وزارة التعليـم العـالي والبحـث العلمـي
جامعة سعيدة – الدكتور مولاي الطاهر
كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية
قسم علم النفس وعلوم التربية
شعبة علم النفس

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر ل.م.د في تخصص علم النفس العيادي بعنوان:

"الأفكار اللاعقلانية والتوافق الزواجي لدى حديثي الزواج"

دراسة عيادية على أربع حالات بمدينة سعيدة

من إعداد الطالبة:
طاقين نور الهدى

تحت إشراف الأستاذة:
د. عيساوي أمينة

أعضاء لجنة المناقشة

أ.د. بن عامر زكية.....جامعة سعيدة الدكتور مولاي الطاهر (رئيسا)
أ.د. عريس نصر الدين..... جامعة سعيدة الدكتور مولاي الطاهر (مناقشا)
د. عيساوي أمينة..... جامعة سعيدة الدكتور مولاي الطاهر (مشرفا)

السنة الجامعية
2026/2025

شكر

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات، وبفضله وتوفيقه تتذلل الصعاب وتتحقق الغايات، والصلاة والسلام على المبعوث رحمة للعالمين، سيدنا محمد وعلى آله وصحبه ومن تبع هداه إلى يوم الدين.

أتقدم بأسمى آيات الشكر والعرفان، وأجمل عبارات التقدير والامتنان، إلى الأستاذة المشرفة الفاضلة د. **عيساوي أمينة**، التي غمرتني بجميل علمها وسديد توجيهها، وكانت لي خير سند وموجّه طوال فترة إنجاز هذا البحث، فجزيل الشكر لها على سعة صدرها وتفانيها. كما يمتد شكري الخالص إلى الأساتذة الأفاضل أعضاء لجنة المناقشة الموقرة، لتفضلهم بقبول تقييم هذا العمل وإثرائه بملاحظاتهم السديدة التي تزيد من قيمته العلمية.

وعميق الامتنان والتقدير أتوجه به إلى **العالمات الأربع** كل باسمها الذين كانوا الركيزة الأساسية لهذا العمل؛ فأشكرهم على ثقتهم، وصبرهم، وتعاونهم الصادق الذي فتح لي أبواب البحث العلمي، فلولا نبل تعاونهم ما كان لهذه الدراسة أن ترى النور.

كما أرفع أسمى عبارات الوفاء إلى عائلتي الكريمة على رأسهم رفيق دربي و زوجي، نبع العطاء وملاذ الأمان، الذين كانوا دائمًا خلفي بالدعوات الصادقة والدعم اللامحدود، وتحملوا معي مشاق الطريق، فكانوا لي القوة والدافع للتفوق والنجاح.

إلى خيرة صديقتي و أصدقاء الدفعة وزملائي الأوفياء، شركاء الدرب ورفقاء السهر والكفاح، أقدم لكم أرق كلمات الشكر على طيب زمالتكم وتجشيعكم المستمر، وروح الإخاء التي جمعتنا في مقاعد العلم، فكنتم نعم السند ونعم الإخوة.

وفي الختام، أتوجه بالشكر الجزيل لكل من مدّ لي يد العون، وترك أثرًا طيبًا، وسهّل لي خطوة في سبيل إتمام هذا العمل وإخراجه في أفضل صورة.

فالحمد لله أولاً وأخيراً.

إهداء

إلى تلك الروح التي تعبت بصمت، وقاومت دون أن تطلب التصفيق، وسقطت مرات لكنها في كل مرة كانت تقف من جديد .إلى نفسي التي لم تكن الطريق أمامها سهلة، لكنها اختارت أن تكمل رغم كل شيء، وأن تؤمن بأن القادم أجمل حتى في أصعب اللحظات .أهديكِ هذا الوصول، ليس لأنه نهاية الطريق، بل لأنه دليل أنكِ استطعتِ أن تكملي جزءًا مهمًا منه .كوني فخورة بكِ، وارفقي بنفسك أكثر... فأنتِ تستحقين ذلك.

إلى مَن أحملُ اسمَه بكل فخر، ومَن خطّ لي في دروب الحياة أولى الخطوات، إلى نبع العطاء الذي لم ينضب يوماً، وسند عمري (أبي العزيز).

إلى حضني الدافئ، وملاذي الآمن، مَن كانت دعواتها في جوف الليل بلسمًا يداوي تعبي، ومصباحًا ينير عتمة طريقي، إلى سرّ نجاحي ونبض قلبي. (أمي الغالية).

إلى شريك العمر ورفيق الدرب :إلى مَن غمرني بحبه وحنانه و ذلل لي العقبات و سهل لي الصعوبات. (زوجي).

إلى الذين تقاسمت معهم دفء البيت وذكريات العمر، إلى مَن هم لي في الدنيا عون وسند، إخوتي . هبة فاطمة الزهراء ، سيد احمد، طيبه عبد المجيد و علي .

الى من كان لهنّ في قلبي مكان الأم والحنان والدعم، إلى من ساندنني بكلماتهن، واحتوينني بمحبتهن، (خالاتي)

الى من احتوتني باهتمامها و عطفها ، و خففت عني المشقات، امي الثانية . (ام زوجي)

الى كل من عائلتي عباس و طاقين .

✍... نور الهدى

ملخص الدراسة:

تحمل الدراسة الحالية عنوان "**الأفكار اللاعقلانية والتوافق الزواجي لدى حديثي الزواج**"، والتي هدفت إلى **الكشف عما إذا كانت الأفكار اللاعقلانية تساهم في انخفاض مستوى التوافق الزواجي لدى حديثي الزواج، والتعرف على أكثر هذه الأفكار انتشاراً لديهم.**

وانطلقت دراستنا من الإشكالية التالية: **هل تساهم الأفكار اللاعقلانية في انخفاض مستوى التوافق الزواجي لدى حديثي الزواج؟**

ومنه صغنا الفرضية التالية: **تساهم الأفكار اللاعقلانية في انخفاض مستوى التوافق الزواجي لدى حديثي الزواج.**

وللتحقق من صحة الفرضية تم الاعتماد على المنهج العيادي الذي يهتم بالدراسة المعمقة للحالة الفردية، واستخدمنا من خلاله مجموعة من الأدوات، والتي تمثلت في الملاحظة، المقابلة العيادية بالاعتماد على دليل مقابلة، ومقياس **الأفكار اللاعقلانية لسليمان الريحاني، ومقياس التوافق الزواجي للعادلي.**

أُجريت الدراسة على أربعة حالات تتراوح أعمارهم ما بين **(22 و26 سنة** والمدة الزمنية لزواجهم لا تتجاوز 4 سنوات**)**، وأسفرت نتائج الدراسة أن الفرضية القائلة بأن الأفكار اللاعقلانية تساهم في خفض مستوى التوافق الزواجي لدى حديثي الزواج قد نُفيت لدى ثلاث حالات، وتأكدت الفرضية لدى الحالة الرابعة أي أن الأفكار اللاعقلانية تساهم في الخفض من مستوى التوافق الزواجي لدى حديثي الزواج.

الكلمات المفتاحية: الأفكار اللاعقلانية، التوافق الزواجي، الأزواج حديثي الزواج.

Summary:

The current study is entitled **"Irrational Ideas and Marital Adjustment Among Newlyweds"**, which aimed to **uncover whether irrational ideas contribute to a decrease in the level of marital adjustment among newlyweds, and to identify the most prevalent of these ideas among them**.

OUR study stemmed from the following problematic: **Do irrational ideas contribute to lowering the level of marital adjustment among newlyweds?**

From this, we formulated the following hypothesis: **Irrational ideas contribute to lowering the level of marital adjustment among newlyweds**.

To verify the validity of the hypothesis, the clinical method was adopted, which focuses on the in-depth study of individual cases. Through this method, we used a set of tools represented in observation, the semi-structured interview based on an interview guide, **Sulaiman Al-Rihani's Irrational Ideas Scale, and the Marital Adjustment Scale**.

The study was conducted on four cases whose ages ranged between **(They are 22 and 26 years old, and the duration of their marriage does not exceed 4 years)**. The study findings revealed that the hypothesis stating **Irrational ideas contribute to lowering the level of marital adjustment among newlyweds** was not supported in three cases. However, the hypothesis was confirmed in the fourth case, indicating that irrational ideas contributed to a decrease in the level of marital adjustment among newly married.

Keywords: Irrational Ideas and Marital Adjustment, newlyweds **couples**.

.

الـفـهـرس:

المحتويات	الصفحة
شكر و تقدير	أ
الإهداء	ب
ملخص الدراسة بالعربية	ت
ملخص الدراسة بالانجليزية	ث
فهرس المحتويات	ج
فهرس الجداول	خ
المقدمة	1
الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة.	
تمهيد	5
1- الدراسات السابقة	5
2- الإطار النظري	21
3- إشكالية الدراسة	49
4- فرضية الدراسة	51
5- المفاهيم الإجرائية	51
6- أسباب اختيار الموضوع	51
7- أهمية الدراسة	53
8- هدف الدراسة	54
9- صعوبات الدراسة	54
خلاصة	55
الفصل الثاني : الإجراءات المنهجية للدراسـة	

تمهيد	56
1- الدراسة الإستطلاعية	56
1-1- مكان الدراسة الإستطلاعية	56
1-2- مدة الدراسة الإستطلاعية	57
1-3- حالات الدراسة الإستطلاعية	57
1-4- أدوات الدراسة الإستطلاعية	57
1-5- نتائج الدراسة الإستطلاعية	63
2- الدراسة الأساسية	64
2-1- ميدان و مدة الدراسة الأساسية	64
2-2- حالات الدراسة الأساسية	64
2-3- منهج و أدوات الدراسة الأساسية	65
خلاصة	70
الفصل الثالث:عرض ومناقشة نتائج الدراسة	
تمهيد	71
1- عرض نتائج الدراسة	71
1-1- عرض نتائج الحالة الأولى	71
1-2- عرض نتائج الحالة الثانية	78
1-3- عرض نتائج الحالة الثالثة	87
1-4- عرض نتائج الحالة الرابعة	95
2- مناقشة نتائج الدراسة	105
خلاصة	108

الخاتمة	110
التوصيات وآفاق الدراسة	112
قائمة المراجع	114
قائمة الملاحق	120

فهرس الجداول:

الرقم	عنوان الجداول	الصفحة
الجدول (01)	يضم الأفكار العقلانية والأفكار اللاعقلانية	37
الجدول (02)	يوضح مجموعة الحالات محل الدراسة الاستطلاعية	58
الجدول (03)	يوضح عبارات مقياس الأفكار اللاعقلانية ومضمونها الموجبة والسالبة	59
الجدول (04)	يوضح مفتاح تصحيح مقياس الأفكار اللاعقلانية	61
الجدول (05)	يوضح نتائج تفريغ مقياس الأفكار اللاعقلانية لكل حالة	63
الجدول رقم (06)	يوضح ملخص المقابلات	66
جدول رقم (07)	يبين نتائج اختبار "ت" لمقارنة متوسطي التوافق الزواجي عند المجموعتين المتطرفتين في العينة الاستطلاعية	68
الجدول (08)	قيم معامل ثبات الاتساق الداخلي لمقياس التوافق الزواجي وأبعاده	69
الجدول (09)	معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس التوافق الزواجي (ن=30)	70

المقدمة:

تعتبر الأسرة اللبنة الأساسية في بناء المجتمع، فهي الإطار الذي ينشأ فيه الفرد ويتعلم داخله مختلف أنماط السلوك والتفاعل والتفكير، كما تُعدّ المصدر الأول لإشباع الحاجات النفسية والانفعالية والاجتماعية. ومن بين أهم العلاقات التي تقوم داخل هذا النسق الأسري نجد العلاقة الزوجية التي تُعد من أعمق العلاقات الإنسانية وأكثرها تأثيرًا في استقرار الفرد النفسي والاجتماعي، إذ تقوم على المشاركة والتفاهم والتعاون بين الزوجين من أجل بناء حياة مشتركة يسودها الحب والاحترام والرحمة. وقد أكد الدين الإسلامي على أهمية الزواج باعتباره علاقة قائمة على السكن النفسي والاستقرار العاطفي، قال تعالى: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً﴾ (سورة الروم، الآية 21)، وهو ما يعكس القيمة النفسية والاجتماعية الكبيرة لهذه العلاقة في حياة الإنسان.

ورغم ما يحمله الزواج من معاني الاستقرار والأمان، إلا أنّ الحياة الزوجية لا تخلو من الصعوبات والمشكلات الناتجة عن اختلاف الشخصيات وأنماط التنشئة الأسرية وطرق التفكير والتعامل مع المواقف المختلفة، خاصة في السنوات الأولى من الزواج التي تُعد مرحلة حساسة وحاسمة في تحديد طبيعة العلاقة بين الزوجين. ففي هذه الفترة يحاول كل طرف التكيف مع مسؤولياته الجديدة وفهم الطرف الآخر والتأقلم مع عاداته وأفكاره وطريقة تعبيره عن مشاعره، الأمر الذي قد يخلق نوعا من الصراع أو سوء التفاهم إذا لم تكن هناك قدرة على الحوار والتواصل والتقبل المتبادل.

وتشير العديد من الدراسات النفسية إلى أنّ نجاح العلاقة الزوجية لا يرتبط فقط بالعوامل المادية أو الاجتماعية، بل يتأثر كذلك بعوامل نفسية ومعرفية تلعب دورا مهما في تشكيل طريقة إدراك الفرد للأحداث وتفسيره لسلوك الشريك. ومن أبرز هذه العوامل الأفكار اللاعقلانية، وهي مجموعة من المعتقدات غير المنطقية التي يتبناها الفرد اتجاه نفسه أو اتجاه الآخرين أو الحياة بشكل عام، والتي تؤدي إلى ظهور انفعالات سلبية وسلوكيات غير

متكيفة. وقد اهتم "ألبرت أليس" بهذه الأفكار من خلال نظريته العقلانية الانفعالية السلوكية، حيث يرى أن الإنسان لا يتأثر بالأحداث مباشرة، وإنما بطريقة تفسيره لهذه الأحداث، فحين تكون أفكاره غير عقلانية يصبح أكثر عرضة للقلق والغضب والإحباط والتوتر.

وفي إطار الحياة الزوجية، قد تظهر هذه الأفكار في شكل توقعات مثالية وغير واقعية حول الزواج أو حول الشريك، كأن يعتقد أحد الزوجين أن الطرف الآخر يجب أن يفهمه دائما دون الحاجة إلى التعبير، أو أن الزواج الناجح هو الذي يخلو تماما من المشكلات والخلافات، أو أن قيمة الفرد تتحدد بمدى رضا الآخرين عنه. كما قد تظهر أفكار تتعلق بالمبالغة في طلب الحب والاهتمام أو الخوف الشديد من الرفض والفشل، وهي كلها أفكار قد تؤثر سلبا في طبيعة العلاقة الزوجية وقد تجعل الفرد أكثر حساسية اتجاه المواقف اليومية وأكثر ميلا إلى سوء الفهم والتوتر الانفعالي.

ويُعدّ التوافق الزواجي من المفاهيم الأساسية في علم النفس الأسري، إذ يشير إلى مدى قدرة الزوجين على تحقيق الانسجام والتفاهم والتكيف المشترك في مختلف جوانب الحياة الزوجية، سواء من الناحية الانفعالية أو الاجتماعية أو الفكرية أو الأسرية. كما يعكس التوافق الزواجي قدرة الزوجين على إدارة الخلافات والتعبير عن المشاعر بطريقة صحية، بالإضافة إلى الشعور بالأمان والرضا داخل العلاقة. غير أن هذا التوافق قد يتأثر بعدة عوامل، من بينها طريقة التفكير والمعتقدات التي يحملها كل من الزوجين، حيث إن تبني أفكار غير عقلانية قد يؤدي إلى تضخيم المشكلات وتفسير سلوكيات الشريك بشكل سلبي، مما قد ينعكس على جودة العلاقة واستقرارها.

وتزداد أهمية دراسة التوافق الزواجي لدى المتزوجين حديثا، باعتبار أن السنوات الأولى من الزواج تُشكّل المرحلة التي تُبنى خلالها أسس العلاقة وأنماط التواصل بين الزوجين، كما أنها الفترة التي يظهر فيها أثر الخلفيات الأسرية والتوقعات المسبقة حول الحياة الزوجية. وفي هذه المرحلة تحديدا قد يجد بعض الأزواج صعوبة في التكيف مع المسؤوليات الجديدة أو في تحقيق التوازن بين حاجاتهم الشخصية ومتطلبات الحياة

المشتركة، الأمر الذي قد يؤدي إلى ظهور العديد من الخلافات والمشكلات الزوجية، خاصة إذا كانت الأفكار اللاعقلانية حاضرة بقوة في طريقة تفكير أحد الطرفين أو كليهما.

ومن خلال الملاحظة الميدانية والاطلاع على بعض الدراسات السابقة، يُلاحظ أن العديد من المشكلات الزوجية لا تكون مرتبطة فقط بالظروف الخارجية، بل بطريقة تفسير الزوجين لهذه الظروف وكيفية تعاملهما معها نفسيا وانفعاليا. فبعض الأزواج قد ينظرون إلى الخلافات الزوجية باعتبارها دليلا على فشل العلاقة، بينما يراها آخرون أمرا طبيعيا يمكن تجاوزه بالحوار والتفاهم. كما أن بعض الأفراد يربطون سعادتهم بشكل كامل برضا الشريك أو بمدى اهتمامه، الأمر الذي يجعلهم أكثر عرضة للشعور بالإحباط والتوتر عند حدوث أي تقصير أو خلاف.

وانطلاقا من ذلك، جاءت هذه الدراسة من أجل محاولة الكشف عن الأفكار اللاعقلانية والتوافق الزواجي لدى المتزوجين الذين لا تتجاوز مدة زواجهم أكثر من أربع سنوات، والكشف عن طبيعة تأثير أنماط التفكير غير العقلاني في استقرار الحياة الزوجية ومستوى الانسجام بين الزوجين. وذلك بهدف الإسهام في إثراء الجانب النظري المتعلق بعلم النفس، وفتح المجال أمام مساعدة الأزواج على تعديل أفكارهم السلبية وبناء علاقات زوجية أكثر توازنا واستقرارا.

بحيث تنقسم الدراسة إلى ثلاثة فصول، جاء الأول منها تحت عنوان **مدخل إلى الدراسة** الذي سنحاول فيه الإلمام بكل من الدراسات السابقة، الإطار النظري، إشكالية الدراسة، فرضية الدراسة، المفاهيم الإجرائية، أسباب اختيار موضوع الدراسة، أهمية الدراسة، هدف الدراسة وصعوبات الدراسة.

أما عن الفصل الثاني سيكون بعنوان **الإجراءات المنهجية للدراسة**، ويكون البدأ بالدراسة الاستطلاعية أين نوضح فيها العناصر التالية: مكان الدراسة الاستطلاعية، مدة الدراسة الاستطلاعية، حالات الدراسة الاستطلاعية، أدوات الدراسة الاستطلاعية، نتائج

الدراسة الاستطلاعية، بعدها نعرض الدراسة الأساسية، ميدان ومدة الدراسة الأساسية، حالات الدراسة ومواصفاتها ومنهج وأدوات الدراسة الأساسية.

والفصل الثالث والأخير الخاص بعرض الحالات ومناقشة النتائج، ونقوم فيه بعرض ومناقشة نتائج الحالات الأربع محل الدراسة.

الفصل الأول

مدخل إلى الدراسة

تمهيد:

1 – الدراسات السابقة.

2 – الإطار النظري.

3 – إشكالية الدراسة.

4 – فرضية الدراسة.

5 – المفاهيم الإجرائية.

6 – أسباب اختيار موضوع الدراسة.

7 – أهمية الدراسة.

8 – هدف الدراسة.

9– صعوبات الدراسة.

خلاصة:

تمهيد:

يعتبر هذا الفصل مدخلا للدراسة بحيث سيتم التطرق فيه إلى مجموعة الدراسات السابقة التي تناولت المتغيرات المرتبطة بالدراسة، بالإضافة إلى عرض الجانب النظري لهذه المتغيرات ومختلف الأدبيات الخاصة بها، وعلى هذا الأساس سيتم بناء الإشكالية، صياغة الفرضية، ذكر مختلف الأسباب التي قادتنا إلى اختيار مضوع هذا البحث، أهميته والهدف من الدراسة.

1- <u>الدراسات السابقة:</u>

يُعدّ فصل مدخل الدراسة التمهيد النظري لأي دراسة علمية وركيزة أساسية لا غنى عنها، فهو بمثابة الخريطة التي توجه الباحث نحو فهم شامل ومتكامل لموضوع البحث وتطوره عبر الزمن.

تنطلق أهمية هذا المدخل من كونه يحدد الإطار العام للمشكلة المطروحة، ويستعرض الجهود البحثية السابقة التي تناولت جوانب مختلفة من الظاهرة المدروسة. بحيث إنّ استعراض الأدبيات والدراسات السابقة ليس مجرد سرد تاريخي، بل هو عملية تحليل نقدي تهدف إلى تسليط الضوء على ما تم إنجازه في الميدان وما يتطلب المزيد من البحث والاستكشاف.

في هذا السياق، تتيح لنا المراجعة المتأنية للأبحاث السابقة بناء أساس متين للدراسة الحالية. علاوة على ذلك، تساعدنا هذه المراجعة في تبني الأطر النظرية الملائمة وتحديد المنهجيات الأكثر فعالية التي استخدمها الباحثون الآخرون. ومن خلال الاستناد إلى هذا التراكم المعرفي، تسعى هذه الدراسة إلى تقديم إضافة نوعية في مجال علم النفس، ومن بين الدراسات السابقة التي تم الاطلاع عليها حول متغيرات دراستنا ما يلي:

1-1- دراسة جميلة بن الغويني، علي بوخلخال، محمد تهامي (2024):

بعنوان "**معايير اختيار الشريك وعلاقتها بالتوافق الزواجي**"، جاءت هذه الدراسة للكشف عن العلاقة بين معايير الاختيار الزواجي والتوافق الزواجي لدى عينة من النساء

المتزوجات بولاية الأغواط، وتم استخدام استبيان من اعداد الباحثين على عينة مكونة من 130 امرأة متزوجة تم اختيارهم بطريقة قصدية، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أنه:

- يؤثر المعيار الشكلي في اختيار الشريك على التوافق الزواجي.
- يؤثر المعيار المادي في اختبار الشريك على التوافق الزواجي.
- يؤثر المعيار الاجتماعي في اختيار الشريك على التوافق الزواجي.

1-2- دراسة إيمان لعفيفي، لمنور معروف (2021):

بعنوان "**بعض العوامل المؤثرة في تحقيق التوافق الزواجي**" والتي تهدف إلى التعرف على مستوى التوافق الزواجي، ومدى تأثره بعاملي مدة الزواج وطريقة الاختيار الزواجي، ولتحقيق هذه الأهداف اختار الباحثان عينة غير عشوائية مكونة من 770 فردا: 385 متزوجا، 385 متزوجة من ولاية سطيف، ليطبق عليهم مقياس التوافق الزواجي لغراهام سبانييه (1976) بعد التأكد من صدقه وثباته، بالاعتماد على المنهج الإحصائي، ومما أسفرت عنه هذه الدراسة: وجود مستوى متوسط من التوافق الزواجي لدى أفراد الدراسة، وجود اختلاف دال إحصائيا بين متوسطات درجات الأفراد في التوافق الزواجي لصالح مجموعة المتزوجين الذين مدة زواجهم من عام إلى سبعة سنوات، بينما لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الأفراد في التوافق الزواجي تعزى لطريقة الاختيار الزواجي.

1-3- دراسة خليل أبو جراد وشيرين عمر نعيم (2021):

تحت عنوان: "**أساليب المعاملة الزوجية وعلاقتها بالتوافق الزواجي لدى الزوجات المعنفات في محافظة شمال غزة**" كان الهدف من هذه الدراسة معرفة أساليب المعاملة الزواجية الأكثر استخداما من قبل الزوجة المعنفة، والمساهمة في التوافق الزواجي والكشف عن وجود فروق لعينة الزوجات المعنفات في استخدامهن لأساليب التعامل الزوجي باختلاف مدة الزواج ومستوى التوافق الزوجي. حيث استخدم الباحثان المنهج

الارتباطي الوصفي والمنهج العيادي، وقدرت عينة الدراسة بـ 70 زوجة تعاني العنف من طرف زوجها ولازالت في بيت الزوجية، وتم تطبيق عليهن استبيان أساليب التعامل واستبيان التوافق الزواجي واختبار (TAT). توصلت النتائج إلى أنه يوجد اختلاف في استخدام الزوجات المعنفات لأساليب التعامل (حل المشكل، الانفعال والمساندة الاجتماعية) تبعا لمستوى التوافق الزواجي لصالح منخفضات التوافق الزواجي.

1-4- دراسة ليلى بافلح (2020):

تحت عنوان "**الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالتواصل الزواجي – دراسة على عينة من المتزوجين من المجتمع الإباضي بورقلة**"، التي جاءت بهدف الكشف عن العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والتواصل الزواجي لدى عينة البحث، وأيضا إلى الكشف عن مستوى الأفكار اللاعقلانية، والفروق في الأفكار اللاعقلانية وفق وسيطين (الجنس والمستوى التعليمي)، وقد تم الاعتماد في هذه الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي باختيار عينة تكونت من 10 متزوجين من المجتمع الإباضي بورقلة، واستخدمت الطالبة أداتان لجمع المعلومات هما: مقياس الأفكار اللاعقلانية المعد في الدراسة ومقياس التواصل الزواجي للوك، وكانت النتائج المتحصل عليها كما يلي:

– توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الأفكار اللاعقلانية والتواصل الزواجي لدى أفراد عينة الدراسة.

– نسبة أفراد عينة الدراسة الذين يعانون من الأفكار اللاعقلانية المرتفعة بلغت (27.12%)، وهي نسبة أدنى من أفراد عينة متوسطي الأفكار اللاعقلانية (57.97%) وأعلى من نسبة منخفضي الأفكار اللاعقلانية (14.89%).

– لا توجد فروق في الأفكار اللاعقلانية لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس.

– توجد فروق في الأفكار اللاعقلانية لدى أفراد عينة الدراسة تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

1-5- دراسة مليكة بكير (2020):

تناولت الدراسة "**الصحة النفسية وعلاقتها بالتوافق الزواجي لدى المدرسات المتزوجات في مرحلة التعليم المتوسط والثانوي بالجزائر**"، هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى وجود علاقة بين الصحة النفسية والتوافق الزواجي لدى المدرسات المتزوجات في مرحلة التعليم المتوسط والثانوي، ومعرفة مستوى الصحة النفسية والتوافق الزواجي لديهم، والكشف عن الفروق في الصحة النفسية والتوافق الزواجي بين المدرسات المتزوجات حسب سنوات الخبرة، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي لتحقيق أهداف الدراسة، وتكونت عينة الدراسة من 06 مدرسات متزوجة من مرحلتي التعليم المتوسط والثانوي، وتمثلت أداة الدراسة في استخدام مقياس الصحة النفسية ومقياس التوافق الزواجي، حيث أسفرت نتائج الدراسة أنه لا توجد علاقة ارتباطية بين الصحة النفسية والتوافق الزواجي لدى أفراد العينة، كما أظهرت النتائج على وجود مستوى مرتفع من الصحة النفسية والتوافق الزواجي، كما أظهرت أنه لا توجد فروق في مستوى الصحة النفسية والتوافق الزواجي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير سنوات الخبرة.

1-6- دراسة وفاء خالد إبراهيم (2019):

بعنوان "**معايير اختيار الشريك وعلاقتها بالتوافق الزواجي**"، والتي هدفت إلى معرفة العلاقة بين معايير اختيار الشريك والتوافق الزواجي وتمثلت عينتها في عدد من المتزوجين العاملين في مدارس مديرية رام الله والبيرة، وشملت (245) معلما ومعلمة، ومن أجل تحقيق هدف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، واستخدمت أداة قياس معايير اختيار الشريك ومقياس التوافق الزواجي لجمع البيانات وفق المنهج الوصفي الارتباطي، ومن أبرز نتائجها هي أن أكثر المعايير ارتباطا بالتوافق الزواجي هو الجانب الاقتصادي يليه الجانب الصحي والبدني، يليه الجانب الديني والقيمي، يليه الجانب النفسي والاجتماعي.

1-7- دراسة منى السيد عبد الحميد (2018):

بعنوان "**الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالتوافق الزواجي لدى الزوجات المترددات على محاكم الأسرة**"، كان الهدف منها تحديد العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وبعض المتغيرات (القدرة على التوافق العاطفي بين الزوجين، القدرة على إشباع الحاجات النفسية، القدرة على إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين والقدرة على مواجهة المشكلات)، بحيث كانت الدراسة وصفية اعتمدت فيها الباحثة على المسح الاجتماعي بطريقة العينة، وأجريت الدراسة على عينة قدرت بـ 139 من الزوجات المترددات على محاكم الأسرة بمصر محافظة الأسوان، مستخدمة قائمة إليس للأفكار اللاعقلانية ومقياس الأفكار اللاعقلانية لهوبز ولاين، جاءت النتائج كالتالي:

- توجد علاقة دالة إحصائيا بين الأفكار اللاعقلانية والقدرة على التوافق العاطفي بين الزوجين.
- توجد علاقة دالة إحصائيا بين الأفكار اللاعقلانية والقدرة في إقامة العلاقة الحميمة.
- توجد علاقة دالة إحصائيا بين الأفكار اللاعقلانية والقدرة على إقامة العلاقات الاجتماعية مع الآخرين.
- توجد علاقة دالة إحصائيا بين الأفكار اللاعقلانية والقدرة في الإنفاق على الأسرة.

1-8- دراسة عمر الشواشرة وهبة عبد الرحمن (2018):

بعنوان "**الانفصال العاطفي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين**"، جاءت هذه الدراسة للكشف عن مستوى الانفصال العاطفي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين، تكونت عينة الدراسة من (242) من الأفراد المتزوجين، حيث تم اختيارهم بالطريقة المتيسرة من جامعة اليرموق الأردن، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس الانفصال العاطفي المطور لهذه الغاية ومقياس الأفكار اللاعقلانية، أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الانفصال العاطفي ومستوى الأفكار اللاعقلانية جاء ضمن "المستوى المنخفض"، وأظهرت النتائج أن أبرز الأفكار اللاعقلانية كانت في مجال تقييم الذات

السلبي، ثم يليه العزو الداخلي للفشل، ومن ثم مجال الاعتمادية، وأخيرا مجال النزق (سرعة الغضب)، كذلك أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائيا بين مستوى الانفصال العاطفي والأفكار اللاعقلانية. وأخيراً أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قوة العلاقة الارتباطية بين الانفصال العاطفي والأفكار اللاعقلانية وفقاً لمتغيري الجنس، وعدد سنوات الزواج، بينما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية وفقا لمتغير المستوى التعليمي، ولصالح حملة درجة الماجستير فأعلى، ثم تلاه البكالوريوس.

1-9- دراسة ظافر بن محمد القحطاني (2018):

تحت عنوان: "**التوافق الزواجي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية**" الهدف من الدراسة هو التعرف على العلاقة بين التوافق الزواجي والأفكار اللاعقلانية، ومعرفة ما إذا كان هناك فروق في التوافق الزواجي تعزى لمتغير العمر عند الزواج، ومتغير مدة الزواج، ومتغير عدد الأطفال. ولتحقيق هدف الدراسة استخدم الباحث مقياس التوافق الزواجي من إعداد فرج وعبد الله (1999)، ومقياس الأفكار اللاعقلانية من أعداد سليمان الريحاني (1975)، وتم تطبيقها على عينة الدراسة التي تكونت من (301) من الرجال المتزوجين في مدينة الرياض، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي، وأشارت نتائج الدراسة إلى أنه:

- لا توجد علاقة بين درجات عينة الدراسة في مقياس الأفكار اللاعقلانية وبين درجاتهم في مقياس التوافق الزواجي.
- هناك علاقة سالبة بين الدرجة الكلية لمقياس الأفكار اللاعقلانية وبين درجات أبعاد مقياس التوافق الزواجي العلاقة الجنسية، الأمور المالية، صورة الطرف الآخر.
- عدم وجود علاقة بين الدرجة الكلية لمقياس الأفكار اللاعقلانية وبين درجات أبعاد مقياس التوافق الزواجي: (التعبير عن المشاركة الوجدانية، التجانس الفكري والقيمي، التشابه في العادات، السلام الأسري، الثقة المتبادلة، أساليب تربية الأبناء، الحرص على استمرار العلاقة، العلاقات مع أهل الطرف الآخر، الرضا عن العلاقة).

– وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة الدراسة في الدرجة الكلية لمقياس التوافق الزواجي تعود لاختلاف أعمار أفراد عينة الدراسة عند الزواج لصالح أفراد العينة الذين كانت أعمارهم أقل من 30 سنة عند الزواج.

– وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة الدراسة في الدرجة الكلية لمقياس التوافق الزواجي تعود لاختلاف مدة زواج أفراد عينة الدراسة لصالح أفراد العينة الذين مدة زواجهم من 20 سنة فأكثر.

– عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة الدراسة في الدرجة الكلية لمقياس التوافق الزواج تعود لاختلاف عدد أطفال عينة الدراسة.

1-10- دراسة بن السايح مسعودة (2018):

بعنوان "**الأمن النفسي وعلاقته بالتوافق الزواجي لدى عينة من العاملين بالقطاع الصحي–الأغواط**"، الهدف من الدراسة كان معرفة العلاقة بينهما والتعرف على الفروق بين العاملين في الأمن النفسي والتوافق الزواجي تبعا لمتغيري الجنس ومدة الزواج، ولتحقيق أغراض البحث تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، وتم تطبيق مقياس الأمن النفسي ومقياس التوافق الزواجي من بناء الباحثة، أجريت الدراسة على عينة قوامها (182) عامل بالقطاع الصحي بمدينة الأغواط، تم اختيارهم بطريقة قصدية، حيث توصلت الدراسة إلى وجود علاقة بين الأمن النفسي والتوافق الزواجي لدى عينة من العاملين بالقطاع الصحي بالأغواط، وعدم وجود فروق في الأمن النفسي والتوافق الزواجي تبعا للمتغيرين الوسيطين: الجنس ومدة الزواج.

1-11- دراسة خته سمية وكلثوم بلميهوب (2017):

بعنوان "**العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي للاضطرابات الزوجية**" ويتضح الهدف الأساسي لهذه الدراسة في مدى فعالية تطبيق برنامج علاجي عقلاني انفعالي على الزوجات الجزائريات في الرفع من مستوى التوافق الزواجي، تمت دراسة الحالة وفق

المنهج التجريبي بأسلوب القياس وإعادة القياس باستخدام مقياس الأفكار العقلانية وغير العقلانية للريحاني ومقياس التوافق الزواجي لغراهام سبانيه، على عينة تمثلت في حالة واحدة فقط وجاءت النتائج لتثبت أن البرنامج العلاجي العقلاني الانفعالي المطبق فعال على الزوجات في الرفع من مستوى التوافق الزواجي.

1-12- دراسة بلخير حفيظة (2016):

بعنوان "**العوامل المؤثرة على التوافق الزواجي-الجزائر**-"، جاء هذا البحث للكشف عن العوامل التي قد تؤثر على التوافق الزواجي، اعتمادا على المنهج الإحصائي ، وعلى عينة مقصودة متكونة من 152 فرد وتشمل مجموعتين (106) متزوجين (46) مطلقين. وأسفرت الدراسة على النتائج التالية:

- يجب منع تدخلات الأهل السلبية في حياة الزوجين.
- يجب تعلم مهارة الإصغاء للآخر، واللجوء للحوار كحل لمعظم الخلافات الزوجية.
- التوافق الجنسي يساهم في توطيد العلاقة الزوجية.
- احترام الحقوق الزوجية.
- قيام كل زوج بدوره ومساعدة كل طرف الطرف الآخر.

1-13- دراسة محمد خلالصي (2015):

بعنوان "**اتجاهات الأزواج نحو التوافق الزواجي-عنابة**-"، التي كان الهدف منها معرفة حقيقة التوافق الزواجي لدى أفراد العينة المتكونة من مئة وتسعة عشر (119) فردا، لقد تم استخدام المنهج الوصفي، وقام الباحث ببناء المقياس على طريقة ليكرت وتم تحليل بيانات البحث باستخدام الوسائل الإحصائية التالية: النسبة المئوية، المتوسط الحسابي، معامل بيرسون، معادلة سبيرمان براون. وقد بينت النتائج أن أفراد العينة يعيشون في توافق، وأنهم راضون عن حياتهم الزوجية، وأنه هناك اتجاهات إيجابية لدى أفراد العينة نحو أبعاد التوافق الثمانية وهي: الرضا العام عن الزواج، التواصل الوجداني،

التواصل لحل المشكلات، الحياة الجنسية، الأدوار داخل الأسرة، الجوانب المالية، العلاقة مع الأهل، تربية الأبناء.

1-14- دراسة الحسين بن حسن السيد (2015):

بعنوان "**معايير اختيار شريك الحياة وأثرها في تحقيق التوافق الزواجي**" والتي هدفت إلى التعرف على مستوى التوافق الزواجي، وطرق اختيار شريك الحياة، والمعايير الأكثر شيوعا لاختيار شريك الحياة، وتمثلت عينة الدراسة في (1000) مفردة من المجتمع السعودي تم اختيارهم بطريقة قصدية، استخدم الباحث أداة الاستبيان لجمع البيانات، ومقياس من إعداد الباحث، وفق المنهج المسحي التحليلي، وكان من أبرز نتائجها، أن معايير اختيار شريك الحياة الأكثر شيوعا هي على الترتيب: الخلق، التدين، الجمال، المكانة الاجتماعية، الوظيفة، الغنى.

1-15- دراسة خلود بنت محمد علي يوسف (2015):

تحت عنوان "**التوافق الزواجي وعلاقته بالاستقرار الأسري**"، تناولت الدراسة التوافق الزواجي وعلاقته بالاستقرار الأسري لدى عينة من المتزوجين بمدينة مكة المكرمة، حيث هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التوافق الزواجي والاستقرار الأسري لدى عينة الدراسة، والتحقق من وجود فرق بين المتوافقين زواجيا تبعا للمستوى الاقتصادي والسن والمستوى التعليمي وكذا في الاستقرار الأسري، حيث تم إجراء الدراسة على عينة مقدارها (459) زوج وزوجة منهم (132) زوجة و(462) زوج من مدينة مكة المكرمة، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن واعتمدت على أداتين هما مقياس التوافق الزواجي ومقياس الاستقرار الأسري، وأسفرت نتائج الدراسة على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التوافق الزواجي والاستقرار الأسري، كما أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق بين متوسطات درجات التوافق الزواجي تعزى لمتغير العمر، وأظهرت أنه توجد فروق في التوافق الزواجي تعزى لمتغير المستوى الاقتصادي، كما أظهرت النتائج وجود فروق في

التوافق الزواجي تعزى لمتغير المستوى التعليمي، ووجود فروق في الاستقرار الأسري لدى مرتفعي ومنخفضي التوافق الزواجي لصالح مرتفعي التوافق الزواجي.

1-16- دراسة نصراء مسلم حمد الغافري (2013):

بعنوان "**الأفكار اللاعقلانية والخوف الاجتماعي لدى طلبة كليات العلوم التطبيقية بسلطنة عمان وفق متغيرات النوع الاجتماعي والتخصص الأكاديمي**" والتي جاءت بهدف التعرف على مستوى الأفكار اللاعقلانية الأكثر انتشارا بين طلبة كليات العلوم التطبيقية، والتعرف على مستوى الشعور بالخوف الاجتماعي لدى طلبة كليات العلوم التطبيقية، والتعرف فيما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في أثر كل من انتشار الأفكار اللاعقلانية ومستوى الخوف الاجتماعي وفقا لمتغيري (النوع – التخصص)، وقد اشتمل مجتمع الدراسة على جميع طلبة كليات العلوم التطبيقية في (عبري– نزوى– الرستاق)، والبالغ عددهم (4568)، وقد تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة المتيسرة حيث بلغ عددهم (282) طالبا وطالبة، تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي في هذه الدراسة، كما تم تطوير أداة لقياس الأفكار اللاعقلانية وكذلك تم تطوير أداة لقياس الخوف الاجتماعي، وأظهرت النتائج أن درجة انتشار الأفكار اللاعقلانية بين طلبة كليات العلوم التطبيقية كانت متوسطة، بينما كانت درجة انتشار مستوى الخوف الاجتماعي بين طلبة كليات العلوم التطبيقية متوسطة، وأظهرت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية وفق متغيري النوع والتخصص مقياس في الأفكار اللاعقلانية، كما أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية وفق متغيري النوع والتخصص في مقياس الخوف الاجتماعي.

1-17- دراسة Pravin and Kalpana (2013):

بعنوان "**التوافق الزواجي وعلاقته ببعض العوامل النفسية والاجتماعية**"، حيث هدفت الدراسة إلى قياس التوافق الزواجي لدى عينة من الأزواج من مدينة جالجاون سيتي، ومعرفة الفروق بين الجنسين ذكور – إناث في مستوى التوافق الزواجي، ومعرفة

الفروق بين الأزواج حسب متغير الخبرة الزوجية، وتكونت عينة الدراسة من (30) زوج، خبرة زواجية أقل من 5 سنوات و(30) زوج خبرة زواجية أكثر من 5 سنوات، وفق المنهج الوصفي التحليلي، وتم تطبيق مقياس التوافق الزواجي من إعداد (برامود كومار وكانشان روهتجيس)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق بين الجنسين (ذكور – إناث) في مستوى التوافق الزواجي، بينما أظهرت الدراسة وجود فروق في مستوى التوافق الزواجي يعزى لمتغير الخبرة الزواجية لصالح الأزواج أكثر من 5 سنوات زواج، وهذا يدل على أنهم يتمتعون بتوافق وتكيف زواجي جيد.

1-18- دراسة شانهو انجليو وايفاكلوهمنان(2005):

بعنوان: "**Assortative Mating and Marital Quality in Newlyweds**"، هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى تأثير تجانس الزوجين في الاتجاهات والقيم، التدين، العمر، مستوى التعليم، الانفعالات الإيجابية والسلبية، العوامل الخمس الكبرى للشخصية على التوافق الزواجي لكل من الزوجين والإحساس بالكفاءة الزواجية، حيث تكونت العينة من (291) زوج وزوجة، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، مقياس لقياس الشخصية ومقياس التوافق الزواجي، وأسفرت النتائج على تشابه الزوجين في أن العوامل الشخصية لها تأثير على التوافق الزواجي أقوى من تأثير تشابههما في العوامل الأخرى، وأسفرت على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين القيم والتوافق الزواجي لدى الأزواج المتماثلين في القيم.

<u>التعقيب على الدراسات السابقة:</u>

- **من حيث العينة:**

كان هناك تباين فيما يخص العينة في مختلف الدراسات السابقة التي تم الاطلاع عليها بحيث اختلفت بعضها وتشابه البعض الآخر بحيث:

– كان الاختلاف من حيث نوع العينة فقد اعتمد بعض الباحثين على عينه من نفس الجنس في البحث كدراسة جميله بلغويني، علي بوخلخال ومحمد التهامي التي كانت تضم 130 امرأة من المتزوجات، ودراسة منى السيد عبد الحميد ضمت 130 زوجة، أما دراسة ظافر محمد القحطاني فقد اعتمدت على 301 من الرجال كعينة، ثم جاءت دراسة خته سمية فاكتفت بحالة واحدة فقط وهي امرأة.

– أما فيما يخص الدراسات الأخرى فقد جمعت بين الجنسين في الاعتماد على العينة، منها دراسة العفيفي ومعروف التي ضمت 770 فرد منهم 385 متزوج و385 متزوجة، وعينة عمر الشواشرة وهيبة عبد الرحمن فقد تمثلت في 242 من الأفراد المتزوجين دون التفصيل في عدد الرجال أو عدد النساء، على غرار عينة بلخير حفيظة التي تشابهت هي ودراسة العفيفي ومعروف في التفصيل في العينة، ولكن هذا التفصيل ليس على أساس الجنس وإنما الحالة الاجتماعية فقد ضمت 152 فرد منهم 106 متزوجين و46 مطلقين، ودراسة محمد خالصي التي لم تتطرق سوى إلى عدد أفراد العينة وهي 111 مثلها مثل عينة الحسين بن حسن، والتي جاء فيها أن عينتها تمثلت في 100 مفرده أما عينة الغافري التي ذكر فيها أنها تكونت من 282 فرد منهم طلاب و طالبات أما دراسة وفاء خالد إبراهيم فشملت 245 معلما ومعلمة من المتزوجين.

– وعندما نتحدث على حجم العينة فيتضح جليا أنه هنالك تباين واضح بين الدراسات في عدد العينات وذلك راجع لاختلاف المناهج المتبعة في كل دراسة.

– هناك عينات ذات حالات خاصة حيث شملت بعض الدراسات فئات محددة مثل المطلقين (دراسة بلخير حفيظة)، أو الزوجات المعنفات (دراسة خليل أبو جراد)، أو المترددات على محاكم الأسرة.

– كما تجدر الإشارة أنه من ناحية حجم العينة فهناك دراسات اعتمدت على عدد كبير كما ذكرنا سابقا، في حين هناك من اعتمدت على حالة واحدة فقط (امرأة واحدة) لتطبيق برنامج علاجي مثل دراسة خته سمية.

– أما فيما يخص طريقة اختيار العينة فقد تراوحت الطرق بين القصدية، والمتيسرة.

- **من حيث المنهج:**

اتسمت الدراسات بتنوع المناهج العلمية المستخدمة بما يتوافق مع أهداف كل بحث، وقد اتفقت معظم الدراسات على اتخاذ المنهج الوصفي الارتباطي كمنهج للدراسة، وهو المنهج الأكثر شيوعا في معظم الدراسات للكشف عن العلاقة بين المتغيرات (مثل دراسات: بن الغويني، بافلح، بكير، القحطاني، ووفاء إبراهيم)، على غرار بعض الدراسات الأخرى التي اعتمدت على المنهج العيادي حيث تم الجمع بينه وبين المنهج الوصفي في دراسة خليل أبو جراد للتعامل مع الزوجات المعنفات. بالنسبة للمنهج الوصفي نجد دراسة خليل أبو جراد وشيرين عمر نعيم، أما الدراسات الأخرى كدراسة الحسين بن الحسين السيد الذي اتبع منهج المسح التحليلي لإجراء دراسته، ودراسة "بن السايح مسعودة" اعتمدت المنهج الوصفي التحليلي، أما دراسة خلود بنت محمد علي يوسف فقد اتخذت من المنهج الوصفي الارتباط المقارن كأداة للدراسة. أما المنهج الشبه التجريبي فاستخدم في الدراسات التي هدفت لقياس فعالية برامج علاجية، مثل دراسة "ختة سمية" (أسلوب القياس القبلي والبعدي).

- **من حيث الأداة:**

نجد أن هنالك توافق بين جل الدراسات التي تناولت كل من المتغيرين في استعمال المقياس الخاص بكل دراسة، فنجد أن الدراسات التي تناولت الأفكار العقلانية كمتغير مستقل **أو** متغير تابع قد اتفقت باستعمال مقياس الأفكار العقلانية باختلاف مؤلفيه، واختلفت في استخدام مقياس آخر باختلاف المتغير الثاني سواء كان متغيرا تابعا أو مستقلا، فمثلا نجد دراسة ليلى بافلح التي استخدمت مقياس الأفكار العقلانية المعد من طرف الباحثه نفسها ومقياس التواصل الزواجي للوك، أما دراسة عمر الشواشرة وهبة عبد الرحمن جائت بعنوان الانفصال العاطفي وعلاقته بالأفكار العقلانية لدى المتزوجين فقد

استخدمت لتحقيق أهداف هذه الدراسة مقياس الأفكار العقلانية ومقياس الانفصال العاطفي، أما دراسة الباحثتين ختته سمية وكلثوم بلميهوب فقد استخدمت فيها مقياس الأفكار العقلانية واللاعقلانية ومقياس التوافق الزواجي مثلها مثل الدراسات التي تطرقت إلى التوافق الزواجي، فقد اتفق الباحثون في استخدام مقياس التوافق الزواجي باختلاف مؤلفيه بالإضافة إلى استعمال مقياس آخر على حسب المتغير الآخر الذي تطرقت إليه الدراسة كدراسة خلود بنت محمد علي يوسف فقد اعتمدت على مقياسين هما مقياس التوافق الزواجي ومقياس الاستقرار الأسري.

إذن اعتمد الباحثون على مجموعة من المقاييس العلمية المقننة لجمع البيانات:

– مقاييس التوافق الزواجي: اتفق جل الباحثين على استخدام مقاييس التوافق الزواجي مع اختلاف مؤلفيها، وأبرزها مقياس "غراهام سبانييه"، ومقياس "فرج وعبد الله."

– مقاييس الأفكار اللاعقلانية: تعددت الأدوات المستخدمة لقياس هذا المتغير، منها مقياس "سليمان الريحاني"، وقائمة "إليس" للأفكار اللاعقلانية، ومقاييس من إعداد الباحثين أنفسهم بعد التأكد من صدقها وثباتها (مثل دراسة بافلح والغافري).

– أدوات أخرى: استخدام الاستبيانات لجمع المعلومات الديموغرافية والمعايير، استخدام الاختبارات الإسقاطية مثل اختبار تفهم الموضوع (TAT) في المنهج العيادي، مقاييس متخصصة مثل مقياس الأمن النفسي، الصحة النفسية، والانفصال العاطفي.

- **من حيث الأهداف:**

أظهرت الدراسات السابقة تنوعا كبيرا في الأهداف، مما يغطي زوايا مختلفة لظاهرة التوافق الزواجي، ويمكن تصنيف هذه الأهداف إلى:

– أهداف كشفية ارتباطية: ركزت أغلب الدراسات على الكشف عن طبيعة العلاقة بين التوافق الزواجي ومتغيرات أخرى مثل: الأفكار اللاعقلانية (دراسة ليلى بافلح، 2020؛ دراسة ظافر القحطاني، 2018؛ دراسة منى عبد الحميد، 2018)، معايير اختيار الشريك

(دراسة جميلة بن الغويني وآخرون، 2024؛ دراسة وفاء إبراهيم، 2019؛ دراسة الحسين السيد، 2015)، الصحة النفسية والأمن النفسي (دراسة مليكة بكير، 2020؛ دراسة بن السايح مسعودة، 2018).

– أهداف تشخيصية (مستوى الظاهرة): هدفت بعض الدراسات إلى التعرف على مستوى التوافق الزواجي أو الأفكار اللاعقلانية لدى عينات محددة (مثل دراسة إيمان لعفيفي، 2021؛ دراسة نصراء الغافري، 2013).

– أهداف فارقية: سعى عدد من الباحثين للكشف عن الفروق في التوافق الزواجي بناء على متغيرات ديموغرافية مثل الجنس، مدة الزواج، المستوى التعليمي، أو عدد الأطفال (دراسة بافلح، 2020؛ دراسة القحطاني، 2018؛ دراسة بكير، 2020).

– أهداف علاجية وتدخلية: تميزت دراسة (ختة سمية وكلثوم بلميهوب، 2017) بهدف عملي تطبيقي يتمثل في قياس فعالية برنامج علاجي عقلاني انفعالي في الرفع من مستوى التوافق الزواجي.

الأهداف المذكورة في الدراسات غطت الجوانب المعرفية (الأفكار)، والاجتماعية (المعايير، المعاملة)، والنفسية (الصحة والأمن)، مما يعطي رؤية شاملة للموضوع. كما غطت الارتباط بالواقع العملي، إذ لم تقتصر الأهداف على الجانب النظري فقط، بل امتدت لتشمل فئات خاصة مثل الزوجات المعنفات (دراسة أبو جراد ونعيم، 2021) أو المترددات على محاكم الأسرة (دراسة منى عبد الحميد، 2018)، مما يعزز من القيمة التطبيقية لنتائج هذه الأبحاث.

ومن أجل تحديد الفجوات البحثية فإنه من خلال استعراض هذه الأهداف يتضح أن هناك حاجة لمزيد من الدراسات التي تجمع بين المتغيرات النفسية والاجتماعية في نموذج واحد، وهو ما يسعى البحث الحالي لتقديمه كإضافة نوعية، وأيضا التركيز على المتغيرات الوسيطة حيث ركزت العديد من الأهداف على دور المتغيرات الوسيطة (مثل

الجنس والمستوى التعليمي) في التأثير على العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والتوافق الزواجي، مما يساعد في فهم أعمق للديناميكيات الأسرية.

محل الدراسة الحالية:

من خلال تحليل للدراسات السابقة يتضح وجود تباين وإثراء في تناول متغيري الأفكار اللاعقلانية والتوافق الزواجي، حيث ركزت أغلب البحوث (مثل دراسة: بافلح، 2020؛ القحطاني، 2018) على المنهج الوصفي الارتباطي لتقصي طبيعة العلاقة بين المتغيرات لدى عينات واسعة من المتزوجين.

وبالرغم من الشمولية التي حققتها تلك الدراسات، إلا أن الدراسة الحالية تنفرد بخصوصية منهجية وموضوعية تمنحها إضافة نوعية، فعلى الصعيد الموضوعي، تحصر الدراسة الحالية مجالها في فئة (حديثي الزواج الذين لم تتجاوز مدة زواجهم 4 سنوات)، وهي مرحلة التكوين والارتقاء الزواجي التي تتشكل فيها المخططات المعرفية الأولى، وهو ما يملأ فجوة زمنية لم تركز عليها الدراسات المسحية السابقة بشكل معمق.إذ تُعدّ مرحلة التكوين والتطور الزواجي من المراحل الأساسية في الحياة الأسرية، حيث يتم خلالها بناء الأسس النفسية والمعرفية المنظمة للعلاقة بين الزوجين. ففي بداية الزواج يدخل كل طرف وهو يحمل مجموعة من التصورات والمعتقدات والتوقعات التي اكتسبها من الأسرة وعمليات التنشئة الاجتماعية والخبرات السابقة، ثم يبدأ في توظيفها داخل العلاقة الزوجية الجديدة. ومن خلال التفاعل اليومي والمواقف المختلفة تتشكل البنيات أو المخططات المعرفية التي تُوجّه طريقة إدراك كل طرف لسلوك الشريك وتفسيره للمواقف الزوجية. ويشير Aaron Beck إلى أن المخططات المعرفية تمثل أنظمة داخلية لتنظيم الخبرة ومعالجة المعلومات، حيث تؤثر في الإدراك والانفعال والسلوك. وفي السياق الزواجي، تتمثل هذه المخططات في التصورات المتعلقة بالأدوار الزوجية، والتواصل الانفعالي، وأساليب حل المشكلات، ومعايير الحب والتقدير والدعم المتبادل. كما يرى Jeffrey Young أنّ هذه المخططات قد تكون تكيفية فتساعد على تحقيق التوافق والاستقرار، أو

غير متكيفة إذا تأسست على خبرات سلبية أو حاجات نفسية غير مشبعة، مما يؤدي إلى ظهور أفكار لاعقلانية وصعوبات في العلاقة الزوجية. ومن ثمّ، فإن مرحلة التطور الزواجي لا تقتصر على الانتقال الزمني داخل العلاقة، بل تشمل عملية مستمرة من إعادة تنظيم التصورات والتوقعات والانفعالات وفق الخبرات المشتركة بين الزوجين. فإذا اتسمت العلاقة بالتفاهم والتواصل الإيجابي ساهم ذلك في تعديل المخططات السلبية وتعزيز التوافق الزواجي، أما إذا غلب سوء الفهم والصراع فإن المخططات غير المتكيفة قد تزداد رسوخًا، وهو ما ينعكس سلبًا على الاستقرار النفسي والأسري.

أما من الناحية المنهجية، فتتجاوز الدراسة الحالية حدود الوصف الكمي العام الذي غلب على التراث السابق، بتبنيها لمنهج (دراسة الحالة)، مما يتيح للباحث فرصة الغوص في البنية النفسية العميقة للحالات، وفهم كيفية تشكل الأفكار اللاعقلانية وتجلياتها السلوكية داخل التفاعل الزواجي اليومي. وبذلك، فإن المزاوجة في الدراسة الحالية بين الأدوات السيكومترية (مقياس الأفكار اللاعقلانية ومقياس التوافق الزواجي) وبين الأدوات العيادية تساهم في تقديم رؤية تفسيرية شاملة تتجاوز مجرد إثبات وجود العلاقة إلى فهم ديناميكية هذه العلاقة في سنوات الزواج الأولى، مما يعزز من القيمة التشخيصية والوقائية للبحث الحالي.

2- الإطار النظري:

التفكير يعد من أبرز السمات التي ينفرد بها الإنسان، فهو تلك العملية العقلية المعقدة التي يستخدمها الإنسان لفهم العالم المحيط به، وحل المشكلات، واتخاذ القرارات. تاريخياً، تطور ظهور التفكير البشري عبر مراحل متعددة بدأت بالمرحلة الحسية البدائية، حيث اعتمد الإنسان على حواسه المباشرة للتكيف مع بيئته. تبعتها المرحلة الخيالية أو الأسطورية، والتي حاول فيها الإنسان تفسير الظواهر الطبيعية الغامضة من خلال القوى الخارقة والأساطير. ومع تطور الحضارات، برزت المرحلة الفلسفية التأملية، التي شهدت الانتقال إلى استخدام العقل والتأمل المجرد لفهم الوجود والكون. وأخيراً، وصل التفكير إلى

ذروته في المرحلة العلمية التجريبية، التي تعتمد على المنهج العلمي المنظم والملاحظة والتجربة لاكتشاف القوانين الطبيعية، مما أدى إلى التقدم التكنولوجي والعلمي الهائل الذي نعيشه اليوم. هذا التطور المستمر يعكس التفاعل بين القدرات البيولوجية للإنسان والعوامل الاجتماعية والثقافية التي تدفع المعرفة البشرية للأمام.

يرتبط مفهوم التفكير عند الإنسان بمفهوم العقل، فالأفكار هي نتاج لإعمال العقل، إلا أن هذا لا يعني أن كل نتاج للعقل هو عقلاني بالمعنى المنطقي، فالتفكير العقلاني هو ببساطة أن تقوم أحكامنا وقراراتنا وأفعالنا على معطيات يمكن التحقق من صحتها، ولا تلونها مصالح شخصية، ولا تقيدها الآراء المسبقة، ولا توجهها المشاعر الذاتية. وعبارة "معطيات يمكن التحقق من صحتها" تعني الشيء الكثير. فهي أولا تعني مرونة التفكير العقلاني فكل ما يثبت خطؤه من معطيات يتم استبعاده واستبداله بما ثبتت صحته. وهي تعني أيضا تقبله لكل جديد من معطيات صحيحة، وكل ما يخالف هذا يقع في خانة التفكير اللاعقلاني.

تتصف الأفكار العقلانية بأنها واقعية وإيجابية ويصاحبها عواقب إنفعالية وأنماط سلوكية ملائمة ومرغوبة، تحقق للإنسان مزيدا من التوافق والصحة النفسية والسعادة فالعقلانية في التفكير تكون بطرق تسهم في تحقيق هدفين:

- المحافظة على الحياة.
- الإحساس بالسعادة النسبية والتحرر من الألم.

وحسب عبد الستار أن " التفكير السليم والعقلاني هو ذلك الذي ينسجم مع أهدافنا العامة، وقيمنا الأساسية في الحياة، ويقودنا إلى تحقيق أساليب التفكير والسعادة والفعالية الاجتماعية والإبداع والإيجابية وتعتبر المعتقدات لا منطقية عندما لا تتفق مع أي هدف أو وظيفة من الوظائف السابقة" (عبد الستار،2008، ص15).

حسب التعريفات السابقة فإن التفكير العقلاني هو ذلك النشاط الذي يتسم بالمرونة في التقبل ويهدف إلى تحقيق التوافق النفسي والسعادة والفعالية الاجتماعية.

تفاعلا وموازاة مع تطور الأفكار العقلانية تطور التفكير البشري من المرحلة الحسية إلى العلمية ضمن مسار خطي غير خال من الأفكار اللاعقلانية. ففي المرحلة الأسطورية/الخيالية، كانت اللاعقلانية هي السائدة والمحرك الرئيسي لتفسير الظواهر، حيث لجأ الإنسان إلى الأساطير والقوى الغيبية لتفسير المجهول، وهي أفكار غير منطقية بالمعايير العلمية الحديثة. حتى مع بزوغ المرحلة الفلسفية والعلمية القائمة على المنطق والتجريب، لم تختفِ الأفكار اللاعقلانية تماماً؛ بل ظلت قائمة كاستجابة للحاجة الإنسانية للأمان النفسي في مواجهة القلق الوجودي والمجهول الذي لا يستطيع العلم تفسيره بعد. هذه الأفكار تتجلى في الخرافات، والمعتقدات غير المبنية على أدلة، والانحيازات المعرفية التي لا تزال تؤثر على سلوك الإنسان المعاصر.

ظهرت جذور الأفكار اللاعقلانية منذ العصور القديمة، حيث أشار الفلاسفة اليونانيون إلى أن اضطراب السلوك ناتج عن طريقة إدراكنا للأشياء، وهو ما أكده مارك اوريل حين قال:" إن ما يحزن الإنسان ليس الحدث نفسه، بل حكمه عليه".

وواصل العلماء المسلمون هذا الفهم، حيث بين الغزالي أن تهذيب الأخلاق يبدأ بتغيير الأفكار الذاتية للفرد. وفي العصر الحديث، تناولت المدرسة التحليلية هذه المفاهيم، إذ ربط أدلر بين الانفعالات ومعتقدات الفرد، مما ألهم ألبرت إليس في تطوير نظريته. كما لاحظ ولب في المدرسة السلوكية تغيرات سلوكية نتيجة لتبدل التفكير. وفي خمسينيات القرن العشرين، بدأت النظريات المعرفية تتطور بفضل أعمال كيلي، مما مهد لظهور العلاج العقلاني الانفعالي لإليس، بالتوازي مع النظرية المعرفية لأرون بيك. مرّ إليس بمراحل فكرية متعددة، بدأها بالتحليل النفسي ثم الفرويدية الحديثة، واهتم بداية بالإرشاد الزواجي، قبل أن يتحول عام 1954 إلى تطوير منهجه الخاص في العلاج العقلي العاطفي، بعد اقتناعه بعدم كفاية الأساليب الأخرى.

على عكس التفكير العقلاني، يُعبّر عن التفكير اللاعقلاني بجمل تستخدم فيها الوجوبيات المطلقة، وهي نتاج أفكار وتعميمات وتوقعات مبنية على مزيج من الظن

والتهويل والمبالغة، وتقود إلى عدم الراحة والقلق، وتسبب المشكلات والاضطرابات النفسية، وهو يأخذ صورا عديدة يطلق عليها علماء النفس مصطلح "التشوهات الإدراكية" (Cognitive Distortions). ومن أكثر هذه الصور شيوعا: "التفكير الثنائى" (Black and White Thinking)، "الْمُبَالَغَةُ"، "التفكير العاطفى" (Emotional Thinking)، "التعميم المفرط" (Over generalizing)، "الإحساس بالعظمة" (Grandiosity)، "النظرة الضيقة" (Tunnel Vision)، و"التفكير بالتمنى" (Wishful Thinking).

يعرف التفكير اللاعقلاني حسب الشمسان منيرة (التفكير اللامنطقي، التفكير الخاطئ، التفكير اللاواقعي) بأنه: "تبني وجهات نظر عن النفس والناس والحياة، ولا يقوم عليها دليل منطقي، ولا تنسجم مع مجموعة المبادئ والمسلمات والقوانين التي يمكن التحقق منها من خلال تقديم الحجج والبراهين التي تتفق عليها العقول السليمة" (*ورد في*: العنزي، 2010، ص35).

أما الأفكار اللاعقلانية فقد اختلفت تعريفات العلماء حولها بحيث يرى Raymond DiGiuseppe وزملاؤه أن الأفكار اللاعقلانية هي معتقدات غير منطقية وجامدة يتبناها الفرد تجاه نفسه والآخرين والعالم، وتؤدي إلى اضطرابات انفعالية وسلوكية غير متكيفة (DiGiuseppe et al., 1988, p 201).

وحسب كوفين، دوزيوس، أوجنيكس وسيدز هي "الأفكار التلقائية أو الافتراضات حول الذات، وحول الأحداث الخارجية التي يتم بناؤها من خلال المعالجة غير الفاعلة للمعلومات في البيئة المحيطة، حيث تتصف هذه التشوهات المعرفية بكونها مستمرة، وتؤثر بشكل سلبي على الحالات الإنفعالية للفرد، وهي الأخطاء المعرفية أو بعض أساليب التفكير الخاطئة التي تتكون وتتشكل من عمليات معالجة المعلومات غير العقلانية التي تتضمن أفكارا مبالغ فيها وغير منطقية وسلبية" (Covin et al, 2011, p297).

تعرف الأفكار اللاعقلانية بانها كل العوامل المعرفية السلبية، التي يتبناها الفرد عند التعامل مع الآخرين أو المواقف الاجتماعية أو حتى عند تقديره لذاته. كما أنها التوقعات غير الواقعية، والتفسيرات غير الصحيحة للأحداث، حديث الذات السالب والمعتقدات الخاطئة والتقديرات المترتبة للذات وابتغاء الكمال في الأداء الإجتماعي. (الريماوي، 2001، ص142)

كما عرف عبد الرحمان وعبد الله الأفكار اللاعقلانية بأنها: "تلك المجموعة من الأفكار الخاطئة وغير الموضوعية التي تتميز بابتغاء الكمال، والاستحسان، وتعظيم الأمور المرتبطة بالذات والآخرين والشعور بالعجز والاعتمادية" (ورد في: (عبد الرحمن وعبد الله، 1994، ص88).

وأما بالنسبة لـ غنيم الأفكار اللاعقلانية تعد تلك "الأفكار غير المنطقية، وغير الواقعية، التي تتميز بعدم موضوعيتها وتكون على درجة عالية من المبالغة في تقدير الفرد لكفاءته والنظرة السلبية للذات والآخرين، والقلق الزائد على الذات وعلى مشاكل الآخرين مع الاهتمام بتعظيم وتضخيم الأمور نتيجة التكوين المعرفي للفرد وتفسيره الأحداث بما لا يتفق مع إمكانات الفرد الفعلية" (ورد في: غنيم، 2003، ص42).

كما جاءت أحمان لبنى بتعريف الأفكار اللاعقلانية بأنها: "مجموعة من الأفكار الخاطئة التي يتبناها الأفراد، والتي تمتاز بالثبات والديمومة النسبيين، هذا فضلا عن كونها تقترن بذاتية الفرد وهي غالبا ما تكون نتيجة لأساليب التفكير الخاطئة، وتعتبر الأفكار اللاعقلانية إحدى المصادر المسؤولة عن ظهور الاضطرابات النفسية" (*ورد في*: احمان،2012، ص208).

من جهته عرف إليس الأفكار اللاعقلانية بأنها "تلك الأفكار السالبة الخاطئة وغير المنطقية وغير الواقعية والتي تتسم بعدم الموضوعية، وتتأثر بالأهواء الشخصية والمبنية على توقعات وتعميمات خاطئة، وعلى مزيج من الظن والاحتمالية، والتهويل والمبالغة، والتي لا تتفق مع إمكانيات الفرد الواقعي" (*ورد في*: العنزي، 2010، ص34).

والتفكير غير المنطقي حسب آرون بيك (Aaron T.Beck) هو التفكير المبني على مقدمات خاطئة، أو ينطوي على استنتاجات غير صحيحة، أو على نتائج خاطئة مستمدة من الملاحظات أو تنطوي على مبالغة شديدة في التعميم" (*ورد في*: باترسون، 1990، ص36).

يعرف كل من عبد الرحمان وعبد الله المعتقدات اللاعقلانية بأنها "تلك المجموعة من الأفكار الخاطئة وغير الموضوعية التي تتميز بابتغاء الكمال، والاستحسان وتعظيم الأمور المرتبطة بالذات والآخرين، والشعور بالعجز والاعتمادية" (*ورد في*: عبد الله، 2001، ص20).

تشير توريس (Torres,2002) إلى أن للأفكار اللاعقلانية مجموعة من الأبعاد يمكن دمجها في ثلاثة أبعاد أساسية:

أولا: التشوهات الذاتية (Narcissistic Distortions): ويشتمل هذا البعد على توقعات الفرد الذاتية فيما يقوم به من أفعال وتصرفات، والتسرع في الإستنتاجات وعدم الإستناد إلى الأدلة والبراهين، والمبالغة والتضخيم لكل ما يقوم به الفرد من أفعال، وتبرير الفرد لكل ما يقوم به من أفعال وتصرفات، والحكم على الآخرين بناءا على ما يحمله الفرد من أفكار، فإذا إتفقوا معه في ما يحمله من أفكار يكونون أفراد جيدين، ويتمتعون بدرجات عالية من الذكاء والفطنة وإذا إختلفوا معه فهم أغبياء.

ثانيا: التشوهات المعادية للمجتمع (Antisocial Distortions): ويشتمل هذا البعد على تعميم الفرد أفكاره على كل ما يحدث معه من مواقف وأحداث والاعتماد على أن هذه الأفكار هي الأفكار الصحيحة وأن أفكار الآخرين هي الأفكار الخاطئة، وأن ما يقوم به من أفعال لا يمكن أن تؤدي إلى عواقب سلبية، والتبرير الإنفعالي لكل ما يحدث معه، مستندا على أن ما يشعر به هو نفس ما يشعر به الآخرين، وأن الأفراد الآخرين غير قادرين على مواجهة التحديات والمواقف كما يواجهها هو، وأن كل ما يحدث من مشكلات وصعوبات مصدرها الأفراد الآخرين.

ثالثا: التشوهات المتعلقة بالظروف(Distortions of Circumstances): إذ يجب أن يحصل الفرد على كل ما يريد بسهولة، وتكون الظروف مريحة ومناسبة وتوفر له الأمان، وإلا ستصبح الحياة شاقة وتعيسة، ومن المحتمل أن تؤدي الفكرة إلى انخفاض القدرة على التحمل والإحباط، الذي قد يؤدي إلى العدوان أو الاستسلام، فالأفراد الذين لديهم مثل هذه الأفكار اللاعقلانية قد يصعب عليهم تحقيق أهدافهم، لابتعادها عن الواقعية واقترابها للخيال (مصطفى, صام، 2014، ص112).

أما إذا أردنا الإشارة إلى الأسباب المؤدية إلى ظهور الأفكار اللاعقلانية فهناك مجموعة أسباب نذكر منها:

– أساليب التنشئة الوالدية السلبية: وتكون في اتجاهين إما وجود افتقار للاقة بين الوالدين والطفل للتفاعل الإيجابي، فيشعر الطفل بانهزام الذات وأنه غير قادر على مواجهة مشكلاته، وإما عن طريق الرعاية المبالغ فيها من جهة أخرى لأنها تؤدي إلى جعل الطفل لا يتعامل مع مشكلاته بنفسه.

– المستوى الثقافي والاجتماعي: إن مستويات المجتمع الاقتصادية والثقافية المتوسطة تسهم بشكل كبير في ظهور الأفكار اللاعقلانية، أما إذا كان المجتمع ذا مستوى عال في الاقتصاد والثقافة فإنه سيكون لديه أفراد واعين ومدركين للأحداث الحياتية بشكل عقلاني (الغافري، 2012، ص11).

– الجمود الفكري: ارتفاع الجمود لدى الأفراد، وعدم الرغبة في تغيير أفكارهم أو استبدالها بأخرى أكثر عقلانية وأكثر مرونة ومنطقية، فيقع الفرد أسيرا للتفكير المتصلب الجامد، حيث يكون تفكيره مظلم يرى من خلال جانب واحد للحياة، ولا يرغب في أن يغير فكره ليرى الجانب الآخر (الصاوي، 2013، ص6).

بالإضافة إلى ما سبق ذكره هناك مجموعة من المصادر التي يمكن أن تساهم في ظهور الأفكار اللاعقلانية ولها دور مهم في ذلك:

العوانل الوراثية: بغية معرفة أهمية هذا العامل الوراثي قام العلماء بدراسة نسبة الاضطراب بين التوائم المختلفة، وأن العامل الوراثي يلعب دورا في إحداث الأفكار اللاعقلانية وتهيئة الفرد واستعداداته للإصابة بالاضطراب الناتج عن تبني هذه الأفكار وذلك إذا اجتمعت عدة أسباب بيئية وبيولوجية ووراثية.

– العزلة الاجتماعية: تعد العزلة الاجتماعية من الأسباب التي قد تساهم وبشكل كبير في تكوين الأفكار اللاعقلانية، حيث يفتقر الفرد للحكم أو للمعيار الاجتماعي على أفكاره ومعتقداته.

– دور الجهاز العصبي في إحداث الاضطراب: إن بعض الأمراض العضوية التي تصيب الجهاز العصبي تؤدي إلى أعراض شبيهة بأعراض الأفكار اللاعقلانية، وإن هذه الاضطرابات التي تصيب الجهاز العصبي تؤدي إلى أعراض فصامية.

– دور العوامل الكيميائية: من المعروف أن بعض العقاقير مثل المسكالين وكذلك عقار (L.S.D) والحشيش وعقاقير أخرى تؤدي إلى اضطرابات في التفكير والانفعال، كما تؤدي إلى هلاوس.

– ثقافة المجتمع: إذا ما انتشرت الأفكار اللاعقلانية في المجتمع، فإنها سوف تفرز الأفكار اللاعقلانية للفرد (حجازي، 2013، ص42).

أما فيما يتعلق بمظاهر (أعراض) الأفكار اللاعقلانية فيمكن تقسيمها إلى:

– أعراض مزاجية (Mood symptoms): حزين، مكتئب، غير سعيد، منخفض المعنويات، قلق، سهل الاستثارة وفقد المتعة والبهجة والرضا عن الحياة.

– أعراض معرفية (Cognition symptoms): فقدان الاهتمام، صعوبة التركيز، انخفاض الدافع الذاتي، الأفكار السلبية، التردد، الشعور بالذنب، الأفكار الانتحارية، الهلاوس، الأوهام، ضعف التقييم النفسي، نظرة سلبية للنفس، الشعور بفقد الأمل في المستقبل.

– أعراض سلوكية (Behavior symptoms): تأخر ردود الأفعال السيكولوجية أو زيادتها، البكاء، الانسحاب الاجتماعي، الاعتمادية على الغير، الانتحار.

هناك جملة من السمات التي تخص الأفكار اللاعقلانية دون غيرها من الأفكار وفيما يلي سنذكرها كما أوردها إليس:

– المطالبة (Demandness): توجد هناك علاقة بين رغبات الفرد ومطالبه المستمرة واضطرابه الانفعالي، حسب ما جاء على لسان إليس.

– التقدير الذاتي (Self-Rating): إن الفرد لديه المعرفة الذاتية للأفعال والمواقف، ولكن الضغوط لها أهمية في تحديد موقف الفرد اتجاه الأحداث التي تمر به، فيلجأ لنمط التفكير الملتوي عند تقدير القيمة الشخصية.

– التعميم الزائد (Over generalization): إن الفرد يعمم النتائج التي تعتمد على التفكير الدقيق التي عادة ما تقوم على الملاحظة الفردية و يتمثل ذلك في تبني الأفكار العامة بناءا على خبرات محدودة، كأن يعتقد الشخص بأنه فاشل في كل شيء إذا فشل مرة واحدة (بغورة، 2014، ص96).

– الفظاعة (AwfulAzing) : عندما تكون عند الفرد مطالب غير (شرعية) منطقية غالبا ما يرغب بتحقيقها بشيء من الفظاعة.

– أخطاء العزو (Attribution): غالبا ما يتوجه الفرد إلى إلحاق ونسب أفعاله الخاطئة إلى الآخرين، مما يؤثر في إدراكه للأحداث الخارجية وحالته الانفعالية وسلوكه.

– اللاتجريب (Anti-Empiricism) :إن مجموعة الأفكار اللاعقلانية ليست مستمدة من الخبرة التجريبية للفرد حيث الدقة والصدق.

– التكرار (الترديد) (Repetition): إن تكرار الأفكار اللاعقلانية باستمرار لدى الفرد بشكل لاشعوري يساعد ذلك في الضغوط الخارجية والداخلية له (الغافرية، 2012، ص12–13).

– التضخيم (Magnification) ويُعرف في بعض المراجع المترجمة بـ "التهويل"، وغالباً ما يُقرن بـ "التقزيم(Minification)": حسب مرجع ديفيد بيرنز :(Burns, 1980) يُوصف هذا الخطأ بـ "خدعة المناظير .(The Binocular Trick) "حيث ينظر الشخص إلى أخطائه

وعيوبه أو المشاكل العابرة من الجهة المكبّرة للمنظار، فيراها ضخمة، كارثية، وخارجة عن السيطرة. وفي المقابل، ينظر إلى نجاحاته وإيجابياته من الجهة المصغّرة للمنظار ليقزمها ويراها تافهة أو غير مهم, فالتضخيم هنا يتعلق بـ حجم ومقدار الحدث الحالي. الشخص لا يخترع حدثاً من العدم، بل يضخم وزنه الانفعالي بشكل غير متناسب مع الواقع.

– المبالغة / التعميم (التفكير الكارثي) (Catastrophizing): حسب مرجع آرون بيك (Beck, 1976): هو نمط تفكير يقوم فيه الفرد باستخلاص قاعدة عامة أو حكم قاطع وشامل بناءً على حادثة واحدة بسيطة أو دليل جزئي معزول، يُعرّف بأنه "إضفاء دلالات مبالغ فيها على الخبرات الواقعية مثل توقع الخطر والدمار الشامل" فالمبالغة والتعميم هنا يتعلقان بـ امتداد ومستقبل الحدث. إذا فشل الشخص في موضع ما، يفترض تلقائياً وبمبالغة شديدة أن الفشل سينسحب على كل حياته ومستقبله ("هذه سلسلة هزائم لا تنتهي"، "كل شيء سينهار").

– الثنائية والتطرف (Dichotomous / All-or-Nothing Thinking): يميل بعض الأشخاص إلى إدراك الأشياء إما بيضاء أو سوداء، حسنة أو سيئة دون أن يدركوا الشيء الواحد الذي قد يبدو في ظاهر الأمر سيئا، قد تكون فيه أشياء إيجابية أو يؤدي إلى أشياء إيجابية (عبد الستار، 1994، ص307).

– التسرع في الحكم (Jumping to Conclusions): يميل فيه الفرد إلى استخلاص نتائج قاطعة وسلبية عن المواقف أو الأشخاص دون وجود أدلة حقيقية تدعمها، وينقسم في المراجع النفسية إلى مظهرين أساسيين هما: "قراءة الأفكار" بافتراض معرفة نوايا الآخرين السلبية تجاهه، و"التنبؤ بالمستقبل" بتوقع الفشل والسيناريوهات الكارثية سلفاً والتعامل معها كحقائق مطلقة (قاسم، 2013، ص76).

تجدر الإشارة هنا إلى أن هناك خطورة للأفكار اللاعقلانية تكمن من خلال ما يلي:

– تعتبر هذه الأخيرة من بين مصادر الاضطراب الانفعالي، وأن هذا الاضطراب يمكن أن يستمر ما لم يغير الفرد هذه الأفكار بل ويستبدلها بأفكار واقعية منطقية.

– تعتبر الأفكار اللاعقلانية أيضا مسؤولة عن ظهور العديد من المظاهر السلوكية المرفوضة.

– كما تعتبر هذه الأفكار مؤشرا على الضغوط الحياتية الناجمة عن الطلاق أو وفاة المقربين (العنزي، 2010، ص50). حيث تساهم الأفكار اللاعقلانية في تضخيم الآثار النفسية الناجمة عن الأزمات الحياتية الكبرى كالطلاق ووفاة المقربين، حيث تمنع الفرد من المعالجة الواقعية للحدث وتدفعه نحو المبالغة في تقدير حجم الكارثة وعدم القدرة على مواجهتها.

أما بالنسبة لقياس الأفكار اللاعقلانية فهناك تنوع في المقاييس المستخدمة لقياسها منها:

– مقياس إبراهيم للأفكار اللاعقلانية (1990).

– مقياس سعفان للأفكار اللاعقلانية (1995).

– مقياس رتيب للأفكار اللاعقلانية (2000).

– مقياس الصائغ للأفكار اللاعقلانية (2004).

إلا أن معظم الدراسات وأغلبيتها أجمعت على استخدام مقياس الأفكار اللاعقلانية لسليمان الريحاني (1985) (بغورة، 2013، ص108).

بعد التطرق إلى التعريف بالأفكار اللاعقلانية وأهم أسبابها ومظاهرها، سماتها وطرق قياسها نعرج الآن إلى تقديم التفسيرات النظرية التي تناولت التفكير اللاعقلاني ونبدأ **بنظرية ألبرت إليس** (Albert Ellis) (1943–2007)، والذي يعتبر مؤسس ومطور للنظرية السلوكية العاطفية العقلانية، وتعتبر هذه النظرية طريقة متكاملة للعلاج والتعلم، وهي نظرية في الشخصية وطريقة في الإرشاد والعلاج النفسي، وتستند إلى أرضية نظرية معرفية إدراكية إنفعالية وسلوكية، وهي تؤيد العلاج النفسي الإنساني

والتعليمي والإبتعاد عن العلاج الدوائي. وأشار إليس في نظريته العقلانية الإنفعالية إلى أن أفكار الإنسان هي التي تؤثر في مشاعره وأحيانا توحدها.

إن أحد أسس النظرية هو أن مشاكل الإنسان تنتج من طريقة تفكيره ومعالجته للأحداث الخارجية إبتداء من الفرضية القائلة: إن عواطف وانفعالات الإنسان ناتجة عن عقائده وما يؤمن به وعن تقييمه للأمور وتعريفه لها، وفلسفته في تفسيرها وليس من الأحداث نفسها، ويري إليس أن نظام الأفكار اللاعقلانية هي الهدف الرئيسي للعمل العلاجي من خلال السعي لإزالتها والتخلص منها، وترتكز النظرية العقلية الإنفعالية على إفتراض أن الإنسان يولد ولديه أفكار عقلانية وأفكار غير عقلانية، والناس لديهم الرغبة في تطوير أنفسهم وتحقيق ذاتهم، والتواصل مع الآخرين وحبهم، كما أن لديهم الميل لتدمير أنفسهم، وتجنب الأفكار العقلانية وعمل الأخطاء، وعدم تحمل لوم أنفسهم، وعدم تنمية قدراتهم، وتحاول النظرية العقلية الإنفعالية أن تجعلهم يتقبلون أنفسهم كبشر يخطئون وبنفس الوقت كي يتعلموا أن يعيشوا بسلام مع أنفسهم، فإن إليس يرى أن الناس يولدون ولديهم الميل نحو النمو وتحقيق الذات، كما أنهم يولدون ولديهم الميل لتدمير أنفسهم والتفكير بطريقة غير عقلانية لما تعلموه (الشناوي، 1994، ص55).

أكد إليس على أن الإنسان يولد ولديه الإستعداد للتصرف بالطرقتين العقلانية واللاعقلانية، والأفراد مركبون بيولوجيا على أن يفكروا بطريقة ملتوية في مناسبات عديدة أو أن يهزموا أنفسهم، أن يبالغوا في كل شيء وأن يشعروا بالإثارة الشديدة ويتصرفوا بغرابة شديدة لأتفه الأسباب. ويقترح إليس أيضا أن الإنسان من الناحية الجينية مستعد للإنفعال العاطفي والإضطراب النفسي ثم (بعد الولادة والنمو) يتعرض لمواقف وتأثيرات تساعده على تحقيق ما فطر عليه.

إفترضت نظرية إليس في العلاج العقلي العاطفي أن الإنسان كائن عقلاني ولاعقلاني في أن واحد، وهو عندما يفكر ويتصرف على نحو عقلاني يكون سعيدا وفعالا، أما عندما يفكر ويتصرف على نحو لاعقلاني فإن النتيجة تكون الشعور بالقلق

والإضطراب النفسي أو الإنفعالي والسلوك العصابي. واعتقد إليس بأن التفكير والإنفعال لا يشكلان وظيفتين مستقلتين، إذ أن الإنفعال يصاحب التفكير والإنفعال في الواقع هو تفكير متميز ذاتي وشخصي وغير عقلاني (ورد في: الشناوي، 1994، ص165).

هناك مجموعة من المفاهيم الرئيسية لهذه النظرية حيث إرتكزت نظرية إليس في العلاج العقلاني الإنفعالي للإنسان على فكرة التشابك بين العاطفة والعقل أو التفكير والمشاعر، وركز العلاج العقلاني على حقيقة أن الإنسان حين ينفعل فإنه يفكر ويتصرف، أيضا يفكر وينفعل، ولعل أبرز أفكار إليس حول الطبيعة الإنسانية تتلخص في:

– يحتوي تفكير الانسان على مجموعة من الأفكار العقلانية والأفكار غير العقلانية، والسلوك العقلاني يؤدي إلى الصحة والسعادة.

– إن الإضطراب الإنفعالي والنفسي هو نتيجة للتفكير غير العقلاني وغير المنطقي ويصاحب الإنفعال التفكير، وفي الواقع إن الإنفعال إنما هو تفكير متحيز ذو طبيعة ذاتية وغير منطقية.

– ينشأ التفكير غير العقلاني عن التعلم غير المنطقي المبكر، والذي يكون الفرد مهيأ له من الناحية البيولوجية، والذي يكتسبه بصفة خاصة من والديه ومن المجتمع. وفي خلال عملية النمو فإن الطفل يتعلم أن يفكر وأن يشعر بأشياء معينة بالنسبة لنفسه وللآخرين، وترتبط بعض هذه الأشياء بفكرة هذا حسن فتصبح إنفعالاته موجبة، بينما تلك التي ترتبط بفكرة هذا سيء فتصبح إنفعالاته سالبة، وتكون مشاعره مؤلمة كالغضب والاكتئاب.

– إن البشر كائنات ناطقة، يفكرون عادةً باستخدام اللغة والرموز. ولأن التفكير والاضطراب الانفعالي متلازمان، فإن استمرار هذا الاضطراب يرجع بالأساس إلى تبني الفرد لأفكار غير منطقية؛ حيث يحافظ الشخص المضطرب على سلوكه غير العقلاني ويُغذّيه بشكل مستمر عبر حواره الداخلي والكلمات غير المنطقية التي يوجّهها لنفسه.

– إن إستمرار حالة الإضطراب الإنفعالي نتيجة لحديث الذات لا يتقرر بفعل الظروف والأحداث التي تحيط بالفرد والأحداث الخارجية فقط وإنما يتجدد أيضا من خلال إدراكات الفرد لهذه الأحداث واتجاهاته نحوها، مستندا إليس في ذلك إلى الأفكار الفلسفية في هذا الشأن. وينبغي مهاجمة وتحدى الأفكار والإنفعالات السلبية أو القاهرة للذات، وذلك بإعادة تنظيم الإدراك والتفكير بدرجة يصبح معها الفرد منطقيا وعقلانيا (الشناوي، 1994، ص167).

وتشمل الأفكار اللاعقلانية التي تؤدي إلى الاضطراب الانفعالي وهي إحدى عشر فكرة على ما يلي:

– **الفكرة الأولى:** هناك ضرورة ملحة لان يكون الشخص محبوبا ومستحسنا من كل فرد آخر هام في مجتمعه (طلب الاستحسان)، يرى إليس أن هذه الفكرة قد تكون صحيحة مع الأطفال الذين يحتاجون إلى الحب والاستحسان ولا يوجد شك في حاجة البالغين إلى الحب أيضا، ولكن منطقية الفكرة تبدو في الإصرار على الحصول على حب كل الناس فهذا غير ممكن ونادر، أما الشخص العقلاني هو الذي يرى أنه من المحبب ولكن ليس من الضروري أن يحبه الناس، ولكن من الأحسن أن يحظى بإحترامه لنفسه بدلا من إستحسان الآخرين له وهو من لا يضحي بإهتماماته ورغباته في سبيل تحقيق الغاية.

– **الفكرة الثانية:** ينبغي أن يكون الفرد كفؤا تماما وأن ينجز في جميع الجوانب الممكنة حتى يعتبر نفسه ذا قيمة وجدير بالإهتمام (إبتغاء الكمال الشخصي)، فالعديد من الناس يؤمنون إذا لم يكونوا على درجة كبيرة من الكفاءة المثالية ويحرزون تقدما في كل المجالات فإنهم عديمو النفع، ومن الأفضل لهم أن يموتوا، وهذا طبعا تفكير غير منطقي لأنه من الصعب بل من المستحيل تحقيق ذلك بشكل كامل.

– **الفكرة الثالثة:** بعض الناس سيئون وشريرون وعلى درجة عالية من الخسة والنذالة ولذا يجب أن يلاموا ويعاقبوا (اللوم القاسي للذات والآخرين)، فبعض الأشخاص يتضايقون ويغضبون لأنهم يعتقدون أن هناك أشخاصا معينون يتصفون بالشر ويرتكبون أفعالا غير

أخلاقيـة، وأن الطريقـة الوحيـدة لمـنعهم مـن التصـرف بعدوانيـة هـو إلقـاء اللـوم علـيهم ومعـاقبتهم، وهذا بـالطبع تفكير غير منطقي لأنـه لا يوجد معيار للصـواب والخطأ وكل الناس معرضون لإرتكاب الخطأ وعادة لا يؤدي التأنيب والعقاب إلى تحسين سلوكهم بل قد يزيد سلوكهم، بل ويؤديان إلى مزيد من الخطأ,

– **الفكـرة الرابعـة:** إنـه لمن المصيبة الفادحـة أن تـأتي الأمور علـى غير مـا يتمنـى الفرد (توقع المصائب والكوارث).

– **الفكرة الخامسة:** تنشأ تعاسة الفرد عن ظروف خارجية، لا يستطيع السيطرة عليها أو التحكم بها (التهور الانفعالي)، هذه أيضا فكرة غير عقلانية لأن الأحداث الخارجية ذات طـابع نفسي، بمعنـى أنها ليست ضـارة إلا بالقدر الـذي يسمح فيـه الفرد لنفسـه بـأن يتـأثر بإتجاهاته نحو الوقائع والأحداث، والإنفعال والسلوك بل الإضطراب الإنفعالي يرتبط بتقييم الفرد وإدراكـه للأمور والشخص العاقل هو الـذي يعرف أن المشـاعر السلبية المصـطبغة بالتعاسـة والكـدر تـأتي غالبـا مـن داخـل الـنفس، وإذا كـان الخـارج هـو مصـدر الإثـارة والمضايقة فإنه يظل في الإمكان تغيير ردود الفعل نحو ما يأتي من الخارج وإعادة تفسير وتحجيم تأثيره السلبي.

– **الفكرة السادسة:** الأشياء المخيفة أو الخطرة تستدعي الإهتمام الكبير والإنشغال الدائم فـي التفكيـر بهـا وبالتـالي فـإن إحتمـال حـدوثها يجـب أن يشـغل الفرد بشكل دائـم (القلـق الزائد)، فـبعض النـاس يؤمنـون بـأنهم إذا تعرضـوا للخطـر أو إذا كـان هنـاك إحتمـال وقـوع حـدث مخيـف فلابـد أن يظلـوا قلقين بشـأن هذا الخطـر، وهـذه أيضـا فكـرة لاعقلانيـة لأن إنشغال البال والقلق يحولان دون التقويم الموضوعي لإمكانية وقوع الأحداث التي يخشاها الفرد، ويمنعـه أن يتعامـل معـه ويواجهـه بفعاليـة إذا حـدث، وأيضـا قـد يـؤدى إلـى وقوعـه بالفعل، وأخيرا يجعل الأحداث تبدو أكبر من حجمها الحقيقي وأكثر خطورة على ما هي عليه في الواقع.

– **الفكـرة السـابعة:** مـن السـهل أن نتجنـب بعـض الصـعوبات والمسؤوليات بـدلا مـن أن نواجهها (تجنب المشكلات)، وهذا غير معقول، لأن تجنب العمل الصعب غالبا ما يكون أصـعب وأشـق وأتعـب مـن العمـل نفسـه، ويـؤدي إلـى مشكلات وإلـى نقص الرضـا عـن النفس وفقدان الثقة فيها، والسعادة ليست سهولة الحياة بل تكمن في الجهاد فيها، والإنسان العقلانـي يعمـل دون شكوى ممـا يجـب عملـه مستمدا اللذة مـن التحـدي والمسئولية وحـل المشكلات.

– **الفكرة الثامنـة:** يجب أن يكون الشخص معتمدا علـى الآخرين، ويجب أن يكون هنـاك مـن هو أقوى منـه لكـي يعتمـد عليـه (الاعتماديـة)، هـذه فكـرة لاعقلانيـة لأنـه بينمـا نعتمـد جميعـا علـى الآخرين بدرجـة مـا، فإنـه لا يوجـد سبب يجعلنـا نزيـد مـن هذا الإعتمـاد إلـى درجة قصوى، لأن ذلك يؤدي إلى فقدان الإستقلال الذاتي والفردية والتعبير عن الذات.

– **الفكـرة التاسـعة:** إن الخبـرات والأحـداث الماضـية تقـرر السـلوك الحاضـر، وأن تـأثير الماضـي لا يمكـن تجاهلـه أو محـوه (الشـعور بـالعجز)، علـى الـرغم مـن إعتـراف إلـيس بصـعوبة تغييـر مـا سبق تعلمـه إلا أن ذلـك لـيس مستحيلا، فالشـخص العاقـل يـدرك أن الماضـي مهم، ولكنـه يـدرك أيضـا أن الحاضـر يمكـن تغييره عن طريـق تحليـل المؤثرات الماضية وإثارة التساؤلات حول بعض المعتقدات المؤلمة المكتسبة والتي تضطره إلى أن يسلك علـى هذا النحـو فـي الوقت الحاضـر، ولـيس من المعقول أن يكـون الحاضـر أسيرا بالكامل للماضي ولأحداث الماضي، وبراعة الفرد تكمن في تحليل ما حدث في الماضي وإستخلاص ما يمكن أن يفيد في مواجهة الحاضر، وما قد يأتي به المستقبل إعتمادا علـى الإستبصار والفهم والتعقل.

– **الفكـرة العاشـرة:** ينبغـي أن ينـزعج الفرد أو يحـزن لمـا يصـيب الآخـرين مـن مشكلات واضطرابات (الإنزعاج لمشاكل الآخرين)، وتعتبر فكرة لاعقلانية لدى إليس لأنـه لا ينبغـي عنـده أن تكـون مشكلات الآخـرين مصـدر هم كبيـر للفرد، حتـى ولـو كـان يتـأثر بسـلوك هؤلاء الآخرين، وعندما يصبح الفرد مضطربا بدرجة شديدة بسبب سلوك الآخرين فإن هذا

يعني أنه لا يملك القدرة على ضبط سلوكه، مما يقلل من القدرة على تغيير هذا السلوك، إضافة إلى الإهتمام الزائد بسلوك الآخرين قد يكون على حساب السلوك الشخصي.

– **الفكرة الحادية عشر:** هناك دائما حل مثالي وصحيح لكل مشكلة وهذا الحل لابد من إيجاده وإلا فالنتيجة تكون مفجعة (إبتغاء الحلول الكاملة)، فكثير من الناس يعتقدون أنه لابد من وجود حل مثالي كامل للمشاكل التي تواجههم، وأنهم لو عاشوا في عالم غير كامل (به نقائص) فمن المؤكد أنهم لن يستطيعوا العيش بسعادة، وهذه الفكرة غير منطقية حسب إليس (Ellis, 1962, p63).

الجدول (01) يضم الأفكار العقلانية والأفكار اللاعقلانية:

الأفكار اللاعقلانية	الأفكار العقلانية
هناك ضرورة ملحة لأن يكون الشخص البالغ محبوبا ومستحسنا من كل فرد آخر هام في مجتمعه (طلب التأييد والاستحسان).	أتمنى أن أحظى بالحب والتأييد من بعض الأشخاص المهمين بالنسبة لي ولكن ذلك لا يشكل رغبة ملحة لي.
أن يكون الفرد كفؤا تماما وأن ينجز في جميع الجوانب الممكنة حتى يعتبر نفسه ذا قيمة وجدير بالإهتمام (إبتغاء الكمال الشخصي).	أتمنى أن أنجز مهامي على أفضل صورة ممكنة لكني لا أتطلع إلى الكمال فيما أنجزه.
بعض الناس سيئون وشريرون وعلى درجة عالية من الخسة والنذالة ولذا يجب أن يلاموا ويعاقبوا (اللوم القاسي للذات والآخرين).	يمكنني بكل صرامة أن أخبر الناس بأن سلوكهم سيء ولكن لست مضطرا لمعاقبتهم عليه.
إنه لمن المصيبة الفادحة أن تأتي الأمور على غير ما يتمنى الفرد (توقع الكوارث).	الإحباطات في حياتي كثيرة ولكن هذا لا يعني أن الحياة سيئة وأن العالم قد انتهى.
تنشأ تعاسة الفرد عن ظروف خارجية لا يستطيع السيطرة عليها أو التحكم بها (التهور الانفعالي).	يمكن التصدي والصمود في وجه الظروف الخارجية بدلا من تركها تؤثر فيّ.
الأشياء المخيفة أو الخطرة تستدعي الاهتمام الكبير والانشغال الدائم في التفكير بها وبالتالي فإن احتمال حدوثها يجب أن يشغل الفرد بشكل دائم (القلق الزائد).	إن الانشغال المستمر بوقوع الأحداث السيئة سوف يلهيني عن تحقيق أهدافي في الحياة.

من السهل أن نتجنب بعض الصعوبات والمسؤوليات بدلا من أن نواجهها (تجنب المشكلات).	ما أتجنبه من صعوبات ومشكلات قد لا يكون مخيفا بالقدر الذي أقنعت نفسي به.
يجب أن يكون الشخص معتمدا على الآخرين ويجب أن يكون هناك من هو أقوى منه لكي يعتمد عليه (الاعتمادية).	أتقبل مساعدة الغير لي فقط عندما تكون ضرورية.
إن الخبرات والأحداث الماضية تقرر السلوك الحاضر وأن تأثير الماضي لا يمكن تجاهله أو محوه (الشعور بالعجز).	إن الحاضر والمستقبل أهم من الماضي لذلك أفضل أن أنطلق من الماضي إلى الحاضر والمستقبل.
ينبغي أن ينزعج الفرد أو يحزن لما يصيب الآخرين من مشكلات واضطرابات (الانزعاج لمشاكل الآخرين).	يمكنني أن أساعد في حل مشكلات الآخرين ولكن دون أن أتأثر بها.
هناك دائما حل مثالي وصحيح لكل مشكلة وهذا الحل لابد من إيجاده وإلا فالنتيجة تكون مفجعة (ابتغاء الحلول الكاملة).	هناك عدة حلول لكل مشكلة تواجهني وأفضل أن أختار الحل المناسب.

(الشناوي، 1994، ص168)

أما **النظرية الثانية** التي فسرت التفكير اللاعقلاني هي نظرية بيك في العلاج المعرفي، حيث اعتبر بيك أن الفرد المضطرب نفسيا لديه أخطاء في طريقة التفكير تؤدي به إلى نتائج غير منطقية، وتظهر أخطاء التفكير على شكل تشويهات معرفية أساسية تتمثل في تفكير الفرد بطريقة جامدة تعتمد على:

- الكل أو اللاشيء (All or nothing).
- التعميم الزائد (Excess generalization).
- التصفية العقلية (Mentality Filter): أي قيام الشخص بانتقاء جانب سلبي من الموقف وجعله الموضوع الوحيد لاهتمامه، وبذلك يدرك الموقف بأكمله بطريقة سلبية.
- التقليل من شأن الأحداث الإيجابية (Underestimating the positive events): أي ميل الشخص إلى خفض الأحداث الإيجابية التي يمر بها، أو تحويلها إلى أحداث سلبية.

– الاستنتاج العشوائي (Random conclusion): ويعني القفز إلى النتائج دون وجود بيانات أو أدلة واقعية في الموقف.

– الاستدلال المعرفي (Cognitive Inference): هو أخذ الفرد الحالة الانفعالية كدليل على الواقع.

– عبارات الوجوب (obligatory Phrases): أي عدم المرونة في المعايير المفروضة من قبل الفرد على نفسه والآخرين.

– الشخصنة (personalization): أن يعتقد الشخص أنه السبب المباشر في أي حدث سلبي خارجي، رغم أنه لا علاقة له به أو لا يملك السيطرة عليه، (مثال: "صديقي يمر بمزاج سيء اليوم، مؤكداً أنا السبب وأغضبته") أو الاعتقاد بأنه دائماً تحت المجهر، وأن تصرفات الآخرين ونظراتهم متمحورة حوله هو تحديداً، (مثال: "كل من في القاعة يراقبون طريقة مشيتي وينتقدونها") (Beck, 1976, p110).

أما **النظرية الثالثة** التي فسرت التفكير اللاعقلاني هي نظرية يوركا في التشوهات المعرفية اللاعقلانية، حيث قامت يوركا (yurica ,2002) بمراجعة النظريات التي تناولت التشوه المعرفي ووجدت أن هناك عوامل متعددة افترضها العلماء مثل بيك الذي حدد ستة عوامل، وأليس الذي صاغ أحد عشر نوعا أسماها المعتقدات اللاعقلانية، وبيرنز الذي طور عشرة عوامل وخلصت إلى أن التشوه المعرفي ينتج عن معتقدات راسخة بعمق أو حقائق مفترضة حول ذات الفرد وبيئته التي تتطور عادة من تجارب مرحلة الطفولة المبكرة، لذلك أضافت يوركا (Yurica, 2002) عاملا آخر من التشوه المعرفي على قائمة (بيرنز) ليصل عدد العوامل إلى أحد عشر عاملا، وفيما يلي تفصيل لتلك العوامل:

– التقييم الخارجي للذات: يميل الأفراد الذين لديهم هذا النوع من التشوه لأن يكونوا من أصحاب مركز الضبط الخارجي، ويبحثون عن القبول والتقدير والاعتراف كوسائل لتقييم الذات.

– التهويل أو التعظيم (Magnification): يميل الأفراد الذين لديهم هذا النوع من التشوه إلى تضخيم المشاكل أو إعطائها أهمية أكبر مما تستحق دون مبرر.

– النعت (إلصاق الصفات) (Labeling): الميل إلى نعت النفس أو الآخرين بنعت ازدرائي، لأن النعت في العادة يكون متطرفا أو متشددا، وهذا النوع من التشوه يشترك مع أنواع أخرى مثل التفكير المنقسم واستبعاد الإيجابية وعبارات الإلزام.

– النزعة إلى الكمال المطلق (Perfectionism): يميل الأفراد الذين لديهم هذا النوع من التشوه إلى التمسك بمقاييس غير معقولة يضعونها لأنفسهم.

– المقارنة مع الآخرين (Compare with others): يميل الأفراد الذين لديهم هذا النوع من التشوه إلى الشعور بالدونية بالمقارنة مع الآخرين بدلا من الشعور بالتقييم العادل والصحيح.

– المنطق العاطفي (Emotional Reasoning): يميل الأفراد الذين لديهم هذا النوع من التشوه إلى استخدام الدلالات العاطفية لتكوين استنتاجات حول أنفسهم وحول الآخرين والمواقف، فعندما يشعر الفرد بشيء ما فلابد أن تكون صحيحة باعتقاده.

– الاستدلال العشوائي/ القفز إلى الاستنتاجات (Arbitrary Inference Jumping to conclusion): يميل الأفراد الذين لديهم هذا النوع من التشوه إلى تكوين استنتاجات سلبية مع غياب الأدلة المحددة التي تدعم هذا الاستنتاج، فهم يعطون تقييمات متحيزة وسلبية للمواقف وخاصة الغامضة منها.

– قراءة العقل (Mind Reading): يميل الأفراد الذين لديهم هذا النوع من التشوه إلى الاعتقاد بأنهم يعرفون بماذا يفكر الآخرون عنهم، ويقومون بشكل عشوائي تعسفي باستنتاجات سلبية دون أية أدلة تدعم تلك الاستنتاجات.

– التهوين (Minimization): يميل الأفراد الذين لديهم هذا النوع من التشوه إلى تصغير أو تحقير أو عدم حساب أهمية لبعض الأحداث أو السمات أو الظروف، فهم عادة ما يقللون من الخصائص الإيجابية لأعمالهم وإنجازاتهم، ويقللون من تقييمهم لذواتهم.

1- الاستدلال العاطفي واتخاذ القرارات (Emotional reasoning and decision-making): والأفراد الذين لديهم هذا النوع من التشوه يميلون إلى الاعتماد على عواطفهم في اتخاذ قراراتهم (Yurica, 2002, p44) .

إن للأفكار اللاعقلانية تأثير عميق على الفرد بحيث تعيق قدرته على رؤية الواقع بمرونة وبموضوعية فهذه التشوهات المعرفية لا تبقى حبيسة الذات، بل تتسرّب إلى علاقاته الاجتماعية والشخصية، خاصة داخل الأسرة؛ إذ تؤدي إلى وضع توقعات غير منطقية من الغير، مما يخلق بيئة خصبة للنزاعات المستمرة، وسوء الفهم، وغياب التعاطف. كنتيجة مباشرة، يجد الفرد نفسه معزولاً أو في حالة صدام دائم مع من حوله من أسرته بشكل خاص أو مجتمعه بشكل عام، مما يهدد استقرار العلاقات العائلية ويديم حلقة مفرغة من المشاعر السلبية والسلوكيات المدمرة التي قد تسبب حالة من عدم التوافق الزواجي، بحيث أن الزواج الواقعي السليم يكون من خلال فهم الواقع بشكل صحيح. وهذا هو موضوع دراستنا الحالية.

يعرف الزواج على أنه نظام اجتماعي يتصف بقدر من الاستمرارية، والامتثال للمعايير الاجتماعية لتنظيم المسائل الجنسية (ابو سكينة، 2011، ص99)، ويعرف أيضا على أنه مؤسسة اجتماعية عالمية تؤدي إلى التقاء شخصين مرتبطين بالحب، ويأملان في البقاء معا إلى الأبد.

أما علماء الاجتماع فيرون الزواج على أنه تلك العلاقة الاجتماعية الوحيدة الدائمة بين الرجل والمرأة التي يباركها الله، لأنها الأساس الشرعي السليم لتكوين الأسرة، والتي يضع لها بدوره الضوابط والمعايير الاجتماعية المنظمة (غسيري يمينة، 2012، ص12).

فعندما يتم سماع كلمة الأسرة أو عند قراءتها لا نجد صعوبة في معرفة ما تعنيه هذه الكلمة، فهي مؤسسة هامة يرتكز عليها بناء المجتمع السليم المتكامل، ولكن الصعوبة تظهر عندما نحاول إيجاد صياغة لما تعنيه هذه الكلمة في جملة معبره تعبيرا

دقيقا محددا. ومع ذلك فإن العديد من الباحثين والعلماء عرّفوا الأسرة ومن أهم هذه التعريفات ما يلي:

عرف أوجست كونت الأسرة بأنها الخلية الأولى في جسم المجتمع، وهي النقطة التي يبدأ منها التطور(*ورد في*: بدوي، 1999، ص142).

أما جون لوك يعرفها بأنها مجموعة من الأشخاص ارتبطوا بروابط الزواج والدم والاصطفاء، أو التبني مكونين حياة معيشية مستقلة ومتفاعلة يتقاسمون عبء الحياة، وينعمون بعطائها (*ورد في*: بدوي، 1999، ص145).

وبناء على ذلك فإننا نرى الأسرة عبارة عن مؤسسة اجتماعية قائمة بذاتها، ينشأ فيها الطفل، وتتبلور من خلالها معالم شخصيته، بناء على ما يحدث في هذه المؤسسة من تفاعل وعلاقات بين أفرادها، ولكل أسرة أساليبها الخاصة بها، وأن الأسرة مسؤولة، حيث يتبادل أفرادها الحب ويقتسمون المسئولية بالقسط وفيها تجرى تربية الأطفال حتى يمكنهم القيام بتوجيه وضبط أنفسهم ويتحولون إلى أشخاص يتصرفون بطريقة اجتماعية.

والأسرة هي النمط الأكثر انتشارا والأكثر قبولا من النواحي الثقافية والتشريعية فهي عبارة عن شخصان فأكثر تجمعهم روابط الزواج أو الدم وتتكون في الغالب من رجل وامرأة متزوجين قد يكون لديهما ولد أو أكثر، مع التزامات من أعضائها باتجاه بعضهم وباتجاه الأقارب والمجتمع تحددها الأحكام الثقافية والتشريعات الاجتماعية.

وعليه يمكن القول أن الأسرة بوصفها مؤسسة أساسية تنشأ بين شخصين تهدف إلى تحقيق مجموعة شاملة من الأغراض البيولوجية، والنفسية، والاجتماعية التي تضمن الاستقرار الفردي والتماسك المجتمعي. تشمل هذه الأهداف توفير السكن والمأوى العاطفي المتبادل، والإنجاب واستمرارية النوع البشري ضمن إطار شرعي ومسؤول. كما تعد الأسرة الوعاء الأول للتنشئة الاجتماعية للأبناء على القيم والأخلاق، ومركزا للتكافل الاقتصادي المشترك. إن نجاح هذه المؤسسة في تحقيق مقاصدها يعتمد بشكل كبير على

وجود التوافق الزواجي بين الشريكين، والذي يُعد الضامن الأساسي لبيئة مستقرة تُمكّن الأسرة من أداء دورها الحيوي والفعال في بناء مجتمع صالح ومتوازن.

لقد اهتم علم النفس بدراسة توافق الفرد مع نفسه ومع بيئته التي يعيش فيها، مركزا على كيفية تحقيق التوافق وطبيعته وكيف ينعكس التوافق أو عدمه على حياة الفرد برمتها، ومن هنا كان تعريف التوافق على أنه عملية كلية، بمعنى أنه يمس مختلف جوانب حياة الأفراد سواء على الصعيد الفردي أو الأسري أو المجتمع الذي ينتمون إليه، ويهدف هذا التوافق إلى التغلب على متطلبات الضغوط المتعددة بغية الوصول إلى حالة من الاستقرار النفسي والتكيف المهني، وكذا تحقيق السعادة الزوجية والصحة الاجتماعية.

يرى شافير أن حياة الفرد سلسلة من عمليات التوافق المستمر، حيث يضطر الفرد باستمرار إلى تعديل سلوكه وانتقاء الاستجابة الملائمة للموقف. وفي النظام الأسري تتطلب الحياة الزوجية نوعا من التوافق بين الزوجين فهو مؤشر على نوعية العلاقة الزوجية التي هي أهم وأرقى العلاقات الإنسانية، ويعرف التوافق الزواجي بأنه الميل النفسي المعبر عن الود والمحبة والاتفاق والعلاقة الطيبة السليمة بين الزوجين، بحيث يكون كلاهما منجذبا إلى الآخر ومنفعلا به (*ورد في:* الكندري، 1992، ص182).

يعد التوافق الزواجي من المسائل المهمة في تحقيق التكامل الأسري، وإنشاء علاقات زوجية حميمية مبنية على الحب والتفاهم، فهو ذلك التفاعل الإيجابي بين الزوجين والذي تتجلى مظاهره في قدرة الزوجين على حل مشاكلهما وتحمل المسؤولية الزوجية معا.

يعرفه لوك (1958) بأنه "وجود زوجين لديهما ميل لتجنب المشكلات أو حلها وتقبل مشاعرهما المتبادلة والمشاركة في المهام والأنشطة، وتحقيق التوقعات الزوجية لكل منهما ويكون التوافق الزواجي في الآراء وفي التماسك، وفي التعبير العاطفي لدى

الزوجين وإشباع حاجاتهما الأساسية الجنسية والعاطفية بحيث تتحقق السعادة والرضا" (*ورد في:* خيري، 1992، ص16).

كما يعرف التوافق الزواجي بأنه الأفعال التي يقوم بها الزوجان المقاومة للمعوقات البيئية الداخلية أو الخارجية في سبيل إشباع حاجات أسرتهما بصورة منظمة لإحداث نوع من التوازن بينهما وبين بيئتهما، مما ينتج عنه شعورهما بالأمن الشخصي والقبول الاجتماعي والتمتع بعلاقات اجتماعية مستقرة، متضمنا ذلك قدرة كل منهما على تغيير سلوكه وعاداته عند مواجهة المشكلات المادية والاجتماعية لتتناسب مع الظروف الجديدة (الابراهيم، 2018، ص132).

ويرتبط هذا التوافق بعدة عوامل ومحددات يمكن تلخيصها فيما يلي:

- **الاتصال والتوافق النفسي** (Communication & Psychological Alignment) : يُعد الاتصال الفعال ركيزة أساسية في الزواج، ولتحسينه يجب اختيار الوقت المناسب لمناقشة المشكلات، وأن يتعلم كل شريك لغة الآخر بما تتضمنه من إيماءات ومعانٍ. ويتعزز هذا الاتصال بقدر وعي كل طرف بمخاوف واتجاهات وقيم الآخر، وبمدى ثقته في أنه سيكون مفهوما ومقبولا، وله الحرية الكاملة في البوح بأفكاره ومشاعره (الخولي، 1989، ص241).

ويتكامل هذا مع العامل النفسي، الذي يتطلب تشارك الزوجين في الصفات النفسية والمزاج الداخلي، بحيث يتمتع كلاهما بطبع سليم بعيد عن العصبية الحادة والشكوك التي تجلب الأزمات وتغذي الغيرة المرضية (المذكوري، 2016، ص62).

- **النضج الانفعالي والفارق العمري**(Emotional Maturity & Age Gap) : يُمثل **النضج الانفعالي** الشرط الرئيسي لتحقيق التوافق؛ إذ يعكس قدرة الفرد على إدراك ذاته وفهم الآخرين بموضوعية، ويتسم سلوك الشخص الناضج بالتوازن والوعي بمتطلبات الحياة الاجتماعية والقدرة على تحمل المسؤولية (عبد الرحمن، 1998، ص59).

ويرتبط هذا النضج بـ **الجانب العمري**؛ إذ يُفضل أن يكون الرجل أكبر سناً من المرأة لتحقيق التوازن النفسي وإدارة الأسرة (سليمان، 2005). ويُحدد الفارق المثالي عادةً بين (3 إلى 5) سنوات، في حين أن اتساع الفارق لأكثر من 10 سنوات قد يمثل تحدياً إنمائياً ومعرفياً يقود إلى فجوة إدراكية وسوء فهم (المهدي، 2005؛ العزة، 2000). ورغم ذلك، فإن فارق السن ليس عاملاً معزولاً، بل تحكمه سمات الشخصية ومدى الائتلاف والاختيار القائم على القناعة (بلميهوب، 2010).

– **التنشئة، الخلفية الأسرية، وأسس الاختيار (** Family Background & Marital Choice**):** تؤثر مواقف الأهل وخبرات الطفولة بشكل مباشر على الزواج، فالأفراد الذين عاشوا طفولة مستقرة وسعيدة يميلون لبناء علاقات زواجية ناجحة، بينما تنعكس الطفولة القاسية أو النموذج السيئ لزواج الوالدين سلباً وتولد حساسية وتوافقاً هشاً (العزة، 2000، ص17؛ إجلال سري، 2003، ص243).

لذلك، يعتبر **الاختيار الزواجي** السليم المبني على الوعي بالذات وفهم الاحتياجات (الداهري، 2008، ص19) صمام أمان يتجاوز نقص المعرفة بالشريك، ويمنع التغاضي المؤقت عن العيوب الجوهرية باسم الحب، وهو ما يقي العلاقة من سوء التوافق لاحقاً.

– **التوافق الجنسي والانسجام العاطفي**(Sexual Harmony) : يعتبر الانسجام الجنسي عملية طبيعية تنطوي على أبعاد فنية ونفسية لدى الأصحاء عاطفياً، وهو ينمو في ظل وجود حب متبادل يُترجم إلى ممارسة فعلية (الخولي، 1989، ص245). ويؤكد النفيعي (2006، ص38) أن للإشباع والانسجام الجنسي تأثيرا بالغا في تقوية الروابط وتجديد طاقة العطاء، كونه يمثل قاسماً مشتركاً بين مشاعر الإشباع أو الإحباط.

وتتأثر هذه العلاقة صعودا وهبوطا تبعا لمدى الرضا الزواجي العام، مما يتطلب من الزوجين الاستعداد الفكري والجسمي، والتحلي بالصبر والتفهم لضمان توازن الإشباع وتجنب النزاعات التي قد تهدد استقرار الأسرة.

- **أداء الأدوار والتوقعات المشتركة** (Role Performance & Expectations) : يتوقف النجاح في الزواج على الاتجاه العقلي والتوقعات التي يحملها كل طرف حول إدارة الحياة الزوجية، والتي يساهم الحوار المسبق في التعرف عليها (حجازي، 2000، ص130).

وفي علم الاجتماع، يتوقف التوافق على **وضوح الأدوار واتساقها مع التوقعات المعيارية** (الصافي، 2006، ص17). ويتطلب التوافق مرونة عالية لتعديل أداء الأدوار بمرور الوقت ليتطابق مع المتغيرات؛ كلجوء الزوجة للمطالبة بالمساواة والمشاركة في القرار بعد أن كانت تقبل بانفراد الزوج بالسلطة في بداية الزواج، أو الاختلاف حول أدوار رعاية الأبناء، مما يستدعي تقارباً مستمراً بين الأداء الفعلي والتوقعات (مسعود، 2001، ص58).

- **الجانب الثقافي، التعليمي، وخروج المرأة للعمل** (Socio-Cultural & Education Factors) : يؤدي التقارب في الأصول الثقافية، والتعليمية، والمكانة الاجتماعية إلى تعزيز الاستقرار. وفيما يخص **التباين التعليمي**، فإن الفجوة الواسعة (سواء بارتفاع مستوى الزوجة عن الزوج أو انخفاضها الشديد عنه) تخلق اختلافاً في الاهتمامات وأساليب حل المشكلات، مما يؤدي إلى فتور العلاقة وأحياناً التعالي في المعاملة (المذكوري، 2016، ص70).

توضيح بخصوص تباين مستوى الزوجة: التباين يؤثر في الحالتين (ارتفاعاً وانخفاضاً)؛ فارتفاع تعليم الزوجة عن الزوج قد يهدد "الصورة النمطية لسلطة الرجل" في بعض المجتمعات ويؤدي للتعالي، وانخفاضه الشديد عنها يخلق فجوة فكرية عميقة وصعوبة في التواصل.

وينعكس هذا طرديا على **عمل المرأة**؛ فالتغيرات الحديثة أتاحت للمرأة المتعلمة أدواراً فعالة، لكنها ضاعفت من مسؤولياتها كزوجة وعاملة، مما قد يسبب لها الإرهاق

والتعب ويشكل ضغطاً إضافياً على التوافق الزواجي إن لم يصحبه تفهم وتعاون من الزوج (منصور والشربيني، 2000، ص145).

- **التوافـق الاقتصـادي وإدارة الأزمـات (** Economic Alignment & Crisis Management**):** يؤثر الوضع المالي بشكل مباشر على التوافق، وتندلع الخلافات عادة بسبب طريقة إدارة الشؤون المادية للأسرة؛ كاتهام الزوج لزوجته بسوء التدبير، أو اتهامها له بالبخل ورفضها لتدخله في ذمتها المالية الخاصة. هذه النزاعات المالية تزيد الضغوط وتولد شعوراً بالظلم وعدم التقدير، مما يسرع في تصدع العلاقة (الصافي، 2006، ص19).

لذلك، تؤسس العشرة الناجحة على قيم القناعة والرضا لتحقيق توازن بين الموارد المتاحة والمتطلبات المادية، وتظهر قوة الأسرة في تكاتف أفرادها معا لمواجهة هذه الضغوطات والأزمات بمرونة وتكامل.

- **البُعد الديني والتدين (**Religiosity**)** : يعد الدين من أهم النظم الاجتماعية المؤثرة في توافق الفرد مع أسرته؛ فالتزام الزوجين بتعاليمه وتطبيق أحكامه — لا سيما المتعلقة بالحقوق والواجبات المتبادلة — يقود إلى التوافق (العزة، 2000، ص172). ويسهم الغرس المبكر للقيم الدينية في تعزيز القناعة والرضا بالرزق، مما يمنح الشخصية اتزاناً وتكاملاً ينعكس إيجاباً على مواجهة مشاق الحياة الأسرية (الكندري، 1999، ص187).

- **الأبناء والوقت النوعي المشترك (**Children & Shared Time**)** : ونجد فيه:

- الأطفال:

يعتبر وجود الأطفال عاملاً أساسياً في إحداث التوافق وتعميق الروابط العاطفية والنفسية؛ إذ يدفع وجودهم الأزواج إلى التسامي فوق الخلافات وتخفيف حدتها رغبةً في تنشئة الأبناء في جو أسري طبيعي، رغم ما يتطلبه الإنجاب من جهود ومصاريف إضافية (الخولي، 1989، ص58).

- الوقت المشترك:

أظهرت الدراسات (مثل دراسات أرجايل) أن الأزواج السعداء يقضون وقتا نوعيا أطول معا (نحو 7 ساعات يومياً مقارنة بـ 5 ساعات للأزواج غير السعداء)، وتتمحور محادثاتهم حول الاهتمامات المشتركة، شؤون المنزل، العمل، والعائلة، مما يوثق عرى التوافق (المذكوري، 2016، ص69).

بناءا على ما سبق، يمكن حصر أسباب سوء التوافق الزواجي في النقاط العكسية التالية لتشكل دليلا تشخيصيا للاختلال الأسرى:

- **الاختيار الخاطئ:** المبني على نقص المعرفة أو التغاضي المؤقت عن العيوب الجوهرية.

- **الخلفية الأسرية المضطربة:** والتنشئة في بيئات والدية غير سعيدة، بالإضافة إلى التعصب الأعمى لعادات الأهل.

- **الغيرة المرضية:** القائمة على الشك، النقد المستمر، تقييد الحرية، وغياب الاحترام المتبادل.

- **الفجوة العمرية والثقافية الواسعة:** التي تصنع اختلافا حادا في الإدراك وأساليب حل المشكلات والتعالي في المعاملة.

- **الصراع حول الأدوار والضغوط الاقتصادية:** وغياب المرونة في توزيع المسؤوليات بين الشريكين خاصة مع خروج المرأة للعمل وغياب التخطيط المالي (Argyle، كما ورد في المذكوري، 2016، ص69).

3- <u>إشكالية الدراسة</u>:

تُعرّف الأفكار اللاعقلانية في علم النفس لا سيما ضمن إطار العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي (REBT) الذي طوره ألبرت إليس على أنها معتقدات جامدة، غير

منطقية، وغير واقعية، وعادة ما تكون مُطلقة (تتضمن كلمات مثل "يجب"، "دائماً"، "أبداً") وتزرع في الفرد مشاعر الإحباط، القلق الشديد، الاكتئاب، والتوتر.

تنشأ هذه الأفكار من تفسيرات مشوهة للأحداث والتجارب، وليس من الأحداث نفسها، وتؤدي إلى استجابات عاطفية وسلوكية غير صحية ومدمرة للذات. تتميز الأفكار اللاعقلانية بعدة خصائص أبرزها: المبالغة في تقدير سوء الأمور أو توقع الكوارث، واللوم القاسي للذات والآخرين، وصعوبة تقبل عدم اليقين أو الإحباط، والاعتقاد بضرورة الحصول على موافقة الجميع أو أن كل شيء يجب أن يكون مثاليا، على سبيل المثال، قد يفشل طالب في اختبار ويعتقد فورا: "أنا فاشل تماما ولن أنجح أبدا في أي شيء" (تعميم مبالغ فيه ولوم قاس)، مما يولد لديه قلقا مزمنا وشعورا بالعجز. إن تأثير هذه الأفكار سلبي للغاية، حيث تعيق السعادة، وتدفع الفرد نحو سلوكيات غير تكيفية مثل التجنب أو الإدمان، وتقلل من جودة حياته بشكل عام.

وفقاً لـ دليل جمعية علم النفس الأمريكية (APA 7)، يتم تعريف "الاعتقاد اللاعقلاني على أنه فكرة غير منطقية أو خاطئة، أو مشوهة يتم التمسك بها بقوة على الرغم من وجود أدلة موضوعية مناقضة لها.

حسب مختلف التعاريف والدراسات فإن الأفكار اللاعقلانية تؤثر على مختلف الجوانب لدى الفرد بشكل جوهري وسلبي وخاصة على الجانب الاجتماعي للفرد، لاسيما ضمن الإطار الأسري، حيث تتسبب في تشويه إدراك الفرد لذاته وللآخرين وللعلاقات المحيطة به، مما يعرقل التفاعلات الصحية ويبني حواجز نفسية. فالفرد الذي يتبنى معتقدات غير منطقية، مثل التوقعات المثالية المفرطة أو الحاجة المُلحة للحصول على موافقة الجميع، غالبا ما يجد صعوبة في تكوين علاقات مستقرة أو الحفاظ عليها، وقد يميل إلى العزلة أو يظهر سلوكيات عدوانية نتيجة لردود فعله المبالغ فيها تجاه الإحباطات اليومية. يزداد هذا التأثير سوءا داخل الأسرة، حيث تخلق هذه الأفكار بيئة مشحونة بالنزاعات المستمرة، وتؤدي إلى ضعف التوافق الزواجي، وتؤثر على التواصل

الفعال بين أفراد الأسرة كما جاء في دراسة ليلي بافلح (2020)، مما يؤثر سلبا على الدعم العاطفي والاستقرار النفسي العام، ويجعل الفرد أقل قدرة على تحمل المسؤوليات العائلية بطريقة متوازنة وواقعية.

يعدّ التوافق الزواجي أحد الركائز الأساسية لاستقرار الأسرة والمجتمع، وفي حين يمثل الزواج شراكة حياتية تهدف إلى تحقيق السعادة والاستقرار، فإن الواقع يشير إلى تزايد معدلات الخلافات الزوجية التي تصل أحيانا إلى الانفصال. إن سوء التوافق الزواجي لا يؤثر على الزوجين فقط، بل يمتد أثره السلبي ليطال الأبناء والمجتمع بأسره، مما يستدعي فهم العوامل الكامنة وراء هذه الظاهرة، فقد أشارت بلخير حفيظة (2016) إلى أن التوافق الزواجي يتأثر بعدة متغيرات مثل التحاور والإصغاء الجيد والتوافق الجنسي. وتناولت دراسات أخرى عوامل التوافق الزواجي، مثل التوافق الفكري والاجتماعي، وأكدت على أهمية التواصل والتعاون بين الزوجين. أما دراسة ظافر بن محمد القحطاني(2018) فجاءت بهدف التعرف على العلاقة بين التوافق الزواجي والأفكار اللاعقلانية، والتي تعتبر نقطة الانطلاق في الدراسة الحالية، بحيث تُعدّ الأفكار اللاعقلانية أنماط تفكير سلبية وغير منطقية، وهي نتاج للتصورات الخاطئة التي يتبناها الفرد حول ذاته والعالم المحيط به. وقد أثبتت الدراسات أن هذه الأفكار تساهم في الاضطرابات الانفعالية والنفسية.

وانطلاقا مما سبق ذكره يتبلور التساؤل التالي:

- هل تساهم الأفكار اللاعقلانية في انخفاض مستوى التوافق الزواجي لدى حديثي الزواج؟

4- فرضية الدراسة:

إنطلاقا من الإشكالية المطروحة يمكننا صياغة فرضية الدراسة كما يلي:

- تساهم الأفكار اللاعقلانية في انخفاض مستوى التوافق الزواجي لدى حديثي الزواج.

5- المفاهيم الإجرائية:

- **الأفكار اللاعقلانية:** هي مجموعة من المعتقدات غير المنطقية وغير الواقعية التي يتبناها الأزواج خلال السنوات الأولى من الزواج، والتي تؤثر في طريقة إدراكهم للمواقف اليومية وتفاعلهم مع الشريك، خاصة في مواقف الخلاف أو الضغط. ويتم تحديد مستوى هذه الأفكار من خلال الدرجة المرتفعة التي يتحصل عليها أفراد العينة في مقياس الأفكار اللاعقلانية لسليمان الريحاني المبني على نظرية ألبرت إليس، حيث تشير الدرجات المرتفعة إلى انتشار أكبر لهذه الأفكار.

- **التوافق الزواجي لدى حديثي الزواج:** هو مستوى الانسجام والتكيف المتبادل بين الزوجين في مختلف أبعاد العلاقة (العاطفية، التواصلية، الاجتماعية)، خاصة في المرحلة الأولى (مدة لا تتجاوز أربع سنوات) من الحياة الزوجية التي تتميز بالحساسية والتغير. ويتم قياسه من خلال الدرجة التي يتحصل عليها أفراد العينة في مقياس التوافق الزواجي للعادلي، حيث تعكس الدرجات المنخفضة مستوى أفضل من التوافق بين الزوجين.

6- أسباب اختيار موضوع الدراسة:

تعددت الأسباب التي دفعت الباحثة لاختيار دراسة "الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالتوافق الزواجي لدى حديثي الزواج"، ويمكن حصرها في الآتي:

- **الأسباب الموضوعية (العلمية):**

- تزايد ظاهرة الطلاق المبكر: ملاحظة ارتفاع معدلات الانفصال في السنوات الأولى من الزواج (أقل من 4 سنوات) بحسب المؤشرات الاجتماعية، مما استدعى دراسة المتغيرات النفسية والمعرفية المسؤولة عن هذه الظاهرة في مهدها خاصة أنه من الممكن أن يكون سوء التوافق الزواجي أحد المتغيرات.

- سد الفجوة البحثية: من خلال الاطلاع أغلب الدراسات السابقة (مثل دراسة بافلح، والقحطاني)، تبين أن معظم البحوث تناولت التوافق الزواجي في مراحل عامة، بينما تفتقر

المكتبة العربية إلى دراسات "حالة" معمقة تركز تحديدا على مرحلة التأسيس الزواجي لرصد الأفكار المشوهة قبل تجذرها.

– أهمية الجانب المعرفي: الرغبة في تسليط الضوء على دور الأفكار اللاعقلانية (كمتغير معرفي) في تشكيل الرضا الزواجي، انطلاقا من أن المشكلة ليست في أحداث الحياة الزوجية بل في تفسير الزوجين لهذه الأحداث.

- **الأسباب المنهجية:**

– الرغبة في تقديم تحليل كيفي: اختيار منهج دراسة الحالة جاء نتيجة الرغبة في تجاوز لغة الأرقام ، والوصول إلى فهم أعمق للتفاعلات النفسية والاجتماعية التي لا تظهر إلا من خلال التقصي المباشر والتحليل الإكلينيكي للحالات.

- **الأسباب الاجتماعية والإنسانية:**

– المساهمة في الاستقرار الأسري: الرغبة في تقديم نتائج وتوصيات عملية يمكن للمرشدين الأسريين استخدامها في بناء برامج وقائية لحديثي الزواج، مما يساهم في تقوية الروابط الأسرية وحماية اللبنة الأولى للمجتمع.

– التوعية النفسية: لفت انتباه الأزواج الشباب إلى خطورة بعض القناعات والمثالية المفرطة (الأفكار اللاعقلانية) التي قد تتبدد أمام واقع الحياة الزوجية، مما يسبب تصادم وسوء توافق.

- **الأسباب الذاتية:**

– ميول الباحثة للاهتمام بسيكولوجية العلاقات الأسرية، والرغبة في تطبيق مبادئ الاتجاه المعرفي (Cognitive Approach) في فهم المشكلات الزوجية المعاصرة الأمر الذي يساهم لاحقا في إيجاد حلول لها.

7- أهمية الدراسة:

تكتسب الدراسة الحالية أهميتها من ارتباطها الوثيق باستقرار اللبنة الأولى للمجتمع، وهي الأسرة في طور تكوينها الأول، بحيث تنبثق من كونها تتناول واحدة من أدق المراحل في بناء الأسرة، وتتجلى هذه الأهمية في الجوانب التالية:

أولاً: الأهمية النظرية (العلمية)

- ندرة التركيز الزمني: تساهم هذه الدراسة في إثراء التراث السيكولوجي من خلال التركيز على فئة "حديثي الزواج" (أقل من 4 سنوات)، وهي المرحلة التي تشهد تشكل النواة الأولى للتوافق أو الصراع، مما يوفر بيانات علمية حول طبيعة المخططات المعرفية في بداية العلاقة.

- العمق المنهجي: تبرز أهمية البحث في اعتماده على منهج دراسة الحالة الذي يغوص في فهم الديناميكية النفسية وتفسير كيفية تأثير هذه الأفكار على السلوك التفاعلي اليومي للأزواج.

- التأصيل المعرفي: تعزز الدراسة النظرية المعرفية (خاصة نموذج إليس) من خلال اختبار مفاهيمها في سياق الثقافة الأسرية المحلية لدى جيل الشباب.

ثانياً: الأهمية التطبيقية (العملية)

- التدخل الوقائي المبكر: تكمن القيمة العملية في إمكانية الاستفادة من النتائج في تصميم برامج إرشادية وتدريبية للمقبلين على الزواج وحديثي الزواج، تهدف إلى الحصانة المعرفية، عبر رصد وتصحيح الأفكار اللاعقلانية قبل أن تتحول إلى أزمات زواجية مزمنة.

- الحد من الانفصال المبكر: بما أن الإحصاءات تشير إلى أن السنوات الأولى هي الأكثر عرضة لخطر الطلاق، فإن هذه الدراسة تضع يد المختصين على المسببات المعرفية الدقيقة لهذا الانفصال، مما يساهم في خفض معدلات التفكك الأسري.

– تطوير الأدوات الإرشادية: تمد الدراسة المرشدين الأسريين والعياديين بنموذج تفسيري يساعدهم في تشخيص المشكلات الزواجية من منظور البناء المعرفي للزوجين، بدلا من التركيز فقط على المظاهر السطحية للخلافات.

8- هدف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عما إذا كانت الأفكار اللاعقلانية تساهم في انخفاض مستوى التوافق الزواجي لدى حديثي الزواج.

9- صعوبات الدراسة:

رغم السعي لتوفير الظروف الملائمة لإنجاز هذا البحث، إلا أن الدراسة واجهت مجموعة من الصعوبات الميدانية والمنهجية، تمثلت في:

– حساسية الموضوع: صعوبة استقطاب أزواج (كلا الزوجين) للحديث عن حياتهم الخاصة، نظرا للطابع الحميمي والسرّي الذي يغلف العلاقة الزوجية في المجتمع، مما تطلب وقتا طويلا لبناء جسر من الثقة مع الحالات.

– تحفظ المبحوثين (المقاومة): ميل بعض المبحوثين إلى "المرغوبية الاجتماعية"، أي محاولة إظهار حياتهم الزوجية بشكل مثالي، مما استدعى جهدا إضافيا في الملاحظة العيادية لكشف التناقضات بين القول والواقع.

– صعوبة ضبط متغير "حديثي الزواج": استغراق وقت طويل في البحث عن حالات تتوفر فيها الشروط المطلوبة (مدة زواج قصيرة)، مع ضمان تمثيلية جيدة لمتغيرات الدراسة مع مراعاة التنوع في السياقات الاجتماعية لضمان شمولية الفهم العيادي للظاهرة.

– طول أداة القياس: واجهت الباحثة أحيانا تململا من طرف المبحوثين نظرا لعدد فقرات مقياس الأفكار اللاعقلانية (52 فقرة)، مما تطلب تقسيم الجلسات أو توفير جو من التحفيز لضمان موضوعية الإجابة.

– الارتباطات المهنية والأسرية للحالات: صعوبة تنسيق المواعيد لإجراء المقابلات العيادية مع الزوجين في آن واحد، أو ضمان خصوصية المقابلة بعيدا عن تدخل الأطراف الأخرى.

– المقاومة الذكورية وصعوبة إشراك الزوج: تمثلت أكبر عقبة في الرفض القاطع من طرف الأزواج (الرجال) للمشاركة في الدراسة أو الخضوع للمقابلة العيادية، وهو ما يُفسر عياديا بقوة الآليات الدفاعية والتحفظ الاجتماعي اتجاه كشف تفاصيل الحياة الحميمية، مما أدى إلى حصر دراسة الحالة على الزوجات فقط كطرف متاح وأكثر رغبة في التفريغ الانفعالي.

خلاصة:

يجمع هذا العنصر بين شقين متكاملين، حيث يؤصل الإطار النظري للنظريات المعرفية التي توضح كيف تؤثر طريقة تفكير الإنسان والأفكار والتشوهات اللاعقلانية التي يتبناها (مثل التفكير الكارثي والتعميم) على إدراك وتفسير الأحداث اليومية، في حين تستعرض الدراسات السابقة جملة من المحددات والعوامل الواقعية المؤثرة في الحياة الزوجية، كمعايير اختيار الشريك، وعمل المرأة، وإدارة الأزمات المادية. ويكمن الهدف من الربط بينهما في فحص واستكشاف مدى انعكاس هذه المنظومة الفكرية والتشوهات المعرفية على استقرار وتوافق الزوجين، ومناقشة طبيعة هذا التأثير في ضوء النتائج والبيانات الواقعية للدراسة الحالية.

ويوضح التساؤل الذي اطلقت منه الإشكالية و الفرضية التي جاءت لمحاولة الإجابة عنه، مع توضيح المفاهيم الإجرائية الخاصة بالدراسة و أسباب اختيارها كموضوع للبحث بالضافة الى ابراز أهميته و الهدف من دراسته و الصعوبات التي وجدت.

الفصل الثاني

الإجراءات المنهجية للدراسـة

تمهيـد:

1- **الدراسة الاستطلاعية**

1-1- مكان الدراسة الاستطلاعية.

1-2- مدة الدراسة الاستطلاعية.

1-3- حالات الدراسة الاستطلاعية.

1-4- أدوات الدراسة الاستطلاعية.

1-5- نتائج الدراسة الاستطلاعية.

2- **الدراسة الأساسية.**

2-1- ميدان ومدة الدراسة الأساسية.

2-2- حالات الدراسة ومواصفاتها.

2-3- منهج وأدوات الدراسة الأساسية.

خلاصة:

تمهيد:

يمثل هذا الفصل الإطار المنهجي للدراسة، حيث يُقسَّم إلى جزأين رئيسيين: الدراسة الاستطلاعية والدراسة الأساسية.

ففيما يخص الدراسة الاستطلاعية، سيتم عرض الإطار المكاني والزماني الذي أُجريت فيه الدراسة، مع تحديد خصائص الحالات التي تم اختيارها بما يتلاءم مع طبيعة الدراسة، إضافة إلى توضيح الأدوات المعتمدة في جمع البيانات. أما بالنسبة للدراسة الأساسية، فسيتم التطرق إلى ميدان الدراسة ومدتها، وخصائص مجتمع الدراسة وعينتها، فضلًا عن عرض المنهج المتبع والأدوات المستخدمة في تنفيذ هذه الدراسة.

1- الدراسة الاستطلاعية:

1-1- مكان الدراسة الاستطلاعية:

أُنجزت الدراسة الاستطلاعية ضمن مقاربة ميدانية متعددة الأبعاد، حيث لم يتم حصرها في فضاء مؤسساتي محدد ، بل امتدت لتشمل مجموعة متنوعة من الفضاءات الاجتماعية التي يُحتمل تواجد الفئة المستهدفة بها. وقد استند اختيار هذه الفضاءات إلى أسلوب العينة القصدية، بما يضمن الوصول إلى أفراد تتوفر فيهم الخصائص المطلوبة، وعلى رأسها الحالة الزوجية. ويهدف هذا التنوع في مواقع إجراء الدراسة إلى تعزيز شمولية المعطيات الأولية، وتوفير فهم أعمق لخصائص مجتمع الدراسة، بما ينعكس إيجابا على ضبط أدوات البحث وتكييفها مع الواقع الميداني.

كما سمح هذا التوجه المنهجي بتوسيع نطاق الملاحظة وجمع البيانات في سياقات مختلفة، الأمر الذي يسهم في تحسين دقة النتائج الاستطلاعية، ويُعزز من صلاحية الإجراءات المعتمدة في الدراسة الأساسية لاحقا.

1-2- مدة الدراسة الاستطلاعية:

تمت الدراسة الاستطلاعية خلال الفترة الممتدة من 8 نوفمبر 2025 إلى غاية 25 جانفي 2026.

1-3- حالات الدراسة الاستطلاعية:

تكوّنت عينة الدراسة الاستطلاعية من مجموعة من الأزواج لم تتجاوز مدة زواجهم أربع سنوات و الذين تم اختيارهم من مختلف مناطق ولاية سعيدة، حيث شملت أماكن تواجدهم فضاءات متنوعة مثل الجامعات ، المستشفيات ، مختلف مرافق الوظيف العمومي والمؤسسات التعليمية، بما يعكس تنوع السياقات الاجتماعية والمهنية. وقد تراوحت أعمار المشاركين بين 20 و39 سنة، في حين بلغ حجم العينة عشرة (10) أزواج، أي ما يعادل عشرين (20) فردًا (زوج وزوجته). وتم اختيار هذه الحالات وفق معايير محددة تتماشى مع أهداف الدراسة ، قصد ضمان ملاءمتها لطبيعة البحث وتحقيق قدر من التنوع داخل العينة.

1-4- أدوات الدراسة الاستطلاعية:

تمثلت أدوات الدراسة الاستطلاعية في مقياس الأفكار اللاعقلانية لسليمان الريحاني بحيث قمنا بتوزيعه على الحالات السابقة الذكر مع الاعتماد على المقابلة والملاحظة بهدف التعرف الاولي على الميدان والتأكد من إمكانية تطبيق أدوات الدراسة .

1-4-1- الملاحظة العيادية:

تمت الملاحظة بطريقة مباشرة وبسيطة أثناء إجراء المقابلات، وركزت على السلوك العام للمشاركات مثل طريقة الكلام، درجة التفاعل، مدى التعاون، والارتياح أثناء الإجابة. كما ساعدت على ملاحظة مدى وضوح الأسئلة وملاءمتها، والتأكد من عدم وجود صعوبات كبيرة في التواصل أو فهم البنود.

1-4-2- المقابلة العيادية:

تم الاعتماد على المقابلة نصف موجهة بشكل كبير و الغير موجهة بشكل جزئي، بهدف جمع معلومات عامة حول الحالات مثل: السن، الحالة الاجتماعية، مدة الزواج، طبيعة السكن، وبعض الانطباعات العامة حول العلاقة الزوجية. كما ساعدت المقابلة في التأكد من فهم البنود من طرف المشاركات ومدى تقبلهم للإجابة، بالإضافة إلى التعرف بشكل أولي على وجود الظاهرة محل الدراسة (الأفكار اللاعقلانية والتوافق الزواجي).

الجدول (02): يوضح مجموعة الحالات محل الدراسة الاستطلاعية:

الحالات	التاريخ	المدة	الهدف من المقابلة
الحالة (إ. ر)	**2025/11/08**	حوالي 30 دقيقة لكل حالة	- التعرف على الميدان وضبط إجراءات الدراسة الميدانية. - التعرف على الحالات وشرح الدراسة لهم والحرص بعد تقديم مقياس الأفكار اللاعقلانية على فهم بنوده من خلال إزالة أي لبس او غموض حول أي عبارة من العبارات للإجابة بشكل جيد على البنود.
الحالة (ا.ر)	**2025/11/08**		
الحالة (ن.خ)	**2025/11/10**		
الحالة (ن. م)	**2025/11/12**		
الحالة (ب. ع)	**2025/11/20**		
الحالة (س. ح)	**2025/11/25**		
الحالة (ب.ف)	**2025/11/25**		
الحالة (ر.ع)	**2025/11/26**		
الحالة (ب.ف)	**2025/11/26**		
الحالة (م. ن)	**2025/11/27**		
الحالة (س. ح)	**2025/02/27**		
الحالة (ب.ف)	**2025/12/01**		
الحالة (ب.س)	**2025/12/01**		
الحالة (ح. ع)	**2025/12/02**		
الحالة (م. ع)	**2025/12/06**		
الحالة (م. ح)	**2026/02/19**		

الحالة (ن.ع)	**2026/02/19**
الحالة (أ. م)	**2026/01/20**
الحالة (س. ا)	**2026/01/25**
الحالة (م.م)	**2026/01/25**

1-4-3- مقياس الأفكار اللاعقلانية لسليمان الريحاني:

- **التعريف بمقياس الأفكار اللاعقلانية:**

وضعه "إليس" إحدى عشر فكرة وأضاف لها "الريحاني فكرتين عام 1985 يرى أنهما منتشرتان في المجتمعات العربية هما:

- ينبغي للشخص أن يتصف بالجدية والرسمية في معاملة الآخرين حتى تكون له قيمة أو مكانة محترمة.
- لا شك أن مكانة الرجل هي الأهم فيما يتعلق بعلاقته بالمرأة .

وبذلك يتكون هذا المقياس من 13 فكرة فرعية تشتمل كل منها على أربع فقرات نصفها ايجابي يتفق مع الفكرة ونصفها الآخر سلبي يختلف معها وينقضها ووزعت فقرات المقياس على 52 عبارة والتي تم ترتيبها على نحو يضمن تباعد العبارات التي تقيس البعد الواحد وذلك حسب الجدول التالي: (الريحاني، 1985، ص197):

الجدول رقم (03): يوضح عبارات مقياس الأفكار اللاعقلانية ومضمونها الموجبة والسالبة

رقم الفكرة	مضمون الفكرة	أرقام الفقرات التي تقيسها	
		الموجبة	السالبة
الأولى	من الضروري أن يكون الشخص محبوبا من كل المحطين به (طلب الاستحسان من الجميع)	14 - 01	40 - 27
الثانية	يجب على الفرد أن يكون كفء أو منجزا بدرجة عالية حتى يمكن اعتباره شخصا مهما (ابتغاء الكمال الشخصي)	41 - 28	15 - 02

الثالثة	بعض الناس أشرار وجبناء يستحقون العقاب والتوبيخ (اللوم القاسي للذات وللآخرين)	42 – 29	16 – 03
الرابعة	من المصائب الكبرى أن تسير الأمور بعكس ما يتمنى الفرد (الاعتقاد لتوقع الكوارث)	17 – 04	43 – 30
الخامسة	المصائب والتعاسة تعود أسبابها للظروف الخارجية (التهور الانفعالي)	44 – 31	18 – 05
السادسة	الأشياء المخيفة تستدعي الاهتمام بشكل دائم (القلق الزائد)	45 – 32	19 – 06
السابعة	من الأفضل تجنب الصعوبات بدلا من مواجهتها (تجنب الصعوبات والمسؤوليات)	20 – 07	46 – 33
الثامنة	يجب اعتماد الشخص على الآخرين، وأن يكون هناك من هو أقوى منه ليعتمد عليه (الاعتماد على الآخرين)	47 – 34	21 – 08
التاسعة	الأحداث الماضية تقرر السلوك في الحاضر ولا يمكن تجاهلها أو استئصالها (الشعور بالعجز)	22 – 09	48 – 35
العاشرة	ينبغي للشخص أن يحزن لما يصيب الآخرين من مشاكل واضطرابات (الانزعاج لمشاكل الآخرين)	49 – 36	23 – 10
الحادية عشر	يوجد حل دائم ومثالي لكل مشكلة لابد من إيجاده (ابتغاء الحلول الكاملة)	24 – 11	50 – 37
الثانية عشر	ينبغي للشخص أن يتصف بالجدية والرسمية في تعامله مع الآخرين حتى تكون له قيمة ومكانة محترمة بين الناس والآخرين (الجدية والرسمية في التعامل مع الآخرين)	25 – 12	51 – 38
الثالثة عشر	لا شك أن مكانة الرجل هي الأهم فيما يتعلق بعلاقته مع الآخرين (الاعتقاد بتفوق الرجل على المرأة)	52 – 39	26 – 13

- طريقة الإجابة على مقياس الأفكار اللاعقلانية:

تكون الاجابة عن الفقرات المقياس المكونة من 52 فقرة إما بنعم وذلك حينما يوافق المفحوص على العبارة ويقبلها، أو بـ "لا " حينما لا يوافق المفحوص على العبارة. (الريحاني 1985، ص 198).

- طريقة تصحيح مقياس الأفكار اللاعقلانية:

تعطى القيمة 02 للإجابة التي تدل على قبول المفحوص للفكرة العقلانية وتعطى القيمة 01 للإجابة التي تدل على رفض المفحوص للفكرة غير العقلانية، وبالتالي يعكس ميزان الدرجات للعبارات السالبة أو العكسية .

الدرجة الدنيا على كل بعد من الأبعاد لـ 13 هي 04 درجات وهي قيمة تعبر عن درجة عالية من التفكير العقلاني وتنم عن رفض تام للفكرة اللاعقلانية .

الدرجة العليا على كل بعد من الإبعاد لـ 13 هي 08 درجات وهي تعبر عن درجة عالية من التفكير اللاعقلاني وتتم عن قبول المفحوص للفكرة اللاعقلانية.

الدرجة الكلية تتراوح بين 52 درجة كحد أدنى وهي تعبر عن رفض المفحوص لجميع الأفكار اللاعقلانية التي يمثلها المقياس و 104 درجات كحد أعلى (وهي تعبر عن قبول المفحوص الجميع الأفكار غير العقلانية التي يمثلها المقياس).

الجدول رقم (04): يوضح مفتاح تصحيح مقياس الأفكار اللاعقلانية

مستوى الأفكار اللاعقلانية	المدى (مجموع الدرجات)
مستوى ضعيف (منخفض)	من 52 إلى 69
مستوى متوسط	من 70 إلى 87
مستوى مرتفع	من 88 إلى 104

- خصائص مقياس الأفكار اللاعقلانية:

يستخدم هذا المقياس في أغراض تشخيصية، فهو يكشف عن الأفكار غير العقلانية التي يتمسك بها الفرد ويؤيدها وتؤثر في تقويمه للأحداث الخارجية، وبالتالي تعتبر مسئولة عن اضطرابه النفسي وفقا لأحدث النظريات السلوكية المعرفية.

صدق مقياس الأفكار اللاعقلانية:

قام الريحاني 1985 بعرض المقياس على مجموعة من المحكمين المتخصصين في علم النفس وتبين أن المقياس يتمتع بدلالات صدق منطقي بلغت 90 % بين المحكمين وذلك على صدق الفقرات في قياس البعد الذي وضعت لقياسه، كما ثبت أنه يتمتع بدلالتي صدق تجريبية ظهرت في قدرة المقياس على التمييز بين العصابيين والأسوياء حيث دل تحليل التباين إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 بين متوسط درجات العصابيين ومتوسط درجات الأسوياء على الدرجة الكلية للمقياس. وكذلك دلت نتائج التحليل التمييزي على أن جميع أبعاد الاختبار تتصف بالقدرة على التمييز بين الأسوياء والعصابيين حيث تراوحت قيم (ف) المعاملات التمييز بين 3.94 و 17.3 بمستويات دلالة تراوحت بين 0.05 و 0.01.

ثبات مقياس الأفكار اللاعقلانية:

قام الريحاني 1985 بحساب الثبات عن طريق إعادة الاختبار وتراوحت معاملات الثبات للدرجات الفرعية ما بين 0.45 و 0.83 بمتوسط مقداره 0.70.

وحينما حسب معامل الثبات على أساس الدرجة الكلية للمقياس بلغ معامل الثبات 0.85. كذلك تم حساب معاملات الثبات عن طريق الاتساق الداخلي باستخدام ألفا كرونباخ وتراوحت قيم الثبات الأبعاد المقياس لـ 13 ما بين 0.54 و 0.91 بمتوسط مقداره 0.79. أما معامل الثبات المحسوب على أساس الدرجة الكلية فبلغ 0.92 وبلغ معامل الارتباط في دراسة الشيخ 1986 بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني 0.91 وذلك بفاصل زمني مقداره 15 يوما بين التطبيقين.

1-5- نتائج الدراسة الاستطلاعية:

من بين الحالات التي تمّ التواصل معها في إطار الدراسة الاستطلاعية، تمّ اختيار أربعة حالات فقط من جنس انثى لتكون عيّنة الدراسة الأساسية، وذلك استنادًا إلى نتائج تطبيق مقياس الأفكار اللاعقلانية. ويعود اختيار هذه الحالات تحديدًا إلى إبدائها مستوى مرتفعًا من التفاعل والاستجابة لموضوع الدراسة، إضافة إلى استعدادها للتعاون مع الباحثة، وهو ما يُعدّ شرطًا أساسيًا لضمان دقّة المعطيات وموثوقيتها. كما تمّ انتقاء هذه الحالات بناءً على تطبيق مقياس الأفكار العقلانية لسليمان الريحاني، حيث أظهرت النتائج ارتفاعًا ملحوظًا في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى هذه الحالات الأربعة مقارنة بغيرها. في المقابل تمّ استبعاد باقي الحالات إمّا لعدم استعدادها للتجاوب مع متطلبات البحث، أو لعدم تحقيقها مستوى كافيًا من الأفكار اللاعقلانية، وهو ما لا يتماشى مع أهداف الدراسة ومعايير اختيار العيّنة.

الجدول (05): يوضح نتائج تفريغ مقياس الافكار اللاعقلانية لكل حالة

الحالة	الدرجة المتحصل عليها من مقياس الأفكار اللاعقلانية	التصنيق
(إ. ر)	90	مرتفع
(ا.ر)	58	ضعيف
(ن.خ)	68	ضعيف
(ن. م)	84	متوسط
(ب. ع)	53	ضعيف
(س. ح)	88	مرتفع
(ب.ف)	67	ضعيف
(ر. ع)	78	متوسط
(ب.ف)	90	مرتفع
(م. ن)	72	متوسط

(س. ح)	85	متوسط
(ب.ف)	59	ضعيف
(ب.س)	63	ضعيف
(ح. ع)	89	مرتفع
(م. ع)	91	مرتفع
(م. ح)	96	مرتفع
(ن.ع)	71	متوسط
(أ. م)	74	متوسط
(س. إ)	89	مرتفع
(م.م)	77	متوسط

2- الدراسة الأساسية:

2-1- ميدان ومدة الدراسة الأساسية:

أجريت الدراسة الأساسية في جامعة سعيدة الدكتور مولاي الطاهر كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، دائرة عين الحجر ولاية سعيدة، وامتدت الدراسة حوالي ثلاثة أشهر ابتداء من 2026/01/26 إلى غاية 2026/04/15.

2-2- حالات الدراسة ومواصفاتها:

في إطار الانتقال من الدراسة الاستطلاعية إلى الدراسة الأساسية، تمّ تحديد عيّنة البحث بالاعتماد على أسس علمية واضحة تنسجم مع أهداف الدراسة ومتطلباتها. حيث تمّ اختيار أربع حالات من بين الحالات التي شملتها الدراسة الاستطلاعية، وذلك بعد التأكد من استيفائها لشروط البحث، سواء من حيث الاستعداد للتعاون أو مدى ملاءمة خصائصها لموضوع البحث. وقد اقتصرت هذه العيّنة على فئة الإناث، حيث تراوحت أعمارهن بين 23 و26 سنة، وجميعهن طالبات بجامعة سعيدة الدكتور مولاي الطاهر، تتراوح مدة زواجهن من 8 أشهر إلى 4 سنوات، وبعضهن أمهات والبعض الآخر ليس بعد. ويعكس هذا الاختيار

توجّهًا مقصودًا نحو تحقيق قدر من التجانس داخل العيّنة، بما يسمح بإجراء تحليل أكثر دقّة وعمقًا، ويساهم في تعزيز موثوقية النتائج المتوصل إليها في الدراسة الأساسية.

2-3- منهج وأدوات الدراسة الأساسية:

اعتمدت هذه الدراسة على منهج دراسة الحالة، وهو منهج كيفي يهدف إلى التعمق في فهم الظاهرة المدروسة من خلال تحليل حالات محددة داخل سياقها الطبيعي، مع التركيز على الخصوصيات الفردية لكل حالة. ويُعد هذا المنهج مناسبًا لطبيعة الدراسة الحالية، لأنه يسمح بجمع معطيات غنية وشاملة تساعد على فهم أبعاد الظاهرة النفسية المدروسة بشكل دقيق.

أما بالنسبة إلى أدوات جمع البيانات، تم الاعتماد على:

2-3-1- الملاحظة العيادية:

كما تم الاعتماد على الملاحظة كأداة مكملة، وهي تقنية منهجية تهدف إلى رصد السلوكيات وردود الأفعال كما تحدث في الواقع دون تدخل مباشر، مما يسمح بجمع معطيات سلوكية دقيقة تدعم نتائج المقابلة. حيث وظفتها الباحثة لرصد السلوكيات غير اللفظية وردود الأفعال العفوية للحالات أثناء جلسات الفحص. وقد شمل ذلك تتبع التغيرات الانفعالية، مثل نبرة الصوت، تعبيرات الوجه، وحركات الجسد، خاصة عند مناقشة المواضيع المتعلقة بالتوافق الزواجي أو الإجابة على فقرات مقياس الأفكار اللاعقلانية. وتكمن أهمية هذه التقنية في قدرتها على كشف "المقاومة النفسية" أو التناقض بين الخطاب اللفظي والحالة الوجدانية الفعلية للمبحوث، مما سمح بجمع معطيات سلوكية دقيقة ساعدت في تفسير النتائج العيادية بعمق، وفهم الكيفية التي تترجم بها الأفكار اللاعقلانية إلى سلوكيات ملموسة داخل السياق الزواجي.

2-3-2- المقابلة العيادية:

المقابلة العيادية باعتبارها أداة أساسية في البحث النفسي، وهي تقنية تواصل مباشر بين الباحث والمبحوث تهدف إلى جمع معلومات معمقة حول الخبرات والتجارب الشخصية. وقد استُخدمت في هذه الدراسة ثلاثة أنماط من المقابلة العيادية، وهي: المقابلة غير الموجهة التي تترك فيها حرية التعبير للمبحوث دون تدخل كبير من الباحث، والمقابلة نصف الموجهة التي تعتمد على دليل أسئلة تم تحضيره مسبقا مع إمكانية التوسع والتعمق حسب استجابات الحالة، إضافة إلى المقابلة الموجهة التي تكون فيها الأسئلة محددة ومباشرة للحصول على معلومات دقيقة حول جوانب معينة.

إضافة إلى ذلك، تم استخدام مقياس التوافق الزواجي الذي يهدف إلى قياس مستوى التوافق بين الزوجين من خلال مجموعة من الأبعاد النفسية والاجتماعية، مما ساهم في تدعيم تحليل المعطيات وتعزيز دقة النتائج النهائية.

فيما يلي سنعرض جدولا يتضمن تاريخ ومدة المقابلات والهدف منها:

الجدول رقم (06): يوضح ملخص المقابلات

المقابلة	الحالات	التاريخ	المدة	الهدف من المقابلة
المقابلة الأولى	الحالة (س. ح)	**2026/01/18**	1 ساعة	شرح العمل المطلوب وجمع البيانات والمعطيات الأولية
	الحالة (ب.ف)	**2026/01/18**	30 دقيقة	
	الحالة (ب.س)	**2026/01/19**	50 دقيقة	
	الحالة (ع. م)	**2026/01/19**	45 دقيقة	
	الحالة (ب. ن)	**2026/01/20**	45 دقيقة	
المقابلة الثانية	الحالة (س. ح)	**2026/01/25**	1ساعة و 15د	عرض دليل المقابلة الأول الخاص بالأفكار اللاعقلانية مع التركيز على طريقة الإجابة وملاحظة كافة الانفعالات
	الحالة (ب.ف)	**2026/01/25**	50دقيقة	
	الحالة (ب.س)	**2026/01/26**	1ساعة و 30د	
	الحالة (ع. م)	**2026/01/26**	ساعة	

	الحالة (ب. ن)	**2026/01/27**	1ساعة و 20د	
المقابلة الثالثة	الحالة (س. ح)	**2026/02/01**	50 دقيقة	عرض دليل المقابلة الثاني الخاص بالتوافق الزواجي
	الحالة (ب.ف)	**2026/02/01**	45 دقيقة	
	الحالة (ب.س)	**2026/02/02**	50 دقيقة	
	الحالة (ع. م)	**2026/02/02**	50 دقيقة	
	الحالة (ب. ن)	**2026/02/18**	50 دقيقة	
المقابلة الرابعة	الحالة (س. ح)	**2026/02/08**	1ساعة و 10د	برمجة مقابلة مفتوحة (إرشادية)
	الحالة (ب.س)	**2026/02/09**	1 ساعة و 30د	
	الحالة (ع. م)	**2026/02/09**	1 ساعة	
المقابلة الخامسة	الحالة (س. ح)	**2026/02/08**	30 دقيقة	تطبيق مقياس التوافق الزواجي
	الحالة (ب.ف)	**2026/02/08**	30 دقيقة	
	الحالة (ب.س)	**2026/02/09**	30 دقيقة	
	الحالة (ع. م)	**2026/02/09**	45 دقيقة	
	الحالة (ب. ن)	**2026/02/22**	45 دقيقة	

2-3-3- مقياس التوافق الزواجي:

- تعريف مقياس التوافق الزواجي:

أعد مقياس التوافق الزواجي من طرف العادلي (2012)، وتم تعديله من قبل الجمعان وجف (2016). يتكون المقياس من 35 عبارة موزعة على ثلاث مجالات، وهي (الشعور بالرضا والسعادة، بالتعاطف والثقة المتبادلة، القدرة على حل المشكلات)، تتكون من (12,11,12) فقرة ومدرج خماسي (تماما، غالبا، أحيانا، نادرا، أبدا)، وترميزها يعطى كالتالي(5,4,3,2,1) وبالتالي تكون أعلى درجة (175)، وأقل درجة (35) والمتوسط الفرضي للمقياس (105)(عبيد، 2018، ص15).

- الخصائص السيكومترية لمقياس التوافق الزواجي:

- قياس صدق المقياس:

- قياس الصدق عن طريق المقارنة الطرفية:

تم تقدير صدق المقياس بطريقة المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي)، حيث تم ترتيب درجات أفراد العينة الاستطلاعية تنازليا وأخذ المجموعتين المتطرفتين العليا والدنيا بنسبة 30%، ثم المقارنة بينهما باستخدام اختبار "ت" للعينتين المستقلتين، والجدول التالي يوضح النتائج:

جدول رقم (07): يبين نتائج اختبار "ت" لمقارنة متوسطي التوافق الزواجي عند المجموعتين المتطرفتين في العينة الاستطلاعية

المتغير المقاس	مجموعات المقارنة	ن	م	ع	درجة الحرية	قيمة "ت"
التوافق الزواجي	العليا	09	157.56	6.98	16	6.18
	الدنيا	09	130.22	11.27		

يتضح من خلال الجدول (07) أن متوسط التوافق الزواجي عند المجموعة العليا (157.56) بانحراف معياري (6.98)، بينما بلغ المتوسط عند المجموعة الدنيا (130.22) بانحراف معياري (11.27)، وبلغت "ت" القيمة (6.18) بمستوى دلالة (0.000)، أي أنها دالة إحصائيا؛ بناء على هذه النتائج يمكن القول أنه توجد فروق بين متوسطي التوافق الزواجي عند المجموعتين العليا والدنيا، مما يدل على أن المقياس يتمتع بصدق تمييزي.

- قياس ثبات المقياس:

- قياس الثبات عن طريق التجزئة النصفية:

تم حساب معامل ثبات المقياس من خلال معامل ثبات الاتساق الداخلي باستخدام معادلة ألفا لكرونباخ، **والجدول (08)** يوضح نتائج حساب معامل الثبات.

الجدول (08): قيم معامل ثبات الاتساق الداخلي لمقياس التوافق الزواجي وأبعاده

الأبعاد	عدد الفقرات	الفاكرونباخ
الشعور بالرضا والسعادة	12	0.86
بالتعاطف والثقة المتبادلة	11	0.76
القدرة على حل المشكلات	12	0.65
المقياس ككل	35	0.86

من دراسة الجدول (08) والمتضمن قيم معامل ثبات الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس التوافق الزواجي وللمقياس ككل نلاحظ أنه تراوحت قيم معامل الثبات ما بين (0.65-0.86) وهي قيم عالية تدل على تمتع المقياس بمعاملات ثبات جيدة.

- حساب الثبات عن طريق معامل ألفا كرونباخ:

تم حساب ثبات مقياس التوافق الزواجي بطريقة ألفا كرونباخ، والجدول رقم (09) يوضح النتيجة المتحصل عليها:

الجدول (09) معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس التوافق الزواجي (ن=30)

	معامل الثبات ألفا كرونباخ	درجة الدلالة
مقياس التوافق الزواجي	0.86	دال عند 0.01

إذن يتضح من خلال حساب معاملات الصدق والثبات لأدوات الدراسة أنها مرتفعة، ويمكن الاطمئنان لتطبيقها في الدراسة الأساسية.

خلاصة:

تناول هذا الفصل الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية؛ حيث بدأت بالدراسة الاستطلاعية على عينة من 10 أزواج (20 فرداً) من حديثي الزواج بولاية سعيدة، واستُخدم فيها مقياس الأفكار اللاعقلانية لسليمان الريحاني والملاحظة والمقابلة لضبط أدوات البحث. وبناءا على نتائج المقياس، تم التعامل مع 04 حالات من الإناث اللواتي حققن مستويات مرتفعة من الأفكار اللاعقلانية ليمثلن عينة الدراسة الأساسية بجامعة سعيدة. وقد اعتمدت الدراسة الأساسية على منهج دراسة الحالة، ووظفت الملاحظة والمقابلات العيادية (عبر 5 جلسات)، إلى جانب تطبيق مقياس التوافق الزواجي (للعادلي والجمعان وجف)؛ والذي أكدت مؤشراته السيكومترية من صدق تمييزي وثبات (ألفا كرونباخ) صلاحية الأدوات وكفاءتها العالية لتطبيقها والاطمئنان لنتائجها.

الفصل الثالث

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد:

1 - عرض نتائج الدراسة.

1-1- عرض نتائج الحالة الأولى.

1-2- عرض نتائج الحالة الثانية.

1-3- عرض نتائج الحالة الثالثة.

1-4- عرض نتائج الحالة الرابعة.

2- مناقشة نتائج الدراسة.

خلاصة

تمهيد:

يعد هذا الفصل من أهم فصول الدراسة، إذ يمثل الجانب التطبيقي الذي يتم من خلاله عرض النتائج الميدانية وتحليلها ومناقشتها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة. فبعد التطرق في الفصلين السابقين إلى الجوانب النظرية والمنهجية المتعلقة بموضوع الدراسة، يأتي هذا الفصل للكشف عن طبيعة العلاقة بين متغيرات الدراسة، وذلك اعتمادا على المعطيات التي تم جمعها باستخدام أدوات الدراسة المتمثلة في المقابلة العيادية ، الملاحظة، ومقياسي الأفكار اللاعقلانية والتوافق الزواجي.

يهدف هذا الفصل إلى تقديم عرض منظم لنتائج الحالات محل الدراسة، من خلال تحليل مضمون المقابلات وربطها بنتائج المقاييس المعتمدة، قصد الوصول إلى فهم أعمق للعلاقة بين المتغيرين. كما سيتم تفسير النتائج ومناقشتها في ضوء ما جاءت به الأدبيات النفسية وبعض الدراسات السابقة.

1- عرض نتائج الدراسة:

1-1- عرض نتائج الحالة الأولى:

- **البيانات الأولية:**

الاسم: ف

الجنس: أنثى

السن: 22 سنة

المستوى الدراسي: جامعي

سن الزوج: 32 سنة

مهنة الزوج: تاجر

مدة الزواج: 8 أشهر

عدد الأطفال: لا يوجد

طبيعة السكن: مستقل

المستوى الاقتصادي: متوسط

- **ملخص المقابلات:**

الحالة (ف) تبلغ من العمر 22 سنة، متزوجة منذ 8 أشهر من زوج يكبرها بـ 10 سنوات، ذات مستوى جامعي في تخصص لا يوجد في ولايتها مما جعلها تقيم طيلة أيام الدراسة بالسكن الجامعي لولاية سعيدة، لأنها وزوجها ينحذران من ولاية أخرى والتي بها بيت الزوجية بشكل مستقل.

أثناء المقابلات بدت الحالة ذات مظهر عام متناسق وملابس نظيفة، كما اتسمت طريقة كلامها بالهدوء وكانت نبرة صوتها مفهومة يغلب عليها الجدية. أظهرت الحالة درجة تفاعل جيدة أثناء المقابلة مع وجود تواصل بصري واضح، كما بدت حالتها الانفعالية متزنة ومستقرة نسبيا. لوحظ أثناء المقابلة أن الحالة كانت شبه مترددة في بعض الإجابات، إذ كانت أحيانًا تتظاهر بعدم فهم السؤال قبل الإجابة عنه، كما بدت جالسة بطريقة منبسطة مع تشبيك يديها، وهو ما قد يعكس نوعا من التحفظ أو الحذر في التعبير عن بعض الجوانب الشخصية. في المقابل، لوحظ تغير واضح في تعابيرها غير اللفظية عند الحديث عن زوجها، حيث كانت تتسع حدقتا عينيها وتظهر ابتسامة واسعة وتلقائية. وقد صرحت أن سبب مشاركتها في الدراسة يتمثل في مساعدة الطالبة في إنجاز مشروع التخرج والاستفادة من تجربتها الشخصية ومحاولة فهم طبيعة العلاقات الزوجية باعتبارها في بداية حياتها الزوجية.

عند الحديث عن الحالة في بيت أهلها قالت بأنها لا تتذكر كثيرا التفاصيل وأنها في العموم كانت الطفلة المدللة وسط عائلة سعيدة وحنونة. أب الحالة متزوج من ثلاث زوجات

كانت أولهم أم الحالة ولديه أبناء من كل زوجة فيهن وهم يعيشون معا وكأنهم عائلة واحدة في قولها:" متفاهمين غاية و معندناش مشاكل خاصة وأنه أمي متقبلة فكرة زواج بابا"، وعند سؤالها كيف تقبلت أمها فكرة زواج الأب صرحت بأنه: "خاطرش كانت تبغيه ولي يبغي يدير كلش على خاطر حبيبه وعندها الصح ".

وبما أن الحالة تعتبر آخر العنقود وجدت نفسها مجابة المطالب في كل شيء حتى من طرف الإخوة وتعتبر أختها الكبرى بمثابة أمها: "أختي هي لي رباتني نقد نقول عليها ماما الزاوجة وخوتي الصوالح لي تحرمو منهم وفروهملي قاع ميقولوليش لا".

تصف الحالة علاقتها الزوجية بأنها جد مستقرة ولا يوجد فيها أي نوع من الخلافات بحيث كان الزواج عن حب والخطوبة دامت 5 سنوات. وبالحديث عن زوجها صرحت بأنه أول حب معبرة عن ذلك بـ: "كنت منبغيش هاد العلاقات ومركزة على قرايتي بصح هو حسيت ربي رسلهلي". وعند سؤالها كيف شعرت أنه الشخص المناسب أجابت: "كي تكوني صغيرة وتحلي عينييك على بنادم تكبري على طبايعه وتولي تبغيه".

صرحت الحالة أنها قد تعرضت للسحر في فترة سابقة من حياتها ولا تزال تعاني من ذلك، وهذا يجعلها لا تحكي أسرارها أو تفاصيل حياتها لمن حولها: "أنا كنت بهلولة ونية ونحكي كلش بصح بعد لي شفته صاي مانيش نحكي، حتى صحاباتي وحتى عقدت عاد خبرتهم"، وأنها يمكن أن تتخلى عن حياتها من أجل إسعاد زوجها، وتعتقد أن الخلاف يعني فشل الزواج وبالتالي تحاول عدم الدخول في أي نقاشات مع الزوج، وهي تميل إلى المبالغة في توقع الحياة السعيدة فهي ترى أنها بزواجها قد بلغت أسمى الأهداف الحياتية. وأنها يمكن أن تقوم بأشياء لا ترغب فيها فقط لكي لا يغضب الزوج أو لكي يرتاح.

الحالة ترى أن سعادة البيت من مسؤويتها هي وفقط أما تسيير أمور المنزل فتخص الزوج وحده ولا تتدخل هي فيها بقولها: "الراجل يقعد راجل والمرأة عنها حدود هي لي يا بيها

تتساوا الحالة ولا تخسر". تحمل الحالة نفسها المسؤولية في التوتر الذي يمكن أن يحصل بحجة أنها صغيرة ويمكن أن لا تعرف كل شيء. كما كانت الحالة تكرر عبارات مثل: "ما نتصورش حياتي بلا بيه"، "مستحيل نتقبل واحداخر يا هو يا الموت"، "كي ديته هو صاي الحمد لله هاداك هو الصح في حياتي"، "أنا مندخلش دارنا في مشاكل داري وتاني هو وحتى لكأن يدخلو دارهم مغاديش يضروني لأن أمه تحبني"، هكذا عبرت الحالة عند سؤالها إلى أي درجة يمكن لعائلتيهما التدخل في حياتهما.

تصف الحالة نفسها بالعجز عن اتخاذ أي قرار خاص بحياتها وأنها دائما ما يجب أن تستشير زوجها في أمورها الشخصية، وهذا راجع لمدى رزانة الزوج وحكمته: "عمري وندي قرار وحدي مستحيل صح نتناقشو بصح دايمن قراره هو السليم وحتى في دارهم هاك هو الكل في الكل هدرته هي لي تمشي". بعد الحديث عن الزوج و كيف أنه هو من يسير أفراد عائلته قالت الحالة بأن والده قد توفي وهو بعمر صغير وهو من أعان أسرته، لذلك يرون بأن له الحق في تسيير أمورهم، خاصة أخته الصغرى التي منعها من الدراسة ومن اقتناء هاتف نقال والسبب كما جاء على لسأن الحالة: "يقول لأخته أنت جوهرة نقية ونبغي نحافظ عليك من التلوث لي راه فالعالم".

من خلال المقابلة ظهر الشريكين يتمتعان بمستوى تواصل جيد مع عدم وجود أي خلافات مع تفاهم ممتاز بينهما، خاصة وأنهما يتمتعان بحس الحوار الذي دائما ما ينتهي بما يمليه عليها الزوج، فهي ترى أنه أدرى بمصلحتها دائما. ترى الحالة بأنه ليس من الضروري أن يعبر لها الزوج عن تقديره لمجهوداتها فهي تعرف ذلك من تصرفاته، فهو يعبر عن حبه كثيرا وغالبا ما يناديها بأسماء دلع في قولها: "دايما يلغالي غير خير ما".

تبعا لما صرحت به الحالة فإن علاقتها هي وزوجها مبنية بشكل كبير على الصدق والصراحة، فهي تقول أنها تخبره بكل شيء عن تفاصيل يومها ولا تتوانى عن ذلك مهما كانت

العواقب، وأنها بالأساس لا يمكن أن يصدر منها أي تصرف ترى أنه يمكن أن يزعجه أو يثير غضبه.

عند التطرق عن تقييم الحالة ورضاها عن حياتها الزوجية عبرت أنها راضية جدا عنها بنسبة 1000/100 قائلة أيضا: "عمري ولا ندمت لي تزوجته يصرا لي يصرا نشوف فيه ولدي وأصلا هو محسسني بلي أنا كلش عنده وراني عارفاته بلي حنين حتى وأنا بعيدة يخمم فيا وعمري وحسيت بلي كاينة ديك المسافة بيناتنا لي جابتها القراية".

- **التذكير بنتائج مقياس الأفكار اللاعقلانية:**

تحصلت الحالة على درجة 90 من 104، مما يدل على ارتفاع مستوى الأفكار اللاعقلانية، وقد ظهرت أعلى الدرجات في:

- فكرة الحاجة الملحة للحب والقبول والاستحسان المطلق (البعد الأول):

تظهر في تحويل الحالة لحب زوجها إلى شرط وجودي للحياة، حيث أسقطت نموذج أمها التي ضحت وتقبلت زواج زوجها من امرأتين لمجرد أنها تحبه، حسب تعبيرها: "تبغيه"، فصارت الحالة تربط قيمتها كليا برضا شريكها واستحسانه، وتكرر بعجز: "ما نتصورش حياتي بلا بيه"، و"مستحيل نتقبل واحد آخر يا هو يا الموت".

- فكرة تجنب الصعوبات والمواجهات (البعد السابع):

تتضح في ميلها لتجنب أي نقاش أو حوار قد يحمل اختلافاً في وجهات النظر، وتضحيتها برغباتها وخضوعها التام لما يمليه الزوج، والتصرف وفق ما يرضيه فقط لشراء السلام الزواجي، وصرحت بذلك عندما أشارت إلى أنه يمكن أن تقوم بأشياء لا ترغب فيها فقط لكي لا يغضب الزوج أو لكي يرتاح.

- فكرة التفكير الكارثي والتهويل وتوقع الأزمات (البعد الرابع):

تبرز في تفسيرها المعرفي المتطرف للخلافات، فهي لا ترى الخلافات كظاهرة طبيعية بل ككارثة حتمية تعني النهاية والانهيار، وتؤمن بأن "الخلاف يعني فشل الزواج"، كما يظهر التهويل في الحذر الشديد والتوجس من المحيط وكتمان أسرارها نتيجة تعرضها للسحر سابقاً "بعد لي شفته صاي مانيش نحكي".

- فكرة الاعتمادية المفرطة على الآخرين والشعور بالعجز (البعد الثامن والتاسع):

تتجسد في وصفها لنفسها بالعجز التام عن اتخاذ أي قرار شخصي وإحالة القيادة المعرفية والسلوكية للزوج بحجة رزانته وحكمته وفارق السن بينهما، وصرحت جازمة: "عمري وندي قرار وحدي مستحيل... دايمن قراره هو السليم".

- فكرة ابتغاء الحلول الكاملة والمثالية المطلقة (البعد الحادي عشر):

تظهر في مبالغتها في توقع الحياة السعيدة الخالية تماما من الكدر، واعتبار الزواج هو منتهى الغايات الإنسانية "بلغت أسمى الأهداف الحياتية"، وينعكس هذا في تضخيم نسبة رضاها الزواجي بشكل غير واقعي "راضية جداً بنسبة 100/1000".

- فكرة الجمود المعرفي في لوم الذات وتفوق الرجل (البعد الثالث والثالث عشر):

تظهر في تبريرها لسلطة الزوج المطلقة ومنعه لأخته من الدراسة والحرية وتسمية ذلك "حماية للجوهرة"، وتبريرها بأن "الراجل يقعد راجل والمرأة عندها حدود"، كما تحمل نفسها مسبقاً مسؤولية أي توتر زواجي محتمل بحجة صغر سنها وقلة خبرتها.

- **نتائج مقياس التوافق الزواجي:**

تحصلت الحالة على درجة 43، مما يدل على توافق زواجي مرتفع. وقد ظهر التوافق خاصة في:

- حسن العشرة.

- القناعة بالعلاقة.
- جودة التواصل.
- التفاهم والتوافق.
- التعبير الانفعالي.

- **تحليل النتائج:**

من خلال المعطيات المتحصل عليها عبر المقابلة العيادية والملاحظة، إضافة إلى نتائج مقياس الأفكار اللاعقلانية ومقياس التوافق الزواجي، تبين أن الحالة تعيش علاقة زوجية تتسم بدرجة مرتفعة من الانسجام العاطفي والتعلق القوي بالزوج، حيث تصفه بأنه "أول حب"، وأنه يمثل مصدر الأمان والاستقرار في حياتها، كما يظهر ذلك من خلال تكرارها لعبارات تؤكد مكانته المركزية في حياتها.

وقد كشفت المقابلة أن الحالة تتبنى مجموعة من الأفكار اللاعقلانية، خاصة تلك المرتبطة بالمبالغة في الحاجة إلى الحب والقبول والخوف من فقدان العلاقة الزوجية، حيث صرحت بأنها لا تستطيع تخيل حياتها دون زوجها، كما ترى أن أي خلاف زوجي قد يؤدي إلى فشل العلاقة، الأمر الذي يعكس نمطاً من التفكير القائم على التهويل والانفعال العاطفي الزائد.

كما يظهر من خلال حديثها أنها تميل إلى تجنب الصراعات والخلافات الزوجية حفاظاً على استقرار العلاقة، حتى وإن كان ذلك على حساب التعبير الحر عن رغباتها أو آرائها الشخصية، وهو ما يشير إلى وجود اعتماد انفعالي نسبي على الزوج. ويمكن تفسير ذلك بكونها تربط سعادتها النفسية واستقرارها العاطفي باستمرار العلاقة الزوجية بصورة مثالية.

أما من ناحية التوافق الزواجي، فقد أظهرت نتائج المقياس ارتفاعاً في مستوى التفاهم والتواصل بين الزوجين، حيث وصفت العلاقة بأنها قائمة على الحوار والتقدير المتبادل، كما بدا

الزوج – حسب وصفها – داعماً ومتفهما لاحتياجاتها النفسية، الأمر الذي ساهم في تعزيز شعورها بالأمان والانتماء داخل العلاقة الزوجية.

ومن خلال الملاحظة العيادية، بدت الحالة هادئة نسبياً أثناء المقابلة، إلا أن بعض مظاهر القلق والانشغال الانفعالي كانت تظهر عند الحديث عن إمكانية فقدان الزوج أو حدوث مشكلات زوجية، مما يعكس حساسية انفعالية مرتبطة بالتعلق العاطفي القوي.

وتشير الدينامية النفسية للحالة إلى وجود علاقة بين ارتفاع التوافق الزواجي وبين تمسكها ببعض الأفكار اللاعقلانية، إذ إن خوفها من فقدان العلاقة يدفعها إلى المثالية الزائدة وتجنب الخلافات، بهدف المحافظة على استقرار الزواج واستمراريته. وبالتالي فإن التوافق المرتفع لديها لا يلغي وجود بعض البنى المعرفية اللاعقلانية، بل قد يتعايش معها في إطار علاقة تقوم على التعلق والانفعال العاطفي المكثف.

إن ارتفاع درجة التوافق لدى الحالة (ف) هو نتيجة مباشرة لسيطرة الأفكار اللاعقلانية، فالخضوع التام والاعتمادية الشاملة قد يظهران في المقاييس الكمية كتوافق، لكن الفحص العيادي كشف أنه توافق هش يفتقر للاستقلالية.

1-2- عرض نتائج الحالة الثانية:

- **البيانات الأولية:**

الاسم: م

الجنس: أنثى

السن: 24 سنة

المستوى الدراسي: جامعي

سن الزوج: 29 سنة

مهنة الزوج: اداري

مدة الزواج: 3 سنوات و 11 شهر

عدد الأطفال: بنت واحدة

طبيعة السكن: مستقل

المستوى الاقتصادي: متوسط

- **ملخص المقابلات:**

الحالة (م) تبلغ من العمر 24 سنة متزوجة منذ 4 سنوات وأم لطفلة، طالبة جامعية. الحالة م تملك 5 أخوات بنات وترتيبها الثالثة بينهم، بالإضافة إلى الأب، أما الأم فقد صرحت الحالة أنها توفيت منذ 5 سنوات بعد صراع مع المرض دام لمدة شهر واحد فقط.

أظهرت الملاحظة العيادية المباشرة للحالة أثناء جلسات الفحص النفسي حضورا بمظهر عام متناسق وهندام يتميز بملابس نظيفة ومرتبة. كان التفاعل البصري لديها موجودا ومستقرا طيلة المقابلات، وأبدت درجة تفاعل جيدة جدا مع الباحثة تعكس رغبتها الصادقة في المشاركة، والتي حددتها بدافع مساعدة الطالبة في مشروع تخرجها، والاستفادة شخصيا من هذه التجربة العيادية، فضلا عن سعيها لمحاولة استعادة دفء واستقرار حياتها الزوجية مجددا بعد الانتقال إلى منزل مستقل.

أما من الناحية الدينامية والانفعالية، فرغم أن الحالة بدت في سياقها العام متزنة انفعاليا، وتتحدث بطريقة بطيئة وبنبرة صوت منخفضة، إلا أن رصد المؤشرات غير اللفظية كشف عن شحنات وجدانية كامنة ترتبط بموضوعات أسرية محددة، حيث تبين أن الحساسية الانفعالية ترتفع لديها عند الحديث عن "أمها"، إذ كانت تحاول الهرب بعينيها وتغطية دموعها المنهمرة ومسحها، في حين كانت علامات عدم الارتياح والانغلاق الجسدي تظهر عليها بوضوح عند الحديث عن "حماتها" من خلال تشبيك يديها المتعرقتين والابتعاد عن المكتب في إشارة لعدم

الأمان. وفي المقابل، كان يظهر عليها سلوك نمطي حركي يعكس بعض التوتر والقلق كلما تطرق الحديث إلى "زوجها"، حيث كانت تلعب بخمارها وتعدله باستمرار. ومن الناحية اللفظية، اتسم خطاب الحالة بمحاولة إثبات الموثوقية والدفاع عن صدق قراءتها للأحداث من خلال التكرار المستمر لآلية لفظية دفاعية متمثلة في عبارتي: "صراحة" و"منكذبش عليك".

تقول الحالة عن أسرتها أنها أسرة متماسكة يسودها التفاهم وعند الحديث عن الأم امتلأت عيناها بالدموع وحاولت تفادي الحديث وتغييره، بعد محاولة إعطاءها فرصة للتعبير قالت م: "ماما قاع ممرضتش فيساع بان عليها المرض وأنا لي كنت نروح معاها للطبيب بصح زاد عليها الحال ونهار ماتت كنت معاها كانت تسيي تهدر معايا وتوصيني بصح مكنتش نفهمها غاية، كانت فيها الموت وأنا ما عرفتلهاش". عبرت الحالة أنها لم تستوعب فكرة موتها وهذا نتج عنه عدم اهتمامها بالوقت في قولها: "موتها مستوعبتهاش، وليت منتفكرش والو والأعوام فاتو عليا غير هاك وليت معنديش حاجة مع الوقت".

بعد وفاة الأم أصبحت الحالة تسقط مغمى عليها في كل مرة تسمع خبرا مفجعا، ثم مع مرور الوقت لم يعد هنالك ما يمكنه أن يفجعها: "ولات حتى حاجة متخلعنيش وليت باردة ونحاول منبكيش وإذا بكيت منبكي قدام حتى واحد".

وبالحديث عن الزواج عبرت الحالة أنها كانت مجتهدة في الدراسة، وكانت تكره كل ما يتعلق بأمور المطبخ فلم تكن تملك فكرة عن الزواج سوى أنه مودة ورحمة، وهذا لا يحصل بالعلاقات غير الشرعية. أما عن كيف التقت بزوجها فصرحت الحالة أنه رآها عندما كان يزور أحد أقاربه وبمجرد أن تحدث معها طلب منها الزواج، ولكن هي قابلت طلبه بالرفض بحجة الدراسة. و بعد مدة من التواصل عبر مواقع التواصل قرر الطرفان الارتباط، ودامت الخطبة لمدة 3 سنوات، وأجابت عند سؤالها كيف عرفت أنه الشخص المناسب قائلة: "هو إنسان عاقل بزاف وخاطيه المشاكل ولبنات".

بعد الزواج اصطدمت الحالة بواقع غير الذي كانت تراه خاصة من طرف حماتها أم الزوج، ففي فترة الخطوبة كانت الأخيرة تبدي اهتماما ولطافة كبيرين للحالة على عكس ما أصبحت تتصرفه، فحسب أقوال الحالة فإن حماتها تتحكم بشكل كلي في زوجها، وحتى هي أصبحت لا تعرف التصرف إلا تحت إمرة حماتها في قولها: "تحكم فيهم قاع وحتى أنا وليت كيفهم منعرفش ندي قرار وحدي". حتى بعد ولادة الحالة لطفلتها لم تستطع القيام بدور الأمومة كما يلزم، لأن أم الزوج هي الآمر الناهي حتى فيما يخص نظافة الطفلة وأكلها وحتى علاجها وأدويتها.

دائما ما تربط الحالة حياتها الزوجية بحماتها، فهي بالنسبة لها مصدر كل المشاكل التي مر بها الشريكين (الحالة وزوجها)، والسعادة بالنسبة للحالة كانت تعتمد كليا على رضا الحماة وليس زوجها، فهو يفعل دائما ما تمليه عليه والدته من دون نقاش، وهي لم تكن تريد أن تحرض زوجها على أمه.

تقول الحالة أنها تقرأ القرآن دائما وخاصة سورة البقرة، وهذا ما أثار غضب حماتها مما أثار شكوك الحالة: "كنت كي نروح لدارنا ونجي نلقا بلاصتي مشمخة وتسقسيني دايما وين ننشر ملابسي الدخلية". وهذا ما أثار خوفا لدى الحالة وأصبحت كثيرة الحذر ولا تحبذ البقاء لوحدها.

وبعد عدة مواقف ومشاكل قررت الحالة الانفصال لأنه وبحسب تصريحاتها لم تعد تستطيع التحمل، رغم كل الأذى والمعاناة التي كانت تتسبب فيها الحماة إلا أنها لم تقلل ولا لمرة من احترامها لها، وهذا ما أثار غضبها وزاد في غلها وأصبحت تحرض ابنها على زوجته، وهذا الأمر لا يمكن تقبله من طرف الحالة في قولها: "الراجل خصه يدير شخصية لعمره مشي الريح لي جا يديه".

تقول الحالة أنها اضطرت في كثير من الأحيان للقيام بأشياء لا ترغب فيها فقط لضمان راحة زوجها وعدم غضبه، إلا أنه لم يقدر هذا، وأنها تلومه وبشدة على عدم رؤية للمجهودات والتضحيات التي لطالما قامت بها من أجله، وأنها صبرت كثيرا على تسلط أمه ولكن لا يمكنها أن تصبر أكثر: "صبرتلها بزاف بصح مقديتش سيرتو كي نشوفه هو مراهش في كتافي وكي ديسيديت نبعد كنت قاصدة الطلاق ديراكت مشي الغضبة".

"من بعد الزواج وخاصة كان عاد وفاة أمي مأثر فيا وليت نحوس عليه غير هو المهم يكون قدامي كي يخرج نحس الدار خاوية وظلمة"، هذا التصريح جاء بعد سؤال الحالة عما إذا كانت تشعر بالأمان والطمأنينة وهي رفقة زوجها.

انتقل الشريكين إلى منزل منفصل بعد أسبوع واحد فقط من خروج الحالة من بيت الزوجية إلى منزل أهلها، هذا خلق تغييرا كبيرا في الحالة النفسية للحالة فأصبحت تعبر بشكل مختلف و بأريحية أكثر، فهي تقول أنهما من قبل لم يتمتعا بحس الحوار أو النقاش لأن أمه دائما هي صاحبة القرار، على عكس ما يحصل بعد الانتقال، فهي تريده أن يمنعها من فعل شيء أو من الخروج فقط لكي تحس أنه رجل وهو صاحب القرار.

ترى الحالة أن الزواج ليس هو أسمى ما يمكن الوصول إليه في قولها: "الزواج كما دعوة الشر".

وهي تقول أنها لا تملك ثقة كاملة في شريك حياتها، فهي لا تحكي له كل شيء ولا تبكي أبدا أمامه على الرغم من أنهما صريحين، ولكنها تعرف أنه يوجد مساحة من عدم الصدق. هذه المسافة جعلت الحالة لا تعبر كثيرا عن مشاعرها ولا تتكلم في ما يحلو لها: "منجمش نحكيله كلش لأنه قادر ميفهمنيش". تقول الحالة أنها يمكن أن تتخلى عن أي شيء تحبه من أجل رضا زوجها بشرط أن يكون قراره من نفسه ومن دون تأثير أي طرف ثالث.

ترى الحالة أن الرجل لا يجب عليه المساعدة في الأعمال المنزلية ومن المستحيل أن تتركه يساعدها في ذلك: "الراجل راجل يريح وصوالحه يجوه". وأن القرارات المصيرية تكون من تدبيره هو وحده فهو المسؤول عن إدارة أمور المنزل.

بعد مجموعة المقابلات وتصريحات الحالة تبين أن مستوى التوافق الزواجي للزوجين قريب من المتوسط، فالحوار كان شبه منعدم في علاقتهما وحتى وإن وجد فهو دائما ما يحصل بتهرب أحد الطرفين منه، وقرارتهما الزوجية كانت من صنع أم الزوج التي كانت لطالما تتدخل في علاقتهما وهذا ما أثار مشكلا كبيرا بين الطرفين كاد أن ينتهي بالانفصال.

الحالة تحاول قدر الإمكان تفادي المشاكل وهذا لخلق جو من الراحة والاستقرار والرضا للزوج في قولها: "راني نسيي الحاجة قاع لي تنارفيه منديرهاش باغي نعيش السعادة"، وهذا من أجل سعادتها. وعند سؤالها هل هي سعيدة وراضية وإلى أي مدى، عبرت الحالة أنها تحاول خلق السعادة وهي راضية بنسبة 80 % عن زواجها، فعلى الرغم من أنها لم تجد في زوجها كل ما كانت تحلم به في شريك حياتها إلا أنها تصفه بأنه الحب.

- **التذكير بنتائج مقياس الأفكار اللاعقلانية:**

تحصلت الحالة على درجة 91 من 104، مما يدل على ارتفاع مستوى الأفكار اللاعقلانية، وهذا يظهر في :

- فكرة الحاجة الملحة للحب والقبول والاستحسان (البعد الأول):

تتجسد في تحويل الحالة لرغبتها العاطفية الطبيعية إلى شرط وجودي للحياة والأمان بعد صدمة فقدان والدتها، وتركيز كل طاقتها الوجدانية نحو الزوج، وظهر ذلك في قولها: "ملي توفات أمي وليت نحوس عليه غير هو المهم يكون قدامي... كي يخرج نحس الدار خاوية وظلمة".

- فكرة الاعتمادية المفرطة على الآخرين (البعد الثامن):

تظهر في استسلامها المعرفي والسلوكي التام في بداية الزواج لسلطة حماتها وفقدانها القدرة على اتخاذ القرارات الشخصية أو ممارسة الأمومة المستقلة: "تحكم فيهم قاع وحتى أنا وليت كيفهم منعرفش ندي قرار وحدي". كما تظهر حالياً في رغبتها بأن يمارس زوجها سلطة المنع عليها لتشعر بوجوده ومسؤوليته، تريده أن يمنعها من الخروج فقط لكي تحس أنه رجل.

- فكرة تجنب الصعوبات والمواجهات (البعد السابع):

تتضح من خلال تبنيها ميكانيزم التجنب التام للخلافات والنزاعات الزوجية، وتضحيتها بالتعبير الحر عن مشاعرها وآرائها الحقيقية، والقيام بأشياء لا ترغب فيها فقط كآلية معرفية لشراء رضا الزوج وضمان استقرار العلاقة الظاهري، وصرحت: "راني نسيي الحاجة قاع لي تنارفيه منديرهاش باغي نعيش السعادة".

- فكرة التفكير الكارثي وتوقع الأزمات والتهويل (البعد الرابع):

تبرز في تضخيمها للمواقف نتيجة شكوكها وتوجسها من أفعال حماتها: "نلقا بلاصتي مشمخة". هذا التهويل جعلها تعيش خوفا مستمرا ورفضا للبقاء بمفردها، ودفَعها لتبني فكر إقصائي جذري عند الأزمة بالاندفاع نحو الانفصال النهائي دون حلول وسطى "كي ديسيديت نبعد كنت قاصدة الطلاق ديراكت مشي الغضبة". كما يظهر التهويل والتعميم في نظرتها التشاؤمية الكلية للزواج في قولها: "الزواج كما دعوة الشر".

- فكرة الجمود في الاعتقاد بتفوق الرجل والالتزام بالأدوار التقليدية (البعد الثالث عشر):

تظهر في تبنيها لمخططات معرفية صلبة وغير مرنة حول طبيعة أدوار ومسؤوليات الشريكين، فهي ترفض تماما فكرة المرونة أو المساعدة المتبادلة في الأعباء المنزلية بناءا على حكم قطعي، حيث صرحت جازمة: "الراجل راجل يريح وصوالحه يجوه".

- **نتائج مقياس التوافق الزواجي:**

تحصلت الحالة على درجة 55 ، مما يدل على توافق زواجي مرتفع، وقد ظهر التوافق خاصة في:

- حسن العشرة.
- التفاهم والتوافق.
- التعبير الانفعالي.

- **تحليل النتائج:**

تكشف الحالة "م" عن وجود مجموعة من الصراعات النفسية والانفعالية التي أثرت بشكل مباشر في توافقها الزواجي، حيث يظهر من خلال المقابلة أن خبرة الفقد التي عاشتها بعد وفاة الأم شكلت نقطة تحول أساسية في شخصيتها وفي طريقة إدراكها للعلاقات العاطفية. فوفاة الأم بشكل مفاجئ وعدم تمكن الحالة من استيعاب الحدث أو التعبير الانفعالي عنه بطريقة سليمة جعلاها تعيش حالة من الكبت الانفعالي والبرود الدفاعي، وهو ما ظهر في تصريحاتها مثل: "وليت باردة" و"منبكيش قدام حتى واحد". ويمكن فهم ذلك باعتباره آلية دفاع نفسي تهدف إلى تجنب الألم النفسي الناتج عن الفقد.

كما يبدو أن الأم كانت تمثل مصدر الأمان والدعم النفسي الأساسي للحالة، لذلك بعد فقدانها أصبحت تبحث عن بديل عاطفي يعوض هذا الفراغ، وهو ما يفسر تعلقها الكبير بزوجها بعد الزواج، حيث صرحت بأنها كانت تشعر بفراغ كبير عند غيابه وأن وجوده فقط يمنحها الإحساس بالأمان. هذا يدل على وجود حاجة مرتفعة للتعلق العاطفي والشعور بالحماية، خاصة في ظل هشاشتها الانفعالية بعد الصدمة.

من جهة أخرى، يظهر أن الحالة دخلت الحياة الزوجية وهي تحمل تصورات مثالية وغير واقعية عن الزواج، إذ كانت ترى أن الزواج يقوم فقط على "المودة والرحمة"، دون امتلاك تصور واضح حول المسؤوليات والأدوار الزوجية وطبيعة التفاعل داخل الأسرة الممتدة. وعندما اصطدمت بواقع الحياة مع الحماة، بدأت تظهر لديها أفكار سلبية حول الزواج والحياة الزوجية، خاصة بعدما شعرت بفقدان استقلاليتها وعدم قدرتها على اتخاذ القرار داخل البيت.

وتُعد العلاقة مع الحماة من أبرز مصادر التوتر لدى الحالة، إذ تنظر إليها الحالة باعتبارها المتحكم الحقيقي في زوجها وفي تفاصيل حياتها الزوجية، حتى أنها ربطت جميع المشكلات الزوجية بوجودها وتدخلها المستمر. هذا الإدراك جعل الحالة تشعر بالعجز وفقدان السيطرة، وهو ما انعكس في قولها: "وليت كيفهم منعرفش ندي قرار وحدي". كما أن خضوع الزوج لسلطة والدته عزز لدى الحالة فكرة أن زوجها لا يمتلك شخصية مستقلة، ما أدى إلى تراجع صورة الرجل الحامي والداعم في نظرها.

ويظهر كذلك وجود بعض الأفكار اللاعقلانية لدى الحالة، من بينها الاعتقاد بأن السعادة الزوجية مرتبطة برضا الحماة، وأن الزوج يجب أن يكون صاحب سلطة وقرار دائم حتى تشعر بأنه "رجل"، إضافة إلى اعتقادها بضرورة التضحية المطلقة من أجل إرضاء الشريك. هذه الأفكار جعلتها تتحمل ضغوطا نفسية كبيرة وتحاول إرضاء الجميع على حساب حاجاتها النفسية، إلى أن وصلت إلى مرحلة الانفجار وطلب الانفصال.

كما يمكن ملاحظة وجود درجة من الشك والقلق لدى الحالة، خاصة بعد المواقف التي فسرتها على أنها موجهة ضدها من طرف الحماة، ما أدى إلى زيادة الحذر والخوف وعدم الشعور بالأمان داخل المنزل. وقد يكون ذلك مرتبطا بحساسيتها النفسية المرتفعة وحاجتها المستمرة للشعور بالحماية والاستقرار.

ورغم كل الصراعات، فإن انتقال الزوجين إلى منزل مستقل أحدث تحسنا نسبيا في العلاقة الزوجية، حيث بدأت الحالة تعبر براحة أكبر وشعرت بإمكانية بناء علاقة أكثر استقلالية مع زوجها بعيدا عن تدخلات الأسرة. وهذا يدل على أن جزءا مهما من الاضطراب الزواجي كان مرتبطا بطبيعة النسق الأسري والتدخل الخارجي، وليس بانعدام المشاعر بين الزوجين.

وبالاعتماد على مؤشرات التوافق الزواجي، يمكن القول إن الحالة تعاني من اضطراب في التوافق الانفعالي والتواصلي، يظهر في ضعف التعبير عن المشاعر، وغياب الثقة الكاملة، وصعوبة الحوار الصريح، إضافة إلى شعورها بعدم المساندة النفسية من طرف الزوج. كما أن التوافق الأسري تأثر بسبب تدخل الحماة والصراع حول الأدوار والسلطة داخل الأسرة.

وعليه، فإن الحالة توضح كيف يمكن للفقد غير المعالَج، والأفكار اللاعقلانية، والتدخل الأسري المفرط، وضعف استقلالية الزوج، أن تؤثر مجتمعة في مستوى التوافق الزواجي والاستقرار النفسي لدى الزوجة.

1-3- عرض نتائج الحالة الثالثة:

- **البيانات الأولية:**

الاسم: ح

الجنس: أنثى

السن: 24 سنة

المستوى الدراسي: جامعي

سن الزوج: 40 سنة

مهنة الزوج: عامل بمصنع

مدة الزواج: 3 سنوات و 6 أشهر

عدد الأطفال.: ولد و بنت

طبيعة السكن: مع العائلة

المستوى الاقتصادي: متوسط

- **ملخص المقابلات:**

الحالة (ح) تبلغ من العمر 24 سنة، متزوجة منذ 3 سنوات و6 أشهر ببيت العائلة، جامعية وأم لطفلين (ولد وبنت)، تنحدر من عائلة متكونة من 6 أفراد وترتيبها الثاني بين 4 بنات.

بدت الحالة في مظهر عام نظيف ومرتب، مع ارتداء ملابس متناسقة تعكس اهتمامها بهيئتها الخارجية. تميز حديثها بالوضوح والتنظيم، وكانت تتفاعل بشكل جيد أثناء المقابلة، إلا أنّ نبرة صوتها كانت تنخفض أحيانا عند الحديث عن زوجها. كما لوحظ عليها اللعب بالقلم بشكل متكرر مع تجنب التواصل البصري في بعض اللحظات، حيث بدت شاردة الذهن أحيانا أثناء الحديث.

تقول الحالة عن نفسها أنها ومنذ الصغر كانت طفلة مطيعة: " أنا ديك لي دايمن عاقلة وتسمع للهدرة يا لكان يصرا واش يصرا". الأب كان كثير الانفعال والمشاكل ويقضي معظم وقته في الخارج أو مشاهدة التلفاز، هو شخص منعزل لا يحب الاختلاط ولا كثرة الكلام وكانت كل علاقته مع الحالة وأخواتها فقط إذا ما احتجن المال. أما الأم فهي شخص طيب كان كل همها أن تدرس بناتها وتؤمّن مستقبلهن: "ماما تبغيينا غير نقرو ونخدمو باش مننحقروش". فالحالة تقول أنها مدركة بأن أمها نادمة على الزواج خاصة بعد المشاكل الكبيرة التي حصلت مع الأب والتي دفعت بالحالة إلى التفكير بالزواج.

تعرفت الحالة على زوجها عن طريق أبيها الذي فاتحها بأن هنالك شخص تقدم لخطبتها ويريد أن يحضر للرؤية الشرعية، وهذا ما حصل. قالت الحالة بأن الزوج قد أعجبها في قولها: "كي شفته عجبني وبانلي إنسان عاقل، أنا أصلا كنت نحوس على إنسان كبير". ودامت خطوبتهما لمدة عام كان فيه الزوجان يتحدثان فيه إلى بعضهما من أجل التعارف.

بعد الزواج اكتشفت ح أنها قد وقعت في المشاكل التي كانت تحاول الهرب منها، فقد تواجهت بزوج لا يفهم مشاعرها ولا يحاول كسب قلبها: "هو إنسان زين بصح ملقيتش فيه الصوالح لي كنت نحوس عليهم حنا الصغار نبغو الرومنسية بصح هو لا المهم عنده يجيبلك تاكلي وتشربي وصاي". مع العلم أن زوج الحالة يعمل بولاية مغايرة وهذا ما يجعله غائب طيلة 35 يوم ويحضر 20 يوم.

تقول الحالة أنها تخاف من السحر خاصة بعد تحذيرات عمتها وحماتها من السحر والعين، ولكن هذا لا يمنعها من أن تحكي أمورها الشخصية، فهي تعبر عن نفسها بأنها شخص كتوم في الأساس وإذا صادف الأمر واضطرت إلى أن تحكي فيمكنها ذلك.

الحالة تبقى رفقة حماتها (أم الزوج) والتي تصفها بأنها مصدر المشاكل بالنسبة لها، فهي لا تقدر مجهوداتها، على الرغم من أنها تسمعها كلاما جارحا ولكن الحالة لا ترد عليها وتعاملها بلطف واحترام لأنها تثير شفقتها، خاصة وأن الحماة منبوذة من طرف أولادها الآخرين، وزوج الحالة هو الوحيد الذي يتولى رعايتها ويتحمل كافة مسؤوليتها لدرجة أنه يمكنه أن يصرف كل مدخراته وما يملك من أجل تنفيذ طلباتها، وهذا ما عبرته عن الحالة بـ: "راجلي يخمم غير فيها دراهمه قاع ضيعهم عليها قاع ما يشفهاش".

صرحت الحالة بأن الزوج لا يناقشها في أي أمر من أمور البيت وأنه يراها بأنها طفلة: "عمره ولا يحكيلي صوالحه ولا يناقشني شا باغي يدير ولا يشوفني بزة، كلش يديره غير هو وأمه". وأنه لا يغازلها ولا يناديها بأسماء محببة لها على الرغم من أنها تطلب ذلك بإلحاح

وبشكل متكرر، وهذا ما يجرح مشاعرها، فالزوج يجب أن يحتوي أنثاه من كل النواحي: عمره ويقولي كلمات شابين، مين داك يقولي كلام مليح وحتى نطلب أنا". تقول الحالة أنها تخلت عن الكثير من الأمور من أجله ولكنه لا يثني على مجهوداتها، خاصة وأنها تحمل مسؤولية كبير (مسؤولية أمه الكبيرة بالعمر ومسؤولية الأطفال والمنزل والدراسة)، وأنه يرى ما تقوم به واجب وفقط .

الزوج يغيب كما تم الذكر سابقا لمدة طويلة للعمل، وطوال هذه المدة لا يحاول تقليص المسافة والهوة الموجودة في علاقتهما، فلا يتصل ولا يرسل رسائل حب ولا يحسس الحالة باشتياقه لها في قولها: "هو أصلا ماشي حاضر وزيد قاع مشي دايها فيا، حتى مساج ومستخسره مزال قاع مفهمتش عقليته كي دايرة". على الرغم من التصريح الأخير للحالة الذي تقول فيه أنها لا تعرف كيف يفكر زوجها إلا أنها دائما ما تبرر مواقفه بأنها عن حسن نية وأن شخصيته هذه تظهر لجميع الأشخاص، فهو شخص كتوم ولا يحبذ التحدث كثيرا، وما يريده في الحياة هو راحة البال وفقط فهو ليس متطلبا كما قالت الحالة: "دايمن نسقسيه نقوله أنا شا راني مقصرة معاك يقولي والو أنا المهم نكون هاني". ترى الحالة بأن الزوج يجب عليه أن يلبي جميع رغبات زوجته خاصة إذا هي طلبت ذلك وإلا فهذا يعد نقصا لا يمكن تداركه لاحقا، وأن هذا الشيء الذي يشغل بالها كثيرا فهي تريد أن تعيش حياة سعيدة مع شريك حياتها. وعلى الرغم من أنها دائما ما تلومه على جميع المشاكل التي يمرون بها إلا أنها تشعر بأنها قد تكون المتسبب الأول فيها: "كي نتناقرو دايمن نحصلها فيه ونقوله أنت سبابنا بصح كي نقعد بيني وبين روحي نلوم روحي ونقول بلاك أنا ني مقصرة معاه". هذا ما دفع بالحالة إلى محاولة بلوغ شيء من المثالية، فكلما يأتي من العمل يجب على الحالة أن تحضر نفسها وتلبس وتتعطر بشكل جميل لكي تشبع رغبته. الحالة لا تثق بزوجها ثقة مطلقة ولا تجد نفسها تحب أن

تصارحه بكل تفاصيل حياتها لأنها لا تحس بحبه ولا اشتياقه لها، وهذا ما جعلها تفقد شعور الأمان حتى وإن كان هو موجود ودائما تميل إلى توقع الأسوء.

أما عن المعاملة اليومية فتقول الحالة: "هو هنا ولا مشي هنا كيف كيف ". وتصفها بعبارة "مليحة هادئة ومفيهاش مشاكل"، ولكنه لا يعطيها حقها عليه وهو مقصر جدا من ناحيتها، ورغم هذا تخاف من فقدانه وترى أنها لا يمكنها العيش بدونه، وهذا السبب الذي جعلها لا تلومه على تقصيره المادي معها أو على معاملة والدته السيئة لها: "خطرة ضربت يومين ماكليتش وكي جعت غمست الخبز يابس وأمه تاكل غير المخيرة وهاك وعمري ولا لمته ولا شكيتله من أمه". وتقول الحالة أنها تتعب كثيرا خاصة في تحمل مسؤولية طفلين وامرأة كبيرة في العمر والدراسة، وهذا ما لا يقدره الزوج بل ولا يشكر مجهودها حتى، مما جعل الحالة ترى بأنه لا يحس بها ولا تجد منه الاحتواء.

ترى الحالة بأنها وزوجها لا يملكان نفس دائرة الحوار، فهو لا يتناقش ولا يفتعل أي حوار أو حديث فالمهم بالنسبة إليه هو راحة باله وفقط، وهذا ما يجعله يتجنب أي باب للمشاكل وأنها في حال وجدا مشاكل تحلها الحالة لوحدها بدون الحاجة إليه، فهي بالعادة صاحبة القرار.

- **التذكير بنتائج مقياس الأفكار اللاعقلانية:**

تحصلت الحالة على درجة 88 من 104، مما يدل على ارتفاع مستوى الأفكار اللاعقلانية. وقد ظهرت أعلى الدرجات في الأبعاد التالية:

- فكرة الحاجة الملحة للحب والقبول والاستحسان المطلق (البعد الأول):

تتجلى في إلحاح الحالة المتكرر والمستمر لطلب كلمات الغزل والاهتمام من الزوج، وشعورها بجرح عميق لغياب الإشباع العاطفي، ومع ذلك، تحول هذا الحب إلى حاجة تشرط

بها بقاءها، حيث تكرر بعجز: "لا يمكنني العيش بدونه ومستحيل نتقبل واحد آخر"، رغما عن إدراكها لتقصيره وجفائه.

- فكرة لوم الذات الشديد وجلد الذات (البعد الثالث):

تظهر في ارتداد اللوم على نفسها بعد كل نقاش أو مواجهة مع الزوج، فرغم تحميلها له مسؤولية الفجوة العاطفية، إلا أنها تعود لتمارس ميكانيزم جلد الذات والبحث عن التقصير النفسي داخلها، وصرحت: "كي نتناقرو دايمن نحصلها فيه... بصح كي نقعد بيني وبين روحي نلوم روحي ونقول بلاك أنا لي مقصرة معاه".

- فكرة التفكير الكارثي والتهويل وتوقع الأسوأ (البعد الرابع):

تبرز في فقدان الحالة للأمن النفسي وتوقعها الدائم للمستقبل بنظرة سوداوية تشاؤمية (دائما تميل إلى توقع الأسوأ). كما يظهر الخوف والتهويل في توجسها من السحر والعين بناءا على تحذيرات المحيط العائلي.

- فكرة تجنب الصعوبات والمواجهات (البعد السابع):

تتضح في استسلام الحالة التام للمواقف الضاغطة وتجنبها مواجهة الزوج بتقصيره المادي أو بسوء معاملة والدته لها، واختيارها التضحية والصمت الجوعي (أي امتناع الشخص عن التعبير عن حاجته إلى الأكل) وذلك لشراء "راحة البال" المزعومة، وصرحت: "خطرة ضربت يومين ماكليتش وكي جعت غمست الخبز يابس وأمه تاكل غير المخيرة... وعمري ولا لمته".

- فكرة الاعتمادية المفرطة والعجز عن الاستقلالية (البعد الثامن):

تظهر في هروبها المبكر من بيت أهلها المليء بالمشاكل عبر اختيار زوج يكبرها بسنوات بحثا عن الحماية والاستناد، ورغم أنها تجد نفسها مجبرة على حل المشاكل وصناعة

القرار بمفردها نتيجة غيابه، إلا أنها معرفيا لا تزال متمسكة باعتمادية تامة تعوق استقلاليتها الوجدانية وتمنعها من الانفصال عن علاقة تستنزفها.

- فكرة الالتزام بالمثالية المطلقة والحلول الكاملة (البعد الحادي عشر):

تظهر في سعيها الهستيري للوصول إلى "صورة الزوجة المثالية الكاملة" لإرضاء رغبات الزوج فور عودته من العمل (تلبس وتتعطر بشكل جميل لكي تشبع رغبته). وهي ترى أن تلبية الرغبات من طرف الزوج يجب أن تكون كاملة وإلا شكّلت نقصا وجوديا لا يمكن تداركه.

- **نتائج مقياس التوافق الزواجي:**

تحصلت الحالة على درجة 72، مما يدل على توافق زواجي مقبول إلى جيد نسبيا. وقد ظهر التوافق خاصة في:

- استمرارية العلاقة.
- التعلق العاطفي بالزوج.
- الشعور بالرضا.

- **تحليل النتائج:**

تُظهر الحالة وجود دينامية زوجية قائمة على عدم إشباع الحاجات الانفعالية للحالة مقابل تركيز الزوج على الجانب الوظيفي والمادي للعلاقة، وهو ما خلق لديها شعورا دائما بالنقص العاطفي وعدم الاحتواء. كما يبدو أن خبراتها الأسرية المبكرة لعبت دورا مهما في تشكيل تصوراتها عن الزواج، فقد نشأت في بيئة يغيب فيها الدفء العاطفي من طرف الأب، مع أم متعبة من تجربتها الزوجية، الأمر الذي جعل الحالة تُكوّن صورة ذهنية عن الزواج باعتباره علاقة يجب أن تعوض الحرمان السابق، وتوفر الأمان والاحتواء والرومنسية التي افتقدتها داخل أسرتها.

من خلال المعطيات، يظهر أن الحالة تحمل مجموعة من الأفكار اللاعقلانية المرتبطة بالعلاقة الزوجية، أهمها الاعتقاد بأن الزوج "يجب" أن يلبي جميع حاجاتها النفسية والعاطفية وأن يعبر باستمرار عن الحب والاشتياق، وإلا فهذا دليل على التقصير أو غياب الحب. كما يظهر لديها تفكير مثالي حول صورة الزوج الحنون والرومانسي، وهو ما جعلها تعيش صراعا بين الواقع والتوقعات. ويمكن ملاحظة ذلك في تكرار عبارات مثل: "الزوج لازم يحتوي مرتو من كل النواحي" و"لازم يحققلي واش نحب". هذه التصورات جعلتها تفسر شخصية الزوج الكتومة على أنها إهمال أو نقص في الاهتمام، رغم إدراكها أحيانا أن طبعه هادئ ومنغلق مع الجميع وليس معها فقط.

كذلك تعاني الحالة من حساسية عالية اتجاه الرفض العاطفي، إذ أن غياب الكلمات الحنونة أو الاهتمام اليومي يجعلها تشعر بانعدام الأمان وفقدان القيمة، ما يدفعها إلى الإفراط في محاولة إرضاء الزوج والتضحية من أجله، في صورة من صور المثالية الزائدة والسعي المستمر لنيل القبول. ويتجلى ذلك في حرصها المبالغ فيه على التزين له وتحضير نفسها بشكل دائم عند عودته، رغم شعورها بعدم التقدير. كما يظهر لديها نمط من جلد الذات، فهي رغم لومها المتكرر للزوج تعود لتحمّل نفسها مسؤولية المشكلات، مما يدل على صراع داخلي بين حاجتها للاعتراف بمعاناتها وخوفها من خسارة العلاقة.

أما فيما يخص العلاقة مع الحماة، فتبدو الحالة في وضعية خضوع وتحمّل مفرط، فهي تتعرض للإهانة والتقليل من الجهد دون أن تعبّر عن غضبها أو تضع حدودا واضحة، مبررة ذلك بالشفقة على الحماة وخوفها من خسارة الزوج. وهذا يعكس حاجة قوية للحفاظ على العلاقة الزوجية حتى على حساب راحتها النفسية وحقوقها الشخصية. كما أن إقامة الحالة في بيت العائلة وغياب الزوج لفترات طويلة زاد من شعورها بالوحدة والاستنزاف النفسي، خاصة مع تحمّلها مسؤولية الأطفال، الدراسة، وأم الزوج في آن واحد.

ورغم كل هذا، فإن العلاقة الزوجية لا تبدو علاقة صراعية حادة، بل تصفها الحالة بأنها "هادئة ومافيهاش مشاكل"، ما يشير إلى أن الخلل الأساسي ليس في وجود عنف أو نزاع مباشر، وإنما في غياب التواصل العاطفي والحوار الزوجي. فالزوج يتجنب النقاش ويميل للانسحاب الانفعالي، بينما تحتاج الحالة إلى التفاعل والتعبير والمشاركة الوجدانية، مما خلق فجوة تواصلية واضحة بين الطرفين. ويمكن القول إن الزوج يعتمد أسلوبا عمليا في التعبير عن الحب قائما على توفير الاحتياجات وتحمل المسؤوليات، في حين تعتمد الحالة أسلوبا عاطفيا قائما على الكلمات والاهتمام والتقارب النفسي، وهو اختلاف في "لغة الحب" أدى إلى سوء فهم متبادل.

يمكن القول إن الحالة تعاني انخفاضا نسبيا في التوافق الزواجي على المستوى العاطفي والتواصلي، يقابله استمرار العلاقة بسبب التعلق الشديد والخوف من الفقد لدى الحالة، إلى جانب إحساسها بالواجب الأسري. كما تبرز هيمنة بعض الأفكار اللاعقلانية مثل المثالية الزوجية، الحاجة المفرطة للاحتواء، ربط الحب بالتعبير اللفظي المستمر، وتوقع الأسوأ، وهي أفكار ساهمت في زيادة حساسيتها اتجاه سلوك الزوج وتضخيم شعورها بعدم الإشباع النفسي.

1-4- عرض نتائج الحالة الرابعة:

- **البيانات الأولية:**

الاسم: س

الجنس: أنثى

السن: 26 سنة

المستوى الدراسي: جامعي

سن الزوج: 29 سنة

مهنة الزوج : صاحب محل

مدة الزواج : 1 سنة و 6 أشهر

عدد الأطفال.: ولد و حامل

طبيعة السكن: مع العائلة

المستوى الاقتصادي: جيد

- **ملخص المقابلات:**

الحالة (س) تبلغ من العمر 26 سنة، جامعية وأم لطفل وحامل بالطفل الثاني، تنتمي إلى عائلة بسيطة مكونة من 11 فرد، ترتيبها الوسطى بين إخوتها.

بدت الحالة في مظهر عام أنيق ومنظم، حيث اعتمدت ارتداء ملابس فاخرة ومتناسقة تعكس اهتمامها الواضح بمظهرها الخارجي. أثناء المقابلة أظهرت هشاشة انفعالية واضحة، إذ كانت تدخل في نوبات بكاء متكررة بمجرد الحديث عن خلافاتها مع زوجها أو التطرق لعلاقتها بوالدها، مع صعوبة في التحكم في انفعالاتها. كما لوحظ محاولتها التخفيف من حدة تأثرها النفسي عبر الضحك بصوت مرتفع أحيانا لإخفاء دموعها وتجنب إظهار ضعفها الانفعالي بشكل مباشر. كذلك بدت عليها علامات توتر وقلق واضحة من خلال اللعب المستمر بأصابع يديها وتحريك رجليها بشكل متكرر أثناء الحديث، إضافة إلى التغير السريع في تعابير وجهها بين الحزن والابتسام، ما يعكس حالة من الاضطراب والتأثر أثناء استحضار المواقف المرتبطة بحياتها الأسرية والزوجية.

تعد نفسها محبوبة قليلا من طرف الأم، على عكس أبيها الذي لطالما أحست الحالة بأنه لا يحبها ولا يهتم بها، على الرغم من عدم غضبه أو صراخه عليها في قولها: "عمره وزقا عليا ولا قزاني بصح دايمن عندي عليه أفكار سيئة ونحس داك الإحساس لي مشي شباب".

بعد مرض الأب أحست الحالة بالذنب وعرفت أن ما كانت تشعر به كان من طرفها هي وفقط، وأنه راجع لما كانت تسمعه من أمها وأخواتها عن معاملة أبيها سابقا ومعاناتهن، وهذا الذي زاد من ارتباط الحالة بوالدتها كثيرا، وليس الأب فقط بل وحتى عائلته أي الأجداد والعمات.

تقول الحالة أنها كانت من صغرها فتاة قنوعة وغير متطلبة، وهذا ما جعلها تشعر بأن الجميع يستسهل التحكم فيها والاستهزاء بمشاعرها، الأمر الذي لم يعجبها خاصة في فترة مرض أبيها أين طلبت خالتها من أمها تركها لمساعدتها في تمريض زوج الخالة الذي كان مريضا أيضا، فصرحت الحالة قائلة :"با كان مريض وجات خالتي داتني نعاونها في راجلها، مكنتش باغي نروح بصح ما تحشم وخلتني وحتى كي قلتلهم رواحو دوني توحشتكم ما جاوش حسيتهم سمحو فيا". مع أن الحالة كانت في فترة حساسة وكانت مقبلة على شهادة الباكالوريا ظلت عند خالتها إلى غاية موت زوج الخالة، ومع هذا لم تذهب إلى بيتها إلا بعد أن اشتد المرض على أبيها الذي وافته المنية أياما قليلة بعد وفاة زوج خالتها.

دخلت الحالة في اكتئاب بعد فقدان الأب والرسوب في شهادة الباكالوريا مما دفعها إلى الخروج للعمل، وهذا الأمر الذي لم يعجب أختها الكبرى التي لطالما أعانتهم منذ الصغر، فحسب أقوال الحالة أن أختها هذه اشتغلت في سن صغير لمساعدة أمها على مصروف المنزل خاصة وأن الأب لم يكن يقوم بذلك.

الحالة تعتبر أختيها الأكبر منها سنا، وخاصة الأخت البكر قد عانتا كثيرا الفقر والحرمان، هذا ما جعل الأولى تسرف في صرف راتبها على الملابس الفاخرة والعطور وبما أن أخواتها كن تقريبا بنفس العمر كن يشاركنها الملابس، وهذا ما جعلها ترى بأنهن مدينات لها، على عكس الأخت الثانية التي كانت تعمل أعمالا شاقة وتدخر راتبها إما في البنك أو لشراء الذهب بهدف ضمان مستقبلها. أما الأخوات الصغار فتصفهم الحالة في قولها: "هادوك

المقلشين لي دايما هوما يعيدو وحنا لا، وعمرهم ما يحسنو لاما عونها ماشي كما أنا دايمن نعاونها في كلش".

ككل الأخوات تتشارك الحالة وأخواتها كل أسرارهن، وهذا ما خلق لها مشكلا في علاقتها الزوجية.

تعرفت الحالة على زوجها الذي كان زميلا لأختها الثانية في العمل، بعد أن كانا قد تصادفا عدة مرات في زيارتها لأختها بعد خروجها من العمل، وهذا ما أزعج أختها الأولى وجعلتها تتوقف عن الدراسة والعمل بحجة المحافظة عليها، مما أدى إلى انفصالهما لفترة إلى غاية أن تقدم لخطبتها، فعلى الرغم من أن خطيب الحالة كان مراعيا ومهتما إلا أنها لم تكن تبادله نفس التصرفات، بل وتعاكسه وتجادله طيلة الوقت بحجة عدم الإطاحة بكرامتها، إلى غاية أن تزوج الشريكان، والحالة تأخذ بنصائح أخواتها وتعتبر من تجاربهم السابقة خاصة وأن أختها الكبرى مطلقة، والحالة تزوجت في بيت عائلة كان يسكنه زوجها وأخويه الصغيرين، فهذا كان شرط الزوج منذ البداية بل والسبب وراء زواجهما، لأنه كان في علاقة سابقا ولم ترغب في العيش مع أمه ورغم أنه كان يحب خطيبته السابقة فسخ قبل عرسه بفترة.

بالحديث عن المشكل الذي سببته مشاركتها لأخواتها أسرارها قالت الحالة: "بعد زواجي راجلي شاف ليمساج بيني وبين خواتاتي لي كانو ما مخليينش فيه بالسب والمعاير خاصة وأنه كنت كلش نحكيهلهم لأنه هو كان فيه طبيعة ميعرفش يهدر ويقزي بالهدرة وأنا كنت حاسبة غير معايا بصح اكتاشفت بعد الزواج بلي مع قاع الناس، من تما ولا ما يحملش خواتاتي وهوما خط أحمر عنده".

بعد هذه المواجهة بين الشريكين تقول الحالة أن زوجها تغير كثيرا وأصبح غير مبالي وغير مهتم، فوصل به الأمر أنه تركها بمفردها وقت ولادتها ولم يأتي لاصطحابها للمنزل رفقة رضيعها بعد عملية قيصرية فقط لأنها كانت تتحدث في الهاتف مع أخواتها. صرحت الحالة:

"عمري ما ننسى هداك النهار مريضة وسيزاريان وهرمونات مخلطة ومحتاجاته وخلاني في أعز ضعفي".

ترى الحالة أن سعادتها تعتمد بشكل كبير على سعادة زوجها، فمجرد أن يكون هو بمزاج جيد تفرح وإلا فسيكون العكس، ويدخلان في نقاشات دائما لهذا السبب بحيث أن الزوج لا يقدر التضحيات التي تقوم بها من أجله، بل وينتقدها أيضا وصرحت بذلك قائلة:" ينتاقدني بزاف ويجرحني وميقدرش تعبي جاي فظ لدرجة الوقاحة بحجة أنه صريح". تتفادى الحالة مواجهة زوجها عندما يجرحها وتعوضها بالبكاء بعيدا عنه لأنه حتى ولو قامت بمناقشته حول ذلك فسيرجعها هي المذنبة ككل مرة.

وجدت الحالة في زوجها كل ما كانت تريده في شريك حياتها إلا أنه لم يعد يبدي لها نفس اهتمام فترة الخطوبة، وهذا بسبب إعطاءها لأختها الكبرى فرصة التحكم فيها في قولها: "هاد الشيء لي راني نعيش فيه سبابه ضعف الشخصية التاعي، أنا لي عطيت لأختي فرصة التحكم فيا وجرحته هو باش متزعفش هي، بصح طفرت راه ينتاقم مني دركا لأنه بالنسبة ليه مدامني حكيتلهم معناها منحبهش".

ترى الحالة أنها السبب في فشل حياتها الزوجية، فعلى الرغم من أن زوجها لا يغازلها ولا يعاملها بلطف في أغلب الأوقات إلا أنها تراه بأنه ليس سيئا، وإنما الظروف القاسية التي عاشها رفقة أسرته والموقف الذي مر به مع أخواتها هما السبب وراء وقاحته، فهو يغطي على ضعفه بهذه الطريقة، وتهمه جدا نظرة الناس له لأنه حسب أقوال الحالة بمجرد أن ترفع صوتها أو تجادله أو تطلب منه فعل شيء يرفض بحجة أنها تريد التحكم فيه.

ترى الحالة بأن حياتها لن تتغير أبدا، خاصة وأنها حاولت طلب العفو من زوجها وشرح موقفها وراء الكلام الجارح الذي رآه في حديثها مع أخواتها إلا أنه يقابلها بقول: "راكي غير تبرري في غلطاتك".

حسب تصريحات الحالة هذه الهوة بينها وبين زوجها جعلتها تشعر بتهديد دائم لوجودها في حياته لأنه دائم التواجد خارج المنزل، وحتى إذا كان في البيت فإما يقضي وقته في مداعبة ابنه أو ممسكا بالهاتف وإن حاولت الحالة خلق جو لطيف وتطلب منه محادثتها بدل الهاتف يجيبها: "خير من وجهك"، وأنهما يفتقران للحوار خاصة وقت الجدال الذي دائما ما ينتهي بلومهما لبعضهما والتخاصم لمدة طويلة.

ورغم كثرة النقاشات بين الزوجين داخل البيت إلا أن والدتيهما لا تتدخلان في قرارتهما إلا نادرا بغية تهدئة الأوضاع، على عكس أختها التي دائما تدفعها إلى مواجهة زوجها ندا بند في قولها: "متخليهش يحقرك".

ترى الحالة أنه لا يوجد مساحة من الصدق والأمان بينها وبين والد ابنها، وأنها لا تثق به وتخاف أن تحكي له تفاصيلها ويعايرها بها لاحقا كما سبق له الفعل، أما بالنسبة له فيراها أنها غير كفء ليحكي لها أو يشاركها تفاصيله لأنه لا يحس بأنه متزوج، وتبرر الحالة عدم إخباره لها تفاصيله بأنها هي السبب، فهي تلح عليه بطرح الأسئلة وتزداد إلحاحا كلما رفض الإجابة في قولها: "نستعرف بلي أنا صامطة ونسقسي بزاف سيرتو إذا يبغيني ودايمن يقابلني بلا ويجرحني وعمره راضاني".

تصف الحالة حياتها بأنها عادية، فهي تمضي بين الدراسة وأعمال البيت وتربية طفلها، بالإضافة إلى أنها حامل وحماتها مريضة بالمستشفى، ورغم كل هذا زوجها لا يقدر كل مجهوداتها ولا يثني عليها، وإن حاولت أن تشكوه صعوبة الأوضاع هددها بالزواج مرة أخرى، مما جعلها تفكر في الطلاق دائما، فالشيء الذي لم تكن تدركه أن الاهتمام والاحتواء وسماعها لكلمات الحب والغزل يغلبان على ما كانت تريده في شريك الحياة في فترة العزوبية حسب قولها: "كنت باغية راجل صغير ويخليني نقرا ونخدم وندير بلاصتي بصح بروده معايا خلاني نفهم بلي راني محتاجة حنانته كثر من كلش ورغم أني نطلبها ونسمطها عليه بصح في أغلب

الأوقات يقزيني"، ورغم هذا تخاف الحالة من أن تخسر شريك حياتها ولهذا لا تقابله بنفس المعاملة إلا نادرا.

- **التذكير بنتائج مقياس الأفكار اللاعقلانية:**

تحصلت الحالة على درجة 89 من 104، مما يدل على ارتفاع مستوى الأفكار اللاعقلانية. وقد ظهرت أعلى الدرجات في الأبعاد التالية:

- **فكرة الحاجة الملحة للحب والقبول والاستحسان المطلق (البعد الأول):**

تظهر في إسقاط الحالة رغبتها العاطفية المفرطة نحو الزوج بشكل يشرط سعادتها ووجودها برضاه ومزاجه: "سعادتي تعتمد على سعادة زوجي..."، تفرح بمزاجه الجيد والعكس، ورغم جفائه المستمر وتهديده لها بالزواج الثاني، تلاحقه بالإلحاح والسؤال العاطفي العاجز: "نستعرف بلي أنا صامطة ونسقسي بزاف سيرتو إذا يبغيني".

- **فكرة لوم الذات الشديد وجلد الذات وتحمل مسؤولية أخطاء الآخرين (البعد الثالث):**

تتجسد في تبنيها لفكرة أنها السبب الأساسي والوحيد في فشل حياتها الزوجية وقسوة زوجها ووقاحته معها، مبررةً سلوكه الانتقامي والجارح بأنه ناتج عن تقصيرها ووقوعها تحت تأثير أختها الكبرى، وصرحت: "هاد الشيء لي راني نعيش فيه سبابه ضعف الشخصية التاعي... راني نلوم روحي".

- **فكرة التفكير الكارثي والتهويل وتوقع الأسوأ (البعد الرابع):**

تبرز في شعورها المستمر والدائم بالتهديد وفقدان الأمان التام، وتعميم النظرة السوداوية الجامدة بأن حياتها محكومة بالتعاسة الدائمة ولن تتغير أبدا (ترى بأن حياتها لن تتغير أبدا).

- **فكرة تجنب الصعوبات والمواجهات لشراء السلام (البعد السابع):**

تظهر في ميكانيزم التجنب الذي تتبعه عند تعرضها للجرح والإهانة اللفظية من طرف الزوج، حيث تختار الانسحاب السلوكي وتكثيف البكاء بعيدا عنه خوفا من أن يقلب الطاولة عليها ويجعلها المذنبة، وصرحت بأنها تتفادى مواجهة زوجها عندما يجرحها وتعوضها بالبكاء بعيداً عنه.

- فكرة الاعتمادية المفرطة على الآخرين والعجز عن الاستقلالية النفسية (البعد الثامن):

تبرز عيادياً على مستويين، الأول: ارتهانها المعرفي والسلوكي التام لإملاءات أخواتها ونصائحهن ونقل تفاصيل حياتها لهن في فترة الخطوبة وبداية الزواج: ""كنت كلش نحكيهلهم... آخذ بنصائح أخواتي". والثاني: استسلامها النفسي لسطوة أختها الكبرى المطلقة، وتكرار مأساة إذعانها التاريخي لقرار خالتها قديما بترك تمريض والدها المريض لتمريض زوج خالتها.

- فكرة الالتزام بالمثالية المطلقة والحلول الكاملة (البعد الحادي عشر):

تتجلى في مبالغتها في الاهتمام بالمظهر الخارجي كآلية معرفية تعويضية عن الهشاشة الداخلية، حيث تعتمد اللباس الفاخر جدا والمنظم لإثبات الكفاءة والتميز أمام المحيط، في محاولة للوصول إلى الصورة الكاملة التي تحجب عيوب واقعها المستنزف.

- **نتائج مقياس التوافق الزواجي:**

تحصلت الحالة على درجة 113، مما يدل على مستوى توافق منخفض، وقد ظهر عدم التوافق في الزواج خاصة في:

- سوء التواصل.
- غياب الرضا والتفاهم.
- الصراع المستمر.
- ضعف التوافق الوجداني.

- **تحليل النتائج:**

تكشف معطيات الحالة عن بنية نفسية تتسم بالحساسية الانفعالية العالية والحاجة القوية إلى القبول والاحتواء العاطفي، وهي سمات تبدو مرتبطة بتاريخها الأسري وعلاقاتها المبكرة داخل الأسرة الأصلية. فقد نشأت الحالة في وسط عائلي تميز بضعف الإشباع العاطفي من جهة الأب، ليس من خلال العنف المباشر وإنما من خلال الصورة السلبية التي تشكلت عنه عبر حديث الأم والأخوات عن معاناتهن معه، مما جعل الحالة تبني منذ طفولتها شعورا داخليا بعدم الأمان العاطفي والخوف من عدم التقدير. كما أن تعلقها الشديد بالأم والأخوات جعلها تعتمد عليهن نفسيا وانفعاليا بدرجة كبيرة، الأمر الذي أضعف استقلاليتها في اتخاذ القرارات وجعلها شديدة التأثر بآرائهن وتوجيهاتهن حتى بعد الزواج.

وتُظهر الحالة كذلك ميلا واضحا إلى إنكار احتياجاتها الشخصية وتقديم الآخرين على نفسها، حيث اعتادت لعب دور الفتاة "القنوعة" و"الطيبة" التي تتحمل وتتنازل حتى لا تخسر من حولها. وقد أدى ذلك إلى شعورها المتكرر بالاستغلال وعدم مراعاة مشاعرها، خاصة في المواقف التي أُجبرت فيها على التضحية باحتياجاتها النفسية، مثل إرسالها إلى بيت خالتها خلال فترة مرض والدها وقبيل شهادة البكالوريا، وهو ما عزز لديها الإحساس بالتهميش وعدم الأهمية داخل الأسرة.

كما ساهمت خبرات الفقد والفشل، كوفاة الأب والرسوب في شهادة البكالوريا، في زيادة هشاشتها النفسية وشعورها بعدم الكفاءة، لتصبح أكثر بحثا عن الأمان والانتماء داخل علاقتها الزوجية. لذلك دخلت الزواج وهي تحمل احتياجا عاطفيا مرتفعا ورغبة قوية في الحصول على الاهتمام والاحتواء، إلا أنها في الوقت نفسه كانت تتعامل بحذر ودفاعية متأثرة بخبرات أخواتها ونظرتهن السلبية للعلاقات الزوجية، فكانت تخشى أن تبدو ضعيفة أو خاضعة أمام زوجها.

ومن خلال تصريحات الحالة تظهر عدة أفكار لاعقلانية أثرت بصورة مباشرة في حياتها الزوجية، من أبرزها اعتقادها بأن قيمتها مرتبطة بمدى رضا زوجها عنها، حيث تصف نفسها بأنها تكون سعيدة عندما يكون هو مرتاحا معها، بينما تنهار نفسيا عند تجاهله أو انتقاده لها. كما يظهر لديها اعتقاد مبالغ فيه بضرورة الحصول على الحب والاهتمام بشكل دائم، لذلك تفسر برود الزوج أو انشغاله على أنه دليل على عدم الحب أو تهديد للعلاقة.

وتبرز أيضا فكرة لاعقلانية مرتبطة بلوم الذات وتحمل المسؤولية المفرطة، إذ ترى نفسها السبب الأساسي في تدهور العلاقة الزوجية، رغم أن العلاقة الحالية تتأثر أيضا بطريقة الزوج الجارحة في التواصل وبروده الانفعالي. كما يبدو لديها خوف شديد من الرفض والهجر، وهو ما يفسر تسامحها المستمر مع الإهمال العاطفي ومحاولاتها المتكررة لاسترضاء الزوج رغم شعورها بالألم النفسي.

وعلى مستوى التوافق الزواجي، يتضح وجود ضعف ملحوظ في عدة أبعاد أساسية، فالتواصل بين الزوجين يعاني من اضطراب واضح بسبب غياب الحوار الآمن وكثرة اللوم والتجريح والانفعال. كما أن الثقة المتبادلة أصبحت مهزوزة نتيجة تدخل الأخوات ومشاركة تفاصيل الحياة الزوجية معهن، وهو ما جعل الزوج أكثر تحفظا وابتعادا. أما الإشباع العاطفي فيبدو منخفضا، خاصة لدى الحالة التي تعاني من نقص واضح في الاهتمام والاحتواء والتقدير، مقابل زوج غير مهتم.

كما يظهر ضعف في القدرة على حل المشكلات الزوجية، إذ تنتهي أغلب النقاشات بالخصام أو الانسحاب أو الصمت الطويل بدل الوصول إلى تفاهم مشترك. إضافة إلى ذلك، فإن استمرار تأثير الأسرة الأصلية في العلاقة الزوجية وعدم وجود حدود واضحة بين الحياة الزوجية والعلاقات الأسرية ساهم في زيادة حدة الصراعات وإضعاف الاستقرار النفسي والزواجي للحالة.

وعليه، يمكن القول إن الحالة تعكس تفاعلا واضحا بين الهشاشة النفسية والأفكار اللاعقلانية وضعف التوافق الزواجي، حيث ساهمت الحاجة المفرطة للقبول والخوف من الرفض ولوم الذات والتعلق العاطفي الزائد في جعل العلاقة الزوجية قائمة على التوتر وعدم الأمان الانفعالي، خاصة في ظل ضعف التواصل وفقدان الثقة بين الزوجين.

2- مناقشة نتائج الدراسة:

أظهرت نتائج الدراسة الحالية أن الفرضية القائلة بأن الأفكار اللاعقلانية تساهم في خفض مستوى التوافق الزواجي لدى حديثي الزواج قد نُفيت لدى الحالات الثلاث (الأولى "ف" والثانية "م" والثالثة "ح")، إذ لم يؤد ارتفاع الأفكار اللاعقلانية إلى انخفاض واضح في مستوى التوافق الزواجي كما أظهرت نتائج المقياس. في المقابل، تأكدت الفرضية لدى الحالة الرابعة "س"، حيث تزامن ارتفاع مستوى الأفكار اللاعقلانية مع انخفاض مستوى التوافق الزواجي. وتتفق هذه النتيجة الأخيرة مع الطرح النظري لـ Albert Ellis الذي يؤكد أن الأفكار اللاعقلانية تعد مصدرًا للاضطرابات الانفعالية والسلوكية، إذ إن الفرد لا يتأثر بالموقف في حد ذاته، وإنما بطريقة تفسيره له. وعليه، فإن تبني معتقدات غير منطقية داخل الحياة الزوجية يؤدي إلى اضطراب التفاعل بين الزوجين وإضعاف التوافق بينهما.

ولكن بتحليل محتوى المقابلات العيادية، تبين لنا أن النتائج لا تعكس بشكل دقيق مستوى التوافق الزواجي لدى جميع الحالات. أما الحالات الثلاث الأولى، فعلى الرغم من تسجيلها مستويات مرتفعة من الأفكار اللاعقلانية، فإن نتائج مقياس التوافق الزواجي أظهرت مستويات جيدة أو مقبولة من التوافق. غير أن المعطيات المستخلصة من المقابلات العيادية كشفت وجود انعكاسات سلبية لهذه الأفكار على بعض أبعاد العلاقة الزوجية، من خلال ضعف التواصل، وسوء فهم بعض المواقف، وارتفاع الحساسية اتجاه الخلافات اليومية، إضافة إلى

تبني توقعات مثالية وغير واقعية حول الحياة الزوجية. وتشير هذه النتائج إلى أن الأفكار اللاعقلانية لا تؤدي بالضرورة إلى خفض التوافق الزواجي بصورة مباشرة أو متساوية لدى جميع الأزواج، إلا أنها تعد عاملاً يسهم في إضعاف بعض جوانب التوافق الزواجي، خاصة عندما تكون مصحوبة بصعوبات في التواصل أو بضعف القدرة على التعامل مع الخلافات الزوجية.

كما يمكن تفسير اختلاف النتائج بين الحالات بوجود عوامل أخرى تتدخل في تحديد مستوى التوافق الزواجي، مثل طبيعة شخصية الزوجين، وأساليب التواصل بينهما، والخبرات الأسرية السابقة، ومدى قدرتهما على التكيف مع متطلبات الحياة الزوجية. وبذلك يمكن القول إن نتائج الدراسة قدمت دعماً جزئياً للفرضية، حيث ساهمت الأفكار اللاعقلانية في خفض مستوى التوافق الزواجي بدرجات متفاوتة بين الحالات المدروسة، وظهر تأثيرها بصورة أوضح في بعض الحالات مقارنة بغيرها، مما يؤكد أنها عامل مؤثر في الحياة الزوجية، دون أن تكون العامل الوحيد المحدد لمستوى التوافق الزواجي.

تتفق نتائج الدراسة الحالية في مجملها مع عدد معتبر من الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الأفكار اللاعقلانية والتوافق الزواجي والعوامل المؤثرة فيهما، حيث أكدت دراسة ليلى بافلح (2020) ودراسة منى السيد عبد الحميد (2018) وجود علاقة سلبية بين الأفكار اللاعقلانية وبعض أبعاد التوافق الزواجي، خاصة ما يتعلق بالتواصل والتوافق العاطفي والقدرة على مواجهة المشكلات، وهو ما ينسجم مع ما أظهرته المقابلات العيادية في الدراسة الحالية من صعوبات في التواصل، وسوء فهم بعض المواقف، وارتفاع الحساسية الانفعالية لدى بعض الحالات.

كما تدعم دراسة عمر الشواشرة وهبة عبد الرحمن (2018) هذه النتائج من خلال تأكيدها على وجود علاقة بين الأفكار اللاعقلانية والانفصال العاطفي، وهو ما ظهر بشكل جزئي في الدراسة الحالية لدى الحالة التي سجلت انخفاضًا في مستوى التوافق الزواجي، حيث

برز ضعف في التفاعل الوجداني وانخفاض في مستوى الرضا الزواجي. وتتفق نتائج الدراسة الحالية جزئيًا مع دراسة ظافر بن محمد القحطاني (2018)، التي لم تجد علاقة كلية بين الأفكار اللاعقلانية والتوافق الزواجي، لكنها أوضحت وجود علاقات سالبة بين بعض أبعاد الأفكار اللاعقلانية وبعض أبعاد التوافق الزواجي، وهو ما ينسجم مع نتائج الدراسة الحالية التي بينت أن تأثير الأفكار اللاعقلانية يختلف باختلاف الأبعاد والحالات المدروسة.

وفيما يخص العوامل المرتبطة بالتوافق الزواجي، تتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة جميلة بن الغويني، علي بوخلخال، محمد تهامي (2024) التي أكدت تأثير معايير اختيار الشريك على التوافق الزواجي، حيث تبين أن التصورات المسبقة والمعايير غير الواقعية قد تؤثر في استقرار العلاقة الزوجية، وهو ما يظهر أيضًا في الدراسة الحالية من خلال تبني بعض الحالات لتوقعات مثالية وغير واقعية حول الحياة الزوجية.

كما تدعم دراسة إيمان لعفيفي ومنور معروف (2021) فكرة أن التوافق الزواجي يتأثر بعدة عوامل من بينها مدة الزواج وطريقة الاختيار، وهو ما يفسر التباين بين الحالات في الدراسة الحالية. وتتقاطع هذه النتائج كذلك مع دراسة خليل أبو جراد وشيرين نعيم (2021) التي بينت أهمية أساليب التعامل الزوجي في تحقيق التوافق، خاصة أسلوب الحوار والتكيف مع الضغوط.

وتؤكد دراسة مليكة بكير (2020) ودراسة بن السايح مسعودة (2016) أن التوافق الزواجي يرتبط بعوامل نفسية واجتماعية متعددة مثل الصحة النفسية والأمن النفسي، وهو ما يدعم الطرح القائل بأن التوافق الزواجي ظاهرة مركبة لا يمكن تفسيرها بعامل واحد فقط. كما تتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة بلخير حفيظة (2016) التي أبرزت أهمية الحوار، واحترام الأدوار الزوجية، وتجنب تدخلات الأهل، في تعزيز التوافق الزواجي، وهو ما ينسجم مع ما أظهرته المقابلات من أن بعض الصعوبات في التوافق ترتبط بضعف التواصل وسوء إدارة

الخلافات. وفي السياق ذاته، تدعم دراسة محمد خلالصي (2015) ودراسة خلود بنت محمد علي يوسف (2015) فكرة أن التوافق الزواجي يرتبط بعوامل متعددة مثل الرضا العام، التواصل، والاستقرار الأسري، بينما تؤكد دراسة الحسين بن حسن السيد (2015) ودراسة وفاء خالد إبراهيم (2019) أهمية معايير اختيار الشريك (الدينية، الاجتماعية، الاقتصادية، والجمالية) في تحقيق التوافق الزواجي. كما تشير دراسة نصراء مسلم حمد الغافري (2013) ودراسة شانهو انجليو وايفاكلوهمنان (2005) إلى أن العوامل النفسية والشخصية والتشابه في القيم والسمات الشخصية تلعب دورًا مهمًا في التوافق الزواجي، مما يعزز فكرة تعدد العوامل المؤثرة فيه.

وبناءا على ما سبق، يمكن القول إن نتائج الدراسة الحالية تتقاطع مع أغلب الدراسات السابقة في أن الأفكار اللاعقلانية تمثل عاملًا مؤثرًا في التوافق الزواجي، إلا أن هذا التأثير ليس مباشرًا أو كافيًا بمفرده، بل يتداخل مع مجموعة من العوامل النفسية والاجتماعية والمعرفية التي تحدد طبيعة العلاقة الزوجية واستقرارها، وهو ما يفسر التباين المسجل بين الحالات المدروسة.

خلاصة:

خلصت نتائج الدراسة الحالية إلى أن الأفكار اللاعقلانية تمثل عاملًا معرفيًا مؤثرًا في الحياة الزوجية لدى حديثي الزواج، حيث أظهرت النتائج وجود تباين في انعكاس هذه الأفكار على مستوى التوافق الزواجي بين الحالات المدروسة. فقد تبين أن هذا الانعكاس كان واضحًا لدى الحالة التي سجلت انخفاضًا في التوافق الزواجي، في حين لم يظهر بشكل مباشر لدى باقي الحالات وفق نتائج المقياس الكمي، رغم وجود مؤشرات نوعية مستخلصة من المقابلات العيادية تشير إلى وجود صعوبات على مستوى التواصل، وإدارة الخلافات، والتوقعات غير الواقعية حول الحياة الزوجية. كما أكدت الدراسة أن التوافق الزواجي لا يمكن تفسيره من خلال

عامل واحد فقط، بل هو نتاج تفاعل معقد بين مجموعة من العوامل النفسية والشخصية والاجتماعية، وهو ما يفسر التباين في النتائج بين الحالات المدروسة. وقد دعمت المقارنة مع الدراسات السابقة هذا التوجه، حيث أظهرت أغلبها أن الأفكار اللاعقلانية ترتبط سلبًا ببعض أبعاد التوافق الزواجي، دون أن يكون تأثيرها شاملًا أو مباشرًا في جميع الحالات .وبناءً على ذلك، يمكن القول إن الأفكار اللاعقلانية تسهم في إضعاف بعض جوانب التوافق الزواجي، إلا أن تأثيرها يظل نسبيًا ويتباين حسب خصائص الأفراد والظروف المحيطة بهم، مما يؤكد الطبيعة الديناميكية والمعقدة للعلاقة الزوجية.

خاتمة:

في ختام هذه الدراسة التي تناولت موضوع الأفكار اللاعقلانية والتوافق الزواجي لدى حديثي الزواج، يتضح أن السنوات الأولى من الحياة الزوجية تعد مرحلة حساسة في بناء العلاقة بين الزوجين، لما تتضمنه من تغيرات ومسؤوليات جديدة تتطلب قدرًا من التفاهم والتكيف النفسي والانفعالي. وخلال هذه المرحلة تظهر أهمية البناء المعرفي للفرد، خاصة ما يحمله من أفكار ومعتقدات حول ذاته وشريكه والحياة الزوجية بصفة عامة.

وقد أظهرت نتائج الدراسة أن ارتفاع مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى بعض الحالات ارتبط بوجود صعوبات في التفاهم والتواصل والتكيف مع متطلبات الحياة الزوجية، حيث ساهمت بعض التصورات غير الواقعية والتوقعات المثالية في خلق توتر وخلافات أثرت على مستوى التوافق الزواجي.

كما بينت الدراسة أن طبيعة التنشئة الأسرية والخبرات السابقة لها دور في تكوين هذه الأفكار، الأمر الذي ينعكس على طريقة إدراك الزوجين للمواقف اليومية وكيفية تعاملهما مع المشكلات والخلافات داخل العلاقة الزوجية.

وقد دعمت النتائج المتوصل إليها الفرضية التي انطلقت منها الدراسة كيفيا، فانسجمت مع الطرح المعرفي لـ Albert Ellis وعدد من الدراسات السابقة التي أكدت أن الأفكار اللاعقلانية ترتبط بعدة جوانب نفسية واجتماعية، من بينها طبيعة العلاقات الزوجية ومستوى التوافق بين الزوجين. أما كميا فقد نفيت الفرضية عند معظم الحالات.

وعليه، يمكن القول إن التوافق الزواجي لدى حديثي الزواج لا يرتبط فقط بالظروف الاجتماعية أو الاقتصادية، بل يتأثر أيضا بطريقة التفكير والتصورات المعرفية التي يحملها كل من الزوجين اتجاه الحياة الزوجية، وهو ما يجعل فهم الأفكار اللاعقلانية عنصرا مهما في دراسة العلاقات الزوجية الحديثة.

وفي الأخير، تبقى هذه الدراسة محاولة للإسهام في فهم جانب مهم من جوانب الحياة الزوجية لدى حديثي الزواج، كما تفتح المجال أمام درسات أخرى تتناول متغيرات مختلفة وعينات أوسع قصد إثراء البحث العلمي في مجال علم النفس العيادي عامة وعلم النفس الأسري والاجتماعي خاصة.

التوصيات وآفاق الدراسة:

التوصيات:

- ضرورة إقامة مراكز الإرشاد النفسي والأسري في الجزائر وتوسيع خدماتها لفائدة المقبلين على الزواج وحديثي الزواج.
- تنظيم دورات تكوينية وتحسيسية للمقبلين على الزواج تتناول طبيعة الحياة الزوجية وأساليب التواصل الفعال بين الزوجين.
- إدراج برامج توعوية حول الصحة النفسية والعلاقات الأسرية داخل الجامعات والمؤسسات الشبابية.
- تعزيز دور وسائل الإعلام الجزائرية في تقديم برامج أسرية وتثقيفية تسهم في بناء تصورات واقعية حول الزواج.
- تشجيع الجمعيات المختصة بشؤون الأسرة على تنظيم لقاءات وورشات توجيهية للأزواج الجدد.
- الاهتمام بإجراء دراسات ميدانية جزائرية حول المتغيرات النفسية والاجتماعية المرتبطة بالتوافق الزواجي قصد إثراء البحث العلمي في هذا المجال.
- توفير خدمات الإرشاد الزواجي داخل المؤسسات الصحية والاجتماعية لمرافقة الأزواج في المراحل الأولى من الزواج، والعمل على نشر ثقافة الحوار والتفاهم داخل الأسرة الجزائرية من طرف الأخصائيين للحد من الصراعات وسوء الفهم بين الزوجين، وتوعية حديثي الزواج بخطورة التوقعات المثالية وغير الواقعية حول الحياة الزوجية لما تسببه من ضعف في التوافق الزواجي.

آفاق الدراسة:

فتحت هذه الدراسة المجال أمام فهم أعمق للأفكار اللاعقلانية وانعكاسها على التوافق الزواجي لدى حديثي الزواج، إلا أن هذا الموضوع ما يزال يحتاج إلى المزيد من البحث والتقصي، وعليه يمكن أن تتجه الدراسات المستقبلية إلى متغيرات أخرى ترتبط بالتوافق الزواجي والأفكار اللاعقلانية:

- دراسة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والرضا الزواجي لدى الأزواج الجزائريين.
- دراسة أثر المستوى التعليمي والوضع الاقتصادي في التوافق الزواجي لدى حديثي الزواج في الجزائر.
- بحث دور التواصل الزواجي في التخفيف من تأثير الأفكار اللاعقلانية.
- دراسة فعالية البرامج الإرشادية النفسية في تحسين التوافق الزواجي لدى الأزواج الجزائريين حديثي الزواج.

كما يمكن توسيع نطاق البحث ليشمل عينات مختلفة كما و كيفا ومناطق مختلفة من الجزائر.

- إجراء دراسات مقارنة بين الأزواج في الوسط الحضري والريفي فيما يتعلق بالأفكار اللاعقلانية والتوافق الزواجي.
- استراتيجيات موجهة الضغوط و علاقتها بالتوافق الزواجي لدى الرجال حديثي الأزواج الجزائريين.
- الذكاء الانفعالي و علاقته بالتوافق الزواجي لدى الرجال الجزائريين.

وهذا يشجع على تصميم برامج إرشادية موجهة للأزواج سواء كانوا مقبلين على الزواج أو متزوجين وهذا للحد من الآثار السلبية للأفكار اللاعقلانية على الحياة الأسرية.

قائمة المراجع:

المراجع العربية:

1) القران الكريم.

2) الإبراهيم، أسماء بدري. (2018). التعبير العاطفي والتوافق الزواجي لدى الاردنيات في ضوء بعض المتغيرات. مصر: جامعة الازهر.

3) إبراهيم، سيد منصور، والشربيني، زكريا أحمد. (2000). الأسرة ومشكلات الأبناء. دار الفكر العربي.

4) إبراهيم، عبد الستار. (2008). عين العقل : دليل المعالج المعرفي لتنمية التفكير العقلاني الإيجابي، الكويت: دار الكاتب للطباعة و النشر.

5) إبراهيم، و. (2019). معايير اختيار الشريك وعلاقتها بالتوافق الزواجي. [دراسة علمية].

6) أبو الخير، عبد الكريم قاسم. (2013). فعالية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في خفض الأفكار اللاعقلانية لدى عينة من المراهقين [رسالة دكتوراه غير منشورة]. جامعة غزة.

7) أبو سكينة، نادية حسن. (2011). العلاقات و المشكلاتالأسرية. دار الفكر للنشر و التوزيع.مصر

8) إجلال سري. (2003). علم النفس العلاجي. عالم الكتب للنشر و التوزيع. القاهرة.

9) أحمان، لبنى. (2012). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بتقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين: دراسة ميدانية بجامعة قاصدي مرباح ورقلة. مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية.

10) باترسون، س. هـ. (1990). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي (ترجمة حامد عبد العزيز الفقي). دار القلم.

11) بافلح، ل. (2020). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالتوافق الزواجي. [رسالة

12) بدوي، أحمد زكي. (1999). معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية. مكتبة لبنان. (هذا المرجع هو المصدر الأشهر الذي نقل تعريفات كونت ولوك للأسرة باللغة العربية).

13) بغورة، نور الدين(2013) .الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها استخدام الحوار في الوسط الجامعي لدى الطلبة. جامعة الحاج لخضر .باتنة.

14) بكير، م. (2020). التوافق الزواجي وعلاقته بالصحة النفسية. [مقال علمي].

15) بلميهوب، كلثوم. (2012). الاستقرار الزواجي: دراسة في سيكولوجية الزواج. شبكة العلوم النفسية العربية.

16) بن السايح، م. (2018). التوافق الزواجي وعلاقته بالأمن النفسي. [مقال علمي].

17) بن الغويني، ج.، وآخرون. (2024). معايير اختيار الشريك وعلاقتها بالتوافق الزواجي. [مقال علمي].

18) حجازي، محمد علاء الدين. (2013). الاضطرابات النفسية والعقلية والسلوكية. دار الفكر العربي.

19) حجازي، مصطفى. (2000). الأسرة وصحتها النفسية: المقومات والمساهمة في التنمية. دار الطليعة للطباعة والنشر.

20) حسام، علي. (2015). علم النفس الأسري وقضايا التوافق. دار الكتاب الحديث.

21) حسيب، محمد كمال. (2006). نظريات الشخصية. دار الفكر العربي.

22) ختة، س.، وبلميهوب، ك. (2017). فعالية برنامج علاجي عقلاني انفعالي في تحسين التوافق الزواجي. [رسالة أو دراسة علمية].

23) الخشاب، سامية مصطفى. (1987). علم الاجتماع العائلي. دار المعارف.

24) الخولي، سناء. (1983). الزواج والعلاقات الأسرية. دار المعرفة الجامعية . الإسكندرية.

25) خيري، خليل. (1992). التوافق الزواجي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية. مكتبة النهضة المصرية.

26) الداهري، صالح حسن. (2008). أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية. دار صفاء للنشر والتوز

27) الداهري، صالح حسن. (2008). سيكولوجية الابداع و الشخصية.ط1،دارالصفاء للنشروالتوزيع.الاردن.

28) الريحاني، سليمان. (1985). تطوير اختبار الأفكار اللاعقلانية. مجلة دراسات الجامعة الاردنية.

29) الريماوي، محمد عودة. (2001). علم النفس النمو الطفولة و المراهقة. دار المسيرة للنشر والتوزيع.الاردن

30) سري، إجلال محمد. (2003). علم النفس الأسري. عالم الكتب..

31) سليمان، سناء محمد. (2005). العلاقات الزوجية وبناء الأسرة من منظور علم النفس. عالم الكتب لنشر والتوزيع.

32) السيد، الحسين. (2015). معايير اختيار الشريك وعلاقتها بالتوافق الزواجي. [دراسة علمية].

33) الشناوي، محمد محروس. (1994). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي. دار غريب للنشر والتوزيع.القاهرة.

34) شواشرة، ع.، وعبد الرحمن، هـ. (2018). الانفصال العاطفي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين. [رسالة علمية].

35) الصافي، عبد الحكيم . (2006). التوافق الزواجيبين الوالدين كما يدركه الابناء وعلاقته ببعض سمات الشخصية. دار الاندلس للنشر والتوزيع.

36) الصافي، عبد الحكيم. (2006). المشكلات الزوجية والأسريّة: أسبابها ومظاهرها وطرق علاجها. دار الآفاق.

37) الصاوي، أسماء عبد المنعم .(2003) .الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من المراهقين . جامعة بنها.

38) عاطف مسعد. (2014). السيكولوجية الأسرية للتوافق والاضطراب الزواجي. المكتبة العصرية للنشر والتوزيع.

39) عبد الحميد، م. (2018). التوافق الزواجي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى المترددات على محاكم الأسرة. [رسالة ماجستير].

40) عبد الرحمن، محمد السيد. (1998). التوافق الزواجي، فعالية الذات الاضطرابات النفسية والسلوكية ، دراسات في لصحة النفسية، دار قباء لطباعة و النشرو التوزيع ، القاهرة.

41) عبد الرحمن، محمد السيد، وعبد الله، محمد أنور. (1994). الأفكار اللاعقلانية لدى عينة من طلاب الجامعة: دراسة عبر حضارية. مجلة علم النفس.

42) عبد الله، معتز سيد. (2001). الاتجاهات التعصبية. دار غريب للنشر والتوزيع.

43) عبد المعطي، حسن، والدسوقي، راوية. (1993). علم النفس الأسري. دار قباء.

44) عبيد، أفراح ذياب. (2014). سيكولوجية العلاقات الأسرية. دار صفاء للنشر والتوزيع.

45) العزة، سعيد حسني. (2000). الإرشاد الأسري والزواجي: نظرياته وأساليبه العلاجية. دار الثقافة للنشر والتوزيع.

46) عمر، مصطفى،الشواشرة , وسبين، عصام. (2014). الأفكار اللاعقلانية علاقتها بالاكتئاب لدى انساء المعنفات في منطقة المثلث. مجلة جامعة القدس المفتوحة للابحلثو الدراسات.

47) عمران، ربيعة. (2012). التوافق الزواجي وعلاقته بالصحة النفسية جامعة مولود معمري.

48) العنزي، فريح عويد. (2010). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة في دول الخليج العربي. مجلة العلوم التربوية والنفسية، الكويت.

49) الغافري، بدر بن ناصر. (2012). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة السلطان قابوس. جامعة السلطان قابوس.

50) الغافري، ن. (2013). الأفكار اللاعقلانية لدى عينة من المتزوجين. [دراسة علمية].

51) غسيري، يمينة. (2012). رؤية سيكولولوجية لعملية الاختيار الزواجي في المجتمع الجزائري. مجلة علوم الانسان و المجتمع.بسكرة.

52) غنيم، سيد محمد.(1995). سيكولوجية الشخصية: محدداتها، قياسها، نظرياتها .دار النهضة العربية.

53) القحطاني، ظ. ب. م. (2018). التوافق الزواجي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية. [رسالة ماجستير].

54) الكندري، أحمد محمد. (2005). علم النفس الأسري. مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع. للنشر والتوزيع.الكويت

55) الكندري، يعقوب يوسف. (1999). أثر الالتزام الديني في التوافق الزواجي والاستقرار الأسري. مجلة دراسات الخليج والجزيرة العربية، الكويت

56) لعفيفي، إ.، ومعروف، ل. (2021). بعض العوامل المؤثرة في تحقيق التوافق الزواجي. [مقال علمي].

57) المذكوري، خالد مصطفى. (2016). سيكولوجية البيئة الاسرية والحياة الزوجية، مكتبة الانجلو. القاهرة.

58) المذكوري، مريم. (2019). الذكاء العاطفي وعلاقته بالتوافق الزواجي لدى عينة من المتزوجين في محافظة مسقط [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة السلطان قابوس.

59) مسعود، وفاء محمد. (2001). الاتصال في الأسرة وعلاقته بالتوافق الزواجي. دار المعرفة الجامعية.

60) منصور، رشدي أندراوس، والشربيني، زكريا أحمد. (2000). المشكلات النفسية والاجتماعية للمرأة العاملة. دار الفكر العربي.

61) المهدي، محمد. (2005). سيكولوجية العلاقات الزوجية. دار الكتاب الحديث.

62) موسى، مرسي إبراهيم كمال. (1991). علم النفس الأسري. دار النهضة العربية.

63) النفيعي، عيسى عبد الله. (2006). الاضطرابات والانسجام في العلاقة الحميمة داخل محيط الأسرة. دار الهدى للنشر.

المراجع الأجنبية :

1. DiGiuseppe, R., Leaf, R., Exner, T., & Robin, M. W. (1988, September). The development of a measure of irrational/rational thinking. Paperpresentedat the World Congress of BehaviorTherapy, Edinburgh, Scotland.
2. Burns, D. D. (1980). *Feeling Good: The New MoodTherapy*. New York: William Morrow and Company.
Covin, R., Dozois, D. J. A., Ogniewicz, A. S., &Seeds, P. M. (2011). Measuring cognitive errors: Initial development of the Cognitive Errors Questionnaire. *International Journal of Cognitive Therapy*, *4*(3), 297–322. doi.org
3. Ellis, A. (1962). Reason and emotion in psychotherapy. Lyle Stuart Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotionaldisorders*. International UniversitiesPress.

قائمة الملاحق:

دليل المقابلة

دليل المقابلة الخاص بالأفكار اللاعقلانية:

- ماذا يعني لك الزواج؟
- كيف تتصورين الحياة الزوجية السعيدة؟
- هل تعتقدين أن الحياة الزوجية الناجحة يجب أن تكون خالية من المشكلات والخلافات؟ لماذا؟
- عندما يحدث خلاف بين الزوجين، ماذا يعني ذلك في رأيك؟
- ما الصفات التي يجب أن تتوفر في الزوج المثالي؟
- إلى أي درجة تعتمد سعادتك على زوجك؟
- هل يمكنك الاستمرار في حياتك بشكل طبيعي إذا غاب زوجك لفترة طويلة؟
- هل ترين أن الزوج يجب أن يلبي جميع رغبات زوجته؟ ولماذا؟
- هل تقومين أحيانا بأمور لا ترغبين فيها من أجل إرضاء زوجك أو تجنب غضبه؟
- من المسؤول عن سعادة الأسرة في رأيك؟
- عندما تحدث مشكلة زوجية، من ترين أنه المسؤول عنها غالبا؟
- هل تتخذين قراراتك بنفسك أم تحتاجين دائما إلى استشارة زوجك؟
- كيف تشعرين عندما لا يقدر زوجك مجهوداتك؟
- هل تتوقعين من زوجك أن يفهم احتياجاتك دون أن تعبري عنها؟
- ما الأمور التي لا يمكن أن تتقبليها من زوجك؟
- هل تخافين من فقدان زوجك أو ابتعاده عنك؟
- هل تميلين إلى توقع الأسوأ في بعض المواقف الزوجية؟

- ما مدى تأثير رأي الآخرين أو العائلة على نظرتك لحياتك الزوجية؟
- هل تعتقدين أن الحسد أو السحر يمكن أن يؤثر على حياتك الزوجية؟
- ما أكثر فكرة تشغل بالك بخصوص علاقتك بزوجك؟

<u>دليل المقابلة الخاص بالتوافق الزواجي:</u>

- كيف تم التعارف بينكما قبل الزواج؟
- كيف كانت فترة الخطوبة؟
- كيف تصفين علاقتك الحالية بزوجك؟
- هل تشعرين بالراحة والانسجام مع زوجك؟
- كيف يتم التواصل بينكما في الحياة اليومية؟
- هل تشعرين أن زوجك يستمع إليك ويفهمك؟
- كيف يتم حل الخلافات بينكما؟
- هل تستطيعين التعبير عن رأيك بحرية أمام زوجك؟
- كيف تتخذان القرارات الأسرية؟
- هل يشاركك زوجك أموره ومشكلاته الخاصة؟
- إلى أي درجة تثقين بزوجك؟
- هل تشعرين بالأمان والطمأنينة معه؟
- هل يعبر زوجك عن حبه واهتمامه بك؟ وكيف؟
- هل تشعرين أن زوجك يقدر مجهوداتك وتضحياتك؟
- ما طبيعة علاقتك بعائلة زوجك؟
- ما طبيعة علاقة زوجك بعائلتك؟

- هل توجد تدخلات من العائلتين في حياتكما الزوجية؟
- كيف يؤثر ذلك على علاقتكما؟
- ما أكثر الأمور التي تمنحك الرضا في حياتك الزوجية؟
- ما أكثر الأمور التي تسبب لك الانزعاج أو عدم الرضا؟
- كيف تقيمين مستوى التفاهم بينك وبين زوجك؟
- هل تشعرين أن احتياجاتك العاطفية والنفسية مشبعة داخل العلاقة الزوجية؟
- كيف ترين مستقبل علاقتك الزوجية؟
- إذا طلب منك تقييم حياتك الزوجية حاليا، كيف تصفينها؟
- ما التغييرات التي تتمنين حدوثها لتحسين علاقتك بزوجك؟

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة الدكتور مولاي الطاهر – سعيدة -

كلية العلوم الانسانية والاجتماعية

قسم علم النفس و علوم التربية

تخصص علم النفس العيادي

التعليمة:

أخي الكريم / أختي الكريمة،

في إطار إنجاز مذكرة لنيل شهادة الماستر في تخصص علم النفس العيادي، نضع بين أيديكم هذه الأداة العلمية المقننة والتي تساهم في انجاز دراستنا الموسومة بـ "الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالتوافق الزواجي لدى حديثي الزواج".

نرجو منكم التكرم بالإجابة على فقرات المقياس الموجودة ادناه.

و نؤكد اننا نضمن لكم الالتزام بالسرية التامة؛ حيث لن يتم الاطلاع على الإجابات إلا من قِبل الباحثة ولأغراض الدراسة فقط.و لا توجد إجابة نموذجية، بل الإجابة الصحيحة هي التي تعبر عن واقعك الفعلي وتجربتك الشخصية بكل صدق.

البيانات العامة

يرجى وضع علامة (X) في الخانة المناسبة أو الكتابة حيث يلزم:

- **الجنس:** [ ] ذكر [ ] أنثى
- **السن:** ..... سنة.
- **المستوى التعليمي:**
[ ] ثانوي فما دون [ ] جامعي [ ] ما بعد التدرج (ماجستير/دكتوراه)
- **مدة الزواج:** ..... سنوات.
- **هل لديك أطفال؟:** [ ] نعم [ ] لا
- **طبيعة السكن:** [ ] سكن مستقل [ ] سكن عائلي (مع الأهل)

تعليمة الإجابة

أمامك مجموعة من العبارات التي تصف مواقف أو أفكاراً معينة، يرجى قراءتها بدقة ووضع علامة (X) أمام البديل الذي تراه مناسباً لحالتك (**نعم** أو **لا**)، مع الحرص على الإجابة على جميع الفقرات.

الفقرة	نعم	لا
1) لا أتردد بالتضحية بمصالحي ورغباتي في سبيل رضا وحب الآخرين		
2) أؤمن بأن كل شخص يجب أن يسعى دائما لتحقيق أهدافه بأقصى ما يمكن من الكمال		
3) أفضل السعي وراء إصلاح المسيئين بدلا من معاقبتهم أو لومهم		
4) لا أستطيع أن أقبل نتائج أعمال تأتي على غير ما أتوقع		
5) أؤمن بأن كل شخص قادر على تحقيق سعادته بنفسه		
6) يجب أن لا يشغل الشخص نفسه في التفكير بإمكانية حدوث الكوارث والمخاطر		
7) أفضل تجنب الصعوبات بدلا من موجهتها		
8) من المؤسف أن يكون الإنسان تابعا لآخرين ومعتمدا عليهم		
9) أؤمن بأن ماضي الإنسان يقرر سلوكه في الحاضر والمستقبل		
10) يجب أن لا يسمح الشخص لمشكلات الآخرين أن تمنعه من الشعور بالسعادة		
11) أعتقد أن هناك حل مثالي لكل مشكلة لابد من الوصول إليه		
12) إن الشخص الذي لا يكون جديا ورسميا في تعامله مع الآخرين لا يستحق احترامهم		
13) أعتقد أن من الحكمة أن يتعامل الرجل مع المرأة على أساس المساواة		
14) يزعجني أن يصدر عني أي سلوك يجعلني غير مقبول من قبل الآخرين		
15) أؤمن بأن قيمة الفرد ترتبط بمقدار ما ينجز من أعمال حتى وإن لم تتصف بالكمال		
16) أفضل الامتناع عن معاقبة مرتكبي الأعمال الشريرة حتى أتبين الأسباب		
17) أتخوف دائما من أن تسير الأمور على غير ما أريد		
18) أؤمن بأن أفكار الفرد وفلسفته في الحياة تلعب دورا كبيرا في شعوره بالسعادة أو التعاسة		

19) أؤمن بأن الخوف من إمكانية حدوث أمر مكروه لا يقلل من احتمال حدوثه		
20) أعتقد أن السعادة في الحياة السهلة التي تخلو من تحمل المسؤولية ومواجهة الصعوبات		
21) أفضل الاعتماد على نفسي في كثير من الأمور رغم إمكانية الفشل فيها		
22) لا يمكن للفرد أن يتخلص من تأثير الماضي حتى وإن حاول ذلك		
23) من غير الحق أن يحرم الفرد نفسه من السعادة إذا شعر بأنه غير قادر على إسعاد غيره ممن يعانون الشقاء		
24) أشعر باضطراب شديد حين أفشل في إيجاد الحل الذي أعتبره حلا مثاليا لما أواجهه من مشكلات		
25) يفقد الفرد هيبته واحترام الناس له إذا أكثر من المرح والمزاح		
26) إن تعامل الرجل مع المرأة من منطلق تفوقه عليها يضر في العلاقة التي يجب أن تقوم بينهما		
27) أؤمن بأن رضا جميع الناس غاية لا تدرك		
28) أشعر بأن لا قيمة لي إذا لم أنجز الأعمال الموكلة إلي بشكل يتصف بالكمال مهما كانت الظروف		
29) بعض الناس مجبولون على الشر والخسة والنذالة ومن الواجب الابتعاد عنهم واحتقارهم		
30) يجب أن يقبل الإنسان بالأمر الواقع إذا لم يكن قادرا على تغييره		
31) أؤمن بأن الحظ يلعب دورا كبيرا في مشكلات الناس وتعاستهم		
32) يجب أن يكون الشخص حذرا ويقضا من إمكانية حدوث المخاطر		
33) أؤمن بضرورة مواجهة الصعوبات بكل ما أستطيع بدلا من تجنبها والابتعاد عنها		
34) لا يمكن أن أتصور نفسي دون مساعدة من هم أقوى مني		
35) أرفض أن أخضع لتأثير الماضي		
36) غالبا ما تؤرقني مشكلات الآخرين وتحرمني من الشعور بالسعادة		
37) من العبث أن يصر الفرد على إيجاد ما يعتبره الحل المثالي لما يواجهه من مشكلات		

38) لا أعتقد أن ميل الفرد للمداعبة والمزاح يقلل من احترام الناس له		
39) أرفض التعامل مع الجنس الآخر على أساس المساواة		
40) أفضل التمسك بأفكاري ورغباتي الشخصية حتى وإن كانت سبب في رفض الآخرين لي		
41) أؤمن أن عدم قدرة الفرد على الوصول إلى الكمال فيما يعمل لا يقلل من قيمته		
42) لا أتردد في لوم وعقاب من يؤذي الآخرين ويسيء إليهم		
43) أؤمن بأن ما كل ما يتمناه الفرد يدركه		
44) أؤمن بأن الظروف الخارجة عن إرادة الإنسان غالبا ما تقف ضد تحقيقه لسعادته		
45) ينتابني خوف شديد من مجرد التفكير بإمكانية وقوع الحوادث والكوارث		
46) يسرني أن أواجه بعض المصاعب والمسؤوليات التي تشعرني بالتحدي		
47) أشعر بالضعف حين أكون وحيدا في مواجهة مسؤولياتي		
48) أعتقد أن الإلحاح على التمسك بالماضي هو عذر يستخدمه البعض لتبرير عدم قدرتهم على التغيير		
49) من غير الحق أن يسعد الشخص وهو يرى غيره يتعذب		
50) من المنطق أن يفكر الفرد في أكثر من حل لمشكلاته وأن يقبل بما هو عملي وممكن بدلا من الإصرار على البحث عما يعتبره حلا مثاليا		
51) أؤمن بأن الشخص المنطقي يجب أن يتصرف بعفوية بدلا من أن يقيد نفسه بالرسمية والجدية.		
52) من العيب على الرجل أن يكون تابعا للمرأة		

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة الدكتور مولاي الطاهر – سعيدة -
كلية العلوم الانسانية والاجتماعية
قسم علم النفس و علوم التربية
تخصص علم النفس العيادي

التعليمة:

عزيزتي المشاركة ،

بين يديكِ مجموعة من العبارات التي تصف ملامح وتفاصيل الحياة الزوجية اليومية، وتتطرق إلى طبيعة العلاقة والتفاعل بين الشريكين. يُرجى قراءة كل عبارة بدقة وعناية، ثم وضع علامة (X)في الخانة التي تنطبق على واقع علاقتكِ الزوجية الحالية وتعبّر عن وجهة نظركِ الصادقة.

مقدرين لك جهدك الثمين للمساهمة في إنجاز هذا البحث.

ملاحظات هامة قبل البدء:

- **لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة؛** فالإجابة الصحيحة هي فقط التي تعبّر عن واقعكِ الفعلي وتجربتكِ الشخصية بكل أمانة.
- **السرية التامة مُصانة؛** إن كل المعطيات المستقاة من هذا المقياس لن تُستخدم إلا لأغراض البحث العلمي الأكاديمي الصرف ولن يطلع عليها أي طرف ثالث.
- يُرجى عدم ترك أي عبارة دون إجابة، واختيار بديل واحد فقط لكل عبارة.

الرقم	العبارات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
01	استمتع عندما أكون في المنزل					
02	أشعر بقدرتي على فهم زوجي من تعابير وجهه					
03	أشعر بالرضا عن علاقتي الجنسية					
04	أشعر باهتمام وانتباه زوجي لي					
05	أشعر بأنني افهم ما يرغب فيه زوجي من نظرات عينيه					
06	أرى باني قادرة على إدراك المواقف التي تحصل في حياتي الزوجية					
07	أشعر بأنني قادرة على الاسترخاء داخل المنزل					
08	أشعر باني لد القدرة على التواصل مع زوجي					
09	أشعر بقدرتي على فهم ما يطلبه زوجي مني بالإشارة					
10	أميل إلي الصمت عندما يتحدث زوجي					
11	أشعر باني اعرف المظهر الملائم الذي يرغب زوجي برؤيتي عليه					
12	ابدي محبة وحنان اتجاه زوجي					
13	يتعاطف زوجي معي عند إحساسي بالضيق					
14	ابدي احترام وتقدير اتجاه زوجي					
15	يشجعني زوجي على الثقة به					
16	لدي القدرة على سؤال زوجي عندما اشك ببعض تصرفاته					
17	اشعر بأنني افهم زوجي عندما يبدي أي تعاطف اتجاهي من نبرة صوته					
18	أجد مرونة في التعبير عن مشاعري اتجاه زوجي					
19	احترم مشاعر زوجي في كل حالاته					
20	يوضح لي زوجي السلوكيات الخاطئة التي يرغب بتصحيحها					
21	أقف مع زوجي في المواقف الصعبة					

22	لا أميل إلي مقاطعة زوجي عندما يتحدث معي					
23	لدي القدرة على طرح أفكاري للآخرين					
24	اشعر بضعف قدرتي على الإنصات لزوجي عندما ننشئ صراعات حادة بيننا					
25	اشعر باني امتلك القدرة على مواجهة مسؤوليات الزواج					
26	استطيع توكيد ذاتي عندما أواجه أية ظروف بحياتي الزوجية					
27	ابدي رغبة بالحوار عندما تحدث مشكلة بيني وبين زوجي					
28	أواجه المشكلات الزوجية					
29	لدي القدرة في التواصل إلى حلول مرضية لي ولزوجي في أي مشكلة تحدث					
30	لدي الرغبة في السعي إلي حل مشكلاتي الأسرية					
31	أناقش مشكلاتي الزوجية بحرية وصراحة					
32	لدي القدرة على اتخاذ أي قرار يتعلق بحياتي الزوجية					
33	امتلك قدرة علة إقناع زوجي					
34	أثق بقدرتي في حل النزاعات الأسرية					
35	أتحمل مسؤولية تربية أطفالي					

استجابة الحالة (ف) لمقياس الأفكار اللاعقلانية:

الفقرة	نعم	لا
1) لا أتردد بالتضحية بمصالحي ورغباتي في سبيل رضا وحب الآخرين		
2) أؤمن بأن كل شخص يجب أن يسعى دائما لتحقيق أهدافه بأقصى ما يمكن من الكمال		
3) أفضل السعي وراء إصلاح المسيئين بدلا من معاقبتهم أو لومهم		
4) لا أستطيع أن أقبل نتائج أعمال تأتي على غير ما أتوقع		
5) أؤمن بأن كل شخص قادر على تحقيق سعادته بنفسه		
6) يجب أن لا يشغل الشخص نفسه في التفكير بإمكانية حدوث الكوارث والمخاطر		
7) أفضل تجنب الصعوبات بدلا من موجهتها		
8) من المؤسف أن يكون الإنسان تابعا لآخرين ومعتمدا عليهم		
9) أؤمن بأن ماضي الإنسان يقرر سلوكه في الحاضر والمستقبل		
10) يجب أن لا يسمح الشخص لمشكلات الآخرين أن تمنعه من الشعور بالسعادة		
11) أعتقد أن هناك حل مثالي لكل مشكلة لابد من الوصول إليه		
12) إن الشخص الذي لا يكون جديا ورسميا في تعامله مع الآخرين لا يستحق احترامهم		
13) أعتقد أن من الحكمة أن يتعامل الرجل مع المرأة على أساس المساواة		
14) يزعجني أن يصدر عني أي سلوك يجعلني غير مقبول من قبل الآخرين		
15) أؤمن بأن قيمة الفرد ترتبط بمقدار ما ينجز من أعمال حتى وإن لم تتصف بالكمال		
16) أفضل الامتناع عن معاقبة مرتكبي الأعمال الشريرة حتى أتبين الأسباب		
17) أتخوف دائما من أن تسير الأمور على غير ما أريد		
18) أؤمن بأن أفكار الفرد وفلسفته في الحياة تلعب دورا كبيرا في شعوره بالسعادة أو التعاسة		
19) أؤمن بأن الخوف من إمكانية حدوث أمر مكروه لا يقلل من احتمال حدوثه		
20) أعتقد أن السعادة في الحياة السهلة التي تخلو من تحمل المسؤولية ومواجهة الصعوبات		

21) أفضل الاعتماد على نفسي في كثير من الأمور رغم إمكانية الفشل فيها		
22) لا يمكن للفرد أن يتخلص من تأثير الماضي حتى وإن حاول ذلك		
23) من غير الحق أن يحرم الفرد نفسه من السعادة إذا شعر بأنه غير قادر على إسعاد غيره ممن يعانون الشقاء		
24) أشعر باضطراب شديد حين أفشل في إيجاد الحل الذي أعتبره حلا مثاليا لما أواجهه من مشكلات		
25) يفقد الفرد هيبته واحترام الناس له إذا أكثر من المرح والمزاح		
26) إن تعامل الرجل مع المرأة من منطلق تفوقه عليها يضر في العلاقة التي يجب أن تقوم بينهما		
27) أؤمن بأن رضا جميع الناس غاية لا تدرك		
28) أشعر بأن لا قيمة لي إذا لم أنجز الأعمال الموكلة إلي بشكل يتصف بالكمال مهما كانت الظروف		
29) بعض الناس مجبولون على الشر والخسة والنذالة ومن الواجب الابتعاد عنهم واحتقارهم		
30) يجب أن يقبل الإنسان بالأمر الواقع إذا لم يكن قادرا على تغييره		
31) أؤمن بأن الحظ يلعب دورا كبيرا في مشكلات الناس وتعاستهم		
32) يجب أن يكون الشخص حذرا ويقضا من إمكانية حدوث المخاطر		
33) أؤمن بضرورة مواجهة الصعوبات بكل ما أستطيع بدلا من تجنبها والابتعاد عنها		
34) لا يمكن أن أتصور نفسي دون مساعدة من هم أقوى مني		
35) أرفض أن أخضع لتأثير الماضي		
36) غالبا ما تؤرقني مشكلات الآخرين وتحرمني من الشعور بالسعادة		
37) من العبث أن يصر الفرد على إيجاد ما يعتبره الحل المثالي لما يواجهه من مشكلات		
38) لا أعتقد أن ميل الفرد للمداعبة والمزاح يقلل من احترام الناس له		
39) أرفض التعامل مع الجنس الآخر على أساس المساواة		
40) أفضل التمسك بأفكاري ورغباتي الشخصية حتى وإن كانت سبب في رفض الآخرين لي		
41) أؤمن أن عدم قدرة الفرد على الوصول إلى الكمال فيما يعمل لا يقلل من قيمته		

42) لا أتردد في لوم وعقاب من يؤذي الآخرين ويسيء إليهم		
43) أؤمن بأن ما كل ما يتمناه الفرد يدركه		
44) أؤمن بأن الظروف الخارجة عن إرادة الإنسان غالبا ما تقف ضد تحقيقه لسعادته		
45) ينتابني خوف شديد من مجرد التفكير بإمكانية وقوع الحوادث والكوارث		
46) يسرني أن أواجه بعض المصاعب والمسؤوليات التي تشعرني بالتحدي		
47) أشعر بالضعف حين أكون وحيدا في مواجهة مسؤولياتي		
48) أعتقد أن الإلحاح على التمسك بالماضي هو عذر يستخدمه البعض لتبرير عدم قدرتهم على التغيير		
49) من غير الحق أن يسعد الشخص وهو يرى غيره يتعذب		
50) من المنطق أن يفكر الفرد في أكثر من حل لمشكلاته وأن يقبل بما هو عملي وممكن بدلا من الإصرار على البحث عما يعتبره حلا مثاليا		
51) أؤمن بأن الشخص المنطقي يجب أن يتصرف بعفوية بدلا من أن يقيد نفسه بالرسمية والجدية.		
52) من العيب على الرجل أن يكون تابعا للمرأة		

استجابة الحالة (ف) لمقياس التوافق الزواجي

الرقم	العبارات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
01	استمتع عندما أكون في المنزل					
02	أشعر بقدرتي على فهم زوجي من تعابير وجهه					
03	أشعر بالرضا عن علاقتي الجنسية					
04	أشعر باهتمام وانتباه زوجي لي					
05	أشعر بأنني افهم ما يرغب فيه زوجي من نظرات عينيه					
06	أرى باني قادرة على إدراك المواقف التي تحصل في حياتي الزوجية					

07	أشعر بأنني قادرة على الاسترخاء داخل المنزل					
08	أشعر باني لد القدرة على التواصل مع زوجي					
09	أشعر بقدرتي على فهم ما يطلبه زوجي مني بالإشارة					
10	أميل إلي الصمت عندما يتحدث زوجي					
11	أشعر باني اعرف المظهر الملائم الذي يرغب زوجي برؤيتي عليه					
12	ابدي محبة وحنان اتجاه زوجي					
13	يتعاطف زوجي معي عند إحساسي بالضيق					
14	ابدي احترام وتقدير اتجاه زوجي					
15	يشجعني زوجي على الثقة به					
16	لدي القدرة على سؤال زوجي عندما اشك ببعض تصرفاته					
17	اشعر بأنني افهم زوجي عندما يبدي أي تعاطف اتجاهي من نبرة صوته					
18	أجد مرونة في التعبير عن مشاعري اتجاه زوجي					
19	احترم مشاعر زوجي في كل حالاته					
20	يوضح لي زوجي السلوكيات الخاطئة التي يرغب بتصحيحها					
21	أقف مع زوجي في المواقف الصعبة					
22	لا أميل إلي مقاطعة زوجي عندما يتحدث معي					
23	لدي القدرة على طرح أفكاري للآخرين					
24	اشعر بضعف قدرتي على الإنصات لزوجي عندما ننشئ صراعات حادة بيننا					
25	اشعر باني امتلك القدرة على مواجهة مسؤوليات الزواج					
26	استطيع توكيد ذاتي عندما أواجه أية ظروف بحياتي الزوجية					
27	ابدي رغبة بالحوار عندما تحدث مشكلة بيني وبين زوجي					
28	أواجه المشكلات الزوجية					
29	لدي القدرة في التواصل إلى حلول مرضية لي ولزوجي في أي مشكلة تحدث					
30	لدي الرغبة في السعي إلي حل مشكلاتي الأسرية					

31	أناقش مشكلاتي الزوجية بحرية وصراحة					
32	لدي القدرة على اتخاذ أي قرار يتعلق بحياتي الزوجية					
33	امتلك قدرة علة إقناع زوجي					
34	أثق بقدرتي في حل النزاعات الأسرية					
35	أتحمل مسؤولية تربية أطفالي					

استجابة الحالة (م) لمقياس الأفكار اللعقلانية :

الفقرة	نعم	لا
1) لا أتردد بالتضحية بمصالحي ورغباتي في سبيل رضا وحب الآخرين		
2) أؤمن بأن كل شخص يجب أن يسعى دائما لتحقيق أهدافه بأقصى ما يمكن من الكمال		
3) أفضل السعي وراء إصلاح المسيئين بدلا من معاقبتهم أو لومهم		
4) لا أستطيع أن أقبل نتائج أعمال تأتي على غير ما أتوقع		
5) أؤمن بأن كل شخص قادر على تحقيق سعادته بنفسه		
6) يجب أن لا يشغل الشخص نفسه في التفكير بإمكانية حدوث الكوارث والمخاطر		
7) أفضل تجنب الصعوبات بدلا من موجهتها		
8) من المؤسف أن يكون الإنسان تابعا لآخرين ومعتمدا عليهم		
9) أؤمن بأن ماضي الإنسان يقرر سلوكه في الحاضر والمستقبل		
10) يجب أن لا يسمح الشخص لمشكلات الآخرين أن تمنعه من الشعور بالسعادة		
11) أعتقد أن هناك حل مثالي لكل مشكلة لابد من الوصول إليه		
12) إن الشخص الذي لا يكون جديا ورسميا في تعامله مع الآخرين لا يستحق احترامهم		
13) أعتقد أن من الحكمة أن يتعامل الرجل مع المرأة على أساس المساواة		
14) يزعجني أن يصدر عني أي سلوك يجعلني غير مقبول من قبل الآخرين		
15) أؤمن بأن قيمة الفرد ترتبط بمقدار ما ينجز من أعمال حتى وإن لم تتصف بالكمال		
16) أفضل الامتناع عن معاقبة مرتكبي الأعمال الشريرة حتى أتبين الأسباب		
17) أتخوف دائما من أن تسير الأمور على غير ما أريد		
18) أؤمن بأن أفكار الفرد وفلسفته في الحياة تلعب دورا كبيرا في شعوره بالسعادة أو التعاسة		
19) أؤمن بأن الخوف من إمكانية حدوث أمر مكروه لا يقلل من احتمال حدوثه		
20) أعتقد أن السعادة في الحياة السهلة التي تخلو من تحمل المسؤولية ومواجهة الصعوبات		

21) أفضل الاعتماد على نفسي في كثير من الأمور رغم إمكانية الفشل فيها		
22) لا يمكن للفرد أن يتخلص من تأثير الماضي حتى وإن حاول ذلك		
23) من غير الحق أن يحرم الفرد نفسه من السعادة إذا شعر بأنه غير قادر على إسعاد غيره ممن يعانون الشقاء		
24) أشعر باضطراب شديد حين أفشل في إيجاد الحل الذي أعتبره حلا مثاليا لما أواجهه من مشكلات		
25) يفقد الفرد هيبته واحترام الناس له إذا أكثر من المرح والمزاح		
26) إن تعامل الرجل مع المرأة من منطلق تفوقه عليها يضر في العلاقة التي يجب أن تقوم بينهما		
27) أؤمن بأن رضا جميع الناس غاية لا تدرك		
28) أشعر بأن لا قيمة لي إذا لم أنجز الأعمال الموكلة إلي بشكل يتصف بالكمال مهما كانت الظروف		
29) بعض الناس مجبولون على الشر والخسة والنذالة ومن الواجب الابتعاد عنهم واحتقارهم		
30) يجب أن يقبل الإنسان بالأمر الواقع إذا لم يكن قادرا على تغييره		
31) أؤمن بأن الحظ يلعب دورا كبيرا في مشكلات الناس وتعاستهم		
32) يجب أن يكون الشخص حذرا ويقضا من إمكانية حدوث المخاطر		
33) أؤمن بضرورة مواجهة الصعوبات بكل ما أستطيع بدلا من تجنبها والابتعاد عنها		
34) لا يمكن أن أتصور نفسي دون مساعدة من هم أقوى مني		
35) أرفض أن أخضع لتأثير الماضي		
36) غالبا ما تؤرقني مشكلات الآخرين وتحرمني من الشعور بالسعادة		
37) من العبث أن يصر الفرد على إيجاد ما يعتبره الحل المثالي لما يواجهه من مشكلات		
38) لا أعتقد أن ميل الفرد للمداعبة والمزاح يقلل من احترام الناس له		
39) أرفض التعامل مع الجنس الآخر على أساس المساواة		
40) أفضل التمسك بأفكاري ورغباتي الشخصية حتى وإن كانت سبب في رفض الآخرين لي		
41) أؤمن أن عدم قدرة الفرد على الوصول إلى الكمال فيما يعمل لا يقلل من قيمته		
42) لا أتردد في لوم وعقاب من يؤذي الآخرين ويسيء إليهم		

43) أؤمن بأن ما كل ما يتمناه الفرد يدركه		
44) أؤمن بأن الظروف الخارجة عن إرادة الإنسان غالبا ما تقف ضد تحقيقه لسعادته		
45) ينتابني خوف شديد من مجرد التفكير بإمكانية وقوع الحوادث والكوارث		
46) يسرني أن أواجه بعض المصاعب والمسؤوليات التي تشعرني بالتحدي		
47) أشعر بالضعف حين أكون وحيدا في مواجهة مسؤولياتي		
48) أعتقد أن الإلحاح على التمسك بالماضي هو عذر يستخدمه البعض لتبرير عدم قدرتهم على التغيير		
49) من غير الحق أن يسعد الشخص وهو يرى غيره يتعذب		
50) من المنطق أن يفكر الفرد في أكثر من حل لمشكلاته وأن يقبل بما هو عملي وممكن بدلا من الإصرار على البحث عما يعتبره حلا مثاليا		
51) أؤمن بأن الشخص المنطقي يجب أن يتصرف بعفوية بدلا من أن يقيد نفسه بالرسمية والجدية.		
52) من العيب على الرجل أن يكون تابعا للمرأة		

استجابات الحالة (م) لمقياس التوافق الزواجي :

الرقم	العبارات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
01	استمتع عندما أكون في المنزل					
02	أشعر بقدرتي على فهم زوجي من تعابير وجهه					
03	أشعر بالرضا عن علاقتي الجنسية					
04	أشعر باهتمام وانتباه زوجي لي					
05	أشعر بأنني افهم ما يرغب فيه زوجي من نظرات عينيه					
06	أرى باني قادرة على إدراك المواقف التي تحصل في حياتي الزوجية					
07	أشعر بأنني قادرة على الاسترخاء داخل المنزل					
08	أشعر باني لدي القدرة على التواصل مع زوجي					
09	أشعر بقدرتي على فهم ما يطلبه زوجي مني بالإشارة					
10	أميل إلي الصمت عندما يتحدث زوجي					
11	أشعر باني اعرف المظهر الملائم الذي يرغب زوجي برؤيتي عليه					

12	ابدي محبة وحنان اتجاه زوجي					
13	يتعاطف زوجي معي عند إحساسي بالضيق					
14	ابدي احترام وتقدير اتجاه زوجي					
15	يشجعني زوجي على الثقة به					
16	لدي القدرة على سؤال زوجي عندما اشك ببعض تصرفاته					
17	اشعر بأنني افهم زوجي عندما يبدي أي تعاطف اتجاهي من نبرة صوته					
18	أجد مرونة في التعبير عن مشاعري اتجاه زوجي					
19	احترم مشاعر زوجي في كل حالاته					
20	يوضح لي زوجي السلوكيات الخاطئة التي يرغب بتصحيحها					
21	أقف مع زوجي في المواقف الصعبة					
22	لا أميل إلي مقاطعة زوجي عندما يتحدث معي					
23	لدي القدرة على طرح أفكاري للآخرين					
24	اشعر بضعف قدرتي على الإنصات لزوجي عندما ننشئ صراعات حادة بيننا					
25	اشعر باني امتلك القدرة على مواجهة مسؤوليات الزواج					
26	استطيع توكيد ذاتي عندما أواجه أية ظروف بحياتي الزوجية					
27	ابدي رغبة بالحوار عندما تحدث مشكلة بيني وبين زوجي					
28	أواجه المشكلات الزوجية					
29	لدي القدرة في التواصل إلى حلول مرضية لي ولزوجي في أي مشكلة تحدث					
30	لدي الرغبة في السعي إلي حل مشكلاتي الأسرية					
31	أناقش مشكلاتي الزوجية بحرية وصراحة					
32	لدي القدرة على اتخاذ أي قرار يتعلق بحياتي الزوجية					
33	امتلك قدرة علة إقناع زوجي					
34	أثق بقدرتي في حل النزاعات الأسرية					
35	أتحمل مسؤولية تربية أطفالي					

استجابة الحالة (ح) لمقياس الأفكار اللاعقلانية :

الفقرة	نعم	لا
1) لا أتردد بالتضحية بمصالحي ورغباتي في سبيل رضا وحب الآخرين		
2) أؤمن بأن كل شخص يجب أن يسعى دائما لتحقيق أهدافه بأقصى ما يمكن من الكمال		
3) أفضل السعي وراء إصلاح المسيئين بدلا من معاقبتهم أو لومهم		
4) لا أستطيع أن أقبل نتائج أعمال تأتي على غير ما أتوقع		
5) أؤمن بأن كل شخص قادر على تحقيق سعادته بنفسه		
6) يجب أن لا يشغل الشخص نفسه في التفكير بإمكانية حدوث الكوارث والمخاطر		
7) أفضل تجنب الصعوبات بدلا من موجهتها		
8) من المؤسف أن يكون الإنسان تابعا لآخرين ومعتمدا عليهم		
9) أؤمن بأن ماضي الإنسان يقرر سلوكه في الحاضر والمستقبل		
10) يجب أن لا يسمح الشخص لمشكلات الآخرين أن تمنعه من الشعور بالسعادة		
11) أعتقد أن هناك حل مثالي لكل مشكلة لابد من الوصول إليه		
12) إن الشخص الذي لا يكون جديا ورسميا في تعامله مع الآخرين لا يستحق احترامهم		
13) أعتقد أن من الحكمة أن يتعامل الرجل مع المرأة على أساس المساواة		
14) يزعجني أن يصدر عني أي سلوك يجعلني غير مقبول من قبل الآخرين		
15) أؤمن بأن قيمة الفرد ترتبط بمقدار ما ينجز من أعمال حتى وإن لم تتصف بالكمال		
16) أفضل الامتناع عن معاقبة مرتكبي الأعمال الشريرة حتى أتبين الأسباب		
17) أتخوف دائما من أن تسير الأمور على غير ما أريد		
18) أؤمن بأن أفكار الفرد وفلسفته في الحياة تلعب دورا كبيرا في شعوره بالسعادة أو التعاسة		
19) أؤمن بأن الخوف من إمكانية حدوث أمر مكروه لا يقلل من احتمال حدوثه		
20) أعتقد أن السعادة في الحياة السهلة التي تخلو من تحمل المسؤولية ومواجهة		

الصعوبات		
21) أفضل الاعتماد على نفسي في كثير من الأمور رغم إمكانية الفشل فيها		
22) لا يمكن للفرد أن يتخلص من تأثير الماضي حتى وإن حاول ذلك		
23) من غير الحق أن يحرم الفرد نفسه من السعادة إذا شعر بأنه غير قادر على إسعاد غيره ممن يعانون الشقاء		
24) أشعر باضطراب شديد حين أفشل في إيجاد الحل الذي أعتبره حلا مثاليا لما أواجهه من مشكلات		
25) يفقد الفرد هيبته واحترام الناس له إذا أكثر من المرح والمزاح		
26) إن تعامل الرجل مع المرأة من منطلق تفوقه عليها يضر في العلاقة التي يجب أن تقوم بينهما		
27) أؤمن بأن رضا جميع الناس غاية لا تدرك		
28) أشعر بأن لا قيمة لي إذا لم أنجز الأعمال الموكلة إلي بشكل يتصف بالكمال مهما كانت الظروف		
29) بعض الناس مجبولون على الشر والخسة والنذالة ومن الواجب الابتعاد عنهم واحتقارهم		
30) يجب أن يقبل الإنسان بالأمر الواقع إذا لم يكن قادرا على تغييره		
31) أؤمن بأن الحظ يلعب دورا كبيرا في مشكلات الناس وتعاستهم		
32) يجب أن يكون الشخص حذرا ويقضا من إمكانية حدوث المخاطر		
33) أؤمن بضرورة مواجهة الصعوبات بكل ما أستطيع بدلا من تجنبها والابتعاد عنها		
34) لا يمكن أن أتصور نفسي دون مساعدة من هم أقوى مني		
35) أرفض أن أخضع لتأثير الماضي		
36) غالبا ما تؤرقني مشكلات الآخرين وتحرمني من الشعور بالسعادة		
37) من العبث أن يصر الفرد على إيجاد ما يعتبره الحل المثالي لما يواجهه من مشكلات		
38) لا أعتقد أن ميل الفرد للمداعبة والمزاح يقلل من احترام الناس له		
39) أرفض التعامل مع الجنس الآخر على أساس المساواة		
40) أفضل التمسك بأفكاري ورغباتي الشخصية حتى وإن كانت سبب في رفض الآخرين لي		
41) أؤمن أن عدم قدرة الفرد على الوصول إلى الكمال فيما يعمل لا يقلل من قيمته		

42) لا أتردد في لوم وعقاب من يؤذي الآخرين ويسيء إليهم		
43) أؤمن بأن ما كل ما يتمناه الفرد يدركه		
44) أؤمن بأن الظروف الخارجة عن إرادة الإنسان غالبا ما تقف ضد تحقيقه لسعادته		
45) ينتابني خوف شديد من مجرد التفكير بإمكانية وقوع الحوادث والكوارث		
46) يسرني أن أواجه بعض المصاعب والمسؤوليات التي تشعرني بالتحدي		
47) أشعر بالضعف حين أكون وحيدا في مواجهة مسؤولياتي		
48) أعتقد أن الإلحاح على التمسك بالماضي هو عذر يستخدمه البعض لتبرير عدم قدرتهم على التغيير		
49) من غير الحق أن يسعد الشخص وهو يرى غيره يتعذب		
50) من المنطق أن يفكر الفرد في أكثر من حل لمشكلاته وأن يقبل بما هو عملي وممكن بدلا من الإصرار على البحث عما يعتبره حلا مثاليا		
51) أؤمن بأن الشخص المنطقي يجب أن يتصرف بعفوية بدلا من أن يقيد نفسه بالرسمية والجدية.		
52) من العيب على الرجل أن يكون تابعا للمرأة		

استجابات الحالة (ح) لمقياس التوافق الزواجي :

الرقم	العبارات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
01	استمتع عندما أكون في المنزل					
02	أشعر بقدرتي على فهم زوجي من تعابير وجهه					
03	أشعر بالرضا عن علاقتي الجنسية					
04	أشعر باهتمام وانتباه زوجي لي					
05	أشعر بأنني افهم ما يرغب فيه زوجي من نظرات عينيه					
06	أرى باني قادرة على إدراك المواقف التي تحصل في حياتي الزوجية					
07	أشعر بأنني قادرة على الاسترخاء داخل المنزل					
08	أشعر باني لدي القدرة على التواصل مع زوجي					
09	أشعر بقدرتي على فهم ما يطلبه زوجي مني بالإشارة					
10	أميل إلي الصمت عندما يتحدث زوجي					

11	أشعر باني اعرف المظهر الملائم الذي يرغب زوجي برؤيتي عليه					
12	ابدي محبة وحنان اتجاه زوجي					
13	يتعاطف زوجي معي عند إحساسي بالضيق					
14	ابدي احترام وتقدير اتجاه زوجي					
15	يشجعني زوجي على الثقة به					
16	لدي القدرة على سؤال زوجي عندما اشك ببعض تصرفاته					
17	اشعر بأنني افهم زوجي عندما يبدي أي تعاطف اتجاهي من نبرة صوته					
18	أجد مرونة في التعبير عن مشاعري اتجاه زوجي					
19	احترم مشاعر زوجي في كل حالاته					
20	يوضح لي زوجي السلوكيات الخاطئة التي يرغب بتصحيحها					
21	أقف مع زوجي في المواقف الصعبة					
22	لا أميل إلي مقاطعة زوجي عندما يتحدث معي					
23	لدي القدرة على طرح أفكاري للآخرين					
24	اشعر بضعف قدرتي على الإنصات لزوجي عندما ننشئ صراعات حادة بيننا					
25	اشعر باني امتلك القدرة على مواجهة مسؤوليات الزواج					
26	استطيع توكيد ذاتي عندما أواجه أية ظروف بحياتي الزوجية					
27	ابدي رغبة بالحوار عندما تحدث مشكلة بيني وبين زوجي					
28	أواجه المشكلات الزوجية					
29	لدي القدرة في التواصل إلى حلول مرضية لي ولزوجي في أي مشكلة تحدث					
30	لدي الرغبة في السعي إلي حل مشكلاتي الأسرية					
31	أناقش مشكلاتي الزوجية بحرية وصراحة					
32	لدي القدرة على اتخاذ أي قرار يتعلق بحياتي الزوجية					
33	امتلك قدرة علة إقناع زوجي					
34	أثق بقدرتي في حل النزاعات الأسرية					
35	أتحمل مسؤولية تربية أطفالي					

استجابة الحالة (س) لمقياس الأفكار اللاعقلانية :

الفقرة	نعم	لا
1) لا أتردد بالتضحية بمصالحي ورغباتي في سبيل رضا وحب الآخرين		
2) أؤمن بأن كل شخص يجب أن يسعى دائما لتحقيق أهدافه بأقصى ما يمكن من الكمال		
3) أفضل السعي وراء إصلاح المسيئين بدلا من معاقبتهم أو لومهم		
4) لا أستطيع أن أقبل نتائج أعمال تأتي على غير ما أتوقع		
5) أؤمن بأن كل شخص قادر على تحقيق سعادته بنفسه		
6) يجب أن لا يشغل الشخص نفسه في التفكير بإمكانية حدوث الكوارث والمخاطر		
7) أفضل تجنب الصعوبات بدلا من موجهتها		
8) من المؤسف أن يكون الإنسان تابعا لآخرين ومعتمدا عليهم		
9) أؤمن بأن ماضي الإنسان يقرر سلوكه في الحاضر والمستقبل		
10) يجب أن لا يسمح الشخص لمشكلات الآخرين أن تمنعه من الشعور بالسعادة		
11) أعتقد أن هناك حل مثالي لكل مشكلة لابد من الوصول إليه		
12) إن الشخص الذي لا يكون جديا ورسميا في تعامله مع الآخرين لا يستحق احترامهم		
13) أعتقد أن من الحكمة أن يتعامل الرجل مع المرأة على أساس المساواة		
14) يزعجني أن يصدر عني أي سلوك يجعلني غير مقبول من قبل الآخرين		
15) أؤمن بأن قيمة الفرد ترتبط بمقدار ما ينجز من أعمال حتى وإن لم تتصف بالكمال		
16) أفضل الامتناع عن معاقبة مرتكبي الأعمال الشريرة حتى أتبين الأسباب		
17) أتخوف دائما من أن تسير الأمور على غير ما أريد		
18) أؤمن بأن أفكار الفرد وفلسفته في الحياة تلعب دورا كبيرا في شعوره بالسعادة أو التعاسة		
19) أؤمن بأن الخوف من إمكانية حدوث أمر مكروه لا يقلل من احتمال حدوثه		
20) أعتقد أن السعادة في الحياة السهلة التي تخلو من تحمل المسؤولية ومواجهة الصعوبات		
21) أفضل الاعتماد على نفسي في كثير من الأمور رغم إمكانية الفشل فيها		

22) لا يمكن للفرد أن يتخلص من تأثير الماضي حتى وإن حاول ذلك		
23) من غير الحق أن يحرم الفرد نفسه من السعادة إذا شعر بأنه غير قادر على إسعاد غيره ممن يعانون الشقاء		
24) أشعر باضطراب شديد حين أفشل في إيجاد الحل الذي أعتبره حلا مثاليا لما أواجهه من مشكلات		
25) يفقد الفرد هيبته واحترام الناس له إذا أكثر من المرح والمزاح		
26) إن تعامل الرجل مع المرأة من منطلق تفوقه عليها يضر في العلاقة التي يجب أن تقوم بينهما		
27) أؤمن بأن رضا جميع الناس غاية لا تدرك		
28) أشعر بأن لا قيمة لي إذا لم أنجز الأعمال الموكلة إلي بشكل يتصف بالكمال مهما كانت الظروف		
29) بعض الناس مجبولون على الشر والخسة والنذالة ومن الواجب الابتعاد عنهم واحتقارهم		
30) يجب أن يقبل الإنسان بالأمر الواقع إذا لم يكن قادرا على تغييره		
31) أؤمن بأن الحظ يلعب دورا كبيرا في مشكلات الناس وتعاستهم		
32) يجب أن يكون الشخص حذرا ويقضا من إمكانية حدوث المخاطر		
33) أؤمن بضرورة مواجهة الصعوبات بكل ما أستطيع بدلا من تجنبها والابتعاد عنها		
34) لا يمكن أن أتصور نفسي دون مساعدة من هم أقوى مني		
35) أرفض أن أخضع لتأثير الماضي		
36) غالبا ما تؤرقني مشكلات الآخرين وتحرمني من الشعور بالسعادة		
37) من العبث أن يصر الفرد على إيجاد ما يعتبره الحل المثالي لما يواجهه من مشكلات		
38) لا أعتقد أن ميل الفرد للمداعبة والمزاح يقلل من احترام الناس له		
39) أرفض التعامل مع الجنس الآخر على أساس المساواة		
40) أفضل التمسك بأفكاري ورغباتي الشخصية حتى وإن كانت سبب في رفض الآخرين لي		
41) أؤمن أن عدم قدرة الفرد على الوصول إلى الكمال فيما يعمل لا يقلل من قيمته		
42) لا أتردد في لوم وعقاب من يؤذي الآخرين ويسيء إليهم		

43) أؤمن بأن ما كل ما يتمناه الفرد يدركه		
44) أؤمن بأن الظروف الخارجة عن إرادة الإنسان غالبا ما تقف ضد تحقيقه لسعادته		
45) ينتابني خوف شديد من مجرد التفكير بإمكانية وقوع الحوادث والكوارث		
46) يسرني أن أواجه بعض المصاعب والمسؤوليات التي تشعرني بالتحدي		
47) أشعر بالضعف حين أكون وحيدا في مواجهة مسؤولياتي		
48) أعتقد أن الإلحاح على التمسك بالماضي هو عذر يستخدمه البعض لتبرير عدم قدرتهم على التغيير		
49) من غير الحق أن يسعد الشخص وهو يرى غيره يتعذب		
50) من المنطق أن يفكر الفرد في أكثر من حل لمشكلاته وأن يقبل بما هو عملي وممكن بدلا من الإصرار على البحث عما يعتبره حلا مثاليا		
51) أؤمن بأن الشخص المنطقي يجب أن يتصرف بعفوية بدلا من أن يقيد نفسه بالرسمية والجدية.		
52) من العيب على الرجل أن يكون تابعا للمرأة		

استجابات الحالة(س) لمقياس التوافق الزواجي :

الرقم	العبارات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
01	استمتع عندما أكون في المنزل					
02	أشعر بقدرتي على فهم زوجي من تعابير وجهه					
03	أشعر بالرضا عن علاقتي الجنسية					
04	أشعر باهتمام وانتباه زوجي لي					
05	أشعر بأنني افهم ما يرغب فيه زوجي من نظرات عينيه					
06	أرى باني قادرة على إدراك المواقف التي تحصل في حياتي الزوجية					
07	أشعر بأنني قادرة على الاسترخاء داخل المنزل					
08	أشعر باني لد القدرة على التواصل مع زوجي					

09	أشعر بقدرتي على فهم ما يطلبه زوجي مني بالإشارة					
10	أميل إلي الصمت عندما يتحدث زوجي					
11	أشعر باني اعرف المظهر الملائم الذي يرغب زوجي برؤيتي عليه					
12	ابدي محبة وحنان اتجاه زوجي					
13	يتعاطف زوجي معي عند إحساسي بالضيق					
14	ابدي احترام وتقدير اتجاه زوجي					
15	يشجعني زوجي على الثقة به					
16	لدي القدرة على سؤال زوجي عندما اشك ببعض تصرفاته					
17	اشعر بأنني افهم زوجي عندما يبدي أي تعاطف اتجاهي من نبرة صوته					
18	أجد مرونة في التعبير عن مشاعري اتجاه زوجي					
19	احترم مشاعر زوجي في كل حالاته					
20	يوضح لي زوجي السلوكيات الخاطئة التي يرغب بتصحيحها					
21	أقف مع زوجي في المواقف الصعبة					
22	لا أميل إلي مقاطعة زوجي عندما يتحدث معي					
23	لدي القدرة على طرح أفكاري للآخرين					
24	اشعر بضعف قدرتي على الإنصات لزوجي عندما ننشئ صراعات حادة بيننا					
25	اشعر باني امتلك القدرة على مواجهة مسؤوليات الزواج					
26	استطيع توكيد ذاتي عندما أواجه أية ظروف بحياتي الزوجية					
27	ابدي رغبة بالحوار عندما تحدث مشكلة بيني وبين زوجي					
28	أواجه المشكلات الزوجية					
29	لدي القدرة في التواصل إلى حلول مرضية لي ولزوجي في أي مشكلة تحدث					
30	لدي الرغبة في السعي إلي حل مشكلاتي الأسرية					
31	أناقش مشكلاتي الزوجية بحرية وصراحة					
32	لدي القدرة على اتخاذ أي قرار يتعلق بحياتي الزوجية					
33	امتلك قدرة على إقناع زوجي					

34	أثق بقدرتي في حل النزاعات الأسرية					
35	أتحمل مسؤولية تربية أطفالي					