الجمهـــــورية الجــزائرية الديمقــراطية الشــعبيــة

وزارة التعلـــــيم العــالي و البـــحث العــلمي

جامعـــــة عمــار ثليــجــي – الأغواط –

كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية

قسم علم النفــس و علوم التربية و الأرطفونيا

أنماط التعلق وعلاقتها بالتوافق النفسي

لدى عينة من الأزواج

دراسة ميدانية بولاية الجلفة

بحث تكميلي لنيل شهادة الماجستير تخصص إرشاد أسري

إعداد الطالبة : غفاري نبيلة

إشراف الأستاذة: د– عرعار سامية

أعضاء اللجنة :

الأستاذ الدكتور : قويدري لخضر..... رئيس اللجنة

الأستاذ الدكتور : باهي اسلامي ..... مناقش

الأستاذ الدكتور : بورقيبة داود ..... مناقش

2015 - 2014


بسم الله الرحمن الرحيم



"هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ"

(الآية 187 سورة البقرة)

الإهـــــداء

إليك يا أبي يا من وضعت عمرك في كأس حياتي ، و سكبت شبابك في شبابي ، وحصدت الأشواك عن دربي ، و أنرت بالدرر طريقي ، إليك أبي فأنا أستنشق عـــــــبق السعادة و الفرح من عينيك

إلى ظلال العطف التي آوي إليها في كل حين و ديار الحب التي عشت فيها سنين إلى من غمرتني بحنانها و زرعتني في حدائق قلبها

إليك أمي الحبيبة

إلى من أسكنني فؤاده و احتضن أحلامي و اجتاح بر حياتي

إلى شطر روحي

إليك زوجي الحبيب

إلى من نمت في أحشاء شوقي و تغذت على دم عروقي و حنين قلبي و نبضات أملي

إلى حلم لمسته بيدي و ضممته إلى صدري

إلى القلب الصغير الذي يشعرني بدفء كبير

إلى ملاكي إلى فرحي الذي أرغد و أترنم به طول حياتي

بهجة عمري " رغد رنيم "

إلى نسمات دافئة بحياتي إلى شموس في فؤادي أخواتي : منيرة ، سكينة ، كريمة ، سلمى

إلى أنوار في وجداني أخواي : بشار و ناجي

إلى عائلتي الكريمة التي كتب الله أن أكمل مشواري فيه : عائلة داودي محمد

إلى من نثرت لي مودتها إلى أحن "أميمة" لأولادي

إلى جواهر حياتي إلى من أذهبوا غربتي : حدة ، ، خيرة ، وهيبة ، نعيمة أحلام و فيروز

إلى رياحين بعمري : لولو ، شيماء و روميساء

إلى كل من سكن سماء مودتي

إلى من رحلت بدون وداع تناءت فتكاثفت ذكراها و أصبح لحضورها معنى أعظم من وجودها

إلى حبيبة ما عادت ابتسامتها تزهر بيننا لكن ذكراها ستبقى عطرة

إلى روح صديقتي " مارية "

شكر وعرفان

إذا كان شكري نعمة الله نعمة علي له في مثلها يجب الشكر

فكيف بلوغ الشكر إلا بفضله إن طالت الأيام و اتصل العمر

إذا عمَّ بالسراء عم سرورها و إن مس بالضراء أعقبها الأجر

فما منهما إلا له فيه نعمة تضيق لها الأوهام و البر و البحر

إلهي عجز أقصى الشكر عن أداء نعمتك ، و تضاءل ما خلقت في سعة قدرتك ، فلك الحمد كما أنت أهله و صلي على خير خلق الله محمد بن عبد الله كما أنت أهله وافعل بنا ما أنت أهله فأنت أهل التقوى و المغفرة .

لكم يسعدني أن أضع هذا العمل على أعتاب كل من علمني قيمة الحرف

على أعتاب كل من درسني من المرحلة الإبتدائية إلى المرحلة الجامعية و أرفع شكري وتقديري إلى كل من نهلت من فيض علمهم إلى أساتذتي الكرام بجامعة عمار ثليجي بالأغواط و خاصة أساتذتي بكلية العلوم الإنسانية و الإجتماعية قسم علم النفس و علوم التربية و الأرطفونيا عرفانا بالجهود التي بذلوها في توفير الأجواء الدراسية المناسبة و خاصة لإنجاح مدرسة الدكتوراه التي تشرفت بالإلتحاق بها ، و وفاءا و تقديرا من طالب علم لأستاذه أتقدم بأسمى آيات الشكر و الإمتنان لمن أضاءت الظلمة التي وقفت في طريقي لمن سدَّدت و صوبت لمن تكرمت و قبلت البحث و الباحث وكانت بجانبي في المحطات المختلفة من عمر هذا العمل جزاها الله عني خير الجزاء ،

أستاذتي الحبيبة "عرعار سامية"

و في هذا المقام أشكر من شرفني بقبول مناقشة رسالتي و جعلها أكثر قوة و أفضل إخراجا ببصماتهم البارزة أساتذتي : *الدكتور لخضر قويدري

* الدكتور داود بورقيبة

* الدكتور باهي اسلامي

وأتوجه بالشكر و التقدير إلى الصديقة و الزميلة علة عائشة ، و التي كان لمساعدتها أبلغ الأثر في إثراء هذا البحث ، و إلى كل من ترك بصمة في حياتي و عمَّق في توسيع مداركي

ملخـــــــص الدراســـــــة:

تهدف الدراسة الراهنة إلى الكشف عن العلاقة بين أنماط التعلق ومستوى التوافق النفسي لدى عينة من الأزواج ، والتعرف على أكثر أنماط التعلق إنتشارا ، و بيان الفروق في كلا المتغيرين وفق المتغيرات التصنيفية التالية (النوع ، عدد سنوات الزواج ، فارق السن بين الزوجين و المستوى التعليمي).

أجريت الدراسة بولاية الجلفة على عينة قوامها 100 زوج (50 زوج و50 زوجة) وحاولت الباحثة من خلالها الإجابة على التساؤلات الآتية :

1ـــ هل توجد علاقة بين أنماط التعلق بين الزوجين والتوافق النفسي لديهما؟

2. ما هي أكثر أنماط التعلق شيوعا لدى أفراد العينة ؟

3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التعلق لدى أفراد العينة تعزى لمتغير (النوع ، عدد سنوات الزواج ، فارق السن بين الزوجين ، المستوى التعليمي للزوجين)؟

4ـــ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير (النوع ، عدد سنوات الزواج ، فارق السن بين الزوجين ، المستوى التعليمي للزوجين) ؟

اتبعت الباحثة المنهج الوصفي الإرتباطي التحليلي ، و استخدمت كل من مقياس أنماط التعلق بين الزوجين (إعداد الباحثة) ، و مقياس التوافق النفسي العام لزينب شقير (2003) ، وقد تم التحقق من صدق و ثبات المقياسين ، و من صحة الفرضيات بالإستعانة بحزمة الحلول الإحصائية للمنتجات و الخدمات (SPSS) ، نسخة الإصدار (20.0) بمميزاته حيث وظّفنا مجموعة من الأساليب الإحصائية ، كالتكرار والنسب المئوية المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري، معامل الإرتباط الثنائي ل(بيرسون) للبحث في العلاقة بين المتغيرات ، إختبار (ت) T للفروق ، إختبار تحليل التباين أحادي الإتجاه لإختبار الفروق وبعد معالجة الدرجات إحصائيا أوضحت النتائج أنه :

1ـــ توجد علاقة إرتباطية بين أنماط التعلق والتوافق النفسي لدى أفراد العينة.

2. نمط التعلق الآمن هو النمط السائد لدى الأزواج .

3ـــ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد مقياس أنماط التعلق بين الزوجين لدى أفراد العينة تعزى لمتغير النوع لصالح الذكور .

4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التعلق لدى أفراد العينة تعزى لمتغير عـــدد سنوات الزواج .

5. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التعلق لدى أفراد العينة تعزى لمتغير فـــارق السن بين الزوجين .

6. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التعلق لدى أفـــراد العينـــة تعـــزى لمتغيـــر المستوى التعليمي للزوجين.

7. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد مقياس التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعـــزى لمتغيرالنوع لصالح الذكور.

8. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج .

9. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير فـــارق السن بين الزوجين .

10. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعـــزى لمتغيـــر المستوى التعليمي للزوجين.

وقد تم تفسير هذه النتائج في ضوء مفاهيم نظرية التعلق و الدراســـات ذات الصـــلة ، كمـــا اقترحت الباحثة مجموعة من الأفكار البحثية لدراستها مستقبلا، وتبقى هذه النتائج مرتبطة بالحـــدود الزمانية والمكانية والبشرية والأداتية للدراسة .

ملخص الدراسة بالإنجليزية

Attachment types and their relationship with Psychological Adjustment of a sample of couples.

Case study in Djelfa.

Summary:

The present research aims at studying the relationship between types of attachment and the level of psychological adjustment of a sample of couples, discovering the widespread types of attachment, and the differences in both variables according to the following variables: kinds – marriage period – age difference and educational level.

The study took place in Djelfa on a sample of 100 couples (50 husbands and 50 wives); the researcher tried to answer the following research questions:

1/ Is there a relationship between attachment types and their psychological adjustment?.

2/ which one of adjustment types is the most common?.

3/ Is there any statistical difference in attachment types because of one of the variables?.

4/ Is there any statistical difference in the psychological adjustment because of one of variables?.

The researcher followed the analytical descriptive method; she used the measure of attachment types between couples, and the measure of the general psychological adjustment for Zeineb Shguir (2003). The hypotheses and the measures were tested by the statistical group of products and services (SPSS), version (20.0) with its characteristics. Where we used some statistical methods as: repetition, percentages, countable, average, and measure deviation, double engagement factor of (Pearson) in order to search in the relationship between the variables, test T for differences, and after analyzing the grades statistically the results show that:

1. There is relational relationship between attachment types and psychological adjustment with the sample.
2. Safe attachment is the dominant type with couples.
3. There are differences in attachment types measure because of the male gender.
4. There are differences in attachment types because of marriage period.

5.There are differences in attachment types because of age differences of couples.
6.There are differences in attachment types because of the educational level.
7.There are differences in psychological adjustment because of the male gender.
8.There are no differences in psychological adjustment because of marriage period.
9.There are differences in psychological adjustment because of age difference of couples.
10.There are no differences in psychological adjustment because of the educational level.

There results were explained according to the notions of attachment theory and researches in this field.

The researcher suggested researchable ideas for future study, and those results are related to time, place, people and tools of study.

قـــــائمـــــة المحتويـــــــات

المحتوى	الصفحة
الإهداء	
شكر و عرفان	
ملخص الدراسة باللغة العربية	I
ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية	IV
قائمة المحتويات	VI
قائمة الجداول	IX
قائمة الأشكال التوضيحية	XI
الفصل الأول : الإشكالية و اعتباراتها	
مقدمة	أ
مشكلة الدراسة	6
فرضيات الدراسة	8
أهداف الدراسة	9
أهمية الدراسة	10
تحديد مفاهيم الدراسة إجرائيا	11
استخلاص عام لبعض الدراسات حول موضوع الدراسة	12
الفصل الثاني : التعلق و أنماطه	
تمهيد	27
تعريف التعلق و أنماطه	28
نبذة تاريخية	30
الأساس البيولوجي للتعلق	31
النظريات المفسرة للتعلق	32

تعقيب على النظريات	37
أهمية التعلق	38
التعلق في مراحل الطفولة	39
استراتيجيات التعلق	41
تصنيفات أخرى للتعلق عند الأطفال	42
بداية وكيفية تعلق الطفل بالأم	44
خبرات التعلق	44
العوامل المؤثرة على عملية التعلق	44
مراحل التعلق	46
الإنفصال	47
مظاهر سلوك التعلق عند الأطفال	47
التعلق في مرحلة المراهقة	48
أنماط تعلق المراهقين المختلفة و خصائصهم النفسية و السلوكية	48
التعلق في مرحلة الرشد	50
أنماط التعلق بين الزوجين	51
الخصائص النفسية و السلوكية لذوي أنماط التعلق	57
أنماط التعلق و الصحة النفسية	58
تداخل مفهوم التعلق مع مفاهيم أخرى	59
النظريات التي تناولت مفهوم الحب و الحاجة إليه	60
اضطرابات التعلق	62
مظاهر و أعراض الحرمان من تكوين التعلق الآمن	64
خلاصة الفصل الثاني	68
الفصل الثالث : التوافق النفسي	
تمهيد	70
مفهوم التوافق النفسي واتجاهاته	70

بعض المفاهيم المتعلقة بالتوافق	77
النظريات المفسرة للتوافق	80
تعقيب على النظريات	82
خصائص عملية التوافق	83
أهمية التوافق و وظائفه	84
أبعاد التوافق و مجالاته	85
مستويات التوافق	88
تحليل عملية التوافق	89
العوامل المؤثرة في التوافق	89
أساليب التوافق النفسي الشائعة	91
مؤشرات التوافق و خصائص الشخصية المتوافقة	95
معايير قياس التوافق	96
عوائق التوافق	97
اضطرابات التوافق النفسي	97
خلاصة الفصل الثالث	99
الفصل الرابع : الإجراءات الميدانية للدراسة	
تمهيد	101
التذكير بفرضيات الدراسة	101
منهج الدراسة	102
حدود الدراسة	103
أدوات جمع البيانات	106
الخصائص السيكومترية لأدوات البحث	110
الأساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة	118
خلاصة الفصل الرابع	119
الفصل الخامس : عرض نتائج الدراسة و تفسيرها	

تمهيد	121
عرض نتائج الفرضية الأولى و تفسيرها	121
عرض نتائج الفرضية الثانية و تفسيرها	123
عرض نتائج الفرضية الثالثة و تفسيرها	126
عرض نتائج الفرضية الرابعة و تفسيرها	128
عرض نتائج الفرضية الخامسة و تفسيرها	133
عرض نتائج الفرضية السادسة و تفسيرها	137
عرض نتائج الفرضية السابعة و تفسيرها	141
عرض نتائج الفرضية الثامنة و تفسيرها	144
عرض نتائج الفرضية التاسعة و تفسيرها	145
عرض نتائج الفرضية التاسعة و تفسيرها	147
خلاصة نتائج الدراسة	148
استنتاج عام	150
مقترحات البحث	153
خاتمة	154
قائمة المراجع	157
ملاحق الدراسة	176

قائمـــــــــة الجـــــــــداول

الرقم	المحتوى	الصفحة
01	الخصائص الإحصائية لأفراد العينة في ضوء متطلبات التحقق من الفرضيات	104
02	خصائص العينة حسب المستوى التعليمي	105
03	نتائج صدق الإتساق الداخلي للأبعاد و للدرجة الكلية لإستبيان أنماط التعلق بين الزوجين	111

04	نتائج صدق إستبيان أنماط التعلق بين الزوجين بطريقة الصدق التمييزي	113
05	نتائج معامل الثبات ألفا- كرونباخ لإستبيان أنماط التعلق بين الزوجين	114
06	نتائج معامل ثبات إستبيان أنماط التعلق بين الزوجين بطريقة التجزئة النصفية	115
07	نتائج صدق الإتساق الداخلي للأبعاد و للدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي	115
08	نتائج صدق مقياس التوافق النفسي بطريقة الصدق التمييزي	116
09	نتائج معامل الثبات ألفا- كرونباخ لمقياس التوافق النفسي	117
10	نتائج معامل ثبات مقياس التوافق النفسي بطريقة التجزئة النصفية	118
11	معامل العلاقة الارتباطية بين أنماط التعلق بين الزوجين والتوافق	
12	المعطيات الوصفية لمتغير التعلق حسب الأنماط	
13	نتائج إختبار تحليل التباين الأحادي للكشف عن الفروق بين أنماط التعلق	
14	إختبار (scheffe) للمقارنات البعدية لأنماط التعلق	
15	المتوسطات الحسابية و الإنحرافات المعيارية ونتائج إختبار لدراسة الفروق بين النوعين في مقياس أنماط التعلق بين الزوجين	
16	المعطيات الوصفية لمتغير أنماط التعلق بين الزوجين حسب متغير عدد سنوات الزواج	128
17	نتائج اختبار تحليل التباين الاحادي للكشف عن الفروق بين فئات عدد سنوات الزواج في انماط التعلق	130
18	المعطيات الوصفية لمتغير التعلق و انماطه حسب فارق السن بين الزوجين	133
19	نتائج اختبار تحليل التباين الاحادي للكشف عن الفروق بين فئات فارق السن بين الزوجين في انماط التعلق	135
20	المعطيات الوصفية لمتغير التعلق حسب المستوى التعليمي لكل من الزوجين	138
21	نتائج اختبار تحليل التباين الاحادي للكشف عن الفروق بين انماط التعلق حسب المستوى	140

22	المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية و نتائج اختبار t لدراسة الفروق بين النوعين في ابعاد مقياس التوافق النفسي	142
23	المعطيات الوصفية لمتغير التوافق النفسي حسب متغير عدد سنوات الزواج	144
24	نتائج اختبار تحليل التباين الاحادي لمتغير التوافق النفسي حسب متغير عدد سنوات الزواج	145
25	المعطيات الوصفية لمتغير التوافق النفسي حسب متغير فارق السن بينهما	146
26	نتائج اختبار تحليل التباين الاحادي لمتغير التوافق النفسي حسب متغير فارق السن بينهما	146
27	المعطيات الوصفية لمتغير التوافق النفسي حسب متغير المستوى التعليمي لهما	147
28	نتائج اختبار تحليل التباين الاحادي لمتغير التوافق النفسي حسب متغير المستوى التعليمي لهما	148

قائمة الأشكـــال التوضيحية

الرقم	المحتوى	الصفحة
01	تقسيم بارثولوميو لكيفية تشكل النماذج الداخلية العاملة لأنماط التعلق عند الراشدين حسب بعدي الذات و الآخرين	56
02	مخطط يبين مفهوم التوافق عند ابن القيم رحمه الله	76
03	الإتجاهات المختلفة التي تفسر مفهوم التوافق	77
04	نظريات التوافق	83
05	أبعاد التوافق	87

فهرس الملاحق

الرقم	المحتوى	الصفحة
01	الصورة الأولية لاستبيان أنماط التعلق بين الزوجين	176

02	الصورة النهائية لاستبيان أنماط التعلق بين الزوجية	180
03	الصورة النهائية لمقياس التوافق النفسي العام	184

مقـــــــــــدّمة:

مقدمة :

قدرة الإنسان على تكوين علاقات إجتماعية متبادلة مع الآخرين و الإستمرار فيها هي القدرة الأكثر قيمة و أهمية له، وأكثر هذه العلاقات مع أفراد الأسرة والأصدقاء والأشخاص الذين نحبهم، وطبعا للمخ البشري دور في ذلك حيث ترتبط هذه القدرة بوظائف أجزاء معينة فيه ، تمكننا نظمه بالإستمرار في علاقات إنفعالية تبدأ من السنوات الأولى من حياتنا ، من خلال تعرضنا لمجموعة من الخبرات لها تأثير على مدى حياة الإنسان منها الإهتمام والرعاية و التعاطف و الحب و التقبل و هذا من طرف الوالدين أو مقدم الرعاية ، وتشير نتائج الدراسات النفسية أنَ تلقي خبرات تعلق إيجابية وسوية مع الوالدين و خاصة الأم في مرحلة المهد و الطفولة المبكرة ، يساهم بشكل أكيد في تكوين شخص سوي وفعال في باقي مراحل حياته ، و يُعرَف التعلق بأنه إرتباط عاطفي ينشأ بين شخص و آخر تحت ظروف التواجد في إطار مكاني واحد ، و يتدعم هذا الإرتباط مع الزمن (نادر فتحي ، ب ت ، ص 02)، وتبدأ سلوكيات التعلق في الطفولة ، حيث يلتصق الطفل بمن يتولى رعايته . و نظرا لأهمية التعلق كمظهر مؤثر و فعال من مظاهر النمو النفسي ، و دوره في تكوين شخصية الفرد في المستقبل فقد تنوعت الدراسات و البحوث المتعلقة به ، و خاصة الدراسات الأجنبية و التي درست التعلق في جميع مراحل حياة الإنسان مع الأم أو مقدم الرعاية من مرحلة المهد و حتى إلى مرحلة الرشد بين الأشخاص و حتى بين الأزواج ، وكل من يجمع بينهما الحب ، إن الحب عاطفة و طاقة روحية جُبل عليها الإنسان ، تنمو منذ اللحظة الأولى التي يخرج فيها للدنيا ، هو ملح الحياة و لا يحتاج منا إلى تعلم ولا أحد يملك القدرة على العيش من دونه ، و تعد حاجتنا إلى الحب جزءا مهما في التكوين النفسي ، وتؤثر على شخصيتنا و طبيعة سلوكنا ، و يشير علماء النفس الإجتماعي إلى أن مفهوم الحب من المفاهيم المركزية التي تقوم عليها مختلف أنواع العلاقات الإجتماعية القائمة بين الأفراد والجماعات، و هذه العلاقات تكون إما علاقات شخصية متبادلة ونجدها بين الأباء والأبناء وبين أفراد العائلة الواحدة ، أو بين الأصدقاء و الجيران ، و غيرها من العلاقات ذات السلوكيات الودية ، و إما علاقات رومانسية تأخذ طابعا عاطفيا نجدها بين الرجل و المرأة وتدخل ضمن إطار مقبول و هو الزواج ، و الزواج هو الطريق الأمثل لإشباع الحاجة إلى الحب عند الراشدين ، وهو بداية تحمل المسؤولية و حصيلة هائلة من الأحلام تفيض على النفوس، وفي سفينة الزواج تعلو أشرعة المودة والرحمة والسكن، ولابد أن تهب رياح المصاعب وتتقلب المشاعر، ولكن الميثاق الغليظ بين الزوجين أعظم من كل التحديات، فحبهما هو صمام الأمان، رفق في التعامل ونبل في

الإختـــلاف، في رحلة يشتـــــرك فيها رجـــل وامرأة من أجـــل تطويـــر حياتهمـــا نحـــو الأفضـــل، وهو نوع من الشراكة يسعى كل منهما فيها إلى تحقيق السعادة لنفسه وللآخر، الذي تعاهد معه علـــى متابعة رحلة الحياة بكل متطلباتها، إن العلاقة الزوجية من أسمى العلاقات بين البشـــر، هـــي علاقـــة مستمرة ومتصلة لها احتياجات متبادلة تقتضي الإشباع المتزن ، تلك الحاجات التي دفعت كل منهمـــا إلى السعي إلى الزواج بالآخر ، هذه العلاقة أصبحت تتطلب الكثير من الجهد العقلي والنفسي و حتـــى البدني ، لمواجهة العديد من المشكلات و الإضطرابات و عدم الإستقرار خاصة النفسي ، ناهيك عـــن الركض المستمر يوميا لتأمين المتطلبات ، وهذا الركض قد ينسي الزوجين الإنتباه لفطرية الـــزواج و جوانبه الإنسانية، ورغم أن الحب بين الزوجين هو أساس ديمومة الحياة المشتركة واستمرارها إلا أنه غير قادر على تذويب الإختلافات، فالناس مختلفون، هكذا خلقهم الله ، ولا يمكن لهذا الرباط المقدس أن يلغي أو يوحد الأمزجة المختلفة ، واختلاف طبيعة العلاقة بين الزوجين والتواصل بينهما ينشـــأ عنـــه تباين في أنماط التعلق بينهما ، ويعرف شيفر (Shaffer) التعلق بين الزوجين بأنه علاقة عاطفيـــة قوية بين شخصين تتميز بالتبادل العاطفي و الرغبة في المحافظة على القرب بينهما (معاويـــة أبـــو غزال وعبد الكريم جرادات ، 2009 ، ص 45)، إذ يعمل كاستراتيجية أساسية للتوافق، وهذا الأخير يعتبر من المفاهيم المهمة المتصلة بشخصية الفرد و صحته النفسية وعلاقته التكيفية مع الوسط البيئي والإجتماعي خاصة التوافق النفسي ، وقد استهوى هذا الموضوع الكثير من الباحثين باهتمامه بمعرفة ودراسة العلاقات الإجتماعية وإشباع الرغبات و الحاجات الشخصية منسجمة مع متطلبات الموقـــف ، ويرى حامد زهران أن التوافق عملية دينامية متغيرة و متطورة ومستمرة مدى الحياة (حامد زهران ، 1996 ، ص 29) فالإنسان منذ الميلاد وحتى الوفاة في حركة دائبة ونشاط مستمر وتفكير متواصل سعيا منه نحو تحقيق أهدافه و إثبات ذاته و إشباع حاجاته البيولوجية والإجتماعية و النفسية ، و عندما يصل إلى هدف معين تنشأ أهداف أخرى ، و بإشباعه لحاجة معينة تظهر حاجات أخرى ، وهكـــذا لا يفتأ يتوافق مع مواقف و أحداث حاضرة حتى يسعى للتوافق مع أحداث جديدة (محمـــد و مرســـي ، 1994 ، ص 119).

إن التوافق النفسي هو بناء شخصية الفرد في إتفاق مع دوافعها للعيش ، وشحذ لقـــوى العقل و استعدادات الذكاء بالتعلم و التفكير لإدراك محسوسات العالم الخـــارجي التـــي تحـــيط بـــه ، والداخلي الذي تنبعث من باطنه ، ثم الإستجابة لكل ذلك بآليات الجهاز العصـــبي تحـــت إدارة المـــخ كجهاز توجيه ورقابة ، و يرى بعض الباحثين أن علم النفس هو دراسة التوافق ، و هذا هـــو عـــين

الحقيقة فالأفراد يسلكوا ليتوافقوا ، و توافقهم و لو أنه هدف للسلوك هو حقيقة موضوعية يمكن ملاحظتها و قياسها ، من جهة أخرى تشير الدراسات إلى أن الزواج يساهم بشكل إيجابي في تدعيم الصحة النفسية لدى الأزواج بما يحققه من إشباع للحاجات النفسية و البيولوجية و الإجتماعية .

ولمعالجة الموضوع الراهن وهو أنماط التعلق وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى عينة من الأزواج جاءت الدراسة متضمنة جانبين : الجانب النظري و يحتوي ثلاث فصول ، و الجانب الميداني و يحتوي فصلين ، الفصل الأول حددت فيه إشكالية الدراسة ، و فرضياتها و أهدافها و أهميتها و تحديد مفاهيم الدراسة الإجرائية مع الإشارة إلى بعض الدراسات السابقة ذات الإرتباط بمتغيرات الدراسة .

أما الفصل الثاني فقد تناولت فيه الباحثة التعلق، مفهومه، نظرياته، مراحله مظاهره، العوامل المؤثرة في عملية التعلق، التعلق في مرحلة الطفولة، وفي مرحلة المراهقة وفي مرحلة الرشد، أنماط التعلق و الخصائص النفسية لكل نمط ، اضطرابات التعلق و مظاهر و أعراض الحرمان من تكوين التعلق الآمن .

وفي الفصل الثالث تم معالجة متغير التوافق النفسي من تعريف، نظريات مفسرة، أبعاد ومستويات، أساليب ، خصائص، مطالب ، عوائق و اضطرابات ، عوامل مؤثرة ، مؤشرات التوافق وخصائص الشخصية المتوافقة.

أما الجانب الميداني فقد قسم البحث إلى فصلين: الفصل الرابع تناولت فيه الباحثة إجراءات الدراسة الميدانية عرضت فيه منهج الدراسة،وحدودها وكذا عينة الدراسة و أدوات جمع البيانات والاساليب الاحصائية المستخدمة لمعالجتها ، ثم خُصص الفصل الخامس لعرض وتحليل ومناقشة وتفسير النتائج المتوصل إليها

وختمت الباحثة الدراسة باستنتاج عام مع إعطاء مقترحات بالإضافة الى قائمة المراجع وملاحق الدراسة.

الفصـــــــــــــل الأول

مشكلة الدراسة وإعتباراتها

1 مشكلة الدراسة

2 فرضيات الدراسة

3 أهداف الدراسة

4 أهمية الدراسة

5 التعاريف الاجرائية لمفاهيم الدراسة

استخلاص عام لبعض الدراسات حول موضوع الدراسة

مشكلة الدراسة:

الزواج فصل جديد من فصول الحياة تلتقي عنده و تفترق أمور عديدة و عادات وأهداف حيث ينقلب فيه أسلوب حياة الإنسان من عزوبة ليس على كاهل صاحبها عبء إلى إرتباط يُحمله الأعباء جميعا ، فالحياة الزوجية شركة بين زوجين ، شركة كثيرة الأطياف بعيدة الأطراف ، يجد فيها أفراد الأسرة ضالتهم من الطمأنينة و الإستقرار و الراحة و الدفء في علاقة من أشد العلاقات الإنسانية قربا و التحاما و مع ذلك فهي من العلاقات الممكن قطعها و إلغاؤها تماما ، وهذا التطرف في طبيعة العلاقة نفسها ، ومن سماتها إشباع الحاجات النفسية و خاصة الحاجة إلى الإنتماء و الحب و الأهمية و القبول وهذا يساهم في توافق الأزواج، إن العاطفة بين الزوجين تقودنا ضمنيا إلى الإستقرار و السعادة الزوجية وارتباطهما النفسي و العاطفي يسمح بتوافر الراحة و الطمأنينة و يدفعهما نحو البذل والعطاء مما يساعد على استقرار العلاقة الزوجية (أحمد الصمادي ، هلال الجهوري ، 2011 ، ص 4) ، و قد قامت جميع الأديان و الفلسفات و القوانين على تنظيم هذه العلاقة ووضع الضوابط لها و دعمها ، يقول عز وجل في محكم تنزيله : " و من آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها و جعل بينكم مودة و رحمة إن في ذلك لآيات لقوم يتفكرون " الآية 21 من سورة الروم ، و أي فضل و أية منَّة أعظم من أن يخلق الله لكل إمرئ زوجا له يسكن إليه و يحمل عنه هموم الحياة و يواسيه في مودة ورحمة ، هي حقا من أجَّل وأعظم آيات الله ، و على مر العصور حدثت تحولات عديدة في طبيعة هذه العلاقة ، وظهرت أفكار و نظريات و جهود علمية و فكرية نفسية و اجتماعية تحاول فهم هذه العلاقة و تحسين أدائها و التخفيف من مشكلاتها ، وقد وجدت العديد من الدراسات بأن الحالة العاطفية للزوجين والسلوك الإجتماعي بمقدار ما يتوفر من حب و مودة له تأثير على التوافق الزواجي ، و من هذه الدراسات دراسة (بليم Blum 1995) ، (Huston & Vangelisti 1991) ، كما توصلت أمينة الهيل (1996) إلى أن التوافق الزواجي والعلاقات الزواجية تعتمد على تغلب الجانب الوجداني و المعنوي على الجانب العقلي ، ويلاحظ جميعنا في الآونة الأخيرة أن الأسر تعيش في حالة من عدم الإستقرار ، نتيجة لوجود خلافات كثيرة وجهل الأزواج والزوجات بالأساليب الإيجابية للمعاملة في العلاقة الزوجية مما ينعكس على مستوى التوافق النفسي لديهم ، و يسبب لهم القلق و التوتر والشعور بعدم الأمن ، و ظهور الإضطرابات النفسية ، وقد حظيت أنماط تعلق الراشدين باهتمام واسع و مكثف من المختصين في أغلب ميادين علم النفس ، لما لهذه الأنماط من صلة وثيقة بشخصية الإنسان وسماتها وتفاعلاته الإجتماعية وتوافقه النفسي العام و الذي يعتبر قلب الصحة النفسية ، إلا أننا نجد

أنها لم تدرس كفاية لدى الأزواج فقد عثرنا لحد الآن على دراسة سابقة واحدة لأنماط التعلق لدى الزوجين.

لذلك جاءت هذه الدراسة لبحث العلاقة بين أنماط التعلق والتوافق النفسي لدى عينة من الأزواج، وعليه تتمحور مشكلة الدراسة في التساؤل الرئيسي الآتي : ماعلاقة أنماط التعلق بالتوافق النفسي لدى أفراد عينة الدراسة؟ ويتفرع عن التساؤل الرئيسي التساؤلات الفرعية التالية:

1ـــ هل توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين أنماط التعلق بين الزوجين والتوافق النفسي لديهما؟

2. ماهو نمط التعلق الأكثر شيوعا لدى أفراد العينة ؟

3ـــ هل توجد فروق دالة إحصائيا في أنماط التعلق لدى أفراد العينة تعزى لمتغير (النوع ، عدد سنوات الزواج ، فارق السن بين الزوجين ، المستوى التعليمي للزوجين)؟

4ـــ هل توجد فروق دالة إحصائيا في التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير (النوع ، عدد سنوات الزواج ، فارق السن بين الزوجين ، المستوى التعليمي للزوجين) ؟

فرضيات الدراسة : من خلال الإطلاع على نتائج الدراسات السابقة يمكن صياغة فرضيات الدراسة كالآتي :

1-توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين أنماط التعلق والتوافق النفسي لدى أفراد العينة.

2- أكثر أنماط التعلق شيوعا لدى أفراد العينة هو نمط التعلق الآمن .

3-توجد فروق دالة إحصائيا في أنماط التعلق لدى أفراد العينة تعزى لمتغير النوع (ذكور – إناث) .

4- لا توجد فروق دالة احصائيا في أنماط التعلق لدى أفراد العينة تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج

5- لا توجد فروق دالة احصائيا في أنماط التعلق لدى أفراد العينة تعزى لمتغير فارق السن بين الزوجين

6- لا توجد فروق دالة احصائيا في أنماط التعلق لدى أفراد العينة تعزى لمتغير، المستوى التعليمي للزوجين

7- توجد فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير النوع .

8- توجد فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج

9- توجد فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير فارق السن بين الزوجين

10- توجد فروق دالة احصائيا في التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير المستوى التعليمي للزوجين .

أهداف الدراسة :

إنطلاقا من الفرضيات التي تم وضعها، فإن دراستنا تهدف إلى:

1- معرفة العلاقة بين أنماط التعلق و مستوى التوافق النفسي لدى أفراد العينة .

2- الكشف عن نمط التعلق السائد لدى الأزواج .

3ـ-بيان الفروق في أنماط التعلق بين الزوجين وفق متغيرات (النوع ، عدد سنوات الزواج ، فارق السن بين الزوجين، المستوى التعليمي للزوجين).

4- بيان الفروق في التوافق النفسي لدى أفراد العينة وفق متغيرات (النوع ، عدد سنوات الزواج ، فارق السن بين الزوجين، المستوى التعليمي للزوجين).

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية هذا البحث في:

الأهمية النظرية: تتراءى لنا أهمية الدراسة من خلال أهمية المحاور التي تتناولها كما تساهم في :

ـــــ إلقاء الضوء على التوافق النفسي لدى المتزوجين إعتمادا على أنماط التعلق بينهم.

ـــــ معرفة طبيعة العلاقة بين المتغيرين (أنماط التعلق بين الزوجين والتوافق النفسي).

ـــــ إلقاء الضوء على بعض جوانب التوافق النفسي لدى عينة من الأزواج و التعرف على بعض أسبابه من خلال معرفة بعض أنماط التعلق بين الزوجين.

ـــــ تناول أنماط التعلق بين الزوجين و الإهتمام بها له أهمية كبيرة فتأثير هذه الأنماط يتعدى الأزواج إلى الأبناء.

ـــــ إثراء مجال الدراسات البحثية لكلا المتغيرين وفتح المجال أمام الباحثين من أجل المزيد من الدراسات والبحوث في هذا الموضوع، والتمهيد لدراسات مستقبلية للتعرف على العوامل التي تساعد الأزواج على تحقيق أكبر قدر من التوافق النفسي.

ـــــ قلة إن لم نقل ندرة البحوث والدراسات التي تناولت أنماط التعلق بين الزوجين في الوطن العربي عامة و المجتمع الجزائري خاصة على حد علم الباحثة.

ـــــ إجراء دراسة في هذا الموضوع في المجتمع الجزائري الذي له خصوصياته الثقافية و الإجتماعية يجعل لها أهميتها الخاصة .

ـــــ فتح المجال أمام الباحثين من أجل المزيد من الدراسات و البحوث في هذا الموضوع.

ـــــ يستمد هذا البحث أهميته من خلال تعلقه بالأسرة و الحياة الزوجية ، و هو مجال يحتاج دائما إلى مزيد من الدراسات .

الأهمية التطبيقية:

ـــــ تبدو أهمية الدراسة الميدانية فيما تسفر عنه من نتائج قد تفيد في عمليات الإرشاد الأسري وتحسين المناخ الأسري .

ـــــ الحاجة إلى القيام بدراسات يمكن أن يستفاد منها في تحسين الخدمات النفسية المقدمة للأزواج.

ـــــ الإستفادة من نتائج البحث في مجال وضع البرامج العلاجية المناسبة لمن يعاني من سوء التوافق من الأزواج ، وتقديم المساعدة لمن لديهم أنماط تعلق غير آمنة ، لأنها تسبب اضطرابات نفسية و انفعالية شديدة .

ـــــ لفت إنتباه المرشدين النفسيين إلى أهمية توظيف نظرية التعلق في الإرشاد النفسي ، و تطوير وتنويع أساليب العلاج النفسي بإستخدامها ، واستخدام طرق لتعديل أنماط التعلق لدى المسترشدين .

ـــــ وضع النواة الأولى لمقياس أنماط التعلق بين الزوجين في المجتمع الجزائري .

ـــــ دراسة أنماط التعلق من الممكن أن تسهم في تشخيص العديد من المشكلات من خلال تطبيق نتائجها في مجال البرامج الإرشادية .

التعاريف الإجرائية لمفاهيم الدراسة :

1- التعلق :

يعرف التعلق بأنه رابطة نفسية من المشاعر والجاذبية بين الراشدين تأخذ شكل العلاقات الحميمة أو الصداقة ، ويعرفه كل من إينزوورث و بولبيAinsworth and Bowlby : بأنه نزعة الفرد الإنساني إلى إقامة الروابط العاطفية الحميمة مع أشخاص معينين في محيطه ، كما يرى شيفرShaffer أنه علاقة عاطفية قوية بين شخصين تتميز بالتبادل العاطفي والرغبة في المحافظة على القرب بينهما . (معاوية أبو غزال و عبد الكريم جرادات ،2009، ص 45)

و ترى الباحثة أن التعلق هو ميل الزوج أو الزوجة في البقاء قريبا من الطرف الآخر كمصدر أساسي للراحة والسعادة و الإطمئنان ، بشرط أن يدعم هذا الميل عبر الزمن ، وتوجد أنماط مختلفة لسلوكيات التعلق منها نمط التعلق الآمن ونمط التعلق القلق ونمط التعلق التجنبي الخائف ، ونمط التعلق التجنبي الرافض .

أنماط التعلق بين الزوجين المعتمدة في الدراسة أربعة هي :

نمط التعلق الآمن : يتمتع بالثقة بالآخر ويرتاح للقرب والحميمية في العلاقات بوجه عام.

نمط التعلق القلق : المتناقض وجدانيا الذي يغرق في الإهتمام بالعلاقة و يغالي في طلب القرب المستمر من الآخر.

نمط التجنبي الرافض: عدم الإرتياح للقرب والحميمية في العلاقات.

نمط التعلق التجنبي الخائف : الخوف من رفض الزوج له ،و عدم الإعتماد عليه .

وتتبنى الباحثة هذه التعاريف الاجرائية التجريبية في الدراسة الراهنة وتضيف لها تعريفا اجرائيا قياسيا لأنماط التعلق بين الزوجين وهو الدرجة التي يتحصل عليها الأزواج من خلال إجابتهم على إستبيان أنماط التعلق بين الزوجين المعد لهذه الدراسة ويقاس بالأنماط الأربعة السالفة الذكر.

2- التوافق النفسي :

هو سعي الإنسان لتنظيم حياته و حل صراعاته ومواجهة مشكلاته في إشباعات وإحباطات وصولا إلى الصحة النفسية. (جوري الجنابي، 2002،ص 13)، أو الإنسجام والتناغم مع الذات ومع الآخرين في الأسرة وفي العمل والتنظيمات التي ينخرط بها. . (داود عزيز حنا، 1990،ص 274). أي أن التوافق حالة من الإنسجام بين الفرد وبيئته، وقدرته على إرضاء أغلب حاجاته وتصرفاته مرضيا إزاء مطالب البيئة المادية والإجتماعية(الديب ،1988،ص 113) . ويمكننا تعريفه بأنه حالة من الرضى والقبول النابعة من داخل الفرد و ينعكس ذلك سلوكيا مع الآخرين في ضوء العلاقة المتبادلة بينهما أي بين الفرد ونفسه وبين الفرد والآخرين.

و هذا التعريف تتبناه الباحثة و تضيف له تعريفا إجرائيا قياسيا بأنه هو الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على مقياس التوافق النفسي المستخدم في الدراسة و التي تقاس بالأبعاد التالية : التوافق الشخصي ، التوافق الصحي ، التوافق الأسري ، التوافق الإجتماعي ، و سنتطرق لهذه الأبعاد بالتفصيل .

استخلاص عام لبعض الدراسات المرتبطة بموضوع الدراسة

شهد الميدان العديد من الدراسات والأبحاث المرتبطة بمختلف أبعاد و زوايا موضوع الدراسة الحالية ، ومن هذه الدراسات :

الدراسات الخاصة بمتغير التوافق النفسي :

الدراسات العربية : توجد العديد من الدراسات التي تناولت التوافق النفسي لدى الفرد في جميع المراحل العمرية و حتى الفئات الخاصة ، منها :

1- دراسة الديب (1988) بعنوان التوافق الشخصي و الإجتماعي للراشدين ، دراسة إستطلاعية وتم فيها بناء مقياس التوافق الشخصي و الإجتماعي للراشدين ، يحتوى على خمسة أبعاد هي : التوافق الجسمي ، التوافق النفسي والتوافق الأسري ، و البعد الإجتماعي ، الإنسجام مع المجتمع ، وأظهرت النتائج وجود إرتباط دال موجب بين كل بعدين من هذه الأبعاد الخمسة أي أنه توجد علاقة وثيقة بين أبعاد المقياس الخمسة ، والعبارات الخاصة بكل بعد تقيس فعلا ما وضعت لقياسه (أماني حمدي ، 2011 ، ص ص 77-78)

2- دراسة محمد السيد عبد الرحمن بعنوان إسهامات الزواج في تحقيق التوافق النفسي لكل من الرجل و المرأة : هدفها التعرف على الفروق بين المتزوجين و غير المتزوجين في التوافق النفسي و أبعاده ، و الفروق بين العزاب و الأرامل و المطلقين في التوافق النفسي ، دراسة تفاعل متغيرات الجنس و المستوى الدراسي و الحالة الإجتماعية في التوافق النفسي لكل من الرجل و المرأة . عينة الدراسة تكونت من 86 زوجا و 119 من غير المتزوجين "عزاب ، أرامل ، مطلقين " ، تم استخدام استمارة بيانات عامة من أعداد الباحث ، وإختبار التوافق النفسي العام و المهني للراشدين (هيوم ، بل) ، بينت النتائج أن المتزوجين أكثر توافقا من غير المتزوجين في أبعاد التوافق المنزلي و الصحي و الإجتماعي و الإنفعالي و التوافق النفسي العام ، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأرامل و العزاب في التوافق الصحي ، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المطلقين و العزاب في التوافق الأسري و التوافق الإنفعالي ، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات الثلاثة في التوافق الإجتماعي و المهني ، التوافق النفسي لكل من الذكور و الإناث يتأثر بالحالة الإجتماعية أكثر مما يتأثر بعوامل أخرى و هذا يعكس أهمية الزواج في تحقيق التوافق النفسي لكل من الرجل و المرأة . (عمرون فاطمة الزهراء ، ، ص 39)

3- دراسة آسيا علي راجح بركات (2010) : التوافق النفسي لدى الفتاة الجامعية وعلاقته بكل من الحالة الإجتماعية و المستوى الإقتصادي و المعدل التراكمي . بحث قدم بندوة التعليم العالي للفتاة ، الأبعاد و التطلعات بجامعة طيبة : تمثلت أهداف البحث في التعرف على مستوى التوافق النفسي لدى أفراد العينة ، التعرف على تأثير (المعدل التراكمي والحالة الإجتماعية و المستوى الإقتصادي) في تباين الدرجات التي يحصل عليها جميع أفراد العينة في التوافق النفسي العام ، طبقت الباحثة مقياس التوافق العام ل زينب شقير 2003 على عينة تكونت من 105 طالبة ، و أظهرت

النتائج إرتفاعا لمستوى التوافق النفسي لدى طالبات كلية التربية بجامعة أم القرى ، كما أظهرت أنه لا يوجد تأثير دال لمتغيرات المعدل التراكمي ، الحالة الإجتماعية ، المستوى الإقتصادي في مستوى التوافق النفسي العام للطالبات .

الدراسات الأجنبية : منها :

1-دراسة (Baker ,J ,R .Luther 1978) : كانت دراسته بهدف معرفة دور الزواج في تحقيق التوافق الشخصي و الإجتماعي للمرأة ، و أثر مرورها بخبرات الأمومة على توافقها الشخصي و الإجتماعي ، وقد طبق إختبار كاليفورنيا (P.T.C) على عينة من 38 إمرأة متزوجة لأول مرة و لديها طفل على الأقل ، ومتوسط العمر الزمني 51 سنة ، و على مجموعة أخرى من 38 إمرأة غير متزوجة بمتوسط عمر زمني قدره 48 سنة ، و قد أظهرت النتائج عدم صحة الفرض القائل بأن المرأة لا تتوافق شخصيا و اجتماعيا إلا إذا تزوجت و أنجبت أطفالا ، فالمرأة غير المتزوجة يمكن أن تكون متوافقة شخصيا واجتماعيا ، و أرجعت الدراسة هذه النتيجة إلى دور المهنة أو الوظيفة باعتبارها عاملا أساسيا في تحقيق التوافق النفسي و الثقة بالنفس .

2-دراسة (Budhwani Damji :1998) : هدفها التعرف على تأثيرات عمليات التبادل الثقافي على التوافق النفسي و الزواجي و مدى التقارب الثقافي بين الأزواج من نفس الخلفية العرقية ، على عينة من 82 زوج من الأزواج باستخدام عدة مقاييس منها مقياس التوافق الزواجي ، و أظهرت النتائج أن الأفراد ذوو الخصائص المتكاملة تمتعوا بتوافق أفضل في الحياة ، الأزواج ذوي التقارب الثقافي لم يعانوا من درجة أعلى للإكتئاب أو درجة أقل من التوافق الزواجي ، الثقة بالذات توسطت التأثيرات الخاصة بالضغوط المرتبطة بالتبادل الثقافي للأزواج ذوي السمات غير المتناغمة للتبادل الثقافي ، (المؤتمر 14 للإرشاد ، ص 130) .

الدراسات الخاصة بمتغير التعلق و أنماطه :

الدراسات العربية :

1- **دراسة ماري حبيب (1983) :** هدفت الدراسة إلى معرفة الإدراك المتبادل بين كل زوجين على حدة و مدى رضا كل طرف و عدم رضاه على العلاقة الزوجية المتوترة وتكونت العينة من 120 زوج و زوجة ، و كانت النتائج أن العلاقة الزوجية المتوترة تنتج عن الخضوع و

السيطرة من أحد الطرفين و تثير أقل درجة من الدفعات النفسية العميقة من الشخصية ،شعور مجموعة من الزوجات بالإهانة و عدم الإحترام وعدم المشاركة واللامبالاة ظهور بعض خصائص الشخصية غير المرغوب فيها من الأزواج كالعناد (عبير محمد ، ب ت ، ص ص 119-202) .

2- **دراسة هالة فرجاني (1989) : الإدراك المتبادل بين الزوجين و علاقته بفارق السن بينهما :** بلغت العينة 40 زوج و 40 زوجة ، 20 زوج و 20 زوجة مضى على زواجهما من+- (3 إلى 10) سنوات ، و20 زوج و20 زوجة مضى على زواجهما أكثر من 10 سنوات ، وصلت النتائج إلى أن سوء التوافق بين الزوجين يرجع إلى نوعية شخصية الزوجين من حيث الخصائص المميزة لكل منهما ، و مدى الإئتلاف و الإختلاف ، وجود تباعد عاطفي في العلاقة الزوجية لدى الغالبية أفراد العينة.

3- **دراسة نجلاء محمد بسيوني رسلان و أماني عبد التواب صالح :** و كان عنوانها **التنبؤ بالخرس الزواجي من خلال أنماط التعلق بين الزوجين** على عينة من 407 زوجا وزوجة طبق عليها كل من مقياس الخرس الزواجي و مقياس أنماط التعلق المستخدم في الدراسة ، وهما من إعداد الباحثتين وأظهرت النتائج أن :

- كل من نمط التعلق الإستحواذي ونمط التعلق التجنبي يساهم بمقدار (27.7%) و (20.3%) من التباين على التوالي و هما أكثر تنبؤا بالخرس الزواجي من النمط الآمن والإنفصالي .

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية باختلاف الجنس على مقاييس الدراسة إلا على مقياس التعلق التجنبي لصالح الزوجات .

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير المؤهل لصالح المؤهل فوق العالي على مقياس الخرس الزواجي و التعلق الآمن ، ولصالح المؤهل المتوسط على مقياس التعلق الإنفصالي والتجنبي .

- عدم وجود فروق دالة إحصائيا في متغير طريقة الزواج إلا أن المتوسطات تشير إلى أن أعلى فروق بين طرق الزواج لصالح الزواج بعد قصة حب في نمط التعلق الآمن.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح مدة الزواج على مقياس الخرس الزواجي و لصالح المدة المتوسطة على مقياس التعلق الآمن .

- وجود فروق دالة إحصائيا لصالح سكان القاهرة على متغير نمط التعلق التجنبي .

- توجد فروق ذات دلالة إحصائيا لصالح المرأة العاملة على مقياس الخرس الزواجي و على مقياس نمط التعلق الآمن ، و لصالح المرأة غير العاملة على مقياس التعلق الإستحواذي والإنفصالي و التجنبي .

4- دراسة هيثم عبد الأمير(2007) : أنماط تعلق الراشدين السابقة في فترة طفولتهم و علاقتها بتعلقهم بالجماعة الإجتماعية حاضرا ، أطروحة دكتوراه بالجامعة المستنصرية ببغداد ، كلية الآداب ، قسم علم النفس ، هدف إلى بحث العلاقة بين أنماط تعلق الراشدين وعلاقتها بتعلقهم بالحماعة الإجتماعية ، طبق في هذه الدراسة مقياسين ، مقياس أنماط تعلق الراشدين ، ومقياس تعلق الفرد بجماعته الإجتماعية ، على عينة من 420 طالب و طالبة من طلبة الدراسات الأولية من الصفوف الأربعة ، و أظهرت النتائج أنه توجد علاقة إرتباطية طردية دالة إحصائيا بين نمط التعلق الآمن و التعلق بالجماعة الإجتماعية ، أيضا توجد علاقة إرتباطية عكسية بين نمطي التعلق المتذبذب القلق و المتجنب و التعلق بالجماعة الإجتماعية .

5- دراسة نادية التميمي و آخرون (2008) : تطوير مقاييس بطارية الرضا عن العلاقة الزوجية في المجتمع السعودي بهدف تطوير اختبارات لتقييم العوامل المرتبطة بالرضا عن العلاقة الزوجية في المجتمع السعودي ، على عينة من 50 زوجا و50 زوجة ، استخدمت في هذه الدراسة مقاييس مترجمة من اللغة الإنجليزية ، والتي تتناول جوانب مختلفة من الحياة الزوجية ، اختيرت هذه المقاييس استنادا إلى نموذج " الضعف الدائم ، الأحداث المجهدة ، إجراءات التكيف " (VSA,Karney,Bradbury 1995) ، واشتملت البطارية على مقياس التعلق بالطرف الآخر ، مقياس السلوك المشكل ، مقياس العلاقة مع أهل شريك الحياة ، حيث اعتبرت جميعها متغيرات مستقلة للتنبؤ بالرضا الزواجي كمتغير تابع ، وقد أظهرت هذه المقاييس مستوى جيد من الثبات ، أما المقياس المستحدث للسلوك المشكل فقد أظهر ثلاث عوامل ذات مغزى من الناحية النظرية (السلوك الإيجابي، السلوك السلبي ، إساءة المعاملة) ، وهذه الأدوات أظهرت دلائل صدق التقارب (الإلتقاء) و أسهمت بشكل كبير و دال في التنبؤ بعلاقة زوجية مرضية .

6- **دراسة صلاح الدين عراقي محمد : التعلق الوالدي المدرك و علاقته بجودة الصداقة و الإكتئاب لدى طلاب الجامعة** ، و هدفت هذه الدراسة لتوضيح علاقة نماذج التعلق الوالدي (الآمن و غير الآمن القلق و التجنبي) بكل من سلوك الصداقة و الإكتئاب لدى طلاب

الجامعة ، و طبق الباحث ثلاثة مقاييس : مقياس التعلق الوالدي المدرك ، و مقياس جودة الصداقة (إعداد الباحث) ، و مقياس بيك للإكتئاب الذي أعده غريب عبد الفتاح ، و أظهرت النتائج أنه : توجد فروق ذات دلالة إحصائية في نماذج التعلق الوالدي المدرك لصالح التعلق الآمن في جودة الصداقة لدى طلاب الجامعة ، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث في جودة الصداقة ، توجد علاقة موجبة بين التعلق الوالدي الآمن المدرك لطلاب الجامعة و جودة الصداقة ، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نمطي التعلق الوالدي المدرك غير الآمن القلق و التجنبي في جودة الصداقة ، توجد فروق ذات دلالة إحصائية في نماذج التعلق الوالدي و شدة الإكتئاب لصالح التعلق الوالدي غير الآمن المدرك ، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نموذجي التعلق الوالدي غير الآمن (القلق و التجنبي) لدى الطلاب و شدة أعراض الإكتئاب.(صلاح الدين عراقي محمد ، 2008).

7-دراسة رباب بنت رشاد بن حسين عبد الغني بعنوان أنماط التعلق و علاقتها بالرضا عن الحياة و أساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى عينة من الزوجات في منتصف العمر بمدينتي مكة المكرمة وجدة ، بحث تكميلي لنيل درجة الماجستير في علم النفس تخصص إرشاد نفسي 2009: بلغ عدد أفراد العينة 620 زوجة في منتصف العمر، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بشقية الإرتباطي والسببي ، أما أدوات الدراسة المطبقة فكانت مقياس أنماط تعلق الراشدين ل بيرنن و آخرون (Bernann et al 1998) ، مقياس الرضا عن الحياة للدسوقي (1999) مقياس أساليب التعامل مع الضغوط النفسية للعنزي (1999) ، و أظهرت النتائج : وجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على التعلق القلق و التجنبي و بين درجاتهم في متغير الرضا عن الحياة ، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة من أنماط تعلق مختلفة في الدرجة الكلية للرضا عن الحياة ، حيث وجدت فروق بين أفراد نمط التعلق الآمن و أفراد نمطي التعلق الخائف و الرافض من جانب آخر لصالح أفراد النمط الآمن ، كما وجدت فروق بين أفراد نمط التعلق المشغول و كل من أفراد نمطي التعلق الخائف و الرافض في إتجاه الأفراد من نمط التعلق المشغول ، وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على أبعاد التعلق القلق و التجنبي و بين درجاتهم في الدرجة الكلية لكل من الأساليب الإيجابية و السلبية للتعامل مع الضغوط النفسية حيث ارتبط التعلق القلق إيجابيا مع الدرجة الكلية للمواجهة السلبية ، بينما ارتبط التعلق التجنبي سلبيا مع الدرجة الكلية للمواجهة الإيجابية ، توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين

متوسطات درجات أفراد العينة من أنماط تعلق مختلفة في الدرجة الكلية لكل من الأساليب الإيجابية و السلبية للتعامل مع الضغوط النفسية ، حيث وجدت فروق في الأساليب الإيجابية بين أفراد نمط التعلق الآمن و كل من الأفراد من نمطي التعلق الخائف و الرافض لصالح أفراد التعلق الآمن كما وجدت فروق بين أفراد نمط التعلق المشغول و كل من أفراد التعلق الخائف و الرافض في اتجاه الأفراد من نمط التعلق المشغول ، بينما وجدت فروق في الأساليب السلبية بين أفراد نمط التعلق الآمن و كل من أفراد التعلق الخائف و المشغول لصالحهما ، لم تتأثر أنماط تعلق أفراد العينة بأزواجهن بالمتغيرات الديمغرافية للدراسة (العمر ، المستوى التعليمي ، العمل ، عدد سنوات الزواج ، و عدد الأبناء) .

8-دراسة أبو غزال جرادات 2009 : أنماط تعلق الراشدين و علاقتها بتقدير الذات و الشعور بالوحدة : تكونت عينة الدراسة من 526 طالب و طالبة اختيروا من كليات جامعة اليرموك ، و أظهرت النتائج أن كلا من نمطي التعلق القلق و الآمن ، قد ارتبط بشكل دال بتقدير الذات و الشعور بالوحدة ، و لم يتبين وجود علاقة دالة بين نمط التعلق التجنبي و تقدير الذات و نمط التعلق التجنبي و الشعور بالوحدة ، نمط التعلق القلق و الآمن ساهما بشكل دال في التنبؤ بتقدير الذات و الشعور بالوحدة ، أكثر أنماط التعلق شيوعا هو نمط التعلق الآمن .

9-قياس مستوى الإستعداد لمودة الزوج لدى طالبات الجامعة 2010 ، جامعة الكوفة : هدف الدراسة استخراج معايير إحصائية لمقياس الإستعداد لمودة الزوج وفق متغير الحالة الإجتماعية ، وكذا معرفة الفروق في مستوى الإستعداد لمودة الزوج وفق متغيرات (التخصص ، السنة الدراسية ، تسلسل الولادة ، العمر) ، مثلت العينة 20% من مجتمع البحث و بلغ عدد أفرادها 434 طالبة من كلية التربية للبنات بجامعة الكوفة ، وتم بناء مقياس الإستعداد لمودة الزوج ، حيث استخرجت معايير الرتب الميئينية و الدرجات المعيارية و التي من خلالها وضعت معايير للمقياس في خمس مستويات تفسر من خلالها الدرجة التي يحصل عليها المبحوث.أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى (0.05) في الإستعداد لمودة الزوج وفق متغير التخصص و لصالح طالبات التخصص العلمي . توجد أيضا فروق دالة إحصائيا عند مستوى (0.05) في الإستعداد لمودة الزوج وفق متغير العمر و لصالح (28 سنة فما فوق) ، عدم وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى 0.05 في الإستعداد لمودة الزوج وفق متغيري (السنة الدراسية و تسلسل الولادة). (صفي الدين الحلي ، 2010 ، ص) .

10-دراسة حنان عبد الرحيم (2010) أنماط التعلق لدى الراشدين و علاقتها بفاعلية الذات والمهارات الإجتماعية : وتكونت العينة من 148 طالبة من كلية الآداب والعلوم الإدارية ، وأظهرت النتائج : إرتبط كل من نمطي التعلق القلق و الآمن بشكل دال بفاعلية الذات ، لا توجد علاقة بين نمط التعلق التجنبي و فاعلية الذات ، ساهم كل من نمط التعلق القلق و الآمن في التنبؤ بفاعلية الذات ، إرتباط كل نمطي التعلق التجنبي و الآمن بالمهارات الإجتماعية ، لا توجد علاقة بين نمط التعلق القلق و المهارات الإجتماعية ، نمط التعلق الآمن ساهم في التنبؤ بالمهارات الإجتماعية ، لا توجد فروق في متوسطات درجات مقياس أنماط التعلق (الآمن ، التجنبي) حسب المستوى الدراسي لعينة الدراسة ، توجد فروق في متوسط درجة مقياس نمط التعلق القلق حسب المستوى الدراسي لعينة الدراسة لصالح الطلاب في المستوى الأول ، نمط التعلق الآمن هو الأكثر شيوعا .

11-دراسة سهى بواب و شاهي كازاريان (2012) : بعنوان : **أنماط التعلق مع الإخوة من الجنس الآخر و الرضا الزواجي بين الأزواج اللبنانيين :** هدفها إختبار نموذج العلاقات الرومانسية القائم ، تقويم علاقة أنماط التعلق الأربعة (الآمن ، الخائف ، المنشغل و التجنبي) بالأشقاء المفضلين من الجنس الآخر بالرضا الزواجي و العوامل الإجتماعية الديمغرافية (السن ، الجنس ، التحصيل العلمي ، الدين) ، وتكونت العينة من 201 راشد لبناني متزوج ، طبق عليهم مقياسين (استمارة العلاقة الزوجية العربية RQ ، مؤشر جودة الزواج العربي QMI) ، و أظهرت النتائج أن الرضا الزواجي يرتبط إيجابيا بالتعلق الآمن ، و يرتبط سلبا بالتعلق الخائف . كما ترتبط العوامل الديمغرافية الجنس ، التحصيل العلمي ، الدين بأنماط التعلق مع الإخوة من الجنس الآخر ، و لكن السن ارتبط بالتعلق التجنبي فالأكبر سنا أعربوا عن تعلق تجنبي أكثر من الراشدين الأصغر سنا .(سهى بواب وشاهي كازاريان ، 2012 ، ص ص 148-158).

12- دراسة سامية محمد صابر (2014) :أنماط التعلق و علاقتها بالكمالية وأساليب المواجهة للضغوط النفسية لدى عينة من طلاب و طالبات الجامعة ، وهدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين أنماط التعلق و كل من الكمالية و أساليب المواجهة للضغوط النفسية لدى عينة من طلاب و طالبات الجامعة ، و كذا التعرف على الفروق بين الجنسين في أنماط التعلق و الكمالية و أساليب المواجهة للضغوط النفسية ، التعرف على مدى مساهمة أنماط التعلق في التنبؤ بالكمالية و أساليب المواجهة للضغوط النفسية . عينة الدراسة بلغت 153 طالبا و طالبة 60 ذكرا و

93 أنثى ، طلاب الفرقة الثانية و الثالثة بكلية التربية ببنها ، محافظة القليوبية ، متوسط أعمار العينة (18.86) بانحراف معياري قدره 0.53 ، أعدت الباحثة ثلاث مقاييس لهذه الدراسة ، مقياس أنماط التعلق للراشدين ، مقياس الكمالية ، مقياس أساليب المواجهة للضغوط النفسية ، و استعملت المنهج الوصفي الإرتباطي المقارن ، و توصلت إلى النتائج التالية : توجد علاقة إرتباطية موجبة بين أنماط التعلق و الكمالية لدى عينة الدراسة ، توجد علاقة ارتباطية موجبة بين أنماط التعلق وأساليب المواجهة للضغوط النفسية ، توجد علاقة إرتباطية موجبة بين الكمالية و أساليب المواجهة ، لا توجد فروق بين الجنسين في مستوى كل من أنماط التعلق و الكمالية و أساليب المواجهة للضغوط النفسية ، متغير أنماط التعلق اسهم بنسبة دالة إحصائيا في التنبؤ بكل من الكمالية و أساليب المواجهة للضغوط النفسية لدى طلاب و طالبات الجامعة .(www.bu.edu,eg/staff/samiaabdelnabi8) .

الدراسات الاجنبية :

1-**دراسة كولين (Collins 1996) :** هدفها التعرف على العلاقة بين نمط التعلق و اعتقادات أفراد العينة حول الذات و الآخرين ، بلغت العينة 71 فردا ، متوسط أعمارهم 22 سنة ، وقد أعد لذلك مقياسا من مقاييس التقرير الذاتي التي يقدمها الفرد عن نفسه ، وهذا لقياس أنماط التعلق و الإرتباط التي يمكن أن تحدث بين المراهق و الوالدين ، و يتكون المقياس من 18 عبارة موزعة على ثلاث أنماط للتعلق ، تعلق آمن ، ومشغول البال وتعلق تجنبي ، ويحتوي كل نمط على 6 عبارات ، يستجيب كل فرد على العبارة عن طريق تحديد مدى انطباقها على شخصيته ووصفها لمشاعره الحقيقية ، وذلك وفقا لتدريج خماسي بحيث تشير الدرجة الأولى إلى أدنى درجة من درجات الإنطباق ، والدرجة الخامسة إلى أعلى درجات الإنطباق ، و أظهرت النتائج أن : الأفراد من ذوي نمط التعلق الآمن لديهم صورة أكثر إيجابية عن ذواتهم من الأشخاص من ذوي النمط غير الآمن ، ولديهم ثقة أكبر بأنفسهم ، وقدرة على التكيف مع ظروف الحياة ، علاقاتهم دافئة و حنونة مع والديهم ، ووجهة نظرهم عن الحب رومنسية و أقل عملية ، الأفراد ذوي التعلق غير الآمن لديهم تدني في الثقة بالنفس صعوبة فهم الآخرين ، علاقتهم بوالديهم متذبذبة و فاترة ، و أسلوب الحب عندهم هو الإستحواذ على الشريك و الإتكال عليه .(عدي و إيثار ، 2013 ، ص 174) .

2- **دراسة (lynn Rankin 1997) :** بهدف دراسة للتعرف على محور اهتمام الصياغات السلوكية الإدراكية للزواج باستكشاف مكونات الإستقلالية و الإرتباطية الخاصة بالزواج على 141 زوج ، متوسط أعمارهم بين (43.5- 45.2) سنة ، تمثلت أدوات الدراسة في قائمة التقدير الذاتي ، قائمة الإستقلالية و الإرتباطية ل ستشيفر و آخرون (1999) ، وبينت النتائج أن إرتباط الإستقلالية بشكل إيجابي دال بالتوافق الزواجي ، عامل الإرتباطية للزوجة بمعايير العلاقات التي تم إرساؤها ووضعها من قبل الأزواج لإقامة علاقة مساعدة الأزواج للتفكير في الإستقلالية والإرتباطية باعتبارهما جانبين مهمين للزواج ويرتبطان بالتوافق الزواجي .

3- **دراسة (Julia Difilippo 2000) :** بهدف بحث إمكانية تطبيق نظرية المودة لفهم التوافق الزواجي بين المصابين بأمراض نفسية ، على عينة من 28 زوج و 56 زوجة ، من خلال إجراء مقابلات تشخيصية و تطبيق عدة مقاييس من بينها مقياس التوافق الزواجي ، ووجدت أنه توجد علاقة إرتباطية بين الروابط الرومانسية للبالغين و التوافق الزواجي ، أما النتيجة الثانية فهي لا توجد علاقة جوهرية بين تذكر العلاقات الخاصة بالآباء أثناء الطفولة و التوافق الزواجي .(عبير محمد ، ب ت ، ص 119) .

الدراسات الخاصة بأنماط التعلق و علاقتها بالتوافق النفسي :

الدراسات الأجنبية :

1- دراسة روبن (Rubin 1970) : الحب و علاقته بالصحة النفسية ، هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة ما بين الحب و الصحة النفسية ، و لقياس هذه العلاقة استخدمت استبانة تتضمن معلومات عامة عن علاقات الحب (B-Love ، حب الآخرين) و (D-Love ، الحب العصابي) و أظهرت أهم النتائج أن هناك علاقة ما بين تحقيق الذات و الحب العصابي ، فالأفراد غير المحققين لذواتهم يظهرون هذا النوع من الحب ، النساء يظهرون مستوا أعلى من حب الآخرين ، مما يظهره الرجال.الأفراد المحققون لذواتهم يظهرون حبا للآخرين (م . د غسق غازي ، ب ت ، ص 298)

علاقة الدراسة الحالية و موقعها من الدراسات السابقة : من خلال عرض هذه الدراسات نجد أن الدراسة الحالية قد اتفقت مع الدراسات السابقة في بعض الجوانب واختلفت معها في البعض الآخر ، أغلب الدراسات المعروضة موضوعها مقارب لموضوع البحث ، رغم أنها لم تتناول جميع متغيرات االدراسة الحالية و لم تكن متطابقة ، إلا أنها تناولت متغيرا واحدا من متغيراتها ، و هي على العموم لم تدرس المشكلة من الزوايا نفسها التي نحن بصدد دراستها ، إلا أنها شكلت جزء من الإطار النظري للدراسة الحالية ، واتفقت معها كذلك في استعمالها للمنهج الوصفي ، أما بالنسبة للإختلافات ، هناك إختلاف في الأهداف ، فكل دراسة تتفرد بأهدافها الخاصة ، أيضا من حيث العينات لم تقتصر على المتزوجين فقط ، كما أنها طبقت في مجتمعات أخرى غير مجتمعنا ، المقاييس المستعملة في الدراسات تنوعت و تمت الإستفادة منها بإختيار مقياس التوافق النفسي لزينب شقير وتطبيقه في الدراسة ، وتم الرجوع إلى مقاييس أنماط التعلق المستعملة في الدراسات ، وترجمة البعض منها، لبناء إستبيان لقياس أنماط التعلق بين الزوجين ومن نتائج هذه الدراسات المذكورة سلفا نستنتج : دور الزواج في تحقيق التوافق الشخصي والإجتماعي للأفراد ، فكانت عينة المتزوجين أكثر توافقا، و وجد أيضا إرتباط بين التوافق النفسي والتوافق الزواجي و كذا الرضا الزواجي ، كما أظهرت النتائج العلاقة بين الحب و الصحة النفسية ، أما بالنسبة لأنماط التعلق ، ظهرت علاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية ، التعلق الآمن كان له أثر كبير على الرضا الزواجي و الذكاء الإنفعالي ، و التعلق غير الآمن نتج عنه اضطرابات الشخصية و تدني الثقة في النفس ، صعوبة فهم الآخرين وإقامة علاقات غير ناجحة هدفها الإستحواذ على الآخر لا أكثر ، وتبين أيضا أن هناك علاقة بين تاريخ التعلق و نمطه و مستوى التوافق الزواجي ، إرتباط أسلوب التعلق بالحاضن بمستوى المشاركة الزوجية في الأعباء اللازمة لرعاية الصغار ، يلعب التعلق المتبادل و المشاركة في المسؤولية دورا مهما في مستوى التوافق النفسي للكبار ، وهذا ما يوضح أكثر أهمية الدراسة الحالية و نتائجها التي ستتوصل إليها .

ومن خلال هذا العرض الملخص لمجموعة من الدراسات التي علاقة بالموضوع ، نلاحظ أنه على حد علم الباحثة لا توجد دراسة متطابقة ، إلا أن هناك دراستين تشترك معهما هذه الدراسة في فرضيتين ، و هذا له دور في مقارنة النتائج فيما بعد .

الفصـــل الثـــــــانـــــي : التعـــلـــــــق و أنماطه

تمهيد

تعريف التعلق

نبذة تاريخية

الأساس البيولوجي للتعلق

النظريات المفسرة للتعلق

أهمية التعلق

التعلق في مراحل الطفولة

استراتيجيات التعلق

العوامل المؤثرة على التعلق

مراحل التعلق

التعلق في مرحلة المراهقة

أنماط تعلق المراهقين المختلفة و خصائصهم النفسية و السلوكية

التعلق في مرحلة الرشد

أنماط التعلق بين الزوجين

الخصائص النفسية و السلوكية لذوي أنماط التعلق

أنماط التعلق و الصحة النفسية

اضطرابات التعلق

تمـــــهيـــــد :

لدى البشر ماهو أبعد من الحاجات الجسدية و المادية ، لديهم حاجات عاطفية ، الحاجة إلى الحب والإنتماء والتي تعد جزءا مهما في التكوين النفسي للفرد و لها الدور الفعال في التأثير على شخصية الإنسان و طبيعة سلوكه ، وحتى الرضيع يمكن أن يموت بسبب الإهمال العاطفي أو قد يصبح لدى الطفل مشاكل جسدية خطيرة بسبب تلقيه رسالة من والديه بأنه غير مرغوب به ولكي يكتمل نمو الطفل لابد أن تلبى احتياجاته العاطفية ، وهذا ينطبق على البالغين مهما كانت أعمارهم فالشخص بسن الثلاثين يحتاج إلى العاطفة مثل شخص بسن الخمسين ، وحين لا يتوفر لديه وجود يمده بها فإنه يميل إلى الكآبة ، ومن منا لا يعرف شخصا غرق في الإحباط وانطوى على نفسه في وحدته خوفا من طلب العواطف التي يحتاجها ، مشاعر سلبية كثيرة تترجم بأن أي إنسان يحتاج إلى التقدير و أن يكون له قيمة و معترف به من أحد ما ، ويؤدي غياب هذا الإشباع إلى أعراض و اضطرابات جسدية ونفسية عميقة ، نقص عاطفي يمكن أن يكون موجودا لدى أي شخص ، ولكنه يصبح مدمرا إذا دخل من يعانيه مرحلة البحث اليائس عن العاطفة ، ويتحول إلى شخص غير مرتاح مع نفسه ، يشعر بالتوتر والقلق و يتصرف بناءا عليه ، ويتجنب التواصل مع تجربته المؤلمة ، ويتجنب المواجهة مع ذاته ، وكلما تجاهل هذه المواجهة ازدادت حدة معاناته ، فهو يستمد قيمته من الآخر ، هذا الشخص باعتماده العاطفي و النفسي على الطرف الآخر ، وبإيجاد قيمته فقط من خلال نظرته له ، يكون مستعدا على

تقديم نتازلات له ، وهذا طبعا نتيجة لهذا التعلق ، وتختلف قدرة كل فرد منا على تكوين العلاقات مع الآخرين و الإستمرار فيها باستخدام الرابطة الإنفعالية ، فبعض الأشخاص مهيئين بالفطرة على حب الآخرين والإندماج معهم ، وآخرين غير مبالين بالدخول في علاقات اجتماعية بل ينسحبون منها مفضلين العزلة والإبتعاد ، وهذه القدرة ترتبط بتنظيم ووظائف أجزاء معينة للمخ البشري التي تمكننا من الاستمرار في علاقات انفعالية تتطور منذ السنوات الأولى من حياتنا ، فللخبرات المبكرة التي نتعرض لها خلال هذه المراحل تأثيرات كبيرة على قدراتنا في إقامة علاقات انفعالية حميمة مع الآخرين ، وتؤكد الكثير من الدراسات النفسية أن الشخص السوي السعيد الإيجابي هو ناتج التعايش مع خبرات التعلق الإيجابية السوية مع الآخرين خاصة الوالدين والأم بصفة أكثر خصوصية وهذا في مرحلتي المهد و الطفولة المبكرة (Waters,Hamition,et al,2000,673-683).

1-تعريف التعـــــلق :

1-1-التعريف اللغوي :

التعلق في اللغة من كلمة علق ، يقال علق به : أي نشب به ، وتعلق بمعنى نشوب الحب بقلب المحب حتى لا يكاد يفارقه ، وفي مختار الصحاح يعني التمسك و التشبث والإرتباط، ويقال علق فلان فلانا به أي تمكن حبه في قلبه ، والتعلق أي نشب فيه واستمسك (مجمع اللغة العربية ، 2004، ص431)

1-2-التعريف الإصطلاحي : تعددت التعريفات مع فروق بسيطة :

يعرف التعلق على أنه " رابطة وجدانية دائمة نسبيا و قوية يكونها الإنسان أو الحيوان بينه و بين فرد محدد " (Ross A.Thompson,1991,p 100)

1-3-تعريفه في مجال الصحة النفسية : "القدرة الكلية على تكوين علاقات مع الآخرين "

. (Bruce Perry,2006,p5)

وقد ورد تعريفه في معجم علم نفس نمو الطفل : " رابطة خاصة تتميز بمواصفات فريدة لعلاقات شديدة التميز بين الطفل و مقدمي الرعاية الأولية له "

و تتميز هذه الرابطة بأنها :

- علاقة انفعالية لها طابع الدوام مع شخص معين .

- تجلب رابطة التعلق الإيجابي أمن وراحة و هدوء و متعة للطرفين .

- التهديد بغياب أو افتقاد ممثل التعلق الرئيسي يؤدي إلى توتر وضيق نفسي ، ينتج عنهما اضطرابات نفسية وسلوكية شديدة

.(Werner-Wilson, R.J.& Davenport , B.R.2003,179-193)

و يستخدم هذا المصطلح على وجه الخصوص لوصف التعلق و الإرتباط النفسي بين الطفل و والديه خصوصا الأم ، وما يرتبط بذلك من اضطرابات و قلق عند انفصاله عنها . (لطفي الشربيني ، ب ت ، ص 14).

أما **إينزورث(Ainsworth 1989)** فقد عرفته بأنه " رابطة وجدانية مستمرة لفترة طويلة نسبيا يكون فيها الشريك كفرد هام و فريد في التعامل المتبادل و هناك رغبة في الحفاظ على القرب من الآخر"

(علاء الدين الكفافي ، 1997، ص 199)

ويرى **شيفر Shaffer** أنه علاقة عاطفية قوية بين شخصين تتميز بالتبادل العاطفي و الرغبة في المحافظة على القرب بينهما (معاوية أبو غزال و عبد الكريم جرادات ، 2009 ، ص 45)

ويعرفه **كيني Kenny** بأنه رابطة انفعالية قوية تنمو بين فرد و آخر تعزز الإستقلال و الأمن النفسي لدى الفرد مما يساعد على النمو الإجتماعي و الإنفعالي السليم فيما بعد (Kenny,1994 ,pp 309-404).

ومن جهة أخرى يرى كل من **إلينور و كيستن** أن التعلق هو الميل الثابت لدى الفرد في بذل المزيد من الجهود الحقيقية في البحث عن الأمن من خلال القرب من فرد أو إلى عدد قليل من الأفراد الذين يمدونه دوما بمزيد من الأمن والسلامة.(Eleanor &Kiston ,2004,pp 105-156)

ويعرف أيضا بأنه " الرابطة التي ينميها الطفل تجاه القائمين على رعايته في الشهور الأولى بعد الميلاد ، يصبح من خلالها قادرا على تكوين علاقات اجتماعية سوية في المراحل التالية " (Benjamin &virginia ,2004,p 128)

كما يعرفه (**Lafreniere 2000**) بأنه رابطة انفعالية قوية تؤدي إلى شعور الطفل بالسعادة والفرح و الأمن عندما يكون قريبا من مقدم الرعاية ، و الشعور بالتوتر و الإنزعاج عندما ينفصل عنه مقدم الرعاية و لو مؤقتا ، في حين يعرفه راتر بأنه عملية تكوين الروابط الإجتماعية الوثيقة تجاه أشخاص بعينهم بوصفها عملية أساسية ترتبط بالطبيعة الإنسانية . (حنان عبد الرحيم ، 2010 ، ص 204)

ويعد **باولبي1969 Bowlby** من اوائل الذين بحثوا في طبيعة التعلق ، ويرى بأن التعلق رابطة انفعالية بين الطفل والقائم على الرعاية ، و يفسره على أنه نظام حيوي سلوكي يهدف إلى التنسيق بين البحث عن الأمان و الرغبة في استكشاف العالم ، و الطفل يسعى لتحقيق هذين الهدفين ، والتعلق لا ينمو فجأة بل ينشأ في سلسلة خطوات ثابتة خلال فترة (8–9 شهور) ، وهي مرحلة التفضيل التي يكون فيها الطفل صور ثابتة في عقله عن المحيطين به والتي تؤثر على علاقته المستقبلية بهم ، فللتعلق تأثير مستمر على مدى حياة الفرد (Benjamin &virginia ,2005,p 324)

كما يعرفه أيضا بأنه نزعة الفرد الإنساني إلى إقامة الروابط العاطفية الحميمة مع أشخاص معينين في محيطه (أحمد العلوان ، 2010 ، ص 130)

من خلال العرض السابق لمفهوم التعلق نجد أنها جميعا ركزت على الرابطة الإنفعالية ، وتعرف الباحثة التعلق بأنه إرتباط عاطفي متبادل بين الطفل و من يقوم برعايته ، يتكون مبكرا في حياة الطفل بصفة أساسية في السنوات الثلاث الأولى ، يمنحه الحماية و الأمان ، ويؤثر في جميع جوانب نموه النمو العصبي ، البدني ، العاطفي المعرفي السلوكي ، والإجتماعي ، فهدف التعلق البيولوجي هو البقاء ، و الهدف النفسي هو الأمان ، ويكون الطفل من خلاله نموذج إيجابي يتكون من إحساس الطفل بأنه شخص جدير بالإهتمام ، والثقة و الأمان ، فالتعلق حاجة فطرية أساسية تظهر بصورة مستقلة عن الحاجات الأخرى ، وتلعب دورا هاما في التأثير على الجوانب المختلفة الإنفعالية و العاطفية ، و المعرفية ، والشخصية .

أما **أنماط التعلق** فقد إنبثق مفهومها عن نظرية بولبي في التعلق و التي إنصبت على تحليل ظاهرة تعلق الأطفال بالأشخاص الذين يقومون برعايتهم ، و أهمية هذه العلاقة المبكرة في مراحل النمو اللاحقة ، و قد كشفت الدراسات عن وجود أنماط متباينة في تعلق الأطفال بأمهاتهم وفقا لطبيعة العلاقة و ما تنطوي عليه .

2- نبذة تاريخية :

مسألة تعلق البشر بعضهم ببعض لها تاريخ طويل ، وأول إشارة تاريخية لدراسة أمر التعلق كانت من الإمبراطور الروماني **فردريك الثاني** الذي أمر في القرن الثالث عشر بجمع بعض الأطفال في عمر الرضاعة و إعطائهم عناية جسدية فقط مثل الغذاء و الملبس دون السماح لمن يتولى رعايتهم بالكلام معهم ، و قد كان غاية هذا الإمبراطور اكتشاف أي لغة يستخدمها الأطفال مستقبلا ، وكشف عن نتائج هذه التجربة أحد الرهبان حيث دوّن أن الأطفال لقوا حتفهم مع الأيام رغم توفر الطعام والملبس لم يغطوا احتياجات الطفل لعطف ولمسة حنان واتصال متبادل مع من يرعاه ، وقبل تجربة الإمبراطور المريعة أكد فلاسفة اليونان مثل بلاتو و أرسطو على أهمية العوامل البيولوجية و البيئية في نشأة الإنسان و طبعا توالت أعمال الباحثين أمثال جون جاك روسو .و قد وجد **أشلي مونتاجيو** عالم الأنثرولوجي أن " نقص خبرات التلامس في المهد يؤدي إلى عجز جوهري لاحق في الإتصال و الإرتباط بالآخرين لدى الكائن البشري " و أضاف " أن كل ما يحتاجه الطفل لكي ينمو صحيحا هو أن يُلمس و يحمل و يحضن علاوة على التدليل و الملاطفة ، فإن تلك الخبرات الأساسية لابد أن يحصل عليها الطفل لكي يحيا صحيحا" (Montagu Ashley,1971)

3-الأساس البيولوجي للتعلق :

تتحدد القدرة البيولوجية للإرتباط والتعلق بالآخرين بناءا على التركيب الجيني (إمكانيات نمائية فطرية للتعلق)، ويعد البقاء على قيد الحياة دافعا أساسيا لدى كل الكائنات الحية ،فالأطفال يولدون وهم عاجزون تماما يتوقف وجودهم على من يقدم لهم الرعاية ، وفي سياق الإعتماد التام على الآخرين و بناءا على استجابات الأم على وجه الخصوص تنشأ وتتطور العلاقة مع الآخرين ، وتجلب سلوكيات الأم في معظم الحالات بهجة وسرورا للطفل كما أن سلوكيات تجاوب الطفل معها تسعدها أيضا ، ومن هذا التناغم بين الأم والطفل والتغذية الراجعة الإيجابية ينشأ ويتطور التعلق، (Benjamin &virginia,2004,p128) ، ومن هنا دور خبرات الحياة المبكرة التي تعبر عن هذا الأساس البيولوجي من رعاية و أساليب معاملة والدية سوية قائمة على التجاوب الإنساني السوي مع الإحتياجات البدنية والنفسية والإجتماعية للطفل و الغنية بالمثيرات الحسية المنشطة للتفاعل الإيجابي ، وخاصة في تطور نظم المخ المسؤولة عن العلاقات الإنفعالية ، والتي لا تنمو بالصورة السوية إلا إذا تعرض الطفل لأنماط خبرات صحيحة في الست سنوات الأولى من عمره (Bruce Perry,2006,p 12) و في الأبحاث

النفسية الفسيولوجية التي أجريت على التعلق استجابت المنطقتان الرئيسيتان التي تمت الدراسة عليهما بالجهاز العصبي الذاتي ، بردود فعل لا إرادية مثل سرعة النبض و التنفس ، بالإضافة إلى إفراز كل من الغدة النخامية و الغدة الكظرية ، وتم قياس استجابات الأطفال النفسية خلال إجراء الموقف الغريب من خلال متابعة اختلافات شخصية في طبع الطفل و مدى تفاعل التعلق كوسيط ، و هذا دليل على أن نوعية تقديم الرعاية تشكل تطور الأنظمة العصبية التي تنظم الضغط ، و قد تم أيضا ربط تعدد تشكل جين مستقبل الدوبامين D2R بالتعلق القلق ، و في دراسة أخرى تم ربط الجين المسؤول عن مستقبل السيروتونين بالتعلق الإنطوائي ، و من هنا نستنتج أن للجينات الوراثية دور في تشكيل التعلق واختلاف قابلية الأطفال للتأثر بالتشئة ، فرعاية الأم ليس لها نفس التأثير عند كل الأطفال .
(https://ar.wikipedia.org)

4-النظريات المفسرة للتعلق :

تعددت النظريات التي حاولت شرحه و جذوره ، ففي أواخر القرن التاسع عشر إقترح علماء النفس نظريات عن وجود و طبيعة العلاقات المبكرة ، فافترضت نظرية **سيغموند فرويد** أن ثدي الأم هو مصدر الحب ، و أن الطفل يحاول البقاء بقربها بدافع الجوع ، و إشباع الرغبة الجنسية ، و في الثلاثينيات أكد عالم النفس التطوري **أيان سوت** أن إحتياج الطفل إلى العاطفة هو إحتياج أساسي ، و لا يعتمد على الجوع أو الإشباعات الجنسية ، ثم أضاف عالم النفس الكندي **ويليام بلاتز** و أكد على أهمية تطوير العلاقات الإجتماعية ، و أن الحاجة إلى الأمان هي جزء طبيعي من الشخصية ، و في الأربعينيات ركز الباحثون على القلق الناتج عن التهديد بإنفصال مقدم الرعاية عن الطفل ، ثم توالى ظهور نظريات من أشهرها نظرية التعلق التي ترتبط بأسماء كل من **جون باولبي**John Bowlby و **ماري إينزوورث** Mary Ainsworthو الذين قاما بتطويرها فيما بين الفترة من عام 1940 و عام 1980 .و فيما يلي شرح مفصل لها :

4-1-نظرية جون بولبيJohn Bowlby في نمو التعلق بالوالدين :

يُعد **بولبي** من أوائل الذين بحثوا في طبيعة التعلق ، وهو يوضح أنه يمثل التوازن بين رغبة الطفل في اللعب و إكتشاف البيئة المحيطة به ،وفي نفس الوقت حاجته إلى الشعور بالأمن و الإطمئنان

فهو لا يستطيع فعل هذين الأمرين ما لم يتأكد من وجود قاعدة آمنة يرجع إليها حينما يشعر بأنه خائف لهذا يتعلق الطفل بالشخص الذي يمنحه هذا الأمان وهذه الحاجة لدى الطفل أساسية كحاجته للطعام ويكون تعلق الطفل بالشخص الذي يمنحه الرعاية و العطف والاهتمام واضحا من عمر 6-7 أشهر، وتعد هذه النظرية من النظريات التي تفسر حركية الحب، فنظرة التعلق في الحب نظرة نشوئية و تطورية ، والعلاقة العاطفية بين الأم وطفلها علاقة حتمية عند الكائنات البشرية و الثدييات ، وعندما يحتاج الطفل إلى والدته و هي غير موجودة يصبح متهيج و قلق ومشوش يحتج لإسترداد والدته فإن فشل يحزن و يكتئب ، ومن ثم يدخل في حالة الإهمال و تجنب الأم إذا عادت (Bowlby, 1980,p,12) .

فالتعلق عند باولبي هو نظام سلوكي يحتوي على مجموعة من السلوكيات (بكاء ، ابتسامة ....) تعمل معا لتحقيق القرب من واهب الرعاية (الأم) والحصول على الحماية في السنين الأولى ، وبذلك يستطيع تطوير النماذج الفعالة الداخلية للتعلق مثل الأفكار عن الذات و الطريقة التي يرتبط بها الآخرون بالذات ، والتي تشكل سلوك الفرد فيما بعد في علاقاته مع الآخرين ، حيث يبنى هذا التعلق في السنوات الثلاث الأولى من العمر بإشباع احتياجات الطفل الأساسية من قبل من يقوم برعايته وتوفير التلامس و التواصل البصري و الإبتسام و الإرتباط العاطفي الإيجابي حيث يكون الطفل نموذج إيجابي داخلي يتكون من إحساس الطفل بأنه محبوب وجدير بالإهتمام ، مما يرسخ الإحساس بالثقة والأمان لديه ، بل أكثر من ذلك ، أن مخ الطفل (وبالتحديد في القشرة الأمامية والأنظمة الطرفية و التي تقوم بتنظيم العواطف و الإثارة و التنبه والمهارات الإجتماعية) ينمو في تلك الفترة من خلال حلقة الإرتباط هذه (http://www.newyorkattachmentcenter.com/definition.html)

ويشير بولبي أيضا إلى أن الطفل مع نموه و زيادة عمره تبدأ تجربته مع الشخص الذي يقوم برعايته، خاصة الأم،وعلى حسب نوعية التعلق يتكون في داخله نموذج يرى به نفسه، كما يرى الآخرين، فالطفل الآمن يرى نفسه محبوبا ويرى الآخرين محبين ويمكن الإعتماد عليهم، أما الطفل الذي لم يتكون عنده تعلق بالقائم على رعايته بالشكل الآمن و الصحيح ، فهو يتعرض إلى كثير من الإضطربات و المشكلات الاجتماعية و العاطفية ، و يكون ذا مزاج عكر وهو صغير،وفي فترة الطفولة المتوسطة يظهر عنده إضطراب التحدي المعارض، وفي فترة المراهقة تظهر عليه أعراض إكتئابية . (Bowlby,1981,pp 220-221)

وتعتمد نظرية بولبي على توضيح مراحل تطور العلاقة و التي تم توضيحها لأول مرة في نظريته وأخذت من الأبحاث الأخرى وهي :

1- مرحلة التمييز المحدود نحو الآخرين (من الميلاد و حتى الشهر الثاني) : في هذه المرحلة لا يستطيع الطفل تفضيل شخص عن آخر و تمييزه يكون مقصورا على مستوى الادراك السمعي و الحسي حيث يقتصر على الأشياء الملموسة وليس ادراكا على مستوى الأمور النفسية.

2- مرحلة التمييز مع قدرة محدودة على التفضيل (من الشهر الثاني حتى الشهر السابع) : يبدأ الطفل في التمييز بين المحيطين به و يكون أكثر ارتياحا في التعامل مع القائمين برعايته الأم أو الأب، البديل ،كما يكون مستعدا للتعامل مع باقي الأشخاص المحيطين به في الأسرة.

3- مرحلة التفضيل تقع ما بين (6-12شهرا): تظهر بوضوح علامات التفضيل لشخص عن الآخر،فيبكي عندما يبتعد عن والدته ، ويكون قلقا عندما يحمله شخص غريب.

4- مرحلة القاعدة الآمنة (تقع ما بين 12-18شهرا) : يستخدم الطفل علاقاته القوية مع القائمين برعايته كقاعدة أمينة للتعامل مع الغرباء واكتشاف العالم الخارجي فيعود إليهم إذا أحس بالخطر وكلما زاد قربه من عائلته زاد إحساسه بالأمان .

5- مرحلة المشاركة في تنسيق الهدف (من 18شهر حتى نهاية الطفولة) : مرحلة إدراك الطفل أن عليه أن يقبل رفض المسئولين عنه لبعض تصرفاته و يتفهم غضبهم حرصا منه أن يحافظ على علاقته القوية بهم (روبرت ليمان و تونيل همبري ، 1998 ، ص ص 15-16)

وقد لاحظ بولبي أنه عندما يقترب الطفل من نهاية مرحلة الطفولة، فإنه تتزايد لديه القدرةعلى تحمل الانفصال المؤقت عن الام و القدرة على الشعور بالأمن في الموقف الغريب، وان هذا الآمن يكون متوقفا على وجود شخص مألوف يقدم الرعاية، مع إمكانية الالتقاء بها بعد فترة زمنية لا تطول، ويظهر سلوك التعلق بتكرار وكثافة أقل من بعد العام الثالث، وينخفض أثناء مرحلة المراهقة حيث يقل التعلق بالوالدين ويزداد التعلق والانجذاب للآخرين .

وفي خلال فترة الرشد يظل ذلك السلوك عبارة عن استجابة طبيعية أثناء المرض و أوقات الضغط النفسي ويظهر سلوك التعلق في محاولة الاقتراب من الافراد المعروفين او الموثوق فيهم لأن الإقتراب من الشخص المتعلق فيه يخلق الإحساس بالأمان .

4-2-نظرية مـــــاري إينزوورث Mary Ainsworth:

قدمت نظرية بعنوان " تعلقات ما بعد الرضاعة " تناولت فيه التعلق كسلوك يمتد عبر مراحل الحياة و يؤثر في النشاطات المختلفة ، وهذه النظرية امتداد طبيعي لتغيرات النمو المصاحب لتعلق الأطفال بمن يقوم برعايتهم خلال سنوات مابعد الرضاعة ، وتقوم على أنظمة سلوكية هي :

*نظام الرعاية المقدمة عن طريق الوالدين بأبنائهم و مقارنة هذه الروابط بمدى تعلق الأبناء بوالديهم

*الروابط الزواجية تهيء الفرصة لتعلق ناجح .

*أشكال الصداقات في كل من الطفولة و الرشد.(فوقية حسن عبد الحميد رضوان ، 1998،ص 26)

وصنفت أنماط التعلق في الطفولة إلى :

- التعلق الآمن **Security Attached** : يستخدم الأطفال ذووا التعلق الآمن الأم كقاعدة آمنة ينطلقون منها لإكتشاف البيئة المحيطة بهم ، ويظهرون كدرا عند غيابها وفرحا عند عودتها ، يمكنهم الإبتعاد عن الأم لإكتشاف البيئة المحيطة و العودة إليها ، فيكون لديهم توقعات إيجابية تجاه الأم و نحو الآخرين ، وتزداد ثقتهم بأنفسهم و قدراتهم .
- التعلق العنيد شديد المقاومة Resistant : يكونوا منزعجين جدا عند غياب الأم ، وبعد عودتها يظهرون مشاعر الغضب و الإستياء ، ويريدون معاقبتها و يقاومونها إذا أرادت احتضانهم.
- التعلق المتجنب أو المنسحب **Avoidant** : يتجاهلون عودة الأم بعد فترة الإنفصال وقد يركزون انتباههم في اللعب .
- التعلق المشوش **Disorganized :** ينزعجون عند ترك الأم ، وبعد عودتها تصدر عنهم أفعال مرتبكة أو مشوشة بين الإقدام والإحجام ، فنمط تعلقهم مفكك وغير موجه .

وتوصلت **إينسورث** إلى أن الأطفال ذوي التعلق الآمن يستكشفون عالمهم بثقة و ثبات وشجاعة ويكونوا أكثر إيجابية و اجتماعية مع أقرانهم ، و أكثر قدرة على التعبير عن مشاعرهم مما يحقق لهمالإستقرار العاطفي ، أما الأطفال الذين يتعلقون تعلقا غير آمن يكونون أكثر قلقا و عدوانية و أقل

كفاءة اجتماعية ، وأقل قدرة على التعبير عن عواطفهم و لديهم مشاعر سلبية تجاه الآخرين (Water &Weinfield, 2000, p 678).

4-3-نظرية الإنفصال و التفرد لمارجريت ماهلر :

وصفت نظريتها كيفية اكتساب الطفل الصغير الإحساس بمعرفة الإنفصال عن الأم ، وهذا من ملاحظاتها لتفاعلات الأطفال مع أمهاتهم ، حيث وجدت أن خبرة الإنفصال تحدث عندما يتقدم الطفل نحو التفاضل بفعل النضج الجسدي و النمو النفسي . (Benjam&Virgink, 2004 , p 29)

مراحل النمو الطبيعي :

1) الذاتوية السوية (اللاتمايز البدائية)

(Normal autism or primaryunifferentieted stage): الإنشغال السوي بالذات يوضح عملية الإحساس في الأسابيع الأولى من حياة الطفل المولود الذي يعيش حالة اضطراب التوجه ، والتي ترجع إلى اشباع الحاجة فيه و إلى دائرته الذاتية الشعورية المطلقة و تتركز حياة الطفل الأولى حول محاولاته المستمرة حول تحقيق رغباته ، الأمر الذي يجعله يفرق بين معاملاته للتخفيف من توتره و بين محاولاته الذاتية للوصول إلى الهدف نفسه عن طريق حاجاته الذاتية المتنوعة .

2) التكافلية السوية (مرحلة التمثلات البدائية للذات كموضوع)

(Normal Symbiosis or stage of primary,undifferentiateed self –p-objectrepresentation: تبدأ هذه المرحلة من الشهر الأول و تنتهي بالشهر الرابع ، وترى ماهلر أنه في هذه الفترة تحدث أزمة نضج فسيولوجية ، حيث يظهر الطفل خلالها حساسية متزايدة تجاه المثيرات الخارجية ، تصطحب هذه الإستجابة إدراك ضعيف للأم على أنه موضوع خارجي ، وذلك من خلال قدرتها على خفض التوتر.

3) تمايز الذات عن تمثلات الموضوع (التقارب)

(Differentiation of self fromobjectrepresentation): يصل الطفل إلى استقلالية نسبية ، و يستطيع الطفل فيها أن ينفصل جسديا أو يبتعد عن الأم وإن كان غير مستعد لذلك انفعاليا ، ويصبح الطفل في عمر السنتين مدركا لإنفصاله عن أمه ، أما في منتصف السنة الثانية فيكون أكثر وعيا

باستقلاله الجسدي عن أمه ، إلى جانب نمو القدرة المعرفية و التمايز الزائد في حياته العاطفية ، مع الإهتمام بوجود الأم والسعي للتقرب منها(Mahler,M ,S,Pince,F,&Bergrman ,1985, pp 293-300)

4-4- نظرية التحليل النفسي :

تربط التعلق بالإنتماء العاطفي للأم باعتبارها مصدرا لإشباع الحاجات الأساسية لطفل ، فتصبح موضوعا للحب و الإنتماء ، وتعلق الطفل بها إنما يعبر عن رغبته في الحصول على حاجاته الأساسية ، وحاجته للإشباع الفموي عن طريق الرضاعة ، و قد أثّرت مبادئ التحليل النفسي على نظرية بولبي في التعلق خاصة الملاحظات التي قامت بها (أنا فرويد) و (دوروتي بارلينجهام) على الأطفال الصغار عند إنفصالهم عن مقدمي الرعاية المألوفين خلال الحرب العالمية الثانية ، ومع ذلك رفض بولبي التفسيرات التحليلية النفسية و سمى النظرية بنظرية الحب الكاذب الخاصة بالعلاقات ، فالتعلق حسبه هو رابط نفسي و ليس غريزة ناتجة عن جوع أو جنس .

4-5-نظرية التعلم : ترى أن الطفل يصبح متعلقا بالأم لإرتباطها عنده بخفض التوتر ، وفسرت هذا التعلق بنموذج خفض الدافع ل **هل Hull** ، فرغم أنها كانت مثيرا محايدا و لكن فيما بعد اقترنت لديه عدة مرات بالغذاء و إزالة الألم واكتسبت خصائص إيجابية فأصبحت مرغوبة لذاتها و بالتالي يصبح وجودها له قيمة إشباعية إيجابية ، ويرى سكينر أن سلوك التعلق يزداد و يثبت من خلال ما يتبع هذا السلوك من معززات متنوعة كالإطعام و الحصول على الألعاب ، و بتعزيز مجموعة كبيرة من السلوكات تنشأ رابطة تعلق قوية .(معاوية محمود أبو غزال ، 2007 ، ص 255)

و عموما التعلق حسب هذه النظرية هو مجرد إستجابات لتلميحات مقدم الرعاية ، فالبكاء هو نشاط عشوائي حتى تشجعه استجابة الأم بغرض المحافظة على تنمية الأمان العاطفي لديه ، و بهذا يكون التعلق ظاهرة نظامية أكثر منها استعداد بيولوجي .

تعقيب على النظريات :

تعددت النظريات لاعتبارات مختلفة وحدد الباحثون من خلالها ثلاث أنماط من التعلق متدرجة من الصحة إلى المرض ، وعادة تستمر فيما بعد في العلاقات مع الآخرين ، مالم يحدث تغير في سلوك الأم نحو الطفل ، أو أن يتخذ البالغ فيما بعد موقفا استثنائيا حيال الأنماط المضطربة في حياته المستقبلية : و هذه الأنماط كالآتي :

1- التعلق الآمن : يكون فيه الطفل واثقا من أن الوالد متواجد و متجاوب ومتعاون ، فينمو مرتاحا ودودا و متعاونا ، يقول **بولبي** : " إن ما يعتقد بأنه أساسي للصحة العقلية هو أن يمر الرضيع و الطفل الصغير بخبرة تكوين علاقة حارة ، حميمة ، و دائمة بأمه (أو بديلة عنها) يجد كلاهما فيها الإشباع والمتعة .(Bowlby John,2005,p 18)

2- التعلق المشوب بالقلق : يكون الطفل غير واثق من أن أمه ستكون متواجدة عند احتياجه إليها و عدم قدرة الأم على منحه رعاية الحب التي يحتاجها ، فيكون الطفل عرضة لقلق الإنفصال و يشعر بالقلق حيال اسكشافه للعالم الخارجي ، علما أن الإضطراب في هذا النمط يكون ظاهرا بوضوح ، كذلك عندما تكون أمه متواجدة في بعض الأحيان فقط وليس بصفة مستمرة ، كما ينشأ أيضا من الإنفصال أو التهديد بالترك كوسيلة للتحكم بالطفل ، فيكبر ولديه مزيج من عدم الأمان و الخوف و الحزن مع الرغبة في الحميمية المتبادلة مع العدوانية غير الصريحة أحيانا ، فنجده يسعى للحصول على الإنتباه بطريقة مفرطة كما قد يكون مندفعا و متوترا أو سلبيا عاجزا وسريع الإصابة بالإحباط .

3- التعلق القلق المتحاشي : يثق الطفل بأنه سيتلقى الرفض والصد ، ويحاول الإكتفاء بنفسه عاطفيا ، ينشغل بأنشطته ألعابه الشخصية متجاهلا أي مبادرات من والديه ، وقد يصبح شخصا نرجسي ، الإضطراب في هذا النمط يكون خافيا ، و ينشأ من الرفض والصد المستمر للأم عند احتياجه إليها ، وقد يؤدي هذا الرفض إلى المرض أو حتى الوفاة ، و يشب الطفل في عزلة عاطفية و نفسية ، عدوانيا أو مضادا للمجتمع .

على الرغم من تعدد التفسيرات النظرية فيما يخص أسباب نشوء الرابطة التعلقية ، إلا أنها تتفق على أن نوع التعلق مع مقدم الرعاية له تأثيرات عميقة في شعور الطفل بالأمن وقدرته على تشكيل علاقة مفعمة بالثقة ، حيث تتفق نظرية **باولبي** مع نظرية **فرويد** في أهمية الخبرات الأولى في تشكيل التوقعات و المعتقدات للطفل في علاقاته مع الآخرين ، وعلى شخصيته في مرحلة الرشد .

5- أهميـــــة التعلـــــــق :

إن لعملية التعلق آثارا هامة جدا و بعيدة المدى بالنسبة للنمو النفسي في المستقبل ، فإذا لم ينجح الطفل في هذه الفترة في تكوين علاقة انفعالية اجتماعية وثيقة و آمنة مع أمه أو الحاضن ، فسوف يستحيل عليه أن يكون الثقة و الأمان اللازمين للنمو السوي في المراحل التالية ، لأن التعلق بين الأم و

الطفل هو الإطار المرجعي و الذي يمكن إنطلاقا منه التبصر بكافة العلاقات التفاعلية التي سيطورها الطفل لاحقا ، و يخف سلوك التعلق عندما يبدأ الطفل في نشاط إنساني أساسي آخر ، كاستكشاف البيئة المحيطة به و التفاعل الإجتماعي مع الآخرين من ناحية أخرى ، و أثناء هذا السلوك يجب أن يتوفر لدى الطفل إحساس قوي بأنه لن يلحق به أي ضرر، وهذا الإحساس هو نوع من الثقة لا يمكن للطفل أن يكتسبه إلا عن طريق علاقة وثيقة و آمنة مع أمه ، كما لو كان الطفل يريد أن يحصل على تأكيد من أمه بأنها لن تتخلى عنه ،إن أهمية التعلق مع رموز الرعاية خاصة الأم يمهد الطريق لطبيعة و نوعية علاقات التعلق التالية وتجسد القالب البيولوجي الإنفعالي للروابط الإجتماعية فيما بعد ، فالتعلق السوي مع الأم الذي يبنى على خبرات الروابط المتكررة خلال المهد والطفولة المبكرة يوفر أساسا للعلاقات الإجتماعية السوية في المستقبل ، وقد وجد العلماء أن علاقة الإرتباط المبكرة هذه تبني داخل الإنسان خمسة أشياء هامة جدا :

*تضع حجر الأساس لقدرتنا الأساسية على الثقة .

*تعمل كمثال للعلاقات العاطفية المستقبلية .

*تنمي قدرتنا على التعامل مع الضغوط و الصدمات .

*تشكل إحساسنا بالهوية و القيمة الذاتية و الكفاءة .

*تضع الأساس لأخلاقيات اجتماعية كالشفقة و التعاطف و الضمير.

(http://www.newyorkattachmentcenter.com/definition.html)

كما يستمد التعلق أهميته من كونه :

- ظاهرة نفسية مؤثرة و فعالة في سنوات الطفولة المبكرة .
- مستوى التعلق الآمن في عمر السنة الأولى من حياة الطفل يضع أسس تكوين و نضج الشخصية .
- مظهر من مظاهر النمو الإنفعالي و الإجتماعي .
- أحد مظاهر نمو الشخصية .
- تكوين الثقة و الأمان اللازمين للنمو السوي في المراحل اللاحقة

6-التعلق في مراحل الطفولة :

ترتبط الأم بطفلها منذ أيام الحمل و يبدأ هذا الارتباط بالنمو مع تقدم الأسابيع و اقتراب موعد الولادة ،و يمكن تعريف هذه العملية بالارتباط الأمومي و تخلق له محيط عاطفي خاص في داخلها عملية الارتباط الأمومي maternalbonding تبدأ بخلق افكار وأحلام حول الحياة الموجودة في داخل الرحم وماذا تعني للأم ، وتتأثر هذه العملية بالمشاكل النفسية و العضوية التي قد تتعرض لها الأم ، و بدورها قد تؤثر سلبيا على علاقة الأم بالطفل، و على ضوء ذلك لابد من الانتباه إلى الصحة النفسية للمرأة خلال أشهر الحمل .

لابد من توثيق العلاقة مع الزوج في هذه المرحلة و مشاركته في المتابعة الصحية للمرأة و التخطيط معا للأيام القادمة . من خلال ذلك يمكننا أن نتصور بأن علاقة الأم بطفلها تنتج مخططات عقلية Mental Schemas في الأم منذ مرحلة مبكرة و قبل ولادة الطفل .

و لكن عندما نتحدث عن التعلق فالإشارة هنا تكون نحو ما نسميه بنظرية التعلق Attachment Theory المرتبطة باسم جون بولبيJohn bowlbyالذي استعمل هذا المصطلح في أول الأمر عام 1958 و بعدها طور النظرية من خلال ثلاثة نشرات تحت اسم التعلق و الضياع Attachment and Loss في 1969، 1973، 1980، لم تلاقي هذه النظريات انتباه الكثير لفترة طويلة و لكنها بدأت تتبوأ مقعدها مع زيادة الاهتمام بدراسة العلاقة بين الطفل و الوالدين في شتى المجالات الطبية و الاجتماعية .

يعرف التعلق في الطفولة بأنه وثاق بيولوجي الأصل بين الطفل و من يرعاه و الذي من خلاله يتم ضمان سلامته و بقائه ، حيث يسعى الطفل إلى التقرب إلى من يرعاه و الحصول على رد فعل مريح و مفيد ، وتبدأ هذه العملية منذ الأسابيع الاولى و تصبح واضحة و متميزة في عمر ستة أشهر، و يضيف البعض بأن فترتها الحرجة هي بين عمر 6- 18 شهرا، عندما يتوجه الطفل نحو من يرعاه و تبدأ عملية التعلق فهناك صفات معينة في شخصية الأم أو من يرعى الطفل و التي بدورها تساعد على سير العملية بصورة صحية و هي : التناسق في السلوك و رد الفعل ، الثقة ، والتحلي بالصبر ، و الحزم في السيطرة .

من جراء هذه العملية يتم استحداث نماذج داخلية عملية للعلاقات و يتم خزنها كمخططات عقلية وتستعمل في جميع مراحل الحياة. هذه المخططات العقلية تتعلق بتوقعات الانسان حول سلوك الاخرين تجاهه .

في هذا المرحلة يمكن ان نتحدث عن نوعين من المخططات العقلية التي يخزنها الانسان :

1. مخططات منذ الطفولة يتم خزنها من جراء تعلق الطفل بمن يرعاه .

2. مخططات تخزنها الأم من جراء حملها للطفل و الرعاية به .

المخططات الأولى أكثر ثباتا و تؤثر كثيرا في العلاقات البشرية . أما المخططات الثانية فلها علاقة بالمخططات الأولى التي تم خزنها و كذلك بالظروف الاجتماعية و الصحية أثناء فترة الحمل و رعاية الطفل .

6-1-استراتيجيات التعلق :

هناك إجماع على ان استراتيجيات التعلق لا علاقة لها بالوراثة من قريب أو بعيد .يتم استحداث هذه الاستراتيجيات منذ الطفولة و تبقى ثابتة نسبيا مع تقدم العمر . وتصنف هذه الاستراتيجيات على ضوء سلوك الطفل عند فراقه للأم أو من يرعاه كالاتي :

1.الطفل الآمن Secure Child: يعود الطفل إلى التقرب بسرعة عند رجوع الأم و يشعر بالسعادة

2. الطفل المتجنب Avoidant Child :يكون أقل قلقا عند الفراق و لا يبالي بعودة الأم و حتى بمن يتولى رعايته .

3. **الطفل المتردد أو القلق أو المعارض Ambivalent , Anxious, orResistant**: يكون أكثر الأطفال كربا و ألما عند الفراق و تظهر عليه علامات الغضب و سلوك التشبث عند رجوع الأم

4. الطفل المضطرب و المشوش Disorganized-Disoriented : لا يمكن الحصول على أي سلوك واضح له عند الفراق من الأم و العودة لها .

هذه الاستراتيجيات الأربعة تشبه إلى حد كبير فئات التعلق بين البالغين كما يلي :

1. الأفراد الذين يشعرون بالإستقلال و الأمن و يحرصون كل الحرص على العلاقات البشرية مع الغير .

2. الأفراد الذين لا يشعرون بالأمن في العلاقات و يميلون إلى تحقير العلاقات و غيرهم من الناس في معظم الاحيان ، و أحيانا و لفترة محدودة يجللون بعض العلاقات .

3. أفراد يشغلون تفكيرهم بعلاقات الماضي و الحاضر و تراهم في ضياع و ارتباك مع غيرهم من البشر .

4. أفراد لا يفهمون موقعهم في الدنيا و ترى آثار الإهمال و صدمات الماضي واضحة عليهم. (www.arabpsynet.com/document/DocSuddadAttach&Ment.pdf)

6-2-تصنيفات أخرى للتعلق عند الأطفال :

عند دراسة تعلق الطفل بالأم أو من يقوم بدورها نجد العديد من المصطلحات شائعة الاستعمال و التي لا تختلف جذريا في إطارها و محتواها عن الاستراتيجيات الأربعة أعلاه و هي :

1.**الطفل الغير متعلق Unattached:** تم إهماله منذ ايام الرضاعة وقد يكون ضحية لعنف جسدي

2. الطفل المستقل أو المنفصل Detached : تعلق الطفل بالأم في البداية و بعدها تعرض إلى الاهمال و عدم التناسق في الرعاية . و مع الوقت هذا الطفل لا يبالي بعناية الآخرين بعد مرحلة البلوغ أو الارتباط بشريكة الحياة،و يعيش دائماعلى هامش العائلة .

3. التعلق التجنبي Avoidant : تظهر على الطفل علامات القلق بصورة واضحة عند حدوث أي جهد أو ضغط و يسعى إلى المزيد من التعلق بالأم . أحد اسباب هذا النوع من التعلق غياب التناسق في الرعاية . يكثر الوالدان من حشر الطفل في جميع مشاكلهم ، يتعرض إلى العناية الفائقة أحيانا و أخرى يكون هدفا لغضبهم و اكتئابهم .

4.التعلق الإتكالي Dependent : تظهر علامات عدم الشعور بالأمن و القلق بسرعة عند فراق الأم . ترى الانسان الذي نشأ على مثل هذا التعلق كثير الاتكال على شريكة حياته ، و عند الأزمات يتم تراجع شخصيته تطوريا و يصبح غير قادرا على الاعتماد على النفس .

5. **التعلق المتردد Ambivalent** : يعكس هذا التعلق تفاعل الطفل إلى عناية الأم الغير متناسقة و التي تعرضه إلى النقيضين من الرعاية الإيجابية و السلبية . يلاحظ هذا التعلق بكثرة في وجود العنف العائلي الموجه نحو الأم أو اصابتها بمرض وجداني و خاصة الاضطراب الثنائي القطب

6. التعلق المعكوس Reversed : مع الوقت تبدأ الأم بالاعتماد على الطفل لتلبية احتياجاتها النفسية و مستقبلا ترى الطفل يقوم برعاية الأم بدلا من أن تقوم هي برعايته . من جراء ذلك تكثر ملاحظة علامات القلق و الاكتئاب عند الانسان المتعرض لمثل هذا التعلق و يتصف بعدم الثقة بالنفس .

7. **التعلق الشبقي Erotic** : ترى هذا التعلق عند الأطفال الذين يتقربون إلى الوالد أو الأم من الجنس الآخر بطريقة جنسية ، و هدفهم الحصول على العطف و الحنان المصاحب للإثارة الجنسية يتم نقل مثل هذا السلوك إلى الأخرين من البالغين الذين يتسلمون عناية الطفل في مراحل مختلفة و خاصة الأقارب أو أعضاء المؤسسات التعليمية و الطبية . هناك حلقة وصل بين هذا السلوك و تعرض الطفل إلى نوع ما من الاعتداء الجنسي من قبل الوالدين . يتم دعوة الطفل إلى التقرب و الحصول على الألفة و المودة ، و من جراء ذلك يشعر الطفل بالشهوة الجنسية ويستوعبها كتجربة ممتعة و غير مؤلمة . يصاحب هذا الأمر الكثير من الارتباك في العلاقات وعند البلوغ و المراهقة يبحثون دوما على من منهم أكبر سنا و يتقربون لهم بصورة جنسية . يشترك الذكور و الإناث سوية في تعرضهم لمثل هذا السلوك .

8. التعلق الخبيث Malignant : يتصف مثل هذا التعلق بغياب أي نظام معقول من نظم التعلق ترى الطفل كثير الحماس للتقرب من الوالدين و لكن ذلك فقط لإرضاء الوالدين بدلا من شعوره بالأمان و الحنان . ترى توقعات الوالدين أكثر بكثير من قابلية الطفل الفكرية و من جراء ذلك تراه يتعثر دوما في مراحل التعليم و قد يقضي الكثير من سنوات العمر مكافحا من أجل الحصول على شهادة جامعية لا يمكن وصفها إلا بعديمة الفائدة .

(www.arabpsynet.com/documents/DoclndexAr.htm)

و قد لخص **نادر فتحي** قاسم أستاذ الصحة النفسية بالمدينة المنورة مجموعة من نتائج الدراسات الأجنبية عن التعلق في مرحلة الطفولة من سنة 1993 إلى 2002 ل (شاو وفونرا 1993 ، بوث و آخرون 1995 ، سكايفير 1995 ، سكيلر 1995 ، سوكانان 1995، سيفير و سكيلر

1995 ، تيتاي و آخرون 1995 ، ريجان 1996 ، ليونز – روث 1996 ، بارنيت و كدويل و لنج 1998 ، ألكسندر وميلر و هنجست 2001 ، دويزر وستوفال والبس و باتيس 2001 ... إلخ) ، و التي بينت مايلي :

- التعلق الآمن في الطفولة المبكرة أفضل مؤشر على التوافق الإجتماعي في مرحلتي الطفولة الوسطى و المتأخرة .
- يرتبط معدل و أسلوب التعلق إرتباطا إيجابيا بالتنشئة الأسرية السوية .
- توجد علاقة إيجابية بين مستوى الفعالية الأسرية و نمط التعلق الآمن للطفل .
- يرتبط نمط التعلق الآمن للأطفال إرتباطا إيجابيا بالمستويات العالية للوظائف العقلية.
- تميز الأطفال الذين تعرضوا للقسوة البدنية من طرف أمهاتهم بنمط التعلق القلق .
- يعد التعلق من العوامل الجوهرية التي تشكل الفروق الفردية عند الأطفال .

6-3-بداية و كيفية تعلق الطفل بالأم : يبدأ التفاعل بين الأم و الطفل وهو في بطنها ، حيث يتأثر بحالتها الصحية و النفسية اثناء الحمل ، و أي إصابة للأم بأمراض جسمية أو نفسية تسبب مشكلات صحية للطفل قد تكون دائمة ، و كذا سمات شخصية الأم و التي تؤثر على نمط التعلق بينها و بين وليدها ، إن التعلق بالأم يمثل محورا رئيسيا في حياة الطفل ، فهو علاقة تبادلية تؤثر في كليهما ، وقد أظهرت دراسة ل وينتج و إينسورث أن 65% من أفراد العينة اختار الأم للتعلق بها ، أما الأطفال الباقين فاختاروا الأب ، و كان الأشخاص الآخرون للتعلق المتميز هم غالبا من أفراد الأسرة فقط ، الأم قاعدة آمنة للإستكشاف و الحماية من كل خطر ، وتكتسب وظيفة تعزيزية إيجابية ، فهي أساس النمو الإجتماعي لطفلها (هدى محمد قناوي و حسن مصطفى عبد المعطي ، 2000 ، ص 288)

6-4-خبرات التعلق :

من سلوكيات الرعاية أفعال الإحتضان و الأرجحة ، النظر ، التقبيل ، و التغذية ومن العوامل الأكثر تأثيرا في التعلق الوقت الذي يقضيه الطفل مع مقدم الرعاية أو الأم ، التفاعل وجها لوجه ، التواصل البصري ، الإقتراب البدني ، اللمس و غير ذلك من الخبرات الحسية مثل الشم ، الصوت ، و التذوق ، و يرى الكثير من الباحثين أن أهم عامل في خلق التعلق التواصل البدني الإيجابي مثل الإحتضان و العناق ، حمل الطفل و الإبتسام له مع الغناء له و الضحك معه ، كلها أمور تثير أنشطة

عصبية كيميائية معينة بالمخ ، و التي تفضي إلى بناء و تنظيم نظم المخ المسؤولة عن التعلق ، فخلال السنوات الثلاث الأولى من العمر ينمو المخ البشري إلى ما يقرب من 90 % من مخ الراشد ، و تتموضع في مكانها غالبية نظمه و منها النظم المخية المسؤولة عن الأداء الإنفعالي ، السلوكي و الإجتماعي لبقية حياتهم .

6-5-العوامل المؤثرة على عملية التعلق : هناك العديد من العوامل التي تؤثر في نشأة و تطور قدرات التعلق :

✓**الطفل و خصائصه Infant:** شخصية الطفل وخصائصه المزاجية تؤثر بصورة كبيرة على ارتباطه بالآخرين فالطفل الهادئ الذي يسهل ترضيته غير الطفل سريع الغضب و الذي يواجه صعوبات في نمو التعلق الآمن مع الآخرين ، وكذا قدرة الطفل على التفاعل النشط و الإيجابي و التي قد تنقص حسب ظروف الولادة كالولادة قبل الآوان و ما يترتب عليها أو الإصابة بالأمراض والتشوهات الخلقية .

✸**مقدموا الرعاية للطفل Caregiver:** خصائصهم وسلوكياتهم التي من الممكن أن تعيق ارتباط الطفل بالآخرين ، وغالبا ما يكون أبناء الآباء السلبيين منعزلين و يتجنبون التواد الإنفعالي مع الآخرين و ينسحبون من مواقف التفاعل الإجتماعي في المراحل العمرية التالية ، وربما لا تتجاوب الأم مع طفلها نتيجة معاناتها من العنف الأسري و الإكتئاب أو تعاطي المخدرات (Benjamin &virginia ,2004,p 128).ويرى بعض الباحثين أن أهم العوامل المشكلة لسلوك الوالدين تجاه الطفل الرضيع هي :

- ✸وجود أو عدم وجود تاريخ طويل من العلاقات الشخصية داخل وخارج الأسرة .
- ✸الخبرات المصاحبة لهذا الحمل أو لحمل سابق .
- ✸التأثر بقيم و ممارسات الثقافة البيئية .
- ✸الأسلوب الذي تربى به الوالدين في أسرتهما .
- ✸الدعم أو عدمه و الذي تحصلت عليه الأم أثناء فترة المخاض و الولادة.
- ✸أي انفصال بين الأم و الرضيع في أيامه الأولى في الحياة .

و أظهرت بعض الدراسات :

✸الأباء الذكور ليسوا فقط متشابهون مع الأمهات في درجة حساسيتهم تجاه الطفل الرضيع بل ينجحون بنفس الدرجة في تقديم رضعات اللبن الصناعي للطفل .

✸الآباء الذكور أكثر اهتماما و تجاوبا تجاه أطفالهم الرضع مما هو متعارف عليه في الثقافة الأمريكية.

✸أن الرعاية الوالدية التي يحصل عليها الطفل في أشهره الأولى تتزايد إذا ما قام الأب بتغيير الحفاضات للرضيع مرتين خلال الأيام الثلاث الأولى من عمره ، و أسس تواصل بصري معه لمدة ساعة .

✸أنه في حالة صعوبة أو استحالة تواجد الأم مع الطفل عقب الولادة مباشرة ، يستطيع الاب أن يحل محل الأم و يمد الطفل بالدفء و الأمان اللازمين .

✓**البيئة Environment:** البيئة الأسرية التي يشيع فيها العنف و التهديد ، كبيئة مناطق اللاجئيين و مناطق الحروب أكثر عرضة لنشأة و تطور مشكلات التعلق أو الإرتباط مع الآخرين (Cassidy,et al,1996 ;Hortacsu, et al,1993) ، فالخوف هو العائق الرئيسي للتعلق .

✓**التطابق وعدم التطابق Fitting/Unfitting** : توفر حد أدنى من التطابق بين قدرات الطفل و تكوينه المزاجي وقدرات الأم وتكوينها المزاجي ، وقد يكون أسلوب تواصل الأم مع طفلها الأول غير مناسب مع طفلها الثاني ، وكذا قراءة كلا من الآخر للقرائن غير اللفظية والتجاوب المناسب أمر مهم لتعزيز خبرات التعلق التي تؤدي إلى صيغ تعلق سوي (Jennifer,et al,2001 ;Teti,et al,1995) .

✓**الحرمان الأمومي :** يرى **روتر (Rutter 1996)** أن أطفال المؤسسات يعانون من مشكلات إنفعالية ، و لا يستطيعون تكوين علاقة مع شخص آخر ، وخاصة عندما يكبرون لعدم تشكيلهم للرابطة التعلقية في الفترة المبكرة من حياتهم مع شخص راشد . (معاوية محمود أبو غزال ، 2007 ، ص 238) .

✓**نوعية الرعاية** : أو نوع العلاقة مع الأم ، فالأم التي تتصف بالحساسية لأدنى إشارة من وليدها توفر له تعلقا آمنا ، أما التي تتجاهل تعابير و إشارات طفلها ، وتستجيب متأخرة تسبب له القلق ، حيث لا يعرف ما يمكن أن ينتظره منها .(فايز قنطار ، 1992 ، ص 49)

6-6-مراحل التعلق : اتفق الباحثون على المراحل الأربعة للتعلق و اختلفوا في مدتها ، و يرى رايس(Rice 1992) أن تعلق الرضيع بمقدم الرعاية يتطور من خلال المراحل التالية :

1-**مرحلة ما قبل التعلق** : تبدأ من الولادة حتى ستة أسابيع ، و يتميز الرضيع فيها بعدم القدرة على التمييز الإجتماعي ، وقلة الإستجابات الواضحة نحو مقدم الرعاية ، يمكنه أن يميز صوت الأم و رعايتها و رائحتها غلا أنه لا يظهر تفضيلا لها .

2-**مرحلة تكوين التعلق** : تمتد من ستة أسابيع إلى ثمانية أشهر ، يكون فيها الرضيع قادرا على التمييز بين الأشخاص المألوفين ، و يستجيب للأم بشكل مختلف عن استجاباته للآخرين .

3-**مرحلة التعلق الواضح** : تبدأ من ثمانية أشهر إلى عمر السنتين ، يسعى الطفل للقرب من الأم ، ويظهر لديه قلق الإنفصال عنها كما يظهر عنده أيضا القلق من الغرباء ، وهذا تطور إنفعالي يؤثر في نموه المعرفي .

4-**مرحلة تشكيل العلاقات المتبادلة** : بعد نهاية السنة الثانية ، حيث يحدث تطور سريع في الجوانب اللغوية و المعرفية ، و تزداد حصيلته اللغوية فيكون قادرا على الحوار و المناقشة ويفهم العوامل المسؤولة عن حضور أو غياب الأم . (زينب محمد ، 2010 ، ص 83)

الإنفصال : يرى بولبي أن سلوك الطفل بعد إنفصاله عن أمه يمر بثلاث مراحل :

1-**مرحلة الإحتجاج** : تبدأ هذه المرحلة بعد الإنفصال مباشرة أو تتأخر عنه بعض الوقت ، و تدوم من عدة ساعات إلى أسبوع أو أكثر ، يحتج فيها الطفل بالبكاء و الصراخ و يرفض كل أشكال الإهتمام العائلي ، و يبحث بكل الوسائل لإستعادة أمه .

2-**مرحلة اليأس** : يفقد الطفل الأمل ، يبكي بكاءا متقطعا ، تَقل متطلباته و يهدأ ، و ينخفض نشاطه الحركي و يرفض التعلق بالآخرين بعدوانية وينعزل .

3-**مرحلة التباعد و الإنعزال** : يتلاشى سلوك التعلق ، وينشط الطفل إجتماعيا فيهتم بما حوله ، وعند عودة الأم يتجاهلها و كأن عودتها لا تعنيه . (فايز ، قنطار ، 1992 ، ص ص 195 ، 194) .

6-7-مظاهر سلوك التعلق :

1-**الإتصال و الإقتراب** : فالرضيع يحاول الإقتراب من أمه بوسائل شتى كالحركات والنظرات و الإبتسامات ...، يستجيب لأمه قبل الآخرين و يرحب بها عند إقبالها برفع ذراعيه ، يزحف نحوها عندما تمشي أمامه ، و يلتصق بها عندما تحمله .

2-**قلق الإنفصال :** و هو القلق الذي يبديه الرضيع عندما يكتشف غياب أمه ، و يعبر عن ذلك بالبكاء و التوتر و التعاسة ، وعند عودة الأم يزول هذا القلق و يحل محله الفرح .

3-**القلق من الغرباء :** يبدي الرضيع القلق و الخوف من الغرباء ، فيرمقهم بنظرات قاسية ويبتعد عنه ، و قد يصل خوفه إلى درجة البكاء . (محمد عودة الريماوي ، 2008 ، ص 144)

7-التعلق في مرحلة المراهقة :

في سن المراهقة يخرج المراهق عن علاقات التعلق الأولية ، وبالرغم من أهمية الرابطة الوجدانية بين الآباء والمراهقين في هذه المرحلة ، والتي تنبىء بسلوك المراهق مستقبلا إلا أن المراهق يصبح أقل اعتمادا على الوالدين سعيا للوصول إلى الإستقلال الذاتي مع علمه أنهم سيقدمون له الدعم دوما ، ويصبح الرفاق موضوعا هاما للتعلق كمصدر للراحة النفسية وتحقيقا للإستقلال عن الوالدين .(Laible,D.J ,Gustavo,C ,& Raffaelli,M,2000 , PP.45-59.)

وتتحول العلاقة بالتدريج من علاقات التعلق الهرمية التي كان يتلقى فيها الدعم من مقدم الرعاية إلى علاقة تعلق مع الأقران يقدم فيها الرعاية و يتلقاها ، ودخول المراهق في علاقات آمنة ومتعددة مع الأقران مرتبط بدرجة شعوره بالأمن في علاقته مع والديه ، و الذي يعتبر أهم مدعم و سند اجتماعي يزيد من شعور المراهق بالثقة في نفسه و فاعليته الذاتية التي تساعده على مواجهة الضغوط فيما بعد .

ويرى كوي أن التعلق غير الآمن بالأقران في مرحلة المراهقة هو افتقاد لمصدر مهم من مصادر تكوين الهوية ، أما التعلق الزائد بهم فقد يكون له آثار سلبية على نمو المراهق وتوافقه حيث يكون التعلق على حساب وقته ونجاحه الأكاديمي بل حتى على قدراته الخاصة .(Coie,1990,pp365-402)

7-1-أنماط التعلق المختلفة للمراهقين و خصائصهم النفسية و السلوكية :

هناك أربعة أنماط من التعلق الآمن ، التعلق الخائف ، التعلق مشغول البال ، التعلق التجنبي

- **التعلق الآمن (Secure Attachment)** : من أهم مظاهر الشخصية المتعلقة تعلقا آمنا

– القدرة على إنجاح علاقاتهم مع الأصدقاء بإستخدام مبدأ الإعتمادية المتبادلة في تعزيز الألفة النفسية بينهم ، فنجد علاقاتهم تتسم بالحب و المودة مما يزيد ثقتهم في أنفسهم (Paterson,J.,Broyor,J,&Field,J.(1995) :365-376)

– السعادة و الثقة و القيمة وإنضباط المشاعر ، أكثر إقناعا في علاقاتهم و أقل خوفا من الإرتباط بالآخرين .(Nollr&Feeny 1994,199-221)

– القدرة على مواجهة الصدمات الإنفعالية و تقبل الدعم الإجتماعي من الآخرين .

– الإيجابية مع الذات و الآخرين .

– الإعتراف بجوانب الضعف في انفسهم و القدرة على اكتشاف جوانب القوة وهذا يعكس الثقة بالنفس .(Jao et Nada – Raja, & Stanton ,1992 :471-485).

التعلق الخائف (FearfulAttachment) : يكون هذا التعلق ردا على خبرات التعلق الأولية السلبية و يمتاز الأفراد ذوي هذا التعلق ب :

– التقدير السلبي للذات، وذكريات ذاتية معظمها سلبية (أميرة فكري، 2008، ص27).

– سلوك يتميز بالخوف من الرفض من الآخرين ، حيث ينطبق عليه مقولة " سأرفضك قبل أن ترفضني " ، رغم رغبتهم في الإتصال الإجتماعي و لكن يمنعهم الخوف من العواقب ، فيفضلون التجنب و هذا ناتج عن الإفتقار إلى الألفة .

– الغضب الشديد و العدوانية و إنتقاد الآخرين .

– القلق و الإكتئاب لنقص القرب من الآخرين -430. Griffin &Baratholomew 1994). 445)

التعلق مشغول البال (PreoccupiedAttachment) : يرى **باراثولوم** أن هذا التعلق في المراهقة مكافئ للتعلق القلق في الطفولة . ويتسم صاحبه ب:

– القدرة على مسايرة المواقف الضاغطة .

– سهولة الإحباط و الخوف الكبير من فقدان الشخص المتعلق به.

– القلق المستمر من عدم حب الآخرين له (Malcom West 2003.278–293)

– عدم قدرتهم على الإستقلال أو إكتشاف عالمهم الداخلي و لديهم مشاعر إعتمادية قهرية .

– الإفراط في الإعتماد على الآخرين و الإفتقار إلى الثقة و تقدير الذات .

– الإحباط في التفاعلات مع الآخرين مما يؤدي إلى الإكتئاب و الغضب .

(Cooper, ; shaver ,phillip R ;Collins & Nancy.1998 : 1380-1397)

– إنخفاض الأداء و قلة الإستمتاع بالعمل مقارنة بالآخرين .

– لوم النفس و الخوف من الهجران و الشعور بالنبذ من طرف الآخرين .

(Rosenstein&Horowitze 1996.244-253)

التعلق التجنبي الطارد (DismissingAttachment) : أصحاب هذا النمط ينفون أهمية الحب في حياتهم و يتجنبون الإقتراب الشديد من الآخرين كما يتجنبون الألفة و التواصل في الوقت الذي يكونون فيه في أمس الحاجة إلى الآخرين كالمرض ، أي أن هذا النمط مرتبط بالتجنب و ليس بالنقد الذاتي الذي يوجد في نمط التعلق التجنبي الخائف ، و يتميز صاحبه ب :

– عدم القدرة على التفاهم مع الآخرين فيعانون من مشكلات سلوكية كالعدوان

(Rosenstein&Horowitze 1996.244-253)

– عندما يعانون من أي مشكلة يميلون إلى الإنسحاب عن أقرانهم نتيجة للخوف من الرفض

و قد استقرأ **نادر فتحي** قاسم أستاذ الصحة النفسية بالمدينة المنورة مجموعة من الدراسات الأجنبية عن التعلق في مرحلة المراهقة من سنة 1993 إلى 2002 للعديد من الباحثين أمثال بوش 1993 ، موريالت 1993 ، بيلير 1996 ، زيمرمان 1996 ، كولينز 1997 ، سكارفي 2002 ...إلخ ، و التي توصلت إلى :

– يوجد إرتباط إيجابي بين مستوى التعلق الآمن مع الأم في الطفولة و مشاعر الألفة في الأوساط الإجتماعية في المراهقة .

– ذوي التعلق الآمن أقل عرضة للضغوط النفسية .

– يرتبط توقف التعلق إرتباطا دالا إحصائيا بأحداث الحياة السلبية .

– إرتبط مستوى الطموح العالي لدى المراهقين بنمط التعلق الآمن .

– معدل التعلق الأسري للمراهق له أثر على سلوكه الجانح .

– توجد علاقة موجبة بين القسوة الوالدية و نمط التعلق التجنبي عند المراهق .

– المراهق المريض نفسيا يعبر عن تعلقه غير الآمن بإيذاء الآخرين .

8– التعلق في مرحلة الرشد :

هو رابطة نفسية من المشاعر و الجاذبية بين الراشدين تأخذ شكل العلاقات الحميمية أو الصداقة ، تعتبر أنماط التعلق لدى الراشدين بشكل عام امتدادا لما كانت عليه في الطفولة ، نمط التعلق في الرشد هوإنعكاس لتاريخ الفرد التعلقي ، و خبراته التعلقية في الطفولة فالتعلق هو أول علاقة اجتماعية تتشكل عند الطفل ، لذا فهو بمثابة حجر الأساس لجميع العلاقات الإجتماعية اللاحقة مع الآخرين ، الطفل الذي يمر بخبرات ثقة و تعلق آمن سيتفاعل مع أقرانه عندما يكبر بثقة و نجاح ، على عكس الأطفال الذين يطورون تعلقا غير آمن فسيكونون عرضة للمشكلات في تفاعلهم مع الآخرين ، و قد دعمت هذه التوقعات من خلال نتائج العديد من الدراسات التي أظهرت أن الأطفال الذي طوروا تعلقا آمنا كانت لهم صداقات أكثر ، ومهارات اجتماعية أفضل و استقلالية و ثقة بالآخرين ، و مشكلات سلوكية أقل ، فالتعلق الآمن هو الأساس العاطفي الذي يتيح للطفل فرص التوافق مع المطالب والتحديات المستقبلية ، يعزز ثقته بنفسه و تنعكس هذه الثقة على العالم الخارجي و علاقته به، و قد أكد باولبي أن الطفل عند تفاعله مع الآخرين يشكل ما يسمى بالنماذج العاملة الداخلية ، وهذه النماذج تعمل على استمرارية أنماط التعلق فتصبح فروقا فردية ثابتة توجه العلاقات الحميمة مستقبلا و تقاوم التغيير لأنها تعمل خارج إدراك الطفل ، فهي تمثيل عقلي لعلاقة التعلق ، و تعتبر وجهة نظر باولبي إطارا نظريا لدراسة العلاقات الإنسانية في مرحلة الرشد ، وهذا ما أكده لايدون (Lyddon 2001) في بحثه عن علاقة اضطرابات الشخصية بنظرية التعلق و أنماطه ، و أشار إلى مصدرين لإستمرارية أنماط التعلق عبر الزمن :

1) تستمر أنماط التعلق في مرحلة الرشد في المواقف التي تنسجم مع النماذج العاملة التي تشكلت في الطفولة .

2) بنية الشخصية ثابتة ذاتيا من خلال آليات التمثل ، و التي تطابق الخبرات مع التراكيب المعرفية الجاهزة ، و المتميزة بعدم المرونة في التعامل مع المعلومات الجديدة ، فعند ذوي التعلق الآمن نظام الذات يكون مرنا من خلال إحداث توازن بين عملية التمثل و المواءمة أما ذوي التعلق غير الآمن فنماذجهم العاملة تتمثل المعلومات الجديدة بناءا على قواعد موجودة ، و يتم تجاهل المعلومات التي لاتنسجم مع هذه القواعد .

فالتعلق عند الراشدين هو علاقة شخصية تحكمها المشاعر و العواطف المتبادلة بين الطرفين ، و تنمو من خلال أحداث و خبرات متعددة .

9- أنماط التعلق بين الزوجين :

أهم حاجة يشبعها الزواج هي الحاجة للحب و التقدير ، فقد أثبتت دراسة قام به دينر وسليجمان أن 10% الأكثر سعادة من الآخرين باستثناء شخص واحد يعيشون علاقة حب رومانسية ، و أن المتزوجين أكثر سعادة من غيرهم (كريم الشاذلي ، 2010 ، ص11) ، دراسة ل ستروس 1945 على عينة من 373 شاب و شابة مرتبطين ، أعربوا عن أهم الحاجات التي كانوا يريدون إشباعها عن طريق الزواج ، فجاءت الحاجة (إلى شخص يحبني) هي أول الحاجات لكل من الرجال و النساء ، بينما جاءت الحاجة (إلى شخص أبوح له بأسراري) في المرتبة الثانية ، فبالحب يشعر الزوجين بالأمن و الإطمئنان ، والتأييد العاطفي مما يُمكنهما من تجاوز كل العقبات التي قد تقف في طريقهما ، كما أظهرت دراسة ل جينيفياف و آخرون على أربع مجموعات (رجال متزوجون ، نساء متزوجات ، رجال غير متزوجين ، نساء غير متزوجات) أن الرجال المتزوجين أكثر المجموعات الأربعة شعورا بالسعادة ، فأثر الزواج على كل مناحي حياة الفرد يظهر من خلال توافقه فيها ، توافق صحي ونفسي و اجتماعي ، وحتى مهني ، (كلتوم بلميهوب ، 2009 ، ص 10) ، فالحاجات العاطفية هي جوهر الإشباع المتبادل بين الزوجين .

وبناءًا على افتراض استمرارية أنماط التعلق و تأثيرها على مشاعر و سلوك و أفكار الراشدين حين توجههم لبناء علاقات حميمة ، فقد شهدت السنوات الأخيرة تطبيق نظرية التعلق و رغم أنه يراد بها التعلق العاطفي بين الطفل و والديه ، إلا أنه تم تطبيق هذه الدراسة على العلاقات الرومانسية في سن المراهقة و البلوغ .و قد ركز معظم الباحثين على النمط النظامي للتوقعات في العلاقة و العواطف و السلوك الناتج عن التاريخ التعلقي للفرد ، والذي يسميه هازان و شيفر أسلوب التعلق بين الشريكين

و التعلق الزوجي هو رابطة خاصة شديدة التميز و الخصوصية مواصفاتها فريدة ، و لها عناصر أساسية منها :

- رابطة التعلق هي علاقة إنفعالية لها طابع الدوام مع شخص معين .
- تجلب العلاقات الإنفعالية المتبادلة المجسدة لرابطة التعلق الإيجابي أمنا و راحة و هدوء و متعة للطرفين .
- الإفتقاد أو مجرد التهديد بغياب الشخص الآخر ، يسبب إنزعاجا و توترا و ضيقا نفسيا شديدا (بروس دنكان بيري ، 2001 ، ص 3) ، أي أنه إرتباط إنفعالي قوي بين الزوجين يؤدي إلى

السعادة الزوجية و الإحساس بالدفء العاطفي و الآمان ، و يتفق كل من **Ainsworth ,1979**) **Huffiman Vernoy & Williams 1987**) على أن التعلق رابطة إنفعالية قوية بين شخص وآخر و ذلك تحت ظروف التواجد في إطار مكاني واحد و يتدعم هذا الإرتباط مع الزمن ، و يعرفه **شيفر**) **Shaffer**) على أنه علاقة عاطفية قوية بين شخصين تتميز بالتبادل العاطفي و الرغبة في المحافظة على القرب بينهما (حنان عبد الرحيم ، 2010 ، ص 211)

إن الفرد يميل للبقاء قريبا من الشخص المتعلق به ، لأنه يمثل له قاعدة آمنة و ملاذا آمن ، و الإبتعاد أو الإنفصال عنه يكون مؤلما .

وقد اتسعت نظرية التعلق لتشمل العلاقات العاطفية عند البالغين في أواخر الثمانينات بواسطة **سيندي هازان و فيليب شيفر** (**Hazan and Shaver, 1987**) ، حيث يرى كل منهما أن مشاعر الفرد في العلاقات الرومانسية تخضع لعمليات التعلق مع مقدم الرعاية في مرحلة الطفولة ، و تم اختبار هذه الفكرة فقاما ببناء مقياس لأنماط التعلق في مرحلة الرشد يعكس الأنماط الأساسية التي لاحظها الباحثون لدى الرضع ، و وفقا لتصور هازان وشيفر يقسم التعلق إلى :

1) **تعلق آمن** : يتميز هذا النمط بالثقة بالآخرين و الإرتياح عند الإقتراب منهم ، والإعتماد عليهم ، و عدم القلق من أنهم قد يهجرونهم .

2) **تعلق تجنبي** : عدم الشعور بالراحة عند الإقتراب من الآخرين ، و صعوبة الثقة فيهم أو الإعتماد عليهم .

3) **تعلق قلق متناقض وجدانيا :** رغم أن لديهم رغبة الإقتراب من الآخرين ، إلا أنهم يرفضونه و يقلقون من عدم اهتمام الآخر. (Hazan and Shaver , 1987, P 112)

و أظهرت النتائج في دراستين لهما على عينتين مستقلتين نسب الأنماط كالآتي ، في الدراسة الأولى : 56% تعلقا آمنا ، 25% تعلقا تجنبيا ، 19% تعلقا قلقا متناقضا وجدانيا ، أما في الدراسة الثانية فكانت النسب : 56% تعلقا آمنا ، 23% تعلقا تجنبيا ، 21% تعلقا قلقا متناقضا وجدانيا ، وقد توصلا في دراسات أخرى لهما إلى أن الأفراد ذوي التعلق الآمن في مراحل المراهقة و الرشد يسجلون ذكريات آمنة في تعلقهم بوالديهم في الطفولة ، أي أن أنماط التعلق في العلاقات العاطفية عند البالغين تتوافق بشدة مع أنماط التعلق عند الأطفال ، و أظهرت دراسة أوينز و آخرون **(Owens et al)** أن نمط التعلق الآمن مع الوالدين يرتبط بتعلق آمن في العلاقات الحميمة في الرشد ، و دلت

دراسات سروف و آخرون (**Sroufe 1990**) على أن النماذج الأولى تبقى ثابتة ، قد تظهر بوضوح في مواقف محددة ، أو قد لا تظهر و لكنها تبقى كامنة ، وهناك بحوث أخرى قدمت الأدلة على التشابه بين أنماط التعلق في الطفولة و الرشد في العلاقات الحميمة و الصداقة ، و أثرتلك الروابط على تكيف الأفراد النفسي و الإجتماعي ، بالمقابل قام علماء النفس الإجتماعيين المهتمين بالتعلق العاطفي ، بدراسة جانبين أساسيين في نظرية التعلق عند البالغين ، وهم تنظيم و استقرار نماذج العمل الذهنية التي تعتمد عليها أنماط التعلق ، كما يهتم بذلك علماء النفس التطوري ، باستكشاف كيفية تأثير التعلق على سير العلاقات و نتائج تأثيرات العلاقة ، ووجد بعض الباحثين أن البالغين لا يحملون نموذجا واحدا فقط من نماذج العمل وعوضا عن ذلك لديهم قواعد أساسية عن علاقات التعلق عموما ، و لهم معلومات عن علاقات معينة ، و بذلك فهم يحملون العديد من النماذج العاملة الداخلية للعلاقات المختلفة ، و من الدراسات التي توصلت إلى أن نمط التعلق قد يتغير دراسات **ميلز** (**Mills**) الطولية للراشدين (27 – 52 سنة) حيث لاحظ تحول الأفراد القلقين و التجنبيين إلى آمنين مع التقدم بالعمر نتيجة تغير الظروف المحيطة بالأفراد ، كما أظهرت دراسة لووترز **و وينفيلد و هاملتون** أن التغير في أنماط التعلق من الطفولة إلى الرشد يرتبط بالأحداث السلبية و غير السارة في الحياة (إكرام عبد القادر ، 2002 ، ص ص 32–34) ، و لهذا يمكننا القول أن التفاعل المثمر في العلاقات خلال المراهقة و البلوغ يمكن أن ينقل الفرد من نمط لآخر فأسلوب التعلق يتغير بشكل ضمني وفقا للأطار العام و التجارب الأخيرة و العلاقات الحديثة .

وتتلخص أفكار كل من هازان و شيفر عن العلاقات بين الراشدين فيما يلي :

1)التعلق بين الطفل و مقدم الرعاية و التعلق بين الراشدين يحكمه نظام بيولوجي واحد ، فالشريك في العلاقة أو الزوج يستخدم أيضا كقاعدة آمنة ، يستطيع من خلالها الطرف الآخر أن ينشغل بالعمل و الإبداع و اللجوء إليه وقت الخطر و الخوف من أجل الحصول على الدعم و الحماية و الراحة .

2) نوعية العلاقة الملاحظة بين الطفل و من يرعاه تشبه تلك الملاحظة في العلاقات الحميمة .

3) إن الفروق الفردية في سلوكات التعلق بين الراشدين هي إنعكاس لتوقعات الأفراد عن أنفسهم و عن الآخرين في العلاقات الحميمة من خلال النماذج الداخلية العاملة والثابتة إلى حد ما ، و المتشكلة من خبرات الطفولة ، فيستخدمون هذه النماذج في تفسير نوايا وأهداف شركائهم في العلاقة .

4)العلاقات العاطفية هي ظاهرة تعلقية و لكنها تختلف عنها فهي تتضمن العلاقات الجنسية أيضا ، فالتعلق في الطفولة بين طرف ضعيف يأخذ دور المتلقي و مقدم الرعاية ، أما التعلق بين الراشدين فهو علاقة تبادلية بين الطرفين ، و العلاقات الحميمة يمكن أن تفهم من خلال ثلاث وظائف طبيعية لثلاث أنظمة سلوكية و هي : التعلق Attachement ، الرعاية Car giving ، الجنس Sex .

و تدل دراسات هازان و شيفر أن الحب و العمل في حياة الراشدين يلعب دورا وظيفيا مشابها لدور التعلق و استكشاف البيئة المحيطة في الطفولة ، و أن الرضا في أحد الجوانب يرتبط بالرضا في الجانب الآخر ، و أن الأفراد ذوي نمط التعلق الآمن في العلاقات الحميمة لا يشعرون بالخوف من الفشل و لا يستخدمون العمل كبديل عن الحب ، و يطلبون الدعم كلما احتاجوا ، و لديهم مرونة في التعامل مع الأمور ، و درجات عالية من الرضا عن الذات ، مقارنة بذوي التعلق غير الآمن الذين يتميزون بتقدير ذات منخفض ، و عدم الرضا عن الحياة . (إكرام عبد القادر ، 2002 ، ص 39)

و تشير الأبحاث أنه يمكن قياس أساليب التعلق من خلال بعدين مستقلين ، القلق و الإجتناب المرتبطين بالتعلق ، بعد القلق يوضح إلى أي درجة يقلق من عدم توافر الشريك و استجابته عند الحاجة ، أما بعد الإجتناب فيعني إلى أي درجة لا يثق بالنية الصالحة للشريك و يسعى للتمسك باستقلالية سلوكية و الإعتماد على الذات و الإبقاء على مسافة عاطفية ، و اقترح ميكولينسر و شايفر أن كلا التعلقين غير آمن ، فالذين يسجلون مجموعا منخفضا في هذين البعدين آمنين و يميلون إلى أن يستثمروا استراتيجيات بناءة و فعالة في الإنتظام العاطفي ، أما الذين يسجلون مجموعا مرتفعا في هذين البعدين فهم يعانون من عدم الآمان ، و يميلون إلى الإعتماد على يسميه كاسيدي و كوباك باستراتيجيات التعلق الثانوية ، إما يوقفون تفعيل نظام التعلق عن العمل ، أو يفرطون في إشغاله في محاولة للتعامل مع التهديدات ، صاحب نمط التعلق التجنبي يحاول عدم السعي للتقرب و تجنب الإقتراب و الإعتماد على الآخرين في العلاقة ، و ينشأ هذا التعلق على علاقة مع شخصيات لا توافق على القرب و التعبير عن الحاجة أو الضعف و تعاقب عليها ، أما صاحب نمط التعلق القلق فيعتمد على استراتيجيات فرط تفعيل النظام ، و المغالات في التعلق محاولة للتقرب أكثر و تحقيق الدعم و الحب مع نقص في الثقة ، مع الغضب عند عدم توفر هذه الأشياء ، و ينشأ هذا النمط من التعلق من العلاقة مع شخصية مستجيبة لكنها غير موثوقة ، حيث يتحصل الشخص على دعم جزئي فقط .

و قد طور **بارثولوميو و هورويتز Bartholomew and Horowitz 1991)** نموذجا لتعلق الراشدين ، ينسجم مع النماذج العاملة الداخلية التي افترضها بولبي ، نموذج الذات و يتضمن التمييز بين الذات و الآخرين ، و نموذج الآخرين إيجابي أو سلبي ، و يتفرع منه أربعة أنماط لتعلق الراشدين وهي :

1) **التعلق الآمن (Secure Attachement) :** يتصف بنظرة إيجابية للذات و ثقة بالآخرين .

2) **التعلق المنشغل (Preoccupied Attachement) :** لديهم نماذج داخلية سلبية نحو الذات و إيجابية نحو الآخرين ، لديهم رغبة قوية في الإقتراب من الآخرين ، والحصول على القبول منهم إلا أنهم يحسون بعدم جدارتهم بمحبة الآخر.

3) **التعلق الرافض (Dismissive Attachement) :** لديهم نماذج عاملة داخلية إيجابية نحو الذات و سلبية نحو الآخرين ، فيحمون أنفسهم بتجنب العلاقات مع الآخرين

4) **التعلق الخائف (Fearful Attachement) :** نماذجهم العاملة الداخلية سلبية نحو الذات و سلبية نحو الآخرين ، انعدام كفاءتهم و صعوبة في الثقة في الآخرين

كما فضل **بارثولوميو** النظر إلى تعلق الراشدين على أنه متعدد الأنماط فكل فرد قد يظهر لديه أكثر من نمط .

و يبين لنا الشكل رقم (01) تقسيم بارثولوميو لكيفية تشكل النماذج الداخلية العاملة لأنماط التعلق الأربعة عند الراشدين ، حسب بعدي الذات و الآخرين.

نموذج ايجابي عن الآخرين

تعلق منشغل **تعلق آمن**

نموذج سلبي عن الذات **نموذج سلبي عن الذات**

تعلق خالف **تعلق رافض**

نموذج سلبي عن الآخرين

رسم توضيحي يبين أربع نماذج للتعلق عند الراشدين لبعدي الذات والأخرين

(إكرام عبد القادر، 2002 ، ص 31)

وتعرف الباحثة التعلق بين الزوجين بأنه رغبة قوية لدى الزوج أو الزوجة في القرب من الآخر للإحساس بالراحة و الأمان، و تتبنى منظور **بارثولوميو و هورووِيتز) Bartholomew and Horowitz 1991** في قياس التعلق بين الزوجين .

الخصائص النفسية و السلوكية لذوي أنماط التعلق :

التعلق الآمن : شعور الفرد بالأمن في علاقاته مع الآخرين ، ويرى باترسون (1995) أن أصحاب التعلق الآمن تتسم علاقاتهم بالحب والمودة و الثقة بالنفس و القدرة على إنجاح علاقاتهم باستخدام مبدأ الإعتمادية المتبادلة في تعزيز الألفة النفسية بينهم و بين الآخرين . (Paterson ,J , et al,1995, pp 365-376)

كما أن أصحاب التعلق الآمن أكثر انضباطا في مشاعرهم و إقناعا في علاقاتهم و شعورا بالسعادة و الثقة و القيمة و الفاعلية في مواجهة الضغوط و الصدمات الإنفعالية و أقل احتمالا للوقوع في الخوف من الإرتباط مع الآخرين طول العمر (Nollr&Feeny, 1994, pp 199-221)

و أصحاب هذا النمط تكون لديهم قدرة عالية على الإندماج مع الآخرين و شخصيتهم اجتماعية و منفتحة ، و يضيف جو و آخرون (1999) أنهم يمتلكون القدرة على التسليم بوجود أوجه النقص العادية في أنفسهم و ذلك يعكس الثقة بالنفس و القدرة على كشف جوانب القوة و جوانب الضعف في أنفسهم (Jao, et al, 1992, pp 471-485)

يتعلمون أن الإعتراف بالمشاعر و البوح بها خطوة مهمة لإستعادة التوازن العاطفي ، و اكتشاف العواطف و فهم مشاعر الآخرين ، و أن هذا أمر مقبول اجتماعيا ، لديهم قدرة جيدة على معرفة و تنظيم إنفعالاتهم ، و الوعي بالحالة الإنفعالية للآخرين من خلال المنبهات الموقفية و التعبيرية

التعلق القلق: يصفه **لايفسلي** بعدم الإنتظام العاطفي ، و يشمل على إرباك الهوية والتذبذب الإنفعالي ، و التشويشات المعرفية و الإذعان و أحيانا المعاندة مع الأذى الذاتي و النرجسية و التشكيك .(ماريو ميكولينسر و فيليب شافر ، ب ت ، ص 15) وكما يتميز صاحب هذا النمط بالإنتباه المركز على الذات ، و الحساسية المفرطة لتقييمات الآخرين و حس مفرط بالأحقية ، تزيد المشاعر السلبية لديه فيزيد تعلقه ، لديه تضخيم عاطفي و تمادي في القلق ، ردود أفعال إكتئابية لخسائر و فشل محتمل ، إنعدام الثبات الإنفعالي ما بين غضب و اندفاع ، سلوك متطلب نحو الزوج ، و أحيانا يصل إلى العنف ، و يرتبط هذا النمط من التعلق بمشاكل في العلاقة مع الآخرين بشكل عام ، فهو متقلب إنفعاليا ، و يفتقر إلى الإستقلالية و المبادرة ، إنخفاض ثقته في نفسه و تقديره لذاته

التعلق التجنبي الخائف : سلوك الفرد في هذا النمط يتسم بالخوف من الرفض من الآخرين ، وكأن لسان حاله يقول للطرف الآخر سأرفضك قبل أن ترفضني و يظهر ذلك في صورة الغضب الشديد و العدوانية و انتقاد الآخرين ، و التأثر باللوم و الفقد و ينظر للآخرين بأنه لا يمكن الإعتماد عليهم ، و ينظر لذاته على أنها غير محبة للآخرين .

التعلق التجنبي الرافض: هو ارتباط مضطرب إذ يعاني الفرد من صعوبة في الثقة بالآخرين ، و يعاني من الوحدة و العزلة نتيجة تاريخ علاقاته بالآخرين غير المستقرة، (العبيدي هيثم ، 2006 ، ص 21) ، و ترى أنسورث أنه نمط غير صحي من أنماط التعلق و لا يعطي هذا التعلق

الشعور بالأمن و الطمأنينة ، و قد وجد كراوفورد و آخرون أن التعلق التجنبي مرتبط بالكبت ، و يشمل تعبيرا محدودا للإنفعالات و مشاكل في الحميمية و التجنب الإجتماعي كما يتصف بالنرجسية أو هوس العظمة الذي يشمل الثناء على الذات و نكران الضعف ، يبعد العواطف عن أفكاره و أفعاله و يظهر تماسكه الدائم ، و لكنه في نفس الوقت يكبت أمورا أخرى و لا يعالجها ، مما يؤثر على قدرته على التعامل مع المواقف الجديدة و المرهقة و التي لا مفر منها في الحياة ، و قد يعاني من برودة عاطفية ، و الوحدة و الإنعزال الإجتماعي ، وضعف في المهارات الإجتماعية ، و عموما صاحب هذا النمط يحد من أهمية الإحتياج للآخرين و يحاول أن ينفي أهمية الحب من عقله .

11-**أنماط التعلق والصحة النفسية** : إذا كان التعلق غير الآمن سبب من أسباب الإضطرابات النفسية ، فإن التعلق الآمن يزيد من المرونة و يحسن الصحة النفسية ، و وفقا لنظرية التعلق ، فإن التفاعل مع شخصيات التعلق الداعمة يؤثر على الإحساس بالأمان و المشاعر الإيجابية كالراحة والحب و الإمتنان ، و اكتساب مهارات للتعامل مع مشاكل و صعوبات الحياة ، و سهولة إستعادة توازنهم و طاقتهم ، و اختبار العواطف الإيجابية مما يساهم في تحقيق مستوا مناسب من الصحة النفسية ، و قد أجريت دراسة حول آثار الأمن الزائد على عدد من مؤشرات الصحة النفسية من خلال تجربة تفعيل للأشكال النفسية لشخصيات التعلق الداعمة ، و تم استعمال توصيف " برمجة الشعور بالأمن " ، بصور لا شعورية تشير إلى شخصيات أمن متوفرة ، و أسماء لا شعورية تشير إلى أشخاص يحددهم المشارك بأنهم شخصيات في حياته توفر له الشعور بالأمن ، و صور موجهة تركز على دعم شخصية تعلق ، و تصور وجوه شخصيات تعزز التعلق الآمن ، و وجد أن برمجة الشعور بالأمن تحسن مزاج المشاركين حتى في الموقف الذي يشعر بالتهديد ، كما وجد ميكولينسر و آخرون أن البرمجة اللاشعورية بكلمات تتعلق بالأمن تزيل الأعراض المعرفية لإضطراب كرب ما بعد الصدمة (قدرة مشددة للكلمات المتعلقة بالصدمة في مهمة تسمية الكلمات بالألوان بأسلوب استروب) في عينة غير سريرية ، أما أدموني فقد وجد أن برمجة أسماء كل موفر للأمن لكل من المشاركين يزيل عارضين معرفيين من اضطراب الطعام (نظرة مشوهة للشكل الجسدي ، وقدرة مشددة لكلمات تتعلق بالطعام في مهمة بأسلوب استروب) ، في عينة من النساء اللواتي أدخلن المستشفى نتيجة لإضطرابات غذائية ، و في دراسات تستند على بيانات متعددة المواقع لبرنامج البحث التعاوني لعلاج الإكتئاب في المعهد الوطني للصحة النفسية (NIMH) ، ووجد زوروف و بلات أن الثناء الإيجابي للمريض و المساندة تخفض عبء الإكتئاب و تحافظ على المنافع العلاجية إلى فترة قد تصل إلى 18

شهرا ، و في دراسة ل غور في علاج المراهقين الذين أظهروا خطرا ، وجد أن توفير أعضاء طاقم العمل شعورا بالتعلق الآمن لدى المراهقين خفض من معدل الغضب و الإكتئاب و المشكل السلوكية لديهم ، ومن هنا فالشعور بالأمن الذي يمده المعالجون النفسيون يحسن من الصحة النفسية للمريض . (ماريو ميكولينسر و فيليب شافر ، 2012 ، ص 16)

12- تداخل مفهوم التعلق مع مفاهيم أخرى :

الحاجة إلى الحب والإنتماء :

الإنتماء هو الإحساس بالإحتواء العاطفي الدافئ والحميم والإنغراس و التوطد النفسي في الوالدين خاصة الأم ، أما التعلق فهو ذلك الإرتباط المتبادل بين الطفل و من يقوم برعايته و الذي يتأسس مبكرا في حياة الطفل و هذه العلاقة ذات أثر عميق و دائم على كل مناحي النمو العصبي والبدني و العاطفي و المعرفي الإدراكي و السلوكي و الإجتماعي للطفل

13- المفاهيم المتعلقة بالحب :

1- الإعجاب والحب : أشار روبن في كتابه الإعجاب والحب إلى تداخل هذين المفهومين ، فكلاهما يعني أن الشخص يحمل شعورا تجاه شخص آخر ، إلا أن مضمون الحب لا يشابه مضمون الإعجاب ، فالحب يتكون من ثلاثة عناصر هي : التعلق ، الإهتمام ، العلاقات الحميمة ، التعلق هو رغبة قوية للتقرب من الآخر وتلقي الإستحسان و الإهتمام منه ، أما الإهتمام فهو الإستعداد للتضحية بالنفس من أجل الشخص الآخر ، والعلاقة الحميمة هي الإتحاد و الإرتباط بين فردين ، وتوصل روبن إلى إيجاد الفرق بين الإعجاب و الحب من خلال تجاربه التي قام بها و ذلك بتطوير مقاييس لقياس الحب والإعجاب تعد دعما قويا لنظريته ، لأنه الإعجاب من وجهة نظره يهتم بتقويم الشخص الآخر ، أي أننا نعجب بشخص ما فقط عندما نشعر بأن ذلك الشخص يمتلك مؤهلات تجعله يستحق منا الإحترام(Rubin,1973,P1) .

2- الحب الرفاقي : تحدد هاتفيلد وزملاؤها نوعين أساسيين للحب و هما الحب العاطفي والحب الرفاقي ، و عرفت الحب العاطفي بأنه حالة من الرغبة الشديدة للإتحاد و الإرتباط بشخص آخر ، وتقوم هذه الرغبة على نظام فسيولوجي بشري ، ويكون حالة إيجابية إذا كان الحب متبادلا للطرفين ، و حالة سلبية عندما لا يكون الحب متبادلا . أما الحب الرفاقي فهو شعورنا تجاه آخرين

ترتبط بهم حياتنا و تتوفر لديهم القدرة على دعم السلوكيات الشخصية الإيجابية . (Haltfield& Walster,1978, p 19)

14- النظريات التي تناولت مفهوم الحب والحاجة إليه :

حاول علماء النفس أن يسبروا أغوار هذه العاطفة الرائعة التي تبدو مفهوما غير ملموس من الصعب قياسه ، فاختلفت الأراء حيث ترى **سيندي هيزان** أن هناك ثلاثة أنواع من الحب يحتاجهم الإنسان في حياته :

الحب الأول : حب من يعطوننا الأمان و يزيدون من ثقتنا بأنفسنا مثل حب الأطفال لوالديهم .

الحب الثاني : حب من يعتمد علينا و نتحمل مسؤوليته كشعور الشخص تجاه أبنائه .

الحب الثالث : الحب الرومانسي لشخص يحبنا لا لشيء إلا أننا نستحق حبه و تقديره ، و هذه الأشكال الثلاث يمكن تحقيقها داخل كيان واحد ألا و هو الأسرة .(كريم الشاذلي ، مرجع سابق ، ص9)

كما اقترحوا عددا من النظريات المختلفة لتفسيرها :

14-1- نظرية هرمية الحاجات لماسلو (1954):

افترض ماسلو سبع مستويات للحاجات ، تشبع كل واحدة منها بدرجة ما قبل الإنتقال إلى الأخرى ، على النحو التالي : الحاجات الفسيولوجية ، حاجات الأمن ، حاجات الحب و الإنتماء ، حاجات الإحترام ، حاجات تحقيق الذات ، الحاجة إلى الفهم و المعرفة ، الحاجات الجمالية (صالح قاسم حسين و الطارق علي ، 1998، ص 215) ، و يؤكد **ماسلو** أن منح الحب للطفل يعد شرطا جوهريا لتحقيق الشخصية السليمة ، ومن دون الحب و الأمن سيواجه الطفل صعوبات في نموه و تحقيق ذاته ، كما يرى أنه لكي يتقدم الأطفال بإشباع حاجاتهم تبعا لتدرجها الهرمي ، فإنه يجب منحهم الدفء و القبول في بيئة تساعدهم على اشباع حاجاتهم بسهولة ، كي ينتقلوا من مستوا إلى آخر في هرم الحاجات إلى أن يصلوا إلى مرحلة الرشد ، لينتقلوا إلى تحقيق الذات أما إذا كانت بيئة الأطفال مفتقرة إلى الحب و غير مستقرة ، فسيظلون بعد بلوغهم مرحلة الرشد يسعون فقط لتحقيق الحاجات الدنيا مع الشعور بالتهديد و انعدام الأمن و الإحترام القليل للذات فيدرك العالم على أنه عدائي ومهدد و

تظهر عنده بوادر الإضطراب وسوء التوافق. فالحاجة إلى الحب إنطلقت من الحاجة إلى الإنتماء حيث يسعى الإنسان إلى أن يكون محبوبا من قبل الآخرين و حاصلا على الإهتمام منهم ، و في حالة عدم إشباع هذه الحاجة يعاني الفرد من الجوع الإجتماعي الذي ينتج عنه إتجاهين للحب : الأول ناتج عن العجز ويتركز فيه اهتمام الفرد بأن يحبه الآخرون ، و الثاني ناتج عن قدرة الفرد أن يكون محبوبا فيحب الآخرين

14-2-التحليل النفسي للحب (فرويد) :

ينظر فرويد إلى الحب من منظور الرغبة الجنسية ، فالحب والجنس لهما جذور متأصلة منذ الطفولة ، والأم هي الحب الأول للشخص ، ويرى فرويد أن الحب يمثل تيارين : الأول هو الحب والذي ينشأ في وعي الطفل بالرعاية و الإهتمام و التغذية و ما يتلقاه من والديه ، أما التيار الثاني فله علاقة باللبيدو و النشاط الجنسي ، و الحب السعيد هو اندماج لهذين التيارين ، ويشير فرويد إلى أن الغرائز الجنسية هدفها البحث عن الإشباع ، وكبت هذا الهدف يدفع الرغبة الجنسية إلى التحول إلى علاقة حب طويلة الامد مثل علاقة الأزواج. (Freud , 1951, pp 1-2).

14-3-نظرية ثلاثية الحب ستيرنبيرغ (1986) :

حاول ستيرنبيرغ في نظريته الإجابة على عدد من الأسئلة التي تشغل الكثيرين عن الحب مثل :

* ماذا يعني حب شخص ما ؟

* لماذا يقع الشخص بمحبة شخص ؟

*هل الحب هو نفسه عند الجميع وهل نحن نحب وفق طرق نختلف فيها عن بعضها البعض؟

*لماذا هناك اختلاف كبير بالطرق و الأساليب التي يتم من خلالها تشكيل العلاقات ؟

*لماذا بعض العلاقات تستمر و تدوم في حين الآخرين يختفي حبهم بنفس السرعة التي يتم تشكيله فيها .

ومكونات الحب حسب هذه النظرية و التي تعد قمم لمثلث متساوي الأضلاع هي :

1- العلاقة الحميمة : والتي تقود إليها الرومانسية و الإنجذاب الجسدي ، و من عناصرها الإهتمام ، المشاركة ، الثقة ، الإلتزام ، الصدق ، التعاطف ، الملاطفة .

2- العشق و المودة : مشاعر القرب و الإرتباط في علاقة الحب .

3- القرار أو الإلتزام : قرار الفرد بحب فرد آخر لمدة يلتزم خلالها بالمحافظة على الحب .

(Stenberg, 1986 ,p 119) ، و أهمية هذه المكونات تختلف حسب مدة العلاقة ، فالعلاقة الطويلة الأمد تزيد فيها أهمية عنصر المودة ، وتقل أهمية العلاقة الحميمة ، أما القصيرة المدى يكون فيها عنصر العلاقة الحميمة مهم جدا ، في حين عنصر الإلتزام يكون فيها أقل أهمية (Stenberg, 1986 ,p 312). وتوصل ستيرنبيرغ إلى وجود أنواع عديدة من الحب و العلاقات الإنسانية من خلال تفاعل هذه المكونات وهي:

1) اللاحب Non-Love : تحدث في التفاعلات اليومية العادية مع الغرباء و المعارف البعيدين أو في علاقة في مراحلها الأخيرة .

2) الميل Liking : يتكون من الحميمية ، و نجده في علاقات الصداقة القوية الدافئة و القريبة .

3) الهيام و الإفتتان Infatuation Love : الحب من أول نظرة دون الحميمية و الإلتزام ، قد يختفي بوقت قصير و يتميز بدرجة عالية من الإثارة النفسية و الحسية .

4) الحب الفارغ Love Empty : يحتوي على الإلتزام فقط عندما لا يختار الشريكين بعضهما البعض أو قد يكون في علاقات راكدة استمرت لسنوات و فقدت إثارتها العاطفية و جاذبيتها .

5) الحب الرومانسي Romantic Love : عشق و حميمية ، و هو مرحلة مبكرة من العلاقة وقد يصبح الشريكين مع مرور الوقت ملتزمين .

6) الحب الرفاقي Companionate Love : حميمية و التزام مثل الصداقة الملتزمة طويلة المدى .

7) الحب الأحمق Fatuaus Love : عشق و التزام تم على أساسه ، و الحب معرض للإنتهاء في أي لحظة .

8) الحب الكامل Consummate Love : حميمية مع عشق و التزام و هو من أقوى أنواع الحب .(Michael & Eysenck, 2001,p 324)

و الإفتراض الأساسي لهذه النظرية أن الحب الحقيقي هو التوازن المثالي بين الأضلاع والعناصر الثلاثة المكونة للمثلث ، هذه المكونات الثلاث قد تكون أو لا تكون كلها موجودة في العلاقة الخاصة ، و كمية الحب التي نحملها نحو بعضنا البعض تتحدد وفقا لحجم المثلث و حجم أضلاعه

14-4- نظرية عجلة الألوان للحب جون لي (1973- 1988) : في كتابه (ألوان الحب) الذي طرحه عام 1973 قام العالم جون لي بشرح نظريته عن الحب و استخدم في ذلك عجلة اللون والتي تشير إلى أن هناك ثلاثة ألوان أساسية هي : الأحمر و الأزرق و الأصفر ، و حينما نمزج هذه الألوان من الطلاء يمكننا إنشاء أي لون من ألوان قوس قزح و بذلك تصور لي الحب بهذه الطريقة و قد شملت الأنماط الأساسية ثلاثة أنواع هي :

الحب العاطفي Eros Love : يمثله اللون الأحمر و يتميز بالمشاعر و الإنفعالات القوية ويوصف بالحب من أول نظرة .

لعبة الحب Ludus Love : يمثله اللون الأزرق ، حيث يتمتع فيه الشخص بمطاردة الشريك و يلعب لعبة الإستيلاء عليه و بمجرد حصول ذلك فإن المشاعر تبدأ بالفتور ، و هنا يتجنب الشخص الإرتباط الطويل المدى و التعلق و الإلتزام .

حب العائلة و الصداقة Storge Love: يمثله اللون الأصفر و هو يغرس الهدوء و الإلتزام في داخلنا لإنسان قريب إلينا ، كحب الوالدين للأطفال ، و الأبناء للآباء و الأمهات ، حب الزوج لزوجته والزوجة لزوجها ، و هذا حب يعطي قيمة للصداقة و يهدف إلى الإستقرار .

و بمزج الألوان الأساسية يمكن إنشاء العديد من الأشكال المختلفة لأنماط حب أخرى حيث نجد :

حب الإيثار Agape Love : و يمثله اللون البرتقالي ، و هو أنقى شكل من أشكال الحب ، شعور قوي يتبعه إلتزامات و قرارات من الطرفين .

الحب العملي Pragma Love : و يمثله اللون الأخضر ، و هو الحب المشروط ، أي حب من العقل و ليس من القلب ، و يمكننا التعبير عنه بالشخص الذي يحمل قائمة للتسوق و يبحث عن بضاعته وفق مواصفات محددة مسبقا ، فالشخص المناسب تتوفر فيه خصائص معينة ، مثل العمر والطول ، الدين ، الجمال ، و توفر هذه المؤهلات يسهل الحياة .

الهوس Manic Love : و يمثله اللون البنفسجي ، و يسمى العشق الهوسي أو وسواس الحب ، غيرة شديدة و تبعية إلى جانب كثافة كبيرة من المشاعر و التي قد تكون مفروضة ، قلق و انعدام الأمن .

وهكذا أشار جون لي إلى مختلف الطرق التي يفكر فيها الناس حال دخولهم في علاقات حب ، و توالت الدراسات بعدها و التي توصلت إلى أن معظم الأشخاص لديهم جزء من جميع أنماط الحب الست .

14-5- نظرية زيك روبن Zick Rubin : حاول في كتابه الصادر سنة 1970 تقييم حالات العشاق و ملاحظة متأرجحات عاطفة الحب من أجل الخروج بمقاييس لحساب هذه العاطفة ، أي أنه أراد قياس الحب بأسلوب علمي ، و نجحت محاولته بالفعل عن طريق قيامه بتسجيل الوقت الذي يستغرقه المحبون في النظر إلى بعضهم البعض ، حيث اكتشف أن المتحابين يمضيان نحو 75% من وقت حديثهما في النظر إلى بعضهما عكس الناس العاديين الذين يمضون من 30% إلى 60% من وقت الحديث في النظر إلى بعضهم ، و قد ربط روبن الحب الرومانسي بثلاث عناصر هي الإرتباط الألفة و الإهتمام وأن هناك فرقا بين الميل و المحبة و بينهما درجات متفاوتة من الحب ، وللتحقق من ذلك طور مقياسين يتكون كل منهما من 13 سؤالا : الأول خاص بالميل و الآخر بالمحبة وهذا ما دعم نظريته .

14-6- نظرية العجلة الدوارة ل رايس 1986 Reiss Rotaned Wheel Theory : ترى أن مراحل الحب هي :

1-**المرحلة الأولى** : الشعور بالألفة و التقارب .

2-**المرحلة الثانية** : مرحلة البوح الذاتي و الإطمئنان لهذه العلاقة .

3-**المرحلة الثالثة** : نمو التبعية المتبادلة و تظهر هنا حاجة كل واحد إلى الآخر ، فيعتمد عليه ويشاركه في أفراحه و أحزانه و مشاعره .

4-**المرحلة الرابعة :** مرحلة تحقيق الحاجات الشخصية و التي السبب الأساسي للشعور بالمودة و الألفة نحو هذا الشخص .

14-7- نظرية الألوان ل إلين هاتفيلد : لاحظت الباحثة الإختلافات بين الناس في حبهم لبعضهم البعض ، فقامت بدراسة عن الحب رغم تعرضها للتأنيب ، و ترى أنه يوجد نوعين أساسيين من الحب :

حب عاطفي : لا يعمر طويلا ، يمتاز بحدة المشاعر و كثافتها و بالقلق و الشغف و الجاذبية الحسية يحدث عند الأفراد الذين يعلون من قيمة الحب .

حب حنون : يترتب على النوع الأول ، أو قد ينشأ مستقلا بذاته ، و هو حب رقيق يتميز فيه الشعور المتبادل بالأمان و الثقة ، و تكون فيه العاطفة المتبادلة هادئة لكنها عميقة و مستقرة و أكثر ميلا للديمومة ، و لها كتاب بعنوان حب الألوان سنة 1973 بينت فيه أنه كما توجد ألوان أولية توجد أنواع أولية للحب ، و بامتزاج الألوان نجد ألوانا ثانوية كذلك الحب

(http://www.psy-cognitive.net/vb/t1646.htmlAmour-Doctissimo).

15- اضطرابات التعلق : ذكر بولبي في أحد كتبه بعض المواقف التي متى حدثت في الطفولة فإنها تسبب الإضطراب :

* التهديد بعدم منح الحب كأداة للتحكم في الطفل ، ومع تكراره فإن الطفل ينمو بقلق و ميل للشعور بالذنب و الإتجاه نحو الإسترضاء.

* التهديد بالهجر و بالأخص من الأم و الذي يكون ذو وقع أكثر رعبا و هذا يؤدي إلى ما يسمى قلق الإنفصال ، والذي قد يظل مصاحبا للشخص طول عمره .

* تهديد الأم بالإنتحار .

* التنكر لمواقف و أحداث معينة قد حدثت بالفعل و التنصل منها بل والتشكيك في صحة حدوثها (كمشاهدة الطفل لمشاجرات الوالدين أو لمواقف جنسية بينهما ، أو تعرضه هو نفسه لإيذاءات جنسية ، أو الكذب بشأن وفاة أحد الوالدين أو هجره للمنزل ، أو الكذب بشأن من هو أبوه أو أمه الحقيقيين...)، مع نهيه عن التحدث عن مثل تلك الأشياء .

* جعل الطفل يتحمل وزر مشكلات معينة تمر بها الأسرة ، أو جعله يتحمل مسؤولية لا يجب أن يتحملها تجاه حياة الوالدين أو أحدهما نتيجة لمرض أو انسحاب أو سلبية هذا الوالد أو الآخر ، كذلك جعل الطفل يلعب دورا ليس دوره في الأسرة .

* استخدام الوالدين أسلوب الإشعار بالذنب كوسيلة للتحكم في الطفل ، مثل الإدعاء بأن السلوك غير المرغوب للطفل يتسبب دائما في مرض الأم .

* أن يجعل أحد الوالدين (غالبا الأم) الطفل بمثابة عنصر تعلق شخصي عن طريق عدم تشجيعه على استكشاف العالم بعيدا عنها اعتقادا بأنه لا يستطيع أبدا الإستغناء عنها والإعتماد على نفسه ،و هذه الأم التملكية تستخدم طفلها – بطريقة لاشعورية – من خلال الحب التملكي ، متسترة وراء مظهر التضحية من أجله لإشباع حاجاتها الخاصة ، و الأم الطبيعية تعرف أن تربية الطفل تتطلب تعويده على الإستغناء عنها كلما كبر.

* تشبيه الطفل بأحد الأقارب الذي تكون علاقة الوالدين به سيئة و التعامل معه على أساس أنه مثله في السلوك أو الطباع .

* استخدام الطفل كأداة و استمالته لصف أحد الوالدين دون الآخر أثناء مشاداة بينهما أو خلاف مما يوتر الطفل و يقلقه.

* الإيذاء البدني أو المعنوي أو الجنسي للطفل و تأثيراته.

فإذا لم تتم أول مرحلة في النمو وهي تكوين علاقة بشخص معين معروف بشكل مرضي ، خلال الإثني عشر شهرا الأولى ، كانت هناك صعوبة كبيرة في إصلاح ذلك ، لأن النسيج النفسي يكون قد اتخذ شكلا ثابتا . و كثيرا من حالات القلق و الإكتئاب تنشأ نتيجة لخبرات الحرمان في الغالب فبعض البالغين نجد حياتهم سلسلة من العلاقات بأناس أكبر منهم سنا بديلا عن الأم ، ليشبع حاجاته المحبطة في خبرته الأصلية مع الأم ، وأسلوب الحياة يصبح بعد ذلك قائما على استمرار مثل هذه العلاقات و التي حينما تتوقف تنشأ فترة من الإكتئاب حتى تقوم علاقة أخرى ، وهناك نمط آخر من الإستجابة على شكل مطالب متزايدة من الشخص المختار لإشباع حرمان هذه الحياة المبكرة ، و تختلف آثار هذا الحرمان حسب درجته فالحرمان الجزئي يصحبه القلق والحاجة الملحة إلى مشاعر الحب ، وقد يصل الأمرإلى التفكير بالإنتقام ، هذا التفكير الذي يزيد من الشعور بالذنب و الإكتئاب ، والتضارب بين مشاعر الحب والكراهية لنفس الأشخاص ، أما الحرمان التام فتأثيره أعمق مما يعوق الطفل على إقامة علاقات مع غيره من الناس ، فيصبح منعزلا و غير مبال بالمجتمع .

واضطراب التعلق يظهر عند الأطفال يصيبهم بشذوذات في النمط الذي يقيمون به علاقاتهم الإجتماعية ، و يصاحبه اضطراب إنفعالي نتيجة الإهمال المزمن أو التعرض للإساءة و الإيذاء أو الإمتهان و الفشل في التجاوب مع مبادرات الطفل و عدم كفاءة التربية الوالدية في السنوات الأولى من

العمر ، أو الإهمال الشامل والعام مثل إهمال الرضع في الملاجئ ، إدمان الأم للخمر أو المخدرات ، التغيير المستمر لمن يقوم بالرعاية ، و نجد هذه الإضطرابات أيضا عند أولاد المطلقين ، وعند الأطفال الذين أصيبوا بأمراض مزمنة أو حجزوا في المستشفيات لفترات طويلة ، كما تؤخذ في عين الإعتبار التهيئة الجينية ، المرحلة العمرية وطول الفترة التي تعرض فيها الطفل للمتزق ، تناقل اضطرابات التعلق عبر الأجيال في الأسرة الواحدة ، مشكلات نفسية أخرى ، و قد أثبتت بعض الدراسات أن :

– الإهمال العاطفي للطفل في سن مبكرة يتسبب في انخفاض النشاط في الفص الأمامي الأيسر للمخ و المسؤول عن المرح ، مما قد يسبب الإصابة بالتبلد الوجداني و اللامبالاة .

– الإنفصال المفاجئ في هذا السن عن المنبهات التي تشجع الإحساس بالقرب له نتائج خطيرة منها الإنسحاب و الإكتئاب ، وقد يصل إلى التأخر العقلي و ربما الموت .

و من مظاهر هذا الإضطراب :

– الخوف و الترقب و عدم الإستجابة للطمأنة .

– عدم التفاعل مع الأقران .

– العدوان ضد الذات و الآخرين بمعدل مرتفع .

– التعاسة المعتادة .

– استجابة اجتماعية شديدة التناقض و تظهر بوضوح في أوقات اللقاء و الفراق .

– إخفاق مستمر في المبادرة أو الإستجابة المناسبة لمعظم التفاعلات الإجتماعية .

– تعلقات غير مميزة و عجز في إظهار تعلقات إنتقائية مناسبة .(تيسيير حسون ، 2004 ، ص 39) ، و هناك مظاهر أخرى فيما يأتي :

مظاهر أعراض و نتائج الحرمان من تكوين التعلق الآمن :

وهي مظاهر عديدة ومتنوعة و قد تكون متضادة لإشتمالها على نوعي التعلق القلق و المتحاشي وهي مظاهر قد تبقى وتستمر و قد تتطور و تصبح اضطرابات ، و لكنها تتخذ أشكالا مختلفة من مرحلة عمرية إلى أخرى :

1) الأطفال عند سن 3 سنوات :

* غير مستقر وخامل .
* تأخر نمائي في الكثير من مجالات النمو النفسي خاصة الإجتماعي و الإنفعالي .
* لا يستجيب للإبتسامة و غير سعيد .
* تتسم انفعالاته بالحزن و توقع السوء ، ويعاني من الإكتئاب .
* ينسحب من كل ما يحيط به ، و لا يحاول أن يتواصل مع أي شخص و خاصة إن كان غريبا
* قلة النوم .
* ضعف الشهية و قلة الوزن قابلية أكثر للعدوى .

2) الأطفال فوق 8 سنوات :

* علاقات سطحية ، و عدم وجود مشاعر حقيقية .
* مشكلات و اضطرابات في سلوكيات الأكل .
* عدم القدرة على الإهتمام بالناس و الأشياء التي خارج عالمهم الذاتي ، أو اكتساب أصدقاء
* مقاومين لعاطفة الوالدين إلا إذا أرادوا شيئا.
* الإفتقار للتواصل البصري .
* المعاناة من مشاكل في التخاطب و اللغة .
* رفض مساعدة أو أي تهدئة من الآخرين .
* سلوكيات تهدئة غير ناضجة ، كضرب الرأس ، و أرجحة الجسم ، والغناء بشكل شاذ.
* عدم الإستجابةالإنفعالية للمواقف التي تتطلب ذلك .
* الإنطواء و العزلة الإنفعالية ، الكسل والتأخر الدائم .
* عدم الإهتمام بالصحة أو النظافة الشخصية ، أو الإكتراث بالمظهر.
* خداع و مراوغة لا هدف منهما ، وتصنع البراءة حين يضبطون و هم يفعلون شيئا سيئا .
* سلوك عدواني و جنسي مبكر ، والعنف و القسوة مع الأطفال الآخرين بل وحتى الحيوانات ، و تحطيم أشياء الغير و تخريب و تدمير الممتلكات العامة ، وكذا سرقة أغراض دون استئذان .
* عدم الإحساس بالذنب أو الندم ، والإفتقار للشفقة و للقيم الإجتماعية .

* الثرثرة و كثرة الكلام و الأسئلة و المجادلات الطويلة و كثرة الطلبات و التشبث بما يطلبون

* التعلق غير المميز كالتعلق بالغرباء بحثا .

* إلقاء اللوم على الآخرين بسبب مشاكلهم .

* نقص التركيز و الإنتباه .

* نوبات غضب شديدة و خوف و قلق ، مع سلوك إندفاعي .

* الإقدام على أفعال خطيرة ، و عد شعورهم بالألم عند إصابتهم .

* كذب من نوع خيالي .

* الإفراط في تناول الطعام أو رفضه تماما ، أو إخفائه ، أو أكل أشياء غريبة .

3) لدى البالغين :

* إحساس بالضياع و التشتت و فقدان شيء عميق جدا .، مما يؤدي إلى الإكتئاب و عدم إيجاد أي معنى للحياة .

* التشكك العميق في النفس و قيمتها ، و فقدان الإحساس بالهوية مما يولد لديه الشعور بالنقص أو الفوقية كرد فعل ، و عدم الثقة في الآخرين والعدوانية .

* إحتياج مستمر للتعلق بشخص ما ، فيحس بالهلع دون وجود الإرتباط العاطفي مع من يقوم بالرعاية .

* الشعور بالرغبة في أن يترك بمفرده نتيجة للأحباط القاسي لمحاولاته الأولى الملحة للإرتباط العاطفي .

* الإحساس بالإغتراب و لن يفهمه أحد .

* القلق المبهم و انعدام الراحة النفسية مع الإحتياج الشديد إلى اللمس لكي يحصل الشخص على الإسترخاء .

* عدم القدرة على تبادل العواطف ، وعدم شعوره بالحب على الرغم من وجود أشخاص يحبونه

* إفتقار شديد للحنان ، و بحث لاشعوري مستمر عن شيء لا يعي كنهه يلتمس الإنتباه والإهتمام من الآخرين .

* الدخول في علاقات كثيرة قصيرة الأمد سطحية و غير ناضجة .

* اضطرابات سلوكية كإيذاء النفس ، وحتى إنحرافات و اضطرابات جنسية .
* اضطرابات الطعام .
* الإقدام على الإنتحار .

4) عند الراشدين :

*الوقوع فريسة للأمراض النفسية .
*وعدم القدرة على تبادل العواطف .
*الإنكار و التجاهل .
*اليأس و الإنهيار .

إن التعلق غير الآمن هو قابلية عامة للإضطراب النفسي ، حيث راجع **ميكولينسر** و **شيفر** مئات الدراسات التقاطعية و الطولية لعينات سريرية و غير سريرية ، ووجدا أن التعلق غير الآمن أمر مشترك بين أشخاص يعانون عددا مختلفا من الإضطرابات النفسية ، و التي تبدأ من الضيق المعتاد إلى الإضطرابات النفسية الحادة حتى الفصام ، كما بينت دراسات أخيرة أن التعلق غير الآمن يرتبط بالإكتئاب ، و القلق واضطراب الوسواس القهري ، واضطراب كرب ما بعد الصدمة (PTSD) ، والميول الإنتحارية ، و اضطرابات الطعام ، و يميز الباحثين أكثر الإضطرابات التي يتسبب فيها كل نمط ، فالتعلق القلق يرتبط مع الإضطرابات الإعتمادية و الهستيرية والإضطرابات الحدية ، في حين يرتبط التعلق التجنبي باضطرابات الفصام ، و بشكل عام مشاعر عدم الأمن في التعلق و الحرمان من الحب يساهم بشكل كبير و غير محدد في أنواع مختلفة من الإضطرابات النفسية ، وبعض الأنماط من التعلق غير الآمن ترتبط باضطرابات نفسية محددة . (ماريو ميكولينسر و فيليب شافر ، 2012 ، ص 15)

خلاصة :

إنطلق التعلق من سيرورة فطرية ثنائية أم – طفل و استراتيجية تكيفية من أجل البقاء ناجمة عن حاجة فيزيولوجية لكنه تجاوزها ليخلق روابط ذات أبعاد عاطفية ، و أصبح يشمل العلاقات بين الأفراد الراشدين في علاقاتهم مع أزواجهم ،فنحن كبشر نكون الكثير من الروابط و أهم رابط في حياتنا هو الرابط القوي مع الزوج ، والأمور المترتبة عن التعلق بين الزوجين هي أعمق مما نتخيل ، لأنها مرتبطة بعناصر جوهرية في نمو الشخصية لكليهما ، مثل الشعور بالقبول من الطرف الآخر و الإحساس بالأمن و الإستقرار الأسري ، حيث تنطلق من حاجة الإنسان لأن يكون محبوبا و منتم إلى أسرة ، و أنه إنسان ذو قيمة ، أما إذا لم يشعر بحب الآخر له فيبدأ في التساؤل حول هويته و مكانته ، وقد تهتز ثقته بنفسه و يشك في إمكانياته الشخصية و الجسدية و العقلية ، و يتبع ذلك تجنب و انعزال أو تكيف مع الحياة المملة و خاصة في وجود أبناء ، فيعاني هذا الطرف من التعلق غير الآمن و الذي يرتبط بمجموعة متنوعة من الإضطرابات النفسية التي تختلف ما بين العواطف السلبية المعتدلة إلى الحادة و يشير الكثير من الباحثين أن كل من أنماط التعلق غير الآمن هي حالات مرضية عامة ، و أن هناك علاقة تنبؤية بينه و بين القابلية للإضطرابات ، و أن التعلق الآمن و الدعم الذي يقدمه الشريك أو الزوج يخفف من حدة أعراض بعض الإضطرابات .

الفصـــــــل الثالث: التوافـــــق النفـــــــــــسي

تمهيد

مفهوم التوافق و اتجاهاته

بعض المفاهيم المتعلقة بالتوافق

النظريات المفسرة للتوافق

خصائص عملية التوافق

أهمية التوافق و وظائفه

أبعاد التوافق و مجالاته

مستويات التوافق

تحليل عملية التوافق

العوامل المؤثرة في التوافق

أساليب التوافق النفسي الشائعة

مؤشرات التوافق و خصائص الشخصية المتوافقة

معايير قياس التوافق

عوائق التوافق

اضطرابات التوافق النفسي

تمهـيـــــد :

شغل موضوع التوافق النفسي حيزا كبيرا في الدراسات و البحوث ، فهو من أكثر المفاهيم شيوعا في علم النفس ، بل إن علم النفس هو علم سلوك الإنسان و توافقه مع البيئة ، فالإنسان يميل إلى أن يحتفظ بحالة من الإتزان الداخلي و يحاول التوفيق بين رغباته و الظروف المحيطة به ، بطريقة مرضية و مرنة ، و التوافق مفهوم مركب ، تعددت النظريات في تفسيره ، إلا أن الباحثين اتفقوا على أنه جوهر الصحة النفسية ، و في هذا الفصل سنتطرق لهذا المفهوم .

1- مفهوم التوافق النفسي و اتجاهاته :

ورد في لسان العرب أن كلمة التوافق مأخوذة من وفق الشيء أي لاءمه ، وقد وافقه موافقة واتفق معه توافقا ، أما في معجم الوسيط جاء أن التوافق في الفلسفة هو أن يسلك المرء مسلك الجماعة و يتجنب الشذوذ في الخلق و السلوك (معجم اللغة العربية ، 1984 ، ص 1047) ، أما بالنسبة للتعريف الإصطلاحي فقد تعددت التعاريف التي تناولت هذا المفهوم بالدراسة و البحث بل قد أصبح يطلق على الموقف الذي يستخدم فيه ، قد يكون بمعنى قبول الأشياء التي لا نستطيع السيطرة عليها ، وقد يأتي بمعنى التوفيق بين الرغبات أو بمعنى توافق الأفكار مع الأفعال (طه فرج عبد القادر ، 1980 ، ص 05) ، وهذا الإختلاف بين الباحثين راجع إلى طبيعة عملية التوافق المعقدة و التصور النظري للطبيعة الإنسانية و الأطر الثقافية المتباينة ، ورغم هذا التعدد إلا أنه يمكن حصرها في ثلاث إتجاهات أساسية :

1-1-**الإتجاه الخاص بالفرد (المحيط الداخلي للفرد) :** أو الإتجاه الفردي ، يعتبر التوافق حسب هذا الإتجاه عملية ذاتية تتم بإشباع الحاجات و الدوافع سواء أكانت بيولوجية نفسية أو إجتماعية لأنها تقف وراء جميع أنماط السلوك التي يقوم بها الفرد المتوافقة وغير المتوافقة ، إضافة إلى الخبرات و القيم و الميول و القدرات و العواطف و الإنفعالات و غالبا ما تضع البيئة عوائق تمنع من إشباع الحاجات (دسوقي كمال ، 1974 ، ص 385)

و من أنصار هذا الإتجاه التحليليون الذين يرون أن التوافق هو الموازنة بين مطالب الهو و تحذيرات الأنا الأعلى نجد منهم **دافيدوف** الذي يرى التوافق النفسي هو محاولة التوفيق بين مطالب الفرد وذاته .

كولمان : التوافق هو حصيلة جهود الفرد المبذولة لإشباع حاجاته و التغلب على الشدائد التي يصادفها في الحياة (كازو نهيرا ، 2001 ، ص 96) ،

سميث (Smith): التوافق هو التوسط و الإعتدال في إشباع المتطلبات.(سهير أحمد كامل ، 1999، ص 39)

في حين يرى **شوبن (Shoben)**أن التوافق يتميز بالضبط الذاتي من خلال تحقيق الفرد أقصى حد من الإستغلال للإمكانيات التي يتفرد بها (عبد الحميد محمد شاذلي ، 2001 ، ص 76) ، وتعرفه هنا بأنه "عملية تشير إلى أن الأحداث النفسية تعمل على استبعاد حالات التوتر و إعادة الفرد إلى مستوا معين مناسب لحياته في البيئة التي يعيش فيها ".(هنا عطية محمود ، 1960 ، ص 48) ، أما**عوض عباس محمود** فيرى أنه : قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتصارعة توفيقا يرضيها إرضاءا متزنا (عوض عباس محمود ، 1970 ، ص 30) ، و هو عملية مستمرة باستمرار الحياة ، وذلك ان الحياة سلسلة من الحاجات يحاول الفرد إشباعها و كلها توترات تهدد إتزان الكائن بالضياع ثم تكون محاولته لإزالة هذه التوترات إعادة الإتزان من جديد (صلاح مخيمر ، 1972 ، ص 13) ، و التوافق من جهة نظر **دسوقي كمال** هو الخلو من الصراعات الداخلية الشعورية و اللاشعورية و إشباع الحاجات الداخلية الأولية و الثانوية المكتسبة حسب مطالب النمو عبر المراحل العمرية المختلفة (دسوقي كمال ، مرجع سابق ، ص 52)

وعرفته نجيبة **أحمد الخضري** بأنه مفهوم يشير إلى محصلة لعلاقة جدلية بين الذات بكل خبراتها السابقة و إمكاناتها العقلية و النفسية و طموحاتها و العناصر الموضوعية كما يدركها الإنسان في المواقف المختلفة .(نجيبة أحمد الخضري ، 1987 ، ص 205) ، وذكر **أبو حويج و صفدي** أن التوافق هو العملية الديناميكية التي يحدث فيها تغيير أو تعديل في سلوك الفرد أو في أهدافه و حاجاته أو فيها جميعا (أبو حويج و مروان الصفدي ، 2009 ، ص 48) ، و قد أضاف **مخيمر** لمفهوم التوافق الإهتمام بالإمكانات و القدرات الكامنة للإنسان ، و يرى أن التوافق ينطوي على قدرتين مختلفتين ، قدرة الفرد على مواجهة المواقف المألوفة استنادا إلى آلياته و قدرته على مواجهة المواقف الجديدة استنادا على إيجابيته (ذكائه الإبتكاري و مرونته) ، فالتوافق يقوم على مبدأين هما الإيجابية و المستقبلية (عبد الحميد محمد الشاذلي ، المسنين ، 2001 ، ص 32) ، ونلاحظ بعد هذا العرض أن أكثر أنصار هذا الإتجاه هم التحليليون .

1-2- **الإتجاه الخاص بالبيئة (الإتجاه الإجتماعي) :**يعتبر التوافق حسب هذا الإتجاه عملية إجتماعية ، فالإنسان يتميز عن بقية الكائنات بطبيعته الإجتماعية ، والبيئة بأبعادها تؤثر على حياة الفرد و على أسلوب توافقه بحيث ينصاع للمجتمع ومن دلائل التوافق الإلتزام بأخلاقيات المجتمع و مسايرة المعايير الإجتماعية ، والتفاعل الإجتماعي السليم و العلاقات الناجحة مع الآخرين ، ومن أنصار هذا الإتجاه نجد : **أحمد زكي** الذي يرى " أن التوافق عملية إجتماعية تتضمن نشاط الأفراد و الجماعات و سلوكهم الذي يرمي إلى الملاءمة و الإنسجامبين الفرد و الفرد وبين مجموعة أفراد و بيئتهم أو بين الجماعات المختلفة ، ومن الضروري أن يتكيف الأفراد لما يسود مجتمعهم من عادات و أذواق و آراء و إتجاهات حتى تسير جوانب الحياة الإجتماعية في توافق تام (أحمد زكي بدوي ، 1978 ، ص 380) ، أما **كراو و كراو (CRAW and CRAW)** فيرى أن التوافق يعبر عن مدى قدرة الفرد على التلاؤم مع الهدف الذي يسعى إلى تحقيقه في الوقت الذي يستطيع فيه أن يقيم علاقات منسجمة و سوية مع الظروف و المواقف و الأشخاص الموجوديين في البيئة المحيطة (محمد عاطف غيث ، 1979 ، ص 18) .

ويعرف **أبو النيل و مجدة محمود** التوافق النفسي بأنه يمثل قدرة الفرد على إقامة علاقات مناسبة ومسايرة لأعضاء الجماعة التي ينتمي إليها و يحظى في نفس الوقت بتقدير و تكريم الجماعة لآدائه و إتجاهاته (أبو النيل محمود و مجدة أحمد محمود ، 1985 ، ص 19). و يشير **محمدالسيد**

الهابط أن التوافق هو قدرة الفرد على التلاؤم مع مجتمعه و ذلك بتكوين علاقات سليمة مع الآخرين إما بتعديل سلوكه الخاطئ أو بتغيير ماهو فاسد في مجتمعه .(الهابط محمد السيد ، 1985 ، ص 77) ، ويذكر **أيزنك (Eysenck)** أنه حالة من علاقة التجانس مع البيئة التي يستطيع الفرد فيها الحصول على الإشباع لمعظم حاجاته و أن يحقق المتطلبات الجسمية و الإجتماعية ، فالتوافق لا يكون بمعزل عن المجتمع (ابراهيم شوقي عبد الحميد ، 1998 ، ص 125) ، وفي معجم **إنجلش – إنجلش** يشار إلى أن التوافق إنسجام الفرد و علاقته مع محيطه الإجتماعي و تكوين العلاقات الإجتماعية (راشد محمد يوسف أحمد ، 2011 ، ص 243) ، وبهذا فالتوافق حسب هذا الإتجاه هو قدرة الفرد على بناء علاقات تتسم بالتعاون و التسامح و مجاراة معايير الجماعة ، وتغيير السلوك حسب ماينا سب الظروف و المواقف الإجتماعية ، ويمكن القول أن أكثر أنصار هذا الإتجاه هم السلوكيون .

1-3- الإتجاه التكاملي (النفسي الإجتماعي) :يرى هذا الإتجاه بأن التوافق يقوم على التوازن والتكامل بين حاجات الفرد و دوافعه و البيئة المحيطة به ، بالمواءمة بين الفرد ونفسه من جهة وبينه و بين بيئته من جهة أخرى ، فالمتوافق يحقق حاجاته ضمن الإطار الثقافي الذي يعيش فيه ويعرف **يونغ (Young)** التوافق بالمرونة التي يشكل بها الكائن الحي إتجاهاته و سلوكه في مواجهة مواقف جديدة ، بحيث يكون هناك تكامل بين تعبير الكائن الحي عن طموحه و توقعاته ومتطلبات المجتمع ، ويضيف **أحمد عزت راجح** أنه قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتصارعة توفيقا يرضيها جميعا إرضاء متزن (أحمد عزت راجح ، 1970 ، ص 558)، أما **لازاروس** (Lazarus) فيرى أن مفهوم التوافق يشير إلى سلوك الفرد إزاء الضغوط الإجتماعية و الشخصية التي تؤثر بدورها على التكوين و التوظيف النفسي له ، فالتوافق النفسي عملية مركبة من عنصرين أساسيين : الفرد بدوافعه و حاجاته و تطلعاته ، والبيئة الإجتماعية بمواصفاتها . (Lazarus S R, 1976 , P 15) ، و يذكر **حامد زهران** أن التوافق عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك و البيئة الطبيعية و الإجتماعية بالتغيير و التعديل حتى يحدث توازن بين الفرد و البيئة (زهران ، 1977 ، ص 29) و يوضح هذا أكثر **موسى عبد الله** بقوله أن التوافق عملية دينامية مستمرة يقوم بها الفرد مستهدفا تغيير سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقا بينه و بين نفسه من جهة و بينه وبين البيئة من جهة أخرى (موسى عبد الله ، 1981 ، ص 18) ، كذلك يسهب **علي الديب** ويضيف أن التوافق حالة من التواؤم و الإنسجام في علاقة متناغمة مع البيئة تنطوي على قدرة الفرد على إشباع معظم حاجاته و تصرفه تصرفا مرضيا إزاء مطالب البيئة المادية و الإجتماعية أو تجيب على معظم المتطلبات الفيزيائية و الإجتماعية التي

يعانيها الفرد .(علي الديب ، 1988 ، ص 24) و يلخص **داود عزيز حنا**بأن التوافق هو الإنسجام و التناغم مع الذات و مع الآخرين في الأسرة و في العمل و في التنظيمات التي ينخرط فيها (داود عزيز حنا ، 1988 ، ص 35) ، أي أنه سلوك الفرد المتنوع للتوفيق بين التوفيق بين حاجاته و مطالبه و بين ظروف البيئة و مطالبها (الألوسي ، 1990 ، ص 15) ، يؤكد **حنفي عبد المنعم** أن التوافق عبارة عن قدرة الفرد على إستيعاب و إشباع مطالبه الذاتية و مواجهة ما يحيط به من ظروف و خلق نوع من الموازنة بين متطلباته و البيئة التي فيها (حنفي عبد المنعم ، 1992 ، ص 425) ، و يعتبر **طه فرج عبد القادر و آخرون** التوافق النفسي بأنه معيار أساسي لتحقيق السواء النفسي و الإجتماعي للفرد في إطار علاقة الفرد بالمجتمع حيث يتضمن التوافق خفض التوتر الذي تستثيره الحاجات (طه فرج عبد القادر و آخرون ، 1993 ، ص 259) ، وفي سنة 1995 عرفه **جابر محمد حسن** بأنه العملية الواعية المتكاملة الدينامية المستمرة التي يسعى الفرد من خلالها إلى التوفيق بين متطلباته و متطلبات البيئة بالشكل الذي يحقق له و للآخرين نموا إيجابيا في الذات و الخبرة و الوعي (جابر محمد حسن ، 1995 ، ص 26) ، أما **مورور و كلاكهون**Muror and Klluckhon ، فيشيران إلى أن التوافق هو عبارة عن محصلة العديد من القوى المتصارعة بين الفرد و بيئته و إمكانياته و الفرص المتاحة له في البيئة و لايمكن لعالم النفس أن يدرس الإنسان مالم ينظر إلى التوافق باعتباره لحظة توازن بين الجانبين (سهير كامل أحمد ، 1999 ، ص 21) ، وترى **سهير كامل** أن الأصل في التوافق هو تعديل سلوك الفرد بحيث بتلاءم مع الظروف أو يلجأ إلى إحداث تعديل في البيئة ، أو يعدل الفرد بعضا من سلوكه و بعضا من ظروف بيئته لإعادة حالة التوافق و التوازن (سهير كامل أحمد ، 2001 ، ص 09) ، إن المتوافق هو الذي يشبع حاجته النفسية و يتقبل ذاته و يستمتع بحياة خالية من التوترات و الصراعات و الإضطرابات النفسية ويشارك في الأنشطة الإجتماعية و يتقبل عادات و تقاليد و قيم المجتمع و يبني علاقات ناجحة وحميمة مع الآخرين (سفيان نبيل صالح ، 2004 ، ص 153) ، ومن هنا معظم علماء النفس يرون أن التوافق النفسي هو توافق الفرد مع ذاته و توافقه مع الوسط المحيط به و كل من المستويين لا ينفصل عن الآخر و إنما يؤثر فيه و يتأثر به ، فالفرد المتوافق ذاتيا هو المتوافق إجتماعيا ، والتوافق الذاتي هو قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه و بين أدواره الإجتماعية المتصارعة مع هذه الدوافع بحيث لا يكون هناك صراع داخلي (أبو دلو جمال ، 2009 ، ص 228) وهذا ما رمت إليه **نوال عطية** في أن التوافق بناء متماسك موحد لشخصية الفرد و تقبله لذاته و تقبل الأفراد الآخرين له و شعوره بالرضا و الإرتياح النفسي و الإجتماعي ، إذ يهدف

الفرد إلى تعديل سلوكه نحو مثيرات البيئة (نوال عطية ، 2001 ، ص 12) ، إن عملية التوافق بهذا المعنى ليست عملية جامدة ثابتة بل هي مستمرة فالفرد دائما يواجه تحديات كثيرة لا تنتهي و عليه الإنسان لابد أن يسلك السلوك المناسب الذي يؤدي إلى خفض التوتر و إعادة التوازن مع البيئة ليحقق الإنسجام و يشعر بالرضا و الإرتياح و للتوافق علاقة كبيرة جدا بالصحة النفسية و حسن التوافق هو أحد أبرز مظاهرها و من مؤشراتها الواضحة و اختلال التوافق هو إختلال في الصحة النفسية .

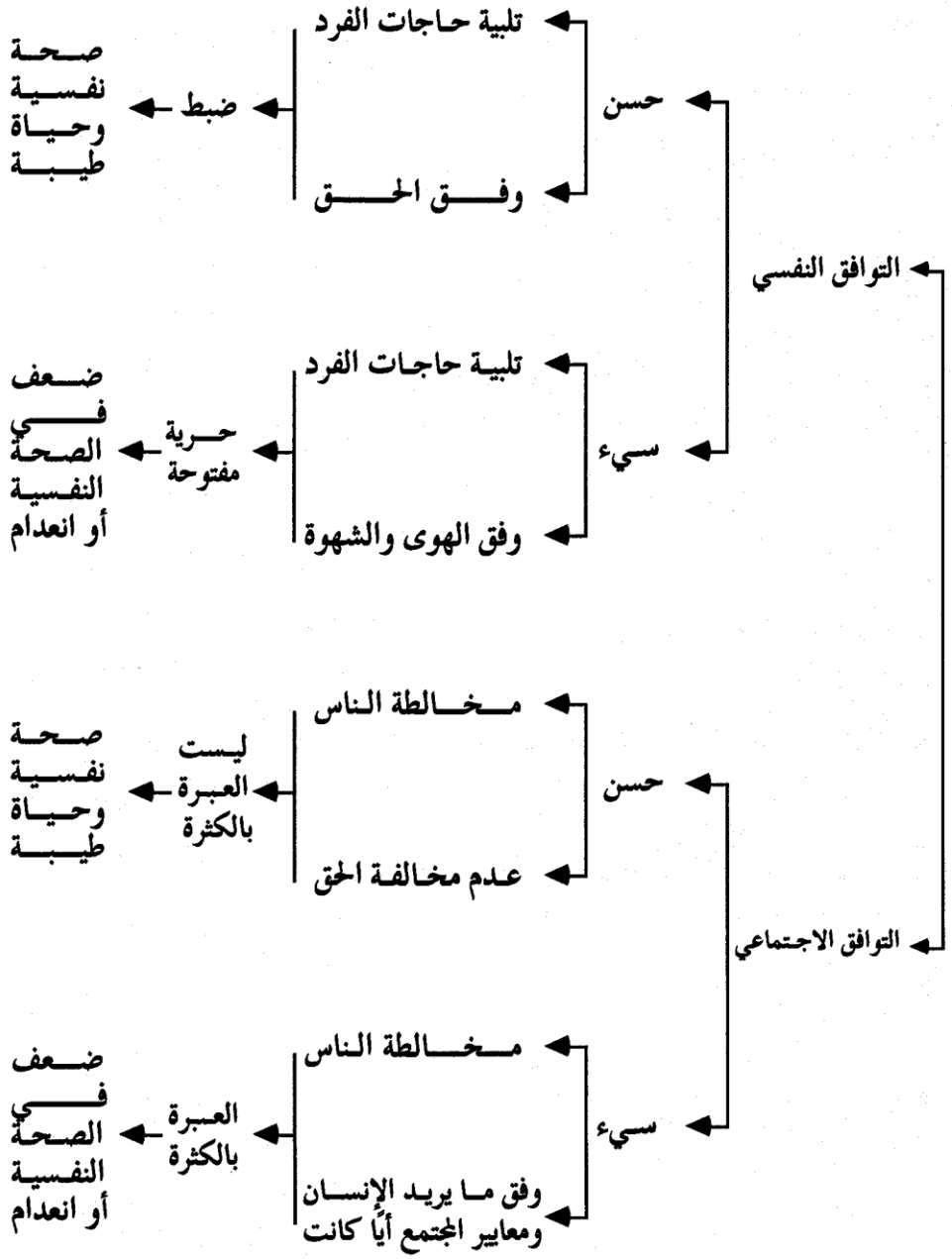
و سابقا تحدث ابن القيم عن التوافق النفسي و الإجتماعي مبينا أنه عن طريقهما يحصل الألم والسرور ، فيقول في ذلك : " فإن الإنسان خلق عرضة للذة و الألم و السرور و الحزن و الفرح والغم و ذلك من جهتين :

1- **من جهة تركيبه و طبيعته و هيئته :** فإنه مركب من أخلاط متفاوتة متضادة يمتنع أو يعز اعتدالها من كل وجه ، بل لابد أن يبغي بعضها على بعض ، فتخرج عن حد الإعتدال فيحصل الألم .

1-**من وجهة بني جنسه :** فإنه مدني بالطبع ، لا يمكن أن يعيش وحده بل و لا يعيش إلا معهم ، ولهم لذات و مطالب متضادة و متعارضة لا يمكن الجمع بينهما . و هنا إشارة ابن القيم إلى التوافق الداخلي النفسي ، والتوافق الخارجي الإجتماعي كما ذكر أن لكل من الفرد و المجتمع مطالب لكنها في الغالب متضادة و متعارضة و يصعب التوفيق بينهما ، و يحث ابن القيم على التأثير الإيجابي البناء بين أفراد المجتمع ، ولا يرى مسايرة المجتمع في كل شيء بل بما كان خير و مخالفتهم إذا كان شر ، حيث يقول عبد العزيز بن عبد الله عن ذلك : " لم يجعل الإسلام توافق الإنسان مع نفسه و مجتمعه توافقا قائما على الخضوع الآلي بل جعل توافقه مسؤولاقائما على بصيرة و إرادة الفرد الذي ألزمه بصلاح نفسه وصلاح الجماعة في ضوء شرع الله " (عبد العزيز بن عبد الله ، 1999، ص ص 134-138)

الشكل (02) : مخطط يبين مفهوم التوافق عند ابن القيم رحمه الله :

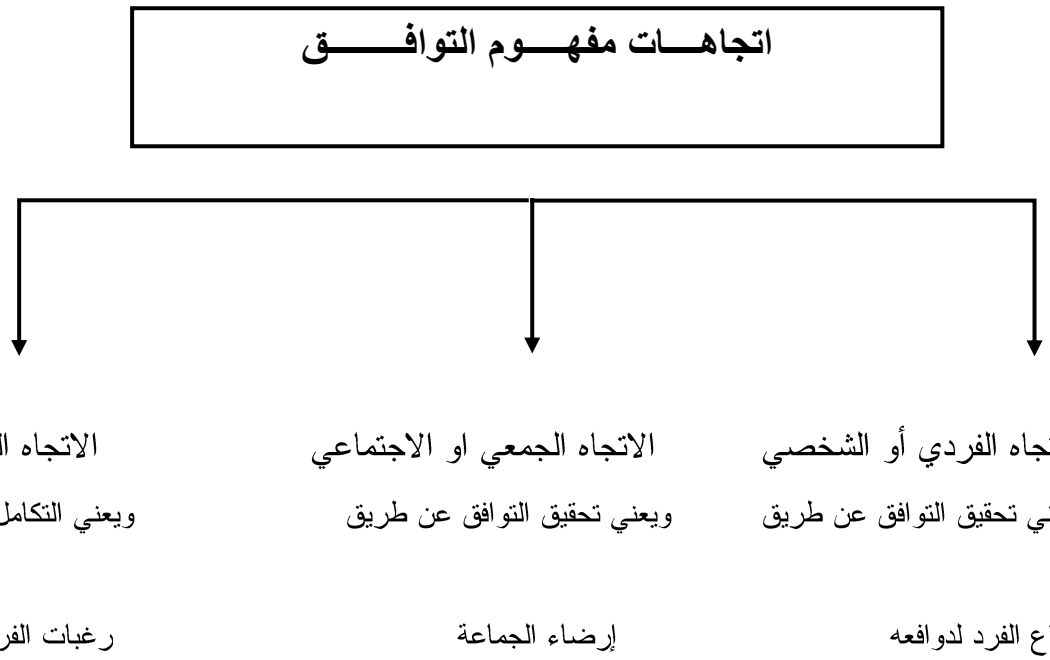
مفهوم ابن القيم حول التوافق:



مفهوم التوافق عند ابن القيم رحمه الله

(عبد العزيز بن عبد الله، مرجع سابق، ص 140)

بعد عرض هذه التعاريف في اتجاهاتها المختلفة نلاحظ اختلاف واضح بين الباحثين كل حسب وجهة نظره و منطلقة لكن هذا لا يمنع من وجود نوع من التكامل و الانسجام بين التعريفات لتحقيق الفهم الأوضح و المعنى الشامل فالبعض ركز على الجانب النفسي و البعض الآخر على الجانب الاجتماعي، وترى الباحثة أن التوافق هو المواءمة بين رغبات الفرد و حاجاته وبين ما هو موجود في البيئة ، الشكل الموالي يوضح هذه الإتجاهات :



الشكل رقم (03) : الاتجاهات المختلفة التي تفسر مفهوم التوافق (عباس محمود عوض، 1990، ص 42).

2- بعض المفاهيم المتعلقة بالتوافق :

2-1- التوافق و التكيف :

يكاد يتفق كل الباحثين أن التوافق النفسي أخذ من لفظة التكيف ، وهي كلمة تستخدم في العلوم البيولوجية تحت مسمى " المواءمة " ، حيث يقول **مصطفى فهمي** : " و لقد استعار علماء النفس بالمفهوم البيولوجي عن المواءمة و استخدموه تحت اسم التكيف و لكنهم كانوا أكثر اهتماما بما يمكن

تسميته بالبقاء السيكولوجي عن البقاء الفيزيقي " (مصطفى فهمي ، 1988 ، ص 20) والتكيف عند البيولوجيين هو أي تغيير في بناء الكائن أو وظيفته تجعله قادرا على البقاء واستمرار نوعه ، ويضيف **لازاروس** أن مفهوم التكيف قد استعير من البيولوجيا ، وتغير بواسطة علماء النفس وأعيدت تسميته بالتوافق ، فاستخدم الباحثون اللفظين كما لو كانا مترادفين حيث عرفت **نوال عطية** التكيف و التوافق النفسي تعريفا واحدا كبناء نفسي متماسك موحد سليم لشخصية الفرد ، و تقبله لذاته ، وتقبل الآخرين له و شعوره بالرضا و الإرتياح النفسي و الإجتماعي .(نوال عطية ، 2001 ، ص 120) ،أما **الشرقاوي** أوضح أنهما يدلان على نفس الشيء ، والذي يتعلق بالعلاقة المرضية للفرد مع بيئته و طرفي هذه العلاقة هما التلاؤم **Adaptation** و الرضا **Satisfaction** ، التلاؤم يرتبط بالبيئة المادية و الرضا يرتبط بالتقبل النفسي و الإسترخاء الذهني نتيجة التلاؤم مع مطالب الواقع (نبيل كامل دخان ، 1997 ، ص ص 13-14) . ويرى **عبد العزيز بن عبد الله** أن التكيف يدل على التوافق ، والتوافق يطلب التكيف (عبد العزيز بن عبد الله ، 1999 ، ص 47) ، و تفرق طائفة أخرى من العلماء بين التكيف و التوافق على أساس أن الإنسان و بيئته متغيران و كل تغير يتطلب تغيرا مناسبا ، هذا التغير هو التكيف و العلاقة المستمرة بينهما هي التوافق ، وهناك من يعرف التوافق بحالة الإستقرار التي يبلغها الإنسان ، و التكيف بالخطوات المؤدية إلى التوافق ، وحسب **كارل جارسون(Karl Garson)** عند نجاح الكائن الحي في تكيفه يمكن القول أنه متوافق و إذا فشل فإنه سيء التوافق ، وهنا يصبح التوافق أعم من التكيف ويحمل خصائصه وزيادة ، يقول **أحمد عبد الخالق** : " وتكمن المشكلة في هذا المصطلح في أنه أصبح عبر السنين محاولة الفرد تحقيق مطالب العالم الخارجي على الرغم من أن مصطلح التوافق في الحقيقة يشتمل على نوعين من العمليات :

1- تلاؤم الفرد مع ظروف معينة .

2- تغيير الظروف أو البيئة لتناسب مطالب الفرد و تلائم قيمه (عبد العزيز بن عبد الله ، مرجع سابق ، ص 48)

و أشار **محمد خالد الطحان** إلى أن التكيف هو كل النشاطات التي يقوم بها الفرد من أجل تحقيق أهدافه و النتيجة التي يتوصل إليها تمثل التوافق ، و قد يكون التوافق حسن أو سيء (محمد خالد الطحان ، 1987 ، ص 63) ، وفرّق **فؤاد السيد البهي** بين المفهومين بأن مفهوم التوافق يعد استمرارا لمفهوم التكيف ، و أن التوافق ظهر عندما وصل مفهوم التكيف إلى تفسير مظاهر التغيير

الإجتماعي في سلوك الفرد فمعنى التوافق هو التكيف الإجتماعي (فؤاد السيد البهي ، 1975 ، ص 432) .

أيضا هناك من ميز بين هذين المصطلحين فعرَّف التوافق كعملية ديناميكية مستمرة تتناول السلوك و البيئة الطبيعية و الإجتماعية بالتغيير و التعديل حتى يحدث توازن بين الفرد و بيئته ، والتكيف كمجموعة التغيرات الحسية و الحركية التي تصدر عن الكائن الحي و تجعله أكثر مواءمة للشروط البيئية التي يعيش فيها ، ويفصل **الشاذلي** أكثر حيثيعتبر ان التوافق يتضمن الجوانب النفسية و الإجتماعية و يقتصر على الإنسان فقط بينما يختص التكيف بالنواحي الفسيولوجية ويشمل الإنسان و الحيوان معا ، فتغيير السلوك حسب العادات و التقاليد الإجتماعية هم عملية توافق ، وتغيير حدقة العين باتساعها في الظلام و ضيقها في الضوء الشديد تكيف (عبد الحميد الشاذلي ، 2001 ، ص 56).

2-2- التوافق و الصحة النفسية :

إن الدراسات النفسية الحديثة تكلمت كثيرا عن التوافق والتكيف باعتبارهما دليلا أكيد للصحة النفسية أو مرضها ، ولذا ألف بعض المتخصصين كتبا عن الصحة النفسية تحت مسمى "سيكولوجية التكيف" و يقصد بها التوافق النفسي (عبد العزيز بن عبد الله ، مرجع سابق ، ص 47) ، و حسب **فهمي** الصحة النفسية هي علم التكيف أو علم التوافق النفسي الذي يهدف إلى تماسك الشخصية و وحدتها ، وتقبل الفرد لذاته و تقبل الآخرين له بحيث يترتب على هذا كله شعوره بالسعادة و الراحة النفسية .(صالح حسن الداهري ، 2008 ، ص 17) ، في حين أن كل من **كمال مرسي** و **أحمد عبد الخالق** يرون خلاف ذلك ، يقول **مرسي** " وعلى هذا فإن التوافق مع النفس و المجتمع ليس مرادفا للصحة النفسية ، و قد يكون سيء التوافق مع مجتمعه و متمتعا بصحة نفسية ، و يقول **أحمد عبد الخالق** : " قد يساير الفرد مجتمعه و لا يتمتع بالصحة النفسية كما قد يكون غير مساير لمجتمعه و غير متوافق معه ، ومتمتعا بصحة نفسية جيدة ذلك أن الشذوذ عن معايير المجتمع إن كانت فاسدة ليس دليلا عن إنتفاء الصحة النفسية بل إن مسايرة المعايير الشائعة إن كانت منحرفة لهو دليل على انتفاء الصحة النفسية (عبد العزيز بن عبد الله ، مرجع سابق ، ص 139) ، ويعرف **ج سارتر (J.Surter)** الصحة النفسية بأنها "قدرة الجهاز النفسي على العمل بطريقة متناغمة ، مقبولة و فعالة مع القدرة على مواجهة الوضعيات الصعبة و تحقيق التوازن " ويضيف **ج بوستال (J.Postel)** أن الشخص الذي يتمتع بالصحة النفسية هو الشخص الذي يعيش بانسجام مع محيطه ، وبالتالي تربطه علاقة طيبة بأسرته و

مجتمعه ، و يتمتع بتوازن عقلي كاف ، و يكون شخصا قادرا على حل صراعاته الداخلية و الخارجية و مقاومة الإحباطات التي يواجهها في حياته مع الآخرين (أسماء بوعود ، 2014 ، ص 24) ، ويعرفها **عبد العزيز القوصي** بأنها حالة من التوافق التام أو التكامل بين الوظائف النفسية المختلفة مع القدرة على مواجهة الأزمات التي تطرأ على الإنسان مما يؤدي إلى الإحساس بالسعادة والكفاية (عبد العزيز القوصي ، 1975 ، ص 6-8) ، ويوضح هذا أكثر **علاء الدين الكفافي** ، حيث يصفها بحالة من التوازن و التكامل بين الوظائف النفسية للفرد تؤدي به أن يسلك بطريقة تجعله يتقبل ذاته ريقبله المجتمع ، بحيث يشعر من جراء ذلك بدرجة من الرضا و الكفاية (علاء الدين كفافي ، 1997 ، ص81) ، فالتوافق هو من مظاهر الصحة النفسية لكنها تتجاوزه فالسلامة النفسية تقتضي إدراكا عميقا للتوافق من خلال تحقيق الغاية الخلقية من خلال إدراك معنى الحياة .

3- النظريات المفسرة للتوافق :

3-1-نظريات التحليل النفسي : يرى رائد التحليل النفسي (فرويد) أن لشخصية الإنسان مكونات ثلاث : الهو Id : وهو مجموعة الدوافع الفطرية التي يولد الفرد بها ، وهي طاقة تدفعه إلى النشاط و الحركة لإشباعها وتتضمن غريزتين أساسيتين هما الجنس و العدوان (شريت أشرف و علي صبره ، 2004 ، ص 156) ، الأنا Ego : وهو العنصر التنفيذي في الشخصية ، يعمل بمبدأ الواقع ، و يهدف إلى التوسط يبن مبدأ اللذة و بين العالم الخارجي ، الأنا الأعلى Super ego : يتكون من الضمير و الأنا المثالية و يقوم بدور الرقابة و الردع لحماية المثل العليا و القيم السائدة في الجماعة ، ومن هنا يدخل الفرد في صراع محتم مع المجتمع ، يتوقف نمط شخصيته في المستقبل على ما يسفر عنه هذا الصراع (الخطيب محمد جواد ، 2000 ، ص 206) ، والشخص المتوافق في نظر فرويد هو من يستطيع إشباع متطلبات الهو بوسائل مقبولة إجتماعيا ، ويتسم بثلاث سمات هي : قوة الأنا ، القدرة على العمل ، القدرة على الحب (عبد اللطيف مدحت عبد الحميد ، 1993 ، ص ، 127) فلا وجود للتوافق إلا بوجود أنا قوي يوازن بين رغبات الهو و تحذيرات الأنا الأعلى و متطلبات الواقع ، أما سوء التوافق فتنتج عنه اضطرابات نفسية نتيجة إختلال قيام الفرد بوظائفه النفسية عبر مسارين : الأول هو تعلم غير ملائم في مراحل الطفولة الأولى (الخمس سنوات الأولى) ، الثاني الصراع بين الهو و الأنا الأعلى (الخطيب محمد جواد ، مرجع سابق ، ص 210) ، ويؤكد يونغ على أهمية اللاشعور الجمعي و يربط الصحة النفسية بسلامة المعتقدات و توافقها مع ما تعارف عليها المجتمع (

صلاح الدين أحمد الجماعي ، 2007 ، ص 97) ، و حدد إريكسون مؤشرات التوافق التي تعني فاعلية الأنا في كل من الثقة ، الإستقلالية ، المبادرة ، الإنجاز ، تشكل الهوية ، الألفة ، الإنتاجية و الحكمة في حين تمثل مؤشرات سوء التوافق كل من انعدام الثقة بالذات و الآخرين ، الإعتمادية ، الخجل ، الشك ، مشاعر الذنب و عدم الكفاية ، فقدان روح المبادرة ، و القدرة على الإنجاز العزلة و فقدان الهوية ، أما أدلر الذي عاب على فرويد مغالاته في تقديره للعامل الجنسي ، فيرى أن كل فرد يسعى للتكيف مع بيئته وتطوير حياته و التميز على الآخرين بدافع الشعور بالنقص ، وعملية التنشئة الإجتماعية تساهم في تشكيل سلوكيات الفرد و شخصيته (انجلز باربرا ، 1991 ، ص 48)

3-2-النظرية السلوكية : حسب نظرية المثير و الإستجابة التوافق هو عملية مكتسبة عن طريق التعلم و الخبرات التي يتعرض لها الفرد في حياته ، والشخص المتمتع بصحة نفسية هو من اكتسب سلوكيات مقبولة اجتماعيا تمكنه من التوافق مع نفسه و مجتمعه حيث يشبع حاجاته و يرضي المجتمع (أبوحويج و الصفدي ، 2009، ص 49)، و السلوك التوافقي يشمل خبرات تشير إلى كيفية الإستجابة لمثيرات الحياة ، و التي تقابل بالتعزيز ، وسلوكات تساهم في الوصول إلى الأهداف ، و يتحقق هذا المستوى من التوافق من خلال اكتشاف العوامل الكامنة في الطبيعة و المجتمع ، يستطيع الفرد من خلالها إشباع حاجاته (محمد خالدي ، 2002 ، ص 98) ، و هناك من السلوكيين من اختلفوا في حدوث عملية التوافق فواطسون و سكينر رأوا أن عملية التوافق تتم آليا عن طريق الإثابات البيئية في حين يرى باندورا أن التوافق يتم بصورة قصدية فيخفض التوتر الناتج عن إلحاح دافع معين ، وهو أيضا القدرة على التنبؤ بالنتائج المترتبة على السلوك و القدرة على ضبط الذات (السندي محمد ، 1990 ، ص 23) والشخصية هي جهاز من العادات و المهارات التي اكتسبها الفرد ، و سوء التوافق عند السلوكيين يتمثل في عدم قدرة الفرد على ملاحظة النتائج غير المرغوبة التي تترتب على سلوك معين ، و يتضمن أيضا عدم القدرة على التحكم في النفس وهذه القدرات قابلة للتغيير في أي وقت من عمر الإنسان .

3-3- النظرية الإنسانية : ينظر أصحاب هذا الإتجاه إلى الإنسان كائن فعال يستطيع حل مشكلاته و تحقيق التوازن و ليس عبدا للحتميات البيولوجية كالجنس و العدوان كما يرى فرويد ، أو للمثيرات الخارجية كما يرى السلوكيون (عبد اللطيف مدحت عبد الحميد ، مرجع سابق ، ص 58) ، و التوافق عندهم هو إشباع الفرد حاجاته الأساسية بدءا بالحاجات الفسيولوجية و إلى الحاجة إلى تحقيق الذات ، حيث يرى روجرز صاحب نظرية الذات أن الإنسان لديه القدرة على قيادة نفسه و التحكم فيها

، و أرجع جميع أنواع السلوك الإنساني إلى دافع واحد و هو تحقيق الذات ، و هنا يتفق معه ماسلو ، و يشير كل منهما إلى أن هناك مواصفات يتصف بها الشخص المتوافق نفسيا منها : (حسن ابراهيم ، 1991 ، ص 24)

1- الشعور بالرضا و الراحة مع النفس .
2- الشعور بالسعادة مع الآخرين و تقبلهم .
3- تحقيق الذات و استغلال القدرات و التمتع بصحة نفسية عالية .
4- القدرة على مواجهة مصاعب الحياة و متطلباتها .
5- امتلاك الخبرات المعرفية و خاصة الجديدة منها فتتسم أفكاره بالإبتكارية .
6- تقبل وجهات النظر المختلفة عن وجهة نظره .
7- المرح وتقدير الحياة و الإهتمام بالمواقف التي تجلب له السعادة .
8- إدراك الواقع كما هو .
9- الإستقلالية و الإكتفاء الذاتي و عدم الإعتماد على الآخرين .

3-4-النظرية المعرفية : يرى أصحاب هذه قدرة الفرد الذاتية و المعرفية لها أهمية كبيرة في إكسابه للتوافق ، وكلما كان الفرد متعلما و مكتسبا للأفكار التي تتناسب مع الواقع المحيط كلما كان قادرا على التوافق السليم . (عبد الله يوسف أبو سكران ، 2009 ، ص 35) ، و لأن الإنفعالات تتبع الفكر حسب المعرفيين (مليكة ، 1990 ، ص 173) فإن الأفكار والمعتقدات الخاطئة تؤثر على انفعالات الفرد و سلوكاته و التي تظهر بشكل سلوكات لا توافقية ، أما المعتقدات العقلانية و الإيجابية فتجعل الفرد يسلك سلوكات أكثر توافقية .

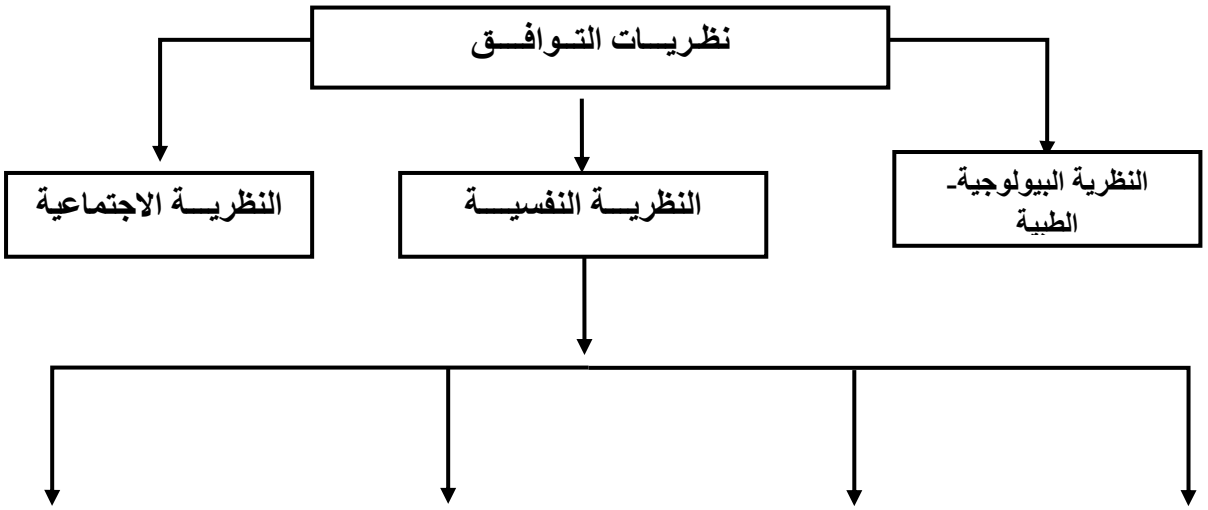
3-5-النظرية الوجودية : يرى الوجوديون أن مفهوم الصحة النفسية هو أن يعيش الإنسان وجوده ، مدركا لإمكانياته و لنواحي قوته و ضعفه ، متقبلا لها ، مدركا لطبيعة الحياة و متناقضاتها ، حرا في تحقيق ما يريد .(صلاح مخيمر ، 1981 ، ص 15) .

3-6-النظرية الإجتماعية : محتوى هذه النظرية أن هناك علاقة بين الثقافة و أنماط التوافق أي أن التوافق لا يتحقق إلا بمسايرة الفرد لمعايير و ثقافة مجتمعه ، و من أنصار هذه النظرية (**فيرز Ferz** ، و **دنهام Denham**). (حداوس منال ، 2012 ، ص 84)

10-7-النظرية البيولوجية الطبية : يرى أصحاب هذه النظرية أن الفشل في التوافق ناتج عن أمراض تصيب أنسجة الجسم و خاصة الموجودة في مخ الإنسان ، قد يرثها الإنسان ، أو يصاب بها خلال حياته (عبد اللطيف مدحت عبد الحميد ، 1990 ، ص 42)

تعقيب على النظريات : من خلال ما تم عرضه من نظريات مفسرة للتوافق ، نرى أن تلك النظريات مكملة لبعضها البعض في فهم عملية التوافق ، و كل نظرية تسلط الضوء على جانب من جوانب الفرد و حياته ، و هذه الجوانب و الخصائص تتأثر ببعضها ، والفهم العلمي للإنسان إنما يعتمد على النظرة المتكاملة العضوية ، النفسية ، الإجتماعية ، ويشير محمود عباس عوض إلى النظريات بالشكل التالي :

الشكل (04) نظريات التوافق .



النظرية السلوكية	نظرية علم النفس الإنساني	نظرية التحليل النفسي	نظرية التحليل النفسي
Freud (1936)	Waston (1972)	Rogers (1977)	Lazarus (1980)
Young (1940)	Skinner (1980)	Maslow (1976	Shaffer (1965)
Erikson (1980)			

(عباس محمود عوض ، مرجع سابق ، ص 90)

4- خصائص عملية التوافق :

1) التوافق عملية كلية : أي النظر إلى الإنسان وعلاقته ببيئته نظرة كلية ، فالتوافق يصدق على كل مجالات حياته .

2) التوافق عملية دينامية : مستمرة على مدى الحياة ، و لا تتم مرة واحدة و بصفة نهائية ، فالحياة سلسلة من من الحاجات المتغيرة لإشباعها ، تتصارع فيها قوى مختلفة ذاتية و بيئية ، فطرية ومكتسبة . (دمنهوري ، 1996 ، ص 84)

3) التوافق عملية إرتقائية : فالتوافق يعرف من خلال مرحلة النمو التي يعيشها الفرد ، حيث لكل مرحلة متطلباتها و حاجاتها ، و هذا يعني أن السلوك المتوافق في مرحلة من نمو سابقة يعد سلوكا لا توافقيا في مرحلة النمو الآنية (محمد سليمان الطويل ، 2000 ، ص 16)

4) التوافق عملية نسبية : يختلف بإختلاف الزمان و المكان و الظروف الإجتماعية و الإقتصادية و له مستويات ، فالإنسان يقوم بتعديل سلوكه و تغيير أنماطه و استجاباته حسب المواقف ، و الفرد السوي هو الذي يتصف بالمرونة و القدرة على تغيير استجاباته حتى تلاءم المواقف البيئية المتغيرة .

5) التوافق عملية وظيفية : سواء كان سويا أو غير ذلك ، فهو ينطوي على وظيفة إعادة الإتزان ، المفقود من تصارع القوى بين الذات و الموضوع . (المغربي ، 1992 ، ص 12)

5- أهمية التوافق و وظائفه :

يتوافق الإنسان من خلال تفاعله المستمر بينه وبين بيئته، فللشخص حاجات و للبيئة مطالب إما أن يتقبل الظروف البيئية التي لا يقوى على تغييرها، و إما يعدلها في سبيل تحقيق أهدافه.

إن المتوافق يتحمل عناء الحاضر من أجل المستقبل متصفا بتناسق سلوكه و انسجامه مع معايير مجتمعه دون التخلي عن استقلاليته مع تمتعه بنمو سليم واعتدال في انفعالاته (المغربي سعد،1992، ص 9). و تظهر أهمية التوافق في:

- قدرة الفرد على مواجهة مشاكله بمعرفة الأسباب و محاولته التغلب عليها.
- قدرة الفرد على التوافق مع المتغيرات المختلفة و الحفاظ على توازنه الانفعالي .
- الإستقلالية و الإحساس بالمسؤولية .
- تقبل الذات و الآخرين و إقامة علاقات إجتماعية إيجابية فعالة .
- تمتع الفرد بمستوا مناسب من الصحة و الراحة النفسية .
- استغلال قدراته و طاقاته من غير تبديد لجهوده و توظيفها في حياته .
- إزالة التوتر عن طريق إشباع الحاجات و الدوافع و اتخاذ أهداف واقعية .
- القدرة على خدمة الآخرين .
- التفاؤل وتقدير الحياة .

و يمكن تلخيص وظائف عمليات التوافق في : إشباع الحاجات الأولية ، و الحاجات الثانوية ، الرضا عن الذات و تقبلها ، التكيف مع المجتمع و مسايرة قيمه و معاييره و تحقيق الصحة النفسية

6- أبعاد التوافق ومجالاته :

إن كل مجالات الحياة التي تقرغ لها علم النفس ، يمكن النظر إليها من زاوية التوافق أو عدمه ، لأن كل مواقف الحياة تتطلب منا التوافق ، وشخصيتنا هي نتاج خبراتنا بهذه المواقف ، و بما أن الفرد هو وحدة جسمية نفسية إجتماعية ، يمكننا النظر للتوافق و فق ثلاث مستويات ، المستوى البيولوجي ، المستوى الإجتماعي ، المستوى السيكولوجي ، (سهير كامل أحمد ، 1999 ، ص ص 34-35) ، و هكذا تتعدد أبعاد التوافق و تختلف من باحث إلى آخر ، فالباحثة **إجلال محمد سري** قسمت أبعاد التوافق إلى : توافق شخصي ، توافق اجتماعي ، توافق زواجي ، توافق أسري ، توافق انفعالي و توافق مهني (إجلال محمد سري ، 2000 ، ص ص 36-37) ، في حين اعتبر بعض العلماء أن للتوافق أبعادا خمسة هي : التوافق النفسي ، التوافق الإجتماعي ، التوافق الأسري ، التوافق المدرسي ، التوافق الجسمي ، و أشارت **جولييت هاربر** إلى أن أهم أبعاد التوافق هي التوافق الشخصي ، التوافق الأسري ، التوافق الإجتماعي ، التوافق الدراسي (سراج ، 1409 ، ص 41) ويرى **حامد زهران** أن مجالات التوافق ثلاث هي التوافق الشخصي ، التوافق الإجتماعي ، التوافق المهني (حامد

زهران ، 2005 ، ص 27) ، أما **مصطفى فهمي** فيحدد للتوافق بعدين ، الإجتماعي و الشخصي (مصطفى فهمي ، 1987 ، ص 35) ، ومنهم من يضيف : التوافق مع الذات ، التوافق العقلي ، التوافق الديني ، وكثيرا ما نجد كل باحث يعرض الأبعاد التي يتناولها في دراسته ، لذا إرتأينا عرض الأبعاد التالية :

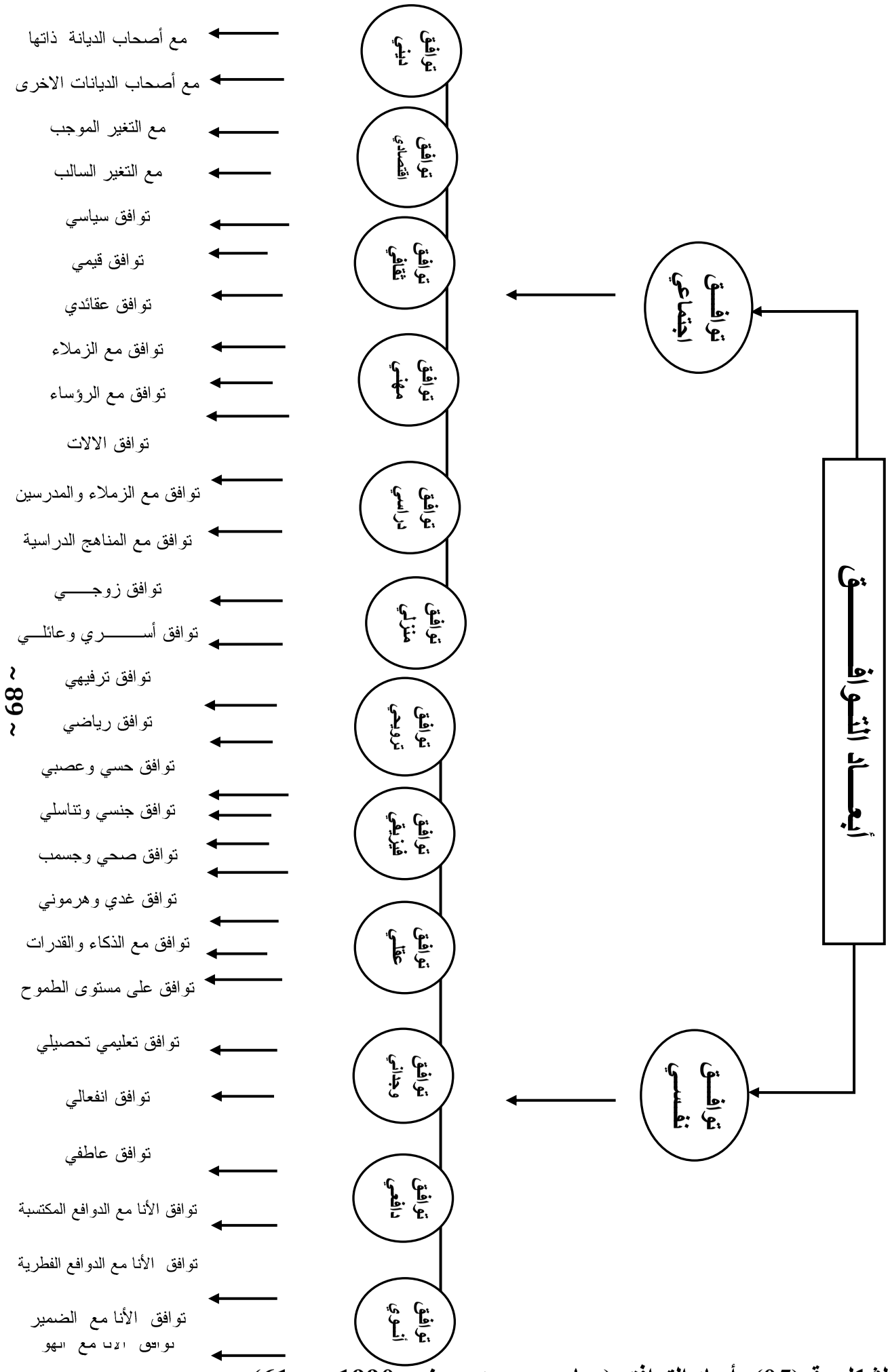
- **التوافق الإجتماعي :** مسايرة المعايير الإجتماعية و تقبل التغير الإجتماعي ، وتكوين علاقات سليمة و ناجحة مع الآخرين ، وتقبل النقد و سهولة الإختلاط بهم ، المشاركة في النشاطات الإجتماعية ، و العمل لخير و سعادة الجماعة و هذا لتحقيق الصحة الإجتماعية .(حامد زهران ، 2005 ، ص 27) ، فيشعر بالسعادة و الإمتنان لإنتمائه للجماعة و احتلاله مكانة متميزة من خلال ما يؤديه من عمل اجتماعي تعاوني .

- **التوافق الشخصي و الإنفعالي :** التوافق الشخصي هو إشباع الحاجات و الدوافع الداخلية افطرية و المكتسبة ، ومواجهة المشكلات الشخصية ، والوصول إلى حالة من السعادة و الرضا مع النفس ، أما التوافق الإنفعالي فهو القدرة على ضبط النفس والسيطرة على مصادر القلق ، و تحمل مواقف النقد و الهدوء والتحكم في الأعصاب .(عبد الله يوسف أبو سكران ، 2009 ، ص 44) ، أي الهدوء و الإستقرار و الثبات و الضبط الإنفعالي ، و كذلك التعبير الإنفعالي المناسب لمثيرات الإنفعال ، والذكاء في مواجهة المشكلات و الصدمات الإنفعالية .

- **التوافق الأسري :** حميمية العلاقة مع أفراد الأسرة ، و العيش في فضاء من الحب و الثقة المتبادلة ، و القدرة على تحقيق مطالب الأسرة و حل المشاكل العائلية ، للوصول إلى الإستقرار الأسري (إجلال محمد سري ، 2000 ، ص 36) ، فيتمتع الإنسان بحياة سعيدة داخل اسرة تقدره و تحبه وتشبع حاجاته ، وتساعده في تحقيق أكبر قدر من الثقة بالنفس .

- **التوافق الصحي الجسمي :** هو تمتع الفرد بصحة جيدة خالية من الأمراض الجسمية و العقلية و الإنفعالية و تمتعه بحواس سليمة ، مع تقبله لمظهره الخارجي و الرضا عنه ، مع ميله غلى النشاط و الحيوية دون إجهاد أو ضعف ، فصحة الفرد و سلامته من الأمراض و العيوب أهم مصدر للصحة النفسية و وجود أي خلل في الجانب العضوي يؤدي إلى خلل في الجانب النفسي . (نجاتي محمد عثمان ، د ت ، ص 4) .

و هناك من يرى أن أبعاد التوافق اثنين : توافق شخصي نفسي ، و توافق اجتماعي ، وتتفرع عن كل عنصر أبعاد أخرى .



الشكل رقم(05): أبعاد التوافق (عباس محمود عوض، 1990، ص61).

7- مستويات التوافق :

لأن الإنسان وحدة جسمية نفسية اجتماعية ، تتعدد مستويات التوافق لتشمل :

1-التوافق على المستوى البيولوجي : يشترك لورانس مع شوبين في القول ان الكائنات تغير من استجاباتها حسب تغير الظروف البيئية ، و الكائن الحي عليه يجد طرقا جديدة لإشباع حاجاته ، و إلا فالموت حليفه .(سهير كامل أحمد ، 1999 ، ص 35) ، و التوافق قد يكون عن طريق :

- مسار لاشعوري لا دخل للفرد فيه ، تقوم به أجهزة الجسم ، كزيادة نسبة الأدرينالين في الدم ، مما يؤدي إلى الإستعداد للمواجهة و التحدي أو الإنسحاب و الهرب .

- مسار شعوري يحاول فيه الإنسان إعادة التوازن إلى الجسم . (رمضان محمد القذافي ، 1998، ص ص 111-112)

2-التوافق على المستوى الإجتماعي : يرى **روش Rush** أن الشخص المتوافق هو الذي يسلك وفقا للأساليب السائدة في مجتمعه ، فيكون سلوك الفرد أكثر مرونة مع قابلية شديدة للتشكيل وفقا للمعايير الثقافية السائدة في بيئته ، فيكون التوافق علاقة حسنة بين الفرد والبيئة ، بين استعدادات الفرد الجسمية و العصبية و النفسية و بين الثقافة و القيم و المعايير عن طريق التطبيع الإجتماعي ، حيث تتعدل الدوافع و تكتسب الخبرات والمهارات والعواطف والإهتمامات .

3-التوافق على المستوى السيكولوجي : يهدف توافق الفرد إلى خفض التوتر وإزالة أسباب القلق ، و يعرف **سميث Smith** التوافق السوي بانه : " اعتدال في الإشباع ، إشباع عام ، وليس إشباع لدافع واحد على حساب دوافع أخرى " ، أما **شوبين** فيرى أن مفهوم التوافق هو السلوك المتكامل الذي يحقق للفرد الحد الأقصى من استغلال إمكانياته ، و عليه فالإنسان السوي هو الإنسان الذي يتعلم إرجاء الإشباع العاجل في سبيل ما سيحققه من إشباع آجل، أي أنه يعني به الفرد الذي يتمتع بالنضج الإنفعالي .(سهير كامل أحمد ، 1999 ، ص ص 35-41) ، فالتوافق هو التكامل بين الوظائف النفسية ، وخلو الفرد من الصراع الداخلي .

8-**تحليل عملية التوافق :** يرى بعض الباحثين أن عملية التوافق تتم عبر خطوات هي :

1-وجود دافع يدفع الإنسان إلى هدف خاص .

2-وجود عائق يمنع من الوصول إلى الهدف و يحبط إشباع الدافع .

3-محاولة التغلب على الدافع .

4-الوصول إلى حل ، و إشباع الدافع .

حيث توجه سلوك الإنسان رغبة معينة ، ثم يظهر عائق يعترض سبيل تحقيقها ، فيحاول الفرد التغلب على هذا العائق للوصول إلى هدفه ، و من ثم إشباع الدافع فتتم عملية التوافق ، لكن هذا لا يعد نظاما ثابتا ، فبعض الأفراد لا يستطيعون التغلب على الصعاب التي تعترض طريقهم ، فينسحبون و يسحبون أهدافهم ، و يبقوا عرضة للإحباط .(سهير كامل أحمد ، مرجع سابق ، ص 42) .

9- العوامل المؤثرة في التوافق :

يتحكم في عملية التوافق العديد من العوامل بعضها مرتبط بالفرد و الآخر مرتبط ببيئته التي يعيش فيها من كل جوانبها الطبيعية و الثقافية و الإجتماعية مثل :

العوامل الجسمية والحاجات الأولية : بمكوناتها من :

1)عوامل فسيولوجية ، يحملها الفرد و ما ينشأ عنها من عوامل وراثية .

2)مظاهر جسمية شخصية : فرضا الإنسان عن مظهره الخارجي أمر مهم في توافقه ، فنحن نلاحظ أن المظهر الجسدي يؤثر في استجابة الآخرين نحو الشخص .

3)الصحة الجسمية: والنمو الجسمي السليم و تكوين عادات سليمة في الغذاء و النوم ، و التي تمكنه من بذل الجهد المناسب لمواجهة الضغوط .

4)معدل النضج : يمكن الفرد من تحمل المسؤوليات و التخلص من التوتر و الضغوط النفسية .

(أماني حمدي ، 2011 ، ص 23)

السن: فالفرد الناضج أكثر قدرة على على التفكير في الوسائل التي تحقق رغباته و طموحاته وكثيرا ما يغير الشخص و خاصة بعد المراهقة أهدافه و خططه المستقبلية على حسب إمكانياته وقدراته .

الجنس : أثبتت بعض الدراسات أن هناك اختلاف في مستوى الطموح بين الذكور و الإناث و في مجالات الإهتمام .

العوامل و الحاجات النفسية : يتأثر التوافق بالعوامل النفسية التي قد تساعد على التوفق الحسن كتحقيق مطالب النمو النفسي السوي أو يضعفه كالإنفعالات الشديدة و الإضطرابات النفسية.

الإستعدادات و القدرات العقلية : لها دور كبير في إنجاح عملية التوافق ، فالذكي يمكنه تحقيق أهداف تتفق مع امكانياته و بيئته الإجتماعية .

العوامل بيئية و اجتماعية : أهم عامل فيها هو التنشئة الإجتماعية ، وخاصة في مرحلة الطفولة و التي تعتبر الأساس الذي تنمو عليه الشخصية ، كما أنها مرحلة تعلم اللغة و بداية النمو العقلي و الخلقي ، و تلعب كل من الأسرة و المدرسة دورا مهما في عملية التوافق ، فتساهم الأسرة في في التوافق الإيجابي لأفرادها من خلال إشباع حاجات الحب و التقبل ، أما المدرسة بنظامها و جوها وأساتذتها فتنمي شخصية تلاميذها و تزودهم بمهارات و اتجاهات تعكس ثقافة المجتمع ، (الهابط ، 1987 ، ص 180) فإشباع الحاجات يكون بصورة اجتماعية ، و إذا كانت الظروف الإجتماعية و الأسرية سيئة فهذا يؤدي إلى سوء التوافق .

خبرات الطفولة : الإنسان في كبره يحمل رواسب الطفولة ، ففيها تنمو بذور التوافق السليم أو عدمه ، وهناك علاقة وثيقة بين التوافق و عملية النمو .

توفر المهارات التكيفية : هي محصلة ما مر به الشخص من تجارب لإشباع حاجاته ، و هذه المهارات تكسب الفرد المرونة في معالجة الأمور و الإستجابة الملائمة للمواقف الجديدة في حياته

وسائل الإعلام : و ما تقدمه من برامج تؤثر على سلوك الفرد و بناء شخصيته ، قد تكون عاملا في حسن التوافق أو عدمه .

الظروف الإقتصادية : عدم توفر الإمكانيات المادية يعيق الفرد عن تحقيق أهدافه و يحبطه .

و يلخص (زهران ، 1982 ، ص ص 30-32) عوامل التوافق في النقاط التالية : نمو واستثمار الإمكانيات الجسمية ، النمو العقلي و المعرفي ، المفهوم الإيجابي عن الذات ، وتقدير الذات المرتفع ، النمو الإجتماعي و الإتصال السليم مع أفراد المجتمع ، تحقيق الذات و إشباع الدوافع و الحاجات كالحاجة إلى الأمن ، و الإنتماء ، و الحب و التقدير ، النمو الإنفعالي ، قبول التغيرات في الذات و البيئة و التوافق معها .

10- أساليب التوافق النفسي الشائعة :

تحقيق التوافق النفسي يكون عن طريق أساليب مباشرة و غير مباشرة :

1- **الأساليب المباشرة :** من أهم العوامل المساهمة في إحداث التوافق المباشرة :

1)**تحقيق مطالب النمو النفسي السوي :** في جميع مراحله و بكافة مظاهره (جسميا ، عقليا ، انفعاليا ، اجتماعيا) ، و تختلف مطالب النمو خلال مراحل النمو المتتابعة من طفولة و مراهقة و رشد و شيخوخة .

2) **إشباع دوافع السلوك :** و حاجات الفرد الفطرية و المكتسبة .(حامد زهران ، 2005 ، ص ص 28 -30)

بالإضافة إلى أساليب تحمل الضغوط الأخرى:(محمد حسن غانم ، 2009 ، ص ص 140-143)

1)**المواجهة النشطة :** التمركز حول المشكلة و مواجهتها ، و يرى ستون و نيل Ston & Neale 1984) أن الفعل المباشر هو أكثر استجابات المواجهة شيوعا : حيث يحاول الفرد في الموقف الضاغط تحديد المشكلة و اقتراح عدد من الحلول ، و البحث عن مزاياه و سلبياته ، وينتقي واحدا منها و يشرع في تنفيذه ، و أوضحت البحوث أن الناس الذين يميلون إلى هذه الإستراتيجية ينخفض لديهم مستوى الضغط ، و نلاحظ فروق بين الجنسين في الميل لإستخدام هذا الأسلوب .

2)**التريث الموجه:** عدم اليأس في المواجهة و محاولة القيام بإجراء محدد ، و مقاومة معوقات هذا الإجراء ، المثابرة في تخفيف الضغط بنفس طويل .

3)**إعادة التفسير الإيجابي :** طمأنة الذات بتحسن الأمور ، و إعادة تقدير الموقف و التركيز على الجوانب الإيجابية فيه ، و التعلق بالتفاؤل و الأمل في القدرة على الحل .

4)**البحث عن المعلومات و الدعم الإجتماعي :** التزود بالمعلومات حول المشكلة حتى ينجح في مواجهتها ، أما الدعم الإجتماعي فيخفف من أثر ضغط الأحداث السلبية كالطلاق ، فقد عزيز ، فقد وظيفة ، مرض مزمن ، ضغوط عمل زائدة ، حيث يحتاج الإنسان في مثل هذا الوقت إلى كل مساعدة من الأهل و الأصدقاء ، فيشعر بأهميته لهم ، و يثبت أمام التغيرات التي تعتري حياته .

5)**الإنكار :** أسلوب سلبي الطابع ، يعني الرفض الصريح أو الضمني للموقف الضاغط المهدد قد تكون وسيلة مفيدة بعد الحدث الصادم مباشرة ، فتحمينا من سيطرة الهم علينا ، و يسمح لنا باستخدام معلومات جديدة بجرعات يمكن تحملها ، و لكن المستويات العالية من الإنكار بعد عام أو أكثر من حدوث المشكلة هو أمر ضار لأنه على الشخص مواجهة مشاكله بواقعية .

6)**السلبية و لوم الذات :** يتمركز هذا الأسلوب حول الإنفعال ، و يعني السلبية في التحمل والمواجهة و الإنشغال بأمور بعيدة عن المشكلة و تجنب الناس و لوم الذات ، و الإنسحاب كلية من مواجهة الموقف الضاغط لإحساسه بالعجز ، وقلة الحيلة .

7)**التنفيس الإنفعالي :** و يتخذ أساليب عديدة كالبكاء أو الفضفضة للأهل و الأصدقاء لتفريغ الشحنة الإنفعالية السلبية ، مع محاولة التريث من خلال إجبار الذات على انتظار الوقت المناسب لمواجهة المشكلة .

8)**القبول :** استسلام الفرد للأمر الواقع و معايشة المشكلة و كأن شيئا لم يحدث و هذا مرتبط بعوامل الشخصية .

بالإضافة إلى : طرق الضبط الذاتي ، من مراقبة الذات و أفكارها و مشاعرها ، وترتيب المثيرات تعزيز الذات بعد ظهور الإستجابة المتوافقة ، الإسترخاء بأنواعه .

2- **الأساليب غير المباشرة :** تعتبر حيل الدفاع النفسي أساليب غير مباشرة تحاول إحداث التوافق النفسي ، وهي أسلحة للدفاع النفسي تستخدمها الذات ضد الإحباط و الصراع و التوتر ، و هي أساليب توافقية لاشعورية تشوه الحقيقة حتى يتخلص الفرد من حالة القلق الناتجة عن الإحباطات والصراعات بهدف وقاية الذات و الإحتفاظ بالثقة بالنفس و تحقيق الراحة النفسية ، و تنقسم حيل الدفاع النفسي إلى :

1)**حيل الدفاع الإنسحابية (الهروبية) :** كالإنسحاب ، النكوص ، التثبيت ، التخيل ، التبرير، والإنكار ، و الإلغاء و السلبية .

2)**حيل الدفاع العدوانية (الهجومية) :** مثل العدوان و الإسقاط .

3)**حيل الدفاع الإبدالية :** مثل الإبدال ، الإزاحة ، التحويل ، الإعلاء ، التعويض ، التقمص والتكوين العكسي ، و التعميم و الرمزية .

و هناك من يقسم حيل الدفاع النفسي إلى :

1)**حيل الدفاع السوية :** و هي غير عنيفة مثل الإعلاء و التعويض .

2)**حيل الدفاع غير السوية :** و هي حيل عنيفة يلجأ إليها الفرد عندما تخفق حيله الدفاعية السوية ، كالعدوان ، السلبية . (حامد زهران ، مرجع سابق ، ص 38).

و من الحيل الدفاعية اللاشعورية أيضا : (صالح حسن الداهري ، 2008 ، ص ص 84-91)

1-**الكبت :** استبعاد الإنفعالات الشعورية المؤلمة ، و إكراهها على الإستقرار في اللاشعور إلا أن المكبوت لا يبقى خاملا ، بل يعمل باستمرار على الدخول في مجال الشعور مما يؤدي إلى الدخول في صراعات ، ينتج عنها عقد و أمراض نفسية ، بل حتى انحرافات خلقية و اضطرابات جسمية .

2-**التبرير :** تفسير الفرد لسلوكه و أفعاله بأسباب غير حقيقية حتى يخفف من التوتر الذي يخلقه الموقف المحبط ، و يحتفظ باحترامه لنفسه و احترام الناس له ، و من صور التبرير التعلل بالقدر ، و تحقير الهدف ، و امتداح الفشل .

3-**الإسقاط :** إسقاط نقائص الفرد و فشله و رغباته الكريهة على الناس ، فيخفف عنه ما يشعر به من قلق أو خجل أو إثم .

4-**التقمص :** إندماج الفرد لاشعوريا في شخصية آخر ، نجح في تحقيق أهداف فشل هو في تحقيقها ، و هذا ما يخفف من الشعور بالنقص ، و يزيد شعور الإنسان بقيمته و أهميته خاصة إذا كانت الشخصيات الشخصيات قوية ، أما إذا كان التقمص لشخصيات غير متزنة فهذا حتما يؤدي إلى نتائج سيئة .

5-**النكوص :** رجوع الفرد إلى سلوكات قام بها في مراحل نموه الأولى للتعبير عن دوافعه المكبوتة ، بهدف تجنب الشعور بالفشل .

6-**التعويض :** معالجة النقص الحقيقي أو الوهمي بالكفاح لتحقيق النجاح المطلوب ، أو الإستعاضة عنه بهدف آخر ، لتخفيف حالة التوتر و القلق ، فقد يدفع الشخص إلى التفوق في مجال ما ، حتى يغطي عجزه في مجال آخر ، وأحيانا قد يجعل الفرد عدوانيا حتى يكتسب تقدير البعض ، فتارة يكون نافعا وأخرى ضارا .

7-**أحلام اليقظة :** يتخيل فيها الفرد إشباع حاجاته و دوافعه وتحقيق رغباته الدفينة ، التي عجز عن تحقيقها في الواقع ، وتحدث في جميع المراحل العمرية إلا أنها تكثر خلال فترتي الطفولة و المراهقة ، و هي ظاهرة طبيعية عادية إذا كانت في حياة الإنسان بمقدار ، أما إذا زادت عن الحد ، فتكون ضارة .

8-**الإعلاء و التسامي :** إرتفاع الفرد بدافعه المكبوت إلى مستوى أعلى و أسمى مقبول اجتماعيا .

9-**النسيان :** حيث تختفي الرغبات التي استحال تحقيقها اختفاءا تاما عن وعي الفرد ،

10-**التحويل :** نقل الدوافع من أهدافها الأصلية إلى أهداف أخرى لا تثير القلق ، مثل الأب الغاضب من رئيسه يصب غضبه على أولاده أو زوجته .

11-**الإنسحاب :** تجنب المواقف التي تسبب الفشل أو النقد أو العقاب ، فالذي يفشل في المواقف الإجتماعية يتجنبها .

11- مؤشرات التوافق و خصائص الشخصية المتوافقة : كثيرة هي مؤشرات التوافق ، اختلف الباحثون في ترتيبها ، لخصها **كولمان (1969)** في : مفهوم الذات الإيجابي ، الواقعية ، الإستقلالية ، وحدة الشخصية و خلوها من الصراعات النفسية ، تحقيق الذات و مواجهة مشاكل الحياة ، القدرة على إنشاء علاقات اجتماعية ناجحة ، إتخاذ القرار و تحمل المسؤولية .(محمد طحان ، 1987 ، ص ص 165- 166) .

و يضيف **كفافي علاء الدين** عدة سمات أخرى :(كفافي علاء الدين ، 1987 ، ص ص 27-31)

*فهم الذات و تقبلها و السعي إلى تطويرها ، فيعرف الإنسان نقاط قوته و نقاط ضعفه دون مغالاة أو تقليل ، و يقبلها و يحاول التغلب على مواطن القصور فيها .

*المرونة ووضع بدائل دائمة للسلوك .

*الإحساس بالأمن على الرغم من المشكلات التي يصادفها .

*القدرة على التعلم والإستفادة من الخبرة و تعديل السلوك .

*الإتزان الإنفعالي .

وقد حدد (**لازاروس و شافر**) مؤشرات التوافق النفسي في :

- الراحة النفسية .
- كفاية الفرد في العمل .
- استمتاع الفرد بغلاقات إجتماعية .
- التوافق الإنفعالي (أبو سكران ، 2009 ، ص 44)

فالشخص المتوافق نفسيا و اجتماعيا يكون قادرا على التنسيق بين حاجاته و متطلبات بيئته منسجما معايير مجتمعه دون التخلي عن إستقلاليته ، يصفه ماسلو بالتلقائية و المرح ، تقبل الذات و الآخرين ، استقلال ذاتي و اتجاه واقعي ، و حسب وصف روجرز فهو شخص صادق مع نفسه واثق منها ، مرن و غير متناقض يشعر بالرضا عن ذاته و يستمتع بعلاقات اجتماعية ناجحة ، إن أهم سمات الشخصية المتوافقة هي : الثبات الإنفعالي ، إتساع الأفق ، تطابق مفهوم الذات مع الواقع و ما يدركه الآخرون ، المسؤولية الإجتماعية و المرونة ، الإنسانية بكل مافيها من حب للناس ، التعاطف والرحمة . (نبيل سفيان ، 2004 ، ص ص 171-172) .

12-**معايير قياس التوافق :** يختلف أسلوب التوافق باختلاف الأفراد و سماتهم و استعداداتهم ومجتمعهم و ثقافته ، و الزمان و المكان الذي يعيشون فيه ، فلا يوجد معيار محدد للتوافق بل عدد من المعايير منها :

1)المعيار الإحصائي : إرجاع سمات الفرد إلى المتوسط ، و الشخص غير السوي هو الذي ينحرف عن المتوسط العام لتوزيع الأشخاص أو السمات أو السلوك .

2)المعيار الإجتماعي الثقافي : التوافق يكون حسب هذا المنظور ، إتفاق السلوك مع المعايير الأخلاقية السائدة في المجتمع ، و القواعد السلوكية التي تقرها ثقافة المجتمع ، وإحساسه بالأمن الإجتماعي . فمن اهم محددات بناء الشخصية المجتمع و ثقافته .

3)**المعيار الطبيعي :** و المستنبط من البيولوجيا و علم النفس ، وكلاهما يؤكد على دور خاصيتين من خصائص الإنسان في التوافق، قدرته على استخدام الرموز ، و طول فترة الطفولة لديه ، والمسؤولية الإجتماعية و اكتساب المثل و ضبط الذات من معالم الشخصية المتوافقة حسب أصحاب هذا الإتجاه (عبد الحميد محمد الشاذلي ، التوافق النفسي للمسنين ، 2001 ، ص 29)

4)المفهوم الذاتي : هو الإحساس الداخلي بالراحة و السعادة ، وهو خبرة ذاتية للشخص ، أي ما يدركه الشخص عن ذاته من إحساس بالتوافق . (إجلال سري محمد ، 2000 ، ص 32)

5)المعيار الإكلينيكي : حيث يتحدد التوافق بغياب الأعراض و المظاهر المرضية ، (مومن بكوش الجموعي ، 2012 ، ص ص 89-90)

6)معيار النمو الأمثل : إضافة إلى المعيار الإكلينيكي ، حالة من النمو السليم و المتكامل للنواحي الجسمية و العقلية و الوظائف النفسية و الإجتماعية ، وهذا المعيار يستند إلى تعريف منظمة الصحة العالمية لمفهوم الصحة النفسية .

7)المعيار النظري : فيتحدد التوافق من عدمه على حسب الخلفية النظرية لمستخدم المعيار فالتوافق لدى التحليليين غيره لدى السلوكيين .(عبير بنت محمد ، 1423 ، ص 43)

ويوجد معايير أخرى كالمعيار الإسلامي المتمثل في طاعة الله و ابتغاء مرضاته ، و المعيار المثالي الذي يربط التوافق بالمثل و الكمال ، بل هناك من يذكر المعيار القانوني ، و لكل معيار نقائص و عيوب ، لتركيزه على جانب واحد من جوانب حياة الفرد ، إن التوافق لا يرجع لعامل ذاتي أو بيئي محدد و إنما لعدة عوامل متداخلة متفاعلة ذاتية جسمية ، نفسية ، اجتماعية وبيئية تؤثر في بعضها البعض ، لذلك لا يمكننا اعتماد عامل واحد للحكم على توافق الفرد من عدمه ، بل نحتكم إلى مختلف المعايير

13- **عوائق التوافق :** إن عملية التوافق عملية معقدة تظهر من خلال تفاعل العوامل الفردية و العوامل البيئية المحيطة ، كما أنها قد تنعدم بسبب عوائق خاصة بالفرد أو بالمجتمع أو التفاعل بينهما و تدفع به إلى الإحباط ، ومن هذه العوائق :

1-العوائق الجسمية : الضعف في بعض النواحي الجسمية ، كضعف البنية و ضعف القلب و العاهات و التشوهات ، وهذه عوامل تعيق الفرد عن تحقيق أهدافه.

2-العوائق النفسية : ضعف القدرات العقلية كالذكاء ، والصراعات النفسية ، الشعورية منها واللاشعورية ، عدم فهم الشخص لنفسه أو عدم تقبلها

3-العوائق المادية و الإقتصادية : عدم توفر الإمكانيات المادية يحبط الفرد و يضعف مستوى طموحه

4-العوائق الإجتماعية : قيود يفرضها المجتمع على الإنسان .

(عودة محمد و مرسي كمال ، 1984 ، ص 175)

اضطرابات التوافق النفسي : أظهرت دراسة أجريت في الولايات المتحدة عام 1997 ، على عينة عشوائية من (8000) فرد ، بهدف حساب التخمينات الوطنية بخصوص خدمات الصحة العقلية ، أن (16%) من المرضى شخصوا بأن لديهم اضطرابات في التوافق النفسي . و قد صنفها (**بنتن و لنتش Benton & Lynch 2002**) كالآتي :

1-اضطراب التوافق النفسي بالمزاج المكتئب ، أي بأعراض كآبة بسيطة .

2-اضطراب التوافق النفسي بالمزاج المهموم ، بأعراض قلق واضحة .

3-اضطراب التوافق النفسي بالقلق المختلط مع المزاج المكتئب ، بأعراض مزدوجة من الكآبة و القلق .

4-اضطراب التوافق النفسي باضطراب التصرف .

5-اضطراب التوافق النفسي المختلط من العواطف و التصرف ، تذبذب السلوك .

6-اضطراب التوافق النفسي غير المحدد ، يحدث كرد فعل على الضغوط التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية .

وقد حددا أربعة عوامل رئيسية تزيد هذه الإضطرابات :

1)طبيعة الضغوط التي يتعرض لها الفرد .

2)طبيعة نقاط الضعف عند الفرد و ماهيتها .

3)طبيعة العوامل الداخلية للفرد و الكامنة فيه .

4)العوامل العرضية التي يواجهها الفرد في مجتمعه و محيطه.
(Benton & Lynch , 2002 , P , 129).

خلاصة الفصل :

كل ما نفعله في حياتنا اليومية ما هو إلا رغبة ملحة تنطلق من دواخلنا لإشباع حاجاتنا ، ويسمي علماء النفس هذه العملية بالتوافق ، حيث لا تكاد تخلو لحظة من حياتنا من هذه العملية ، فمعظم سلوكيات الفرد الناجحة أو الفاشلة ماهي إلا محاولات للتوافق من أجل خفض ما يعانيه الفرد من توتر، والتوافق هو قدرة على امتلاك مجموعة من الأساليب السوية و الإستجابات الناجحة التي تمكن الفرد من إشباع دوافعه و تحقيق أهدافه ، من العوامل المؤثرة فيه : الصحة الجسمية ، إكتساب المهارات الضرورية ، إشباع الحاجات بطريقة سوية ، معرفة الذات و تقبلها ، معرفة الواقع و مسايرة المجتمع ، و طبعا مرونة السلوك ، و لا يعني التوافق النفسي الخلو من الصراعات النفسية ، و إنما حسم هذه الصراعات و التحكم فيها بصورة إيجابية بدلا من الهروب منها في شكل أعراض مرضية ، فالسوي يواجه مخاوفه و يحاول تحقيق ذاته ليصل إلى السعادة و الرضا عن نفسه و مجتمعه ، ومن مظاهر التوافق السوي أيضا الفاعلية ، الكفاية ، الملاءمة ، التفاعل الإجتماعي .

الفصل الرابع : إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد

التذكير بفرضيات الدراسة

منهج الدراسة

حدود الدراسة

أدوات جمع البيانات

الخصائص السيكومترية لأدوات البحث

الأساليب الإحصائية

خلاصة الفصل الخامس

تمهيد :

يتضمن هذا الفصل أهم الإجراءات و الخطوات التي اتبعناها في دراستنا الميدانية بما تشتمل عليه من تحديد للمنهج المستخدم ، و وصف لحدود الدراسة ، و وصف وحصر لخصائص عينة الدراسة ، ثم انتقلنا للحديث عن أدوات الدراسة و كيفية بنائها وصولا إلى الصورة النهائية لها ، و حساب كل من الصدق و الثبات لمعرفة مدى توفر الشروط السيكومترية لهذه الأدوات من خلال الدراسة الإستطلاعية ، مع ذكر الأساليب الإحصائية المستعملة للتحقق من فرضيات الدراسة و تحقيق أهدافها ، و إظهار أهميتها بالإقتراب من الواقع .

التذكير بفرضيات الدراسة :

1ـــ توجد علاقة إرتباطية بين أنماط التعلق والتوافق النفسي لدى أفراد العينة.

2- أكثر أنماط التعلق شيوعا بين أفراد العينة هو نمط التعلق الآمن .

3ـــ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد مقياس أنماط التعلق لدى أفراد العينة تعزى لمتغير النوع.

4- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التعلق لدى أفراد العينة تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج .

5- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التعلق لدى أفراد العينة تعزى لمتغير فارق السن بين الزوجين .

6-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التعلق لدى أفراد العينة تعزى لمتغير المستوى التعليمي للزوجين.

7ــ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد مقياس التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغيرالنوع.

8- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج .

9- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير فارق السن بين الزوجين .

10- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير المستوى التعليمي للزوجين.

1- منهـــج الـــدراسة :

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي وذلك لملاءمته وأهداف الدراسة المنصبة على معرفة العلاقة بين أنماط التعلق والتوافق النفسي لدى الأزواج ، و يقوم هذا المنهج على وصف الحقائق الراهنة المتعلقة بطبيعة الظاهرة أو الموقف ، أو جماعة من الناس ، أو مجموعة من الأحداث مع محاولة تفسير هذه الحقائق تفسيرا كافيا . و يعرف بأنه أحد أشكال التحليل و التفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة و تصويرها كميا عن طريق جمع بيانات و معلومات مقننة عن الظاهرة أو المشكلة و تصنيفها و تحليلها و إخضاعها للدراسة الدقيقة (أبو القاسم عبد القادر ، 2001 ، ص 10) ، حيث لا يقتصر هذا المنهج على التعرف على معالم الظاهرة و تحديد أسباب وجودها ، و إنما يشمل تحليل البيانات و قياسها وتفسيرها و التوصل إلى وصف دقيق للظاهرة و نتائجها (ماثيو جيدير ، ب س ، ص 101) ، و بما أننا بصدد جمع بيانات و إجراء مقارنات لمتغيري أنماط التعلق و التوافق النفسي لعينة من الأزواج ، فضلنا استخدام المنهج الوصفي التحليلي لأنه ملائم.

2-حدود الدراسة :

لكل دراسة حدود تقف عندها ، وقد أعدت الباحثة محددات للدراسة الراهنة والتي يتوقف عليها تعميم نتائجها و تتمثل هذه الحدود فيما يلي :

الحدود الموضوعية: متغيرات الدراسة تتلخص في أنماط التعلق بين الزوجين ، والتوافق النفسي.

الحدود المكانية: اقتصرت الدراسة على ولاية الجلفة

الحدود الزمانية: أجريت الدراسة خلال السنة الجامعية 2014-2015 وتمت الدراسة الميدانية من بداية شهر أفريل إلى نهاية شهر جوان 2014.

الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة على مجموعة أزواج من ولاية الجلفة .

الحدود الأداتية : تحددت أدوات الدراسة في إستبيان أنماط التعلق بين الزوجين من إعداد الباحثة ، بالإضافة إلى مقياس التوافق النفسي العام لزينب شقير (2003) .

مجتمع الدراسة و عينته :

مجتمع الدراسة : يتمثل مجتمع الدراسة في أزواج من ولاية الجلفة ، و نظرا للعدد الكبير و الوقت المحدد لإنجاز االدراسة ، ارتأت الباحثة تقليص مجتمع الدراسة واختيارعينة منه .

عينة الدراسة : تكونت عينة البحث من 120 زوج ، أختيروا بطريقة عشوائية بسيطة و التي تسمح بتساوي الفرص أمام كل فرد من أفراد المجتمع في الإنتقاء ، حيث لا يمكن تعميم خصائص العينة على المجتمع ما لم يكن الإختيار قد تم بصورة عشوائية ، وتم توزيع المقياسين مع شرح بعض العبارات و طريقة الإجابة ، إلا أنه استرجعت 100 نسخة فقط ، وبذلك يصبح عدد العينة المشاركة 100 زوج ، و الجدول رقم (4،1) يوضح الخصائص الإحصائية لعينة الدراسة في ضوء متطلبات التحقق من الفرضيات : أي خصائص العينة حسب متغير النوع ، عدد سنوات الزواج ، فارق السن

بين الزوجين المستوى التعليمي للزوجين .

المتغير	الفئات	العدد	النسبة
النوع	الذكور	50	50
	الإناث	50	50
عدد سنوات الزواج	من 1 إلى 5	32	32
	من 6 إلى 10	28	28
	من 11 إلى 15	18	18
	من 16 إلى 20	8	8
	من 21 إلى 25	6	6
	من 26 إلى 30	2	2
	من31 إلى 35	6	6
فارق السن بين	من 1 إلى 3	20	20

الزوجين	من 4 إلى 6	18	18
	من 7 إلى 9	26	26
	من 10 إلى 12	24	24
	من 13 إلى 15	12	12
المستوى التعليمي	متوسط	14	14
	ثانوي	41	41
	جامعي	45	45

الجدول رقم (1،4) : خصائص العينة

يبين الجدول رقم (01) توزيع أفراد العينة حسب النوع و عدد سنوات الزواج وفارق السن بين الزوجين و المستوى التعليمي ، حيث أن عدد الذكور مساو لعدد الإناث، وبالنسبة لعدد سنوات الزواج بدأت من سنة إلى 35 سنة فقسمناها إلى سبع فئات، ، وظهر أن غالبية الأزواج مدة زواجهم تراوحت بين و سنة و خمسة سنوات بنسبة 32 % أما فارق السن بين الزوجين فتراوح من سنة إلى 15 سنة وتم تقسيمه خمس فئات، وقد وقعت أعلى نسبة للأزواج في الفئة الثالثة من سبع سنوات إلى تسعة بقيمة 26%، وتنوع المستوى التعليمي بين المتوسط و الثانوي و الجامعي ، و يبين الجدول أن الأزواج عموما حاصلون على الشهادة الجامعية بنسبة مقدارها 45%، و الجدول التالي يوضح أكثر خاصية المستوى التعليمي لكل من الذكور و الإناث .

الجدول رقم (4، 2) : خصائص العينة حسب المستوى التعليمي لكل من الذكور و الإناث :

المستوى التعليمي	ذكور	النسبة %	إناث	النسبة %	المجموع	النسبة %
متوسط	3	3	11	11	14	14
ثانوي	20	20	21	21	41	41
جامعي	27	27	18	18	45	45
المجموع	50	50	50	50	100	100

يشير الجدول رقم (02) أكبر نسبة كانت للذكور في التعليم الجامعي 27 % ، أما التعليم الثانوي فكانت فيه نسبة الإناث أكثر بقيمة 21 % ، وكذا التعليم المتوسط بنسبة 11 % .

الدراسة الإستطلاعية :

تعتبر الدراسة الإستطلاعية بوابة الباحث للإطلاع على الميدان و الإلتقاء بالمجتمع الأصلي الذي سيختار منه عينة الدراسة و اختبار درجة صدق و ثبات أدواتها ، ومن ضمن أهداف إجراء الدراسة الإستطلاعية :

1- معرفة مدى استجابة العينة لأدوات جمع البيانات و وضوحها و مدى فهمهم لعبارات الإستبيان.

2- تحديد الوقت المستغرق لتطبيق المقياسين .

3- حساب الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة .

أدوات جمع البيانات :

إن عملية إختيار أدوات القياس المناسبة من أهم الخطوات في أي دراسة علمية وقد استخدمت الباحثة في دراستها مقياسين ، الأول مقياس أنماط التعلق بين الزوجين من إعداد الباحثة، و الثاني مقياس التوافق النفسي العام ل زينب شقير (2003) ، وذلك بهدف اختبار الفروض و الإجابة عن تساؤلات الدراسة .

مقياس أنماط التعلق :

وصف المقياس و تصحيحه: بعد الإطلاع على عدة مقاييس عربية و أجنبية أُعدت لقياس أنماط التعلق مثل :

مقياس اليرموك لأنماط تعلق الراشدين : الذي طوره أبوغزال و جرادات(2009) ، و أظهر مستويات مرضية من الصدق و الثبات ، تكون من (20) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد :

نمط التعلق الآمن ، نمط التعلق القلق ، نمط التعلق التجنبي .(أبو غزال و جرادات ، 2009 ، ص 45)

مقياس الحب لـــ هاتفيلد و سبريشر النسخة المعربة (Passionate Love Scale PLS): حيث أجرت الباحثتان دراسة لقياس الحب في العلاقات الحميمة ، وطبق المقياس على عينة من طلبة علم الإجتماع في جامعة وسكنسن **(Wisconson)** و تكون من (30) فقرة تقيس بعدا واحدا و هو مشاعر الحب بين المتحابين ، وقد قام كل من الباحثين أحمد محمود الثوابتة و لما ماجد القيسي بترجمة فقراته من اللغة الإنجليزية إلى اللغة العربية ، ثم أعادا ترجمتها من اللغة العربية إلى اللغة الإنجليزية ، و قارنا الترجمتين وعرضا الصورتين الأصلية و المترجمة على المختصين سواء في اللغة الإنجليزية أو اللغة العربية ، أو علم النفس التربوي ، ثم حذفا الفقرات التي لا تتلاءم مع البيئة الأردنية و التي غالبا ما تقيس العلاقات و السلوكات الجنسية بين المتحابين و بذلك تكونت الصورة النهائية لمقياس الحب النسخة المعربة من 25 فقرة .(الثوابتة و القبيسي ، 2014 ، ص ص 71-77).

مقياس أنماط التعلق لـــ بفولكو وآخرون (Vulnerable Attachement Styles Questionnaire (VASQ) A.Bifulco ,J.Mahon , P.M.Moran , C .Jacobs , University Of London : و الذي يتكون من 22 عبارة تقيس بعدين ، نمط التعلق الآمن ونمط التعلق غير الآمن ، الذي نشر في مقال .

(Psychological Medicine ,Cambridge University Press, Printed in the United ,Vol.33,PP.1099-1110)

إستبانة العلاقة ل "باراثولوميو" و "هورويتز" (1991) : يتكون من (22) عبارة مقسمة على أربعة أبعاد ، نمط التعلق الآمن به (8) عبارات ، نمط التعلق الخائف يحتوي (4) عبارات ، نمط التعلق القلق مشغول البال ب (6) عبارات ، أما نمط التعلق التجنبي فيحتوي (4) عبارات ، ويتكون سلم الإستجابة من (7) نقاط ، النقطة الأولى تمثل لا ينطبق علي أبدا ، الرابعة محايد ، و السابعة ينطبق علي كثيرا (سهى بواب و شاهي كازاريان ، 2012 ، ص ، 153)

مؤشر نوعية الزواج ل "نورتون (1983) (Quality of Mariage Index (QMI) Norton) : أداة تقرير ذاتي تتكون من (5) عبارات تصف مشاعر أحدهم تجاه زواجه ، سلم

الإستجابة عليها يتكون من (7) نقاط تبدأ من أعارض بشدة إلى أوافق بشدة ، وعبارة تقيس درجة السعادة في الزواج ، سلم الإستجابة عليها يتكون أيضا من (7) نقاط بدءا مستاء جدا إلى سعيد تماما .(سهى بواب و شاهي كازاريان ، 2012 ، ص ، 154) (Norton , R ,1983, pp 141- 151)

قامت الباحثة ببناء استبانة لقياس أنماط التعلق بين الزوجين ، حيث قسمت أنماط التعلق إلى أربعة و جمعت عدة عبارات لكل بعد ، بمعدل عشرون عبارة (20) لكل نمط ثم أعادت مراجعة و إنتقاء العبارات بدقة و حذف العبارات التي تحمل نفس المعنى ، و إعادة ترتيبها ، ليتكون هذا الإستبيان في الأخير من 40 عبارة تتوزع على أربعة أبعاد :

1) **نمط التعلق الآمن** : و يظهر هذا النمط إلى أي درجة ينظر الفرد بشكل إيجابي إلى نفسه وإلى الزوج (ة) ، و يتكون هذا النمط من العبارات التالية (1 ، 5 ، 9 ، 13 ، 17 ، 21 ، 25 ، 29 ، 33 ، 37).

2) **نمط التعلق القلق:** يظهر هذا النمط إلى أي درجة ينظر الفرد بشكل سلبي إلى نفسه و بشكل إيجابي إلى الزوج (ة) ، و يتكون من الفقرات (2 ، 6 ، 10 ، 14 ، 18 ، 22 ، 26 ، 30 ، 34 ،38) .

3) **نمط التعلق التجنبي الخائف:** (3 ، 7 ، 11 ، 15 ، 19 ، 23 ، 27 ، 31 ، 35 ، 39)

4) **نمط التعلق التجنبي الرافض :** يظهر هذا النمط إلى أي درجة ينظر الفرد بشكل إيجابي لنفسه و بشكل سلبي إلى الزوج (ة) ، وتعبر عنه العبارات الآتية (4 ، 8 ، 12 ، 16 ، 20 ، 24 ، 28 ، 32 ، 36 ، 40) .

حددنا مقاييس التقدير التالية لإجابات الأفراد ، لا أوافق = 1 ، أوافق إلى حد ما = 2 ، أوافق لكن ليس كليا = 3 ، أوافق كليا = 4 ، و تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (واحد و 160 درجة)

مقياس التوافق النفسي العام :

وصف المقياس وتصحيحه: أعدته زينب شقير (2003) ، ويتكون من 80 عبارة تتوزع على أربعة محاور (التوافق الشخصي والإنفعالي ، والتوافق الصحي الجسمي ، التوافق الأسري التوافق الإجتماعي) و يجاب عليها "بنعم" و "لا" و "أحيانا" ، تقدر الدرجات في المقياس وفق ثلاثة مستويات متدرجة من نوع ليكرت قيمتها بالنسبة للعبارات الموجبة على النحو التالي : نعم تنطبق = 2 . تنطبق أحيانا = 1 . لا تنطبق = 0 . أما العبارات السالبة فيتم عكس التقدير و تصبح الدرجات : نعم تنطبق = صفر . تنطبق أحيانا = 1 .لا تنطبق = 2 .وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (صفر و 160 درجة) و تشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع درجة التوافق النفسي في الأبعاد الأربعة و تشير الدرجة المنخفضة إلى إنخفاض درجة التوافق النفسي ، و من وجهة نظرمعدة المقياس (شقير) تقسم الدرجات بحيث تشير إلى : من صفر إلى 40 سوء توافق ، من 41 إلى 80 توافق منخفض ، من 81 إلى 120 توافق متوسط ، من 121 إلى 160 توافق مرتفع و يستعمل هذا المقياس مع جميع الأعمار الزمنية من الجنسين ابتداءا من نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة إلى كبار السن ، وهو مقنن على البيئة العربية .

و قد أضفنا لكل من المقياسين في بدايتها استمارة تحتوي على البيانات الشخصية تناولنا فيها المتغيرات المرغوب دراستها المرتبطة بمتغيرات الدراسة و هي : النوع ، مدة الزواج ، العمر ، عمر الزوج (ة) ، المستوى التعليمي ، المستوى التعليمي للزوج (ة) و هذا لإستخدامها كقاعدة بيانات لإيجاد العلاقة بين المتغيرين ، و دراسة الفروق حسب هذه المتغيرات الديمغرافية .

وللإطمئنان على مدى صلاحية هذه المقاييس في دراستنا الحالية ، والتأكد من خصائصها السيكومترية أجرينا دراسة إستطلاعية ، على عينة مكونة من 50 زوج وزوجة ، وقد تم حساب صدق المقياسين و ثباتهما في هذه الدراسة على النحو التالي :

الخصائص السيكومترية لأدوات البحث: يرى سعد عبد الرحمن أن المقياس لا يكون صادقا إلا إذا كان قادرا على قياس ما وضع لقياسه فقط مع القدرة على التمييز بين طرفي القدرة التي يقيسها . (سعد عبد الرحمن ، 1998 ، ص 183) ، و قد اعتمدنا في حساب صدق المقياسين على نوعين من الصدق: صدق الإتساق الداخلي ، و الصدق التمييزي ، أما بالنسبة للثبات فمعناه أن الإختبار أو الإستبيان يعطي نفس النتائج إذا ما استخدم أكثر من مرة مع نفس الأفراد تحت

ظروف مماثلة (فاطمة عوض و ميرفت علي ، 2002 ، ص 165) ، و حُسب معامل الثبات لأدوات الدراسة بطريقتين : بطريقة معامل ألفا كرونباخ ، و بطريقة التجزئة النصفية .

الخصائص السيكومترية لإستبيان أنماط التعلق بين الزوجين :

صدق الإستبيان :

صدق الاتساق الداخلي Internal Consistency: من أهم أنواع الصدق التي يمكن إستخدامها للتحقق من صدق الأداة، ويرتبط هذا النوع من الصدق بالتحقق من درجة إنسجام بنود الإختبار ومدى إرتباطها بالدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه ، مع مراعاة عدم التداخل بين البنود المكونة لكل بعد أو التداخل بين عبارات المقياس ككل. ، أي أن صدق الإتساق الداخلي هو مدى تمثيل العبارات للمجال المراد قياسه و كذلك التوازن بين هذه الفروع وللتحقق ، و لذلك تم حساب إرتباط درجات الأبعاد بالدرجات الكلية للمقياس والجدول الموالي يوضح ذلك :

جدول رقم (4 ،3) : يمثل نتائج صدق الإتساق الداخلي للأبعاد وللدرجة الكلية لإستبيان أنماط التعلق بين الزوجين .

رقم البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ر"	مستوى الدلالة
نمط التعلق الآمن	32.82	5.15	0.477	0.001
نمط التعلق القلق	23.80	4.23	0.793	0.001
نمط التعلق التجنبي الخائف	20.92	4.29	0.755	0.001
نمط التعلق التجنبي الرافض	18.58	4.26	0.480	0.001
الدرجة الكلية	96.12	11.10	1.00	0.001

من خلال الجدول السابق يتضح أن معاملات الإرتباط المحسوبة للأبعاد الأربعة أكبر من الحدود المتوسطة حيث بلغت قيمة معامل إرتباط البعد الاول (0.477) عند متوسط حسابي (32.82) وانحراف معياري (5.15) عند مستوى الدلالة 0.001 وهو دال احصائيا وقيمة معامل

إرتباط البعد الثاني بلغت القيمة (0.793) عند متوسط حسابي (23.80) وإنحراف معياري (4.23) عند مستوى الدلالة 0.001 وهو دال احصائيا ، بلغت قيمة معامل إرتباط البعد الثالث (0.755) عند متوسط حسابي (20.92) وانحراف معياري (4.29) عند مستوى الدلالة 0.001 وهو دال احصائيا وقيمة معامل إرتباط البعد الرابع بلغت القيمة (0.480) عند متوسط حسابي (18.58) وإنحراف معياري (4.26) عند مستوى الدلالة 0.001 وهو دال احصائيا .

الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية): وهو قدرة المقياس على التمييز بين طرفي الخاصية التي يقيسها فبعد تطبيق المقياس على أفراد العينة ترتب الدرجات التي تم الحصول عليها تنازليا أو تصاعديا، ثم يقارن بين المجموعتين المتناقضتين اللتان تقعان على طرفي الخاصية، من حيث درجات الأفراد ، أحداهما المجموعة العليا من حيث ارتفاع درجاتها على الخاصية، والأخرى المجموعة الدنيا من حيث انخفاض درجاتها على الخاصية ، وهذا بالنسبة لتوزيع درجات الإختبار ثم يستعمل إختبار "ت" لدلالة الفروق بين المتوسطين الحسابيين ويكون المقياس صادقا كلما كان قادرا على التمييز تمييزا دالا بين المجموعتين المتطرفتين ، وبعد ترتيب الدرجات من الأدنى إلى الأعلى تم أخذ27% من أعلى التوزيع و27% من درجات أدنى التوزيع فكان عدد الأفراد (14) فردا، وبعد ذلك تمّ حساب (T) لمعرفة الفروق بين المجموعتين، و النتائج في الجدول التالي :

جدول رقم (4،4): يمثل نتائج صدق إستبيان أنماط التعلق بين الزوجين بطريقة الصدق التمييزي.

متغير المقياس	مجموعات المقارنة	N	$\bar{X}$	S	T	Df	الدلالة الإحصائية
أنماط التعلق بين الزوجين	المجموعة العليا	14	82.00	5.51	13.04	26	0.000دال احصائيا
	المجموعة الدنيا	14	108.64	5.28			

نلاحظ من خلال الجدول المحصل عليه أنّ قيمة (t) بلغت القيمة (13.04) عند درجة الحرية (26) بمستوى الدلالة الإحصائية (0.000) أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إستبيان أنماط التعلق بين الزوجين بين المجموعتين، وذلك لصالح المجموعة العليا أي الإستبيان لديه قدرة تمييزية، حيث بلغ متوسط المجموعة العليا (82.00) بينما متوسط المجموعة الدنيا بلغ (108.64) وهذا ما يؤكد أنّ المقياس صادق و فقراته تقيس ما أعدت لقياسه .

ثبات الإستبيان :

إعتمدت الباحثة في حساب ثبات المقياس مجموعة من الطرق هي :

ثبات المقياس بطريقة ألفا–كرونباخ Cronbach Alpha M : يعتبر معامل ألفا كرونباخ أحد مؤشرات الإتساق الداخلي للمقياس، وهو أفضل التقديرات الخاصة لحساب الثبات ، و أكثرها شيوعا في بعض المواقف (زايد الحارثي ، 1992 ، ص 227) ويمثل معامل آلفا متوسط المعاملات الناتجة عن تجزئة الاختبار بطرق مختلفة (سعد عبد الرحمن ، 1998 ، ص 172) ويشير إلى قوة الإرتباط بين فقرات الإختبار ، و تمت معالجة البيانات بطريقة ألفا –كرونباخ لإستبيان أنماط التعلق بين الزوجين والجدول التالي يوضح النتائج :

جدول رقم (4، 5): يمثل نتائج معامل الثبات ألفا –كرونباخ لإستبيان أنماط التعلق بين الزوجين .

المقياس	*N*	$\bar{X}$	*S*	*معامل الثبات ألفا–كرونباخ*
أنماط التعلق بين الزوجين	*40*	97.20	*12.26*	*0.712*

نلاحظ من خلال نتائج الجدول المحصل عليها أنّ معامل الثبات بلغ القيمة (*0.712*) وهذا يدل على الثبات وبما أنّ هذه القيمة تقترب من الواحد فهي قيمة عالية وتدل على الثبات المرتفع للمقياس وبالتالي استبيان أنماط التعلق بين الزوجين ثابت .

حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية Split-Half: بعد تطبيق الإختبار مرة واحدة على عينة واحدة ، ثم تحسب درجات إجابات الأفراد على الأسئلة أو العبارات الفردية و درجات الأفراد على العبارات الزوجية ، فنحصل على مجموعتين من الدرجات ، نحسب معامل الإرتباط بيرسون بين نصفي الإختبار ، والمعامل الذي ينتج نعدله أو نصححه حتى نحصل على معامل ثبات الإختباركله ، بطرق التعديل كمعادلة سبيرمان و جوتمان (سعد عبد الرحمن ، 1998 ، ص 167) ، والجدول التالي يوضح النتائج :

جدول رقم (4، 6): يمثل نتائج معامل ثبات اسبيان أنماط التعلق بين الزوجين بطريقة التجزئة النصفية

المقياس	البنود	$\bar{X}$	S	N	معامل الثبات		
					قبل التصحيح	بعد التصحيح	طريقة التصحيح
أنماط التعلق بين الزوجين	الفردية	53.62	8.87	20	0.51	0.66	جوتمان
	الزوجية	40.46	7.00	20			
	الكلية	94.08	13.82	40			

من خلال نتائج الجدول المحصل عليها نلاحظ أن قيمة معامل ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية وصلت إلى (0.51) قبل التصحيح وبعد التصحيح بطريقة جوتمان وصلت القيمة إلى (0.66) وهي قيمة عالية بالتّالي مقياس أنماط التعلق بين الزوجين مقياس ثابت .

الخصائص السيكومترية لمقياس التوافق النفسي العام :

صدق المقياس :

صدق الاتساق الداخلي Internal Consistency: قمنا بحساب إرتباط درجات الأبعاد بالدرجات الكلية للمقياس والجدول الموالي يوضح ذلك:

جدول رقم (4،7) : يمثل نتائج صدق الإتساق الداخلي للأبعاد وللدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي :

رقم البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ر"	مستوى الدلالة
1	28.88	5.06	0.690	0.001
2	25.70	5.86	0.851	0.001
3	34.20	5.99	0.760	0.001
4	31.70	5.51	0.691	0.001
الدرجة الكلية	120.48	16.85	1.00	0.001

من خلال الجدول السابق يتضح أن معاملات الإرتباط المحسوبة للأبعاد الأربعة أكبر من الحدود المتوسطة حيث بلغت قيمة معامل إرتباط البعد الاول (0.690) عند متوسط حسابي(28.88) وانحراف معياري (5.06) عند مستوى الدلالة 0.001 وهو دال احصائيا وقيمة معامل إرتباط البعد الثاني بلغت القيمة (0.851) عند متوسط حسابي(25.70) وإنحراف معياري (5.86) عند مستوى الدلالة 0.001 وهو دال احصائيا ، بلغت قيمة معامل إرتباط البعد الثالث (0.760) عند متوسط حسابي(34.20) وانحراف معياري (5.99) عند مستوى الدلالة 0.001 وهو دال احصائيا وقيمة معامل إرتباط البعد الرابع بلغت القيمة (0.691) عند متوسط حسابي(31.70) وإنحراف معياري (5.51) عند مستوى الدلالة 0.001 وهو دال احصائيا .

الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية): حيث تمّ ترتيب الدرجات من الأدنى إلى الأعلى بحيث تم أخذ27% من أعلى التوزيع و27% من درجات أدنى التوزيع فكان عدد الأفراد (14) فردا، وبعد ذلك تمّ حساب (T) لمعرفة الفروق بين المجموعتين، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول رقم (4، 8): يمثل نتائج صدق مقياس التوافق النفسي بطريقة الصدق التمييزي.

متغير المقياس	مجموعات المقارنة	N	$\overline{X}$	S	T	Df	الدلالة الإحصائية
التوافق	المجموعة الدنيا	14	99.28	9.98	11.26	26	0.000دال

النفسي	المجموعة العليا	14	139.07	8.65			احصائيا

نلاحظ من خلال الجدول المحصل عليه أنّ قيمة (t) بلغت القيمة (11.26) عند درجة الحرية (26) بمستوى الدلالة الإحصائية (0.000) أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس التوافق النفسي لدى أفراد العينة بين المجموعتين، وذلك لصالح المجموعة العليا أي المقياس لديه قدرة تمييزية، حيث بلغ متوسط المجموعة العليا (139.07) بينما متوسط المجموعة الدنيا بلغ (99.28) وهذا ما يؤكد أنّ المقياس صادق .

ثبات المقياس :

ثبات المقياس بطريقة ألفا-كرونباخ Cronbach Alpha M : بعد تطبيق المقياس على العينة الإستطلاعية تم حساب الثبات بطريقة ألفا-كرونباخ و نتائج معالجة البيانات موضحة في الجدول التالي :

جدول رقم (4 ، 9): يمثل نتائج معامل الثبات ألفا -كرونباخ لمقياس التوافق النفسي .

المقياس	*N*	$\bar{X}$	*S*	*معامل الثبات ألفا-كرونباخ*
التوافق النفسي	*80*	*120.48*	*16.85*	*0.898*

نلاحظ من خلال نتائج الجدول المحصل عليها أنّ معامل الثبات بلغ القيمة (*0.898*) وهذا يدل على الثبات وبما أنّ هذه القيمة تقترب من الواحد فهي قيمة عالية وتدل على الثبات المرتفع للمقياس وبالتالي مقياس التوافق النفسي ثابت.

حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية Split-Half: تم حساب ثبات مقياس التوافق النفسي بنفس الطريقة لإستبانة أنماط التعلق بين الزوجين ، و النتائج ملخصة في الجدول التالي:

جدول رقم (4، 10): يمثل نتائج معامل ثبات مقياس التوافق النفسي بطريقة التجزئة النصفية

المقياس	البنود	$\overline{X}$	S	N	معامل الثبات		
التوافق النفسي	الفردية	54.58	9.76	40	قبل التصحيح	بعد التصحيح	طريقة التصحيح
	الزوجية	65.90	9.65	40	0.507	0.673	جوتمان
	الكلية	86.00	6.76	80			

من خلال نتائج الجدول المحصل عليها نلاحظ أن قيمة معامل ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية وصلت إلى (0.507) قبل التصحيح وبعد التصحيح بطريقة جوتمان وصلت القيمة إلى (0.673) وهي قيمة عالية بالتّالي مقياس التوافق النفسي مقياس ثابت .

الأساليب الإحصائية :

استعانت الباحثة في هاته الدراسة بحزمة الحلول الإحصائية للمنتجات و الخدمات (SPSS) ، وقد تم استخدام نسخة الإصدار (20.0) بمميزاته ، و تمثلت الاساليب الاحصائية الموظفة من خلال هذا البرنامج في :

- التكرارات و النسب المئوية لوصف العينة .
- المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري .
- معامل الارتباط الثنائي ل بيرسون (Correlation Bivariate) للبحث في العلاقة بين المتغيرات .

– إختبار Tللعينات المستقلة .

– تحليل التباين أحادي الإتجاه (One Way Analysis of Variance) لمعرفة دلالة الفروق في أنماط التعلق و التوافق النفسي باختلاف خصائص أفراد العينة .

وهذا بهدف تسهيل عملية العرض والتحليل والتفسير لنتائج الدراسة .

خلاصة الفصل :

هذه أهم الخطوات التي إتبعناها في الجانب الميداني ، فبعدما حددنا المنهج الملائم وحصرنا حدود الدراسة في الحدود الموضوعية و المكانية و الزمانية ، وصولا إلى الحدود البشرية ، و قد تم اختيار مقياس التوافق النفسي العام لزينب شقير ، و إعداد استبيان لأنماط التعلق بين الزوجين ، وهذا بعد الإطلاع على العديد من الإختبارات و المقاييس العربية و الأجنبية و التي استخدمت في دراسات عن التعلق و الحب بين الزوجين ، ثم قمنا بحساب صدق المقياسين بطريقتين صدق الإتساق الداخلي لأبعاد المقياس و الدرجة الكلية له ، و بطريقة المقارنة الطرفية ، أما الثبات فتأكدنا منه بطريقتين الأولى بحساب معامل ألفا كرونباخ و الثانية طريقة التجزئة النصفية ، وبعد تجميع البيانات عن طريق كل من المقياسين استعنا بحزمة الحلول الإحصائية للمنتجات و الخدمات (SPSS) للحصول على النتائج باستخدام مجموعة من الأساليب الإحصائية تمهيدا لتحليل النتائج بغية الوصول إلى نتائج تعكس الواقع .

الفصل الخامس : عرض نتائج الدراسة و تفسيرها

تمهيد

عرض نتائج الفرضية الأولى و تفسيرها

عرض نتائج الفرضية الثانية و تفسيرها

عرض نتائج الفرضية الثالثة و تفسيرها

عرض نتائج الفرضية الرابعة و تفسيرها

عرض نتائج الفرضية الخامسة و تفسيرها

عرض نتائج الفرضية السادسة و تفسيرها

عرض نتائج الفرضية السابعة و تفسيرها

عرض نتائج الفرضية الثامنة و تفسيرها

عرض نتائج الفرضية التاسعة و تفسيرها

خلاصة نتائج الدراسة

استنتاج عام

إقتراحات

خاتمة

تمهـــــــيد :

يتضمن هذا الفصل عرضا للنتائج التي تم التوصل إليها بناء على البيانات المتحصل عليها من إجابات أفراد العينة و مناقشتها و تفسيرها في ضوء فرضيات البحث وفق تسلسلها وهذا بعد تطبيقنا للمقياسين على أفراد العينة ، حيث تم تفريغ البيانات في جداول ، بعد الترميز للعناصر المختلفة ثم الإستعانة بحزمة الحلول الإحصائية للمنتجات و الخدمات (SPSS) ، تم التوصل إلى النتائج التالية :

1- عرض و تفسير نتائج الفرضية الأولى:

نص الفرضية: " توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين أنماط التعلق و التوافق النفسي لدى الزوجين .

وبعد تطبيق معامل الارتباط بيرسون "ر" تحصلنا على النتائج التالية :

جدول رقم (11،5) يوضح معامل العلاقة الارتباطية بين أنماط التعلق بين الزوجين و التوافق النفسي

المتغيرات	العينة N	معامل الارتباط "ر"	درجة الحرية Df	مستوى المعنوية Sig	مستوى الدلالة
أنماط التعلق بين الزوجين	100	0.216	98	0.031	دال عند مستوى الدلالة (0.05)
التوافق النفسي					

يتبين من الجدول أعلاه أن قيمة معامل الإرتباط بيرسون "ر" (0.216) وهو دال إحصائيا عند مستوى دلالة (0.05) و بدرجة حرية (98) ، لأن مستوى المعنوية(sig) (0.031) أقل من مستوى الدلالة (0.05) وهذا يدل على وجود علاقة بين أنماط التعلق بين الزوجين و التوافق النفسي لدى أفراد العينة ، وفي ضوء هذه النتائج تتحقق الفرضية ، هذه النتيجة تبين التأثير المتبادل لكل من أنماط التعلق بين الزوجين و المستوى التوافق النفسي لديهما ، و هذا ما تظهره أدبيات البحث الأجنبي عن إرتباط التعلق بالصحة النفسية العامة حيث توصلت دراسة روبن (1970) إلى العلاقة بين الحب ومستوى الصحة النفسية ، وعلاقة الحب بتحقيق الذات ، إن سلوك التعلق الحميمي بين الأزواج يساهم في توافقهم و رضاهم في جميع مجالات حياتهم ، حيث أكدت دراسات فيني و هوهايس (Feeney & Hohaus) أن الأزواج يحصلون على الأمان العاطفي

من خلال تعلقهم ببعضهم ، و يشعرون بالرضا و الراحة في وجود أزواجهم الذين يلجؤن إليهم وقت الضيق ، كما تفترض دراسات هازان و شيفر عن أنماط التعلق ، أهمية التعلق الآمن في التكيف النفسي ، و أظهرت الدراسات العربية إرتباط أنماط التعلق الزوجات بالرضا عن الحياة و أساليب التعامل مع الضغوط النفسية (دراسة رباب بنت رشاد ، 2009) ، للوصول إلى التوافق النفسي ، و خاصة منه نمط التعلق الآمن ، و في دراسة لمحمد السيد عبد الرحمن بينت النتائج أن المتزوجين أكثر توافقا من غير المتزوجين ، و هذا يعكس أهمية الزواج في تحقيق التوافق النفسي لكل من المرأة و الرجل ، و نفهم هذه العلاقة أكثر بالرجوع إلى نظرية باولبي و إينزورث و التي تؤكد علاقة أنماط التعلق بالتكيف و الصحة النفسية .

- عرض و تفسير نتائج الفرضية الثانية :

نص الفرضية : أكثر أنماط التعلق شيوعا لدى أفراد العينة هو نمط التعلق الآمن

جدول (12،5): يمثل المعطيات الوصفية لمتغير التعلق حسب الانماط .

متغيرات الدراسة	الأبعـــــــــــــاد	العينة N	المتوسط الحسابي $\bar{}$	الإنحراف المعياري
أنماط التعلق بين الزوجين	نمط التعلق الآمن	100	30,2100	6,40122
	نمط التعلق القلق	100	22,4900	4,34961
	نمط التعلق الخائف	100	20,6900	4,49398

	نمط التعلق التجنبي	100	18,2900	4,92221
	المجموع	400	22,9200	6,77261

– من خلال الجدول يتضح أنّ جميع المتوسطات غير متساوية بين الأبعاد أي متفاوتة حيث نجد أنّ قيمة المتوسط الحسابي لأفراد العينة في البعد الأول بلغت (30.21) بانحراف معياري (6.40) ، وفي البعد الثاني بلغ المتوسط الحسابي (22.49) وبلغ الإنحراف المعياري (4.34) أما المتوسط الحسابي للبعد الثالث فوصل إلى (20.69) وانحراف معياري قيمته (4.49)،في حين بلغ المتوسط الحسابي للبعد الرابع (18.29) وانحراف معياري بقيمة (4.92)، هذا يدل على وجود فروق دالة احصائيا في انماط التعلق لصالح نمط التعلق الآمن .

جدول (13،5): يمثل نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للكشف عن الفروق بين انماط التعلق

متغير الدراسة	مصدر التباين	مجموع المربعات	Df	متوسط المربعات	F	مستوى الدلالة
التعلق	داخل المجموعات	7973,880	3	2657,960	101.917	0.000 دال احصائيا
	بين المجموعات	10327,560	396	26,080		

	المجموع	18301,440	399			

ويتضح من خلال الجدول مايلي :

– وجود تباين دال إحصائيا في مستوى التعلق حيث بلغت قيمة (F) (101.917) عند مستوى دلالة (0.000) وهذه القيمة أصغر من مستوى الدلالة (0.05) و بالتالي الفرضية تحققت .

تم حساب المتوسط الحسابي والإنحراف معياري لانماط التعلق في اربع مستويات ثم حساب تحليل التباين الأحادي للمتغير، ولمعرفة اتجاه هذه الأنماط قمنا بعمل المقارنات البعدية بإستخدام إختبار شيفيه **(Scheffe)** فكانت النتائج موضحة في الجدول الموالي :

جدول رقم(5،14): يمثل اختبار (Scheffe) للمقارنات البعدية لأنماط التعلق

	نمط التعلق الآمن		**نمط التعلق القلق**		**نمط التعلق الخائف**		**نمط التعلق التجنبين**	
	متوسط الفرق	**الاحتمال**	**متوسط الفرق**	**الاحتمال**	**متوسط الفرق**	**الاحتمال**	**متوسط الفرق**	**الاحتمال**
نمط التعلق الآمن			7,72*	0.000 دال	* 9,52	0.000 دال	11,92 *	0.000 دال احصائيا

			احصائيا		احصائيا		احصائيا	
نمط التعلق القلق	-7,72*	0.000 دال احصائيا			1,80	0.104 غير دال احصائيا	4,20*	0.000 دال احصائيا
نمط التعلق الخائف	-9,52*	0.000 دال احصائيا	-11,92000*	0.104 غير دال احصائيا			2,40*	0.012 دال احصائيا
نمط التعلق التجنبي	-11,92*	0.000 دال احصائيا	-4,20*	0.000 دال احصائيا	-2,40*	0.012 دال احصائيا		

* دال احصائيا عند 0.05

من خلال الجداول السابقة يتضح أن أكثر أنماط التعلق شيوعا لدى أفراد العينة هو نمط التعلق الآمن ، و هذا يعني أن الأزواج يشعرون بالأمان و الطمأنينة في علاقتهم بالآخر من خلال تقبل الطرف الثاني و تقديم الدعم و المساعدة و فهم شخصيته و حاجاته ، و التفهم المتبادل بينهما ، الإحساس بالراحة برفقته من خلال الإفصاح عن الخبرات و المشاعر الشخصية ، فالحب هو علاقة عميقة ، و تتفق هذه النتائج مع دراسات كل من هازان و شيفر (Hazan and Shaver ,1987,1990) ، كما توصلت حنان عبد الرحيم (2010) أن نمط التعلق الآمن هو الأكثر شيوعا لدى طلبة الجامعة ، و غالبا ما يسود هذا النمط في دراسات التعلق سواء منها الأجنبية أو العربية .

2- عرض و تفسير نتائج الفرضية الثالثة :

نص الفرضية : توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد مقياس أنماط التعلق بين الزوجين لدى أفراد العينة تعزى لمتغير النوع .

تم استخدام إختبار (T) لدراسة الفروق .

جدول رقم (15،5)

المتغير	الأبعاد	النوع	N	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة T	درجة الحرية DF	مستوى المعنوية Sig	مستوى الدلالة
أنماط التعلق بين الزوجين	نمط التعلق الآمن	ذكور	50	30,84	6,55	0,109	98	0,914	غير دال عند مستوى الدلالة 0,05
		إناث	50	30,7	6,31				
	نمط التعلق القلق	ذكور	50	22,98	4,32	0,174		0,863	غير دال عند مستوى الدلالة 0,05
		إناث	50	22,82	4,87				
	نمط التعلق الخائف	ذكور	50	20,76	4,47	0,195		0,846	غير دال عند مستوى الدلالة 0,05
		إناث	50	20,94	4,77				
	نمط التعلق التجنبي	ذكور	50	20,54	3,98	2,596		0,011	دال عند مستوى دلالة 0,05
		إناث	50	18,24	4,83				

يوضح المتوسطات الحسابية و الإنحرافات المعيارية و نتائج إختبار T لدراسة الفروق بين النوعين في أبعاد مقياس أنماط التعلق بين الزوجين :

من خلال الجدول يتبين أن قيمة الإختبار T المحسوبة في البعد الأول بلغت (0.109) عند درجة حرية 98 ، و قد بلغ المتوسط الحسابي للذكور (30.84) بإنحراف معياري (6.55) ، بينما عند الإناث بلغ المتوسط الحسابي (30.7) و الإنحراف المعياري (6.31) ، عند مستوى دلالة (0.914) و هي قيمة أكبر من قيمة (0.05) و بالتالي لا توجد فروق بين الذكور و الإناث في هذا البعد و هو نمط التعلق الآمن ، بينما في البعد الثاني فبلغ المتوسط الحسابي للذكور

22.98) و الإنحراف المعياري (4.32) ، و الإناث بمتوسط حسابي (22.82) و إنحراف معياري (4.87) ، و كانت قيمة الإختبار T (0.174) عند درجة حرية 98 عند مستوى دلالة (0.863) و هي قيمة أكبر من قيمة (0.05) ، وهنا أيضا لا توجد فروق بين الذكور و الإناث في هذا البعد و هو نمط التعلق القلق .أما في البعد الثالث المتوسط الحسابي للذكورقيمته (20.76) بانحراف معياري (4.47) و الإناث المتوسط الحسابي (20.94) و الإنحراف المعياري (4.77) و قيمة الإختبار T بلغت (0.195) عند درجة حرية 98 ، عند مستوى الدلالة (0.846) و هي قيمة أكبر من (0.05) ، أي أنه لا توجد فروق في نمط التعلق الخائف بين الذكور و الإناث ، في البعد الرابع والأخير و هو نمط التعلق التجنبي ، المتوسط الحسابي للذكور (20.54) و الإنحراف المعياري (3.98) ، و الإناث بمتوسط حسابي (18.24) و إنحراف معياري (4.83) ، و بلغت قيمة الإختبار T (2.596) عند درجة حرية 98 و مستوى دلالة (0.011) ، وهي قيمة أقل من (0.05) ، و بالتالي يوجد فروق في هذا البعد بين النوعين لصالح الذكور ، وبذلك تحققت الفرضية جزئيا ، وهناك بعض الدلائل التي تشير إلى أن إختلاف النوع في أنماط التعلق له أهمية تكيفية ، حيث يميل الذكور غير الآمنين إلى إتخاذ الأنماط التجنبية الإنطوائية و التي قد تكون تكيفا سريعا منهم ، أما الإناث غير الآمنة فتتخذ أنماط التعلق القلق . (https://ar.wikipedia.org) ، كما لا نهمل تأثير و دور المجتمع و التربية في صياغة الإنسان حيث تخصص التنشئة الإجتماعية أدوارا للذكور و أدورا خاصة للإناث عن طريق التدريب على أنماط السلوك في مواقف معينة ، و يحدد لهم نظما و قيما يعيشون في ظلها ، حيث يضغط المجتمع على الإناث للتصرف بطريقة معينة ، و الرجل بطبيعته لا يستسيغ الإنتقاد ، إظهار مشاعره يعني ضعفه ، كما يبقي تعابير وجهه تحت الرقابة و السيطرة كي لا يقرأ أحد أفكاره ، فهو حذر دفاعي و يخفي أحاسيسه . و بالرجوع إلى دراسة نجلاء رسلان و أماني صالح الهادفة إلى التنبؤ بالخرس الزواجي من خلال أنماط التعلق بين الزوجين ، نجد أنها توصلت إلى أنه لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية باختلاف النوع على مقاييس الدراسة إلا على مقياس التعلق التجنبي و لكن لصالح الزوجات .

3- عرض و تفسير نتائج الفرضية الرابعة :

نص الفرضية : لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التعلق بين الزوجين تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج .

جدول (16،5): يمثل المعطيات الوصفية لمتغير أنماط التعلق بين الزوجين حسب متغير عدد سنوات الزواج :

متغيرات الدراسة	الفئـــــــــــــات	العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري
نمط التعلق الآمن	1-5	32	30,8750	5,93377
	6-10	28	30,1786	6,51524
	11-15	18	29,1667	7,58675
	16-20	8	30,3750	6,61033
	21-25	6	30,5000	7,89303
	26-30	2	35,0000	,00000
	31-35	6	27,8333	4,66548
	Total	100	30,2100	6,40122
نمط التعلق القلق	1-5	32	23,2813	3,96138
	6-10	28	22,4643	4,14981
	11-15	18	21,9444	3,84206
	16-20	8	21,2500	5,65054
	21-25	6	20,6667	7,11805
	26-30	2	26,5000	7,77817
	31-35	6	22,1667	2,92689
	Total	100	22,4900	4,34961
نمط التعلق	1-5	32	22,0313	3,92251

3,47325	20,2857	28	6-10	الخائف
4,35852	20,0556	18	11-15	
4,10575	18,0000	8	16-20	
9,92807	20,1667	6	21-25	
6,36396	22,5000	2	26-30	
4,16733	20,8333	6	31-35	
4,49398	20,6900	100	Total	
4,59839	18,6250	32	1-5	نمط التعلق
4,83525	17,7500	28	6-10	التجنبي
4,98232	17,3333	18	11-15	
3,79614	18,1250	8	16-20	
8,42417	18,8333	6	21-25	
1,41421	23,0000	2	26-30	
5,29150	20,0000	6	31-35	
4,92221	18,2900	100	Total	
10,62692	94,8125	32	1-5	التعلق
10,84249	90,6786	28	6-10	
9,53168	88,5000	18	11-15	
10,66034	87,7500	8	16-20	
26,17951	90,1667	6	21-25	
2,82843	94,0000	2	26-30	
9,83362	90,5000	6	31-35	
11,72324	91,4000	100	Total	

جدول (17،5): يمثل نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للكشف عن الفروق بين فئات عدد سنوات الزواج في انماط التعلق

متغير الدراسة	مصدر التباين	مجموع المربعات	Df	متوسط المربعات	F	مستوى الدلالة المعنوية	مستوى الدلالة
نمط التعلق الآمن	داخل المجموعات	114,275	6	19,046	,449	,844	غير دالة
	بين المجموعات	3942,315	93	42,390			عند مستوى
	المجموع	4056,590	99				0,05
نمط التعلق القلق	داخل المجموعات	90,446	6	15,074	,786	,583	غير دالة
	بين المجموعات	1782,544	93	19,167			عند مستوى
	المجموع	1872,990	99				0,05
نمط التعلق الخائف	داخل المجموعات	135,596	6	22,599	1,128	,352	غير دالة
	بين المجموعات	1863,794	93	20,041			عند مستوى
	المجموع	1999,390	99				0,05
نمط التعلق	داخل المجموعات	92,132	6	15,355	,619	,714	غير دالة

االتجنبي	**بين المجموعات**	2306,458	93	24,801			عند مستوى
	المجموع	2398,590	99				0,05
التعلق	**داخل المجموعات**	672,685	6	112,114	,806	,568	غير دالة
	بين المجموعات	12933,315	93	139,068			عند مستوى
	المجموع	13606,000	99	19,046			0,05

من خلال الجدول نجد في البعد الأول و هو نمط التعلق الآمن ، أن F قيمة إختبار تحليل التباين الأحادي تساوي (0.449) عند مستوى الدلالة (0.844) ، و هي قيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) ، أي أنه لا توجد فروق في هذا النمط من التعلق لدى أفراد العينة تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج ، أما في البعد الثاني و هو نمط التعلق القلق قيمة F تساوي (0.786) عند مستوى الدلالة (0.583) ، و هي قيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) ، وهذا يعني عدم وجود فروق في هذا النمط أيضا ، و في البعد الثالث و هو نمط التعلق الخائف F قيمة إختبار تحليل التباين الأحادي بلغت (1.128) عند مستوى الدلالة (0.352) ، و هي قيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) ، ومنه لا توجد فروق في هذ النمط من التعلق لدى الأزواج تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج ، ولم نجد أيضا فروقا في البعد الرابع و هو نمط التعلق الخائف حيث أن F قيمة إختبار تحليل التباين الأحادي تساوي (0.619) عند مستوى الدلالة (0.714) ، و هي قيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) ، و بالنسبة للتعلق عامة نجد أن F قيمة إختبار تحليل التباين الأحادي تبلغ (0.806) عند مستوى الدلالة (0.568) ، و هي قيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) ، ومنه لا توجد فروق في التعلق بين الأزواج ، أي أن الفرضية تحققت ، ففي دراستنا هذه ظهر أن التعلق بين الزوجين لا يتأثر بعدد سنوات الزواج ، أنماط التعلق لدى أفراد العينة في الفئة الأولى من سنوات الزواج من سنة إلى خمس سنوات لا تختلف عن أنماط التعلق في الفئات الأخرى و حتى في الفئة الأخيرة من 31 سنة إلى 35 سنة ، حيث لم تؤثر عشرة الزوجين في نمط تعلقهما ، إن أفراد العينة لديهم أنماط تعلق ثابتة من السنة الأولى للزواج إلى السنة الخامسة و الثلاثين ، و

الطبيعي أنه كلما تزيد عدد سنوات الزواج كلما يزيد الحب و التفاهم و التعلق بين الزوجين ، و كأن المقولة التي تقول أن الحب يؤدي إلى الزواج ولكن الزواج لا يؤدي إلى الحب صحيحة تماما في مجتمعنا ، و هناك مقولات أخرى شائعة مثل الحب مرض جميل ينتهي بالسكتة الزوجية ، الحب تغلب عليه الرومانسية ، و الزواج تغلب عليه الواقعية ، و لكنهما مكملان لبعضهما ، فالرومانسية تعني الأماني والأحلام دون الإفراط ، و الواقعية هي قبول الحياة كما هي بحلوها و مرها ، ونشير هنا إلى أن أهم الصعوبات التي واجهتنا في الجانب الميداني في هذا البحث أن هناك من الأزواج الذكور منهم و حتى الإناث من يجد حرجا كبيرا في الإجابة عن المقياس المعد لأنماط التعلق على الرغم من أن مستواه جامعي ، ففي مجتمعنا ينظر للتعبير العاطفي و الإنفعالي على أنه ضعف ، قد تكون مسؤولية الزواج أنست الزوجين بالإهتمام بالمشاعر ، لا يمكننا القول أنه لا يوجد حب بينهما لأن مجرد حياتهما معا تخلقه و القيام بمسؤوليات على أكمل وجه يعتبر نوعا من أنواع الحب على الرغم من أن الزواج إرتباط يدوم مدى الحياة و يزدهر مع الأيام إلا أن أنماط التعلق لدى أفراد هذه العينة يسودها نوع من السكون و الإستقرار لا حواجز و لا خوف من الفقدان ، و لذلك يمكننا القول أن الحب موجود بطريقة هادئة بين الطرفين تمدهما بالراحة و الثقة ، كان في بدايته إنجذابا سريعا قد يرجع للخبرات المبكرة في الحياة ، و الآن هو حقيقة ثابتة ، و يرى بعض الباحثين أنه ترتبط في أذهاننا صور لبعض الأشخاص الذين قاموا برعايتنا و لنا معهم ذكريات سارة ، لذلك حين نقابل أحدا يشترك في بعض صفاته مع أولئك الذين أحببناهم فإننا نشعر ناحيته بالإنجذاب ، و حسب نظرية باولبي أنماط تعلق التي يكونها الأطفال في صغرهم ، تستمر معهم حتى سن الرشد ، و تكون أنماط التعلق مع أزواجهم ثابتة أيضا و مستمرة منذ الصغر ، و هذا ما أظهرته نتائج دراسة رباب بنت رشاد 2009 ، من عدم تأثر أنماط تعلق أفراد العينة بالمتغيرات الديمغرافية و التي من بينها عدد سنوات الزواج .

4- عرض وتفسير نتائج الفرضية الخامسة :

نص الفرضية : لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التعلق بين الزوجين تعزى لمتغير فارق السن بين الزوجين .

جدول (18،5): يمثل المعطيات الوصفية لمتغير التعلق و أنماطه حسب فارق السن بين الزوجين .

متغيرات الدراسة	الفئـــــــــــــــات	العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري
نمط التعلق الآمن	1-3	16	28,12	6,90
	4-6	16	29,81	7,29
	7-9	30	30,23	6,88
	10-12	24	30,66	6,26
	13-15	14	32,21	3,21
	Total	100	30,21	6,40
نمط التعلق القلق	1-3	16	20,68	4,42
	4-6	16	22,37	2,77
	7-9	30	22,80	4,03
	10-12	24	23,33	4,80
	13-15	14	22,57	5,45
	Total	100	22,49	4,34
نمط التعلق الخائف	1-3	16	18,93	4,87
	4-6	16	21,18	4,18
	7-9	30	21,00	5,12
	10-12	24	20,91	4,80
	13-15	14	21,07	4,02

	Total	100	20,69	4,49
نمط التعلق التجنبي	1-3	16	18,81	5,70
	4-6	16	19,06	5,34
	7-9	30	18,46	4,56
	10-12	24	18,41	5,24
	13-15	14	16,21	3,62
	Total	100	18,29	4,92
التعلق	1-3	16	86,43	14,09
	4-6	16	92,43	10,01
	7-9	30	91,63	12,57
	10-12	24	93,33	11,22
	13-15	14	92,07	9,32
	Total	100	91,40	11,72

جدول (19،5): يمثل نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للكشف عن الفروق بين فئات فارق السن بين الزوجين في انماط التعلق

متغير الدراسة	مصدر التباين	مجموع المربعات	Df	متوسط المربعات	F	مستوى الدلالة المعنوية	مستوى الدلالة
نمط	داخل	133.345	4	33.336		,524	غير

التعلق الآمن	المجموعات				0.807		دالة
	بين المجموعات	3923.245	95	41.297			عند مستوى
	المجموع	4056,590	99				0,05
نمط التعلق القلق	داخل المجموعات	72.241	4	18.06	,953	,437	غير دالة
	بين المجموعات	1800.749	95	18.955			عند مستوى
	المجموع	1872,990	99				0,05
نمط التعلق الخائف	داخل المجموعات	59.253	4	14.813	,725	,577	غير دالة
	بين المجموعات	1940.137	95	20.422			عند مستوى
	المجموع	1999,390	99				0,05
نمط التعلق التجنبي	داخل المجموعات	75.558	4	18.889	,772	,546	غير دالة
	بين المجموعات	2323.032	95	24.453			عند مستوى
	المجموع	2398,590	99				0,05
التعلق	داخل المجموعات	508.896	4	127.224	,923	,454	غير دالة
	بين المجموعات	13097.104	95	137,864			عند

							مستوى
	المجموع	13606,000	99				0,05

بدراسة أنماط التعلق بين الزوجين باختلاف فارق السن بينهما يتضح من الجدول أنه لا توجد دلالة إحصائية بين الفروق في فئات فارق السن ، حيث لم نجد تباين دال إحصائيا في نمط التعلق الآمن و بلغت قيمة (F) (1.908) عند مستوى دلالة (0.154) وهذه القيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) و بالتالي لا توجد فروق في هذا النمط حسب فارق السن بين الزوجين ، أما في البعد الثاني للإستبيان و هو نمط التعلق القلق نلاحظ أن قيمة (F) تساوي (1.873) عند مستوى دلالة (0.159) وهذه القيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) ، بمعنى أنه لا توجد فروق حسب فارق السن بين الزوجين في هذا النمط من التعلق أيضا ، وكذلك في نمط التعلق الخائف بلغت قيمة (F) (0.466) عند مستوى دلالة (0.629) وهذه القيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) ، أي عدم وجود فروق دالة إحصائيا في نمط التعلق الخائف حسب فارق السن بين الزوجين ، و هذا ينطبق أيضا على نمط التعلق التجنبي حيث بلغت قيمة (F) (2.403) عند مستوى دلالة (0.096) وهذه القيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) ، و بالنسبة للتعلق عامة فيظهر لنا عدم وجود تباين دال إحصائيا فيه حيث بلغت قيمة (F) (1.123) عند مستوى دلالة (0.330) وهذه القيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) و بالتالي الفرضية تحققت ، ومنه لا توجد فروق في أنماط التعلق بين الزوجين لدى أفراد العينة تعزى لمتغير فارق السن بين الزوجين ، أي أن السن لم يؤثر في أنماط التعلق و لم يغيرها ، فهي ثابتة ، و يعتبر فارق السن بين الزوجين من العوامل المؤثرة في سير و شكل الحياة الزوجية ، بل هناك جدل كبير حول فارق السن الأنسب بينهما و هذا لإعتبارات و اختلافات ثقافية ، في حين يرى البعض أن فارق السن لا يعتبر عاملا مؤثرا في العلاقة الزوجية مقارنة بمفاهيم أكثر عمقا كالتفاهم و المودة و الرحمة ، و بالرجوع إلى الواقع نجد أن عامل السن هو عامل نسبي في تأثيره على نمط العلاقة بين الزوجين ، و قد يتلاشى هذا الأثر إذا كان حجم العلاقة يستوعب الطرفين بكل اختلافاتهما و الفوارق التي بينهما ، و هناك من الكثير من قصص الزواج التي لمعت في تاريخنا أسقطت عامل السن من حساباتها ، و حققت أروع معاني الحب و الوفاء كزواج سيد الخلق عليه الصلاة و السلام من خديجة رضي الله عنها . و قد توصلت رباب

بنت رشاد في دراستها عن أنماط التعلق و علاقتها بالرضا عن الحياة و أساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى عينة من الزوجات في منتصف العمر ، أن أنماط تعلق أفراد العينة بأزواجهم لم تتأثر بمتغير السن ، فالحب لا يعرف العمر .

5- عرض وتفسير نتائج الفرضية السادسة :

نص الفرضية : لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التعلق بين الزوجين تعزى لمتغير المستوى التعليمي لهما .

جدول (5،20): يمثل المعطيات الوصفية لمتغير التعلق حسب المستوى التعليمي لكل من الزوجين .

متغيرات الدراسة	الفئـــــــــــــات	العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري
نمط التعلق الآمن	متوسط	14	28,9286	7,69080
	ثانوي	41	29,1463	6,13009
	جامعي	45	31,5778	6,08832
	المجموع	100	30,2100	6,40122
نمط التعلق القلق	متوسط	14	21,4286	4,44997
	ثانوي	41	21,8537	4,28113
	جامعي	45	23,4000	4,29799
	المجموع	100	22,4900	4,34961
نمط التعلق الخائف	متوسط	14	20,9286	4,28709
	ثانوي	41	20,1707	4,06142
	جامعي	45	21,0889	4,95811
	المجموع	100	20,6900	4,49398
نمط التعلق التجنبي	متوسط	14	20,0000	5,27695
	ثانوي	41	18,9268	4,85484

	جامعي	45	17,1778	4,72079
	المجموع	100	18,2900	4,92221
التعلق	متوسط	14	91,1429	12,88922
	ثانوي	41	89,4634	11,35363
	جامعي	45	93,2444	11,66026
	المجموع	100	91,4000	11,72324

من خلال الجدول يتضح أنّ متوسطات البعد الاول متقاربة بعض الشيء حيث نجد أنّ قيمة المتوسط الحسابي لفئة الأفراد الذين مستواهم التعليمي متوسط بلغت (28.92) وانحراف معياري بقيمة (7.69) ، والمتوسط الحسابي للفئة الثانية و هي للمستوى الثانوي بلغ (29.14) بانحراف معياري قيمته (6.13) والمتوسط الحسابي لفئة المستوى الجامعي (31.57) أما الإنحراف المعياري فقد بلغ (6.08) ، و في البعد الثاني قيمة المتوسط الحسابي لفئة الأفراد الذين مستواهم التعليمي متوسط بلغت (21.42) وانحراف معياري بقيمة (4.44) ، والمتوسط الحسابي للفئة الثانية و هي للمستوى الثانوي بلغ (21.85) بانحراف معياري قيمته (4.28) والمتوسط الحسابي لفئة المستوى الجامعي (23.40) أما الإنحراف المعياري فقد بلغ (4.29) ، و في البعد الثالث قيمة المتوسط الحسابي لفئة الأفراد الذين مستواهم التعليمي متوسط بلغت (20.92) وانحراف معياري بقيمة (4.28) ، والمتوسط الحسابي للفئة الثانية و هي للمستوى الثانوي بلغ (20.17) بانحراف معياري قيمته (4.06) والمتوسط الحسابي لفئة المستوى الجامعي (21.08) أما الإنحراف المعياري فقد بلغ (4.95) ، و في البعد الرابع المتوسط الحسابي لفئة الأفراد الذين مستواهم التعليمي متوسط بلغت (20.00) وانحراف معياري بقيمة (5.27) ، والمتوسط الحسابي للفئة الثانية و هي للمستوى الثانوي بلغ (18.92) بانحراف معياري قيمته (4.85) والمتوسط الحسابي لفئة المستوى الجامعي (17.17) أما الإنحراف المعياري فقد بلغ (4.72) و هذا يدل عدم وجود فروق دالة احصائيا في انماط التعلق حسب المستوى

جدول (21،5): يمثل نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للكشف عن الفروق بين انماط التعلق حسب المستوى

متغير الدراسة	مصدر التباين	مجموع المربعات	Df	متوسط المربعات	F	مستوى الدلالة المعنوية	مستوى الدلالة
نمط التعلق الآمن	داخل المجموعات	153,562	2	76,781	1,908	,154	غير دالة
	بين المجموعات	3903,028	97	40,237			عند مستوى
	المجموع	4056,590	99				0,05
نمط التعلق القلق	داخل المجموعات	69,639	2	34,820	1,873	,159	غير دالة
	بين المجموعات	1803,351	97	18,591			عند مستوى
	المجموع	1872,990	99				0,05
نمط التعلق التجنبي الخائف	داخل المجموعات	19,012	2	9,506	,466	,629	غير دالة
	بين المجموعات	1980,378	97	20,416			عند مستوى
	المجموع	1999,390	99				0,05
نمط التعلق التجنبي الرافض	داخل المجموعات	113,232	2	56,616	2,403	,096	غير دالة
	بين المجموعات	2285,358	97	23,560			عند مستوى
	المجموع	2398,590	99				0,05
التعلق	داخل المجموعات	307,779	2	153,890	1,123	,330	غير دالة
	بين المجموعات	13298,221	97	137,095			عند مستوى
	المجموع	13606,000	99				0,05

تعكس نتائج الجدول عدم وجود فروق في أنماط التعلق لدى أفراد العينة تعزى لمتغير المستوى التعليمي ، حيث لم نجد أي تباين دال إحصائيا في نمط التعلق الآمن بلغت قيمة (F) (1.908) عند مستوى دلالة (0.154) وهذه القيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، و في البعد الثاني للمقياس و هو نمط التعلق القلق أيضا حيث بلغت قيمة (F) (1.873) عند مستوى دلالة (0.159) وهذه القيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) ، أما في البعد الثالث وهو نمط التعلق الخائف فقد بلغت قيمة (F) (0.466) عند مستوى دلالة (0.629) وهذه القيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) ، و منه لاتوجد فروق دالة إحصائيا في هذا النمط من التعلق لدى أفراد العينة حسب متغير المستوى التعليمي ، و هذا ينطبق كذلك على نمط التعلق التجنبي حيث بلغت قيمة (F) (2.403) عند مستوى دلالة (0.096) وهذه القيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) ، و بالنسبة للتعلق عامة فيظهر لنا عدم وجود تباين دال إحصائيا فيه حيث بلغت قيمة (F) (1.123) عند مستوى دلالة (0.330) وهذه القيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) و بالتالي الفرضية تحققت ، ومنه لا توجد فروق في أنماط التعلق بين الزوجين لدى أفراد العينة تعزى لمتغير المستوى التعليمي للزوجين ، أي أن الفرضية لم تتحقق ، فالمستوى التعليمي لم يؤثر على الحب بين الزوجين ، قد يكون هناك فارق في المستوى التعليمي لصاح أحدهما ، و تعتمد شدة تأثير هذا الفارق أو ضعفها على الحب بينهما ، إن الفارق الشاسع يؤدي إلى سطحية علاقتهما و من هوة فكرية بينهما ، و عدم مجارات الطرف الآخر في أفكاره ، و يحاول الأخير تحقيق التوازن الذي سلبه منه هذا الفارق بأساليب أخرى و عموما الفرق في المستوى التعليمي بين الزوجين ليس سلبيا على الدوام ، بل يحتاج منهما التأقلم و التفاهم على إدارة أمور حياتهما و تربية الأبناء .، و المستوى التعليمي من العوامل الديمغرافية التي لم تتأثر بها أنماط التعلق لدى عينة من المتزوجات ، وهذه النتجة تتفق مع نتائج دراسة رباب بنت رشاد 2009 ، بالإضافة إلى متغيرات أخرى كالسن ، العمل ، عدد سنوات الزواج و عدد الأبناء ، و قد توصلت أيضا حنان عبد الرحيم (2010) إلى أنه لا توجد فروق في متوسطات درجات مقياس أنماط التعلق لعينة الدراسة حسب المستوى التعليمي ، و هنا نجد أن أنماط التعلق بين الزوجين ثابتة و لم تتأثر بهذا العامل

6- عرض و تفسير نتائج الفرضية السابعة :

نص الفرضية : توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد مقياس التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغيرالنوع .

جدول رقم (22،5)

يوضح المتوسطات الحسابية و الإنحرافات المعيارية و نتائج إختبار T لدراسة الفروق بين النوعين في أبعاد مقياس التوافق النفسي :

المتغير	الأبعاد	النوع	N	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة T	درجة الحرية DF	مستوى المعنوية Sig	مستوى الدلالة
التوافق النفسي	التوافق الشخصي	ذكور	50	25,42	5,34	5,652	98	0.000	دال عند مستوى الدلالة 0,05
		إناث	50	20,5	3,04				
	التوافق الصحي	ذكور	50	20,9	4,79	0,271		0,787	غير دال عند مستوى الدلالة 0,05
		إناث	50	21,16	4,81				
	التوافق الأسري	ذكور	50	27,16	3,11	0,452		0,652	غير دال عند مستوى الدلالة 0,05
		إناث	50	27,46	3,5				

	التوافق الإجتماعي	ذكور	50	28,04	4,51	1,401		0,164	غير دال عند مستوى دلالة 0,05
		إناث	50	29,54	6,07				

من خلال الجدول يتبين أن في البعد الأول المتوسط الحسابي للذكور (25.42) بإنحراف معياري (5.34) ، بينما عند الإناث فبلغ المتوسط الحسابي (20.5) و الإنحراف المعياري (3.04)، أما قيمة الإختبار T المحسوبة بلغت (5.652) عند درجة حرية 98 ، عند مستوى دلالة (0.000) و هي قيمة أصغر من قيمة (0.05) و بالتالي توجد فروق بين الذكور و الإناث في هذا البعد و هو التوافق الشخصي ، بينما في البعد الثاني فبلغ المتوسط الحسابي للذكور (20.9) والإنحراف المعياري (4.79) ، و الإناث بمتوسط حسابي (21.16) و إنحراف معياري (4.81) ، و كانت قيمة T (0.271) عند درجة حرية 98 عند مستوى دلالة (0.787) و هي قيمة أكبر من قيمة (0.05) ، أي أنه لا توجد فروق بين الذكور و الإناث في هذا البعد و هو التوافق الصحي . أما في البعد الثالث المتوسط الحسابي للذكورقيمته (27.16) بانحراف معياري (3.11) و الإناث المتوسط الحسابي (27.46) و الإنحراف المعياري (3.5) و قيمة T بلغت (0.452) عند درجة حرية 98 ، عند مستوى الدلالة (0.652) و هي قيمة أكبر من (0.05) ، أي أنه لا توجد فروق في التوافق الأسري بين الذكور و الإناث، في البعد الرابع والأخير و هو التوافق الإجتماعي، المتوسط الحسابي للذكور (28.04) و الإنحراف المعياري (4.51) ، و الإناث بمتوسط حسابي (29.54) وإنحراف معياري (6.07) ، و بلغت قيمة الإختبار T (1.401) عند درجة حرية 98 و مستوى دلالة (0.164) ، وهي قيمة أكبر من (0.05)، وبالتالي لا يوجد فروق في هذا البعد بين النوعين، وبذلك فالفرضية تحققت جزئيا .

أي أن هناك فروق بين االجنسين في البعد الأول لمقياس التوافق النفسي و هو التوافق الشخصي و هذا لصالح الذكور ، فالتوافق الشخصي هو قدرة الفرد على تقبل ذاته و الرضا عنها و إشباع حاجاته و دوافعه الداخلية الفطرية و المكتسبة ببذل الجهد و العمل المتواصل بجانب شعوره بالقوة و الشجاعة ، و إحساسه بقيمته الذاتية ، و الحاجات الداخلية للذكور و دوافعهم وانفعالاتهم و استعدادتهم مختلفة تماما عن الحاجات الداخلية للإناث ، و كذا يختلفون في طرق إشباع هذه الدوافع

، و جوهر هذه الإختلافات تبدأ من القوى الداخلية خاصة منها البيولوجية و النفسية ، وأخرى خارجية كالتنشئة الإجتماعية و القوالب النمطية ، و قد كشفت الأبحاث عن تفاوت بين الجنسين حتى في تشريح الدماغ البشري ، و العمليات الكيميائية و الوظيفية و التي تؤثر في القدرات العقلية و الحواس كالرؤية و السمع ، و يمتد تأثيرها إلى العاطفة

7- عرض و تفسير نتائج الفرضية الثامنة :

نص الفرضية : توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج .

جدول رقم (23،5)

يمثل المعطيات الوصفية لمتغير التوافق النفسي حسب متغير عدد سنوات الزواج :

متغير الدراسة	الفئات	N	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري
التوافق النفسي	(1-5)	32	100.43	9.59
	(6-10)	28	96.17	10.11
	(11-15)	18	102.83	8.73
	(16-20)	8	97.1	2.58
	(21-25)	6	98.16	3.25
	(26-30)	2	101.50	12.02
	(31-35)	6	100.66	7.36
	المجموع	100	99.31	9.00

نلاحظ من الجدول أن المتوسطات متقاربة و هذا يعني عدم وجود فروق .

جدول رقم (24،5)

يمثل نتائج إختبار تحليل التباين الأحادي لمتغير التوافق النفسي حسب متغير عدد سنوات الزواج:

متغير الدراسة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية DF	متوسط المربعات	F	مستوى الدلالة المعنوية	مستوى الدلالة
التوافق النفسي	داخل المجموعات	605.366	6	100.89	1.262	0.282	غير دالة عند مستوى 0,05
	بين المجموعات	7428.024	93	79.87			
	المجموع	8033.390	99				

من خلال الجدول نجد أن F قيمة إختبار تحليل التباين الأحادي تساوي (1.262) عند مستوى الدلالة (0.282) ، و هي قيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) ، ومنه لا توجد فروق في التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج ، أي أن الفرضية لم تتحقق ، فمدة زواج أفراد العينة لم تؤثر في توافقهم النفسي ، وهذه النتيجة تختلف إختلافا كبيرا عن نتائج الدراسات السابقة التي تربط بين الزواج و إرتفاع مستوى التوافق النفسي ، إن من مقومات الحياة الزوجية الطمأنينة و الألفة ، كل منا يشعر بفراغ في داخله و بعد زواجه يحس أنه إكتمل ، فلا شيء يملأ ذلك الفراغ أكثر من زوج يحقق الطمأنينة و الأمان ، إن الزواج آية من آيات الله الجليلة به يحقق الإنسان ذاته ، عاش آدم في الجنة و لكنه لم يسعد إلا بعد أن خلق الله له حواء .

8- عرض و تفسير نتائج الفرضية التاسعة :

نص الفرضية : توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير فارق السن بين الزوجين .

جدول رقم (25،5)

يمثل المعطيات الوصفية لمتغير التوافق النفسي حسب متغير فارق السن بينهما :

متغير الدراسة	الفئات	N	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري
التوافق النفسي	(3-1)	20	100.35	8.74
	(6-4)	18	95.61	7.58
	(9-7)	26	96.88	10.77
	(12-10)	24	102.79	8.28
	(15-13)	12	101.41	5.68
	المجموع	100	99.31	9.00

نلاحظ من الجدول أن المتوسطات متقاربة و هذا ينبئ عن عدم وجود فروق

جدول رقم (26،5)

يمثل نتائج إختبار تحليل التباين الأحادي لمتغير التوافق النفسي حسب متغير فارق السن بينهما :

متغير الدراسة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية DF	متوسط المربعات	F	مستوى الدلالة المعنوية	مستوى الدلالة
التوافق النفسي	داخل المجموعات	765.033	4	191.258	2.5	0.48	دالة

	بين المجموعات	7268.357	95	76.50			عند مستوى
	المجموع	8033.39	99				0,05

من خلال الجدول نجد أن F قيمة إختبار تحليل التباين الأحادي تساوي (2.50) عند مستوى الدلالة (0.48) ، و هي قيمة أصغر من مستوى الدلالة (0.05) ، ومنه توجد فروق في التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير فارق السن بين الزوجين لصالح الفئة التي يتراوح فارق السن بين الأزواج من عشرة (10) إلى إثني عشرة (12) سنة ، وهذا من خلال متوسطات درجات أفراد هذه الفئة على مقياس التوافق النفسي و هو (102.79) ، على الرغم من أنه كان متقاربا مع متوسط درجات الفئات الأخرى ، أي أن الفرضية تحققت ، مما يعني أن متغير فارق السن بين الزوجين له تأثير على مستوى التوافق النفسي لأفراد العينة ، منهم 24 زوج و زوجة فارق السن بينهما من عشرة إلى إثنتي عشرة سنة و هذا فارق كبير ، و لأنه ارتبط بالتوافق النفسي ، فقد كان سبب الزواج الإحتياج النفسي و البحث عن الحنان و الأمان ، عند طرف أكبر أنضج ، أكثر حكمة و إتزانا في مشاعره يستطيع إحتواء الطرف الآخرو منحه الإحساس بالأمان و هي من أهم الحاجات الداخلية النفسية ، زواج بناءا على توازن بين العقل و العاطفة ، فالكثير ينظرون إلى أن وجود فجوة في العمر بين الزوجين على أنها مصدر للخبرة العميقة و الحكمة .

9- عرض و تفسير نتائج الفرضية العاشرة :

نص الفرضية : - توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير المستوى التعليمي للزوجين.

جدول رقم (27،5)

يمثل المعطيات الوصفية لمتغير التوافق النفسي حسب متغير المستوى التعليمي لهما :

متغير الدراسة	الفئات	N	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري

التوافق النفسي	متوسط	14	99.71	12.54
	ثانوي	41	99.17	8.88
	جامعي	45	101.04	8.44
	المجموع	100	100.09	9.22

نلاحظ من الجدول أن المتوسطات متقاربة و هذا يعني عدم وجود فروق

جدول رقم (28،5)

يمثل نتائج إختبار تحليل التباين الأحادي لمتغير التوافق النفسي حسب متغير المستوى التعليمي لهما :

متغير الدراسة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية DF	متوسط المربعات	F	مستوى الدلالة المعنوية	مستوى الدلالة
التوافق النفسي	داخل المجموعات	77.617	2	38.80	0.451	0.638	غير دالة
	بين المجموعات	8342.57	97	86.00			عند مستوى
	المجموع	8420.190	99				0,05

من خلال الجدول نجد أن F قيمة إختبار تحليل التباين الأحادي تساوي (0.451) عند مستوى الدلالة (0.638) ، و هي قيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) ، ومنه لا توجد فـــروق في التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير المستوى التعليمي للزوجين ، أي أن الفرضـــية لم تتحقق. و قد توصل محمد السيد أيضا إلى عدم وجود فروق في التوافق النفسي تعزى لمتغيـــر المستوى الدراسي، و ذلك في دراسته المُعنونة بإسهامات الزواج في تحقيق التوافق النفسي لكل من الرجل و المرأة .

خلاصة نتائج الدراسة : و في ضوء ماسبق من عرض لنتائج الدراسة و الإجابة على التساؤلات للدراسة نلخص ما وصلت إليه الدراسة في :

1- توجد علاقة إرتباطية بين أنماط التعلق بين الزوجين والتوافق النفسي لدى أفراد العينة.

2- أكثر أنماط التعلق شيوعا لدى أفراد العينة هو نمط التعلق الآمن .

3ـــ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد مقياس أنماط التعلق بين الزوجين لدى أفراد العينة تعزى لمتغير النوع لصالح الذكور .

4- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التعلق بين الزوجين لدى أفراد العينة تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج .

5- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التعلق بين الزوجين لدى أفراد العينة تعزى لمتغير فارق السن بين الزوجين .

6- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التعلق بين الزوجين لدى أفراد العينة تعزى لمتغير المستوى التعليمي للزوجين.

7ـ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد مقياس التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغيرالنوع.

8-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج .

9- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير فارق السن بين الزوجين .

10-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير المستوى التعليمي للزوجين.

إستنتـــــــاج عـــــام :

يدق ناقوس الحب في حياتنا فتركع المعايير الأخرى ، و لكن يجب التفريق بين ما إذا كان حبا أم حاجة ، فبعض الأزواج و الزوجات يتعلقون بالطرف الآخر تعلقا شديدا دون أن يتمكنوا من تحديد ما إن كان هذا التعلق حبا أم بسبب شخصية الطرف الآخر ، أو قد يكون استدعاءاً

لصورة نمطية في خبرات مبكرة مروا بها أثناء الطفولة ، وهذا ما يسمى بالتعلق ، و هو رابطة إنفعالية قوية بين الزوجين وعلاقة تتصف بالدفء و الإتصال و التقارب ، تؤثر على كل جوانب حياة الإنسان و تساهم في توافقه ، و التوافق من المفاهيم الأساسية في الصحة النفسية ، فجميع سلوكات الفرد ناجحة كانت أو غير ذلك ماهي إلاَ محاولات للتوافق من أجل خفض ما يعانيه من توتر و قلق ، و قد هدفت دراستنا بشكل عام إلى الكشف عن العلاقة بين أنماط التعلق و التوافق النفسي لدى عينة من الأزواج ، حيث توصلنا إلى أنه توجد علاقة إرتباطية بينهما ، و تبين أن أكثر أنماط التعلق انتشارا لدى الأزواج هو نمط التعلق الآمن ، و تتفق هذه الدراسة في هذه النتيجة مع دراسات عديدة منها دراسة حنان عبد الرحيم (2010) ، و أسفرت النتائج أيضا عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور و متوسط درجات الإناث في نمط التعلق التجنبي ، في حين لم تصل الفروق بين النوعين إلى مستوى الدلالة الإحصائية في أنماط التعلق الأخرى الآمن ، القلق ، الخائف ، وهذا راجع لطبيعة كل منهما و التنشئة الإجتماعية التي يتعرض لها كليهما ، كما أظهرت النتائج عدم وجود تأثير دال لكل من متغيرات عدد سنوات الزواج و فارق السن بين الزوجين و المستوى التعليمي على أنماط التعلق بين الزوجين ، و بالرجوع إلى الدراسات السابقة نجد دراسة هيثم ضياء عبد الأمير (2007) توصلت إلى أن أنماط تعلق الراشدين السابقة في فترة طفولتهم لها علاقة بالتعلق بالجماعة الإجتماعية حاضرا ، و أظهرت نتائج دراسة صلاح الدين عراقي (2008) أنه توجد علاقة موجبة بين التعلق الوالدي الآمن المدرك لطلاب الجامعة و جودة الصداقة ، و أكدت الدراسات الأجنبية أيضا ثبات نمط التعلق من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد ، حيث أظهرت دراسة سودان (Soden) أن ذكريات التعلق الوالدية لدى مجموعة من الأمهات ارتبطت بشكل إيجابي بأساليب رعايتهن للصغار و أشكال التعلق عند الأبناء ، و بينت دراسة (Schwerin 1995) وجود علاقة إيجابية بين تاريخ التعلق الآمن في مراحل الطفولة و مستوى التوافق الزواجي مستقبلا ، وهذه النتيجة توصلت إليها دراسة بويد (Boyed 1996) و التي وجدت أن مستوى التعلق الآمن في الطفولة قد ارتبط إيجابيا مع القدرة على إنشاء علاقات رومانسية في المستقبل كما يمكننا تفسير النتائج في إطار نظرية التعلق و مفادها أن التعلق هو تفاعل بين الطفل و القائم على رعايته ، بحثا عن القرب منه و يندمج في سلوك لجذب الإنتباه كالصراخ و عندما تتم تلبية مطالبه بشكل مناسب لسلوك الرعاية فإن الطفل سيعيش إحساسه بالأمان ، والذي يساعده على سلوكات إستكشافية تؤدي إلى النمو السليم ، أما إذا كان سلوك الرعاية غير

مناسب فهذا سيؤدي إلى سلوك تعلق نمائي غير مناسب ، و علاقة التعلق الأولى تنشأ تزامنا مع نمو و تطور عصبي في الدماغ ، و تنشأ كنظام ذاتي ثابت و على أساسه يتصرف الطفل و يسلك في مراحل حياته كما يفترض صاحب هذه النظرية أن نظام التعلق ينظم السلوك الشخصي الداخلي طوال حياة الفرد ، فمن تمتع بتعلق آمن تتصف علاقاته بالحب و الثقة و قدرة كبيرة على الإندماج مع الآخرين و فهمهم ، و تأويل سلوكاتهم و صاحب التعلق القلق تجده في مرحلة الرشد يتصرف باستراتيجية ثابتة ببنبذ العلاقات بوصفها غير هامة ، و عموما الأزواج ذوي التعلق غير الآمن تعرضوا في طفولتهم لنظام تقديم رعاية مشوش من طرف الوالدين أو القائم بدورهما ، فتشوهت صورة الذات لديهم ، و يسبب لهم هذا إحتياج هائل للسيطرة على الزوج و عدم القدرة على تمثيل الحالة العاطفية ، والخوف من الهجر ، فقد القدرة على التأثير على الزوج ، بالإضافة إلى الغيرة المرضية و التي لا تعبر عن الحب بل هي خدعة لأسر الزوج ليس إلا .

ومن النتائج الأخرى للدراسة عدم تأثير متغيري عدد سنوات الزواج و المستوى التعليمي على التوافق النفسي لهم ، فالنسبة لعدد سنوات الزواج و التي لم تؤثرعلى التعلق بين الأزواج ، وقد كشف الدكتور طارق الحبيب و هو استشاري الطب النفسي من خلال دراسة علمية حديثة عن وفاة الحب بعد ثلاث سنوات من الزواج ، و أن تسارع دقات القلب و الإحساس بالسعادة ما هو إلا أعراض جسدية و نفسية طبيعية ناتجة عن زيادة في إفراز هرمونات المخ ، التي تخف مع الزمن لتصاب العلاقة بالفتور و تبدأ مواويل الملل و اكتشاف العيوب و حتى الندم ، ونوه بإشارة العلماء إلى أن 61% من 147 زوجا جرى إستطلاعهم ، قالوا أنهم لم يمروا بحالة حب حقيقي إلا بعد مرور عام على لقائهما الأول ، أما بالنسبة لفارق السن بين الزوجين ، فقد اختلفت الآراء فيه و حول فارق السن الأنسب و سلبيات و إيجابيات هذا الفارق و على العموم لم يؤثر في متغيري الدراسة ، و كذا المستوى التعليمي ورغم أهميته ، خاصة من ناحية التفاوت أو و جود فارق ، و التفاوت يظهر في صورتين متباينتين ، إما أن يكون الزوج متفوقا علميا و ثقافيا على الزوجة أو العكس ، فتفوق الزوج لا يمثل إشكالية و الآثار السلبية المترتبة عليه تكون أقل لأن عادات المجتمع لا تتعارض مع ذلك و إدارة الأسرة من إختصاص الزوج ، أما في حال تفوق الزوجة في المستوى العلمي و الثقافي فتتأثر العلاقة الزوجية سلبا ، حيث يحس الزوج بالنقص و ضعف دوره في قيادة الأسرة و خاصة إذا أظهرت الزوجة أنها تفهم أكثر منه ، و يمكن للزوجين تفاوت هذا الفارق بتقوية علاقتهما و تقديم الدعم للطرف الأضعف دائما حتى ينجح زواجهما ، إلا أن هذا العامل لم

يؤثر أيضا ، إن التوافق في العمر أو في المستوى الثقافي عنصر حيوي في السعادة الزوجية إلا أنه قد تكون في حالات خاصة عوامل أخرى أكثر فاعلية ، كنمط الشخصية لكل طرف حيث يحدد نمط التعلق الزوجي بالإضافة إلى عوامل أخرى كالتقارب الفكري في الميول و الإهتمامات و الطاقات النفسية و الروحية ففي دراستنا للحياة الزوجية و ما يتعلق بها من الصعوبة بمكان الإعتماد على عنصر واحد ، نحن في الحياة لا يحركنا عامل واحد و إنما عوامل متبادلة و متداخلة و متمايزة ، فقد نتأثر اليوم بما لا نتأثر به غدا ، إن الإنسان متعدد الإتجاهات و الخلفيات ، و لا نستطيع أن نعطيه عنوانا واحدا في علاقاته .

مقترحات الدراسة : و في الأخير ندرج بعض المقترحات :

- إجراء دراسات مماثلة للبحث الحالي على عينات أكبر .

- إجراء دراسات مماثلة للبحث الحالي تأخذ متغيرات ديموغرافية أخرى مثل : المهنة ، الحالة الإجتماعية ، و الحالة الإقتصادية ، التخصص الدراسي ، عدد الأولاد ، الفئة العمرية ، صلة القرابة بين الزوجين ، المناطق التي يقيم فيها الزوجين ....إلخ

- إجراء دراسة عن علاقة أنماط التعلق بالتوافق النفسي على ىشرائح إجتماعية خرى

- إجراء المزيد من الدراسات التي تساهم في رفع مستوى الصحة النفسية

- الإهتمام بمتغير التعلق و إجراء العديد من البحوث عنه ، و خاصة منه الآمن و عن علاقته بالتكيف النفسي و السعادة ، على عينات مختلفة

- عمل دراسات ميدانية لمعرفة أسباب نمط التعلق غير الآمن ، لتفادي حدوثها .

الخـــاتمة

يبدو أننا في مجتمعنا العربي من أشد المجتمعات تجاهلا للحاجة العاطفية و إهمالا لها ، بل قد تعد نقطة ضعف وانتقاد إن عبر عنها أحد ما ، وقد تمر سنوات على أي شخص منا و هو يعيش معاناة عاطفية ، و قد تنتهي حياته و هو يحاول كل يوم دفن مشاعر الإحباط و التعاسة ، فلا تكون حياته سوى ذلك الجهد اليومي لدفن الألم ثم الرحيل مع هذا الألم ، لابد لكل أسرة ولكل فرد أن يرى أن أهمية المشاعر تعادل أهمية الغذاء و أن تجاهل ما يشعر به الآخر سواء أكان زوجا أو زوجة أو ابنا ، لابد أن ينعكس سلبا على مسيرة حياة بأكملها ، فالحب هو من المشاعر الفطرية المتأصلة في كيان الإنسان لا انفكاك منه و لا غنى عنه ، و خاصة بين الزوجين و كلمة زوجين تعني التلازم و المشاركة بين شقين لا يستغني أحدهما عن الآخر ، وما أجمل أن يتمتع المرء بمشاعر و روح إنسان يتسابق معه في الإعتناء ببعضهما ، و هذا أهم عامل يساعدهما في مواجهة و إدارة ضغوط الحياة ، وقد يمر الزوجان بمراحل عصيبة و لكنهما بصبرهما و حكمتهما يجعلانها فرصة لتجديد الحب و الوفاء ، و يعيدان التوازن إلى حياتهما من جديد ، فالحياة الزوجية شأنها شأن الحياة عامة ، تجمع متضادات كثيرة من ضيق و فرج ، فرح و حزن ، هي حياة يحتاج فيها الزوجان لهدوء بحر تارة ، و قوة موج تارة أخرى ، إتساع أفق ، ليونة أحيانا و صلابة أحيانا أخرى ، و لأهمية و خطورة هذه العلاقة حاولنا دراسة بعض عواملها ، و يعد التعلق أحد أشكال العلاقات الحميمة التي أولاها علماء النفس قديما و حديثا الإهتمام المكثف محاولين الكشف عن

طبيعة هذه العلاقة و أشكالها و مدى إستمراريتها في المراحل النمائية اللاحقة و دراسة أثرها في كافة جوانب حياة الإنسان بدءا من تفاعلاته اليومية و أسلوبه في مواجهة مشكلاته الإجتماعية إلى توافقه النفسي و الإجتماعي بشكل عام ، و هذا كان موضوع دراستنا و التي أكدت نتائجها نظرية و آراء باولبي ، حيث يرى أن البشر يولدون بنظام تعلق سلوكي فطري ، يحفزهم للبحث عن التقرب من الآخر في وقت الحاجة ، و تعد أنماط تعلق الراشدين بشكل عام امتدادا لتلك التي تكونت لديهم في طفولتهم ، و لها أثر بالغ في تشكيل إتجاهاتهم نحو أنفسهم و نحو الآخرين و في تحديد علاقاتهم الشخصية و المستقبلية ، فأنماط تعلق الزوجين في هذه الدراسة إرتبطت بالتوافق النفسي ، كما أنها لم تتأثر بالمتغيرات الخاصة بأفراد العينة من عدد سنوات الزواج و فارق السن بين الزوجين ، و المستوى التعليمي لهما ، و هذا دلالة على ثباتها ، وو من هنا أهمية العلاقة الأولى التي تتشكل بين الطفل و الأم أو مقدم الرعاية ، و آثارها المستقبلية على شخصية الفرد ، أما بالنسبة لمتغير التوافق النفسي فظهرت الفروق لدى الأزواج فيه لصالح فارق السن، و هذا يقودنا إلى القول بأن التوافق هو نتائج تفاعل العديد من العوامل الداخلية و الخارجية ، حتى يصل الفرد إلى تحقيق مستوا مناسب من الصحة النفسية .

قائمة المراجع

المراجع

القرآن الكريم :

1- الآية 187 ، سورة البقرة .

2- الآية 21 ، سورة الروم .

المراجع العربية :

1-ابراهيم شوقي عبد الحميد (1998) ، علم النفس و تكنولوجيا الصناعة ، دار الطباعة ، دار قباء للطباعة ، القاهرة .

2-ابراهيم شوقي عبد الحميد (1998) ، علم النفس و تكنولوجيا الصناعة ، دار الطباعة ، دار قباء للطباعة ، القاهرة .

3-أبو القاسم عبد القادر صالح ، المرشد في إعداد البحوث و الدراسات العلمية ، مركز البحث العلمي و العلاقات الخارجية ، ط1 ، 2001.

4-أبو النيل محمود و مجدة أحمد محمود (1985) ، الصحة النفسية الأمراض و المشكلات النفسية و الإجتماعية ، دار الفكر العربي ، القاهرة .

5-أبو حويج مروان و عصام الصفدي ، (2009) ، المدخل إلى الصحة النفسية ، دار المسية ، ط1 ، عمان .

6-أبوحويج و مروان الصفدي عصام (2009)، المدخل إلى الصحة النفسية ، ط1، دار المسيرة للنشر و التوزيع ، عمان.

أحمد زكي بدوي (1978)، معجم المصطلحات للعلوم الإجتماعية

7-أحمد عزت راجح (1970) ، أصول علم النفس ، المكتب المصري الحديث ، الإسكندرية .

8-أديب محمد الخالدي ، (2002) ، المرجع في الصحة النفسية ، ط2 ، الدار العربية للنشر و التوزيع ، ليبيا .

9-أشرف محمد شريت و علي صبره محمد، (2004) ، الصحة النفسية و التوافق النفسي ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية .

10-الألوسي جمال حسين (1990) ، الصحة النفسية ، وزارة التعليم العالي و البحث العلمي ، جامعة بغداد .

11-انجلز باربرا ، (1991) ، نظريات الشخصية ، ترجمة فهد عبد الله الدليم النادي الأدبي ، الطائف .

12-برن إريك ، الطب النفسي والتحليل النفسي ، ترجمة ابراهيم سلامة ابراهيم ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، القاهرة ، 1998.

13-جمعية الطب النفسي الأمريكية ، (2004) ، مرجع سريع إلى المعايير التشخيصية من الدليل التشخيصي و الإحصائي المعدل للأمراض العقلية -4 ، ترجمة تيسيير حسون ، دمشق .

14-حامد زهران ، (1982) ، الصحة النفسية و العلاج النفسي ، ط2 ، القاهرة ، عالم الكتب .

15-حامد زهران ، (2005) ، الصحة النفسية و العلاج النفسي ، ط4 ، عالم الكتب.

16-حنفي عبد المنعم (1992) ، موسوعة الطب النفسي ، ط1 ، المجلد الأول ، مكتبة مدبولي ، القاهرة .

17-داود عزيز حنا (1988) الصحة النفسية و التوافق ، وزارة التربية و التعليم ، العراق.

18-دسوقي كمال (1974)، علم النفس و دراسة التوافق ، ب ط ، دار النهضة العربية ، القاهرة .

19-روبرت ليمان و تونيل همبري (1998): تدخلات الصحة النفسية في أطفال ما قبل المدرسة ، ترجمة سليمان الريحاني و آخرين ، دمشق المنظمة العربية للتربية و الثقافة و العلوم و إدارة التربية ، المركز العربي للتعريب و الترجمة.

20-زايد الحارثي ، (1992) ، بناء الإستفتاءات و قياس الإتجاهات ، ط1 ، دار الصفاء .

21-زهران ،(1977) ، الصحة النفسية و العلاج النفسي ، عالم الكتب ، ط2 ، القاهرة .

22-زهران حامد عبد السلام ، (1996) ، علم النفس الإجتماعي ، ط7 ، عالم الكتب ، القاهرة .

23-سعد عبد الرحمن ، (1998) ، القياس النفسي (النظرية و التطبيق) ، ط3 ، دار الفكر العربي ، القاهرة .

24-سفيان نبيل صالح ، (2004) ، الشخصية و الإرشاد النفسي ، أبتراك للنشر و التوزيع ، القاهرة .

25-سهير أحمد كامل (1999) ، الصحة النفسية و التوافق ، مركز الإسكندرية للكتاب ، الإسكندرية .

26-سهير كامل أحمد ، (1999) ، الصحة النفسية و التوافق ، مركز الإسكندرية للكتاب .

27-سهير كامل أحمد ، (2001) ، الصحة النفسية للأطفال ، مركز الإسكندرية للكتاب ، الإسكندرية .

28-سهير كامل أحمد ، (1999) ، الصحة النفسية و التوافق ، مركز الإسكندرية للكتاب ، الإسكندرية .

29-صالح حسن الداهري ،(2008) ، أساسيات التوافق النفسي و الإضطرابات السلوكية و الإنفعالية ، ط1 ، دار صفاء للنشر و التوزيع ، عمان .

30-صالح قاسم حسين و الطارق علي (1998) : الإضطرابات النفسية و العقلية و السلوكية من منظوراتها النفسية و الإسلامية (أسبابها، أصنافها،قياسها، وطرائق علاجها)،ط1، صنعاء ، مكتبة الجيل الجديد .

31-صلاح الدين أحمد الجماعي ، (2007) ، الإغتراب النفسي و الإجتماعي و علاقته بالتوافق النفسي و الإجتماعي ، ط1 ، مكتبة مدبولي ، القاهرة .

32-صلاح مخيمر (1972) ، المدخل إلى الصحة النفسية ، مكتبة الأنجلو مصرية ، القاهرة .

33-صلاح مخيمر ، (1981) ، في إيجابية التوافق ، مكتبة الأنجلو المصرية القاهرة.

34-طه فرج عبد القادر (1980) ، سيكولوجية الشخصية المعوقة ، مكتبة الخانجي ، القاهرة .

35-طه فرج عبد القادر و آخرون (1993) ،موسوعة علم النفس و التحليل النفسي ، دار سعاد الصباح ، بيروت .

36-عباس محمود عوض ، (1990) ، الصحة النفسية و التفوق الدراسي ، دار النهضة العربية للطباعة و النشر ، بيروت .

37-عبد الحميد محمد الشاذلي ، (2001) ، الصحة النفسية و سيكولوجية الشخصية ، ط1 ، مكتبة الإسكندرية ، الإسكندرية .

38-عبد الحميد محمد شاذلي (2001) ، التوافق النفسي للمسنين ، ب ط ، المكتبة الجامعية ، الإسكندرية .

39-عبد العزيز القوصي ، (1975) ، أسس الصحة النفسية ، دار النهضة العربية ، القاهرة .

40-عبد اللطيف مدحت عبد الحميد ، (1990): الصحة النفسية و التفوق الدراسي ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية .

41-عبد اللطيف مدحت عبد الحميد ، (1993) ، الصحة النفسية و التوافق الدراسي دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية .

42-عبد الله موسى (1981) ، بحوث في علم النفس التربوي ، مكتبة الخانجي ، القاهرة .

43-علاء الدين كفافي ،(1997) ، الصحة النفسية ، دار هجر ، ط4 ، القاهرة .

44-عودة محمد و مرسي كمال ، (1984) ، الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام ، دار القلم ، الكويت .

45-عوض عباس محمود (1970) ، الموجز في الصحة النفسية ، دار المعرفة الجامعية ، بيروت .

46-فؤاد السيد البهي ، (1975) ، الأسس النفسية للنمو ، ط4 المعدلة ، دار الفكر العربي ، القاهرة .

47-فاطمة عوض صابر و ميرفت علي خفاجة ، (2002) ، أسس و مبادئ البحث العلمي ، ط1 مطبعة الإشعاع الفنية ، الإسكندرية .

48-فايز قنطار ، (1992) ، الأمومة : نمو العلاقة بين الطفل و الأم ، سلسلة عالم المعرفة يصدرها المجلس الوطني للثقافة و الفنون و الآداب ، الكويت .

49-كازو نهيرا ، ترجمة صفوت فرج و ناهد رمزي ، (2001) ، دليل مقياس السلوك التوافقي ، ط5 ، مكتبة الأنجلو مصرية ، القاهرة .

50-كفافي علاء الدين ، (1987) ، الصحة النفسية ، مكتبة الأنجلو مصرية ، القاهرة.

51- كريم الشاذلي ، (2010) ، لغات الحب ، دار أجيال للنشر و التوزيع ، ط1 .

52-لطفي الشربيني ، معجم مصطلحات الطب النفسي ، مركز تعريب العلوم الصحية ، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي .

53-ماثيو جيدير ، منهجية البحث ، ترجمة ملكة أبيض ، دليل الباحث المبتدئ في موضوعات البحث و رسائل الماجستير و الدكتوراه .

54-محمد الهابط ، (1987) ، التكيف و الصحة النفسية ، ط2 ، المكتب الجامعي الحديث .

55-محمد جواد الخطيب ، (2000) ، التوجيه و الإرشاد النفسي بين النظرية والتطبيق ، مطبعة المقداد ، غزة .

56-محمد حسن غانم ، (2009) ، علم الصحة النفسية ، المكتبة المصرية ، الإسكندرية .

57-محمد خالد الطحان (1987) ، مبادئ الصحة النفسية ، دار العلم ، دبي .

58-محمد طحان ، (1987) ، مبادئ الصحة النفسية ، دبي ، دار العلم للنشر والتوزيع

59-محمد عاطف غيث (1979) ، قاموس علم الإجتماع ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، القاهرة .

60-محمد عودة الريماوي ، علم النفس الطفل ، دار الشروق للنشر، ط1 الأردن ، 2008 .

61-محمد محمود عودة و كمال ابراهيم مرسي ، الصحة النفسية في ضوء علم النفس و الإسلام ، ط 3 ، الكويت ، دار القلم .

62-مصطفى فهمي ، (1987) ، الصحة النفسية ، دراسات في سيكولوجية التكيف مكتبة الخانجي ، القاهرة .

63-مصطفى فهمي ، (1988) ، الصحة النفسية – دراسة في سيكولوجية التكيف ، مكتبة الخانجي ، القاهرة .

64-معاوية أبو غزال ، (2007) ، نظرية التطور الإنساني و تطبيقاتها التربوية ، ط1 ، دار المسيرة ، الأردن .

65-معجم اللغة العربية (1984) : معجم علم النفس ، الجزء الأول ، الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية ، القاهرة .

66-المعجم الوجيز (2004) : مجمع اللغة العربية ، القاهرة .

67-مليكه لويس كامل ، (1990) ، العلاج السلوكي و تعديل السلوك ، ط1 ، الكويت ، دار القلم .

68-نجاتي محمد عثمان ، (د . ت) ، كراسة تعليمات اختبار (هيو . م . بل) للتوافق ، القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية .

69-نوال عطية ، (2001) ، علم النفس و التكيف النفسي و الإجتماعي ، ط1، دار القاهرة للكتاب ، القاهرة .

70-الهابط محمد السيد (1985) ، دعائم صحة الفرد النفسية ، الأمراض النفسية و الأمراض العقلية ، المكتب الجامعي الحديث .

71-هدى محمد قناوي و حسن مصطفى عبدالمعطي ، (2000) ، علم نفس النمو والتطبيقات (ج2) ، دار قباء للطباعة و النشر ، القاهرة .

72-هنا عطية محمود (1960) الشخصية و الصحة العقلية ، مكتبة الأنجلو مصرية ، القاهرة .

المراجع الأجنبية :

1-A.Bifulco ,J.Mahon , P.M.Moran ,C.Jacobs (2003): Vulnerable Attachement Styles Questionnaire Psychological Medicine ,Cambridge University Press, Printed in the United ,Vol.33,PP.1099-1110.

2-Benjamin James Sadok,M.D&virginia.AlottSadok,M.D (2004): Kaplan &Sadocn's, Synopsis of Psychiatry,Behavioral Science, Clinical Psychiatry.

3-Benjamin James Sadok,M.D&virginia.AlottSadok,M.D (2005): Kaplan &Sadocn's, Comprehensive Ticket Book of Psychiatry,seven Edition, Clinical Psychiatry.

4-Benton, T.D & Lynch, J.(2002). Adjustment Disorders. Psychology at Midical University,21.

5-Bowlby John, A Secure Base .Routledge.London and New York 2005.

6-Bowlby,A.(1980).Psychology Theories about the Dynamics of Love . http.//www.psychology. of Love the attachment theory.htm.

7-Bruce D.perry .MD.duaneRungan(2006) : Bonding and Attachment in Maltreated Children, ph.D,Texas University,AAT509488,154.

8-Cassidy,J&Kerish,S.Scohan K.(1996): Attachment and representation of Peer Relationship,Development psychology,Vol.32,N.5,pp.892-904.

9-Coie,(1990) : In Secure Attachment Peers in Childhood, New York,Cambridge University Press,pp 365-402.

10-Cooper,Mlynne ; shaver ,phillip R ;Collins & Nancy.(1998) : Attachment Styles , Emotion Regulation,andAdjustmen in Adolescence, Journal of American psychological,Vol 74, No .5,PP. 1380-1397.

11-Eleanor &Kiston ,2004,pp 105-156.

12-Griffin, D . and Batholomew,K.(1994): Models of The Self and Other:Fundamental Dimensions Underlying Measures of Adult Attachment , Journal of Personality and Social Psychology,Vol 67,N.3,PP.430-445.

13-Haltfield,E. &Walster,G.W.(1978),A New Look at Love.New York, p 19.

14-Hazan,c, and Shavar.p,1987, Romantic Love Conceptualized an attach men process , Journal of Personality and Social psychology,vol.52.

15-HortacsuN,Cesurs, Oral A.(1993) : Relationships Between Depression and Attachement Styles in Parent and Institution Children,Department of Psychology,Vol.3,PP.329-337.

16-Jao Nada Raja &Stanton , 1992,pp,471-485.
17-JenniferNeal,Donna Frick , Horbury,(2001): The Effect Parenting Styles and Childhood Attachment Patterns on Intimate Relationships, Journal of Instructional Psychology,Vol.7;pp.127-188.
18-Kenny,M.(1994).Guality and Correhates of Parental Attachment among Late Adolescent,Journal of Couseling Development,Vol.72,N.4,PP.399-404.
19-Laible,D.J ,Gustavo,C ,&Raffaelli,M.(2000) : The differential Relations of Parent and Peer Attachment to Adolescent Adjustment,Jounal of Youth and Adolescence,Vol.29 N.1.PP.45-59.
20-Lazarus S ,R (1976) Patterns of Adjustment,03 rd ,Edition MC Graw-Hill,Newyork.
21-Mahler,M ,S,Pince,F,&Bergrman ,(1985):Stages infant's Separation The Mother in G.Handel (Ed).The Psychosocial Interrior of The family.ThirdEdition,pp.293-300,New York.
22-Malcom West,M&Geoge, C.(2003):Attachement Mend and Dysthymia : the Contribution of Preoccupied Attachment to Depression in Woman , **Dissertation Abstracts Intenational,**vol .4, pp.278-293.
23-Michael ,W. &Eysenck,B.(2001),Psychology a Student's Handbook,2 nd Psychology Press,p 324.
24-Montagu Ashley, Touching : The Human Signficance of The Skin , Harper and Row,1971.
25-NollrP &Feeney,t.(1994) : Relationship SatisFaction,Attachment and Nonverbal Accuracy in early Marriage,Journal of Nonverbal Behavior,Vol.18,pp 199-221.
26-Norton , R ,(1983) , Measuring Marital Quality:A Critical Look at the dependent variable , Journal of Marriage and the family,vol 45,PP 141-151.
27-Paterson,J.,Broyor,J,&Field,J.(1995):Adolescent Attachment to Parents and Friend in Relation to Aspects of Self-esteem,Journal of Youth and Adolescence,Vol.24,pp.365-376.
28-Rosenstein,D .S & Horowitz, H.A(1996): Adolescent Attachment and Psychopathology,Journal of Counseling and Clinical Psychology,Vol.64,PP.244-253.
29-Ross A.Thompson,ph.D(1991): Child and Adolescence psychiatry,A comprehensive Textbook,p 100.
30-Rubin,Z.(1973),Liking and Loving an invitation to social psychology.New.York,P1.
31-Stenberg, R.M.(1986).Atriangular Theory of Love, Psychological Review,Vol.93,pp 119-312.

32-Teti,et al,(1995) : Maternal Depression Pre-scholars and Their Mothers,Developmental psychology,Vol.31,No.3,PP.346-364.
33-Waters,E,Homiton,C.E&Weinfied,N.S(2000):The Stability of Attachment Secrity from in fancy to Adolescence and Early Adulthood, General Interoduction,Child Development,Vol.71,N.31,PP.678-683.
34-Werner-Wilson, R.J.& Davenport , B.R(2003):Distinguishing between Conceptualizations of Attachment: Clinical Implications in Marriage and Family Therapy,Contemporary Family Therapy,Jounal of Family Therapy,Vol.25,PP.179-193.

المجلات :

1-. دمنهوري رشاد ، " بعض العوامل النفسية الإجتماعية ذات الصلة بالتوافق الدراسي ، دراسة مقارنة ، مجلة علم النفس ، عدد 38 ، ص 82-84 ، السنة العاشرة ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، القاهرة .

2-أبو غزال معاوية وجرادات عبد الكريم. (2009). أنماط تعلق الراشدين وعلاقتها بتقدير الذات والشعور بالوحدة، المجلة الأردنية في العلوم التربوية ، العدد الخامس، ص45-57.

3-أحمد العلوان ، " الذكاء الإنفعالي و علاقته بالمهارات الإجتماعية و أنماط التعلق لدى طلبة الجامعة في ضوء متغيري التخصص و النوع الإجتماعي للطالب " المجلة الأردنية في العلوم التربوية ، مجلد 7 ، عدد 2 ، 2011 ، 125-144

4- أحمد عبد المجيد الصمادي و هلال حمدان الجهوري ، " التوافق الزواجي لدى عينة من العاملين في قطاعي الصحة و التعليم في سلطنة عمان " ، مجلة دراسات نفسية و تربوية ، مخبر تطوير الممارسات النفسية و التربوية ، العدد 7 ، ديسمبر 2011 ، جامعة اليرموك اربد الأردن .

5-أحمد محمود الثوابتة و لما ماجد القبيسي ، "الخصائص السيكومترية لمقياس الحب لهاتفليد و سبريشر" ، المجلة الدولية التربوية المتخصصة ، المجلد (3) العدد(10) ، تشرين أول 2014 ، ص،ص 65-77.

6-أسماء بوعود (2014) ، الإضطرابات النفسية بين السيكولوجيا و المنظور الإسلامي ، الراسخون ، العدد 08 ، إصدارات مؤسسة العلوم النفسية العربية .

7-حنان عبد الرحيم المالكي ، " أنماط التعلق لدى الراشدين و علاقتها بفاعلية الذات و المهارات الإجتماعية " ، دراسات عربية في التربية و علم النفس ، المجلد الرابع ، العدد الثالث ، يوليو 2010.

8-راشد محمد يوسف أحمد ، (2011) ، التوافق الدراسي و الشخصي و الإجتماعي بعد توحيد المسارات في مملكة البحرين ، مجلد 27 ، مجلة جامعة دمشق ، ص 241-251.

9-زينب محمد محمد ابو حذيفة ، " صورة الأم كما يدركها أطفالها ذوي التعلق (الآمن و غير الآمن) حديثي الإلتحاق بالروضة - دراسة مقارنة - " ، دراسات الطفولة ، أكتوبر 2010 .

10-سهى بواب و شاهي كازاريان ، " أنماط التعلق مع الإخوة من الجنس الآخر و الرضا الزواجي بين الأزواج اللبنانيين" ، المجلة العربية للطب النفسي ، المجلد 23 ، العدد الثاني ، نوفمبر 2012 ، ص ، ص 148-158.

11-صفي الدين الحلي ، (2010) ، قياس مستوى الإستعداد لمودة الزوج لدى طالبات الجامعة ، مجلة العلوم الإنسانية ، جامعة بابل ، كلية التربية ، ك / 2011.

12-صلاح الدين عراقي محمد ، " التعلق الوالدي المدرك و علاقته بجودة الصداقة و الإكتئاب لدى طلاب الجامعة " ، مجلة كلية التربية ، جامعة بنها ، المجلد 18 ، العدد 73 ، 2008 .

13-عدي راشد محمد و إيثار منتصر شعلان، " التعلق التجنبي و علاقته بالثقة بالنفس لدى أطفال الرياض " ، مجلة كلية التربية للبنات ، المجلد 34 ، العدد الأول ، 2013 ، ص ، ص 165-184 .

14-علي الديب ، (1988) ، التوافق الشخصي الإجتماعي للراشدين ، دراسة استطلاعية ، مجلة الدراسات التربوية ، ص 23-34.

15-فوقية حسن عبد الحميد رضوان ، (1998) ، علاقة بعض المتغيرات الأسرية وسلوك التعلق بالإستقلال النفسي عن الوالدين لدى طلاب الجامعة ، مجلة الإرشاد النفسي، العدد الثامن ، ص 25-35

16-كلتوم بلميهوب ، مسعودة بدوي و ليديا ولد مادي ، " أثر اضطراب العلاقة الزوجية على الصحة النفسية للأبناء " ، مجلة شبكة العلوم النفسية العربية ، العدد 21-22 ، 2009 .

17-م .د غسق غازي العباسي ، الشخصية المتكلفة و علاقتها بالحاجة إلى الحب لدى طلبة معهدي إعداد المعلمين و المعلمات ، مجلة البحوث التربوية و النفسية ، العدد الثاني و الثلاثون ، الكلية التربوية المفتوحة ، معهد إعداد المعلمين ، ص 284-309 .

18-ماريو ميكولينسر و فيليب شافر ، " منظور حول التعلق في الباثولوجيا النفسية " المجلة العالمية للطب النفسي ، السنة العاشرة ، العدد الرابع ، فيفري 2012.

19-المغرب يسعد (1992) ،حول مفهوم الصحة النفسية والتوافق النفسي ، مجلة علم النفس ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، عدد 23 ، ص 7-15.

الرسائل و المذكرات :

1-إكرام عبد القادر درويش العش ، (2002) ، الرضا عن الحياة و علاقته بأنماط التعلق في المرحلة الوسطى من الرشد (فئة 40 – 60 سنة من العمر) ، رسالة ماجستير في علم النفس ، كلية الدراسات العليا ، الجامعة الأردنية .

2-أماني حمدي شحادة الكحلوت ، (2011) ، دراسة مقارنة للتوافق النفسي الإجتماعي لدى أبناء العاملات و غير العاملات في المؤسسات الخاصة في مدينة غزة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، قسم علم النفس ، الجامعة الإسلامية غزة .

3-أميرة فكري محمد عايدي ،(2008)، أنماط التعلق و علاقتها بالإكتئاب النفسي لدى المراهقين ، دراسة سيكومترية-كلينيكية ، للحصول على درجة الماجستير في التربية ، تخصص صحة نفسية ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق.

4-جابر محمد حسن ، (1995) ، السلوك الإيثاري و علاقته بالتوافق النفسي و الإجتماعي و مفهوم الذات لدى طلبة جامعة الموصل ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الموصل ، كلية التربية .

5-حداوس منال ، (2012) ، الشعور بالوحدة النفسية و علاقته بالتوافق النفسي الإجتماعي و مستوى تقدير الذات لدى المراهق الجانح ، رسالة ماجستير ، قسم علم النفس ، كلية العلوم الإنسانية و الإجتماعية ، جامعة مولود معمري ، تيزي وزو.

6-حسن حسن ابراهيم ، (1991) ، العلاقة بين تحقيق الذات و اتجاهات المرشد التربوي نحو مهنته ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الجامعة المستنصرية .

7-سراج علي عمر ، (1409)، الفروق في التوافق الشخصي و الإجتماعي بين أطفال الصف الأول ابتدائي بمكة المكرمة الذين التحقوا و الذين لم يلتحقوا برياض الأطفال ، رسالة ماجستير غير منشورة ، مكة المكرمة ، كلية التربية ، جامعة أم القرى.

8-السندي محمد شجاع ، (1990) ، التوافق النفسي عند تلاميذ المرحلة الثانوية السعودية في الريف و الحضر ، رسالة دكتوراه ، عين شمس .

9-عبد العزيز بن عبد الله الأحمد ، (1999) ، الطريق إلى الصحة النفسية عند ابن قيم الجوزية و علم النفس ، رسالة مكملة لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير ، تخصص إرشاد نفسي ، قسم علم النفس ، كلية التربية ، جامعة أم القرى ، دار الفضيلة للنشر والتوزيع ، ط1 .

10-عبد الله يوسف أبو سكران ، (2009) ، التوافق النفسي و الإجتماعي وعلاقته بمركز الضبط (الداخلي – الخارجي) للمعاقين حركيا في قطاع غزة ، رسالة ماجستير في علم النفس ، الجامعة الإسلامية ، غزة .

11-العبيدي هيثم ضياء الدين ، (2006) ، أنماط تعلق الراشدين السابقة في فترة طفولتهم و علاقتها بتعلقهم بالجماعة الإجتماعية حاضرا ، رسالة ماجستير ، كلية الآداب ، الجامعة المستنصرية .

12- عبير بنت محمد حسن عسيري ، (1423) ، علاقة تشكل هوية الأنا بكل من مفهوم الذات و التوافق النفسي و الإجتماعي و العام لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الطائف ، رسالة ماجستير ، تخصص الإرشاد النفسي ، قسم علم النفس ، كلية التربية ، جامعة أم القرى .

13-عبير محمد ، التوافق الزواجي في ضوء بعض سمات الشخصية لدى عينة من الزوجات السعوديات في مكة المكرمة .ص ص 119-202.

14-محمد سليمان الطويل ، (2000) ، التوافق النفسي المدرسي و علاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة الثانوية بمحافظة غزة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، القاهرة .

15-مومن بكوش الجموعي ، (2012) ، القيم الإجتماعية و علاقتها بالتواقف النفسي الإجتماعي لدى الطالب الجامعي ، رسالة ماجستير ، تخصص علم النفس الإجتماعي ، قسم العلوم الإجتماعية ، جامعة محمد خيضر ، بسكرة

16-نبيل محمد كامل دخان ، (1997) ، التوافق النفسي المدرسي لدى طلبة الفلسطينين العائدين من الخارج في المرحلة الإعدادية و علاقته بالتحصيل الدراسي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ،غزة

مواقع الإنترنت :

(www.arabtexts.com/?p=654

(www.arabpsynet.com/documents/DoclndexAr.htm)

(www.bu.edu,eg/staff/samiaabdelnabi8)

)https://ar.wikipedia.org

(http://www.newyorkattachmentcenter.com/definition.html)

(http://www.psy-cognitive.net/vb/t1646.htmlAmour-Doctissimo).

الملاحـــق

الصورة الأولية لمقياس أنماط التعلق بين الزوجين

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عمار ثليجي – الأغواط –

مدرسة الدكتوراه للعلوم النفسية والتربوية

تخصص إرشاد أسري

أخي العزيز ..... أختي العزيزة

هذه مجموعة من العبارات التي تحدد نمط تعلقك بالزوج ، نرجوا أن تقرأ كل منها بتأن وتحدد درجة موافقتك بعلامة (X) في المكان المناسب ، اهتمامك بالإجابة سيكون له أهمية كبيرة بالنسبة لنا و كل المعلومات التي تزودنا بها ستبقى سرية و نشكرك على تطوعك في إنجاح هذه الدراسة .

المعلومات الشخصية :

الجنس : ذكر : ..... أنثى : .....

مدة زواجك :.....

عمرك : ..... عمر الشريك : .....

مستواك التعليمي : ..... المستوى التعليمي للشريك :.....

عبارات المقياس :

الرقم	العبارات	مقاييس التقدير			
"01"	**البعد الأول : نمط التعلق الآمن**	لا أوافق	أوافق إلى حد ما	أوافق لكن ليس كليا	أوافق كليا
01	علاقتي العاطفية مع زوجي (ة) تجعلني جد سعيد (ة)				
02	أثق بزوجي (ة) و أعتمد عليه في إتخاذ القرارات				
03	أحس بالراحة عند مشاركتي لزوجي (ة) بأفكاري وأحاسيسي				
04	أجد التقرب من زوجي (ة) سهل				
05	أصارح زوجي (ة) بكل شيء				

06	غالبا ما أناقش مشاكلي و همومي مع زوجي (ة) وأطلب منه النصيحة				
07	أحس بعدم الأمان عندما لا يكون معي زوجي(ة)				
08	لا أستطيع أن أكون سعيدا إلا إذا أسعدت زوجي(ة) قبلي				
09	أنا و زوجي (ة) نتشاطر توافقا من الصعب استبداله				
10	أريد أن تدوم علاقتنا إلى الأبد				
"02"	**البعد الثاني : نمط التعلق القلق مشغول البال**	**لا أوافق**	**أوافق إلى حد ما**	**أوافق لكن ليس كليا**	**أوافق كليا**
01	سأشعر باليأس الشديد إذا تخلى (ت) عني زوجي (ة)				
02	أقلق كثيرا على علاقتي بزوجي(ة)				
03	غالبا أتمنى أن يحس زوجي(ة) كما أحس اتجاهه				
04	أحيانا أحس بأني أجبر زوجي(ة) ليظهر مشاعر أكبر				
05	أجد بأن زوجي(ة) لا يريد التقرب مني كما أنا أريد				
06	أعتقد أن الأشياء التي لا يعرفها زوجي (ة)عني لن تجرحه (ها)				
07	عندما لا يهتم الزوج (ة) بي أحس بالمرض				
08	أحس بالإحباط عندما لايكون زوجي (ة) بجانبي عندما أحتاج إليه				
09	إذا تجاهلني الزوج(ة) للحظة أفعل أشياء تافهة لأجلب انتباهه				
10	أشعر أن زوجي(ة) لا يقدرني كما أقدره				

"03"	البعد الثالث : نمط التعلق الخائف	لا أوافق	أوافق إلى حد ما	أوافق لكن ليس كليا	أوافق كليا
01	أحب أن تكون علاقتي بزوجي (ة) قوية لكن من الصعب علي الوثوق به				
02	أفضل أن لا أصارح الزوج (ة)بما أحس داخلي				
03	أخاف أن يهجرني زوجي (ة)				
04	أحيانا كان علي أن أخفي علاقاتي السابقة عن الزوج(ة)				
05	اريد التقرب من زوجي(ة) ولكني أجد نفسي أتهرب منه				
06	أنا حذر(ة) في علاقتي بزوجي(ة) حتى لا أجرح				
07	أحاول أن أتفادى التقرب جدا للزوج (ة)				
08	إذا رفضني الزوج(ة) أحس بالسوء اتجاه نفسي				
09	أبحث عن أشياء تجعله يستحقني				
10	أجد صعوبة في الإعتماد على زوجي (ة)				
"04"	البعد الرابع : نمط التعلق التجنبي الرافض	لا أوافق	أوافق إلى حد ما	أوافق لكن ليس كليا	أوافق كليا
01	أفضل أن يستقل زوجي (ة)عني و أستقل عنه				
02	لا يريحني أن أتقرب من زوجي(ة) أو يتقرب مني				

03	زوجي(ة) يخذلني دائما				
04	لا أهتم إن كنت وحيدا لا أحتاج لأن يكون زوجي (ة) معي دائما				
05	أحب أن آخذ قراراتي بنفسي				
06	من الأفضل أن لا أتعلق عاطفيا بزوجي(ة)				
07	لا أشعر بالراحة عندما يثق زوجي(ة) بي				
08	أحب أن أكون مكتف بنفسي				
09	لا يهمني أذا انتهت علاقتي بزوجي(ة) في المستقبل القريب				
10	أكون مرتاحا عندما لا يتدخل زوجي(ة) في شؤوني الخاصة				

الصورة النهائية لمقياس أنماط التعلق بين الزوجين :

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عمار ثليجي – الأغواط –

مدرسة الدكتوراه للعلوم النفسية والتربوية

تخصص إرشاد أسري

أخي العزيز ..... أختي العزيزة

هذه مجموعة من العبارات التي تحدد نمط تعلقك بالزوج ، نرجوا أن تقرأ كل منها بتأن وتحدد درجة موافقتك بعلامة (x) في المكان المناسب ، اهتمامك بالإجابة سيكون

له أهمية كبيرة بالنسبة لنا و كل المعلومات التي تزودنا بها ستبقى سرية و نشكرك على تطوعك في إنجاح هذه الدراسة .

المعلومات الشخصية :

الجنس : ذكر : ..... أنثى : .....

مدة زواجك :.....

عمرك : ..... عمر الشريك : .....

مستواك التعليمي : ..... المستوى التعليمي للشريك :.....

عبارات المقياس :

الرقم	العبارات	لا أوافق	أوافق إلى حد ما	أوافق لكن ليس كليا	أوافق كليا
01	علاقتي العاطفية مع زوجي (ة) تجعلني جد سعيد (ة)				
02	سأشعر باليأس الشديد إذا تخلى (ت) عني زوجي (ة)				
03	أحب أن تكون علاقتي بزوجي (ة) قوية لكن من الصعب علي الوثوق به				

04	أفضل أن يستقل زوجي (ة)عني و أستقل عنه				
05	أثق بزوجي (ة) و أعتمد عليه في إتخاذ القرارات				
06	أقلق كثيرا على علاقتي بزوجي(ة)				
07	أفضل أن لا أصارح الزوج (ة)بما أحس داخلي				
08	لا يريحني أن أتقرب من زوجي(ة) أو يتقرب مني				
09	أحس بالراحة عند مشاركتي لزوجي (ة) بأفكاري وأحاسيسي				
10	غالبا أتمنى أن يحس زوجي(ة) كما أحس اتجاهه				
11	أخاف أن يهجرني زوجي (ة)				
12	زوجي(ة) يخذلني دائما				
13	أجد التقرب من زوجي (ة) سهل				
14	أحيانا أحس بأني أجبر زوجي(ة) ليظهرلي مشاعر إيجابية أكبر				
15	أحيانا كان علي أن أخفي علاقاتي السابقة عن الزوج(ة)				
16	لا أهتم إن كنت وحيدا و لا أحتاج لأن يكون زوجي (ة) معي دائما				
17	أصارح زوجي (ة) بكل شيء				
18	أجد بأن زوجي(ة) لا يريد التقرب مني كما أريد أنا				
19	اريد التقرب من زوجي(ة) ولكني أجد نفسي أتهرب منه				
20	أحب أن آخذ قراراتي بنفسي				
21	غالبا ما أناقش مشاكلي و همومي مع زوجي (ة) وأطلب منه النصيحة				

22	أعتقد أن الأشياء التي لا يعرفها زوجي (ة)عني لن تجرحه (ها)				
23	أنا حذر(ة) في علاقتي بزوجي(ة) حتى لا أجرح				
24	من الأفضل أن لا أتعلق عاطفيا بزوجي(ة)				
25	أحس بعدم الأمان عندما لا يكون معي زوجي(ة)				
26	عندما لا يهتم الزوج (ة) بي أشعر بالمرض				
27	أحاول أن أتفادى التقرب جدا من الزوج (ة)				
28	لا أشعر بالراحة عندما يثق زوجي(ة) بي				
29	لا تكتمل سعادتي إلا بسعادة زوجي (ة)				
30	أحس بالإحباط عندما لايكون زوجي (ة) بجانبي و أنا بحاجة إليه (ها)				
31	إذا رفضني الزوج(ة) أحس بتقدير منخفض لذاتي				
32	أحب أن أعتمد على نفسي أكثر من اعتمادي على زوجي(ة)				
33	أنا و زوجي (ة) نتقاسم توافقا من الصعب استبداله				
34	إذا تجاهلني الزوج(ة) للحظة أفعل أشياء تافهة				
35	أبحث دائماعن أشياء تجعل زوجي (ة) يتعلق بي				
36	لا يهمني أذا انتهت علاقتي بزوجي(ة) في المستقبل				
37	أريد أن تدوم علاقتي مع زوجي إلى الأبد				
38	أشعر أن زوجي(ة) لا يقدرني كما أقدره				
39	أجد صعوبة في الإعتماد على زوجي (ة)				
40	أكون مرتاحا عندما لا يتدخل زوجي(ة) في شؤوني الخاصة				

الصورة النهائية لمقياس التوافق النفسي العام ل زينب شقير :

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عمار ثليجي – الأغواط –

مدرسة الدكتوراه للعلوم النفسية والتربوية

تخصص إرشاد أسري

أخي العزيز ..... أختي العزيزة

إليك بعض المواقف التي تقابلك في حياتك العامة , نرجوا منك التعرف على كل موقف بدقة وتحديد درجة انطباق كل منها على حالتك :

*. تنطبق تماما . * تنطبق أحيانا . * لا تنطبق

حاول أن تحدد الإجابة التي تتفق مع طريقتك المعتادة في التصرف والشعور الصادر منك تجاه كل موقف . فإذا أجبت بأمانة ودقة على جميع المواقف فسيكون من الممكن أن تعرف نفسك معرفة جيدة .

أجب بوضع علامة صح (✔) تحت الاختيار المناسب , لا تترك موقف بدون الإجابة عليه , لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة .

معلوماتك سرية للغاية .

- شكراً لتعاونك .

المعلومات الشخصية :

الجنس : ذكر :.....أنثى :.....

مدة زواجك :.....

عمرك :.....عمر الشريك : .....

مستواك التعليمي :..... المستوى التعليمي للشريك :.....

الرقم	العبارة	نعم تنطبق	أحيانا	لا تنطبق
	المحور الأول			
01	هل لديك ثقة في نفسك بدرجة كافية ؟			
02	هل أنت متفائل بصفة عامة ؟			

03	هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وعن انجازاتك أمام الآخرين ؟			
04	هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة و شجاعة ؟			
05	هل تشعر انك شخص له فائدة ونفع في الحياة ؟			
06	هل تتطلع لمستقبل مشرق ؟			
07	هل تشعر بالراحة النفسية و الرضا في حياتك ؟			
08	هل أنت سعيد وبشوش في حياتك ؟			
09	هل تشعر أنك شخص محظوظ في الدنيا ؟			
10	هل تشعر بالاتزان الانفعالي والهدوء أمام الناس ؟			
11	هل تحب الآخرين وتتعاون معهم ؟			
12	هل أنت قريب من الله بالعبادة و الذكر دائماً ؟			
13	هل أنت ناجح ومتوافق مع الحياة ؟			
14	هل تشعر بالأمن و الطمأنينة النفسية و أنك في حالة طيبة ؟			
15	هل تشعر باليأس وتهبط همتك بسهولة ؟			
16	هل تشعر باستياء و ضيق من الدنيا عموماً ؟			
17	هل تشعر بالقلق من وقت لآخر ؟			
18	هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما ؟			
19	هل تميل لأن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها ؟			
20	هل تشعر بنوبات صداع (أو غثيان) من وقت لآخر ؟			
	<u>المحور الثاني :</u>			
21	هل حياتك مملوءة بالنشاط و الحيوية معظم الوقت ؟			
22	هل لديك قدرات و مواهب متميزة ؟			

23	هل تتمتع بصحة جيدة وتشعر أنك قوي البنية ؟			
24	هل أنت راض عن مظهرك الخارجي (طول القامة – حجم الجسم) ؟			
25	هل تساعدك صحتك على مزاولة الأعمال بنجاح ؟			
26	هل تهتم بصحتك جيدا و تتجنب الإصابة بالمرض ؟			
27	هل تعطي نفسك قدر من الاسترخاء و الراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيدة ؟			
28	هل تعطي نفسك قدراً كافياً من النوم (أو تمارس رياضة) للمحافظة على صحتك ؟			
29	هل تعاني من بعض العادات (قضم الأظافر– أو الغمز بالعين)			
30	هل تشعر بصداع و ألم في رأسك من وقت لآخر ؟			
31	هل تشعر أحياناً بحالات برودة أو سخونة ؟			
32	هل تعاني من مشاكل و اضطرابات الأكل (سوء هضم – فقدان شهيه – شره عصبي) ؟			
33	هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل ؟			
34	هل تشعر بالإجهاد و ضعف الهمة من وقت لآخر ؟			
35	هل تتصبب عرقاً (أو ترتعش يداك) عندما تقوم بعمل ؟			
36	هل تشعر أحياناً أنك قلق و أعصابك غير موزونة ؟			
37	هل يعوقك وجع ظهرك أو أيدك عن مزاولة العمل ؟			
38	هل تشعر أحياناً بصعوبة في النطق و الكلام ؟			
39	هل تعاني من إمساك (أو إسهال) كثيراً ؟			
40	هل تشعر بالنسيان (أو عدم القدرة على التركيز) من وقت			

	لآخر ؟			
	المحور الثالث :			
41	هل أنت متعاوناً مع أسرتك ؟			
42	هل تشعر بالسعادة في حياتك وأنت مع أسرتك ؟			
43	هل أنت محبوب من أفراد أسرتك ؟			
44	هل تشعر بأن لك دور فعال وهام في أسرتك ؟			
45	هل تحترم أسرتك رأيك وممكن أن تأخذ به ؟			
46	هل تفضل أن تقضي معظم وقتك مع أسرتك ؟			
47	هل تأخذ حقك من الحب والعطف والحنان والأمن من أسرتك ؟			
48	هل التفاهم هو أسلوب التعامل بين أسرتك ؟			
49	هل تحرص على مشاركة أسرتك أفراحها و أحزانها ؟			
50	هل تشعر أن علاقاتك مع أفراد أسرتك وثيقة و صادقة ؟			
51	هل تفتخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة ؟			
52	هل أنت راضي عن ظروف الأسرة الاقتصادية (والثقافية) ؟			
53	هل تشجعك أسرتك على أظهار ما لديك من قدرات أو مواهب ؟			
54	هل أفراد أسرتك تقف بجوارك و تخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة ؟			
55	هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟			
56	هل تشعرك أسرتك أنك عبء ثقيل عليها ؟			
57	هل تتمنى أحياناً أن تكون لك أسرة غير أسرتك ؟			
58	هل تعاني من كثير من المشاكل داخل أسرتك ؟			
59	هل تشعر بالقلق أو الخوف و أنت داخل أسرتك ؟			

60	هل تشعر بأن أسرتك تعاملك على أنك طفلاً صغيراً ؟			
	المحور الرابع :			
61	هل تحرص على المشاركة الإيجابية الاجتماعية و الترويحية مع الآخرين ؟			
62	هل تستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم ؟			
63	هل تشعر بالمسئولية تجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن ؟			
64	هل تتمنى أن تقضي معظم وقت فراقك مع الآخرين ؟			
65	هل تحترم رأي زملاءك و تعمل به إذا كان رأياً صائباً ؟			
66	هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك و انجازاتك ؟			
67	هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد ؟			
68	هل تشعر بالولاء و الانتماء لأصدقائك ؟			
69	هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرا ؟			
70	هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء و تحرص على إرضائهم ؟			
71	هل يسعدك المشاركة في الحفلات و المناسبات الاجتماعية ؟			
72	هل تحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصك على حقوقك ؟			
73	هل تحاول الوفاء بوعدك مع الآخرين لأن وعد الحر دين عليه ؟			
74	هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء و الجيران؟			
75	هل تفكر كثيرا قبل أن تقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين (أو ترفضه)؟			
76	هل تفتقد الثقة و الاحترام المتبادل مع الآخرين ؟			
77	هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى لو كانوا في مثل سنك ؟			

78	هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس(أو ترتبك أثناء الحديث أمامهم) ؟			
79	هل تتخلى عن إسداء النصح لزميلك خوفاً من أن يزعل منك ؟			
80	هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة ؟			

انتهى .. شكرا لتعاونكم