المهارات الناعمة عند ربة الأسرة وعلاقتها بالتوافق الزواجي – دراسة على عينة من المجتمع السعودي

أماني عبد العزيز عبد الغفور أفغاني

أستاذ مساعد – قسم علم النفس التربوي –كلية التربية – جامعة طيبة – المدينة المنورة

aafghani@taibahu.edu.sa

المستخلص: هَدَف البحث الحالي إلى دراسة العلاقات الارتباطية بين المهارات الناعمة وأبعادها والتوافق الزواجي وأبعاده لدى عينة البحث، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي والاستبيان لعينة من ٢٠٠ ربة أسرة تم اختيارهم بطريقة غرضية. وقد أسفرت النتائج عن: أن بعد التواصل الفعال سُجّل مستوى مرتفع، وفى الترتيب الأول لعينة البحث بمتوسط حسابي قدره (١٦,٧١)، وبعد التوافق العاطفي سُجّل مستوى مرتفع، وفى الترتيب الأول لعينة البحث بمتوسط حسابي قدره (١٥,٥١) أنه توجد علاقات ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين المهارات الناعمة وأبعادها (التواصل الفعال – الذكاء العاطفي – حل المشكلات – المرونة) والتوافق الزواجي وأبعاده (التوافق العاطفي – التوافق الاجتماعي – التوافق الاقتصادي – التوافق في الأدوار)، ووجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠٠١) في متغيرات حل المشكلات والتوافق الاقتصادي بين ربات الأسر العاملات وغير العاملات لصالح العاملات، وفى متغيري التوافق الاقتصادي والتوافق في الأدوار لصالح الأسر ذات الحجم المتوسط، وأن متغير حل المشكلات احتل الترتيب الأول في تأثيره في التوافق الزواجي عند مستوى (٠,٠٠١)، يليه متغير التواصل الفعال ثم متغير المرونة عند مستوى معنوية (٠,٠٥)، وفي الترتيب الرابع متغير مدة الزواج ثم متغير الذكاء العاطفي عند مستوى معنوية (٠,٠٥) وقد استطاعت المتغيرات السابقة الذكر أن تفسر ٣٥,٤٪ من التباين الحادث في التوافق الزواجي، وأوصت الدراسة بتفعيل دور المؤسسات المجتمعية، مثل الجمعيات الأسرية والمراكز الثقافية في نشر الوعي حول أهمية المهارات الناعمة في الحياة الأسرية من خلال ورش العمل والندوات التثقيفية، وبرامج تدريبية، ودورات متخصصة لربات الأسر والأزواج ودعم الإعلام المحلي لذلك.

الكلمات المفتاحية: المهارات الناعمة، الأسرة، التوافق الزواجي، المجتمع السعودي، الإعلام

Soft Skills for Housewives and Their Relationship with Marital Compatibility (A Study on a Sample of Saudi Society)

Amani Abdulaziz Abdulghfour Afghani

Assistant Professor, Department of Educational Psychology, College of Education, Taibah University, Medina

ABSTRACT: The current study aimed to examine correlations among soft skills and their dimensions, and among marital compatibility and its dimensions, within the research sample. The researcher used a descriptive-analytical approach and a questionnaire with a purposively selected sample of 200 housewives. The results showed that: The effective communication dimension recorded a high level and ranked first in the research sample, with an arithmetic mean of (16.71), and the emotional compatibility dimension recorded a high level and ranked first in the research sample, with an arithmetic mean of (15.51). There are statistically significant positive correlations between soft skills and their dimensions (effective communication - emotional intelligence - problem solving - flexibility) and marital compatibility and its dimensions (emotional compatibility - social compatibility - economic compatibility - role compatibility), and there are statistically significant differences at the level of (0.001) in the variables of problem solving and economic compatibility between working and non-working housewives in favor of working women, and in the variables of economic compatibility and role compatibility in favor of medium-sized families. The problem-solving variable ranked first in its impact on marital compatibility at the level of (0.001), followed by the effective communication variable, then the flexibility variable at the significance level of (0.05), and in fourth place, the duration of marriage variable, then the emotional intelligence variable at the significance level of (0.05). The aforementioned variables accounted for 35.4% of the variance in marital compatibility. The study recommended activating the role of community institutions, such as family associations and cultural centers, in spreading awareness about the importance of soft skills in family life through workshops and educational seminars, training programs, and specialized courses for housewives and husbands, and supporting local media for this.

Keywords: Soft skills, family, marital compatibility, Saudi society, media

المقدمة

حظيت الحياة الزوجية باهتمام واسع في الأدبيات العلمية والنفسية والاجتماعية، والعلاقة الزوجية إحدى أعمق الروابط الإنسانية؛ حيث تمثل الأساس لبناء الأسرة وتنشئة الأطفال وتوجيههم نحو المستقبل. لذا، فإن استقرار الحياة الزوجية بما تتضمنه من توافق الزوجين يتطلب توافر عدة عوامل تؤثر في جودتها واستمراريتها وتساهم في رفاهية الأفراد والمجتمعات.

وتُمثل ربة الأسرة حجر الزاوية في استقرار الأسرة، حيث تتحمل العديد من الأدوار الاجتماعية والعاطفية التي تساهم في تقوية الروابط الزوجية والأسرية. تتمثل إحدى أكثر وظائفها أهمية في المحافظة على التناغم بين أفراد الأسرة، وهو ما يتطلب منها امتلاك مهارات ناعمة تمكنها من التعامل مع مختلف التحديات اليومية. وقد أظهر العديد من الدراسات أن قدرة ربة الأسرة على التواصل الفعّال والمرونة العاطفية تؤثر بشكل مباشر في استقرار العلاقة الزوجية (Harker, 2002).

وتعد المهارات الناعمة عنصرًا حيويًّا في تعزيز الحياة الزوجية، وتحسين العلاقات الأسرية من خلال فهم احتياجات شريك الحياة والتعامل مع الظروف والمواقف المختلفة؛ الأمر الذي يؤدي إلى بيئة أسرية مستقرة. وتتضمن المهارات الناعمة مجموعة من القدرات التي تؤدى إلى تطوير العلاقات الاجتماعية للأفراد وتمتد لتشمل المجتمعات، وقد أصبحت المهارات الناعمة جزءًا أساسيًّا من حياة ربة الأسرة؛ فهي لا تقتصر فقط على القدرة على إدارة المنزل، بل تشمل أيضًا مهارات شخصية واجتماعية تساهم في بناء بيئة أسرية متماسكة وصحية؛ كما تُعد المهارات الناعمة من العوامل المهمة التي تسهم في جودة الحياة الزوجية.

كما تُعد تلك المهارات من العوامل الحاسمة في الحياة اليومية، وهي تشير إلى مجموعة من القدرات الشخصية والاجتماعية التي تُسهم في تحسين نوعية التفاعل بين الأفراد في مختلف السياقات الاجتماعية والمهنية؛ حيث تتضمن المهارات الناعمة عدة جوانب مثل مهارات التواصل الفعّال، والذكاء العاطفي، والقدرة على حل النزاعات، والمرونة، وهي مهارات لا تقتصر على الحياة العملية فقط، بل تؤثر أيضًا بشكل كبير في جودة الحياة الأسرية والزواجية (Goleman, 1995).

ويُعتبر التحليل الذاتي والقدرة على التكيف من الجوانب الأساسية لتطوير هذه المهارات، حيث يتطلب الأمر وعيًا دائمًا بالعلاقة وتطلعات الطرف الآخر (John, 2008). وتشمل المهارات الناعمة مهارات التواصل الفعّال، والذكاء العاطفي، وحل المشكلات، والمرونة، وتعزيز هذه المهارات يُعَدّ استثمارًا ضروريًّا للحفاظ على استقرار العلاقة الزوجية ونموها المستدام، وبطبيعة الحال في المجتمعات الشرقية يقع على عاتق ربة الأسرة الدور الرئيسي في استقرار الأسرة ونجاح العلاقات داخلها.

ومن خلال هذه المهارات تستطيع ربة الأسرة بناء بيئة عاطفية مستقرة تساعد في تقوية العلاقة الزوجية، وتؤدي إلى التوافق الزواجي الذي يُعتبر عاملاً أساسيًّا في الحفاظ على استقرار الأسرة ورفاهيتها؛ فالتوافق الزواجي ليس مجرد التفاهم بين الزوجين، بل يتضمن القدرة على حل المشاكل العاطفية والاجتماعية، وكذلك القدرة على التكيف مع التغيرات والتحديات الحياتية المختلفة(Karney & Bradbury, 1995) .

ويعد التوافق الزواجي أحد المفاهيم الأساسية التي تساهم في استقرار العلاقة الزوجية وتحقيق رفاهية الأسرة، وتتوزع مسئوليات ربة الأسرة بين إدارة الحياة المنزلية والعمل ورعاية الأطفال، ومع التغيرات الاجتماعية والاقتصادية السريعة، أصبح ذلك أكثر تعقيدًا في هذا السياق، ويعتمد بشكل متزايد على قدرة الزوجين على التفاعل مع التحديات اليومية والتكيف معها، ويتأثر التوافق الزواجي لربة الأسرة بعدة أبعاد، تشمل :التوافق العاطفي، والتوافق الاجتماعي، والتوافق الاقتصادي، والتوافق في الأدوار. وفي سياق المجتمع السعودي، حيث لا تزال الأسرة تحتفظ بمكانة اجتماعية كبيرة، يلعب التوافق الزواجي دورًا محوريًّا في استقرار المجتمع، كما أن فهم دور المهارات الناعمة لدى ربة الأسرة وتأثيرها في العلاقة الزوجية يعد أمرًا بالغ الأهمية من أجل تعزيز استقرار الأسرة السعودية، خاصةً في ظل التغيرات الاجتماعية والثقافية التي يمر بها المجتمع السعودي، والتي قد تخلق تحديات جديدة للأسر في كيفية تفاعل الأفراد بعضهم مع بعض داخل النطاق العائلي(Al-Krenawi & Graham, 2000) .

والتوافق الزواجي في الأسرة السعودية يرتبط ارتباطًا وثيقًا بالمفاهيم التقليدية حول دور كل من الزوجين؛ حيث يُتوقع من الرجل والمرأة التكيف مع أدوار محددة داخل الأسرة، ويُنظر إلى العلاقة الزوجية في الغالب على أنها شراكة قائمة على الاحترام المتبادل، والدعم العاطفي، والتعاون في تربية الأبناء والحفاظ على استقرار الأسرة. ومع ذلك، فإن التحديات المعاصرة مثل التغيرات الاقتصادية والاجتماعية، وارتفاع معدلات التعليم، وظهور معايير جديدة في العلاقات الزوجية، قد أثرت بشكل ملحوظ في كيفية فهم التوافق الزواجي في المجتمع السعودي؛ ولذا تتطلب الحياة الزوجية الناجحة في المجتمع السعودي القدرة على التكيف مع هذه التحديات من خلال تطوير مهارات الشخصية، وتحقيق التوازن بين التوقعات الثقافية والاحتياجات الفردية لكل من الزوجين، كما أن التوافق الزواجي في هذا السياق يتضمن أكثر من مجرد التفاهم على الأمور اليومية، بل يشمل القدرة على التواصل الفعّال، وإدارة الخلافات، وتعزيز الرغبة في التعاون المشترك لمواجهة الأزمات الاجتماعية والاقتصادية.

مشكلة البحث

تتجلى أهمية المهارات الناعمة في استقرار الحياة الزوجية لما تقدمه من دعم مستمر أثناء التعامل مع التحديات اليومية. وهي تساهم بشكل كبير في تعزيز التفاهم والاحترام المتبادل بين الزوجين. لا تُقْتصر هذه المهارات على كونها أدوات للتفاهم، كما تشير الدراسات إلى أنها تشكل أيضًا أساسًا قويًّا لخلق بيئة منزلية مريحة ومطمئنة؛ مما يدفع نحو رضا أكبر ويقلل من معدل الصراعات الأسرية. والزوجة التي تمتلك هذه المهارات تميل إلى تحقيق درجة مرضية من السعادة الزوجية، وتعزيز هذه المهارات لدى ربات البيوت يُعتبر ضرورة ملحة تسهم في بناء علاقات زوجية مستقرة وموفقة، وبالتالي درجة مرضية من التوافق الزواجي.

وفي ظل التحديات اليومية التي تواجهها ربة الأسرة، سواءاً كانت تتعلق بالأعباء خارج المنزل أم داخله، أم بالعلاقات مع الزوج والأبناء، أم بالعلاقات الاجتماعية في المحيط الاجتماعي للزوجة باختلافه، في ظِلّ ذلك تصبح المهارات الناعمة أكثر أهمية من أي وقت مضى؛ فالعلاقات الزوجية تحتاج إلى القدرة على التفاهم، والاحترام المتبادل، والقدرة على التكيف مع الظروف المختلفة.

إن المهارات الناعمة مثل التواصل الفعّال، والذكاء العاطفي، وحل المشكلات، والمرونة، تُعد أساسية لربة الأسرة التي تسعى إلى بناء بيئة أسرية متماسكة وصحية؛ فمن خلال اكتساب هذه المهارات يمكن لربة الأسرة التعامل مع التحديات

اليومية بفاعلية أكبر؛ مما يسهم في تعزيز العلاقة الزوجية، وتربية الأبناء بشكل إيجابي، وتحقيق التوازن بين الأدوار المختلفة في حياتها، فقد أشار Brown (2018) أن الأزواج الذين يتمتعون بمهارات اجتماعية قوية يحققون توافقًا زواجيًا أفضل، وكذلك الذين أظهروا قدرة على التكيف مع التغيرات الحياتية كانوا أكثر استقرارًا وأقل عرضة للطلاق، وأن الأزواج الذين يلتزمون بنفس الأهداف المستقبلية والقيم يميلون إلى أن يكونوا أكثر سعادة في العلاقة الزوجية (Lammers et al., 2011).

كما أوضح (Van Poppel et al.,2019) أن قدرة ربة الأسرة على التكيف مع التغيرات الحياتية تلعب دورًا كبيرًا في تحسين التوافق الزواجي والتمتع بعلاقات أكثر استقرارًا، وأوضح (Murray et al., 2020) أن التوافق الزواجي يعتمد بشكل كبير على القدرة على التعامل مع الضغوط الحياتية والنفسية. وموازنة ربة الأسرة بين العمل والمنزل يمكن أن تُؤدي إلى مستويات عالية من الإجهاد، والذي بدوره قد يؤثر في جودة العلاقة الزوجية. ولذا فإن التعامل بفاعلية مع التوتر النفسي يحقق مستوى أعلى من التوافق الزواجي.

إن التغيرات الاقتصادية والاجتماعية التي تعيشها الأسر اليوم تلعب دورًا كبيرًا في تشكيل التوافق الزواجي، الأمر الذي يركز على حاجة الأسر إلى تطوير قدراتها والعمل بطريقة تسهم في تعزيز التفاهم والانسجام بين الزوجين، وبالتالي تحقيق توازن واستقرار في الحياة الزوجية. وفي هذا السياق يتناول البحث دراسة العلاقة بين المهارات الناعمة لربة الأسرة والتوافق الزوجي، مع التركيز على كيفية تأثير هذه المهارات في تعزيز العلاقة الزوجية وزيادة التوافق الزواجي، كما يسلط الضوء على أهمية تطوير هذه المهارات لربات الأسر بهدف تحسين نوعية الحياة الزوجية وتعزيز التفاهم والتعاون بين الزوجين.

أسئلة البحث

١. ما مستوى كُلٍّ من المهارات الناعمة والتوافق الزواجي لدى ربات الأسر في المجتمع السعودي؟
٢. ما العلاقة بين المهارات الناعمة وأبعادها والتوافق الزواجي وأبعاده لدى عينة البحث؟
٣. ما العلاقة بين متغيرات المستوى الاجتماعي الاقتصادي وكلٍّ من المهارات الناعمة وأبعادها، والتوافق الزواجي وأبعاده؟
٤. ما الاختلافات في المهارات الناعمة وأبعادها، والتوافق الزواجي وأبعاده لدى عينة البحث تبعًا لمتغيرات (العمل – حجم الأسرة)؟
٥. ما أكثر المتغيرات المستقلة تأثيرًا في التوافق الزواجي لعينة البحث؟

أهداف البحث

١. تحديد مستوى كُلٍّ من المهارات الناعمة وأبعادها، والتوافق الزواجي وأبعاده لدى ربات الأسر في المجتمع السعودي.
٢. دراسة العلاقات الارتباطية بين المهارات الناعمة وأبعادها، والتوافق الزواجي وأبعاده لدى عينة البحث.
٣. دراسة العلاقات الارتباطية بين متغيرات المستوى الاجتماعي الاقتصادي (عمر الزوجة – مدة الزواج – المستوى التعليمي – الدخل الشهري) وكل من المهارات الناعمة، وأبعادها، والتوافق الزواجي ،وأبعاده.

٤. دراسة الفروق في المهارات الناعمة وأبعادها، والتوافق الزواجي وأبعاده لدى عينة البحث تبعًا لمتغيرات (العمل – حجم الأسرة).

٥. دراسة أكثر المتغيرات المستقلة تأثيرًا في التوافق الزواجي لعينة البحث.

أهمية البحث:

١. يتعرض البحث لموضوع مُهم وحيوي، وهو المهارات الناعمة لربة الأسرة السعودية، وكيفية مواجهتها للتغيرات المجتمعية المعاصرة والمتسارعة، وأهمية تعزيز هذه المهارات لدى ربات البيوت كوسيلة لبناء علاقات زوجية قائمة على الود والتفاهم، ومدى مساهمة ذلك في تحقيق التوافق الزواجي.

٢. إلقاء الضوء على أهمية التوافق الزواجي على الرغم من التحديات التي تواجه الأسرة والمستجدات التي ساهمت في ظهور صراعات داخل الأسرة وتهديد استقرار العلاقات الزوجية.

٣. يعد البحث إضافة علمية للمكتبة العربية في مجال التخصص بما يتضمنه من دراسات ونتائج، وكذلك إضافة مقاييس جديدة في المهارات الناعمة والتوافق الزواجي.

٤. إلقاء الضوء على دور ربة الأسرة في تحقيق التوازن في الحياة الأسرية

٥. المساهمة في تكوين اتجاهات إيجابية نحو امتلاك المهارات الناعمة لأفراد المجتمع عامة، وربة الأسرة خاصة، من أجل تحقيق حياة أسرية واجتماعية ناجحة.

فروض البحث

١. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المهارات الناعمة وأبعادها، والتوافق الزواجي وأبعاده لدى عينة البحث.

١. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المهارات الناعمة وأبعادها، والتوافق الزواجي وأبعاده وبعض المتغيرات الاجتماعية الاقتصادية (العمر– مدة الزواج – المستوى التعليمي — الدخل الشهري).

٢. توجد فروق دالة إحصائيًّا بين ربات الأسر العاملات وغير العاملات من عينة البحث في درجة المهارات الناعمة، وأبعادها، والتوافق الزواجي وأبعاده.

٣. توجد فروق دالة إحصائيًّا بين ربات الأسر من عينة البحث في المهارات الناعمة وأبعادها والتوافق الزواجي وأبعاده تبعا لحجم الأسرة.

٤. تتأثر الدرجة الكلية للتوافق الزواجي بالمتغيرات الاجتماعية الاقتصادية ومتغيرات المهارات الناعمة لدى عينة البحث.

منهج البحث:

يتبع البحث المنهج الوصفي التحليلي، ويعرف المنهج الوصفي بأنه الطريقة التي يقوم بها الباحث لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كميًّا عن طريق جمع معلومات مقننة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة (بوحوش والذنيبات، ٢٠٠٩).

عينة البحث

بلغت عينة البحث ٢٠٠ ربة أسرة تم اختيارها بطريقة عمدية غرضية من ربات الأسر السعوديات في المدينة المنورة وفى معيشة زوجية مستمرة، ولديها أبناء، وتم جمع البيانات عن طريق الاستبانة بطريقة مباشرة خلال الفترة من شهر فبراير إلى إبريل من عام ٢٠٢٤م.

مصطلحات البحث

١. **المهارات الناعمة**: هي المهارات غير التقنية التي تشمل التفاعل مع الآخرين، والتواصل الفعّال، والذكاء العاطفي، والعمل الجماعي، وحل المشكلات، والمرونة، والتكيف، والإدارة الجيدة للوقت والتفاوض، وتعتبر هذه المهارات أساسية لتحقيق النجاح في بيئة العمل الحديثة (Robles, 2012).
٢. المفهوم الإجرائي: القدرات الشخصية التي لا تتعلق بالمعرفة التقنية أو الأكاديمية، وتساهم في تحسين تفاعله في المحيط الاجتماعي له، وتتضمن التواصل الفعّال، والذكاء العاطفي، وإدارة الوقت، وحل المشكلات، والمرونة، وهي تمثل الدرجة الحاصل عليها العينة في استبانة المهارات الناعمة.
٣. **التواصل الفعّال**: القدرة على نقل الأفكار والمعلومات بشكل واضح ودقيق، بحيث يفهمها المتلقي كما يقصدها المرسل. يشمل التواصل الفعال عدة جوانب: الاستماع الجيد، واختيار الكلمات المناسبة، واستخدام لغة الجسد بشكل متناسق مع الرسالة، والقدرة على التأثير في الآخرين بشكل إيجابي (Hanh, 2013؛ Nielsen, 2010).
٤. المفهوم الإجرائي: القدرة على التفاعل مع الآخرين بوسائل الاتصال المختلفة المباشرة وغير المباشرة. والتعبير عن الآراء، والاستماع الجيد في المواقف المختلفة، وهي تمثل الدرجة الحاصل عليها العينة في محور التواصل الفعال.
٥. **الذكاء العاطفي**: قدرة الفرد على تعرُّف عواطفه وعواطف الآخرين، وفهمها، واستخدام هذه المعرفة لتوجيه التفكير والسلوك والقدرة على التعامل مع العواطف بشكل إيجابي، مما يساهم في بناء علاقات صحية مع الآخرين (جولمان، ١٩٩٩).
٦. **المفهوم الإجرائي**: القدرة على فهم مشاعر الذات ومشاعر الآخرين، والتعامل معها بإيجابية، وهي تمثل الدرجة الحاصل عليها العينة في محور الذكاء العاطفي.
٧. **حل المشكلات**: عملية معرفية تهدف إلى إيجاد حلول للتحديات التي يواجهها الأفراد أو الجماعات. ويتضمن حل المشكلات عدة مراحل: تحديد المشكلة، وتحليل الأسباب، ووضع حلول والتوصل، إلى

نتائج (يونس، ٢٠٢١).

٨. المفهوم الإجرائي: القدرة على تحليل المشكلة وأسبابها، وجمع المعلومات، ووضع الحلول، واتخاذ قرارات المعالجة، وتقييم النتائج، وهي تمثل الدرجة الحاصل عليها العينة في محور حل المشكلات.

٩. **المرونة**: تشير إلى قدرة الأسرة على التكيف مع التغيرات والضغوطات الداخلية والخارجية التي قد تواجهها، مثل الأزمات الاقتصادية، والتغيرات الاجتماعية، أو المشكلات الصحية. تشمل هذه المرونة قدرة أفراد الأسرة على التعامل مع الأزمات بطريقة تعزز من قوتهم وتساعدهم على تجاوز التحديات بطريقة إيجابية (النجار وعبد العاطي، ٢٠٢١).

١٠. المفهوم الإجرائي: القدرة على التكيف مع الظروف المتغيرة والطارئة ومواجهة التحديات، وكيفية التعامل مع الأزمات بروية وإيجابية، وهي تمثل الدرجة الحاصل عليها العينة في محور المرونة.

١١. **التوافق الزواجي**: محصلة المشاركة في الخبرات والاهتمامات والقيم، واحترام أهداف الطرف الأخر وحاجاته ومزاجه، والتعبير التلقائي عن المشاعر، وتوضيح الأدوار والمسئوليات، والتعاون في صنع القرارات، وحل المشكلات، والاتفاق على تربية الأبناء وأوجه إنفاق الأسرة والإشباع الجنسي المتبادل (عالم، ١٤١٦هـ).

١٢. المفهوم الإجرائي: يشمل التوافق العاطفي، والتوافق الاجتماعي، والتوافق الاقتصادي، والتوافق الثقافي، والتوافق في الأدوار، وهي تمثل الدرجة الحاصل عليها العينة في استبانة التوافق الزواجي.

١٣. **التوافق العاطفي**: مدى توافق الأفراد في مشاعرهم واستجاباتهم العاطفية داخل العلاقة، ويُبرِز قدرة الأفراد على الفهم والإدارة لمشاعر بعضهم تجاه بعض بطريقة تعزز من العلاقات الشخصية والاجتماعية (الزغبي، ٢٠١٤)

١٤. المفهوم الإجرائي: قدرة الأفراد على التفاعل بشكل صحي مع مشاعرهم ومشاعر الآخرين؛ مما يشكل نمط العلاقات الاجتماعية والتفاهم والاستقرار في العلاقات وهي تمثل الدرجة الحاصل عليها العينة في محور التوافق العاطفي.

١٥. **التوافق الاجتماعي**: يشير إلى عملية تكيف الفرد مع البيئة الاجتماعية والقدرة على التعامل مع المواقف الاجتماعية بطريقة تجعل الفرد قادرًا على تحقيق نجاحات في الحياة اليومية، سواءاً كان ذلك من خلال التفاعل الإيجابي مع الآخرين أو تلبية المعايير الاجتماعية والثقافية (Rzepa & Weissman, 2024).

١٦. المفهوم الإجرائي: قدرة الفرد على التفاعل الإيجابي مع الآخرين وتعديل سلوكياته واهتماماته لتتناسب مع البيئة الاجتماعية المحيطة به، سواءاً كان ذلك في علاقات العمل أو العلاقات الشخصية، وهي تمثل الدرجة الحاصل عليها العينة في محور التوافق الاجتماعي.

١٧. **التوافق الاقتصادي**: كيفية تكيف الأسر مع التغيرات الاقتصادية، مثل التغيرات في الدخل، أو ارتفاع تكاليف المعيشة، أو الأزمات الاقتصادية مثل الركود. يتطلب هذا التكيف استراتيجيات مالية فعالة، مثل

تعديل الميزانية، أو اتخاذ قرارات ادخار واستثمار طويلة الأجل(Dew, 2008) .

١٨. المفهوم الإجرائي: مدى توافق الزوجين في أسلوب حياتهما المالي، وكيفية اتخاذهما للقرارات المالية المشتركة، مثل إدارة الدخل، والادخار، والاستثمار، والإنفاق. وهي تمثل الدرجة الحاصل عليها العينة في محور التوافق الاقتصادي.

١٩. **التوافق في الأدوار**: عملية التوفيق بين الأدوار العائلية والأدوار المهنية، مع الأخذ بعين الاعتبار الوضعيات الجديدة التي طرأت على توزيع الأدوار والمهام داخل الأسر الحديثة، وكذا تنظيم العمل وطبيعة العمل، والكفاية التي تتطلبها بعض المسئوليات المهنية بغرض الوصول إلى التوافقات الممكنة (Aurelie & et al, 2011).

٢٠. المفهوم الإجرائي: كيفية تقسيم الزوجين للمهام داخل المنزل وخارجه، مثل المسئوليات المهنية، ورعاية الأطفال، والأنشطة الاجتماعية. يعتمد التوافق في الأدوار على تفاهم مشترك بين الزوجين حول كيفية تقسيم هذه المسئوليات. وهي تمثل الدرجة الحاصل عليها العينة في محور التوافق في الأدوار.

أدبيات البحث

المهارات الناعمة:

هي مجموعة من المهارات الشخصية والاجتماعية والعاطفية التي تساهم في تحسين التفاعلات اليومية بين الأفراد، خاصة في العلاقات الأسرية والزوجية. بالنسبة إلى ربة الأسرة هذه المهارات تُعتبر أحد العوامل الرئيسية التي تؤثر في استقرار العلاقة الزوجية والتوافق بين الزوجين، وتشمل المهارات الناعمة التواصل الفعال، الذكاء العاطفي، وحل المشكلات، وإدارة الوقت، والمرونة، وكلها تلعب دورًا مُهمًّا في بناء علاقة زواجية صحية.

أهمية المهارات الناعمة في الحياة اليومية:

١. تحسين العلاقات الاجتماعية: الأسر التي تعتمد على التعاون بين أعضائها وتقديم الدعم العاطفي، بدلاً من التنافس أو العزلة، هي أكثر قدرة على مواجهة التحديات المشتركة.

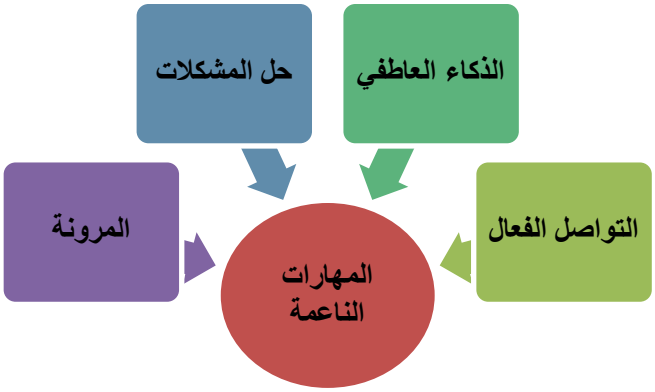
٢. تعزيز القدرة على التكيف مع التغيير :المهارات الناعمة مثل المرونة، والقدرة على التكيف مع التغيير تعد من الأساسيات في الحياة اليومية، والأفراد الذين يمتلكون هذه المهارات يكونون أكثر قدرة على التكيف والتعامل مع المواقف الجديدة، كما يساهم الذكاء العاطفي أيضًا في تقليل مستويات التوتر في ظل التغيرات المتسارعة.

٣. تحقيق النجاح الشخصي والمهني :المهارات الناعمة تعزز قدرة الأفراد على تحقيق النجاح، حيث تساعد في زيادة الثقة بالنفس والقدرة على اتخاذ القرارات الصائبة، وتنظيم الوقت، وأن الأشخاص الذين يمتلكون مهارات ناعمة يكونون أكثر قدرة على النجاح في مجالات متعددة (Heckman & Kautz,2012).

أنواع المهارات الناعمة: تنقسم المهارات الناعمة وفق دراسة الباحثة إلى أربع مهارات كما هو موضح في شكل (١).

شكل ١

أبعاد المهارات الناعمة



١- التواصل الفعّال:

يُعد التواصل الجيد الأساس لبناء علاقة زوجية قوية ومستقرة، فالزوجة التي تمتلك مهارات التواصل الفعّال تستطيع التعبير عن احتياجاتها وآرائها بوضوح دون تصعيد للنزاعات، كما تتمكن من الاستماع والتفاعل مع مشاعر زوجها بفاعلية. وقد أوضح (Gottman, 2015) أن التواصل الجيد بين الزوجين يساعد في الحفاظ على علاقة صحية ومستقرة، كما أن التواصل مع الأبناء يعزز الثقة المتبادلة ويساعد في بناء علاقة قائمة على الاحترام المتبادل، ومهارات التواصل الفعّال تلعب دورًا كبيرًا في تعزيز العلاقات الأسرية وتقليل النزاعات بين أفراد الأسرة.

وينقسم التواصل إلى: التواصل اللفظي وغير اللفظي: ويشمل الكلمات المستخدمة، ونبرة الصوت، وتعبيرات الوجه، وتواصل العين، وقد أشار (Knapp et al., 2014) إلى أن التواصل غير اللفظي يشكل أكثر من ٧٠٪ من الرسالة المتبادلة بين الأفراد، مما يبرز أهمية القدرة على فهم إشارات الجسم وتفسيرها. وفي العلاقات الزوجية أو الأسرية يعد الاستماع الجيد للمشاعر والاحتياجات المتبادلة أحد أساسيات بناء الثقة، وقد أظهرت الدراسات أن الاستماع بعناية للأطراف الأخرى يقلل من مشاعر العداء ويزيد من التعاون والتفاهم بين أفراد الأسرة(Gottman, 2015) .

كما يعد التحدث بأسلوب لائق مع استخدام كلمات مؤثرة دون المِساس بمشاعر الآخرين طريقة فعّالة لبناء تواصل صحي؛ فالتعبير عن الغضب أو الإحباط بطريقة هادئة يمكن أن يؤدي إلى حل المشكلة بدلاً من تصعيدها، ويعتبر التواصل الفعال أداةً أساسية في تسوية النزاعات وتحسين رضا العلاقة بين الزوجين؛ إذ يساهم اعتماد استراتيجيات تواصل واضحة في تعزيز الفهم المتبادل وتقليل سوء الفهم؛ مما يؤدي إلى معالجة القضايا بطريقة تعزز الألفة والتعاون بين الطرفين. فعندما تتسم المحادثات بالشفافية والاحترام يصبح من السهل تحديد المشكلات الحقيقية التي تؤرق العلاقة. وتظهر الأبحاث أن الأزواج الذين يمتلكون مهارات تواصل فعالة يميلون إلى الاستفادة من مستويات مرتفعة من الرفاهية النفسية، الأمر الذي يبرز إيجابيًّا في العلاقة ككل (Howard et al., 2010).

٢– الذكاء العاطفي:

يشمل الذكاء العاطفي القدرة على تعرُّف المشاعر الشخصية والعواطف لدى الآخرين، وكذلك القدرة على التعامل مع هذه المشاعر بفاعلية، وربة الأسرة التي تتمتع بالذكاء العاطفي تكون قادرة على التحكم في مشاعرها، وفهم مشاعر زوجها، والتعامل مع التوترات والضغوط بشكل هادئ. كما أن هذا النوع من الذكاء يمكن أن يعزز من الاستقرار العاطفي في الأسرة؛ حيث يساهم في التعامل مع مشاعر التوتر والغضب بطرق صحية ويؤثر في نجاح الحياة الزوجية؛ حيث يساعد الزوجين على مد جسور الحب والتفاهم والتعامل الإيجابي مع النفس والطرف الآخر (العتيبي، ٢٠١٢) .

ويعد الذكاء العاطفي أمرًا أساسيًّا في بناء علاقة متوازنة وصحية بين الزوجين وبين الوالدين والأبناء، ويشمل الوعي الذاتي وكيفية تعرُّف المشاعر الشخصية وأسبابها. على سبيل المثال، إذا كان الزوج يعاني من التوتر يمكن أن يكون لدى الزوجة الوعي الكافي لملاحظة هذا التوتر والتفاعل معه بطريقة داعمة، كما يشمل التعاطف مع مشاعر الأبناء والزوجة ويساعد على تعزيز الروابط العاطفية داخل الأسرة. عندما يفهم الأب أو الأم مشاعر الطفل أو الزوج يمكن أن يكون لديهم استجابة أكثر دعمًا وتفهمًا؛ مما يعزز الثقة ويقلل من التوترات(Bar-On, 2006) . وتُعد إدارة العلاقات عنصرًا أساسيًّا في الذكاء العاطفي؛ حيث تتطلب القدرة على بناء علاقات قوية وداعمة من خلال فهم الاحتياجات العاطفية لكل فرد في الأسرة، ويلعب الذكاء العاطفي دورًا محوريًّا في تحسين التعاطف والفهم بين الأزواج؛ فالشخص الذي يتمتع بذكاء عاطفي مرتفع يمكنه تعرُّف مشاعر شريكه والتفاعل معها بفاعلية؛ مما يسهم في تقوية الروابط العاطفية بينهما وخلق بيئة من الاحترام المتبادل والتفاهم والقدرة على إدارة النزاعات والتواصل بشكل إيجابي وتقليل التوترات (Goleman et al., 2008). وأوضح (Schofield, 2001) أن الذكاء العاطفي ومهارات التواصل تساعد الأفراد في إدارة مشاعرهم بشكل أفضل، مما يساهم في تحسين صحتهم النفسية والتعامل مع الضغوط اليومية، وأن تطوير علاقات الثقة الرئيسية في بيئتهم اليومية وتوفير فرص هادفة للمشاركة هو ما وجدوه أكثر دعمًا.

٣– حل المشكلات:

تعتبر مهارات حل المشكلات من العوامل المؤثرة في تحسين العلاقات الأسرية، حيث يمكن أن تسهم في تقليل التوترات والمشاحنات داخل الأسرة. وتعبر مهارة حل المشكلات عن قدرة الأفراد على اكتشاف أسباب الخلل وإدراكها والنتائج المترتبة على المشكلة (العدل ووردة، ٢٠٠٣). ويجب أن تتوافر القدرة على التفكير المعقد لمحاولة تنظيم المعلومات، وتحديد الأولويات مع الاعتماد على الخبرات، وترتيب الأفكار، واكتشاف العلاقات المشتركة، ووضع البدائل المختلفة (عبد الهادي، ٢٠٠٤).

وهي عملية تحليل قضايا معينة، وتحديد حلول فعّالة، واتخاذ قرارات مستنيرة، وحل المشكلات هو مهارة ناعمة حيوية في بيئة الأسرة؛ حيث إن القدرة على التعامل مع الأزمات والضغوط العائلية تُسهم بشكل كبير في الحفاظ على التوازن الأسري، كما أن الأسر التي تمتلك القدرة على تحليل المشكلات بشكل منطقي واتخاذ القرارات المناسبة تميل إلى التماسك أكثر من تلك التي تعاني من تزايد التوتر والصراعات المستمرة. وقد أوضح (Ahmadi et al., 2010) أن حل المشكلات الأسرية يقلل من عدم الرضا الزواجي من حيث الأبعاد التالية: التواصل الزوجي، وحل النزاعات، والعلاقة الجنسية، وقضايا الشخصية، والتواصل مع الأسرة والأصدقاء. علاوة على ذلك، يتشكل التواصل بين الزوجين خلال فترة الخِطبة والسنوات الأولى من الزواج؛ مما يجعل محاولة تحسينه في هذه الفترة أمرًا ضروريًّا.

٤– المرونة:

الحياة الزوجية تتطلب مرونة وصبرًا كبيرين لتجاوز التحديات، وربة الأسرة التي تتمتع بالمرونة يمكنها التكيف مع التغيرات المفاجئة والضغوط الحياتية، بينما يساعد الصبر في معالجة أي مشكلات دون تسرع في اتخاذ القرارات وقد أوضح (Schofield, 2001) أن المرونة والصبر يسهمان في تقليل التوتر في العلاقة الزوجية، ويعززان القدرة على التكيف مع الصعوبات الزوجية. والمرونة في مواجهة التغيير هي مهارة ناعمة أخرى تلعب دورًا أساسيًّا في الحفاظ على التوازن الأسري؛ فقد يواجه الأفراد تحديات متعددة مثل الانتقال إلى منزل جديد أو التغيرات في هيكل الأسرة (مثل ولادة طفل جديد أو طلاق أحد الأبوين)، والقدرة على التكيف مع هذه التغيرات تؤدي إلى تقليل التوتر الأسري وتعزيز الوحدة العائلية، والأسر التي تتسم بالمرونة في التعامل مع التغيرات تتسم بصحة نفسية أفضل وأقل عرضة للمشاكل الأسرية.

إن مفهوم المرونة، والقدرة على الصمود، والتعافي من الأزمات والشدائد، كل هذا ينطوي على قدرة التدخل والوقاية التي تهدف إلى تعزيز الأزواج والأسر؛ حيث يُنظر إلى المرونة على أنها مقيمة داخل الفرد؛ لذا لابد من الاهتمام بالعمليات التفاعلية مع مرور الوقت التي تعزز الصلابة الفردية والعائلية، وتعزيز العمليات الرئيسية التي تمكن الأسر من التغلب على الأزمات والضغوط المستمرة، كما تعد المعتقدات والروايات المشتركة التي تعزز الشعور بالتماسك والتعاون والكفاءة والثقة أمرًا حيويًّا في التأقلم والإتقان. إن التدخلات الرامية إلى تعزيز قدرة الأسرة على الصمود لها أهمية في الوقت المناسب للتغلب على التغيرات الاجتماعية السريعة والشكوك التي تواجه الأسر اليوم (Walsh, 1996).

ويوضح (Bonanno, 2008) أنه بالرغم من تعرض الناس للخسارة أو الأحداث المؤلمة المحتملة في مرحلة ما من حياتهم فإنهم يستمرون في الشعور بالإيجابيات ولا يظهرون إلا اضطرابات طفيفة في المواقف الحياتية أو في قدرتهم على العمل، وأن المرونة في مواجهة الخسارة أو الصدمة المحتملة أكثر شيوعًا مما يُعتقد في كثير من الأحيان وعند مواجهة تحديات مالية يمكن للمرونة أن تساعد على التفكير في الحلول والفرص الجديدة بدلاً من الاستسلام ومن خصائص الأسرة المرنة التواصل الفعّال بين أفراد الأسرة، والتعاطف والتفاهم بين الزوجين والأبناء، والدعم العاطفي، والتشجيع المتبادل، والاستعداد للتغيير، والتكيف مع المتغيرات، كما تعد من العوامل المهمة في تعزيز النمو النفسي والاجتماعي للأطفال؛ فالأطفال الذين ينشئون في أسر مرنة يكونون أكثر قدرة على التكيف مع المواقف الصعبة ويشعرون بالأمان العاطفي، كما الأسرة التي تتسم بالمرونة توفر بيئة داعمة تساهم في تحسين قدرة الأطفال على التعامل مع التوترات وتطوير مهارات التكيف الخاصة بهم (Cummings, et al., 2009).

التحديات التي تواجه ربة الأسرة في تطبيق المهارات الناعمة:

تعد المهارات الناعمة من العناصر الأساسية التي تساهم في بناء علاقة أسرية متماسكة ومستقرة، ولكن هناك العديد من التحديات التي قد تواجه ربة الأسرة في تطبيق هذه المهارات في حياتها اليومية، هذه التحديات قد تتنوع بين العوامل الاجتماعية، والثقافية، والتعليمية، والتي قد تشكل عائقًا أمام تعلم وتطبيق هذه المهارات بفاعلية وتطبيقها وهذه العوامل يُمكن تلخيصها فيما يأتي:

١- **العوامل الاجتماعية:** البيئة الاجتماعية التي تعيش فيها ربة الأسرة قد تؤثر بشكل كبير في قدرتها على تعلم المهارات الناعمة وتطبيقها؛ فهناك العديد من العوامل الاجتماعية التي قد تشكل تحديًا في هذا السياق مثل التوقعات المجتمعية للأدوار التقليدية؛ ففي بعض الثقافات والمجتمعات، قد تُركّز الأدوار التقليدية للمرأة في ربة

الأسرة على المهام المنزلية والرعاية فقط؛ مما قد يقلل من فرص تعلم المهارات الناعمة مثل التواصل الفعّال، والتفاوض، أو التوازن بين الحياة الشخصية والمهنية؛ وفي هذه الحالات قد تفتقر المرأة إلى الدعم الاجتماعي لتطوير هذه المهارات (المجال، ٢٠٢١). وكذلك الضغط الاجتماعي فقد تشعر ربة الأسرة بالضغط لتلبية التوقعات الاجتماعية العالية فيما يخص دورها كأم وزوجة، مما يُعوق قدرتها على ممارسة أو تطوير المهارات الناعمة، هذا الضغط قد يعزز من الشعور بالانشغال المستمر والتوتر النفسي، ويقلل من الفرص لتعلم تقنيات التكيف وحل المشكلات بطرق فعّالة (العبيدي، ٢٠٢٠).

٢- **العوامل الثقافية**: تلعب دورًا كبيرًا في كيفية تلقّي ربة الأسرة للمهارات الناعمة وتطبيقها، وبعض القيم والمعتقدات الثقافية قد تشكل عائقًا في تطوير هذه المهارات، والقيود الثقافية على دور المرأة في بعض الثقافات التقليدية قد يجعل دور المرأة في الأسرة محصورًا في إدارة المنزل ورعاية الأبناء فقط؛ مما يقلل من فرصها في التفاعل مع العالم الخارجي أو تعلم المهارات الناعمة المتعلقة بالتواصل والتفاوض. هذه القيود قد تؤدي إلى عزلة المرأة أو تَحُدّ من قدرتها على استكشاف مجالات تعليمية أو مهنية توسع من مهاراتها (الزهراني، ٢٠٢٢). كذلك المفاهيم الخاطئة عن المهارات الناعمة التي قد يرى بعض أفراد المجتمع أنها غير ضرورية أو مجرد رفاهية في بعض الأحيان، مما يجعل من الصعب على ربات الأسر أن يركزن على تعلمها (يونس، ٢٠٢١).

٣- **العوامل التعليمية**: إن نقص الفرص التعليمية يُعد عاملًا مؤثرًا مهمًّا؛ حيث قد تنشأ ربة الأسرة في بيئة تعليمية محدودة، مما يحرمها من فرص تعلم المهارات الناعمة الضرورية لتطبيقها في حياتها اليومية .ومن الجدير بالذكر أن التعليم لا يُقْتصَر فقط على التعليم الأكاديمي، بل يشمل أيضًا المهارات الحياتية التي قد تكون مفقودة أو غير متاحة في سياقها الاجتماعي (مستند، ٢٠٢١). كذلك قوة النظام التعليمي التقليدي، ففي العديد من الأنظمة التعليمية لا يتم إعطاء اهتمام كافٍ لتعليم المهارات الاجتماعية والناعمة؛ فهذا النقص في التركيز على المهارات الشخصية مثل التواصل وحل المشكلات قد تَحُدّ من قدرة ربات الأسر على تطوير هذه المهارات بشكل فعّال (القرني وآل شويل، ٢٠١٩).

التوافق الزواجي:

التوافق الزواجي يُعرف بقدرته على تكوين علاقة متوازنة ومستقرة بين الزوجين، حيث يشمل توافر توافق في عدة جوانب من الحياة المشتركة.

أهمية التوافق الزواجي:

التوافق الزواجي يلعب دورًا كبيرًا في تعزيز الاستقرار الأسري وسعادة الزوجين، ووجود بيئة داعمة ومتناغمة للأفراد في إطار الأسرة؛ مما يساعد على بناء حياة زوجية مليئة بالراحة والأمان وتتضح أهمية التوافق الزواجي في استقرار الأسرة، فعندما يتمتع الزوجان بتوافق عاطفي وفكري واجتماعي فإن ذلك يساهم في تقليل النزاعات والتوترات بينهما، والزواج المتوافق يعزز من استقرار الأسرة، حيث هذا التوافق على الأطفال في بيئة هادئة ومستقرة ، كما يعزز من مشاعر

الحب والاحترام المتبادل بين الزوجين، مما يؤدي إلى زيادة الرضا الزوجي، والتوافق العاطفي، والتواصل الجيد (Amato, 2003).

العوامل المؤثرة في التوافق الزواجي:

١. التوازن بين العمل والحياة الأسرية :إن التأثير في الزوجين الذي يحدثه الضغط في الأدوار والمسئوليات بين العمل والأسرة يؤدى إلى ظهور الصراعات؛ الأمر الذي يؤثر بدوره في الرضا الزوجي، كما أن الارتباط السلبي بين العمل والأسرة والرضا الزوجي قد تضخم عندما كان الصراع بين الأسرة والعمل مرتفعًا، وقد يؤدي إلى ضغوط نفسية، خاصة إذا لم يتم تقسيم الأدوار الأسرية بشكل عادل بين الزوجين (Minnotte et al., 2015).

٢. التواصل العاطفي والقدرة على التكيف: إن المشاركة العاطفية بين الزوجين تعزز من التوافق، مما يساعد على تقليل النزاعات الزوجية وتسهم في تحسين العلاقة بينهما، كما أن القدرة على التكيف مع التغيرات الحياتية، مثل قدوم أطفال أو الانتقال إلى مراحل جديدة من الحياة، تزيد من استقرار العلاقة (Karney, 2021) .

٣. الضغوط المالية والتوزيع غير المتكافئ للأدوار: إن الضغوط الاقتصادية المتصاعدة والانشغال بالقضايا المالية التي تولد الإحباط والغضب في العديد من الأسر قد يكون لها تأثيرات في صحة الإنسان وسلوكه، ويتفاقم تأثير تلك الضغوط الاقتصادية على رفاهية الفرد بسبب حدوث التوتر بين الزوجين، سواء بشكل متزامن أو مستقبلي. وارتبط التوتر الزوجي أيضًا بارتفاع معدلات عدم الاستقرار الزواجي (الانفصال أو الطلاق)، كما أن التوزيع غير المتكافئ للأدوار الاقتصادية والأسرية يمكن أن يؤدي إلى انخفاض التوافق الزواجي (Conger et al, 2020).

٤. التوافق في القيم والمعتقدات :الأزواج الذين يشتركون في القيم الأسرية والدينية والتعليمية يكون لديهم توافق زواجي أكبر، ويعتبر التوافق في القيم والمعتقدات عاملاً مُهمًّا في استقرار العلاقة الزوجية، خاصة في المجتمعات التي تشهد تغيرات ثقافية واجتماعية كبيرة (Kazim Rafique, 2021) .

أبعاد التوافق الزواجي:

يعد التوافق الزواجي مفهومًا معقدًا ومتعدد الأبعاد، حيث يتضمن مجموعة من الجوانب العاطفية، والاجتماعية، والاقتصادية التي تساهم في تعزيز العلاقة الزوجية وتحقيق استقرارها.

ويمكن تقسيم التوافق الزواجي إلى عدة أبعاد رئيسية تساهم في تقييم نجاح العلاقة بين الزوجين كما يلي:

١. **التوافق العاطفي**: هو قدرة الزوجين على فهم مشاعر بعضهما تجاه بعض، والتعامل بحب، ودعم، وتعاطف، ويعتبر التوافق العاطفي أساسًا لبناء علاقة متينة ومستقرة والتعبير عن مشاعرهم بصدق والقدرة على التعاطف بعضهما مع بعض، والأزواج الذين يتمتعون بتفاهم عاطفي عميق يملكون القدرة على التكيف مع التحديات العاطفية التي قد تواجههم، كما أن التقارب العاطفي والعلاقة العاطفية القوية بين الزوجين يؤديان إلى زيادة الانسجام في الحياة الزوجية، وتعززان التواصل الفعّال والاحترام المتبادل (Karney, 2021).

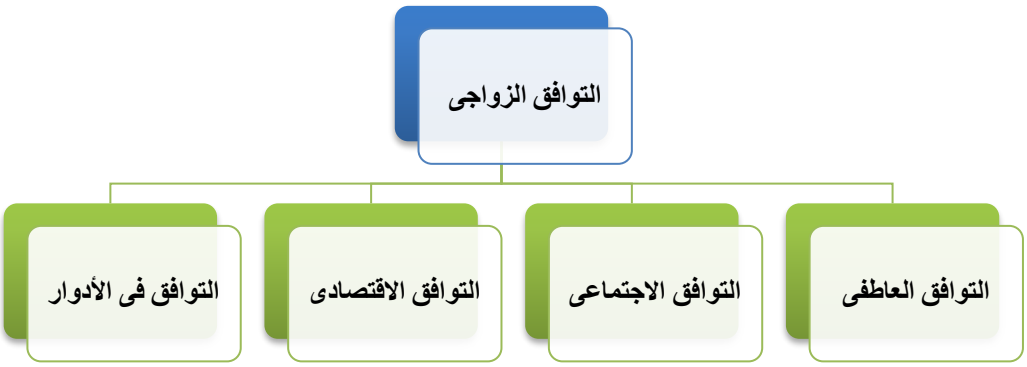
٢. **التوافق الاجتماعي**: يشير إلى كيفية تفاعل الزوجين في المجتمع، ومدى انسجامهما مع الأدوار الاجتماعية المتوقعة، وكيفية إدارة الزوجين للضغوط الاجتماعية والتحديات الثقافية والعائلية؛ فالأزواج الذين يتشاركون نفس القيم والمعتقدات الاجتماعية والثقافية غالبًا ما يتمتعون بمستوى أعلى من التوافق الاجتماعي، كما أن وجود شبكة دعم اجتماعي قوية من الأصدقاء والعائلة يعزز من قدرة الزوجين على التعامل مع التحديات الحياتية، كما يشمل توافق الزوجين في التفاعل مع الأسر والأصدقاء والتعامل مع القضايا الاجتماعية، فعلى سبيل المثال، زيادة السلبية في السنوات الأولى من الزواج قد تُؤدي إلى فشله، وانحسار الحب والمودة (Huston & George, 2001).

٣. **التوافق الاقتصادي**: ويتعلق بالقدرة على إدارة المسائل المالية بشكل مشترك، حيث يعد العامل الاقتصادي أحد أكثر العوامل تأثيرًا في التوافق الزواجي، والأزواج الذين يعملون معًا في إدارة الموارد المالية، وتحديد الأهداف المالية المشتركة، وتوزيع المسئوليات، يكون لديهم توافق اقتصادي أعلى. وتعد الضغوط المالية من أكثر العوامل التي تؤثر سلبًا في استقرار الزواج (Amato & Previti, 2003)، وقد ينشأ الاختلاف بين الزوجين بسبب ضعف الناحية المادية مقابل احتياجات الأسرة العديدة والمتزايدة، وقد يكون توافر الموارد الاقتصادية والثراء مصدرًا للخلافات إذا أسيء استغلالها، كما أن اختلاف الزوجين في طرق الإنفاق يزيد من حدة هذه الخلافات (مسعود، ٢٠٠٠).

٤. **التوافق في الأدوار**: ويشير إلى مدى توافق الزوجين في تقسيم الأدوار اليومية في الحياة الزوجية مثل تربية الأطفال، والأعمال المنزلية، والاهتمام بالعلاقات الأسرية، والأزواج الذين يتفقون على كيفية تقسيم الأعمال المنزلية، ومهام تربية الأطفال، وغيرها من المسئوليات اليومية، يتمتعون بمستوى أعلى من التوافق الزواجي، وعندما يمتلك الزوجان توقعات واقعية بشأن أدوارهما في الزواج ويعملان معًا على تلبية هذه التوقعات وذلك يعزّز استقرار العلاقة (Gottman, 2015).

شكل ٢

أبعاد التوافق الزواجي



الطريقة والإجراءات

أولاً وصف عينة البحث:

يتضح من جدول (٣) أن ٦٠,٠٠٪ من عينة البحث يسكنون الحضر مقابل ٤٠,٠٠٪ يسكنون الريف، كما بلغت أقل نسبة ١٢,٥٠٪ عينة البحث ممن كانت أعمارهم ٥٥ سنة فأكثر، بينما بلغت أكبر نسبة ٢٧,٥٠٪ لمن تتراوح أعمارهم من ٣٥ لأقل من ٤٥ سنة. وكانت أعلى نسبة ٥٩,٠٠٪ لمن تراوحت مدة زواجهم من ٥ لأقل من ١٠ سنوات، وكانت أقل نسبة ١٦,٠٠٪ لمن كانت مدة زواجهم ١٠ سنوات فأكثر، كما كانت نسبة العاملات ٤٢,٥٠٪، مقابل ٥٧,٥٠٪ غير عاملات.

وكان حجم أسر عينة البحث كبيرة بنسبة ٢٢,٥٠٪، مقابل ٤٦,٠٠٪ للأسر المتوسطة الحجم، و ٣١,٥٠٪ للأسر الصغيرة الحجم، وقد كانت نسبة ٢,٥٠٪ من عينة البحث حاصلات على شهادة ابتدائية، وتقاربت مع نسبة ٣,٠٠٪ حاصلات على دراسات عليا، يليها نسبة ٩,٠٠٪ من الحاصلات على شهادة متوسطة، و ٣٣,٥٠٪ حاصلات على شهادة الثانوية، وكانت أعلى نسبة ٥٢,٠٠٪ حاصلين على بكالوريوس، وكانت أقل نسبة الدخل الشهري لعينة البحث (٥ آلاف ريال فأقل) ١٣,٥٠٪، وأعلى نسبة ٣١,٠٠٪ ممن يتراوح دخلهن الشهري من (١٥ ألف لأقل من ٢٠ ألف ريال).

جدول ٣

التوزيع النسبي لأفراد عينة البحث وفقاً لبعض المتغيرات الاجتماعية الاقتصادية

المتغيرات	الفئات	العدد ن=٢٠٠	النسبة المئوية
منطقة السكن	حضر	١٢٠	٦٠,٠٠٪
	بدو	٨٠	٤٠,٠٠٪
العمر	أقل من ٢٥ سنة	٣٣	١٦,٥٠٪
	من ٢٥ لأقل من ٣٥ سنة	٤٠	٢٠,٠٠٪
	من ٣٥ لأقل من ٤٥ سنة	٥٥	٢٧,٥٠٪
	من ٤٥ لأقل من ٥٥ سنة	٤٧	٢٣,٥٠٪
	٥٥ سنة فأكثر	٢٥	١٢,٥٠٪
مدة الزواج	أقل من ٥ سنوات	٥٠	٢٥,٠٠٪
	من ٥ لأقل من ١٠ سنوات	١١٨	٥٩,٠٠٪
	١٠ سنوات فأكثر	٣٢	١٦,٠٠٪
العمل	لا تعمل	١١٥	٥٧,٥٠٪
	تعمل	٨٥	٤٢,٥٠٪
	أسرة كبيرة (٧ أفراد فأكثر)	٤٥	٢٢,٥٠٪

المتغيرات	الفئات	العدد ن=٢٠٠	النسبة المئوية
عدد أفراد الأسرة	أسرة متوسطة (٥–٦ أفراد)	٩٢	٤٦,٠٠٪
	أسرة صغيرة (٤ أفراد فأقل)	٦٣	٣١,٥٠٪
المستوى التعليمي	شهادة ابتدائية	٥	٢,٥٠٪
	شهادة متوسطة	١٨	٩,٠٠٪
	ثانوية	٦٧	٣٣,٥٠٪
	بكالوريوس	١٠٤	٥٢,٠٠٪
	دراسات عليا (دبلوم – ماجستير – دكتوراه)	٦	٣,٠٠٪
الدخل الشهري	أقل من ٥ آلاف ريال	٢٧	١٣,٥٠٪
	من ٥ آلاف لأقل من ١٠ آلاف	٤٢	٢١,٠٠٪
	من ١٠ آلاف لأقل من ١٥ آلاف	٣٠	١٥,٠٠٪
	من ١٥ آلاف لأقل من ٢٠ آلاف	٦٢	٣١,٠٠٪
	من ٢٠ ألف ريال فأكثر	٣٩	١٩,٥٪

ثانياً: التوزيع النسبي لمستويات استجابات العينة في المهارات الناعمة:

يتضح من جدول (٤) أن بعد التواصل الفعال سجل مستوًى مرتفعاً، وفي الترتيب الأول لعينة البحث بمتوسط حسابي قدره (١٦,٧١)، يليه بُعد حل المشكلات في الترتيب الثاني ومستوى مرتفع بمتوسط حسابي قدره (١٤,١٩)، ثم في الترتيبين الثالث والرابع بُعْدا الذكاء العاطفي والمرونة بمستوى متوسط، وكان المتوسط الحسابي (١٣,٨٠ – ١٣,٥٩) على الترتيب، بينما سجلت استبانة المهارات الناعمة متوسطاً حسابياً قدره (٥٨,٣٢)، وحازت على مستوى مرتفع.

جدول ٤

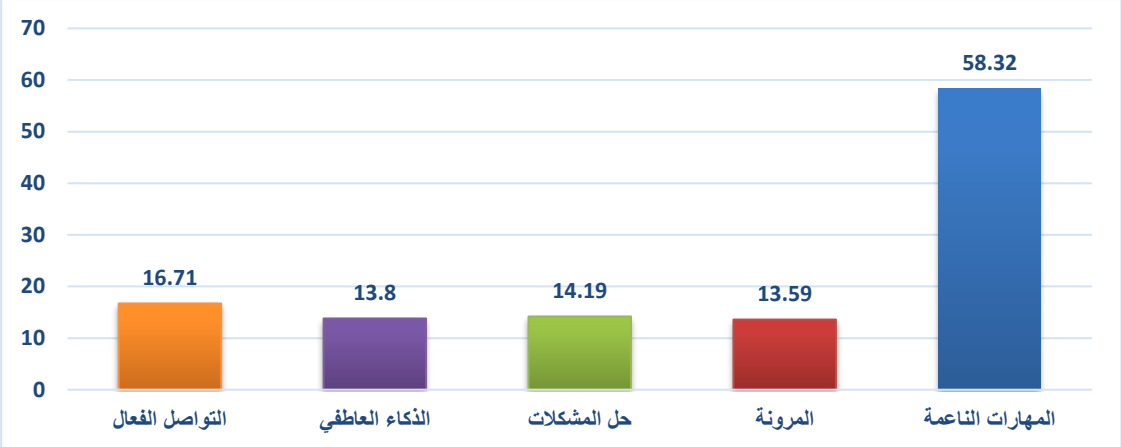
التوزيع النسبي لمستويات استجابات العينة في المهارات الناعمة

أبعاد المهارات الناعمة	عدد الاستجابات ن=٢٠٠						المتوسط الحسابي للمجموع	المستوى
	المستوى المرتفع		المستوى المتوسط		المستوى المنخفض			
	العدد	%	العدد	%	العدد	%		
التواصل الفعال	١٦١	٨٠,٥٪	٣٥	١٧,٥٪	٤	٢,٠٪	١٦,٧١	مرتفع
الذكاء العاطفي	١١٥	٥٧,٥٪	٣٠	١٥,٠٪	٥٥	٢٧,٥٪	١٣,٨٠	متوسط
حل المشكلات	١٢١	٦٠,٥٪	٣١	١٥,٥٪	٤٨	٢٤,٠٪	١٤,١٩	مرتفع
المرونة	١٠٥	٥٢,٥٪	٤٣	٢١,٥٪	٥٢	٢٦,٠٪	١٣,٥٩	متوسط

المهارات الناعمة	١٢٥	٦٢,٥٪	٣٦	٦,٥٪	٣٩	١٩,٥٪	٥٨,٣٢	مرتفع

شكل ٣

متوسطات درجات استجابات العينة في المهارات الناعمة وأبعادها



ثالثاً: التوزيع النسبي لمستويات استجابات العينة في التوافق الزواجي:

يتضح من جدول (٥) أن بُعد التوافق العاطفي سجل مستوًى مرتفعاً، وفي الترتيب الأول لعينة البحث بمتوسط حسابي قدره (١٥,٥١)، يليه بُعد التوافق الاجتماعي في الترتيب الثاني ومستوى مرتفع بمتوسط حسابي قدره (١٤,٧٦)، ثم في الترتيبين الثالث والرابع بُعْدَا التوافق في الأدوار والتوافق الاقتصادي بمستوى متوسط، وكان المتوسط الحسابي (١٣,٩٥ – ١٣,٤٤) على الترتيب، بينما سجلت استبانة التوافق الزواجي متوسطًا حسابيًّا قدره (٥٧,٦٠)، وحازت على مستوى مرتفع.

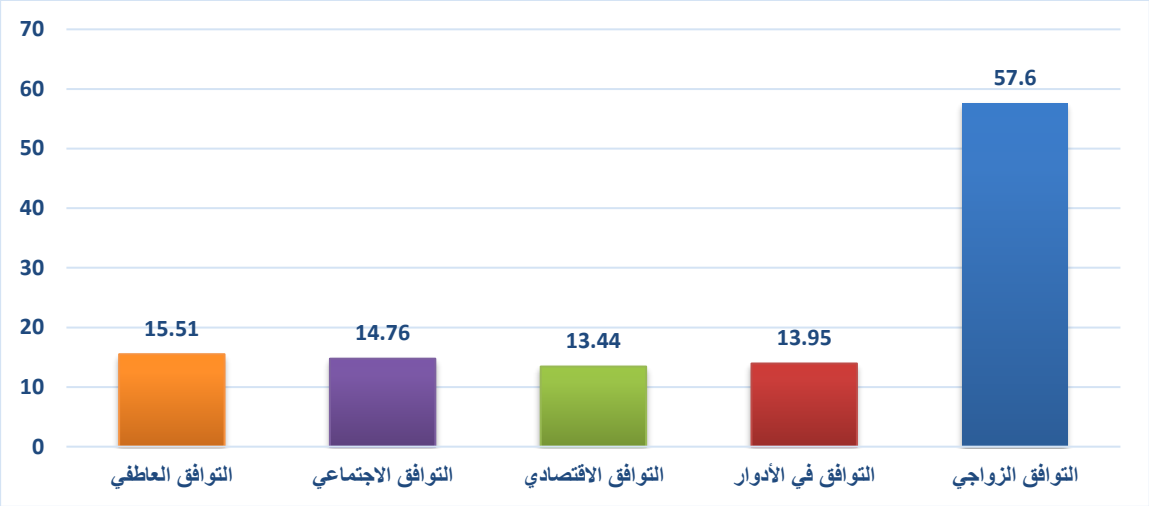
جدول ٥

التوزيع النسبي لمستويات استجابات العينة في التوافق الزواجي

أبعاد التوافق الزواجي	عدد الاستجابات ن=٢٠٠						المتوسط الحسابي للمجموع	المستوى
	المستوى المرتفع		المستوى المتوسط		المستوى المنخفض			
	العدد	%	العدد	%	العدد	%		
التوافق العاطفي	١٤٠	٧٠,٠٪	٢٥	١٢,٥٪	٣٥	١٧,٥٪	١٥,٥١	مرتفع
التوافق الاجتماعي	١١٨	٥٩,٠٪	٦٦	٣٣,٠٪	٦	٣,٠٪	١٤,٧٦	مرتفع
التوافق الاقتصادي	٧٥	٣٧,٥٪	٩٨	٤٩,٠٪	٢٧	١٣,٥٪	١٣,٤٤	متوسط
التوافق في الأدوار	٩٠	٤٥,٠٪	٨٥	٤٢,٥٪	٢٥	١٢,٥٪	١٣,٩٥	متوسط
التوافق الزواجي	١٠٥	٥٢,٥٪	٧٠	٣٥,٠٪	٢٥	١٢,٥٪	٥٧,٦٠	مرتفع

شكل ٤

متوسطات درجات استجابات العينة في التوافق الزواجي وأبعادها



أدوات البحث:

قامت الباحثة بإعداد أدوات البحث، وقد اشتملت على ما يلي:

١– استمارة البيانات العامة:

تضمنت بيانات عن منطقة السكن وتم تقسيمها إلى (حضر – بدو) بترميز (١–٢) على التوالي. العمر، وتم تقسيمه إلى فئات (أقل من ٢٥ سنة – من ٢٥ لأقل من ٣٥ سنة – من ٣٥ لأقل من ٤٥ سنة — من ٤٥ لأقل من ٥٥سنة – ٥٥ سنة فأكثر) بتقييم (١–٢–٣–٤) على التوالي. مدة الزواج (أقل من ٥ سنوات — من ٥ لأقل من ١٠ سنوات — ١٠ سنوات فأكثر) بتقييم (١–٢– ٣– ٤) على التوالي. المستوى التعليمي، وتم تقسيمه إلى (شهادة ابتدائية — شهادة متوسطة – ثانوية– بكالوريوس — دراسات عليا) بتقييم (١–٢–٣–٤–٥) على التوالي، العمل (لا تعمل — تعمل) بتقييم (١–٢) على التوالي. عدد أفراد الأسرة، وتم تقسيمه إلى (أسرة كبيرة الحجم– أسرة متوسطة الحجم — أسرة صغيرة الحجم) بتقييم (١–٢–٣) على التوالي. الدخل الشهري، وتم تقسيمه إلى فئات (أقل من ٥ آلاف ريال – من ٥ آلاف لأقل من ١٠ آلاف – من ١٠ آلاف لأقل من ١٥ آلاف – من ١٥ آلاف لأقل من ٢٠ آلاف – من ٢٠ ألف ريال فأكثر) بتقييم (١–٢–٣–٤–٥) على التوالي.

٢– استبانة المهارات الناعمة لربة الأسرة:

اعتمدت الباحثة على الإطار النظري والدراسات السابقة والاستفادة من ذلك في بناء الاستبانة لجميع المتغيرات، وقد اشتملت الاستبانة على (٢٤) عبارة جميعها موجبة الاتجاه؛ حيث تتضمن أربعة أبعاد هي: (التواصل الفعّال – الذكاء العاطفي – حل المشكلات — المرونة) وضم كل منها ٦ عبارات.

وكانت الاستجابة عن هذه الاستبانة وفقا لمقياس ثلاثي متصل (غالبًا، أحيانًا، نادرًا) بتقييم (٣، ٢، ١) للعبارات (موجبة الاتجاه).

٣– استبانة التوافق الزواجي:

اعتمدت الباحثة على الإطار النظري والدراسات السابقة والاستفادة من ذلك في بناء الاستبانة لجميع المتغيرات، وقد اشتملت الاستبانة على (٢٤) عبارة جميعها موجبة الاتجاه، حيث تتضمن أربعة أبعاد هي: (التوافق العاطفي –التوافق الاجتماعي – التوافق الاقتصادي – التوافق في الأدوار) وضم كل منها ٦ عبارات.

وكانت الاستجابة عن هذه الاستبانة وفقا لمقياس ثلاثي متصل (غالبًا، أحيانًا، نادرًا) بتقييم (٣، ٢، ١) للعبارات (موجبة الاتجاه).

تحديد مستويات كل بعد والدرجة الكلية بِكلٍّ من استبانة المهارات الناعمة واستبانة التوافق الزواجي تم حسابها كالتالي:

بالنسبة إلى كل بعد:

أكبر قيمة = ١٨، وأقل قيمة =٦

المدى= ١٨–٦=١٢

طول الفئة ٣/١٢= ٤

المستوى المنخفض يتراوح من ٦ إلى أقل من ١٠

المستوى المتوسط يتراوح من ١٠ إلى أقل من ١٤

المستوى المرتفع يتراوح من ١٤ إلى ١٨

بالنسبة إلى الدرجة الكلية للاستبانة:

أكبر قيمة = ٧٢، وأقل قيمة =٢٤

المدى= ٧٢–٢٤=٤٨

طول الفئة ٣/٤٨= ١٦

المستوى المنخفض يتراوح من ٢٤ إلى أقل من ٤٠

المستوى المتوسط يتراوح من ٤٠ إلى أقل من ٥٦

المستوى المرتفع يتراوح من ٥٦ إلى ٧٢

صدق أدوات البحث:

قامت الباحثة بحساب صدق الاتساق باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين أبعاد الاستبانة والدرجة الكلية له؛ حيث أسفرت نتائج جدول (١) أن جميع قيم معاملات الارتباط لكل بُعد من أبعاد الاستبانة مع الدرجة الكلية للاستبيان دالة إحصائيًا عند مستوي (٠,٠٠١) لكل من استبانة المهارات الناعمة لربة الأسرة واستبانة التوافق الزواجي.

جدول ١

قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل محور والدرجة الكلية للاستبيان

	محاور الاستبانة	الارتباط	الدلالة
استبانة المهارات الناعمة لربة الأسرة	التواصل الفعّال	٠,٨٩١	٠,٠٠١
	الذكاء العاطفي	٠,٧١٨	٠,٠٠١
	حل المشكلات	٠,٨٥٥	٠,٠٠١
	المرونة	٠,٨١٢	٠,٠٠١
استبانة التوافق الزواجي	التوافق العاطفي	٠,٧١٧	٠,٠٠١
	التوافق الاجتماعي	٠,٨٨٣	٠,٠٠١
	التوافق الاقتصادي	٠,٧٧٤	٠,٠٠١
	التوافق في الأدوار	٠,٧٩٥	٠,٠٠١

ثبات أدوات الدراسة:

قامت الباحثة بحساب ثبات الاستبانة Reliability بمعامل ألفا كرونباخ، حيث بلغت قيمة معامل ألفا كرونباخ استبانة المهارات الناعمة لربة الأسرة (٠,٨٧٧)، واستبانة التوافق الزواجي (٠,٨٩١)، كما تشير نتائج جدول ١/أ إلى أن قيم معاملات ألفا كرونباخ لمحاور استبانة المهارات الناعمة تتراوح بين (٠,٨٦٤ – ٠,٨٩٩)، وكذلك محاور استبانة التوافق الزواجي تتراوح قيم معاملات ألفا كرونباخ بين(٠,٨٤٥ – ٠,٩٨٧)، وهي قيم عالية؛ مما يشير إلى ثبات أدوات الدراسة.

جدول ١/أ

قيم معاملات الفا كرونباخ لثبات محاور الاستبانات

	محاور الاستبانة	قيمة معامل ألفا كرونباخ
استبانة المهارات الناعمة لربة الأسرة	التواصل الفعّال	٠,٨٨٦
	الذكاء العاطفي	٠,٨٩٩
	حل المشكلات	٠,٨٦٤
	المرونة	٠,٨٦٦
استبانة التوافق الزواجي	التوافق العاطفي	٠,٩٨٧
	التوافق الاجتماعي	٠,٨٧١
	التوافق الاقتصادي	٠,٨٦٤
	التوافق في الأدوار	٠,٨٤٥

الأساليب الإحصائية:

تم التحليل الإحصائي باستخدام برنامج SPSSلإجراء المعاملات الإحصائية التالية:

١. معامل ارتباط بيرسون وسبيرمان.

٢. معامل ألفا كرونباخ.

٣. التكرار والنسب المئوية والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري.

٤. اختبار t test لاختبار الفروق.

٥. اختبار One Way ANOVA، واختبار means للتعرُّف على اتجاه الفروق.

٦. اختبار الانحدار الخطى المتعدد بطريقة Inter.

نتائج البحث ومناقشتها

الفرض الأول: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المهارات الناعمة وأبعادها، وبين التوافق الزواجي وأبعاده لدى عينة البحث. تم حساب معاملات ارتباط بيرسون لاختبار العلاقة الارتباطية بين متغيرات الدراسة السابقة الذكر، وقد أسفرت النتائج الموضحة بجدول (٦) عن أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (٠,٠٠١) بين المهارات الناعمة والتوافق الزواجي، مما يشير إلى أنه كلما ارتفعت درجة المهارات الناعمة لدى ربات الأسر من عينة البحث ارتفعت درجة التوافق الزواجي لديهن. وتوجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (٠,٠٠١) بين التواصل الفعال وكل من التوافق العاطفي والتوافق في الأدوار والتوافق الزواجي، وعند مستوى دلالة (٠,٠١) بين التواصل الفعال وكل من التوافق الاجتماعي والتوافق الاقتصادي؛ فالأزواج الذين يمتلكون مهارات التواصل الجيد يمكن لبعضهم فهم احتياجات بعض وأفكارهم بشكل أعمق؛ مما يسهم في تقليل الخلافات الأسرية. وقد اتفقت هذه النتائج مع دراسة القرني وآل شويل (٢٠١٩)، والتي أظهرت النتائج أن الأزواج الذين يمتلكون مهارات التواصل الفعّال، مثل الاستماع النشط والقدرة على التعبير عن المشاعر بوضوح، يتمتعون بتوافق زواجي أعلى.

وأوضح (Lammers et al., 2011) أن الأزواج الذين يتمتعون بمهارات التواصل الجيد يظهرون مستويات أعلى من التفاهم والرضا الزواجي، فالتواصل الفعّال يسمح لكل طرف بالتعبير عن نفسه وفهم احتياجات الآخر؛ مما يسهم في حل المشكلات بطريقة هادئة ومنطقية. ووجدت علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (٠,٠٠١) بين الذكاء العاطفي وكل من التوافق العاطفي والتوافق الاجتماعي والتوافق في الأدوار والتوافق الزواجي، وعند مستوى دلالة (٠,٠١) بين الذكاء العاطفي والتوافق الاقتصادي، وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (Gottman, 2022)في أن الذكاء العاطفي يعزز من القدرة على التعامل مع الضغوط الزوجية، وأن الأزواج الذين يمتلكون ذكاءً عاطفيًّا أعلى يكونون أكثر قدرة على التكيف مع التحديات الزوجية وحل النزاعات بشكل بنّاء.

ووجدت علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (٠,٠٠١) بين حل المشكلات وكل من التوافق العاطفي والتوافق الاجتماعي والتوافق الاقتصادي والتوافق في الأدوار والتوافق الزواجي؛ مما يوضح أنه كلما كانت قدرة ربة الأسرة على حل المشكلات بطريقة هادئة والتفاوض مع الزوج ساهم ذلك في الحفاظ على استقرار الأسرة ونجاح العلاقة الزوجية؛ فمهارة حل المشكلات تساعد على توازن الأدوار في الأسرة وتساعد في اتخاذ القرارات المشتركة وتراعي احتياجات الطرفين.

أظهرت دراسة (Sullivan et al., 2010) أن الأزواج يتفاوضون على اختلافاتهم في الرأي في إنتاج تغييرات سلوكية تنبئ لاحقًا بالرضا الزوجي والاستقرار؛ فقد أكدت النتائج أن القدرة على التفاوض حول الأزمات والمشاكل اليومية دون تصعيد يؤدي إلى تقوية العلاقة الزوجية، كما أن الأزواج الذين يمتلكون هذه المهارات يتمكنون من الحفاظ على استقرار العلاقة في أوقات الأزمات، مثل الأزمات المالية أو الضغوط الاجتماعية، ووجدت علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠,٠٠١) بين المرونة وكل من التوافق العاطفي والتوافق في الأدوار والتوافق الزواجي، وعند مستوى دلالة (٠,٠١) بين التواصل الفعال وكل من التوافق الاجتماعي والتوافق الاقتصادي. وقد أشار Daks & Rogge, (2020) إلى أن المرونة في الأسرة أمرٌ بالغ الأهمية للحفاظ على التماسك الأسري والقدرة على التعامل مع الضغوطات والتعزيز من القدرة على التكيف مع التحديات الحياتية؛ مما يؤدي إلى تقليل مستويات التوتر والصراعات الأسرية؛ بالتالي يساهم في تحسين الصحة النفسية والجسدية لجميع أفراد الأسرة.

وأكد (Schofield, 2001) أن المرونة تساعد الأم على المحافظة على توازن صحي بين الأدوار المختلفة في حياتها، مما يتيح لها التعامل مع التحديات الجديدة بأقل قدر من القلق. ووجدت علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠,٠٠١) بين المهارات الناعمة وكل من التوافق العاطفي والتوافق الاجتماعي والتوافق الاقتصادي والتوافق في الأدوار والتوافق الزواجي. وأوضحت دراسة (Brown, 2018) أن الأزواج الذين يتمتعون بمهارات اجتماعية قوية مثل الدعم العاطفي، والتعاون الفعّال في الأعمال المنزلية يحققون توافقًا زواجيًا أفضل، والأزواج الذين أظهروا قدرة على التكيف مع التغيرات الحياتية مثل الانتقال إلى مدن جديدة أو التغيرات المالية كانوا أكثر استقرارًا وأقل عرضة للطلاق.

وترى الباحثة أن استخدام المهارات الناعمة يمكن أن يساعد الزوجين على تحقيق التوازن في العلاقة الزوجية، فالقدرة على التواصل وحل المشكلات والمرونة والذكاء العاطفي كل ذلك يعزز التوافق الزواجي.

جدول ٦

قيم معاملات ارتباط بيرسون بين المهارات الناعمة وأبعادها والتوافق الزواجي وأبعاده

المتغيرات	التوافق العاطفي	التوافق الاجتماعي	التوافق الاقتصادي	التوافق في الأدوار	التوافق الزواجي
التواصل الفعال	٠,٨٢٦***	٠,٣٢٨**	٠,٣٤٧**	٠,٨٣٣***	٠,٦١٧***
الذكاء العاطفي	٠,٨٩٧***	٠,٦٨٣***	٠,٣١٩**	٠,٧٠٥***	٠,٥٩٨***
حل المشكلات	٠,٦٦٩***	٠,٧٦٥***	٠,٨٤٤***	٠,٦٢٣***	,٧٠٣***
المرونة	٠,٧٥١***	٠,٣٣٩**	٠,٣٢٤**	٠,٨٧١***	٠,٥٨٩***
المهارات الناعمة	٠,٨٤١***	٠,٦٢٠***	٠,٤٠٨***	٠,٧٩٩***	٠,٦٩٩***

*** معنوية عند مستوى (٠,٠٠١) ** معنوية عند مستوى (٠,٠١)

الفرض الثاني: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المهارات الناعمة وأبعادها، والتوافق الزواجي وأبعاده، وبعض المتغيرات الاجتماعية الاقتصادية (العمر– مدة الزواج – المستوى التعليمي – الدخل الشهري).

تم حساب معاملات ارتباط سبيرمان لاختبار العلاقة الارتباطية بين متغيرات الدراسة السابقة الذكر، وقد أسفرت النتائج الموضحة بجدول (٧) أنه توجد علاقات ارتباطية دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متغير العمر وكل من متغيرات (التواصل الفعال – حل المشكلات – المرونة – المهارات الناعمة – التوافق الاقتصادي – التوافق في الأدوار – التوافق الزواجي)، مما يشير إلى أنه بزيادة عمر ربة الأسرة تزيد لديها المهارات الناعمة والتوافق الزواجي؛

حيث يميل الأفراد إلى اكتساب مهارات أكبر في التعامل مع المواقف والمشكلات الاجتماعية والمهنية بسبب الخبرة والنضج، وربات الأسر الكُبريات سنًّا يمتلكن مهارات أقوى في التواصل مع أفراد الأسرة؛ وذلك بسبب الخبرة التي اكتسبنها على مر السنين في التعامل مع مواقف حياتية معقدة، كما يمتلكن قدرة أفضل على اتخاذ القرارات العقلانية وإيجاد حلول فعّالة للمشاكل التي تواجههن في الأسرة؛ حيث إن الخبرة الطويلة في إدارة شئون المنزل والعلاقات الأسرية تمنحهن القدرة على التفكير المنطقي وتحليل المواقف بشكل أكثر دقة ومرونة وقدر أكبر من التوافق الزواجي.

توجد علاقات ارتباطية موجبة دالة إحصائيًّا بين متغير مدة الزواج وكل من (التواصل الفعال – المرونة – التوافق الاقتصادي) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، وكل من (حل المشكلات – التوافق العاطفي – التوافق الاجتماعي) عند مستوى دلالة (٠,٠٠١)، ومع المهارات الناعمة عند مستوى دلالة (٠,٠١)، مما يدل على أن الأزواج الذين قضوا وقتًا أطول في الزواج لديهم مهارات ناعمة بشكل أكبر مقارنة بالأزواج الجُدُد، وتوافق عاطفة واجتماعي أكثر نتيجة الخبرة المكتسبة من طول مدة الزواج. وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة القرني وآل شويل (٢٠١٩) على أن زيادة عدد السنوات له دور مهم في تحقيق الرضا الزواجي من خلال استخدام الزوجات مهارات الاتصال البناء.

توجد علاقات ارتباطية موجبة دالة إحصائيًّا بين متغير المستوى التعليمي وكل من (المهارات الناعمة – التوافق الاجتماعي) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، وكل من (التوافق الاقتصادي – التوافق الزواجي) عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وكل من (حل المشكلات والتوافق في الأدوار) عند مستوى دلالة (٠,٠٠١). فالجانب التعليمي يعد من العوامل المؤثرة في قدرة ربة الأسرة على تعلم المهارات الناعمة وتطبيقها، فالتعليم يؤدي دورًا أساسيًّا في تكوين الشخصية وتطوير القدرات المختلفة.

توجد علاقات ارتباطية موجبة دالة إحصائيًّا بين متغير الدخل الشهري وكل من (حل المشكلات – المرونة – التوافق الاقتصادي – التوافق في الأدوار) عند مستوى دلالة (٠,٠٠١)، ومع المهارات الناعمة عند مستوى دلالة (٠,٠١)، ومع التوافق الزواجي عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

جدول ٧

قيم معاملات ارتباط سبيرمان بين المهارات الناعمة والتوافق الزواجي وأبعادهما وبعض المتغيرات الاجتماعية الاقتصادية

متغيرات الدراسة		العمر	مدة الزواج	المستوى التعليمي	الدخل الشهري
استبانة المهارات الناعمة	التواصل الفعال	٠,٣٧٩*	٠,٣٨٥*	٠,٠١٦	٠,٠٢٩
	الذكاء العاطفي	٠,٠٦٧	٠,٠٣٣	٠,٠٢٥	٠,٠٣١
	حل المشكلات	٠,٣٩٩*	٠,٧١٣***	٠,٨٧٠***	٠,٦٢٢***
	المرونة	٠,٣٤٩*	٠,٣٥٥*	٠,٠٢٥	٠,٧٦٠***
	المهارات الناعمة	٠,٣٨٨*	٠,٤١١**	٠,٣٣٠*	٠,٤٩٨**
استبانة التوافق الزواجي	التوافق العاطفي	٠,٠١٥	٠,٦٤٦***	-٠,٠٥٣	-٠,٠٥١
	التوافق الاجتماعي	٠,٠٢٦	٠,٧١١***	٠,٢٩٩*	٠,٠٤٤
	التوافق الاقتصادي	٠,٣٦٧*	٠,٣٣٣*	٠,٤٠٤**	٠,٧٤٤***

متغيرات الدراسة	العمر	مدة الزواج	المستوى التعليمي	الدخل الشهري
التوافق في الأدوار	٠,٣٦٩*	٠,٣٨٧*	٠,٦٤٧***	٠,٦٠٩***
التوافق الزواجي	٠,٣١٧*	٠,٤٦٦*	٠,٤١٢**	٠,٣٦٤*

*** مستوى معنوية (٠,٠٠١)　　** مستوى معنوية (٠,٠١)　　* مستوى معنوية (٠,٠٥)

الفرض الثالث: توجد فروق دالة إحصائيًا بين ربات الأسر العاملات وغير العاملات من عينة البحث في درجة المهارات الناعمة وأبعادها، والتوافق الزواجي وأبعاده.

تَمَّت دراسة الفروق بين ربات الأسر العاملات وغير العاملات من عينة البحث باستخدام اختبار t test تعرف الاتجاه والدلالة للفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة في المتغيرات السابقة الذكر. وقد أسفرت نتائج جدول (٨) عن وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠,٠٠١) في متغيرات حل المشكلات والتوافق الاقتصادي بين ربات الأسر العاملات وغير العاملات من عينة البحث لصالح العاملات، بينما لم توجد فروق دالة إحصائيًا في بقية المتغيرات.

وتفسر الباحثة ذلك بأن العمل يتيح لربة الأسرة العاملة الخبرات المتعددة، والتي تساعدها في كيفية تناول المشكلات وإيجاد حلول عملية لها، كما أن الراتب الذي تتقاضاه يساعد في وضع بعض حلول للمشكلات الاقتصادية؛ مما يساعد في التوافق الاقتصادي مع الزوج. وقد اتفقت مع نتيجة دراسة حنا (٢٠١٥) في أنه لا توجد فروق دالة إحصائيًا في مستوى مهارات التواصل الزواجي لدى النساء في المجتمع السعودي تبعًا لمتغير (وجود عمل)، ومع نتيجة دراسة القرني وآل شويل (٢٠١٩). واتفقت مع دراسة إبراهيم (٢٠٢٠) حيث وَجَدَتْ فروق في أساليب التفاوض مع الزوج وحل المشكلات في المواقف الحياتية المختلفة لصالح العاملات من النساء، واختلفت مع نتائج دراسة أحمد ومرعى (٢٠١٦)، والتي أوضحت وجود فروق دالة معنويًا في الذكاء الانفعالي لصالح العاملات.

جدول ٨

دلالة الفروق بين متوسطات درجات عينة البحث في متغيرات المهارات الناعمة والتوافق الزواجي تبعاً للعمل

المتغيرات		عاملات ن=٨٥		غير عاملات ن=١١٥		قيمة "ت"	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
استبانة المهارات الناعمة	التواصل الفعال	١٦,٩٨	١,٠٣٣	١٧,٠٦	١,٠٣٣	١,١٨٠	غير دال	–
	الذكاء العاطفي	١٣,٧٠	٢,١٤٢	١٣,٩٧	٢,٣٤٠	١,٣٤٤	غير دال	–
	حل المشكلات	١٦,٧٩	١,٧٨٨	١٤,٨٨	٢,١٠١	٦,٨١٥	٠,٠٠١	العاملات
	المرونة	١٤,٠٨	٣,٨٠٠	١٤,٧٩	٢,٤٠٩	١,٤٠١	غير دال	–
	المهارات الناعمة	٦١,٥٥	٨,٧٦٣	٦٠,٧١	٧,٨٨٣	١,٠٦٥	غير دال	–
استبانة التوافق الزواجي	التوافق العاطفي	١٥,١١	١,٠٠٧	١٥,٨٨	١,٦٦٣		غير دال	–
	التوافق الاجتماعي	١٥,٨١	١,٩٢٢	١٥,٩٣	٢,٨٤١		غير دال	–

المتغيرات	عاملات ن=٨٥		غير عاملات ن=١١٥		قيمة "ت"	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
التوافق الاقتصادي	١٦,٠١	٢,٢٤٤	١٤,٤٤	٢,٦١١	٦,٩٧١	٠,٠٠١	العاملات
التوافق في الأدوار	١٤,٦١	٢,٠٠٨	١٤,٦٩	٢,٩٧٧		غير دال	–
التوافق الزواجي	٦١,٥٤	٧,١٨١	٦٠,٩٤	١٠,٠٩٢		غير دال	–

الفرض الرابع: توجد فروق دالة إحصائيًا بين ربات الأسر من عينة البحث في المهارات الناعمة وأبعادها، والتوافق الزواجي وأبعاده، تبعا تبعا لحجم الأسرة.

قامت الباحثة بتحليل التباين في متوسطات درجات عينة البحث في متغيرات المهارات الناعمة والتوافق الزواجي تبعا لحجم الأسرة باستخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه One Way ANOVA، وقد أسفرت النتائج الموضحة في جدول (٩) عن وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠,٠٥) في التوافق الاقتصادي والتوافق في الأدوار، تبعا لحجم الأسرة، بينما لم توجد فروق دالة إحصائيًا في بقية متغيرات المهارات الناعمة والتوافق الزواجي، تبعا لحجم الأسرة.

جدول ٩

تحليل التباين لمتغيرات المهارات الناعمة والتوافق الزواجي تبعا لحجم الأسرة

المتغيرات		مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
التواصل الفعال	بين المجموعات	١,٤٢٣	٢	٠,٧١٢	٠,٨٧٤	غير دال
	داخل المجموعات	١٦٦٩,٤٢٤	١٩٧	٥,٢٦٦		
	الكلى	١٦٧٠,٨٤٧	١٩٩			
الذكاء العاطفي	بين المجموعات	٦,٠٤٥	٢	٣,٠٢٢	٠,٦٨٠	غير دال
	داخل المجموعات	٢٤٧٩,٢٥٢	١٩٧	٧,٨٢١		
	الكلى	٢٤٨٥,٢٩٧	١٩٩			
حل المشكلات	بين المجموعات	٧,١٠٢	٢	٣,٥٥١	٠,٥٧١	غير دال
	داخل المجموعات	٢٠٠٢,٨٤٨	١٩٧	٦,٣١٨		
	الكلى	٢٠٠٩,٩٥٠	١٩٩			
المرونة	بين المجموعات	٦,١٧٠	٢	٢,٥١٦	٠,٧٧٣	غير دال
	داخل المجموعات	١٧٤٧,٦٣٠	١٩٧	٣,٢٥٥		
	الكلى	١٧٥٣,٨٠٠	١٩٩			
المهارات الناعمة	بين المجموعات	١١,٤٤٣	٢	٥,٧٢٢	٠,٨٠٣	غير دال

المتغيرات		مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
	داخل المجموعات	٢٢٥٨,٠٥٤	١٩٧	٧,١٢٣		
	الكلي	٢٢٦٩,٤٩٧	١٩٩			
التوافق العاطفي	بين المجموعات	٠,٨١٦	٢	٠,٤٠٨	٠,٩٩٤	غير دال
	داخل المجموعات	٢١٠٩٩,٠٥٦	١٩٧	٦٦,٥٥٩		
	الكلي	٢١٠٩٩,٨٧٢	١٩٩			
التوافق الاجتماعي	بين المجموعات	١٧,٣١٧	٢	٨,٦٥٨	١,٤٧٩	غير دال
	داخل المجموعات	١٨٥٥,٤٨٠	١٩٧	٥,٨٥٣		
	الكلي	١٨٧٢,٧٩٧	١٩٩			
التوافق الاقتصادي	بين المجموعات	٢٧,٣٩٣	٢	١٣,٦٧٩	٣,٨٥٢	٠,٠٥
	داخل المجموعات	١٥٢٢,٤٠٧	١٩٧	٤,٨٠٣		
	الكلي	١٥٤٩,٨٠٠	١٩٩			
التوافق في الأدوار	بين المجموعات	٤٦,٢١٤	٢	٢٣,١٠٧	٤,٣٦٧	٠,٠٥
	داخل المجموعات	١٦٧٧,٣٣٣	١٩٧	٥,٢٩١		
	الكلي	١٧٢٣,٥٤٧	١٩٩			
التوافق الزواجي	بين المجموعات	٤٠٠,٢٩٠	٢	٢٠٠,١٤٥	١,٠٠٦	غير دال
	داخل المجموعات	٣١٦٣٢,٧١٠	١٩٧	٩٩,٧٨٨		
	الكلي	٣٢٠٣٣,٠٠٠	١٩٩			

وبإجراء اختبار Means لتعرُّف على اتجاه الفروق بين أفراد عينة الدراسة، تبعًا لحجم الأسرة، في متغيري التوافق الاقتصادي والتوافق في الأدوار، فقد أسفرت النتائج الموضحة بجدول (١٠) عن أن الفروق في متغيري التوافق الاقتصادي والتوافق في الأدوار لصالح الأسر ذات الحجم المتوسط.

جدول ١٠

متوسطات درجات عينة الدراسة في متغيري التوافق الاقتصادي والتوافق في الأدوار تبعاً لحجم الأسرة

حجم الأسرة	التوافق الاقتصادي	التوافق في الأدوار
أسرة كبيرة (٧ أفراد فأكثر)	١٤,٢١	١٣,٩٩
أسرة متوسطة (٥-٦ أفراد)	١٦,٩٨	١٧,٠١
أسرة صغيرة (٤ أفراد فأقل)	١٥,٨٠	١٤,٣٦

الفرض الخامس: تتأثر الدرجة الكلية للتوافق الزواجي بالمتغيرات الاجتماعية الاقتصادية ومتغيرات المهارات الناعمة لدى عينة البحث.

ولتعرُّف أكثر متغيرات الدراسة تأثيرًا في الدرجة الكلية للتوافق الزواجي تم حساب معادلة الانحدار بطريقة inter بإدخال متغيرات الدراسة في معادلة الانحدار الخطي المتعدد وقد أسفرت نتائج الانحدار بجدول (١١) عن أن القوة التفسيرية لنموذج الانحدار الخطي المتعدد قوية، حيث بلغت قيمة F(٢٢,٨٧٢) عند مستوى معنوية (٠,٠٠١)، وأن قيم معاملات الارتباط الثلاث، وهي معامل الارتباط البسيط R بلغت (٠,٦٠٩)، ومعامل التحديد R2 (٠,٣٧٠)، ومعامل التحديد المصحح R2 (٠,٣٥٤)، وأظهرت النتائج أن متغير حل المشكلات احتل الترتيب الأول في تأثيره في التوافق الزواجي ، حيث بلغت قيمة T (٤,٧١٨) عند مستوى معنوية (٠,٠٠١)، يليه في الترتيب متغير التواصل الفعال عند مستوى معنوية (٠,٠٠١)، وجاء في الترتيب الثالث متغير المرونة عند مستوى معنوية (٠,٠٥)، وجاء في الترتيب الرابع متغير مدة الزواج عند مستوى معنوية (٠,٠٥)، ثم في الترتيب الخامس والأخير متغير الذكاء العاطفي عند مستوى معنوية (٠,٠٥). وقد استطاعت المتغيرات السابقة الذكر أن تفسر ٣٥,٤٪ من التباين الحادث في التوافق الزواجي، وقد تم استبعاد بقية المتغيرات لعدم وجود تأثير معنوي لها في الدرجة الكلية للتوافق الزواجي.

جدول ١١

نتائج الانحدار الخطي المتعدد لبيان أثر المتغيرات المستقلة على الدرجة الكلية للتوافق الزواجي

المتغيرات الداخلة في معادلة الانحدار	معامل الانحدار	قيمة t	مستوى الدلالة	ترتيب المتغير
العمر	٠,٠٧١	١,٥٣٧	غير دال	–
مدة الزواج	٠,١٢٨	٢,٤١٦	٠,٠٥	٤
المستوى التعليمي	٠,٠١٥	٠,٣٢٩	غير دال	–
الدخل الشهري	٠,٠٧٩	١,٧٤٨	غير دال	–
التواصل الفعال	٠,٢٥٥	٤,٥٥٧	٠,٠٠١	٢
الذكاء العاطفي	٠,١٢٢	٢,١٩٤	٠,٠٥	٥
حل المشكلات	٠,٢٧٥	٤,٧١٨	٠,٠٠١	١
المرونة	٠,١٣٩	٢,٥٢٤	٠,٠٥	٣
معامل الارتباط البسيط R			٠,٦٠٩	
معامل التحديد R Square			٠,٣٧٠	
معامل التحديد المصحح Adjusted R Square			٠,٣٥٤	
قيمة F			٢٢,٨٧٢***	

** مستوى معنوية ٠,٠٠١

توصيات البحث

١. تضمين المهارات الناعمة في المناهج التعليمية والتدريبية منذ المراحل الأولى، بما في ذلك المدارس والمراكز المجتمعية، كما يجب توجيه الأفراد إلى أهمية هذه المهارات في الحياة الزوجية والأسرية.

٢. توفير الأسر بيئة داعمة لربات الأسرة لتطوير مهارات التواصل وحل المشكلات من خلال الحوار المفتوح والمناقشات البناءة داخل المنزل، وتشجيع الأزواج على تبني ثقافة الحوار المفتوح، حيث يمكن لكل طرف التعبير عن مشاعره واحتياجاته بحرية ودون خوف من الانتقاد؛ مما يساهم في تعزيز التفاهم والتوافق الزواجي.

٣. تفعيل دور المؤسسات المجتمعية، مثل الجمعيات الأسرية والمراكز الثقافية، في نشر الوعي حول أهمية المهارات الناعمة في الحياة الأسرية من خلال ورش العمل، والندوات التثقيفية، وبرامج تدريبية، ودورات متخصصة لربات الأسر والأزواج، لتعزيز مهارات التواصل، والذكاء العاطفي، وحل المشكلات.

٤. دعم الإعلام المحلي في نشر الوعي حول المهارات الناعمة لربات الأسر من خلال برامج التوعية في التلفزيون أو الإذاعة أو مواقع التواصل الاجتماعي، وتصميم برامج تعليمية خاصة تعزز من قدراتهن وتساعدهن في تطبيق هذه المهارات بفاعلية في حياتهن اليومية.

مقترحات البحث

يقترح البحث إجراء مزيد من الأبحاث حول المواضيع التالية:

١. المهارات الناعمة لربة الأسرة وعلاقتها بإدارة النزاعات الأسرية

٢. أثر تبنى استراتيجيات المهارات الناعمة للزوجين في القيادة التربوية للأبناء

٣. المرونة النفسية وأثرها في قدرة ربة الأسرة في التعامل مع الضغوط والمشاعر السلبية

المراجع

أولاً: المراجع العربية

إبراهيم، هند محمد. (٢٠٢٠). استراتيجيات إدارة التفاوض بين الزوجين كما تدركها الزوجة وعلاقتها بدافعيتها للإنجاز. *مجلة بحوث عربية في مجالات التربية النوعية، ١٧*، ١٦٥ – ٢١٢.

أحمد، سماح عبد الفتاح عبد الجواد، ومرعي، حنان إبراهيم عواد أحمد. (٢٠١٦). الذكاء الانفعالي وعلاقته بإدارة الأزمات كما تدركه ربة الأسرة: دراسة مقارنة بين مصر والسعودية. *مجلة دراسات وبحوث التربية النوعية*، ٢ (٢)، ٨٩ – ١٩٣.

بوحوش، عمار، والذنيبات، محمد. (٢٠٠٩). *مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث (الطبعة الخامسة)*. ديوان المطبوعات الجامعية.

حنا، حنان حنا عزيز. (٢٠١٥). التواصل الاجتماعي لربة الأسرة وعلاقته بالممارسات الإدارية الخاصة بإدارة الذات لأبنائها في مرحلة المراهقة. *مجلة بحوث التربية النوعية*، ٤٠، ٧٨ – ١١٠.

جولمان، دانيال – ترجمة: عبد الحليم عبد الله. (١٩٩٩). *الذكاء العاطفي*. مكتبة العبيكان.

الزعبي، محمد مصلح محمد. (٢٠١٤). الجانب العاطفي وأثره فى استقرار الحياة الزوجية فى ضوء السنة النبوية. *مجلة المنارة للبحوث والدراسات*، ٢٠(٢)، ١٠٧ – ١٣٩.

عالم، هدى محمد (١٤١٦هـ). *بعض المتغيرات الاجتماعية والثقافية التي تؤدي إلى الطلاق*. [رسالة ماجستير غير منشورة]، جامعة الملك عبد العزيز.

عبد الهادي، نبيل أحمد (٢٠٠٤). *نماذج تربوية تعليمية معاصرة*. دار وائل للنشر والتوزيع، عمان.

العتيبي، ياسر (٢٠١٢). *الذكاء العاطفي في الأسرة*، دار الفكر المعاصر.

العدل، عادل محمد محمود، ووردة، صلاح شريف عبد الوهاب. (٢٠٠٣). القدرة على حل المشكلات ومهارات ما وراء المعرفة لدى العاديين والمتفوقين عقلياً. *مجلة كلية التربية*، ٣ (٢٧)، ١٨١ – ٢٥٨.

القرني، محمد ضيف الله محمد آل قاسم، وآل شويل، سعيد بن أحمد سعيد. (٢٠١٩). الاتجاه نحو الحوار الأسري وعلاقته بالتوافق الزواجي لدى عينة من الأزواج في محافظة بلقرن. *مجلة كلية التربية*، ٣٥ (١)، ١ – ٣٨.

مسعود. وفاء خير. (٢٠٠٠). *علاقة التوافق الزواجي بالتنميط الجنسي لطفل ما قبل المدرسة من ٤–٦ سنوات* [رسالة ماجستير غير منشورة]، جامعة عين شمس.

النجار، سناء محمد أحمد عبدالله، وعبدالعاطى، فاطمة محمد أبو الفتوح. (٢٠٢١). مقومات المرونة الأسرية كما تدركها الزوجة وانعكاسها على إدارة الضغوط الحياتية في ظل جائحة كورونا. *مجلة الاقتصاد المنزلي*، ٣٧ (٢)، ٣١٥ – ٣٦٤.

يونس، ثناء محمود (٢٠٢١). مشكلات الأسرة المصرية في ضوء التغييرات العالمية المعاصرة، *مجلة البحث في التربية وعلم النفس*، ٣٦ (١)، ٢٠٩–٢٤٠.

ثانياً: المراجع الأجنبية

Ahmadi, K., Mahdi Nabipoor Ashrafi, S., Ali Kimiaee, S., & Afzali, M. H. (2010). Effect of family problem-solving on marital satisfaction. *Journal of applied sciences*, *10*(8), 682-687. https://doi.org/10.3923/jas.2010.682.687

Aldwin, C. M. (2007). Stress, coping, and development: An integrative perspective (2nd ed.). The Guilford press.

Amato, P. R., & Previti, D. (2003). People's reasons for divorcing: Gender, social lass, the life course, and adjustment. *Journal of family issues*, *24*(5), 602-626. https://doi.org/10.1177/0192513x03024005002

Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, *18* (Suppl), 13–25.

Bonanno, G. A. (2008). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *Psychological Trauma Theory Research Practice and Policy*, *S*(1), 101–113. https://doi.org/10.1037/1942-9681.s.1.101

Brown, D. (2018). The Role of Social Skills in Marital Compatibility Among Couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, *35*(2), 115-128.

Conger, R. D., Ge, X. J., & Lorenz, F. O. (2020). Economic stress and marital relations. In *Families in troubled times*, 187-203. Routledge. https://doi.org/10.4324/9781003058809-12

Cummings, E. M., & Davies, P. T. (2010). *Marital conflict and children: An emotional security perspective*. The Guilford Press.

Daks, J. S., & Rogge, R. D. (2020). Examining the correlates of psychological flexibility in romantic relationship and family dynamics: A meta-analysis. *Journal of Contextual Behavioral Science*, *18*, 214-238. https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.09.010

Dew, J. (2008). Debt changes and marital satisfaction changes in recently married couples. *Family Relations*, *57*(1), 60–71. https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2007.00483.x

Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ for character, health and lifelong achievement.* New York. Bantam Books.

Goleman, D., & Boyatzis, R. (2008). Social intelligence and the biology of leadership. *Harvard business review*, *86*(9), 74-81, 136.

Gottman, J. M., & Silver, N. (2022). *The Seven Principles for Making Marriage Work*. Harmony Books.

Hanh, T. N. (2013). *The art of communication*. Harper One.

Harker, L. (2002). "The Role of Emotional Intelligence in Marital Satisfaction." *Journal of Family Psychology*, 16(4), 493-502.

Heckman, J. J., & Kautz, T. (2012). Hard evidence on soft skills. *Labour economics*, *19*(4), 451-464. https://doi.org/10.1016/j.labeco.2012.05.014

Markman, H. J., Stanley, S. M., & Blumberg S. L. (2010). *Fighting for Your Marriage*, John Wiley & Sons.

Huston, T. L., Caughlin, J. P., Houts, R. M., Smith, S. E., & George, L. J. (2001). The connubial crucible: newlywed years as predictors of marital delight, distress, and divorce. *Journal of personality and social psychology*, *80*(2), 237-252. https://doi.org/10.1037/0022-3514.80.2.237

Molloy J. T. (2008). *Why Men Marry Some Women and Not Others*. Grand Central Publishing.

Karney, B. R. (2021). Socioeconomic status and intimate relationships. *Annual review of psychology*, *72*, 391-414. https://doi.org/10.1146/annurev-psych-051920-013658

Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The Longitudinal Course of Marital Quality and Stability: A Review of Theory, Methods, and Research. *Psychological Bulletin*, *118*(1), 3-34. https://doi.org/10.1037/0033-2909.118.1.3

Kazim, S. M., & Rafique, R. (2021). Predictors of marital satisfaction in individualistic and collectivist cultures: A mini review. *Journal of research in psychology*, *3*, 55-67. https://doi.org/10.31580/jrp.v3i1.1958

Knapp, M. L., Vangelisti, A. L., & Caughlin, J. P. (2014). *Interpersonal communication and human relationships*. 7th ed. Allyn & Bacon.

Lammers, J., Jordan, J., Pollmann, M., & Stapel, D. A. (2011). *Power In Relationships and Intimate Partner Violence. Psychological Science, 22*(1), 1-7. https://doi.org/10.1177/0956797610392928

Minnotte, K. L., Minnotte, M. C., & Bonstrom, J. (2015). Work–family conflicts and marital satisfaction among US workers: Does stress amplification matter? *Journal of Family and Economic Issues*, *36*, 21-33. https://doi.org/10.1007/s10834-014-9420-5

Murray, C. J., Thompson, K. C. Liu, Jenkins, T. M. (2020). *Emotional Support and Marital Satisfaction: The Role of Coping Mechanisms in Marriage. Journal of Family Psychology, 34*(2), 145-157.

Nielsen, J. (2010). *Effective communication skills*. McGraw-Hill.

Robles, M. M. (2012). Executive Perceptions of the Top 10 Soft Skills Needed in Today's Workplace. *Business Communication Quarterly*, *75*(4), 453-465. https://doi.org/10.1177/1080569912460400

Rzepa, S. R., & Weissman, M. (2024). Social adjustment scale self-report (SAS-SR). In *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research*, 6501-6504. Springer International Publishing.

Schofield, G. (2001). Resilience and family placement: A lifespan perspective. *Adoption & fostering*, *25*(3), 6-19. https://doi.org/10.1177/030857590102500303

Sullivan, K. T., Pasch, L. A., Johnson, M. D., & Bradbury, T. N. (2010). Social support, problem solving, and the longitudinal course of newlywed marriage. *Journal of personality and social psychology*, *98*(4), 631-644. https://doi.org/10.1037/a0017578

Van Poppel, M., Brooks, L. F., Bakker, A. J. M. (2019). Life Transitions and Marital Satisfaction: The Role of Flexibility and Adaptation. *Journal of Social and Personal Relationships, 36*(4), 687-706.

Walsh, F. (1996). The concept of family resilience: Crisis and challenge. *Family process*, *35*, 261-281. https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1996.00261.x