العلاقة بين الضغوط النفسية والتوافق الزواجي لدى عينة من الزوجات المنتظرات لم الشمل

عبد الحميد محمد شيبان
كلية التربية جامعة حلب – سوريا
shebanof@hotmail.com

التقديم: 2023/11/30 التحكيم: 2024/01/03 القبول: 2024/04/16 النشر: 2024/3/15
DOI: https://doi.org/10.36473/t9gdby32

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International Licenses

How to Cite
The Relationship between Psychological Stress and Marital Compatibility in a Sample of wives waiting for reunification. (n.d.). *ALUSTATH JOURNAL FOR HUMAN AND SOCIAL SCIENCES*, *63*(2), 89-112. https://doi.org/10.36473/t9gdby32

Copyrights© Abdulhameed. M. sheban 2024

The Relationship between Psychological Stress and Marital in a Sample of wives waiting for reunification Compatibility

Abdulhameed Mohamed sheban
College of Education, University of Aleppo - Syria
shebanof@hotmail.com

Abstract

The current study aimed to identify the correlation between psychological stress and marital compatibility among a sample of wives waiting for reunification in the city of Aleppo. The sample consisted of (200) wives waiting for reunification, and according to the age variable, their ages were chosen between (20 to 30) years or (older). From 30 years. To achieve the objectives of the study, the researcher used the psychological stress scale prepared by Abdul Rahman Al-Tariri (1991) and the marital compatibility scale prepared by the researcher (2018). The study reached the following results: There is a weak, statistically significant inverse relationship between psychological stress and marital compatibility among wives waiting for reunification in the city of Aleppo. There are no statistically significant differences in the psychological pressures of wives waiting for unification who are between the ages of (20 to 30) or (older than 30). On the other hand, there are differences in marital compatibility among wives waiting for reunification who are between (20 to 30) or (older than 30) in favor of wives who are between (20 to 30).

Keywords: psychological pressures, marital compatibility, wives waiting for reunification.

الملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية والتوافق الزواجي لدى عينة من الزوجات المنتظرات لم الشمل في مدينة حلب، وتكونت العينة من (٢٠٠) زوجة منتظرة لم الشمل ووفقاً لمتغير العمر تم اختيار أعمارهن بين (٢٠حتى ٣٠) عام أو (أكبر من ٣٠) عام. ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث مقياس الضغوط النفسية إعداد عبد الرحمن الطريري (١٩٩١) ومقياس التوافق الزواجي إعداد الباحث (٢٠١٨) وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: وجود علاقة عكسية دالة إحصائياً بين الضغوط النفسية والتوافق الزواجي لدى الزوجات المنتظرات لم الشمل في مدينة حلب. وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية لدى الزوجات المنتظرات لم الشمل اللواتي أعمارهن بين (٢٠ حتى ٣٠) أو (أكبر من ٣٠). وبالمقابل وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الزواجي لدى الزوجات المنتظرات لم الشمل اللواتي أعمارهن بين (٢٠ حتى ٣٠) أو (أكبر من ٣٠) لصالح الزوجات اللواتي أعمارهن بين (٢٠ حتى ٣٠).

الكلمات المفتاحية: الضغوط النفسية، التوافق الزواجي، الزوجات المنتظرات لم الشمل.

مقدمة البحث:

يمثل الزواج ضرورة بيولوجية واجتماعية في حياة الإنسان، ويعد الركيزة الأساسية التي تقوم عليها الأسرة. ونظراً لانتشار الضغوط النفسية في هذا العصر بنسبة عالية حتى سمي بعصر الضغوط النفسية، فقد أجريت دراسات مكثفة خلال العقدين الماضيين لدراسة هذا الموضوع، على اعتبار أن الضغط يمكن أن يصبح مشكلة أساسية وتهديد لحياة الأفراد في كثير من المجتمعات، وتزايد الاهتمام بالظواهر المرتبطة بالضغوط في مختلف ميادين العلم والتي منها الميادين الجسمية والنفسية والاجتماعية. (قويدري، ٢٠١١، ص٣٠) (Quwaidari, 2011, p. 30)

حيث تعرف الضغوط النفسية بأنها حالة من التوتر والضيق والقلق وعدم التوازن التي يعانيها أحد الزوجين خلال حياتهما الزوجية عندما لا تتماشى مطالبه واحتياجاته مع المطالب والمواقف التي حوله والمعبر عليه بالدرجة المتحصل عليها الفرد من خلال المقياس المعد لهذا الغرض. (نعيمة،٢٠١٧، ص ٢١) (Naima, 2017, p. 21)

وتعد العلاقة الزوجية من أهم العلاقات الانسانية في حياة الرجل والمرأة لذلك أعطيت دراسة الأسرة والحياة الزوجية أهمية خاصة، وعلى الرغم من أن التفاعلات بين الزوجين هي التي تحدد درجة التوافق بينهما ونسبة نجاح زواجهما إلا أن الضغوط النفسية التي يتعرض لها أحد الزوجين أو كلاهما تلعب دور مهم في تحقيق هذا التوافق وخاصة الزوجات غير المستقرات في بيت واحد هن وأزواجهن وينتظرن لم الشمل فالظروف شيء جدير بالذكر أيضاً، ومن خلال هذه الظروف التي تتعرض لها الأسرة قد تنشأ الضغوط النفسية نتيجة تفاعلهن مع مجموعة من العوامل الخارجية المؤثرة في العلاقة الزوجية كالأقارب، الأصدقاء، الجيران، والغرباء...

وعندما تكون الزوجة بعيدة عن زوجها ومقيمة عند أهلها أو أهل زوجها فهنا تزيد الحساسية أكثر وتزداد سرعة استجابتها لأي مثير ضاغط أو لأي كلمة موجهة لها، والضغوط النفسية محيطة بالزوجات دائماً لكن اذا قامت الزوجة باستيعاب زوجها والتواصل المستمر معه عبر الانترنت وعدم ترك فراغ بينهما ومناقشة كل الأمور بشكل مستمر بينهما و إيجاد الحلول معاً فتبقى علاقتهم حية ونشطة نوعاً ما وابعادها عن الجمود لتفادي الوقوع بالمشاكل ولأن الحوار والاتصال الدائم مهم ولأنها الطريقة الوحيدة التي على الزوجين تواصلهم معاً من أجل التغلب على صعوبات وأزمات هذا الوقت إلى حين لم شمل الزوجة حتى وإن اضطرا إلى التضحيات وتقديم بعض التنازل وتحمل المصاعب والصبر عليها معاً، فالتوافق الزواجي يزيد من قدرة كلاً من الزوجين على تحمل الضغوط النفسية والحياتية، واجتياز الأزمات التي يواجهونها، وأكثر قدرة على القيام بأعباء الدور المطلوب منهما.(الشمسان،٢٠٠٤، ص٢٩) (Al-Shamsan, 2004, p. 29)

لأن الحياة الزوجية لا تخلو من وجود بعض المشاكل والضغوط، وتعد الضغوط النفسية ظاهرة ملموسة وجزء لا يتجزأ من حياة الإنسان، ولاسيما في العصر الحديث وبظاهرة السفر ولم الشمل وبعد الزوجين

عن بعضهما فتتصف هذه المرحلة بالتعقيدات والتغيرات المتلاحقة في كل جوانب الحياة التي ازدادت متطلباتها وسببت للإنسان مواقف ضاغطة ومصادر للتوتر والانزعاج والقلق. ولكن عندما يكون الزوجين واضعين أهداف مهمة ومشتركة في حياتهما ومصرين على الوصول إليها من أجل الانتقال إلى حياة أفضل فيتغلبوا على أي تحديات أو مشاكل أو ضغوطات ريثما تمر هذه الأزمات المرافقة لها وهذه المرحلة المحددة ولم شمل الزوجة ولقائها بزوجها.

1- مشكلة الدراسة:

يعد هذا العصر مليئا بالعراقيل التي تواجه الإنسان والمخاطر المحدقة به ، وذلك بالرغم من التطور الكبير الذي توصلت إليه الحضارة الإنسانية في مختلف مجالات الحياة خاصة في الدول المتقدمة ، مما يجعله عرضة لمختلف الاضطرابات النفسية ومن بينها الضغط النفسي ، فبالموازاة مع هذا التطور برزت مصادر أخرى للضغط النفسي ، وأصبح أكثر انتشارا وذلك نتيجة اتساع نطاق المطالب والحاجات التي ينبغي على الفرد إشباعها مما يؤدي إلى زيادة شدة الضغط الواقع عليه نتيجة فشله أو عدم قدرته على تلبية كل تلك المتطلبات التي هو بحاجة إليها ، فتحديات الحياة ذات طبيعة متجددة رغم الجهود المبذولة للتغلب عليها أو التوافق معها.

فكل هذا يؤثر على علاقات الفرد المختلفة بما في ذلك علاقات الفرد الاجتماعية وتفاعلاته مع زملائه في العمل والأصدقاء، بل وقد يمتد الأثر إلى الأسرة بمن فيها... فالأسرة تعتبر بأنها عماد المجتمع وأساسه. والتوافق الزواجي بشكل خاص، حيث يعتبر التوافق الزواجي من الموضوعات الحيوية، لأنه يتصل ويشمل العلاقة الكلية بين الرجل والمرأة أي الزوج والزوجة بل يمتد للأبناء، حيث تعرف سناء الحولي التوافق الزواجي بأنه: " التحرر النسبي من الصراع، والاتفاق النسبي بين الزوجين على الموضوعات الحيوية المتعلقة بحياتهما المشتركة وكذلك المشاركة في الأعمال والأنشطة المشتركة وتبادل العواطف.(الشاذلي ٢٠٠١، ص ٧٩) (Al-Shazly 2001, p. 79)

ففي السنوات الأخيرة وبعد أن تعرضت سورية إلى حرب انتشرت ظاهرة السفر للدول الأوروبية بحثاً عن حياة أفضل ومستقبل مزهر وجيد بعيد عن ما عانت الأسرة من أزمات نفسية واقتصادية وجهل للمستقبل فلجأت بعض الأسر إلى هذا الحل بسفر أب الأسرة وترك زوجته وأولاده وهذا الأمر المعتاد إلى يومنا هذا وانتظار الزوجة لم شملها هي وأطفالها، فإن اغتراب الزوج عن زوجته وابتعاده عنها وعن أولاده من أصعب الأمور التي تمر بها العلاقة الزوجية وتصبح مشكلة حقيقية عندما لا يستطيع التغلب عليها الزوجين والتغلب على الضغوط النفسية المنتجة لها والنظر بطريقة سلبية خاصة إذا طالت فترة لم الشمل مما قد ينتج فجوة في العلاقة الزوجية قد تقود إلى طلب الطلاق بعد انتظار طويل فحالات الفتور والبعد تشتت الزوجين عن بعضهما وعلى الرغم من محاولة تدعيم هذه العلاقة بالتواصل من خلال وسائل التواصل الاجتماعية الحديثة إلا أن العلاقة عبر الشاشة قد تقود إلى سوء فهم أو تواصل بينهما استناداً إلى الضغوط النفسية التي يتعرض لها الزوجين يومياً ولأن كل منهما يعيش حياة خاصة

في بلدين مختلفين وطريقة عيش مختلفة فتشعر الزوجة بتشتت وخوف وغيرة على زوجها البعيد عنها، ويزيد الاعباء على الزوجة نتيجة تحملها مسؤولية البيت وأولادها وتنشغل بمواضيع عديدة بعيدة عن الاهتمام بزوجها أو بالتوازن بين حياتها ومسؤولياتها وحياتها الزوجية وتفجر المشكلات المستمرة مع الزوج بسبب كل من الضيق والضغط النفسي الذي تشعر به الزوجة، ويشعر الزوج أنه بعيد عن زوجته فتضعف صلة الترابط بينهما وهذا يؤثر على توافقهم الزواجي. وبناءً على ما سبق سيتناول الباحث في الدراسة الحالية العلاقة بين الضغوط النفسية والتوافق الزواجي لدى عينة من الزوجات المنتظرات لم الشمل في مدينة حلب.

وسيتصدى البحث الحالي لهذه المشكلة من خلال الإجابة عن التساؤلات التالية:

١- هل توجد علاقة بين الضغوط النفسية والتوافق الزواجي لدى عينة من الزوجات المنتظرات لم الشمل؟

٢- هل توجد فروق بين الزوجات المنتظرات لم الشمل في الضغوط النفسية وفقاً لمتغير العمر؟

٣- هل توجد فروق بين الزوجات المنتظرات لم الشمل في التوافق الزواجي وفقاً لمتغير العمر؟

2- أهمية الدراسة: تبرز أهمية الدراسة في:

أ-الأهمية النظرية:

-ندرة البحوث التي تناولت هذه الظاهرة في المجتمع السوري على حد علم الباحث.

-توجيه أنظار الباحثين إلى دراسة مثل هذا الموضوع وموضوعات جديدة مؤثرة في التوافق الزواجي.

-الأهمية التي تنبع من الفئة المستهدفة، وهي الزوجات المنتظرات لم الشمل في المجتمع السوري ومساهمتها بشكل كبير بالتأثير عليه إلا أنها لم تحظ بالكثير من الدراسات الخاصة في هذا المجال.

ب-الأهمية التطبيقية:

-قد يستفاد منها في دراسات وبحوث أخرى تتناول موضوع الضغوط النفسية والتوافق الزواجي عند الزوجات المنتظرات لم الشمل.

-وضع برنامج إرشادي للتعامل مع مشكلة الضغوط النفسية لدى الزوجات المنتظرات لم الشمل.

-وضع برامج تثقيفية لتحسين التوافق الزواجي لدى الزوجات المنتظرات لم الشمل وتعزيزه لديهم وتدريبهم على كيفية التعامل مع أزواجهن البعيدين عنهم.

3- **أهداف الدراسة:** تهدف الدراسة إلى:

١ – التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية والتوافق الزواجي لدى عينة من الزوجات المنتظرات لم الشمل.

٢ – الكشف عن الفروق بين الزوجات المنتظرات لم الشمل في الضغوط النفسية وفقاً لمتغير العمر.

٣ – الكشف عن الفروق بين الزوجات المنتظرات لم الشمل في التوافق الزواجي وفقاً لمتغير العمر.

4- مصطلحات الدراسة:

١-الضغوط النفسية: هو حصول الزوجة على درجة تتراوح بين (20- 100) على مقياس الضغوط النفسية المعد من قبل عبد الرحمن الطريري والمستخدم في هذا البحث.

٢-التوافق الزواجي: هو حصول الزوجة على درجة تتراوح بين (60- 300) على مقياس التوافق الزواجي المعد من قبل الباحث والمستخدم في هذا البحث.

5- حدود الدراسة:

5-1- الحدود الموضوعية: تم تطبيق هذا البحث بين الضغوط النفسية والتوافق الزواجي.

5-2- الحدود المكانية: مدينة حلب.

5-3- الحدود الزمانية: استغرق هذا البحث في الفترة الزمنية الممتدة من: ٦/ ٨/ ٢٠٢٣ إلى ٦ /١/ ٢٠٢٤

5-4- الحدود البشرية: تم تطبيق هذا البحث على عينة من الزوجات المنتظرات لم الشمل.

6- الإطار النظري والدراسات السابقة:

6-1- الإطار النظري:

مفهوم الضغوط النفسية: Psychological stress

مصطلح الضغوط النفسية هو من المصطلحات متعددة الاستخدام. لذا فإنه ليس من السهل تحديد تعريف عام وشامل للضغوط النفسية، إذ يمكن أن يعرف بطرق مختلفة تبعاً لوجهة نظر الكاتب والاتجاه النظري الذي ينتمي إليه، وقد صنفت اتجاهات تعريفات الضغوط النفسية إلى ثلاثة:

١- الضغط النفسي كمثير: هنا الضغط يؤدي إلى حالة انعدام توازن للكائن الحي بشكل أكبر من الحدود الطبيعية، إذ عندما يدرك الكائن الحي التهديد يستثار جسمه ويحفز بواسطة الجهاز العصبي السمبثاوي والغدد الصماء، مما يحدث مضاعفات وآثار فسيولوجية.

٢- الضغط النفسي كاستجابة: وهنا الضغط يعد حالة نفسية تنعكس في ردود الفعل الداخلية (الجسمية) والسلوكية، والناشئة عن التهديد الذي يدركه الفرد عندما يتعرض للموقف أو الأحداث الضاغطة في البيئة المحيطة.

٣- الضغط كتفاعل بين الفرد والموقف: وهذا الجانب من التعريف مدخل يعتمد على الجوانب النفسية ويتم تفسيره من كونه ظاهرة فردية، وعندما تتم مواجهة نفس الموقف فإن بعض الأفراد يمرون بالضغط النفسي بينما قد لا يمر به آخرون. **(أيبو، ٢٠١٩، ص ٤٥) (Aibo, 2019, p. 45)**

أنواع الضغوط النفسية:

صنف البعض الضغوط التي نعاني منها إلى ثلاثة أصناف:

١) ضغوطات يمكن التنبؤ بها مستقبلاً ويمكن السيطرة عليها

٢) ضغوطات يمكن التنبؤ بها ولا يمكن السيطرة عليها

٣) ضغوطات لا يمكن التنبؤ بها ولا يمكن السيطرة عليها

ويشير الخطيب إلى أن هناك عدة أنواع منها:

أ. الضغوط غير حادة: وينتج عنها استجابات طفيفة مع مجموعة علامات الضغط وأعراضه التي من السهولة ملاحظتها.

ب. ضغوط حادة: وينتج عنها استجابات شديدة القوة لدرجة أنها تتجاوز قدرة الفرد على المواجهة، وتختلف هذه الاستجابات من شخص إلى آخر ولا يشير بالضرورة إلى وجود أمراض عقلية وجسمية، وأنما هي استجابات عادية تشير إلى ضرورة التدخل.

ج. ضغوط متأخرة: وهي لا تظهر دائماً أثناء وقوع الحدث إنما تظهر بعد فترة.

د. ضغوط بعد الصدمة: وهي ناتجة عن حوادث عنيفة وشديدة وعالية وتترك أثراً على الكائن الحي بشكل طويل المدى. (أبو أسعد والغرير ،٢٠١٦، ص٢٧-٢٨)

آثار ومظاهر الضغوط النفسية:

- الآثار الجسمية physiological Effect: وتشمل فقدان الشهية وارتفاع ضغط الدم وتقرحات الجهاز الهضمي واضطرابات الهضم والربو وما شابه.

- الآثار النفسية physiological Effect:

وتشمل التعب والإرهاق والملل وانخفاض الميل للعمل والاكتئاب والأرق والقلق وانخفاض تقدير الذات.

- الآثار الاجتماعية Social Effect:

وتشمل إنهاء العلاقات والعزلة والانسحاب والفشل في أداء الواجبات اليومية المعتادة.

- الآثار السلوكية Behavior Effect: كاضطراب عادات النوم ونقص الميول والحماس وحالات الغضب وعدم القدرة على التركيز وارتفاع ضغط الدم والنظرة السوداوية للحياة.

- الآثار المعرفية Cognitive Effect: كتدهور في الانتباه والتركيز والذاكرة وصعوبة في التنبؤ وزيادة الأخطاء وسوء التنظيم والتخطيط.

(أبو أسعد والغرير ،٢٠١٦، ص٥٢) (Abu Asaad and Al Ghurair, 2016, p. 52)

مصادر الضغوط النفسية:

١- الإحباط Frustration:

الإحباط هو حالة انفعالية غير سارة تنشأ عن مواجهة الفرد لعائق يحول بينه وبين هدفه.

٢- الصراع Canlfict:

في الإحباط يأتي الضغط من مصدر واحد بينما في الصراع يكون هناك أكثر من مصدر للضغط يعرف الصراع بأنه ظهور مفاجئ أو تلقائي لدافعين غير متطابقين وعلى الشخص اختيار واحدة منهم والصراع أحد مصادر الإحباط.

٣- الضغط Pressure:

يتضمن الضغط pressure توقعات ومطالب تتصرف من أجل تحقيقها وتلبيتها بطرق معينة. وغالباً يكون هناك نوعين من الضغط، ضغط من أجل الإنجاز وضغط من أجل التكيف والطاعة

النظريات المفسرة للضغوط النفسية:

- نظرية التحليل النفسي:

رأى علماء مدرسة التحليل النفسي أن الضغوط التي يعاني منها الفرد في كل موقف أو سلوك هي تعبير عن صراع ما بين نزاعات ورغبات متعارضة أو متباينة سواء بين الفرد والمحيط الخارجي أم داخل الفرد نفسه. فعندما تصطدم النزعات الغريزية بتحريم يأتي من المحيط الاجتماعي أو من الرقابة النفسية الداخلية التي يمثلها الأنا الأعلى فإن هذه التفاعلات تؤدي إلى ظهور الآليات الدفاعية.

وطبقاً للنظرية النفسية التحليلية فإن معظم الأفراد لديهم صراعات لاشعورية وهذه الصراعات تكون لدى البعض أكثر حدة وعدداً. فهؤلاء الناس يرون ظروف وأحداث حياتهم مسببات للضغوط النفسية وأن أساليب مواجهة هذه الضغوط يكون عن طريق الكبت الذي اعتبره فرويد ميكانيكية الدفاع تجاه الضغوط، فالذكريات المؤلمة والمشاعر التي يرافقها الخجل والشعور تكبت في اللاشعور، وكبت المشاعر والرغبات يتم في الطفولة المبكرة يتم في مرحلة الطفولة، يرافق ذلك الشعور بالذنب مما يؤدي إلى معاناة الفرد مع آثار الضغوط النفسية وإصابته لاحقاً ببعض الاضطرابات النفسية وبعض الأمراض مثل السرطان وأمراض القلب وغيرها.

- النظرية السلوكية:

فسر السلوكيون أن الضغوط النفسية تنطلق من عملية التعلم التي من خلالها يتم معالجة المعلومات ومواقف الخطيرة التي يتعرض لها الفرد والمثير للضغط، وتكون هذه المثيرات مرتبطة شرطياً مع مثيرات حيادية أثناء الأزمة أو مرتبطة بخبرة سابقة حيث يصنفها الفرد على أنها مخيفة ومقلقة، ويرى السلوكيون كذلك أن التفاعلات المتبادلة لدى الإنسان وواقعه أو مع البيئة الفيزيائية والاجتماعية التي يعيش فيها ويعتبر متنبأ للسلوك قبل وقوعه ورأوا أن تكيف السلوك للفرد حسب متطلبات الموقف المحدد

يكون بصورة ذات معنى وإن جسم الإنسان ليس سلبياً بل هو فعال يسعى لأن يتكيف ولا نفسر تفاعلات الجسم وحدها بل أن جسم الإنسان ومحيطه الاجتماعي يفسران معاً ما يعانيه الفرد من اضطرابات.

وحسب السلوكيون فإن النتائج النفسية والسلوكية التي تحدثها الضغوط تحدث من السلوك ومدى تأثيره على نمط السلوك للفرد المعتاد والضغط في نظرهم يؤدي إلى القلق ولكنه يكون احياناً ناجحاً وعملياً لأنه يؤدي بالإنسان إلى اتخاذ القرارات حاسمة ويقوي إرادته التي تمكنه من مواجهة الفشل أو النجاح في المستقبل.

– نظرية هانز سيلي:

يشير الإطار النظري والفكري لنظرية هانز سيلي في الضغوط النفسية إلى أن الضغوط النفسية هي بمثابة متغير مستقل وهو استجابة لعامل ضابط. كما يربط بين التقدم أو الدفاع ضد الضغوط وبين التعرض المستمر المتكرر للضاغطة وقد حدد ثلاثة مراحل للدفاع وتسمى مراحل التكيف العام وهي: مرحلة التنبيه ومرحلة المقاومة ومرحلة الإجهاد.

– نظرية موراي:

تمثل نظرية موراي نموذجاً في تفسير الضغوط النفسية فالضغط النفسي عنده يمثل المؤثرات الأساسية للسلوك وهذه المؤثرات توجد في بيئة الفرد فبعضها مادي يرتبط بالموضوعات والآخر بشري يرتبط بالأشخاص، وهي محكومة بعدة عوامل اقتصادية واجتماعية وأسرية وطرق التواصل كالتعاطف والخداع والاتزان والسيطرة والعدوان، ويقسم موراي الضغوط النفسية إلى نوعين: ضغوط ألفا وهي التي توجد في الواقع الموضوعي في بيئة الفرد، ضغوط بيتا: وهي الضغوط كما يدركها الفرد. ويربط موراي بين شعور الفرد بالضغوط النفسية وبين مدى إشباعه لحاجاته المختلفة.

– نظرية التوافق بين الفرد والبيئة:

تربط هذه النظرية بين إدراك الفرد لأحدى المهام وإدراكه لقدراته على إكمال تلك المهمة وما لديه من حافز على إكمالها، وبالتالي فنظرية التوافق بين الفرد والبيئة تفترض بأنها الشعور بالضغوط النفسية يزداد عندما تتسع الفجوة بين الفرد والبيئة وبالتالي فمقدار الضغط يتفاوت حسب مستوى التحدي الذي يوجهه الفرد ومقدار إمكاناته للتكيف. **(النوايسة،٢٠١٣، ص١٨–٢١) (Al–Nawaisa, 2013, pp. 18–21)**

التوافق الزواجي:

مفهوم التوافق الزواجي:

التوافق الزواجي هو أحد أنواع التوافق والذي يتضمن السعادة والرضا الزواجي، والتوفيق في الاختيار المناسب للزواج والاستعداد للحياة الزوجية والدخول فيها، والحب المتبادل بين الزوجين، والاشباع الجنسي وتحمل مسئوليات الحياة الزوجية، والقدرة على حل ما يعترضها من مشكلات والتمتع بالاستقرار الزواجي.

كما يعرف بأنه أحد التوافقات الاجتماعية التي يهدف الفرد من خلالها إلى أن يقيم علاقات منسجمة مع زوجه، كما يعني التوافق الزواجي بأن يجد كل من الزوج والزوجة في العلاقة الزواجية ما يشبع حاجاتهما الجنسية والعاطفية والاجتماعية مما ينتج عنه حالة الرضا عن الزواج. (أبو أسعد، ٢٠٠٨، ص ٣٦)

مظاهر التوافق الزواجي: هناك عدة مظاهر للتوافق الزواجي لعل أهمها:

– التواصل المباشر والمستمر بين الزوجين، وتقبل كل طرف الآخر والاتزان الانفعالي خلال العلاقة الزوجية.

– يعتبر الزوجان متوافقين زواجياً إذا كانت سلوكيات كل منهما مقبولة من الآخر، وقام بواجباته نحوه وأشبع حاجاته، وعمل ما يربطه به، وامتنع عن عمل ما يؤذيه، أو يفسد علاقته به أو بأسرتيهما.

–يعتبر الزوجان غير متوافقين أو سيئ التوافق معاً، إذا كانت سلوكيات كل منهما تؤذي الآخر أو تحرمه من اشباع حاجاته، أو لا تساعدهما على تحقيق أهدافهما من الزواج، أو تفسد علاقتهما الزوجية.

–التوافق الزواجي مسألة نسبية، تختلف من زوج لآخر بحسب نظرة كل منهما للزوج وتفسيرهم له، وفهمهم لقدراتهم، وعلاقة الزوج بزوجته، وعلاقتها هي بزوجها وأهدافهما هما من الزواج.

أنواع التوافق الزواجي:

يشتمل التوافق الزواجي على أنواع عديدة مكونة للمفهوم كالتوافق النفسي والتوافق الأخلاقي والتوافق العمري والتوافق الاجتماعي والمالي والفكري. (سليمان، ٢٠٠٥، ص٣٢–٣٣)

العوامل المؤثرة في التوافق الزواجي: تنقسم هذه العوامل إلى ما يلي:

عوامل داخلية: تنحصر في كل من الزوجين. وتنقسم إلى نوعين:

عوامل ما قبل الزواج: كالسن عند الزواج، الاستعداد للزواج، الجدية في النظر لأهمية الأسرة، والأهداف الأسرية، ونظرتهما للمواقف والأهداف، التباين في التنشئة الاجتماعية، التقارب أو التباعد في المستوى الاقتصادي والثقافي والاجتماعي، فترة الخطوبة وأهميتها باعتبارها فترة إعداد نفسي للزواج.

عوامل ما بعد الزواج: كاختلاف القيم لدى الزوجين، التباعد الفكري والثقافي والاجتماعي بين الزوجين، محاولة أي طرف طمس معالم وسمات شخصية الطرف الآخر، قدرة كل طرف على إشباع الحاجات النفسية والبيولوجية والاجتماعية والاقتصادية للطرف الآخر، مقدرة كل من الزوجين على التأقلم مع واقعه الزواجي، والتخلي عن بعض عاداته وسلوكياته الخاطئة، درجة نضج شخصية كل من الرجل والمرأة، الوازع الديني لدى كل منهما له أكبر الأثر في حصول التوافق الزواجي.

عوامل خارجية: كتدخل أطراف من خارج الأسرة في الحياة الأسرية للزوجين، النظام السياسي السائد والمنظم للعلاقات الأسرية، وسائل الإعلام بجميع أنواعها المسموعة والمرئية والمقروءة، الصعوبات الحياتية والمعيشية والأزمات الاقتصادية للعائلة، العوامل الحضارية والاقتصادية والاضطراب الاجتماعي التي تمر بها البلاد فترات الامتحانات الدراسية بالنسبة لأفراد الأسرة، المستجدات التي تطرأ

على الأسرة، مثل: تقاعد الزوج، مرض الزوج، سجن الزوج الانتقال من العمل أو الفصل. (سليمان، ٢٠٠٥، ص٣٧-٣٨-٣٩)

وهناك عوامل أخرى تؤثر بالتوافق الزواجي: كتحقيق التوافق الجنسي فالعلاقة الزوجية من العوامل التي تقوي الرابطة بين الزوجين، وهي وسيلة إما للمودة وإما للنفور، وهذا التفاعل اللطيف بين الزوجين هو الذي يؤدي إلى إيجاد علاقة أسرية طيبة بينهما، إن الكثير من الأزواج لا يعرف كيف يقدم للعملية الجنسية، فلا يُداعب أو يلاطف، وأنه عليه أن ينتظر حتى يلبي رغبة زوجته الجنسية، بحيث تشعر بالإشباع هي أيضاً، إذ أن العلاقة الجنسية وبرودها قد تسبب كره أحد الزوجين للآخر، وقد تؤدي إلى الطلاق، أو إن يذهب أحدهما في حضن شخص آخر.

وكذلك طفولة الزوجين: تؤثر خبرة الطفولة لدى الزوجين على توافقهما سلباً أو إيجابيا، فالأطفال الذين كانوا سعداء في طفولتهم، ولم يتعرضوا للعقاب بسبب تدريبهم على النظافة والطعام ولم يكونوا مكبوتين، كانت لهم علاقات زوجية جيدة، والعكس صحيح، حيث إن الأزواج غير المتوافقين كانت طفولتهم غير مستقرة، ومن هنا يتضح دور التنشئة في التوافق الزواجي.

(العزة، ٢٠٠٠، ص١٢) (Al-Azza, 2000, p. 12)

6-2- الدراسات السابقة:

1- أجرت منى عبد اللاوي بولاية قسطنطينية (٢٠١٥) دراسة بعنوان العلاقة بين الضغط النفسي والتوافق الزواجي وتكونت العينة من(٥٠) طبيب ممارس من مستشفيين مستشفى ابن باديس، ومستشفى الأمراض العقلية محمود بالعمري، وتم اختيار الأطباء من خمسة تخصصات وقد احتوت العينة على (٣٩) طبيب و(١١) طبيبة وكان اختيار العينة على أساس انها ممارسة للحياة الزوجية أي ليسوا مطلقين أو أرامل، وتم استخدام مقياس إدراك الضغط النفسي ليفيستاين وآخرون ومقياس التوافق الزواجي لمراد بوقطاية وكان أبرز نتائج هذه الدراسة أن الأطباء كانوا جد متعاونين في تقديم إجابات غنية حول الضغط النفسي وعلاقته بالتوافق الزواجي ووجود علاقة دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والتوافق الزواجي.

2- قام رشدي عبدالرحمن صدوق(٢٠١٨) بدراسة عنوانها : الضغوط النفسية وعلاقتها بدرجة التوافق النفسي لدى العاملين في وزارة الداخلية الفلسطينية في المحافظات الشمالية ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، وطبق الباحث مقياس الضغوط النفسية الذي طوره جاد الله (٢٠٠٢)، ومقياس التوافق الزواجي لإبراهيم ومجده محمود (١٩٩٥) ، على عينة عشوائية طبقية تكونت من (٣٥٠) عامل وعاملة (٥٤%) من مجتمع الدراسة الذي تكون من العاملين في وزارة الداخلية في المحافظات الشمالية والبالغ عددهم (٦٤٧) عاملاً وعاملة، وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية: الدرجة الكلية لاستجابات العاملين في وزارة الداخلية في المحافظات الشمالية على جميع فقرات مقياس الضغوط النفسية كانت متوسطة، والدرجة الكلية لاستجابات العاملين في وزارة الداخلية في المحافظات الشمالية على جميع فقرات مقياس الضغوط التوافق الزواجي كانت متوسطة، و وجود علاقة ارتباط عكسية سالبة

ذات دلالة إحصائية بين درجة الضغوط النفسية ودرجة التوافق الزواجي لدى العاملين في وزارة الداخلية في المحافظات الشمالية، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى الضغوط النفسية لدى العاملين في وزارة الداخلية في المحافظات الشمالية لتعزى المتغيرات: الجنس، العمر، المؤهل العلمي، سنوات الخبرة، المسمى الوظيفي، وكذلك عدم وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى التوافق الزواجي لدى العاملين في وزارة الداخلية في المحافظات الشمالية لتعزى المتغيرات: الجنس، العمر، المؤهل العلمي، سنوات الخبرة، المسمى الوظيفي.

3- وأجرت هديل الغامدي بالمملكة العربية السعودية جامعة الباحة (٢٠١٩) دراسة بعنوان العلاقة بين الضغوط النفسية والتوافق الزواجي لدى عينة من معلمات منطقة الباحة، وقد تكونت عينة الدراسة من (٤٤٥) معلمة متزوجة، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، واستخدمت الدراسة أداتين هما: مقياس الضغوط النفسية للماضي (١٩٩٤) ومقياس التوافق الزواجي للحنطي (١٩٩٩) ومن نتائج هذه الدراسة أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية تبعاً لمتغير سنوات الزواج، توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية تبعاً لمتغير عدد الأبناء في أبعاد المقياس وفي مقياس الضغوط النفسية ككل، لا توجد فروق في الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الدخل الشهري، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس التوافق الزواجي تبعاً لمتغير سنوات الخبرة في جميع أبعاد المقياس وفي المقياس ككل، لا توجد علاقة بين الضغوط النفسية والتوافق الزواجي لدى المعلمات في الباحة.

4- دراسة نجمة العرفي و ناجية الحصادي (٢٠٢٠) بعنوان العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية والتوافق الزواجي لدى عينة من الممرضات المتزوجات العاملات بمستشفى المرج العام، وتكونت عينة الدراسة من (٤٩) ممرضة تم اختيارهن بالطريقة العشوائية البسيطة، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس الضغوط النفسية إعداد عبدالرحمن الطريري (١٩٩١) ومقياس التوافق الزواجي إعداد منيرة الشماس (٢٠٠٤) وتوصلت الدراسة إلى أن : مستوى الضغوط النفسية جاء مرتفع لدى عينة الممرضات العاملات بمستشفى المرج العام، كما أظهرت النتائج ارتفاع مستوى التوافق الزواجي لدى عينة الدراسة بالإضافة إلى عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الضغوط النفسية والتوافق الزواجي لدى عينة من الممرضات العاملات بمستشفى المرج العام.

5-أجرت تهاني سيف (2022) دراسة بعنوان الآثار الاجتماعية للهجرة الخارجية في المرأة اليمنية، هدفت الدراسة للتعرف الآثار الاجتماعية لهجرة رب الأسرة الخارجية في المرأة اليمنية، واستخدمت الباحثة استبانة الآثار الاجتماعية على عينة قوامها (40) امرأة من زوجات المهاجرين في مديرية يافع بمحافظة لحج، وخلصت الدراسة إلى عدد من النتائج التي بينت وجود دوافع إيجابية اقتصادية لهجرة رب الأسرة، بمتوسط حسابي (4.41) أكثر مما. سلبية بمتوسط حسابي (346)، وكان أكبر دافع إيجابي هو الرغبة في تحسين المستوى الاقتصادي للأسرة ورغبة رب الأسرة في الحصول على عمل منتظم فيه الأجر شهريا، بما يضمن استقرار الأسرة، ويحقق لهم كسبا اقتصاديًا، أما أكبر دافع سلبي لهجرة

رب الأسرة، فهو انعدام توافر فرص العمل، وانعدام توافر المسكن والخدمات الأساسية في منطقة السكن. وبينت الدراسة وجود آثار اجتماعية لهجرة رب الأسرة وقد كانت الآثار الإيجابية لهجرة رب الأسرة الخارجية في المرأة، بمتوسط حسابي (3.6)، وهي ذات تأثير أكثر من الآثار السلبية بمتوسطها الحسابي (2.64) ، وكان أكبر أثر إيجابي هو تحسين المستوى المعيشي للأسرة، ثم استقلالية الزوجة بإدارة شؤون الأسرة، وإشراك الأبناء للأم في أمورهم الخاصة، وأكبر أثر سلبي لهجرة رب الأسرة هو زيادة الأعباء والمسئوليات الأسرية على الزوجة، ثم ووجود بعض المشكلات في الأسرة، وغياب الاستقرار الأسري.

6-كما أجرت سهاد متولي و وفاء حسين (2022) دراسة بعنوان: أثر الهجرة الدولية للذكور على تمكين زوجاتهم حالة مصر، اهتمت الدراسة بالإجابة على التساؤل حول ما إذا كان لهجرة الزوج الدولية تأثير إيجابي على إتاحة الفرصة للزوجة للاضطلاع بأدوار جديدة والمشاركة في اتخاذ قرارات بعد عودته، أم هو تمكين مؤقت تمارسه الزوجة في حالة غياب الزوج (هجرته)، ثم تفقده عند عودته؟ وتم الاعتماد على نموذج الانحدار اللوجستي الترتيبي في تحليل بيانات المسح التتبعي لسوق العمل المصري 2018، وقد تم قياس تمكين المرأة من خلال مؤشرين هما: "مؤشر اتخاذ القرار" و"مؤشر" حرية الحركة ". وقد أشارت النتائج إلى أن مؤشر اتخاذ القرار يعطى تقديراً أعلى لمستوى تمكين الزوجة مقارنة بمؤشر حرية الحركة. ومن النتائج الهامة التي توصلت إليها الدراسة أن تأثير الهجرة على تمكين المرأة تأثير مؤقت حيث انخفض مستوى التمكين انخفاضاً ملحوظاً ومعنوياً إحصائياً بين زوجة المهاجر العائد مقارنة بزوجة المهاجر الحالي، بل كان أدنى من مستوى التمكين للزوجات اللاتي لم يهاجر أزواجهن. وكانت المتغيرات ذات تأثير معنوي على تمكين الزوجة سواء من حيث قدرتها على اتخاذ القرار أو حرية الحركة هي حالة الهجرة مدة الحياة الزواجية، تعليم الزوجة، بينما كان الفرق في العمر بين الزوجين، والحالة العملية الزوج هي المتغيرات التي ليس لها تأثير على تمكين المرأة سواء من حيث اتخاذ القرار أو حرية الحركة.

7- أجرت داود نسيمة (2021) دراسة بعنوان: " أثر هجرة الزوج العامل على رضا الزوجة: دراسة ميدانية لعينة من الزوجات ببلدية ماسرى ولاية مستغانم " هدف الدراسة الحالية إلى التعرف على مدى تأثير هجرة الزوج العامل على رضا زوجته في الأسرة الجزائرية، من خلال تسليط الضوء على بعض المتغيرات التي تساعد على كشف ذلك، من بينها: مدة الزواج، المستوى التعليمي للزوجين، عدد الأبناء، الدخل الشهري، نمط الإقامة، توزيع الأدوار الزواجية والمكانات ، وطبيعة العلاقة مع أقارب الزوج، من خلال توظيف تقنية الاستمارة والمقابلة على عينة متكونة من (١٠٠) زوجة، يقطن ببلدية ماسرى، كما تم تطبيق مقاييس الارتباط بيرسون وسبيرمان وفاي، لقياس علاقة التأثير بين المتغيرات ومعرفة درجة التفاعل بينها، ومن أهم نتائجها: - يختلف الرضا الزواجي باختلاف الأسر في العينة من حيث المستوى التعليمي للزوج، عمل الزوجة، التعارف قبل الزواج، مدة الزواج، في حين لا يوجد تأثير يعزى لمتغير

عدد الأبناء، دخل الأسرة، نمط الإقامة – وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين غياب الزوج المهاجر وانخفاض رضا المرأة عن الحياة الزوجية من حيث العلاقة مع أقاربه، حيث تزيد حدة الخلافات بين الزوجة وأهل الزوج خاصة أثناء فترة غيابه عن الأسرة لأسباب متباينة، من أهمها الاختلاف في وجهات النظر – وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين متغير غياب الزوج المهاجر ورضا المرأة عن الحياة الزوجية من حيث ممارسة الأدوار واحتلال المكانة في الأسرة.

7-الدراسة الميدانية:

7-1-**منهج البحث:** استخدم الباحث المنّهج الوصفّي التحليلي، حيث يعتمِد هذا المنهج على دراسةِ الواقِع أو الظاهرةَ كما تُوجد في الواقع، من حيث وصف الظاهرة وتوضيح خصائِصها، أو التعبير عنها تعبيراً كمياً من حيث إعطاء وصفاً رقمياً يوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها ودرجة ارتباطها مع الظواهر المختلفة، وتحليل هذه النتائج والوصول إلى استنتاجات وتعميمات تساهم في تطوير وفهم الواقع **(عبيدات وآخرون،٢٠٠٠، ٢٤٧) (Obeidat et al., 2000, 247)**

7-2-**مجتمع البحث: يتمثل** مجتمع البحث من جميع الزوجات المنتظرات لم الشمل في مدينة حلب.

7-3-**عينة البحث:** تم اختيار عينة هذه الدراسة من (٢٠٠) زوجة في مدينة حلب بشكل عشوائي من الزوجات المنتظرات لم الشمل تم تقسيمهن إلى قسمين وفقاً لمتغير العمر من (٢٠ حتى ٣٠) أو (أكبر من ٣٠) حيث تم تطبيق المقاييس على الزوجات عن طريق الانترنت من خلال المقياس الالكتروني لصعوبة الوصول إلى العينة ولأن العينة المختارة في هذا البحث جديدة، حيث بلغ عدد الزوجات اللواتي أعمارهن من ٢٠ حتى ٣٠ سنة (١٦٨) زوجة وبلغ عدد الزوجات اللواتي عمرهن أكبر من ٣٠ سنة (٣٢) زوجة.

7-4- **أداة البحث:**

استخدم الباحث في الدراسة الحالية بعد جمع البيانات المتعلقة بالبحث الأدوات التالية:

١- مقياس الضغوط النفسية المعد من قبل عبد الرحمن الطريري عام ١٩٩١

٢- مقياس التوافق الزواجي المعد من قبل الباحث عام ٢٠١٨

وصف مقياس الضغوط النفسية:

قام بإعداد هذا المقياس عبدالرحمن الطريري (١٩٩١) ويهدف إلى قياس مستوى الضغط النفسي، ويتكون من (٢٠) فقرة يجاب عنها باستخدام تدريج (ليكرت) الخماسي (موافق جداً – موافق – محايد – غير موافق– غير موافق على الإطلاق) في حالة الإجابة على هذا النمط تأخذ العبارات (٥- ٤ – ٣ -٢ -١) ودليل على وجود مؤشرات سلوكية دالة على وجود ضغوط نفسية عند الفرد في حين إذا كانت العبارة سلبية (غير موافق على الإطلاق – غير موافق – محايد – موافق – موافق جداً) تأخذ العبارات (١- ٢ -٣ - ٤-٥) وهذا دليل على انتقاء أو عدم وجود ضغوط عند الأفراد، حيث أن جميع بنود هذا المقياس إيجابي ولا يوجد لهذا المقياس أبعاد. وتعتبر درجة (٢٠) الحد الأدنى كحد أدنى، والدرجة

العظمى (١٠٠) درجة كحد أعلى، وتدل الدرجة العالية على ارتفاع مستوى مرتفع من الضغوط النفسية، في حين تدل الدرجة المنخفضة على انخفاضه.

وتم حساب الصدق في الدراسة الحالية بطريقة الاتساق الداخلي للمقياس، وذلك من خلال معاملات الارتباط باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، كما تم حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية وذلك من خلال حساب درجة النصف الأول للمقياس وكذلك حساب النصف الثاني من الدرجات وذلك بحساب معامل الارتباط بين النصفين حيث بلغ معامل الثبات (٠.٨٣٢) وهذا يشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

وصف مقياس التوافق الزواجي:

يتألف هذا المقياس من ٦٠ عبارة من إعداد الباحث عام ٢٠١٨ في مدينة حلب ويضم سبعة أبعاد:

توزيع العبارات الإيجابية والسلبية على أبعاد مقياس التوافق الزواجي

الرقم	أبعاد المقياس	عدد العبارات	العبارات الإيجابية	العبارات السلبية
١	السمات الشخصية للزوجين	٨	١٠	٥- ٩- ١٤- ١٦- ١٩- ٤٠- ٥٣
٢	السمات الاجتماعية للزوجين	٨	٢١	٢-٤-١٣-١٥-٢٤-٣٠-٥٤
٣	العلاقات الأسرية للزوجين	٨		٣-٧-٨-٢٢-٢٦-٢٨-٣٦-٤١
٤	العلاقة الحميمة	١٠	١٧- ٤٢- ٤٤- ٤٥- ٥٠	١٢-٢٠-٣٩-٤٩-٥١
٥	كيفية حل المشكلات	١٠	١ – ٦- ١٨- ٣٣- ٥٧	٣٢-٣٤-٣٧-٥٥-٥٦
٦	الأطفال	٨	٣٨- ٤٦- ٤٨- ٥٨- ٥٩- ٦٠	٤٧-٥٢
٧	إدارة الأمور المالية	٨	٢٥- ٢٧- ٣٥- ٤٣	١١-٢٣-٢٩-٣١

تصحيح المقياس:

قد وزعت درجات الإجابة على هذا المقياس بطريقة ليكرت حيث أن كل عبارة يمكن أن يجب عليها المفحوص باختيار أحد الاحتمالات الخمسة التالية: (موافق جداً- موافق- محايد- غير موافق- غير موافق على الإطلاق) وتأخذ الدرجات على التوالي (٥-٤-٣-٢-١) في حالة العبارات الإيجابية، في حين تأخذ العبارات السلبية الدرجات التالية على التوالي (١-٢-٣-٤-٥) والدرجة الصغرى (٦٠) درجة الحد الأدنى، والدرجة العظمى (٣٠٠) درجة كحد أعلى، وتدل الدرجة العالية على ارتفاع مستوى التوافق الزواجي، حين تدل الدرجة المنخفضة على انخفاضه.

7-5- **المعالجات الإحصائية:** قام الباحث بإجراء المعالجات الإحصائية للبيانات في هذه الدراسة باستخدام برنامج spss وقد استخدم الباحث الطرائق الإحصائية التالية:

- الإحصاء الوصفي (المتوسطات والانحرافات المعيارية)
- معامل الارتباط بيرسون
- اختبار "ت" T. test لتحديد الفروق بين افراد العينة.

نتائج البحث وتفسيرها:

- **نتيجة الفرض الأول ومناقشته:**

(توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والتوافق الزواجي لدى الزوجات المنتظرات لم الشمل)

وللتأكد من صحة الفرضية قام الباحث بحساب معامل الارتباط بيرسون واستخدام برنامج spss بين الضغوط النفسية والتوافق الزواجي لدى الزوجات المنتظرات لم الشمل.

المتغيرات		معامل الارتباط	قيمة sig	مستوى الدلالة
الضغوط النفسية	التوافق الزواجي	٠,٣٠٩ــــ	٠,٠٢٩	دال احصائياً

يتبين من الجدول السابق بأن قيمة (٠,٠٢٩) sig أصغر من ٠.٠٥ وبالتالي توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والتوافق الزواجي لدى عينة من الزوجات المنتظرات لم الشمل وهذه العلاقة هي علاقة عكسية، أي كلما زادت الضغوط النفسية انخفض التوافق الزواجي لدى الزوجات المنتظرات لم الشمل والعكس صحيح.

مناقشة الفرض الأول:

بالمقارنة مع نتائج الدراسات السابقة التي تربط بين الضغوط النفسية والتوافق الزواجي فقد اتفقت الدراسة الحالية مع عدة دراسات ومنها: دراسة (صدوق، ٢٠١٨) دراسة (الغامدي، ٢٠١٩) دراسة (اللاوي، ٢٠١٥) من حيث وجود علاقة دالة إحصائياً بين الضغوط النفسية والتوافق الزواجي، ويعود الاتفاق هذا إلى مكان تطبيق الدراسة الحالية التي جرت في محافظة حلب وهو مجتمع عربي وطبقت على عينة عربية ودراسات الغامدي وصدوق واللاوي ايضاً أجريت في مجتمعات عربية وعلى عينات عربية والمجتمعات العربية متشابهة وقريبة نوعاً ما من حيث التفكير والمعيشة ويمكن القول أن هذه النتيجة منطقية. حيث أكد (النواسية) بأن من أنواع الضغوط النفسية ضغوط زوجية: وتظهر الضغوط الزوجية من خلال ما يستدل به من عدم تكيف زواجي إما باختلاف عمر الأزواج أو اختلاف الوضع الاجتماعي أو اختلاف المستوى الثقافي بينهم، أو اختلاف الخصائص الشخصية بالإضافة إلى اختلافات والمشاحنات المستمرة بينهم، أو إهمال الشريك لواجباته تجاه الآخر.**(النواسية، ٢٠١٣، ص ٢٧- ٣١) (Al-Nawasiya, 2013, pp. 27-31)**

كما تحدث ماركمان أن التوافق الزواجي له تأثير على الضغوط التي يتعرض لها الزوجين فحدد السلوكيون أمثال " ماركمان "، " **Merckmen** ' التوافق الزواجي بحيث جمعوا بين رأي روجرز كما يلي: " إن التوافق الزواجي هو تطوير مجموعة من التفاعلات بين الطرفين والتي تؤدي إلى الراحة الفردية لكل طرف، مما يساعد كل طرف على التوافق مع ضغوط الحياة كما تؤدي إلى إحساس كل طرف بالحميمية العاطفية والجسمية مما يؤدي للحفاظ على العلاقة لمدى أطول في إطار السياق الثقافي الذي يعيش فيه الزوجان" (شحاته، ٢٠٠٣، ص ١٦٠)

كما يفسر الباحث هذه النتيجة بأن الضغوط النفسية تؤثر على التوافق الزواجي في شتى المجالات ومختلف المواقف الضاغطة والصادمة إذ تعتبر الضغوط من المثيرات التي تنشأ من البيئة الداخلية والخارجية وبدرجات متفاوتة الشدة واستمرار هذه الضغوط لفترة طويلة وكلما زادت وكانت نسبتها أكثر كلما تعيق الزوجات عن التوافق النفسي والزواجي والاجتماعي وأداء مهامهن بشكل جيد وتمنع من الحفاظ على علاقاتهن الأسرية والمهنية والاجتماعية، وتجعلهن في حالة من عدم الاتزان الانفعالي ويؤدي لتعرضهن لضغوط نفسية مستمرة بشكل يومي من خلال عملهن و من خلال المحيط وهذا الشيء يؤثر طبيعةً على علاقتهن مع المحيط به وبالأخص شريك حياتهن فتتأثر العلاقة بينهما ويؤثر على توافقهم الزواجي، فمن الممكن أن يكون الزوجين متفقين على فكرة الزواج والحياة معاً ولكن قد يقف أمامهم دائماً عوائق تسبب الضغوط النفسية لهم ويزداد هذا الأمر لدى الزوجات المنتظرات لم الشمل اللواتي ينتظرن لم شملهن والعيش جانب أزواجهن فهذه الزوجة تتعرض بشكل يومي للضغوط النفسية من خلال وسائل ومواقف عدة فمثلاً العائق المادي الذي يدفع الزوجة للعمل لساعات طويلة من أجل مساعدة زوجها المسافر وعندما يكون هذا العمل مؤثر على وقتها تهمل نفسها وبيتها وأطفالها فيخلق لها صراعات وضغوط نفسية تجعلها تخلق خلافات مع الزوج لأنها تعاني وحيدة بعيدة عن زوجها وينخفض التوافق الزواجي نتيجة لهذه الضغوطات الكثيرة وقد يكون الضغوط من الأسرة الذين يتدخلون في الزوجين محاولين فرض رأيهم ورغبتهم بحجة العدل والنصيحة وقد يستغل البعض زوجها البعيد ويؤثرون عليها وعلى أطفالها بحجة أنهم مساعدون لها في غياب الزوج، فمسببات الضغوط النفسية كثيرة حولها ومؤثرة على التوافق الزواجي.

بينما إذا كان الزوجين قادرين على مشاركة خبراتهم واهتماماتهم وقيمهم وكل منهما محترم لرأي وتفكير الآخر وملبي لحاجاته وهنالك نقاط مشتركة في الأهداف بينهما لتحقيق أكبر قدر ممكن منها لنجاح حياتهم الأسرية فيحافظون على خطوط مفتوحة للاتصال والتعبير عن مشاعرهم وتوضيح الأدوار بينهما والمسؤوليات ويتعاونون في اتخاذ القرار وحل المشكلات التي يتعرضون لها وفي تربية أطفالهم أيضاً ويتمتعون بالحصول على الإشباع الجنسي المتبادل بينهما فأي ضغوطات أو مشاكل يتعرضون لها تكون عادية بالنسبة لهم ويقدرون على التصدي لها لجعل توافقهم الزواجي عالي، وأن موضوع الضغوط النفسية نابعاً من كون الزوجات عرضةً للاستجابة للعديد من المواقف الضاغطة في آن واحد ولأن

الضغوط النفسية والتوافق الزواجي موضوع الدراسة الحالية ويتأثران ببعضهما بشكل عكسي وهذا الشيء طبيعي أي كلما ازداد تعرض الفرد للضغوط النفسية خصوصاً إذا كانت هناك وسائل مادية غير كافية أو محيط غير مساعد على حياة سليمة ومريحة بالتالي تصبح مصدراً للضغوط مما يؤدي به الى عدم التحكم في المواقف والى اختلال توازنه وبالتالي فهذا الأخير يرتبط بتوافقه الزواجي .

ويفسر الباحث ضعف هذا الارتباط نظراً لصغر حجم العينة، وكذلك خشية بعض الزوجات من الإجابة بصراحة خوفاً على مرغوبيتها الاجتماعية.

نتيجة الفرض الثاني ومناقشته:

(توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الزوجات المنتظرات لم الشمل في الضغوط النفسية وفقاً لمتغير العمر /٢٠ حتى ٣٠ / أو / أكبر من ٣٠ /)

وللتأكد من صحة هذه الفرضية قام الباحث باستخدام اختبار T للعينات المستقلة وفيما يلي نقدم عرض لنتائجه من خلال الجدول التالي:

قيمة ت للفروق بين الزوجات المنتظرات لم الشمل في الضغوط النفسية

العمر	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	قيمة sig	مستوى الدلالة
من ٢٠ حتى ٣٠	١٦٨	٧٠.٧٦	١٧.٩٩٧	١.٤٢٢	٠.١٦٤	غير دال إحصائياً
أكبر من ٣٠	٣٢	٧٥.٧٥	٦.٠٦٥			

يتبين من الجدول السابق بأن قيمة (٠.١٦٤) sig أكبر من ٠,٠٥ وبالنظر إلى الجدول السابق تبين أن قيمة (٠.١٦٤)sig هي أكبر من ٠,٠٥ أي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الزوجات المنتظرات لم الشمل في الضغوط النفسية وفقاً لمتغير العمر (/٢٠ حتى ٣٠ / أو / أكبر من ٣٠ /)

مناقشة الفرض الثاني:

وقد اتفقت هذه النتيجة مع عدة دراسات سابقة كدراسة (السيد، ٢٠١٨) من حيث عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية. وكان عينة هذه الدراسة على أعضاء هيئة التدريس وفقاً لمتغير عدد سنوات الخبرة أما الدراسة الحالية كانت عينتها على الزوجات المنتظرات لم الشمل وفقاً لمتغير العمر.

وتعتبر الضغوط النفسية إحدى الظواهر في حياة الإنسان تظهر في مواقف الحياة المختلفة حيث أصبحت جزء من الحياة اليومية مما يحتم علينا التعرف على أسبابها وكيفية ادارتها والتخفيف من حدتها وتشير الإحصائيات العالمية إن ٨٠% من الأمراض الحديثة سببها الضغوط النفسية وأن ٥٠ % من مشكلات المرضى المراجعين للأطباء والمستشفيات ناتجة عن الضغوط النفسية وأن ٢٥% من أفراد المجتمع يعانون شكلاً من أشكال الضغوط النفسية. (**أبو أسعد** ، ٢٠٠٨، **ص٣٥**) (**Abu Asaad, 2008, p. 35**)

وتعد الضغوط النفسية حقيقة مهمة في الحياة، وإذا لم نشعر في حياتنا بضغط قط فإن حياتنا تكون مملة وبلا قيمة فهي إما أن تكون حافزاً لنا للإنجاز وإما أن تقضي علينا، وتمثل الضغوط النفسية التي

يتعرض لها الانسان في العصر الحديث ظاهرة جديرة بالاهتمام لما لها من تأثير على كثير من جوانب حياة الفرد والمجتمع وقد حظيت الضغوط الناتجة عن تفكك وتباعد العلاقات بالاهتمام لتمد وتشمل الزوجان.

فالفرد الذي يشعر بدرجة عالية من الضغوط النفسية ولا يستطيع التكيف معها يؤثر ذلك في تحقيقه للتوافق الزواجي، حيث أن الزوجات المتزوجات قد يعانين ضغوطاً مختلفة اقتصادية، اجتماعية، أسرية، بالإضافة لضغوط العمل والتوافق وقد يقلل من قدرتهن على التكيف معها، وبالتالي تؤثر على علاقتهن بأزواجهن وأسرتهن وتوافقهن الزواجي عامة. وأن المتزوجة سواء كانت عاملة أو غير عاملة فهي معرضة بجميع أعمارها إلى الضغوط النفسية لأن الضغوط النفسية لا تقتصر على الصغير فقط أو الكبير فقط بل قد نرى أحياناً نساءً كبيرات في العمر ولكنهن أكثر استجابة لمثير الضغوط الذي تواجهها أكثر من نساء أخريات أصغر سناً وهذا يعود على درجة تشاؤم المرأة وحالتها النفسية المستمرة وعدم مرونتها النفسية ولا تعتبر الضغوط النفسية في بعض الأحيان شيئاً يستحق القلق إلا أن الاجهاد المستمر الذي لا ينتهي قد يكون سبباً لحدوث تفاهم العديد من المشاكل الصحية والاجتماعية فيؤدي إلى عواقب في الصحة الجسدية وعواقب على العلاقات الاجتماعية خاصة فمثلاً الحياة الزوجية وعلاقتها بزوجها المسافر لأنه ليس قريب منها وتعتبر بأنها هي من تحمل جميع الأعباء والضغوط لوحدها ويؤدي بها إلى ضغوط أكثر فأكثر وتصبح غير سعيدة وتتدنى القدرة على التواصل مع الآخرين ويرافق ذلك مشاعر الغضب والاحباط والاهتياج المتجددة وعدم ثقته الزوجة بنفسها وفي الآخرين فيخلق لديها عدم توافق وتوازن عالي مع الزوج وحياتها الأسرية تضطرب، وإذا رجعنا إلى سبب الضغوط الزوجية فهناك العديد المسؤوليات والالتزامات التي تتحملها الزوجة مثل رعاية الأطفال والعمل خارج المنزل والاهتمام في زوجها المسافر وفي بيتها وأعبائه وخاصة أنها تشعر لوحدها هي المسؤولة عن البيت وتعمل على توافق دور الزوجة والأب المسافر، وهذه الالتزامات تشعر الزوجة بالإرهاق وضيق الوقت سواء كانت الزوجة في أعمار العشرينات أو أكبر من ثلاثين لأنها تتحمل المسؤوليات ذاتها بجميع أعمارها كونها أم وزوجة. **(غانم، ٢٠٠٨، ص٥٧) (Ghanem, 2008, p. 57)**

وإذا قسمنا الضغوط النفسية فتنقسم إلى ضغوط خارجية تعني بالأحداث الخارجية والمواقف المحيطة بالفرد وتمتد من الأحداث البسيطة إلى الحادة فعندما تكون الزوجة بعيدة عن زوجها المسافر وتنتظر لم شملها تعاني الكثير من الضغوطات النفسية من الأشخاص المحيطون بها فمثلاً أهلها في غياب زوجها يكونون المسؤولين عليها وسد احتياجاتها اليومية وخاصة إذا كان لديها أطفال فتكثر الأعباء والمشاكل والضغوطات لديها وهذا يؤثر كثيراً على علاقتها بزوجها فتسقط جميع الأعباء والشحنات السلبية اليومية عليها ويمكن أن يخلق المشاكل بينهما وخاصة إذا طالت فترة انتظار شملها لصعوبة الاجراءات والأوراق وهناك أيضاً ضغوط داخلية تعني بالأحداث التي تتكون نتيجة التوجه الادراكي نحو العالم الخارجي والنابع من فكر وذات الزوجة فعلى سبيل المثال إذا كانت الزوجة مقيمة عند أهلها أو أهل

زوجها تنتظر لم شملها هي واطفالها تشعر دائماً بالخجل المستمر وتشعر بأنها ثقيلة عليهم وهذه المشاعر وطريقة التفكير تؤدي بها للضغوط النفسية، فالزوجات جميعهمن معرضات للضغوط النفسية الداخلية والخارجية ولكن استجابتهم لهذه الضغوطات يرجع إلى طبيعتهن الشخصية وسماتهن وخبراتهن العملية وليس عمرهن الزمني، والضغوط الأسرية بما فيها الصراعات الأسرية والانفصال والطلاق وتربية الاطفال والتوافق الزواجي يمكن أن يكون في عمر مبكر ومن الممكن أن يكون بعد مرحلة من الزواج فهذا يعني أن الضغوط النفسية لا تتحدد بعمر معين ومن الطبيعي لأي زوجة أن تكون معرضة لها ولكن المهم كيفية التعامل والتصدي لهذه الضغوط لكي لا تؤثر عليها أو على حياتها الزوجية.

• نتيجة الفرض الثالث ومناقشته:

(توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الزوجات المنتظرات لم الشمل في التوافق الزواجي وفقاً لمتغير العمر /٢٠ حتى ٣٠ / أو / أكبر من ٣٠ /)

وللتأكد من صحة هذه الفرضة قام الباحث باستخدام اختبار T وفيما يلي نقدم عرض لنتائجه من خلال الجدول التالي:

قيمة ت للفروق بين الزوجات المنتظرات لم الشمل في التوافق الزواجي

العمر	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	قيمة sig	مستوى الدلالة
٢٠ حتى ٣٠	١٦٨	٢١٥.٦٩	٢٦.٩٨٧	٢.٣٠٠	٠,٠٤٨	دال إحصائياً
أكبر من ٣٠	٣٢	١٨٤.٨٨	٣٦.٠٢٦			

يتبين من الجدول السابق بأن قيمة (٠,٠٤٨) sig أصغر من ٠,٠٥ وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الزوجات المنتظرات لم الشمل في التوافق الزواجي وفقاً لمتغير العمر /٢٠ حتى ٣٠ / أو / أكبر من ٣٠ /) ولصالح الزوجات اللواتي أعمارهن (٢٠ حتى ٣٠) .

مناقشة الفرض الثالث:

يفسر الباحث هذه النتيجة بأنه نظراً للوضع الراهن الذي يشهده هذا المجتمع والمتعارف عليه أصبحت النساء أكثر وعياً وثقافةً من النساء في السنوات الأقدم السابقة فهن أكثر انفتاحاً على طرق التعامل مع الزوج والقرب إليه حتى ولو كان مسافر، مما يعزز ذلك التوافق الزواجي والنفسي بينهما وعلى سبيل المثال كان الزواج قديماً زواج تقليدي ولا تعرف فيه الزوجة زوجها إلا بعد الزواج ويكون الزواج فيه بفارق عمر كبير بين الزوجين مثل (١٠ – ١٥) سنة ومن معاشرتهم لبعضهم بعد الزواج من المحتمل عدم التفاهم وكثرة المشاكل بينهما وهذا يقلل من امكانية انسجامهم واختيارهم لبعض مما يقلل التوافق الزواجي بينما في الآونة الأخيرة أصبح الزواج عن طريق تعارف وخطبة طويلة فأصبحت النساء تختار بطريقة اقرب الى الصحيحة فهذا يزيد من احتمالية التوافق الزواجي بين الزوجين، وأشار المهدي أنه

يفضل أن يكون الزوج أكبر سناً من(٣- ٥) سنوات ولا يفضل أن يزيد الفرق عن (١٠) سنوات. **(المهدي، ٢٠١٨، ص ٢٨) (Al-Mahdi, 2018, p. 28)**

حيث تشير عبيد أن من العوامل المؤثرة في التوافق الزواجي فارق السن بين الزوجين، فتناسب الزوجين في السن يعتبر من العوامل المؤدية لسعادتهما في الزواج، وذلك لأن تقاربهما في العمر يتيح لكل منهما تفهم اتجاهات واهتمامات وسلوك قرينه في مختلف المواقف التي يوجهانها في حياتهم الزوجية. **(عبيد، ٢٠٠٨، ص٢ -٤) (Obaid, 2008, pp. 2-4)**

وهذا مؤشر على أن الزوجات الأصغر سناً يتزوجن ويخترن أزواجهن بفارق عمر أقل بينهما من الزوجات الأكبر سناً وهذا يوثر كثيراً على الاتفاق وطريقة التفكير والاهتمامات المشتركة، فعندما يكون الزوج بعيداً عن زوجته ويتعرضن لخلاف ما فيكون أكثر استيعاباً لها ووضع نفسه بمكانها لأنهما يكونان قريبين من طريقة التفكير، ويختلف التوافق الزواجي بين الزوجات بمراحل عمرية مختلف بقدر واضح لأن الزوجات اللواتي أعمارهن أكبر من ٣٠ بعد مرور زمن على زواجهن تنحصر كل اهتماماتهن بمستقبل أولادهن واحتياجات المنزل وقد يهملن أنفسهن والاهتمام بأزواجهن المسافرين ولا يتحدثن معهم إلا وقت الحاجة للمال وتقل أحاديثهن مع أزوجهن عن أحوالهن او إعطائهم قسط من الاهتمام حتى وهم بعيدون عنهم في الغربة ، وهنا تخلق المشاكل ولكن عندما تكون الزوجة صغيرة عمراً تكون مهتمة ومتلفتة لهذا الاهتمام وبدور زوجها وقريبة منه حتى ولو لا يقيمون في نفس المنزل فتعرف الزوجة كيف توافق بين اولادها ونفسها وزوجها وذلك لأنها تنظر إلى اقرانها ولأنها أكثر انفتاحاً على العصر الجديد، كما تكون اهتمامات وميول وطموحات الزوجين واحدة وليست بعيدة واحلامهما مشتركة ومن الضروري أن يكون الزوجان متشاركين من حيث الصفات النفسية والمزاج الداخلي فالزوج يسأل عن الصفات النفسية لشريكته مثل ضرورة أن يكون ذا طبع ومزاج سليم ومتفائل بعيداً عن التشاؤم والعصبية وما شابه، والزوجة النشيطة والفعالة الصغيرة سناً على عكس الزوجة الأكبر التي تكون أقرب إلى العقلانية والجدية، وللتقارب الجنسي دور مهم في جعل التوافق الزواجي جيد للزوجان ولوصول توافقهما الزواجي مناسب فعندما تكون الزوجة شابة تستطيع أكثر جذب الرجل وتعرف كيف تقاسم شريكها الحب واشباع حاجاتهما وتقوي الرابطة الزوجية لتجديد حياتهما وتكون الزوجة الأكثر شباباً ،أكثر إثارة جنسية وجاذبية لزوجها مقارنة بالزوجة الأكبر سناً ومن حيث ضغوط الحياة وتعرضهن للمشاكل فالزوجة الكبيرة أكثر جموداً وجفاء وليس لديها حلول ذكية ابتكارية او سريعة لتريح وتجذب زوجها المسافر مثل الزوجة الشابة التي هي في أوج نشاطها وحيويتها التي تجعل زوجها رفيقاً وزوجاً لها ولهذا فإن للفارق العمر أثر واضح ومؤثر على التوافق الزواجي.

مقترحات البحث:

١-يقترح الباحث بإجراء دراسة بين أساليب المعاملة الوالدية والتوافق الزواجي.

٢- يقترح الباحث إجراء دراسة بين الذكاء العاطفي والتوافق الزواجي.

٣- يقترح الباحث تصميم برامج تدريبية متخصصة ومخطط لها بعناية حول اساليب تطبيق مهارات التوافق الزواجي لدى الزوجات المنتظرات لم الشمل.

٤- إجراء العديد من الدراسات التي تتناول المشكلات الأسرية، ودراسة علاقة ذلك بالعوامل المحيطة وذات الصلة بنجاح الحياة الزوجية كعدد الأولاد والمستوى المادي والمستوى التعليمي للزوجين.

Referenes

1- Abu Asaad, Ahmed Abdel Latif (2008): Family Marital Guidance, Dar Al-Shorouk for Publishing and Distribution, Cairo.
2- Abu Asaad, Ahmed Abdel Latif and Al Ghurair, Ahmed Nayel (2016): Dealing with Psychological Stress, Dar Al-Shorouk for Publishing and Distribution, Amman.
3- Ahmed, Shaima Gamal Hosni (2015): Emotional intelligence and marital compatibility among wives in newly formed families, Modern University Book House for Publishing and Distribution, Egypt.
4- Aibo, Naif Ali (2019): Psychological Pressures, Dar Al-Ma'rifa University for Publishing and Distribution, Egypt.
5- Suleiman, Sanaa Muhammad (2005): Marital compatibility and family stability from an Islamic psychological and social perspective, Ola Al-Kutub Publishing and Distribution, Cairo.
6- Al-Sayed, Al-Hussein (2018): Criteria for choosing a life partner and its impact on achieving marital compatibility, Al-Mawaddah Association for Upbringing, Kingdom of Saudi Arabia, Saudi Arabia.
7- Saif, Tahani (2022), The Social Effects of Foreign Migration on Yemeni Women, Al-Saeed Journal of Human Sciences, Volume 5, Number 2.
8- Al-Shazly, Abdel Hamid Muhammad (2001): Mental Health and Personality Psychology, University Library for Publishing and Distribution, Gaza.
9- Shehata, Hassan, Al-Najjar, Zeinab (2003): Dictionary of Educational and Psychological Terms, Lebanese Egyptian House, Cairo.
10- Al-Shamsan, Munira Abdullah (2004): Marital compatibility and its relationship to methods of marital treatment and some of its personal traits, unpublished doctoral dissertation, College of Education at King Saud University, Riyadh.
11- Sadouq, Abdul Rahman Rushdi (2018): Psychological stress and its relationship to marital compatibility among employees of the Ministry of Interior in the northern governorates, Al-Quds University for Publishing and Distribution, Palestine.
12- Abdel-Lawi, Mona (2015): Psychological stress and its relationship to marital compatibility, Umm El-Bouki University for Publishing and Distribution, Algeria.
13- Obaid, Magda Bahaa El-Din Al-Sayed (2008): Psychological stress, its problems, and its impact on mental health, Safaa Publishing and Distribution House, Amman.
14- Al-Azza, Saeed Hosni (2000): Family counseling, its theory and therapeutic methods, Dar Al-Fikr Al-Arabi for Publishing and Distribution, Cairo.
15- Al-Ghamdi, Hadeel bint Abdullah bin Muhammad (2019): Psychological pressures and their relationship to marital compatibility among female teachers in Al-Baha, Department of Research and Scientific Publishing, College of Education, Al-Baha University, Kingdom of Saudi Arabia.
16- Ghanem, Muhammad Hassan (2008): How to Defeat Psychological Pressure, Dar Al-Nahda, Egypt.

17- Qouidari, Ali (2011): The relationship of psychological and professional stress to some psychosomatic disorders among a sample of primary and middle school teachers (a field study in the state of Laghouat), a memorandum for obtaining a master's degree, psychology.
18- Metwally, Suhad and Hussein Wafa (2022), The impact of international migration of males on the empowerment of their wives, the case of Egypt, 'Egyptian Journal of Population and Family Planning, Volume 54, Issue 2.
19- Muhammad Obaidat, Muhammad Abu Nassar, and Uqla Mubaidin (2000), Scientific Research Methodology, 2nd edition, Dar Wael for Publishing and Distribution, Amman.
20- Al-Mahdi Muhammad (2018), Marriage and Marital Life in Islam, Cairo.
21- Naima, Saleh (2017): Psychological pressures among middle school students, University of Oran, Mohamed Ben Ahmed, Education and Development Laboratory, Algeria.
22-Al-Nawaisa, Fatima Abdel-Rahim (2013): Psychological pressures and crises and methods of support, Dar Al-Manhaj for Publishing and Distribution, Amman.