

الصلابة النفسية كمتغير معدل للعلاقة بين مدة الزواج وخطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية لدى عينة من الأزواج والزوجات

د / صفاء إسماعيل مرسى

قسم علم النفس - جامعة القاهرة

ملخص

هدف البحث الراهن إلى الكشف عن دور الصلابة النفسية كمتغير معدل للعلاقة بين مدة الزواج والخطط التي يستخدمها الزوجان للحفاظ على استمرار حياتهما الزوجية . وتكونت عينة البحث من ١٨٤ زوجا (٩٢ زوجا وزوجاتهم) ، بمتوسط عمر ٣٥ ,٧١ ± ١١,٣٧ سنة للزوجات ، و متوسط عمر ٤٠,٧٧ ± ١٢,٥١ سنة للأزواج . واستخدمت الباحثة اختبار الصلابة النفسية إعداد عماد مخيمر ، وقائمة خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية إعداد الباحثة. وأشارت النتائج إلى وجود ارتباطات دالة بين الصلابة النفسية والأنواع الأربعة من خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية (المعرفية والوجدانية والسلوكية والاجتماعية) . كما وجدت فروقا دالة بين مرتفعى الصلابة النفسية ومنخفضيها في خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية في اتجاه مرتفعى الصلابة النفسية ، وعدم وجود فروق بين حديثى الزواج وقدامى المتزوجين في خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية عدا الخطط الوجدانية فقط في اتجاه حديثى الزواج ، ولا توجد فروق بين الجنسين في الخطط ماعدا الفروق في الخطط الوجدانية في اتجاه الذكور ، كما أشارت نتائج تحليل الانحدار إلى أن متغير الصلابة النفسية يمكن أن يسهم في التنبؤ باستخدام خطط جيدة وفعالة للحفاظ على استمرار الحياة الزوجية . وتم مناقشة النتائج في ضوء الدراسات السابقة وبعض النماذج والنظريات المفسرة لمنظومة العلاقات بين المتغيرات .

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية - مدة الزواج - خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية

مقدمة

كان هدف البحث الراهن معرفة دور الصلابة النفسية كمتغير معدل للعلاقة بين مدة الزواج وتوظيف الخطط المعرفية والوجدانية والسلوكية والاجتماعية التي يستخدمها الزوجان للحفاظ على استمرار الحياة الزوجية ، وذلك لدى عينة من الأزواج والزوجات .

ويأتى البحث الراهن في إطار البحوث التي أكدت دور العوامل النفسية الإيجابية التي تساعد الأفراد على التوافق مع ما يتعرضون له أثناء حياتهم اليومية ، ومن بين هذه العوامل الصلابة النفسية . وبدأت التوجهات المعاصرة في علم النفس الإيجابي في الاهتمام بدراسة جوانب القوة لدى الفرد . كذلك ازداد الاهتمام في الآونة الأخيرة بالمتغيرات المدعمة لقدرة الفرد على المواجهة الفعالة للظروف النفسية أو البيئية المرتبطة باستمرار الصحة النفسية والتي من شأنها دعم قدرة الفرد على مواجهة المشكلات (عماد مخيمر ، ١٩٩٦ ، ٢٧٦) .

ولا شك أن مواصلة الزواج واستمراره - في ظل الظروف والمشكلات التي تواجه الزوجين - تعد درعاً واقياً يحافظان به على زواجهما ، كما أنها دليل على الإيجابية عند التعرض لظروف البيئة والعوامل التي لا يستطيع الزوجان تغييرها ، فالزوج أو الزوجة الذى يتمتع بالصلابة النفسية يصل في علاقته

بالظروف المعاكسة إلى درجة التأثير المتبادل ، فحين يحدث ظرف قاس يقابله بالأمل والتفاؤل (محمد نجيب الصبوة ، أميرة فايق ، ٢٠١٤ ، ٩٣) .

وتزايدت في الآونة الأخيرة المشكلات الزوجية خاصة وأن الأسرة تعيش في عالم متغير باستمرار ، مما أدى إلى تغيرات في شكل الأسرة ووظائفها وأدوار كل من الزوجين فيها (سميرة أبو غزالة ، ٢٠٠٨ ، ٣٣٤) .

وتتسم العلاقات الزوجية بالعمق والحساسية الشديدين على نحو يختلف عما يحدث في أى سياق آخر، والزوجان يتفاعلان من أجل هدف مشترك هو الحفاظ على توازن زواجهما . ويعد الزواج حدثاً ضاغطاً إيجابياً يصاحبه كثير من الضغوط النفسية والاقتصادية والاجتماعية. والعلاقة الزوجية أحد أشكال العلاقات الاجتماعية الأساسية التي تحتل دوراً مهماً في المجتمع بوصفها البنية الرئيسية لتكوين الأسرة (Bano, Ahmed, Khan, Iqbal & Aleem, 2013).

ويتعرض الأفراد لمواقف ضاغطة تؤثر على توافقهم سواء المهني أم العائلي أم الاجتماعي، ومن ثم فقد يحتاجون إلى تدخل يستند على ما لديهم من سمات شخصية بهدف تنميتها وزيادة فعاليتها وتوظيفها توظيفاً هادفاً . كما أن إدراك الفرد بأن لديه صلابة نفسية قد يساعد في التنبؤ بمدى استمتاعه وسعادته مستقبلاً (لولوه حمادة، حسن عبد اللطيف، ٢٠٠٢، ٣٢).

ولا شك أن تعرض الأفراد للضغوط أمر حتمي ، ولا حياة بدون مشكلات ، ولا يوجد فرد لديه مناعة ضد الضغوط الموجودة في البيئة ، لذا أصبح لزاماً علينا أن نعد أنفسنا وأبناءنا لمواجهةها ، ولتحقيق ذلك علينا أن نعرف المتغيرات التي تسهم في رفع درجة الصلابة لمواجهة الحياة والتعامل معها بكفاءة . وتختلف استجابات الأفراد إزاء المواقف التي تواجههم والظروف التي يتعرضون لها باختلاف سماتهم الشخصية وقدرتهم على استغلال مهاراتهم .

وتعتبر الصلابة النفسية أحد مظاهر الصحة النفسية الايجابية ، وتتمثل في القدرة على مواجهة محن الحياة نفسياً وجسدياً ، ومحاولة عمل توازن طبيعي عند التعرض للشدائد . وتقوم الصلابة النفسية بدور كبير سواء في خفض الآثار السلبية أو باعتبارها عاملاً وقائياً من تعرض الفرد لهذه الآثار. وترى "كوبازا Kobasa أن تقييم الفرد لسماته الشخصية كالصلابة النفسية يؤثر في تقييمه للحدث ذاته وفي أساليب مواجهته (هناء أبو العينين ، ٢٠١١) .

إن متغير الصلابة النفسية من أهم متغيرات الوقاية من الآثار السلبية للأزمات والصدمات؛ حيث وجد أن المتكفيين مع المحن هم الذين لديهم سمات شخصية أطلق عليها الشخصية الصلدة، وهم الذين لديهم التزام عال ويستمتعون بحياتهم وعملهم والقدرة على مواجهة التحديات (نبيل دخان ، بشير الحجار ، ٢٠٠٦) .

وتؤدي الصلابة النفسية دوراً وقائياً في التوافق مع الظروف الصعبة وتغير من إدراك الفرد لها، وترتبط باستخدام طرق التعايش الفعال مع المواقف (محمد البحيري، ٢٠١١، ٥) وتعد الصلابة النفسية من أهم السمات الشخصية التي تساعد على تقوية البنية النفسية للفرد (أحمد النحال ، ٢٠٠٩ ، ١٥) كما

أن إدراك الفرد لصلابته النفسية يرتبط بكفاءته المرتفعة في علاقاته مع الآخرين وتحديد صور المساندة التي يحتاجها عند التعرض للضغوط .

وترى " كويازا " Kobasa أن الصلابة النفسية تساعد الفرد في الاحتفاظ بصحته النفسية عند تعرضه للضغوط وأنها متغير أثبت دوره الفعال في إدراك وتفسير الأحداث الضاغطة على نحو إيجابي ودعم متغيرات أخرى كالمساندة الاجتماعية والمرونة وتشارك في النضج الانفعالي للفرد وزيادة خبرته في مواجهة المشكلات (محمد عبد الموجود، ٢٠١٤، ٤).

ويبدو أن الطريق إلى الاستقرار الزواجي مهمة شاقة (Rice , 2005 , 405) ، وكلما استمر الزواج لفترة أطول يشعر الزوجان بقوة الرابطة التي تجمعهما ، حيث تتحد الأهداف وتتلاشى فردية كل منهما بالتدرج في سبيل سعادة الأسرة ، إن الحفاظ على استمرار واستقرار الحياة الزوجية يعد غاية في حد ذاته ، لذا فعلى الزوجين أن يحافظ كل منهما على استمرار الزواج الناجح ويقويه وأن يفى لشريكه بالحقوق الواجبة عليه ، ولا يتحقق ذلك إلا من خلال أساليب تواصل جيدة يعبر كل طرف فيها عن مشاعره السلبية بطريقة مقبولة ويكون لديه الرغبة في التسامح (عزة عبد الكريم ، ٢٠١٢ ، ٦٩) .

ولا شك أن استخدام الزوجين لخطط معينة يحاولان من خلالها تجنب الوقوع في الخلافات يعد أمراً إيجابياً للحفاظ على استقرار الأسرة والخروج بها من أية أزمات يمكن أن تؤثر على تماسكها. ويشير "زاياكا وتشمبرلين" إلى أهمية التركيز على دراسة المتغيرات المخففة أو المعدلة مثل الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والتي تؤثر في كيفية رؤية الفرد للأحداث الضاغطة وكيفية إدراكه وتفسيره لها ، كما تؤثر أيضاً في كيفية تقييم الفرد لمدى قدرته على مواجهة هذه الأحداث (Chamberlain, 1987 , 155) . (Zika &

وعندما يصطدم الزوجان في بداية حياتهما الزوجية بواقع الحياة وبمسئولتهما عن استقرار حياتهما الزوجية وتبديد الأمور المعيشية قد يصمد البعض أمام هذا الواقع ويستمر محافظاً على الزواج، بينما يفشل الكثيرون . ولا شك أن الزواج كمؤسسة اجتماعية يوجب نسقاً من التزامات وحقوق متبادلة ضرورية لاستمرار الحياة الأسرية (حمدي ياسين، أحمد الكندري، ١٩٩٦، ٧٩) .

إن وجود صراعات زوجية ليس هو المشكلة في حد ذاته ؛ بل الأهم هو طريقة التعامل معها. وقد لوحظ أن الصعوبات التي يعاني منها الأزواج والزوجات إنما تحدث في بداية الزواج ، وأن حوالي ٢١% من الزوجات تنتهي في غضون العامين الأوليين ، وأن حوالي ٤٠% تنتهي في العام الرابع . فبعض الأزواج لديهم سمات تساعد على التغلب على هذه الصعوبات مما يوضح أن الخصال الشخصية لها دور أساسي في استمرار الزواج (محمد عاطف زعتر، ٢٠٠٠، ٣٩٩). ووجد أن واحدة من كل ثلاث زوجات تقبل في السنوات الخمس الأولى من الزواج ، كما أن ما يقرب من ثلثي المتزوجين للمرة الأولى ينتهي بهم الزواج إلى الطلاق في السنوات الأولى من زواجهم (Fisby et al., 2012) ، ثم تأخذ بعد ذلك نسب الطلاق في الانخفاض كلما طالت العشرة الزوجية حيث يزداد فهم كل زوج للآخر.

كما ورد في تقرير الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء أن معدل حالات الطلاق في مصر بلغ ٢٤٠ حالة طلاق كل ست دقائق أغلبها حديثو الزواج (الكتاب الإحصائي السنوي ، ٢٠١٤) . وعلى الرغم من أن أغلب الأزواج والزوجات يرغبون في نجاح زواجهم واستمراره ويسعون إلى تجنب المشكلات

الحياتية إلا أن هذا الهدف صعب المنال إذا لم يسلك كلا الطرفين بطريقة تؤدي إلى التوافق واحترام الآخر .

كما أن مدة الزواج والمرحلة التي يمر بها الزوجان تعد حاسمة في تحديد إمكانية استمرار الزواج ، حيث نجد أن واحدة من كل ثلاث زيجات تفشل في السنوات الخمس الأولى، وأن اثنين من هذه الزيجات تنتهي بالطلاق (Rice , 2005) وأن ٦٧ ٪ من حالات الطلاق تحدث في السنوات السبع الأولى من الزواج . في حين يشير آخرون إلى أن التوافق يزداد في المرحلة الأولى من الزواج، بينما ينخفض في المرحلة المتوسطة نظراً لزيادة الأعباء والضغوط . وأشار فريق ثالث إلى أن التوافق الزوجي لا يختلف باختلاف مدة الزواج، فمع طول مدة الزواج قد يعتاد الزوجان على شكل العلاقة مهما كانت درجة التوافق، فيستمر الزوجان ولا يكون ذلك دليلاً على التوافق الزوجي بينهما (الصبوة ، فايق ، ٢٠١٤) .
بناء على ما سبق أمكننا صياغة تساؤلات البحث الراهن والتي نعرضها فيما يلي :

مشكلة البحث

يحاول البحث الراهن الإجابة عن التساؤلات الآتية :

- ١- هل تؤدي الصلابة النفسية دوراً معديلاً للعلاقة بين مدة الزواج وخطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية ؟
- ٢- هل توجد فروق بين حديثي الزواج وقدامى المتزوجين في الخطط المستخدمة للحفاظ على استمرار الحياة الزوجية ؟
- ٣- هل توجد علاقات ارتباطية متبادلة بين المتغيرات الثلاثة (الصلابة النفسية، ومدة الزواج، وخطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية) ؟
- ٤- ما المكونات العاملة لاختبار خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية ؟
- ٥- هل توجد فروق بين الأزواج والزوجات في الخطط المستخدمة للحفاظ على استمرار الحياة الزوجية ؟

مبرات إجراء البحث

- ١- الاستجابة لما أوصت به الدراسات السابقة من دراسة دور متغير مدة الزواج في زيادة أو خفض معدلات الاختلالات الزوجية ؛ حيث أن هذا المتغير من الأهمية بمكان فيما يسمى دورة حياة الأسرة ويختلف مستوى الاضطراب الزوجي باختلاف مدة الزواج (صفاء إسماعيل ، ٢٠٠٨ ، ٢٤٦) .
- ٢- إن العلاقات الزوجية والأسرية لها تأثير قوى ومباشر ومستمر على أحوال المجتمع ككل ، ولا شك أن استقرار الأسرة يؤدي الى استقرار المجتمع ، وأن النزاعات الزوجية فيها تهديد للبنين الاجتماعى كله (ليلي تكلا ، ٢٠٠٦ ، ٦٣) .
- ٣- دراسة متغير الصلابة النفسية باعتبارها أحد المتغيرات الايجابية خاصة في مجال العلاقات الزوجية حيث يجب الاهتمام والتركيز على المتغيرات المدعمة للقدره على المواجهة الفعالة أو عوامل المقاومة التي من شأنها دعم قدرة الفرد على مواجهة المشكلات.

مفاهيم البحث والنظريات المفسرة لها :

أولاً : مفهوم الصلابة النفسية :

حاز مفهوم الصلابة النفسية على اهتمام الباحثين في الدراسات النفسية ؛ حيث وجدوا أن هناك خصائص معينة من شأنها المحافظة على الصحة بالرغم من التعرض للضغوط (زينب الخفاجي ، ٢٠١٣ ، ٨٠) . كما أنه من المفاهيم الحديثة نسبياً حيث أصبح موضوعاً محورياً من موضوعات علم النفس الإيجابي الذي يحفز السلوك الإنساني لمواجهة الضغوط بفعالية ومسئولية(عفاف جعيس، مصطفى الحديبي، ٢٠١٤، ١٣).

وتعرف " كوبازا " Kobasa الصلابة النفسية بأنها الإدراك المتبادل للذات عن قدرتها على الالتزام والتحكم والتحدى والسمات التي تساعد الفرد على إدارة الظروف الضاغطة وتؤثر في الطريقة التي تحول هذه الظروف إلى فرص لتحقيق النمو (Kobasa , Maddi, Ruccetti, 1985) .

و الصلابة النفسية اعتقاد عام لدى الفرد في قدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة ، كي يدرك ويفسر بفعالية أحداث الحياة الضاغطة (نبيل دخان وبشير الحجار، ٢٠٠٦، عبد الموجود، ٢٠١٤، ٤، جيهان حمزة، ٢٠٠٢، ٣٤).

وترى كوبازا أن الصلابة النفسية هي مجموعة من السمات النفسية تشمل متغيرات الالتزام ووضوح الهدف والتحكم والتحدى ، وهذه الخصال من شأنها المحافظة على الصحة النفسية والجسمية والأمن النفسى بالرغم من التعرض للأحداث الضاغطة (Kobasa , 1982) .

ويعرف " مادي " (Maddi , 2004) الصلابة النفسية بأنها أحد التغيرات النفسية التي تعمل على تعزيز قدرة الفرد على الاستجابة لمطالب الحياة المستمرة ومواجهة الضغوط اليومية وزيادة مستويات الرفاهية الذاتية .

كما تعرف الصلابة النفسية بأنها إحدى السمات الايجابية في الشخصية والتي تعمل البيئة على تعزيزها وتتميتها في الفرد منذ الصغر لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة كما تساهم في مساعدة الأفراد على الاستمرار في إعادة التوافق باستغلال طاقاتهم وقدراتهم الذاتية والاجتماعية (تغريد حنفى ، ٢٠٠٧ ، ٤٦) . وأشارت "هويدة حنفى" إلى الصلابة النفسية بوصفها قدرة الفرد على استخدام كل المصادر النفسية والاجتماعية والبيئية المتاحة له كي يدرك ويفسر ويواجه بفعالية أحداث الحياة اليومية ومقاومة الضغوط (هويدة حنفى ، ٢٠١٢ ، ٥٤٨) . وتعرفها حليلة الدقوشى (٢٠١٣) بأنها مجموعة من السمات الشخصية التي تعمل على مواجهة الأحداث الضاغطة عن طريق استخدام الفرد لكل مصادره الذاتية الداخلية ومصادر البيئة الخارجية وتقييمه المعرفى لهذه الأحداث وتفسيرها بواقعية ، والتي تتميها البيئة في الفرد منذ الصغر لمقاومة الآثار السلبية للضغوط وتساهم في مساعدة الأفراد على الاستمرار في إعادة التوافق باستغلال طاقاتهم وقدراتهم الذاتية والاجتماعية .

ومن السمات التي تميز الأفراد ذوي الصلابة النفسية المرتفعة : أن لديهم تقديراً مرتفعاً للذات (عادل المنشاوى، ٢٠٠٦، ٣٥) ، و مهارات حل المشكلات وكفاءة اجتماعية واستقلال ذاتي ولحساس بالتنازل . كما يتميزون بالتكيف مع التغيير ، والإيمان بأن الظروف الصعبة هي تحديات يمكن أن

تزيدهم قوة (البحيرى، ٢٠١١، ٢). ويعتمد الأشخاص ذوو الصلابة النفسية المرتفعة على أساليب التعايش الفعال كوسيلة للتكيف . وتوصلت "كوبازا" إلى أن الأشخاص الأكثر صلابة نفسية أكثر مقاومة وانجازا وضبطا داخليا وقيادة ومبادأة ونشاطا ودافعية (سالم المفرجى ، عبد الله الشهري ، ٢٠٠٨) . وأكد آخرون أن الأفراد الذين يتميزون بالصلابة النفسية أكثر نشاطا وتحملا للأعباء وأكثر قدرة على التحكم والتحدى ، ويميلون إلى السلوكيات التي تقودهم إلى نتائج ناجحة والاعتقاد في قدرتهم على الكفاءة الذاتية ، كما أنهم أقل احتمالا للإصابة بالأمراض النفسية والجسمية الناتجة عن أحداث الحياة الضاغطة.

وكذلك يتميز مرتفعو الصلابة النفسية بأنهم أكثر واقعية وأشد التزاما ويتمتعون بالحيوية كما أنهم يدعمون نواتهم بالمشاعر الإيجابية ويشعرون أنهم مختلفون عن الآخرين عندما يمرون بمحنة ويتعاملون معها بإيجابية وتوافق ، ويحاول الشخص مرتفع الصلابة النفسية تنظيم انفعاله مما يسهل عليه الشعور بالمشاعر الإيجابية والتخفيف من المشاعر السلبية ، ولديه مرونة وتفكير تجريدي ويتعلم من تجاربه، ولديه فهم واضح للواقع والقدرة على تجربة بدائل متعددة ، ويخبر الأشخاص مرتفعو الصلابة النفسية التزاما بأنشطة حياتهم اليومية كما يخبرون تحكما في بيئتهم ، ويرون أن التغيير أمر طبيعي وصحي وجزء من النمو الشخصي ويظنون أصحاء بعد تعرضهم لخبرة ضاغطة (Lambert & Lambert , 2003 , 181). كذلك حصل مرتفعو الصلابة النفسية على درجات مرتفعة على مقياس التكيف الانفعالي والشخصي (عويد المشعان ، ٢٠١٠ ، ٦٧١).

أما منخفضو الصلابة النفسية فغالبا ما يكونون أكثر شعورا بالفشل (عادل المنشاوي ، ٢٠٠٦ ، ٣٥) كما أنهم نقدا لذواتهم ولحاساسا بالتهديد المستمر والضعف في مواجهة الأحداث المتغيرة وسلبيون في تعاملهم مع البيئة (عويد المشعان ، ٢٠١١ ، ٤٩) . كما أنهم أكثر انعزالا عن الناس ويظهرون الشعور بالحيرة والقلق ولا يفضلون البحث عن البدائل المتاحة (جيهان حمزة ، ٢٠٠٢) .

مكونات الصلابة :

أشارت الدراسات النفسية إلى أن الصلابة النفسية تنتظم في أبعاد ثلاثة هي الالتزام والتحكم والتحدى، نشير إليها على النحو التالي :

١- **الالتزام Commitment** : يعد الالتزام من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطا بالدور الوقائي لها بوصفها مصدرا لمقاومة المشقة (حمزة ، ٢٠٠٢ ، ٣٥) . ويعرف الالتزام بأنه قدرة الفرد على الالتزام نحو قيمه ومبادئه وأهدافه وأولوياته ونحو مجالات الحياة مثل العلاقات الاجتماعية ومؤسسات العمل ومتطلباتها وقوانينها والأسرة ، أكثر من التجنب Kobasa & Maddi , Kahn (1982, 168 ، إيناس منصور، ٢٠٠٨ ، ١) .

كما يعرف "كيفين وآخرون"، Kevin et al.، الالتزام بأنه المدى الذي يشارك من خلاله الفرد في مجموعة من مجالات الحياة، ويعطى الفرد الإحساس بالهدف والقدرة على تطوير العلاقات الاجتماعية خلال المواقف الصعبة (عبد الموجود، ٢٠١٤ ، ٧) .

مظاهر الالتزام :

وجد الباحثون عددا من مظاهر الالتزام ، فهناك الالتزام تجاه الذات ، والالتزام الاجتماعي ، والالتزام الأخلاقي ، والالتزام الديني ، والالتزام القانوني (شروق حسن ، ٢٠١٣ ، ٤٥ ، حمزة ، ٢٠٠٢ ، ٣٧ ، عبد الموجود ، ٢٠١٤ ، ٧) .

٢-التحكم Control :

عرفت كوبازا التحكم بأنه اعتقاد الفرد بأن الظروف والمواقف الحياتية المتغيرة هي أمور متوقعة الحدوث ويمكن التنبؤ بها والسيطرة عليها (Kobasa & Puccetti , 1993 , 849) . وتبدأ خطوات التحكم بالمبادأة ثم الإدراك ثم الفعل على الترتيب ، ويعرف التحكم بأنه اعتقاد الفرد في قدرته على السيطرة والتحكم في أحداث الحياة المتغيرة المثيرة للمشقة النفسية سواء أكان ذلك معرفيا أم وجدانيا أم سلوكيا (حمزة ، ٢٠٠٢ ، ٤١) .

وتعرف إيناس منصور (٢٠٠٨) التحكم بأنه قدرة الفرد على السيطرة على أحداث الحياة من خلال المصادر الداخلية والقدرة على اتخاذ القرار المناسب ومواجهة الضغوط بفعالية . كما يعرف التحكم بأنه قدرة الفرد على التأثير في الأحداث بشكل فعال وكذلك قدرته على اتخاذ القرارات والاختيار بين بدائل عديدة (Barton , 2008) . ويعرفه عماد مخيمر بأنه مدى اعتقاد الفرد أنه بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث ويتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له (عماد مخيمر ، ١٩٩٦ ، ٢٨٥) .

مظاهر التحكم :

للتحكم عدة مظاهر منها التحكم الاسترجاعي ، والتحكم السلوكي أو الإجرائي ، والتحكم المعلوماتي، والتحكم المعرفي (شروق حسن ، ٢٠١٣ ، ٤٧ ، حمزة ، ٢٠٠٢ ، ٤٠) .

٣- التحدي Challenge :

تعرف "كوبازا ومادى" التحدي بأنه اعتقاد الفرد في قدرته على المقاومة والمثابرة ، وأن التغيير موجود أكثر من الثبات في أحداث الحياة ، كما أنه أمر طبيعي أكثر من كونه شيئا يثير الشعور بالتهديد (Funk , 1992 , 336) . ويعرف أحمد النحال (٢٧ ، ٢٠٠٩) التحدي بأنه إدراك الأحداث الحياتية المتغيرة الجديدة ويعتبر فرصة للتغيير والنمو والتطور الشخصي . والتحدى هو اعتقاد الفرد أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته هو أمر ضروري للنمو مما يساعده على المبادأة واستكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط بفعالية (Kobasa , 1982 , 707) .

المفاهيم المتشابهة مع مفهوم الصلابة النفسية :

يوجد عدد من المفاهيم المتداخلة مع مفهوم الصلابة النفسية والمتشابهة معه ؛ منها على سبيل المثال الفعالية الذاتية عند باندورا Bandura ، ومفهوم التماسك عند أنتونوفسكى Antonovsky ، كذلك مفاهيم نمط (أ) من الشخصية ، وقوة الأنا ، والاتزان الانفعالي ، والكفاءة الذاتية ، وتنظيم الذات ،

والمقاومة النفسية ، والسمود (جولدشتاين وبروكس ، ٢٠١١ ، ٩ ، حمزة ، ٢٠٠٢ ، ٤٤) . وسوف نتناول بعض الفروق بين هذه المفاهيم فيما يلي :

الصلابة النفسية والتماسك : مفهوم الصلابة النفسية أعم وأشمل من التماسك كما أنه يفصل بين

معنى الصلابة النفسية والتعايش بخلاف التماسك الذى يتضمن التعايش (حمزة ، ٢٠٠٢ ، ٤٤) .

الصلابة النفسية والفعالية الذاتية : إن الفعالية الذاتية تظهر في جميع المواقف الحياتية بصفة عامة ولا تستدعى بالضرورة أن تكون مثيرة للمشقة.

الصلابة النفسية والنمط (أ) من الشخصية : يمكن التمييز بين المفهومين من خلال عدم الاتساق

الواضح داخل سلوكيات النمط (أ) والتي لا يتضمنها مفهوم الصلابة النفسية بوصفه سمة إيجابية فعالة في الشخصية .

الصلابة النفسية والسمود النفسى: يرى محمد الخطيب (٢٠٠٧) أن الصلابة النفسية قد تكون من

العوامل الوقائية التى يتأثر بها السمود النفسى إلا أنها ليست من مكوناته الأساسية التى تتضح في التوقعات المستقبلية الإيجابية والإيمان والمثابرة والتواصل مع الآخرين والمبادأة . ويعد السمود النفسى واحدا من مكونات الشخصية التى تحمى من التعرض للخطر ، وهو أحد الاستجابات التى يمتلكها الإنسان أثناء توافقه مع الظروف المحيطة به (منال طه ، ٢٠١٣ ، ٢) ، كما أن السمود عملية تعكس التكيف الإيجابي رغم المحنة ، بمعنى أنه يشمل متغيرين هما التعرض للمحنة والتهديد الشديد وتحقيق التكيف الإيجابي رغم التهديد (ناجليرى ولوجوف ، ٢٠١١ ، ١٩٢ ، Snape & Miller , 2008) ، 224) . فى حين يرى إنك وزملاؤه (Inke et al., 2006) أن السمود هو القدرة على الشفاء يرى آخرون مثل نانسى وبامبلا وجاكولين (Nancy , Pamela & Jacqueline, 2008) أن السمود عملية ديناميكية بين عدة عوامل تودى دور الوسيط بين الفرد وبيئته والنتيجة أو الهدف الذى يريد الفرد تحقيقه . وتتشابه الصلابة النفسية مع السمود النفسى الذى تعرفه جمعية علم النفس الأمريكية بأنه مواجهة إيجابية للشدائد التى يواجهها الفرد مثل المشكلات الأسرية والعلاقات مع الآخرين (هبة محمود ، ٢٠١٤ ، ٤٩٠) .

الصلابة النفسية والمقاومة النفسية : تتضمن المقاومة النفسية عددا من المهارات منها الصبر

والتسامح والمسئولية والتعاطف والاستقلالية والإيمان والإيثار والتغلب على العقبات والتكيف مع الظروف (نبيلة عبد الرقيب ، ٢٠١٤ ، ٢٨) . ويرى كل من "مادى وكوبازا" أن الصلابة النفسية مجموعة

مصادر تودى إلى المقاومة ، وكلا المفهومين - الصلابة النفسية والمقاومة - يشيران إلى الإيجابية في

السلوك رغم وجود المحن وكلاهما يشتمل على سمات معرفية وسلوكيات (أشرف عطية ، ٢٠١١ ،

٥٧١) . كما يتشابه مفهوم الصلابة النفسية والمقاومة في أن كليهما يتضمن إمكانات فردية مثل تقدير

الذات، ومهارات اجتماعية وتعاطفا واستبصارا. وتتشترك المقاومة مع الصلابة النفسية في أنها أحد

مظاهر الصحة النفسية الإيجابية (Srivastava, 2011) ، وترى صفاء عفيفى (٢٠١١) أن

الصلابة النفسية من المكونات الأساسية للمقاومة .

أهمية الصلابة النفسية وفوائدها :

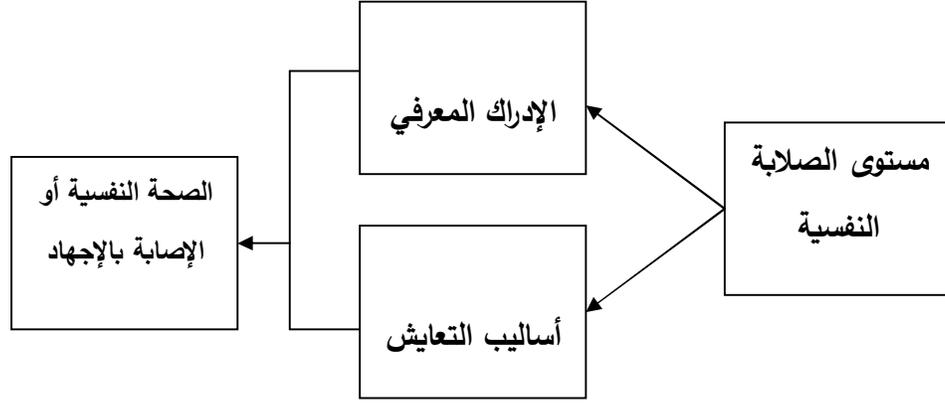
استخدمت الصلابة النفسية كمتغير يخفف من الآثار السلبية الناتجة عن مصادر المشقة ، كما أظهرت نتائج بعض البحوث وجود ارتباط بينهما وبين العوائد الإيجابية النفسية والانفعالية والمعرفية الناتجة عن التعرض للمشقة (حمزة ، ٢٠٠٢ ، ٣١) ، كما تعد الصلابة النفسية مصدرا لمقاومة المشقة. كما تؤدي الصلابة النفسية عدة أدوار إيجابية لخفض صور استجابات الإجهاد المزمن في أنها تعمل على تغيير التقييمات الأولية للأحداث الشاقة بأن تجعلها أقل مشقة وقابلة للتحكم فيها وتيسر التعايش الفعال وتدعم الأثر الواقى لبعض المصادر الاجتماعية المساندة (حمزة ، ٢٠٠٢ ، ٣١). كذلك فإن إدراك الفرد أن لديه صلابة نفسية قد يساعد على التنبؤ بالشعور بالسعادة وتسهم في مساعدته على الاستمرار في التوافق (جعيص ، الحديبي، ٢٠١٤ ، ١٤) .

و يمكن أن تقيد الصلابة النفسية في مجالات الحياة الأخرى كمقاومة الأمراض الجسمية والتغلب على خبرات الفقد أو الفشل (Pietrzak et al., 2009) ، وكذلك فإن غياب الصلابة النفسية بجوانبها المختلفة يقلل من قدرة الفرد على مواجهة الضغوط والشكاوى النفسية

النظريات المفسرة لمفهوم الصلابة النفسية :

١- نظرية كوبازا في الصلابة النفسية : ترى "كوبازا" أن الأفراد يمتلكون دافعا داخليا نحو إدراك الذات ولمكانات ذاتية للنمو والتطور الشخصي أى الدافع لتحقيق الذات (عبد الموجود، ٢٠١٤، ٨) . كما اعتمدت على دراسات للكشف عن المتغيرات النفسية والاجتماعية التي من شأنها مساعدة الفرد على الاحتفاظ بصحته النفسية والجسمية رغم تعرضه للأحداث المثيرة للضغوط. وبعد إجرائها لعدد من الدراسات بهدف تحديد دور متغير الصلابة كمتغير وقائي توصلت إلى أن ذوى البنية الصلبة يعتمدون على التقييم المعرفى الإيجابي والمتفائل لأحداث الحياة ، ولديهم طريقة مواجهة تحويلية تجعلهم يحولون الأحداث إلى فرص للنمو ولخضاعها للسيطرة ، والتحكم في الآثار الناتجة عنها (Maddi , 2007). والافتراض الأساسى في نظرية "كوبازا" هو أن التعرض للأحداث الشاقة يعد أمرا حتميا لارتقاء الفرد ونضجه الانفعالى وأن المصادر النفسية والاجتماعية الخاصة بكل فرد تقوى وتزداد عند التعرض لهذه الأحداث ومن أبرز هذه المصادر الصلابة النفسية .

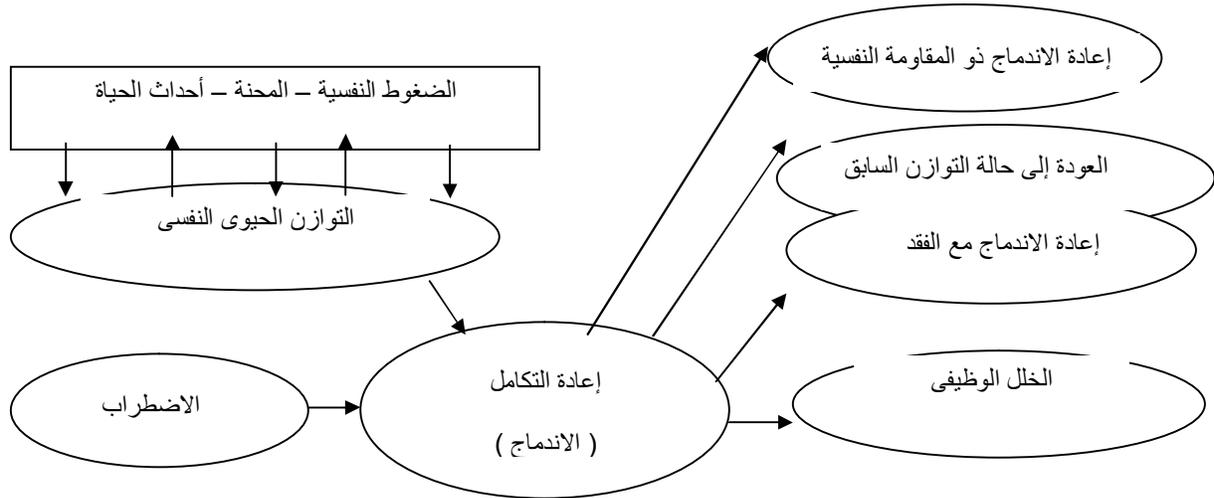
٢- نموذج "فك" Funk : طور "فك" نظرية كوبازا من خلال عدد من الدراسات بهدف فحص العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفى والتعايش الفعال من ناحية والصحة النفسية من ناحية أخرى ، وتوصل إلى النموذج التالى :



شكل (١) نموذج فنك المطور للصلابة النفسية (Florian et al., 1995 , 692).

٢- **نموذج ريتشاردسون Richardson للصمود النفسي** : يتمثل في فكرة التوازن الحيوي النفسي الذي يسمح للفرد بالتكيف مع ظروف الحياة ؛ حيث تؤثر الضغوط النفسية ومتطلبات الحياة في قدرتنا على التكيف ، وأن مواجهة هذه الأحداث تتأثر بالسمات الشخصية مثل الصلابة والمقاومة والصمود (عطية، ٢٠١١، ٥٧١) .

ويشير هذا النموذج إلى أن الأفراد عندما يتعرضون لموقف ضاغط فإنهم يحاولون عمل توازن وإعادة اندماج بأحد البدائل الأربعة الآتية إما إعادة الاندماج ذو المقاومة النفسية ، أو العودة إلى حالة التوازن السابق ، أو إعادة الاندماج مع الفقد ، أو يحدث خلل وظيفي وسوء تكيف ، وهذا ما يوضحه الشكل التالي :



شكل (٢) نموذج ريتشاردسون للصمود النفسي (Richardson , 2002 , 309)

٤- **نظرية التعلم الاجتماعي** : تتعامل هذه النظرية مع الصلابة النفسية على أنها سلوكيات يتم تعلمها من خلال المواقف الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي مع الآخرين ، فوجود نماذج اجتماعية تتسم

بالثقة بالنفس والصلابة النفسية تمثل أساسا لارتقاء هذه السمة لدى الأطفال في المراحل العمرية التالية (مروة الهادي ، ٢٠٠٩) .

٥- **النظرية المعرفية الاجتماعية لباندورا** : إن الصلابة النفسية ترتكز على العوامل المعرفية التي تتوسط التفاعل بين العوامل البيئية والسلوكية وفعالية المواجهة المدركة في المواقف التي يعتبرها الفرد مواقف مجهددة أو ضاغطة وكلما زادت هذه المواجهة اتسم السلوك بالمتابرة(البحيرى ، ٢٠١١ ، ٣)

ثانياً : مفهوم خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية :

يشير مصطلح **الخطة الأساسية** إلى الإجراءات اللازمة لتجهيز مخطط بعيد المدى ، ويرى "الشرقاوى" أن الخطة هي التريث في القرارات التي يتخذها الفرد حين يكون في موقف الاختيار بين عدة بدائل مما يجعل الفرد يعدد من البدائل و الخطط الفرعية المستخدمة كوظيفة لاختلاف وتعدد المواقف التي يتعرض لها (عبير أنور ، ٢٠٠٢) . ويتميز السلوك الخططى بأنه عمدى وقابل للتحكم والسيطرة . ويمكن أن تكون الخطط مجموعة من الإجراءات أو السلوكيات أو العمليات أو أنها أسلوب أو طريقة او نمط من القرارات التي يتخذها الفرد . ويمكن التفرقة بين السلوك الذى يعد خطة وغيره من أوجه السلوك بأنه قابل للتحكم والسيطرة وأنه موجه نحو إحراز عدد من الأهداف ، كما توجد فروق فردية في كفاءة استخدام الأفراد للخطط ؛ فبعضهم يجيد استخدامها وبعضهم الآخر يستخدم خططاً غير فعالة ، وقد يؤدي استخدام بعض الخطط إلى تحقيق نواتج مرغوبة وقد تتحول هذه الخطط إلى عادات أو سمات إذا تبناها الفرد بصفة مستمرة (عبير أنور ، ٢٠٠٢) .

أما عن مفهوم خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية فإن القاعدة الأساسية في الحفاظ على الحياة الزوجية هي تقوية التفاعل الايجابي والوقاية من التفاعلات السلبية ، وذلك بتشجيع التوافق الزوجى والمبادرة بعلاج المشكلات في بدايتها(كمال مرسى، ١٩٩١، ٢٤٩) ويتأثر التفاعل الزوجى بعوامل كثيرة تحدد شكله ومساره ، ويرجع بعض هذه العوامل إلى الزوجين وبعضها الآخر إلى الظروف التي يعيشان فيها ، وهذا التفاعل يتكون من عمليات حسية وعقلية ووجدانية يصعب الفصل بينها بسبب تداخلها ، فالزوج عندما يلاحظ سلوك زوجته ويفهمه يستجيب له بسلوك تلاحظه هي وتفهمه ثم تستجيب له ، وهكذا يستمر التفاعل بينهما ، فكل منهما مثير ومستجيب في آن واحد (صفاء إسماعيل ، ٢٠٠٨ ، ٣٧) .

والمحافظة على استمرار الزواج تتطلب المبادرة بحل أى خلاف بسيط قبل أن يتفاقم ، ذلك لأن اتخاذ الإجراءات الوقائية أثناء كون الخلافات في مهدها يحمى الزواج من الانهيار . ولا شك أن أساليب التواصل الزوجى الجيد تتم من خلال تنمية المهارات الاجتماعية والقدرة على التعبير عن الأفكار والمشاعر والعواطف بأساليب جيدة . ويرى "بك" أن الخطط التي يستطيع أن يحافظ بها الزوجان على حياتهما الزوجية سعيدة تتلخص في أن يحب كل منهما الآخر ويجعل الآخر يحبه ، والشعور بالانتماء والصحة ، والقبول ، والمساندة والتشجيع ، ورفع الروح المعنوية لشريك الحياة ، والمشاركة في الأنشطة السارة(Beck , 1989, 9) .

كما يذكر الباحثون عددا من الأساليب التي يستخدمها الزوجان للمساهمة في زيادة التواصل العاطفي بينهما ، منها الإفصاح عن الحب والاحترام والمداعبة والتجمل لشريك الحياة وقضاء الوقت معا (صفاء إسماعيل، ٢٠٠٨، ٢٥٧) . كذلك هناك بعض الأساليب الأخرى ، والتي من شأنها أن تحافظ على استمرار الزواج، ومنها اللباقة وعدم إهمال اللغات البسيطة والحديث عن مزاياه وعدم اختلاق النكد وتجنب النقد اللاذع والتوافق الجنسي(بثينة عمارة، ٢٠٠٠) .

ويستخدم الأزواج الراضون عن زواجهم خططاً تعينهم على إدارة الانفعالات والاحتفاظ بتصورات ايجابية نحو زواجهم مما يزيد من درجة توافقهم (نصره منصور، ٢٠١٢، ١٥٩) .

إن استخدام الزوجين للخطط الإيجابية يستثير مشاعر المودة بين الزوجين وينمي التوافق الزوجي والرضا ، وعلى العكس من ذلك فإن استخدامهما للخطط السلبية تستثير مشاعر العدائية والنفور بين الزوجين ومن ثم تنشأ الخلافات الزوجية والكرب والانفصال العاطفي وبالتالي تؤثر على استمرار العلاقة الزوجية(الصبوة و فايق، ٢٠١٤، ١٩٥) .

والأفراد الذين يستخدمون خططاً فعالة يلاحظ عليهم تغيرات إيجابية في قدرتهم على الإدارة الناجحة للأفكار والمشاعر ؛ وبالتالي يواجه الفرد تحسناً في مواجهة المشكلات وزيادة شعوره بفعالية التعامل مع الحدث (Healthier, Danny & Amie,2011 ,273) .

كما يستدل على الزواج المستقر من تفاعل الزوجين معا وأساليب توافقهما وجهودهما في تحقيق أهدافهما الأسرية . ويشير الحرص على استمرار العلاقة والحفاظ عليها إلى انتباه الفرد للعلاقة وشعوره بأن العلاقة مهمة له حيث يعتمد عليها ويرغب في توظيف جهده للحفاظ عليها خاصة عندما توفر له هذه العلاقة احتياجاته المهمة (منصور، ٢٠١٢، ٧٣)

ويقصد بأساليب وخطط التعامل مع المشكلات الجهود الصريحة التي يقوم بها أحد الزوجين أو كلاهما لكي يسيطر على المشكلات أو يديرها أو يواجهها ويزيل أسبابها .

كما أن التكيف والتوافق في الحياة الزوجية لا يأتيان تلقائياً بل هما نتيجة طبيعية وجهد يبذله طرفا الزواج وأعضاء الأسرة وعمل دائم لا بد أن يقوم به كل فرد منهم ما دامت هذه الحياة الزوجية والأسرية محل اهتمامهم. ولذلك لا بد أن يحاول كل من الزوجين التقريب بين وجهات النظر لكي لا تزداد حدة الانفعالات بينهما ويتحقق ذلك من خلال : تنظيم أسلوب الحياة والعلاقات المتبادلة ووضع قواعد التعامل بين الطرفين ، والتعديل المستمر في الاتجاهات وأنماط السلوك نحو الحياة الزوجية والأسرية ، والمرونة عند التعامل مع المشكلات ، ومراجعة كل فرد نفسه وعلاقاته وسلوكه والدور الذي يؤديه ، والإقرار بالفروق الفردية وأنه مختلف عن الآخر ، ويتميز بخصال مختلفة وتقبل هذه الفروق (حصة المالك ، ربيع نوفل ، ٢٠٠٦ ، ١٣٢) .

وفى العلاقة الزوجية السوية يستطيع الزوجان أو أحدهما أن يغير من سلوكياته إلى الأفضل ويحاول الحفاظ على استمرار العلاقة بشكل أفضل ، والعكس في العلاقة غير السوية يكون الزوجان غير مستعدين لتغيير سلوكياتهما أو تفاعلاتهما التي تسبب الخلافات (الصبوة و فايق ، ٢٠١٤ ، ١٩٨) .

تصنيف فئات خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية :

يوجد عدة تصنيفات للخطط التي يستخدمها الزوجان للحفاظ على استمرار الحياة الزوجية، فالبعض صنفها إلى نوعين : خطط سيئة وأخرى جيدة ، والبعض الآخر صنفها إلى خطط معرفية ووجدانية وسلوكية . ومن أمثلة التصنيف الأول تصنيف فرجينيا ساتير Virginia Satir لأنواع التواصل الزوجي السوء حيث صنفته في أربعة أنواع :المطيب للخاطر^(١) الذي يوافق دائما وسلبي ويؤدي ما يطلبه منه شريكه ، واللائم^(٢) وهو يضع اللوم على الطرف الآخر ويحاول الهروب من المسؤولية. والمسيطر^(٣) وهو دائما على صواب و منطقي. والمشتت^(٤) وهو يتلاعب بالكلمات ويحاول تغيير الموضوع (سميرة أبو غزالة، ٢٠٠٨ ، ٣٤١).

ويرى بعضهم الآخر أن هناك مجموعتين من الخطط التي يستخدمها الزوجان، الأولى الخطط الإيجابية وهي تحث الزوجين على استمرار العلاقة الزوجية وتقويتها وتدعيمها نتيجة للتوافق مع شريك الحياة ، والثانية هي الخطط السلبية وتدعو الأزواج إلى عدم التسامح نتيجة لما تعرضوا له من ضغوط ومتاعب نفسية وما خبروه من مشاعر بالضعف أو إحساسهم بعدم التقدير من قبل الطرف الآخر (عزة عبد الكريم ، ٢٠١٢ ، ١٩) .

كذلك صنفها الطاهرة المغربي (٢٠١٠ ، ١٨) إلى خطط إيجابية تشمل التصدى والتخطيط وضبط الذات والتفكير العقلاني والتفكير الإبداعي ، وخطط سلبية تشمل التجنب المعرفي والتجنب السلوكي والاستسلام والإنكار والاندفاعية.

وقسم "بك" الخطط التي يستخدمها الزوجان في التفاعل إلى مهارات تتعلق بالأهداف الواقعية (مثل إشباع المتطلبات الأساسية للحياة ورعاية مصالح الأسرة) ومهارات تتعلق بالأهداف الوجدانية (مثل قضاء وقت ممتع ومشاركة الخبرات وممارسة الجنس) ولا شك أن هذه الأهداف تتطلب تعاوناً بين الزوجين وتخطيطاً في اتخاذ القرارات ، وعندما لا توجد هذه المهارات فإن كلا منهما يفضل ذاته ؛ وبالتالي تتولد المنافسة التي قد تؤدي إلى العدائية بين الزوجين (صفاء إسماعيل، ٢٠٠٨ ، ٥٦).

وكذلك صنف شيفر Schafer أساليب التفاعل إلى مجموعتين الأولى استجابات هدامة وهي أرجاع تجاه مصادر الضغوط وتزيد من تأثيراتها السلبية وتجعل الفرد يعاني من سوء التوافق والثانية استجابات بناءة وهي أرجاع تجاه مصدر الضبط الذي يدعم الصحة النفسية ويزيد من فعالية جودة الحياة والاستمتاع بها (Wodzimierz & Agnieszka, 2011, 110).

كما يوجد تصنيف آخر لخطط التفاعل ، منها تقسيمها إلى ثلاثة أنواع ؛ الأول خطط مركزة حول المشكلة ، والثاني خطط مركزة على الانفعال ، والثالث الخطط التجنبية ، بينما قسمتها "إشراق راصع" (٢٠١٣) إلى نوعين فقط ؛ هما الخطط المرتكزة على المشكلة والخطط المرتكزة على الانفعال . ويعرف خالد عبد الوهاب (٢٠٠٦ ، ٨٩) الخطط المرتكزة حول الانفعالات بأنها الاستجابات التي تهدف إلى

(1)Placates

(2)Blamer

(3)Computers

(4) Distracters

التحكم في التوتر الانفعالي الذي ينتج عن الموقف الضاغط عن طريق آليات دفاعية مثل إنكار الحدث أو البحث عن المساندة . كما يعرف الخطط المرتكزة حول المشكلة بأنها محاولات الفرد للحصول على معلومات إضافية لحل المشكلة واتخاذ قرار بشأنها ، وتتوقف فعالية الجهود المرتكزة حول المشكلة على نجاح الجهود المرتكزة حول الانفعال وإلا فالانفعالات المتأججة سوف تعطل النشاط المعرفي اللازم لحل المشكلة.

ولكن ما الذي يجعل أحد الزوجين يختار خطة معينة دون غيرها ؟ إن استخدام إحدى خطط

الحفاظ على الحياة الزوجية دون غيرها يرجع إلى عوامل معرفية ، وهي عملية تتولد لدى أى شخص عندما يتعرض لموقف ضاغط وتتأثر، بمتغيرات الشخصية مثل القيم والأهداف ومعتقدات الفرد عن ذاته وعمما يحيط به وإدراك الفرد لمصادره الشخصية عند مواجهة الضغوط ، وتؤدي الفروق الفردية دوراً في هذه المتغيرات وتكون سبباً في أن يقيد فرد ما الموقف على أنه يمثل تهديداً له ، وبينمليقيم فرد آخر الموقف نفسه على أنه يمثل تحدياً له (عبد المريد عبد الجابر ، ٢٠١٤ ، ٨٨) .

التفاعل بين الخطط الأربع (المعرفة والوجدانية والسلوكية والاجتماعية) :

هناك تفاعل بين أنواع الخطط الأربع، فالحوار الداخلي حول المشكلات مع البحث عن المساندة الاجتماعية قد يساعدان على جعل التفكير أكثر عقلانية ، كما يمكن وضع خطة فعالة من المحتمل تنفيذها للتعامل سلوكياً مع الضغوط(خالد عبد الوهاب، ٢٠٠٦ ، ٩٤) .

وبناء على ما سبق ، تتبنى الباحثة التعريف التالي لمفهوم خطط الحفاظ على استمرار

الحياة الزوجية :

" هي أية نشاطات هادفة يصدرها الزوج أو الزوجة بغية الحفاظ على استمرار زواجهما ، وغالبا ما تتضمن هذه النشاطات أربعة جوانب معرفية (كالتفكير في عواقب الخلافات الزوجية أو تذكر المواقف الجيدة للطرف الآخر) ، ووجدانية (كمحاولات تقليل التوتر والتهديئة والتعاطف مع الآخر) وسلوكية (كالتفاعل الجيد مع شريك الحياة وطلب المساعدة من الآخرين) واجتماعية (كالعلاقات مع أسرة شريك الحياة) "

وبناء على هذا التعريف راعت الباحثة أن يتضمن مقياس الخطط- الذي أعدته للاستخدام في هذا البحث- عددا من البنود تحت كل جانب من الأربعة وسيرد ذكرها بالتفصيل في الجزء الخاص بالأنوات.

النظريات المفسرة لمفهوم خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية :

١- نظرية التعلق Attachment theory : يوجد لدى بعض الأزواج والزوجات تعلقات

وجدانية غير سوية نحو الآخر؛ مما يجعلهم يشعرون بالقلق والخوف من الهجر ، وبالتالي يستخدمون العنف للتحكم في الآخر وتجنب الهجر ، وتؤكد هذه النظرية تأثير التعلق الأول في قدرة الفرد على إقامة علاقة آمنة وسوية فيما بعد (طه عبد العظيم، ٢٠٠٧ ، ٤١)، كما أن ارتباط الزوج بشريك حياته يتضمن تعلقاً إلى حد كبير؛ حيث يعتمد كل منهما على الآخر وعلى المساندة التي يقدمها له (صفاء إسماعيل ، ٢٠٠٤ ، ٥٣) . وحين يعتمد كل من الزوجين على الآخر يستمر هذا التعلق ويبحث كل منهما لدى الآخر عما يريد ، فعندما يثق الزوج أنه سيجد لدى زوجته الأمان والدعم والمساندة ، يزيد

مقدار توافقهما الزوجي وتقل الخلافات الزوجية (صفاء إسماعيل ، ٢٠٠٨ ، ٩٩) . وافترض هازان وشيفر Hazan & Shaver ثلاثة أنماط للتعلم الوجداني في إطار العلاقات الحميمة يمكن أن تفسر العلاقة بين الزوجين بوصفها تعلقا وجدانيا ، وهي : التعلق الوجداني الآمن ، والتعلق الوجداني التجنبي ، والتعلق الوجداني القلق (منصور ، ٢٠١٢ ، ٥٢) .

٢- **نموذج التعهد Investment Model** : وضعت هذا النموذج روسبلت وزملاءها Rusbult et al.، لتفسير الحرص على استمرار العلاقة الحميمة ، وذكرت أن الحرص على استمرار العلاقة يتأثر بعاملين هما نوعية البدائل ، ومقدار التعهد بالالتزام بالعلاقة ، والشكل التالي يوضح هذا النموذج :



شكل (٣) نموذج التعهد لروسبلت وزملائها (منصور ، ٢٠١٢ ، ٧٤)

وطبقا لهذا النموذج فإن الحرص على استمرار العلاقة يكون ناتجا عن الالتزام الحميم لكل طرف من طرفي التفاعل بالعلاقة وليس مجرد حرصا إجباريا على استمرار العلاقة الذي يظهر في حالة الأفراد التعساء ؛ إذ يشعرون أنهم مجبرون على استمرار العلاقة دون رضا عنها .

٣- **نظرية التعلم الاجتماعي :**

تعتبر هذه النظرية أن الأفراد قادرون على ضبط سلوكهم من خلال التفاعل المستمر بين الأفراد وبيئتهم وقدرتهم على تطوير وتعديل أنماط سلوكهم ، ويرى المنظرون أنه وفقا لمبدأ الدعم في هذه النظرية فإن سلوك أحد الزوجين تجاه الآخر إذا صادف دعما فإنه يتكرر، وبالتالي تزداد السلوكيات الإيجابية بين الزوجين . ووفقا لمبدأ نتائج السلوك فإن إدراك كل زوج لسلوك الآخر ووعيه به يساعد في تشكيل استجابته له (صفاء إسماعيل ٢٠٠٨ ، ٨٢) .

٤- **نظرية الدور وصراع الأدوار :**

تفترض هذه النظرية أن السلوك يتشكل من خلال مجموعة من الأدوار مع الأخذ في الاعتبار الطريقة التي تؤثر بها العوامل الاجتماعية في كيفية استجابة الأفراد عبر مختلف المواقف . وكل دور يرتبط بمجموعة توقعات تحدد أشكال السلوك الملائمة والمقبولة لهذا الدور . ورغم أن معظم الأفراد يتعلمون التوقعات العامة عن أدوارهم في الحياة الزوجية فإن المتزوجين حديثا يجدون عادة أنهم يحتاجون إلى التفاوض فيما بينهم عن التفاصيل النوعية لعلاقتهم للوصول إلى تفاهم خاص بهم حول من سيفعل ماذا ومتى وكيف ، وخلال حياتهم الزوجية ربما يعاد تشكيل الأدوار بسبب تغير الظروف (معتر عبد الله، عبد اللطيف خليفة، ٢٠٠٠ ، ٥٩) .

وعندما تكثر التوقعات من أحد الزوجين أو من كليهما بسبب تعدد الأدوار التي يقوم بها وكثرة الواجبات المطلوبة منه وتعارضها يحدث الصراع بين الأدوار⁽¹⁾ حيث يشعر الزوج أو الزوجة بالعجز عن التنسيق بين هذه الأدوار ولا يقدر على تحقيق المتوقع منه في كل منها فيتوتر ويقلق (صفاء إسماعيل ٢٠٠٨، ٩٠). وينشأ غموض توقعات الدور المطلوب من الزوج أو الزوجة من عدم فهمه واجباته وحقوقه أو حصوله على معلومات مشوشة عن هذه الواجبات أو عدم كفاءته في القيام بها، مما يجعله مترددا وغير واثق مما يقوم به هل هو المتوقع منه أم لا، أو عندما تتعارض توقعات الدور عنده ويقع فيما يسمى الصراع داخل الدور⁽²⁾.

كما يرى "بك" ان معظم حالات عدم الاستقرار الزواجي والأسرى تنشأ بسبب عدم معرفة الدور المتوقع من الزوج او الزوجة ، وتتأثر التفاعلات الزوجية داخل الأسرة بتصورات كل من الزوجين للدور المتوقع منه واستجاباته نحوه (Beck ,1989 , 123) .

٥-نظرية التبادل الاجتماعي :

في ضوء هذه النظرية يتم تحليل التفاعل الاجتماعي بين الأشخاص على أساس التكاليف والفوائد الخاصة بكل شخص فيما يتعلق بالطرق والأساليب التي يمكن أن يتفاعل في إطارها مع الأشخاص الآخرين (Worchel ,Cooper & Goethals ,1991 , 13) ، وطبقا لهذه النظرية فإن العلاقة سترقى وتستمر بناء على المكافآت المتلقاة من العلاقة .

إن العلاقات الحميمة تتميز بوجود قدر مرتفع من التبادلية أو الاعتماد المتبادل ويستمر الزوجان في التفاعل الاجتماعي معا عندما يجد كل منهما نفسه رابحاً من تفاعله مع الآخر ويتوقفان عن التفاعل عندما يجد أى منهما نفسه خاسرا نفسيا من هذا التفاعل (صفاء إسماعيل ٢٠٠٨ ، ٩٣). ويتحقق الربح النفسي للزوجين عندما يلمس كل من الزوجين في استجابات الآخر ما يرضيه ويبعث في نفسه الطمأنينة.

وتفسر هذه النظرية كثير من العلاقات المتبادلة فترى أن العلاقات قد تنتهي حين تتجاوز تكلفة العلاقة بالنسبة لطرف فيها ما تحققه من فائدة (هبة محمود ، ٢٠١٤ ، ٤٨٧) . ووفقا لذلك نجد أن الربح النفسي يزيد من مشاعر الرضا بين الزوجين ويدفعهما إلى تعديل سلوكياتهما وأفكارهما ومشاعرهما حتى تتشابه في مواقف التفاعل الزواجي بينهما ويعمل كل منهما على ما يجذب الطرف الآخر إليه ويربطه به ويحفزه على الاهتمام به (منصور، ٢٠١٢ ، ٧١).

نظرية الأزمة أثناء التفاعل الأسرى :

من النادر أن تكون الحياة الزوجية والأسرية كاملة طوال دورة حياة الأسرة لأن كثيرا من الأحداث التي تتعرض لها الأسرة يمكن أن تؤدي إلى حدوث أزمات يحتمل أن تتلوها فترات من التوافق وإعادة التنظيم

(1) Inter–role conflict

(2) Intra – role conflict

(حصة المالك، ربيع نوفل، ٢٠٠٦، ١٠٣). وتفسر هذه النظرية كيف تتعامل الأسرة مع الأحداث الشاقة أو الضاغطة ، ولماذا يستطيع بعض الأزواج مواجهة التحديات في حين يبأس الآخرون وتتدهور علاقاتهم (صفاء إسماعيل ٢٠٠٨ ، ١٠١) . وهناك عدد من المصادر المتاحة للأسرة للتعامل مع الأزمة ؛ وهذه المصادر يمكن تناولها من جهة السمات الشخصية وكفاءة الطرق التي يستخدمها الزوجان في حل مشكلاتهما ونظام الدعم الذي يستخدمانه . ويمكننا في ضوء نظرية الأزمة أن نتبين أن الخلافات الزوجية تعتبر أزمات يعانى منها الزوجان وتتطلب منهما وفقا لهذه النظرية قدرا من التكيف .

٧-نظرية النسق : System theory

تفسر هذه النظرية الخطط الخاطئة التي يتبعها الزوجان بإرجاعها إلى عدم فهم السياق وخصائص وديناميات التفاعلات الزوجية ، فالصراعات الزوجية ترجع إلى نقص التواصل بين الزوجين ، وأن هناك علاقة بين انخفاض الرضا الزوجي ونقص مهارات حل المشكلات الزوجية (عزة صديق ، ٢٠١٤ ، ٣١) .

ويخضع النسق الأسرى لما تخضع له الأنساق الحيوية من تغيرات بفعل تعرضه لمثيرات مستمرة ويفعل احتكاكها بأنساق أخرى ، وتجاهد الأسرة السوية في أن تتفاعل مع التغير وتحاول أن تبحث عن الاستقرار ويستند إلى الظروف الجديدة وهو ما يعكس مرونة النسق وقدرته على تجديد نفسه واستمراره عبر الظروف المتغيرة بينما يحاول الزوجان غير المتوافقين إنكار التغير وتكرار أنماط سلوكياتهما القديمة (علاء الدين كفاى ، ١٩٩٩ ، ٢٤) .

تعليق على النظريات

على الرغم مما قد يبدو من اختلاف بين النظريات المعروضة إلا أننا نلاحظ أنها متكاملة وليست متعارضة ، ويتناول كل منها التفاعلات الزوجية من زاوية مختلفة ، فاختلاف هذه النظريات في التفسير لا يعنى تناقضها بقدر ما يعنى التكامل بينها في التفسير وفى توضيح أسباب التفاعلات الجيدة والسيئة خاصة في العلاقات الحميمة .ونلاحظ تشابه النظريات المعروضة أنفا في عدد من النقاط كالتالى :

١- تتفق نظريتا التعلم الاجتماعى ونظرية معالجة المعلومات الاجتماعية في أنهما تفسران سلوك الفرد في ضوء تفاعله مع البيئة وبصفة خاصة مع الموقف المثير ، فالتفاعل المستمر بين الفرد والبيئة يمكننا من التنبؤ بالسلوك في المواقف المستقبلية . لأن الدور لا يتم إلا في ضوء العلاقة بالآخر وهو شريك الحياة .

٢-تتفق نظرية التبادل الاجتماعى مع نظرية التعلم في أن إثابة السلوك تدعمه وتقويه وعدم إثابته تضعفه ، لكن تشترط النظرية الأولى أن يكون الثواب ذا قيمة نفسية عند الشخص المثاب حتى يشعر بالريح النفسى .

٣-أما نظرية التعلق الوجدانى فتتظر إلى أن التعلق بالآخر - شريك الحياة - قد ينبئ بمخرجات مهمة مثل النشاطات المشتركة والدعم وتقدير الذات وطريقة الزوجين في حل مشكلاتهما .

الدراسات السابقة

يمكن تصنيفها في فئتين كالتالي :

الفئة الأولى : الدراسات التي تناولت متغير الصلابة النفسية وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية.

الفئة الثانية : الدراسات التي تناولت متغير الحرص على استمرار الحياة الزوجية ، وتشمل فئتين فرعيتين هما دراسات أجريت على حديثي الزواج ودراسات أجريت على قدامى المتزوجين .
أولاً: الدراسات التي تناولت متغير الصلابة النفسية وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية:

درس عماد مخيمر (١٩٩٧، ١٣٠) الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين ضغوط الحياة والاكنتاب على عينة من ٧٥ طالبا و ٩٦ طالبة ، وتبين أن المساندة الاجتماعية تدعم الصلابة النفسية وتقويها وتتفاعل معها ويعملان معا على تقوية الفرد على مواجهة الضغوط والحفاظ على الصحة النفسية ، كذلك تبين وجود فروق بين الجنسين في الصلابة النفسية في اتجاه الذكور .

كما درس بارلينج (1986) Barling علاقة الصلابة النفسية بالتوافق الزواجي والصراع داخل الأدوار بالنسبة للأباء وذلك على عينة من ٦٧ أبا ، وتبين أن الصلابة النفسية عدلت من التأثيرات السلبية للصراع داخل الدور وساهمت في التوافق الزواجي .

و درست كل من لولوه حمادة وحسن عبد اللطيف (٢٠٠٢ ، ٢٣٥) الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلبة الجامعة ، وشملت الدراسة ٢٨٢ طالبا وطالبة ، وتبين وجود فروق بين الجنسين في الصلابة النفسية في اتجاه الذكور ولا يوجد فروق بين المتزوجين وغير المتزوجين في الصلابة النفسية .
و درس الصديق محمد (٢٠١٢) علاقة الصلابة النفسية بالضغوط الحياتية ، وتبين وجود علاقة سلبية بين المتغيرين . كما درست زينب محمد (٢٠١٣) الصلابة النفسية وعلاقتها بمعنى الحياة والتفكير الإيجابي ، وتبين وجود علاقة طردية بين المتغيرات الثلاثة ، كما وجدت فروقا بين الجنسين في جميع المتغيرات في اتجاه الذكور .

كما أجرت هبة محمود (٢٠١٤ ، ٥٠٥) دراسة حول دور الصمود النفسي كمتغير معدل للعلاقة بين الاحتراق النفسي والرضا الزواجي ، وتكونت العينة من ٢٣١ زوجا وزوجة ، وتبين وجود فروق بين الجنسين في كل من الرضا الزواجي والصمود النفسي لصالح الذكور ، وكذلك وجد ارتباط دال بين الرضا الزواجي والصمود النفسي ، كما تبين وجود فروق دالة بين المتزوجين حديثا ومن مَرَّ على زواجهم أكثر من ١٠ سنوات في متغير الصمود النفسي في اتجاه القدامى .

وفي دراسة لخالد بن محمد العبدلي (٢٠١٢) حول الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من ٢٠٠ من طلاب الثانوى المتفوقين دراسيا والعاديين ، تبين أن مستوى الصلابة النفسية أعلى لدى المتفوقين منه لدى العاديين ، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة بين أساليب مواجهة الضغوط و الصلابة النفسية .

كما بحث شان (2000) Chan تأثير الصمود في خفض الكرب من خلال خطط التعايش الإيجابي ، وتبين أن الأحداث السلبية لها تأثير أقل لدى من لديهم صمود مرتفع مقارنة بذوى الصمود

المنخفض ، كما أن منخفضى الصمود يستخدمون خطأ للتعاشيش التجنبى وخططا سلبية أكثر من مرتفعى الصمود . وهدفت دراسة منال عبد النعيم (٢٠١٣ ، ١) إلى معرفة طبيعة العلاقة بين الصمود وأساليب مواجهة الضغوط و الفروق في هذه الأساليب لدى مرتفعى الصمود النفسى ومنخفضيه ، وتبين وجود علاقة ارتباطية دالة بين الصمود و خطط المواجهة الإقدامية ، في حين لا توجد علاقة بينها وبين الخطط الإجمامية ، ووجدت فروق بين مرتفعى الصمود النفسى ومنخفضيه في خطط المواجهة لصالح المرتفعين . وتناولت دراسة مادي Maddi العلاقة بين الصمود وخطط التعاشيش والضغوط اليومية لدى طلاب الجامعة، وتبين أن مرتفعى الصمود يستخدمون خطط تعاشيش أكثر فعالية، كما ارتبط الصمود سلبيا بكل من الإنكار ولذمان الكحوليات، في حين ارتبط الصمود إيجابيا بالمساندة الاجتماعية (فاتن قنصوة، ٢٠١٣ ، ٢٤٩).

وعن علاقة الصلابة النفسية ببعض المتغيرات كالنوع والمستوى الاقتصادي درست هويدا إبراهيم (٢٠١٢) الصلابة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة وتبين وجود فروق بين الجنسين في الصلابة النفسية في اتجاه الإناث ، بينما لا توجد فروق بينهما ترجع للمستوى الاقتصادي . كما درس آذار وزملاؤه (Azar et al. (2006, 104) فعالية الذات وكلا من نوعية الحياة والصلابة النفسية لدى النساء المتزوجات العاملات وغير العاملات، وتكونت عينة الدراسة من (٢٥٠) زوجة عاملة و (٢٥٠) زوجة غير عاملة ، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود ارتباط إيجابي ودال بين نوعية الحياة و الصلابة النفسية وفعالية الذات .

كذلك درس الحسين بن حسن (٢٠١٢) الصلابة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية على عينة مكونة من ٤١٢ طالبا ، وتبين وجود علاقة إيجابية بين الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية . ودرست عزة صديق (٢٠٠٣) الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها ، وتبين عدم وجود فروق بين الجنسين في الصلابة النفسية، وكذلك تبين أن الذكور يستخدمون أساليب المواجهة الأكثر فعالية ، ولم يكن للصلابة دور بارز في تعديل العلاقة بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب المواجهة الأقل فعالية .

ثانيا : الدراسات التى تناولت متغير الحرص على استمرار الحياة الزوجية :

تشمل هذه الفئة من الدراسات فئتين فرعيتين هما دراسات على حديثى الزواج ودراسات على قدامى المتزوجين :

١- دراسات على حديثى الزواج : أجرت دار تنمية الأسرة في دولة قطر دراسة تبين منها وجود ٢٥ حالة طلاق بين حديثى الزواج من ٦-١٢ شهرا بعد الزواج ، ووجود ١١٠ حالة طلاق من إجمالى ٣٦٠ حالة من سنة إلى ٥ سنوات بنسبة ٣٠ % (www.Islamonline.com) ولا تختلف هذه النسب عما هو موجود في دولة الكويت حيث تشير الإحصاءات إلى أن حوالى ثلث المطلقين لم يمض على زواجهم سنة واحدة بينما من مضى على زواجهم ١٥ سنة فأكثر وطلقوا كانوا بنسبة ٧ % فقط من مجموع المطلقين . كذلك تبين أن ما يقرب من ٥٠ - ٦٧ % من حالات الطلاق في الولايات المتحدة تحدث في السبع سنوات الأولى من الزواج (الصبوة و فايق، ٢٠١٤ ، ١٩٥) .

كما درست مارجریت جرجس (٢٠١٢) مهارات التواصل لدى حديثي الزواج على عينة قوامها ١٥٠ زوجا وزوجة، ووجدت علاقة بين الذكاء الوجداني ومهارات التواصل لدى حديثي الزواج ، وكذلك وجدت فروقا دالة بين الأزواج والزوجات حديثي الزواج في الذكاء الوجداني ومهارات التواصل لصالح الزوجات، بينما كانت الفروق لصالح الأزواج في مهارات التفاوض.

كذلك توصل وجدى دمرجى (٢٠٠٧) في دراسته الميدانية حول الاتصال داخل العلاقة الزوجية إلى أن ٤٥ % من الزوجات تنتهي في عامها الأول وأرجع ذلك إلى عدد من الأسباب منها الاختيار المتعجل ، وتدخل الأهل ، وسهولة اتخاذ قرار الطلاق لدى حديثي الزواج.

ودرس يوسف نهير الحرى (٢٠١٣) العوامل الاجتماعية المرتبطة بظاهرة الطلاق بين حديثي الزواج بمدينة الرياض ، وتكونت عينة الدراسة من ٢٢٠ مفردة ، وتبين أن عدم التقاهم والجهل بمعنى الحياة الزوجية من أهم عوامل الطلاق.

وتوصلت ليلي العارف (٢٠١٤) في دراستها على عينة من ٢٠ زوجا وزوجة من حديثي الزواج إلى وجود فروق في درجاتهم قبل وبعد تقديم برنامج تنمية مهارات التواصل سواء اللفظي أو غير اللفظي لصالح القياس البعدى .

وهدف دراسة منى حسن حافظ (٢٠١٠) إلى تحديد النزاعات بين الزوجين حديثي الزواج ومدى تهديدها لاستمرار الحياة الزوجية ، وذلك على عينة قوامها ٧٥ زوجا وزوجاتهم ومر على زواجهم ثلاث سنوات ، تبين وجود علاقة عكسية بين الحاجات التوافقية للأسرة حديثة التكوين والمشكلات الزوجية . وفي دراسة لكل من باكستر و دنديا (1995,190) Baxter & Dindia عرضا بعض الخطط التي تعمل على استمرار الزواج وذلك على عينة مكونة من ٤٥ زوجا ، ومن هذه الخطط التواصل الجيد، وقضاء مدة أطول مع شريك الحياة ، والسماح للطرف الآخر بالخصوصية ، والتقدير والاحترام . وفي دراسة لجريكو (2002) Grieco على عينة من ١٢٦ زوجا وزوجاتهم ممن مر على زواجهم سنة واحدة تبين أن متغير الحرص على استمرار العلاقة ينبئ بالرضا الزوجي .

كما أجرى راسي وزملاؤه (2013) Rasi et al. دراسة على عينة من الزوجات حديثات الزواج بهدف تنمية مهارات التواصل لديهن وتوعيتهن بالتحديات ومساعدتهن في التحكم في حياتهن وحل المشكلات ، وتم تتبعهن لمدة سبعة شهور، وتبين فعالية التدريب في التأثير عليهن لضبط انفعالاتهن أثناء التفاعلات الزوجية وإدارتها . وعن علاقة متغير سلوك المروءة باستمرار الزواج وجودته درس ديو و ويلكوكس (2013) Dew & Wilcox عينة مكونة من ١٣٦٥ زوجا وزوجاتهم من حديثي الزواج، حيث قاسا المروءة بأربعة مؤشرات هي : الكرم ، وكلمات الاحترام ، والتعبير عن المشاعر ، والتسامح مع أخطاء الزوج ، وتبين ارتباط المروءة إيجابيا بالرضا الزوجي وسلبيا بالصراع الزوجي .

وفي دراسة على عينة مكونة من ٢٤٠ زوجا وزوجة تراوحت مدة زواجهم بين سنة و سبع سنوات ، نصفهم من المنفصلين عاطفيا والنصف الآخر من غير المنفصلين ، تبين وجود فروق جوهرية بين المجموعتين في التواصل الزوجي والتعبيرات العاطفية في اتجاه غير المنفصلين ، وكذلك فروق في التقبل العاطفي في اتجاه غير المنفصلين أيضا ، حيث كان لديهم توقعات إيجابية أكثر من المنفصلين

عاطفيا (الصبوة و فايق ، ٢٠١٤ ، ٢١٣) . وفى إحدى الدراسات تبين أن هناك بعض الخطط التي تساعد الأزواج والزوجات على المحافظة على استمرار حياتهما الزوجية ، حيث طُلب من أفراد العينة أن يكتب كل زوج ثمانية عشر سلوكا ايجابيا يمكن للطرف الآخر أن يقوم به ويطلب منه أن يطبق خمسة من هذه السلوكيات كل يوم مما يساعده في الحفاظ على العلاقة (Spett , 2004) .

كما أجريت دراسة على عينة مكونة من ١٧٢ من حديثي الزواج ، تبين أن مهارات حل المشكلات والتعبيرات العاطفية تعمل كمنبئات بالرضا الزوجي في السنوات الأولى من الزواج ، بينما أنبأت المهارات السلبية بمستويات منخفضة من الرضا (Johnson, et al., 2005 , 20)

٢-دراسات في متغير الحرص على استمرار العلاقة الزوجية لدى قدامى المتزوجين :

في دراسة لسليمان على وخديجة سعيد (٢٠١١) على عينة من ٣٣٢ زوجا وزوجة تبين أن خطط ضعف التواصل بين الزوجين ارتبطت بالكدر الزوجي ، وعرفا ضعف التواصل بأنه أساليب التواصل الرديئة وسوء التفاهم الذي ينفر كلا الزوجين من الآخر ومن مؤشرات انعدام الصراحة وضعف مشاعر الحب والألفة بالإضافة إلى نقص مهارات التواصل وضعف مهارات التحدث والاستماع والمنافسة والتعبير عن المشاعر والانفعالات ومن ثم حدوث الكدر الزوجي.

وفى دراسة لكانارى وزميليه (2002) Canary, Stafford & Semic على عينة من ١٥٠ زوجا وزوجة بهدف فحص العلاقة بين الخطط التي يستخدمها الزوجان للحفاظ على حياتهما الزوجية وخصائص العلاقة ، تبين وجود علاقة إيجابية بين خطط مثل الإيجابية والتفتح والثقة المتبادلة والاهتمامات المشتركة من جهة وخصائص العلاقة مثل الحب والانتماء من جهة أخرى . واهتمت دراسة سوكولسكى Sokolski ببحث علاقة متغير الحرص على استمرار العلاقة الزوجية والرضا الزوجي ، وذلك على عينة من ١٦١ زوجا وزوجة تراوحت مدة زواجهم من سنة إلى ١٣ سنة ، وتبين ارتباط متغير الحرص على استمرار العلاقة إيجابيا بالرضا الزوجي (منصور ، ٢٠١٢ ، ٩٦) .

وعن الخطط الوجدانية التي يستخدمها الزوجان أثناء تفاعلاتهما تبين من دراسة قام بها فيتس و فليشر Fitness & Fletcher لتحديد الانفعالات والعواطف المتضمنة في الزواج تم فيها فحص ١٦٠ زوجا تبين من تحليل علاقاتهم وجود أربعة انفعالات ينطوي عليها الزواج وهى الحب والغضب والكراهية والغيرة (صفاء إسماعيل ، ١٩٩٩ ، ٨٦) .

وفى دراسة اهتمت بالتفاعلات الزوجية وأهميتها في استمرار العلاقة ، تم جمع إدراكات الأفراد عن التفاعلات الزوجية ، وذلك على عينة من ٣٧٣ زوجا وزوجة ، وتبين من التحليل العاملي وجود ستة أنواع من التفاعلات الشائعة وهى التواصل الصريح^(١) ، والتأكيد الوجداني ، والتفاعل الجنسى السلبي ، وتنظيم الدور التقليدي ، والصراع الهدام ، والصراع البناء ، كما تبين أن سلوك تجنب الصراع كان خاصا بالأزواج في حين أن الاتجاهات الإيجابية في التفاعل كانت خاصة بالزوجات (Oggins et al., 1993 , 494) . وعن الأساليب التي تستخدمها الزوجات في حل مشكلاتهن الزوجية أجرى بروجان وزملاؤه Brogan et al.(2012) دراسة على عينة من ١٢٠ زوجا وزوجة بهدف فحص العلاقة بين إدراك مزايا شريك الحياة والقدرة على حل المشكلات ، تبين أن الزوجات تستخدمن الأسلوب العقلاني مقارنة بالأزواج، كما أنهن يبادرن بتقديم المساعدة للزوج إذا أدركن فيه خصالا إيجابية .

(1) Disclosing Communication

ودرست عائشة ناصر (٢٠٠٤) التواصل غير اللفظي بين الزوجين وعلاقته بالتوافق الزوجي وذلك على عينة من ١٣٩ ثنائيا زوجيا ، وتوصلت إلى عدم وجود علاقة بين التواصل غير اللفظي بين الزوجين في المواقف الانفعالية الإيجابية والتوافق الزوجي ، ووجدت علاقة موجبة بين التواصل غير اللفظي في المواقف الانفعالية السلبية والتوافق الزوجي .

ودرس فينشام وزملاؤه (2002) Fincham et al العلاقة بين أسلوب التسامح كخطة والتفهم في العلاقات الزوجية ، وذلك لدى عينة مكونة من ١٧١ من الأزواج والزوجات ، وأظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين كلا المتغيرين. وأظهرت إحدى الدراسات أن الأزواج الذين يتمتعون بالرضا الزوجي يستخدمون خططاً إيجابية في تفاعلهم مع شريك الحياة ويظهرون لهم الحب والرعاية والامتنان مقارنة بالأزواج غير الراضين ، كما ارتبط الرضا الزوجي عكسيا بالسلوكيات السلبية التي تحدث أثناء التفاعل الزوجي مثل توجيه اللوم والنقد والإجبار والإكراه(عزة عبد الكريم، ٢٠١٢ ، ٣١). كما درس برادبيرى وفينشام Bradbury & Fincham التفاعل بين الأزواج والزوجات حيث طلبا منهم أن يذكروا نوعية زواجهم والصعوبات التي تواجههم وأساليبهم في حلها، وتبين أن أساليب عدم التوافق ارتبطت بسلوكيات حل المشكلات وبالسلوك السلبى من الأزواج تجاه زوجاتهم(صفاء إسماعيل، ٢٠٠٨ ، ١٠٩). وقام راير و فولينج (2005, 580) Rauer & Volling بدراسة على عينة من ٥٨ زوجا وزوجاتهم وتبين أن أسلوب التعبير عن المشاعر السلبية أثر على مقدار الحب لدى الزوجين وعلى نشأة الصراعات ، كما وجدت فروق بين الأزواج والزوجات في التعبير عن المشاعر السلبية في اتجاه الأزواج الرجال .

ودرست ماسون (2003) Mason مهارات التواصل بين الأزواج ودورها في بناء واستمرار علاقة زوجية ناجحة وسجلت المقابلات الزوجية وحللتها لتحديد المتغيرات المؤثرة في التفاعل الزوجي ، وتبين أن من هذه المتغيرات دور الشريك في العلاقة ومقدار المودة والصدقة بين الزوجين .

ودرس اوراثينكال (2006) Orathinkal العلاقة بين استقرار الزواج وكل من التسامح والرضا الزوجي ، وتكونت العينة من أكثر من ألف زوج وزوجة بعضهم تزوج مرة واحدة وبعضهم الآخر أكثر من مرة ، وتبين عدم وجود فروق بين المجموعتين في التسامح ، بينما وجدت فروق بينهما في الرضا عن الزواج لصالح المجموعة الثانية. وقدمت سميرة أبو غزالة (٢٠٠٨) برنامجا لتحسين خطط للتوافق الزوجي واستمراره، ومن أهم ما اشتمل عليه البرنامج هي خطط التركيز على السلوك بدلا من المشاعر ، وتجنب مناقشة الأسباب والتخطيط واستبعاد العقوبة أو النقد أو اللوم ، وأخيرا الصبر وعدم الاستسلام .

تعليق عام على الدراسات السابقة :

نلاحظ من خلال العرض السابق عددا من الملاحظات نوردتها فيما يلي :

- ١- عدم الإشارة في بعض الدراسات المعروضة الى خصال العينات المستخدمة - كالعمر أو التعليم أو مدة الزواج أو وجود أطفال- وهي متغيرات في غاية الأهمية لموضوع البحث الراهن .
- ٢- أجمعت معظم الدراسات على أهمية المتغيرات المدعمة للفرد مثل الصلابة النفسية والصمود والمقاومة والمساندة الاجتماعية في مواجهة الأحداث الضاغطة والمواقف الصعبة .

٣- أظهرت نتائج بعض الدراسات ارتباط الصلابة النفسية بعدد من المتغيرات مثل الرضا الزوجي وأساليب المواجهة الفعالة للضغوط والتوافق والصحة النفسية وحل المشكلات والرضا عن الحياة.

فروض البحث :

- ١- تؤدي الصلابة النفسية دورا معدلا للعلاقة بين مدة الزواج وخطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية .
- ٢- توجد فروق بين حديثي الزواج وقدامى المتزوجين في الخطط المستخدمة للحفاظ على استمرار الحياة الزوجية.
- ٣- توجد علاقات ارتباطية متبادلة بين المتغيرات الثلاثة موضع البحث (الصلابة النفسية ومدة الزواج وخطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية) .
- ٤- توجد فروق دالة بين الأزواج والزوجات في الخطط المستخدمة للحفاظ على استمرار الحياة الزوجية.

المنهج والإجراءات

استخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن ، فهو **منهج ارتباطي** حيث تسعى الباحثة إلى استكشاف العلاقات الارتباطية بين المتغيرات الثلاثة (الصلابة النفسية ومدة الزواج وخطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية)، وهو **منهج فارقى مقارن** حيث تهتم الباحثة بدراسة الفروق بين حديثي الزواج وقدامى المتزوجين في خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية ، وكذلك الفروق بين الأزواج والزوجات في الخطط المستخدمة .

العينة

شمل البحث الراهن ١٨٤ زوجا وزوجة (٩٢ زوجا وزوجاتهم) Couples ، بمتوسط عمر ٤٠,٧٧ سنة وانحراف معياري ١٢,٥١ سنة للأزواج ، ومتوسط ٣٥,٧١ سنة وانحراف معياري ١١,٣٧ سنة للزوجات . وروعى في اختيار العينة توفر عدد من الشروط أهمها ألا يقل الحد الأدنى لمدة الزواج عن شهر، وبدون حد أقصى ، وألا يكون في عصمة الزوج زوجة أخرى ، وأن يقيم الزوجان معا وقت تطبيق البحث ، وأن يكون الزوجان منجبيين .

الأدوات

في ضوء استعراض الدراسات السابقة - وخاصة المحلية منها - وفي ضوء الاطلاع على ما هو متاح من مقاييس واختبارات في المجال لاختيار أفضلها أو الاستعانة بها عند تكوين الأدوات ، تم استخدام الاختبارين الآتيين :

١- اختبار الصلابة النفسية : إعداد عماد مخيمر (٢٠٠٢) .

٢- قائمة خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية (من إعداد الباحثة) .

أولا : اختبار الصلابة النفسية : إعداد عماد مخيمر (٢٠٠٢) :

بعد اطلاع الباحثة على عدد من مقاييس الصلابة النفسية - مثل مقياس يونكن وبيتز Younkin & Betz ترجمة لولوه حمادة وحسن عبد اللطيف (٢٠٠٢) ، ومقياس جيهان حمزة (٢٠٠٢) ومقياس

الصلابة النفسية لمحمد عبد القادر عبد الموجود (٢٠١٤) ، ومقياس الصلابة النفسية لكوبازا ومادى ، ومقياس الصلابة النفسية لفنك Funk ، ومقياس الصلابة النفسية لتغريد حنفى (٢٠٠٧) ، ومقياس المقاومة النفسية لنبيلة عبد الرقيب (٢٠١٤) ، تم اختيار اختبار الصلابة النفسية لعماد مخيمر (٢٠٠٢) ، وفيما يلي نبذة عنه :

يتكون الاختبار من ٤٧ بنداً، وتمثلت طريقة الإجابة عنه في اختيار بديل من ثلاثة بدائل، تراوح بين تطبيق دائما وتأخذ الدرجة ٣ ، وتطبيق أحيانا وتأخذ الدرجة ٢ ، ولا تتطبق أبداً وتأخذ الدرجة ١ ، وبذلك تراوح المجموع الكلى للاختبار بين ٤٧ و ١٤١ درجة (٣ X ٤٧) ، حيث أشار ارتفاع الدرجة إلى زيادة إدراك المستجيب لصلابته النفسية (عماد مخيمر، ٢٠٠٢، ١٧) . ويشمل الاختبار ثلاثة أبعاد هي : الالتزام ويشمل ١٦ بنداً ، والتحكم ويشمل ١٥ بنداً ، والتحدى ويشمل ١٦ بنداً ، ويتضح في الجدول التالى أرقام البنود الممثلة لكل بعد منها :

جدول (١) أبعاد اختبار الصلابة النفسية والبنود الممثلة لكل منها

البعد	البنود
الالتزام	١-٤-٧-١٠-١٣-١٦-١٩-٢٢-٢٥-٢٨-٣١-٣٤-٣٧-٤٠-٤٣-٤٦
التحكم	٢-٥-٨-١١-١٤-١٧-٢٠-٢٣-٢٦-٢٩-٣٢-٣٥-٣٨-٤١-٤٤
التحدى	٣-٦-٩-١٢-١٥-١٨-٢١-٢٤-٢٧-٣٠-٣٣-٣٦-٣٩-٤٢-٤٥-٤٧

ولتقليل وجهة استجابة المشاركين وضع مؤلف الاختبار ١٥ عبارة معكوسة ، تشير إلى انخفاض الصلابة النفسية وتصحح في الاتجاه العكسى وهذه البنود هي أرقام : ٧-١١-١٦-٢١-٢٣-٢٥-٢٨-٣٢-٣٥-٣٦-٣٧-٣٨-٤٢-٤٦-٤٧

ثبات وصدق اختبار الصلابة النفسية :

أولا الثبات :

حسب مؤلف الاختبار ثباته وصدقه على عينة من طلاب الجامعة بلغ عددها ٨٠ طالبا (٤٥ أنثى و٣٥ ذكرا) ، وتم التحقق من الثبات بطريقتى الاتساق الداخلى ومعامل ثبات ألفا . وكذلك بلغت قيمة معامل ثبات ألفا لبعد الالتزام ٦٩ ، وبعد التحكم ٧٦ ، وبعد التحدى ٧٢ ، وللدرجة الكلية ٧٥ ، (عماد مخيمر ، ٢٠٠٢ ، ٢١) . كما حسب ثبات اختبار الصلابة النفسية في عدد آخر من الدراسات والبحوث السابقة على عينات متباينة نعرض لجزء منها فيما يلي :

جدول (٢) معاملات ثبات اختبار الصلابة النفسية في بعض الدراسات السابقة

م	اسم الباحث	البلد	العينات	السنة	معامل الثبات
١	سعيدة فاتح	الجزائر	٩٥ من مرضى السرطان	٢٠١٥	إعادة الاختبار = ٧٢ ، ألفا = ٨٣ ،
٢	فتيحة خنفر	الجزائر	طلبة جامعة	٢٠١٤	التجزئة النصفية = ٧٣ ، ألفا = ٥١ ،

تابع جدول (٢)

٣	خالد العبدلى	السعودية	طلبة ثانوى	٢٠١٢	التجزئة النصفية=٨٦، ألفا= ٨٩،
٤	عماد مخيمر	مصر	طلبة جامعة	٢٠٠٢	معامل ألفا = ٧٥،

و نستنتج من الجدول السابق ارتفاع معاملات ثبات اختبار الصلابة النفسية في الدراسات السابقة بشكل مقبول وعلى عينات مختلفة ، مما يجعلنا نطمئن إلى حد كبير لصلاحية السيكومترية عند استخدامه . **أما في البحث الراهن** فقد حسبت الباحثة الثبات بثلاث طرق هي إعادة الاختبار بعد أسبوعين - على عينة قوامها ٤٤ مشاركا عبارة عن ٢٢ زوجا وزوجاتهم- ومعامل ألفا كرونباخ ، والقسمة النصفية ، وهو ما يوضحه الجدول التالي :

جدول (٣) معاملات ثبات اختبار الصلابة النفسية في البحث الراهن

طرق الثبات الاختبار	إعادة الاختبار بعد أسبوعين	ألفا كرونباخ	القسمة النصفية بعد تصحيح الطول (*)
الصلابة النفسية	,٣٠	,٨٦	,٩١

(*) معادلة تصحيح الطول لسبيرمان براون = X^2 معامل الثبات

$\frac{1 + \text{معامل الثبات}}{2}$ (صفوت فرج، ١٩٨٠، ٣٥٩)

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات ثبات اختبار الصلابة النفسية على عينة البحث الراهن في الحدود المقبولة ، وإن كان الثبات بطريقة إعادة الاختبار منخفضا إلى حد ما فقد يرجع ذلك إلى انخفاض دافعية المشاركين في التطبيق للمرة الثانية في إعادة الاختبار ، وكذلك إلى صغر حجم العينة . كما حسبت الباحثة الحالية **الاتساق الداخلي** عن طريق حساب معامل ارتباط البند بالدرجة الكلية كما هو واضح بالجدول التالي :

جدول (٤) ارتباط البند بالدرجة الكلية لاختبار الصلابة النفسية

البند	الارتباط	البند	الارتباط
١	,٥٥	٢٥	,٣٥
٢	,٤٩	٢٦	,٤٨
٣	,٥٩	٢٧	,٥٩
٤	,٥٥	٣٠	,٤١
٥	,٥٠	٣١	,٤٧
٦	,٤٨	٣٢	,٤٦
٧	,٤٢	٣٣	,٥٩
٨	,٦٢	٣٤	,٤٦
٩	,٤١	٣٥	,٣٦
١٠	,٥٥	٣٧	,٤٥
١١	,٤٧	٣٨	,٤٥
١٢	,٣٣	٤٠	,٥٦
١٣	,٥٦	٤١	,٥٠

تابع جدول (٤)

١٥	,٣٩	٤٢	,٣٩
١٦	,٥٢	٤٣	,٥٢
١٩	,٥١	٤٤	,٥٨
٢١	,٤٢	٤٥	,٥٨
٢٢	,٤٩	٤٦	,٤٣
٢٣	,٣٦	٤٧	,٤٦
٢٤	,٤٣		

ونلاحظ من الجدول السابق أنه تم الاختصار على عرض البنود ذات الارتباط الدال بالدرجة الكلية فقط ، وتم حذف ٨ بنود لم يصل ارتباط البند بالدرجة الكلية إلى حد الدلالة فأصبح عدد بنود الاختبار ٣٩ بندا بدلا من ٤٧ بندا.

الصدق :

حسب مؤلف الاختبار الصدق بعدة طرق ، منها عرضه على ثلاثة محكمين متخصصين ، كما حسب الصدق التلازمي مع مقياس قوة الأنا وبلغ معامل الارتباط ٠,٧٥ ، بدلالة ٠,٠١ ، وكذلك مع مقياس بك للاكتئاب وبلغ الارتباط ٠,٦٣ ، بدلالة ٠,٠١ ،

وفي البحث الراهن : اعتمدت الباحثة في حساب الصدق على الطرق الآتية :

١- اطمأنت الباحثة إلى صدق اختبار الصلابة النفسية والذي ثبتت صلاحيته السيكومترية في المجال منذ فترة طويلة ، حيث استخدمه عديد من الباحثين في دراساتهم (انظر جدول ٢) سواء داخل مصر أم خارجها ، وذلك على عينات متباينة من حيث الحجم والخصال ، مما يدل على أنه يتمتع بحدود مقبولة من الصدق .

كما حسبت هبة محمود (٢٠١٤) الصدق التلازمي للمقياس بارتباطه مع قائمة الصمود النفسى التي أعدتها وبلغ الارتباط بين المقياسين ٠,٥٥ ، وهو معامل دال عند ٠,٠١ ، وحسبت شيما عزت و إيمان نصرى (٢٠١٤) ارتباطه بالصيغة المختصرة لمقياس الصمود الذى أعده واجنلد Wagnild وأسفر عن ارتباط قدره ٠,٥٦ ، وحسبت فاتن قنصوة (٢٠١٣) ارتباطه بمقياس الصمود لكونور Connor وبلغ ٠,٧٨ ، وحسبت حليلة الدقوشى (٢٠١٣) ارتباطه بمقياس الصلابة النفسية الذى أعدته وبلغ ٠,٦٣ ، وحسب أشرف عطية (٢٠١١) صدق المقارنات الطرفية للمقياس وبلغت قيمة (ت) ٥,٠٤ مما يعنى تمتع المقياس بدرجة عالية من الصدق .

٢- و أجرت الباحثة الحالية التحليل العاملى للاختبار وذلك على العينة الكلية (ن=١٨٤) وتبين انتظام بنود الاختبار في ٩ عوامل ، أمكن تفسير ٧ منها بعد التدوير ، ونوضحها في الجدول التالى :

جدول (٥) المصفوفة العاملية بعد التدوير لاختبار الصلابة النفسية (*)

العوامل البنود	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	قيم الشيوع
١	,٤٦	,٣١					,٣٩			,٦١
٢		,٣٤				,٤١		,٣٠		,٤٩
٣		,٦١								,٥٤
٤		,٦٤								,٥٧
٥	,٣٢	,٣٤						,٤٩		,٥٣
٦	,٤٥	,٤٢								,٥٧
٧		,٤١	,٤٠							,٤٨
٨		,٦٨								,٦٩
٩							,٧٧			,٧٤
١٠		,٦٧								,٥٨
١١		,٣٢	,٦١							,٥٥
١٢	,٤٢		,٣٤-							,٥٤
١٣		,٥٨		,٤٢						,٦١
١٥	,٤٥							,٥٩		,٦٣
١٦			,٤٨				,٣٩			,٥٧
١٩	,٤٨			,٤٥						,٦٢
٢١					,٧٦					,٦٧
٢٢				,٧٧						,٧٢
٢٣					,٣١	,٦٣				,٥٥
٢٤	٤٨									,٥٢
٢٥			,٥٦		,٣٩			,٣٦		,٦٨
٢٦	,٣٦	,٤٤						,٥٠-		,٦٩
٢٧	,٥٣	,٤٢								,٦٢
٣٠							,٧٧			,٧١
٣١				,٧١						,٦٩
٣٢							,٦٣			,٦٧
٣٣	,٥٦						,٣٣			,٥٨
٣٤	,٥٧									,٤٣
٣٥			,٦٣							,٥٨
٣٧			,٦٢							,٥٢
٣٨			,٤٤			,٤٨				,٥٤

تعليق على التحليل العاملى لاختبار الصلابة النفسية :

بالنظر للمصنوفة العاملية الخاصة باختبار الصلابة النفسية المعروضة آنفا جدول (٥) يمكننا أن نستنتج مؤشرا للصدق العاملى ، وهو من أفضل طرق حساب صدق التكوين ، ولكن ينبغي النظر إلى هذه النتائج بشيء من الحذر نظرا لصغر حجم العينة التى أجرينا عليها التحليل العاملى فى البحث الراهن (ن = ١٨٤) ، كما ينبغي التحقق من هذه العوامل فى دراسات أخرى لاحقة على عينات أكبر .

ثانيا : قائمة خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية (إعداد الباحثة) : مر إعداد المقياس

بعدد من الخطوات نعرضها على النحو التالى :

١- اطلعت الباحثة على عدد من المقاييس والاختبارات التى أعدت لقياس متغيرات مشابهة(*) ، كما أجرت مسحا نظريا لعدد من البحوث والدراسات العربية والأجنبية .

٢- تم توجيه سؤال مفتوح للحصول على وعاء للبنود ، وذلك على عدد ٥٠ زوجا وزوجة ، وكانت صيغة هذا السؤال كالتالى : ما الأساليب التى تتعامل بها مع شريك حياتك لتحافظ على استمرار حياتكما الزوجية ؟

٣- تم تحليل مضمون الإجابات وإجراء محاولة مبدئية لصياغة البنود التى بلغ عددها فى هذه المرحلة ١٦٧ بندا تم تصنيفها فى أربعة فئات كالتالى :

الخطط المعرفية = ٢٣ بندا

الخطط الوجدانية = ٣٤ بندا

الخطط السلوكية = ٩٣ بندا

الخطط الاجتماعية = ١٧ بندا

٤- تم عرض المقياس فى صورته الأولية مصحوبا بالتعريف الإجرائى للخطط الأربعة ، على عدد من المحكمين المتخصصين فى علم النفس (**) ، وذلك لإبداء الرأى وفحص مضمونه.

٥- نتج عن الخطوة السابقة حذف عدد من البنود من كل فئة من فئات الخطط ، إما لأن مضمون البنود مكرر ، أو لإدراجه فى فئة أخرى . حيث تم حساب نسب الاتفاق بين المحكمين وفقا للمعادلة التالية :

$$\text{نسب الاتفاق} = \frac{\text{عدد البنود المتفق عليها}}{\text{العدد الكلى للبنود}} \times 100$$

وكانت نسب الاتفاق بين المحكمين كما هى موضحة فى الجدول (٦) التالى :

(*) من أمثلة تلك المقاييس مقياس التوافق الزوجى لطريف شوقى ومحمد حسن (١٩٩٩) ، بطارية الاختلالات الزوجية (صفاء اسماعيل، ٢٠٠٤) ، مقياس الرضا الزوجى (فيولا البيلاوى، ١٩٨٧) ، ومقياس الاستقرار الأسرى (فيصل يونس وصفاء اسماعيل، ٢٠١٢) واستبيان التوافق الزوجى (عادل الأشول، ١٩٨٩) ، ومقياس مثلث الحب لستيرنبرج (ترجمة نصره منصور، ٢٠١٢) ، وغيرها .

(**) تتوجه الباحثة بخالص الشكر إلى الأساتذة الذين قاموا بمهمة تحكيم المقياس وهم: أ.د. محمد نجيب الصبوة ، أ.د. شعبان جاب الله، أ.د. عزة عبد الكريم، أ.د. الطاهرة المغربى، و د. إيمان عبد الحليم، و د. نصره منصور، و د. إلهام عاشور، وجميعهم من قسم علم النفس جامعة القاهرة .

جدول (٦) نسب الاتفاق بين المحكمين

نوعية الاتفاق	عدد البنود المتفق عليها	العدد الكلي للبنود	نوع الخطأ
معرفية	٢٢	٢٣	٩٥ %
وجدانية	٣١	٣٤	٩١ %
سلوكية	٧٧	٩٣	٨٢ %
اجتماعية	١٧	١٧	١٠٠ %
الخطط الكلية	١٤٧	١٦٧	٨٨ %

ونستنتج من الجدول السابق أن نسب الاتفاق بين المحكمين على بنود المقياس والفئة التي تنتمي إليها كانت مرتفعة ؛ مما يعطى مؤشراً مبدئياً للصدق .

٦- بناء على الخطوات السابقة أصبح العدد النهائي لبنود القائمة موزعة على الفئات الأربعة من الخطط هو ٤٧ ابداً كالتالي :

الخطط المعرفية تضم ٢٢ بندا

الخطط الوجدانية تضم ٣١ بندا

الخطط السلوكية تضم ٧٧ بندا

الخطط الاجتماعية تضم ١٧ بندا

٧- و روعى في صياغة البنود أمران : **الأول** أن تكون كلها بصيغة واحدة هي (زوجك- زوجتك) لكي تستخدم النسخة نفسها من المقياس مع الجنسين ، **والأمر الثاني** أن تكون كل البنود إيجابية وليس بها بنود معكوسة أو منفية ، وذلك لما ثبت في بحوث سابقة أن لتلك الصيغ عيوب كثيرة وتحدث خلطاً في الفهم لدى المشاركين .

٨- تم وضع تعليمات للمقياس ، وأربعة بدائل للإجابة تتراوح بين دائماً وتأخذ الدرجة ٤ ، وأحياناً وتأخذ الدرجة ٣ ، ونادراً وتأخذ الدرجة ٢ ، وأبداً وتأخذ الدرجة ١ .

ثبات و صدق القائمة :

ثبات القائمة :

حسبت الباحثة ثبات القائمة بثلاث طرق نعرضها في الجدول التالي :

جدول (٧) معاملات ثبات قائمة خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية بالطرق الثلاث

القسم النصفية بعد تصحيح الطول	ألفا كرونباخ	إعادة الاختبار بعد أسبوعين	الثبات الخطط
,٨٠	,٨٢	,٧٥	معرفية
,٨٤	,٩٠	,٦٨	وجدانية

تابع جدول (٧)

سلوكية	,٦٩	,٨٥	,٨٧
اجتماعية	,٨٦	,٧٨	,٧٦
الدرجة الكلية للخطط	,٦٣	,٩٦	,٩٢

وبالنظر إلى جدول معاملات الثبات (٧) نلاحظ أنها مرتفعة إلى حد كبير ؛ مما يشير إلى صلاحية القائمة للاستخدام. ولا يزال المجال مفتوحا لإجراء مزيد من الدراسات عليه من أجل تحسين كفاءته السيكومترية . وإذا عقدنا مقارنة بين معاملات الثبات بالطرق الثلاث نتبين أن أكثرها انخفاضا هي معاملات الثبات بطريقة إعادة الاختبار ، وقد يرجع ذلك إلى انخفاض دافعية المشاركين في إعادة التطبيق للمرة الثانية وكذلك صغر حجم العينة .

كما تم حساب الاتساق الداخلي في البحث الحالي عن طريق معامل ارتباط البند بالبعد ، وذلك لتحقيق أهداف ثلاثة وهي : إثبات أن البند يمثل البعد تمثيلا حقيقيا ، واستبعاد البنود غير المرتبطة والتي تقل قيمتها عن ٠,٣ ، ومعرفة مكونات كل بعد من الأبعاد الأربعة.و نعرض فيما يلي جدولاً يوضح ارتباط البند بالبعد :

جدول (٨) ارتباط البند بالبعد لقائمة خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية^(*)

الأبعاد	المعرفية	الوجدانية	السلوكية	الاجتماعية	الدرجة الكلية
١	,٤٧	,٥٩	,٤٩	,٥٢	,٤٩
٢	,٣٩	,٤٦	,٤٧	,٤٨	,٤٩
٣	,٤٦	,٥٥	,٥٩	,٤٥	,٥٩
٤	,٣٣	,٤٧	,٤١	,٤٧	,٤٤
٥	,٥٠	,٥٤	,٤٧	,٤٣	,٤٧
٦	,٥٠	,٦٥	,٣٩	,٤٢	,٣٩
٧	,٣٤	,٥٥	,٤٨	,٥٠	,٤٧
٨	,٤٥	,٦١	,٣٩	,٥٣	,٤٣
٩	,٤٧	,٥٢	,٥١	,٤٧	,٥٢
١٠	,٤٢	,٣٩	,٤٠	,٤٨	,٤١
١١	,٤٩	,٥١	,٣٥	,٣٩	,٣٤
١٢	,٤٨	,٥٢	,٤٤	,٥٢	,٤٢
١٣	,٤٠	,٤٣	,٤٣	,٤٦	,٤٦
١٤	,٥١	,٦٣	,٤٧	,٥٠	,٥٠
١٥	,٤٩	,٥٦	,٤٤	,٤٤	,٤٤
١٦	,٤٦	,٢٢	,٥٧	,٦٠	,٦٠
١٧	,٥٥	,٤٤	,٦٠	,٦٣	,٦٣
١٨	,٣٨	,٥٢	,٤٧	,٤٩	,٤٩
١٩		,٣٧	,٤٣	,٤١	,٤١
٢٠		,٦٤	,٤٥	,٤٧	,٤٧
٢١		,٥١	,٤٦	,٤٨	,٤٨
٢٢		,٤٠	,٥٣	,٥٦	,٥٦
٢٣		,٦٢	,٤٣	,٤٤	,٤٤
٢٤		,٤٣	,٣٩	,٤٠	,٤٠
٢٥		,٤٠	,٣٣	,٣٣	,٣٣
٢٦		,٥٧	,٤٠	,٤١	,٤١
٢٧		,٣٣	,٤٩	,٤٤	,٤٤
٢٨		,٥٢	,٤٣	,٤٤	,٤٤

الصلابة النفسية كمتغير معدل للعلاقة بين مدة الزواج وخطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية

تابع جدول (٨)

٢٩	,٣٥	,٤٥	,٤٢
٣٠	,٥٠	,٥٥	,٥٥
٣١	,٣٨	,٦٥	,٦٥
٣٢		,٥٦	,٥٦
٣٣		,٦٤	,٦٣
٣٤		,٥٤	,٥٦
٣٥		,٤٦	,٦٣
٣٦		,٥٣	,٥٦
٣٧		,٥٧	,٤٥
٣٨		,٥٣	,٥١
٣٩		,٣٩	,٥٨
٤٠		,٦٠	,٥٣
٤١		,٥٥	,٣٨
٤٢		,٣٤	,٦١
٤٣		,٣٦	,٥٦
٤٤		,٥٨	,٢٨
٤٥		,٤٤	,٣٢
٤٦		,٣٠	,٥٣
٤٧		,٤٠	,٤٠
٤٨		,٤٧	,٢٨
٤٩		,٣٦	,٣٨
٥٠		,٦٠	,٥٦
٥١		,٥٨	,٤٥
٥٢		,٥٣	,٣٣
٥٣		,٥٣	,٥٥
٥٤		,٥٩	,٥٢
٥٥		,٥١	,٤٩
٥٦		,٤٩	,٥٢
٥٧		,٣٩	,٥٥
٥٨		,٤٢	,٥٦
٥٩		,٦٢	,٤٨
٦٠		,٤٦	,٤٧
٦١		,٥٢	,٣٧
٦٢		,٣٧	,٤١
٦٣		,٣٧	,٦٠
٦٤		,٣٧	,٤٢
٦٥		,٥٤	,٥٣
٦٦		,٦٩	,٣٤
٦٧		,٤٣	,٣٥
٦٨		,٥٢	,٣٧
٦٩		,٤٧	,٥٢
٧٠		,٣١	,٦٧

(*) تم الاختصار فقط على عرض البنود ذات الارتباط الدال بالبعد و حذفت البنود التي لم يصل ارتباط البند إلى حد الدلالة .

ونستخلص من الجدول السابق (٨) مؤشرات لثبات المقياس ، حيث كانت ارتباطات البنود بالبعد

الذي تنتمي إليه مرتفعة إلى حد كبير .

صدق قائمة خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية : تم تقدير صدق القائمة باتباع

الإجراءات التالية :

١- اعتمدت الباحثة على حساب نسب الاتفاق بين المحكمين السابق الإشارة إليها في جدول (٦) كمؤشر جيد إلى حد ما لصدق المضمون ، حيث تراوحت نسب الاتفاق بين ٨٢% ، ١٠٠% للأبعاد الفرعية و بلغت ٨٨% للقائمة ككل.

٢- حصلت الباحثة على مؤشرات للصدق العاملي من خلال تشبع البنود على العوامل في كل نوع من الخطط الأربع ، وهو يعد من أفضل طرق حساب صدق التكوين ، وسوف تقتصر الباحثة على عرض المصفوفات بعد التدوير فقط ؛ لأن العوامل التي حصلت عليها بعد التدوير قد أعطت معنى نفسياً واضحاً ، وتشبعاتها مرتفعة إلى حد كبير مقارنة بالعوامل قبل التدوير وهذا ما سوف توضحه الجداول الأربعة التالية :

جدول (٩) التحليل العاملي بعد التدوير لبعد الخطط المعرفية (*)

العوامل البنود	١	٢	٣	٤	٥	٦	قيم الشبوع
١	٣٦		٥٦				٥٤
٢						٨١	٧٤
٣					٦٠		٥٠
٤					٧٠		٦١
٧		٥١					٤٥
٨		٤٨	٤٥				٥١
٩						٧٨	٧١
١٠	٨٦						٧٩
١١	٨٣						٧٥
١٢			٥٧				٤٤
١٣	٦٠		٥٤				٦٧
١٤		٥٣	٣٥				٥٠
١٦			٣٤		٦٩		٦٥
١٧			٦٩	٣٢			٦٢
١٨				٦٥			٥٥
١٩				٧٩			٧٢
٢٠		٦٠			٣٦		٥٨
٢١			٥١	٤٣			٥٤
٢٢		٧٧					٦٣
الجذر الكامن	٥,٢٤	١,٦١	١,٣٣	١,١٧	١,١١	١,٠٢	
نسبة التباين	٢٧,٥٨	٨,٥٤	٦,٩٩	٦,١٣	٥,٨٧	٥,٣٨	

(*) تم وضع التشبعات الدالة فقط داخل المصفوفة العاملية .

ونستنتج من الجدول السابق (٩) ستة عوامل للبعد المعرفي استوعبت نسبة كبيرة من التباين الكلي، و أمكن تفسير أربعة منها فقط، هي :

العامل الأول واستوعب ٢٧,٥٨ % من التباين العاملى وهو عامل عام حيث تشعب عليه أربعة بنود (وفقا للمحك الذى ارتضته الباحثة وهو ٣, على الأقل) وبعد ترتيب هذه البنود وفقا لقيم تشعباتها تبين أن أعلاها هما بندا اتخاذ القرار وحل المشكلات ، كما وجدت تشعبات أخرى دالة على هذا العامل تتضمن معنى التقارب الفكرى بين الزوجين ، لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل عامل كفاءة حل المشكلات واتخاذ القرارات.

العامل الثانى تشعب عليه خمسة بنود أعلاها تشبعا هما بندا التفكير الإيجابى فى الآخر ، وحسن الظن به، كما وجدت تشعبات أخرى دالة على هذا العامل تتضمن معنى المرونة وعدم التشبث بالرأى ، لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل عامل حسن الظن بشريك الحياة .

العامل الثالث وتشعب عليه سبعة بنود أعلاها تشبعا هو بند التقارب فى وجهات النظر ، كما وجدت تشعبات أخرى دالة على هذا العامل تتضمن معنى التخطيط للحل ، و حسن إدارة الخلاف، لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل عامل التقارب فى وجهات النظر .

العامل الرابع تشعب عليه خمسة بنود أعلاها تشبعا هما بندا تقبل النقد ، وعدم الانفعال، كما وجدت تشعبات أخرى دالة على هذا العامل تتضمن معنى الحلول العملية والبحث عن أساس المشكلة ، لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل عامل تقبل النقد.

جدول (١٠) التحليل العاى بعد التدوير لبعء الخطط الوجدانية (*)

قيم الشبوع	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	العوامل البنود
٦٦			٣٤				٦٨	١
٤٩					٤٨		٣٨	٢
٥٩				٣٤			٦٥	٣
٦١				٣٨			٦٣	٤
٥٦							٧٠	٥
٦٤						٣١	٦٩	٦
٦٠	٣٧-	٣٥					٤٤	٧
٦٢					٣٠	٣٩	٥٤	٨
٦٦	٣٢-			٤٤	٣٨	٣٥		٩
٥٥	٣١				٥٤			١٠
٥٧						٦٦		١١
٦٧			٣٣			٥٦	٣٩	١٢
٦٠			٥٥		٣٦		٣٩	١٣
٦٣							٦٦	١٤
٥٥		٤٤			٣٣		٣٥	١٥

تابع جدول (١٠)

٦٣			٦٩					١٧
٥٩		٤٥	٣٩			٣٤		١٨
٦٤		٧٦						١٩
٥٨						٥٦	٤٣	٢٠
٤٩				٤٦		٤١		٢١
٦٣				٧٣				٢٢
٥٨				٤٩			٣٧	٢٣
٦٠					٧٢			٢٤
٦٣		٣٢			٦٠			٢٥
٦٣			٤٩	٤٤	٣٤			٢٦
٥٢					٦٤			٢٧
٦٤						٧٠		٢٨
٦٧	٧٠							٢٩
٥٨						٦٦		٣٠
٤٣				٤٤		٤٤		٣١
	١,٠٤	١,٠٨	١,١٨	١,٣٦	١,٥٦	٢,١٥	٩,٤٩	الجنر الكامل
	٣,٣٤	٣,٥٩	٣,٩٦	٤,٥٤	٥,١٨	٧,١٦	٣١,٦٤	نسبة التباين

(*) تم وضع التشبعات الدالة فقط داخل المصفوفة العاملة .

ونستنتج من الجدول السابق استخلاص سبعة عوامل للبعد الوجداني استوعبت نسبة كبيرة من التباين

الكلية ، و أمكن تفسير خمسة عوامل منها وهي :

العامل الأول واستوعب ٣١,٦٤ % من التباين العاملي وهو عامل عام حيث تشبع عليه ١٤ بنداً ، وبعد ترتيب هذه البنود وفقاً لقيم تشبعاتها تبين أن أعلاها تشبعاً هي البنود الخاصة بتقهم الاحتياجات العاطفية للطرف الآخر والكلمة الطيبة ، كما وجدت تشبعات أخرى دالة على هذا العامل تتضمن معنى إرضاء الآخر والحب والمودة وإعادة الرومانسية للعلاقة وغيرها ، لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل عامل تقهم الاحتياجات العاطفية للآخر .

العامل الثاني تشبع عليه ١١ بنداً أعلاها تشبعاً هما تدليل الآخر وتقديم الهدايا له ، كما وجدت تشبعات أخرى دالة على هذا العامل تتضمن معنى التعبير الإيجابي عن المشاعر والشعور بالانتماء والصحة ، لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل عامل الاهتمام بالآخر وتقديم الهدايا له .

العامل الثالث تشبع عليه عشرة بنود أعلاها تشبعاً هما التحكم في الغضب ولخفاء المشاعر السلبية، كما وجدت تشبعات أخرى دالة على هذا العامل تتضمن معنى عدم إثارة النكد وتخفيف حدة النقاش، لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل عامل التحكم في الغضب .

العامل الرابع تشبع عليه ثمانية بنود أعلاها تشبعا هو بند خاص بالقلق على الشريك عند تأخره ، كما وجدت تشبعات أخرى دالة على هذا العامل تتضمن معنى الحنان ولسعاد الآخر ، لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل عامل القلق على الآخر.

العامل الخامس تشبع عليه ستة بنود أعلاها تشبعا هو بند التواصل الجيد بالعينين ، كما وجدت تشبعات أخرى دالة على هذا العامل تتضمن معنى عدم إثارة غضب الشريك ومراعاة مشاعر الآخر ، لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل عامل التواصل الجيد بالعينين .

جدول (١١) التحليل العاملي بعد التدوير لبعيد الخطط السلوكية (*)

العوامل البنود	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢	١٣	١٤	١٥	١٦	١٧	١٨	قيم الشيوع
١			٤٧	٣٠															٦٩
٢			٧٥																٧٥
٣		٦٧																	٦٨
٤		٣٦													٤٠				٥٩
٦									٥٨										٦٥
٧		٣٥	٣٢									٥٤							٦٩
٨		٥٧																	٦٧
٩		٥٦											٣٥	٣٨					٧١
١٠		٧١																	٧٧
١١														٣٢			٣٣		٥٩
١٢																	٧٩		٧٦
١٤				٧٢															٦٦
١٥		٣٢							٤٩										٦١
١٦							٧٠												٦٧
١٧			٤١											٣٢				٣٠	٦١
١٨			٥١				٣٣												٦٦
١٩			٧٠																٧٨
٢٠						٣٣		٦٨											٧٢
٢١							٣١					٣٩							٦٣
٢٢						٧٤													٦٦
٢٣			٤٣																٥٢
٢٤			٥٢																٥٩
٢٥															٥١				٦٢
٢٦																٧٤			٧٢
٢٧									٧٠										٦٣
٢٨									٧٠										٦٩
٢٩										٦٠									٧٢
٣٠										٦١									٧٥
٣١							٣١	٣١						٣٨					٦٢
٣٢								٣٦	٣٥										٦٨
٣٣																		٣٢	٧١
٣٤			٤١			٣٢													٦٥
٣٥						٣٦	٣١												٦٩
٣٦								٤٦											٦٢
٣٧												٣٩							٦٨
٣٨											٦١								٦٩
٣٩												٤٣				٣٣			٦٩
٤٠																			٥٣
٤١															٤٤				٦٥
٤٢			٤٦	٣٢	٣٥														٦٦
٤٣							٤٠												٥٦
٤٤																٥٧			٦٦

الصلابة النفسية كمتغير معدل للعلاقة بين مدة الزواج وخطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية

تابع جدول (١١)

٧١									٦٧								٣٦	٤٥	
٧٧		٣٩															٦٢	٤٦	
٦٩																	٦٢	٤٧	
٦٩									٦٠								٤٠	٥٠	
٧٤														٧٠				٥٢	
٦٤														٦٩				٥٣	
٧٣																٣٧	٥٥	٥٤	
٧٤																	٦٩	٥٥	
٦٤																	٦٢	٥٦	
٧١																	٦٧	٥٧	
٦٩																	٦٧	٥٨	
٦٠																	٦٠	٥٩	
٦٦																	٦٥	٦٠	
٦٧				٣٩								٣٢					٣٤	٦١	
٧١					٦٥										٣٢		٣٠	٦٢	
٧٢									٣١					٣٤				٦٣	
٦٩									٦٣								٤٨	٦٤	
٧٤			٣٠							٤٥							٣٣	٦٥	
٧١			٧٣														٣٧	٦٦	
٧٠						٦٧									٣٠			٦٧	
٧٣						٤٦											٥٢	٦٨	
٦٤						٣٢							٤١		٣١			٦٩	
٦٦														٣٠		٣٥		٧٠	
٦٨															٧٣			٧١	
٦٧						٣٢							٤١	٣٠		٣٤		٧٢	
٦٨															٦٤			٧٣	
	١,٠	١,١	١,١	١,٢	١,٢	١,٢	١,٣	١,٤	١,٥	١,٥	١,٧	١,٨	١,٩	٢,٠	٢,٢	٢,٤	٢,٧	١٧,٨	الجذر الكامن
	١,٦	١,٦	١,٦	١,٧	١,٨	١,٨	١,٩	١,٩	٢,٢	٢,٧	٢,٥	٢,٧	٢,٨	٢,٩	٣,٣	٣,٥	٥,٤	٢١,٢	نسبة التباين

(*) تم الاقتصار على وضع التشبعات الدالة فقط داخل المصفوفة العاملة .

ونستنتج من الجدول السابق (١١) استخلاص ١٨ عاملا للبعد السلوكي استوعبت نسبة كبيرة من التباين الكلي ، و أمكن تفسير عشر منها ، وهي :

العامل الأول واستوعب ٢٦,١٨ % من التباين العاملي وهو عامل عام حيث تشبع عليه ١٧ بندا ، وبعد ترتيب هذه البنود وفقا لقيم تشبعاتها تبين أن أعلاها هي البنود الخاصة بالعمل على تطوير الذات من أجل الزوج واستخدام ألفاظ جيدة ، كما وجدت تشبعات أخرى دالة على هذا العامل تتضمن معنى تعديل السمات السلبية و تجنب النقاش السلبي ، لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل عامل تطوير الذات من أجل شريك الحياة .

العامل الثاني تشبع عليه ١٣ بنود أعلاها هي الخاصة بالتمسك بالدين والأخلاق ، كما وجدت تشبعات أخرى دالة على هذا العامل تتضمن معنى الاحترام المتبادل وتقبل الآخر ، لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل عامل التمسك بالدين والأخلاق عند معاملة الآخر .

العامل الثالث تشبع عليه عشرة بنود أعلاها هي المساندة والتشجيع و الصراحة ، كما وجدت تشبعات أخرى دالة على هذا العامل تتضمن معنى إشعار الآخر بأهميته ، لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل عامل مساندة شريك الحياة وتشجيعه.

العامل الرابع تشبع عليه سبعة بنود أعلاها هي المبادرة بالصلح والاعتذار عند الخطأ ، كما وجدت تشبعات أخرى دالة على هذا العامل تتضمن معنى إظهار الإعجاب بالآخر والإيثار ، لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل عامل المبادرة بالصلح وقت الخلاف .

العامل الخامس تشبع عليه ١١ بنود أعلاها هي المعاملة الطيبة و التسامح والعمو ، كما وجدت تشبعات أخرى دالة على هذا العامل تتضمن معنى التقبل والتفاهم حول موضوع الخلاف ، لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل عامل المعاملة الطيبة.

العامل السادس تشبع عليه عشرة بنود أعلاها هي المهارات الاجتماعية وتخفيف سوء التفاهم ، كما وجدت تشبعات أخرى دالة على هذا العامل تتضمن معنى تجنب التصرفات غير المرغوبة ، لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل عامل التحلى بالمهارات الاجتماعية عند التعامل مع الآخر.

العامل السابع تشبع عليه ستة بنود أعلاها هي تجنب المطالبة بما لا يطيق وتشجيع الآخر للتعبير عما يضايقه ، كما وجدت تشبعات أخرى دالة على هذا العامل تتضمن معنى إتاحة بعض الخصوصية والانفراد للآخر ، لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل عامل تجنب مطالبة الآخر بما لا يطيق.

العامل الثامن تشبع عليه خمسة بنود أعلاها هي التجميل للآخر وتحديد الأدوار ، كما وجدت تشبعات أخرى دالة على هذا العامل تتضمن معنى تخصيص وقت للترفيه ، لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل عامل التجميل والترزين للآخر .

العامل التاسع تشبع عليه أربعة بنود أعلاها هي خفض الصوت أثناء الخلاف والتماس العذر للآخر ، لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل عامل التماس العذر للآخر.

العامل العاشر تشبع عليه أربعة بنود أعلاها هي الاتفاق على أسلوب تنشئة الأبناء ، و وجدت تشبعات أخرى دالة على هذا العامل تتضمن معنى المشاركة في الأنشطة السارة ، لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل عامل الاتفاق على أسلوب تنشئة الأبناء .

جدول (١٢) التحليل العاملي بعد التدوير لبعدها الخطط الاجتماعية (*)

العوامل البنود	١	٢	٣	٤	قيم الشيوع
٢	٧٨			٣٥	٧٤
٣	٣٦			٧٣	٦٧
٤				٧٩	٧٢

تابع جدول (١٢)

٣٨		٤٦			٥
٥٦			٦٨		٦
٤٩			٦١	٣٤	٧
٦١				٧٥	٨
٦٠				٧٣	٩
٥٩			٥٦	٤٣	١٢
٥٦				٧٠	١٣
٥٨			٦٩		١٤
٦٣		٧٨			١٥
٦٣		٤٧	٦٤		١٦
٦٩		٨٠			١٧
	١,١١	١,٣٣	١,٥٧	٤,٤٤	الجزر الكامن
	٧,٩٧	٩,٥	١١,٢٤	٣١,٧	نسبة التباين

(*) تم وضع التشبعات الدالة فقط داخل المصفوفة العاملية .

ونستنتج من الجدول السابق استخلاص أربعة عوامل للبعد الاجتماعي استوعبت نسبة كبيرة من التباين الكلي ، و أمكن تفسير ثلاثة منها وهي :

العامل الأول واستوعب ٣١,٧% من التباين العاملي وهو عامل عام حيث تشبع عليه سبعة بنود ، ويعد ترتيب هذه البنود وفقا لقيم تشبعاتها تبين أن أعلاها هي البنود الخاصة بالاعتناء بأسرة الزوج والترحيب بها ، كما وجدت تشبعات أخرى دالة على هذا العامل تتضمن معنى مجاملة الأقارب ، لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل عامل الاهتمام بأهل شريك الحياة .

العامل الثاني تشبع عليه خمسة بنود أعلاها هي التفاعل الإيجابي مع الزوج والزيارات العائلية ، كما وجدت تشبعات أخرى دالة على هذا العامل تتضمن معنى الاحتفال معا بالمناسبات ، لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل عامل الاهتمام بالزيارات العائلية.

العامل الثالث تشبع عليه أربعة بنود أعلاها هي عدم إفشاء الأسرار وعدم المقارنة بالآخرين ، كما وجدت تشبعات أخرى دالة على هذا العامل تتضمن معنى تجنب الانتقاد أمام الآخرين ، لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل عامل المحافظة على أسرار الأسرة .

جدول (١٣) ملخص عوامل مقياس خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية

العوامل	البعد
- عامل كفاءة حل المشكلات واتخاذ القرارات - عامل حسن الظن بشريك الحياة - عامل التقارب في وجهات النظر - عامل تقبل النقد	الخطط المعرفية ٤ عوامل
- عامل تفهم الاحتياجات العاطفية للآخر - عامل الاهتمام بالآخر وتقديم الهدايا له . - عامل التحكم في الغضب	الخطط الوجدانية ٥ عوامل

تابع جدول (١٣)	
- عامل القلق على الآخر - عامل التواصل الجيد بالعينين .	
- عامل تطوير الذات من أجل شريك الحياة - عامل التمسك بالدين والأخلاق عند معاملة الآخر . - عامل مساندة شريك الحياة وتشجيعه - عامل المبادرة بالصلح وقت الخلاف . - عامل المعاملة الطيبة - عامل التحلى بالمهارات الاجتماعية عند التعامل مع الآخر . - عامل تجنب مطالبة الآخر بما لا يطيق - عامل التجمل والتزين للآخر - عامل التماس العذر للآخر - عامل الاتفاق على أسلوب تنشئة الأبناء	الخطط السلوكية ١٠ عوامل
- عامل الاهتمام بأهل شريك الحياة - عامل الاهتمام بالزيارات العائلية. - عامل المحافظة على أسرار الأسرة .	الخطط الاجتماعية ٣ عوامل

والخلاصة فقد عرضنا للصدق العاملي لقائمة خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية بأبعاده الأربعة ، والذي تبين منه انتظامه في عدد واضح من العوامل مما يشير إلى تمتع القائمة بدرجة مقبولة من الصدق .

التحليلات الإحصائية : بعد التحقق من الكفاءة السيكمترية للأدوات من ثبات وصدق ، تم التطبيق على العينة

الأساسية (ن = ١٨٤) وأجريت التحليلات الإحصائية الآتية :

- ١- حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لكافة المتغيرات .
- ٢- حساب معاملات الارتباط بين المتغيرات لدى الذكور والإناث .
- ٣- حساب اختبار (ت) لمعرفة الفروق بين منخفضى الصلابة ومرتفعيها في المتغيرات .
- ٤- حساب اختبار (ت) لمعرفة الفروق بين حديثي الزواج وقدامى المتزوجين في كافة المتغيرات.
- ٥- حساب اختبار (ت) لمعرفة الفروق بين الأزواج والزوجات في المتغيرات.
- ٦- تحليل التباين بين المجموعات الثمانية في المتغيرات الثلاثة (مدة الزواج والصلابة النفسية والنوع)
- ٧- التحليل العاملي للمقياسين (والذي سبق عرضه في الجزء الخاص بالصدق).

النتائج ومناقشتها :

أولاً : المتوسطات والانحرافات المعيارية لكافة المتغيرات :

جدول (١٤) المتوسطات والانحرافات المعيارية لكافة المتغيرات (ن = ١٨٤)

العينة الكلية		عينة الإناث		عينة الذكور		الاختبار
ع	م	ع	م	ع	م	
٦,٨٦	٦٠,٢٨	٧,٤٨	٥٩,٦٦	٦,١٥	٦٠,٨٩	الخطط المعرفية
١١,٤٩	١٠٣,٩٣	١٢,٨٣	١٠٢,٠٩	٩,٧١	١٠٥,٧٧	الخطط الوجدانية
٢٤,٢٣	٢٣٢,١١	٢٨,١١	٢٢٨,٩٣	١٩,٢٣	٢٣٥,٢٩	الخطط السلوكية
٥,٨٧	٤٨,١٠	٦,٧١	٤٧,٣٤	٤,٧٩	٤٨,٨٦	الخطط الاجتماعية

الصلابة النفسية كمتغير معدل للعلاقة بين مدة الزواج وخطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية

تابع جدول (١٤)

٤٤,١٦	٤٤٤,٤٢	٥١,٠٨	٤٣٨,٠٣	٣٥,٠٤	٤٥٠,٨١	الدرجة الكلية للخطط
١٣,١٩	٩٣,٣٦	١٤,٢٠	٩٣,٩٥	١٢,١٥	٩٢,٧٦	الصلابة النفسية

ثانياً : معاملات الارتباط بين خطط استمرار الحياة الزوجية والصلابة النفسية :

١- عينة الإناث :

جدول (١٥) المصفوفة الارتباطية بين المتغيرات وبين بعضها بعضاً لدى عينة الإناث (ن=٩٢)

المتغيرات	الخطط المعرفية	الخطط الوجدانية	الخطط السلوكية	الخطط الاجتماعية	الصلابة النفسية
الخطط المعرفية	١				
الخطط الوجدانية	٠,٧٨ (**)	١			
الخطط السلوكية	٠,٧٧ (**)	٠,٨٤ (**)	١		
الخطط الاجتماعية	٠,٦١ (**)	٠,٧١ (**)	٠,٧٦ (**)	١	
الصلابة النفسية	٠,٤٣ (**)	٠,٤٢ (**)	٠,٤١ (**)	٠,٤٢ (**)	١

(**) دال عند ٠,٠١

٢- عينة الذكور :

جدول (١٦) المصفوفة الارتباطية بين المتغيرات وبين بعضها بعضاً لدى عينة الذكور (ن=٩٢)

المتغيرات	الخطط المعرفية	الخطط الوجدانية	الخطط السلوكية	الخطط الاجتماعية	الصلابة النفسية
الخطط المعرفية	١				
الخطط الوجدانية	٠,٦٧ (**)	١			
الخطط السلوكية	٠,٧٢ (**)	٠,٧٧ (**)	١		
الخطط الاجتماعية	٠,٤٨ (**)	٠,٥٠ (**)	٠,٤٩ (**)	١	
الصلابة النفسية	٠,٢٧ (*)	٠,٣٦ (**)	٠,٤٢ (**)	٠,٤٣ (**)	١

(**) دال عند ٠,٠١ (*) دال عند ٠,٠٥

ونستنتج من الجدولين السابقين (١٥ ، ١٦) وجود ارتباط دال بين جميع أنواع الخطط والصلابة النفسية ، سواء لدى الأزواج أو الزوجات ، مما يؤكد صحة الفرض الثالث للدراسة ، والذي ينص على وجود ارتباطات دالة بين متغير الصلابة النفسية و خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية بأبعادها الأربعة ، ويمكن تفسير هذه النتيجة - الخاصة بوجود ارتباط دال بين الصلابة النفسية و خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية - بأن السمات الشخصية الإيجابية (ومنها الصلابة النفسية) تعزز المسار الإيجابي وتزيد النتائج الإيجابية ، حيث أن الصلابة النفسية تحسن من قدرة الفرد على التعايش الجيد ؛ وبالتالي استخدام خطط تفاعل جيدة وفعالة (فاتن قنصوة ، ٢٠١٣ ، ٢٦٣) .

كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة بارلينج (1986) Barling والتي تبين منها ارتباط الصلابة النفسية بالتوافق الزوجي ، وكذلك قدرة الصلابة النفسية على تعديل التأثير السلبي للصراع داخل الدور الزوجي .

ثالثاً : اختبار (ت)

بعد تقسيم العينة إلى ربيعات (وهي عبارة عن ثلاث نقاط تقسم عدد الحالات إلى أربعة أقسام متساوية) وذلك لتحديد الربيع الأعلى - مرتفعى الصلابة النفسية - وهي النقطة التي يقع أداها ٧٥% من الحالات ، والربيع الأدنى - منخفضى الصلابة النفسية - وهي النقطة التي يقع أعلاها ٧٥% من الحالات طبقاً للأساس العلمي الاحصائي لحساب الربيعات (فؤاد أبو حطب ، آمال صادق ، ١٩٩١ ، ٧٠٣) ، وقد تم حساب الفروق بين مرتفعى الصلابة النفسية ومنخفضيها في خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية ، وذلك لدى الإناث والذكور والعينة الكلية ؛ كل منهم على حدة ، وذلك لمعرفة دور الصلابة النفسية كمتغير معدل ، حيث يعرف المتغير المعدل بأنه المتغير الذي يظهر أثره عندما تتنوع قوة أو وجهة العلاقة بين متغيرين كدالة لوجوده ، والمتغير المعدل ليس بحاجة إلى التأثير على المتغير التابع ولكنه يمثل مجموعة من الظروف تخفف أو تعدل من العلاقة بين متغيرين أو أكثر (غريب عبد الفتاح، بدون تاريخ، ٨، هند ياسر ، ٢٠١٦ ، ٨١) . والمتغير المعدل يؤثر في قوة العلاقة واتجاهها بين المتغير التنبؤي والمتغير التابع ويستخدم معامل الارتباط للمتغير المعدل لمعرفة مدى تأثير المتغير المعدل في وجهة العلاقة بين المتغيرات وقوتها . ويتباين تأثير المتغير التنبؤي على المتغير المحكى نتيجة لقيمة المتغير المعدل ويتفاعل المتغير المعدل مع المتغير المنبئ بالطريقة التي تؤدي إلى تأثيرها على المتغير التابع أو المحكى (Baron & Kenny , 1986 , 1174) .

١- اختبار (ت) للفروق بين منخفضى الصلابة ومرتفعيها في الخطط الأربع:

أ - لدى عينة الإناث وبوضوحها الجدول التالي :

جدول (١٧) نتائج اختبار (ت) لمعرفة الفروق بين منخفضات الصلابة ومرتفعاتها في الخطط

الأربع

الدالة	قيمة (ت)	مرتفعات الصلابة		منخفضات الصلابة		المتغيرات
		ع	م	ع	م	
٠,٠٠٤	٢,٩٩-	٦,٣٨	٦١,٦٦	٨,٠٧	٥٧,١٧	الخطط المعرفية
٠,٠١	٢,٧٢-	١٠,٨٤	١٠٥,٢٥	١٤,١١	٩٨,١٧	الخطط الوجدانية
٠,٠١	٢,٣٩-	٢٢,٨٢	٢٣٥,٠٥	٣٢,٢٤	٢٢١,٣٢	الخطط السلوكية
٠,٠٠٢	٣,٢٥-	٤,٩٦	٤٩,٢٧	٧,٨١	٤٤,٩٢	الخطط الاجتماعية
٠,٠٠٢	٣,٩٨ -	٢٧,٢١	٤٦٦,٨٩	٣٥,٧٢	٤٣٩,٥٠	الدرجة الكلية

ب - لدى عينة الذكور ويوضحها الجدول التالي :

جدول (١٨) نتائج اختبار (ت) لمعرفة الفروق بين منخفضي الصلابة ومرتفعيها في الخطط

المتغيرات	منخفضو الصلابة		مرتفعو الصلابة		قيمة (ت)	الدلالة
	ع	م	ع	م		
الخطط المعرفية	٥٩,٤١	٦٣,٠٠	٤,٤٧	٢,٨٧-	٠,٠٥	
الخطط الوجدانية	١٠٣,٤٢	١٠٩,١٠	٩,٠٢	٢,٨٧-	٠,٠١	
الخطط السلوكية	٢٢٩,٤٢	٢٤٣,٦٣	١٥,٥١	٣,٧٣-	٠,٠٠٠١	
الخطط الاجتماعية	٤٧,٢٤	٥١,١٦	٣,٢٥	٤,١٩-	٠,٠٠٠١	
الدرجة الكلية	٤٢١,٥٨	٤٥١,٢٥	٤٠,٨٧	٠,٢٨ -	٠,٦٢	

ج - لدى العينة الكلية ويوضحها الجدول التالي :

جدول (١٩) نتائج اختبار (ت) لمعرفة الفروق بين منخفضي الصلابة ومرتفعيها في الخطط

لدى العينة الكلية

المتغيرات	منخفضو الصلابة		مرتفعو الصلابة		قيمة (ت)	الدلالة
	ع	م	ع	م		
الخطط المعرفية	٥٨,٤٤	٦٢,٣٢	٥,٦٥	٣,٨٩-	٠,٠٠٠١	
الخطط الوجدانية	١٠١,١٦	١٠٦,٨٩	١٠,٢٣	٣,٤٩-	٠,٠٠١	
الخطط السلوكية	٢٢٥,٩٢	٢٣٨,٧١	٢٠,٣٨	٣,٧٠-	٠,٠٠٠١	
الخطط الاجتماعية	٤٦,٢٤	٥٠,٠٨	٤,٣٩	٤,٦٨-	٠,٠٠٠١	
الدرجة الكلية	٤٣١,٧٦	٤٥٧,٩٣	٣٦,٣٥	٤,٢٠-	٠,٠٠٠١	

ونستنتج من الجداول الثلاثة السابقة (١٧ ، ١٨ ، ١٩) وجود فروق دالة بين منخفضي الصلابة النفسية ومرتفعيها في الخطط الأربع في اتجاه المرتفعين ، وذلك سواء لدى عينة الزوجات أم الأزواج أم العينة الكلية ؛ مما يدل على تحقق الفرض الأول للدراسة والذي ينص على أن متغير الصلابة النفسية يؤدي دورا مهما ويساعد الأزواج والزوجات على توظيف خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية بشكل فعال .

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة " مادي " (1999) Maddi عن العلاقة بين الصلابة النفسية وخطط التعايش مع الضغوط اليومية ، حيث تبين أن مرتفعي الصلابة النفسية يستخدمون خططا أكثر فعالية ، كما ارتبطت الصلابة النفسية أيضا إيجابيا بالمساندة الاجتماعية وعكست ميل الفرد إلى حل المشكلات بفعالية وقدرة على استخدام جميع المصادر لتحقيق ذلك.

كما تتفق هذه النتيجة مع النتائج التي توصل إليها "شان" (2000) Chan من أن منخفضي الصمود النفسي يستخدمون خططا للتعايش التجنبي ، وكذلك خططا سلبية بشكل أكبر من مرتفعي الصمود النفسي .

كذلك تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة منال عبد النعيم (٢٠١٣) حيث توصلت إلى وجود فروق بين مرتفعي الصمود النفسي ومنخفضيه في خطط المواجهة لصالح المرتفعين.

٢- اختبار (ت) للفروق بين حديثي الزواج وقدامى المتزوجين في الخطط الأربع :

أ - لدى عينة الإناث : ويوضحها الجدول التالي :

جدول (٢٠) نتائج اختبار (ت) لمعرفة الفروق بين حديثات الزواج وقدامى المتزوجات في الخطط الأربعة

المتغيرات	حديثات الزواج		قدامى المتزوجات		قيمة (ت)	الدلالة
	م	ع	م	ع		
الخطط المعرفية	٦٠,٥٥	٦,١٣	٥٩,٢٠	٨,٦٤	٠,٨٥	٠,٣٩
الخطط الوجدانية	١٠٣,٦٨	١٠,٧٧	١٠١,٠٦	١٤,٦٩	٠,٩٦	٠,٣٤
الخطط السلوكية	٢٣٠,٤٦	٢٤,٢٠	٢٢٧,٩٧	٣٢,٠٧	٠,٤١	٠,٦٨
الخطط الاجتماعية	٤٧,٧٣	٦,١٧	٤٧,٣٨	٧,٢٨	٠,٢٤	٠,٨١
الدرجة الكلية	٤٥٦,٧٣	٣٥,٦١	٤٤٥,٣٤	٣٤,٠٩	١,٤٧	٠,٠٨

ب - لدى عينة الذكور : ويوضحها الجدول التالي :

جدول (٢١) نتائج اختبار (ت) لمعرفة الفروق بين حديثي الزواج وقدامى المتزوجين في الخطط

الأربع

المتغيرات	حديثو الزواج		قدامى المتزوجين		قيمة (ت)	الدلالة
	م	ع	م	ع		
الخطط المعرفية	٦٠,٩٧	٦,٤٤	٦١,٢٠	٥,٥٣	- ,١٨	٠,٨٦
الخطط الوجدانية	١٠٨,٠٧	٨,٨٥	١٠٣,٨١	٩,٧٨	٢,١٥	٠,٠٣
الخطط السلوكية	٢٣٧,٦٤	٢٠,١١	٢٣٢,٩٧	١٨,٥٨	١,١٤	٠,٢٥
الخطط الاجتماعية	٥٠,٠٤	٤,١٢	٤٧,٨٤	٥,٢٨	٢,٢٠	٠,٠٣
الدرجة الكلية	٤٤٢,٤٤	٤٢,٦٢	٤٣٥,٦٣	٥٩,١٥	٠,٦٢	٠,٥٥

ج - لدى العينة الكلية : ويوضحها الجدول التالي :

جدول (٢٢) نتائج اختبار (ت) لمعرفة الفروق بين حديثي الزواج وقدامى المتزوجين

في الخطط الأربع لدى العينة الكلية

المتغيرات	حديثو الزواج		قدامى المتزوجين		قيمة (ت)	الدلالة
	م	ع	م	ع		
الخطط المعرفية	٦٠,٧٦	٦,٢٥	٦٠,٢٠	٧,٢٨	,٥٥	٠,٥٨

تابع جدول (٢٢)

الخط الوجدانية	١٠٥,٨٧	١٠,٠٤	١٠٢,٤٤	١٢,٤٨	٢,٠٢	٠,٠٤
الخط السلوكية	٢٣٤,٠٥	٢٢,٤٢	٢٣٠,٤٧	٢٦,١٨	٠,٩٨	٠,٣٢
الخط الاجتماعية	٤٨,٨٨	٥,٣٤	٤٧,٦١	٦,٣٢	١,٤٥	٠,١٤
الدرجة الكلية	٤٤٩,٥٨	٣٩,٧١	٤٤٠,٣٧	٤٨,٢٧	١,٣٤	٠,١٣

ونستنتج من الجداول الثلاثة السابقة (٢٠، ٢١، ٢٢) عدم وجود فروق بين حديثي الزواج وقدامى المتزوجين (سواء لدى الأزواج أو الزوجات أو لدى العينة الكلية) ما عدا الخطط الوجدانية لدى عينة الذكور والعينة الكلية، حيث وجدت فروق دالة في اتجاه حديثي الزواج، وقد ترجع هذه النتيجة إلى قلة خبرة الزوجين حديثي الزواج بأساليب التفاعل الجيدة، واعتزاز كل منهما بشخصيته، وجهل كل منهما بشخصية الآخر وطباعه.

كذلك يمكن تفسير هذه النتيجة بأن قدامى المتزوجين تزداد كفاءتهم في القدرة على حل مشكلاتهم بزيادة مدة الزواج وقدرتهم على ضبط وإدارة انفعالاتهم بشكل فعال من حديثي الزواج. ويرى " فونتان " Fontaine أنه كلما تقدم الفرد في العمر زادت كفاءة العمليات المعرفية التي يعالج بها الأحداث الاجتماعية وزاد أيضا تعقد العلاقات المتبادلة بين هذه العمليات (الطاهرة المغربية، ٢٠١٤، ٧٧). وتشير نتائج بعض الدراسات إلى ميل الأفراد الأكبر عمرا إلى استخدام خطط فعالة مقارنة بالأصغر عمرا (Yeung, Fung & Kam, 2012).

وبذلك يتحقق جزئيا الفرض الثاني للدراسة والذي ينص على وجود فروق بين حديثي الزواج وقدامى المتزوجين في خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية. وقد ترجع هذه النتيجة إلى أن شخصية الزوجين حديثي الزواج مازالت لم تتغير بالزمن، حيث أن حديثي الزواج مازالوا يقضون المرحلة الأولى من الزواج ولم يتسلل الملل إلى حياتهم ولم يواجهوا بعد ضغوط الحياة الزوجية التي تتسم بها المرحلة التالية.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة بأن الزوجين حديثي الزواج قد نجحوا في التعامل مع مشكلاتهما من خلال التكيف والتعديل والتقبل المتبادل ويكمل كل منهما الآخر مما يساعدهما على نجاح الزواج. أما الزوجان من قدامى المتزوجين فقد يكونا قد أجلا خلافتهما وانشغلا بتربية الأبناء (صفاء إسماعيل، ٢٠١٢، ٤٧٥). كما أن الفرد كلما تقدم في العمر أصبح أكثر إدراكا وتكيفاً مع المشكلات، حيث أنه تعرض خلال حياته للعديد من المواقف الضاغطة، وبالتالي يكون أكثر صلابة، أما الأصغر فيكون أقل نضجا، وبالتالي يتبع خططاً قد لا تكون مناسبة في كثير من الأحيان.

إن الزوجين اللذين استمرا في علاقتهما الزوجية لمدة طويلة - قدامى المتزوجين في البحث الحالي - قد عبرا عن مشاعر وجدانية إيجابية أكثر من الزوجين اللذين استمرا مدة زمنية أقصر، فقدامى المتزوجين قد يكون لديهما مرونة وتسامح في علاقتهما ببعضهما بعضا، وكذلك كلما زادت مدة الزواج

أصبح شريك الحياة أكثر ذكاء وخبرة في علاقته بالطرف الآخر ، وكذلك زاد التصور الإيجابي لدى الزوجين كل منهما عن الآخر وزادت مهارات التفاعل الإيجابي ، حيث أن سنوات الزواج تمنح فرصة لكل طرف للتعرف على الخصال الإيجابية للطرف الآخر والاستفادة منها في زيادة تواصله الإيجابي. ويتمتع قدامى المتزوجين بدرجات أعلى من الوعي الذاتي ، وضبط الانفعالات ودارتها ، والتعاطف ، مقارنةً بحديثي الزواج . ويلاحظ لدى حديثي الزواج أن الزوجات يحظين بالتدليل والحماية من الزوج خلال السنوات الأولى من الزواج ، فيظهر الزوجان أفضل سلوكياتهما ، أما لدى قدامى المتزوجين فتتراكم المسؤوليات ويعانى الزوجان من الضغوط والمشكلات . كما أن قدامى المتزوجين يستخدمون خططا فعالة للحفاظ على استمرار الحياة الزوجية ، وقد يرجع ذلك إلى حدوث تغيرات إيجابية على مر الزمن عند تكرار المواقف المتشابهة ، كذلك قد يرجع إلى زيادة قدرتهم على الإدارة الناجحة للأفكار والمشاعر ، وبالتالي يحققون تحسنا وزيادة في الشعور بالكفاءة في التعامل مع الأحداث (Heather , Danny , Amie , 2011 , 273) .

وقد يرجع عدم وجود فروق بين حديثي الزواج وقدامى المتزوجين في الخطط المستخدمة

للمحافظة على استمرار حياتهم الزوجية إلى أن كلتا المجموعتين (حديثو الزواج وقدامى المتزوجين) لم تتوصلا إلى قدر كاف من الرضا عن العلاقة الزوجية ، فقد تستمر الحياة بينهما حتى لو كان مستوى توافقهما الزواجي منخفضا، وذلك إما بسبب وجود الأطفال أو المستوى الاقتصادي أو للحفاظ على شكل الأسرة أمام المجتمع ، وبالتالي يعتاد الزوجان على شكل هذه العلاقة سواء طالت مدة الزواج أم قصرت.

٣- اختبار (ت) لمعرفة الفروق بين الذكور والإناث على كافة المتغيرات :

جدول (٢٣) نتائج اختبار (ت) لمعرفة الفروق بين الذكور والإناث على كافة المتغيرات

المتغيرات	عينة الإناث		عينة الذكور		قيمة (ت)	الدلالة
	م	ع	م	ع		
الخطط المعرفية	٥٩,٦٦	٧,٤٨	٦٠,٨٩	٦,١٥	١,٢٢-	٠,٢٣
الخطط الوجدانية	١٠٢,٠٩	١٢,٨٣	١٠٥,٧٧	٩,٧٠	٢,١٩-	٠,٠٣
الخطط السلوكية	٢٢٨,٩٣	٢٨,١١	٢٣٥,٢٩	١٩,٢٣	١,٧٩-	٠,٠٧
الخطط الاجتماعية	٤٧,٣٣	٦,٧١	٤٨,٨٥	٤,٧٩	١,٧٨-	٠,٠٧
الدرجة الكلية للخطط	٤٣٨,٠٣	٥١,٠٨	٤٥٠,٨١	٣٥,٠٤	١,٩٨-	٠,٠٥
الصلابة النفسية	٩٣,٩٥	١٤,٢٠	٩٢,٧٦	١٢,١٥	١,٩٣	٠,٠٥

ويتضح من الجدول السابق (٢٣) وجود فروق دالة بين الأزواج والزوجات في متغير الخطط

الوجدانية فقط في اتجاه الذكور مما يتحقق معه الفرض الخامس جزئيا ، بينما لا توجد فروق بين الجنسين في باقى الخطط (المعرفية والسلوكية والاجتماعية) مما قد يشير إلى أن كلا الجنسين يستخدم الخطط نفسها تقريبا ، كما توجد فروق بينهما في الصلابة النفسية .

أما الفروق بين الجنسين في الخطط الوجدانية فتتعارض هذه النتيجة مع ما أشار إليه " دانيل جولمان " (٢٠٠٠) إلى وجود تناقضات في تعليم العواطف للجنسين مما يترتب عليه أن البنات يصبحن أكثر عاطفية من الناحية اللفظية وأكثر تعبيراً عن مشاعرهن وتوصيلها للآخرين ، أما الذكور فهم قليلو التعبير في هذه الناحية التي تعرضهم للانتقاد والشعور بالذنب . كذلك فإن عملية تنشئة الإناث تكسبهن صفات مثل العطف والحنان ، وبالتالي جاءت الفروق في الخطط الوجدانية . ولذا أمعنا النظر في بنود الخطط الوجدانية وجدنا أنها تتضمن الافصاح عن المشاعر والمشاركة العاطفية وكلها بنود تتفوق فيها الإناث بحكم طبيعتهن الأنثوية، لذلك تحتاج هذه النتيجة الى مزيد من الدراسة .

وقد ترجع هذه النتيجة الخاصة بالفروق بين الأزواج والزوجات في خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية خاصة الخطط الوجدانية إلى اختلاف نوعية المشكلات التي يواجهها الأزواج مقارنة بتلك التي تواجهها الزوجات ، كذلك قد يحتاج الفرد مزيداً من الوقت في إدارة انفعالاته أو التخفيف من حدة التوتر الناتج عن مواجهة المشكلات .

كما تشير النتائج في جدول (٢٣) أيضا إلى وجود فروق بين الجنسين في متغير الصلابة النفسية في اتجاه الإناث ، وتتفق هذه النتيجة مع عدد كبير من الدراسات أثبتت أن الإناث أكثر صموداً من الذكور ، سواء على مستوى تقبل ومواجهة المشكلات أو على مستوى الخطط التي تستخدمها الإناث للتعامل مع الشدائد ، فقد أوضح " هامبل وبيترمان " (Hampel & Peterman 2006) أن الإناث يتعاملن مع الضغوط اليومية من خلال البحث عن الدعم الاجتماعي واستخدام المصادر الاجتماعية ، وعلى العكس فإن الذكور يستخدمون التسلية البدنية مثل الرياضة للتعامل مع المشكلات ، وبالرغم من الوقوع تحت الضغط فإن الإناث يستخدمن عوامل الصمود النفسي مثل البحث عن الدعم أكثر من الذكور (أشرف عطية ، ٢٠١١ ، ٥٨٩)

وتتعارض هذه النتيجة مع ما توصلت إليه هبة محمود (٢٠١٤) ويحيى شعبان (٢٠١٢) حيث توصلت كلتا الدراستين إلى وجود فروق بين الجنسين في الصمود النفسي في اتجاه الذكور وليس الإناث ، كذلك تتعارض أيضا مع ما توصلت إليه رشا عبد الستار (٢٠١٣) من عدم وجود فروق بين الجنسين في الصمود النفسي .

كما يمكن تفسير هذه النتيجة الخاصة بأن الإناث أكثر صلابة نفسية من الذكور بأن الصلابة النفسية تتشكل في الأساس من الدعم الاجتماعي والعلاقات الإنسانية مع الآخرين والثقة بالنفس والأمل والتواصل مع الذات ومع الآخرين . كما قد ترجع هذه النتيجة إلى كثرة المشكلات والأزمات التي تتعرض لها السيدات عبر مراحل حياتهن المختلفة وضغوط أفراد المجتمع عليهن مما يجعلهن يكافحن لتحقيق ذواتهن ؛ وبالتالي تنمو لديهن الصلابة النفسية ويستطعن مواجهة المشكلات والضغوط بطريقة إيجابية أكثر من الرجال.

ويمكن أن تعزى هذه النتيجة إلى أن خروج المرأة للعمل جعلها تقوم بعبء أكبر ومسئوليات إضافية ؛ لذلك نجد لديها إصراراً أكبر على النجاح وعلى الصلابة النفسية ، بالإضافة إلى شعور المرأة باستقلالها مادياً عن زوجها يجعلها تتمتع بدرجة أكبر من الصلابة والثقة . كما أن النساء لديهن هدف

أساسي هو تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي الذي لا يتم إلا باستخدام خطط مواجهة قوية من أجل التغلب على المشكلات دون آثار سلبية سواء نفسية أو جسمية أو اجتماعية .

وتعارض هذه النتيجة مع ما توصلت اليه " لولوة حمادة وحسن عبد اللطيف " (٢٠٠٢) من تمتع الذكور بمستوى من الصلابة النفسية أكبر من الإناث والتي أرجعها الباحثان إلى أن الأسرة تشجع الذكور منذ الصغر على الاستقلالية واتخاذ القرار .

رابعا : نتائج تحليل التباين في اتجاه واحد لمعرفة الفروق بين المجموعات في المتغيرات

الثلاثة (مدة الزواج والصلابة النفسية والنوع) :

جدول (٢٤) نتائج تحليل التباين بين المجموعات الثمانية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	قيمة (ف)	الدلالة
النوع	١٦١,١٠	١	٣,٧٨	٠,٠٥
الصلابة النفسية	٦٦٣,٣٠	١	١٥,٥٥	٠,٠٠٠١
مدة الزواج	٥٥,٣٢	١	١,٣١	٠,٢٥

جدول (٢٥) ويوضح التفاعل بين المتغيرات الثلاثة

الخط	المعرفية		الوجدانية		السلوكية		التفاعل
	قيمة (ف)	الدلالة	قيمة (ف)	الدلالة	قيمة (ف)	الدلالة	
مدة الزواج × الصلابة	٠,٥٦	٠,٥٤ (غير دال)	٠,٥١	٠,٤٧ (غير دال)	٢,٢٢	٠,١٣ (غير دال)	٠,٥١ (غير دال)
مدة الزواج × النوع	١,٢٠	٠,٢٧ (غير دال)	٠,٠٤	٠,٨٣ (غير دال)	٠,٠٠٣	٠,٩٥ (غير دال)	٠,٤٠ (غير دال)
الصلابة × النوع	٠,٣٥	٠,٥٥ (غير دال)	٠,٢٦	٠,٦٠ (غير دال)	٠,٠٠٠	٠,٩٩ (غير دال)	٠,٩٢ (غير دال)
مدة الزواج × الصلابة × النوع	١,٨٢	٠,١٧ (غير دال)	٦,٣٦	٠,٠١ (دال)	٢,٢٨	٠,١٣ (غير دال)	٠,٩٣ (غير دال)

ويتضح من الجدولين السابقين (٢٤، ٢٥) عدم وجود تفاعل بين المتغيرات الثنائية سواء مدة الزواج والصلابة ، أو مدة الزواج والنوع ، أو الصلابة والنوع ، في حين يوجد تفاعل دال بين المتغيرات الثلاثة (مدة الزواج والصلابة النفسية والنوع) في الخطط الوجدانية فقط ؛ حيث بلغت قيمة (ف) ٦,٣٦ بدلالة ٠,٠١ مما يشير إلى وجود تفاعل بين هذه المتغيرات الثلاثة ، وذلك بالنسبة للخطط الوجدانية فقط مما يتسق مع بقية النتائج المستخرجة من البحث في هذا النوع من الخطط .

وإذا رتبنا متوسطات المجموعات الثمانية في الخطط الوجدانية - والتي ظهرت فيها الفروق بوضوح - بطريقة تنازلية تبين أن أعلى مجموعة هن مجموعة الزوجات مرتفعات الصلابة النفسية قدامى المتزوجات ؛ حيث حصلن على أعلى متوسط على هذه الفئة من الخطط ، وأن أدنى مجموعة والتي

جاءت في المركز الثامن هي مجموعة الزوجات منخفضات الصلابة قدامى المتزوجات ، وهذا ما يوضحه الجدول التالي :

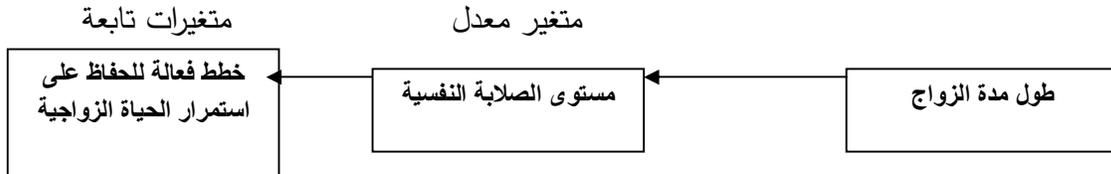
جدول (٢٦) الترتيب التنازلي للمجموعات الثمانية على بعد الخطط الوجدانية

م	المجموعات	المتوسط على الخطط الوجدانية
١	الزوجات مرتفعات الصلابة قدامى المتزوجات	١٠٥,٦
٢	الأزواج مرتفعو الصلابة قدامى المتزوجين	١٠٥,٣
٣	الزوجات مرتفعات الصلابة حديثات الزواج	١٠٤,٧
٤	الأزواج منخفضو الصلابة حديثو الزواج	١٠٤,٥
٥	الأزواج مرتفعو الصلابة حديثو الزواج	١٠٣,٢
٦	الأزواج منخفضو الصلابة قدامى المتزوجين	١٠٢,٦
٧	الزوجات منخفضات الصلابة حديثات الزواج	١٠٢,٥
٨	الزوجات منخفضات الصلابة قدامى المتزوجات	٩٣,٠

ويبدو أن هناك بعض العوامل المرتبطة بالصلابة النفسية تجعل الزوجين يضعان خططا واقعية ويتخذان خطوات لتطبيق هذه الخطط وتنفيذها ، بالإضافة الى الثقة في قدراتهما الشخصية على إدارة انفعالاتهما عند مواجهة مشكلات الزواج ، خاصة إذا أخذنا في الاعتبار أن جميع بنود قائمة خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية بأبعاده الأربعة كلها في الاتجاه الإيجابي أى جودة وفعالية تلك الخطط .

وبهذا تكون قد عرضنا للنتائج بشكل مفصل وحاولنا مناقشتها في ضوء بعض نتائج البحوث السابقة سواء المتفقة ام المتعارضة معها .

وبعد إلقاء نظرة عامة إجمالية على نتائج البحث الراهن ومقارنتها بالأهداف التي أجرى من أجلها ؛ تقترح الباحثة الشكل التالي لتفسير العلاقة بين المتغيرات الثلاثة موضع البحث ، ولن كانت بحاجة إلى مزيد من التأكيد منها على عينات أكبر :



شكل (٤) تصور مقترح من الباحثة للعلاقة بين المتغيرات الثلاثة موضع البحث

بهذا تكون الدراسة الراهنة قد حققت بعض أهدافها التي أجريت من أجلها ، وتكون كذلك قد وضعت بعض الملاحظات لإجراء مزيد من الدراسات المستقبلية في هذا المجال ؛ مثل دراسة بعض المتغيرات المعدلة الأخرى مثل مستوى تعليم الزوجين ، ومتغير عمل المرأة ، والذكاء الوجداني وغيرها من المتغيرات المهمة في التأثير على مستوى التوافق الزواجي . والاهتمام بالإعداد الجيد والتأهيل المناسب لجميع العاملين في مكاتب الاستشارات الزوجية وإطلاعهم على الجديد في هذا المجال ،

ومحاولة تصميم برامج للتدريب على الصلابة النفسية ، مما يساعد الأفراد على خفض التأثيرات السلبية للأحداث الضاغطة ، وزيادة تحملهم للمصاعب وتدريبهم على استخدام أساليب ايجابية في التعامل وطرح حلول بديلة عند مواجهة المواقف الصعبة . وكذلك إيجاد طريقة لإحداث التكامل بين النتائج والمعلومات التي توفرها البحوث العلمية وتلك الموجودة في مؤسسات المجتمع الأخرى كحاكم الأسرة ومراكز الاستشارات الزوجية ، وذلك حتى يمكن الاستفادة القصوى منها .

أهمية البحث :

أولاً : الأهمية النظرية :

- ١- تأتي أهمية البحث الراهن من تصديده لدراسة متغير الصلابة النفسية التي تعتبر من المصادر النفسية الواقية التي تجعل الفرد أكثر فعالية .
- ٢- دراسة العلاقة بين الصلابة النفسية ومدة الزواج وخطط الحفاظ على الحياة الزوجية في مراحل متتالية من دورة الحياة الزوجية تلقي الضوء على هذه المتغيرات .
- ٣- تصميم أداة تتناسب مع الثقافة المصرية يمكن من خلالها قياس خطط الحفاظ على استمرار الحياة الزوجية.
- ٤- توفير بيانات علمية تنطلق منها البرامج الإرشادية والوقائية في هذا المجال.

ثانياً : الأهمية التطبيقية :

- ١- الحاجة إلى معرفة سبل استمرار الزواج الناجح خاصة في ظل المتغيرات الحالية التي تؤثر بالسلب على العلاقات الزوجية ، ومعرفة المعايير والأسس الموضوعية التي قد تسهم في نجاح الزواج واستمرار جودته . كما أن دراسة الموضوع الحالي يمكن أن تقيد في مجال الإرشاد الزوجي.
 - ٢- يمكن لنتائج هذا البحث أن تساعد في توعية المقبلين على الزواج ، وكذلك تصميم برامج تدريبية لحدیثی الزواج .
 - ٣- نتوقع أن نشر نتائج البحث الراهن قد تقيد عددا كبيرا من الأسر لمساعدتهم على فهم مشكلاتهم والوعى بها ، وبالتالي التعامل مع العواقب المترتبة عليها .
 - ٤- إن الصحة النفسية لأفراد الأسرة تتحدد بمدى نجاح الزواج واستمراره ، ولاشك أن العلاقة الزوجية المتوافقة تحقق التفاعل الإيجابي بين جميع أفراد الأسرة .
 - ٥- محاولة تدريب الأزواج والزوجات على إتقان المهارات والخطط الفعالة التي تمكنهم من الحفاظ على استمرار الزواج الناجح . و توجيه الانتباه الى ما أطلقت عليه عزة عبد الكريم (٢٠١٢) عملية التنشئة الزوجية ، وهي أن يقوم كل زوج بخفض السلوكيات غير المرغوبة في الطرف الآخر ؛ بهدف تحقيق التوافق وبالتالي يعدل كل شريك من سلوكه تجاه الآخر ، وبالتالي يستمر التفاعل الإيجابي بينهما .
- والخلاصة أنه لا توجد خطة بعينها تلائم جميع المتزوجين ، وبالتالي لا توجد طريقة جيدة وأخرى سيئة في التعامل مع ما يواجهه الزوجان ، لكن هناك حلول ملائمة وأخرى غير ملائمة . فالزواج علاقة ليس بها رئيس ومرووس ، بل هدفه المودة والرحمة وأن يسكن كل من الزوجين إلى الآخر وأن يشبع حاجاته معه ، فالزواج جماعة من اثنين تختلف في دينامياتها عن أى جماعة صغيرة أخرى ، كما أن**

العلاقات الزوجية تختلف عن العلاقات الأخرى ، حيث أنها شديدة الحميمية وشديدة الخصوصية ، مما يتطلب من الزوجين التضحية المتبادلة ، والتخلي عن العناد.

المراجع

أولاً : مراجع باللغة العربية

- العيافي ، أحمد عبد الله (٢٠١٢) . الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، جامعة أم القرى .
- النحال ، أحمد عودة (٢٠٠٩) . العلاقة بين كل من الصلابة النفسية ووجهة الضبط وبعض سمات الشخصية لدى طلبة الثانوي العام فى محافظات غزة ، رسالة ماجستير (غير منشورة) معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة .
- راصع ، إشراق (٢٠١٣) . الفروق بين الذكور والإناث فى خطط مواجهة الضغوط ، حوليات مركز البحوث والدراسات النفسية، الحولية التاسعة ، الرسالة ١٣ ، ديسمبر
- عطية ، أشرف (٢٠١١) . الصمود الأكاديمي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلاب التعليم المفتوح ، دراسات نفسية ، ٢١ (٤) ، ٥٧١-٦٢١ .
- محمد ، الحسين بن حسن (٢٠١٢) . الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية التربية جامعة أم القرى
- محمد ، الصديق (٢٠١٢) الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط لدى الطلاب الليبيين ، رسالة دكتوراه (غير منشورة) ، كلية الآداب ، جامعة المنصورة .
- المغربى ، الطاهرة (٢٠١٤) . ارتقاء القدرة على حل المشكلات الاجتماعية لدى المراهقين والراشدين ، مجلة كلية الآداب ، جامعة القاهرة ، ٧٤ ، (٧) ، ٧١-١٢٥ .
- الطاهرة المغربى (٢٠١٠) . نوعية الحياة وعلاقتها بخطط مواجهة المشكلات لدى عينة من المتزوجات، حوليات مركز البحوث والدراسات النفسية ، الحولية السادسة، الرسالة ٩
- الكتاب الاحصائى السنوى (٢٠١٤) . الجهاز المركزى للتعبئة العامة والاحصاء ، القاهرة .
- فايق ، أميرة ، و الصبوة ، محمد نجيب (٢٠١٣) . بعض متغيرات القابلية للتغيير الإيجابى والقابلية للتقبل العاطفى المنبئة بنجاح العلاقة الزوجية لدى الأزواج المنفصلين عاطفياً ، المجلة المصرية لعلم النفس الاكلينيكي والإرشادى ، ١ ، (٤) ، ٦١٣-٦٥٨ .
- الشبول ، أيمن (٢٠١٠) . المتغيرات الاجتماعية والثقافية لظاهرة الطلاق : دراسة انثروبولوجية، مجلة جامعة دمشق ، ٢٦ (٣) ، ٦٤٧-٧٠٥ .
- منصور ، إيناس (٢٠٠٨) . فاعلية برنامج لتنمية الصلابة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة ، رسالة دكتوراه (غير منشورة) ، معهد الدراسات والبحوث التربوية ، جامعة القاهرة .

- عمارة ، بثينة (٢٠٠٠) . كيف تحقق السعادة لنفسك ولمن حولك بالأساليب العلمية ، دار الأمين للطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة .
- حنفى ، تغريد (٢٠٠٧) . المناخ الأسرى وعلاقته بالصلابة النفسية لدى المراهقين من الجنسين ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، معهد الدراسات والبحوث التربوية ، جامعة القاهرة .
- عادل ، تهيد (٢٠١١) . العلاقة بين الصلابة النفسية والضغط لدى طلبة الجامعة ، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية ، جامعة الموصل ، ١١ (١) ، ٢٨-٥٦ .
- جولدشتاين وبروكس (٢٠١١) . الصمود النفسى لدى الأطفال ، ترجمة : صفاء الأعرس ، القاهرة : المركز القومى للترجمة .
- حمزة ، جيهان (٢٠٠٢) . دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات فى إدراك المشقة والتعايش معها لدى الراشدين من الجنسين ، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية الآداب ، جامعة القاهرة .
- المالك ، حصة و نوفل ، ربيع (٢٠٠٦) . العلاقات الأسرية ، الرياض : دار الزهراء للنشر والتوزيع
- الدقوشى ، حليلة (٢٠١٣) . دور الدمج الأكاديمي فى تحسين بعض مؤشرات الصحة النفسية لدى المعاقين بصريا ، رسالة دكتوراه (غير منشورة) كلية الآداب ، جامعة القاهرة .
- ياسين ، حمدى ، الكندرى ، أحمد (١٩٩٦) سيكولوجية الأسرة العربية ، الطبعة الأولى ، الكويت : العدلية ، دار النشر غير مبين .
- عبد الوهاب ، خالد (٢٠٠٦) مدى فعالية برنامج علاجى فى تعديل أساليب التعامل مع المواقف الضاغطة لدى عينة من مرضى الإدمان، دراسات عربية فى علم النفس، ٥ (١) ، ٧٩-١٤٤ .
- العبدلي ، خالد محمد (٢٠١٢) . الصلابة النفسية و علاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، جامعة أم القرى .
- جولمان ، دانيل (٢٠٠٠) . الذكاء العاطفى ، (ترجمة) لىلى الجبالى ، الكويت :عالم المعرفة، العدد ٢٦٢ .
- عبد الستار ، رشا (٢٠١٣) . القبول - الرفض الوالدى وعلاقته بالسعادة والصمود النفسى كعوامل واقية ، رسالة دكتوراه (غير منشورة) كلية الاداب ، جامعة حلوان .
- الخفاجى ، زينب (٢٠١٣) الذكاء الوجدانى والصلابة النفسية وعلاقتهاما بالإنتهاك النفسى للمعلمين والمعلمات ، مجلة علم النفس ، ٢٦ (٩٦) ، ٨٠-١٠٥ .

- محمد ، زينب (٢٠١٣) . الصلابة النفسية وعلاقتها بمعنى الحياة فى ضوء التفكير الإيجابى لدى عينة من طلاب الجامعة ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية التربية ، جامعة أسوان .
- المفرجى ، سالم و الشهري ، عبد الله (٢٠٠٨) . الصلابة النفسية والأمن النفسى لدى عينة من الطلاب ، مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الإنسانية، جامعة المنيا، عدد ١٩ .
- ربيع ، سحر (٢٠١٢) . بعض المحددات النفسية الاجتماعية للسعادة الزوجية لدى عينة من الأزواج والزوجات. رسالة ماجستير (غير منشورة) جامعة القاهرة، كلية الآداب.
- على ، سليمان وسعيد ، خديجة (٢٠١١) . الكدر الزوجى وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى المتزوجين ، مجلة دراسات الأسرة ، معهد دراسات الأسرة ، جامعة أم درمان ، ٢ (٢) ، ٣-١ .
- أبو غزالة ، سميرة (٢٠٠٨) . فاعلية الإرشاد بالواقع في تحسين التوافق الزوجي. دراسات نفسية ، ١٨ (٢) ، ٣٣٣-٣٧٠ .
- حسن ، شروق (٢٠١٣) . الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغيرات وسيطة فى العلاقة بين الضغوط والأعراض السيكوسوماتية لدى العاملين فى الصناعة، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية الآداب، جامعة حلوان.
- عزت ، شيماء و نصرى ، إيمان (٢٠١٤) . الصمود والمساندة والضغوط كمنبئات بالانتحار لدى طلبة الجامعة ، المجلة المصرية لعلم النفس الاكلينكى والارشادى ، ٢ (٤) ، ٥٥٧-٦٠٢ .
- إسماعيل ، صفاء (١٩٩٩) . صورة كل من الجنسين لدى الآخر من منظور دورى الزوج والزميل لدى طلبة وطالبات الجامعة، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية الآداب ، جامعة القاهرة ، غير منشورة .
- إسماعيل ، صفاء (٢٠٠٤) . بعض المتغيرات النفسية الاجتماعية المرتبطة بالاختلالات الزوجية ، رسالة دكتوراه ، (منشورة) كلية الآداب ، جامعة القاهرة .
- إسماعيل ، صفاء (٢٠٠٨) . الاختلالات الزوجية: الأسباب والعواقب والوقاية والعلاج. القاهرة : إيتراك للطباعة والنشر والتوزيع.
- إسماعيل ، صفاء (٢٠١٢) . الذكاء الوجدانى لدى الزوجات وعلاقته بالاستقرار الاسرى، دراسات عربية فى علم النفس ، ١١ (٣) ، ٤٦٩-٤٩٩ .
- عفيفى ، صفاء (٢٠١١) نمذجة العلاقات السببية لبنية الصمود المعرفى الموجهة للعمليات المعرفية لطلاب الدبلوم العام فى التربية، المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٢١ (٧٢) ، ٢١٧-٢٩٠ .
- فرج ، صفوت (١٩٨٠) ، القياس النفسى ، القاهرة: دار الفكر العربى

- شوقي ، طريف و عبد الله ، محمد حسن (١٩٩٩) . توكيد الذات والتوافق الزوجي ، دراسة ميدانية على عينة من الأزواج المصريين ، فى : المجلة العربية للعلوم الإنسانية ١٧ (٦٧) ، ٢١٣-١٧٨ .
- عبد العظيم ، طه (٢٠٠٧) . سيكولوجية العنف العائلى والمدرسى ، الاسكندرية : دار الجامعة الجديدة .
- ناصر ، عائشة (٢٠٠٤) . التواصل غير اللفظى بين الزوجين وعلاقته بسمات الشخصية والتوافق الزوجي ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، معهد البحوث التربوية ، جامعة القاهرة .
- المنشاوى ، عادل (٢٠٠٦) . التنبؤ بالتناؤل والتشاؤم فى ضوء بعض المتغيرات النفسية ، مجلة التربية المعاصرة (٧٤) ، ٦١-١ .
- الأشول ، عادل عز الدين (١٩٨٩) . استبيان التوافق الزوجي ، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية .
- سعيد ، عبد الحميد (٢٠١٠) . الصلابة النفسية والشعور بالأمل والضغط النفسية كمنبئات للنجاح الأكاديمي ، مجلة دراسات الخليج والجزيرة العربية ، ٣٦ (١٣٧) .
- الغريب ، عبد العزيز ، الطائفي ، عبده (٢٠٠٨) . الاستشارات الأسرية ، الرياض : مكتبة الملك فهد الوطنية .
- السهلي ، عبد الله (٢٠١٠) . أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى الشباب ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية التربية ، جامعة أم القرى .
- عبد الجابر ، عبد المرید (٢٠١٤) . علاقة تقدير الذات بأساليب مواجهة الضغوط لدى عينة من المتزوجات والمتأخرات فى سن الزواج ، ، حوليات مركز البحوث والدراسات النفسية ، الحولية العاشرة ، الرسالة ١٠ .
- أنور ، عبير (٢٠٠٢) . ارتقاء خطط التذكر المستخدمة فى مواقف الحياة اليومية ، رسالة دكتوراه (غير منشورة) ، كلية الآداب ، جامعة القاهرة ، غير منشورة .
- صديق ، عزة (٢٠١٤) . الفروق بين الزوجات الأقل تعرضا للعنف مقابل الأكثر تعرضا له فى الخصال السلبية للشخصية ، حوليات مركز البحوث والدراسات النفسية ، الحولية ١٠ ، الرسالة ٣ .
- صديق ، عزة (٢٠٠٣) . الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها ، رسالة دكتوراه (غير منشورة) ، قسم علم النفس ، كلية الآداب ، جامعة حلوان .

- عبد الكريم ، عزة (٢٠١٢) . دور توكيد الذات والتسامح بين الأزواج فى التنبؤ بالغضب لدى عينة من الأزواج والزوجات ، حوليات مركز البحوث والدراسات النفسية ، الحولية الثامنة ، الرسالة ٢٣ .
- جعيع ، عفاف والحديبي ، مصطفى (٢٠١٤) . الشعور بالانتماء فى ضوء بعض المتغيرات لدى الطلاب معلمى ذوى الاحتياجات الخاصة وعلاقته بالصلابة النفسية ، حوليات مركز البحوث والدراسات النفسية ، الحولية العاشرة ، الرسالة ٢ .
- كفاى ، علاء الدين (١٩٩٩) . علاج التفاعلات الأسرية، مجلة علم النفس ، ١٣ (٥٠) ، ٣٩-٢٠ .
- مخيمر ، عماد (١٩٩٦) . إدراك القبول والرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة ، دراسات نفسية ، ٦(٢) ، ٢٧٥-٢٩٩ .
- مخيمر ، عماد (١٩٩٧) . الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، ٧ (١٧) ، ١٣٨-١٠٣ .
- مخيمر ، عماد (٢٠٠٢) . مقياس الصلابة النفسية ، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- المشعان ، عويد (٢٠١١) . علاقة الصلابة النفسية بالشكاوى البدنية والأمل والانبساط لدى الموظفين ، مجلة العلوم الاجتماعية ، ٣٩ (٣) ، ٨٢-٤٩ .
- المشعان ، عويد (٢٠١٠) . الصلابة النفسية والأمل وعلاقتهم بالشكاوى البدنية والعصابية لدى طلبة وطالبات جامعة الكويت، دراسات نفسية، ٢٠ (٤) ، ٦٦٥-٦٨٩ .
- عبد الفتاح ، غريب (بدون تاريخ) . نمذجة العلاقة السببية بين التحصيل ومفهوم الذات والاكتئاب دراسة التأثيرات المباشرة وغير المباشرة ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، ٣٩(١٧) ، ٣٩-٨ .
- قنصوة ، فاتن (٢٠١٣) . دور الصمود وخطط التعايش في التنبؤ باضطراب ضغوط ما بعد الصدمة لدى عينة من المغتصبات ، المجلة المصرية لعلم النفس الاكلينكى والإرشادى ، ١ (٢) ، ٢٣٧-٢٧٧ .
- أبو حطب ، فؤاد و صادق ، آمال (١٩٩١) . مناهج البحث وطرق التحليل الاحصائى في العلوم النفسية، القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية .
- مرسى ، كمال (١٩٩١) . العلاقة الزوجية والصحة النفسية فى الإسلام وعلم النفس ، الكويت : دار القلم .

- حمادة ، لولوة ، عبد اللطيف ، حسن (٢٠٠٢) . الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة، دراسات نفسية ، ١٢ (٢) ، ٢٢٩ - ٢٧٢ .
- العارف ، ليلي (٢٠١٤) . برنامج تكاملي لتنمية مهارات التواصل اللفظي وغير اللفظي بين الزوجين حديثي الزواج، رسالة دكتوراه (غير منشورة) ، كلية البنات جامعة عين شمس .
- تكلا ، ليلي (٢٠٠٦) . محاكم الأسرة ، (ط ٣) ، القاهرة : المجلس الأعلى للثقافة .
- جرجس ، مارجريت (٢٠١٢) . الذكاء الوجداني لدى حديثي الزواج وعلاقته بكل من مهارات التواصل والتفاوض والأسلوب المعرفي ، رسالة دكتوراه ، (غير منشورة) كلية الآداب جامعة المنصورة
- عبد السلام ، محمد أحمد (١٩٨٢) . القياس النفسي والتربوي ، القاهرة : مكتبة النهضة المصرية.
- الخطيب ، محمد (٢٠٠٧) . تقييم عوامل مرونة الأنا لدى الشباب الفلسطيني في مواجهة الأحداث الصادمة ، مجلة الجامعة الإسلامية ، ١٥ (٢) ، ١٠٥١-١٠٨٨ .
- البحيري ، محمد رزق (٢٠١١) . فاعلية برنامج إرشادي لتحسين الصلابة النفسية ، حوليات مركز البحوث النفسية ، الحولية السابعة ، الرسالة ١٤ .
- زعتر ، محمد عاطف رشاد (٢٠٠٠) ، الخصال الشخصية والتنبؤ بالتوافق الزواجي لدى الشباب ، دراسات نفسية ، ١٠ (٣) ، ٣٩٨ - ٤٤٣ .
- عبد الموجود ، محمد (٢٠١٤) . الكفاءة الذاتية الصحية والمساندة الوجدانية و ارادة الحياة وعلاقتهم بالصلابة النفسية لدي مرضى الأورام السرطانية، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية الآداب ، جامعة جنوب الوادي .
- الصبوة ، محمد نجيب و فايق ، أميرة (٢٠١٤) . الفروق بين الأزواج والزوجات المنفصلين وغير المنفصلين عاطفيا في بعض متغيرات القابلية للتغيير الإيجابي والقابلية للتقبل العاطفي المنبئة بنجاح العلاقة الزوجية ، المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي ، ٢ (٢) ، ١٩٣-٢٢٢ .
- غلاب ، محمود (٢٠٠٢) . العلاقة بين ضغوط العمل وكل من الرضا الزواجي والقلق والاكتئاب لدى عينة من الأزواج والزوجات ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، ١٢ (٣٧) ، ٢٤٣-٣٠٢ .
- الهادي ، مروة (٢٠٠٩) . الأمن النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى المراهقين ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق .
- عبد الله ، معتز وخليفة عبد اللطيف (٢٠٠٠) . علم النفس الاجتماعي ، القاهرة : دار غريب للطباعة والنشر .

- طه ، منال عبد النعيم (٢٠١٣) . الصمود النفسى وعلاقته بخطط المواجهة ودرجة التعرض للضغوط لدى طلاب الجامعة ، حوليات مركز البحوث والدراسات النفسية ، الحولية التاسعة ، الرسالة ٣ .
- حافظ ، منى حسن (٢٠١٠) . الحاجات التوافقية والنزاعات الزوجية فى الأسر حديثة التكوين، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية الخدمة الاجتماعية ، جامعة حلوان .
- ناجليرى ، لوجوف (٢٠١١) . الصمود النفسى لدى الأطفال ، (ترجمة) : صفاء الأعرس ، القاهرة : المركز القومى للترجمة .
- دخان ، نبيل و الحجار ، بشير (٢٠٠٦) . الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم، مجلة الجامعة الإسلامية، ١٤ (٢) ، ٣٦٩ - ٣٩٨ .
- عبد الرقيب ، نبيلة (٢٠١٤) . المقاومة النفسية كمتغير معدل للعلاقة بين الأحداث الضاغطة والمشكلات السلوكية لدى أطفال الشوارع ، رسالة دكتوراه (غير منشورة) ، كلية الآداب جامعة القاهرة .
- منصور ، نصره (٢٠١٢) . الذكاء الوجدانى والحب بين الزوجين كمنبئين بالرضا الزوجى ، رسالة دكتوراه (غير منشورة) ، كلية الآداب جامعة القاهرة .
- محمود ، هبة (٢٠١٤) . الصمود النفسى كمتغير معدل للعلاقة بين الاحتراق النفسى والرضا الزوجى ، المجلة المصرية لعلم النفس الاكلينيكي والإرشادى ، ٢ (٤) ، ٤٧٥-٥٢٥ .
- أبو العينين ، هناء (٢٠١١) . الصلابة النفسية للوالدين وعلاقتها بالأمن النفسى لدى الأطفال، رسالة دكتوراه (غير منشورة) ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس .
- ياسر ، هند (٢٠١٦) . الأفكار الآلية كعملية وسيطة في علاقتها بالقلق والاكتئاب لدى الراشدين المدخنين وغير المدخنين من الجنسين ، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية الآداب، جامعة القاهرة .
- إبراهيم ، هويدا (٢٠١٢) . الصلابة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات ، رسالة ماجستير ، (غير منشورة) كلية التربية ، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا .
- حنفى ، هويدة (٢٠١٢) . الصلابة النفسية وإدارة الذات وعلاقتها بالصحة النفسية والنجاح الأكاديمى في ضوء بعض المتغيرات ، دراسات عربية في علم النفس ، ١١(٣) ، ٥٤١ - ٦١٨ .
- دمرجى ، وجدى (٢٠٠٧) . الاتصال داخل العلاقة الزوجية ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية الآداب والعلوم الإنسانية ، جامعة أبو بكر بلقايد .

- شعبان ، يحيى (٢٠١٢) . المرونة وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى الطلبة ، رسالة ماجستير ، (غير منشورة) كلية التربية ، جامعة الأزهر .
- الحري ، يوسف نهير (٢٠١٣) . العوامل الاجتماعية المرتبطة بظاهرة الطلاق بين حديثي الزواج ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية الدراسات العليا ، جامعة نايف العربية .

References

ثانيا : مراجع باللغة الانجليزية

- Azar , I., Vasudeva , P., Abdallah ,A., (2006), Relationships Between Quality of Life , Hardiness , Self Efficacy and Self Esteem Amongst Employed Married Women ,Iran psychiatry ,1,104-111.
- Bano,S., Ahmed , B., Khan ,F., Iqbal ,N., Aleem , S., (2013) , Attachment Styles , Depression & Emotional Stability in Relation to Marital Satisfaction Among Couples , Delhi Psychiatry Journal , 16,2,355-361.
- Barling ,J.,(1986), Inter-Role Conflict and Marital Functioning Amongst Employed Fathers ,Journal of Occupational Behavior ,7 , 1-8
- Baron, R., Kenny ,D., (1986). The Moderator Variable Distinction in Social Psychological Research , Journal of Personality & Social Psychology , 51,(6) 1173-1183.
- Barton , p.,(2008), Hardiness & Resilience Available in : [http://www. Hardiness & Resilience. com](http://www.Hardiness & Resilience.com)
- Baxter , L .,Dindia , K . ,(1995) , Marital Partners' Perceptions of Marital Maintenance Strategies , Journal of Social & Personal Relationships , 7 , 187 - 208 .
- Beck , A . (1989) ، Love is Never Enough , **How Couples Can Overcome Misunderstandings , Resolve Conflicts , and Solve Relationship Problems , Through Cognitive Therapy** , Perennial Library , New York: Harper & Row Publishers.
- Brogan , A., Lambert , N., Fincham , D., Dewall,C., (2012) ,The Virtue of Problem Solving : Perceived Partner Virtues as Predictors of Problem Solving Efficacy , Personal Relationships , 1-13.

- Canary ,D., Stafford ,L., Semic ,B., (2002) A Panel Study of the Associations Between Maintenance Strategies & Relational Characteristics ,**Journal of Marriage & Family**, 64 (2) ,395-407.
- Canary , D., Stafford ,L., Hause , K., Wallace , L., (1993) , An Inductive Analysis of Relational Maintenance Strategies : Comparisons Among Lovers ,Relatives , Friends , **Communication Research Reports** ,June ,10 (1), 5-14.
- Chan , D., (2000) Dimensionality of Resilience and Its Role in the Stress – Distress Relationships Among Chinese Adolescents . **Journal of Youth and Adolescents** , 29,2,147-161.
- Clements , R., Swensen , C., (2000), Commitments to One's Spouse as a Predictor of Marital Quality Among Older Couples , **Current Psychology** , 19,2,110-119.
- Cole ,M., Field , H., (2004) , Student Learning Motivation and Psychological Hardiness ,**Academy of Management Learning & Education** , 3 ,(1), 64-85.
- Dew , J., Wilcox , B., (2013) Generosity & The Maintenance of Marital Quality ,**Journal of Marriage & The Family** , 75 , 1218-1228
- Fincham , F., Paleari, F., Regalia, C., (2002) , Forgiveness in Marriage : The Role of Relationships Quality , Attributions and Empathy , **Journal of, Personal Relations** ,9,27-37.
- Fisby, N, Butterfield , M.,Dillow, R., Martin ,M., Weber ,D.,(2012),Face & Resistance in Divorce : The Impact on Emotions , Stress and Post Divorce Relations ,**Journal of Personal Relations**, 29,(6) 715-735
- Florain , V., Mikulincer , M., Taubman ,O.,(1995) Does Hardiness Contribute to Mental Health During a Stressful Real Life Situation? The Roles of Appraisal and Coping , **Journal of Personality and Social Psychology** , .68, (4),687-695.

- Gottman , J ., Levenson , R .(1992), Marital Processes Predictive of Later Dissolution : Behaviors , Physiology , and Health , **Journal of Personality and Social Psychology** , 63,(2) , 221 – 233 .
- Grieco,C., (2002) ,Emotional Intelligence Level of Commitment and Network of Social Support as Predictors of Marital Satisfaction , **Dissertation Abstract International** : 62,(2),163-179.
- Hampel , P., Petermann ,F., (2006) , Perceived Stress , Coping , and Adjustment in Adolescents , **Journal of Adolescent Health** , 38 , (4) , 409-415.
- Healthier , L., Danny , A., Amie, E., (2011). Longitudinal Evaluation of The Relationship Between Maladaptive Trauma Coping & Distress : Examination Following the Mass Shooting at Virginia Tech , **Anxiety , Stress,& Coping** , 24,(3) ,273-290.
- Inke,A., Femke,M., Arielle,M.,Elizabeth,C.,(2006), Resistance: The Impact ,**Dutch Knowledge & Advice Center for Post-Disaster psychosocial Care** , 1-26.
- Johnson , M., Cohan,C., Davila,J., Lawrence ,E., Rogge , R., Karney , B., Sullivan , K., (2005) , Problem Solving Skills & Affective Expressions as Predictors of Change in Marital Satisfaction , **Journal of Consulting & Clinical Psychology** , 73,(1),15-27.
- Kobasa.S& Ruccetti, M. (1993) ; Personality and Social Recourses in Stress Resistance, **Journal of Personality & Social Psychology** 45 ,(4) , 839 ;850.
- Kobasa ,S.,Maddi,S.,kahn, s.(1982), Hardiness and Health. A Prospective Study. **Journal of Personality & Social Psychology**, 42,168-177.
- Kobasa ,S.,(1982). Commitment and Coping Stress Resistance Among Lowers , **Journal of Personality & Social Psychology**, 4 ,(4) , 707-717.

- Kobasa, S., Maddi, S., Ruccetti, M.C & Zola, M.A., (1985) Effectiveness of Hardiness, Exercise and Social Support as Resources Against Illness, **Journal of Psychosomatic Research**, 29, 525-533.
- Kulik, L., Klein, D., (2010) , Swimming Against the Tide : Characteristics of Muslim- Arab woman in Israel who intimated Divorce , **Journal of Community Psychology** , 38,(7),918-931.
- Lambert, V,A, Lambert, C,E & Yamse, H, (2003). Psychological Hardiness, Workplace and Related Stress Reduction Strategies, **Journal of Nursing & Health Sciences**, 5,181-184.
- Maddi , S.R., (1999) ,The Personality Construct of Hardiness , **Journal of Consulting Psychology , Practice & Research** , 51, (2) , 83-94 .
- Maddi. S.R. (2007). Hardiness: An Operationalization of Existential Courage, **Journal of Humanistic Psychology** 44(3), 279-298.
- Mason , L., (2003) , **Does the Building Healthy Relationships Course Address the Needs of Couples ?** Thesis of Master, Faculty of Arts, Trinity Western University .
- Mellon , S., & Northouse , L., (2001). Family Survivorship and Quality of Live Following a Cancer Diagnosis , **Research in Nursing and Health** , 24 , (6) , 446-459 .
- Nancy , R., Pamela,A., Jacqueline , B.,(2008) Resistance & Coping Strategies in Adolescents ,**Pediatric Nursing** , 20, (10),32-36.
- Northouse , L., & et al (2002). Quality of Life Woman With Recurrent Breast Cancer and Their Family Members , **American Society of Clinical Oncology**, (42) , 214 - 226.
- Oggins ,J., Veroff,J.,& Leber , D., (1993) , Perceptions of Marital Interaction Among Black & White Newlyweds , **Journal of Personality & Social Psychology** , 65,(3),494-511.
- Orathinkal , J., (2006) The Effect of Forgiveness on Marital Relationship in Relation to Marital Stability , **Contemporary Family Therapy** , 28,251-260.

- Pietrzak,H., Johnson , J., Goldstien ,M., Malley , J.,& Southwick,S. (2009) , Psychological Resistance and Post Deployment , Social Support Protect Against Traumatic Stress and Depressive Symptoms in Soliders Returning Room Operations Enduring Freedom & Iraqi Freedom, **Depression & Anxiety**, 26,745-751.
- Rasi, H., Moula ,A., Puddephatt ,A.& Timpk ,T., (2013), Empowering Newly Marrid Woman in Iran : A New Model of Social Work Intervention , **Qualitative Social Work** , 12 , (6) , 765-781.
- Rauer,A.,& Volling ,B. (2005), The Role of Husbands and Wives Emotional Expressivity in The Marital Relationship , **Sex Roles**, 52 ,(9) ,577-587.
- Rice, J.,(2005),Divorce Couples , In: **Handbook of Couples Therapy** , Chapter 23, New York : John Wiley & Sons Inc.
- Richardson , G.,(2002) The Meta Theory of Resistance ,**Journal of Clinical Psychology** , 58,307-321.
- Snape , J., and Miller , D., (2008) , A Challenge of Living : Understanding The Psychosocial Process of The Child During Primary Secondary Transition Through Resilience and Self Steem Theories , **Educational Psychological Review** , 20,217-236.
- Spett , M., (2004) Join Gottman , Proposes Revolutionary New form of Couples Therapy ,Available In : **www.NJACT**.
- Srivastava,K.,(2011) , Positive Mental Health and Its Relationship With Resistance , **Indian Psychiatry Journal**, 20,(2),75-76
- WWW.Islamonline.com
- Wodzimirz , O., and Agnieszka,L., (2011) Emotional Reactivity Coping Style and Cancer Trauma Symptoms , **Archaeology of Medical Science** .,1,(10) ,110-116.
- Worchel,S., Cooper , J.,and Goethals,G., (1991), **Understanding Social Psychology** ,(5th ed.) California : Brooks – Cole Publishing Company .

- Yeung , D., Fung , H.,and Kam , C., (2012) , Age Differences in Problem Solving Strategies , **Personality & Individual Differences** , 53,38–43.
- Zika , S., and Chamberlain , K., (1987) , Relation of Hassles and Personality to Subjective Well-Being , **Journal of Personality & Social Psychology** ,53,(1) ,155–162.

**Psychological Hardiness as a Moderator Variable for The
Relationship Between Duration of Marriage and
Maintenance Strategies of Marital Life Among Couples**

Dr. Safaa E. Morsy

Dept. Psychology–Cairo University

Abstract.

The present study aimed to explore the Role of Hardiness as a Moderator Variable of the Relation Between Marital Duration and the strategies Which couples use to Maintain their Marital life . The sample consisted of (184) person (92 husbands and their wives) with mean age of wives = 35.71 ± 11.37 years , and 40.77 ± 12.52 years for husbands . Using two main questionnaires , the first is Psychological Hardiness prepared by Emad Mokhemar , and the second is Maintaining strategies of marital life prepared by the present researcher, The results revealed that there are significant correlations between Hardiness & all kinds of strategies (cognitive , emotional , behavioral , & social), there are also differences between higher and lower Hardiness in strategies towards the higher , But there is not any differences between newlywed & the eldest in strategies except emotional strategies . These results were discussed in terms of the theoretical framework and previous studies , and also were discussed in terms of the past literature at the same field .