

فاعلية برنامج قائم على الإرشاد الزواجى فى تنمية الوعى
بمقومات السعادة الزوجية لدى عينة من الشباب الجامعى

إعداد

د . سوزان حمدى حامد

مدرس الصحة النفسية

المعهد العالى للخدمة الاجتماعية بكفر الشيخ

DOI: 10.12816/0054600

مجلة الدراسات التربوية والانسانية . كلية التربية . جامعة دمنهور

المجلد التاسع - العدد الرابع - الجزء الرابع - ب - لسنة ٢٠١٧م

فاعلية برنامج قائم على الإرشاد الزواجى فى تنمية الوعى بمقومات السعادة الزوجية لدى عينة من الشباب الجامعى

د . سوزان حمدى حامد

DOI: 10.12816/0054600

مستخلص الدراسة :

"فاعلية برنامج قائم على الإرشاد الزواجى فى تنمية الوعى بمقومات السعادة الزوجية لدى عينة من الشباب الجامعى" هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن فاعلية برنامج الإرشاد الزواجى فى تنمية الوعى بمقومات السعادة الزوجية لدى عينة من الشباب الجامعى ، تكونت عينة الدراسة من (٣٠) طالباً وطالبة وزعوا بالتساوى إلى مجموعتين مجموعة تجريبية تضمنت (١٥) طالباً وطالبة ومجموعة ضابطة تضمنت (١٥) طالباً وطالبة واستخدمت الدراسة مقياس الوعى بمقومات السعادة الزوجية إعداد الباحثة (٢٠١٧) أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً عند المستوى (٠.٠٥) بين المجموعتين لصالح المجموعة التجريبية فى الوعى بمقومات السعادة الزوجية فى الدرجة الكلية فى الأبعاد الفرعية.

Dr. Suzan hamdy Hamd

Teacher in mental Hygiene

The Higher Institute

of social work Kafr Al-Sheikh□

Abstract:

This Study aimed at finding out the Effectiveness of marital counseling program in development the awareness of fundamentals of marital happiness Among a sample of university youth of (30) male and female who were assigned to two equal groups (15) for the experimental and (15) for the control group. The experimental approach was applied in the study. The Researcher used awareness scale of fundamentals of marital happiness Results showed statistically significant difference at (0.05) level between groups in favour of experimental group on Total score and on the sub dimensions.

المقدمة:

تواجه الأسرة المصرية فى عصرنا الحالى العديد من المشكلات التى تهدد تماسك المجتمع واستقراره كزيادة معدلات الطلاق حيث بلغت (٥٧.٤%) فى الحضر و(٤٢.٦%) فى الريف وارتفاع معدلات العنوسة، وانعدام السكنية الزوجية والخلع وظهور ظواهر كالسنجل مازر والاغتراب الزوجى أو السخط الزوجى ما ينتج عن كل هذا من نشئ مضطرب ومشكل وانعدام السكنية الزوجية. (الجهاز المركزى للتعبئة والإحصاء ؛ ٢٠١٥ ، ١٢)

وحتى وإن لم تصل الأسرة إلى الطلاق فيعتبرها العديد من المشكلات الزوجية كالطلاق الصامت أو الخرس الزوجى مع شعور الزوجين بالتعاسة وسوء التوافق الزوجى الذى قد يؤدي لمعظم الأمراض العصابية كالقلق والاكتئاب وغيرها. (أبو غزالة؛ ٢٠٠٨)

فالزواج ليس رحلة قصيرة أو متعة عابرة ولكنها رحلة طويلة تحتاج إلى عتاد كبير وخبرة متكاملة وأهداف ثابتة كى تحقق الزوجان من خلالها السعادة لهما والنجاح فى كل جوانب الحياة. (رياض؛ ٢٠١٠ ، ١٤)

وتعد السعادة الزوجية من أهم العوامل التى تجعل الإنسان مسروراً فى الدنيا وتحقق له قدراً كبيراً من راحة البال والسكنية التى تدفع كل من الزوجين للنجاح فى العمل ، وتطوير الذات، والإقبال على الحياة والدخول فى علاقات اجتماعية بشكل انجح. (العاسمى؛ ٢٠١٢ ، ٨٩)

فالزواج أهم حدث وأهم علاقة فى حياة كل من الرجل والمرأة والسعادة الزوجية بناء كبير يحتاج إلى بناء ماهر يضع كل حجر فى موضعه بدقة وإتقان ووعى ومهارة لدى كل من الزوج والزوجة. (الشافعى؛ ٢٠٠٧ ، ٥ ، ٦)

فالسعادة الزوجية يحب أن نسعى لصناعتها والسير فى الطرق المؤدية إليها وأن يرضى كل طرف عما قدره الله له وأن يقتنع أن هذا هو نصيبه وأن الله قدر

له الطرف الآخر فهذه هي السعادة الحقيقية وجوهر السعادة الدائمة. (القطاع؛
(٢٠٠٩)

والتعرف على مقومات السعادة الزوجية قبل الزواج من المتوقع أن يشكل
تأثيراً ذا أهمية في حماية الأسرة من التفكك ووقاية مؤسسة الزواج من الكثير من
المشكلات التي تهدد الأسرة والمجتمع. (صحاف؛ ٢٠١٥)

فليس هناك زواج فاشل بل تعامل خاطئ أدى إلى فشل الزواج لذا على كل
من الزوجين التعرف على ما يجب عليهما فعله للوصول لحياة زوجية دائمة
وسعيدة، فالفرق بين الزوجين السعيدين والتعيسين هو فرق في امتلاكهما لمعارف
ومهارات في كيفية العيش بمتعة وسعادة أثناء إنجاز المهام المتصلة بالحياة
الزوجية والأسرية وكفاءتهما في أداء هذه المهام عبر مراحل الزواج الممتد
والمستمر امتداد بقائهما على قيد الحياة. (رياض؛ ٢٠١٠، ١٥، ١٨)

إذن مقومات السعادة الزوجية مفهوم شامل يبدأ من قبل الزواج بالاختيار
السليم والمناسب ثم امتلاك كل منهما لمهارة التواصل الإيجابي الفعال وقدرتهما
على إدارة الخلافات ومهارتهما في إدارة موارد الأسرة المالية ومعرفتهما بحقوق
وواجبات كل طرف تجاه الطرف الآخر وتجاه الأبناء وحرصهما على تجديد
مشاعر الود حتى لا يتسرب الملل إلى حياتهما. (غراي؛ ٢٠١٢، ٢٣٦، ٢٣٧)،
(بلميهوب؛ ٢٠١٠)، (جلاسي؛ ٢٠٠٩، ٨، ٧٥)، (العساف؛ ٢٠١١)، (سعيد؛
٢٠٠٩، ٤١)، (الخرافي؛ ٢٠١٦)، (موسى؛ ٢٠١١، ٧٠، ٧١)

فالجهد بعوامل نجاح الزواج مثل التواصل الإيجابي والنضج الانفعالي
وطريقة التعامل بين الزوجين وتوقعات كل منهما عن الآخر هي أهم أسباب
الطلاق التي يمكن تفاديها من خلال إرشاد ما قبل الزواج. (بلميهوب؛ ٢٠١٠،
الغامدي؛ ٢٠١٠، ص ١٢٢-١٢٥)

ويعد تأهيل الشباب قبل الزواج كرخصة قيادة السيارة التي لا بد أن يستخرجها
ويعد له امتحان لضمان كفاءته في قيادة السيارة حرصاً على أمنه وأمن الآخرين

من هذا المنطلق لابد من إرشاد وتهيئة الأزواج قبل الزواج فليس من الصواب أقدمهما على الزواج وهما يجهلان كل ما يتصل بالحياة الزوجية في كافة جوانبها ومسئولياتها فإن التهيئة قبل الزواج ستجعلهما يقفان على أرض صلبة تساعدهما على العيش بسعادة وتعمل على تنمية المجتمع. (أبو أسعد؛ ٢٠١٥، ١٤-٢٠)

فالإعداد الكافي قبل الزواج وإرشاد المقبلين عليه وتدريبهم يؤثر إيجابياً على الأزواج خاصة وعلى المجتمع بشكل عام حيث تقل نسب الطلاق (٣٠%) نتيجة إرشاد وإعداد ما قبل الزواج حيث أدى إرشاد ما قبل الزواج إلى خفض نسب الطلاق في ماليزيا من (٣٢%) إلى (٧%) (Popenoe & Whitehead; 2010)، الخرافي؛ ٢٠١٦)

ويؤدي إرشاد ما قبل الزواج إلى انخفاض درجة إصابة أفراد الأسرة بالاضطرابات النفسية مقارنة بالأسرة التي لم يتدرب الزوجان قبل الزواج كما يزيد من توافقهم وسعادتهم بعد الزواج. (Olson & Defrain & Skogrand; 2011)

لذلك أكدت معظم الدراسات على ضرورة إعداد وتأهيل الشباب وتعريفهم بمهام وواجبات وحقوق الزوجين قبل الزواج وإكسابهم مهارات التعامل مع المشكلات والتواصل والمرونة العاطفية وإدارة الموارد الأسرية وإدارة الصراعات بالشكل الذي يجعل الحياة تستقر في المستقبل ويصل بالفرد لحالة من الرضا عن حياته نتيجة لسعادته في زواجه. (Yazdi & Poley; 2011), (Marsh; 2015), (Hoseinali; 2013)، (القضاة؛ ٢٠١٦).

مشكلة الدراسة:

الأسرة أهم مؤسسة اجتماعية في أي مجتمع على وجه الإطلاق فإذا ما نجحت في أداء مهامها نجح المجتمع في تحقيق أهداف أكثر أهمها توافر جيلاً صالحاً يقود كل مؤسساته نحو تقدم هذا المجتمع.

وتمثل السعادة الزوجية هدفاً يسعى إليه الجميع المتزوجون والمقبلين على الزواج والمتخصصون في الإرشاد النفسي والأسري والزوجي. (العساف؛ ٢٠١١)

إن السعادة الزوجية كى تتوفر لابد أن تقوم على دعائم ومقومات قوية قبل الزواج كالاختيار السليم المتوافق فى سمات شخصية الزوجين كذلك التواصل الإيجابى والمهارة فى إدارة الخلافات الزوجية. (طه؛ ٢٠١٢)

كذلك تقوم السعادة الزوجية على معرفة كل من الزوجين لحقوق وواجبات أدوارهم الاجتماعية خاصة فيما يتصل بإدارة الأمور المالية وتربية الأبناء. (روزين؛ ٢٠٠٨، ١٩، ٢٠)

فالزواج السعيد ليس هبه بل جهد من كل الأطراف لتحقيق السعادة المنشودة واستمرار الزواج بنجاح فغالبية المتزوجون يبدعون حياتهم بكم هائل من الانفعالات السارة وتوقع كبير للسعادة الدائمة إلا أن سرعان ما يتبدل ذلك لذا هناك احتياج لتدريب الشباب على ما يدعم السعادة ويطيل عمرها. (Das; 2012, 152)

وباستعراض الباحثة للدراسات السابقة التى تناولت السعادة الزوجية وجدت أنه تم دراستها فى ضوء علاقتها بمتغيرات أخرى كأزمة منتصف العمر. (الحربى؛ ٢٠١٣) وعلاقتها بالدجمائة (سعد؛ ٢٠١٧) وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية (عثمان؛ ٢٠٠١) وعلاقتها بأهل الزوج (داوود؛ ٢٠١٦) فى حين لم تتناول أى من الدراسات السابقة المقومات التى تقوم عليها السعادة الزوجية ولا كيفية تنمية الوعى لدى الشباب بهذه المقومات.

أما الإرشاد الزواجى فقد جاءت غالبية نتائج الدراسات السابقة مؤكدة على ضرورة إعداد برامج إرشاد للشباب لزيادة الوعى لديهم بكل ما يتصل بالحياة الزوجية وكيفية التعامل مع الشريك وسبل تحقيق التوافق بينهما، (طه؛ ٢٠١٢)، (السيبيلة؛ ٢٠١٣)، (الجويسر؛ ٢٠١١)، (الخرافى؛ ٢٠١٦)، (Mihalec; 2014)، (Miri & Sharifirad; 2013)، (Futris et al ; 2011).

لذا تتجه الدراسة الحالية تلبية لتوجيه الدراسات المواجه لإرشاد وتأهيل ما قبل الزواج كبرنامج تأهيلي وقائى من خلال اختبار فعالية برنامج قائم على الإرشاد

الزواجى فى تنمية الوعى بمقومات السعادة الزوجية لدى عينة من الشباب الجامعى ويمكن تلخيص مشكلة الدراسة فى:

س ١- ما فاعلية برنامج قائم على الإرشاد الزواجى فى تنمية الوعى بمقومات السعادة الزوجية لدى عينة من الشباب الجامعى؟

س ٢- ما استمرارية فعالية برنامج قائم على الإرشاد الزواجى فى تنمية الوعى بمقومات السعادة الزوجية لدى عينة من الشباب الجامعى؟

أهداف الدراسة:

١- تنمية الوعى بمقومات السعادة الزوجية المتمثلة فى (الوعى بمعايير الاختيار الناجح، الوعى بطرق إدارة الخلافات، الوعى بمتطلبات الدور الاجتماعى للزوجين، الوعى بطرق إدارة موارد الأسرة، الوعى بطرق زيادة الود والانسجام بين الزوجين، الوعى بمتطلبات دور الزوجين فى تربية الأبناء) لدى عينة من الشباب الجامعى باستخدام برنامج إرشاد زواجى.

٢- التأكد من استمرارية فاعلية البرنامج على المجموعة التجريبية بعد فترة المتابعة التى تصل إلى شهرين.

أهمية الدراسة:

١- حيث توجد ندرة فى الدراسات التى اهتمت بتوعية المقبلين على الزواج بمقومات السعادة الزوجية فى حدود علم الباحثة.

٢- تعد الدراسة الحالية مقترح قد يساعد المتخصصين فى مجال الإرشاد الزواجى فى توعية الشباب بشكل وقائى يقلل من نسبة الفشل فى الزيجات فى المستقبل.

٣- تكمن أهمية الدراسة فى أهمية الفئة التى تعنى بها وهم الشباب فى سن الزواج فى تهيئتهم وتأهيلهم للحياة الزوجية فى المستقبل وإكسابهم مهارات ومعارف تشكل الطريق للوصول للسعادة الزوجية والاستقرار والتماسك الأسرى وبالتالي التماسك الاجتماعى للمجتمع ككل.

المصطلحات الإجرائية للدراسة:

١) مفهوم مقومات السعادة الزوجية:

Fundamentals of Marital Happiness

تعرف بأنها "هى مفاتيح السعادة الزوجية الحقيقية والفعالة وتكمن فى المودة والرحمة والرضا والقناعة والصراحة والتقدير والاحترام والثقة والصدق فى التعاملات وحسن الاستماع للطرف الأخر والترويح والمروءة". (العمانى؛ ٢٠١٣) **وتعرفها الباحثة:** "بمجموعة من المتغيرات التى تضمن الاختيار المناسب للزوجين وامتلاكهما لمجموعة من المهارات فى التواصل الناجح والوعى بطرق إدارة الخلافات والوعى بمتطلبات الدور الاجتماعى للزوجين والوعى بطرق إدارة موارد الأسرة والوعى بطرق زيادة الود والانسجام بينهما والوعى بمتطلبات أداء الزوجين لدورهما فى تربية الأبناء".

وتعرف إجرائياً: بأنها مجموع الدرجات التى يحصل عليها الشاب على مقياس الوعى بمقومات السعادة الزوجية إعداد الباحثة.

٢) الإرشاد الزواجى:

هو عملية مساعدة الفرد فى اختيار زوجة والاستعداد للحياة الزوجية والدخول فيها والاستقرار والسعادة وتحقيق التوافق الزواجى وحل ما قد يطرأ من مشكلات زوجية قبل الزواج وأثناءه وبعده. (زهران؛ ٢٠١٢، بورقيبه؛ ٢٠١٠)

الإطار النظرى والدراسات السابقة:

Marital Happiness أولاً: السعادة الزوجية:

السعادة الزوجية هدف أساسى من أهداف الزواج ومحصلة توافر وتفاعل مقومات متعددة تبدأ من قبول كل طرف للآخر وشعوره بالارتياح مع توافقهما فى الدين والطباع، وتعطى فرصاً حقيقية للوصول إلى تحقيق الذات والرضا وراحة البال. (باشا؛ ٢٠١٠)

السعادة الزوجية هي مقدار سعادة الفرد في جملة من الأبعاد المختلفة المتعلقة بالحياة الزوجية كالحب والتفاهم والعلاقة الزوجية والعادات الشخصية للشريك وتحمل المسؤولية والتواصل واتخاذ القرارات وقضاء أوقات الفراغ والعلاقة الجنسية وتربية الأبناء وغيرها (الحري ؛ الحريقى ؛ ٢٠١٣)

ويعرفها (Craig;2012) بأنها العثور على شخص يلتزم بالحياة الزوجية وتبعاتها طوال عمره.

وتعرف بأنها الشعور المستمر بالغبطة والطمأنينة والأريحية والبهجة وهو الشعور السعيد يأتي نتيجة الإحساس الدائم بخيرية الذات ، خيرية الحياة، خيرية المصير . (بسيونى؛ ٢٠١١، ٤٠-٤٣)

وتتكون مقومات السعادة الزوجية من سبعة مقومات أولها:

١- الوعى بمعايير الاختيار:

البشر الأصل فيهم الاختلاف فى المعتقدات والقيم والشخصيات والهوايات ونوع التدين والميول والعادات والطباع والزواج علاقة تقتضى التعايش مع الشريك لمدى الحياة وبالتالي يحتم اختياره من البداية على أساس التقارب فى كل ما سبق حتى يحدث التجاذب والانسجام الذى يعمل على تعايشهما معاً مدى الحياة وأن يكون التغافل والتغافر أساساً ومبدأ لتجاوز الاختلاف كى لا يتبدل الحب إلى تنافر والزواج إلى طلاق.

معايير الاختيار:

الاختيار وفق معيار واحد اختيار خاطئ خاصة إذا كان الانجذاب العاطفى.

(Estrada; 2009)

الاختيار الملائم يقوم على التكافؤ والتوافق التكافؤ فى الطبقة الاجتماعية، المستوى التعليمى والثقافى، التقارب فى المستوى المادى، التدين، التوافق فى العمر والنضج الانفعالى نمط الشخصية، طريقة التفكير، التقارب فى الميول والهوايات ، التوافق فى أسلوب التعامل تقارب المعايير الأخلاقية والأهداف،

التشابه في المستوى الثقافي والاجتماعي والاقتصادي والتعليمي والحالة المزاجية ولديهما المقدرة على تحمل المسؤولية.

(Robert et al, 2011) (Mccarthy; 2012) (أبو أسعد؛ ٨٠، ٢٠١٤-٨٥) ولقد أوضحت دراسة (القيس؛ ٢٠١٥)، ودراسة (Yazdi, Hoseinali; 2013)، ودراسة (الشقران وآخرون؛ ٢٠١٥) أن معايير الاختيار الزواجي هي صمام الأمان للسعادة الزوجية وهي المعيار الديني والنفسي والتكافؤ الاجتماعي والجاذبية الجسدية والعمر والتكافؤ الاقتصادي.

٢) الوعي بطرق التواصل الفعال بين الزوجين :

أن امتلاك الزوجين لمهارات التواصل الفعال يزيد من توافقهما ومفتاح للسعادة الزوجية وتعرف مهارات الاتصال الزواجي بأنها مجموعة المهارات اللفظية وغير اللفظية التي يستخدمها الزوجان في تواصلهما مع بعضهما بقصد الإقناع والتأثير على السلوك ومعالجة الأمور الأسرية وهي الإصغاء الصمت . تعابير الوجه . الإيماءات . القدرة على التعبير عن المشاعر، واستخدام الحواس في المواقف اليومية في التواصل بين الزوجين. (العمارين؛ ٢٠١٤)

وقد أوضحت نتائج دراسة (على؛ ٢٠١٢)، ودراسة (أبو أسعد؛ ٢٠١٤)، ودراسة (الشروقي؛ أحمد، ٢٠١٣) أن تنمية مهارة التواصل تقلل من المشكلات وتزيد من قدرتهما على إدارة الأزمات وأن تنمية مهارة التواصل ضرورة للتأهيل المقبلين على الزواج دراسة (جان؛ ٢٠١٦) .

كما أوضحت دراسة (Sidhu;2009)، ودراسة (حمود؛ ٢٠١٠)، ودراسة (Li & Vivian; 2010)، ودراسة (على؛ ٢٠١٢)، ودراسة (Esere; 2010) أن تنمية مهارات التواصل يزيد من الاستقرار والرضا والتوافق من الزوجين كما يزيد من التواصل العاطفي ويحسن من الصحة النفسية للأزواج مما يزيد من سعادتهما.

٣- الوعي بمتطلبات أداء الدور الاجتماعي للزوجين:

Husband–Wife Roles in family

الزواج شراكة متساوية تحتاج تناغم مع احتياجات الحياة اليومية ولكي نستمتع بمساعدة بعضنا البعض فى أداء واجبات بعضنا البعض فمسئولة الزوجة دعم زوجها فى حياته المهنية ورعاية الأبناء أما الزوج فعليه توفير المال وشراء مستلزمات البيت والمرور على الأبناء لعودتهم للبيت وغيرها من المهام اليومية. (كولمان؛ ٢٠٠٩، ١٠، ٤٣)

وحدث تغيير فى أدوار كل من الرجل والمرأة فى العصر الحالى فأصبح دور المرأة الاقتصادية فى الأسرة أساسى وتحول دور الرجل إلى المشاركة أكثر فى المسئوليات المنزلية كـرعاية الأبناء. (Gold Scheider et al.; 2015) رغم تعدد أدوار المرأة فى الأسرة والعمل إلى أن الزواج السعيد يقوم على تحديد مهام هذه الأدوار حيث تتحمل مسئولية البيت والأولاد وأحداث التوازن بين الدورين والذي يساعد على ذلك سياسات العمل التى تتيح إجازة أمومة ٩٠ يوماً للأمومة. (ماكان؛ ٢٠١٠، ٣٨)

فعدم وعى الزوجين بحقوق وواجبات كل منهما تجاه الآخر أحد العوامل المؤدية إلى الطلاق لأن النتيجة المباشرة لعدم وعيهما عدم تأدية الزوجة لحقوق الزوج والعكس بسبب الجهل بهذه الحقوق. (الغامدى؛ ٢٠١٠)

وتشمل حقوق كل من الزوجين على بعضهما ما يلى:

- ١-الإشباع العاطفى بالتعبير عن مشاعر الود قولاً وفعلاً ورعاية.
- ٢-المساندة المتبادلة والدعم لتحقيق أهداف الأسرة.
- ٣-التخطيط المشترك لموارد الأسرة وكيفية تنميتها لتحقيق أهداف الأسرة فى المستقبل كتعليم دولى للأبناء أو شراء منزل أكبر.
- ٤-ويختص الزوج بمعظم مهمة الإعالة بينما تختص الزوجة بمهمة تدبير شئون المنزل. (ماكان؛ ٢٠١٠، ١٠١)

وهناك حقوق للزوجة على زوجها:

١-أمان غير مشروط ويتأكد داخلها هذا الإحساس إذا كنت متواجد دائماً فى مواقف الاحتياج لسند ودعم ورجولة فى حل المشكلات التى تواجهها حتى فى العمل.

٢- كذلك يتأكد لديها فى الحوار الهادف الذى تبدى فيه تقديرك لأفكارها ومشاعرها وتعبيرك لها عن حبك. (سمولى؛ ٢٠١٠، ١١٧-١٢١)

٣-الحقوق المادية بدأ من المهر وكفايتها من الطعام والملبس والسكن على قدر حال الزوج.

٤-المعاشرة بالمعروف وتعنى المصاحبة والتلطف والتوسع فى النفقة وتطيب القول لها وإدخال السرور عليها، والتغاضى عن عيوب الزوجة من حسن المصاحبة وإحسان الظن ومساعدتها فى أعمال المنزل خاصة فى مواقف المرضى، الحمل، الولادة، الأخذ بيديها لإرساء تعاليم الدين فى البيت، وعدم الإضرار بها لا قولاً ولا فعلاً، والإخلاص لها.

حقوق الزوج على الزوجة:

١-طاعته بالمعروف بمعنى بما فى حدود استطاعتها وحفظه فى ماله وأسراره ونفسها والاهتمام بمعرفة وفعل كل ما يسعده والصبر على عيوبه فذلك من حسن المعاشرة كذلك الإحسان بلطف الكلام والتزين له وحفظ أسراره وحسن استقبال أهله ودعمه فى خطته للترقى فى مهنته أو تطوير عمله ومساعدته فى الإنفاق إذا اقتضى الأمر ذلك. (فتحى؛ ٢٠١٢، ٣١-٤٠)

٤-الوعى بطرق إدارة موارد الأسرة :

تعريف موارد الأسرة Family Resources بأنها جميع إمكانياتها البشرية والغير بشرية المتاحة والتى تستخدمها الأسرة أو تستفيد بها فى إشباع حاجاتها المتعددة وتحقيق أهداف الأسرة. (نوفل؛ ٢٠٠٦، ٢٢)

وتزداد أهمية إدارة هذه الموارد فى العصر الحالى نتيجة تفاقم المشكلات الاقتصادية وكون العامل الاقتصادى من الأسباب الرئيسية للطلاق.

وتساعد إدارة موارد الأسرة على :

- ١- إدارة الأموال بشكل أمثل.
- ٢- الاستعداد للزمات الغير متوقعة كالمرض.
- ٣- ادخار جزء من الدخل لتحقيق أهداف المستقبل.
- ٤- العيش حسب الإمكانيات المادية الواقعية وموازنة ذلك مع الحاجات الفعلية لأفراد الأسرة.

٥- تحديد خطواتك الفعلية لتحقيق أهدافك. (شاويش؛ ٢٠٠٥، ٩-٩٥)

وتنقسم موارد الأسرة إلى إدارة الدخل المالى للأسرة، إدارة الوقت ، إدارة القدرات البشرية ، إدارة أعمال المنزل. (كوجك؛ ٢٠٠٨، ٨٧)

وقد أوضحت نتائج بعض الدراسات أن إدارة موارد الأسرة المتمثلة فى إدارة وقت ربة الأسرة وتخفيف الأعباء المنزلية من خلال الاستعانة بخادمة وارتفاع المستوى الاقتصادى للأزواج يزيد من حاله الرضا والسعادة الزوجية.

(ريحان؛ ٢٠١٠، الكندرى؛ ٢٠١٧)

٥- الوعى بطرق زيادة الانسجام بين الزوجين:

الكثير من الأزواج والزوجات تبدأ حياتهم الزوجية بعاطفة متأججة ثم يتسلسل الفتور تدريجياً لذا على الزوجان أن يحافظا على حبهما وبحرصا على تتميته وتطويره بتجديد أهم مكونين فيه الإعجاب والامتنان فيبدلا ما يجدها به إعجاب كل منهما بالآخر أما الامتنان فهو حب الصحبة الناتج عن امتنان المحب للمحبيب على ما تلقاه منه من خير يلبي رغباته بكل ما يسعده. (بدرى؛ ٢٠٠٧،

(٣٢٨-٣٣١)

أفكار نمو الحب بين الزوجين:

١- الكلمة الطيبة واللفتة الحانية والهدية البسيطة والاهتمام والإنصات والإيثار في المعاملة. (محمود؛ ٢٠٠٩، ٢٣٨)

٢- التجديد في شكل الزوجين في المنزل في نظام الحياة اليومي بنزهة أو رحلة أو الإجازة الزوجية القصيرة ففي البعد تجديد لمشاعر اللهفة. (كارلسون؛ ٢٠٠٢، ٩-٧)

أفضل أسلوب لمعاملة شريك حياتك هو أن تعامله كأقرب صديق أو صديقة وقد أوضحت نتائج بعض الدراسات أن هناك مقومات تساعد على استمرار السعادة بعد الزواج كالثقة والاطمئنان النفسي والتوافق الجنسي. (البلهان؛ ٢٠٠٧)

وقد أوضحت الدراسات أن تدين الزوجين يزيد من سعادتهما الزوجية وأن العلاقة الجيدة بأهل الزوج (داوود؛ ٢٠١٦) تزيد من سعادتهما وأن استخدام الحواس في المواقف اليومية في التواصل يزيد من سعادتهما (العمارين؛ ٢٠١٤) كما ترتبط بوجود الأطفال (الكندري؛ ٢٠١٧) وبالشخصية المنفتحة المستمعة لأفكار شريك الحياة (سعد؛ ٢٠١٧).

٦- الوعي بطرق إدارة الخلافات الزوجية:

بيت بلا مشاكل درب من الخيال والفرق بين كل زوجين في طريقة تعاملهما مع المشكلات التي تقابلهما عبر حياتهما الزوجية أما أن يسعا لحلها بإصرار على استمرار الزواج أو يصعدا المشكلة ليصلا للطلاق وأكثر أسباب المشكلات الزوجية جهل الزوجين بحقوق وواجبات كل طرف أو التقصير في أدائها أو اختلاف حاد في السمات النفسية للزوجين أو جهل كل منهما بطبيعة المرأة والرجل بشكل عام. (السهلي؛ ٢٠٠٩، ٧٨)

طرق إدارة الخلافات الزوجية:

- ١- السعي لحل المشكلة دون تبادل الاتهامات في المتسبب فيها .
- ٢- اقتراح قائمة حلول لها وإتباع طرق التفكير الإيجابي.

- ٣- التركيز على المشكلة الحالية دون استرجاع سابقتها أو التجريح للشريك بكلمات لا تغتفر .
- ٤- استخدام نمط الاتصال الفعال بين الزوجين من (استمع . اعتذر . تعاون . احترم الشريك . تصرف بود) .
- ٥- اتفقا على أن زواجكما أولوية يجب أن يستمر مهما واجه من أزمات ومشكلات وأن أى خلاف لابد أن نتفق على مبدأين لمواجهته:
أ- لن نسمح له بهدم الزواج .
ب- لن نسمح له أن يمتد لفترة زمنية طويلة ولتكن أقصاها ٣ أيام .
(روزين؛ ٢٠٠٨، ١٧٢، ٤١٨، ٤١٩)
- ٦- الاتفاق على طريقة التصرف عند غضب شريك الحياة فمن المفيد للزوجين معرفة كل منهما ماذا يفضل من شريكه عند الغضب هل يتركه حتى يهدأ هل يحب أن يسمع كلمات معينة من الطرف الآخر، أو يتفقا على مبدأ إلا يترك أحدهما المنزل مهما كان سبب الخلاف. (مبييض؛ ٢٠٠٣، ٢٠٨، ٢٠٩)
- أن حدة المشكلة وقوتها ليست العامل الرئيسى الذى يحدد إمكانية الوصول إلى حل من عدمه بل الاستعداد والرغبة لدى الزوجين فى مواجهة موضوع الخلاف وأن علاقتهما أهم وأقوى وأكبر من أى خلاف. (كارلسون، دينكماير؛ ٢٠٠٤، ١٠٣)
- ٧- لابد فى أوقات الخلاف أرتاء مبدأ هام هو تذكر السمات الإيجابية والمزايا فى شخصيه شريك الحياة والأوقات والانجازات التى حققتموها معاً كى يتضاءل حجم الخلاف فى مقابل السعادة والمزايا والانجازات ومبدأ التعاون لحل المشكلة فيه يفوز الطرفان أما السيطرة وفرض الرأى قد تفوز فى المناقشة لكن تخسر من رصيدك لدى شريك حياتك. (كوثرمان؛ ٢٠١٠، ٢٢٤-٢٣٠)
- ٨- التغافل عن الصغائر وإحسان الظن بالشريك وقد أوضحت نتائج بعض الدراسات أن الخلافات الزوجية ترجع إلى تجاهل حاجات الزوجة للاحترام

والإرضاء الجنسى والاهتمام، وأنه كلما ارتفع التوافق بين الزوجين كلما قلت الخلافات الزوجية. (الصغير؛ ٢٠١٤)

وأن الإرشاد سواء باستخدام أساليب تقديم الذات أو الإرشاد الجمعى يقلل من النزاعات الزوجية بعد الزواج. (غريب؛ ٢٠١٧، النادى؛ ٢٠١٠)

٧- الوعى بمتطلبات الدور الاجتماعى للزوجين فى تربية الأبناء:

يقوم الزوجين بدور أساسى فى التنشئة الاجتماعية للأبناء والتي يتم من خلالها نقل ثقافة المجتمع من لغة وقيم وعادات وتقاليد ومعايير وأنماط السلوك الاجتماعى المقبول لدى هذا المجتمع وأولى مهام الوالدين "توفير بيئة أسرية تعين الطفل على النمو السوى وتساعد على إظهار قدراته ومهاراته ومواهبه". (باطه؛ ٢٠١٢، ٩٦)

إلا أن لكل من الرجل والمرأة مسئوليات ومهام فى تربية الأبناء يكمل دور كل منهما الآخر وتمثل مسئولياتهم تجاه أبنائهم فى:

- ١- إعداد الابن لادوار الأبوة والأمومة فى المستقبل بكل فعل يفعله فى حياته اليومية.
 - ٢- الرعاية والحماية وإعداد الطفل ليتصرف برجولة فى مواقف الحياة .
 - ٣- تنمية روح التعاون بين الأخوة وقيام الأب بثلاث أدوار رئيسية الأب الصديق . الأب المنقذ لأحوال أبنائه-الأب القدوة فى كل سلوكياته.
- ولابد لكل من الأب والأم أن يضعوا أمامهم أن مهمتهما فى التربية لن تنجح إلا إذا وضعاً فى اعتبارهما:

- ١- مشاركة الأبناء اهتماماتهم من الصغر .
- ٢- إشباع احتياجاتهم وفهمهم والاستماع إليهم واحتوائهم بحنان .
- ٣- على الوالدين البحث عن الأنشطة المثيرة التى تجمع أولادهم .
- ٤- الأب الصديق والأم الصديقة عليهم مرافقة أبنهم فى كل المواقف منذ الصغر ويسود الحوار بينهم لغة العاطفة.

٥- بناء شخصية الطفل فى جوانبها (العقائدية، العبادية، والخلقية ، والعلمية ، والصحية، والاجتماعية، والوجدانية).

٦- إعداد النشئ لتحديات عصره وتحصين هويته القومية من الغزو الفكرى والثقافى .

٧- إشباع حاجات الطفل النفسية للأمن والحب والتقبل وغيرهم.

٨- تلبية مطالب النمو فى كل مرحلة عمرية منذ الحمل حتى الرشد. (خالد؛

٢٠٠٩، ٥٣-٧٩)

ثانياً: الإرشاد الزواجى :

يعد الإرشاد قبل الزواج بأنه عملية تعلم وتعليم لكل ما يجب أن يعرفه المقدم على الزواج عن الحياة الزوجية بما يكفل له السعادة والاستقرار وتربية الأبناء تربية صالحة فى ظل معتقدات وقيم وتقاليده مجتمعه. (Markman; 2010)

كما يعرف على أنه عملية مساعدة الفرد على اختيار الزوجة والاستعداد للحياة الزوجية بحيث يحقق السعادة والاستقرار وحل ما يطرأ من مشكلات سواء قبل الزواج أو بعده أو أثناءه ويحقق التوافق الزواجى. (بورقيبه؛ ٢٠١٠، ٢٦)

وتعرفه الجمعية الأمريكية للإرشاد الزواجى والأسرى بأنه نوع من أنواع الإرشاد النفسى يهدف إلى مساعدة المقبلين على الزواج للاستعداد للحياة الزوجية قبل الشروع فى إقامتها . (AAMFT; 2011)

أهداف الإرشاد الزواجى قبل الزواج:

١-توعية الشباب قبل الزواج بالعوامل التى تساعد على إنجاحه وتجعله قوياً منيعاً فى مواجهة ما سيواجهه من صعاب ومشكلات بعد الزواج.

٢-مساعدة الشباب على تقوية العلاقة الزوجية من خلال إرشادهم لطرق تعزيزها قبل الزواج وبناء علاقة صحية متماسكة مشبعة للطرفين وتعريفهم بالحقوق والواجبات والأدوار المنوط بهم القيام بها فى الحياة الزوجية وتبصيرهم بأهمية إبداء العواطف والعلاقة مع أسرة الطرف الآخر، العلاقة الجنسية ، والأمور

المالية والتعامل مع غضب الشريك ومهارة إدارة الخلافات والأزمات وكيفية الترويج وتربية الأبناء والتواصل بينهما. (الخرافى؛ ٢٠١٦)

٣- يستعان بإرشاد ما قبل الزواج بهدف وقائى من خلال تنمية الوعى لدى الزوجين بإمدادهم بكم من المعارف حيث يكون لديهم نقص معلوماتى عن العلاقة الزوجية وكيفية اختيار الشريك المناسب. (Larson; 2007)

٤- تدعيم نظام الزواج برفع كفاءة الزوجين فى أداء وظائفهما وزيادة عوامل التوافق بين الأزواج بشكل يجعل الأسرة سعيدة.

٥- تعليم الشباب أصول الحياة الزوجية السعيدة والجمع بين أنسب زوجين بهدف وقائى. (أحمد؛ ٢٠١٦، ٦٧)

وقد أوضحت دراسة (طه؛ ٢٠١٢) أن وعى الشباب بمتطلبات الحياة الزوجية منخفض وأوضحت دراسة كل من (الشمري؛ ٢٠١٣)، (الخرافى؛ ٢٠١٦)، (مرسى والحلبى؛ ٢٠١٦)، (السبيلى؛ ٢٠١٣)، (الجويسر؛ ٢٠١١)، (Mihalec; 2014)، (الروينى؛ ٢٠١٢)، (Miri & Sharifirad; 2013)، (Futris et al; 2011) حاجة الشباب للتأهيل والإرشاد قبل الزواج. كما أوضحت دراسة (الشمري؛ ٢٠١٣) فاعلية الإرشاد الزواجى فى الحد من الخلافات الزوجية وإنجاح العلاقة الزوجية (الخرافى؛ ٢٠١٦). كما أكدت الدراسات السابقة على ضرورة أن يحتوى برنامج تأهيل المقبلين على الزواج على معارف ومهارات متصلة بأهداف الزواج، الحوار الزوجى، حقوق وواجبات الزوجين التعامل مع الغضب، تربية الأبناء وميزانية الأسرة وإدارة المنزل ومهارة تنمية الحب بين الزوجين. (الروينى؛ ٢٠١٢)

أوجه الاختلاف بين هذه الدراسة والدراسات السابقة:

ركزت غالبية الدراسات السابقة على تحديد الحاجات الإرشادية للمقبلين على الزواج أما الدراسة الحالية ستلبي هذا الاحتياج وسيتم تصميم وإعداد البرنامج

الإرشادى فى ضوء الاحتياجات الإرشادية التى أجمعت عليها نتائج الدراسات السابقة كما طبقت فى مجتمعات الخليج والسعودية.

كما تعددت الدراسات السابقة التى تناولت الإرشاد ما قبل الزواج إلا أنها تناولت تقييم هذه البرامج والتى توصلت نتائجها إلى ضرورة توافر برامج إرشاد زواجى للشباب قبل الزواج بما يتوافق مع احتياجات ومتطلبات الحياة الزوجية السعيدة.

هناك بعض الدراسات التى أسفرت نتائجها عن انخفاض وعى المقبلين على الزواج بمتطلبات الحياة الزوجية. (طه؛ ٢٠١٢)، (الخرافى؛ ٢٠١٦)، (السبيلة؛ ٢٠١٣).

كما تناولت بعض الدراسات تحديد محتوى برامج الإرشاد ما قبل الزواج حيث أظهرت النتائج الحاجة لبرامج توعية (أسس الاختيار الزوجى، الحوار بين الزوجين ، إدارة الخلافات، طرق تنمية الحب بين الزوجين، إدارة المنزل ، أنماط الرجال وسمات شخصياتهم ، إدارة الأزمة والمشكلات ، حقوق وواجبات الزوجين.

(الخرافى ؛ ٢٠١٦)، (الشمري؛ ٢٠١٣)، (الجويسر؛ ٢٠١١)، (العساف؛ ٢٠١١)، (طه؛ ٢٠١٢)، (Futris et al ; 2011)، (Miri & Sharifirad; 2013)، (Mihalec; 2014).

والملاحظ من الدراسات السابقة أنه لا توجد دراسة ربطت بين السعادة الزوجية بمقوماتها (معايير الاختيار . التواصل الزوجى . الوعى بمتطلبات الدور الاجتماعى للزوجين، إدارة موارد الأسرة، الوعى بطرق زيادة الانسجام بين الزوجين، الوعى بطرق إدارة الخلافات ، الوعى بمتطلبات الدور الاجتماعى للزوجين فى تربية الأبناء) والإرشاد الوقائى قبل الزواج لعينة غير المتزوجين من الشباب سوى (البلهان؛ ٢٠٠٧) إلا هذه الدراسة ركزت على ثلاث مقومات فقط فى مجملها تركز على العلاقة العاطفية بين الزوجين وهى (الثقة والاطمئنان، التقبل والترابط النفسى، التوافق الجيسى).

فروض الدراسة:

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس البعدى فى مستوى الوعى بمقومات السعادة الزوجية لدى عينة من الشباب الجامعى.
- ٢- توجد فروق دالة دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى فى مستوى الوعى بمقومات السعادة الزوجية لدى عينة من الشباب الجامعى.
- ٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعة الضابطة فى القياسين القبلى والبعدى فى مستوى الوعى بمقومات السعادة الزوجية لدى عينة من الشباب الجامعى.
- ٤- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى فى مستوى الوعى بمقومات السعادة الزوجية لدى عينة من الشباب الجامعى.

خطة الدراسة وإجراءاتها:

أولاً: **منهج الدراسة:** المنهج شبه التجريبي التصميم الثنائى المكون من مجموعتين ضابطة وتجريبية.

ثانياً: **عينة الدراسة:** تم تطبيق المقياس على (١٠٠) طالب وطالبة تم اختيارهم من عينة عشوائية من طلاب الفرقة الأولى بالمعهد العالى للخدمة الاجتماعية بكفرالشيخ وتكونت عينة الدراسة من (٣٠) طالب وطالبة وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين كل منهم (١٥) وتم اختيارهم على أساس حصولهما على أقل الدرجات على مقياس الوعى بمقومات السعادة الزوجية بأبعادها أقل من (٢١٠) درجة كلية.

جدول (١): الفروق بين متوسطى درجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى الوعى بمقومات السعادة الزوجية

المجموعة	عدد أفراد العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
التجريبية	١٥	٢٠٨.٤٠	٧.٦٩	٨	٠.٩٧٥	غير دال
الضابطة	١٥	٢٠٥.٥٣	٨.٤٠			

ثالثاً: أدوات الدراسة:

أ) مقياس الوعي بمقومات السعادة الزوجية (إعداد الباحثة).

بعد إطلاع الباحثة على العديد من الدراسات المتصلة بالسعادة والسعادة الزوجية والرضا الزوجي والتوافق الزوجي وجد أن من الضروري إعداد مقياس الوعي بمقومات السعادة الزوجية يطبق على الشباب غير المتزوجين حيث وجدت الباحثة أن معظم المقاييس وذلك في حدود علمها صممت لعينات من المتزوجين أو تم قياس السعادة وليس الوعي بمقومات السعادة الزوجية مقياس (البلهان والناصر؛ ٢٠٠٧).

يهدف المقياس إلى التعرف على مدى معرفة العينة بالمعارف والمهارات المتصلة بأبعاد المقياس السبعة (معايير الاختيار الزوجي . طرق التواصل الفعال . حقوق وواجبات الدور الاجتماعي لكل من الزوجين . الطرق الفعالة لإدارة موارد الأسرة . طرق زيادة الود والانسجام بين الزوجين . طرق إدارة الخلافات . دور كل من الزوجين في تربية الأبناء).

يتكون المقياس من (٧٠) عبارة مقسمة على (٧) أبعاد يتكون كل بعد من (١٠) عبارة وبلغ معامل ثبات المقياس بطريقة الفاكرونباخ (٠.٨٩) أما عن صدق المقياس فبلغت نسبته (٠.٩٠) وجاء معاملات الارتباط مرتفعة ودالة عند مستوى (٠.٠٠١).

تطبيق المقياس وتصحيحه: تم تطبيقه على عينة من الشباب ويتم الإجابة على بنود المقياس في خمس مستويات (موافق تماماً . موافق . محايد . غير موافق . غير موافق مطلقاً).

ب) برنامج الإرشاد الزوجي: (إعداد الباحثة).

وهو مجموعة من الجلسات القائمة على الإرشاد الزواجى بفتياته وأساليبه المختلفة بهدف تنمية الوعى بمقومات السعادة الزوجية لدى عينة من الشباب الجامعى .

١-الفئة المستهدفة من البرنامج :

صم هذا البرنامج ليطبق على عينة من الشباب الجامعى.

٢-أهداف البرنامج:

أ-الهدف العام هو تنمية الوعى بمقومات السعادة الزوجية.

ب-الأهداف الخاصة وتشتمل على :

-**هدف إنمائى:** يتمثل فى العمل على تنمية الوعى بمقومات السعادة الزوجية لدى عينة من الشباب الجامعى.

-**هدف وقائى:** يتمثل فى إكساب أفراد العينة المعارف والمهارات التى تساعدهم على إدارة حياتهم الزوجية بسعادة وتزيد من قدرتهم فى التعامل الفعال مع كل مهامهم ومسئولياتهم فى المستقبل كزوجين.

-**هدف إجرائى:** وقد تم تحقيق الأهداف الرئيسية للبرنامج من خلال الأهداف الإجرائية الآتية:

*أن يعرف أفراد العينة ماهية السعادة الزوجية ومقوماتها والإرشاد الزواجى وأساليبه.

*أن يدرك أفراد العينة أن السعادة الزوجية لا تقوم على مشاعر الحب فقط وإنما تحتاج مقومات ودعائم تجعلها صلبة فى مواجهة المشكلات فيستمر الزواج بنجاح .

*أن يعرف أفراد العينة المعارف المتصلة بالمقومات السبعة التى تقوم عليها وتستمر بها السعادة الزوجية.

*تنمية قدرة الأعضاء على مواجهة الواقع الغير حالم الغير مستمر الرومانسية فيزيد ذلك من قدرتهم على تفهم ورؤية الحياة الزوجية بشكل أفضل.

*تنمية بعض المهارات الاجتماعية المتصلة بالتعامل مع الشريك وأهله وإدارة الموارد المالية والاستفادة من أوقات الفراغ والاستمرار بسعادة فى الزواج مدى الحياة.

٣- أهمية البرنامج:

أ- يتناول فئة عمرية هامة لأى مجتمع وهم فئة الشباب قوة أى مجتمع التى يعول عليها تقدمه.

ب- قد يساهم هذا البرنامج فى إثراء المكتبة السيكولوجية بنوع من البرامج نحن فى أمس الحاجة إليه وذلك فى حدود علم الباحثة.

٤- أسس بناء البرنامج:

- التخطيط الجيد يمكن الفرد من التحكم فى حياته.

- يعود جانب كبير من معاناة الفرد إلى الإدراك الغير واقعى أو عدم المعرفة أو عدم امتلاك المقدرة على أداء مهام الحياة الزوجية.

- يكتسب الفرد أنماطاً من السلوكيات المقبولة من خلال تفاعله مع الآخرين والبرنامج فرص لتعديل الأفكار والسلوكيات المتصلة بالحياة الزوجية التى من شأنها إنجاح زواجه فى المستقبل.

٥- مصادر بناء البرنامج:

١- أسس البرنامج استنداً إلى العلاج الإرشاد الزواجى بالإضافة للنتائج العديد من الدراسات التى أجريت لمعرفة أثر إرشاد ما قبل الزواج وللتعرف على المحتوى التدريبى لدورات تأهيل المقبلين على الزواج مثل دراسة (الغامدى؛ ٢٠١٠)، (الشمري؛ ٢٠١٣)، (الخرافى؛ ٢٠١٦)، (السيبيلة؛ ٢٠١٣)، (الجوسير؛ ٢٠١١)، (Mihalec; 2014)، (Miri&Sharifred; 2013)، (Fatris et al; 2011) .

٢- تحليل محتوى البرامج الإرشادية التى استخدمت الإرشاد الزواجى والاستفادة منها فى تحديد مقومات السعادة الزوجية وفى عمل جلسات البرنامج الإرشادى مع الأخذ فى الاعتبار ملائمة محتواه للهدف العام وهو تنمية الوعى بمقومات السعادة الزوجية.

٦- خطوات إعداد وتنفيذ البرنامج:

محتوى البرنامج:

يحتوى البرنامج على مجموعة من الجلسات الإرشادية تهدف إلى تنمية الوعى بمقومات السعادة الزوجية لدى عينة من الشباب الجامعى وهذا من خلال إكسابهم مجموعة من المعارف المتصلة بالمقومات السبعة من خلال لعب الدور والواجبات المنزلية والفنيات الأخرى وبعض المهارات فى حسن الاختيار للشريك ومهارة التواصل الإيجابى معه اللفظى والغير لفظى وتحديد متطلبات ومسئوليات دور الزوج والزوجة ومهارة إدارة موارد الأسرة وتحديد مسئوليات وواجبات كل منهم فى تربية الأبناء وإكسابهم المهارة فى إدارة الخلافات والمهارة فى زيادة الود والانسجام بين الزوجين عبر مراحل الزواج الطويلة.

الفنيات والأساليب المستخدمة فى البرنامج:

١- المحاضرة:

تعتمد المحاضرة على تقديم معلومات بطريقة منظمة لأفراد المجموعة وهى من الأساليب الإرشادية الجماعية التعليمية حيث تعتمد على التعليم وما يليها من مناقشة جماعية تهدف إلى تبصير وتعديل الاتجاهات المتصلة بمقومات السعادة الزوجية كما يدركها أفراد العينة.

٢- المناقشة والحوار :

وهى فنية تبادل الرأى حول موضوع المحاضرة بين الباحثة وأفراد العينة وبعضهم البعض من ناحية أخرى مما يتيح فرصة لحرية التعبير عن أفكارهم وقناعاتهم فيما يخص الحياة الزوجية ومتطلبات العيش بسعادة وبالتالي إكساب المعارف والمهارات المطلوبة.

٣- لعب الدور:

"فنية توفر فرصة للتعلم والتدريب على مواقف وكيفية التصرف فيها بطريقة جيدة فى المستقبل". (باطه ؛ ٢٠١٣ ، ١٥٥)

٤-الواجبات المنزلية:

تطلبها الباحثة من أفراد العينة لتطبيق ما تعلموه واكتسبوه فى جلسات البرنامج فى أوقات خارج البرنامج بحيث تصبح جزء من سلوكياتهم فى المستقبل مثل إعداد ميزانية الأسرة أو طرق ترشيد استهلاك الكهرباء المياه أو تدوير الملابس والطعام وهكذا.

٥-أسلوب الوصف ذهنى :

ويستخدم فى البرنامج فى بداية كل جلسة بطرح سؤال على العينة والاستماع لاستجاباتهم للتعرف على كم المعرفة ونوعها بشأن موضوع الجلسة أو إثارة وجذب انتباههم نحو الموضوع الذى سيتم تناوله فى المحاضرة.

٦-أسلوب حل المشكلات:

تم استخدامه لتعليم الأعضاء طرقاً جديدة للتغلب على الخلافات الزوجية مثلاً والعوز المادى وإدراك أن هناك بدائل متاحة أمام الفرد لتحقيق أهدافه وعليه أن يختار البديل المناسب من بينها فى ضوء مفاهيم الواقع والمسئولية والصواب.

٧-التغذية المرتدة:

تم استخدام هذا الأسلوب فى البرنامج من أجل تصحيح الأداء وتوجيه الانتباه نحو جوانب القصور ليتم تعديلها وكذلك نحو جوانب القوة ليتم تدعيمها سواء فيما يتعلق بأداء الواجبات المنزلية أو فيما يتعلق بالمهارات الاجتماعية التى يتم التدريب عليها أو المهام والأنشطة المطلوب من الأعضاء القيام بها أثناء الجلسات.

الأدوات والوسائل المستخدمة فى البرنامج:

استعانة الباحثة بعض الفيديوهات المتصلة بمواقف من الحياة الزوجية على النت وعرضها على جهاز كمبيوتر وبعض البطاقات الورقية سبورة بيضاء وأقلام ملونة، نماذج لتقييم الجلسة بعض القصص .

مدة البرنامج:

يتكون البرنامج من (٢٤) جلسة سوف يتم تطبيقها بواقع (٣) جلسات أسبوعياً ويتراوح زمن الجلسة من ٦٠-٩٠ دقيقة حسب موضوعها وأهدافها وظروف العينة ويتم التطبيق بطريقة جماعية .

مكان تطبيق البرنامج:

مدرجات المعهد العالى للخدمة الاجتماعية بكفرالشيخ.

تقويم البرنامج:

يتضمن البرنامج تقييم كل جلسة فور الانتهاء منها حتى يمكن الانتقال بسهولة ويسر إلى الجلسة التى تليها وفى نهاية البرنامج تقييمه ككل من خلال القياس البعدى لمقياس الوعى بمقومات السعادة الزوجية على أفراد العينة التجريبية وللتأكد من استمرار أثر البرنامج بعد انتهاء تطبيقه ثم إجراء الاختبار التتبعى للوعى بمقومات السعادة الزوجية.

وقائع البرنامج:

اشتمل البرنامج على ثلاث مراحل الأولى بهدف تهيئة أفراد المجموعة التجريبية للبرنامج والمرحلة الثانية وهى مرحلة التدريب على مجموعة الأنشطة والمحاضرات باستخدام أساليب الإرشاد الزواجى بهدف تنمية الوعى بمقومات السعادة الزوجية بأبعادها السبعة وكانت (٢٠) جلسة أما المرحلة الأخيرة فكانت للتقييم النهائى والتأكد من استمرار أثر البرنامج فى القياس التتبعى بعد فترة توقف البرنامج لمدة شهرين .

جلسات البرنامج:

جدول (٢): وصف لجلسات البرنامج الإرشادي والأهداف الإجرائية الخاصة بكل جلسة والفنيات المستخدمة

م	موضوع الجلسة	الفنيات المستخدمة	الأهداف الإجرائية للجلسة
١	التمهيد والتعارف	الحوار والمناقشة المحاضرة	١-التعارف مع أفراد المجموعة وتحديد حجم العينة. ٢-توضيح هدف البرنامج. ٣-الاتفاق على مواعيد الجلسات بما يناسب المجموعة. ٤-التطبيق القبلي لمقياس الوعى بمقومات السعادة الزوجية.
٢	متى تكون سعيداً؟	المحاضرة والمناقشة والوصف الذهني الواجب المنزلي	١-تعريف المجموعة التجريبية معنى السعادة، السعادة الزوجية، أبواب السعادة المؤقتة والدائمة معنى الإرشاد الزواجي. ٢-استمارة تقييم الجلسة والواجب المنزلي.
٣	لماذا نتزوج	المحاضرة والمناقشة والوصف الذهني التغذية المرتدة الواجب المنزلي	١-تعريف المجموعة التجريبية بتوقعات ما قبل الزواج، أهداف الزواج، علاقة الزواج بالسعادة، فوائد الزواج للطرفين. ٢-استمارة تقييم الجلسة والواجب المنزلي.
٤،٥	من أتزوج؟	المحاضرة والمناقشة والوصف الذهني لعب الدور الواجب المنزلي	١-تعريف المجموعة التجريبية الفروق بين الجنسين كذلك الفروق في الحب والنظرة للحياة والزواج ٢-تعريف المجموعة التجريبية بالشخصيات المفضلة في الزواج من الرجال والنساء. ٣-الأنماط من الشخصية التي لا تقترب منها لأن الزواج بها بداية محن وأزمات لا تنتهي. ٤-استمارة تقييم الجلسة والواجب المنزلي.
٦	ما هو الحب؟	المحاضرة والمناقشة والوصف الذهني الواجب المنزلي التغذية المرتدة	١-تعريف المجموعة التجريبية معنى الحب الحقيقي شروطه، لغاته، مكوناته، أنواعه. ٢-استمارة تقييم الجلسة والواجب المنزلي.
٧	معايير الاختيار الزواجي	المحاضرة والمناقشة والوصف الذهني التغذية المرتدة الواجب المنزلي	١-تعريف المجموعة التجريبية التكافؤ في ماذا والتوافق في ماذا واستمارة الزواج. ٢-استمارة تقييم الجلسة والواجب المنزلي.
٨	إدارة الخطوبة	المحاضرة والمناقشة والوصف الذهني التغذية المرتدة الواجب المنزلي	١-تعريف المجموعة التجريبية بطرق جعل الخطوبة دراسة جدوى للطريق لإتمام الزواج أو إنهاء العلاقة. ٢-استمارة تقييم الجلسة والواجب المنزلي.

م	موضوع الجلسة	الفنيات المستخدمة	الأهداف الإجرائية للجلسة
٩،١٠	طرق التواصل الفعال	المحاضرة والمناقشة والوصف الذهنى التغذيةى المرتدة الواجب المنزلى ولعب الدور	١-تعريف المجموعة التجريبية بطرق معنى التواصل الفعال طرق التواصل السلبي والإيجابي من خلال عرض مواقف فيديو تمثيلية ومناقشة التواصل فيها. ٢-استمارة تقييم الجلسة والواجب المنزلى.
١١	يا رجال العالم انتبهوا	المحاضرة والمناقشة والوصف الذهنى التغذيةى المرتدة الواجب المنزلى ولعب الدور	١-مسئوليات وحقوق وواجبات أداء الدور للزوجين وأثرها على السعادة. ٢-استمارة تقييم الجلسة والواجب المنزلى.
١٢- ١٦	إدارة موارد الأسرة	المحاضرة والمناقشة والوصف الذهنى التغذيةى المرتدة الواجب المنزلى وأساليب حل المشكلات	١-تعريف المجموعة التجريبية طرق إعداد ميزانية الأسرة وطرق ترشيد لاستهلاك وطرق إدارة الوقت وطرق تدوير الملابس والطعام . مواصفات الغذاء المتكامل وإدارة المنزل. ٢-استمارة تقييم الجلسة فى نهايتها والواجب المنزلى.
١٧	طرق زيادة الود والانسجام بين الزوجين	المحاضرة والمناقشة والوصف الذهنى التغذيةى المرتدة الواجب المنزلى وأساليب حل المشكلات	١-تعريف المجموعة التجريبية أفعال تزيد الجاذبية بين الزوجين وطرق لعلاج الملل الزواجى والبعد عن ما ينفر كل طرف من الآخر. ٢-استمارة تقييم الجلسة والواجب المنزلى.
١٨- ٢١	طرق إدارة الخلافات الزوجية	المحاضرة والمناقشة والوصف الذهنى التغذيةى المرتدة الواجب المنزلى وأساليب حل المشكلات	١-تعريف المجموعة التجريبية طرق تجنب المشكلات الزوجية وفن التغافل متى يستخدم؟ وأسباب الخلافات وأنواعها وطرق التعامل مع غضب الشريك ومهارة التعامل مع إساءة شريك الحياة وتعريفهم بصفات تنهى علاقتك بشريك الحياة. ٢-استمارة تقييم الجلسة والواجب المنزلى.
٢٢، ٢٣،	دور الزوجين فى تربية الأبناء	المحاضرة والمناقشة والوصف الذهنى التغذيةى المرتدة الواجب المنزلى ولعب الدور	١-تعريف المجموعة التجريبية بمطالب النمو فى كل مرحلة وطرق تشكيل الشخصية المتكاملة المتوازنة من خلال التربية العقائدية والعقلية والجسمية والاجتماعية والانفعالية.
٢٤	تقييم البرنامج	القياس التتبعي	١-التطبيق البعدى لمقياس الوعى بمقومات السعادة الزوجية. ٢-الإشارة إلى القياس التتبعي.

رابعاً: خطوات الدراسة:

- ١- تصميم مقياس الوعى بمقومات السعادة الزوجية وإجراء اختبارى الصدق والثبات.
- ٢- تطبيق المقياس على أفراد العينة واختيار أفراد العينة وتقسيمهم لمجموعتين تجريبية وضابطة .
- ٣- إعداد البرنامج الإرشادى.
- ٤- إجراء القياس القبلى للمجموعتين التجريبية والضابط.
- ٥- تطبيق البرنامج الإرشادى.
- ٦- إجراء القياس البعدى على أفراد المجموعة التجريبية.
- ٧- إجراء القياس التتبعى لأفراد المجموعة التجريبية.
- ٨- إجراء الإحصاء واستخلاص النتائج وتفسيرها وصياغة التوصيات.

مناقشة النتائج وتفسيرها:

١- اختبار صحة الفرض الأول ونتائجه:

ينص الفرض الأول على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس البعدى فى مستوى الوعى بمقومات السعادة الزوجية لدى عينة من الشباب الجامعى".

جدول (٣): قيمة (ت) ودلالاتها للفروق بين درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس البعدى للوعى بمقومات السعادة الزوجية

الدلالة	ت	المجموعة الضابطة بعدي			المجموعة التجريبية بعدي		متغيرات الدراسة
		ت المحسوبة	ع	م	ع	م	
دالة	١٠٠١	١٠.٤٩٣	٤.٠٣	٣٠.٢٧	٢.٩١	٤٣.٧٣	الوعى بأهداف ومعايير الزواج
		٦.٧٨٤	٣.٨٠	٣٠.٠٠	٦.٧٣	٤٣.٥٣	الوعى بطرق التواصل الفعال
		١١.٨٨٨	٢.٨٦	٣٠.٢٠	٣.٩٩	٤٥.٢٧	الوعى بحقوق وواجبات دور الزوجية
		٩.٠١٠	٣.٢١	٣٠.٠٠	٤.٨٥	٤٣.٥٣	الوعى بطرق إدارة موارد

الأسرة							
		٨.٨٤٦	٢.٦٦	٢٨.٩٣	٦.٠١	٤٣.٩٣	الوعي بطرق زيادة الانسجام من الزوجين
		٩.١٠١	٣.٦٤	٢٩.٦٠	٥.٤٨	٤٥.٠٧	الوعي بطرق إدارة الخلافات الزوجية
		١٣.٤٦٧	٣.٥٤	٢٩.٤٠	٣.٩٣	٤٧.٨٠	الوعي بدور الزوجين فى تربية الأبناء
		١٢.٥٥٨	٧.٦٩	٢٠٨.٤٠	٢٧.٩١	٣٠٢.٢٧	الدرجة الكلية

يتضح من نتائج الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس البعدى للوعي بمقومات السعادة الزوجية لصالح المجموعة التجريبية وذلك عند مستوى (٠.٠٥).

٢- اختبار صحة الفرض الثانى ونتائجه:

ينص الفرض الثانى على "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى فى الوعي بمقومات السعادة الزوجية لدى عينة من الشباب الجامعى".

جدول (٤): قيمة (ت) ودلالاتها للفروق بين درجات أفراد المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى فى الوعي بمقومات السعادة الزوجية

الدلالة	ت	المجموعة التجريبية بعدى			المجموعة التجريبية قبلى		متغيرات الدراسة
		ت المحسوبة	ع	م	ع	م	
دالة	١.٧٦٦	١٠.٤١٥	٢.٩١	٤٣.٧٣	٤.٠٢	٣٠.٢٠	الوعي بأهداف ومعايير الزواج
		٦.٩٨	٦.٧٣	٤٣.٥٣	٣.٨٠	٣٠.٠	الوعي بطرق التواصل الفعال
		١٠.٢٣٧	٣.٩٩	٤٥.٢٧	٢.٨٦	٣٠.٢٠	الوعي بحقوق وواجبات دور الزوجية
		٩.٠١	٤.٨٥	٤٣.٥٣	٣.٢١	٣٠.٠	الوعي بطرق إدارة موارد الأسرة
		٧.٤١٢	٦.٠١	٤٣.٩٣	٢.٦٦	٢٨.٩٣	الوعي بطرق زيادة الانسجام من الزوجين
		٨.٠٢٧	٥.٤٨	٤٥.٠٧	٣.٦٤	٢٩.٦٠	الوعي بطرق إدارة الخلافات الزوجية

		١١.١٢٧	٣.٩٣	٤٧.٨٠	٣.٥٤	٢٩.٤٠	الوعي بدور الزوجين فى تربية الأبناء
		١١.٥٢٤	٢٧.٩١	٣٠.٢٧	٧.٦٩	٢٠٨.٤٠	الدرجة الكلية

يتضح من نتائج الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات أفراد المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى للوعى بمقومات السعادة الزوجية لصالح القياس البعدى وذلك عند مستوى (٠.٠٥).

٣- اختبار صحة الفرض الثالث ونتائجه:

ينص الفرض الثالث على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعة الضابطة فى القياسين القبلى والبعدى فى الوعى بمقومات السعادة الزوجية لدى عينة من الشباب الجامعى".

جدول (٥): قيمة (ت) ودالاتها للفروق بين درجات أفراد المجموعة الضابطة فى القياسين القبلى والبعدى فى الوعى بمقومات السعادة الزوجية

الدالة	ت	المجموعة الضابطة بعدى			المجموعة الضابطة قبلى		متغيرات الدراسة
		ت المحسوبة	ع	م	ع	م	
غير دالة	١.٧٦١	٠.١٩٥	٤.٠٣	٣٠.٢٧	٣.٨٤	٣٠.٠	الوعى بأهداف ومعايير الزواج
		٠.٧٤٥	٣.٨٠	٣٠.٠	٤.٥٨	٢٩.٠	الوعى بطرق التواصل الفعال
		٠.٦٠٩	٢.٨٦	٣٠.٢٠	٢.٧٢	٢٩.٥٣	الوعى بحقوق وواجبات دور الزوجية
		٠.٣١٣	٣.٢١	٣٠.٠	٣.٤٠	٢٩.٦٠	الوعى بطرق إدارة موارد الأسرة
		٠.٦٧٦	٢.٦٦	٢٨.٩٣	٢.٩٩	٢٨.٧٣	الوعى بطرق زيادة الانسجام من الزوجين
		٠.٥٦٤	٣.٦٤	٢٩.٦٠	٣.٥٨	٢٩.٧٣	الوعى بطرق إدارة الخلافات الزوجية
		٠.٥٤٤	٣.٥٤	٢٩.٤٠	٣.٠٠٤	٢٩.٢٠	الوعى بدور الزوجين فى تربية الأبناء
		١.١٦٣	٧.٦٩	٢٠٨.٤٠	٨.٤٠	٢٠٥.٥٣	الدرجة الكلية

يتضح من نتائج الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات أفراد المجموعة الضابطة فى القياسين القبلى والبعدى فى الوعى بمقومات السعادة الزوجية.

٤- اختبار صحة الفرض الرابع ونتائجه:

ينص الفرض الرابع على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات المجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى فى الوعى بمقومات السعادة الزوجية لدى عينة من الشباب الجامعى".

جدول (٦): قيمة (ت) ودلالاتها للفروق بين درجات أفراد المجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى فى الوعى بمقومات السعادة الزوجية

الدلالة	ت	المجموعة التجريبية تتبعى			المجموعة التجريبية بعدى		متغيرات الدراسة
		ت المحسوبة	ع	م	ع	م	
غير دالة	١.٧ ٦١	١.٠٦٨	٤.١٢	٤٣.٠	٢.٩١	٤٣.٧٣	الوعى بأهداف ومعايير الزواج
		٠.٤٨٧	٦.٠٣	٤٣.١٣	٦.٧٣	٤٣.٥٣	الوعى بطرق التواصل الفعال
		٠.٥٩٣	٢.٧٩	٤٤.٧٣	٣.٩٩	٤٥.٢٧	الوعى بحقوق وواجبات دور الزوجية
		٠.٩٩٦	٤.١٧	٤٢.٤٧	٤.٨٥	٤٣.٥٣	الوعى بطرق إدارة موارد الأسرة
		٠.٤٣٩	٤.٢٢	٤٣.٦٠	٦.٠١	٤٣.٩٣	الوعى بطرق زيادة الانسجام من الزوجين
		٠.٢٢٤	٣.٩٧	٤٤.٨٠	٥.٤٨	٤٥.٠٧	الوعى بطرق إدارة الخلافات الزوجية
		٠.٨٤٥	٣.٧٧	٤٧.٥٣	٣.٩٣	٤٧.٨٠	الوعى بدور الزوجين فى تربية الأبناء
		١.٤٠٦	١٨.٤٥	٣٠٨.٨٧	٢٧.٩١	٣٠٢.٢٧	الدرجة الكلية

ينتضح من نتائج الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات أفراد المجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى فى الوعى بمقومات السعادة الزوجية.

تفسير النتائج :

أشارت نتائج الدراسة إلى تحقق فروضها مما يؤكد فعالية البرنامج الإرشادي الزواجى فى تنمية بمقومات السعادة الزوجية بأبعادها لدى عينة المجموعة التجريبية ويرجع هذا إلى استخدام فنيات متعددة كلعب الدور والمحاضرة والمناقشة والوصف ذهنى والواجبات المنزلية والاستعانة بفيديوهات ومناقشة سلوك الزوجين فيها مما يشكل بصيره ويزيد الوعى بالسلوك الصحيح وطريقة التواصل اللفظى وغير اللفظى الصحيحة بين الزوجين .

-وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج بعض الدراسات السابقة فى تلبية الحاجات الإرشادية للشباب المقبلين على الزواج (الشمري؛ ٢٠١٣)، (الخرافى؛ ٢٠١٦)، (السبيبة؛ ٢٠١٣)، (مرسى والحلبى؛ ٢٠١٦) ، (Mihalee; 2014)، (Miri & Sharifirad; 2013)، (Futris et al; 2011).

التوصيات:

- ١- إلزام الشباب باستخراج تصريح زواج بعد اجتيازه دورة تأهيلية للزواج لإكسابهم المعارف والمهارات المتصلة بأسس الحياة الزوجية .
- ٢- إعداد منهج للتربية الأسرية يدرس فى مراحل التعليم بدءاً من رياض الأطفال حتى الجامعة لعلاج القصور فى أداء كل من الأولاد والبنات فى الحياة الزوجية والأسرية وتعديل المفاهيم الخاطئة المتصلة بالحياة الزوجية التى تؤثر سلباً على الأسرة فى المستقبل.

بحوث مقترحة:

- ١- إعداد برنامج إرشادى قائم على السيكدوراما لتوعية الأطفال بمسئوليات أدوار كل من الزوجين فى المستقبل.
- ٢- إعداد برنامج معرفى سلوكى لتصحيح المفاهيم الخاطئة المتصلة بمقومات السعادة الزوجية.

قائمة المراجع

أولاً المراجع العربية:

١. أبو أسعد؛ أحمد عبدالطيف . الإرشاد الزواجى والأسرى ، ط٢، فلسطين ، دار الشروق . (٢٠١٤).
 ٢. أبو أسعد؛ أحمد عبدالطيف . (٢٠١٤).
 ٣. أبو أسعد؛ أحمد عبدالطيف . (٢٠١٥).
 ٤. أبو غزالة؛ سميرة . (٢٠٠٨).
 ٥. أحمد ؛ رندا محمد سيد . (٢٠١٦).
 ٦. باشا؛ شيماء عزت مصطفى . (٢٠١٠).
 ٧. ياظه؛ أمال عبدالسميع . (٢٠١٣).
 ٨. ياظه؛ أمال عبدالسميع . (٢٠١٢).
 ٩. بدرى؛ محمد محمد . (٢٠٠٧).
 ١٠. بسيونى؛ هبه الله أحمد . (٢٠١١).
 ١١. بلميهوب؛ كلثوم . (٢٠١٠).
- العصرية للنشر .

دمشق، ١٤ (١)، ٣٩-٦٢.

٢٢. روزين؛ د، مارجرى الأسرار السبعة للزواج السعيد، جرير، السعودية. (٢٠٠٨).
٢٣. الروينى؛ شيماء إسماعيل . فاعلية برنامج ارشادى لتنمية الوعى بمتطلبات الحياة الأسرية للشباب المقبل على الزواج، ماجستير، تربية نوعية، جامعة بنها. (٢٠١٢).
٢٤. رياض؛ سعد النصائح الذهبية فى السعادة الزوجية ، القاهرة، إبداع. (٢٠١٠).
٢٥. ریحان؛ الحسينى رجب بلال إدارة وقت ربه الأسرة وأثره على توافقهما الزوجى ، دراسة ميدانية على العاملات بجامعة المنصورة ، كلية تربية نوعية ، جامعة المنصورة، المؤتمر الدولى الثانى ، ٤ (٥)، ٢٠٠٢-٢٠٨٦.
٢٦. زهران؛ الإرشاد الزوجى، ١٦ ديسمبر حامد. (٢٠١٢).
- Psycho.Sudanforums.net.
٢٧. السبيلى؛ مشارى بن مدى فاعلية البرامج الإرشادية فى مجال العلاقات الزوجية ، دراسة استطلاعية لأراء الشباب المقبلين على الزواج والمستفيدين من البرنامج الإرشادى فى مشروع ابن باز الخيرى لمساعدة الشباب على الزواج بالرياض ، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، ١٥٦ (٢)، ١١١-١٤٢.
٢٨. سعد؛ إبراهيم محمد . الدوجمانية وعلاقتها بالتوافق الزوجى والسعادة لدى عينة من المتزوجين، كلية التربية، جامعة القاهرة، ٢٥ (٤)، ١٤٠-١٧٤.
٢٩. سعيد؛ صباح أنا وزوجى ، المنصورة ، أم القرى. (٢٠٠٩).
٣٠. سمولى؛ جريج وسمولى؛ ديبورا. كيف تستعيد زوجتك فيل فوات الأوان، جرير ، السعودية. (٢٠١٠).
٣١. السهلى؛ أحمد بن موسى. الطريق إلى السعادة الزوجية، دار الطرفين، الطائف. (٢٠٠٩).
٣٢. الشافعى؛ ناصر أسعد زوجة فى العالم ، القاهرة، اقرأ. (٢٠٠٧).
٣٣. شاويش؛ مصطفى نجيب . إدارة الموارد البشرية ، إدارة الأفراد، دار الشروق ، القاهرة. (٢٠٠٥).

٣٤. الشروقى ؛ أسماء عبدالله وأحمد؛ سليمان على .
فاعلية برنامج إرشادى فردى لتنمية مهارة التواصل بين الزوجين وفق نظرية الاختيار بمدينة الدار البيضاء بالمملكة المغربية، ماجستير ،معهد دراسات الأسرة،جامعة أم درمان الإسلامية.
(٢٠١٣).
٣٥. الشقران ؛ حنان إبراهيم المومنى؛ رامى طشطوشى ومصطفى؛ منار. (٢٠١٥).
معايير اختيار شريك الحياة كما يراها طلبة جامعة اليرموك، ماجستير، جامعة اليرموك.
٣٦. الشمري ؛ حاتم حمد
فاعلية الدورات التدريبية لتأهيل المقبلين على الزواج فى الحد من الخلافات الزوجية، ماجستير ، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض
(٢٠١٣).
٣٧. صحاف؛ خلود بنت محمد.
التوافق الزواجى وعلاقته بالاستقرار الأسرى لدى عينة من المتزوجين بمدينة مكة المكرمة، ماجستير، كلية التربية، جامعة أم القرى.
(٢٠١٥).
٣٨. الصغير؛ كواجه محمد .
تمثلات التوافق الزواجى وعلاقته بأساليب المعاملة الزوجية والخلافات دراسية ميدانية بين النساء العاملات وغير العاملات بالمجال العمرانى لولاية الأغواط، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدى مرياح، (١٦) ، ٣٤٥-٣٧١.
٣٩. طه ؛ سلوى محمد زغلول .
وعى الشباب بمتطلبات الحياة الزوجية وعلاقته ببعض المتغيرات الديمغرافية ، مجلة كلية الآداب بجامعة الزقازيق .
(٢٠١٢).
٤٠. العاسمى؛ رياض نايل .
المبادئ العامة فى تخطيط وإدارة برامج الإرشاد النفسى، دمشق، دار العرب.
(٢٠١٢).
٤١. عثمان ؛ أحمد عبدالرحمن .
المساندة الاجتماعية من الأزواج وعلاقتها بالسعادة والتوافق مع الحياة الاجتماعية لدى طالبات الجامعة المتزوجات ، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، (٣٧) ، ١٤٣-١٩٥.
٤٢. العساف؛ عهد بنت عبدالعزيز. (٢٠١١).
دراسة تقييمية لفعالية البرامج الإرشادية للمقبلين على الزواج بمشروع بن باز الخيرى لمساعدة الشباب على الزواج. رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة الملك سعود.
٤٣. على ؛ عيبر كمال البربرى
أثر برنامج إرشادى معرفى فى تحسين أساليب التواصل وتقدير

- محمد. (٢٠١٢) الذات لدى الزوجين، مجلة البحث العلمي فى التربية، كلية البنات، جامعة عين شمس، ١ (١٣)، ٥٢٣-٥٣٩.
٤٤. العمارين؛ آلاء إسماعيل سالم . (٢٠١٤). أثر نموذج إعادة بناء الأسرة فى تحسين مهارات التواصل الانسجام والرضا الزوجى لدى عينة من الأزواج ، ماجستير، عمادة البحث العلمى والدراسات العليا، الجامعة الهاشمية بالأردن.
٤٥. العماتى؛ بندرى فهد دخيل . مجلة الأمن والحياة، أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية ، ٣٣ (٢٠١٣)، ٤٤-٤٧.
٤٦. الغامدى؛ سلوى عبدالله . إدارة الموارد البشرية، دار الكتب ، الرياض. (٢٠١٠).
٤٧. غراى؛ جون . (٢٠١٢). الرجال من المريخ النساء من الزهرة، جريز، السعودية.
٤٨. غريب؛ ايناس محمود . أساليب تقديم الذات واستراتيجيات حل الصراع فى ضوء أنماط التعلق الوجدانى لدى المقبلين على الزواج: دراسة تنبؤية، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، ٦٥(١)، ٣٢٧-٢٩٧.
٤٩. فتحى؛ محمد . خفافيش الزواج، دار البيان، القاهرة. (٢٠١٢).
٥٠. القضاة؛ ايناس نعيم محمد . المهارات الزوجية وعلاقتها بالتوافق الزوجى لدى المتزوجات حديثاً فى مدينة عمان، ماجستير، كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان، الأردن.
٥١. القطاع؛ سها محمد . منهج القرآن الكريم فى تحقيق السعادة الزوجية ، ماجستير، كلية أصول الدين، الجامعة الإسلامية ، غزة. (٢٠٠٩).
٥٢. القيس؛ لما ماجد . مكونات الاختيار الزوجى من وجهة نظر طلبة جامعة الطفيلة التقنية فى ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، مجلة العلوم التربوية والنفسية، ١٦ (١) ، ٣٤١-٣٦٦.
٥٣. كارلسون، جون، دينكماير؛ دون. (٢٠٠٤). حان الوقت لزواج أفضل ، جريز، السعودية.
٥٤. كارلسون؛ ريتشارد . لا تهتم بصغائر الأمور فى أسرتك ، جريز، السعودية. (٢٠٠٢).
٥٥. الكندرى؛ هيفاء يوسف الكندرى . دور الخادمة فى المنزل وعلاقتها بالسعادة الزوجية والكفاءة الذاتية (٢٠١٧).

- الوالدية لدى الأمهات الكويتيات ، مجلة جامعة أم القرى للعلوم الاجتماعية، جامعة أم القرى، ١ (١٠)، ٣٥-٨٧.
٥٦. كوثرمان؛ أنى وكوترمان؛ استمع لى ، استمع إليك جرير ، السعودية. مандى. (٢٠١٠).
٥٧. كوجسك؛ كوثر الإدارية المنزلية ، ط١٠، عالم الكتب، القاهرة. (٢٠٠٨).
٥٨. كولمان؛ بول ٣٠ سرّاً للأزواج السعداء، جرير، السعودية. (٢٠٠٩).
٥٩. ماکان ؛ مايكل اتش أساسيات إدارة الزوج كيف تدرين زوجك حتى يكون الزوج الذى كتب تحلمين به دائماً، جرير، السعودية. (٢٠١٠).
٦٠. مبيض؛ مأمون. (٢٠٠٣). التفاهم فى الحياة الزوجية، المكتب الإسلامى ، القاهرة.
٦١. محمود ؛ نبيل بن محمد . المفاتيح الذهبية فى احتواء المشكلات الزوجية، الدار العالمية، الإسكندرية . (٢٠٠٩).
٦٢. مرسى؛ منى مصطفى فرغلى والحبلى ؛ حنان خليل . لدى عينة من طالبات الجامعة المقبلات على الزواج، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، ٦٤ (٤)، ١٩٠-٢٦٣.
٦٣. موسى؛ فتحى. (٢٠١١). فن السعادة الزوجية ، مجلة الوعى الإسلامى، وزارة الأوقاف والشئون الإسلامية ، الكويت، ٤٨ (٥٢٢)، ٧٠-٧١.
٦٤. النادى ؛ آلاء كمال كامل . فاعلية برنامج إرشاد جمعى فى التقليل من النزاعات الزوجية وتحسين الرضا والتكيف الزواجى لدى عينة من الزوجات الأردنيات، ماجستير، الجامعة الهاشمية.
٦٥. نايف الحربى ؛ نهال الحريقى. (٢٠١٣). أزمة منتصف العمر وعلاقتها بالسعادة الزوجية لدى المعلمين والمعلمات، مجلة دراسات عربية فى التربية وعلم النفس، ٤٥ (١)، ٨١-١٣٠.
٦٦. نوفل؛ ربيع. (٢٠٠٦). الإدارة المنزلية الحديثة، دار الناشر الدولى، القاهرة.

69. MFT. (2011). Marriage and the family-friendly mental health family Therapist. professionals. American Association for marriage and family therapy.

- http://www.aamft.org/imis15/content/consumet-Updates/Marriage-and-family_therapists.aspx. Accessed Aug. 26, 2011.
68. aig; .S .(2012). The 6 Husbands Every Wife should have: How couples who change together stay together. New York: Simon & Schster.
69. s; Ch. (2012). Barriers and Supports to divorce for victimized British Indian Mothers an consequences of divorce nartativbes of British Indian Adult children of divorce. Child care in practice. 18 (2), 147-164.
70. are; M.O. (2010). Influence of spousal communication on marital stability: implication for conducive home environment (phd dissertation). Department of counselor Education university of Ilorin, Nigeria.
71. rada; H. (2009). An Examination of love and marital satisfaction in Long-term Marriages, Unpublished Doctor of Philosophy, Denver.
72. iris; T. Allen The impact of prepare on engaged couples: variations by delivery format. J. of couple and
iffiany M. & Relationship therapy, 10 (1), 69-86.
ponski; D. (2011).
73. ld Scheider; F; The gender revolution: A Frame work for
rnhardt; E;& understanding changing family and demographic
pegard; T. (2015). behavior. Population and Development Review, 41
(2), 207-239.
74. rson; J.H. (2007). The relationship evaluation (relate) with Therapist-
assisted interpretation: short-term. Effects on
premarital relationships j. of. Marital and family
therapy, 33, 364-370.
75. Y. & Vivian; L. Applying the satirmodel of counseling in mainland
(10). china: Illustrated with case studies. The Satir
Model, 4 (1): 24-52.
76. rkman, H.J. The premarital communication roots of marital
(10). distress and divorce: the first five years of marriage.
J. of. Family psychology. 24, 289-296.
77. rsh; Floyd. C. Integrating the psychological Audit of Interpersonal
(15). Relationships into short-term pastoral marital
counseling help or hindrance.
78. carthy ; Barry. W. What Makesa Happy successful marriage ? Posted

- 12). Jul13, psychology today. <https://www.psychologytoday.com/blog>.
79. halec;G.(2014). Effectiveness of adapted prepare-enrich program in Hungary unpublished doctoral dissertation, University in Budapest, Hungary.
80. ri; M & aifirad;R.(2013). The effect of instruction on Knowledge and attitude of couples attending pre-marriage counseling classes. J, Educ. Health promot, 2 (52), 28-40.
81. son;D; Defrain; J & ogrand; L. (2011). Marriages and families intimacy, diversity and strengths New York, NY: Mc Graw-Hill.
82. ley; M. (2011). A pre-marriage proposal: getting ready for marriage an adlerian designa research paper. (unpublished master's thesis) Algerian counseling and psychotherapy .
83. penoe; D. & itehead; R. (2010) The state of our unions. Piscataway, NJ: National Marraig project, Rutgers university.
84. bert;P. Burriss & a L. Welling and vid; A. Putsa. (2011). Men's attractiveness predicts their preference for female facial femininity when judging for short – term, but not long-term, partners. Personality and individual differences, 50 (5), 542-546.
85. lhu; R. (2009). Marital Communication behavior, the role of marital satisfaction, depressive, symptoms and proximal appraisals of marital problem solving ability. (Master's Thesis), University of Waterloo, Canada.
86. zdi; S & seinali.D. (2013). The effects of pre-marital instruction on attitude to spouse selection in Yazd University students, copy reight institute of Interdis ciplinary. Business Research, 4 (10), 469-477.