تنظيم الذات وعلاقته بالتوافق الزواجي لدى عينة من طالبات الجامعة المتزوجات

م.د زمان سعود فليح

وزارة التربية / المديرية العامة لتربية بابل

Self-regulation and its relationship to marital compatibility among a sample of married female university students

Dr. Zaman Saud Flayyih

Ministry of Education / Directorate General of Babylon

Zmnsycho@mmail.com

الملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى بحث العلاقة بين التنظيم الذاتي والتوافق الزواجي لدى عينة من طالبات الجامعة المتزوجات، ومعرفة مستوى التنظيم الذاتي والتوافق الزواجي لدى العينة، بالإضافة الى معرفة الفروق بين المتغيرات المذكورة اعلى تبعا إلى متغير التخصص (علمي– إنساني)، ولغرض التحقق من ذلك قام الباحث بتبني مقياس باندي ومور لتنظيم الذات Bandy & Moore,2010). ومقياس أماني قاسم (٢٠١٥) للتوافق الزواجي. وتشكلت عينة البحث من (٢٠٠) طالبة جامعية متزوجة بكلية التربية للعلوم الانسانية والعلوم الصرفة في جامعة بابل للدراسات المسائية. واوضحت نتائج الدراسة أن هنالك مستوى مرتفع من التنظيم الذاتي والتوافق الزواجي لدى العينة المستهدفة، كما أظهرت النتائج أن هنالك علاقة موجبة طردية بين التنظيم الذاتي والتوافق الزواجي، كما اظهرت نتائج الدراسة الحالية عدم وجود فروق بين الطالبات المتزوجات في التنظيم الذاتي والتوافق الزواجي تبعًا لمتغير التخصص(علمي – انساني).

الكلمات المفتاحية(تنظيم الذات، التوافق الزواجي، علم النفس الايجابي، الزواج)

abstract

The current study aimed to examine the relationship between self-regulation and marital compatibility among a sample of married female university students, and to know the level of self-regulation and marital compatibility among the sample, in addition to knowing the differences between the variables mentioned above depending on the specialization variable (scientific - humanities), and for the purpose of verifying this, he The researcher adopted the Bandy and Moore self-regulation scale (Bandy And Amani Qasim's (2015) marital compatibility scale. & Moore, 2010). The research sample consisted of (200) married female university students at the College of Education for Humanities and Pure Sciences at the University of Babylon for Evening Studies. The results of the study showed

that there is a high level of self-regulation and marital compatibility among the targeted sample. The results also showed that there is a positive, positive relationship between self-regulation and marital compatibility. The results of the current study also showed that there are no differences between married female students in self-regulation and marital compatibility depending on the specialization variable. Scientific-humanitarian).

Keywords: Self – Regulation ،Marital Adjustmen ،Positive psychology ، Marriage.

مشكلة الدراسة وتساؤلاتها:

يعد مفهوم تنظيم الذات من المفاهيم الأساسية والرئيسية التي تلعب دوراً كبيراً في تنظيم حياة الفرد بشكل سليم، ومساعدته على كيفية التعامل مع المجتمع الذي يعيش فيه، كما يعد عامل مهم يساهم في النجاح وتعزيز الذات وتقويتها(Minzer,2008).

كما ينظر إلى مفهوم التنظيم الذاتي ركن اساسي في التفوق الاكاديمي ويتضح ذلك في تنظيم وإدارة الذات للطلبة بصورة عامة والطالبة المتزوجة على وجه الخصوص، حيث يساعد على ضبط سلوك وتنظيم الأهداف التي يسعى الفرد إلى تحقيقها، فمن خلاله(التنظيم الذاتي) يتعامل الطلبة مع المشكلات والتحديات الاكاديمية بالطريقة المناسبة دون تهويل أو تضخيم، وبتالي تقلل من مستوى التوتر والقلق لديهم(مروة عبد الإله، ٢٠١٩:٢٣).

وتتعرض الطالبة المتزوجة للمواقف الضاغطة بصورة مستمرة، فهن يتحملن خلال دراستهن الجامعية العديد من المسؤوليات تجاه الأزواج والأبناء، وتجاه المتطلبات الاكاديمية المتعلقة بالمذاكرة والامتحانات والمحاضرات بالإضافة إلى الاعباء الاقتصادية المتعلقة بالرسوم الدراسية، فضلاً عن اعباء العلاقات الاجتماعية وتوفير الوقت الكافي لذلك، ولكي يمتلكنه القدرة على التوفيق بين حياتهن الدراسية كطالبات وحياتهن الزوجية كزوجات وأمهات يتعرضن للعديد من الضغوط الشخصية والأسرية التي يفرضها عليهن الزوج ومتطلباته(الادوار التقليدية) فهي الزوجة التي تراعي شؤون زوجها وتلبي مطالبه المختلفة وهي الأم التي تربي أطفالها وهي ربت البيت التي تشرف على إدارة شؤون بيتها. وتبعا لذلك زادت المشاكل والصراعات الزوجية، إذ تقف الطالبة المتزوجة حيال تلك العقبات عاجزة، فضعف تنظيم حياتها يدمر قدرتها على مقاومة تلك العقبات وذلك لما تتضمنه من احباطات تؤدي إلى ضعف التوافق الزواجي ما بين الزوج والزوجة(جميلة الرشيدي،٢٠٢٣:٣٤).

وتشير سناء خولي،٢٠٠٨ إلى تنظيم الذات يعد مشكلة حقيقية للطالبة المتزوجة، بسبب تعدد المهام بالإضافة إلى أنها تفتقر إلى مهارات التنظيم وقدرتها الضعيفة على التأثير بفاعلية في كيفية التحكم بتنظيم الذات، فهنالك فرق بين قدرة الزوجة على التنظيم وبين قدرتها على تطبيق ذلك بفاعلية وتواصل تحت ضغط المؤثرات التي تتعرض لها، لذا فأن المشكلة تكمن في تنظيم الذات للطالبة المتزوجة من أجل تحفيز طاقتها المكبوتة بدلاً من التركيز في جانب عقلي واحد مما يولد لدينا جيلاً من الزوجات لا يمتلكن المهارات والقدرات في تنظيم ذواتهن(محمد الزيدي،٢٠١٦:٣٤). وفي ضوء ما سبق، يمكن تحديد مشكلة الدراسة في الإجابة عن التساؤلات الآتية:

١- هل يوجد تنظيم ذاتي لدى الطالبات المتزوجات بكلية التربية / جامعة بابل للدراسة المسائية؟

٢- هل يوجد توافق زواجي لدى الطالبات المتزوجات بكلية التربية / جامعة بابل للدراسة المسائية؟

٣- هل توجد علاقة بين تنظيم الذات والتوافق الزواجي لدى الطالبات المتزوجات بكلية التربية / جامعة بابل للدراسة المسائية؟

٤- هل يتباين تنظيم الذات لدى الطالبات المتزوجات وفقاً لمتغير التخصص (علمي-انساني)؟

٥- هل يتباين التوافق الزواجي لدى الطالبات المتزوجات وفقاً لمتغير التخصص (علمي-إنساني)؟

أهمية البحث:

تنبع أهمية دراسة موضوع تنظيم الذات وعلاقته بالتوافق الزواجي إلى كون هذا الموضوع يزاوج بين متغيرين يمس كل منهما الجانب الاجتماعي الأكثر اتصالاً بحياة الطالبة الجامعية المتزوجة والأشد تأثيراً عليها، كما تتضح أهمية هذه الدراسة من الناحيتين النظرية والتطبيقية على النحو الآتي:

(أ) الأهمية النظرية:

١- تُسهم هذه الدراسة في إثراء البحثي والمعلوماتي عن تنظيم الذات الذي قد يكون له علاقة وتأثير تنعكس على التوافق الزواجي واستقراره.

٢- ندرة الدراسات العربية والاجنبية – في حدود اطلاع الباحث- التي تناولت علاقة تنظيم الذات بالتوافق الزواجي لدى الطالبات المتزوجات، وبخاصة أن المحافظة على استقرار الأسرة أمر يهم كافة المجتمعات.

٣- تكتسب الدراسة الحالية أهميتها من العينة التي سوف تجري عليها، وهي عينة من الطالبات المتزوجات اللاتي يمثلن أساس بناء المجتمع في تربية جيل سوي نفسياً في حالة وجود أسرة تتمتع بالاستقرار الناجم من التوافق بين الزوجين.

٤- إثراء المعرفة السيكولوجية بالأطر النظرية لبعض المتغيرات النفسية في الدراسات النفسية العراقية.

(ب) الأهمية التطبيقية:

١- قد تخدم نتائج هذه الدراسة المختصين في الإرشاد الأسري بتوعية المقبلين على الزواج والمتزوجين حديثاً بتصميم البرامج التأهيلية والتعريف بتنظيم الذات وما له من انعكاس على الحياة الزوجية.

٢- توعية الطالبات المتزوجات بضرورة الاهتمام بالتنظيم الذاتي والتوافق الزواجي وذلك باعتبارهما من المتغيرات المؤثرة على الحياة الزوجية والأسرية.

٣- ستوفر الدراسة الحالية معلومات ستسهم في رفع التوصيات المناسبة لواضعي السياسات وصانعي القرارات في المؤسسات الحكومية وغير الحكومية بالذات المؤسسات النسوية من أجل العمل على رفع قدرات المرأة المتزوجة في مجال تنظيم الذات بما سينعكس إيجابياً على توافقها الأسري.

٤- كما أنَّ هناك حاجة ماسة إلى التعرف على مفهوم تنظيم الذات للطالبة المتزوجة ومعرفة علاقته بالتوافق الزواجي الذي قد يؤثر عليه سلباً أو إيجاباً وبالتالي التأكيد على الجوانب الإيجابية وعلاج أوجه القصور.

أهداف البحث:

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على:

١. مستوى التنظيم الذاتي لدى الطالبات المتزوجات بكلية التربية / جامعة بابل للدراسة المسائية؟
٢. مستوى التوافق الزواجي لدى الطالبات المتزوجات بكلية التربية / جامعة بابل للدراسة المسائية؟
٣. العلاقة بين تنظيم الذات والتوافق الزواجي لدى طالبات الجامعة المتزوجات.

٤. الفروق بين طالبات الجامعة المتزوجات في تنظيم الذات وفقا لمتغير التخصص(علمي – إنساني).
٥. الفروق بين طالبات الجامعة المتزوجات في التوافق الزواجي وفقا لمتغير التخصص(علمي – إنساني).

حدود البحث:

تتحدد الدراسة بالحدود الآتية:

١- المنهج المُتَّبَع: اتبع الباحث المنهج الوصفي الارتباطي والمقارن.
٢- العينة: تكونت عينة الدراسة من (١٥٢) طالبة جامعية متزوجة .
٣- الحدود المكانية: تم تطبيق مقاييس الدراسة على عينة من طالبات الجامعة المتزوجات بكلية التربية للعلوم الانسانية والعلوم الصرفة في جامعة بابل للدراسات المسائية.
٤- الحدود الزمانية: تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة من طالبات الجامعة المتزوجات بكلية التربية للعلوم الانسانية والعلوم الصرفة في جامعة بابل للدراسات المسائية، وذلك خلال الفصل الدراسي الأول من العام ٢٠٢٣- ٢٠٢٤، وفي ضوء ذلك يُرجى مراعاة خصائص العينة في حالة تعميم نتائج الدراسة (فؤاد أبو حطب؛ آمال صادق، ٢٠١٠: ٨٥).
٥- الأدوات: تتحدد الدراسة بالأدوات المستخدمة فيها، وهي:
أ) مقياس تنظيم الذات.
ب) مقياس التوافق الزواجي.

تحديد المصطلحات:

- تنظيم الذات *Self – Regulation*

عرفه كل من:

١- "كيرلين" Kerlin,1992 : هو التخطيط المقصود ومراقبة العمليات المعرفية والوجدانية التي تشترك في الإكمال الناجح للمهمات المختلفة التي تم اقتراحها بالنسبة لبعض الأفراد.
٢- "باندي ومور" Bandy & Moore,2010 : هو قدرة الفرد على تنظيم عمليات الوعي واللاوعي التي يستخدمها في استجاباته للمواقف المختلفة والتحكم فيها، بشكل يساعده على تجاوز خيبات الأمل والفشل وتحقيق أهدافه التي يسعى إلى تحقيقها.

٣- "فوقية رضـوان"(٢٠١٢): هو قدرة الفرد على السـيطرة على البيئة المحيطة به وإدراتها، وكذلك تنظيم سـلوكه والقدرة على البحث عن المعلومات وتعلمها، من أجل تحديد الهدف والوصول إليه.

٤- "عبد الناصـر رابعة"(٢٠١٣): بأنه العمليات التي يقوم فيها الفرد بتعديل سـلوكه لتحقيق أهدافه، معتمدا على أحداث تغيرات في العوامل المرتبطة بهذا السـلوك سـواء كانت هذه العوامل داخلية أو خارجية.

وقـد تبنى البـاحـث في التعريف النظري لتنظيم الـذات بـانـدي ومور Bandy & Moore,2010 وذلك كونه ينسـجم مع متطلبات وأهداف البحث الحالي. التعريف الاجرائي لتنظيم الذات: "الدرجة التي تحصـل عليها الطالبة من خلال أجابتها على فقرات مقياس تنظيم الذات المستخدم في هذا البحث".

-التوافق الزواجي *Marital Adjustmen*

عرف كل من:

١- "محمد فرحات"(٢٠٠٧) بأنه: رضـا وسـعادة الفرد في حياته الزوجية بدون أي شـكوى أو ألم، وأن الازواج الذين يرتبطون ببعضـهم البعض يتفقون في كثير من القضـايا الاسـرية والزوجية وينجحون في حل كثير من المشاكل التي تسمى بمشاكل التوافق الزواجي.

٢- "سـينها وموكرجي"(Sinha&Mukerjee,2007) بأنه: حالة من الاحسـاس بالسـعادة والقبول والتكيف من جانب الشريكين نحو بعضـهما ولعلاقتهما الزوجية واشباع حاجتهما النفسية والاجتماعية وصولا للرضا الزواجي.

٣- "جاسري وجوزيف" (Jaisri & Joseph,2014) بأنه: الحالة التي يوجد فيها شعور عام لدى الزوج والزوجة بالسعادة والرضا عن الزواج والنضج والتقبل والتفهم، ويتضمن كذلك التكيف العاطفي والجنسي، والزواج الناجح لا يتضمن الرضا فقط لكنه يولّد أيضًا شعورًا بالرفاهية.

٤- أماني قاسـم(٢٠١٥): هو عبارة عن درجة التواصـل الفكري والعاطفي بين الزوجين بما يحقق لهما أساليب توافقية تساعدهما على التوافق مع مطالب الزواج وتخطي ما يعترض حياتهما من عقبات وتحقيق قدر معقول من السعادة والرضا.

وقد تبنى الباحث في التعريف النظري للتوافق الزواجي أماني قاسـم (٢٠١٥) وذلك كونـه ينسـجم مع متطلبات وأهداف البحث الحالي. التعريف الاجرائي للتوافق الزواجي:

"الدرجة التي يحصـــل عليها الطالب من خلال أجابته على فقرات مقياس التوافق الزواجي المستخدم في هذا البحث".

الفصل الثاني : الاطار النظري

اولاً. تنظيم الذات Self – Regulation:

إن مصطلح تنظيم الذات دائما ما يرى على انه مرادف لمصطلح السيطرة والتحكم في النفس، ويشير إلى أن الأفراد يمكن أن يمارسوا درجة من السيطرة الطوعية على تصرفاتهم و أفكارهم ومشاعرهم. ودائما ما يستخدم للإشارة إلى السيطرة على النفس الموجهة نحو هدف ذات قيمة خصوصا الهدف الممتد خلف موقف فوري، بالطبع افترض أن البشر يمكن أن يمارسوا التحكم في سلوكهم ليس معناه أن نفترض أن السلوك البشر دائماً أو غالباً يكون تحت السيطرة العمدية ولكن معنى ذلك أن الأشخاص قادرون على السيطرة على تصرفاتهم في متابعة الأهداف ذات قيمة (Shane,2013:889). فتنظيم الذات يعد أمر أساسي وحاسم للتوافق النفسي والرفاه. علاوة على ذلك أن التنظيم غير الفعال يمكن أن يقود إلى مشاكل نفسية خطيرة. حيث أن التنظيم الذاتي في السعي وراء الأهداف المثالية وغير الحقيقية وغير الصحية يمكن أن يقود إلى عدم السعادة والرضا بالحياة تمامًا. فتنظيم الذاتي هو السيطرة على سلوك الفرد من خلال مراقبة الذات عن طريق رصد الظروف التي تثير السلوك المرغوب فيه، وهيكلة البيئة الشخصية لتسهيل السلوك المرغوب فيه والالتفاف على المواقف التي تثير السلوك غير المرغوب فيه، وتؤكد التقييم الذاتي والإدارة الذاتية للثواب والعقاب أو مزيج منهما على عملية التنظيم الذاتي لضبط النفس والإدارة الذاتية.(دعاء حافظ شلبي،٢٠١٨:٤٥)

خصائص الأفراد المنظمين ذاتياً:

اتفق كل من جاكسوفا Jakesova,2016؛ سماح محمد، ٢٠١٦؛ حمدي سعد، ٢٠١٣، رغدة أحمد، ٢٠١٦ على عدد من الخصائص المميزة للأفراد المنظمين ذاتياً، لعل من أهمها ما يلي:

- يجيدون التخطيط من أجل تحقيق أهدافهم.
- قادرون على اختيار بناءات معرفية وسلوكية فعالة، كما أنهم أكثر وعياً باختيار الاستراتيجيات المعرفية وما وراء المعرفية التي تحقق أهدافهم.
- قادرون على توجيه انتباههم، ودافعيتهم، وانفعالاتهم من أجل تحقيق أهدافهم.

- يجيدون مراقبة ذاتهم وتقييم أدائهم بشكل مستمر، ولديهم توجيه ذاتي في عمل التغذية الراجعة لأنفسهم أثناء الأداء.(هبة سامي،٢٠٢٠:١٣).

مكونات التنظيم الذاتي:

لنظريات التعلم الدور الكبير في تحديد ورسم مفهوم التنظيم الذاتي وعملياته الأساسية. ففي عام ١٩٩٤ حدد اشاروا ودينيزو Schraw&Denniso خمسة مكونات للتنظيم الذاتي هي:

١- التخطيط Planning: ويقصد به وضع الاهداف والخطط قبل القيام بالعمل.

٢- إدارة المعلومات Information Management:ويقصد بها استعمال الاستراتيجيات والمهارات في اتجاه محدد للمعالجة الأكثر فعالية للمعلومات.

٣- المراقبة الذاتية Self- Monitoring: ويقصد بها ادارك الفرد بما يستعمله من استراتيجيات مختلفة للتعلم.

٤- التقويم الذاتي Self-Evaluation : ويقصد بها قدرة الفرد على تحليل الأداء والاستراتيجيات الفعالة في أثناء حدوث التعلم.(عمار الزويني،٢٠١٨:٣٠)

النظريات النفسية المفسرة لتنظيم الذات:

١- نظرية التعلم الاجتماعي المعرفي: يرى باندورا Bandura,1986 أن المنبهات الاجتماعية تعد من العوامل المؤثرة في تشكيل السلوك البشري الان الفرد ليس آلياً فالاستجابة عند الفرد تنشط ذاتياً حسب التوقعات المتعلمة، حيث يستطيع أن يلاحظ ويفسر سلوكه الخاص به، فالأفعال التي تدفع الفرد نحو الشعور بالرضا الذاتي تكون أكثر مرغوبيه مقارنة بالأفعال التي تؤدي إلى النقد الذاتي، لذا يعتبر التنظيم الذاتي المحرك الأساسي بالنسبة لشخصية الانسان(ندى عبد،٢٠١٩:١١١). كما يشير باندورا إلى أن الأفراد لديهم منظومة داخلية تنظم التعلم وترتبه، ولا يحدث التعلم بفعل عوامل خارجية تشكل السلوك، فالأفراد يطورون فاعليتهم الذاتية من خلال الخبرات المختلفة التي يتعرضون لها، وبعد أن تكتمل هذه الخبرات المختلفة التي يتعرضون لها(كاظم محسن،٢٠١٦:٢٥). وبذلك يرى باندورا أن الملاحظة الذاتية والحكم الذاتي والاستجابة الذاتية تعد من المكونات الأساسية لمفهوم تنظيم الذات، وهذه العمليات متعلقة بالأداء، ويفترض أنها تتفاعل مع بعضها البعض بأسلوب تبادلي.(Bandura, 1986, P. 240)

٢- نظرية الحفز السلوكية: تركز هذه النظرية على كيفية إعداد الأهداف ومتابعة تلك الأهداف ومدى تحقيق التعديل السلوكي المطلوب ويتحقق هذا عن طريق نماذج. وأن لهذه النماذج أهمية كبيرة في تنظيم الذات حيث أنها تساعد على كيفية إعداد الأهداف ومدى تحقيق التغير السلوك المطلوب، وهذه النماذج قد اهتمت كذلك بتفسير مراحل تغير السلوك بداية من وعي الفرد ومشكلته إلى الشروع في اتخاذ القرار بشأنها، ومرورا بالوعي الذاتي وإصدار السلوك ثم التقدم والنجاح في حل المشكلة، ثم الحفاظ على هذا النجاح.(أنفال واعر،٢٠٢١:١٢٣)

٣- نظرية براون Brown,1987: لقد ميزت براون بين تعلم المعرفة وتنظيمها، إذ يمكن أن يكون تعلم المعرفة مستقراً، لكن الاستقرار قد يكون متأخراً أو ضعيفاً، ولقد بينت براون أن خطوة تنظيم الذات تعتمد المحيط بدرجة اكبر من اعتمادها العمر، ولقد ذكرت براون أن دخول الشعور (الوعي) إلى الروتين المرتبط بالاستراتيجيات يمثل شكلاً عالياً من ذكاء الإنسان الناضج الذي يشخص مهارات ما بعد المعرفة العالية في تطورها، عن طريق إدراك الذات يتمكن الفرد من تطوير ذكائه الشخصي بصورة عامة(Brown,1987).

ثانيًا: التوافق الزواجي *Marital Adjustmen*

الزواج عبارة عن نظام اجتماعي مؤسس، وسبب في استقرار الرجل والمرأة نفسياً وعاطفياً واجتماعياً، ويهدف في أصله إلى تكوين الأسرة لاستمرار النوع والسلالة وهو علاقة اجتماعية دائمة بين الرجل والمرأة إذا بنيت على الاستقرار والمحبة والمودة، ويكون لهذه العلاقة ضوابط مبنية على الاحترام والتقدير والتكامل في الحقوق والواجبات لكل الأطراف.(آلاء العقاد،٢٠١٦:٤٥). والتوافق الزواجي مفهوم متعدد المعاني الا أنه يشير بصفة عامة إلى القدرة على التعامل مع الضغوط المحيطة والمحافظة على العلاقات بين الأزواج، كما أنه يعكس طبيعة التفاعلات المتبادلة بين الزوجين في المجالات المختلفة التي تتسم بالشعور بمدى التجانس الفكري والتعبير عن المشاعر الوجدانية والاتفاق حول أساليب تنشئة الأطفال واحترام أسرة الطرف الأخر وإظهار الحرص على العلاقة.(هادية حشروف،٢٠٢٠:٢٣)

مظاهر التوافق الزواجي:

أن القاعدة الأساسية في بناء أسرة قوية مستقلة لتنشئة وتوجيه الأبناء على القيم والمبادئ وتحمل المسؤولية هو اتفاق الزوجين وتوافقهما. كما أوضحت مجموعة من الدارسات أن هنالك مجموعة من المؤشرات الدالة على التوافق الزواجي منها:

١- القدرة على ايجاد الحلول للمشكلات.
٢- التمتع بالحياة والشعور بالسعادة والرضا.
٣- الاحساس بالمسؤولية اتجاه الأبناء.
٤- التواصل غير اللفظي الناجح وظهور الحب المتبادل بينهما.
٥- النجاح والكفاءة في العمل. (مؤيد محمد،٢٠١٨:٥٥)(مناف فتحي،٢٠١٩:٣٤)

أسس التوافق الزواجي:

هنالك مجموعة من الأسس يعتمد عليها التوافق الزواجي منها:

١- التوافق الثقافي: حيث أن للتوافق الفكري دور كبير في أحداث الاستقرار الزواجي، فالزوج المثقف يسعى دائما إلى الحوار والنقاش مع الزوجة المثقفة.
٢- التوافق العاطفي: يساعد هذا العامل على استمرار الحياة الزوجية، وذلك كونها تعتمد على المودة والرحمة.
٣- التوافق الاقتصادي: أن اغلب المشاكل الزوجية هي بسبب الأمور المالية، والتوافق على العيش بما هو متوفر لدى الزوج من وضع اقتصادي يساعد على بناء علاقة توافقية بين الزوجين.
٤- التوافق الاجتماعي: أن تقبل الزوج لعلاقات زوجته الاجتماعية والعكس يؤدي إلى استمرار التوافق الزواجي، حيث يحقق الرضا والسعادة. (عمار حمامة،٢٠٢٣:٢٣)

النظريات المفسرة للتوافق الزواجي:

١. نظرية التحليل النفسي: تركز هذه النظرية على تاريخ العلاقات في تفسير السلوك الإنساني، كما تؤكد على تحليل العلاقات بين الأفراد في محيط القيم الاجتماعية، وتظهر المشكلات الزوجية كسلوك يمثل صراعات الزوجين اللاشعورية، نتيجة الإحباطات البيئية في السنوات الخمسة الأولى من حياة الفرد.(عزه عبد الرحمن،٢٠٢٠:٢٣)
٢. النظرية السلوكية: ينظر السلوكيين للتوافق واللاتوافق بأنهما سلوكيان متعلمان اذا كان سلوك توافقي يكون معززا بالتدعيم، أما اذا كان سلوك غير توافقي فيتقابل بالعقاب، لذلك السلوكيين يفسرون التفاعل الزواجي كعامل مهم وأساسي في حدوث التوافق الزواجي عن طريق الثواب والعقاب، فعندما يعزز الزوجان احدهما الأخر بالجانب الايجابي فأنه يزيد التقارب بينهما والتوافق الزواجي عكس اذا عاقب أحدهما الأخر فأنه يشعره بعدم الارتياح

لذا فأن التوافق الزواجي حسب النظرية السلوكية يحدث اذا تفاعل الزوجان واشبع كل منهما الأخر.(مناف الجبوري،٢٠١٩,٥٥).

٣. نظرية الذات لروجرز Rogers: اهتم "روجرز" بالذات، فقد نظر للتوافق الزواجي وسوء التوافق في ضوء رؤيته للذات، حيث يرى أن التوافق النفسي يتوافر عندما يكون الفرد متسقاً مع مفهوم ذاته من خلال الخبرات التي يمر بها الفرد، لهذا ركز على جهازين هما: الكائن الحي، والذات، وقد يعارض أحدهما الآخر وحينئذ ينشأ سوء التوافق النفسي، اما التوافق فيحدث عندما يتوافق الفرد مع ذاته، حيث يضع مفهوم الذات في وضع يسمح لخبرات الفرد بأن تتكامل مع مفهوم الذات.(حمود القشعان،١٨٧: ٢٠٠٠).

ثالثا. الدراسات السابقة:

١- دراسات تناولت تنظيم الذات لدى الطالبات المتزوجات:

هدفت دراسة (عفاف المحمدي،٢٠٠٨) الى التعرف على العلاقة بين التنظيم الذاتي ومكونات الدافعية ودعم الوالدين بتحصيل الطالبات، وذلك لدى عينة تكونت من (٨٠٢) طالبة، استخدم الباحث مقياس التنظيم الذاتي، ومقياس الدافعية، ومقياس دعم الوالدين. أوضحت نتائج الدراسة أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات الطالبات في مقياس التنظيم الذاتي، ومقياس الدافعية، ومقياس دعم الوالدين، كما اكدت الدراسة على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائياً بين طالبات على مستوى التنظيم الذاتي، والدافعية، ودعم الوالدين تبعاً لمتغير التخصص.

وأجرى (زيد بهلول،٢٠١٢) دراسة هدفت إلى التعرف على مستوى التنظيم الذاتي لدى الطلبة وفق متغير الصف الدراسي، وذلك لدى عينة تكونت من (٣٠٠) طالب وطالبة. استخدم الباحث مقياس التنظيم الذاتي. أوضحت نتائج الدراسة تمتع الطلبة الصفوف الأولى والرابعة المنتهية بمستوى جيد من التنظيم الذاتي ، كما يتمتع الصفوف الرابعة بمستوى اعلى في التنظيم الذاتي عند مقارنة درجاتهم بالصفوف الأولى، كما وضحت نتائج الدراسة توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الطلاب تبعا لمتغير التخصص وذلك باتجاه التخصص العلمي.

كما قامت (سحر محمد موافي،٢٠١٣) بدراسة كان هدفها التعرف على العلاقة بين جودة الحياة الجامعية والتنظيم الذاتي لدى الطالبات، وذلك لدى عينة تكونت من (١٩٩) طالبة. استخدم الباحث مقياس جودة الحياة، ومقياس التنظيم الذاتي. أوضحت نتائج الدراسة أنه لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات الطالبات في مقياس جودة الحياة

ومقياس التنظيم الذاتي، كما اكدت الدراسة على وجود فروق ذات دلالة إحصائياً بين طالبات جامعة الملك عبد العزيز على مستوى مقياس جودة الحياة والتنظيم الذاتي يعزى لاختلاف التخصص.

كما هدفت دراسة (وفاء رشاد،٢٠١٧) إلى الكشف عن علاقة المساندة الاجتماعية بتنظيم الذات لدى الطالبات ، وذلك لدى عينة تكونت من (١٠٩) طالبة. استخدم الباحث مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس التنظيم الذاتي. أوضحت نتائج الدراسة أنَّه توجد علاقة ارتباطية بين المساندة الاجتماعية والتنظيم الذاتي لدى الطالبات، كما توصلت الدراسة توجد علاقة سببية لبعد مساندة المعلومات تؤثر بصورة مباشرة على تنظيم الذات لدى هؤلاء الطالبات، وعلاقة سببية غير مباشرة بين كلاً من بعدي "الصحبة الاجتماعية – مساندة التقدير" وتنظيم الذات لدى الطالبات.

وفي دراسة أجرتها (جولتلن حجازي، ٢٠٢٠) هدفت إلى التعرف على مستوى التنظيم الذاتي كمتغير وسيط بين التوافق الأسري والإبداع الوظيفي ، وذلك لدى عينة تكونت من (٥٦) متزوجة. استخدم الباحث مقياس التنظيم الذات ومقياسي التوافق الاسري ومقياس الابداع الوظيفي. أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين الدرجة الكلية لمقياس التنظيم الذاتي والدرجة الكلية لمقياسي التوافق الاسري والإبداع الوظيفي، كما كشفت النتائج أن التنظيم الذاتي لها دور كمتغير وسيط بين التوافق الاسري والابداع الوظيفي.

٢- دراسات تناولت التوافق الزواجي:

هدفت دراسة "براندت" (Brandt,1987) إلى معرفة العلاقة بين الجمود الفكري والتوافق الزواجي، وذلك على عينة تكونت من(١٠٠) طالبة متزوجة. استخدم الباحث مقياس الجمود الفكري، ومقياس التوافق الزواجي. أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الجمد الفكري والتوافق الزواجي والتوافق الزواجي تنبؤيه للتوافق الزواجي من خلال الجمد الفكري عند مستوى الدلالة (٠,٠٥).

وفي دراسة أجراها "زمت"(Zmit,1997) هدفت إلى معرفة علاقة عوامل الشخصية بالتوافق الزواجي، وذلك لدى عينة تكونت من (٦٠٠) زوج وزوجة. استخدمت مقياس عوامل الشخصية ومقياس التوافق الزواجي. أوضحت نتائج الدراسة أن عامل العصابية يرتبط سلباً بالتوافق الزواجي لدى كل من الذكور والإناث وفي جميع المراحل، كما توصلت نتائج الدراسة

إلى أن التوافق الزواجي يمثل حالة متغيرة وأن هنالك عوامل ذات دلالة في التوافق الزواجي ومن أهمها إدراك نقص المساندة.

كما أجرى (محمد كاتبي، ٢٠١٣) دراسة هدفت إلى تعرف العلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية والتوافق الزواجي لدى عينة من المتزوجات، وذلك لدى عينة تكونت من (٣٠٠) متزوجة. استخدم الباحث مقياس التوافق الزواجي، وقائمة العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية. أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية بين التوافق الزواجي وبين كل من عامل الانبساط وحيوية الضمير والعصابية، ولا توجد علاقة بين التوافق الزواجي وبين كل من عاملي الطيبة والتفتح، كما توصلت نتائج الدراسة وجود فروق في التوافق الزواجي تبعا لمتغير الجنس.

وهدفت دراسة (صالح الشهري، ٢٠٢١) إلى الكشف عن الفروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات المتزوجات في كل من التوافق الزواجي وفاعلية الحياة وفقا لسنوات الزواج ومستوى التعليم، وذلك لدى على عينة تكونت من (١٠٠) طالبة. استخدم الباحث مقياس التوافق الزواجي، ومقياس فاعلية الحياة. أوضحت نتائج الدراسة أنه لا وجود فروق ذات دلالة احصائية فاعلية الحياة والتوافق الزواجي بين المتزوجات وفقا لسنوات الزواج.

وفي دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الضغوط الاكاديمية والتوافق الزواجي لدى الطالبات المتزوجات أجراها (مصباح الهلالي،٢٠٢٣)، وذلك لدى عينة تكونت من (٥٠) طالبة متزوجة. استخدم الباحث مقياس الضغوط الاكاديمية، ومقياس التوافق الزواجي. أوضحت نتائج الدراسة أنه لا توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط الاكاديمية والتوافق الزواجي لدى الطالبات، كما توجد فروق ذات دلالة احصائية في التوافق الزواجي لدى الطالبات المتزوجات تعزى لمتغير السن.

الفصل الثالث

منهجية البحث

مجتمع وعينة البحث

الاجراءات الاحصائية

منهجية البحث: المنهج المُتَّبَع في الدراسة الحالي هو المنهج الوصفي الارتباطي والمقارن، وذلك لمناسبته للهدف المراد تحقيقه من هذا البحث.

مجتمع البحث: لتحقيق أهداف الدراسة الحالية في التعرف على علاقة تنظيم الذات بالتوافق الزواجي تطلب تطبيق اداتي البحث(التنظيم الذاتي/ التوافق الزواجي). ما خوذ من مجتمع البحث

الاصلي والذي ضم (٧٤٣) طالبة متزوجة للدراسات الجامعية ضمن كلية التربية للعلوم الانسانية والعلوم الصرفة/ جامعة بابل.

عينة البحث: تكونت عينة الدراسة الحالية من ٢٠٠ طالبة متزوجة. واعتمد الباحث في اختيار العينة على الطريقة العشوائية القصدية اذ تم اخذها عن طريق توزيع استبيان البحث على اقسام الكلية موزعة بصورة عشوائية وذلك لضمان تجانس افراد العينة والحصول على نتائج دقيقة وصحيحة يمكن الوثوق بها وجدول (١) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة على اقسام كلية التربية للعلوم الانسانية والعلوم الصرفة بجامعة بابل.

جدول (١)

توزيع أفراد عينة الدراسة على بعض اقسام كلية التربية للعلوم الانسانية والصرفة للدراسات المسائية بجامعة بابل

القسم	التخصص وفق الكليات العلمية		
رياضيات	علمي	اناث	٥٠
اللغة العربية	انساني	اناث	٥٠
فيزياء	علمي	اناث	٥٠
علم النفس	انساني	اناث	٥٠
المجموع			٢٠٠

الأدوات المستخدمة في البحث:

استخدم الباحث مجموعة من الأدوات التي تتفق مع أهداف الدراسة وفروضها، واشتملت هذه الأدوات على ما يلي:

اولاً– مقياس تنظيم الذات:

تبنى الباحث مقياس باندي ومور (Bandy&Moore,2010)، يعتمد هذا المقياس على النظرية المعرفية الاجتماعية (لبندورا). وقد تم اعداد وتعريب هذا المقياس من قبل رواء العيثاوي،٢٠١٤. وتتم الاجابة على فقرات المقياس من خلال ميزان خماسي مُكَوَّن من (تنطبق عليَّ دائماً) وتعطى خمس درجات، و(تنطبق عليَّ غالباً) وتعطى أربع درجات، و(تنطبق عليَّ أحياناً) وتعطى ثلاث درجات، و(تنطبق عليَّ نادراً) وتعطى درجتين، و(لا تنطبق عليَّ مطلقاً)

وتعطى درجة واحدة، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين(١٧٥) كأعلى درجة يتم الحصول عليها و(٣٥) كأدنى درجة يتحصل عليها للمقياس.

التحليل الاحصائي لفقرات مقياس تنظيم الذات:

يهدف التحليل الاحصائي لفقرات المقياس، واختيار الفقرات التي تقيس سمة معينة قياسا دقيقا بواسطة استعمال الاساليب الاحصائية المناسبة والتعرف على القوة التمييزية للفقرات(علام، ٢٠٠٠:٢٦٧)، وقد تم تطبيق مقياس تنظيم الذات على عينة مكونة من (٢٠٠) طالبة متزوجة، اختيروا عشوائيا من مجتمع البحث ومن غير عينة البحث.

١-المجموعتين المتطرفتين. Contrasted Groups

لغرض اجراء التحليل بهذا الاسلوب اتبع الباحث الخطوات الآتية:

١. تطبيق فقرات مقياس تنظيم الذات على عينة التحيل الاحصائي البالغ عددها (٢٠٠) طالبة.
٢. تصحيح اجابات العينة لإيجاد الدرجة الكلية لاستجابة كل طالبة عن فقرات المقياس.
٣. ترتيب درجات الطالبات ترتيبا تنازليا لاختيار (٢٧%) من الاستمارات التي حصلت على اعلى الدرجات لتكون المجموعة العليا، واختيار (٢٧%) من الاستمارات التي حصلت على درجات منخفضة لتكون المجموعة الدنيا.
٤. استخراج معامل التمييز باستعمال اختبار(T-test) لعينتين مستقلتين لاختبار الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا، ولكل فقرة من فقرات المقياس، وقورنت القيمة التائية المحسوبة لكل فقرة للقيمة التائية الجدولية وتبين أن جميع الفقرات مميزة عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) ومقارنتها مع القيمة الجدولية والبالغة(١,٩٦) والجدول (٢) يوضح ذلك

جدول (٢)

القوة التمييزية لفقرات مقياس تنظيم الذات بطريقة المجموعتين المتطرفتين

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	النتيجة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	٢,١٤٨	٠,٧٨٣	١,٥٦٤	٠,٦٠٠	١٤٤.٦	دالة
٢	٢,٢٥٩	٠,٦٨٨	١,٤٢٥	٠,٥٨٣	٥٩٦.٩	دالة
٣	٢,٣١٤	٠,٧٠٥	١,٣٩٨	٠,٦٩٦	٦٠٩.٩	دالة

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	النتيجة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
٤	٢,٢٥٠	٠,٦٩٨	١,٥١٨	٠,٦٤٨	٩٧٥.٧	دالة
٥	٢,٠١٨	٠,٧٦٠	١,٥٠٠	٠,٥٥٥	٧٢٠.٥	دالة
٦	٢,٢٣١	٠,٨٧٨	١,٣٨٨	٠,٥٤٤	٠٧٣.١٠	دالة
٧	٢,٢٧٧	٠,٦٩٤	١,٤٤٤	٠,٦٣٢	٢٢٢.٩	دالة
٨	٢,٢٠٣	٠,٧٢٠	١,٥٩٢	٠,٦٩٩	٣٣٣.٦	دالة
٩	٢,١٦٦	٠,٧٧٩	١,٤٥٣	٠,٥٨٦	٥٩٧.٧	دالة
١٠	٢,٠٦٤	٠,٧٣٩	١,٥٤٢	٠,٥٧٦	٤٠٥.٥	دالة
١١	٢,١٧٥	٠,٧٠٨	١,٥٠٠	٠,٦٦٢	٢٤٢.٧	دالة
١٢	٢,٠٥٥	٠,٧٧١	١,٤٤٤	٠,٦٢٦	٤٣٢.٦	دالة
١٣	١,٩٦٣	٠,٧٤٧	١,٣٧٩	٠,٥٤٢	٥٦٣.٦	دالة
١٤	٢,١٧٥	٠,٧٨٣	١,٥٠٠	٠,٦٦٢	٨٤٦.٦	دالة
١٥	٢,٢٦٨	٠,٦٧٨	١,٥٥٥	٠,٦٧٤	٧٤٧.٧	دالة
١٦	٢,١٢٠	٠,٧٤٥	١,٥١٨	٠,٧٠٣	١٠٣.٦	دالة
١٧	٢,٠٥٥	٠,٧٩٥	١,٥٥٥	٠,٦٨٨	٩٤١.٤	دالة
١٨	٢,٠٦٤	.٠٧٢٦	١,٥٤٦	٠,٧١٥	٢٨٣.٥	دالة
١٩	١٧٥.٢	٧٨٣.٠	٣٧٠.١	٥٨٩.٠	٥٣٩.٨	دالة
٢٠	٠٠٠.٢	٧٧٣.٠	٥١٨.١	٥٥٥.٠	٢٥٦.٥	دالة

* جميع الفقرات مميزة عند مقارنتها بالقيمة الجدولية ١,٩٦عند مستوى دلالة (٠,٠٥) .

٢- الاتساق الداخلي لمقياس التنظيم الذاتي: قام الباحث باستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة فقرة والدرجة الكلية للمقياس، ويوضح جدول (٣) قيم مُعامِلات الارتباط بين درجة الطالبة على الفقرة والدرجة الكلية لمقياس التنظيم الذاتي.

جدول (٣)

معاملات ارتباط بيرسون بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس التنظيم الذاتي

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	٠,٣٩	٩	٠,٣٩	١٧	٠,٣٣
٢	٠,٣٧	١٠	٠,٣٥	١٨	٠,٣٥
٣	٠,٤٧	١١	٠,٥١	١٩	٠,٣٧
٤	٠,٣٥	١٢	٠,٣٧	٢٠	٠,٤٣
٥	٠,٢٨	١٣	٠,٣٥		
٦	٠,٤٤	١٤	٠,٤٩		
٧	٠,٣٩	١٥	٠,٣٠		
٨	٠,٣٤	١٦	٠,٤٥		

*جميع الفقرات مميزة عند مقارنتها بمعيار نللي ٠,٢٠ فأكثر، واختبارها بالقيمة الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)

الخصائص السايكومترية لمقياس التنظيم الذاتي:

الصدق: يشير أوبنهايم Oppenheim إلى أن الصدق يدل على قياس الفقرات لما يفترض ان تقيسه (Oppenheim , 1973 ; 69-70) والمستوى أو الدرجة التي يكون فيها قادرًا على تحقيق أهداف معينة (Stanley & Hopkins , 1972;101) وهناك عدة أساليب لتقدير صدق الأداة إذ يمكن الحصول على تقدير كمي وفي حالات أخرى يتم الحصول على تقدير كيفي للقياس (فرج، 1980: 360) وبهذا الصدد استعمل الباحث عدة مؤشرات للصدق وهي:

صدق المحكمين: عرض المقياس على مجموعة من السادة المحكمين لإبداء الرأي حول مدى مُلائمة المقياس للطالبات، ومدى مناسبة تعليماته ومفرداته للتنظيم الذاتي، وكذلك مدى انتماء مفرداته للمحور الذي تقيسه، وفي ضوء آرائهم تم تعديل صياغة بعض مفردات المقياس، كما أُخِذَت العبارات التي اتفق عليها (٩٠%) من المحكمين.

صدق البناء: يعد صدق البناء (Constract Validity) أكثر أنواع الصدق قبولاً، إذ يرى عدد كبير من المختصين أنه يتفق مع جوهر مفهوم أيبل، Ebel للصدق من حيث تشبع المقياس بالمعنى العام (الأمام،1990،131)، ويتحقق هذا النوع من الصدق، حينما يكون لدينا معيار نقرر على أساسه أن المقياس يقيس بناءً نظريًا محددًا. وقد توفر هذا النوع من الصدق في هذا المقياس (تنظيم الذات) من خلال ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

٢-ثبات المقياس: الثبات في النتائج والمقياس الثابت مقياس موثوق فيه ومعتمد عليه، ويعطي نفس النتائج، ودرجات المقياس تكون ثابته اذا كان المقياس يقيس سمة معينة قياسا متسقا في الظروف المتباينة(علام،٢٠٠٠:١٣١). وقد تحقق الباحث من ثبات مقياس التنظيم الذاتي من خلال الآتي:

طريقة إعادة الاختبار Test- Retest: تتضمن هذه الطريقة تطبيق المقياس على عينة ممثلة من الأفراد، ثم إعادة تطبيق المقياس عليها مرة أخرى بعد مرور فترة مناسبة من الزمن، إذ يرى آدمز (Adams) أن إعادة تطبيق المقياس للتعرف على ثباته، يجب أن يكون خلال فترة لا تقل عن أسبوعين (Adams,1964;58) ولقد قام الباحث بتطبيق مقياس التنظيم الذاتي لاستخراج الثبات بهذه الطريقة على عينة مكونة من (٤٠) طالبة، وبعد مرور اسبوعين من التطبيق الأول للمقياس قام الباحث بإعادة تطبيق المقياس ذاته مرة أخرى وعلى العينة ذاتها، وبعد استعمال معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation Cofficient) للتعرف على طبيعة العلاقة بين درجات التطبيق الأول والثاني، ظهر أن قيمة معامل الثبات للمقياس بلغت (٠,٧٧) وتعد هذه القيمة مؤشر جيد على استقرار اجابات الطالبات على المقياس عبر الزمن.

طريقة معامل الفاكرونباخ :يشير معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة إلى الارتباط الداخلي بين فقرات المقياس (فيركسون، 1991: 530)، إذ يعتمد هذا الأسلوب على اتساق أداء الفرد من فقرة إلى أخرى (ثورندايك وهيجن، 79:1989). ولحساب الثبات بهذه الطريقة تم استعمال معادلة الفاكرونباخ للمقياس ككل وقد بلغت (٠,٧٦) وتعتبر هذه النسبة معامل ثبات يمكن الاعتماد عليه بحسب ما تشير إليه الادبيات.

ثانيًا- التوافق الزواجي:

تبنى الباحث مقياس(أماني محمد قاسم،٢٠١٥). ويتكون هذا المقياس من (٣٠) فقرة موزعة على (٦) أبعاد هي ١- البعد الفكري ٢-البعد العاطفي ٣- بعد حل الخلافات الزوجية . وتتم الاجابة على فقرات المقياس من خلال ميزان خماسي مُكَوَّن من (تنطبق عليَّ دائماً) وتعطى خمس درجات، و(تنطبق عليَّ غالباً) وتعطى أربع درجات، و(تنطبق عليَّ أحياناً) وتعطى ثلاث درجات، و(تنطبق عليَّ نادراً) وتعطى درجتين، و(لا تنطبق عليَّ مطلقاً) وتعطى درجة واحدة، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين(١٥٠) كأعلى درجة يتم الحصول عليها و(٣٠) كأدنى درجة يتحصل عليها للمقياس.

التحليل الاحصائي لفقرات مقياس التوافق الزواجي:

تم تطبيق مقياس التوافق الزواجي على عينة مكونة من (٢٠٠) طالبة، اختيروا عشـــوائيا من مجتمع البحث ومن غير عينة البحث.

١- المجموعتين المتطرفتين. Contrasted Group

يوضـــح جدول (٤) درجات القوة التمييزية لفقرات مقياس التوافق الزواجي بطريقة المجموعتين المتطرفتين:

جدول (٤)
القوة التمييزية لفقرات مقياس التوافق الزواجي بطريقة المجموعتين المتطرفتين

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	النتيجة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	٩٩٠.١	٦٦٢.٠	٤٣٤.١	٦٤٥.٠	٢٤٢.٦	دالة
٢	٨٩٨.١	٦٦٨.٠	٤١٦.١	٥٣١.٠	٨٥٦.٥	دالة
٣	١٩٤.٢	٦١٨.٠	٦٢٠.١	٥٤٢.٠	٢٥٥.٧	دالة
٤	٠٧٤.٢	٦٥١.٠	٦٥٧.١	٥٦٦.٠	٠١٦.٥	دالة
٥	٨٩٨.١	٧٣٥.٠	٥٠٩.١	٦١٨.٠	٢٠٤.٤	دالة
٦	١٣٨.٢	٧١٦.٠	٤٩٥.١	٦٢٠.٠	٠٤٠.٧	دالة
٧	١٦٦.٢	٧١٦.٠	٦٤٨.١	٦٦٠.٠	٥٢٩.٥	دالة
٨	١١١.٢	٧٢٧.٠	٦٢٩.١	٦٣٥.٠	١٨٠.٥	دالة
٩	١٨٥.٢	٧٢٥.٠	٥٠٩.١	٥٥٥.٠	٦٩٠.٧	دالة
١٠	١٥٧.٢	٦٩٩.٠	٥٧٤.١	٦١٤.٠	٥١٢.٦	دالة
١١	٠٩٢.٢	٧١٧.٠	٥٧٤.١	٥٩٩.٠	٧٦٥.٥	دالة
١٢	١٣٨.٢	٦٧٦.٠	٦٢٠.١	٦٠٧.٠	٩٣٠.٥	دالة
١٣	٢٣١.٢	٦٣٥.٠	٥٤٦.١	٦٠١.٠	١٣٥.٨	دالة
١٤	١٢٩.٢	٧١١.٠	٦٢٠.١	٥٩١.٠	٧١٩.٥	دالة
١٥	١٢٩.٢	٧٦٣.٠	٥٩٢.١	٥٩٦.٠	٧٦٦.٥	دالة
١٦	٢٥٩.٢	٦٧٥.٠	٥٤٦.١	٥٥٣.٠	٤٨٩.٨	دالة

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	النتيجة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١٧	٠٠٠.٢	٧٢٣.٠	٦٢٠.١	٦٦٥.٠	٠١٣.٤	دالة
١٨	٢٠٣.٢	٧٩٤.٠	٥٠٠1.	٦٤٨.٠	١٣٢.٧	دالة
١٩	١٧٥.٢	٧٨٤.٠	٣٧٠.١	٥٨٩.٠	٥٣٩.٨	دالة
٢٠	٠٠٠.٢	٧٧٣.٠	٥١٨.١	٥٥٥.٠	٢٥٦.٥	دالة
٢١	٠٢٧.٢	٦٧٣.٠	٦٢٠.١	٦٢٢.٠	٦٠٧.٤	دالة
٢٢	٠٧٤.٢	٦٩٣.٠	٦٦٩.١	٦٣٨.٠	٣٩٠.٤	دالة
٢٣	٠٦٤.٢	٧٢٦.٠	٦٧٥.١	٦٩٤.٠	٠١٩.٤	دالة
٢٤	١٥٧.٢	٦٩٩.٠	٦٥٤.١	٦٣١.٠	٥٣٨.٥	دالة
٢٥	٢١٣.٢	٦٨٤.٠	٦٥٧.١	٦٥٧.٠	٠٨٢.٦	دالة
٢٦	١٥٧.٢	٧١٢.٠	٥٤٦.١	٦١٧.٠	٧٣٧.٦	دالة
٢٧	١٥٧.٢	٧٣٨.٠	٥٠٠.١	٥٥٥.٠	٣٩٥.٧	دالة
٢٨	٠٠٩.٢	٦٩٠.٠	٦١١.١	٦٣٨.٠	٣٩٩.٤	دالة
٢٩	٩٠٧.١	٦٩٠.٠	٥٢٧.١	٦٣٣.٠	٢٠٩.٤	دالة
٣٠	٩١٦.١	٧٣٧.٠	٦٧٥.١	٦٨١.٠	٤٩١.٢	دالة

جميع الفقرات مميزة عند مقارنتها بالقيمة الجدولية١,٩٦عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

– الاتساق الداخلي لمقياس التوافق الزواجي: قام الباحث باستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة فقرة والدرجة الكلية للمقياس، ويوضـــح جدول (٥) قيم مُعامِلات الارتباط بين درجة الطالبة على الفقرة والدرجة الكلية لمقياس التوافق الزواجي.

جدول (٥)

معاملات ارتباط بيرسون بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس التوافق الزواجي

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	٠,٣٩	٩	٠,٣٩	١٧	٠,٣٣	٢٥	٠,٣٥

٢	٠,٣٧	١٠	٠,٣٥	١٨	٠,٣٥	٢٦	٠,٤١
٣	٠,٤٧	١١	٠,٥١	١٩	٠,٣٧	٢٧	٠,٤٣
٤	٠,٣٥	١٢	٠,٣٧	٢٠	٠,٤٣	٢٨	٠,٣٠
٥	٠,٢٨	١٣	٠,٣٥	٢١	٠,٣٧	٢٩	٠,٣٩
٦	٠,٤٤	١٤	٠,٤٩	٢٢	٠,٤١	٣٠	٠,٤٠
٧	٠,٣٩	١٥	٠,٣٠	٢٣	٠,٣٨		
٨	٠,٣٤	١٦	٠,٤٥	٢٤	٠,٤١		

*جميع الفقرات مميزة عند مقارنتها بمعيار نللي ٠,٢٠ فأكثر، واختبارها بالقيمة الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)

الخصائص السايكومترية لمقياس التوافق الزواجي:

١-الصدق: تم التحقق من صدق مقياس التوافق الزواجي من خلال الصدق الظاهري للمحكمين والصدق البنائي للمقياس.

صدق المحكمين: تم عرض المقياس على مجموعة من السادة المحكمين، وفي ضوء آرائهم تم تعديل صياغة بعض مُفردات المقياس، كما أُخِذَت العبارات التي اتفق عليها تسعون بالمائة من المحكمين.

الصدق البنائي: تم التحقق من الصدق البنائي للمقياس من خلال ارتباط درجة المجال بالدرجة الكلية لمقياس التوافق الزواجي كما تم ذكرة سابقًا.

٢- ثبات المقياس: تم التحقق من ثبات مقياس التوافق الزواجي من خلال طريقة اعادة الاختبار وطريقة معامل الفاكرونباخ.

طريقة إعادة الاختبار Test- Retest: للتعرف على طبيعة العلاقة بين درجات التطبيق الأول والثاني، ظهر أن قيمة معامل الثبات للمقياس (٠,٧٩) مما يطمئن الباحث على استخدام هذا المقياس. ويرى (العيسوي،١٩٨٥) اذا كان معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني (٠,٧٠) فأكثر عد ذلك مؤشرا جيدا.

طريقة معامل الفاكرونباخ : لحساب الثبات بهذه الطريقة تم استعمال معادلة الفاكرونباخ للمقياس ككل وقد بلغت نسبة المقياس (٠,٨٠) وهو معامل ثبات جيد.

الأساليب الإحصائية المستخدمة لمعالجة بيانات الدراسة:

- الاختبار التائي لعينة واحدة لتعرف على مستوى التنظيم الذاتي والتوافق الزواجي لدى الطالبات المتزوجات.
- مُعامِل الارتباط (بيرسون *Pearson Coefficient* وسبيرمان – براون *Spearman – Brown* – وجتمان *Guttman*)
- اختبار (ت)T. test لحساب دلالة الفروق بين المتوسطات.

وقد استخدم الباحث الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية *SPSS* لإجراء المعاملات الإحصائية المستخدمة في الدراسة.

الفصل الرابع

عرض نتائج البحث ومناقشتها

نتائج البحث:

بعد الخطوات التي استعرضها الباحث لتحقيق أهداف البحث واجراء التحليلات الاحصائية للبيانات التي جرى التوصل ليها من خلال تطبيق اداة البحث سيجرى عرض النتائج التي توصل إليها الباحث في البحث الحالي.

الهدف الأول: " التعرف على مستوى التنظيم الذاتي لدى الطالبات المتزوجات بكليتي التربية للعلوم الانسانية والعلوم الصرفة / جامعة بابل للدراسة المسائية".

تمت الاجابة على هذا الهدف عن طريق حساب الوسط الحسابي للعينة على مقياس تنظيم الذات والذي بلغت قيمته(١٦٧,٣٤)، وبحساب الوسط الفرضي للمجتمع والبالغة قيمته(١٠٥) ، ثم حساب قيمة (ت) لعينة واحدة لمعرفة الفرق بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي للمجتمع، ويوضح جدول (٦) قيمة (ت) لعينة واحدة لمعرفة الفرق بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي.

جدول(٦)

الفرق بين المتوسط الحسابي و المتوسط الفرضي لمقياس التنظيم الذاتي

العينة	العدد	الوسط الفرضي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة (٠,٠٥)
تنظيم الذات	٢٠٠	١٠٥	١٦٧,٣٤	٢٧,٨٩	٢٧,٤٦	دالة

يتضح من جدول(٦) أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (٢٧,٤٧) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) أكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٧)، مما يدل على أن هنالك فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط العينة البالغ(١٦٧,٣٤)، والمتوسط الفرضي البالغ(١٠٥)، وحيث أن متوسط العينة أكبر من المتوسط الفرضي ، فهذا يدل على أن عينة الدراسة تتمتع بتنظيم الذات.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Wolters,1990؛ Dembo,2004؛ Bembenutty,2006؛ الجبوري،٢٠١١؛ دراسة اللامي،٢٠١١؛ Jezegou,2013؛ الخزعلي، ٢٠١٧؛ عليان درادكة،٢٠١٨؛ عمار الزويني،٢٠١٨؛ أحمد خليفة، ٢٠٢١؛) أن أفراد العينة تتمتع بتنظيم ذاتي عالي.

ويمكن تفسير النتيجة على أن تنظيم الذات فعل إرادي مختار ذاتياً قائم على الاستقلال الشخصي وذاتية التوجه Autonomy، والمبادرة الذاتية التلقائية Self – Initiation، أي أن الفرد هو سببه والعامل الاساسي في القيام به، وهذا يعني قدرة الفرد على تأسيس خياراتهم في الحياة بناء على تفضيلاتهم ورؤاهم الذاتية دون إملاءات أو إكراهات من أي مصادر خارجية، مما يؤدي إلى شعور الافراد بتمكنهم واقتدارهم الذاتي، واعتقادهم في قدراتهم على الوصول إلى أهدافهم والتي ترتبط بمستوى من الإدراك العالي، والاحساس، والاستكشاف، والتخيّل، والابداع(هاني علاوي،١٢:٢٠٢٣). كما أن تطور الطرق والاساليب في التعليم الجامعي والابتعاد عن الطرق التقليدية القائمة على الحفظ والتلقين، ساعد الطالبات على البحث عن المعلومة وزيادة فرصة النقاش من أجل الوصول للحقائق والمعلومات بدلاً من التلقي السلبي لهذه المعلومات للتوصل للمعرفة وبالنتيجة يكون لديهن تنظيم ذاتي في مجال الدراسة والاعمال في البيت.

الهدف الثاني: " التعرف على مستوى التوافق الزواجي لدى الطالبات المتزوجات بكليتي التربية للعلوم الانسانية والعلوم الصرفة / جامعة بابل للدراسة المسائية".

تمت الاجابة على هذا الهدف عن طريق حساب الوسط الحسابي للعينة على مقياس التوافق الزواجي والذي بلغت قيمته(١٣٢,٢٣)، وبحساب الوسط الفرضي للمجتمع والبالغة قيمته(٩٠) ، ثم حساب قيمة (ت) لعينة واحدة لمعرفة الفرق بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي للمجتمع، ويوضح جدول (٧) قيمة (ت) لعينة واحدة لمعرفة الفرق بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي.

جدول(٧)

الفرق بين المتوسط الحسابي و المتوسط الفرضي لمقياس التوافق الزواجي

العينة	العدد	الوسط الفرضي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة (٠,٠٥)
التوافق الزواجي	٢٠٠	٩٠	١٣٢,٢٣	٢٢,٠٣	٢٣,٥٩	دالة

يتضح من جدول(٧) أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (٢٣,٥٩) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) أكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٧)، مما يدل على أن هنالك فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط العينة البالغ(١٣٢,٢٣)، والمتوسط الفرضي البالغ(٩٠)، وحيث أن متوسط العينة أكبر من المتوسط الفرضي ، فهذا يدل على أن عينة الدراسة تتمتع بالتوافق الزواجي.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (سناء الجمعان،٢٠١٨) التي طبقت على عينة الطالبات المتزوجات وربات البيوت، حيث تتبين من خلال النتائج تمتع العينة بالسمة، كما تتفق مع دراسة (ندى محمد السيد ٢٠١٥) على عينة الطالبات المتزوجات غير منفصلات عاطفياً أما الزوجات المنفصلات عاطفياً فقد كان هنالك انخفاض في السمة لديهن.

ويفسر اصحاب النظرية السلوكية التوافق الزواجي بأنه متطلب مهم لحدوث التوافق الزواجي من خلال الثواب والعقاب فعندما يتفاعل الزوجان فيعزز أحدهما الأخر ويزيد التقارب والتوافق بينهما عكس إذا عاقب أحدهما الأخر أو حرمة من الثواب فأنه يشعره بعدم الارتياح ولذلك فأن التوافق الزواجي يحدث إذا تفاعل الزوجان واشبع أحدهما الأخر. أما نظرية الذات والدور لكارل روجرز فقد ترى أن ارتفاع سمة التوافق الزواجي عند الزوجين إلى الوعي والإدراك من قبل الزوجين لأدوارهم، ولعل أن عامل النضج في العمر والمستوى التعليمي له دوره في هذا الوعي والإدراك.

الهدف الثالث: "التعرف على العلاقة بين التنظيم الذاتي والتوافق الزواجي لدى عينة من الطالبات المتزوجات بكليتي التربية للعلوم الانسانية والعلوم الصرفة / جامعة بابل للدراسة المسائية".

حُسِبَت قِيمة مُعامِل ارتباط بيرسون بين درجات المفحوصين في مقياس تنظيم الذات ودرجاتهم في التوافق الزواجي ويُوضح جدول (٨) قِيمة مُعامِل الارتباط بين درجات المفحوصين في تنظيم الذات ودرجاتهم في التوافق الزواجي.

جدول (٨)

قِيمة مُعامِل الارتباط بين درجات المفحوصين في مقياس تنظيم الذات ودرجاتهم

في التوافق الزواجي لدى الطالبات المتزوجات بكليتي التربية للعلوم الانسانية والعلوم الصرفة / جامعة بابل للدراسة المسائية.

المتغيرات	ن	قِيمة مُعامِل الارتباط
تنظيم الذات، التوافق الزواجي	٢٠٠	٠,٦٠

يتضح من جدول (٨) أنه توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً بين تنظيم الذات والتوافق الزواجي لدى الطالبات المتزوجات بكليتي التربية للعلوم الانسانية والعلوم الصرفة / جامعة بابل للدراسة المسائية.

وتشـــير هذه النتيجة إلى قدرة الطالبة المتزوجة على إدارة ذاتها بما ينعكس إيجابياً على توافقها الزواجي، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراســـة حماد،٢٠١٢ التي أكدت على أن الطالبة المتزوجة كانت أكثر قدرة على تكيف وتنظيم أمورها الاجتماعية والاقتصادية داخل الاسرة مقارنة بالمرأة الغير متزوجة، وكذلك اتفقت نتائج هذه الدراســـة مع دراســـة المعمري،٢٠٠٥ التي أكدت على أن تنظيم المرأة المتزوجة لذاتها بشـكل صـحيح أكسـبها القدرة والمهارة على توافقها الزواجي وتفهمها للأمور التي تخص بيتها وزوجها. ويفســر الباحث ذلك أن أســلوب الحوار الســائد في الأسـرة قد يظهر جوانب القوة في شـخصـية الأبناء في مرحلة الحوار الايجابي. كما أن المناقشـة وإظهار المشـــاعر الايجابية تنمي الثقة بالنفس وتجعل الزوجة قادره على تنظيم ذاتها بالشـــكل الايجابي ، كما يســـمح للطالبة المتزوجة التخطيط لذاتها ورقابتها وتقييمها دون خوف أو خجل لأن مسـاحة التوافق الزواجي بين الزوجين الايجابي يشـجع على ذلك . وتتفق هذه الدراسـة مع دراســة كل من Lazarus & Colman, 1995 ووفاء شــلبي، ١٩٩٦ التي أشــارت إلى أن التوافق الزواجي والتفاعل الإيجابي بين الزوجين يتيح فرصـــة كبيرة في التعبير عن ذواتهم مما يدعم الثقة بالنفس ويبعث على الاستقلال والاعتماد على النفس.

الهدف الرابع: التعرف على الفروق بين طالبات الجامعة المتزوجات في تنظيم الذات وفقا لمتغير التخصص(علمي – إنساني).

قام الباحث بحساب قيمة "ت" T-test للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطي درجات التخصـص(علمي – إنسـاني) في تنظيم الذات "الدرجة الكلية"، ويوضـح جدول (٩) دلالة الفروق بين متوســطي درجات التخصــص(علمي- إنســاني) في تنظيم الذات لدى الطالبات المتزوجات بكليتي التربية والعلوم الصرفة / جامعة بابل للدراسة المسائية/ جامعة بابل للدراسة المسائية.

جدول (٩)

دلالة الفروق بين متوسطي درجات التخصص (علمي – إنساني) في تنظيم الذات لدى عينة من الطالبات المتزوجات بكليتي التربية للعلوم الانسانية والعلوم الصرفة / جامعة بابل للدراسة المسائية.

المفحوصون	ن	م	ع	قيمة "ت"
علمي	١٠٢	١٢٣,١١	٢٠,٥١	٠,١٠
إنساني	٩٨	١٢٢,٨٧	٢٠,٤٧	

يتضح من جدول (٩) أنه لا توجد فروقاً دالة إحصائياً بين متوسطي درجات التخصص (علمي – إنساني) في التنظيم الذاتي لدى عينة من الطالبات المتزوجات بكليتي التربية للعلوم الانسانية والعلوم الصرفة / جامعة بابل للدراسة المسائية.

تتفق نتائج هذا الفرض مع دراسة عبد الاحد،٢٠٠٦ التي أظهرت تمتع الأفراد بمستوى جيد من تنظيم الذات ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية وفق متغير التخصص، كما تتفق هذه الدراسة مع دراسة اللامي،٢٠١١ والتي اشارت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفق متغير التخصص.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى تشابه الأهداف العلمية والتربوية بين كل التخصصات وما يتوفر من ظروف متشابهة لجميع الطالبات من الاستفادة من الخبرات التعليمية والتعلمية في كافة التخصصات الانسانية والعلمية. كما أن الطالبات لديهن نفس الآمال والأهداف يسعينه إلى تحقيقها بكل تفاؤل كما أنهن مطالبات ببذل نفس الجهود والمثابرة ويميلنه إلى التفوق في الدراسة ولديهن القدرة على تحمل المسؤولية، وإنجاز الأعمال التي توكل لهن التي تسهم في تقارب مستوى تنظيم الذات لديهن.

الهدف الخامس: "التعرف على الفروق بين طالبات الجامعة المتزوجات في التوافق الزواجي وفقا لمتغير التخصص(علمي – إنساني)".

قام الباحث بحساب قيمة "ت" T-test للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطي درجات التخصص(علمي– إنساني) في التوافق الزواجي "الدرجة الكلية"، ويوضح جدول (١٠)

دلالة الفروق بين متوسطي درجات التخصص(علمي- إنساني) في التوافق الزواجي لدى الطالبات المتزوجات بكلية التربية / جامعة بابل للدراسة المسائية.

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين متوسطي درجات التخصص(علمي – إنساني) في التوافق الزواجي لدى عينة من الطالبات المتزوجات بكليتي التربية للعلوم الانسانية والعلوم الصرفة / جامعة بابل للدراسة المسائية.

المفحوصون	ن	م	ع	قيمة "ت"
علمي	١٠٢	٩٨,٢٥	١٦,٣٧	٠,٢٦
إنساني	٩٨	٩٨,٧٥	١٦,٤٥	

يتضح من جدول (١٠) أنه لا توجد فروقاً دالة إحصائياً بين متوسطي درجات التخصص (علمي – إنساني) في التوافق الزواجي لدى عينة من الطالبات المتزوجات بكليتي التربية للعلوم الانسانية والعلوم الصرفة / جامعة بابل للدراسة المسائية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن الطالبات المتزوجات ذوي المستوى العلمي أو الانساني يشتركن في كثير من الصفات والعوامل التي لها علاقة بالأسرة والدراسة، أي أنهن يتعرضن لنفس الضغوط بغض النظر على المستوى الدراسي والذي قد يعتبر عاملاً هامشياً في تحديد الضغوط التي تتعرض لها الطالبات المتزوجات. وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة(عمارحمامة،٢٠٢٣) التي توصلت إلى عدم وجود اختلاف في التوافق الزواجي يرجع إلى اختلاف الاختصاص الدراسي (علمي- إنساني) وتشير هذه النتيجة إلى أن التوفق يتساوى لدى الطالبات في جمع المراحل الدراسية.

التوصيات والمقترحات

أولًا: التوصيات:

١- الاهتمام بمجال الارشاد الزواجي، وتفعيل مراكز تدريبية وتوعية واستشارية للمساهمة في تحقيق التوافق الزواجي، خاصة لطالبات الجامعة.

٢- تقديم المساندة الاجتماعية من قبل الأسرة والأصدقاء والمؤسسات للطالبات المتزوجات.

٣- تشجيع الطالبات المتزوجات على المشاركة في الانشطة الجامعية المختلفة، وذلك للحصول على الدعم الاجتماعي والترفيه للتخفيف من الضغوط التي تواجههن.

٤- الاهتمام بتطوير طالبات الجامعة المتزوجات على الاستقلالية والتحكم بالذات والاعتماد على النفس في اتخاذ القرارات والتحكم الذاتي في العلاقات مع الآخرين.

ثانيًا: المقترحات:

١- إجراء البحث على عينة من الأزواج بالإضـــافة إلى الزوجات ومعرفة الفروق بينهما في التنظيم الذاتي والتوافق الزواجي.

٢- إجراء البحث بتطبيقه على عينة من الزوجات العاملات وغير العاملات ومعرفة الفروق بينهما في التنظيم الذاتي والتوفق الزواجي.

٣- اجراء دراســـة للتنظيم الذاتي وعلاقته بمتغيرات أخرى مثل(التفكير الابداعي، التدفق النفسي، العوامل الخمسة الكبرى للشخصية)

المصادر:

أولًا: المصادر العربية

- آلاء العقاد(٢٠١٦). برنامج إرشادي لتحسين التوافق الزواجي وأثره في السلوك الانفعالي لدى الأبناء. مجلة القراءة والمعرفة، مصر، ع١٧٤، ص ٢٣١- ٢٦٣.
- أماني محمد قاســـم (٢٠١٥). الأفكار الإيجابية لخبرات الزوجين وعلاقتهما بالتوافق الزواجي. مجلة الخدمة الاجتماعية لجمعية المصـرية للأخصـائيين الاجتماعيين، ع٥٣، ص١٧١- ٢١٩.
- أنفال واعر (٢٠٢١). الارهاق الانفعالي وعلاقته بالتنظيم الذاتي لدى ممارســي الصــحة العمومية خلال كوفيد ١٩. رســالة ماجســتير، كلية العوم الإنســانية وعلوم الاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح- ورقلة.
- جميلة الرشــيدي(٢٠٢٣). الضــغوط الاكاديمية المدركة وعلاقتها بالتوافق الزواجي لدى طالبات الدراسات العليا بالجامعات السعودية. اطروحة دكتوراه، كلية التربية، جامعة الملك عبد العزيز.
- حمود القشـــعان (٢٠٠٠). تأثير العقم على تقدير الذات والتوافق الزواجي في الأســـرة الكويتية. مجلة كلية التربية جامعة المنصورة، ع ٤٢، ص ٤٥- ٧٨.

- دعاء حافظ شلبي(٢٠١٨). تنمية التفكير الإيجابي لدى طالبات الجامعة مدخل لتحسين تنظيم الذات وجودة الحياة. اطروحة دكتوراه. كلية البنات للآداب والعلوم والتربية. جامعة عين شمس.
- عبد الناصر محمد رابعة (٢٠٢١). ما وراء الانفعال في ضوء التنظيم الذاتي والكفاءة الانفعالية والهزيمة النفسية لدى عينة من لاعبي كرة السلة . كلية التربية. جامعة الأزهر. مجلة التربية،ع١٩١، ص ٢٣- ٥٦.
- عزه عبد الرحمن (٢٠٢٠). الصلابة النفسية والتعاطف واستراتيجية المواجهة محددات أساسية للتوافق الزواجي. رسالة ماجستير، كلية البنات للآداب و العلوم والتربية، جامعة عين شمس.
- عمار حمامة (٢٠٢٣). علاقة الضغوط الاكاديمية بالتوافق الزواجي "لدى الطالبة المتزوجة. مجلة الشامل للعلوم التربوية والاجتماعية، ع١، ص ١٢١- ١٣٩.
- عمار حمامة(٢٠٢٣). علاقة الضغوط الاكاديمية بالتوافق الزواجي لدى الطالبة المتزوجة. مجلة الشامل للعلوم التربوية والاجتماعية، ع١، ١٢١- ١٣٩.
- عمار عبد الأمير الزويني (٢٠١٨).الازدهار النفسي وعلاقته بالتنظيم الذاتي لدى تدريسيي الجامعة. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة كربلاء.
- فوقية رضوان (٢٠١٢). مقياس تنظيم الذات.ط١. القاهرة: دار الكتاب الحديث.
- كاظم محسن (٢٠١٦). الانتباه الذهني وعلاقته بالتنظيم الذاتي المعرفي لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية الأساسية، ع٩٥، ص ١٢٠ – ١٥٥.
- محمد طارق الزيدي (٢٠١٦). تنظيم الذات وعلاقته بالحوار الأسري لدى الموظفات المتزوجات. رسالة ماجستير، كلية التربية للعلوم الإنسانية، جامعة ديالى.
- محمد عبد الرحمن فرحات (٢٠٠٧). التوافق الزواجي واتجاهات الامهات نحو التنشئة الاجتماعية لأطفالهن "دراسة ميدانية مقارنة. اطروحة دكتوراه غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، كيلة الآداب، جامعة عين شمس.
- مروة عبد الاله(٢٠١٩). التنظيم الذاتي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلبة الماجستير في البرنامج الإرشادي النفسي والتربوي في الجامعات الفلسطينية. اطروحة دكتوراه، كلية الدراسات العليا، جامعة الخليل.

- مناف فتحي الجبوري (٢٠١٩). الذكاء الوجداني وعلاقته بالتوافق الزواجي لدى طلبة الجامعة. مجلة البحث، ع٣٣، ص ١٢٣- ١٤٣.
- مؤيد محمد (٢٠١٨). التوافق الزواجي وعلاقته بتقدير الذات لدى ذوي الإعاقة الحركية في محافظتي بيت لحم والخليل. رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة القدس المفتوحة.
- ندى عبد باقر (٢٠١٩). العادات الدراسية وعلاقتها بمهارة تنظيم الذات لدى طلبة الجامعة. مجلة أبحاث الذكاء والقدرات العقلية، ع٢٧، ٥٥- ٨٩.
- هادية حشروف (٢٠٢٠). التوافق الزواجي وعلاقته بتقدير الذات لدى العاملات المتزوجات. اطروحة دكتوراه، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة محمد بوضياف- المسيلة.
- هاني علاوي (٢٠٢٣). تنظيم الذات الايجابية وعلاقتها بالتفكير الابداعي لدى طلبة المرحلة المتوسطة. *مجلة سق، ع١، ص ١٢٣- ١٥٦.*
- هبة سامي محمود(٢٠٢٠). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكية لتنمية مهارات تنظيم الذات والفاعلية الذاتية لدى عينة من تلاميذ المرحلة الإعدادية. مجلة الإرشاد النفسي، ع٦١، ص ٥٦- ٨٧.

ثانيًا: المصادر الاجنبية

- *Brown,A,(1987): Metacognition, executive control,self regulation and other more mysterious mechanisms.In weinert,f., and kluwe .R.(eds). Metacognition, motivation, and Understanding , Eribaum, Hillsdale,nj,pp.65 .*
- *Jaisri, M & Joseph, M. (2014). Role of Gender on Marital Adjustment and Psychological Wellbeing among Dual- Employed Couples. Journal of the Indian Academy of Applied Psychology January 2014, Vol.40, No.1, 74-77.*
- *Kerlin ,B.A . (1992): Cognitive engagement style , selfregulated learning and cooperative learning .www. Kerlins . net/ bobbi/research / my research /SRL/ -LOK-8NOV 2002.*
- *Shane,J,L (Ed),(2013),The Encyclopedia of positive psychology, Willey – Black well.*