

## دور التواصل الزوجي في تحقيق التوافق الزوجي ومعالجة المشكلات الأسرية

### The Role of Marital Communication in Achieving Marital Adjustment and Solving Family Problems

مخبر البحوث النفسية والتربوية - جامعة سيدي بلعباس - الجزائر	علوم التربية	د. حلوش مصطفى Dr. Hallouche Mustapha <a href="mailto:hallouchemustapha@yahoo.fr">hallouchemustapha@yahoo.fr</a>
DOI:		

الإرسال: 2019/12/30 القبول: 2020/06/11 النشر: 2020/07/15

#### ملخص

هدف هذا المقال إلى معرفة دور التواصل الزوجي في تحقيق التوافق الزوجي ومعالجة المشكلات الأسرية، ولمعالجة هذا الموضوع تم طرح التساؤل التالي: ما هو دور التواصل الزوجي في تحقيق التوافق الزوجي، ومعالجة الأزمات والمشكلات الأسرية؟ وللإجابة على هذه التساؤلات تم إتباع منهج البحث المكتبي القائم على جمع المادة العلمية من المراجع وتنظيمها وتحليلها، وبناء على معطيات البحث الحالي تم التوصل إلى النتائج التالية:

- التواصل الزوجي من أهم المهارات الزوجية التي من شأنها تقوية الروابط بين الزوجين من خلال تقرب وجهات النظر حول القضايا المصيرية للأسرة وتقوية الروابط العاطفية بينهما بما يحقق التوافق الزوجي والأسري عموماً.

- الحوار بين الزوجين خاصة، وبين كل أفراد الأسرة (الأبناء) هو الأسلوب الفعال في معالجة مشكلات الأسرة.

**الكلمات المفتاحية:** التواصل الزوجي؛ التوافق الزوجي؛ المهارات الزوجية؛ المشكلات الأسرية

#### Abstract

This article aims to investigate the role of marital communication in achieving marital adjustment and solving family problems. To address this issue, the following question was asked: What is the role of marital communication in achieving marital adjustment, and solve family problems and crises? To answer this question, a desk research approach based on collecting scientific data from a corresponding bibliography, organization, and analysis was followed. Based on the present research data, the following results were reached:

- Marital communication is one of the most important marital skills that might strengthen the bonds between the spouses by bringing together views on the fateful

issues of the family, and fostering the emotional ties between them in a way that achieves marital and family compatibility in general.

Dialogue between spouses in particular, and between all family members (children) is an effective method in dealing with family problems.

**Keywords:** Marital communication; Marital adjustment; Marital skills; Family problems.

#### مقدمة

الأسرة مؤسسة من المؤسسات الاجتماعية الهامة، تحمل على عاتقها مسؤوليات اجتماعية، وتربوية وثقافية عظيمة، وهي وحدة اجتماعية مطالبة بالحفاظ على تماسك بنائها، وتنشأ الأسرة بناء على علاقة زواجه شرعية بين رجل وامرأة، ويعتبر التوافق الزواجي حجر الزاوية في هذا البناء، فهو يقوي ويرقي العلاقات العاطفية والاجتماعية بين الزوجين، وبين كل أفراد الأسرة، ويدفع إلى التعاون الأسري في أداء المسؤوليات، ومواجهة الأزمات، وإدارة الصراعات، وحل المشكلات التي قد تقع فيها الأسرة، والسعي لتحقيق جودة الحياة الأسرية. يلعب التواصل والحوار بين الزوجين دورا أساسيا في فهم كل زوج للآخر، وتقريب وجهات النظر بينها، وتبديد القلق والمخاوف، وسوء الفهم، والخلافات الناتجة عن كل ذلك، وتحسين العلاقات الزوجية، والأسرية بشكل عام وبشكل مستمر بما يحقق الأهداف التي من أجلها نشأ العلاقة الزوجية وتكونت الأسرة.

إن المقال الحالي هدف إلى تحليل العلاقة بين المتغيرات الثلاث المتمثلة في: التواصل الزواجي كمتغير مستقل، والتوافق الزواجي، والمشكلات الأسرية كمتغيرين تابعين. والبحث في هذا الموضوع في غاية الأهمية لأنه يعالج قضية اجتماعية تهم الفرد والأسرة والمجتمع، وبما توفره من معلومات وتحليلات نظرية تساعد في رفع الإدراك بقضايا لها أهمية في استقرار الأسرة وتماسكها واستمرارها، كالتواصل بين الزوجين والتوافق الزواجي، والتصدي الفعال للمشكلات الأسرية، هذا في وقت تعرف فيه المجتمعات العربية عموما مستويات مرتفعة من التفكك الأسري. انطلاقا من مما سبق بدأ البحث الحالي بتساؤل التالي: ما هو دور التواصل الزواجي في تحقيق التوافق الزواجي، ومعالجة الأزمات والمشكلات الأسرية؟ وللإجابة على التساؤل المطروح اعتمد الباحث على أسلوب المسح المكتبي للتراث التربوي والنفسي والاجتماعي المتعلق بموضوع

البحث، المبني على جمع المادة العلمية وترتيبها وتصنيفها، وتحليلها، للوصول إلى نتائج، وأخيرا تقديم مجموعة من التوصيات.

## 1- التوافق الزوجي

### 1-1- مفهوم التوافق الزوجي

يرى "شافير" أن حياة الفرد سلسلة من عمليات التوافق المستمر، حيث يضطر الفرد باستمرار إلى تعديل سلوكه، وانتقاء الاستجابة الملائمة للموقف. وفي النظام الأسري الحياة الزوجية تتطلب نوعا من التوافق بين الزوجين، فهو مؤشر على نوعية العلاقة الزوجية التي هي أهم وأرقى العلاقات الإنسانية. ويعرف التوافق الزوجي Marital Adjustment بأنه "الميل النفسي المعبر عن الود والمحبة والاتفاق والعلاقة الطيبة السليمة بين الزوجين، بحيث يكون كلاهما منجذبا إلى الآخر ومنفعلا به". (أحمد محمد مبارك الكندري، 1992: 182). كما يعرف التوافق الزوجي بأنه: الأفعال التي يقوم بها الزوجان لمقاومة المعوقات البيئية الداخلية أو الخارجية في سبيل إشباع حاجات أسرتهما بصورة منظمة لإحداث نوع من التوازن بينهما وبين بيئتهما، مما يحدث نوعا 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 (أسماء بدري الابراهيم، 2018: 132)

نستخلص من التعريفين السابقين أن التوافق الزوجي له عدة مؤشرات أو مظاهر يمكن تلخيصها فيما يلي: الرضا الزوجي Marital Satisfaction، واستقرار الحياة الأسرية، والشعور بالسكن النفسي، والانتماء العاطفي وتقبل الآخر، والفهم المتبادل، والتوازن بين الزوجين، وتوازنهما مع محيطهما. إن نجاح الزوجين في الوصول إلى مستوى المطلوب من التوافق الزوجي ليس بالأمر الهين، فهو يتطلب جهدا ومثابرة من الشريكين، كما يتطلب من كل طرف تعديل سلوكه، والتغاضي عن الهفوات التي يقع فيه الطرف الآخر، والتحمل والصبر خاصة في حالة وقوع الأزمات، والخلافات الأسرية.

### 2-1- أهمية التوافق الزوجي

التوافق الزوجي هدف مهم يجب أن يسعى الأزواج إلى بلوغه، حتى تتحقق بعد ذلك الأهداف التي من أجلها انعقدت رابطة الزواج بينهم. ويمكن إبراز أهمية التوافق بين الزوجين فيما يلي:

- التوافق الزوجي يجعل حياة الزوجين مستقرة، وإبقاء الروابط الأسرية صلبة متماسكة ومستمرة، ويحقق جودة الحياة الزوجية المتميزة بالمودة والرحمة والرضا والسكينة.

- التوافق الزوجي له أثر إيجابي على الأبناء، فهو يوفر لهم ظروف وبيئة أسرية مناسبة للتنشئة الاجتماعية السليمة، كما يقدم نموذجا حياتيا للأبناء يقتدون به في حياتهم المستقبلية عندما ينشئون أسرا خاصة بهم.

- التوافق الزوجي قوة داعمة لمواجهة الأزواج للآزمات والمشكلات التي تكون الأسرة عرضة لها.

### 3-1- مجالات التوافق الزوجي

إن التوافق بين الزوجين يعني وجود نوعا من التكافؤ الديني، والاجتماعي، والعمرى، والاقتصادي والثقافي بينهما، وتتمثل مجالات التوافق بما يأتي:

#### أ-التوافق الديني

جاء في الويكبيديا أن التوافق الديني هو تحكيم لدين الله في الحقوق والواجبات لكل من الزوجين، وهذا يقطع دابر الخلاف ويتيح للسعادة مجالا في بيت الزوجية، ذلك أن الاحتكام إلى مقاييس شرعية إلهية يجعل في النفس راحة عند الأخذ بها والوقوف عند حدودها، ولن يكون هناك كآبة أو خصام أو خلاف إذا روعيت من الطرفين، خاصة فيما يتعلق بشؤون الأسرة كحقوق الزوجين، وطرق حل الخلافات الزوجية، فكل ذلك يساهم في تحقيق التوافق الزوجي. ولأهمية البعد الديني في التوافق والسعادة الزوجية دعا الإسلام الشخص المقبل على الزواج إلى أن يختار من يرضى دينه وخلقه فالتدين له أثره في الحياة الزوجية، وهذا ما أرشدنا إليه الرسول عليه الصلاة والسلام " إذا جاءكم من ترضون دينه وخلقه فأنكحوه" ويقول الله تعالى " وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً

إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ" (سورة الروم الآية 21) فذلك من شأنه أن يقوي الرابطة الروحية بين الزوجين.

#### ب- المجال النفسي والعاطفي

التوافق العاطفي يعني أن يحس كل من الزوجين نحو الآخر بالمودة والتقدير والارتباط النفسي، ويعد من الجوانب الأساسية في الحياة الزوجية، فبدونه لا يمكن أن تستقيم العشرة بين الزوجين. فالتوافق النفسي من أهم مؤشرات الصحة النفسية، وهذه الأخيرة هي "حصيلة حيوية لعلمية التكيف والتوازن مع البيئة الاجتماعية... والسلوك المتكيف يهدف إلى تماسك الشخصية ووحدها وتكاملها بحيث يقبل الفرد ذاته ويعمل على تنميتها، ولا يكفي قبول الفرد لذاته، بل يجب أن يقبل الآخرين ويتفاعل معهم بأقل قدر من التنافر وبأكبر قدر من التعاطف. (رجاء مكي طبارة، 2000) ولقد أظهرت بعض الدراسات كدراسة بلوم (Blum 1995) على وجود علاقة بين التوافق الزوجي وبعض المتغيرات الأخرى كالسعادة، والاكتئاب والخضوع، وأثر مدة الزواج والعلاقات العاطفية بين الزوجين على التوافق الزوجي، وانتهى في دراسته إلى عدد من النتائج أهمها: أن هناك علاقة إرتباطية بين مدة الزواج والعلاقة العاطفية والتوافق الزوجي (خلود بنت محمد علي يوسف، 2011: 60)

ويشتمل هذا المجال العاطفي المتعلق بالتوافق الزوجي على ما يلي :

- الرضا عن الذات وتقبل الفرد لذاته.
- الإحساس بمحبة الآخرين واحترامهم.
- القدرة على التعبير عن الأفكار والمشاعر.
- الانسجام في الطباع والآراء.
- الخلو من الصراعات النفسية ومشاعر الحسد والغيرة.
- عدم الإحساس بالدونية.
- الخلو من الاكتئاب والانطواء.
- الانسجام العاطفي مع الشريك الآخر.
- القدرة على ضبط النفس. (حسن البريكي، 2016: 24)

### ج-المجال الاجتماعي

يشير التوافق الاجتماعي بين الزوجين إلى قدرة كل واحد منهما على عقد علاقات اجتماعية مع شريكه في الحياة الزوجية، وتتسم هذه العلاقات والصلات بالتعاون، وتحمل المسؤولية، والاعتراف بمطالب كل زوج، وتحقيق الطمأنينة، ويشتمل هذا المجال على ما يلي:

- التكافؤ بين الزوجين من الناحية الاجتماعية.
- الاتفاق على الأعباء المنزلية في حالة الاتفاق على خروج الزوجة إلى العمل.
- الاتفاق في شأن علاقات الأسرة مع الغير من الجيران والأصدقاء.
- الإحساس بالانتماء إلى الأسرة والمجتمع.
- التعاون والتكامل في إشباع الحاجات والرغبات.
- احترام وتقدير أفكار ومشاعر الآخرين في الأسرة. (حسن البريكي، 2016: 24)

### د- التوافق الجنسي

إن الرضا عن العلاقة الجنسية بين الزوجين من أقوى العوامل المرتبطة بالتوافق الزواجي خاصة بالنسبة للرجال، في حين أن النساء تهتم بالرضا الكلي عن الزواج. إن الدافع الجنسي من الدوافع القوية التي يسعى كل من الزوج والزوجة لإشباعها عن طريق علاقتهما الزوجية، لكن على أن لا يكون هناك اندفاع في إشباع الرغبة الجنسية، دون إدراك لمعنى الجنس ودوافعه وأهدافه، لذا فاكتساب الثقافة الجنسية أمر مهم في الحياة الزوجية. ولقد أكدت الدراسة "ماينوت" (Minnotte 2013) بأن الرضا الجنسي يلعب دورا هاما وفاعلا في تحقيق الرضا الزواجي، في حين انعدام الرضا عن العلاقة الجنسية قد يشكل خطرا على ديمومة الحياة الزوجية. (نداء عبد الرحمان أحمد عواودة، 2019: 32)

### ه-التوافق الثقافي

يساهم التقارب في المستوى الثقافي والتعليمي للزوجين في تحقيق التفاهم والانسجام بينهما، فالخلفية الثقافية للزوجين تؤثر في حياتهما المشتركة، ففي دراسة أجراها الباحثان "إزورو و إنيونغ" ( Usoroh.C EKOT.M & inyong) عالجت موضوع أنماط التواصل الزواجي والاستقرار الزواجي لدى عينة قدرت بـ 350 من موظفي

الخدمة المدنية أكدت في إحدى نتائجها أن المؤهل العلمي كان له تأثير كبير على كل من أنماط التواصل الزوجي والاستقرار الزوجي. (محمد قواح، رباب الشرع، 2018: 310)

#### د- التوافق الاقتصادي

تؤسس العشرة الزوجية على قيم القناعة والرضا، لتحقيق توافق اقتصادي حتى تلبى احتياجات الأسرة بما هو مشروع، وتحقيق توازن بين المتطلبات المادية والمالية لأعباء الحياة الأسرية وبين موارد المالية المتاحة للأسرة.

#### هـ- التوافق العمري

رغم عدم وجود دراسات تؤكد العلاقة بين تقارب أو تباعد الزوجين في العمر والسعادة الزوجية، إلا أنه يفضل أن لا يكون فارق السن بين الزوجين كبيرا، وعلى أن يكون سن الرجل أكبر من سن المرأة عند الزواج ليمارس قوامته، فالتقارب بين الزوجين في السن يسهل التقارب في الأفكار والميول والاهتمامات بما يحقق الانسجام بينهما.

نخلص مما سبق أن التوافق الزوجي لا يعني التطابق والتماثل بين الزوجين، ولكن يعني التوازن في تلبية الحاجات، والتلاؤم بين شخصيتي الشريكين، فيتجه كل واحد منها على يمارس حياته الزوجية روح الجماعة، وبقدر ما يكون هناك انسجام بين الزوجين في الجوانب الدنية، والاجتماعية، والنفسية، والاقتصادية، والعمرية، والجنسية يحصل التوافق والرضا والسعادة الزوجية.

إن وجود نوع من التوافق بين الزوجين لا يعني بالضرورة خلو حياتهما من أي مشكلة أو أزمة، أو خلاف بيني، فظهور خلافات بين الزوجين من حين لآخر، والتعرض إلى صعوبات حياتية يعد من يوميات الحياة الأسرية، لدرجة أن أنصار نظرية الصراع الاجتماعي يرون أن النظام الأسري كبقية الأنظمة الاجتماعية يقوم على الصراع، ويؤكدون في نظريتهم على أن المؤسسة العائلية هي أول مؤسسة اضطهادية يختبرها الفرد في حياته الاجتماعية؛ حيث تمثل سيطرة الرجل على المرأة في النظام العائلي، أخطر الأمثلة التي تقدمها نظرية الصراع. (زهير الأعرجي، ب ت، ص 29). لكن رغم أن صراع مظهر واقعي في كل الأوساط الاجتماعية إلا أنه لا يجب أن يكون هو السمة السائدة فيها والمميزة لها. إن أطروحة نظرية الصراع الاجتماعي المتعلق بالفكرة القائلة بأن الزواج يمثل نموذجا للعداوات التي ظهرت في التاريخ لا يعكس الواقع الحقيقي

للنظام الأسري الإنساني (زهير الأعرجي، ب ت، 31). فالأسرة كمجتمع بشري مصغر يقوم على المودة، والتآلف والتعاون والتكامل والتوافق، وهذا ما نجده في نظرة الدين الإسلامي للحقيقة العلاقة بين الزوجين.

## 2- المشكلات الأسرية

### 1-2 مفهوم المشكلات الأسرية

المشكلات الأسرية هي حالة من الاختلال الداخلي والخارجي ناتجة عن عجز في إشباع حاجات فرد أو مجموعة أفراد الأسرة، وتنتج عنها أنماط من السلوك غير التكيفي. وكثيرا ما تمر الأسر في حياتها بفترات من الصراع والشقاق، وفتور في العلاقات العاطفية والاجتماعية، بسبب أحداث طارئة داخل الأسرة الواحدة، وتنشأ أزمات علائقية خاصة بين الزوجين، وقد تمتد لتشمل أفراد العائلة. إن فشل الزوجين في الصمود أمام الأزمات الداخلية أو الخارجية، والتوصل إلى حلول ملائمة لتلك الأزمات والمشكلات بسبب نقص الإمكانيات أحيانا، ونقص خبرة الزوجين ومعرفتهما بأسبابها وأساليب علاجها أحيانا أخرى ينتج عنه تفاقم حدة الصراعات، ويشيع داخل الأسرة جو نفسي واجتماعي مضطرب يسوده الصراع، واللامن فيؤثر على جودة الحياة الأسرية.

### 2-2 أسباب الأزمات والمشكلات الأسرية

المشكلات والأزمات الأسرية Family Crisis ظاهرة معقدة لها أسباب متنوعة؛ فمنها ما هو خارجي مصدره سوء العلاقات مع المحيط الخارجي كإطراب علاقة الزوجين مع الأهل والجيران، ومنها ما هو داخلي مصدره صراع الأدوار، أو انحراف أحد الزوجين أو إهمال مسؤولياته، ويشير الباحث "أحمد محمد مبارك الكندري": (205:1992) إلى مجموعة من الأسباب التي تكمن وراء الأزمات والمشكلات الأسرية وهي كالتالي :

- عدم فهم أحد الزوجين لنفسه ولطبائع الطرف الآخر، حيث كثيرا ما يتمسك كل من الزوجين برأيه دون مراعاة للرأي الآخر، فغالبا ما تنشأ الخلافات بين الزوجين حين يرى أحد الشريكين الأمور مختلفة عن ما يراه الشريك الآخر، ويتعصب لرأيه، ويحاول أن يفرضه فرضا على شريكه في الحياة الأسرية.



- تظهر الأزمات في بعض الأسر بسبب عمل المرأة وكيفية صرف ميزانية الأسرة. وهل الإنفاق مسؤولية الرجل أم أنها يجب أن تشاركه الزوجة؟ وهذا العامل قد يكون له تأثير على الأسرة.

- قيام العلاقة الزوجية على الطمع والكسب المادي والمعنوي، وعند ما لا يستطيع أحد الطرفين تحقيق تلك المكاسب تنشأ الصراعات والمشكلات بينهما.

- تعود بعض الأزمات الأسرية إلى نقض النضج في عقلية الزوج أو الزوجة مما يترتب عنه عجز في مواجهة أمور الحياة ومتطلباتها.

- نزوع المرأة إلى الحرية نتيجة التأثير بنمط الثقافة الغربية، ونزوع الزوج إلى كبحها مما يؤدي إلى الصراع بينها.

نستخلص من قراءة أسباب الأزمات والمشكلات الأسرية السالفة الذكر، أن مصادر الأزمات الأسرية متعددة، وأن الأزمة ما هي إلا نتيجة غير مرغوب فيها لازمة عن فشل في تحقيق الزوجين لقدر مقبول من الانسجام بينهما، وعجز في المهارات الزوجية التي تؤهل الشريكين للوعي بطبيعة تلك الأزمات وأساليب التصدي لها بطريقة تكيفية.

### 2-3- أنواع المشكلات الأسرية

تواجه الأسرة في حياتها مشكلات مختلفة يمكن تصنيفها حسب طبيعتها إلى:

#### أ- مشكلات فيزيولوجية

هي مشكلات تتعلق بإصابة الأزواج بأمراض حادة مزمنة، كالأمراض الوراثية التي تعيقهم عن أداء أدوارهم وتحمل مسؤولياتهم اتجاه بعضهم البعض، أو اتجاه أبنائهم.

#### ب- مشكلات نفسية

إنها مشكلات تتعلق بالصحة النفسية للأزواج، كإصابة أحد الزوجين أو كلاهما باضطرابات نفسية، وسوء التوافق النفسي وما يترتب عنه من اضطرابات سلوكية تؤثر سلبا على العلاقة الزوجية والعلاقات الأسرية بصفة عامة.

### ج- مشكلات اقتصادية

يعتبر العامل الاقتصادي من أبرز العوامل المسببة للأزمات الأسرية، فتدني الوضع المالي للأسرة، أو البطالة يجعل معيل الأسرة عاجزا عن تلبية الحاجات الضرورية لأسرته، وهناك دراسات كثيرة تشير إلى أن العامل الاقتصادي مسؤول عن بعض الانحرافات السلوكية كهروب الأب من الأسرة، أو الوقوع في الإدمان، وتشرد الأبناء... (أحمد محمد مبارك الكندري، 1992: 209)

### د- مشكلات اجتماعية

يرتبط هذا النوع من المشكلات باضطراب العلاقات بين أفراد الأسرة أو بينهم وبين محيطهم الاجتماعي بسبب خلافات بين الزوجين أو بينهما وبين أبنائهم، أو بين الأبناء، مما يفقد الأسرة استقرارها وتوازنها النفسي والاجتماعي، ويطلع مناخها جو من التوتر، والكآبة، وقد يؤدي إلى تفككها، ففي دراسة لهوفمان وفير (Hoffma & Weiss) والتي هدفت إلى بحث العلاقة بين الاستقلال النفسي عن الوالدين ونزعة السيطرة لدى الوالدين من ناحية وبعض المشكلات لدى طلاب الجامعة من ناحية أخرى، وتكونت عينة الدراسة من 190 طالبا جامعيان من الجنسين من أسر سوية أو غير متصدعة اتضح وجود علاقة دالة إحصائيا بين الصراعات الشخصية في الأسرة ودرجة التوتر لدى أفراد هذه الأسر كما قرره الطلاب. (محمد السيد عبد الرحمان، 1998: 253)

### هـ- مشكلات تربوية

إن تربية الأبناء وتنشئتهم اجتماعيا من أهم مسؤوليات الأسرة على الإطلاق، إلا أن الأسلوب المتبع من طرف الأبوين في تنشئة الأبناء قد لا يكون ناجحا، أو لا يتم التوافق بين الزوجين عليه، ففي الغالب يسيطر الأب على التنشئة الاجتماعية داخل أسرته، ويتعصب لأسلوبه التربوي رغم عدم فعاليته، مما يترك آثاره السلبية على شخصية الأبناء على المدى البعيد.

### 2-4- أساليب مواجهة الأزمات و المشكلات الأسرية

بما أنه يستحيل واقعا وجود حياة أسرية تخلو من صعوبات وصراعات تؤثر سلبا عليها، خاصة إذا كانت هذه الصراعات حادة ومستمرة، وإذا لم يتم معالجتها في مراحلها المبكرة بكفاءة قد تتطور وتؤدي إلى تفكك الأسرة، لكن لا يجب أن ننظر إلى

كل الأزمات أنها عامل لضعف الأسرة، يقدر يكون للآزمات البسيطة والمتوسطة التي تمر بها الأسرة نتائج طيبة تزيد من قوة الأسرة وتماسكها، فهي تشعرها بالحاجة إلى إيجاد أساليب جديدة لمعالجتها، فتكتسب مهارات تسمح لها بمواجهة آزمات مستقبلية. ومن الأساليب المستخدمة في إدارة الصراعات والآزمات الأسرية:

#### أ- أسلوب الحوار والنقاش

هذا الأسلوب من وجهة نظر الكثير من علماء النفس الأسري هو أكثر الأساليب نجاعة في إدارة الآزمات التي تعكر صفو الحياة الزوجية والأسرية عامة. بما توفره من فرص التفاهم والتقارب في وجهات النظر بين الزوجين، وتحقيق الانسجام بينهما، والذي يحمي الأسرة من تدخلات خارجية التي قد تزيد في تعقيد الأزمة الأسرية. وقد بينت العديد من الدراسات دور الحوار والنقاش في تحقيق التوافق الزوجي، ففي دراسة أجراها الباحث قاسم سمور (1997) هدفت إلى تحديد أثر بعض المتغيرات في التوافق الزوجي وتكونت العينة من (81) زوجا من المعلمين، أظهرت نتائجها أن التوافق الزوجي يرتبط ارتباطا إيجابيا دالا مع الزواج السعيد لوالدي الزوج، وحل الخلافات بين الزوجين بالنقاش والحوار المتزن، ووجود اتفاق بين الزوجين حول الأولاد. يوسف ضامن الخطايبية، 2015: 374)

#### ب- أسلوب الاستعانة بالغير لحل الآزمات الأسرية

هذا أسلوب شائع خاصة في المجتمعات العربية لحل الصراعات بين أفراد الأسرة، وهو أسلوب بإمكانه فض النزاعات بين الأزواج بشرط أن يكون المتدخلون في حل المشكلة يتميزون بالثقة والحكمة، ودافعهم في التدخل نية الإصلاح بين الزوجين وإزالة الشقاق بينهما، أما إذا كان المتدخلون غير مؤهلين للقيام بهذا المهمة فإن احتمالية النجاح في الوساطة لحل المشكلة ضعيفة، أو قد يكون للتدخل الخارجي في معالجة الأزمة الأسرية أثارا سلبية على العلاقة الزوجية، واستقرار الحياة الأسرية، وهو أسلوب أرشدت إليه الشريعة الإسلامية يقول الله تعالى " وَإِنْ خِفْتُمْ شِقَاقَ بَيْنِهِمَا فَأَبْعَثُوا حَكَمًا مِّنْ أَهْلِهِ وَحَكَمًا مِّنْ أَهْلِهَا إِنْ يُرِيدَا إِصْلَاحًا يُوَفِّقِ اللَّهُ بَيْنَهُمَا إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا حَكِيمًا" (سورة النساء الآية 35)

خلاصة القول: مهما كان الأسلوب المستخدم في معالجة الآزمات والمشكلات الأسرية، فإنه يتطلب قدرا من التواصل بين طرفين أو أكثر، وامتلاك كفاءة تواصلية.

### 3- التواصل الزوجي

#### 3-1- مفهوم التواصل الزوجي

يعد التواصل الزوجي Marital communication من أهم المهارات الزوجية skills Marital وهو يوجد في مركز العلاقة الزوجية، ويعرف التواصل بين الزوجين على أنه "عملية يتم من خلالها نقل مشاعر وأحاسيس كل طرف إلى الطرف الآخر؛ وذلك لتحقيق السعادة المنشودة، هو فن لبناء العلاقة زوجية وقدرة كل منهما على إقناع الطرف الآخر والتأثير فيه لتوجيهه للنافع المفيد لهما." (سامية عطية، 2013)

#### 3-2- شروط التواصل الزوجي الناجح

- إن التواصل الزوجي الناجح يتطلب توفر بيئة تواصلية ملائمة، ومن شروطه:
- أن يتم التواصل والحوار في جو هادئ بعيدا عن جو انفعالي وعاطفي مشحون بالكراهية، والخوف، والغضب، والقلق، والتشاؤم، والضغط النفسية، وإحساس الآخر بالإهانة.
  - استعداد الزوجين نفسيا للحوار ووجود رغبة حقيقية وصادقة في التواصل لدى كل من الزوجين.
  - تحديد الموضوع المراد التواصل والتحاوّر بشأنه.
  - أن لا يكون الغرض من التواصل أو الحوار الوصول إلى النتيجة في حدة ذاتها بقدر ما يكون الغرض تقوية العواطف والروابط وزيادة الثقة بين الزوجين.
  - احترام أطراف الحوار لمشاعر بعضهم البعض (تقدير الآخر)
  - تجنب التصلب في الدفاع عن الآراء والمواقف، فالحوار الحقيقي يعني شرح وجهة نظر شخصية أكثر من أن يعني تغيير وجهة نظر الطرف الآخر في الحوار باستماتة.
  - تحين الأوقات والأماكن المناسبة للشروع في حوار.
  - إعطاء لكل طرف في الحوار فرصته لطرح رأيه للمسألة المراد مناقشتها وإيجاد حلول لها.
  - للزوجين طبيعتين مختلفتين، وعلى كل واحد منهما أن يتقبل الآخر حسب طبيعته التي فطر عليها، حتى لا تسوء العلاقة بينهما وقد تدمر الحياة الزوجية.

### 3-3- أشكال التواصل الزوجي

يتخذ التواصل الزوجي أنماطا مختلفة يمكن تحديدها فيما يلي:

#### أ- التواصل العقلي

التواصل العقلي مرادف للتواصل اللفظي، الذي هو أكثر أشكال التواصل شيوعا، والغرض منه نقل معاني وأفكار ومواقف للشريك في العلاقة الزوجية، والوصول إلى تفاهم حول كل القضايا المتعلقة بالأسرة ومتطلباتها واهتماماتها وطموحاتها، ويتأثر هذا التواصل بحالة المزاجية لطرفي عملية التواصل (الزوج والزوجة) واستعدادهما للتحدث والاستماع لبعضهما البعض، ومحتوى وطريقة التواصل.

#### ب- التواصل الوجدان

التواصل بين الزوجين لا يعتمد فقط على إيصال الأفكار المنطقية أو الأفكار الجديدة و المفيدة، بل يحتاج إلى تواصل وجداني، فمن يريد أن يتواصل بفعالية مع الآخرين عليه أن يجد طريقا إلى وجدانهم ومنه يصل إلى عقولهم، والتواصل الوجداني هو ما يعبر به الزوجان عن مشاعر الود و الإعجاب المتبادل بينهما (سناء محمد سليمان، 2014). ويقوم التواصل الزوجي على أربع محاور هي كالتالي:

- تفهم لوجدان الغير وتقدير لرؤيتهم: فهم مشاعر الآخرين والإحساس بهم والوقوف على انفعالاتهم يسهل الوصول إلى عقولهم والتأثير فيهم.
- التفاعل والإنصات: الإنصات في عملية التواصل شأنه شأن التحدث، وهذا الإنصات يجب أن يصاحبه انفعال يوصل إلى الطرف المستمع إليه أن ما تقوله يهمني ويثيرني.
- تعاطف ومشاركة وجدانية: نعني به مشاركة الطرف الآخر أحاسيسه الوجدانية وانفعالاته.
- كياسة في الاستجابة للغير: المقصود به الإحساس الدقيق والسريع باحتياجات الآخر، والمبادرة إلى تقديم المساعدة من باب الواجب والمحبة من باب الإنسانية والمشاركة الوجدانية.

### ج- تواصل زوجي توافقي/ غير توافقي

اعتمادا على معيار التوافق يمكن أن نميز بين نمطين من التواصل الزوجي؛ هما التواصل التوافقي والتواصل غير التوافقي:

#### - التواصل الزوجي التوافقي

يمثل التواصل التوافقي Consensual النمط الايجابي في عملية التواصل الزوجي، فهو يقوم على ما يوفره كل شريك في العلاقة الزوجية من فرص التعبير عن رأيه ومشاعره نحو الموضوعات المعروضة. وهو تواصل يهدف إلى تقريب وجهات النظر بين الطرفين، ويسهم في تحقيق الانسجام وتقوية الروابط الزوجية ويسود هذا الأسلوب عادة في الأسر المحافظة التي تخضع قواعدها نظامها الداخلي لمبادئ المجتمع المتواجدة فيه أثناء عملية التواصل مع أفرادها، إن هذا النمط التواصلية يتميز بالتوجه حوارى وتجانسي عالي ويشجع على الحديث لفترة غير محدودة مادام التناغم الداخلي للأسرة محفوظا (مغاوري عبد الحميد عيسى، عبد الله محميد مسحل العصيمي، 2017: 227)

#### - التواصل الزوجي اللاتوافقي

حددت "فرجينيا ساتير" (Virginia Satir) أربعة أشكال من التواصل الزوجي اللاتوافقية (وردة بلحسيني، قدور نوبيات، 2013)

أ- الاسترضاء: المقصود به البحث عن رضا الآخرين حتى في الخلافات الزوجية، والانصياع لأرائهم ومواقفهم، ولهذا السبب يشعر الذي يعيش معه بالضيق لأن حياته خالية من التحدي.

ب. اللوم والهجوم على الآخر: هو تواصل يقوم على لوم الآخرين والهجوم عليهم، من خصائص هذه الفئة التي تميل في تواصلها إلى اللوم والهجوم على الآخر أنهم يعتقدون دائما أنهم على صواب، ويتميزون بالرغبة في التحكم في الآخرين، والطرف الذي يعيش معهم يشعر بأنه يتعرض للوم والنقد الدائم.

ج- المنطقية الزائدة: هو نمط من التواصل الزوجي يسعى مستخدمه لإظهار أنه أقوى منطقيا من الطرف الذي يحاوره، ولا يهتم بمشاعره، ويفتقر إلى التعاطف والفهم في العلاقة الزوجية.

د- اللاعقلانية والخروج عن الموضوع: يركز مستخدم هذا النمط التواصلي على نيل الاهتمام، وما يهمه هو تلبية حاجاته الذاتية فقط، وشريك الحياة لهذا الشخص يشعر بعدم القيمة والأهمية.

#### 4-3-أساليب التواصل الزوجي

تتعدد أساليب الزوجين في التواصل الزوجي ويتباين استخدامها بتباين شخصية الزوجين، وطبيعة تنشئتهما الاجتماعية، ويمكن تحديد هذه الأساليب فيما يلي:

##### أ- الأسلوب الهجومي

هو أسلوب يتميز بكثرة النقد واللوم الموجه للشريك، والتعالي عليه، وينشأ هذا النوع من الاتصال في مناخ أسري يتميز بالصراع والتباعد المستمر بين الزوجين، والذي يمارس هذا الأسلوب التواصلي يسعى إلى إثبات ذاته على حساب مشاعر وحقوق الطرف الآخر، وهذا ما يؤثر سلبا على التوافق بين الزوجين.

##### ب- الأسلوب التوكيدي

إنه أسلوب يمارسه الزوج عندما يقف مطالباً بحقوقه بدون الانسحاب من الموقف أو الشعور بالذنب، ومعبراً عن مشاعره الحقيقية بصدق، وفي الوقت ذاته لا يعتدي على حقوق الطرف الآخر في العلاقة الزوجية، فيراعي مشاعره ويقدر آرائه، وعلى المدى البعيد لهذا الأسلوب نتائج إيجابية على العلاقة الزوجية.

##### ج- الأسلوب غير التوكيدي

يتميز سلوك الشخص المتبع لهذا الأسلوب التواصلي بالسعي إلى تجنب الصراع مع الآخرين، وكثرة الاعتذار والتنازل عن بعض الحقوق، مما قد يقلل من تقدير الآخرين له

##### د- الأسلوب العقلاني

يتصف سلوك من يستخدم هذا الأسلوب بالتحلي بالعقلانية، وعدم التهور، وضبط الانفعالات والمشاعر في مواجهة المواقف، فالزوج المتبع لهذا الأسلوب التواصلي يكتفم عواطف اتجاه شريكه، وما ينتج عن حالة من التباعد والنقص في الدفء العاطفي بين الزوجين.

#### ه- الأسلوب الاحتكاري

إنه أسلوب تواصل يقيم على علاقة السيطرة التي غالبا ما يمارسها الرجل اتجاه زوجته، التي تقابل هذه السيطرة بالخضوع لأوامر ونواهي الزوج، وبالتالي يطبع جو أسرة التباعد، والمناقشات الجادة، ولا يتيح للزوجين مواجهة المشكلات واتخاذ القرارات بطريقة تشاركية.

#### و- الأسلوب التكافؤي

يتميز هذا الأسلوب التواصل بالانسجام في التفاعل بين الزوجين، فالزوجان يتشاركان في اتخاذ القرارات الخاصة بالأسرة، وإذا حدث خلاف بينهما سرعان ما يتم تجاوزه بمرونة، ولا يكون له أثر على استقرار علاقتهما الزوجية.

#### ز- أسلوب المناورة

إنه أسلوب يلجأ إليه الزوج أو الزوجة لتفادي المواقف الحرجة، تجنباً للدخول في صراع يهدد العلاقة بينهما، ويتم استخدام طرق متنوعة كإثارة الشعور بالذنب لدى الطرف الآخر.

#### ح- الأسلوب التكاملي

يتميز أسلوب التكاملي في التواصل الزوجي بتكامل الأدوار بين الزوجين باعتبار أن كل طرف له خبرته ومهاراته في إدارة شؤون الأسرة، وهذا الأسلوب هو أفضل الأساليب التواصلية، بحيث تؤدي الواجبات والحقوق بتوافق مما يجعل العلاقة الزوجية يسودها التفاهم والتعاون.

قد يتميز أحد الزوجين بأسلوب معين في تواصله، لكن يلجأ إلى أساليب أخرى حسب المواقف التي يواجهها في تفاعل الأسري.

#### 4- دور التواصل الزوجي في التوافق الزوجي ومواجهة المشكلات الأسرية

إن أساس الأسرة الزوجان المتوافقان، وتطبع العلاقة بينهما مشاعر الود والرحمة، فالزوجان المتوادان، المتفاهمان يجعلان جو الأسرة بهيجا، وبناء الأسرة متماسكا. إن اكتساب الزوجين مهارات التواصل الزوجي أمر في غاية الأهمية في حياتهما المشتركة، ويقصد بمهارات التواصل الزوجي بأنه مجموعة المهارات اللفظية وغير اللفظية التي يستخدمها الزوجان في تواصلهما مع بعضهما البعض بقصد الإقناع



والتأثير في السلوك ومعالجة المشكلات. إن السؤال عن مكانة التواصل والحوار بين الزوجيين أو بين أفراد الأسرة ككل يحيل إلى التساؤل لماذا نتواصل؟، وإذا كان التواصل والحوار داخل الأسرة ضعيفا أو شبه معدوم ما هي آثاره على التوافق الزوجي والحياة الزوجية؟.

تشير إحدى استطلاعات الرأي أن 100% من الأزواج والزوجات يرون أن الحوار بين الزوجين أساسي في إسعادهما، وفي التغلب على المشكلات التي تواجههما، لكن القصور في فهم الزوج لطبيعة شريكه في العلاقة الزوجية وحاجاته وتطلعاته، يجعل الحوار عقيما في كثير من الأحيان، وعقمه يؤدي طبعاً إلى الإقلال منه. ( أحمد كريم بكار، 2009 : 73 ) ويكمن تلخيص دور التواصل الزوجي في تحقيق التوافق الزوجي والتوافق الأسري بشكل عام، ومواجهة المشكلات وتجاوز الأزمات الأسرية فيما يلي:

#### 4-1- بالنسبة لدور التواصل في التوافق الزوجي

تواتر الآراء والدراسات حلول مركزية التواصل في تحقيق التوافق الزوجي، ففي هذا الصدد اعتبر كيلي (kelly) القدرة على تطوير سبل التواصل الفعال بين الزوجين من خلال الفهم والحوار والنقاش، واختيار الوقت المناسب، وتجنب استخدام الألفاظ المثيرة لعصبية الآخر أحد الأبعاد الأساسية للتوافق بين الزوجين. (يوسف ضامن الخطابية، 2015 : 372) ومن الدراسات التي تشير إلى الارتباط الموجود بين التواصل والتوافق الزوجي دراسة (حمود، 2010) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين أساليب التواصل بين الزوجين والتوافق الزوجي، وتوصلت الدراسة إلى أن التواصل الزوجي يؤدي إلى التوافق الزوجي. (أمل محمد بدر، 2019: 115)

إن البيت الذي يغيب فيه التواصل الأسري هو أشبه ما يكون بثكنة، أفرادها ينفذون الأوامر بحسب التسلسل والوضع الذي يحتله كل فرد فيه، وفي الغالب يسيطر الأب على إدارة شؤون البيت دون إشراك الزوجة في ذلك مما يجعل عملية التفاعل بين الزوجين من جهة وبين الزوجين وبقية أفراد الأسرة من جهة أخرى في أضعف مستوياتها، ويترتب عن هذه الحالة من الضعف في التواصل حالات من الضعف في العلاقة الاجتماعية، ونوع من البرود العاطفي، والحرمان من تلبية الكثير من الحاجات،

وميل إلى الانكفاء على الذات، والاعتراب الزوجي، والإحساس بالتعاسة وغيرها من المشاعر والأفكار السلبية التي تعزز التباعد بين الزوجين.

فالتواصل الفعال بين الزوجين يطور المشاعر الايجابية بينهما كالإحساس بالدفء العائلي والود، وتقدير الذات وتقدير الآخر. إن التواصل الوجداني (العاطفي) وهو من أهم مهارات التواصل الزوجي له دور مهم في تخفيف مشاعر التوتر والكآبة التي تشوب العلاقة الزوجية وهذا أشار إليه "كارل روجرز" (Carl Rogers) " بأن إظهار المشاعر والعواطف بشكل واضح يدل على الأهمية الضمنية للتعبير العاطفي في تنمية علاقات شخصية وثيقة تحظى بالرضا والاهتمام عند كل من الزوجين." (نداء عبد الرحمان عواودة، 2019: 26)، ولقد أوضحت دراسة (Bron Ingoldsby et. al) بحثت في العلاقة بين التعبير الانفعالي والتوافق الزوجي على عينة من البالغين، وذلك باستخدام اختبار الافتراضات التي منها العامل الخاص بالتعبير الانفعالي والتوافق الزوجي، وبحث العلاقة بينهما، وتم التوصل إلى هناك علاقة دالة بِن التعبير الانفعالي والتوافق الزوجي. (خلود بنت محمد علي يوسف صحاف، 2015: 60)

إن العلاقة الزوجية لها أهداف مشتركة، وتحقيقها يتطلب تضافر الجهود وتكامل الأدوار، وتبادل المشورة بين الشريكين (الزوج الزوجة). وبالتالي هناك حاجة لدى الزوجين للتواصل لتقريب الرؤى، وتبديد سوء التفاهم بينهما حول القضايا الحياتية المشتركة التي تواجههم سواء كانت مادية اقتصادية، أو علائقية، وتدعم طرق المشاركة بينهما في معالجتها بما يحقق مصلحة الأسرة. لذا يعتبر التواصل أحد المتطلبات الأساسية للتوافق الزوجي والمتمثلة في: احترام فردية الشريك، وأهدافه ومزاجه، والمحافظة على خطوط مفتوحة للاتصال والتعبير عن المشاعر، وتحديد الأدوار والمسؤوليات. (أسماء بدري الابراهيم، 2018: 132)

الحياة الزوجية جوهرها التفاعل بين الزوجين، والتواصل الجيد يسهل هذا التفاعل الزوجي، وينتج عن ذلك تحقيق الرضا، والاستقرار في العلاقات الزوجية، وتلبية حاجات الزوجين، وهذا ما تذهب إليه نظرية التبادل الاجتماعي Social Exchange Theory التي تركز على ما يسمى بالربح الاجتماعي Social Profit. فحسب هذه النظرية يحدث التوافق الزوجي نتيجة التفاعل بين الزوجين وتلبية حاجتهم؛ فيقوم

أحدهما بفعل معين يكلفه جهدا أو تكلفة ما مقابل تحقيق عائد يتمثل في التوافق الزوجي.

نستخلص من التحليل السابق أن التواصل بين الزوجين هو الطريقة الفعالة لتحقيق التفاهم، والتقارب، والشراكة والرضا، وهي من المؤشرات الرئيسية للتوافق الزوجي .

#### 4-2- بالنسبة لدور التواصل في معالجة المشكلات و الأزمات الأسرية

رغم أن الأزواج يتبعون استراتيجيات مختلفة في مواجهة المشكلات والضغوط الأسرية، إلا أن علماء النفس الأسري يعتبرون الحديث المتبادل بين الزوجين والإنصات لبعضهم البعض من أهم الاستراتيجيات المستخدمة في التعرف على المشكلات الحقيقية للأسرة، وتحليلها، وحلها، وتجنب الأسرة حالات من النزاع، وأنماط من التفكك الأسري، لذا من الضروري أن يتعلم الزوجان مهارات ( الحوار، المناقشة، الإنصات، والإقناع، وتقبل الرأي الآخر) فيتخذ كل واحد منهما الآخر كمستشار لمشكلاته، يعرضها عليه ويناقشه فيها بأسلوب مسؤول وبناء، ويعملان على انتقال تعلم مهارات التواصل إلى الأبناء حتى يصبح التواصل الأسري أسلوب حياة للأسرة، ويدركان أن الكثير من المشكلات الأسرية يمكن التخفيف من حدتها عن طريق الحوار والنقاش الهادئ.

إن التواصل الزوجي الفعال يمكن الزوجين من إدارة الصراعات، وحل المشكلات وتذليل الصعوبات التي تعكر صفو العلاقة الأسرية، فبالتواصل تناقش القرارات الأسرية الهامة، وتتقارب وجهات النظر، وتبلور الاستراتيجيات الفعالة في معالجة المشكلات الطارئة، كما أن التواصل المستمر والمنفتح بين الزوجين يقي الأسرة من الكثير من المشكلات. ويشير الباحثان " ليفر، كيارني وبرادبوري" أن سبب أكثر المشكلات المتكررة بين الزوجين يعود إلى استخدام أساليب الاتصال غير الفعالة، وحدثت جدالات بدون جدوى منها." (نداء عبد الرحمان عواودة، 2019) فالحوار السلبي والتواصل الخاطئ – التعجيزي، التسلطي- المغلق-المناور- العدواني- مصدر للخلافات الزوجية والمشكلات الأسرية، بينما التواصل الحضاري القائم على الإنصات إلى الشريك الأسري وتقبله هو الذي يحل الخلافات، ويحول دون تحولها إلى مشكلات معقدة.

ما يمكن أن نقوله في نهاية العرض؛ التواصل والتوافق الزوجي من أبرز المفاهيم الدالة على نوعية العلاقة الزوجية، ومن أهم معايير الحكم على نجاح هذه

العلاقة أو فشلها، ويمكن أن نلخص العلاقة بين التواصل الزوجي والتوافق الزوجي والمشكلات الأسرية في الشكل التالي:

تواصل زوجي فعال ← توافق زوجي أعلى ← خلافات ومشكلات أسرية أقل

### استنتاج

نستخلص من التحليلات السابقة أن:

- التواصل الزوجي من أهم المهارات الزوجية التي من شأنها تقوية الروابط بين الزوجين من خلال تقريب وجهات النظر حول القضايا المصيرية للأسرة وتقوية الروابط العاطفية بينهما بما يحقق التوافق الزوجي والأسري عموماً.

- والتواصل الحوار بين الزوجين خاصة، وبين كل أفراد الأسرة (الأبناء) هو الأسلوب الفعال في معالجة مشكلات الأسرة.

### توصيات

بناء على نتائج البحث الحالي نقترح التوصيات التالية على أمل أن تساهم في تحسين المناخ الأسري، وتقوية العلاقات الزوجية والأسرية.

- تقديم خدمات إرشادية وتدريبية للأشخاص المقبلين على الزواج تمكّنهم من اكتساب مهارات التواصل الزوجي.
- تنظيم وسائل الإعلام حصصاً ينشطها مختصين في الإرشاد الأسري لتوعية المجتمع خاصة حديثي الزواج أو المقبلين على الزواج بأهمية التوافق الزوجي في الحفاظ على العلاقة الزوجية وتحسينها.
- تعريف المتزوجين بأساليب إدارة المشكلات الأسرية من طرف الهيئات المسؤولة على الأسرة والجمعيات الناشطة في مجال الأسرة.
- إتباع البحث النظري حول دور التواصل الزوجي في التوافق الزوجي و حل المشكلات الأسرية بدراسة ميدانية.

### المصادر والمراجع

- القرآن الكريم
- أحمد عبد الكريم بكار(2009) مسار الأسرة – مبادئ لتوجيه الأسرة مجلة الابتسامة، مصر، دار السلام للنشر والتوزيع.

- أحمد عبد كريم بكار(2009) التواصل الأسري – كيف نحى أسرنا من التفكك، مصر، دار السلام للنشر والتوزيع.
- أحمد محمد مبارك الكندري(1992) علم النفس الأسري، الكويت، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.
- أسماء بدري الابراهيم، (2018) التعبير العاطفي والتوافق الزوجي لدى النساء الأردنيات في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، العدد: 180، الجزء الأول، الأردن.
- أمل محمد بدر (2019) فعالية برنامج تدريب إرشادي جماعي في تحسين مهارات الاتصال الزوجي لدى الزوجات، المجلة التربوية. العدد 62، السعودية.
- حسن البريكي، (2016) التوافق الزوجي وأثره على استقرار الأسرة، مجلة الشريعة والدراسات الإسلامية، المجلد 33، العدد 2، الكويت.
- خلود بنت محمد علي يوسف(2011) التوافق الزوجي وعلاقته بالاستقرار الأسري لدى عينة من المتزوجين بمدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، المملكة السعودية.
- رجاء مكي طبارة (2000) دراسة نظرية و عملية لتقنيات وميادين في علم النفس الاجتماعي، لبنان، دار بيسان للنشر والتوزيع.
- زهير الأعرجي( ب ت) النظام العائلي ودر الأسرة في البناء الاجتماعي الاسلامي، لبنان، دار النشر المؤلف.
- سامية عطية (2013)، التواصل الزوجي رابط <https://www.alukah.net/social/0/59254/#ixzz668kuRuXL>
- سناء محمد سليمان (2014) سيكولوجية الاتصال الإنساني ومهاراته، بيروت، لبنان، دار المناهل للنشر والتوزيع.
- محمد السيد عبد الرحمان (1998) دراسات في الصحة النفسية – المهارات الاجتماعية، الاستقلال النفسي، الهوية- الجزء الثاني، القاهرة، دار قباء للنشر والتوزيع.
- محمد قواح، رباب الشرع (2018) طبيعة التواصل الزوجي لدى عينة من الأزواج في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، مجلة دراسات النفسية وتربوية ورقلة، الجزائر، المجلد 11، العدد 2.
- مغاوري عبد الحميد عيسى، عبد الله محييميد مسحل العصيمي(2017) أنماط التواصل الأسري وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الطائف، مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي جامعة عين شمس مصر، العدد 49

- 
- نداء عبد الرحمان عواودة (2019) المهارات الزوجية وعلاقتها بالرضا الزوجي لدى المتزوجات حديثا محافظة رام الله والبيرة رسالة الماجستير غير منشورة، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.
  - وردة بلحسيني، قدور نوبيات(2013) مداخلة بعنوان أشكال التواصل الأسري للاتوافقية كمنبئات أساسية للاضطراب النفسي للزوجين، مداخلة بالملتقى الوطني الثاني حول الاتصال وجودة الحياة في الأسرة، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، الجزائر.
  - وسف ضامن الخطايبية(2015) مقومات التوافق في الحياة الزوجية وعلاقته بالعوامل الاجتماعية: دراسة على عينة من الأزواج العاملين في المدارس الحكومية في شمال الأردن، الدراسات. العلوم الإنسانية والاجتماعية، الجامعة الأردنية، الأردن، المجلد 42، العدد 2.