IUG Journal of Educational and Psychological Sciences
Peer-reviewed Journal of Islamic University-Gaza

E-ISSN: 2410-3152
P-ISSN: 2410-2946

IUGJEPS
Vol 31, No 6, 2023, pp 55 - 74

Received on (12-05-2022) Accepted on (29-03-2023)

https://doi.org/10.33976/IUGJEPS.31.6/2023/3

The Relative Contribution of Emotional Stability in Predicting Marital Adjustment among women

Dr. Afnan Fahad Bin Dayel
Associate Professor of Counseling Psychology - Imam Mohammad Ibn Saud Islamic University (IMSIU) Saudi Arabia

*Corresponding Author: Afdayal@imamu.edu.sa

Abstract:
This study aimed to identify at uncovering the contribution of the Emotional Stability in Predicting Marital Adjustment among Married women, and to find out whether there are statistically significant differences in Emotional Stability between married women that are attributed to some demographic variables, such as: the number of years of marriage, age, and the presence of children. The study sample consisted of (245) A married woman in the city of Riyadh, their ages ranged between (18-50). The researcher used Hamdan's Emotional Stability Scale (2010) and the Al-Anzi's Marital Adjustment Scale (2009). The results of the study indicated that: There is significant relative contribution of Emotional Stability in Predicting Marital Adjustment among Married women by (23.7%). Conversely, there are no differences in Emotional Stability between married women due to the number of years of marriage, age and the presence of children.
Keywords: Emotional Stability; Marital Adjustment; Married women.

إسهام الاتزان الانفعالي في التنبؤ بالتوافق الزواجي لدى النساء

د. أفنان بنت فهد إبراهيم بن دايل

أستاذ مشارك بقسم علم النفس بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، المملكة العربية السعودية.

الملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن إسهام الاتزان الانفعالي في التنبؤ بالتوافق الزواجي لدى النساء المتزوجات، والتعرف إلى الفروق في الاتزان الانفعالي بين النساء المتزوجات في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية: عدد سنوات الزواج والعمر ووجود الأبناء، وقد تكونت عينة الدراسة من (245) امرأة متزوجة في مدينة الرياض، تراوحت أعمارهن ما بين (18-50) عامًا، واستخدمت الباحثة مقياس الاتزان الانفعالي لحمدان (2010)، ومقياس التوافق الزواجي للعنزي (2009)، وأظهرت أهم النتائج بأنه: يُسهم الاتزان الانفعالي في التنبؤ بالتوافق الزواجي لدى النساء المتزوجات بنسبة (23.7%)، في حين أظهرت النتائج عدم وجود فروق في الاتزان الانفعالي بين النساء المتزوجات تعزى إلى عدد سنوات الزواج والعمر ووجود الأبناء.

كلمات مفتاحية: الاتزان الانفعالي؛ التوافق الزواجي؛ النساء المتزوجات.

مقدمة:

لقي مفهوم التوافق الزواجي اهتمامًا واسعًا من الباحثين في مجال العلوم الاجتماعية وعلم النفس بشكل خاص؛ إذ يُقدّم هذا المفهوم دورًا مهمًّا في استمرارية الزواج وتحقيق الرضا بين الزوجين، كما يشكل ركيزة أولية لتحقيق السعادة للأسرة؛ لما له من آثار إيجابية على الصحة النفسية والجسدية للزوجين والأبناء على حد سواء، فقد أشارت أبو موسى (2008) إلى أن العلاقة الزوجية التي يعمها التوافق؛ كالانسجام والانتماء العاطفي تؤدي إلى الشعور بالرضا والسعادة والقدرة على التعامل الناجح مع مشكلات الحياة الزواجية.

ويُعد التوافق الزواجي مفهومًا مركبًا متعدد الأبعاد؛ إذ يتضمن التفاعل الإيجابي بين الزوجين في مختلف النواحي التنظيمية والشخصية والعاطفية والاجتماعية والثقافية، ويُعبَّر عنه بأنه: "نتاج التفاعل بين شخصيتي الزوجين، ولا يوجد نمط معين من أنماط الشخصية يمكن القول بأنه نمط ناجح زواجيًّا، أو فاشل زواجيًّا، ولكن التفاعل بين شخصيتي الزوجين هو الذي يحدد نجاح الزواج أو فشله" (بلميهوب، 2010، 8).

ويعتمد تحقيق التوافق الزواجي–في واقع الأمر– على مرتكزات عدة، من أهمها: تعلم الزوجين فن الاتصال من خلال تبادل الأفكار وطريقة التحدث والإصغاء، والتعامل مع حل المشكلات عبر تحديد أسبابها وكيفية مواجهتها بشكل فعال ومتزن (عبيدات، 2006)، ويرى كثير من المنظرين أن أسلوب التفاعل بين الزوجين المتمثل في الطريقة التي يعالجان بها الصراعات فيما بينهما من أهم مظاهر التوافق الزواجي وعلاماته؛ وعليه فإن استخدام مهارات التواصل الإيجابي اللفظي وغير اللفظي بين الزوجين للتعبير عن أفكارهما ومشاعرهما يؤدي إلى زيادة كفاءتهما في مواجهة التوترات في علاقتهما (في الجهني، 2008). ويدعم ذلك ما تناولته نظرية التبادل الاجتماعي التي أوضحت أن التوافق الزواجي يتحقق من خلال مفهومي الفائدة والتكلفة، فحينما يكون المكسب من تفاعل الزوجين على شكل مكافأة فإن العاطفة تكون إيجابية، وهذا يدل على أن التفاعل المبني على الود والرحمة سيكون داعيًا إلى المحبة والتعاون وشعور الزوجين بالطمأنينة والراحة النفسية، أما عندما يكون المكسب من تفاعل الزوجين على شكل تكلفة فإن العاطفة تكون سلبية؛ فالتعامل الذي يشوبه الهجوم أو الشجار يدعو إلى الشعور بالإحباط وعدم الانسجام بين الزوجين (الخشاب،2008).

وبناء على ما سبق فإن التفاعل بين الزوجين الذي تسوده الانفعالات المتطرفة والتقلبات الانفعالية المتمثلة في العصابية تعد من أبرز العوامل الشخصية المؤثرة سلبًا على سيرورة التوافق الزواجي، وهذا ما خلصت إليه نتائج مراجعة نظرية أجراها تافاكول ونصرابادي ومقدم وصالحية ورضائي (Tavakol, Nasrabadi, Moghadam, Salehiniya, & Rezaei, 2017) بأن مستوى العصابية هو أكثر العوامل قوة في تصوير عدم الرضا الزواجي.

وتعد العصابية أحد أبعاد الشخصية، ويدل انخفاض مستواه على الاتزان الانفعالي، وقد أشار العزة (2019) إلى أن السمات الشخصية الإيجابية ترتبط ارتباطًا موجبًا بالتوافق الزواجي.

وتتجلى أهمية الاتزان الانفعالي بأنه صميم عملية التوافق والصحة النفسية؛ إذ إن ثبات الاستجابة الانفعالية الإيجابية في المواقف المتشابهة هو دليل على الصحة النفسية (الغداني، 2014)، وقد فسرت القطان (1986) الاتزان الانفعالي بأنه وسط فاصل على متصل ينتهي من ناحية عند الترددية، ومن ناحية أخرى عند الاندفاعية، ويحتل الفرد المتزن انفعاليًّا مكانًا في نقطة ما وسط المتصل بوصفه أكثر تحكمًا وسيطرة على الذات، وهذا ما يجعله يمتلك قدرة التروي بين اندفاعية الإقدام وترددية الإحجام. ووفقًا لسميتسون (Smithson) فإن الاتزان الانفعالي هو: "العملية التي تسعى إليها الشخصية باستمرار للحصول على شعور أكبر من الصحة الانفعالية، على حد سواء داخل الجسد أو خارجه، وأن الفرد المتزن انفعاليًّا لديه القدرة على تحمل التأخير في تلبية الاحتياجات، والقدرة على تحمل قدر معقول من الإحباط، والإيمان بالتخطيط على المدى الطويل، والعمل على مراجعة التوقعات وتأخيرها وتنقيحها في ضوء الظروف المتغيرة" (Aleem,2005,100).

وأبرز سمات المتزنين انفعاليًا كما طرحها زاباتا (Zapata, 2015) وأبو زيد (1987) تتمثل في القدرة على: التحلي بالهدوء والاسترخاء، ومواجهة المواقف الضاغطة بمرونة، والتحكم في الانفعالات وضبطها والتعبير عنها بصورة متزنة، والعيش في توافق اجتماعي، والإحساس بالمسؤولية وتحملها، والنظرة الإيجابية إلى العالم، والقدرة على اتخاذ القرار.

وتعد المرأة المتزوجة بحاجة إلى أن تتمتع بدرجة عالية من الاتزان الانفعالي، فقد أوردت الدراسات المرتبطة بموضوع الاتزان الانفعالي كدراسة خورشيد وخورشيد (Khurshid& Khurshid, 2018) وكوماري وشايجو وأنيان (Kumari, Shaiju & Aniyan, 2020) أن الإناث أقل في الاتزان الانفعالي مقارنة بالذكور، وقد يعود ذلك كما أشارت دراسة بن دايل (2013) إلى شغل المرأة المتزوجة أدوارًا متعددة؛ إذ يقع على عاتقها تقديم المزيد من الجهد لأدائها لهذه الأدوار بكفاءة؛ كقيامها بواجباتها الزوجية ورعاية أبنائها فضلًا عن قيامها بالأعمال المنزلية، وقد يتعدى ذلك إلى شغلها أدوارًا خارج الأسرة؛ كالنشاطات الدراسية أو الاجتماعية أو المهنية، وهذا ما يجعلها أكثر عرضة للضغوط النفسية والقلق والإجهاد؛ فيؤثر ذلك في اتزانها الانفعالي، وفي علاقتها النفسية والجسدية بزوجها؛ وهذا ما يضعف التوافق الزواجي بينهما، وقد أفادت الدراسات بأن الأفراد المتزنين انفعاليًا يتعاملون مع ضغوط الحياة بطريقة تختلف عن الأفراد غير المتزنين، وهذا ما يجعل المتزنين انفعاليًا أفضل صحة ونجاحًا في الحياة (Gopal & Valarmathi, 2020).

ويركز الإرشاد الزواجي على تحسين مهارات الاتصال والتفاوض، وخفض الإحباطات التي يواجهها الزوجان في علاقتهما (Matsamuto, 2009, 297)، وهذا يحيلنا إلى إبراز أهمية الاتزان الانفعالي وضرورة تدعيمه لدى المرأة المتزوجة؛ إذ يسهم هذا البحث في زيادة الوعي لدى المرأة المتزوجة بضرورة الوعي بانفعالاتها وفهمها والتعبير عنها بصورة متزنة، وتنمية قدرتها على التحكم في انفعالاتها وضبطها، وكيفية التعامل بمرونة في مواقف حياتها الزوجية، وهذا ما يساعدها على حل مشكلاتها الزوجية، ويحقق التوافق الزواجي للزوجين.

ومن هنا تسعى الباحثة من خلال هذه الدراسة إلى التعرف إلى إسهام الاتزان الانفعالي في التنبؤ بالتوافق الزواجي لدى النساء.

مشكلة الدراسة:

لا شك أن تعدد مسؤوليات المرأة المتزوجة والضغوط التي تمر بها قد خلف آثارًا نفسية لديها؛ إذ يجعلها أكثر عرضة للاتصال والتفاعل السلبي مع زوجها؛ ككثرة الشكوى والتذمر والانتقاد، وهي تعد من أعراض انخفاض الاتزان الانفعالي لديها، وهذا ما يؤثر سلبًا في توافقها الزواجي، وقد برهنت نتائج سايهميري وكريم وأبدي ودالفاند وقشلاغ (Sayehmiri, Kareem, Abdi, Dalvand & Gheshlagh, 2020) على أن الأزواج الذين يتسمون بدرجة عالية من العصابية يعانون من مستويات أقل من الرضا الزواجي، كما يؤكد كوستا وموسمان (Costa& Mosmann, 2021) أن العصابية لها تأثير في التكيف الزواجي للأزواج والزوجات.

ويؤدي الاتزان الانفعالي لدى المرأة المتزوجة دورًا فعالًا في علاقتها بزوجها؛ إذ يعمل كدرع وقائي في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة وحل المشكلات الزواجية، فقد أفادت نتائج دراسة راث وداس (Rath& Das,2015) أن الاتزان الانفعالي ينمي القدرة على التعامل بشكل فعال مع الضغوط، والتكيف الإيجابي معها.

وتجدر الإشارة هنا إلى اختلاف نتائج الدراسات حول وجود فروق في مستوى الاتزان الانفعالي تعزى إلى متغير وجود الأبناء وعدد سنوات الزواج؛ إذ كشفت نتائج بعض الأدبيات والدراسات السيكولوجية مثل سليمان (2005) أن خلال سنوات الزواج تزداد العصابية بين الزوجين؛ نظرًا لمواجهتهما العديد من الضغوط الحياتية، وزيادة الأعباء، وتحمل المسؤولية الناتج عن رعاية الأبناء، وهذا ما يجعلهما يفقدان أسلوب الحوار والتفاهم بينهما، وتصبح العلاقة أكثر تصادمية، وأجواء يسودها الحوار والنقاش والتفاوض؛ فيزيد ذلك احتمالية حدوث الطلاق بينهما، وفي المقابل فقد أشارت دراسة الأمين (2015) إلى أنه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاتزان الانفعالي وعدد سنوات الزواج والعمر.

ونظرًا لتباين نتائج الأدبيات والدراسات السابقة، وانطلاقًا من عدم وجود دراسة عربية –في حدود علم الباحثة– تناولت متغير الاتزان الانفعالي والتوافق الزواجي لدى النساء المتزوجات؛ ففي ضوء ما سبق يمكن تحديد مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس التالي: هل يسهم الاتزان الانفعالي في التنبؤ بالتوافق الزواجي لدى النساء المتزوجات؟ ويتفرع من هذا السؤال الأسئلة الفرعية التالية:

- هل يسهم الاتزان الانفعالي في التنبؤ بالتوافق الزواجي لدى النساء المتزوجات؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتزان الانفعالي بين النساء المتزوجات تعزى إلى المتغيرات الديموجرافية: (عدد سنوات الزواج– العمر –وجود الأبناء)؟

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف إلى الآتي:

- التعرف إلى مدى إسهام الاتزان الانفعالي في التنبؤ بالتوافق الزواجي لدى النساء المتزوجات.
- التعرف إلى الفروق في الاتزان الانفعالي بين النساء المتزوجات وفقًا للمتغيرات الديموجرافية: (عدد سنوات الزواج– العمر –وجود الأبناء).

أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة في جانبين: جانب نظري، وجانب تطبيقي، وذلك على النحو التالي:

الأهمية النظرية:

1– أهمية الموضوع الذي تناولته الدراسة؛ إذ لا توجد دراسة –حسب علم الباحثة– تحاول التعرف إلى إسهام الاتزان الانفعالي في التنبؤ بالتوافق الزواجي لدى المرأة المتزوجة في مدينة الرياض، وهذا ما يجعل الدراسة الحالية من الدراسات الرائدة في هذا المجال، وتمثل إضافة للتراث السيكولوجي.

2–طبيعة العينة، وهي المرأة المتزوجة؛ إذ إن المرأة هي نصف المجتمع، والأكثر عرضة للضغوط والاضطرابات النفسية؛ نظرًا لتكوينها البيولوجي وطبيعة أدوارها المتعددة، فضلًا عن أهمية الأدوار التي تقوم بها، وهذا ما يتطلب منها أن تتمتع بدرجة عالية من الاتزان الانفعالي.

الأهمية التطبيقية:

1– إمكانية استفادة الباحثين والعاملين في مجال الإرشاد من نتائج هذه الدراسة في تصميم برامج إرشادية تنموية تساعد النساء المتزوجات على تنمية الاتزان الانفعالي لديهن وتوافقهن الزواجي، وتدريبهن على توظيفها في حياتهن، من خلال تنمية قدرتهن على السيطرة على انفعالاتهن المختلفة، والمرونة في التعامل مع المواقف المختلفة، وقدرتهن على اتخاذ القرارات، وهذا يقيهن من العديد من المشكلات النفسية، ومواجهة الضغوط النفسية، وتحقيق التوافق الزواجي لديهن.

2– قد تسهم هذه الدراسة من خلال نتائجها في مساعدة الباحثين والعاملين في الميادين النفسية في الاهتمام بالدراسات والبحوث التطبيقية التي تتناول الحياة النفسية للمرأة المتزوجة بهدف تحقيق الصحة النفسية لها.

مصطلحات الدراسة:

الاتزان الانفعالي: Emotional Stability

يعرف فاندنبوس (VandenBos, 2015, 364) مفهوم الاتزان الانفعالي بأنه: "القدرة على التنبؤ والاتساق في ردود الفعل الانفعالية، مع غياب التغيرات السريعة للمزاج".

كما يعرف حمدان (2010، 8) الاتزان الانفعالي بأنه: "القدرة على التحكم والسيطرة على الانفعالات المختلفة والمرونة في التعامل مع المواقف والأحداث الجارية بحيث تكون الاستجابة الانفعالية مناسبة للمواقف التي تستدعي هذه الانفعالات".

ويعرف الاتزان الانفعالي إجرائيًّا بأنه: قدرة المرأة المتزوجة على ضبط انفعالاتها من خلال التعبير والوعي الصحيح انفعاليًّا، والتفكير الإيجابي والنظرة الإيجابية إلى العالم، والثبات المزاجي والتكامل النفسي، والقدرة على التعامل بمرونة والذي يظهر في القدرة على اتخاذ القرارات، وتحمل المسؤولية، والعادات الأخلاقية الثابتة، وتتمثل في الدرجة التي تحصل عليها المرأة المتزوجة عن استجابتها على فقرات مقياس الاتزان الانفعالي الذي أعده حمدان (2010) تعديل الباحثة.

التوافق الزواجي:Marital Adjustment

يُعرَّف معجم علم النفس والطب النفسي التوافق الزواجي بأنه: "القدرة على الوفاء بمتطلبات الزواج والتي تخص: المشاركة في الخبرات والاهتمامات والقيم، واحترام فردية الشريك وحاجاته وأهدافه ومزاجه، والمحافظة على خطوط مفتوحة للاتصال والتعبير عن المشاعر، وتوضيح الأدوار والمسؤوليات، والتعاون في اتخاذ القرار وحل المشكلات وتربية الأطفال" (عبد الحميد وكفافي، 1992، 2077).

كما يعرفه إسماعيل (2002، 66) بأنه: "إشباع الحاجات الأولية البيولوجية، وهو وسيلة للتعاون والتجاوب العاطفي، بالإضافة إلى القدرة على نمو شخصية كلا الزوجين معًا في إطار ثقافي ومناخ يسوده الإيثار والاحترام، والتفاهم والثقة المتبادلة، وإلى قدرة الزوجين على تحمل مسؤوليات الزواج، وحل المشكلات الموجودة، ثم القدرة على التفاعل مع الحياة من حيث خلق المشكلات والعمل على حلها وعدم تراكمها".

ويعرف التوافق الزواجي إجرائيًّا بأنه: جوانب التفاعل الإيجابي البنَّاء بين الزوجين في مختلف النواحي التنظيمية والشخصية والعاطفية والاجتماعية والثقافية، وتتمثل في الدرجة التي تحصل عليها المرأة المتزوجة عن استجابتها على فقرات مقياس التوافق الزواجي الذي أعده العنزي (2009).

النساء المتزوجات: Married Women

يقصد بهن المنجبات وغير المنجبات، واللاتي تتراوح أعمارهن ما بين: (18 إلى 50) سنة، ومدة زواجهن تتراوح ما بين سنة فأكثر.

حدود الدراسة:

اقتصرت الدراسة الحالية على ما يلي:

الحدود الزمانية: طُبِّقت الدراسة الحالية في عام (1444-2023).

الحدود المكانية: طبقت هذه الدراسة في مدينة الرياض.

الحدود البشرية: طبقت الدراسة الحالية على النساء المتزوجات.

الدراسات السابقة:

أجريت العديد من الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت متغيرات الدراسة، ومن هذه الدراسات: دراسة كلاتبري وغربانشيرودي وأزاري وبزلة وسفاريزدي (Khalatbari, Ghorbanshiroudi, Azari, Bazleh & Safaryazdi, 2013) التي هدفت إلى التعرف إلى العلاقة بين الرضا الزواجي والاتزان الانفعالي، وتكونت عينة الدراسة من (110) من طلاب جامعة الإمام الصادق بالعراق، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الرضا الزواجي والاتزان الانفعالي، وهذا يعني أنه كلما زاد رضاهم الزواجي تقل درجة العصابية لديهم، ويزداد اكتسابهم للاتزان الانفعالي.

كما هدفت دراسة فيليبوفيك وفوكوسافلجيفيتش-غفوزدن وأوباتشيتش (Filipović, Vukosavljević-Gvozden & Opačić, 2015) التي أجريت في مدينة بلجراد في صربيا إلى التعرف إلى طبيعة النموذج البنائي للعلاقة بين المعتقدات اللاعقلانية والانفعالات السلبية؛ كالقلق والغضب والاكتئاب وبين التوافق الزواجي، وتكونت عينة الدراسة من (100) من الأزواج،

وقد أظهرت النتائج أن الانفعالات السلبية تتوسط العلاقة بين المعتقدات اللاعقلانية والتوافق الزواجي، بمعنى أن المعتقدات اللاعقلانية تؤدي إلى الانفعالات السلبية، وهذا ما يؤدي إلى انخفاض مستوى التوافق الزواجي.

وفي دراسة لاحقة أجراها ساجينو وآخرون (Saggino et al., 2016) هدفت إلى التعرف إلى حاصل التوافق وعلاقته بالرضا الزواجي، وسمات الشخصية لدى المتزوجين الإيطاليين، وتكونت عينة الدراسة من (184) من المتزوجين من جنسين مختلفين، وقد أظهرت أهم النتائج أن الأزواج الذين لديهم درجات عالية من التوافق يتمتعون بمستوى أعلى من الرضا الزواجي والسمات الشخصية؛ كالضمير والاتزان الانفعالي والانفتاح، كما كانت مرتبطة أيضًا بتوافق الزوجين.

كما قام كادمي (Khademi, 2017) بدراسة هدفت إلى التنبؤ بعدم الرضا الزواجي بناءً على خصائص الشخصية والعلاقات الاجتماعية لدى الأزواج من الطلاب وغير الطلاب، وقد تكونت عينة الدراسة من (350) مشاركًا من مدن مهاباد وخوي وأورمية في إيران، وأظهرت أهم النتائج أن هناك ارتباطًا وثيقًا بين عدم الرضا الزواجي والعصابية، كما أن العصابية يمكن أن تتنبأ بعدم الرضا الزواجي لدى الأزواج من الطلاب وغير الطلاب.

كما سعت دراسة سليمان (2019) إلى الكشف عن مستوى الاتزان الانفعالي وعلاقته بتكوين الصداقات والتوافق الأسري لدى طلبة المرحلة الإعدادية في بلدة البعينة، وقد تكونت عينة الدراسة من (285) طالبًا وطالبة في المرحلة الإعدادية في بلدة البعينة في فلسطين، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائيًا بين الاتزان الانفعالي وعلاقته بتكوين الصداقات والتوافق الأسري لدى طلبة المرحلة الإعدادية.

أمّا دراسة كوماري وشايجو وأنيان (Kumari, Shaiju & Aniyan, 2020) فقد هدفت إلى البحث عن العلاقة بين الرضا الزواجي لأنماط التعلق والاتزان الانفعالي، وتكونت عينة الدراسة من (50) من الأزواج المتزوجين في الهند، وأظهرت النتائج أن (100٪) من الذكور و(98٪) من الإناث متزنين انفعاليًا، كما كشفت النتائج أن (96٪) للذكور و(94٪) للإناث كان لديهم رضا زواجي معتدل، وخلصت الدراسة إلى أن أنماط التعلق والاتزان الانفعالي ينبئان بالرضا الزواجي بين الزوجين.

كما هدفت دراسة ملحم وآخرين (2020) إلى الكشف عن قدرة المرونة النفسية في التنبؤ بالتوافق الزواجي لدى المعلمين المتزوجين والمعلمات في الأردن، وتكونت عينة الدراسة من (228) معلمًا متزوجًا ومعلمة، وقد أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في التوافق الزواجي تعزى إلى متغير الجنس وعدد سنوات الزواج، كما أن المرونة النفسية أسهمت بشكل دال إحصائيًا بالتنبؤ في التوافق الزواجي لدى المعلمين المتزوجين والمعلمات المتزوجات.

أمّا دراسة الحويلة (2020) فقد هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين التوافق الزواجي وعمليات اتخاذ القرار لدى عينة من الزوجات الكويتيات، وتكونت عينة الدراسة من (94) زوجة كويتية تراوحت أعمارهن من (24 إلى 68) سنة، وقد أظهرت أهم النتائج وجود علاقة ارتباطية بين التوافق الزواجي واتخاذ القرار لدى الزوجات، كما أظهرت النتائج إسهام أبعاد التوافق الزواجي في التنبؤ بالقدرة على اتخاذ القرار.

وأخيرًا هدفت دراسة ابن حسين والسبيعي (2020) إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين انفعال الغضب والتوافق الزواجي بين الزوجين، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٧) من الأزواج والزوجات من أسر متفرقة في مدينة الرياض، وقد أظهرت النتائج وجود ارتباط موجب دال إحصائيًا بين انفعال الغضب والتوافق الزواجي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات انفعال الغضب بين الزوجين عند مستوى (٠,٠٥) فأقل تعزى إلى متغير الجنس وذلك لصالح الزوجات، كما أظهرت النتائج أنه يمكن التنبؤ بالتوافق الزواجي من خلال انفعال الغضب، وفسر ذلك بأن الوعي الانفعالي يتنبأ بدرجة كبيرة من التوافق الزواجي بنسبة 80%.

التعقيب على الدراسات السابقة:

على الرغم أن الدراسات السابقة لم تتناول بشكل مباشر العلاقة بين الاتزان الانفعالي والتوافق الزواجي إلا أنها تطرقت إلى أهمية الاتزان الانفعالي والسمات الشخصية والتي أحد أبعادها الاتزان الانفعالي في العلاقات الأسرية والزوجية: (كالرضا الزواجي،

والتوافق الأسري)، وتتميز الدراسة الحالية بأنها تهدف إلى معرفة إسهام الاتزان الانفعالي في التنبؤ بالتوافق الزواجي لدى عينة النساء في مدينة الرياض، والتي تعد من الموضوعات والعينات البحثية التي لم يتناولها العديد من الباحثين في دراستهم في المجتمع السعودي–في حدود اطلاع الباحثة– مما يتعين دراستها في سياق تزايد المشكلات الزواجية؛ لتحقيق مستويات أعلى من التوافق الزواجي بين الزوجين، وقد استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في تحديد مشكلة الدراسة، وصياغة فروض الدراسة وأهدافها، وتحديد أدوات جمع البيانات.

فروض الدراسة:

1– يسهم الاتزان الانفعالي في التنبؤ بالتوافق الزواجي لدى النساء المتزوجات.

2– توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتزان الانفعالي بين النساء المتزوجات تعزى إلى المتغيرات الديموغرافية: (عدد سنوات الزواج–العمر–وجود الأبناء).

منهج الدراسة:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي والمقارن الذي يعتمد على دراسة الظاهرة وتحليلها والتعبير عنها كيفيًّا وكميًّا.

مجتمع الدراسة وعينة الدراسة:

تكوّن مجتمع الدراسة من جميع النساء السعوديات في مدينة الرياض، وقد تم توزيع الأدوات الكترونيًا على أفراد الدراسة، وروعي في اختيار العينة عدة شروط: أن تكون المرأة من المتزوجات التي أنجبت أبناء والتي لم تنجب، وأن تتراوح أعمارهن ما بين: (18–50) سنة، وأن تكون مدة زواجهن تتراوح ما بين سنة فأكثر، وقد بلغ حجم عينة الدراسة النهائية (245) امرأة متزوجة، كان اختيارهن بالطريقة المقصودة، والجدول التالي يوضح توزيع أفراد العينة وفقًا لخصائصهن الديموغرافية.

الجدول (1) يوضح توزيع أفراد الدراسة وفقًا لخصائصهن الديموغرافية

المتغيرات	الفئات	التكرارات	النسبة المئوية
العمر	18–25 سنة	122	49.8
	26–36 سنة	68	27.8
	37 فما فوق	55	22.4
عدد سنوات الزواج	شهر – 5 سنوات	132	53.9
	6 إلى 10 سنوات	45	18.4
	11 سنة فأكثر	68	27.8
الأبناء	يوجد أبناء	179	73.1
	لا يوجد أبناء	66	26.9

أدوات الدراسة وإجراءاتها:

لتحقيق أهداف الدراسة؛ استخدمت الباحثة الأدوات الآتية:

أولًا: مقياس الاتزان الانفعالي:

صمم حمدان مقياس الاتزان الانفعالي في عام (2010) بهدف التعرف إلى مستوى الاتزان الانفعالي لدى العاملين في مراكز الشرطة في محافظة خان يونس، وتكون المقياس من (56) عبارة، يحتوي على بعدين: القدرة على السيطرة على الانفعالات المختلفة، وشملت (26) بندًا، وبعد القدرة على التعامل بمرونة في المواقف المختلفة، وشملت: (30) بندًا، وقد أعطى كل فقرة وزنًا مُدرجًا خماسيًّا على النحو التالي: دائمًا: (5)، غالبًا: (4)، أحيانًا: (3)، نادرًا: (2)، أبدًا: (1). وبذلك تنحصر الدرجات ما بين

(56 إلى 280)، وتشير الدرجات المرتفعة إلى ارتفاع مستوى الاتزان الانفعالي، أما الدرجات المنخفضة فتشير إلى انخفاض مستوى الاتزان الانفعالي. وقد تحقق حمدان من صدق المقياس عبر حساب معاملات الاتساق من خلال تطبيقه على عينة مكونة من (30) فردًا من العاملين في مراكز الشرطة في محافظة خان يونس، وقد تمتع المقياس بصدق عالٍ؛ إذ بلغ (0.636)، كما حسب الثبات بطريقة التجزئة النصفية، واتضح أن معامل الثبات الكلي (0.814) كما حسب معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ، واتضح أن معامل الثبات الكلي (0.885)، وهو معامل ثبات مناسب.

قامت الباحثة في دراسة سابقة أجرتها بتعديل صياغة بعض عبارات مقياس الاتزان الانفعالي للحمدان (2010) وإضافة عبارتين؛ ليتناسب مع عينة الإناث، وقد قامت الباحثة بعرض المقياس على (10) من المحكمين من أعضاء هيئة التدريس في تخصص علم النفس بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، وجامعة الملك سعود؛ للحكم على صلاحية البنود، ومدى وضوح العبارة، ومدى ملاءمتها أبعاد المقياس، والحكم على مناسبة عبارات المقياس عينة الدراسة؛ وقد رأى المحكمين إعادة صياغة بعض البنود، واستجابت الباحثة لآراء 80% من المحكمين الذين اتفقوا على تعديل البنود، وبلغ عدد عبارات المقياس في صورته النهائية بعد التعديل (58) عبارة، موزعة على بعدين:

- القدرة على السيطرة على الانفعالات المختلفة: وتتمثل في القدرة على التعبير والوعي الصحيح انفعاليًا والتكامل النفسي؛ كسهولة التعبير عما يشعر به الفرد، والقدرة على السيطرة على شدة الانفعالات؛ كالغضب والفرح والخوف، والقدرة على الاحتفاظ بهدوء الأعصاب؛ كالقدرة على الاسترخاء عند الانفعال، ويندرج تحت هذا البعد (27) عبارة.
- المرونة في التعامل مع المواقف المختلفة، وتتمثل في قدرة الفرد على التعامل مع المواقف والأحداث الجارية بحيث تكون استجابة الفرد الانفعالية مناسبة للمواقف التي تستدعي هذه الانفعالات؛ كسهولة تغيير العادات، وتقبل الحلول الوسط، وتقبل الرأي المخالف، والتكيف مع المشكلات الحياتية، والتعامل مع الأزمات بكفاءة، والقدرة على اتخاذ القرارات وتحمل المسؤولية، ويندرج تحت هذا البعد (31) عبارة.

الخصائص السيكومترية لمقياس الاتزان الانفعالي في الدراسة الحالية:

وللتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس على عينة النساء المتزوجات؛ قامت الباحثة بإعادة تقنين مقياس الاتزان الانفعالي وذلك على النحو التالي:

1- صدق مقياس الاتزان الانفعالي:

تحققت الباحثة من صدق الاتساق الداخلي لمقياس الاتزان الانفعالي باستخدام معامل ارتباط بيرسون، وذلك من خلال حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة، كما يتضح من خلال الجدول (2)، وذلك على النحو التالي:

الجدول (2) معاملات ارتباط بيرسون لعبارات مقياس الاتزان الانفعالي بالدرجة الكلية لكل بُعد

القدرة على السيطرة على الانفعالات المختلفة				المرونة في التعامل مع المواقف المختلفة			
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
1	**0.734	31	**0.707	5	**0.899	35	**0.534
2	**0.590	33	**0.757	7	**0.519	37	**0.845
3	**0.818	36	**0.589	11	**0.745	39	**0.757
4	**0.843	38	**0.731	13	**0.818	42	**0.525
6	**0.550	40	**0.785	14	**0.753	44	**0.728
8	**0.865	41	**0.597	16	**0.828	48	**0.515

9	**0.877	43	**0.513	18	**0.711	50	**0.554
10	**0.847	45	**0.502	20	**0.716	53	**0.687
12	**0.878	46	**0.766	21	**0.776	54	**0.867
15	**0.755	47	**0.646	23	**0.601	55	**0.715
17	**0.735	49	**0.798	24	**0.777	58	**0.742
19	**0.566	51	**0.552	26	**0.578	–	–
22	**0.532	52	**0.716	28	**0.706	–	–
25	**0.501	56	**0.512	30	**0.504	–	–
27	**0.761	57	**0.633	32	**0.896	–	–
29	**0.589	59	**0.543	34	**0.892	–	–

** دال عند مستوى (0.01)

الجدول (3) معاملات ارتباط بيرسون لأبعاد مقياس الاتزان الانفعالي بالدرجة الكلية للمقياس

الأبعاد	معامل الارتباط
القدرة على السيطرة على الانفعالات المختلفة	**0.943
المرونة في التعامل مع المواقف المختلفة	**0.809

** دال عند مستوى (0.01)

يتضح من خلال الجدولين (2) و(3) أن جميع معاملات الارتباط لعبارات مقياس الاتزان الانفعالي وأبعاده جاءت دالة عند مستوى (0.01)؛ إذ تراوحت قيم معاملات الارتباط لعبارات مقياس الاتزان الانفعالي بالدرجة الكلية لكل بُعد ما بين: (0.501، و0.899)، كما تراوحت قيم معاملات الارتباط للأبعاد ما بين: (0.943،0.809) وجميعها معاملات ارتباط جيدة، وهذا يعطي دلالة على ارتفاع معاملات الاتساق الداخلي، كما يشير إلى مؤشرات صدق مرتفعة وكافية يمكن الوثوق بها في تطبيق أداة الدراسة الحالية.

2- ثبات مقياس الاتزان الانفعالي:

قامت الباحثة بقياس ثبات مقياس الاتزان الانفعالي باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية، والجدول (4) يوضح معامل الثبات لأبعاد المقياس، وذلك على النحو التالي:

الجدول (4) معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لقياس ثبات مقياس الاتزان الانفعالي

م	المحور	معامل الثبات	
		ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
1	القدرة على السيطرة على الانفعالات المختلفة	0.861	0.851
2	المرونة في التعامل مع المواقف المختلفة	0.820	0.740
	الثبات الكلي	0.864	0.746

يوضح الجدول (4) أن مقياس الاتزان الانفعالي يتمتع بثبات مقبول إحصائيًا؛ إذ بلغت قيمة معامل الثبات الكلية ألفا كرونباخ (0.864)، كما تراوحت معاملات ثبات أداة الدراسة بمعامل ألفا كرونباخ ما بين: (0.861، 0.820)، وهي درجات ثبات عالية، في حين بلغت قيمة معامل الثبات الكلية للتجزئة النصفية (0.746)، كما تراوحت معاملات ثبات أداة الدراسة بمعامل التجزئة النصفية ما بين: (0.851، 0.740) وهي معاملات ثبات مرتفعة يمكن الوثوق بها في تطبيق أداة الدراسة الحالية.

ثانيًا: مقياس التوافق الزواجي:

بهدف الكشف عن مستوى التوافق الزواجي لدى عينة الدراسة؛ استُخدم مقياس العنزي (2009)، وتكون هذا المقياس من (82) فقرة، موزعة على خمسة أبعاد، وهي:

- **البعد الأول: التنظيمي:** ويتمثل في الاتفاق بين الزوجين فيما يخص الأمور المنزلية والمالية، وعلى وضع ميزانية الأسرة ونفقاتها، والاشتراك في وضع خطة للمستقبل، والاشتراك في اتخاذ القرارات، وعلى توزيع الأدوار ومعرفة حقوق كل منهما وواجباته وأدائها، ويندرج تحت هذا البعد العبارات الإيجابية رقم: (1-16-26-31-36-39-44-60-63-69-72-74-77)، والعبارات السلبية رقم: (6-7-11-23).
- **البعد الثاني: الاجتماعي:** وتتمثل في احترام أسر الزوجين ومشاركة مناسباتهم الاجتماعية، واحترام العلاقات الاجتماعية للزوجة كالأصدقاء، ويندرج تحت هذا البعد العبارات الإيجابية رقم: (4-14-18-21-52-59)، والعبارات السلبية رقم: (29-34-47-57-81).
- **البعد الثالث: الثقافي:** وتتمثل في تقارب وجهات النظر بين الزوجين، وتشجيع بعضهما على تنمية قدراتهم ومستوى الالتزام وتبادل الحديث، واختيار الوقت المناسب للحديث، ويندرج تحت هذا البعد العبارات الإيجابية رقم: (10-19-22-35-42-48)، والعبارات السلبية رقم: (5-15-17-30-53-67-79).
- **البعد الرابع: الشخصي:** هناك بعض الخصائص الشخصية المرتبطة ارتباطًا إيجابيًّا بالتوافق الزواجي؛ مثل سمة التبصر، والثقة بالنفس، والحساسية تجاه احتياج الآخر، والدفء والتعبير العاطفي وتوكيد الذات، ويندرج تحت هذا البعد العبارات الإيجابية رقم: (12-27-32-43-49-54-55-56-61-62-65-70-75)، والعبارات السلبية رقم: (2-8-24-37-40-45-78).
- **البعد الخامس: العاطفي:** ويعني الشعور بالحب والمودة والاعتبار والتقدير والارتباط العاطفي والنفسي المتبادل بين الزوجين، ويندرج تحت هذا البعد العبارات الإيجابية رقم: (13-20-25-28-38-41-50-58-64-66-80-82)، والعبارات السلبية رقم: (3-33-46-51-68-71-73-76).

وقد وُضِع أمام كل فقرة من فقرات المقياس مقياس متدرج من ثلاث درجات حسب أسلوب ليكرت للخيارات: (يحدث كثيرًا، يحدث قليلًا، لا يحدث أبدًا)، وتُصحَّح استجابات الأفراد على عبارات المقياس بإعطاء الدرجات التالية (3-2-1)، وتشير الدرجات المرتفعة إلى ارتفاع مستوى التوافق الزواجي، أما الدرجات المنخفضة فتشير إلى انخفاض مستوى التوافق الزواجي، وقد تمتع المقياس بصورته الأصلية بمؤشرات مرتفعة من الصدق والثبات؛ إذ تراوحت معاملات الارتباط لأبعاد المقياس ما بين (0.85 و0.52) وهي معاملات صدق جيدة، في حين بلغت قيمة معامل الثبات باستخدام معادلة ألفا كرونباخ للمقياس ككل (0.91) والتجزئة النصفية (0.90) وهي معاملات ثبات مرتفعة.

الخصائص السيكومترية لمقياس التوافق الزواجي في الدراسة الحالية:

نظرًا لقدم مقياس التوافق الزواجي؛ قامت الباحثة بإعادة تقنينه على عينة النساء المتزوجات، وذلك على النحو التالي:

1- صدق مقياس التوافق الزواجي:

تحققت الباحثة من صدق الاتساق الداخلي لمقياس التوافق الزواجي باستخدام معامل ارتباط بيرسون من خلال حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة، والجدول (5) يوضح ذلك.

الجدول (5) معاملات ارتباط بيرسون لعبارات مقياس التوافق الزواجي بالدرجة الكلية لكل بُعد

البعد التنظيمي		البعد الشخصي		البعد العاطفي		البعد الاجتماعي		البعد الثقافي	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
1	**0.644	2	**0.738	3	**0.641	4	**0.559	5	**0.561
6	**0.751	8	**0.528	9	**0.526	14	**0.533	10	**0.648
7	**0.884	12	**0.660	13	**0.680	18	**0.520	15	**0.586
11	**0.773	24	**0.849	20	**0.657	21	**0.500	17	**0.626
16	**0.549	27	**0.624	25	**0.676	29	**0.660	19	**0.555
23	**0.749	32	**0.545	28	**0.561	34	**0.527	22	**0.694
26	**0.558	37	**0.710	33	**0.725	47	**0.663	30	**0.694
31	**0.609	40	**0.815	38	**0.802	52	**0.651	35	**0.519
36	**0.555	43	**0.720	41	**0.720	57	**0.584	42	**0.679
39	**0.793	45	**0.603	46	**0.812	59	**0.727	48	**0.581
44	**0.665	49	**0.663	50	**0.683	81	**0.661	53	**0.657
60	**0.731	54	**0.744	51	**0.514	–	–	67	**0.507
63	**0.640	55	**0.747	58	**0.578	–	–	79	**0.508
69	**0.599	56	**0.742	64	**0.597	–	–	–	–
72	**0.652	61	**0.693	66	**0.503	–	–	–	–
74	**0.538	62	**0.778	68	**0.642	–	–	–	–
77	**0.852	65	**0.784	71	**0.564	–	–	–	–
–	–	70	**0.825	73	**0.505	–	–	–	–
–	–	75	**0.818	76	**0.508	–	–	–	–
–	–	78	**0.644	80	**0.591	–	–	–	–
–	–	–	–	82	**0.568	–	–	–	–

** دال عند مستوى (0.01)

الجدول (6) معاملات ارتباط بيرسون لأبعاد مقياس التوافق الزواجي بالدرجة الكلية للمقياس

الأبعاد	معامل الارتباط
البعد التنظيمي	**0.874
البعد الشخصي	**0.931
البعد العاطفي	**0.932
البعد الاجتماعي	**0.758
البعد الثقافي	**0.913

** دال عند مستوى (0.01)

يتضح من خلال الجدولين (5) و(6) أن جميع معاملات الارتباط لعبارات مقياس التوافق الزواجي جاءت دالة عند مستوى (0.01)؛ إذ تراوحت قيم معاملات الارتباط لعبارات مقياس التوافق الزواجي بالدرجة الكلية ما بين: (0.500، و0.884)، كما تراوحت قيم معاملات الارتباط لأبعاد مقياس التوافق الزواجي بالدرجة الكلية للمقياس ما بين: (0.758، و0.932) وجميعها معاملات ارتباط جيدة، وهذا يعطي دلالة على ارتفاع معاملات الاتساق الداخلي، كما يشير إلى مؤشرات صدق مناسبة يمكن الوثوق بها في تطبيق أداة الدراسة الحالية.

2- ثبات مقياس التوافق الزواجي:

قامت الباحثة بقياس ثبات مقياس التوافق الزواجي باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ، والتجزئة النصفية، والجدول (7) يوضح معامل الثبات لأبعاد المقياس، وذلك على النحو التالي:

الجدول (7) معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لقياس ثبات مقياس التوافق الزواجي

م	البعد	معامل الثبات	
		ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
1	البعد التنظيمي	0.747	0.722
2	البعد الشخصي	0.857	0.856
3	البعد العاطفي	0.846	0.843
4	البعد الاجتماعي	0.715	0.770
5	البعد الثقافي	0.807	0.802
	الثبات الكلي	0.951	0.944

يوضح الجدول (7) أن مقياس التوافق الزواجي يتمتع بثبات مقبول إحصائيًا؛ إذ تراوحت معاملات ثبات أداة الدراسة بمعامل ألفا كرونباخ ما بين: (0.857، 0.715)، كما بلغت قيمة معامل الثبات الكلية (0.951) بمعامل ألفا كرونباخ، في حين تراوحت معاملات ثبات أداة الدراسة بمعامل التجزئة النصفية ما بين: (0.722، 0.856)، كما بلغت قيمة معامل الثبات الكلية للتجزئة النصفية (0.944)، وجميعها معاملات ثبات مرتفعة يمكن الوثوق بها في تطبيق أداة الدراسة الحالية.

الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث:

أُستعين ببرنامج الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) في إجراء المعالجات الإحصائية، وفقًا للآتي:

1- معامل ارتباط بيرسون؛ لحساب صدق الاتساق الدّاخلي لأدوات البحث، ومعامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية؛ لحساب معامل ثبات أدوات البحث.

2- تحليل الانحدار المتعدد (multiple regression)؛ للتعرف إلى مدى إمكانية التنبؤ بمستوى التوافق الزواجي من خلال الاتزان الانفعالي لدى النساء المتزوجات.

3- تحليل التباين الأحادي (one way anova) للتعرف إلى الفروق في الاتزان الانفعالي وفقًا لعدد سنوات الزواج والعمر.

6- اختبار (ت) لعينتين مستقلتين (Independent sample t-test)؛ للتعرف إلى الفروق في الاتزان الانفعالي وفقًا لوجود الأبناء.

نتائج الدراسة وتفسيرها:

1- نتائج الفرض الأول: والذي ينص على أنه: "يُسهم الاتزان الانفعالي في التنبؤ بالتوافق الزواجي لدى النساء". وللتحقق من صحة هذا الفرض؛ استُخدم أسلوب تحليل الانحدار المتعدد بين درجات العينة الأساسية على مقياس الاتزان الانفعالي ومقياس التوافق الزواجي، والجدول التالي يوضح ذلك.

الجدول (8) تحليل الانحدار المتعدد لمدى إمكانية التنبؤ بالتوافق الزواجي من خلال الاتزان الانفعالي لدى النساء

المتغير المستقل (الاتزان الانفعالي)	المتغير التابع (التوافق الزواجي)				
	قيمة B	الخطأ المعياري	قيم بيتا	قيم ت	مستوى المعنوية
الثابت	118.682	9.630		12.324	0.001
القدرة على السيطرة على الانفعالات المختلفة	0.371	0.100	0.250	3.707	0.001
المرونة في التعامل مع المواقف المختلفة	0.823	0.176	0.315	4.666	0.001
الدرجة الكلية للاتزان الانفعالي	0.519	0.059	0.490	8.773	0.001
قيمة ف = 76.959	مستوى دلالتها = 0.001			معامل التحديد =0.237	

يتضح من خلال الجدول (8) بأن نموذج تحليل الانحدار المتعدد للعلاقة بين الاتزان الانفعالي بوصفه متغيرًا مستقلًّا، والتوافق الزواجي بوصفه متغيرًا تابعًا يتمتع بمعنوية إحصائية مرتفعة، وذلك وفق ما تشير إليه قيمة اختبار "F" (76.959)، ومستوى دلالتها (0.001) وهي أقل من مستوى الدلالة(α= 0.05)، وهذا يعني أن النموذج بمتغيراته المستقلة صالح للتنبؤ بقيم المتغير التابع، ويُشير معامل التحديد R2 (0.237) أيضًا إلى أن الاتزان الانفعالي مسؤول عن تفسير ما يقارب من (23.7%) من التباين في التوافق الزواجي لدى المرأة المتزوجة، وباقي النسبة تعود إلى عوامل أخرى.

ويتضح أيضًا أن هناك تأثيرًا واضحًا للدرجة الكلية للاتزان الانفعالي وأبعاده الفرعية المتمثلة في: (القدرة على السيطرة على الانفعالات المختلفة، والمرونة في التعامل مع المواقف المختلفة) على مستوى التوافق الزواجي لدى المرأة المتزوجة؛ إذ بلغت قيمة (ت) للقدرة على السيطرة على الانفعالات المختلفة (3.707) بمستوى دلالة (0.001)، وللمرونة في التعامل مع المواقف المختلفة (4.666) بمستوى دلالة (0.001)، وللدرجة الكلية للاتزان الانفعالي (8.773) بمستوى دلالة (0.001).

ومن خلال العرض السابق يمكن صياغة معادلة الانحدار بالتوافق الزواجي من خلال أبعاد مقياس الاتزان الانفعالي على ما يلي:

التوافق الزواجي= 118.682+ (0.371 × القدرة على السيطرة على الانفعالات المختلفة+ 0.823 × المرونة في التعامل مع المواقف المختلفة).

مما سبق يتضح تحقق صحة الفرض؛ بأنه: يُسهم الاتزان الانفعالي في التنبؤ بالتوافق الزواجي لدى النساء، وهذا يعني أنه يمكن التنبؤ بمستوى التوافق الزواجي من خلال الاتزان الانفعالي وأبعاده الفرعية المتمثلة في: (القدرة على السيطرة على الانفعالات المختلفة، والمرونة في التعامل مع المواقف المختلفة)؛ أي أن زيادة مستوى الاتزان الانفعالي أو انخفاضه يؤثر بدرجة كبيرة في مستوى التوافق الزواجي لدى النساء.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأهمية الدور الذي يؤديه الاتزان الانفعالي في تحقيق التوافق الزواجي؛ فالاتزان الانفعالي يعد بُعدًا أساسيًّا في سمات الشخصية يسهم في تنمية جوانب التوافق الزواجي؛ كالجانب التنظيمي المتمثل في الاتفاق بين الزوجين فيما يتعلق بالخطط المستقبلية، واتخاذ القرارات وتوزيع الأدوار. والجانب الاجتماعي؛ كاحترام أسر الزوجين ومشاركة مناسباتهم الاجتماعية. والجانب الثقافي: المتمثل في تقارب وجهات النظر بين الزوجين، وتبادل الحديث، واختيار الوقت المناسب للحديث. والجانب الشخصي والعاطفي؛ كالقدرة على التعبير العاطفي، والشعور بالحب والمودة والارتباط العاطفي والنفسي. ويتفق ذلك مع ما أشار إليه العزة (2019) بأن السمات الشخصية الإيجابية ترتبط ارتباطًا موجبًا بالتوافق الزواجي، كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة (Tavakol et al., 2017) بأن مستوى العصابية هو أكثر العوامل قوة في تصوير عدم الرضا الزواجي، وتتفق أيضًا مع ما توصل إليه (Sayehmiri et al., 2020) في نتائج دراستهم بأن الأزواج الذين يتسمون بدرجة عالية من العصابية يعانون من مستويات أقل من الرضا الزواجي، وتتفق مع نتائج دراسة (Costa & Mosmann, 2021) في أن العصابية لها تأثير في

التوافق الزواجي للأزواج والزوجات، كما تتفق هذه النتائج مع دراسة كل من: كلاتبري وآخرون (Khalatbari et al., 2013)، وساجينو وآخرون (Saggino et al., 2016)، وكادمي (Khademi,2017)، وسليمان (2019)، وكوماري وشايجو وأنيان (Kumari, Shaiju, Aniyan, 2020)؛ وفيليبوفيك وآخرون (Filipović et al., 2015) في أهمية السمات الشخصية التي أحد أبعادها الاتزان الانفعالي في العلاقة الزوجية؛ (كالرضا الزواجي، والتوافق الأسري)، كما أن الانفعالات السلبية تؤثر سلبًا في التوافق الزواجي، في حين تختلف هذه النتائج عن نتائج دراسة ابن حسين والسبيعي (2020) في وجود ارتباط موجب دال إحصائيًا بين انفعال الغضب والتوافق الزواجي.

وترى الباحثة أن تحقيق جوانب التوافق الزواجي يتطلب امتلاك الزوجة لاستراتيجيات الاتزان الانفعالي؛ إذ إن تنمية قدرة الزوجة على السيطرة على انفعالاتها المختلفة، وقدرتها على التعبير الصحيح انفعاليًا من خلال تنمية مهارات الاتصال الإيجابي اللفظي وغير اللفظي لديها، وتنمية قدرتها على التعامل بمرونة في المواقف المختلفة من خلال تنمية قدرتها على التكيف مع المشكلات الحياتية، والتعامل مع الأزمات بكفاءة، وتقبل الرأي المخالف؛ يجعلها أكثر قدرة على التفاهم مع الزوج كما يساعدها على مواجهة المشكلات التي تعترض حياتها؛ حيث إن أسلوب تعاملها مع زوجها المتمثل في الطريقة التي تعالج بها المشكلات وجوانب الحياة وموضوعاتها من أهم مظاهر التوافق الزواجي وعلامته؛ وهذا ما يؤكده عبيدات (2006) بأهمية تعلم الزوجين فن الاتصال، كما يتفق مع ما أشارت إليه الجهني (2008) بأهمية الطريقة التي يعالج بها الزوجين الصراعات، ويتفق ذلك أيضًا مع ما أشارت إليه الخشاب (2008) في نظرية التبادل الاجتماعي بأن التفاعل المبني على الود والرحمة سيكون داعيًا إلى المحبة والتعاون وشعور الزوجين بالطمأنينة والراحة النفسية، أما التعامل الذي يشوبه الهجوم أو الشجار يدعو إلى الشعور بالإحباط وعدم الانسجام بين الزوجين.

2- نتائج الفرض الثاني (أ): والذي ينص على أنه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتزان الانفعالي بين النساء المتزوجات تعزى إلى المتغيرات الديموغرافية: (العمر-عدد سنوات الزواج)." وللتحقق من صحة الفرض الثاني (أ)؛ أُستخدم تحليل التباين الأحادي (one way anova)، ويتضح ذلك من خلال الجدول التالي:

الجدول (9) نتائج تحليل التباين الأحادي للفروق في مستوى الاتزان الانفعالي باختلاف متغير العمر

الأبعاد	المجموعات	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
القدرة على السيطرة على الانفعالات المختلفة	بين المجموعات	193.438	2	96.719	0.358	0.699
	داخل المجموعات	65338.374	242	269.993		
	المجموع	65531.812	244			
المرونة في التعامل مع المواقف المختلفة	بين المجموعات	416.478	2	208.239	2.432	0.090
	داخل المجموعات	20723.906	242	85.636		
	المجموع	21140.384	244			
الدرجة الكلية للمقياس	بين المجموعات	1068.907	2	534.453	1.013	0.365
	داخل المجموعات	127726.685	242	527.796		
	المجموع	128795.592	244			

الجدول (10) نتائج تحليل التباين الأحادي للفروق في مستوى الاتزان الانفعالي باختلاف متغير عدد سنوات الزواج

الأبعاد		المجموعات	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
القدرة على السيطرة على الانفعالات المختلفة		بين المجموعات	456.053	2	228.027	0.848	0.430
		داخل المجموعات	65075.759	242	268.908		
		المجموع	65531.812	244			
المرونة في التعامل مع المواقف المختلفة		بين المجموعات	688.704	2	344.352	4.075	0.018
		داخل المجموعات	20451.680	242	84.511		
		المجموع	21140.384	244			
الدرجة الكلية للمقياس		بين المجموعات	1700.880	2	850.440	1.619	0.200
		داخل المجموعات	127094.711	242	525.185		
		المجموع	128795.592	244			

يتضح من خلال الجدول (9) عدم تحقق صحة الفرض؛ إذ أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات الاتزان الانفعالي وأبعاده الفرعية المتمثلة في: (القدرة على السيطرة على الانفعالات المختلفة، والمرونة في التعامل مع المواقف المختلفة لدى النساء المتزوجات تعزى إلى متغير العمر؛ إذ بلغت قيمة مستوى الدلالة للأبعاد والدرجة الكلية على التوالي: (0.699، 0.090، 0.365)، وجميعها قيم أكبر من (0.05) أي غير دالة إحصائيًا.

كما يتضح من خلال الجدول (10) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات الاتزان الانفعالي، وبُعد القدرة على السيطرة على الانفعالات المختلفة لدى النساء المتزوجات باختلاف متغير عدد سنوات الزواج؛ إذ بلغت قيمة مستوى الدلالة لبُعد القدرة على السيطرة على الانفعالات المختلفة (0.430)، كما بلغت قيمة مستوى الدلالة للدرجة الكلية للاتزان الانفعالي (0.200) وهي قيمة أكبر من (0.05) أي غير دالة إحصائيًا.

وتُشير النتائج السابقة إلى تقارب مستوى الاتزان الانفعالي لدى النساء المتزوجات باختلاف أعمارهن وعدد سنوات زواجهن، وقد يعود ذلك إلى أن الوصول إلى الاتزان الانفعالي لا يقتصر على عمر معين، كما أن الاتزان الانفعالي يعد سمة من سمات الشخصية التي تتسم بالثبات النسبي؛ ولذلك تأتي أهمية الممارسة والخبرة التي يمكن اكتسابها من خلال التوجيه والإرشاد، وليس له علاقة بالعمر وعدد سنوات الزواج، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة الأمين (2015) أن الاتزان الانفعالي لا يتأثر بتقدم المرأة في العمر ولا في عدد سنوات الزواج، وإنما يتأثر بجوانب أخرى منها طبيعة التنشئة الاجتماعية والتأثيرات البيئية، وتختلف هذه النتائج مع ما ذكرته سليمان (2005) أن خلال سنوات الزواج تزداد العصابية بين الزوجين.

كما أظهرت النتائج في الجدول (10) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بُعد المرونة في التعامل مع المواقف المختلفة تعزى إلى متغير العمر، في حين أظهرت النتائج أن هناك فروقًا دالة إحصائيًا عند مستوى (0.05) في بُعد المرونة في التعامل مع المواقف المختلفة تعزى إلى متغير عدد سنوات الزواج، ولمعرفة اتجاه الفروق؛ استُخدم اختبار شيفيه (Scheffe) للكشف عن اتجاه الفروق، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

الجدول (11) اختبار شيفيه (Scheffe) لمعرفة اتجاه الفروق في مستوى الاتزان الانفعالي (المرونة في التعامل مع المواقف المختلفة) باختلاف متغير عدد سنوات الزواج

عدد سنوات الزواج	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أقل من 5 سنوات	6 إلى 10 سنوات	11 سنة فأكثر
أقل من 5 سنوات	132	63.84	8.09	-	*3.42-	*3.32-
6 إلى 10 سنوات	45	67.27	8.64	*3.42	-	
11 سنة فأكثر	68	67.16	11.31	*3.32		-

*** دال عند مستوى (0.05)**

يتبين من نتائج الجدول (11) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في بُعد المرونة في التعامل مع المواقف المختلفة وذلك لصالح النساء المتزوجات من (11 سنة فأكثر) بمتوسط حسابي (67.16).

وهذا يعني أن الفرض تحقق جزئيًا، وترى الباحثة أن هذه النتيجة منطقية؛ لأن المرأة المتزوجة خلال سنوات الزواج تكون قد مرت بالعديد من الخبرات والمواقف التي عملت على صقل شخصيتها، وهذا ما يجعلها أكثر مرونة في كيفية التعامل مع المواقف والأحداث الجارية، فهي أكثر قدرة على تغيير عاداتها، وتقبل الحلول الوسط والرأي المخالف، كما أنها أكثر قدرة على التكيف مع المشكلات الحياتية، والتعامل مع الأزمات بكفاءة، والقدرة على اتخاذ القرارات وتحمل المسؤولية.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة ملحم وآخرون (2020) في أن المرونة النفسية أسهمت بشكل دال إحصائيًا في التنبؤ بالتوافق الزواجي لدى المتزوجين، كما تتفق مع نتائج دراسة الحويلة (2020) في أن أبعاد التوافق الزواجي تسهم في التنبؤ بالقدرة على اتخاذ القرار والذي يندرج تحت بعد المرونة بمقياس الاتزان الانفعالي.

نتائج الفرض الثاني (ب): والذي ينص على أنه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتزان الانفعالي بين النساء المتزوجات تعزى إلى وجود الأبناء"، وللتعرف على الفروق في الاتزان الانفعالي الذي يعزى إلى وجود أبناء؛ استخدم اختبار (ت) لعينتين مستقلتين (Independent Sample T-Test)، ويتضح ذلك من خلال الجدول التالي:

الجدول (12) نتائج اختبار (ت) لعينتين مستقلتين للفروق في مستوى الاتزان الانفعالي باختلاف متغير وجود أبناء

الأبعاد	وجود أبناء	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
القدرة على السيطرة على الانفعالات المختلفة	يوجد أبناء	179	71.72	16.95	0.104	0.917
	لا يوجد أبناء	66	71.47	14.87		
المرونة في التعامل مع المواقف المختلفة	يوجد أبناء	179	65.54	9.84	0.399	0.690
	لا يوجد أبناء	66	65.00	7.74		
الدرجة الكلية للمقياس	يوجد أبناء	179	137.25	24.21	0.236	0.814
	لا يوجد أبناء	66	136.47	19.39		

يتضح من خلال الجدول (12) عدم تحقق صحة الفرض؛ إذ بينت النتائج أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات الاتزان الانفعالي وأبعاده الفرعية المتمثلة في: (القدرة على السيطرة على الانفعالات المختلفة، والمرونة في التعامل مع المواقف المختلفة) لدى النساء المتزوجات تعزى إلى متغير وجود الأبناء؛ إذ بلغت قيمة مستوى الدلالة للأبعاد والدرجة الكلية على التوالي: (0.917، 0.690، 0.814)، وجميعها قيم أكبر من (0.05) أي غير دالة إحصائيًا.

وتُشير النتيجة السابقة إلى تمتع النساء المتزوجات اللاتي لديهن أبناء واللاتي ليس لديهن أبناء بمستوى متقارب من الاتزان الانفعالي، وتختلف هذه النتيجة عما ذكرته سليمان (2005) بأنه تزداد العصابية بين الزوجين؛ نظرًا لمواجهتهما العديد من الضغوط الحياتية، وزيادة الأعباء، وتحمل المسؤولية الناتج عن رعاية الأبناء. ويمكن تفسير هذه النتيجة بأنه على الرغم من تعدد المهام والمسؤوليات التي تقع على عاتق المرأة المتزوجة التي لديها أبناء نتيجة لتربية الأبناء ورعايتهم كونها أكثر اتصالًا بهم وارتباطًا؛ لكن ذلك يعد مؤشرًا جيدًا على حفاظها على مستوى جيد من الاتزان الانفعالي لديها، وقد يكون أحد العوامل المؤثرة بالإيجاب على الاتزان الانفعالي لدى المرأة التي لديها أبناء تلقيها الدعم الاجتماعي من قبل الزوج المتمثل بالمشاركة في رعاية الأبناء وتربيتهم؛ مما يخفف لدى المرأة الشعور بالضغوط الحياتية وزيادة الأعباء، وهذا ما يجعل الظروف الحياتية التي تعيشها المرأة المتزوجة التي لديها أبناء تتشابه بالظروف الحياتية بالتي ليس لديها أبناء؛ وهذا ما يفسر عدم وجود فروق في مستوى الاتزان الانفعالي بين النساء المتزوجات تعزى إلى وجود أبناء، وهذه النتيجة تؤكد ما أشار إليه (Gopal & Valarmathi, 2020) إلى أن الأفراد المتزنين انفعاليًا يتعاملون مع ضغوط الحياة بطريقة تختلف عن الأفراد غير المتزنين.

توصيات الدراسة:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة الحالية، فإن الباحثة توصي بالآتي:

1- الاهتمام بتنمية الاتزان الانفعالي لدى المتزوجات من خلال الإرشاد الزواجي، وتنمية التفاعل الإيجابي أثناء التواصل اللفظي وغير اللفظي، وتنمية أسلوب الحوار الفعال، وهذا ما يسهم في حل المشكلات، ويحقق التقارب بين الزوجين وتوافقهما.

2-تطبيق دورات وورش عمل تهدف إلى تدريب المرأة على الوعي بانفعالاتها، وتنمية قدرتها على التعبير الصحيح عن انفعالاتها والسيطرة عليها، وهذا ما يؤدي إلى تنمية الاتزان الانفعالي لديها، ويجب أن تكون هذه الدورات وورش العمل مستمرة.

3- إدخال موضوع الاتزان الانفعالي في المناهج الدراسية للمراحل التعليمية المختلفة (التربية الأسرية) بهدف تنمية الاتزان الانفعالي.

الأبحاث المقترحة:

1-فاعلية برنامج إرشادي زواجي لتنمية الاتزان الانفعالي لدى المتزوجات.

2-الفروق في مستوى الاتزان الانفعالي لدى المتزوجين (الأزواج والزوجات)، والمتزوجات (العاملات وغير العاملات والطالبات).

المراجع:

أولاً: المراجع العربية

الأمين، رشا الباقر محمد. (2015). *الخوف الاجتماعي والاتزان الانفعالي لدى النساء غير المنجبات وعلاقتها ببعض المتغيرات بولاية الخرطوم*. رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة النيلين، السودان.

أبو زيد، إبراهيم أحمد. (1987). *سيكولوجية الذات والتوافق*. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

إسماعيل، محمد. (2004). *الصحة النفسية للأسرة*. ط3، القاهرة: عالم الكتاب للنشر.

بلميهوب، كلثوم. (2010). *الاستقرار الزواجي دراسة في سيكولوجية الزواج*. مصر: المكتبة العصرية للنشر والتوزيع.

الجهني، سميرة سالم. (2008). *عدم الاستقرار الأسري في المجتمع السعودي وعلاقته بإدراك الزوجين للمسؤوليات الأسرية (دراسة مقارنة)*. رسالة ماجستير، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، المملكة العربية السعودية.

ابن حسين، عبد العزيز محمد أحمد؛ والسبيعي، خلود حسين. (2020). انفعال الغضب وعلاقته بالتوافق الزواجي. *مجلة العلوم التربوية، جامعة القاهرة – كلية الدراسات العليا للتربية–*، 28(2)، 459-494.

حمدان، محمد كمال. (2010). *الاتزان الانفعالي والقدرة على اتخاذ القرار لدى ضباط الشرطة الفلسطينية*. رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

الحويلة، أمثال هادي. (2020). التوافق الزواجي وعلاقته باتخاذ القرارات لدى عينة من الزوجات الكويتيات. *مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية*، 36 (1)، 331-364.

الخشاب، سامية مصطفى. (2008). *النظرية الاجتماعية ودراسة الأسرة*. القاهرة: الدار الدولية للاستثمارات الثقافية.

بن دايل، أفنان فهد. (2013). *علاقة صراع الأدوار لدى الطالبة الجامعية المتزوجة بالتوافق الزواجي والدافع للإنجاز*. رسالة ماجستير، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الرياض، المملكة العربية السعودية.

سليمان، سناء محمد. (2005). *التوافق الزواجي واستقرار الأسرة من منظور إسلامي ونفسي واجتماعي*. القاهرة: عالم الكتب.

سليمان، لمى نزار. (2019). *مستوى الاتزان الانفعالي وعلاقته بتكوين الصداقات والتوافق الأسري لدى طلبة المرحلة الإعدادية في بلدة البعينة*. رسالة ماجستير، جامعة عمان العربية، الأردن.

عبد الحميد، جابر؛ وكفافي، علاء الدين. (1992). معجم *علم النفس والطب النفسي*. الجزء الخامس، القاهرة: دار النهضة.

عبيدات، أسماء ناصر. (2006). *العلاقة بين تشابه الزوجين في بعض السمات الشخصية وتوافقهم الزواجي*. رسالة ماجستير، جامعة اليرموك، إربد، الأردن.

العزة، سعيد حسني. (2019). *الإرشاد الأسري نظرياته وأساليبه الإرشادية*. عمّان: دار الثقافة للنشر والتوزيع.

العنزي، فرحان. (2009). *دور أساليب التفكير ومعايير اختيار الشريك وبعض المتغيرات الديموغرافية في تحقيق مستوى التوافق الزواجي لدى عينة من المجتمع السعودي*، رسالة دكتوراه، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، المملكة العربية السعودية.

الغداني، ناصر. (٢٠١٤). *أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى الأطفال المضطربين كلاميا بمحافظة مسقط*. رسالة ماجستير، جامعة نزوى، مسقط، عُمان.

القطان، سامية. (1986). قياس الاتزان الانفعالي. *مجلة كلية التربية– جامعة عين شمس*، (5) 2-5.

ملحم، محمد أمين؛ وهياجنة، وليد سليمان يوسف؛ وعنبر، أميرة نمر؛ وبدرانه، مهدى؛ وبني ارشيد، عبدالله محمد حمد. (2020). العلاقة بين المرونة النفسية والتوافق الزواجي لدى عينة من المعلمين المتزوجين والمعلمات: دراسة تنبؤية. *المجلة الأردنية للعلوم الاجتماعية*. 13(1)، 81-96.

أبو موسى، سمية محمد جمعة. (2008). *التوافق الزواجي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى المعاقين*. رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

ثانيًا: المراجع الأجنبية

Abdel Hamid, J & Cafafy, A. (1992). *Dictionary of Psychology and Psychiatry*. Part V, Cairo: Dar Al-Nahda.

Abu Musa, S. (2008). *Marital Adjustment and it is relation to the Personality Traits with the handicapped people*. (in Arabic). Master's Dissertation, Islamic University, Gaza. Palestine.

Abu Zeid, I. (1987). Self-Psychology and compatibility. (in Arabic). Alexandria: Dar Maarefa Elgamia.

Aleem, S. (2005). Emotional stability among college youth. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 31(1-2), 100-102.

Aliaskari, F. (2021). Investigating The Relationship Between Attachment Styles and Psychological Constancy Characteristics and Its Effect on Improving Marital Relationships**.** *International Journal of medical investigation- Khorasgan Azad University, Isfahan, Iran.* 10(4), 62-71.

Al-Anzi, F. (2009). *The Impact of the Styles of Thinking the Partner Selection Criteria and some Demographic Variables in Achieving Marital Harmony Among a Sample of Saudi Society*

A Perception of the Determinants of the Marital Choice. (in Arabic). Doctoral Dissertation, Umm Al Qura University, Mecca, Saudi Arabia.

Al-Amin, R. (2015). *Relationship between social phobia and emotional poise among non-reproduction women in Khartoum State*. (in Arabic). Master's Dissertation, Al-Neelain University, Sudan.

Al-Azza, S. (2019). *Family counseling - its theories and therapeutic methods*. (in Arabic). Amman: Dar Al Thaqafa for Publishing and Distribution.

Al-Ghattan, S. (1986). Emotional stability measurement. (in Arabic). *Journal of the Faculty of Education - Ain Shams University*, (5), 2-5.

Al- Juhani, S. (2008). *Family instability in Saudi society and its relationship to the spouses' awareness of family responsibilities (a comparative study)*. (in Arabic). Master's Dissertation, Umm Al Qura University, Mecca, Saudi Arabia.

Al-Khalidi, A. & Alami, D. (2009). *Marriage family counseling*. (in Arabic). Amman: Dar Safa'a for Publishing and Distribution.

Al-Khashab, S. (2008). *Social theory and the study of the family*. (in Arabic). Cairo: International House for Cultural Investment.

Belmihoub, K. (2010). *Marital stability: A study in the psychology of marriage*. (in Arabic). Egypt: Almaktaba Al asrya for Publishing and Distribution.

Bin Dayel, A. (2013). *Relationship Roles Conflict of a Married College Student with Marital Compatibility and Motivation to Achievement.* (in Arabic). Master's Dissertation, Imam Mohammad Ibn Saud Islamic University, Riyadh, Saudi Arabia.

Costa, C. B., & Mosmann, C. P. (2021). Personality traits and marital adjustment: Interaction between intra and interpersonal aspects. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 31(3) 1-10.

Filipović, S., Vukosavljević-Gvozden, T. & Opačić, G. (2015). Irrational Beliefs, Dysfunctional Emotions, and Marital Adjustment: A Structural Model, *Journal of family-Sage Journals*, 37 (16), 2333-2350.

Gopal, R. & Valarmathi, D. (2020). Martial compatibility and their relationship to personality among arranged marriage couples and lover marriage couples- A Pilot study, *Annals of Tropical Medicine and Public Health*. 23(15),

Huwaila, A. (2020). Marital Compatibility and its Relationship to Decision-Making among a Sample of Kuwaiti Wives. (in Arabic). *Journal of Educational and Psychological Sciences- Damascus University*, 36 (1), 331-364.

Hamdan, M. (2012). *Emotional stability and decision-making ability of Palestinian police officers*. (in Arabic). Master Dissertation, Islamic University -Gaza, Palestine.

Ibn Hussein, A. & Al-Subaie, K. (2020). Anger and its Correlation with Marital Compatibility. (in Arabic). *Journal of Educational Sciences, Graduate School of Education- Cairo University*, 28(2), 459-494.

Ismaiel, M. (2004). *Family mental health*. (in Arabic). Cairo: Alam Al Kotob.

Khalatbari, J., Ghorbanshiroudi, S., Azari, K., Bazleh, N. & Safaryazdi, N. (2013). The Relationship between Marital Satisfaction (Based on Religious Criteria) and Emotional Stability. 3rd World Conference on Psychology, *Counselling and Guidance (WCPCG-2012), Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 84, 869 – 873.

Kumari K., Shaiju B, Aniyan A. (2020). A Descriptive Study to Assess Attachment Styles, and Emotional Stability in Relation to Marital Satisfaction among Couples Residing in Selected Residential Areas of Gurugram, Haryana. *Journal of Advanced Research in Psychology & Psychotherapy*, 3(3&4), 1-7.

Khademi, A. (2017). Prediction of Marital Dissatisfaction Based on Personality Characteristics and Social Relations in Couples of Students and Non-Students. *International Journal of Medical Research &Health Sciences*, 6(1), 103-107.

Khurshid, S. & Khurshid, S. (2018). Emotional stability among college youth with reference to the gender. *Science International (Lahore)*, 30(4), 615-618.

Matsumoto, D. (2009). *The Cambridge Dictionary of Psychology*. Cambridge: Cambridge University Press.

Melhem, M, Hayajneh, W, Anbar, A, Badrana, M, Bani Irsheed, A. (2020). The Relationship between Psychological Resilience and Marriage Compatibility among a Sample of Married Teachers: Predictive Study. (in Arabic). *Jordanian Journal of Social Sciences- The University of Jordan - Deanship of Scientific Research,* 13(1), 81-96.

Obeidat. A. (2006). *Similarity in Personality Traits of Marital Couples as related to their Marital adjustment.* (in Arabic). Master Dissertation, Yarmouk University, Jordan.

Ofole, N. M. (2017). Impact of emotional maturity on coping with stress among freshmen in South-Western Nigeria universities. *Journal of Emerging Trends in Educational Research and Policy Studies,* 8(1), 64-73.

Rath, S. & Das, S. (2015). Neuroticism versus emotional stability scores of hypertensive and normotensive males and females. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, 6(8), 805-810.

Saggino, A., Martino, M., Balsamo, M., Carlucci, L., Ebisch, S., Innamorati, M., Picconi, L., Romanelli, R., Sergi, M. & Tommasi, M. (2016). Compatibility quotient, and its relationship with marital satisfaction and personality traits in Italian married couples. *Sexual and Relationship Therapy*, 31 (1), 83-94.

Sayehmiri, K., Kareem, K., Abdi, K., Dalvand, S. & Gheshlagh, R. (2020). The relationship between personality traits and marital satisfaction: a systematic review and meta-analysis. *BMC Psychol* 8, (15), 2-8.

Suleiman, S. (2004). *Marital compatibility and family stability from an Islamic, psychological and social perspective*. (in Arabic). Cairo: Alam Al Kotob.

Suleiman, L., N. (2019). *Emotional Stability Level and its Relationship with Constituting of Friendships and Family Adjustment among Students in the Preparatory Stage in Al-Buiena*. (in Arabic). Master's Dissertation, Amman Arab University, Amman, Jordan.

Tavakol, Z., Nasrabadi, A., Moghadam, Z., Salehiniya, H., & Rezaei, E. (2017). A review of the factors associated with marital satisfaction. *Galen Medical Journal*, 6(3), 197-207.

VandenBos, G.R. (2015). *APA Dictionary of Psychology*. (2nd ed.). Washington: American Psychological Association.

Zapata, A. (2015). The emotional stability and emotional maturity of fourth year teacher education students of the Bulacan state university. *Journal of Social Sciences & Humanities Research*, 1(2) 1-5.