ISSN: 1817-6798 (Print)
Journal of Tikrit University for Humanities
available online at: www.jtuh.org/

Buraq Ali Saber

Ministry of Education

Sura Asaad Jameel

Tikrit University / College of Education for Human Sciences

* *Corresponding author: E-mail* : beraki862@gmail.com

Keywords:
Communication
marital communication
Balance theory
life pressures

A R T I C L E I N F O

Article history:
Received 15 July 2024
Received in revised form 25 July 2024
Accepted 17 Aug 2024
Final Proofreading 17 Dec 2024
Available online 25 Dec 2024
E-mail t-jtuh@tu.edu.iq

©THIS IS AN OPEN ACCESS ARTICLE UNDER THE CC BY LICENSE
http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/

Marital Communication according to Newcomb's Balance Theory and Its Relationship to Life Pressures among Primary School Teachers

A B S T R A C T

The research aims to identify:

1- Marital communication among primary school teachers.

2- Statistically significant differences in marital communication among primary school teachers according to the gender variable (males - females).

3- Life pressures among primary school teachers.

4- Statistically significant differences in life pressures among primary school teachers according to the gender variable (males - females).

5- The nature of the correlation between marital communication and each of the life pressures among primary school teachers.

The research sample reached to 200 male and female teachers from primary schools in Tikrit. To achieve the objectives of the research, the researcher built a marital communication scale, which is part of the main requirements of the current research, it consists of three areas: similarity, reinforcement, and attraction. The scale is in its initial form consists of (60) items. The apparent validity of the scale was verified, as well as extracting the correlation coefficient between the score of each item and the total score of the scale. The reliability of the scale was calculated using the retest method and reached to 0.84, which is considered a good reliability factor.

As for the second variable, which is life pressures, the researcher prepared the scale, which consists of four domains, namely (psychological, social, familial, and professional). The scale, in its initial form, consisted of (40) items. The apparent validity of the scale was verified, as well as the correlation coefficient for each score was extracted. The items with the total score of the scale and the reliability of the scale were calculated by re-testing, as it reached (0.82), which is considered good stability.

DOI: http://doi.org/10.25130/jtuh.31.12.2.2024.20

التواصل الزواجي وفق نظرية التوازن لنيوكمب وعلاقته بضغوط الحياة لدى معلمي المدارس الابتدائية

براق علي صابر/ وزارة التربية

سرى اسعد جميل/ جامعة تكريت /كلية التربية للعلوم الانسانية

الخلاصة:

يهدف البحث الحالي الى التعرف على :

1- التواصل الزواجي لدى معلمي المرحلة الابتدائية .

2- الفروق ذات الدلالة الاحصائية في التواصل الزواجي لدى معلمي المرحلة الابتدائية حسب

متغير الجنس (ذكور – اناث) .

3- ضغوط الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية .

4- الفروق ذات الدلالة الاحصائية في ضغوط الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية حسب متغير الجنس (ذكور – اناث) .

5- طبيعة العلاقة الارتباطية بين التواصل الزواجي وكل من ضغوط الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية .

وقد بلغت عينة البحث (200) معلماً ومعلمة من المدارس الابتدائية في مدينة تكريت ، وتحقيقاً لاهداف البحث قامت الباحثتان ببناء مقياس التواصل الزواجي وهو جزء من المتطلبات الرئيسية للبحث الحالي والمتكون من ثلاثة مجالات هي(التشابه ، التعزيز ، التجاذب) إذ تكون المقياس بصورته الاولية من (60) فقرة ، وقد تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس وكذلك استخراج معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس وقد تم حساب ثبات المقياس بطريقة اعادة الاختبار فبلغ (0,84) وهو يعد عامل ثبات جيد .

اما فيما يخص المتغير الثاني وهو ضغوط الحياة فقد قامت الباحثتان باعداد المقياس والمتكون من الاربعة مجالات وهي (النفسي، الاجتماعي، الاسري، المهني) حيث تكون المقياس بصورته الاولية من (40) فقرة وقد تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس وكذلك استخراج معامل ارتباط درجة كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس وتم حساب ثبات المقياس بطريقة اعادة الاختبار اذ بلغ (0,82) وهو يعد ثباتاً جيداً ، قامت الباحثتان بتطبيق المقياس على عينة البحث الاساسية المكونة من (200) معلم ومعلمة من المدارس الابتدائية التابعة لقسم تكريت وبعد جمع الاستمارات وتحليلها باستخدام الوسائل الاحصائية ومنها (الاختبار التائي لعينة واحدة ، الاختبار التائي لعينتين ، معامل ارتباط بيرسون ، تحليل التباين) اظهرت النتائج ما يأتي :

1- ان المعلمين والمعلمات لديهم تواصل زواجي عالي .

2- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث في مستوى التواصل الزواجي ولصالح الاناث .

3- ارتفاع مستوى ضغوط الحياة لدى عينة البحث .

4- وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى ضغوط الحياة بين الذكور والاناث ولصالح الاناث .

5- وجود علاقة ارتباطية بين التواصل الزواجي و ضغوط الحياة لعينة البحث .

الكلمات المفتاحية :التواصل– التواصل الزواجي. نظرية التوازن– ضغوط الحياة.

الفصل الاول

أولاً:- مشكلة البحث .

يعد الزواج مطلب من المطالب الاساسية لاستمرارية الحياة البشرية فإذا تحقق الاشباع في جوانبه العديدة ادى الى الشعور بالسعادة والاستقرار وإذا فشل في اشباع الحاجات ادى الى نوع من الشقاء فالعلاقة الزوجية الناجحة تعتبر منبئ من المنبئات بالرضا الحياتي بشكل عام .

ان الحياة الزوجية هي علاقة مستمرة ومتصلة لها متطلبات متبادلة تقتضي الاشباع المستمر حيوياً وعاطفياً عن طريق التواصل الذي هو المشاركة المتبادلة بين الزوجين وقد يكون هذا التواصل ناجحاً عندما يسعى كل طرف لمعرفة الكثير حول حاجات الطرف الاخر ورغباته وهذا يتطلب ان يعبر كل منهما عن نفسه بتلقائية والا حصلت مشكلات تؤثر على استمرارية الحياة الزوجية . (العبيدي، 2015: 24)

ولكي ينعم الافراد بزواج سعيد يشبع احتياجاتهم النفسية ويمكنهم من القيام بادوارهم الاجتماعية والنجاح في حياتهم العملية ولكي ينجح الوالدان في تربية أبنائهم بطريقة صحيحة لابد من الاهتمام بدراسة العوامل التي تحافظ على الزواج وتعونه فتصدع العلاقة الزوجية خبرة مؤلمة ذات تاثيرات سلبية على الزوجين والاسرة والمجتمع كما ان الاستسلام لحياة زوجية يسودها الفتور العاطفي والتجاهل او تتسم بالتوتر والصراعات يؤثر سلباً على السعادة الشخصية وتقرير الذات ، والصحة الجسمية والنفسية ويعد الزواج هو الأساس الذي تقوم عليه الاسرة واللبنة التي يقوم عليها المجتمع فالزواج الناجح لابد ان تشيع فيه المودة والرحمة ولا بد ان يكون سكنا نفسيا للزوجين (الاشول واخرون ، 2014: 507) فالعلاقة الزوجية لا تاتي فقط بوجود عقد الزواج وانما هي كالبناء الذي يحتاج الى دعم وتجديد مستمر لكي يبقى محافظا على هيكليته فالزواج الذي يسعى اليه ديننا و زواج الفكر المتبادل ، الذي تغذيه صداقة العقل ويحرسه حنان القلب (بركات وحافظ ،2018: 268) .

واشارت العديد من الدراسات النفسية ان المشكلات الزوجية قد لا تؤدي الى الطلاق الرسمي ولكن قد يحدث ما يسمى بالخرس الزواجي ، بمعنى استمرار مؤسسة الزواج لاسباب مختلفة مثل احتياج احد الزوجين للمال الذي يوفره له الاخر، او بسبب الاستسلام للقدر بحكم العادة ، او الياس من احتمال النجاح في زواج اخر ، او بسبب وجود الابناء وغيرها من الاسباب مع شعور كل من الزوجين بالتعاسة هذا بدوره يؤدي الى سوء توافق الزوجين الذي قد يؤدي على الاصابة ببعض الاعراض العصابية مثل القلق والاكتئاب وغيرها من الاعراض (ابو غزالة، 2008: 334) . وتتمثل مشكلة البحث الحالي بالتساؤل الاتي :-

هل هناك علاقة بين التواصل الزواجي لدى المعلمين و ضغوط الحياة ؟ ان هذا التساؤل المطروح يجعل فكرة البحث مشكلة جديرة بالتقصي والدراسة وتبرر الغاية من اجرائه .

ثانياً:- اهمية البحث.

يعد الزواج احد اهم وسائل اشباع الحاجات النفسية والجسمية والاجتماعية والعاطفية وتكوين الاسرة ، وتحقيق الاستقلال الذاتي ضمن علاقة زوجية عاطفية ، وتنمية القدرة على حسن التكيف مع المتغيرات الحياتية (الكندري، 1992: 183) وهو يعد مطلب من مطالب الأساسية لاستمرارية الحياة البشرية ، فاذا تحقق الاشباع في جوانبه العديدة أدى الى الشعور بالسعادة والاستقرار ، واذا فشل في اشباع هذه الحاجات أدى الى نوع من الشقاء فالعلاقة الزوجية الناجحة تعتبر منبئ من المنبئات بالرضا الحياتي بشكل عام .

ويعتمد النجاح في العلاقة الزوجية على عديد من العوامل ، التواصل الجيد في مقدمة هذه العوامل ومدى تعلم وتطبيق الأزواج لمهارات التواصل في هذه العلاقة ، والتي من شئنها ان تزيد من مستوى التوافق الزواجي وتقلل من الصراعات والنزاعات مع بعضهما البعض والتي يمكن اعتبارها من المؤشرات القوية والداعمة لزيجات المستقرة ، كما ان التواصل الفعال من العوامل التي تساهم في حماية واستمرارية وجود علاقة سعيدة على مر الزمان .(العصيمي ، 2017: 17)

كما ان الزواج الناجح يساعد الزوجين على الإنجاز والابداع ومقاومة الضغوط الحياتية والمهنية بالإضافة للتاثير الإيجابي للسعادة الزوجية على الزوجين ، يحقق أبناء الأزواج المستقرين إنجازا دراسيا افضل ، ويعانون من الاضطرابات الانفعالية بدرجة اقل ، ويتمتعون بعلاقات اجتماعية افضل ، ولديهم اتجاهات اكثر إيجابية نحو الاخرين ، وهم اكثر حرصا على دوام علاقاتهم الزوجية (سليجمان 2008) .

ان العلاقة الزوجية تضطرب عندما يحمل احد الطرفين المسؤولية الطرف الاخر وعن العلاقة وعندما يقيم احدهما الاخر بتقييم سلبي عندما لا يحقق له الاشباع ، هذه العمليات المعرفية السلبية تجعل الفرد يعيش إحساسا سلبيا يتجسد في خيبة الامل ، والخوف والكابة ويصبح سلبيا اتجاه قرينه (عطار، 2017: 43).

وبما ان اتقان التواصل ليس موهبة من السماء فقط بل هو مهارة وخبرة يتعلمها الانسان بالممارسة كغيرها من المهارات لذا يحتاج كل من الزوجين الى تنمية أسس التواصل الجيد بينهما في اطار الصفات التي ذكرها الله تعالى في قرانه ووصفها الرسول [ε) في سنته وأشار اليها اغلب الاختصاصيين في الارشاد والعلاج النفسي الاسري ، ومنها : التسامح ، المودة ، المحبة، الصبر ، الثقة ، الأمانة والاحترام بحيث تكون هذه الصفات متبادلة بين الطرفين وليست صادرة من طرف ويقوم الزواج الناجح على قدرة كل زوج على التواؤم مع الاخر ، ومطالبه وحاجياته ويستدل عليه من خلال أساليب كل منهما في تحقيق أهدافه من الزواج ، ورضاه عنه وقدرة كلا الزوجين على مواجهة صعوبات الحياة التي يمكن ان تلقي بضلالها على الحياة الزوجية وإمكانية تفاعل كل طرف بالشكل الإيجابي والفعال في اظهار المشاعر والتعبير عنها وإبقاء باب للتواصل الثنائي الجانب مرنا يتسع لمختلف الأفكار والطبائع (نويبات وبلحسيني 2013 :1) .

اشارت العديد من الدراسات الى العلاقة بين اساليب التواصل الزواجي وقدرة الزوجين على ادارة ومواجهة ضغوط الحياة ، حيث توصلت دراسة (شلبي، 2015) الى وجود علاقة ارتباطية بين التواصل الوجداني ، العقلي) وقدرة الزوجين على ادارة ضغوط الحياة كما اظهرت دراسة (الخنيني، 2017) الى ان الأزواج اللذين يعانون من الضغط كان لديهم تفاعل عاطفي سلبي . (الخنيني، 2017: 162)

كما توصلت دراسة (Mary &ward , 1980) الى وجود ارتباط إيجابي بين الوقت الذي يقضيه الزوجان في الحديث معا من جهة ومتغيرات التواصل الاسري كالفهم وقصور وجود عدد قليل من المشكلات الاسرية والاستماع بالوقت من جهة أخرى.

وحسب دراسة (soufntior,2001) ان اهم عوامل القوة في الزواج السعيد هي الرضا عن أسلوب التواصل وأسلوب المناقشة واتقان فن التعبير عن الذات والاستمتاع المتبادل بين الزوجين.

ترى الباحثتان ان الفترة الأخيرة في العراق والمجتمعات العربية شهدت عموما تفاقم ظاهرة الطلاق ، حيث اصبحنا نسمع يوميا عن حالات طلاق ازواج حديثين فلم يعد مقتصرا على حديثي الزواج بل انه صار اول الحلول المستخدمة للتعامل مع المشكلات الزوجية ومما لاشك فيه ان الاستقرار الاسري والتواصل الزواجي من علامات استقرار المجتمعات ويقوم أساسا على مدى استقرار العلاقة الزوجية وسلامتها من الاضطراب والتوتر مما يجهعلها بعيدة عن التعرض للتهديد بالفشل وما ينتج عنه من طلاق الزوجين وضياع الأبناء وان كان من احد أسباب ارتفاع معدلات الطلاق وزيادة حالات الانفصال هو عدم تحمل مسؤوليات الزواج وزيادة ضغوط الحياة وتقصير الزوجين في أداء مسؤوليتهما الزوجية .

إذ ان الضغوط النفسية كانت وما تزال احدى الموضوعات المهمة التي تشغل بال الكثير من المختصين وعلماء النفس على راس قائمة المهتمين بهذا الموضوع ولا ياتي هذا الاهتمام لمجرد انه موضوع جيد للبحث وانما لكونه واحدا من حقائق الحياة وثوابتها فلا يكاد يوجد انسان على وجه الارض لا يعاني الضغوط باشكال مختلفة وبصورة تكاد تكون يومية ، وتتفاوت هذه الضغوط في شدتها وحدتها ونوعها من شخص لاخر من وقت اخر لدى الشخص نفسه . (يوسف ، 2007: 3) .

ان معظم الاسر تتعرض لضغوط لاسباب كثيرة ، وبالتالي فهي تحول هذه الضغوط الى قوة ايجابية دافعة ، وهناك اسر اخرى تواجه نفس المتطلبات ، والمصاعب الا انتها تفقد القدرة على التحكم او التصرف باساليب تعرض وظيفة الاسرة للخطر (المقصود وعثمان 2007 :203)

ويعد التحكم بالضغوط وتعلم ادارتها مقدمة ضرورية لتجنب كثير من الامراض الجسمية والنفسية ولا يكون ذلك التحكم الا بفاعلية اساليب مواجهة البيئة ومشكلاتها الضاغطة لتحقيق قدر اكبر من التعايش معها (حسن ،عبد المعطي ،2006: 320)

وتعد الضغوط احد المظاهر الرئيسية التي تتصف بها حياتنا المعاصرة ، وهذه الضغوط ما هي الا رد فعل للتغيرات الحادة السريعة التي طرات على كافة نواحي الحياة (سالم ، نجيب ،2002) أدت الى

تغير في وظائف الاسرة ووظائف كل من الزوجين في داخل الاسرة (الاشول واخرون ،2004: 509) وفي ظل التغيرات الاجتماعية والثقافية المعاصرة التي تواجهها الاسرة تجعلها في حاجة ماسة الى المساندة والدعم ، والمتمثلين في الاتفاق بين الزوجين على توزيع الأدوار بينهما كل على حسب طبيعته ، والتعاون في تصريف أمور الاسرة الداخلية والخارجية والتواصل الفكري مع الاتفاق على الالتزام باستراتيجية محددة للتعامل مع المشكلات وضغوط الحياة .

اجرى اليوسفي (1990) دراسة هدفت الى التعرف على العلاقة بين ضغوط الحياة الموجبة وضغوط الحياة السالبة وضغوط عمل المعلم والتوافق ، وتكونت عينة الدراسة من (200) مدرس ومدرسة واظهرت النتائج الى عدم وجود ارتباط دال بين ضغوط الحياة الموجبة وضغوط الحياة السالبة وضغوط عمل المعلم والتوافق ، واسفرت دراسة (Bano & Sadia, 2014) التي هدفت الى التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية والرضا عن الحياة واظهرت نتائجها الى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الضغوط النفسية والرضا عن الحياة وان مستوى الضغوط لدى الاناث اعلى منه لدى الذكور .

ومن اكثر العوامل المخففة من شدة الضغوطات لكلا الزوجين هي المساندة التي يلقاها الطرفين تعد عاملا مهما لنجاح العمل المزدوج وتعطي اتجاها إيجابيا للطرفين واتجاها نحو الحياة .(عبد المعطي ، 2004 :305) .

ثالثا : اهداف البحث :

يهدف البحث الحالي التعرف على مستوى:

1- التواصل الزواجي لدى معلمي المرحلة الابتدائية .
2- الفروق ذات الدلالة الاحصائية في التواصل الزواجي لدى معلمي المرحلة الابتدائية حسب متغير الجنس (ذكور – اناث) .
3- ضغوط الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية .
4- الفروق ذات الدلالة الاحصائية في ضغوط الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية حسب متغير الجنس (ذكور – اناث) .
5- طبيعة العلاقة الارتباطية بين التواصل الزواجي و ضغوط الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية .

رابعا : حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي على معلمي المدارس الابتدائية وفق متغير الجنس (ذكور – اناث) في مدارس تكريت محافظة صلاح الدين للعام الدراسي(2022-2023)

خامسا :- تحديد المصطلحات :-

- **التواصل لغة** :- من فعل اتصل ... وكلمة التواصل تعني الوسائل الشفوية او تبادل الأفكار والاراء والمعلومات عن طريق الكلام والاشارات . (عبدالله، 2006: 19)
- **التواصل اصطلاحا** : هي العملية التي يتم بمقتضاها التفاعل بين مرسل ومستقبل الرسالة في مضامين اجتماعية معينة ويتم من خلاله نقل الأفكار والمعلومات والمنبهات بين الافراد عن قضية معينة (خضرة ،1015: 14).

اما التواصل الزواجي فعرفه كل من :-

1- ناصر(2008) :- هو القدرة على ارسال واستقبال الرسائل اللفظية التي تعبر عن المشاعر والأفكار والافصاح عن الذات مع شريك الحياة الزوجية ، كما يتضمن القدرة على إقامة حوار ومناقشة هادئة وفعالة مع بعضهم البعض (ناصر، 2008: 14) .

2- اماني (2012) :- انه العملية التي يتم من خلال نقل الخبرة او المعلومات او الأفكار والمشاعر عن طريق تفاعل المتغيرات المتعلقة بشخصية الفرد بجميع قدراتها وامكانياتها البيولوجية والنفسية واللغوية والعقلية مع الطرف الاخر داخل نسق اجتماعي معين تحدده العلاقات الاجتماعية (اماني، 2012: 152) .

3- روز **Rose (2013)** :- انه عملية التبادل الإيجابي او السلبي للمعلومات والأفكار والحاجات مع الطرف الاخر في العلاقة الزوجية. (Rose , 2013 :109)

4- **قوارح (2018)** :- انه قدرة الزوجين على التواصل وجدانيا ومشاركتهما لمشاعرهما على التعبير عن انفعالاهما وقدرتهما على الاتصال اللفظي وغير اللفظي والاتصال الموجه لحل المشكلات ومدى فعاليتهما في مناقشة خلافاتهما (قوارح 2018 :) .

5- **التعريف النظري** :- هو عملية ارسال احد الزوجين للاخر المشاعر والاحاسيس والأفكار وتبادل المشاركة والمساندة والتعاون فيما بينهم من خلال النقاش الإيجابي .

6- **التعريف الاجرائي** :- هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب في ضوء اجاباته على فقرات مقياس التواصل الزواجي ، الذي أعدته الباحثتان .

ثانيا :- ضغوط الحياة

1- **الضغوط لغة** :- لكلمة الضغوط عدة معاني في اللغة العربية ، فيقال ضغطه ضغطا أي غمره الى الشيء كحائط او نحوه ، اما الدلالة اللغوية لكلمة الضغوط في المجال الإنساني فتعني الضيق والقهر والزحمة والشدة (النعاس، 2008: 27) .

2- **الضغوط اصطلاحا** :- انه عدم تكافؤ إمكانيات الفرد مع المطالب البيئة الموضوعة على عاتقه او الظروف التي يواجهها ، وقد تحدث المشكلة عندما تكون قدرته غير كافية لمواجهة المتطلبات الجسمية او الاجتماعية.

(Bogg &cooper , 1995 : 30)

اما ضغوط الحياة فعرفها كل من :-

1- **عبد الفتاح (2013)** :- انها المؤثرات السلبية الداخلية او الخارجية التي تتحكم في قراراتنا العلمية والحياتية (عبد الفتاح ، 2013: 26) .

2- **الحانوتي (2016)** :- هو أي تغير داخلي او خارجي من شانه ان يؤدي الى استجابة انفعالية حادة ومستمرة وتمثل الاحداث الخارجية بما فيها العمل والصراعات الاسرية ضغوطا في ذلك (الحانوتي، 2018: 18) .

3- **أبو ناهية (2016)** :- هي عبارة عن الاحداث والمواقف السلبية التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية وتثير لديه الشعور بالقلق والتوتر والإحباط ، فتحدث خللا في استجابته العادية وتظهر صور مختلفة من سوء التوافق (أبو ناهية، 2016: 4)

4- **التعريف النظري** :- انها عبارة عن تغييرات داخلية او خارجية تؤثر على الأشخاص وتفرض عليهم حالة معينة وتتطلب منهم التكييف والاستجابة والتاقلم للسير قدما في الحياة .

5- **التعريف الاجرائي** :- انها الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب في ضوء اجاباته على فقرات مقياس ضغوط الحياة الذي أعدته الباحثتان .

الفصل الثاني/ اطار نظري ودراسات سابقة .

أ- اطار نظري .

اولاً: التواصل الزواجي .

يعيش الانسان مع غيره في علاقات وصلات تأخذ مجموعة من الصور المختلفة على شكل افعال واقوال تؤثر فيه وفي غيره ، ومن هذه العلاقات العلاقة الزوجية فأي زوجين تجمعهما مجموعة من الاهداف ورؤية واحدة تقريبا وتحكمهما قواعد ، وفي داخل هذه القواعد يتخاطبون ويتبادلون الاحاسيس والمشاعر ويتضمن التواصل الزواجي التأثيرات النفسية والانفعالية والسلوكية المتبادلة بين الزوجين بحيث يكون السلوك الايجابي لاحدهما مؤثراً وفعالاً في تشكيل السلوك الايجابي للأخر ، فالتواصل الفعال يعد حجر الزاوية التي ترتكز عليها الحياة الزوجية في تحقيق اهدافها ، وتوفير الاتزان الحيوي (البيولوجي) ، وتوفير الاستقرار الانفعالي ، والامن الاجتماعي للأسرة (محمود ، 2003: 445) وكذلك استخدام انماط سلوك ايجابي بالنسبة للزوجين ولا سيما هذا السلوك (الايثار) قد لا يكون نتيجة التعلم المباشر من الاخطاء بل قد يكون عن طريق التقليد لاستمار الحياة الزوجية (جميل،2013: 272).

النظريات المفسرة للتواصل الزواجي .

تعني كل ما يتعلق ويرتبط بالمفهوم من حيث مجالاته وصفاته ومكوناته التي تفسره ، فهي نظام يجمع مابين الأفكار ويوحدها ويضعها في قالب يعكس معنى المفهوم الذي يطرحه العالم في ابحاثه ، ومع تطور البحث في مجالات الاتصال اصبح هناك العديد من النظريات التي تشمل على القواعد والقوانين

التي تحكم عملية الاتصال ، فهي الاطار العلمي الذي يربط أجزاء ومكونات عملية الاتصال ويحاول تفسير العمليات التي تحدث في تلك العملية ، ويمكن عرض بعض هذه النظريات كالاتي :-

- **النظريات الاجتماعية**

1- نظرية التوازن نيو كمب (1961)

في عام (1961) ضم نيوكمب انموذج لتوضيح العلاقة بين التواصل الزواجي وبعض المتغيرات كالتجاذب والاجماع .

يفسر نيوكمب التفاعل الاجتماعي بالاستناد الى مبدا التشابه والتوازن والاجماع ، فحسب هذه النظرية (يسود نمط من العلاقة المتوازنة بين شخصين متفاعلين (الزوجين) عندما تتشابه اتجاهاتهما وميولهما وارائهما نحو شيء او شخص او موقف او موضوع معين ، ويكون الامر كذلك اذا توقع احد الطرفين (الزوجين) وجود مثل هذا التشابه لدى الطرف الاخر ، وينشأ نمط من العلاقة المتوترة (غير المتوازنة) بين الطرفين المتألفين (الزوجين) اذا كانا يحملان أفكارا او اتجاهات متباينة نحو طرف او شيء ثالث . كما ان العلاقات غير المتوازنة تنشا أيضا بين طرفين غير متألفين حتى لو كانا متشابهين في مواقفهما واتجاهاتهما نحو طرف او شيء ثالث واستعادة التوازن مرهون بتغير واحد او اكثر من العناصر المتفاعلة المرتبطة بعلاقة ما (المشابقة ، 2014 : 102)

2- نظرية عدم التطابق (التنافر المعرفي)

نظرية التنافر المعرفي (عدم التطابق) أساسها ان الانسان ينفر من التناقضات بين أفكاره ومعتقداته وفيهاان الفرد قد يميل الى أداء سلوك متعب وممل اذا كان سيحصل على مكافئة اكبر وهذا ما يشير اليه (باصويل ، 2007) حيث يرى ان الزواج يكون مخيبا ، ويسيطر عدم الرضا عندما تكون توقعات الزوجين غير واقعية وتقترب من الخيال فان الحياة الزوجية تتسم بعدم السعادة ويسيطر عدم الرضا على طبيعة العلاقة الزوجية . (باصويل ، 2007 : 68)

ثانياً: ضغوط الحياة .

قد يواجه الفرد في حياته اليومية العديد من الصعوبات والمواقف الحياتية الضاغطة والتي تتضمن احداث ومواقف وخبرات مؤلمة وغير سارة ، وتمثل تهديداً له ، وتشكل عائق يحول بينه وبين توافقه النفسي والاجتماعي في البيئة المحيطة ، فالضغوط جزء لا يتجزء من حياتنا اليومية، فهي تساعد على تحسين مهارات المواجهة اللازمة للتكيف مع المواقف الجديدة والمحتملة ، فبعض الضغوط تعتبر طبيعية وضرورية لاظهار افضل ما لدى الفرد والسعي لتحسين إمكاناته واداؤه لما لها من تاثير إيجابي في تمكين الفرد من الاستجابة بفعالية في المواقف الطارئة (Mishro&Rath , 2015 ;p503) .

النظريات المفسرة لضغوط الحياة :-

1- نظرية التوافق بين الفرد وبيئته :-

تربط هذه النظرية بين ادراك الفرد لاحدى المهام وادراكه لقدرته على اكمال تلك المهمة وما لديه من حافز على اكمالها وبالتالي فنظرية التوافق بين الفرد وبيئته تفترض بأن الشعور بالضغوط النفسية يزداد عندما تتسع الفجوة بين الفرد وبيئته فمقدار الضغط يتفاوت بحسب مستوى التصدي الذي يواجهه الفرد ومقدار إمكاناته للتكيف (النوايسة ،2013: 34) .

2- نظرية هنري موراي :-

تمثل نظرية موراي نموذجا في تفسير الضغوط النفسية ، فالضغط عنده يمثل المؤثرات الأساسية للسلوك وهذه المؤثرات توجد في بيئة الفرد فبعضها مادي يرتبط بالموضوعات والأخر بشري يرتبط بالاشخاص ، وهي محكومة بعدة عوامل اقتصادية واجتماعية واسرية وطرق التواصل كالعطف والخداع والاتزان والسيطرة والعدوان ويقسم موراي الضغوط الى نوعين :-

- **ضغوط الفا:وهي التي توجد في بيئة الفرد.**
- **ضغوط بيتا:-وهي الضغوط كما يدركها الشخص.**

ويربط موراي بين شعور الفرد بالضغوط النفسية وبين مدى اشباعه لحاجاته كالحاجة للانجاز والحاجة الى الانتماء والحاجة الى العدوان والحاجة الى السيطرة والحاجة الى الاستقلال ، ويمكن ان ينتج وجود الحاجة لدى الفرد من بعض المظاهر التي تتضح في سلوك الشخص إزاء انتقائه واستجابته لنوع معين من المثيرات يصاحبه انفعال معين ، فحين يتم اشباع الحاجة يشعر الفرد بالراحة واذا لم يتم الاشباع فانه يشعر بالضيق (النوايسة ، 2013: 21) .

ب-الدراسات السابقة .

أولاً: الدراسات التي تناولت التواصل الزواجي .

1- دراسة شلبي (2015) :

العلاقة بين أساليب التواصل الزواجي وقدرة الزوجين على إدارة ضغوط الحياة وأثره على دافعية الزوجة للانجاز

هدفت الدراسة الى الكشف عن طبيعة العلاقة بين أساليب التواصل الزواجي وقدرة الزوجين على إدارة ضغوط الحياة وانعكاس ذلك على دافعية الزوجة للانجاز حيث تم جمع البيانات من خلال تطبيق استمارة البيانات العامة للاسرة ، مقياس أساليب التواصل الزواجي واستبيان ضغوط الحياة ومقياس دافعية الإنجاز على عينة قوامها (250) اسرة تتضمن(250) زوج و (250) زوجة ومن مستويات اقتصادية واجتماعية مختلفة وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وتحليل التباين وتوصلت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أساليب التواصل الزواجي بمحاورة (العقلي – الوجداني) ووجود فروق موجبة دالة احصائيا بين درجات أساليب التواصل الزواجي ودرجات الزوجين على إدارة ضغوط الحياة ودافعية الإنجاز .(الشلبي، 2015: 166-190)

2- دراسة الخنيني (2017) :-

أنماط التواصل الزواجي وعلاقته بإدارة ضغوط الحياة لدى الزوجة العاملة

هدفت هذه الدراسة التعرف على طبيعة العلاقة بين أنماط التواصل الزواجي وإدارة ضغوط الحياة لدى الزوجة العاملة وتحديد طبيعة الفروق بين انماط التواصل الزواجي بمحاوره تبعاً (مدة الزواج- المستوى التعليمي للزوجة والزوج(، واتبعت الدراسة الحالية المنهج الوصفي التحليلي ، حيث تم اعداد استبيان أنماط التواصل الزواجي واستبيان إدارة ضغوط الحياة وثم تطبيقها على عينة من ربات الاسر تم اختيارهم بطريقة صدفية عرضية مكونة من(280) امرأة من مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة ،واباستخدام معادلة الفا كرونباخ ومعادلة سبيرمان براون والاختبار التائي لعينة واحدة وتحليل التباين الاحادي أوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين أنماط التواصل الزواجي وإدارة ضغوط الحياة لدى الزوجة العاملة وان الازواج اللذين يعانون من الضغط كان لديهم تفاعل عاطفي سلبي.(الخنيني، 2017: 93)

3- دراسة سوفنتوير(2001) Soufntoir

أساليب التواصل بين الزوجين وعلاقتها بالخلافات الزوجية

هدفت هذه الدراسة الى معرفة العلاقة بين أساليب التواصل بين الزوجين واثرها على الحد من الخلافات الزوجية بينهم وقام الباحث باستخدام المقابلة كاداة في التعرف على المطلوب من خلال السؤال الموجه لكل من الزوج والزوجة الذين تعدت فترة زواجهم اكثر من(6) سنوات وقد بلغت عينة الدراسة(50) زوج وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي وكانت نتائجه انه توجد علاقة ارتباطية بين الخلافات الزوجية وعدم توفر أساليب التواصل الجيدة بين الزوجين ، وان نقص أساليب التواصل الجيدة تؤدي الى نقص الود والتفاهم في العلاقة الزوجية مما يؤدي الى زيادة المشاكل وان توفر اساليب التواصل الجيدة بين الزوجين تؤدي الى الانسجام والتواد بينهم .(Soufntoir ,2001)

ثانيا :الدراسات التي تناولت ضغوط الحياة.

1-دراسة اليوسفي (1990) .

(ضغوط الحياة الموجبة والسالبة وضغوط عمل المعلم كمبني للتوافق)

هدفت هذه الدراسة التعرف على العلاقة الارتباطية بين ضغوط الحياة الموجبة وضغوط الحياة السالبة وضغوط عمل المعلم وبين التوافق والتنبوء به . وتكونت عينة الدراسة من (200) مدرس ومدرسة تراوحت أعمارهم بين (23-46) سنة واستخدمت مقياس ضغوط الحياة ، وينقسم الى قسمين ضغوط الحياة الموجبة وضغوط الحياة السالبة ومقياس ضغوط عمل المعلم ومقياس التوافق، وتم استخدام الحقيبة الاحصائية SPSS ومعامل الفاكرونباخ ومعادلة سبيرمان توصلت النتائج الى وجود ارتباط دال احصائيا بين درجات الافراد على مقياس ضغوط الحياة الموجبة ودرجاتهم على ابعاد التوافق مما يدل ان ضغوط الحياة الموجبة ليس لها أي تاثير على سوء الصحة النفسية وانها تعكس التوافق الجيد ، ولا يوجد

ارتباط دال بين ضغوط الحياة الموجبة وضغوط الحياة السالبة وهذا يعني انهما مستقلان ، ويوجد ارتباط دال موجب بين ضغوط الحياة السالبة وضغوط عمل المعلم والتوافق . (اليوسفي، 1999: 99)

2- دراسة بانو واخرون Bano ,&Sadia 2014

(الضغوط النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى معلمي الابتدائية)

هدفت الدراسة التحقق من العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية والرضا عن الحياة لدى معلمي المدراس في مدينة باكار الباكستانية واستخدم الباحثين مقياس الضغوط النفسية ومقياس الرضا عن الحياة وتكونت عينة الدراسة من(200) معلم ومعلمة واظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الضغوط النفسية والرضا عن الحياة وان مستوى الضغوط لدى الاناث اعلى منه لدى الذكور . Bano (,&Sadia 2014: 240)

الفصل الثالث /اجراءات البحث

أولاً : مجتمع البحث:

استخدمت الباحثتان منهجها في الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي وقد اشتمل مجتمع البحث الكلي على معلمي ومعلمات المدارس الابتدائية الصباحية لمدينة تكريت للعام الدراسي (2023-2024) من الذكور والإناث والتحصيل الدراسي وعدد سنوات الزواج ، والبالغ عددهم (1460)[1] منهم (545) معلماً و (915) معلمة.

ثانياً : عينة البحث :

تألفت عينة البحث الحالي من :

أ- عينة البحث ككل :-

بعد تحديد مجتمع البحث اختيرت عينة البحث الحالي بطريقة طبقية قصدية والبالغة (560) معلماً ومعلمة موزعين بحسب متغير الجنس (ذكور- اناث) وتقسم الى(30) معلماً ومعلمة كعينة استطلاعية و (300) معلماً ومعلمة عينة احصائية و(200) معالماً ومعلمة كعينة اساسية والتي تمثل بنسبة (20,5%) من مجتمع البحث .

ب . عينة التطبيق النهائي:

([1]) تم الحصول على بيانات مجتمع البحث من شعبة التخطيط في مديرية تربية صلاح الدين وفق كتاب تسهيل المهمة للعام الدراسي (2023-2024)

تألفت عينة التطبيق النهائي من (200) معلماً ومعلمة اختيروا بالطريقة الطبقية القصدية من المجتمع الأصلي وبواقع (87) معلماً و(113) معلمة.

ثالثاً : أدوات البحث:

لغرض تحقيق أهداف البحث ، قامت الباحثتان باعداد مقياس التواصل الزواجي وفق نظرية التوازن (نيوكمب) وواعداد مقياس لقياس ضغوط الحياة ، وعلى النحو الآتي:

الأداة الأولى : مقياس التواصل الزواجي وفق نظرية التوازن لنيوكمب.

من أجل قياس متغير التنواصبل الزواجي وفق نظرية التوازن لنيوكمب اطلعت الباحثتان على مجموعة من الدراسات والمقاييس ذات العلاقة بالمتغير ، مثل مقياس عمامرة (2014) والذي يتكون من (35) فقرة ،ومقياس بافلح (2020) والذي يتكون من (28) فقرة فوجدت الباحثتان انه من الأفضل اعداد أداة لقياس التواصل الزواجي وفق نظرية نيوكمب وذلك لعدم وجود مقاييس محلية وعربية الأجنبية بنيت على وفق النظرية المعتمدة ، فضلاً عن أنَ هذه النظرية لم يوضح في ضوئها أي مقياس ،وقد حرصت الباحثتان على اعداد مقياس تتوفر فيه شروط بناء المقاييس العلمية من صدق وثبات وتمييز وفيما يأتي عرض تفصيلي لاعداد هذا المقياس:-

1- إعداد مكونات المقياس:

بعد أن جرى تحديد التعريف النظري للتواصل الزواجي وكما موضح في الفصل الاول ، وحددت ثلاثة مجالات أساسية يشتمل عليها مفهوم التواصل الزواجي وفق نظرية نيوكمب، وهذه المجالات هي: **(التشابه، التعزيز ، التجاذب)**

2- إعداد فقرات المقياس:

بعد تحديد مجالات مقياس التواصل الزواجي ، قامت الباحثتان بصياغة الفقرات بأسلوب العبارات التقريرية وبالصيغتين الايجابية والسلبية وكانت بواقع (60) فقرة ، موزعة على (3) مجالات متساوية الأهمية بحسب رأي الأدبيات والدراسات السابقة، أي ان لكل مكون (20) فقرة ، ولكل فقرة (5) بدائل وهي **(تنطبق عليّ دائماً، تنطبق عليَّ غالباً، تنطبق عليَّ احياناً ، تنطبق عليَّ نادراً ، لا تنطبق عليّ).**

3- تعليمات المقياس:

تعد تعليمات المقياس بمثابة الدليل الذي يسترشد به المستجيب أثناء استجابته على فقرات المقياس(الامام، 1990، 113) ، إذ أعدت الباحثتان تعليمات واضحة تمثل طريقة الإجابة ، مع مثال توضيحي يمثل كيفية الإجابة عن فقرات المقياس .

4- الصدق الظاهري للمقياس:

بعد تحديد مجالات المقياس الثلاثة وفقراتها البالغة (60) فقرة وبدائلها وتعليماتها عُرض على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال التربية وعلم النفس لغرض استخراج الصدق الظاهري المتضمن وضوح الفقرات ومفهوميتها ومدى صلاحيتها لقياس التواصل الزواجي. وبعد جمع أراء

المحكمين وتحليلها باستعمال مربع كاي لمعرفة دلالة الفروق بين أراء المحكمين من حيث صلاحية الفقرات لمكونها أو عدمه عند مستوى دلالة(0,05) أظهرت النتائج أن جميع فقرات المقياس صالحة وان قيمتها المحسوبة اكبر من قيمة مربع كاي الجدولية البالغة (3,84)

5- تصحيح المقياس:

لقد تمت صياغة فقرات المقياس وجرى إعداد مفتاح تصحيح للمقياس بحيث تحصل الإجابات **(تنطبق عليّ دائماً، تنطبق عليَّ غالباً، تنطبق عليَّ احياناً ، تنطبق عليَّ نادراً ، لا تنطبق عليّ)** على (5، 4، 3، 2، 1) على الترتيب .

6- **التطبيق الاستطلاعي :**

للتحقق من مدى وضوح تعليمات المقياس وفقراته وبدائله للمستجيب وحساب الوقت المستغرق في الاستجابة عن فقرات هذا المقياس ، قامت الباحثتان بتطبيق المقياس على (30) معلماً ومعلمة اختيروا بطريقة طبقية عشوائية متساوية.

وقد تبين للباحثتان أنَ فقرات المقياس وتعليماته كانت واضحة وكان مدى الوقت المستغرق للإجابة على الفقرات(20- 30) دقيقة وبمدى (25) دقيقة.

7- التحليل الإحصائي:

أ- حساب القوة التمييزية للفقرات:-

ولأجل التحقق من ذلك قامت الباحثتان بالخطوات الآتية:

1- اختيار عينة طبقية عشوائية بلغت(300) معلماً ومعلمة من مدارس مدينة تكريت.

2- طبق المقياس بصورته الأولية على أفراد العينة ثم صححت الإجابات ورُتبت الدرجات تنازليا من أعلى درجة إلى أدنى درجة من الدرجات الفعلية.

3- اختيرت نسبة (27%) العليا و(27%) الدنيا من الدرجات لتمثل المجموعتين المتطرفتين وقد اعتمدت الباحثتان على هذه النسبة لأنها توفر مجموعتين على أفضل مايمكن من حجم وتمايز(Anastasi,& Urbin ,1997:180-181) وقد اشتملت المجموعتين على (162) استمارة وتضمنت(81) استمارة.

4- قامت الباحثتان باستعمال الاختبار التائي (T-test) لعينتين مستقلتين بهدف اختبار الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا ولكل فقرة من فقرات المقياس ، وعُدّت القيمة التائية مؤشرا لتمييز كل فقرة عن طريق مقارنتها بالقيمة الجدولية (1,96) وأظهرت النتائج إن جميع الفقرات مميزة عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية(160) ما عدا (7) فقرات والتي تحمل تسلسل (2، 15، 27، 31، 44، 46، 60) والتي كانت قيمتها التائية اقل من القيمة الجدولية

ب-علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

يعد أسلوب ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس من الوسائل المستعملة في حساب الاتساق الداخلي للمقياس ، إذ يهتم بمعرفة كون كل فقرة من فقرات المقياس تسير في الاتجاه الذي يسير فيه المقياس كلهُ أم لا ، فهي تمتاز بأنها تقدم لنا مقياساً متجانساً .(عبد الرحمن ، 1997 :207) ولتحقيق ذلك قامت الباحثتان بإيجاد معامل الارتباط بطريقة بيرسون بين درجات العينة على كل فقرة وبين درجاتهم الكلية على المقياس ووفقا لمعيارايبل(Ebel–0,19)

8– ثبات المقياس(Reliability):

المقياس الجيد هو الذي يعطي النتائج نفسها في كل مرة (عودة، 1993: 126) من (جميل،2017: 93) ولحساب معامل الثبات قامت الباحثتان بتطبيق مقياس التواصل الزواجي على عينة بلغت (60) معلماً ومعلمة اختيروا بطريقة طبقية عشوائية. وقد اعتمدت الباحثتان في حساب ثبات المقياس على الطريقة الاتية:–

– طريقة إعادة الاختبار (Test –re–test):

بعد التطبيق الأول بأسبوعين أُعيد تطبيق المقياس على العينة نفسها واستخراج معامل ارتباط بيرسون(person) بين درجات الطلبة في التطبيقين الأول والثاني ، إذ بلغ معامل الثبات (0,86) وهو معامل جيد ، إذ يشير (عيسوي، 1985) إلى أنَ معامل الارتباط يجب أن يتراوح بين(0,70–0,90) إذا أريد وصف الأداة بأنَها ذات ثبات مقبول(عيسوي،1985: 58).

الأداة الثانية: ضغوط الحياة .

اطلعت الباحثتان على عدة دراسات تتعلق بضغوط الحياة منها : ابو غالي (2012) ودراسة حماد (2011) ودراسة بانو واخرون (2014) ،ونظرا لقدم الدراسات ارتأت الباحثتان اعداد مقياس يقيس ضغوط الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية وتكون المقياس من اربعة مجالات وهي**(نفسي،اجتماعي، اسري، مهني)** البالغة فقراتها(40) فقرة لكل مجال (10) فقرات.

1– الصدق الظاهري للمقياس:

للتأكد من مدى ملاءمة المقياس لقياس ضغوط الحياة عُرِض المقياس المكون من اربعة مجالات والبالغة فقراتها(40) فقرة لكل مجال (10) فقرات وتعليماته على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال التربية وعلم النفس لإصدار حكمهم على صلاحية فقرات المقياس ،وبعد جمع آراء المحكمين وتحليلها باستعمال مربع كاي لمعرفة دلالة الفروق بين أراء المحكمين ، أظهرت النتائج صلاحية جميع فقرات المقياس إذ كانت نتائج قيمة كا^2 المحسوبة اعلى من كا^2 الجدولية البالغة (3,84) عند مستوى دلالة (0,05)

2– التطبيق الاستطلاعي:

للتحقق من وضوح تعليمات المقياس وفقراته وحساب الوقت المستغرق للإجابة عليه فقد طبقت الباحثتان المقياس على (30) معلماً ومعلمة .وقد تبين أن فقرات المقياس وتعليماته كانت واضحة وكان الوقت المستغرق للإجابة على الفقرات(10- 20) دقيقة وبمدى (15) دقيقة.

3- التحليل الإحصائي:

أ- حساب القوة التمييزية للفقرات:-

ولأجل التحقق من ذلك قامت الباحثتان بالخطوات الآتية:

1- اختيار عينة طبقية عشوائية بلغت(300) معلماً ومعلمة من مدارس مدينة تكريت*.

2- طبق المقياس بصورته الأولية على أفراد العينة ثم صححت الإجابات ورُتبت الدرجات تنازليا من أعلى درجة إلى أدنى درجة من الدرجات الفعلية.

3-اختيرت نسبة (27%) العليا و(27%) الدنيا من الدرجات لتمثل المجموعتين المتطرفتين وقد اعتمدت الباحثتان على هذه النسبة لأنها توفر مجموعتين على أفضل مايمكن من حجم وتمايز(Anastasi,& Urbin ,1997:180-181) وقد اشتملت المجموعتين على (162) استمارة وتضمنت(81) استمارة. قامت الباحثتان باستعمال الاختبار التائي (T-test) لعينتين مستقلتين بهدف اختبار الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا ولكل فقرة من فقرات المقياس ، وعُدّت القيمة التائية مؤشرا لتمييز كل فقرة عن طريق مقارنتها بالقيمة الجدولية (1,96) وأظهرت النتائج إن جميع الفقرات مميزة عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية(160) ما عدا (5) فقرات والتي تحمل تسلسل (1، 3، 14، 20، 22) والتي كانت قيمتها التائية اقل من القيمة الجدولية.

ب-علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

ولتحقيق ذلك قامت الباحثتان بإيجاد معامل الارتباط بطريقة بيرسون بين درجات العينة على كل فقرة وبين درجاتهم الكلية على المقياس ووفقا لمعيار ايبل(Ebel-0,19) وقد اصبح المقياس مكون من(35) فقرة بصيغته النهائية .

4- ثبات المقياس(Reliability):

لحساب معامل الثبات قامت الباحثتان بتطبيق مقياس ضغوط الحياة على عينة بلغت (60) معلماً ومعلمة اختيروا بطريقة طبقية عشوائية.

وقد اعتمدت الباحثتان في حساب ثبات المقياس على الطريقة الاتية:-

أ- طريقة إعادة الاختبار (Test -re- test):

بعد التطبيق الأول بأسبوعين أُعيد تطبيق المقياس على العينة نفسها واستخراج معامل ارتباط بيرسون(person) بين درجات الطلبة في التطبيقين الأول والثاني ، إذ بلغ معامل الثبات (0,82) وهو معامل جيد .

رابعا : التطبيق النهائي:

بعد الانتهاء من اعداد مقياس التواصل الزواجي (وفق نظرية نيوكمب) المكون من (53) فقرة واعداد مقياس ضغوط الحياة والمكون من (35) فقرة وتحقيقاً لأهداف البحث طبقت الباحثتان مقاييس البحث معاً بصيغتها النهائية في المدة من (2023/10/1) ولغاية(2/ 11/ 2023) على عينة التطبيق النهائي البالغة (200) معلماً ومعلمة .

خامسا : الوسائل الإحصائية :

1- الاختبار التائي لعينة واحدة(T-Test) 2- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين(T-Test) :

3- معامل ارتباط بيرسون 4- معادلة ألفاكرونباخ

5- مربع كاي كا2 6- تحليل التباين

الفصل الرابع / نتائج البحث وتفسيرها .

1- الهدف الاول : التعرف على مستوى التواصل الزواجي لدى معلمي المرحلة الابتدائية.

لاجل تحقيق هذا الهدف تم معالجة البيانات التي حصلت عليها الباحثتان من خلال تطبيق مقياس التواصل الزواجي على عينة البحث البالغة (200)معلماً ومعلمة وقد تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات العينة إذ بلغ المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث لفقرات مقياس التواصل الزواجي (187,92) درجة وبانحراف معياري مقداره (26,791) وبعد مقارنة المتوسط الحسابي مع المتوسط الفرضي البالغ (159) وعند تطبيق الاختبار التائي (T.test) لعينة واحدة وجد ان القيمة التائية المحسوبة تساوي (15,733) هي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (199) وكما مبين في جدول (1).

جدول (1)

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط النظري والانحراف المعياري لمقياس التواصل الزواجي

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة 0,05
					المحسوبة	الجدولية	
التواصل الزواجي	187,92	26,791	199	159	15,733	1.96	دالة

ان عينة البحث لديهم تواصل زواجي بشكل جيد وناجح وتعزى الباحثتان النتيجة الى ان التواصل الزواجي يؤدي دوراً مهماً في استقرار الحياة الزوجية وتحقيق الانسجام والتواد والتراحم بين الزوجين وذلك كونه يمثل الدعم والحافز لكلا الزوجين على استمرار العلاقة بينهما ونجاحها ولا يحدث التواصل الا اذا تشابهت افكارهم ومشاعرهم وارائهم فبدون التواصل قد يحدث الجفاء وتبدء الحياة الزوجية في التوتر وعدم الانسجام ، وان التواصل بين الزوجين صمام الامان الذي يضمن التماسك الداخلي لبنيان الاسرة مما ينعكس ايجابياً على الطمأنينة والسكينة داخل الاسرة .

تتفق هذه النتيجة مع مافسرته نظرية نيوكمب بان العلاقة المتوازنة تتحقق عندما تتشابه الاتجاهات والاراء والميول اي التفاعل الاجتماعي القائم على مبدأ التشابه والتوازن والتجاذب وهو ما يحقق الاندماج والتواصل بين الزوجين . وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (سوفنتوير، 2001) .

2- **الهدف الثاني:الفروق ذات الدلالة الاحصائية في التواصل الزواجي تبعاً لمتغير الجنس (ذكور- اناث).**

اشارت نتائج المعالجة الاحصائية الى وجود فرق دال إحصائياً بين استجابات الذكور والإناث في مستوى التواصل الزواجي ، إذ بلغ متوسط درجات الذكور (181,25) درجة وبانحراف معياري قدره (25,787) في حين بلغ متوسط درجات الإناث (194,65) درجة وبانحراف معياري مقداره (26,174) درجة وباستعمال الاختبار التائي (T.test) لعينتين مستقلتين وجد ان القيمة التائية المحسوبة تساوي (3,63) وهي اعلى من القيمة الجدولية البالغة (1,96) بمستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (198) وجدول (2) يوضح ذلك.

جدول (2)
نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في مستوى التواصل الزواجي تبعاً لمتغير الجنس (ذكور – إناث)

الجنس	العدد	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة 0.05
				المحسوبة	الجدولية	
ذكور	87	181,25	25,787	3,63	1.96	دال إحصائياً
إناث	113	194,65	26,174			

ومن النتائج المبينة في الجدول أعلاه تبين وجود فرق دال احصائياً تبعاً لمتغير الجنس (الذكور والاناث) في مستوى التواصل الزواجي ولصالح الاناث ،ويمكن ان تعزى هذه النتيجة الى ان النساء يظهرن مستوى اعلى من الحب مما يظهره الرجال وان الاناث اكثر تواصلاً من الذكور بسبب حرصها على استمرار العلاقة الزوجية والمحافظة على اسرتها وقدرتها على العطاء المتجدد.

3- الهدف الثالث :- مستوى ضغوط الحياة لدى معلمي المرحلة الابتدائية .

للتحقق من هذا الهدف تم حساب المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث (معلمين ومعلمات) في مقياس ضغوط الحياة ، إذ بلغ المتوسط الحسابي (117,58) درجة وبانحراف معياري مقداره (12,910) وعند مقارنة المتوسط الحسابي بالمتوسط الفرضي للمقياس والبالغ (105) درجة تبين ان الفرق واضح بين المتوسطين وباستعمال الاختبار التائي (T.test) لعينة واحدة وجد ان القيمة التائية المحسوبة تساوي (14,33) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (199) ، وهذا يعني ان الفرق بين المتوسطين ذو دلالة احصائية ولصالح المتوسط الحسابي وكما مبين في جدول (3).

جدول (3)
نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط النظري والانحراف المعياري لمقياس ضغوط الحياة

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة 0,05
					المحسوبة	الجدولية	
ضغوط الحياة	117,58	12,910	105	199	14,33	1.96	دالة

من خلال ملاحظة جدول (3) يتضح لنا ان هذه النتيجة تشير الى ارتفاع مستوى ضغوط الحياة لدى معلمي ومعلمات المرحلة الابتدائية وهذه النتيجة يمكن تفسيرها ان معظم المعلمين والمعلمات يتعرضون لضغوط مستمرة وباشكال مختلفة سواء في البيت او المدرسة وان الضغوط اصبحت حقيقة في عصرنا الحالي وجزءاً لا يتجزأ من حياتنا اليومية ومن الصعب تجنبه او اتبعاده ، حيث تمثل خطراً يهدد كيان الاسرة بسبب التطورات التي تؤثر وبشكل اساسي على حياتهم حتى اصبحت حياة الانسان لا تخلو من التوتر والضيق فالحياة مليئة بالضغوط التي تؤثر على كل فرد في المجتمع وليس على المعلمين والمعلمات فقط .

وتتفق هذه النتيجة مع نظرية التوافق بين الفرد وبيئته التي تفترض بان الشعور بالضغوط النفسية يزداد عندما تتسع فجوة بين الفرد وبيئته فمقدار الضغوط يتفاوت بحسب مستوى التصدي الذي يواجهه الفرد ومقدار مكاناته للتكيف . تتفق هذه النتيجة مع دراسة (اليوسفي 1990) .

4- الهدف الرابع : الفروق ذات الدلالة الاحصائية في ضغوط الحياة تبعاً لمتغير الجنس (ذكور- اناث) .

للتحقق من هذا الهدف تم حساب المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث (معلمين ومعلمات) إذ بلغ متوسط درجات الذكور في عينة البحث لمستوى ضغوط الحياة (113,85) درجة وبانحراف معياري مقداره (12,005) في حين بلغ متوسط درجات الاناث في عينة البحث (121,31) درجة وبانحراف معياري مقداره (12,690) وباستعمال الاختبار التائي (T.test) لعينتين مستوقلتين وجد ان القيمة التائية المحسوبة تساوي (4,21) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (1,96) بمستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (198) وجدول (4) يوضح ذلك.

جدول (4)
نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في مستوى ضغوط الحياة تبعاً لمتغير الجنس (ذكور – إناث)

الجنس	العدد	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة 0.05
				المحسوبة	الجدولية	
ذكور	87	113,85	12,005	4,21	1.96	دال إحصائياً
إناث	113	121,31	12,990			

من خلال النتائج المعروضة في جدول(4) تبين ان هناك فرق دال احصائياً بين الذكور والاناث ولصالح الاناث في مستوى ضغوط الحياة ، وتعزى الباحثتان هذه النتيجة الى ان الزوجة العاملة تواجه جملة من الضغوط منها ضغوط العمل والضغوط الاسرية كما ان الاناث اكثر فئات المجتمع تعرضاً لضغوط الحياة نظراً لتعدد الادوار التي تقوم بها ولكل دور متطلباته والتي قد لا تنسجم مع متطلبات الادوار الاخرى بل وربما تتعارض معها مما يجعلها اكثر عرضة لاشكال لحصولها من الضغوط الاسرية والاقتصادية والمهنية والصحية.

5- الهدف الخامس: التعرف على العلاقة الارتباطية بين التواصل الزواجي و ضغوط الحياة .

لاجل التعرف على طبيعة العلاقة بين متغيري التواصل الزواجي وضغوط الحياة جرى معالجة البيانات احصائياً باستعمال معامل ارتباط بيرسون فاظهرت النتائج ماهو موضح في الجدول الاتي :

جدول (5)
العلاقة بين التواصل الزواجي وضغوط الحياة

المتغيرات	معامل الارتباط
التواصل الزواجي وضغوط الحياة	0,644

قيمة (r) الجدولية = 0,139 وهذا يدل على ان الارتباط دال عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (198) .

تشير النتيجة في جدول(5) الى وجود علاقة ارتباطية متوسطة دالة احصائياً بين التواصل الزواجي وضغوط الحياة ويمكن تفسير هذه النتيجة الى ان التواصل بين الزوجين ييسر نجاح العلاقة ويجعلها مرنة وفي نفس الوقت قوية في مواجهة ضغوط الحياة ويجعلهم اكثر قدرة على ادراك وتحديد المشكلة ومواجهتها والوصول الى حلها مهما كانت الضغوط مع الالتزام باستراتيجية محددة للتعامل مع المشكلات وضغوط الحياة المستمرة في كل نواحي الحياة وبذلك فانه كلما زاد التواصل بين الزوجين كلما زادت قدرتهم على مواجهة ضغوط الحياة . اتفقت هذه النتيجة مع دراسة (شلبي،2015) و(الخنيني ،2017).

مما تقدم ذكره في هذه الدراسة فقد توصلت الباحثتان إلى جملة من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات نوردها فيما يأتي:

أولاً :- الاستنتاجات

1- ان التواصل الزواجي يؤدي دوراً مهماً في استقرار الحياة الزوجية وتحقيق الانسجام والتواد والتراحم بين الزوجين وذلك كونه يمثل اساس الدعم والحافز على استمرار العلاقة بينهما.

2- ان معظم المعلمين والمعلمات يتعرضون لضغوط مستمرة وباشكال مختلفة سواء في البيت او المدرسة والتطورات التي تؤثر وبشكل اساسي على حياتهم الاسرية.

ثانياً. التوصيات

1- الاهتمام باجراء مزيد من البحوث في مجال التواصل الزواجي لما له من الاهمية النفسية والاجتماعية .

2- الاهتمام باقامة الدورات المتخصصة للمقبلين على الزواج والمتزوجين لتحسين مستوى التواصل الزواجي لديهم ومساعدتهم على بناء علاقات مستقرة والمحافظة عليها .

3- تخفيف العبء المدرسي والانشطة الاخرى من خلال زيارة عدد المعلمين في المدارس وتقليص المهام المتاحة لهم ليكونوا اقدر على مواجهة ضغوط الحياة .

ثالثا : المقترحات

1- اجراء دراسات تتضمن موضوع التواصل الزواجي على فئات مختلفة .

2- اجراء دراسات تتعلق بالتواصل الزواجي مع متغيرات مختلفة مثلا مع الرضا عن الحياة او جودة الحياة او مع الاداء المهني وغيرها .

3- اجراء دراسات مشابهة مع عينات مختلفة مثلا مع الطالبات المتزوجات او مع الزوجة العاملة.

1. Abu Ghazaleh, Samir (2008) The effectiveness of realistic counseling in improving marital compatibility between spouses, a quarterly peer-reviewed psychological scientific journal, Volume 18, Issue (2).
2. Abu Nahia, Salah (2016): Life pressures and methods of coping among university students, a comparative cultural study, Journal of Psychology (121-141).
3. Al-Ashwal, Adel Ezz El-Din and Lotfy, Enas Mahmoud (2014): Marital Communication Scale, Journal of Psychological Counseling, Psychological Counseling Center, Ain Al-Shams University.
4. Al-Imam, Mustafa, Mahmoud Abdel-Latif and others (1990): Evaluation and Measurement, Dar Al-Hekma, Baghdad.
5. Amani, Abdel Fattah (2012) Communication Skills, Interaction, and Human Relationships, Cairo, Anglo-Egyptian Library, 2nd edition.
6. Baswell, Amal Bint Ahmed (2007) Marital compatibility and its relationship to self-confidence and methods of coping with psychological pressures among married couples in Khan Yunis Governorate, Master's thesis, College of Education, Islamic University, Gaza, Palestine.
7. Barakat, Taghreed, and Hafez, Doaa (2018): Marital appreciation and its relationship to productive efficiency as perceived by working wives in Sharkia, Ain Shams University, Volume (2), Issue (18).
8. Jamil, Sari Asaad (2017) Emotional creativity among Tikrit University students, research published in Tikrit University Journal of Human Sciences, Volume 24, Issue 3.
9. Jamil, Sari Asaad (2013) Affective behavior and its relationship to personality types among university students, research published in Tikrit University Journal of Human Sciences, Volume (20) Issue (2).
10. Al-Hanouti, Saadi Musa (2016): Neurotic Disorders, Obeikan Publishing, Riyadh.
11. Hassan Mustafa and Abdel Moati, (2006): Life pressures and methods of confronting them, 1st edition, Al-Zahraa Library, Al-Sharq, Cairo, Egypt.
12. Khadra, Omar Al-Mufleh (2015) Communication "Skills, Theories and General Foundations", Dar Al-Hamid for Publishing and Distribution.

13. Al-Khanini, Mona Abdel Aziz (2017): Patterns of marital communication and its relationship to managing life stress among the working wife, Faculty of Home Economics, Princess Noura University.

14. Salem, Enas Abdel Fattah, and Naguib Muhammad (2002) Life pressures and their relationship to psychometric symptoms and some personality conditions among university students, Journal of Psychological Studies, Volume (12), Issue (3).

15. Seligman, Martin (2008) True Happiness (Translated by the Silk Library), Riyadh.

16. Shalabi, Wafaa Muhammad Fouad (2015): The relationship between marital communication styles and the spouses' ability to manage life pressures and its impact on achievement motivation, Faculty of Home Economics, Helwan University.

17. Abdul Rahman, Saad, (1997), Psychological Measurement, 3rd edition, Al-Falah Library, Kuwait.

18. Abdel Fattah, Mahmoud Ahmed (2013): Modern methods of dealing with work pressures, Arab Group for Training and Publishing, Cairo.

19. Al-Obaidi, Afra Ibrahim (2015): Emotional divorce in light of some variables among married students in Baghdad, Journal of Social Studies and Research, Shaheed Al-Wadi University.

20. Al-Osaimi, Abdullah, and Maghawri, Abdul Hamid, (2017): Patterns of family communication and their relationship to psychological flexibility among secondary school students in the city of Taif, Center for Psychological Counseling, Ain Shams University, Egypt.

21. Attar, Asia (2017): The relationship of early, non-adapted plans to marital compatibility among a sample of couples, Al-Hikma Journal for Educational and Psychological Studies, Algeria.

22. Odeh, Ahmed Suleiman and Al-Khalili, Khalil Youssef (1993), Measurement and Evaluation in the Teaching Process, 2nd edition, Dar Al-Amal for Publishing and Distribution, Irbid, Jordan.

23. Issawi, Abdel Rahman Muhammad (1985): Measurement and Experimentation in Psychology and Education, University Knowledge House, Alexandria.

24. Qawarih, Muhammad, and Al-Sharaa, Rabab (2018) The nature of marital communication among a sample of couples in light of some demographic variables, Journal of Psychological and Educational Studies, Volume (11), Issue (2).

25. Al-Kandari, Ahmed Muhammad Mubarak (1992) Family Psychology, Kuwait, Al-Falah Bookstore for Publishing and Distribution.