : دار النهضة المصرية .

١٢- كمال إبراهيم مرسي (١٩٩٩) : القلق وعلاقته بالشخصية في مرحلة المراهقة - دراسة تجريبية القاهرة : دار النهضة العربية .

١٣- ماري عبد الله حبيب (٢٠٠٢) : الإدراك المتبادل للزوجين في العلاقات الزوجية المتوترة - دراسة فينومولوجية أكاديمية ، رسالة دكتوراه ، كلية البنات ، جامعة عين شمس .

١٤- محمد السيد عبد الرحمن (٢٠٠٢) : علاقة النضج الانفعالي بالتوافق الزوجي ، مجلة كلية التربية جامعة الزقازيق ، العدد الرابع ، المجلد الثاني ، ص ٧٩

١٥- محمد بيومي خليل (٢٠٠٢) : مفهوم الذات وأساليب المعاملة الزوجية وعلاقتها بالتوافق الزوجي مجلة كلية التربية جامعة الزقازيق ، العدد الحادي عشر ، ص ص ١٨٥ - ٢٦٤ .

١٦- محمد عبد الظاهر الطيب (١٩٩٧) : العصاب القهري وتشخيصه باستخدام اختبار تفهم الموضوع تقديم صلاح مخيمر ، طنطا : مكتبة سماح .

١٧- محمود حسن (٢٠٠٤) : الأسرة ومشكلاتها ، بيروت : دار النهضة العربية .

١٨- مصطفى السلطاني (٢٠٠٧) : الزواج والأسرة ، الإسكندرية ، المكتب الجامعي الحديث .

١٩- ناديل أميل البنات (١٩٩٦) : مدى انطباق الصورة الوالدية على الزواج وعلاقتها بالتوافق الزوجي واختيار القرين ، رسالة ماجستير ، كلية البنات - جامعة عين شمس .

(٥٤٤) : المجلة المصرية لدراسات النفسية - العدد ٧٣ - المجلد الواحد والعشرون - أكتوبر ٢٠١١ =



أ.م.د/ محمد حامد عبدالسلام زهران =  
٢٠- هول . ك ، ليندري . ج (١٩٩١) . : نظريات شخصية ، ترجمة فرج أحمد فرج (وآخرون)،  
القاهرة ، الهيئة المصرية العامة للكتاب.

## المراجع الأجنبية

- 21- Avari , S.B.; Marita (2006). success and self actualization in husbands of professional women . Diss . Abs . Inter , 42 , (10) , 40 – 54
- 22- Bell, Robert, R. (2005) Marriage and family interaction, New York : Homwood,
- 23- Bernsteinilene, M. (2009) ; House wives self esteem and their husband's success : Th Myth of vicarious involvement . J. of Marriage and the family , , 41. 1 57-61.
- 24- Carter , Warren, L. ; (2008) The relationships among self esteem marital communication and marital adjustment . Diss Abs . Inter ., 41, VI (A) , 1398.
- 25- Chadwich, Brue, et, al.( 2006), Marital and Family rale satisfaction. J. of Marriage and the family , 38, 431-440
- 26- Coles, E.M.( 2002), Clinical psychopathology ; An Introduction, London : Routledge & kegan paul,
- 27- Coopersmith, S.( 2004) ; self esteem inventories . New York : Consulting psychologist press INC .
- 28- Etaugh, C. & Malstron, J. (2008), The effect of marital status and person perception. J. of Marriage and the the family, 43, 4 221 – 229.
- 29- Eysenck, H.J. & Wilson, G. (1996); Know your own personality. London : penguin Books .
- 30- Hall , Willa , M. (2009), The relationship between self concept and marital adjustment for commuter college students. Diss . Abs . Inter, 36, II (A), 7208.
- 31- Harder, Yean, M. (2007), Self actualization, mood and personality adjustment in married women . Diss. Abs, Inter, 31, 2 (B), 897 – 898.

- 32- Hjelle, L. & Ziegler, D. (2006), personality . London : MC Graw Hill, Logakusha LTD .
- 33- Hofman, Kees, G. (2007), Marital adjustment and interaction related to individual adjustment of spouses in clinic and mondinic families. Diss. Abs . Inter, 3,5 (B), 2987
- 34- James, Waltevs & Nichstimett, M. (2004), Parent-child relationships A Dicade Review of Research.
- 35- Lawrence, D. (2004), The development of self esteem questionnaire Bri. J. of Educational psychology, 51 – 245 – 257 .
- 36- Norvald, G. (2002), Children and marital happiness; A further specification of the relationship. J. of marriage and the family, 44 , 63 – 71.
- 37- Rogers, carl, R. (1992), Bocoming parents, Marriage and it alternatives . New York : Dell ,
- 38- Ross, E.J. (2006), Mental health and marital integration its young marriage . J. Of marriage and the family, 27 , 2 , 214 – 221.
- 39- Scanzoni , L., et al . (2004), women and change , New York : MC Graw Hill ,
- 40- Schubert, S. & Sharon, C.( 2005), The relationship of six rote orientation to anxiety and marital adjustment among women who are wives or partners of Vitnam veterans identified as suffering delayed strees . Diss . Abs . Inter., 46 (2) 1012 – 1013

**Effectiveness of Counseling program for  
Improving marital adjustment self esteem and  
decrease Anxiety, Depression  
(Clinical and Psychometric study)**

**Prepared by:**

**Associate Professor:**

**Mohammed Hamed Zahran**

**Faculty of Education Helwan University**

**Problem of Study:**

This study try to know the relation between marital adjustment, self esteem, Anxiety and Depression for marriages and know the effectiveness of counseling program to improving marital adjustment.

**Hypothesis:**

- 1 - There are positive relation between marital adjustment and self esteem and negative relation between marital adjustment and Anxiety, Depression.
- 2 - There is effect between Marital adjustment and Anxiety, Depression.
- 3 - In clinical study there are differences between adjustment and non adjustment marriage.
- 4 - There are statistical differences significant between experimental group and control group after applied program.

**Sample:**

Sample of this study contains 120 husbands and wives, they have children.

**Tools:**

- 1 - Questionnary of marital adjustment (prepared by: Rawya Hassan, 1996).

== فاعلية برنامج إرشادي في تحسين النوايق الزوجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب ==

- 2 - Mesurment of self esteem (prepared by Hüsien el drieny, Mohamed Salama and Abd El Wahab Kamel).
- 3 - Test of Anxiety (spelberger, translate: Ahmed Abd el Khalek, 1996).
- 4 - Test of Depression (Prepared by: Abd El fatah, G, 1985).
- 5 - List of Dignosis and case study. (Prepared by: Zahran, H. 2004).
- 6 - Thematic Apperception test (Murray, H Translate Nagaty, M.O.)

#### Results:

This study discovered that consoling program effect in improving self esteem and marital adjustment.