

" فاعلية برنامج إرشادي إلكتروني لتنمية وعى الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء إنتشار وسائل التواصل الإجتماعي "

" The effectiveness of an electronic counseling program to develop wives' awareness of ways and methods to overcome marital alienation in light of the spread of social media "

إ.م.د / اميرة حسن عبد العال محمد
أستاذ مساعد إدارة المنزل بقسم الإقتصاد المنزلي
كلية التربية النوعية جامعة عين شمس
Dr.amera.hassan@sedu.asu.edu.eg

إ.م.د / رانيا محمود عبد المنعم
أستاذ مساعد إدارة المنزل بقسم الإقتصاد المنزلي
كلية التربية النوعية جامعة عين شمس
Dr.rania.mahmoud@sedu.asu.edu.eg

ملخص البحث:

يهدف البحث الحالي إلي الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي إلكتروني لتنمية وعى الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء إنتشار وسائل التواصل الإجتماعي بمحاورها (الصمت الزوجي، الصراع الزوجي، الطلاق العاطفي)، وقد تكونت عينة البحث الأساسية من (300) زوجة تم إختيارهن بطريقة صدفية غرضية من الزوجات، عاملات وغير عاملات ومن مستويات إجتماعية وإقتصادية مختلفة، كما تكونت عينة الدراسة التجريبية من (75) زوجة تم إختيارهن بطريقة عمدية من الرباعي الأدنى لعينة البحث التجريبية. وطبقت عليهن إستمارة البيانات العامة، مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي، وبرنامج إرشادي إلكتروني لتنمية وعى الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي، واستخدم البحث المنهج الوصفي التحليلي والمنهج التجريبي، مستعيناً بالبرنامج الإحصائي SPSS، وقد توصلت نتائج البحث إلي وجود فروق دالة إحصائية عند مستوي دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الإجتماعي في المجموع الكلي لصالح الزوجات الحضرية، ولصالح الزوجات العاملات، وفارق العمر بين الزوجين من 10 سنوات فأكثر، و لصالح مدة الحياة الزوجية التي كانت أقل من 10 سنوات ولصالح المستوى التعليمي العالي للزوجين، والدخل الشهري المرتفع، كما توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01، 0.05) بين وعى الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره والمجموع الكلي للمقياس وبين متغيرات الدراسة، كما توصلت النتائج إلي أن المستوى التعليمي للزوجة هو العامل الأكثر تأثيراً في تفسير نسبة التباين في وعى الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي، وأخيراً أثبتت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي استجابات الزوجات عينة البحث التجريبية في تنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره والمجموع الكلي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده حيث كانت قيم "ت" دالة عند مستوى دلالة (0.01) لصالح التطبيق البعدي، وأوصت الباحثتان بإعداد برامج توعوية خصوصاً للمقبلين على الزواج لتدريبهم على اختيار الشريك المناسب منذ البداية لعدم حدوث أعتراب زوجي لاحقاً، تنظيم دورات تدريبية للمتزوجين كيفية التعامل مع المشكلات، الأساليب السليمة لمواجهة الخلافات وحلها وتغيير المفاهيم المرتبطة بالعلاقات الزوجية من خلال توعيتهم بأدوارهم ومتطلبات تأسيس الحياة الزوجية الناجحة، كما أوصت الباحثتان الزوجين بحل الخلافات الناشئة أول بأول وعدم تركها تتراكم حتى لا تصل بالحياة إلى طريق مسدود.

الكلمات المفتاحية:

برنامج إرشادي إلكتروني – الزوجات – الإغتراب الزوجي – وسائل التواصل الإجتماعي.

مقدمة ومشكلة البحث:

يعتبر الزواج أسمى وأرقى آلية أرساها الله عزوجل على وجه الأرض لتعمير المجتمع وصيرورته؛ والتي تبنى على أسس مقبولة ومنظمة تحلل شريعة العلاقة بين الرجل والمرأة؛ وذلك وفق سنة أرادها الله في خلقه وفطرته التي فطر عليها البشر؛ فلا يمكن أن نتخيل أن تستمر الحياة بدون زواج (يوسف خطابية، 2015: ص371).

وترى الباحثتان أن الزواج هو الحلم الشاغل لكل الشباب والذي يشغل خيالهم سنوات وسنوات طويلة قبل مواجهتهم لواقع الحياة الزوجية والتي ربما ان ينجح الفرد فيها في زواجه ويحقق السعادة التي توقعها قبل الزواج لإتفاق توقعاته قبل الزواج مع واقع الحياة الزوجية؛ أو ربما أن يفشل وتتغير لديه تلك الأماني والأحلام التي رسمها قبل الزواج إلى خيبة أمل كبيرة لسوء فهمه المسبق عن الزواج؛ وعندئذ فكل فرد يرى الحقيقة بصورة واقعية خالية من أي صور وهمية؛ حيث تظهر الخلافات وأيضاً الإختلافات في بعض أو كل أمور الحياة والتي بدورها تعمل على تفكك الرباط الزوجي وحينها تتحول الحياة الزوجية السعيدة إلى حالة من التعاسة تنتهي بإنهيار العلاقة.

وأشارت دراسة صلاح الدين وتد وآلاء حميدة (2015: ص19) إلى أن الإختلاف الفكري والثقافي بين الأزواج وكذا اختلاف اتجاهات وأساليب التفكير وعدم وجود ميول مشتركة بينهم من أهم الأسباب التي تؤدي إلى نشوء خلافات زوجية؛ مما يصل بالنهاية لعدم إشباع احتياجاتهم الفسيولوجية والنفسية والتي تؤدي إلى اضطراب في العلاقة الزوجية.

كما أشارت دراسة كل من جوخة الصوافي وآخرون (2021: ص22) إلى مشكلة التوتر في علاقة الزوجين وتأثير المشكلات الاجتماعية الحياتية والإقتصادية والثقافية؛ كما تشير إلى تزايد نسبة الطلاق بأنواعها وانتشارها كالطلاق المعلن أو الصامت، فشعور الغربة بين الزوجين يعتبر من أكبر المؤشرات الدالة على سوء العلاقة بينهما.

فالحياة الزوجية لا تخلو من بعض المشكلات والخلافات اليومية التي لا بد من أن يستوعبها كلاً من الزوجين بأن يكون لديه القدرة على تفهم الموقف بالنسبة للطرف الآخر، وأن يكون التعامل مع الخلاف على حسب أهميته ودرجته (سميرة العبدلي، 2019: ص21).

ولهذا فقد شغل اهتمام العديد من الباحثين والمفكرين مدى نجاح الزواج لما له من أهمية كبيرة في حياة الزوجين وما ينقلوه في تنشئة أبنائهم وبناء شخصياتهم والتي بدورها تؤثر على المجتمع (Bylund, et.,al, 2010: p19).

وتعتبر ظاهرة الإغتراب من الظواهر السلبية المهمة في العالم الحديث المعاصر الذي نعيشه فقد تبلورت هذه الظاهرة منذ سنوات عديدة وأخذت مظاهر تختلف بين الماضي وبين ما هي عليه في زمن سيطرت عليه العولمة بأبعادها المختلفة (علاء الرواشدة، أسماء خليل العرب، 2009: ص59).

والإغتراب الزوجي من المشكلات الهامة التي تؤثر على كيان الأسرة؛ فعندما يشعر الأزواج بالإغتراب داخل أسرهم يتأثر أداء كل منهما ولا تستطيع الأسرة بقيام وظائفها الأساسية وتكثر الحواجز النفسية بين الزوجين ويطفو على التعامل بينهم صفة البرود أو الحدة أو الجدية إلى أن تصبح العلاقة في حالة تمزق عاطفي وتسيطر مشاعر الغربة على المنزل ويشعر كل طرف بأنه غريب عن الطرف الآخر ولا يمت له بصلة (شرين فرحات، عبير عبد المنعم، 2018: ص512).

حيث تتأثر العلاقة بين الزوجين فتجعلهما في حالة يسودها العزلة والإنفصال عن بعضهما البعض؛ كما أنها تجعل نظرة كل منهما نظرة تشاؤمية لمستقبل علاقتهم الزوجية ومستقبل أسرهم، وتتحول المسؤوليات في الأسرة من مسؤوليات جماعية إلى فردية، الأمر الذي يتسبب في حالة عدم إتزان واضطراب داخل الأسرة (جوخة الصوافي وآخرون، 2021: ص24).

وهذه الظاهرة يترتب عليها آثار كثيرة سواء نفسية أو مادية في بعض الحالات، وتختلف حدتها من أسرة لآخرى على حسب مستوى الأسرة الاجتماعي والإقتصادي، وعلى حسب المستوى التعليمي للزوجين، وأيضاً وجود أبناء حيث أن توتر العلاقة بين الزوج والزوجة تؤثر بشكل كبير على تنشئة الأبناء (روان شمالة، 2016: ص2).

وأكدت منال طه (2018: ص415) على أن الصمت الزوجي أنتشر في مجتمعنا وأصبح من المؤثرات النفسية التي تؤثر بشكل كبير في حياتنا.

كما أكدت دراسة إيمان الرفاعي (2019: ص191) على انتشار ظاهرة الصمت الزوجي في كثير العلاقات الزوجية وخصوصًا العلاقات الحديثة حيث تلقي هذه الظاهرة ضوءها السلبي على مناخ العلاقة الزوجية فتصيب الزوجين بتطور مزمن أو مؤقت في العلاقة بينهم مع غياب شبه تام في الحوار والإهتمام والتواصل. بينما ترى سميرة العبدلي (2019: ص20) أن الأسرة كمنظمة تتألف من مجموعة أفراد يقومون بالتفاعل مع بعضهم لتحقيق أهداف الأسرة؛ وهذا التفاعل قد يؤدي إلى اتفاق أفراد الأسرة أو عدم اتفاقهم في بعض المواقف وهذا الإختلاف غالبًا يؤدي إلى ظاهرة الصراع في الأسرة؛ وهي ظاهرة طبيعية تحدث في كافة المجتمعات البشرية حيث لا تخلو أي منظمة إجتماعية من هذه الظاهرة والتي تشكل عبئًا من حيث الوقت التي يهدر في إدارة هذه الصراعات. وقامت مروة عبد الخالق (2014) بدراسة هدفت إلى إستقصاء أثر الطلاق العاطفي على التنشئة الإجتماعية في المجتمع الحضري في مدينة طنطا، وأسفرت نتائج الدراسة على أن أسباب إرتفاع معدلات الطلاق العاطفي كانت مزيج من ضغوط الحياة اليومية والأعباء المادية وعدم قدرة الزوجين على حماية الأسرة من الإنهيار؛ وأضافت إلى ذلك أن زيادة التحضر مع إنتشار وسائل التواصل والفضائيات دفع بعض الأزواج لمقارنات بين زوجاتهم بغيرهم من النساء الأمر الذي أدى إلى غياب الحوار بين الزوجين.

وأكدت العديد من الدراسات أن للإنترنت العديد من الآثار السلبية؛ حيث أنه يقلل من التواصل بين الزوجين ومن الممكن أن يتحول إلى استخدام بشكل ادماني لمواقع التواصل الإجتماعي مما يؤدي إلى إهمال أفراد الأسرة لمسؤولياتهم بسبب إنشغال عقولهم (وفاء محمد، 2021: ص39).

حيث هدفت دراسة سليمة ذياب والأزهر ضيف (2020) إلى "معرفة لأي مدى ينعكس استخدام شبكات التواصل الإجتماعي على تحديد طبيعة العلاقات داخل النسق الأسري؛ وتوصلت إلى أن الإستعمال المفرط لشبكات التواصل الإجتماعي أدى إلى التسبب في إختلافات شديدة بين الزوجين لكثرة دخول الزوج على الانترنت ومواقع الدردشة مما نتج عنه فتورًا في العلاقة بين الزوجين والعزلة عن بعضهم رغم تواجدهم الشكلي في بيت واحد. كما هدفت دراسة مصطفى سحاري وخير الدين بوهدة (2021) إلى التعرف على "مدى تأثير مواقع التواصل الإجتماعي في الوسط الأسري بالمدينة"، وتوصلت إلى أن أغلب أفراد عينة البحث يقومون بإستخدام مواقع التواصل الإجتماعي بشكل دائم ويومي مما يتسبب زيادة تأثير وسيطرة هذه المواقع عليهم لحد الأدمان الذي يؤدي إلى الشعور بالقلق النفسي والعزلة عن الأسرة والإغتراب عن الواقع.

وترى الباحثتان أن انتشار وسائل التواصل الإجتماعي شكل تحدي كبير للعلاقات الإجتماعية بين الأفراد حيث إذا لم يحسن الفرد استغلالها واستخدامها فمن شأنها تحول الأفراد من أفراد اجتماعيين إلى أفراد انعزاليين محبطين ومدمنين لها حيث تفصلهم عن محيطهم الإجتماعي وتدمجهم داخل جماعات وهمية إفتراضية لا وجود لها في عالمنا الحقيقي الذي نعيشه؛ حيث أنها تقوم بإلغاء دور الأسرة في النقاش وتبادل الآراء والأفكار مما يؤدي إلى غياب الحوار داخل الأسرة؛ فقد غيرت هذه الشبكات الإفتراضية معالم كثيرة في حياتنا حيث سببت الكثير من المشكلات والمخاطر التي تؤثر على استقرار الأسرة وعلى سلامة العلاقات بين الأزواج وبناء جدارات عالية من العزلة خصوصًا بين الزوجين، فأصبح العديد من الأزواج يعانون من مشاكل لم نراها من قبل مثل الصمت الزوجي، الطلاق العاطفي، الصراع الزوجي.

ومن خلال ما ذكرته دراسة كل من جوخة الصوافي وآخرون (2021: ص22) إلى ملاحظتهن أثناء تأدية عملهن في الإرشاد النفسي والأسري والزواجي بمراكز الاستشارات النفسية الأسرية إلى أن كثير من الأزواج يطلبون الإستشارات الزوجية لإنتشار ظاهرة الشعور بالعزلة والغربة بين الزوجين؛ ومدى تأثيرها على استقرار واستمرار العلاقة بينهم أو تحقيق أهدافها المتضمنة الرحمة والمودة والإستقرار.

فيعتبر موضوع التغلب على الإغتراب الزوجي موضوع غاية في الأهمية حيث أنه يعالج مشكلة بحثية أسرية إجتماعية تهم كلاً من الفرد والأسرة بل تهم المجتمع بأكمله لما توفره من معرفة نظرية تسهم في رفع وعي الزوجين وخصوصًا الزوجة بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي والذي يكاد أن يكون إنتشر في المجتمع بأكمله بسبب إنتشار وسائل التواصل الإجتماعي حيث ساهمت بشكل كبير فيما نشهده في مجتمعنا المعاصر من تزايد نسب معدلات التفكك الأسري والصمت الزوجي والصراع الزوجي والطلاق العاطفي.

ومن هنا نبعت فكرة البحث الحالي في محاولة من الباحثين للإجابة على السؤال الرئيس التالي: ما فاعلية البرنامج الإرشادي الإلكتروني المُعد في تنمية وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء إنتشار وسائل التواصل الإجتماعي؟

ويتفرع من هذا السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية التالية:

- 1- ما الوزن النسبي لمحاور وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء إنتشار وسائل التواصل الإجتماعي؟
- 2- ما الوزن النسبي لقضاء وقت الزوج يومياً؟
- 3- ما الوزن النسبي لفترة قلة التفاعل بين الزوجين؟
- 4- هل توجد فروق في وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره والمجموع الكلي تبعاً لمتغيرات الدراسة (مكان السكن، عمل الزوجة، فارق العمر بين الزوجين، مدة الحياة الزوجية، المستوى التعليمي للزوجين، متوسط الدخل الشهري للأسرة)؟
- 5- ما طبيعة العلاقة بين محاور وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي ومتغيرات الدراسة؟
- 6- هل تختلف نسبة مشاركة المتغيرات المستقلة المدروسة في تفسير نسبة التباين في المتغير التابع (الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي) تبعاً لأوزان معاملات الانحدار ودرجة الارتباط؟
- 7- ما مدى فاعلية البرنامج الإرشادي الإلكتروني المُعد في تنمية وعي الزوجات عينة البحث التجريبية بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره الثلاثة (الصمت الزوجي، الصراع الزوجي، الطلاق العاطفي).

هدف البحث (Search Objective):

يهدف البحث الحالي بصفة رئيسة إلى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي إلكتروني لتنمية وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره الثلاثة (الصمت الزوجي، الصراع الزوجي، الطلاق العاطفي) في ضوء إنتشار وسائل التواصل الإجتماعي وذلك من خلال:

- 1- تحديد الوزن النسبي لمحاور وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء إنتشار وسائل التواصل الإجتماعي.
- 2- تحديد الوزن النسبي لقضاء وقت الزوج يومياً.
- 3- تحديد الوزن النسبي لفترة قلة التفاعل بين الزوجين.
- 4- الكشف عن دلالة الفروق في وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره الثلاثة (الصمت الزوجي، الصراع الزوجي، الطلاق العاطفي) والمجموع الكلي تبعاً لمتغيرات الدراسة (مكان السكن، عمل الزوجة، فارق العمر بين الزوجين، مدة الحياة الزوجية، المستوى التعليمي للزوجين، متوسط الدخل الشهري للأسرة).
- 5- دراسة العلاقة بين وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره الثلاثة (الصمت الزوجي، الصراع الزوجي، الطلاق العاطفي) والمجموع الكلي وبين متغيرات الدراسة.
- 6- دراسة نسبة مشاركة المتغيرات المستقلة المدروسة في تفسير نسبة التباين في المتغير التابع (وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي) تبعاً لأوزان معاملات الانحدار ودرجة الارتباط.
- 7- تقييم فاعلية البرنامج الإرشادي المُعد لتنمية وعي الزوجات عينة البحث التجريبية بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء إنتشار وسائل التواصل الإجتماعي، ومعرفة حجم تأثيره.

أهمية البحث (Research Significant):

تتمثل أهمية هذا البحث فيما يلي:

أولاً: الأهمية النظرية:

1- ترجع أهمية تلك الدراسة إلى أنها تقدم برنامجاً إرشادياً إلكترونيًا لتنمية وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي وعلى حد علم الباحثان لا يوجد الكثير من تلك البرامج في مجال الإقتصاد المنزلي ولذلك فهو بحاجة إلى التوضيح والتناول من خلال الأبحاث خصوصاً في ضوء إنتشار وسائل التواصل الإجتماعي.

2- محاولة التوصل إلى عدد من الحلول والتوصيات التي تحد من الإغتراب الزوجي بين الزوجين.

3- محاولة تسليط الضوء على فيروس العصر والمنتشر بين الكثير من الأزواج والزوجات الا وهو ظاهرة الإغتراب الزوجي بما يشمل من صمت زوجي، وصراع زوجي، طلاق عاطفي، وعلى خطورة مواقع التواصل الإجتماعي وأثارها على الأسرة وخاصة على مشكلة الإغتراب الزوجي.

4- إثراء المكتبة العربية والمحلية بمجال التخصص بمعارف جديدة من خلال تناول هذا الموضوع الحيوي وهو "فاعلية برنامج إرشادي إلكتروني لتنمية وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء إنتشار وسائل التواصل الإجتماعي" لما له من أهمية كبيرة عائدة على سلامة المجتمع بأكمله.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

1- إستفادة المتخصصين في مجال الإرشاد الأسري من نتائج هذه الدراسة في إعداد برامج العلاج الزوجي المقدمة والتي تساعد على التغلب من ظاهرة الصمت الزوجي والصراع الزوجي والطلاق العاطفي لخلق مناخ أسري سوى بين الزوجين والتي ينعكس بدوره على تنشئتهم لأبنائهم من أجل سلامة المجتمع بأكمله.

2- توفير نموذج لبرنامج إلكتروني للزوجات والأزواج للحد من الإغتراب الزوجي بأنواعه المختلفة كالصمت الزوجي، والصراع الزوجي، والطلاق العاطفي.

3- تسعى الباحثتان من خلال هذا البحث إلى دراسة أحد الأسباب التي تؤدي في النهاية إلى الطلاق الفعلي، وذلك لمحاولة التقليل من وجودها بين الزوجين للعيش في بيئة أسرية سليمة تسودها الحب والمودة والرحمة.

فروض البحث (Research Hypotheses):

سعى البحث الحالي إلى التحقق من صحة الفروض الآتية:-

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات الزوجات عينة البحث الأساسية في الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاورة الثلاثة (الصمت الزوجي، الصراع الزوجي، الطلاق العاطفي) والمجموع الكلي في ضوء إنتشار وسائل التواصل الإجتماعي وفقاً لمتغيرات الدراسة (مكان السكن، عمل الزوجة، فارق العمر بين الزوجين، مدة الحياة الزوجية، المستوى التعليمي للزوجين، متوسط الدخل الشهري للأسرة).

2- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب الإغتراب الزوجي بمحاورة الثلاثة (الصمت الزوجي، الصراع الزوجي، الطلاق العاطفي) والمجموع الكلي في ضوء إنتشار وسائل التواصل الإجتماعي وبين متغيرات الدراسة.

3- تختلف نسبة مشاركة المتغيرات المستقلة (مكان السكن، عمل الزوجة، فارق العمر بين الزوجين، مدة الحياة الزوجية، المستوى التعليمي للزوجين، متوسط الدخل الشهري للأسرة) في تفسير نسبة التباين في المتغير التابع (الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي) تبعاً لأوزان معاملات الإنحدار ودرجة الارتباط.

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بين متوسطي درجات استجابات الزوجات عينة البحث التجريبية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي الإلكتروني وبعده لصالح التطبيق البعدي.

إجراءات البحث (Search Procedures):

"شملت إجراءات البحث الحالي (منهج البحث، مصطلحات البحث "تعريف لمصطلحات البحث مع ذكر التعاريف الإجرائية"، حدود البحث، أدوات التطبيق للبحث، المعالجات الإحصائية)".

أولاً: منهج البحث (Research Methodology):

يتبع البحث "المنهج الوصفي التحليلي والمنهج التجريبي؛ وذلك لملائتهما لموضوع البحث"

• **المنهج الوصفي التحليلي:** ويقصد به "تلك المنهج الذي يقوم بدراسة الظواهر العلمية الموجودة في مجموعة معينة، ومكان محدد، وجمع كل الحقائق والبيانات المرتبطة بالظاهرة ثم تحليلها وتفسيرها مع إستخلاص النتائج وذلك للوصول إلى تعميمات بشأنها" (ذوقان عبيدات وآخرون، 2012: ص60).
وتم ذلك في البحث باستخدام الدراسات المقارنة وأيضاً العلاقات الارتباطية؛ لتحليل مدى وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء إنتشار وسائل التواصل الإجتماعي؛ مع تحديد مدى التأثير بمتغيرات الدراسة.

• **المنهج التجريبي:** ويقصد به "الطريقة التي تقوم بتحديد كل الظروف والمتغيرات التي تظهر في التحري عن المعلومات وتخص ظاهرة ما، والسيطرة على تلك الظروف والمتغيرات وأيضاً التحكم بها" (محمد علي، 2019: ص65).

وتم ذلك في البحث باستخدام "المنهج التجريبي ذو المجموعة الواحدة؛ والمقصود به القياس القبلي والبعدي لنفس المجموعة، وذلك للتعرف على الفروق في مستوى وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي الإلكتروني المعد عبر تطبيق "microsoft teams".

ثانياً: المصطلحات العلمية والمفاهيم الإجرائية:

• الفاعلية: The Effectiveness

يعرفها (Mkwanazi, M., et al., 2017: P29) على أنها "مجموع الفروق بين درجات المجموعة التجريبية التي تقاس قبل تطبيق البرنامج وبعده وذلك عن طريق المقاييس المستخدمة في البحث".
وتعرف إجرائياً بأنها "قياس التأثير الذي يحدثه البرنامج الإرشادي الإلكتروني المعد عن طريق حساب الفروق بين متوسطات الزوجات في الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي قبل وبعد تطبيق البرنامج".

• البرنامج الإرشادي الإلكتروني: An Electronic Program guidance

يعرفه محمد سيف (2022: ص59) على أنه "محتوى تعليمي يحتوي على مجموعة من أنشطة والتمارين ومن خلاله يحدث متابعة وتفاعل بصورة قد تكون جزئية أو تكون شاملة بين كلاً من المعلم والمتعلمين؛ وقد يكون ذلك داخل مكان للتدريب أو قد يكون التعلم عن بعد وذلك بإحدى تطبيقات الإنترنت".
ويعرف إجرائياً بأنه "مزيج من مفاهيم معرفية وخبرات وأهداف عامة وخاصة إرشادية وأنشطة منظمة مترابطة لتحقيق أهداف وتصميم محتوى ملائم وتنظيمه وتنفيذه وتقويمه وخروجه في صورة جلسات إرشادية وفق أسس علمية لتنمية وعي فئة معينة بالمحتوى العلمي للبرنامج من خلال برنامج Microsoft team لما يوفره من أساليب وسهولة في التواصل.

• التنمية: Development

تعرفها أسماء عبد اللطيف (2018: ص56) بأنها "عملية تغيير مقصودة شاملة ومتكاملة وموجهة وفق خطط تهدف لتحسين حياة المجتمعات وأفرادها".
وتعرف إجرائياً على أنها "الإرتقاء تدريجياً بخصائص الأفراد كميًا وكيفيًا، بحيث يتمكن الفرد من القدرة على أداء ما لم يستطيع أداءه من قبل".

الوعي: Awareness

تعرف سليكة القاضي (2015: ص23) الوعي على أنه "اتجاه عقلي يُمكن الأفراد من إدراكهم لأنفسهم وبالبيئة المحيطة بهم بدرجات تتفاوت من الوضوح إلى التعقيد". ويعرف إجرائياً بأنه "مدى إدراك الفرد بوجود قصور لديه تعيقه من الوصول لتحقيق أهدافه، والبحث عن طرق تساعد في الخروج من تلك القصور".

• الإغتراب الزوجي: Marital alienation

يعرفه إبراهيم الحسن (2011: ص117) على أنه "ظاهرة سيكولوجية تنتسب في الشعور بالغربة والكراهية بين الزوجين والإحساس بعدم المسؤولية المتبادلة؛ وأيضاً فقدان الأمل كما تعطيهم نظرة تشاؤمية لمستقبل العلاقة بينهما". ويعرف إجرائياً على أنه "مشكلة من المشكلات المؤثرة على كيان الأسرة بأكملها تنتسب في عزلة وانفصال الزوجين عن بعضهما البعض حيث تبدأ بالصمت الزوجي وربما تدخل في الصراع الزوجي وتنتهي بالطلاق العاطفي أو الفعلي في بعض الأحيان مما يتسبب في تفكك الأسرة مع وجود خسائر مادية ومعنوية للزوجين". وقسمت الباحثتان الإغتراب الزوجي في هذا البحث إلى ثلاثة محاور:-

المحور الأول: الصمت الزوجي Marital silence

يعرفه كلاً من (Les Parrott & Leslie Parrott, 2013: p224) بأنه "حالة خاصة من المعاملة الصامتة تحدث بين الزوجين وتظهر على هيئة سوء المعاملة العاطفية تأخذ شكل من أشكال الإزدراء أو الرفض مع إتباع الصمت اللفظي". وتعرفه وفاء محمد (2021: ص46) بأنه "غياب لغة الحوار بين الزوجين، الأمر الذي يؤدي إلى الانفصال العاطفي بينهم رغم أنهما يعيشان تحت سقف بيت واحد ولكنهما منفصلان معنوياً بسبب عدم تبادل الحوار الأمر الذي يؤدي إلى التفكك والزوال". ويعرف إجرائياً على أنه "حالة تسيطر على أحد الزوجين أو كلاهما سيطرة كاملة تنتسب في شعورهم بالغربة والعزلة عن بعضهما البعض مع غياب لغة الحوار مما يؤدي للتفكك والزوال".

المحور الثاني: الصراع الزوجي Marital conflict

يعرفه أمال الفقي (2018: ص5) بأنه "صراع ينشأ بين الزوجين بسبب تضارب في المصالح حول موضوع ما، فيسعى كل طرف لإثبات أفضلية رأيه بطريقة صريحة أو ضمنية ترجع لعوامل تتعلق بالفرد نفسه أو لعوامل محيطة بالبيئة التي يعيش فيها، ويحتاج كل منهما الوصول لحل جوهرى لخفض هذا الصراع". ويعرف إجرائياً بأنه "النزاع الدائم بين الزوجين بسبب تضارب وجهات نظرهم حيال بعض الأمور الحياتية والتي تسبب في إثارة إنفعال الغضب والتفكير في السلوك الانتقامي وربما القيام به بالفعل".

المحور الثالث: الطلاق العاطفي Emotional divorce

يعرفه أنوار هادي (2012: ص438) بأنه "طلاق ولكنه غير معطن على الملأ وفي بعض الأحيان يكون من طرف واحد فقط ويجهله الطرف الآخر ويحدث نتيجة تراكمات للخلافات الحادة والضغط المتتالية ويتميز بإنخفاض أو إنقطاع الإتصال الجنسي". ويعرف إجرائياً على أنه "وضع تصاب فيه الحياة الزوجية بحالة من البرود وغياب مشاعر الحب والرضا حيث يعيش فيها الزوجين بعزلة وإنفراد كلاً منهما عن الآخر رغم وجودهما في نفس المنزل".

مواقع التواصل الإجتماعي:

يعرف خالد المقداوي (2013: ص86) عملية التواصل الإجتماعي بأنها "التواصل مع عدد من الناس سواء أقارب أو زملاء أو أصدقاء عن طريق مواقع وخدمات الكترونية والتي توفر سرعة توصيل المعلومات على نطاق واسع من خلال شبكة الإنترنت".

كما ذكرها كل من (Russel, et., al, 2016:p62) بأنها "محتويات تم إنشاؤها بواسطة مستخدم الوسائط الإجتماعية كالمشورات والتعليقات ومشاركة الصور ومقاطع الفيديو".
وتعرف إجرائياً بأنها "شبكات مفتوحة تسمح للأفراد التواصل في بيئة مجتمع إفتراضي يجمع بينهم عدة عوامل مشتركة ويمكن من خلالها تكوين بعض الصداقات والعلاقات المتنوعة والحصول على معلومات والإطلاع على الأخبار والتعبير عن الآراء والأفكار"

ثالثاً: حدود البحث: Research Samples يتحدد هذا البحث على النحو التالي:

• الحدود البشرية للبحث: Human Samples

تكونت عينة البحث من ثلاث مجموعات:

- 1- **عينة البحث الاستطلاعية:** وتكونت من (50) زوجة تم إختيارهن بنفس شروط عينة البحث الأساسية لتقنين أدوات البحث المتمثلة في (إستمارة البيانات العامة، مقياس وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي).
- 2- **عينة البحث الأساسية:** وتكونت من (330) زوجة تم إختيارهن بطريقة صدفية غرضية عن طريق العلاقات الأسرية والعملية للباحثتان وممن يقيمن بمحافظة القاهرة والشرقية ومن مستويات اقتصادية وإجتماعية مختلفة عاملات وغير عاملات، وتتراوح أعمارهن ما بين 25 سنة إلى أكثر من 45 سنة، وتم إستبعاد (30) إستمارة بعد التطبيق الأدوات عليهن لعدم جديتهم وعدم دقة البيانات وعدم إستكمال الإستجابة على بنود المقياس، ومن ثم بلغ حجم عينة الدراسة (300) زوجة وجدول (6) يوضح الخصائص الديموغرافية والوصفية لمفردات عينة البحث الأساسية.
- 3- **عينة البحث التجريبية:** وقوامها (75) زوجة تم إختيارهن بطريقة عمدية، يُمثلن الربيع الأدنى من عينة البحث الأساسية ومن الحاصلات على درجات منخفضة في مقياس وعي الزوجة بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي. وذلك لتطبيق البرنامج الإرشادي الإلكتروني المُعد لتنمية والوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي عليهم، وقد تم التواصل معهم مباشرة أو من خلال تطبيق " What's App الخاص بهن، كما تم التنسيق معهم وتطبيق البرنامج الإلكتروني عليهن بإستخدام برنامج microsoft teams لما يوفره من سهولة في التعامل حيث أن كل ما عليهن أن يقمن بالضغط على الرابط المرسل على جروب الواتساب للدخول على البرنامج المعد وجدول (7) يوضح الخصائص الوصفية والديموغرافية لمفردات عينة البحث التجريبية.

• الحدود المكانية للبحث: Place Samples

- 1- **الحدود المكانية لعينة البحث الأساسية:** تم اختيار الزوجات أفراد عينة البحث الأساسية من محافظتي القاهرة والشرقية كالآتي: تم الحصول على (96) مفردة صالحة من محافظة القاهرة، (204) مفردة صالحة من محافظة الشرقية بحضر وريف مركز منيا القمح.
- 2- **الحدود المكانية لعينة البحث التجريبية:** تم تطبيق البرنامج الإرشادي الإلكتروني المُعد لتنمية وعي الزوجات بالوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي **عن بعد** من خلال تطبيق microsoft "teams" على الزوجات بمحافظة الشرقية والقاهرة كالآتي: (22) زوجة من المقيمات بمحافظة القاهرة، (53) زوجة من المقيمات بمحافظة الشرقية.

• الحدود الزمنية للبحث: Time samples

قامت الباحثتان بجمع البيانات وتفرغها خلال الفترة من منتصف شهر "أكتوبر" 2023م وحتى بداية شهر "يناير" 2024م؛ ثم بعد ذلك تم إجراء التحليلات الإحصائية لإستخراج النتائج؛ ثم تم إختيار عينة الدراسة التجريبية وتطبيق البرنامج الإرشادي الإلكتروني المُعد لتنمية وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي على عينة البحث التجريبية خلال الفترة من بداية شهر فبراير 2024م حتى منتصف شهر مارس 2024م.

رابعاً: أدوات البحث: (إعداد الباحثان)

قامت الباحثتان ببناء وإعداد أدوات البحث المتمثلة في:

- 1- إستمارة البيانات العامة للزوجات.
 - 2- مقياس وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره الثلاثة (الصمت الزوجي، الصراع الزوجي، الطلاق العاطفي).
 - 3- برنامج إرشادي إلكتروني لتنمية وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء إنتشار وسائل التواصل الإجتماعي.
- 1- استمارة البيانات العامة للزوجات:

أعدت الاستمارة بهدف الحصول على البيانات العامة للزوجات أفراد عينة البحث وبعض البيانات التي تقيد في تحديد الخصائص الديموغرافية لعينة البحث واشتملت الإستمارة على:

أ- البيانات الديموغرافية: وتشمل مكان السكن (حضر/ريف)، عمل الزوجة (تعمل/لا تعمل)، فارق العمر بين الزوجين (أقل من 5 سنة، من 5 إلى أقل من 10 سنوات، من 10 سنوات، من 10 سنوات فأكثر)، مدة الحياة الزوجية (أقل من 10 سنوات، من 10 سنوات إلى أقل من 15 سنة، من 15 سنة فأكثر)، المستوى التعليمي للزوجين وقسمت الباحثتان المستوى التعليمي للزوجين إلى ثلاث مستويات "أولاً: مستوى تعليمي منخفض ويشمل (يقرأ ويكتب - حاصل على الابتدائية أو ما يعادلها) - ثانياً مستوى تعليمي متوسط ويشمل (حاصل على الإعدادية أو ما يعادلها - حاصل على الثانوية أو ما يعادلها) - ثالثاً مستوى تعليمي عالي ويشمل (مؤهل جامعي - ماجستير - دكتوراه)"، متوسط الدخل الشهري للأسرة: وقسمت الباحثتان فئات الدخل بالاستعانة بـ "إحصائيات متوسط الدخل السنوي الصافي للأسر المصرية لعام 2019/2020 تبعاً للفئات العشرية والمتضمنة في أحدث بحث للدخل والإنفاق الصادر في ديسمبر 2020 (الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء، 2020)" وبناء على ذلك قسمت الباحثتان فئات الدخل كما يلي "دخل منخفض: (أقل من 5000ج)، ودخل متوسط: يبدأ من (5000 جنية إلى أقل من 9000 جنية)، ودخل مرتفع: يبدأ من (9000 جنية فأكثر).

- ب- بيانات تتعلق بالنتائج الوصفية: تحديد الأوزان النسبية لوعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الإجتماعي، وتحديد الوزن النسبي لقضاء وقت الزوج يوماً، وتحديد الوزن النسبي للفترة التي يحدث فيها قلة التفاعل بين الزوجين.
- 2- مقياس وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره الثلاثة (الصمت الزوجي، الصراع الزوجي، الطلاق العاطفي):

قامت الباحثتان بإعداد مقياس وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي وفقاً للخطوات الإجرائية الآتية:

- أ- تحديد الهدف من المقياس: يهدف إلى قياس مدى وعي الزوجات بالطرق والأساليب التي تساعد في التغلب على الإغتراب الزوجي وإدراكهم لوضعهم الحالي في ضوء انتشار وسائل التواصل الإجتماعي.
- ب- بناء المقياس: لبناء المقياس وتحديد محاوره تم الإطلاع على العديد من الأدبيات والدراسات والبحوث السابقة؛ وذلك في ضوء المفهوم الإجرائي للوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الإجتماعي؛ ومنها دراسة سارة هاشم (2016)، نبيل الجندي ومها أبو زنيذ (2016)، ودراسة نازك التركي (2019)، ودراسة وفاء محمد (2021)، ودراسة هاجر رمضان (2023)، ودراسة (2013) Hayatbakhsh et., al (2018)، Gao, Meng et., al (2018)، وبناءً على ذلك توصلت الباحثتان إلى تصور عام لمحاور المقياس، حيث قامتا بتحديد ثلاثة محاور رئيسية وهي (الصمت الزوجي - الصراع الزوجي - والطلاق العاطفي) وكل محور من محاور المقياس يندرج تحته مجموعة من العبارات.
- ج- صياغة عبارات المقياس: قامت الباحثتان بتحليل المحاور الرئيسية إلى عبارات فرعية، كل محور علي حده، وتم صياغتها بحيث تناسب طبيعة كل محور من المحاور الرئيسية.

ح- **تعليمات المقياس:** تم صياغة تعليمات المقياس حيث تم تحديد الهدف الرئيسي من المقياس ثم وضع تعليمات منها، والمرجو منك عزيزتي الزوجة أن تقومي بقراءة كل عبارة جيداً، مع محاولة ان تكون إجابتك تعكس شعورك الحقيقي بكل صدق وموضوعية وانه لا يوجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة وأن كل المعلومات تحاط بسرية تامة ولا تستخدم إلا في البحث العلمي، وكل ما عليكي وضع علامة أمام اجابتك، كما نرجو عدم ترك عبارة دون إجابة، وعدم إختيار أكثر من إجابة لكل عبارة.

وقد إشتمل المقياس في صورته النهائية على (96) عبارة خبرية تغطي كافة محاور الإغتراب الزوجي ، وقد إشتمل المقياس على ثلاثة محاور؛ **المحور الأول:** الصمت الزوجي، واحتوي علي (32) عبارة، **والمحور الثاني:** الصراع الزوجي واشتمل علي (33) عبارة، **والمحور الثالث:** الطلاق العاطفي والذي اشتمل علي (31) عبارة. وتجيب الزوجات علي الثلاثة محاور بما يُناسبهن، وتُحدد استجابتهن وفق ثلاث اختيارات (ينطبق عليّ تماماً، ينطبق عليّ أحياناً، لا ينطبق عليّ أبداً) وتم التصحيح طبقاً للتقدير الثلاثي (3، 2، 1) للعبارة الموجبة، (1، 2، 3) للعبارة السالبة، وتم تقسيم مستويات وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي إلي ثلاثة مستويات (منخفض، متوسط، مرتفع) وذلك من خلال حساب المدى الفعلي سواء كان في إجمالي وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي أو في محاوره الثلاثة الفرعية تبعاً لبيانات المشاهدة نتيجة تطبيق المقياس في ضوء المعادلات الآتية:

"المدى = (أكبر درجة مشاهدة – أقل درجة مشاهدة). بمعنى (الدرجة العظمي - الدرجة الصغرى)؛ طول الفئة = (المدى ÷ 3) + 1؛ وعليه فقد تم تقسيم الاستجابات إلي ثلاث مستويات لوعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي عينة البحث بمحاوره؛ وبهذا تكون "أعلى درجة مشاهدة تحصل عليها المبحوثة (288)؛ وأقل درجة مشاهدة تحصل عليها (96)، ويكون المدى 192، وطول الفئة 64"؛ والجدول التالي يوضح مستويات مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي وفقاً للمدى وأعلى وأقل درجة مشاهدة؛ والجدول الآتي يوضح ذلك".

جدول (1) مستويات مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي وفقاً للمدى وأعلى وأقل درجة مشاهدة

المستويات	طول الفئة	المدى	أعلى درجة مشاهدة	أقل درجة مشاهدة	عدد العبارات	البيان
مستوى منخفض (32: 52)	21.3	64	96	32	32	المحور الأول: (الصمت الزوجي)
مستوى متوسط (53: 74)						
مستوى مرتفع (75: 96)						
مستوى منخفض (33: 54)	22	66	99	33	33	المحور الثاني: (الصراع الزوجي)
مستوى متوسط (55: 76)						
مستوى مرتفع (77: 99)						
مستوى منخفض (31: 50)	20.7	62	93	31	31	المحور الثالث: (الطلاق العاطفي)
مستوى متوسط (51: 71)						
مستوى مرتفع (72: 93)						
مستوى منخفض (96: 159)	64	192	288	96	96	المجموع الكلي للمقياس
مستوى متوسط (160: 223)						
مستوى مرتفع (224: 288)						

المحور الأول: الصمت الزوجي: واشتمل على (32) عبارة تقيس إلى أي مدى تتجنب الزوجة الحوار مع زوجها لأنه كثير اللوم ويقوم بتفسير الكلام على غير محمله، وإلى أي مدى ينتقدها زوجها أثناء حديثهما، وإنشغال زوجها بالأجهزة الإلكترونية عنها أثناء الحوار معه، ومدى عصبية المجادلة بينهما أثناء التناحر، وإلى أي مدى يعترف زوجها بأخطائه عند التناحر معه، وطبيعة الحوار بينهما هل يتحول سريعاً إلى جدال وخلاف، ومدى امتناعه عن الاستماع لها عند الإختلاف في الرأي، ومدى أهتمام زوجها بسماع آرائها في أي موضوع، ومدى مقاطعته لها أثناء الحديث معه، ومدى شعورها بالتباين في الحوار بينهما، ومدى تجنب زوجها الحديث معها، وإلى أي مدى تسير وتيرة حياتها الزوجية، ومدى مسامحتها لزوجها عندما يخطئ بحقها، ومدى انصاتها لزوجها عندما يتحدث عن مشاكله ومتاعبه، ومدى احساسها بأنه يهتم بالأخرين أكثر منها، وصعوبة تعبيرها عن مشاعر اتجاهه، ومدى شعورها بأن العلاقة بينهم لا يسودها التفاهم والانسجام، ومدى انتقدها لتفهم مشاعر

زوجها، واعتقادها بأن زوجها غير صريح معها، وإلى أي مدى تتبادل مع زوجها كلمات جارحة، وشعورها بأن الحوار مع زوجها لا يسبب لها راحة وجدانية، ومدى إيجاد صعوبة في الإتفاق على تربية أبنائهم، وإلى أي مدى يتشارك معها خططه واهتماماته وايضاً المشاركة في إيجاد حلول للمشكلات، واحساسها بإنسحاب زوجها بشكل دائم وتفضيله للصمت، وإلى أي مدى يأخذ زوجها قرارات هامة دون الرجوع لها، واختلافك مع زوجك في بعض الأمور الحياتية الخاصة بالأولاد، وتعاون زوجك في حل مشكلات الأبناء.

المحور الثاني: الصراع الزوجي: واشتمل على (33) عبارة تقيس إلى أي مدى تشعر الزوجة بأن زوجها يتجنبها ويتجاهلها ولا يتلطف معها، وشعورها بأنه لا يحترمها ولا يثق بذكائها، وأن زوجها يصرخ في وجهها بسبب الخلافات الزوجية، وهل يدعو عليها بالموت أو بغيره، وهل خلافاتها مع زوجها بسبب تعدد علاقاته العاطفية أو خيانتها أو زواجه بأخرى، وهل حدث وحطم لها ممتلكات خاصة بها، وإلى أي مدى تهددها زوجها بتشويه سمعتها في مكان عملها وبين أهلها وأصدقائها وجيرانها، ومغادرة زوجها من المنزل بدون أي مبرر، وإلى أي مدى تسبب زوجها ذهبها للرعاية الطبية بعد تشاجرهما، وحدث طرد لها من الغرفة أو مسكن الزوجية، وشعورها بأن زوجها يغار من نجاحها ويفعل أشياء ضغينة نحوها، وتشاجر زوجها معها باستخدام أدوات حادة كالسكين أو المسدس، وتعرضها لجروح وكدمات أثناء التشاجر مع زوجها، وتعرضها لإصابات بسبب أن زوجها يرميها بأشياء أثناء الشاجر، ويمكن أن يصل التشاجر بينا إلى أنه يقوم بخنقها أثناء الخلاف، يضربها زوجها بقسوة أو يصفعها أثناء التشاجر، يلصقني بشدة أثناء الخلاف تجاه الحائط، يركلها زوجها أو يوجه لها اللكمات، يلوي زوجها ذراعها أو يشد شعرها أثناء التشاجر أو الخلاف، يهددها زوجها بالطلاق وعدم رؤية أطفالها، يهددها زوجها بمغادرتها للمنزل وأخذ الأموال والممتلكات وعدم الإنفاق عليها.

المحور الثالث: الطلاق العاطفي: واشتمل على (31) عبارة تقيس مدى شعور الزوجة تجاه زوجها بعدم وجود ممارسات بينهما عاطفية أو تتسم بالتودد والإهتمام المشترك بينهما، وإلى أي مدى يمنحها زوجها الأولوية في حياته وتلبية احتياجاتها ورغباتها، ومدى شعورها بوجود التوافق الفكري والنفسي والمهاري والسلوكي بينهما، وحرص زوجها على منحها قبلة قبل الخروج من المنزل وبعده، ومدى حرصه على الإلتزام بوعوده ولا ينقضها إلا بسبب واضح ومحدد، وتبادلها مع زوجها الرسائل النصية عبر الهاتف وهو خارج المنزل، وقيام زوجها بالإتصال بها للإطمئنان عليها، وسعيه لمشاركتها معه أي نشاط ثقافي كحضور محاضرة أو دورة تدريبية، وتبادله معها الهدايا العينية في المناسبات الخاصة، وحرصه على القيام معها بهواياتهم المشتركة بينهما، ومدى تذكره لتواريخ المناسبات كتاريخ زواجهما وتاريخ ميلادها، ومدى قيامه بالإعتذار منها في حال وقوع خطأ أو تقصير منه، ومساعدتها في الشؤون المنزلية أو سؤالها إذا كانت بحاجة للمساعدة، وحرصه على القيام بنزهة أو عشاء بمفردهما، وقيامه بمناداتها بأسماء تدل على الدلال، وحرصه على قضاء أغلب أوقات اجازاته معها ومع أبنائها، واصطحابه لها أثناء سفره سواء للسياحة أو العمل، ومدى قيامه بالثناء عليها أمام الآخرين بحضورها وغيابها، ومدى طرحه لموضوع الزواج من أخرى أو أنه يفكر مستقبلاً سواء مازحاً أو جاداً، وشعورها بأنه في حالة عصبية طوال فترة تواجده بالمنزل، وشعورها بالأمان العاطفي وأنه لا يوجد له أي علاقات عاطفية خارج المنزل، وشعورها بالإستقرار والراحة النفسية والسعادة في علاقتها مع زوجها.

خ- **الخصائص السيكومترية لمقياس وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي:**
قامت الباحثتان بالتحقق من توافر الشروط السيكومترية للمقياس (الصدق - الثبات) كالاتي:

أولاً: صدق المقياس:

إعتمدت الباحثتان في هذا البحث علي صدق المحتوى (المحكمين)، وصدق التكوين، وفيما يلي توضيح لذلك.

1- صدق المحتوى (المحكمين): "Validity Content"

تم عرض المقياس في صورته الأولية علي مجموعة من المتخصصين المحكمين عدد (5) أستاذ بكلية التربية النوعية بجامعة عين شمس تخصص إدارة المنزل، وعدد (7) استاذ بكلية الإقتصاد المنزلي جامعة حلوان تخصص إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة، وعدد (2) أستاذ بكلية الإقتصاد المنزلي جامعة المنوفية تخصص

إدارة المنزل والمؤسسات، وعدد (3) أستاذ بكلية التربية النوعية بجامعة المنيا وبناها، تخصص إدارة المنزل، وقد بلغ عددهم (17) محكم وذلك لإبداء رأيهم حول مدي إنتماء العبارات للمحور الذي تدرج تحته، ومدي مناسبة العبارة للهدف العام من المقياس ككل، ومدي وضوح عبارات المقياس وملائمتها للزوجات عينة البحث، وإقتراح تعديلات بما يرونها مناسبة للمقياس سواء بإضافة أو حذف أو تعديل، وبناءً علي آراء السادة المحكمين قامت الباحثتان بإجراء كل التعديلات التي أشارت إليها المحكمين، وقد إستبقت الباحثتان علي العبارات التي إتفق علي صلاحيتها وذلك بنسبة 80% فأكثر، وفيما يلي جدول (2) يوضح نسب إتفاق المحكمين علي المقياس ومحاوره وما تتضمنه من عبارات:

جدول (2) نسب الإتفاق بين المحكمين علي مقياس وعي الزوجات بطرق وأساليب الإغتراب الزوجي بمحاوره

محاور المقياس	نسب الإتفاق
المحور الأول: الصمت الزوجي	93,52 %
المحور الثاني: الصراع الزوجي	91,16 %
المحور الثالث: الطلاق العاطفي	89,47 %
نسبة الإتفاق علي المقياس ككل	91,38 %

وبناءً علي الملاحظات التي قد أبدوها السادة المحكمين فقد تم الإبقاء علي العبارات التي أجمعوا عليها بأنها مناسبة لقياس الإغتراب الزوجي، وقد تم إستخدام معادلة كوبر Cooper لحساب نسبة الإتفاق بين المحكمين؛ وقد بلغت نسبة الإتفاق علي المقياس ككل (91,38%)؛ وتعتبر هذه النسبة نسبة مرتفعة وتدل علي صلاحية المقياس، وقد تم إجراء جميع التعديلات التي أشار إليها السادة المحكمين والتي تضمنت تعديل في الصياغة لبعض العبارات، وبذلك فقد أصبح المقياس يتكون من (96) عبارة بعد إجراء التعديلات المطلوبة.

2- صدق التكوين : "Construct Validity"

تم حساب صدق التكوين للمقياس بطريقة صدق الإتساق الداخلي من خلال إيجاد معامل الارتباط بواسطة معامل بيرسون بين درجة كل عبارة ودرجة المحور؛ والجدول (3) يوضح ذلك:

جدول (3) قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة لمحاور مقياس وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب علي الإغتراب الزوجي

م	الارتباط	الدالة	م	الارتباط	الدالة	م	الارتباط	الدالة
1	0.883	0.01	12	0.885	0.01	23	0.803	0.01
2	0.767	0.01	13	0.753	0.01	24	0.932	0.01
3	0.905	0.01	14	0.934	0.01	25	0.875	0.01
4	0.917	0.01	15	0.794	0.01	26	0.702	0.01
5	0.909	0.01	16	0.817	0.01	27	0.845	0.01
6	0.755	0.01	17	0.858	0.01	28	0.617	0.05
7	0.719	0.01	18	0.790	0.01	29	0.745	0.01
8	0.898	0.01	19	0.943	0.01	30	0.933	0.01
9	0.612	0.05	20	0.906	0.01	31	0.786	0.01
10	0.0893	0.01	21	0.702	0.01	32	0.822	0.01
11	0.941	0.01	22	0.940	0.01			
م	الارتباط	الدالة	م	الارتباط	الدالة	م	الارتباط	الدالة
33	0.775	0.01	44	0.878	0.01	55	0.713	0.01
34	0.0754	0.01	45	0.964	0.01	56	0.835	0.01
35	0.916	0.01	46	0.775	0.01	57	0.908	0.01
36	0.853	0.01	47	0.916	0.01	58	0.743	0.01
37	0.772	0.01	48	0.736	0.01	59	0.630	0.05
38	0.825	0.01	49	0.630	0.05	60	0.745	0.01
39	0.730	0.01	50	0.916	0.01	61	0.895	0.01
40	0.632	0.05	51	0.601	0.05	62	0.627	0.05
41	0.842	0.01	52	0.824	0.01	63	0.966	0.01
42	0.768	0.01	53	0.925	0.01	64	0.773	0.01
43	0.815	0.01	54	0.880	0.01	65	0.964	0.01

الدلالة	الارتباط	م	الدلالة	الارتباط	م	الدلالة	الارتباط	م
0.01	0.927	-88	0.01	0.834	-77	0.01	0.823	-66
0.01	0.853	-89	0.01	0.818	-78	0.01	0.906	-67
0.01	0.941	-90	0.05	0.614	-79	0.05	0.636	-68
0.01	0.771	-91	0.05	0.608	-80	0.01	0.711	-96
0.01	0.909	-92	0.01	0.890	-81	0.01	0.767	-70
0.05	0.613	-93	0.01	0.776	-82	0.01	0.827	-71
0.01	0.945	-94	0.01	0.895	-83	0.01	0.921	-72
0.01	0.759	-95	0.01	0.954	-84	0.01	0.942	-73
0.01	0.812	-96	0.01	0.895	-85	0.01	0.808	-74
			0.01	0.712	-86	0.01	0.724	-75
			0.01	0.964	-87	0.01	0.921	-76

يتضح من جدول (3) أن "معاملات الارتباط لعبارات محاور مقياس وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي كلها دالة عند مستوى دلالة (0.01، 0.05) مما يدل على صدق وتجانس عباراته وصلاحيته للتطبيق.

ثانياً: ثبات المقياس: تم التحقق من حساب الثبات لمقياس وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي باستخدام طريقة كلاً من ألفا كرونباخ "Alpha Cronbach"، والتجزئة النصفية Split-half، والتصحيح من أثر التجزئة النصفية باستخدام معامل إسبيرمان براون Spearman-Brown، جيتمان (Guttman)، وكانت قيم الارتباط كلها دالة عند مستوى 0.01 لإقترابها من الواحد الصحيح و يدل ذلك على ثبات هذا المقياس وصلاحيته للتطبيق و جدول (4) يوضح ذلك.

جدول (4) قيم معامل الثبات لمحاور مقياس وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

محاور مقياس وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي	معامل الفا	التجزئة النصفية	اسبيرمان براون	جيتمان
المحور الأول: الصمت الزوجي	0.918	0.872	0.953	0.905
المحور الثاني: الصراع الزوجي	0.776	0.741	0.816	0.761
المحور الثالث: الطلاق العاطفي	0.834	0.806	0.871	0.821
ثبات المقياس ككل	0.858	0.825	0.892	0.840

3- برنامج إرشادي إلكتروني لتنمية وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي.
*بناء البرنامج الإرشادي الإلكتروني:

يتمثل محور البحث الحالي في إعداد برنامج إلكتروني لتنمية وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي، وقد مر بناء هذا البرنامج بعدة مراحل وهي:

1- تحديد أسس بناء البرنامج:

لكي يكون البرنامج الإلكتروني مناسباً للزوجات ومحققاً للأهداف المرجوة منه؛ تم الاعتماد على العديد من الأدبيات والبحوث والدراسات السابقة العربية والأجنبية ذات الصلة بموضوع البحث الإغتراب الزوجي بمحاوره الثلاثة (الصمت الزوجي، الصراع الزوجي، الطلاق العاطفي).

2- الهدف من البرنامج الإلكتروني: المساهمة في تنمية وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي.

وإستهدف البرنامج الإلكتروني تحقيق الأهداف الإجرائية الآتية:

أولاً: الأهداف المعرفية:

- 1- تذكر مفهوم الإغتراب الزوجي.
- 2- تعدد المشاكل التي تؤدي إلى الإغتراب الزوجي.
- 3- تعطي أمثلة لعلاقات الجفاء بين الزوجين .

- 4- تشرح أعراض وعلامات الجفاف بين الزوجين.
- 5- تحدد بعض الأفعال يجب تجنبها وقت الخلاف حتى لا تتطور الأمور.
- 6- تذكر مفهوم الإغتراب الزوجي.
- 7- تعدد المشاكل التي تؤدي إلى الإغتراب الزوجي.
- 8- تعطي أمثلة لعلامات الجفاء بين الزوجين .
- 9- تشرح أعراض وعلامات الجفاف بين الزوجين.
- 10- تحدد بعض الأفعال يجب تجنبها وقت الخلاف حتى لا تتطور الأمور.
- 11- تعدد الأسباب الشائعة للصراعات الزوجية.
- 12- تعطي أمثلة لأسباب الصراعات بصفة عامة.
- 13- توضح كيفية حل الخلافات الزوجية.
- 14- تحدد أهم الأساليب للحد من صراع الأدوار بين الزوجين.
- 15- تذكر مفهوم الطلاق العاطفي.
- 16- تعدد الأسباب التي تؤدي إلى الطلاق العاطفي.
- 17- توضح مؤشرات الطلاق العاطفي.
- 18- ترتب مراحل الطلاق العاطفي .
- 19- تشرح تأثير الطلاق العاطفي على الأبناء.
- 20- تعطي أمثلة لكيفية التغلب على الطلاق العاطفي.

ثانياً: الأهداف النفسحركية:

- 1- تشارك بالتفكير في إعطاء أمثلة لعلامات الجفاء بين الزوجين.
- 2- تبتكر نقاط جديدة للتغلب على الإغتراب الزوجي.
- 3- تبتعد عن المشاكل التي تؤدي إلى الإغتراب الزوجي.
- 4- تلاحظ الإغتراب الزوجي في بدايته من أعراضه وعلاماته.
- 5- تكون إيجابياً سلبياً نحو الصمت الزوجي.
- 6- تراجع نفسها إذا كانت حياتها متجه نحو الصمت الزوجي أم لا.
- 7- تشاهد فيديو شرح مبسط عن «ما هو الصمت الزوجي».
- 8- تبتكر حلول لكيفية علاج الصمت الزوجي.
- 9- تفكر في حلول جديدة للحد من الخلافات الزوجية.
- 10- تشارك بالتفكير في إعطاء أمثلة لأسباب الصراعات الزوجية.
- 11- تبتعد عن الأسباب التي تؤدي إلى الخلافات الزوجية.
- 12- تتغاضي عن الأشياء التي تؤدي إلى الصراعات الزوجية.
- 13- تبتكر نقاط جديدة للتغلب على الطلاق العاطفي.
- 14- تشارك بالتفكير في إعطاء أمثلة للأسباب التي تؤدي إلى الطلاق العاطفي.
- 15- تتغلب على الطلاق العاطفي.

ثالثاً: الأهداف الوجدانية:

- 1- تلتزم بحضور جلسات البرنامج ويتشوق لإستكمالها..
- 2- تبدي إستعداد للإطلاع على باقى موضوعات البرنامج.
- 3- تكون إيجابياً سلبياً نحو الإغتراب الزوجي.
- 4- تتقبل فكرة البرنامج وتتابع حضور جلساته بإنتظام.
- 5- تتابع بإهتمام الشرح لمحتوي الجلسة.

- 6- تشارك بحماس في المناقشات التي طرحت أثناء الجلسة.
 - 7- تهتم بحضور باقي جلسات البرنامج.
 - 8- تقدر أهمية تحقيق التوازن الحياة الزوجية.
 - 9- تعيد النظر في حياتها الزوجية.
 - 10- تؤمن بأهمية الحوار الزوجي.
 - 11- تشارك بالمناقشة أثناء الجلسة الإرشادية
 - 12- تشارك في فعاليات الجلسة.
 - 13- تلتزم بحضور جلسات البرنامج وتتشوق لإستكمالها..
 - 14- تكون إيجابياً نحو الصراعات الزوجية.
 - 15- تكون إيجابياً نحو الطلاق العاطفي.
 - 16- تسعد لما تعلمته من موضوعات البرنامج.
- 3- **مصادر إشتقاق البرنامج:** "إعتمدت الباحثتان في إعداد البرنامج الإلكتروني على الإطار النظري، وذلك من خلال الإطلاع علي البحوث والدراسات السابقة سواء العربية أوالأجنبية ذات الصلة بموضوع البحث، كما تم أيضاً الإستفادة من بعض البرامج العربية والأجنبية القريبة من موضوع الدراسة وكيفية طرق تطبيق وتنفيذ تلك البرامج. لأخذها في الإعتبار عند بناء البرنامج.
- 4- **الفئة المستهدفة:** تم اختيار العينة التجريبية من الزوجات عينة البحث الأساسية وقد بلغت (75) زوجة من الزوجات اللاتي حصلن على الربيع الأدنى من التحليل الإحصائي لعينة البحث الأساسية؛ وذلك بعد أن أبدنهن الرغبة في حضور جلسات البرنامج الإرشادي للإستفادة منه.
- 5- **محتوى البرنامج:** عملية التخطيط للبرنامج إشتملت مايلي: (تحديد محتوى البرنامج التطبيقي، تحديد المدي الزمني). حيث تناول المحتوى التعليمي للبرنامج (3) موضوعات رئيسة تناولت الصمت الزوجي، الصراع الزوجي، الطلاق العاطفي، وبلغت عدد جلسات البرنامج الإلكتروني المعد(6) جلسة. مدة كل جلسة (120) دقيقة، و إستغرق تطبيق البرنامج (ستة أسابيع) بواقع جلسة واحدة في الأسبوع. حيث تضمن البرنامج جلسة تمهيدية تناولت فيها الباحثتان، تعارف وتعريف الزوجات بأهمية البرنامج الإلكتروني، والأهداف العامة للبرنامج، وأيضاً أوجه الإستفادة منه فى الحياة الزوجية. وفي نهاية البرنامج خصصت الباحثتان جلسة ختامية كان الهدف منها إسترجاع جميع ما تم التدريب عليه بجلسات البرنامج الإرشادي الإلكتروني، ثم قامت الباحثتان بإرسال رابط "إستطلاع رأي" لتقييم الزوجات البرنامج الإرشادي الإلكتروني، مع تحديد أوجه الإستفادة منه في حياتهم الزوجية، وتم تنظيم محتوى البرنامج الإرشادي وتجزئته إلى (6) جلسات إرشادية إلكترونية حيث يتم التطبيق من خلال برنامج (Microsoft team) بالترتيب التالي:
- **الجلسة الأولى بعنوان: الجلسة التمهيديّة:** وتتضمن «تعارف» *إعطاء فكرة عامة عن البرنامج وأهدافه وأهميته وجلساته، الاتفاق على نظام سير الجلسات وتحديد موعد الجلسات القادمة، القياس القبلي لمقياس وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الإجتماعي).
 - **الجلسة الثانية بعنوان: الإغتراب الزوجي:** وتتضمن "مفهوم الإغتراب الزوجي، المشاكل التي تؤدي إلى الإغتراب الزوجي، علامات الجفاء بين الزوجين، الأعراض والعلامات التي تكشف الجفاف بين الزوجين، بعض الأفعال يجب تجنبها وقت الخلاف حتى لا تتطور الأمور".
 - **الجلسة الثالثة بعنوان: الصمت الزوجي:** وتتضمن "علامات الصمت الزوجي، أسباب الصمت في الحياة الزوجية، أضرار الصمت الزوجي، كيف نعالج الصمت الزوجي".

- الجلسة الرابعة بعنوان: الصراع الزوجي: وتتضمن " الأسباب الشائعة للصراعات الزوجية، تلخيص العلماء لأسباب الصراعات بصفة عامة، كيفية حل الخلافات الزوجية، أهم الأساليب للحد من صراع الأدوار بين الزوجين".
- الجلسة الخامسة بعنوان: الطلاق العاطفي: وتتضمن " مفهوم الطلاق العاطفي، أسباب الطلاق العاطفي، مؤشرات الطلاق العاطفي، مراحل الطلاق العاطفي، تأثير الطلاق العاطفي على الأبناء، كيفية التغلب على الطلاق العاطفي.
- الجلسة السادسة بعنوان: جلسة ختامية: وتتضمن " « تلخيص موضوعات البرنامج الإرشادي الإلكتروني»، القياس البعدي لمقياس وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي، توجيه الشكر والتقدير للزوجات على تعاونهم وحضورهم جلسات البرنامج".
- أساليب تقويم البرنامج الإرشادي الإلكتروني المعد: تم تقويم البرنامج الإرشادي الإلكتروني من خلال:

• تقييم قبلي (مبدئي): Initial evaluation

تم قبل تطبيق البرنامج الإرشادي الإلكتروني بتحديد الخلفية السابقة للزوجات حول موضوعات الإغتراب الزوجي قبل بدء تطبيق البرنامج الإرشادي المعد عليهم وتم بتطبيق مقياس وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي عينة البحث التجريبية.

• تقييم بنائي (مرحلي): Formative evaluation

تم أثناء تطبيق البرنامج الإرشادي الإلكتروني على الزوجات أفراد العينة التجريبية ويتضمن مشاركتهم الإيجابية أثناء الجلسات من خلال طرح الأسئلة ومناقشتها، والتي تقدم تغذية راجعة عن مدى استعابهم.

• تقييم بعدي (نهائي): Summative evaluation

تم بعد إنتهاء الزوجات من التعرض للبرنامج الإرشادي الإلكتروني (حيث تم في نهاية الجلسة السادسة) بتطبيق مقياس وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي عينة البحث التجريبية؛ وذلك لقياس فاعلية البرنامج الإرشادي المعد لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي لدى الزوجات أفراد العينة التجريبية.

7- حساب صدق البرنامج الإرشادي:

تم عرض البرنامج الإرشادي المعد في صورته الأولية على عدد (5) من الأساتذة المحكمين والمتخصصين من السادة أعضاء هيئة التدريس في مجال إدارة المنزل بكلية التربية النوعية جامعة عين شمس، وعدد (3) من الأساتذة المتخصصين بإدارة مؤسسات الأسرة والطفولة بكلية الإقتصاد المنزلي بجامعة حلوان، وذلك لحساب معامل الصدق والوقوف على صلاحية البرنامج المعد من حيث المحتوى العلمي للبرنامج وصحة صياغة أهدافه ومدى مناسبة التقييم وصلاحية استخدام البرنامج المعد لعينة البحث، وقامت الباحثتان بتعديل البرنامج الإرشادي وفقاً لآراء السادة المحكمين والتي بلغت نسبة موافقتهم على البرنامج المعد 98% مما جعل البرنامج الإرشادي المعد جاهز للتطبيق على عينة الدراسة التجريبية.

8- خطة تطبيق البرنامج الإلكتروني:

استغرق تطبيق البرنامج (6) جلسات موزعة على (6) أسابيع، بواقع جلسة واحدة أسبوعياً، وزمن كل جلسة ساعتين، تم تطبيق جلسات البرنامج من خلال Microsoft teams ويتم دخول عينة الدراسة التجريبية عبر رابط المنصة المرسل لهم عبر مجموعة الواتساب المخصصة للبرنامج، وتم توزيع جلسات البرنامج كما موضح بجدول (5).

جدول (5) يوضح خطة تطبيق برنامج إرشادي إلكتروني لتنمية وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء إنتشار وسائل التواصل الإجتماعي

الجلسة وعنوانها وعناصر محتواها	الاهداف الإجرائية: في نهاية كل جلسة يجب أن يكون كل زوجة قادرة على أن:			التقييم
	المعرفية	المهارية	الوجدانية	
<p>الجلسة الأولى</p> <p>تُعرف:</p> <ul style="list-style-type: none"> عرض أهداف البرنامج وأهميته. التمهيد لمحتوى البرنامج. الاتفاق على نظام سير الجلسات وتحديد موعد الجلسات القادمة. مناقشة الزوجات في موضوع الإغتراب الزوجي. إشارة اهتمامهم للإجابة على المقياس الخاص بالبحث (التطبيق القبلي) وذلك بعد أن تم إرسال الرابط الخاص بالمقياس عبر جروب الواتس الخاص بمجموعة البحث. 	<p>1- تشرح أهمية موضوع البرنامج الإرشادي الإلكتروني.</p> <p>2- تحدد الهدف الرئيسي من جلسات البرنامج الإرشادي الإلكتروني.</p> <p>3- تشرح الموضوعات المتوقع شرحها في الجلسات القادمة.</p>	<p>1- تتجاوب مع المدرّبتان أثناء الجلسة الإرشادية الإلكترونية.</p> <p>2- تنتهي الإجابة على مقياس "وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الإجتماعي" في التطبيق القبلي بالوقت المحدد لذلك.</p>	<p>1- تبدي اهتماماً بالتعرف على موضوعات جلسات البرنامج الإرشادي القادمة.</p> <p>2- تتقبل فكرة البرنامج.</p> <p>3- تشعر باهمية البرنامج الإرشادي في تنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي.</p> <p>4- تتحمس لحضور جلسات البرنامج الإرشادي الإلكتروني.</p>	<p>● تقييم مبدئي: ويتم في بداية الجلسة الإرشادية؛ وذلك للتعرف على خلفيات الزوجات وأيضاً معلوماتهم حول موضوع البرنامج.</p> <p>● تقييم مستمر: ويتم عن طريق طرح الأسئلة على الزوجات أثناء الجلسة الإرشادية الإلكترونية.</p> <p>● تقييم نهائي: ويتم بتلخيص العناصر الأساسية في الجلسة الإرشادية من خلال استخلاصها من الزوجات، وأيضاً عن طريق تطبيق أدوات البحث (المقياس القبلي) لمقياس وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي.</p>
<p>الجلسة الثانية</p> <p>«الإغتراب الزوجي» ما هو الإغتراب الزوجي.</p> <ul style="list-style-type: none"> المشاكل التي تؤدي إلى الإغتراب الزوجي. علامات الجفاء بين الزوجين. أعراض وعلامات تكشف الجفاف بين الزوجين. بعض الأفعال التي يجب تجنبها وقت الخلاف. 	<p>1- تذكر مفهوم الإغتراب الزوجي.</p> <p>2- تعدد المشاكل التي تؤدي إلى الإغتراب الزوجي.</p> <p>3- تعطى أمثلة لعلامات الجفاء بين الزوجين</p> <p>4- تشرح أعراض وعلامات الجفاف بين الزوجين.</p> <p>5- تحدد بعض الأفعال التي يجب تجنبها وقت الخلاف حتى لا تتطور الأمور.</p>	<p>1- يتجاوب مع المدرّبتان أثناء الجلسة.</p> <p>2 تبتكر نقاط جديدة للإغتراب الزوجي.</p> <p>3- تشارك بالتفكير في إعطاء أمثلة لعلامات الجفاء بين الزوجين.</p> <p>3- تتعدد عن المشاكل التي تؤدي إلى الإغتراب الزوجي.</p> <p>4- تلاحظ الإغتراب الزوجي في بدايته من أعراض وعلاماته.</p>	<p>1- تلتزم بحضور جلسات البرنامج ويتشوق لإستكمالها.</p> <p>2- تبدي إستعداد للإطلاع على باقي موضوعات البرنامج.</p> <p>3- تكون إيجابياً نحو الإغتراب الزوجي.</p> <p>4- تتقبل فكرة البرنامج وتتابع حضور جلساته بانتظام.</p> <p>5- تتابع باهتمام الشرح لمحتوي الجلسة.</p> <p>6- تشارك بحماس في المناقشات أثناء الجلسة.</p>	<p>● تقييم مبدئي: يتم استعاء معلومات ومعارف ومهارات الجلسة السابقة لدى الزوجات.</p> <p>● تقييم مستمر: ويتم عن خلال طرح الأسئلة على الزوجات أثناء الجلسة.</p> <p>● تقييم نهائي: ويتم بتلخيص أهم العناصر الأساسية في الجلسة الإرشادية من خلال استخلاصها من الزوجات، وطرح الأسئلة الآتية:</p> <p>س1: من هي علامات الجفاء بين الزوجين؟</p> <p>س2: اعطي أمثلة لبعض الأفعال التي يجب تجنبها وقت الخلاف؟</p>
<p>الجلسة الثالثة:</p> <p>«الصمت الزوجي» علامات الصمت الزوجي.</p> <ul style="list-style-type: none"> أسباب الصمت في الحياة الزوجية. أضرار الصمت الزوجي. كيف تعالج الصمت الزوجي 	<p>1- تذكر علامات الصمت الزوجي.</p> <p>2- تعطى أمثلة لأسباب الصمت في الحياة الزوجية.</p> <p>3- تعدد أضرار الصمت الزوجي.</p> <p>4- تشرح كيفية علاج الصمت الزوجي.</p>	<p>1- تكون إيجابياً نحو الصمت الزوجي.</p> <p>2- تراجع نفسها إذا كانت حياتها متجه نحو الصمت الزوجي أم لا.</p> <p>3تشاهد فيديو شرح مبسط عن «ما هو الصمت الزوجي».</p> <p>4- تبتكر حلول لكيفية علاج الصمت الزوجي.</p>	<p>1- نهتم بحضور باقي جلسات البرنامج.</p> <p>2- تقدر أهمية تحقيق التوازن في الحياة الزوجية.</p> <p>3- تعيد النظر في حياتها الزوجية.</p> <p>4- تؤمن بأهمية الحوار الزوجي.</p> <p>5- تتشرك بالمناقشة أثناء الجلسة الإرشادية.</p>	<p>● تقييم مبدئي: يتم ذلك عن طريق إجراء مناقشة حول عناصر الجلسة السابقة.</p> <p>● تقييم مستمر: يتم توجيه مجموعة من الأسئلة والمناقشات أثناء الشرح للتأكد من المتابعة للشرح.</p> <p>● تقييم نهائي: ويتم بتلخيص أهم العناصر الأساسية في الجلسة الإرشادية من خلال استخلاصها من الزوجات، وطرح الأسئلة الآتية:</p> <p>س1: اعطي أمثلة لعلامات الصمت الزوجي؟</p> <p>س2: اذكر أسباب الصمت الزوجي؟</p> <p>س3: تكلمي عن أضرار الصمت وكيفية علاجها؟</p>

التقييم	طرق وإستراتيجيات التدريس والوسائل التعليمية/الزمن	الأهداف الإجرائية: في نهاية كل جلسة يجب أن يكون كل زوجة قادرة على أن:			الجلسة وعنوانها وعناصر محتواها
		المعرفية	المهارية	الوجدانية	
<p>• تقييم مبدئي: ويتم ذلك عن طريق إجراء مناقشة حول عناصر الجلسة السابقة.</p> <p>• تقييم مستمر: ويتم عن خلال طرح الأسئلة علي الزوجات أثناء الجلسة الإرشادية.</p> <p>• تقييم نهائي: ويتم بتلخيص أهم العناصر الأساسية في الجلسة الإرشادية من خلال استخلاصها من الزوجات، مع طرح الأسئلة الآتية:</p> <p>س1: ما هي الأسباب التي تؤدي إلى الصراعات الزوجية؟</p> <p>س2: اذكر كيف تحل الخلافات الزوجية؟</p> <p>س3: أعط أمثلة لأهم الأسباب التي تؤدي للحد من الصراعات الزوجية؟</p>	<p>- المناقشة والحوار.</p> <p>- تبادل الرسائل من خلال الشات الموجود في برنامج Microsoft team.</p> <p>- العصف الذهني.</p> <p>- الاستعانة بالوسائط التكنولوجية (عرض شرائح power point توضح : الأسباب الشائعة للصراعات الزوجية.</p> <p>- كيفية حل الخلافات الزوجية.</p> <p>- أهم الأسباب للحد من صراع الأدوار بين الزوجين.</p> <p>■ زمن الجلسة (120 دقيقة).</p>	<p>1- تفكر في حلول جديدة للحد من الخلافات الزوجية.</p> <p>2- تشارك بالتفكير في إعطاء أمثلة لأسباب الصراعات الزوجية.</p> <p>3- تتعد عن الأسباب التي تؤدي إلى الخلافات الزوجية.</p> <p>4- تتغاضي عن الأشياء التي تؤدي إلى الصراعات الزوجية.</p> <p>5- تسعد لما تعلمته خلال الجلسة</p>	<p>1- تعدد الأسباب الشائعة للصراعات الزوجية.</p> <p>2- تعطي أمثلة لأسباب الصراعات الزوجية.</p> <p>3- توضح كيفية حل الخلافات الزوجية.</p> <p>4- تحدد أهم الأسباب للحد من صراع الأدوار بين الزوجين.</p>	<p>- الجلسة الرابعة: «الصراع الزوجي» ■ الأسباب الشائعة للصراعات الزوجية. ■ تلخيص العلماء لأسباب الصراعات بصفة عامة. ■ كيفية حل الخلافات الزوجية. ■ أهم الأسباب للحد من صراع الأدوار بين الزوجين.</p>	
<p>• تقييم مبدئي: ببداية الجلسة يتم استدعاء معلومات ومعارف الجلسة السابقة وتلخيص بسيط لأهم محاوراتها.</p> <p>• تقييم مستمر: ويتم من خلال طلب أمثلة من الزوجات أثناء الجلسة، وطرح أسئلة عليهن.</p> <p>• تقييم نهائي: ويتم بتلخيص أهم العناصر الأساسية في الجلسة الإرشادية وذلك من خلال استخلاصها من الزوجات، وطرح الأسئلة الآتية:</p> <p>س1: اذكر أسباب الطلاق العاطفي؟</p> <p>س2: تكلمي عن مؤشرات الطلاق العاطفي؟</p>	<p>- المناقشة والحوار.</p> <p>- تبادل الرسائل من خلال الشات الموجود في برنامج Microsoft team ..</p> <p>- العصف الذهني.</p> <p>- الاستعانة بالوسائط التكنولوجية (عرض شرائح power point توضح : مفهوم الطلاق العاطفي وأسبابه، ومؤشراته، ومراحل، وتأثيره على الأبناء، وطرق وأساليب التغلب عليه.</p> <p>■ زمن الجلسة (120 دقيقة).</p>	<p>1- تبتكر نقاط جديدة للتغلب على الطلاق العاطفي.</p> <p>2- تشارك بالتفكير في إعطاء أمثلة للأسباب التي تؤدي إلى الطلاق العاطفي.</p> <p>3- تبدي اهتماما بمعرفة طرق التغلب على الطلاق العاطفي.</p> <p>4- تكون إيجاباً سلبياً نحو الطلاق العاطفي.</p> <p>5- تسعد لما تعلمته من موضوعات البرنامج الإرشادي الإلكتروني.</p>	<p>1- تذكر مفهوم الطلاق العاطفي.</p> <p>2- تعدد الأسباب التي تؤدي إلى الطلاق العاطفي.</p> <p>3- توضح مؤشرات الطلاق العاطفي.</p> <p>4- ترتب مراحل الطلاق العاطفي.</p> <p>5- تشرح تأثير الطلاق العاطفي على الأبناء.</p> <p>6- تعطي أمثلة لكيفية التغلب على الطلاق العاطفي.</p>	<p>- الجلسة الخامسة: «الطلاق العاطفي» ■ مفهوم الطلاق العاطفي. ■ أسباب الطلاق العاطفي. ■ مؤشرات الطلاق العاطفي. ■ مراحل الطلاق العاطفي. ■ تأثير الطلاق العاطفي على الأبناء. ■ كيفية التغلب على الطلاق العاطفي.</p>	
<p>الجلسة السادسة (الجلسة الختامية) «تطبيق أدوات البحث».</p> <p>■ تلخيص لموضوعات البرنامج الإرشادي.</p> <p>■ تقييم البرنامج من خلال التطبيق البعدي لـ....</p> <p>- مقياس وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الإجتماعي «شكر وتقدير»</p> <p>- شكرا للزوجات؛ وختم البرنامج.</p> <p>- تقييم مدي استفادتها من البرنامج.</p> <p>تقوم الزوجات بالإجابة علي المقياس وتقوم بإرساله.</p>					

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

زمن الجلسة

محتويات البرنامج

120 دقيقة	<p>الجلسة الأولى: الجلسة التمهيدية (تعريف بالبرنامج وإبراز أهميته)</p> <ul style="list-style-type: none"> • إعطاء فكرة عامة عن البرنامج وأهدافه وأهميته وجلساته. • الاتفاق على نظام سير الجلسات وتحديد موعد الجلسات القادمة. <p>تطبيق أدوات البحث:</p> <p>(القياس القبلي لمياس وعي الزوجات بطرق التغلب على الإغتراب الزوجي)</p>
120 دقيقة	<p>الجلسة الثانية: الإغتراب الزوجي:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ما هو الإغتراب الزوجي • المشاكل التي تؤدي إلى الإغتراب الزوجي • علامات الغياب بين الزوجين • أعراض وعلاجات تختلف الغياب بين الزوجين • بعض المشاكل يجب تمييزها وتختلف الخلاف حتى لا تتطور الأمور
120 دقيقة	<p>الجلسة الثالثة: الصمت الزوجي:</p> <ul style="list-style-type: none"> • علامات الصمت الزوجي • أسباب الصمت في الحياة الزوجية • أعراض الصمت الزوجي • كيف نعالج الصمت الزوجي

«تنمية وعي الزوجات بطرق التغلب على الإغتراب الزوجي»

إعداد

أ.م.د/ رانيا محمود عبد النعم
أستاذة مساعد «إدارة المنزل»
كلية التربية النوعية - جامعة عين شمس

أ.م.د/ أميرة حسن عبد العال
أستاذة مساعد «إدارة المنزل»
كلية التربية النوعية - جامعة عين شمس



2024

ماذا تنتهي بناهية البرنامج



زمن الجلسة

محتويات البرنامج

120 دقيقة	<p>الجلسة الرابعة: الصراع الزوجي:</p> <ul style="list-style-type: none"> • الأسباب المتعلقة للصراعات الزوجية • تحديد العناصر لأسباب الصراعات بصفة عامة • كيفية حل الخلافات الزوجية • أهم الأساليب للحد من صراع الأزواج بين الزوجين
120 دقيقة	<p>الجلسة الخامسة: الطلاق العائلي:</p> <ul style="list-style-type: none"> • مفهوم الطلاق العائلي • أسباب الطلاق العائلي • مؤشرات الطلاق العائلي • مراحل الطلاق العائلي • تأثير الطلاق العائلي على الأبناء • كيفية التغلب على الطلاق العائلي
120 دقيقة	<p>الجلسة السادسة: الصمت الزوجي:</p> <ul style="list-style-type: none"> • تحديد موضوعات البرنامج • تطبيق أدوات البحث • قياس الوعي ل... <p>«مقياس وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي»</p> <ul style="list-style-type: none"> • شكر وتقييم • شكر وتقييم لجميع الزوجات على تعاونهم • رسائل تحفيزية تغني عن برنامج الوكيل

أهداف الجلسة الأولى

(تعريف وتعريف بالبرنامج وإبراز أهميته)

«تعريف»

- * إعطاء فكرة عامة عن البرنامج وأهدافه وأهميته وجلساته
- * الاتفاق على نظام سير الجلسات وتحديد موعد الجلسات القادمة.

تطبيق أدوات البحث:

القياس القبلي

* (القياس القبلي لمياس وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي)

الجلسة الأولى

تعريف وتعريف بالبرنامج وأهميته وأهدافه وجلساته
تطبيق أدوات البحث (القياس قبلي)



01

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

ممتديات الجلسة الثانية

- 1- ما هو الإغتراب الزوجي.
- 2- المشاكل التي تؤدي إلى الإغتراب الزوجي.
- 3- علامات الجفاء بين الزوجين .
- 4- أعراض وعلامات تكشف الجفاف بين الزوجين.
- 5- بعض الأفعال يجب تجنبها وقت الخلاف حتى لا تتطور الأمور.

الجلسة الثانية

الإغتراب الزوجي



02

2024

ما هو الإغتراب الزوجي

يُطلق عليه الانفصال الوجداني بين الزوجين، وهو نوعين أحدهما إيجابي وهو وعي الإنسان بذاته والأخر سلبي وهو غربة الإنسان عن ذاته فيجد أن الإنسان تقدم في الحالة الاقتصادية، والمادية، والسياسية، إلا علاقته الإنسانية تراجع فيها، ولا سيما في علاقته مع شريك حياته.



02

أهداف الجلسة الثانية

- 1- تذكير مفهوم الإغتراب الزوجي.
- 2- تحديد المشاكل التي تؤدي إلى الإغتراب الزوجي.
- 3- تلميح أساليب لعوامل الجفاء بين الزوجين.
- 4- شرح أعراض وعلامات الجفاف بين الزوجين.
- 5- تحديد بعض الأفعال يجب تجنبها وقت الخلاف حتى لا تتطور الأمور.

- 1- تذكير بقدرة جيدة لتكلم على الإغتراب الزوجي.
- 2- تذكير بالتفكير في إعطاء أسئلة لعوامل الجفاء بين الزوجين.
- 3- تلميح عن المشاكل التي تؤدي إلى الإغتراب الزوجي.
- 4- تلميح بعض الإغتراب الزوجي في بداية من أعراض وعلاجه.

- 1- تذكير بحضور جلسات البرنامج وتشويق إستماعها.
- 2- تذكير باستعداد الإغتراب على باقي موضوعات البرنامج.
- 3- تذكير بتحديد أسئلة عن الإغتراب الزوجي.
- 4- تذكير بضرورة الإقتراب بحضور جلسات البرنامج.
- 5- تذكير بأهمية شرح محتوى الجلسة.
- 6- تذكير بمشاركة بعض من المدقات التي طرحت أثناء الجلسة.

02

2024

علامات الجفاء بين الزوجين

العلاقة بين الزوجين ينبغي أن تقوم على التفاهم والتواصل والمحبة والود المتبادل؛ فالحياة الزوجية هي موطن للسكن والطمأنينة، يسعى فيها كل طرف إلى إسعاد الآخر، ولكن قد تنتهي اللحظات الجميلة وتصل الحياة الزوجية إلى مرحلة الإغتراب والغربة، وجفاف المشاعر، وتتحول العلاقة بين الزوجين إلى فتور وجفاف من دون مشاعر ولا اهتمام؛ ثم تهيئ بين الطرفين، وسرعاً ما تنهدم الحياة الزوجية، ثم يحدث الانفصال.



02

2024

المشاكل التي تؤدي إلى الإغتراب الزوجي

- 1- نقص التواصل
- 2- عدم وجود نظام
- 3- التقولات الكبير بين الزوجين
- 4- المعايير الإجتماعية

02

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024

أمراض وعلامات تكشف الجفاف بين الزوجين

٢- غياب الشعور بالتقدير:

عدم تقدير المشاعر والمسؤوليات الحدية بين الزوجين، والتقليل من شأن كل من التركيز لمعضلها من خلال الاستهزاء والسخرية، وعدم الاحترام، يعتبر نيلاً واضحاً على أنها علاقة ضمنية وغير صحية بل وسامة أيضاً، والتي تؤدي إلى تراجع المشاعر الإيجابية بينهما، وتتحول الحياة إلى جفاف عاطفي بينهما.

02



2024

أمراض وعلامات تكشف الجفاف بين الزوجين

١- تسيان المناسبات الخاصة:

يشتمل الزوجان بكافة الأمور الحياتية والخلوات الزوجية ولا يتذكran المناسبات والتواريخ الخاصة بينهما التي مرت بحياتهما، مثل أعياد الميلاد الخاصة بهما، أو أية مناسبات سعيدة جمعتهما ببعضهما، أو تقديم هدية ولو مجرد وردة تُدخل السعادة على قلبهما في يوم مثل الحب، أو ذكرى الزواج، أو عيد ميلاد الزوج أو الزوجة.

02



2024

أمراض وعلامات تكشف الجفاف بين الزوجين

٤- فقدان السعادة والحماس:

يستجيبون أن الحزن والكآبة يسوطنان على وقتكما بدلاً من المنحك والسعادة، وعندما تشعران بفقدان الشغف والحماس، وتشعران بالملل والفقر أثناء الحياة الزوجية، وقد تشعران بتغير في الحماس في الأمور التي كانت تثير اهتمامكما في الماضي، ويحدث تغير في الأولويات أو الاهتمامات، بالتأكيد يُعتبر مؤشراً وبنين خطراً.

02



2024

أمراض وعلامات تكشف الجفاف بين الزوجين

٣- انعدام التوايا الطبيعية:

عندما تشعرين أنك وزوجك بأنكما بالتخاطب بطريقة فيها نوع من الخبت والحيق وانعدام السكن النفسي والألفة وراحة البال، وعدم الشعور بالأمان تجاه العلاقة، وعندما لا تستطيان الاحتفاظ بحرارة الحب، والندمت بينكما التوايا الطبيعية والتصرفات الإيجابية، وبأسلوب مختلف عن السابق، قد يكون الجفاء سيطر عليكما.

02



2024

أمراض وعلامات تكشف الجفاف بين الزوجين

٦- الخرس الزوجي:

الزواج كسائر العلاقات الإنسانية، علاقة تتعرض لفترات قور وبرود وصمت بين الزوجين، وإذا لم ينتبه أحد الطرفين ويحاول معالجة الخلل، فإن النتيجة هي جفاف عاطفي، وتباعد وجداني، وقد يكون بسبب عدم المصراحة والوضوح بين الطرفين، أو إلى الزئنة في العلاقة الزوجية، أو كثرة المشكلات، أو أن الرجل والمرأة لا يستوعبان طبيعة الآخر، أو الروتين اليومي المتكرر في الحياة من دون أي تجديد أو رغبة في التغيير.

02



2024

أمراض وعلامات تكشف الجفاف بين الزوجين

٥- بعد المسافات بين الزوجين:

يُعتبر ابتعاد المسافة بين الزوجين سبباً طبيعياً لحدوث نوع من الفتر والجفاء بينهما، وهو ما يزيد الوضع سوءاً، وربما يهدد العلاقة الزوجية بأكملها، فيجمل الفجوة تتسع بينهما، فيصحب التماثل معها، وتصل إلى مرحلة الجفاف العاطفي في علاقتهما، ويحدث تدرج في العلاقة، ويزداد يوماً بعد يوم، وتتباع المسافات وهما في نفس المكان، بحيث لا يكاد يرى أحدهما الآخر أن يسمعه.

02

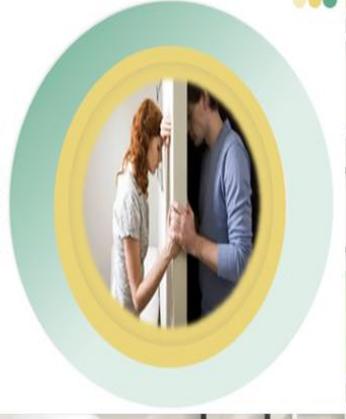


العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024

أمراض وعلامات تكشف الجفاف بين الزوجين

٨- **البعد وتطويل فترة الخلاف:**
عندما تطول مدة الخلاف بين الزوجين، تزداد الفجوة بينهما وتتسع، وهذا دليل واضح لعدم وجود المشاعر. ووجود الجفاف العاطفي، فخير الزوجين من يبدأ بالوصل ويُقبل على الطرف الآخر ويمسححه ويسفح عنه، وخيرهما عند الله تعالى من يبدأ بالسالم.

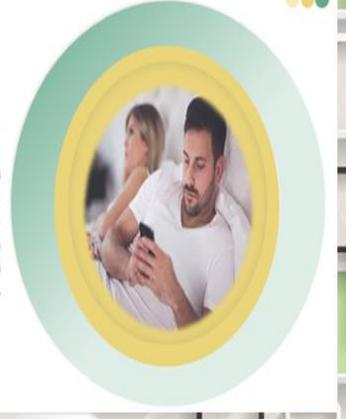


02

2024

أمراض وعلامات تكشف الجفاف بين الزوجين

٧- **الإشغال بوسائل الاتصال:**
مع اتساع الفجوة بين الزوجين، يلجأ البعض لانتشاع بالأمور الترفيهية، والتي يلجأ أحدهما إليها كوسيلة للهروب من أرض الواقع، بقضاء الساعات الطويلة في استخدام الهاتف المحمول، سواء لتصفح مواقع التواصل الاجتماعي، أو لممارسة الألعاب الإلكترونية، بالتأكيد يكون ناتجاً من الجفاف العاطفي بينهما.



02

2024

أمراض وعلامات تكشف الجفاف بين الزوجين

١٠- **المقارنات الخارجية:**
مقارنة الحياة الزوجية بحياة الآخرين، أو بين صلاتك شريكه في الحياة وتفاصيل زوجات أخريات لأصدقائه، قد تولد لدى الطرف الآخر شعوراً بالذميمة والإحباط وعدم التقدير، كما يشعر بأنه غير كافي الطرف الآخر، بالتالي يشعر بالقلق والتهدد في العلاقة، وبالتالي يُصاب بالإحباط وخيبة الأمل والشك نتيجة لعدم وصوله للصورة الكاملة عند شريكه.



02

2024

أمراض وعلامات تكشف الجفاف بين الزوجين

٩- **عدم التواصل:**
هو حالة انقطاع التواصل والحوار اللغوي والروحي بين الزوجين، بسبب غياب التصحح الفكري والعاطفي لدى الزوجين أو أحدهما، فقد يحرمه من القدرة على الحوار بموضوعية، مما يؤدي بدوره إلى التكتير سلبياً على عملية التواصل، وبسبب غياب التواصل أيضاً عندما يبلغ أحدهما مرحلة اليأس في العلاقة، فيفترض مسبقاً أن الحوار لن يؤدي إلى أية نتائج إيجابية، فيرفض الحوار، فيؤدي إلى بعد المسافة وخلق فجوة كبيرة بين الزوجين.



02

2024

بعض الأعمال يجب تجنبها وقت الخلاف حتى لا تتطور الأمور

١- **البحث عن سبب المشكلة:**
والموصول لحل المشكلة لابد من معرفة أسبابها الحقيقية، فمعرفة سبب المشكلة هو جزء من حل المشكلة نفسها، وذلك عن طريق السؤال عن سبب حدوثها والسعي لإيجاد حل لها بمعنى هذا الخلاف من التطور.



02

2024

بعض الأعمال يجب تجنبها وقت الخلاف حتى لا تتطور الأمور



العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024

بعض الأنماط يجب تجنبها وقت الغلاب حتى لا تتطور الأمور

٢- السماح للغير بالتدخل:

لا شك في أن الاستسلام لتدخل الأهل يؤدي إلى انهيار الحياة الزوجية، فكل أسرة شخصيتها الاستقلالية، ولها أسلوبها الخاص بها في الحياة، وتدخل الآخرين سواء من الأهل أو الأصدقاء يؤدي إلى عدم الاستقرار النفسي للزوجين، ومن أجل متانة العلاقة وسلامة الحياة الزوجية لابد من منع تلك التدخلات بمشاكل الزوجين، والذي يمسد المشكلة أكثر ولا يحلها.

02



2024

بعض الأنماط يجب تجنبها وقت الغلاب حتى لا تتطور الأمور

٢- عدم خلط المشاكل:

بعض الأزواج يخلط المشكلة بمشاكل قديمة أو يفتح ملفات قديمة كتسوية حسابات قد مرت بينهما وقد تكون بسيطة ولكن مازالت في الذاكرة ولم يتم الصلح عنها، فتؤدي إلى تعقيد الأمور وزيادة اعتمادها بدلاً من حلها.

02



2024

بعض الأنماط يجب تجنبها وقت الغلاب حتى لا تتطور الأمور

٥- عدم وجود التسامح والفران:

لا ينجح الزواج إلا إذا توافرت فيه عوامل التسامح والاستقرار والتسامح والمغف، فكلنا نخطئ، فلابد أن يكون هناك تراضٍ وغفر وتسامح بين الطرفين لكي تكون الحلول واقعية وقابلة للتنفيذ وحتى لا تتأزم الحياة، وتتوسع الخلافات وتؤدي إلى انهيار العلاقة.

02



2024

بعض الأنماط يجب تجنبها وقت الغلاب حتى لا تتطور الأمور

٤- اللجوء للعنف:

العنف الأسري هو سلوك يؤدي إلى إيذاء الجوف للطرف الآخر، أو التسبب بالأذى له سواء كان هذا العنف جسدياً أو نفسياً، كاستخدام الطلاق كورقة ضغط، أو الإهانة والتأكيد سيؤدي إلى انهيار الحياة الزوجية.

02



2024

كيفية التعامل وقت الغلاب الزوجية

١- عدم المساعدة على اشتعال المشكلة:

يجب الحرص بعدم إلقاء العبارات الغريبة والحادة، أو الكلمات غير المعتدلة التي تساعد في اشتعال المشكلة وتترك أثراً نفسياً سلبياً داخل الشريك الآخر.

02



2024

بعض الأنماط يجب تجنبها وقت الغلاب حتى لا تتطور الأمور

٦- الإعتراف بالخطأ:

الاعتراف عند ارتكاب الخطأ يعتبر أفضل وأقصر الطرق للتراضي بين الزوجين، فلما تشعر أحد الطرفين بأنه أخطأ في حق الآخر لابد أن يسارع بالاعتراف عما بدر منه، خاصة إذا كان في تصرفه أي إهانة، فلابد يتحلى بشجاعة الاعتراف عما اقترفه من ذنب، فذلك سوف يظل من حدة المشكلة ويسهل حلها.

02



العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024

كيفية التعامل وقت الخلافات الزوجية

٣- إعطاء الفرصة لإعادة النظر في المشكلة:
إعطاء مساحة من الحرية للشريك الآخر لإعادة التفكير في حل مقبول للمشكلة والإنعلاء لبعض الوقت، فقد يتمكن المخطن من مراجعة نفسه والاعتذار لشريكه الآخر.

02



2024

كيفية التعامل وقت الخلافات الزوجية

٢- الصمت:
أصمتي أثناء المشكلة أو الخلاف، فالتصمت يقلل من التوتر والعصبية، ويسمح لك بالتعامل بأسلوب متحضر. وخاصة في وقت النقاش في المشكلة.

02



2024

كيفية التعامل وقت الخلافات الزوجية

٥- عدم ادخال الأبناء في الخلافات:
عدم إقحام الأبناء في الصراعات والمشاحنات الزوجية، لأنهم بالتأكيد سيفقدون الثمن وقد يفشلون في تحصيلهم الدراسي، وقد يميلون إلى العنف تجاه أحد الوالدين والمجتمع.

02



2024

كيفية التعامل وقت الخلافات الزوجية

٤- عدم ترك المنزل أثناء الخلاف:
عدم الهروب من الحوار وترك المنزل أثناء الخلاف، حيث إن ترك المشكلة دون حل والهروب منها يزيد الأمور تعقيداً لدى الطرف الآخر.

02



2024

كيف أنشأه مع زوجي؟



02

(٩) قواعد للشجار الزوجي لا تنمديها

2024

كيفية التعامل وقت الخلافات الزوجية

٦- لا تشو الفضل بينكم:
تذكير الطرف الآخر بالمشاعر الإيجابية لإعادة الألفة والود بعد انتهاء العصبية والخلاف بالتأكيد سيكون له دور فعال بالتخفيف من حدة الخصام، والتخلص من آثار المشكلة.

02



العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024

٢- لا تتعاطف أمام أطفالك :

إذا كان لديك أطفال، فلا داعي لأن يكونوا شهوداً على حرارة اللحظة بينك وبين زوجك، ولكن في بعض الأحيان يحدث ذلك، إذا تتعاطفتما أمام أطفالكما توقفاً على الفور، واتضح لهما أن الأم والأب ينزعجان ولكنهما لا يزالان يحبان بعضهما البعض.



02

2024

١- تجنبني الشجار أو العناد بالأماكن العامة :

يجب أن تكون هذه قاعدة صارمة وسريعة. فالتشجار أمام الآخرين لا يصحها في موقف محرج فحسب، بل قد يؤدي الإخراج إلى تسيب المشكلة، إذا لم تتمكني من مغادرة المكان على الفور، فقمي بتأجيل المحادثة حتى الوصول للمنزل، وقد يملكك ذلك ميزة التهينة قليلاً .



02

2024

٤- لا تكوني متعظرة وعلى استعداد للتنازل :

عندما تكونين غاضبة، من شيء فعله زوجك، لا ينبغي أن تكوني متعظرة يمكنك الانتظار حتى يهدأ بالك، وإلا ستخرج الأمور عن السيطرة بسرعة أكبر، فإذا كان بعملة وعاد للمنزل، فحبيه بأفضل ما يمكنك وامنحه الوقت. سيخبرك أنك مستاءة فقط من شكك، دعه يعرف أنك بحاجة إلى مناقشة شيء يزعجك.



02

2024

٢- تكثري أن الكلمات تؤلم ولا تُنسى بسهولة :

عندما تكونين غاضبة، يجعلك غرورك تجنحين إلى السيطرة، والتعت، والأنا لديك الحروب، فقط لإيذاء الطرف الآخر، من المهم أن تتكثري، قبل كل شيء، أن هذا الشخص الذي تتألمين هو الذي تميزين به أكثر في حياتك، والذي وضعت فيه تذكرك أن الكلمات تؤلم ولا تُنسى بسهولة.



02

2024

٦- تكلمي من أن ما تتألمين من أجله هو خطأ سبب القتال :

عندما تجدين زوجك يمر بتغيير غير متوقع في الحياة، وأنت طرفا فيه سيكون متفعلًا وحساسًا وذئب الصبر. إذا لم تُبهني لجر سيكون الشجار في كل مكان، أرفقي تلك وحاولي احترامه، وناقشي مخاوفه بهدوء، سيدرب بين ذراعيك.



02

2024

٥- لا تكثري أشياء من للضي :

في تلك اللحظات الساخنة، من السهل أن تستخصري لحظات قاسية من شجار كثير، لا تُغلي ذلك، فهذا يصرّف انتباهك عن المسألة المطروحة ويهدد، وتظل المشكلة الأساسية بدون علاج .



02

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024

٨- بدأ ظهرت بالأفق طريقة لتهدئة الأمور لا تتجاهلها:

في معظم العلاقات، هناك شريك واحد خبير في أن يكون درامياً بشكل مفرط لإثبات وجهة نظر أو لاجل شيء ما يبدو وكأنه أكبر مما هو عليه بالفعل، حاولي إبقاء الأمور في نصابها وحافظي على طفاؤك ومن ثم سيتم الاستماع إليك بجدية أكبر ويمكن حل المشكلة بسرعة.



02

2024

٧- تجنب اللبابة في الدراماتيكية:

في معظم العلاقات، هناك شريك واحد خبير في أن يكون درامياً بشكل مفرط لإثبات وجهة نظر أو لاجل شيء ما يبدو وكأنه أكبر مما هو عليه بالفعل، حاولي إبقاء الأمور في نصابها وحافظي على طفاؤك ومن ثم سيتم الاستماع إليك بجدية أكبر ويمكن حل المشكلة بسرعة.



02

2024

الجلسة الثالثة

الصمت الزوجي

الصمت الزوجي... بداية نهاية الحياة الزوجية



02

2024

٤- لا تشوكي نفسك مع اسئلتك:

في معظم العلاقات، هناك شريك واحد خبير في أن يكون درامياً بشكل مفرط لإثبات وجهة نظر أو لاجل شيء ما يبدو وكأنه أكبر مما هو عليه بالفعل، حاولي إبقاء الأمور في نصابها وحافظي على طفاؤك ومن ثم سيتم الاستماع إليك بجدية أكبر ويمكن حل المشكلة بسرعة.



02

أهداف الجلسة الثالثة



التعرف

التصنيف

التطبيق

- 1- تذكر علامات الصمت الزوجي.
- 2- نظمي أسئلة أسباب الصمت في الحياة الزوجية.
- 3- تعدد أسرار الصمت الزوجي.
- 4- نشرح كيفية علاج الصمت الزوجي.
- 1- تكون إيجابياً سلباً نحو الصمت الزوجي.
- 2- تراجع نفسك إذا كانت حياتنا متجه نحو الصمت الزوجي أم لا.
- 3- نشاهد فيديو شرح بسيط عن وما هو الصمت الزوجي.
- 4- نشرح حلول كيفية علاج الصمت الزوجي.
- 1- يتم حضوره في جلسات التوعية.
- 2- نظر أهمية تعلق التوازن للحياة الزوجية.
- 3- تنمية النظر في حياتنا الزوجية.
- 4- تزامن بأهمية الحوار الزوجي.
- 5- نشرحك بالمناقشة أثناء الجلسة الإرشادية.

محتويات الجلسة الثالثة



١- علامات الصمت الزوجي.

٢- أسباب الصمت في الحياة الزوجية.

٣- أضرار الصمت الزوجي.

٤- كيف نعالج الصمت الزوجي.

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024

ما هي علامات الصمت الزوجي؟

٢- النفاية والتبرير المستمر:

أشارت بعض الدراسات أن النفاية عند الزوجين، والتبرير المستمر، تدع علاقة أكيدة أنهما لا يتواصلان بشكل جيد، ويسيران جنباً إلى جنب، مع التقيد المستمر وتبرير التصرفات وإلقاء اللوم على الطرف الآخر.



03

2024

ما هي علامات الصمت الزوجي؟

١- عدم مشاركة الاهتمامات:

عندما يحدث شيء جديد أو حدث مثير في حياتك، من هو أول شخص سوف تتواصل معه؟ هل زوجك أم صديقك؟ إذا كان أي شخص غير زوجك، فأنت حتماً تعاني من الصمت الزوجي، الذي يجعل لديك عدم وجود دافع للتواصل أو مشاركة أي شيء.



03

2024

ما هي علامات الصمت الزوجي؟

٤- الصغين إلى اللص:

من أبرز علامات الصمت بين الزوجين، هي الخيلن إلى حياة الزوجية واسترجاعها، وتعدد عبارات الندم والحسرة على اتخاذ قرار الزواج، وهذا يدفع إلى المشاكل مع الطرف الآخر.



03

2024

ما هي علامات الصمت الزوجي؟

٢- التجنب:

الذي يظهر أن الأمور على ما يرام، أي يمكن لأي طرف التخليط بشكل منفصل لت قضاء الوقت دون مشاركة الآخر، والذي يشير إلى الزواج غير سعيد.



03

2024

ما هي علامات الصمت الزوجي؟

٦- العمل على قضاء الوقت بشكل منفرد:

فالزوج يسعد بمسحبه خارج المنزل، والزوجة تهتم بصديقاتها فقط أو بالخروج للسوق دون مشاركة الزوج، فيتحول الأمر إلى روتين أو ينشغل كل منهما بهاتته.



03

2024

ما هي علامات الصمت الزوجي؟

٥- توقف الجبال:

توقف الجدل بين الزوجين، يتم ترجمته أنهما ليسوا على استعداد أن يقوموا بتحديد حياتهما الزوجية، وأن يتحذنان حتى يمكنهما تقديم أي حلول تساعد في عودة المشاعر والألفة بينهما.



03

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024

ما هي علامات الصمت الزوجي؟

١- انعدام التفاعل العاطفي:

غيب التفاعل العاطفي والمليحي بين الزوجين لمدة طويلة، وغالباً يكون قراراً ضمنياً عن عمد، يتخذ أحد الأطراف كرد فعل نهائي للانفصال النفسي، حيث يكون الحوار مرتبطاً بالمشاجرات والخلافات، وينصف بأنه حوار خالي من العنصرية والمنطق، فيلجأ الزوجان أو أحدهما إلى السكوت، حيث يكون هذا الحل الأمثل لهما.



03

2024

ما هي علامات الصمت الزوجي؟

٧- إنكرو وجود مشكلات:

فقد يكابر بعض الأزواج في إنكار وجود مشكلات بينه وبين الطرف الآخر، من أجل أن تستمر الحياة فقط، أو خوفاً من تفكك الأسرة وضياح الأولاد، مما يؤدي في النهاية للانفجار، لذا لا بد للزوجين من الاعتراف بوجود مشكلة.



03

2024

ما هي أسباب الصمت في الحياة الزوجية؟

٢- البيئة التي تشابهها كل من الزوجين:

يمكن أن يكون سبب الصمت بين الزوجين نكاحاً عن ثقافات وعبادات اجتماعية، أو اعتقادات ومفاهيم خاطئة، وخبرات اكتسبها أحدهما من البيئة المحيطة به، أو مفاهيم دينية سلبية.



٤- عدم وجود اهتمامات مشتركة:

من الأمور التي تعد أحد أسباب الصمت الزوجي، التشتت الزوجي بكل من العمل، وتصفح الانترنت، والانتقاء بالأصدقاء، والتشتت المرأة بالأعمال المنزلية من تنظيف المنزل، وإعداد الطعام وغيرها، بالإضافة إلى نورها الكبير في رعاية الأولاد، والاهتمام بهم.



03

2024

ما هي أسباب الصمت في الحياة الزوجية؟

١- انعدام لغة الحوار بين الزوجين:

عدم وجود لغة حوار قائمة على التفاهم والاحترام بين الزوجين، تسبب بشكل غير مباشر الصمت الزوجي، لأن الحوار يكون غير عقلاني، وعلى بالخلافات والمشاجرات، فيفضل الزوجان السكوت والصمت.



٢- أسباب اقتصادية:

من أهم الأسباب التي تدفع الزوج إلى الإساءة بالصمت الزوجي، الأعباء المادية الملقاة على عاتقه، والعمل والضيقات النفسية، والمشكلات والمهوم الاقتصادية، والسعي الدائم للحصول على المال بهدف توفير حياة كريمة لزوجته وأولاده.



03

2024

ما هي أسباب الصمت في الحياة الزوجية؟

٧- المستوى الفكري والثقافي:

حينما يتقارب المستوى الفكري والثقافي بين الزوجين، يزيد من فرص الحوار وتبادل الأفكار، وكلما اختلف المستوى الفكري والثقافي، كلما أدى إلى ظهور مشكلة الصمت الزوجي.



٨- تدخل الأهل والأصدقاء:

تسبب تدخل الأهل والأصدقاء في الحياة اليومية لطهور مشكلة الصمت الزوجي، وذلك بسبب الإزعاج الذي يحدث والتدخل في شؤون الأسرة الداخلية.



03

2024

ما هي أسباب الصمت في الحياة الزوجية؟

٥- الجدل العاطفي:

يعتبر غالبية الأزواج أن منح الزوجة وتبنيها والتعزل بها، شيء تافه ولا مبرر له، وأن التعبير عن مشاعر الحب للزوجة يعد حسفاً، ويعتقدون أن الزوجة لا يحق لها المطالبة بالاهتمام والرعاية طالما المطالبات العادية متوفرة.



٦- سلب الحرية الشخصية:

تحدث حينما يقوم أحد الزوجين بالسيطرة على الحياة الأسرية، ولا يهتم بمشاركة الطرف الآخر في القرارات والأراء، ويلقى اللوم عليه بأنه المتسبب في الصمت الزوجي.



03

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024 ما هي أسباب الصمت في الحياة الزوجية؟

11- كثرة الخلافات:

أحياناً كثيرة يكون نوعاً من الهروب من ألم الخلافات الحادة والمجادلات المتكررة التي تشحن القلوب، حيث جرب مراريتها أحد الزوجين مراراً وتكراراً، وبالتالي لم يجد يرغب بتقريبها من جديد، فيتخذ قرار الصمت وسيلة لوضع حد لهذه المعاناة...



12- طبيعة الشخصية:

قد يكون شخصية أحد الزوجين انطوائية أو كئوبية أو قليل الكلام بطبعه، ولا يخبر عن الرغبات وصما بوجهه ولا يؤكد ذاته ويفضل الصمت، أو أن يكون أحد الأطراف يتصف بالخدا أو الكبر، ويخجل الطرف الآخر حتى يكف عن التواصل معه.



03

2024 ما هي أسباب الصمت في الحياة الزوجية؟

9- سيطرة للفتاة للفتوة:

ترك المشكلات الصغيرة واستمراريتها في الظهور وعدم التحدث فيها، يتسبب في كبر المشكلات والميل إلى الصمت الزوجي، فوجب علينا سد الثغرات وحل المشكلات الصغيرة وقت حدوثها.



10- التكنولوجيا الحديثة:

قد ضاعفت التكنولوجيا من حدة الصمت بين الأزواج، حيث تجلس الأسرة أمام التلفزيون منشطة بما ترى، أو استخدام وسائل التواصل الاجتماعي الحديثة، التي أصبحت تزاخم التواصل الزوجي داخل البيت.



03

2024 ما هي أسباب الصمت في الحياة الزوجية؟

15- التكبر والتعالى من أحد الزوجين:

فقد يتكبر أحد الزوجين ويتعالى على الآخر، وينظر إليه بازدراء، فيضطر الطرف الآخر להתصرف عنه، أو قد يفهم بعض الرجال مفهوم التواضع على غير وجهها الصحيح، فيظن أن التواضع تعالياً على الزوجة، ووضع القواصل بينه وبينها.



16- السلوكيات المنفرة من أحد الزوجين:

السلوكيات والتصرفات المنفرة من أحد الزوجين، قد تنفع الطرف الآخر إلى تجنب الحديث معه ابتداءً لتلاصقه، وبدءاً عن الشقاق والخلاف.



03

2024 ما هي أسباب الصمت في الحياة الزوجية؟

12- الإهمال:

تكرار الإهمال لحقوق الطرف الآخر، وغياب الانسجام بولان النقد الدائم، وتبادل الاتهامات، وبمرور الوقت يحدث القصور والملل، ويكون الصمت الزوجي إحدى ردة الفعل خاصة من الزوجة.



14- علم التكيف:

عدم توافق نقاط تشابه بين الزوجين في الرغبات والطموح والشخصية، مع التركيز الدائم على نقاط التصادم بينهما، وعدم بذل محاولات متكافئة من الطرفين للتقريب، يخلق حالة من الصمت السلبي..



03

2024 أضرار الصمت الزوجي:

2- الانفصال النفسي:

انعدام لغة الحوار بينهما، يؤدي إلى العزلة كل منهما في عالم منفصل عن الآخر، ثم اللجوء إلى الطلاق النفسي، ثم الطلاق الفعلي.



03

2024 أضرار الصمت الزوجي:

1- البرود العاطفي:

وهو من أخطر التأثيرات السلبية للصمت على الزوجين، إذ يؤدي إلى موت الحب وانعدام اللبقة، وموت كل شيء جميل جمعها معا في يوم من الأيام.



03

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024

أضرار الصمت الزوجي:



4- بيئة غير صحية للأطفال:

غياب الحوار بين الزوجين
والعناد التواصل بينهما،
يؤثر بشكل خطير على
نفسية الأطفال، وقد يخلق
لديهم حالة من الكآبة
والحزن.

03

2024

أضرار الصمت الزوجي:



2- الخيانة الزوجية:

فالصمت الزوجي يعد أحد
الأسباب الأساسية للخيانة
الزوجية، حيث يمكن أن يقع
بأحد الزوجين أو كلاهما إلى
البحث عن شخص آخر يمنحه
الاهتمام، ويفهمه ويتحدث معه
عن احتياجاته وعاطفته
ومشاعره.

03

2024

أضرار الصمت الزوجي:



6- الطلاق:

هناك الكثير من
حالات الطلاق التي يكون
السبب لها هو الصمت
الزوجي، وعدم التفاعل
والاهتمام بالبيت المعمر.

03

2024

أضرار الصمت الزوجي:



5- الإصابة بالأمراض الجسدية:

يزدي لتعرض أحدكما أو
كلاهما إلى الأمراض الجسدية
مثل: تليف القولون العصبي،
الضغط، التوتر، زيادة
الوزن، العصبية، الأرق، وغيرها من
الأمراض.

03

2024

كيف نعالج الصمت الزوجي



03

2024

أضرار الصمت الزوجي:



7- الشعور بالأحباط والألم:

حين يشعر الطرف الآخر
بالأحباط والارتباك وكان
يشعر بأنه لا قيمة له، وأنه
غير محبوب، وأن الطرف
الأخر لا يعترف بوجوده،
والشعور بعدم الرضا والكتب،
وعدم القدرة على التعبير عن
الرأي.

03

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024

٢- التعامل برفق وحنان:

يعد إيمان الزوجين عن الأخلاق الإسلامية، التي أمرنا الله سبحانه وتعالى بها، ومعاملة الشريك بقسوة ونكر، وتجاهل مشاعره، وعدم تنمية وتذوية الاحتياج العاطفي بكل وسائله الحسي والتلفظي والجسدي، جميعها أسباب تؤدي إلى الصمت الزوجي.



03

2024

١- تجنب الشللات الكلامية والصموية:

يمكن إرضاء الطرفين إذا حاولا إدراك أن المسببة والشجار أن توصلهم إلى أي نتيجة، وأنه كلما حاول أحدهما إيصال فكرته ووجهة نظره بكل احترام وتقدير للطرف الآخر، كلما كان التواصل والحوار بينهما ناجحاً.



03

2024

٤- مواجهة الطرف الآخر:

يستحسن مواجهة الطرف الآخر عند كل موقف أو مشكلة، وتقييم وجهة نظره من خلال مناقشة الموضوع بكل احترام وهدهوء، إلى أن يصل كلا الزوجين لحل وسط يرضيهم.



03

2024

٢- استرجاع الحركات الجميلة:

إن استرجاع اللحظات الجميلة في فترة الخطوبة وأول سنة من الزواج، ومشاهدة الصور التي تعبر عن تلك المشاعر القلبية، قد يجد تلك المشاعر التي تآتت وسط الروتين اليومي للحياة.



03

2024

٦- تربية الأبناء في بيئة متوازنة نفسياً:

يجب أن يحاول الزوجان تربية أبنائهما بطريقة تمكنهما من تجنب هذه المشكلة في حياتهما المستقبلية، ويجب أن يكون لدى الزوجين دافع للتخلص من هذه الظاهرة، وذلك لأن الأبناء سيتأثرون بطبيعة العلاقة بين الأبوين، وسيؤثر ذلك على سلوكهم في مستقبلهم الزوجي.



03

2024

٥- معلومة الزوجين فهم بعضهما بعضاً:

من أهم الأمور التي تجري من خلالها معالجة الصمت الزوجي، فهم كلا الزوجين ببعضهما بعضاً، وإدراك الأسباب التي تزعج الشريك، ومعرفة الأبناء التي تجعله سعيداً.



03

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024

٨- تخصيص الوقت المناسب

لكسر حدة الصمت الزوجي لا بد من تخصيص وقت مناسب للبدء بالحديث، بحيث يكون هذا الوقت بعيداً عن أيام العمل الممتعة، وإزعاج الأطفال، وبعيداً عن مشاكل الحياة اليومية.



03

2024

٧- إظهار التعاطف:

يجب أن كلا منهما يظهر التعاطف مع الطرف الآخر، لأنه يمنح الشعور بالراحة والألفة بينهما، ويظهر هذا التعاطف في بعض المواقف مثل المساعدة في وقت المرض لإظهار الحب، والدعم للزوج خلال مواجهة بعض المشاكل في العمل، وتردد عبارات "أنا أحبك"، "لا أستطيع التخلي عنك".



03

2024

١٠- الاستعداد للتنازل:

ليس من الخطأ أن تأتي المبادرة، كما يجب للتعايش عن أي خلافات موجودة، والبدء بحوار بناء.



03

2024

٩- التخلي عن الكبرياء:

الكبرياء من العوامل التي تنمر العلاقة الزوجية، لأنها تتسرب إلى أجزاء الحياة مما تجعلها أكثر جفاءً وهدء، حيث ينكر أحدهما على الاعتراف بالخطأ، لذلك إذا نشب بينكما أي خلاف لا تدعه يستمر لفترات، ولكن يمكنك علاجه في الحال حتى لا يتطور الأمر.



03

2024

١٧- لا تسخر من حديث الطرف الآخر:

السخرية المبطنة من حديث الطرف الآخر، بسبب شعوره بالإحباط وامتناعه عن المبادرة بالحديث مرة أخرى.



03

2024

١١- الاستعداد لطلب السماح:

أحياناً يكون الصمت الزوجي ناتجاً عن غضب مبطن، وعقاب كبير غير ملتبس من الطرف الآخر، لذلك كن مستعداً للإعتراف وطلب السماح منه.



03

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024

١٤- تبادل الرسائل النصية:

من الجيد تبادل الرسائل النصية بين الأزواج، عندما يكون كل منهما في مكان مختلف مثل العمل، وهذا قد يساعد في بناء حوار وتجديد الألفة بينهما.



03

2024

١٢- حدث بلطف ورد بالعجب:

انتقاء الكلمات أثناء الحديث، مهم جداً لمنع إثارة المشاعر السلبية لدى الطرف الآخر، وهذا يساعد في إنجاز الحوار بين الزوجين واستمراره، ويحفز التفاعل بينهما.



03

2024

١٦- علم إشارات تراكمت:

يجب علينا لتجنب السمات الزوجي عدم إحداث تراكمت، وحل الخلافات التي تحدث أولاً بأول، ولا يجب أن نترك أثر لأي خلاف، ولا نقول بالطبع أن نمنع الخلافات نهائياً، والخلافات تحدث في كل منزل و بين أي زوجين في أي علاقة، ولكن علينا أن نحل الخلافات، ولا نستخدم الانتزاع المألوف من أجل حلها، بل يجب أن نبحث في أصل الخلاف بالعقل والموضوعية، ونحله من جذوره، وذلك يجعلنا أكثر تواصلًا وأقل انزاعاً.



03

2024

١٥- تجنب كثرة التصفيق مع الزوج:

لا تكرري عليه أسئلة وتنتظري منه إجابة فورية، وإلا ستسببينه وكأنك تحقنين معه وتكئين حريته، وبذلك ينفر من حوارك وأن يتحدث إليك، ولكن أسأليه برفقة ولا تجعله يضطر إلى الكذب هروباً من أسئلتك.



03



محتويات الجلسة الرابعة

- ١- الأسباب الشائعة للصراعات الزوجية.
- ٢- تلخيص العشاء لأسباب الصراعات بصفة عامة.
- ٣- كيفية حل الخلافات الزوجية
- ٤- أهم الأساليب للحد من صراع الأدوار بين الزوجين

2024

الجلسة الرابعة

الصراع الزوجي

الخلافات الزوجية... الحياة الزوجية لا تخلو من المشاكل



04

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024

لجذب الخلافات في الزواج هو هدف بعيد المنال.
فالاعتقاد بان الزيجات السعيدة قائمة على حياة خالية من المشكلات، هو اقتراح مثير للضحك. فالزواج ليس اتحاداً يسنسخ فيه احد الشريكين مجموعة السمات التي يمتلكها الآخر. ونظهر الخلافات الشائعة في الزواج لانه يجمع الشركاء باختلاف طبائعهم وقيمهم وعاداتهم وخلفياتهم المتنوعة. إلخ. ومن هنا نبرز ضرورة استحداث طرق حل الخلافات الزوجية.

04

أهداف الحلقة الرابعة



الوعي
التفكير
التصور
الوعي

- 1- تحديد الأسباب الشائعة للصراعات الزوجية.
- 2- التعرف على أسباب الصراعات بصورة عامة.
- 3- توضيح كيفية حل الخلافات الزوجية.
- 4- تحديد أهم الأساليب التي تؤدي إلى الصراع بين الزوجين.

- 1- التعرف على جوانب جديدة لتدبير الخلافات الزوجية.
- 2- تشجيع التفكير في إعطاء أمثلة لأسباب الصراعات الزوجية.
- 3- التعرف على الأساليب التي تؤدي إلى الخلافات الزوجية.
- 4- التعرف على الأساليب التي تؤدي إلى الصراعات الزوجية.

- 1- المشاركة في فعاليات الحلقة.
- 2- التعرف على مظهر جلسات البرنامج وتنشيط إستراتيجياتها.
- 3- التعرف على أسباب الصراعات الزوجية.
- 4- التعرف على كيفية حل الصراعات الزوجية.

2024

٢- خلو الحياة الزوجية من التوتر:

إذا تمسك كل طرف بدوره المحدد دون النظر إلى تعب وإرهاق الطرف الآخر والحالة النفسية المسيطرة عليه، سيخطر الحياء الزوجية من العودة والتفاهم، وتتحول إلى روتين قاتل.

04

2024

الأسباب الشائعة للصراعات الزوجية؟

١- ارتفاع سقف التوقعات:

يفترض أحد الشركاء أن يكون الآخر قارئاً لأفكاره وبشركه التوقعات نفسها. يتسأل الإحباط بشكل خفي عندما لا تفسر الأمور والأحداث بالطريقة التي توقعهاها.

04

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024

4- سيادة بعض الأفكار الخاطئة في عقل كل منهما:

فالزوج نشأ على أن رجوله تُنتقص إذا أسهم في الأعمال المنزلية، والزوجة تتعامل بنديّة مع زوجها لتشتتها على ذلك في بيت أهلها.

ما يخلق حالة من الصراع الفكري تتربص عليها خلافات كثيرة بينهما.



04

2024

3- فقدان لغة التواصل السليمة بينهما:

أحد أسباب صراع الأدوار في الحياة الزوجية هو تمسك كل فرد برأيه، وعدم وجود مرونة وسلاسة في توزيع الأدوار بينهما.

فمجرد النقاش سويًا يحول إلى شجار لا ينتج عنه أي جديد..



04

2024

6- عدم القدرة على إدارة أموال الزواج:

غالبًا ما تتركز الخلافات الزوجية حول المسائل المالية، وهذه الخلافات قد تتزايد وتنتفخ وتخرج عن نطاق السيطرة، ما لم يتم حلها جذريًا في البداية.



04

2024

5- تسلط الزوجة أو الزوج:

في حالة كان الزوج أو الزوجة أصحاب شخصية نرجسية تحب توزيع الأدوار وفقًا لظروفها غير مكرثة بالطرف الآخر، ستتأزم الحياة الزوجية وتزداد حدة صراع الأدوار بين الزوجين.



04

2024

8- عدم التوافق الجنسي:

حفظ العمل والمسؤوليات المنزلية، وضغط الثقة بالجسم، وموانع العلاقة الحميمة، ونقص التواصل الجنسي الصادق، هي بعض التضايخ الخطيرة والملحة التي تؤدي إلى الصراع في الزواج.



04

2024

7- عدم تخصيص الوقت الكافي:

بعد الزواج لا يمكنك أن تكريس طوال الوقت لنفسك فقط، نون أن تضع الطرف الآخر في اعتبارك. فلا ينبغي أن يكون وقتك بالكامل لوظائفك وممارسة هواياتك الشخصية، والجلوس مع أصدقائك، أو العائلة فقط، لكن يجب أن تدخل زوجك أيضًا في جانب كبير من اهتماماتك وأولوياتك. لأن عدم القيام بذلك قد ينسف العلاقة الزوجية من أساسها.



04

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024

تخص العلماء اسباب الصراعات فيما يلي

٤ - عدم الحصول على التقدير للطلاب.

٥ - للشاعر

٦ - الغيرة.

04

2024

تخص العلماء اسباب الصراعات بصفة عامة بين الزوجين فيما يلي

١ - عدم إظهار ما يكفي من الحب واللودة.

٢ - عدم إيلاء أحد الطرفين الاهتمام الكافي بالطرف الآخر.

٣ - غياب التواصل.

04

2024

تخص العلماء اسباب الصراعات فيما يلي

١٠ - قضاء وقت أطول مع الأصدقاء.

١١ - إدارة شؤون المنزل.

١٢ - الواجبات المنزلية.

04

2024

تخص العلماء اسباب الصراعات فيما يلي

٧ - التحدث مع الزوج السابق أو الزوجة السابقة.

٨ - حب التملك والسيطرة.

٩ - العلاقات القديعة.

04

2024

تخص العلماء اسباب الصراعات فيما يلي

١٦ - الاختلاف على وقت العلاقات الحميمة.

١٧ - تواتر للعاشرة الزوجية.

١٨ - العلاقات الزوجية.

04

2024

تخص العلماء اسباب الصراعات فيما يلي

١٢ - من يحمل عبئا أكبر من الأعمال.

١٤ - الاختلاف عندما يتطلب الأمر وجود طرف ما .

١٥ - تقاسم المسؤوليات.

04

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024
تخص العلماء اسباب الصراعات فيما يلي

٢٢- من يسيطر على الأمور؟



٢٣- من يجتاز بسلطة التحكم في الأمور؟



٢٤- للابن.

04

2024
تخص العلماء اسباب الصراعات فيما يلي

١٩- إخبار معلومات خاصة عن العلاقة للآخرين.



٢٠- الأصهار والأنتساب.



٢١- من هو رئيس العائلة؟

04

2024
تخص العلماء اسباب الصراعات فيما يلي

٢٨- الأطفال.



٢٩- من ينبغي أن يدفع ثمن شيء ما؟



٣٠- طرف يستغل جميع أموال الطرف الآخر.

04

2024
تخص العلماء اسباب الصراعات فيما يلي

٢٥- الدين.



٢٦- أهداف الحياة.



٢٧- الخطط للمستقبلية.

04

2024
١- لا تناموا واتم غاضبون :

إراكم والظهور إلى النوم من دون حل المشكلة بينكم، يجب على أحدكم النزول لحل هذا الخلاف، والحديث عن المشكلة بكل عقلانية وتفاهم، فالنوم مع مشاعر الغضب، تزيد الفجوة بين الزوجين، وتزداد صعوبة حل المشكلة، وفي اليوم التالي سيكون اللقاء مع بعضكما البعض توتلاً على النفس.



Single press.

2019
كيفية حل الخلافات الزوجية

فن إدارة
الخلافات
الزوجية



04

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

٢- عبروا عن مشاعركم:

لا الهيايا، ولا كلمة أسف هي طريقة حل الخلافات بين الزوجين، بل إن الطريقة الصحيحة لحل أي مشكلة هي الحوار، والتعبير عن المشاعر التي عانتها كل طرف، والابتعاد عن تسليط الضوء على المشكلة والأحداث التي نجمت عنها، بل الحديث عن الحالة النفسية، وما مر به كل طرف حينها، فذلك المشاعر ترقق القلب، وتخرج مشاعر المطف التي تخفف من مشاعر الغضب، ما يساعد في حل المشكلة.



Simple present.

٢- تجنبوا الغتاب:

غالباً عندما يأتي الزوجين للحديث من أجل لحل المشكلة، ينتهي الأمر بمشكلة أكبر، والسبب هو الغتاب، فلا فائدة تُرجى من الغتاب إن نويتم الإصلاح، ولا يجلب الغتاب إلا المزيد من التبريرات، التي ستشمل المشكلة مرة أخرى، لذا إن كنتم تُرغبون في حل أي مشكلة واتباع طريقة حل الخلافات الزوجية الصحيحة، تجنبوا الغتاب.



Simple present.

٥- لا تقارنوا .. ولا تسبحوا أن تكونوا محل مقارنة:

إن أكثر أسباب الخلاف هي مقارنة علاقتكم مع زوجين آخرين، فالمقارنة بالأصل خاطئة، فأنت ترى ما يرغبون بأن يراه الآخرون، كما عليكم أن لا تكتفوا حياتكم للآخرين، حتى لا تكونوا محل مقارنة، وكي لا ينتج الناس حياتكم وطريقة تعاملكم مع بعضكم البعض.



Simple present.

٤- تفهموا بعضكم البعض:

إن التفهم مكمّل لنقطة الحديث عن المشاعر، لذا جربوا حين يتحدث الطرف الآخر، أن تتخيل نفسك مكانه، لا أن تفكر في رد على ما سيقوله، فالتفهم يجعل كلا الطرفين يعالجون المشكلة بكل عقلانية وعدل، ما يجعله من أفضل طرق حل الخلافات الزوجية.



Simple present.

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024

٧- تسعروا بالبراعة:

يتطلب إنجاز الحياة الزوجية إثراء الثقافة حول العلاقات، وتقيم كل طرف لأخر، لذا لا بد من قراءة كتب تساعدك بتحسين علاقتك العاطفية، والتي تساعدك في حل الخلافات بين الزوجين، وتكوين أسرة سعيدة



Simple present

2024

٦- فكروا في الأجر الذي ستعربون منه:

هل تعلم أنك إن خاسمت زوجك، أو خاسمتي زوجك لأكثر من ٣ أيام، ففي اليوم الرابع من الخلاف، لا تكتب لكليهما حسنة، حيث يأمر الله عز وجل ملك الحسنات في اليوم الرابع أن لا يكتب لأحدهما حسنة، حتى تسملحوا.

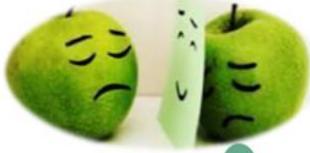


Simple present

2024

٩- اتبها لكلامك:

على الرغم من أن الكلمات تخرج من أفواهنا دون وعي عدد الغضب، ولكن عليكم الحذر والحرص على انتقاء الكلمات عند الغضب، والتي ستكون جراحة للقلب، ومنها ما يبطل عاقلاً في الذاكرة، لذا انتبهوا لكلامكم أثناء الشجار.



Simple present

2024

٨- لا تدخلوا طرفاً ثالثاً لحل الخلاف:

إن أهم نصائح للخلافات الزوجية هي ألا يتدخل أحد في الخلاف، حاولوا حل مشاكلكم لوحكم، ولا تدخلوا طرفاً ثالثاً فهذا يلغي التفاهم بينكم، ويجعل من من الحوار أمراً صعباً، بدلاً من ذلك، قوموا بتبني أسلوب تمارني في إدارة الخلافات، كي لا تحتاجوا لرأي أحد حول أي مشكلة تمررون بها.



Simple present

2024

الأسلوب الثاني:

إيقاف المناقشة عند الغضب:

إذا أهدت النقاش بينكما في أثناء الحوار، انسحبوا بهدوء قبل صدور أي كلمة تزيد الوضع سوءاً.

فالكلام وقت الغضب يُعدّ الأمور، ويوصل بكما إلى طريق مسنود.

04



2024

أهم الأساليب للحد من صراع الأدوار بين الزوجين

الأسلوب الأول:

التحلي بالمرونة في توزيع المهام:

قبل هذه الخطوة ينبغي للزوج والزوجة إدراك حقيقة أن الزواج مشاركة في تفاصيل الحياة كافة.

ليست هناك قاعدة محددة لتقسيم مهام المنزل والأولاد بينكما، فكل أسرة توزع مهامها وفقاً لظروفها وقدرات أفرادها على تنفيذ المهام.

04



العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024

الأسلوب الرابع:

توزيع المهام بينكما وفقاً لقرائكما:

بدلاً من لوم كل منكما الآخر على صفة لا يحبها فيه، تتقلا اختلاف الطابع والتفردات، ووجهاتهما للمهام الملائمة لهما.

فمثلاً إذا كانت الزوجة منضبطة في مواعيدها، تتولى مهمة إقنات أطفالها وزوجها صباحاً.

إذا كان الزوج محباً للطهي، فلا مانع من مساعدة زوجته في إعداد الطعام إذا كان وقته ساعداً بذلك.

04



2024

الأسلوب الثالث:

تبادل مشاعر الإحساس بمسؤوليات بعضكما:

فمثلاً إذا وجدت الزوجة زوجها منهدماً عند عودته من الخارج، تبتد براحته وتكزل مناقشتها معه حول أي أمر مزعج حتى يستريح.

وكذلك إذا وجد الزوج زوجته منهدمة في أعمال المنزل يشكرها بكلمة طيبة على مجهودها، ويبتدي تقديره لما تقمله من أجل البيت والأولاد.

بهذه الطريقة تقل خلافات صراع الأبناء ويتنازل كل طرف عن غداه في سبيل إسعاد شريكه.

04



2024

الجلسة الخامسة

الطلاق العاطفي

وهي مرحلة تأتي بعد الصمت الزوجي



05

2024

الأسلوب الخامس:

الاستماع لوجهات نظر بعضكما:

اجلسا واستمعا لأراء بعضكما بهدوء، وتحذنا بصراحة حول أي موضوع يثير الخلافات بينكما.

فالواصل الفعال بين الزوجين يتم عن حلول ترضي الطرفين، ويبتدع كل منهما لفهم طريقة تفكير شريكه.

04



أهداف الجلسة الخاتمة



الوعي

الأنف

الوعي

- 1- تتكون مفهوم الطلاق العاطفي.
- 2- تحديد الأسباب التي تؤدي إلى الطلاق العاطفي.
- 3- توضيح مؤشرات الطلاق العاطفي.
- 4- ترتيب مراحل الطلاق العاطفي.
- 5- شرح تأثير الطلاق العاطفي على الأبناء.
- 6- تبني آمنة لتقبل التغلب على الطلاق العاطفي.

- 1- شرح طرق جديدة لتقبل طلاق العاطفي.
- 2- مشاركة التفكير في إيجاد آمنة لتقبل طلاق العاطفي.
- 3- كتابة طلاق العاطفي.

- 1- شرح في أهداف الجلسة.
- 2- شرح مفهوم الطلاق العاطفي.
- 3- شرح أسباب الطلاق العاطفي.
- 4- شرح مراحل الطلاق العاطفي.
- 5- شرح تأثير الطلاق العاطفي على الأبناء.
- 6- شرح كيفية التغلب على الطلاق العاطفي.

محتويات الجلسة الخاتمة



1- مفهوم الطلاق العاطفي.

2- أسباب الطلاق العاطفي.

3- مؤشرات الطلاق العاطفي.

4- مراحل الطلاق العاطفي.

5- تأثير الطلاق العاطفي على الأبناء.

6- كيفية التغلب على الطلاق العاطفي.

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024

مفهوم الطلاق العاطفي

حالة تعري العلاقة الزوجية، يشعر فيها الزوج والزوجة بغياب المشاعر بينهما وانفصالهما نفسياً، على الرغم من عيشهما تحت سقف بيت واحد، مما يؤثر على كافة العلاقات داخل الأسرة.



05

2024

الطلاق النفسي نوعان:

أما إن يكون كل الزوجين متركين لما بينهما من قطعة،
وأما إن يكون أحدهما المرءة في الغالب بعيداً نفسياً عن الآخر، وغير راض عن حياته العاطفية، ولكنه يظل منكزماً على مشاعره، خافياً ضيقه، مجبراً نفسه على نزع المرءة فأولاً لطلاق فعلي....

05

2024

أسباب الطلاق العاطفي

٢- آتالية أحد الأطراف، حيث ينظر الزوج أو الزوجة إلى حقوقه ومتطلباته فقط، وينسى الطرف الآخر وحاجاته ومتطلباته، ويؤدي تكرار مثل هذا الموقف إلى الوصول إلى حالة الطلاق أو الانفصال العاطفي.



05

2024

أسباب الطلاق العاطفي

١- الضغوطات المالية التي يتعرض لها الزوجان في حياتهما أحد أهم أسباب الانفصال العاطفي، بسبب حجم الضغط الذي يتعرضان له، فتجدهما منعسين في تأمين مستلزمات البيت والأولاد، متعبين شيئاً فشيئاً عن كل ما يوجب العاطفة، دون التباه منهما.



05

2024

أسباب الطلاق العاطفي

٤- العمل الجاد على التقليل من أهمية الآخر، بالقول أو الفعل، سواء أمام الناس أو الأولاد، مما يسبب الإهانة.



05

2024

أسباب الطلاق العاطفي

٣- إساءة تحديد الأولويات، وذلك بتفضيل الآخرين على شريك الحياة، وبعد هذا من أهم أسباب الطلاق العاطفي، كان يفضل الزوج عمله وأهله وأقاربه وأصدقائه على زوجته، أو أن تفضل الزوجة عملها وأولادها وأهلها وصديقاتها على الزوج، مما يشعر الطرف الآخر بعدم الأهمية.



05

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024

أسباب الطلاق العاطفي

٦- اعتبار أحد الأطراف نفسه الأفضل، فيتعلى على الطرف الآخر، ويشعره بالتقصص..

05



2024

أسباب الطلاق العاطفي

٥- بكل الرجل عن زوجته، سواء مادياً أو عاطفياً أو في منحها الوقت الكافي لإرضاء حاجاتها ورغباتها.

05



2024

أسباب الطلاق العاطفي

٧- الرهبة من شبح الطلاق، خوفاً من الطلاق الحقيقي ونظرة المجتمع والناس إلى الرجل المطلق والمرأة المطلقة خاصة إذا كان هناك أولاد، ما يؤدي إلى ميلهم للطلاق الصامت..

05



2024

أسباب الطلاق العاطفي

٨- اختلاف الإهتمامات والمعتقدات والأهداف والمستوى الثقافي والاجتماعي بين الزوجين، مما يجعل التواصل بينهما صعباً.

05



2024

أسباب الطلاق العاطفي

١٠- الخرس الزوجي، كل طرف متمسك برأيه، لا يوجد أي نوع من الحوار بينهما، فالزوج لا يحب أن يسمع المشاكل التي تمر بها زوجته، والمرأة بالتالي تعتمد الصمت لعدم خلق المشاكل، وأيضاً الرجل يلتزم الصمت ولا يبوح بما يمر به في العمل أو الشارع أو الأسرة أو غيره، لأنه يرى أن لا حق لها في ذلك، فيتعلم الحوار أكثر.

05



2024

أسباب الطلاق العاطفي

٩- الخيانة والكتب: أهم الأسباب المؤدية إلى الانفصال العاطفي وهدم الحياة الزوجية، وفقدان الثقة بين الطرفين. وغالباً ما يؤدي اكتشاف وجود علاقة غرامية إلى شعور الطرفين بالقلعالات عفيفة، فالطرف الذي يقع ضحية للخيانة، قد يشعر بالصدمة نتيجة خيانة الثقة ويفقد الأمان العاطفي، أما الطرف الذي قام بهذا الفعل فقد يتناهى الخوف من أن الآخر لن يسامحه.

05



العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024 مؤشرات الطلاق العاطفي

٢- فتور مشاعر الحب والمودة.

05



2024 مؤشرات الطلاق العاطفي

١- اهتزاز الثقة وافتقاد مشاعر الأمان.

الطلاق الصامتة

05



2024 مؤشرات الطلاق العاطفي

٤- الصمت وانعدام الرغبة بالتواصل الكلامي.

05



2024 مؤشرات الطلاق العاطفي

٢- الأنانية وفقدان الغيرة.

05



2024 مؤشرات الطلاق العاطفي

٦- حمل البقاء من أجل الأطفال أو العادات.

05



2024 مؤشرات الطلاق العاطفي

٥- الهجر والعزوف عن العلاقة الحميمة.

05



العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024

مراحل الطلاق العاطفي:

٢- شبر لشعر العاطفية وقتلتها:

تُصبح العلاقة الزوجية في تراجع، ويشعر الطرفان أو أحدهما عاطفته لم تعد كما كانت، وتبتعد حتى نظرات الحب والإعجاب، وتظهر تراكمات السنرات، ويكثر اللوم والغضب، وتزداد الاتهامات وتضخم الحروب.

05

Simple presentation template

2024

مراحل الطلاق العاطفي:

١- زعزعة الثقة وقتلتها:

لا شك في أن الثقة هي معيار المصداقية في القول والفعل، التي يتعمق بها كل طرف تجد الآخر، إذ يفقد أحد أو كلا الزوجين الثقة بالآخر، فينقل الشك في الآراء والتفاني، حتى في مشاعره تجاهه، ويصبح بلا فائدة.

05

Simple presentation template

2024

مراحل الطلاق العاطفي:

٤- الصمت الزوجي:

هو أحد أوجه الجمود في العلاقة بسبب تقادم حدة المتساكن والمتساكنات والخلافات فُصبح الصمت الزوجي هو النظام السائد، إذ يُفضل أحد الأطراف أو كلاهما الصمت وعدم التدخل في حواريات ونقاشات مع الآخر.

05

Simple presentation template

2024

مراحل الطلاق العاطفي:

٢- الأنانية:

ويُصبح كلا الطرفين أو أحدهما يُفكر في ذاته فقط، وبمصلحته فقط من دون الأخذ بعين الاعتبار المشورة الزوجية ومراعاة مشاعر الآخر، والسنوات المحيطة والمشورة التي قضتها سويًا، ولا يلتفتان لمشاعر الأبناء.

05

Simple presentation template

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024

تأثير الطلاق الصامت على الأبناء:



04

2024

مراحل الطلاق العاطفي:



05

2024

٢- علم وجود القدرة في المنزل:

وبالتالي من الممكن للإن أن يبحث عنها في البيئة الخارجية وهذا غير آمن، فالإختيار الداخلي للقدرة قد يؤدي إلى كارثة حقيقية.



05

2024

١- تبدل المشاعر عند الأطفال:

فهم يعيشون في جو غير أسري لا يبت على المشاعر الكريمة كالحب والمودة والرحمة. وقد يشعر الأبناء بالضغط على والديهما، وتكون مشاعر عدوانية تجاههما.



05

2024

٤- اضطرابات في الشخصية:

اضطراب الشخصية وانحراف سلوك الأبناء رغبة في التمرد على صمت الوالدين، والجر الأسري غير الناعم، والذي له التأثير السلبي على مواهب.



05

2024

٢- كره فكرة الزواج:

من الممكن أن يكره الأبناء الزواج فيما بعد من كثرة ما رأوه وعاشوه في حياتهم مع الملاق الصامت.



05

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

6- ضياع مستقبل الأبناء:

قد تحدث حالات التسرب من التعليم لأبناء أو هروبهم من المنزل وهذا يتسبب في ضياع الكمال لأبناء.



05

5- مقابلة أسرته مع أسر قرانه:

يقدم الطفل بملء مقارنات مستمرة بين أسرته المتفككة والحياة الأسرية التي يعيشها باقي الأطفال ما يولد لديه الشعور بالإحباط أو قد يكسبه اتجاهًا عدائياً تجاه الجميع وبالأخص الأقران.



05

7- أمراض نفسجية:

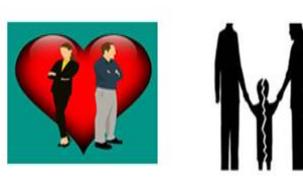
قد يتعرض الأبناء لأمراض نفسجية كتباعد المحيط الملته بالتوتر بين الوالدين..



05

7- مشاعر استغالية للوالدين:

قد تنمو داخل أحد الأبناء مشاعر استغالية للوالدين يعتمداً على إنجاز يكون من أبرز صفاته في حياته بعد ذلك.



05

كيفية التغلب على الطلاق الصامت:

2- من الضروري أن تكون هناك علاقة صداقة بين الزوجين لكي يتم تكوين علاقة زوجية ناجحة.




05

كيفية التغلب على الطلاق الصامت:

1- الاعتراف بوجود مشكلة وتعد هذه أهم خطوة في العلاج، والتحدث والحوار في هذه الأمور.




05

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024 كيفية التغلب على الطلاق الصامت:



٤- يجب أن يتعلم الزوجان كيفية المصارحة بتأنيدهما، والتعبير عن مشاعرهما السلبية والإيجابية، وعدم الاستسلام للصمت.

05

2024 كيفية التغلب على الطلاق الصامت:



٣- يجب أن يفهم الزوجان ويتناقشا في مشاكلهما بعيداً عن الأطفال ويحلها وضعهم كطرف أو الأخذ بشهائهم في مشكلة ماء، وأن يحرصا على اظهار روح التعاون والمودة أمام الأبناء.

05

2024 كيفية التغلب على الطلاق الصامت:



٦- لا بد أن يتقبل كل من الزوجين اختلاف الآخر مع محاولة كل طرف في تغيير تلك الاختلافات والمستوى التقاضي الفكري للتقارب بينهما.

05

2024 كيفية التغلب على الطلاق الصامت:



٥- يجب أن يعطي كل طرف فرصة الحديث لشرحته الداخلية الأخر، تفرغ المهمة في نجاح أي علاقة، وعلى الطرف الأخر امتصاص هذه المشغلات بصبر وحب.

05

2024 كيفية التغلب على الطلاق الصامت:



٨- محاولة التحديد وكسر الروتين والتضي بالمرونة واليساطة وتجنب ما يكرهه الطرف الأخر والوصول إلى نقاط مشتركة.

05

2024 كيفية التغلب على الطلاق الصامت:



٧- التصالح مع النفس ومع الغير فكل شخص يترك عيوبه ومميزات شركه حياته فالرضا من أهم أسباب نجاح العلاقات.

05

العرض التقديمي المستخدم بالبرنامج الإرشادي الإلكتروني لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي

2024 كيفية التغلب على الطلاق الصامت:



١٠- لابد أن يعتم الوالدان بالمناسبات التي تجمع الأسرة مع توفير روح المحبة والمرح في تلك المناسبات لأن هذا الأمر ينعكس على نفسية الطفل.

05

2024 كيفية التغلب على الطلاق الصامت:



٩- لابد أن يحرص الوالدان على المشاركة في حل مشاكل الأبناء والاهتمام بهم.

05

2024 كيفية التغلب على الطلاق الصامت:



١٢- من المفيد الحصول على المساعدة من خبراء العلاقات الزوجية، ممن لديهم خبرة مهنية في هذا المجال.

05

2024 كيفية التغلب على الطلاق الصامت:



١١- الاهتمام بالخروج للتنزهات بالأطفال مع توفير الترفيه والسعادة مع الوالدين.

05

الجلسة السادسة
(الختامية)

- تلخيص لموضوعات البرنامج
- «تطبيق أدوات البحث»
- القياس البعدي لقياس وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي
- «شكر وتقدير»

06

خامساً المعالجات الإحصائية:

تم إتماد إجراء المعالجات الإحصائية على استخدام برنامج Spss.x وذلك لحساب كل من النسب المئوية، الأوزان النسبية، المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، معامل ارتباط بيرسون، الفروق بين المتوسطات بواسطة استخدام اختبار "T.Test"، كما تم تحليل التباين في اتجاه واحد بواسطة استخدام اختبار "F.Test"، وأيضاً اختبار "L.S.D" للمقارنات المتعددة، حساب معاملات الإنحدار، وحساب معامل إيتا "N₂" لمعرفة مدى تأثير البرنامج الإرشادي الإلكتروني المعد، من أجل استخراج النتائج ومناقشتها وأيضاً تفسيرها.

النتائج تحليلها وتفسيرها:

أولاً: النتائج الوصفية:

1- وصف عينة البحث:

أ- وصف عينة البحث الأساسية:

فيما يلي وصف شامل لخصائص عينة البحث الأساسية موضحة بجدول (6):

جدول (6) التوزيع النسبي للزوجات عينة البحث الأساسية وفقاً للخصائص الديموغرافية (N=300)

النسبة %	العدد	الفئة	البيان
41.3%	124	حضر	مكان السكن
58.7%	176	ريف	
38.7%	116	تعمل	عمل الزوجة
61.3%	184	لا تعمل	
35.3%	106	أقل من 5 سنوات	فارق العمر بين الزوجين
37.7%	113	من 5 سنوات إلى أقل من 10 سنوات	
27%	81	من 10 سنوات فأكثر	
31%	93	أقل من 10 سنوات	مدة الحياة الزوجية
49.3%	148	من 10 سنوات إلى أقل من 15 سنة	
19.7%	59	من 15 سنة فأكثر	
25%	75	مستوى منخفض (حاصل على الشهادة الابتدائية / الإعدادية)	المستوى التعليمي للزوج
32.3%	97	مستوى متوسط (شهادة ثانوية وما يعادلها / معاهد متوسطة)	
42.7%	128	مستوى عالي (حاصل على مؤهل جامعي / أعلى من الجامعي)	
28%	84	مستوى منخفض (حاصل على الشهادة الابتدائية / الإعدادية)	المستوى التعليمي للزوجة
31.3%	94	مستوى متوسط (شهادة ثانوية وما يعادلها / معاهد متوسطة)	
40.7%	122	مستوى عالي (حاصل على مؤهل جامعي / أعلى من الجامعي)	
26.7%	80	منخفض (أقل من 5000 جنية)	متوسط الدخل الشهري
32%	96	متوسط (من 5000 > 9000 جنية)	
41.3%	124	مرتفع (9000 جنية فأكثر)	

يتضح من جدول (6): أنه بالنسبة لمتغير مكان السكن فكانت أعلى نسبة من الزوجات عينة البحث الأساسية يقطنن في الريف بنسبة (58.7%) بينما بلغت نسبة الحضريات (41.3%)، وبالنسبة لمتغير عمل الزوجة تبين أن النسبة الأكبر من الزوجات لا يعملن بنسبة (61.3%)، وأن نسبة (38.7%) يعملن، وبالنسبة لمتغير فارق العمر بين الزوجين فكانت أعلى نسبة من الزوجات عينة البحث فارق العمر بين الزوجين من 5 سنوات إلى أقل من 10 سنوات بنسبة (37.7%) وأقل نسبة كانت لفارق العمر من 10 سنوات فأكثر بنسبة (27%)، وبالنسبة لمدة الحياة الزوجية فكانت أعلى نسبة لمدة الحياة الزوجية من 10 سنوات إلى أقل من 15 سنة بنسبة (49.3%)، وأقل نسبة لمدة الحياة الزوجية من 15 سنة فأكثر بنسبة (19.7%)، وبالنسبة لمتغير مستوى تعليم الزوج فكانت أعلى نسبة للمستوى التعليمي العالي بنسبة (42.7%) وأقل نسبة للمستوى التعليمي المنخفض بنسبة (25%)، وبالنسبة لمستوى تعليم الزوجة فكانت أعلى نسبة للزوجات يتمتعن بمستوى تعليمي عالي بنسبة (40.7%)، وأقل نسبة من الزوجات كُن من ذوات المستوى التعليمي المنخفض بنسبة (28%)، وبالنسبة لمتوسط الدخل الشهري لأسر الزوجات عينة البحث الأساسية فكانت أعلى نسبة للدخل الشهري المرتفع بنسبة (41.3%)، وأقل نسبة للدخل الشهري المتوسط بنسبة (32%).

ب- وصف عينة البحث التجريبية:

فيما يلي وصف شامل لخصائص عينة البحث التجريبية موضحة بجدول (7):
جدول (7) التوزيع النسبي للزوجات عينة البحث التجريبية وفقا للخصائص الديموغرافية (ن=75)

النسبة %	العدد	الفئة	البيان
34.7%	26	حضر	مكان السكن
65.3%	49	ريف	
42.7%	32	تعمل	عمل الزوجة
57.3%	43	لا تعمل	
24%	31	أقل من 5 سنوات	فارق العمر بين الزوجين
34.7%	26	من 5 سنوات إلى أقل من 10 سنوات	
41.3%	18	من 10 سنوات فأكثر	
22.7%	17	أقل من 10 سنوات	مدة الحياة الزوجية
36%	27	من 10 سنوات إلى أقل من 15 سنة	
41.3%	31	من 15 سنة فأكثر	
48%	36	مستوى منخفض (حاصل على الشهادة الابتدائية / الإعدادية)	المستوى التعليمي للزوج
37.3%	28	مستوى متوسط (شهادة ثانوية وما يعادلها / معاهد متوسطة)	
14.7%	11	مستوى عالي (حاصل على مؤهل جامعي / أعلى من الجامعي)	
54.7%	41	مستوى منخفض (حاصل على الشهادة الابتدائية / الإعدادية)	المستوى التعليمي للزوجة
33.3%	25	مستوى متوسط (شهادة ثانوية وما يعادلها / معاهد متوسطة)	
12%	9	مستوى عالي (حاصل على مؤهل جامعي / أعلى من الجامعي)	
44%	33	منخفض (أقل من 5000 جنية)	متوسط الدخل الشهري
32%	24	متوسط (من 5000 > 9000 جنية)	
24%	18	مرتفع (9000 جنية فأكثر)	

يتضح من جدول (7): أنه بالنسبة لمتغير مكان السكن فكانت أعلى نسبة من الزوجات عينة البحث التجريبية يقطنن في الريف بنسبة (65.3%) بينما بلغت نسبة الحضر بنسبة (34.7%)، وبالنسبة لمتغير عمل الزوجة تبين أن النسبة الأكبر من الزوجات لا يعملن بنسبة (57.3%)، وأن نسبة (42.7%) يعملن، وبالنسبة لمتغير فارق العمر بين الزوجين فكانت أعلى نسبة من الزوجات عينة البحث فارق العمر بين الزوجين من 10 سنوات فأكثر بنسبة (41.3%) وأقل نسبة كانت لفارق العمر أقل من 5 سنوات بنسبة (24%)، وبالنسبة لمدة الحياة الزوجية فكانت أعلى نسبة لمدة الحياة الزوجية من 15 سنة فأكثر بنسبة (41.3%)، وأقل نسبة لمدة الحياة الزوجية كانت أقل من 10 سنوات بنسبة (22.7%)، وبالنسبة لمتغير مستوى تعليم الزوج فكانت أعلى نسبة للزوجات من الحاصلين على مستوى التعليمي العالي بنسبة (14.7%)، وبالنسبة لمستوى تعليم الزوجة فكانت أعلى نسبة للزوجات حاصلات على مستوى تعليمي منخفض بنسبة (54.7%)، وأقل نسبة من الزوجات كُن من ذوات المستوى التعليمي العالي بنسبة (12%)، وبالنسبة لمتوسط الدخل الشهري لأسر الزوجات عينة البحث الأساسية فكانت أعلى نسبة للدخل الشهري المرتفع بنسبة (24%)، وأقل نسبة للدخل الشهري المرتفع بنسبة (24%).

2- الأوزان النسبية لمحاوَر الإغتراب الزوجي للزوجات عينة البحث الأساسية.

جدول (8) الوزن النسبي لمحاوَر الإغتراب الزوجي

الترتيب	النسبة %	الوزن النسبي	محاوَر الإغتراب الزوجي
الثاني	33.7%	359	المحور الأول: الصمت الزوجي
الأول	35.9%	382	المحور الثاني: الصراع الزوجي
الثالث	30.4%	324	المحور الثالث: الطلاق العاطفي
	100%	1056	المجموع

يتضح من جدول (8) أن المحور الثاني (الصراع الزوجي) يحتل المرتبة الأولى بنسبة (35.9%) يليه المحور الأول (الصمت الزوجي) بنسبة (33.7%) بينما احتل المحور الثالث (الطلاق العاطفي) المرتبة الثالثة والأخيرة بنسبة (30.4%).

وتفسر الباحثان تلك النتيجة بأن الصراع الزوجي يأتي في المرتبة الأولى حيث أنه في الغالب يحدث بين كثير من الأزواج ولكن بنسب متفاوتة فمن الممكن أن يكون صراع بسيط يأتي في لحظة غضب ومن الممكن التغاضي عنه حيث أنه قد ينشأ بسبب الخلافات البسيطة أي تأخذ وقتها ويذهب هذا الصراع، ولكن مع تكراره يزداد الصراع بطرق أسوأ من ذي قبل مما يجعل الحياة قاسية ولا تحتمل وهنا لا يمكن التغاضي عنه حيث أنه هنا لا يكون حالة طارئة بل أصبح الصراع شئ طبيعي بين الأزواج مما يصعب التعايش معه، ويأتي بالمرتبة الثانية الصمت الزوجي وهو أن الأزواج يقرروا أن يعيشوا تحت سقف واحد ولكن في حالة من الإغتراب لا يتشاركوا الأحداث اليومية ولا حتى الضحكات ولا يقضين مع بعضهما البعض أي وقت سعيد ولا يحملن لبعض أيا من مشاعر الود والحب ولكن يسود بينهما جو من الإحترام ومن الممكن أنهم قد قرروا العيش من بعضهما فقط بسبب أبنائهم، ويأتي في المرتبة الثالثة والأخيرة الطلاق العاطفي ويكون هذا الطلاق تمهيداً للطلاق الحقيقي أي أنه الوقوف على أول السلم الذي يؤدي نهايته إلى الطلاق وافتراق كل منهما.

3- توزيع مجتمع عينة البحث الأساسية حول مع من يتم قضاء الزوج أطول وقت يومياً: جدول (9) توزيع مجتمع عينة البحث الأساسية حول مع من يتم قضاء الزوج أطول وقت يومياً

م	قضاء الوقت الأكثر للزوج يومياً	العدد	النسبة المئوية	الترتيب	كا
1	العمل	55	18.3%	الثاني	*11.495
2	الزوجة	47	15.7%	الثالث	
3	الأولاد	42	14%	الرابع	
4	مواقع التواصل الإجتماعي	93	31%	الأول	
5	الأهل	27	9%	السادس	
6	الأصدقاء	36	12%	الخامس	
	الإجمالي	300	100%		

يتضح من جدول (9) والخاص بآراء الزوجات عينة البحث الأساسية حول مع من يتم قضاء الزوج أطول وقت يومياً أن قيمة كا بلغت (11.495) وهي قيمة دالة احصائية عند مستوى دلالة 0.05 مما يدل على وجود فروق في آراء الزوجات؛ وكانت النتيجة صادمة بالنسبة للباحثان حيث احتلت مواقع التواصل الإجتماعي في اتجاه قضاء وقت الزوج يومياً المرتبة الأولى بنسبة 31%، يليها في المرتبة الثانية العمل بنسبة بلغت 18.3%، ثم جاء قضاء الوقت مع الزوجة في المرتبة الثالثة بنسبة 15.7%، بينما جاء في المرتبة الرابعة قضاء الوقت مع الأولاد، بينما جاء في المرتبة الخامسة قضاء الوقت مع الأصدقاء بنسبة 12%، وأخيراً جاء في المرتبة السادسة قضاء الوقت مع أهله بنسبة 9%، ويختلف هذا مع ما توصلت إليه نتائج دراسة (هاجر رمضان، 2023) حيث جاء في الترتيب الأول قضاء الزوج/الزوجة الوقت الأطول واحتل السوشيال ميديا الترتيب الثالث؛ وترى الباحثان أنه كلما زاد استخدام الزوج لوسائل التواصل الإجتماعي كلما قلت قدرته على التواصل مع زوجته وأفراد أسرته مما يساعد على ظهور الإغتراب بين الزوجين بسبب انتشار وسائل التواصل الإجتماعي.

4- توزيع مجتمع عينة البحث الأساسية بالفترة المتعلقة بقلة تفاعل الزوج مع الزوجة: جدول (10) توزيع مجتمع عينة البحث الأساسية حول في أي فترة قلة التفاعل بينك وبين زوجك

م	في أي فترة قل التفاعل بين الزوج والزوجة	العدد	النسبة المئوية	الترتيب	كا
1	من السنة الأولى أو الثانية بعد الزواج	78	26%	الثالث	**65.934
2	من السنة الثانية : السنة الخامسة من الزواج	93	31%	الثاني	
3	من السنة السادسة : السنة العاشرة من الزواج	33	11%	الرابع	
4	بعد السنة العاشرة	96	32%	الأول	
	الإجمالي	300	100%		

يتضح من جدول (10) والخاص بتوزيع آراء الزوجات عينة البحث الأساسية حول في أي فترة قل التفاعل بينك وبين زوجك أن قيمة كا بلغت (65.934) وهي قيمة دالة احصائية عند مستوى دلالة 0.01 مما يدل على وجود فروق في آراء الزوجات حول فترة قلة التفاعل بينها وبين زوجها؛ حيث جاء في الترتيب الأول بعد السنة العاشرة من الزواج بنسبة 32%، يليه في الترتيب قلة التفاعل بين الزوجين من من السنة الثانية وحتى السنة الخامسة من الزواج حيث جاء في الترتيب الثاني بنسبة 31%، ثم جاء الترتيب الثالث قلة التفاعل بين الزوجين من السنة الأولى أو الثانية بعد الزواج وهذا في الغالب لعدم التوافق الزواجي والإنسجام بينهم وذلك بنسبة 26%،

ويأتي في الترتيب الأخير قلة التفاعل بين الزوجين من السنة السادسة وحتى السنة العاشرة من الزواج حيث جاء في الترتيب الرابع بنسبة 11%؛ وهذا يختلف مع ما توصلت إليه نتيجة دراسة هاجر رمضان (2023) حيث أكدت نتائج دراستها أن قلة التفاعل بين الزوجين يكون بنسبة أعلى في الفترة (من 5 إلى 10 سنوات من الزواج)؛ وترى الباحثتان أن طول فترة الجلوس على الانترنت واستخدام وسائل التكنولوجيا الحديثة سبب رئيسي في انعدام الكفاءة بين الزوجين.

ثانياً: النتائج في ضوء فروض البحث:

النتائج في ضوء الفرض الأول: والذي ينص على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات الزوجات عينة البحث الأساسية في الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره الثلاثة (الصمت الزوجي، الصراع الزوجي، الطلاق العاطفي) والمجموع الكلي في ضوء إنتشار وسائل التواصل الإجتماعي وفقاً لمتغيرات الدراسة (مكان السكن، عمل الزوجة، فارق العمر بين الزوجين، مدة الحياة الزوجية، المستوى التعليمي للزوجين، متوسط الدخل الشهري للأسرة)".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم إجراء: اختبار (ت) T.Test للوقوف على دلالة الفروق بين متوسطي استجابات الزوجات عينة البحث الأساسية على مقياس وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره والمجموع الكلي تبعاً لمتغيرات (مكان السكن، عمل الزوجة). وتحليل التباين أحادي الإتجاه One Way Anova لإيجاد قيمة (ف) F. Test للوقوف على دلالة الفروق بين متوسطات إستجابات الزوجات عينة البحث تبعاً لمتغيرات (فارق العمر بين الزوجين، مدة الحياة الزوجية، مستوى تعليم الزوجين، الدخل الشهري للأسرة)، وإختبار (L.S.D) لإيجاد إتجاه دلالة الفروق في حالة وجودها. والجدول من (11) إلى (22) توضح ذلك:

1- مكان سكن الزوجة:

جدول (11) دلالة الفروق بين متوسطي درجات وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره والمجموع الكلي تبعاً لمتغير مكان السكن (ن=300)

المحاور	مكان السكن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العينة	الفروق بين المتوسطات	قيمة (ت)	الدلالة
المحور الأول: الصمت الزوجي	حضر	88.723	6.551	124	2.704	2.119	دال عند 0.05 لصالح الحضريات
	ريف	86.019	6.029	176			
المحور الثاني: الصراع الزوجي	حضر	82.365	5.261	124	0.374	0.812	0.661 غير دال
	ريف	81.991	4.873	176			
المحور الثالث: الطلاق العاطفي	حضر	82.357	5.005	124	16.215	14.183	دال عند 0.01 لصالح الحضريات
	ريف	66.142	4.716	176			
المجموع الكلي للمقياس	حضر	253.445	7.183	124	19.293	17.223	دال عند 0.01 لصالح الحضريات
	ريف	234.152	6.067	176			

يتضح من جدول (11) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوي دلالة (0.05) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية على مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الإجتماعي لمحور الصمت الزوجي وفقاً لمتغير مكان السكن لصالح الزوجات الحضريات؛ أي أن الزوجات عينة البحث الأساسية في الحضر لديهن وعي بطرق وأساليب التغلب على الصمت الزوجي أكثر من الزوجات في الريف؛ وتفسر الباحثتان ذلك بأن الزوجات في الحضر يكن أكثر فهماً لمتطلبات الحياة العائلية وما يتصل بها من حقوق وواجبات متبادلة بفضل الإنفتاح عن الريف؛ وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه نتيجة دراسة نبيل الجندي ومها أبو زنيد (2016)، ودراسة شرين فرحات وعبير عبد المنعم (2018)، حيث أثبتت نتائج دراستهم عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الزوجات عينة البحث لمحور الخرس الزوجي.

كما يتضح من الجدول عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الإجتماعي لمحور الصراع الزوجي وفقاً لمتغير مكان السكن؛ وتفسر الباحثتان ذلك بأن المشاكل الزوجية التي تصل إلى حد الصراع الزوجي لا علاقة لها بكون الزوجين في الحضر أو الريف فالصراع الزوجي نتيجة لتطور المشاكل وتراكمها وعدم العمل على حلها فتتراكم بداخل الفرد وتظهر في شكل صراع زوجي بغض النظر عن مكان السكن حضر أم ريف؛ وتختلف مع هذه الدراسة نسبياً مع دراسة مروة عبد الخالق (2014) حيث أظهرت النتائج عدم قدرة الزوجين على حماية زواجهم وأسرتهم من الإنهيار وعدم تحمل قدرة الأعباء وكان السبب في ذلك زيادة التحضر في المجتمع وايضاً الفضائيات ووسائل الإتصال الذي جعل الأزواج يقومون بمقارنة زوجاتهم بغيرهن من النساء مما أدى لغياب الحوار وكثرة الإهمال والتجاهل بين الزوجين الفتور والطلاق العاطفي.

كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوي دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الإجتماعي لمحور الطلاق العاطفي وفقاً لمتغير مكان السكن لصالح الزوجات الحضريات؛ وتفسر الباحثتان ذلك بأن الزوجات في الحضر يكنّ قدرات على حل الخلافات الزوجية التي تعكر صفو الحياة الأسرية ربما بالخرج والتنزه أو التغيير في نمط الحياة مما يقلل تعرضها للطلاق العاطفي بعكس الزوجات الريفيات اللاتي لا يجدن أماكن للتنزه كما في الحضر مما يزيد من روتين الحياة التي يصل إلى الطلاق العاطفي بين الزوجين؛ وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه نتيجة دراسة شرين فرحات وعبير عبد المنعم (2018)، حيث أثبتت نتائج دراستهم عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الزوجات عينة البحث في محور ضعف التواصل العاطفي.

وأخيراً يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوي دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الإجتماعي في المجموع الكلي وفقاً لمتغير مكان السكن لصالح الزوجات الحضريات؛ وتختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة شرين فرحات وعبير عبد المنعم (2018)، حيث أثبتت نتائج دراستهم عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الزوجات عينة البحث في الإغتراب الزوجي.

وترى الباحثتان أنه بغض النظر عن مكان السكن إلا أن انتشار وسائل التواصل الإجتماعي من الأسباب المهمة التي أدت إلى الإغتراب الزوجي بمحاوره الثلاثة (الصمت الزوجي، الصراع الزوجي، الطلاق العاطفي)، حيث ساعدت في تحقيق الإشباع التوجيهية والإجتماعية للأفراد كمشاركة الآخرين الأنشطة والإهتمامات وتبادل العلاقات إلى جانب الحصول على الثقافات مما ساهم بشكل كبير في الإغتراب بين الزوجين.

2- عمل الزوجة:

جدول (12) دلالة الفروق بين متوسطي درجات وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره والمجموع الكلي تبعاً لمتغير عمل الزوجة (ن=300)

المحاور	عمل الزوجة	المتوسط الحسابي	الإحتراف المعياري	العينة	الفروق بين المتوسطات	قيمة (ت)	الدلالة
المحور الأول: الصمت الزوجي	تعمل	97.153	6.153	116	24.514	21.129	دال عند 0.01 لصالح العاملات
	لا تعمل	72.639	6.008	184			
المحور الثاني: الصراع الزوجي	تعمل	92.248	5.736	116	17.084	16.278	دال عند 0.01 لصالح العاملات
	لا تعمل	75.164	3.621	184			
المحور الثالث: الطلاق العاطفي	تعمل	94.225	6.328	116	23.198	20.029	دال عند 0.01 لصالح العاملات
	لا تعمل	71.027	4.214	184			
المجموع الكلي للمقياس	تعمل	283.626	8.065	116	64.796	35.290	دال عند 0.01 لصالح العاملات
	لا تعمل	218.830	7.120	184			

يتضح من جدول (12) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوي دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الإجتماعي لمحور الصمت الزوجي وفقاً لمتغير عمل الزوجة لصالح الزوجات العاملات؛ أي أن الزوجات عينة البحث الأساسية العاملات لديهن وعي بطرق وأساليب التغلب على الصمت الزوجي أكثر من الزوجات غير العاملات؛ وتفسر الباحثتان هذه النتيجة بأنها نتيجة منطقيّة فخرج المرأة للعمل يجعلها أكثر تكلمًا وتحديثًا، كما يعطيها القدرة على فتح محادثات مع زوجها بالإضافة إلى روى ما حصل لها أثناء العمل طوال اليوم وأخذ رأيها بمواضيع تتعلق بعملها مما يبعد عنها الصمت الزوجي على عكس الزوجة غير العاملة والتي تبقى طوال اليوم في المنزل وبالتالي لا تجد ما تتحدث فيه مع زوجها مما يؤثر عليهما بالبعد يوم بعد الآخر إلى أن ينتهي عدم فتح الحوار بينهم إلى ظهور الصمت الزوجي بينهم وهذا ما يجعل الزوجات العاملات أكثر وعيًا بطرق وأساليب الصمت الزوجي وتتفق مع هذه الدراسة ما توصلت إليه نتيجة دراسة شرين فرحات وعبير عبد المنعم (2018) حيث أكدت نتائج دراستهم وجود فروق ذات دلالة احصائية لوجود الصمت الزوجي لدى الزوجات غير العاملات بصورة أكثر من العاملات؛ بينما تختلف مع دراسة محمد جامع (2010) حيث أكدت نتائج دراسته أن عمل المرأة لا يرتبط بسعادتها أو تعاستها الزوجية.

كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوي دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الإجتماعي لمحور الصراع الزوجي وفقاً لمتغير عمل الزوجة لصالح الزوجات العاملات؛ أي أن الزوجات عينة البحث الأساسية العاملات لديهن وعي بطرق وأساليب التغلب على الصراع الزوجي أكثر من الزوجات غير العاملات؛ وتفسر الباحثتان بأن الزوجة العاملة في الغالب يكون لديها كيان ذاتي خاص بها ونمط حياة مما يجعلها غير منكسرة قادرة على الإعتماد على نفسها مما يعزز لديها الثقة بالنفس كما أنها في الغالب تشارك بأموالها الخاصة في المنزل مما يجعل الزوج أكثر تقديرًا لها وبالتالي يقل الصراع الزوجي أكثر من غير العاملات.

كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوي دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الإجتماعي لمحور الطلاق العاطفي وفقاً لمتغير عمل الزوجة لصالح الزوجات العاملات؛ أي أن الزوجات عينة البحث الأساسية العاملات لديهن وعي بطرق وأساليب التغلب على الطلاق العاطفي أكثر من الزوجات غير العاملات؛ وتتفق مع هذه الدراسة ما توصلت إليه نتيجة دراسة شرين فرحات وعبير عبد المنعم (2018) حيث أكدت نتائج دراستهم وجود فروق ذات دلالة احصائية لمحور ضعف التواصل العاطفي لدى الزوجات غير العاملات بصورة أكثر من العاملات.

وأخيرًا يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوي دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الإجتماعي في المجموع الكلي وفقاً لمتغير عمل الزوجة لصالح الزوجات العاملات؛ أي أن الزوجات عينة البحث الأساسية العاملات لديهن وعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي أكثر من الزوجات غير العاملات؛ وتفسر الباحثتان بأن الزوجة العاملة؛ وتختلف مع دراسة روان شمالة (2016) والتي أكدت نتائج دراستها عدم وجود فروق في الاغتراب الزوجي لدى الزوجات تبعاً لمتغير عمل الزوجة.

وترى الباحثتان أن خروج المرأة للعمل ساهم بشكل كبير في زيادة ثقافتها من خلال زملائها في العمل وتبادل الحوار بينهما وعن مشاكلهم كما أدى أيضًا الى اكتسابها خبرة كبيرة عن وسائل التواصل الإجتماعي مما أدى إلى زيادة اهتمامها بالحوار مع زوجها وعدم اهماله.

3- فارق العمر بين الزوجين:

جدول (13) تحليل التباين للفروق بين متوسطات درجات وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاورة والمجموع الكلي تبعاً لمتغير فارق العمر بين الزوجين (ن=300)

الدالة	قيمة (ف)	درجات الحرية	متوسط المربعات	مجموع المربعات	فارق العمر بين الزوجين	المحاور
0.01 دال	26.626	2	4100.656	8201.313	بين المجموعات	المحور الأول: الصمت الزوجي
		297	154.012	45741.445	داخل المجموعات	
		299		53942.758	المجموع	
0.01 دال	36.615	2	4242.027	8484.054	بين المجموعات	المحور الثاني: الصراع الزوجي
		297	115.855	34408.875	داخل المجموعات	
		299		42892.929	المجموع	
0.01 دال	54.520	2	4400.704	8801.407	بين المجموعات	المحور الثالث: الطلاق العاطفي
		297	80.717	23972.935	داخل المجموعات	
		299		32774.342	المجموع	
0.01 دال	41.289	2	4291.987	8583.974	بين المجموعات	المجموع الكلي للمقياس
		297	103.950	30873.188	داخل المجموعات	
		299		39457.162	المجموع	

يتضح من جدول (13) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) في وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاورة (الصمت الزوجي، الصراع الزوجي، الطلاق العاطفي) والمجموع الكلي للمقياس تبعاً لمتغير فارق العمر بين الزوجين، وللتعرف على اتجاه دلالة الفروق، تم تطبيق اختبار L.S.D للمقارنات المتعددة كما يتضح من جدول (14).

جدول (14) اختبار (L.S.D) لتوضيح دلالة الفروق بين متوسطات درجات وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاورة والمجموع الكلي تبعاً لمتغير فارق العمر بين الزوجين (ن=300)

فارق العمر بين الزوجين	أقل من 5 سنوات	من 5 > 10 سنوات	من 10 سنوات فأكثر	المحور الأول: الصمت الزوجي
أقل من 5 سنوات	-	-	78.014 = م	المحور الأول: الصمت الزوجي
من 5 > 10 سنوات	**32.609	**0.178	-	
من 10 سنوات فأكثر	**32.787	-	-	
فارق العمر بين الزوجين	أقل من 5 سنوات	من 5 > 10 سنوات	من 10 سنوات فأكثر	المحور الثاني: الصراع الزوجي
أقل من 5 سنوات	-	-	84.623 = م	المحور الثاني: الصراع الزوجي
من 5 > 10 سنوات	**2.297	**13.325	-	
من 10 سنوات فأكثر	**15.622	-	-	
فارق العمر بين الزوجين	أقل من 5 سنوات	من 5 > 10 سنوات	من 10 سنوات فأكثر	المحور الثالث: الطلاق العاطفي
أقل من 5 سنوات	-	-	90.553 = م	المحور الثالث: الطلاق العاطفي
من 5 > 10 سنوات	**9.115	**9.279	-	
من 10 سنوات فأكثر	**18.394	-	-	
فارق العمر بين الزوجين	أقل من 5 سنوات	من 5 > 10 سنوات	من 10 سنوات فأكثر	المجموع الكلي للمقياس
أقل من 5 سنوات	-	-	253.190 = م	المجموع الكلي للمقياس
من 5 > 10 سنوات	**44.021	**22.782	-	
من 10 سنوات فأكثر	**66.803	-	-	

يتضح من جدول (14) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية على مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الاجتماعي لمحور الصمت الزوجي وفقاً لمتغير فارق العمر بين الزوجين لصالح فارق العمر من 10 سنوات فأكثر؛ أي أن الزوجات عينة البحث الأساسية اللاتي فارق العمر بينهما وبين أزواجهن من 10 سنوات فأكثر لديهن وعي بطرق وأساليب التغلب على الصمت الزوجي أكثر من الزوجات اللاتي فرق العمر بينهما وبين أزواجهن أقل من 5 سنوات ومن 5 سنوات إلى أقل من 10 سنوات؛ وترجع الباحثتان ذلك إلى

أن الأزواج الذي بينهم وبين زوجاتهم فارق عمر كبير يقومون بكثرة الحديث والإستماع لهن كنوع من أنواع التعويض عن فارق السن بينهم وهذا ما يجعل لغة حوار دائم بينهم.

كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الإجتماعي لمحور الصراع الزوجي وفقاً لمتغير فارق العمر بين الزوجين لصالح فارق العمر من 10 سنوات فأكثر؛ أي أن الزوجات عينة البحث الأساسية اللاتي فارق العمر بينهما وبين أزواجهن من 10 سنوات لديهن وعي بطرق وأساليب التغلب على الصراع الزوجي أكثر من الزوجات اللاتي فرق العمر بينهم وبين أزواجهن أقل من 5 سنوات ومن 5 سنوات إلى أقل من 10 سنوات؛ وترجع الباحثتان ذلك إلى أن الأزواج الذي بينهم وبين زوجاتهم فارق عمر كبير يقومون بمعاملتهن معاملة أكثر رفق ورقة كنوع من أنواع التعويض عن فارق السن بينهم، وهذا ما يجعل عدم صراع بين الزوجين.

كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الإجتماعي لمحور الطلاق العاطفي وفقاً لمتغير فارق العمر بين الزوجين لصالح فارق العمر من 10 سنوات فأكثر؛ أي أن الزوجات عينة البحث الأساسية اللاتي فارق العمر بينهما وبين أزواجهن من 10 سنوات لديهن وعي بطرق وأساليب التغلب على الطلاق العاطفي أكثر من الزوجات اللاتي فرق العمر بينهم وبين أزواجهن أقل من 5 سنوات ومن 5 سنوات إلى أقل من 10 سنوات؛ وترجع الباحثتان ذلك إلى أن الأزواج الذي بينهم وبين زوجاتهم فارق عمر كبير يقومون بمحاولة محو فرق السن بينهم فيقومون بتعويضهم بالخروج والنزهات كما أن الرجل الأكبر سناً يكون أكثر حكمة وفهماً من الزوج الصغير وبالتالي يساعد هذا في عدم وجود طلاق عاطفي بين الزوجين.

كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الإجتماعي في المجموع الكلي وفقاً لمتغير فارق العمر بين الزوجين لصالح فارق العمر من 10 سنوات فأكثر؛ أي أن الزوجات عينة البحث الأساسية اللاتي فارق العمر بينهما وبين أزواجهن من 10 سنوات لديهن وعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي ككل أكثر من الزوجات اللاتي فرق العمر بينهم وبين أزواجهن أقل من 5 سنوات ومن 5 سنوات إلى أقل من 10 سنوات؛ وترى الباحثتان أنه عندما يكون الزوج أكبر من الزوجة في السن يقوم بالإهتمام بها وتلبية احتياجاتها أكثر ليعوضها فارق السن بينهما، كما يقوم بمحاولة التقارب من سنها ومستوى تفكيرها لتقليل الفجوة بينهما مما يؤدي إلى زيادة الوقت الذي يقضيه مع زوجته مما يؤثر بالإيجاب على العلاقة الزوجية بينهما وزيادة الترابط بسبب اهتمامه بها مما يؤدي إلى تقليل الإغتراب الزوجي بينهما بمحاورة الثلاثة (الصمت الزوجي، الصراع الزوجي، الطلاق العاطفي).

4- مدة الحياة الزوجية:

جدول (15) تحليل التباين للفروق بين متوسطات درجات وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاورة والمجموع الكلي تبعاً لمتغير مدة الحياة الزوجية (ن=300)

المحاور	مدة الحياة الزوجية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجات الحرية	قيمة (ف)	الدلالة
المحور الأول: الصمت الزوجي	بين المجموعات	12485.980	6242.990	2	30.341	0.01 دال
	داخل المجموعات	61111.249	205.762	297		
	المجموع	73597.229		299		
المحور الثاني: الصراع الزوجي	بين المجموعات	12351.701	6175.850	2	27.963	0.01 دال
	داخل المجموعات	65594.167	220.856	297		
	المجموع	77945.868		299		
المحور الثالث: الطلاق العاطفي	بين المجموعات	12621.277	6310.638	2	33.004	0.01 دال
	داخل المجموعات	56788.774	191.208	297		
	المجموع	69410.051		299		
المجموع الكلي للمقياس	بين المجموعات	12486.319	6243.159	2	30.436	0.01 دال
	داخل المجموعات	61164.73	205.942	297		
	المجموع	73651.049		299		

يتضح من جدول (15) وجود ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.01) في وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاورة (الصمت الزوجي، الصراع الزوجي، الطلاق العاطفي) والمجموع الكلي للمقياس تبعاً لمتغير مدة الحياة الزوجية، وللتعرف على اتجاه دلالة الفروق، تم تطبيق اختبار L.S.D للمقارنات المتعددة كما يتضح من جدول (16).

جدول (16) اختبار (L.S.D) لتوضيح دلالة الفروق بين متوسطات درجات وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاورة والمجموع الكلي تبعاً لمتغير مدة الحياة الزوجية (ن=300)

المحور الأول: الصمت الزوجي	مدة الحياة الزوجية	أقل من 10 سنوات	من 10 > 15 سنة	من 15 سنة فأكثر
	أقل من 10 سنوات	-		
	من 10 > 15 سنة	*2.301	-	
	من 15 سنة فأكثر	**22.861	**20.560	-
المحور الثاني: الصراع الزوجي	مدة الحياة الزوجية	أقل من 10 سنوات	من 10 > 15 سنة	من 15 سنة فأكثر
	أقل من 10 سنوات	-		
	من 10 > 15 سنة	**16.308	-	
	من 15 سنة فأكثر	**16.621	*2.346	-
المحور الثالث: الطلاق العاطفي	مدة الحياة الزوجية	أقل من 10 سنوات	من 10 > 15 سنة	من 15 سنة فأكثر
	أقل من 10 سنوات	-		
	من 10 > 15 سنة	**10.955	-	
	من 15 سنة فأكثر	**13.301	**2.346	-
المجموع الكلي للمقياس	مدة الحياة الزوجية	أقل من 10 سنوات	من 10 > 15 سنة	من 15 سنة فأكثر
	أقل من 10 سنوات	-		
	من 10 > 15 سنة	**29.564	-	
	من 15 سنة فأكثر	**52.783	**25.252	-

يتضح من جدول (16) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية على مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الاجتماعي لمحور الصمت الزوجي وفقاً لمتغير مدة الحياة الزوجية لصالح مدة الحياة الزوجية التي كانت أقل من 10 سنوات؛ أي أن الزوجات عينة البحث الأساسية اللاتي كانت مدة زواجهن أقل من 10 سنوات لديهن وعي بطرق وأساليب التغلب على الصمت الزوجي أكثر من الزوجات اللاتي مدة زواجهن من 10 > 15 سنة، ومن 15 سنة فأكثر؛ وترجع الباحثتان ذلك إلى أن الأزواج والزوجات في المراحل الأولى من الزواج يكون المنزل مشبعاً بالحب والتقارب الشديد وكل منهما يعمل على إرضاء الطرف الآخر ومع مرور الوقت تسير الحياة بعدها على نمط من الروتين والنمطية؛ وتتفق مع هذه الدراسة ما توصلت إليه نتيجة دراسة كل من شرين فرحات وعبير عبد المنعم (2018)، إيمان الرفاعي (2019)، وفاء محمد (2021) حيث أكدت نتائج دراستها أنه كلما زادت مدة الزواج زاد الصمت الزوجي، ودراسة نهى أبو سليم وآية مصطفى (2022) حيث أكدت نتائج دراستهم وجود فروق في الخرس الزوجي لصالح مدة الزواج من 20 سنة فأكثر أي أنه كلما زادت مدة الزواج زاد الخرس الزوجي بين الزوجين؛ ودراسة نجلاء منجود (2023) والتي أثبتت جود خرس زوجي تبعاً لمدة الزواج لصالح مدة الزواج من 10 سنوات فأكثر، وتختلف مع أحمد الكندري (2012) حيث ذكر أنه قد تحدث خلافات ومشاكل بين الزوجين في بعد مراحل الحياة الزوجية ولكن هذا أمر طبيعي لا يشكل خطراً أو تهديداً على الحياة الزوجية ولا تصل إلي مشكلة خرس أو صمت زوجي ويمكن تأثير مدة الزواج قد يكون على كيفية العلاقة بين الزوجين تبعاً للمسئوليات والضغوطات الزوجية فقط وليس على قوة العلاقة بين الزوجين ومستوى الحب والوفاق بينهما، كما تختلف أيضاً مع دراسة نبيل الجندي ومها أبو زنيد (2016)، ودراسة مي خفاجة (2021)، ودراسة هند الحرتاني وأسامة المزيني (2022) حيث أظهرت نتائج دراستها عدم وجود فروق في درجات الصمت الزوجي تعزى لمتغير مدة الحياة الزوجية.

كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية على مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الاجتماعي لمحور الصراع الزوجي وفقاً لمتغير مدة الحياة الزوجية لصالح مدة الحياة الزوجية التي كانت أقل من 10 سنوات؛ أي أن الزوجات عينة البحث الأساسية اللاتي كانت مدة زواجهن أقل من

10 سنوات لديهن وعي بطرق وأساليب التغلب على الصراع الزوجي أكثر من الزوجات اللاتي مدة زواجهن من $10 > 15$ سنة، ومن 15 سنة فأكثر؛ وترجع الباحثتان ذلك إلى أن الحياة الزوجية تمر بمجموعة من المراحل تتفاوت في أعبائها ومسئولياتها الخاصة حيث ينمو أفرادها ويتغيرون بطرق مختلفة طبقاً للمؤثرات، ومع تراكم المشكلات الأسرية مع عدم العمل على حلها مع مرور الوقت تتحول إلى صراعات من أتفه وأقل الأمور بعكس البدايات التي لا يوجد بها مسؤوليات كثيرة مع توافر الصحة الجسدية للزوجين فالحياة تكون وريدية ولكن مع مرور الوقت تظهر الأعباء التي تساعد على وجود الصراعات الزوجية ويتفق مع هذه الدراسة أحمد الكندري (2012) حيث أكد أن مظاهر الاختلاف التي تظهر بين الزوجين في بعض مراحل الزواج أمر طبيعي لا يخلو منه حياة زوجية نظراً للأعباء والمسؤوليات لكل مرحلة، وتختلف مع دراسة سميرة العبدلي (2019) حيث أثبتت نتائج دراستها أن الأزواج اللذين تتراوح مدة زواجهم أقل من 5 سنوات يميلون لإتباع الإستراتيجيات السلبية في إدارة الصراع معللة ذلك لقلة الخبرة والدراية بأهمية التعاون والنقاش ووضع الحلول الجذرية للصراع لتجنب حدوثه في المستقبل، كما يفنقرون سيابة ارضاء الطرف الآخر أو التنازل، كما أكدت نتائجها على أن الأزواج الذين كانت مدة زواجهم أكثر من 15 سنة كانوا أكثر اتباعاً لحل الصراعات الزوجية معللة ذلك بأن طول مدة الزواج تمنح كل من الزوجين فرصة التعرف على الخصال الإيجابية لكل منهما ومحاولة الاسفاده منها في حل الصراعات المختلفة التي تواجههم.

كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الإجتماعي لمحور الطلاق العاطفي وفقاً لمتغير مدة الحياة الزوجية لصالح مدة الحياة الزوجية التي كانت أقل من 10 سنوات؛ أي أن الزوجات عينة البحث الأساسية اللاتي كانت مدة زواجهن أقل من 10 سنوات لديهن وعي بطرق وأساليب التغلب علي الطلاق العاطفي أكثر من الزوجات اللاتي مدة زواجهن من $10 > 15$ سنة، ومن 15 سنة فأكثر؛ وتتفق مع هذه الدراسة ما توصلت إليه نتيجة دراسة شرين فرحات وعبير عبد المنعم (2018) حيث أكدت نتائج دراستها أنه كلما زادت مدة الزواج كلما قل التفاعل العاطفي بين الزوجين ، كما تتفق مع دراسة عبير الصبان وآخرون (2020) حيث أكدت نتائج دراستها أنه كلما زاد مدة الزواج عن 10 سنوات زاد الطلاق العاطفي بينهم؛ وتختلف مع هذه الدراسة دراسة نهاد المقابلة (2017) حيث أكدت نتائج دراستها عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في الطلاق العاطفي تعزى لمتغير مدة الزواج.

وأخيراً يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الإجتماعي في المجموع الكلي للمقياس وفقاً لمتغير مدة الحياة الزوجية لصالح مدة الحياة الزوجية التي كانت أقل من 10 سنوات؛ أي أن الزوجات عينة البحث الأساسية اللاتي كانت مدة زواجهن أقل من 10 سنوات لديهن وعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي ككل أكثر من الزوجات اللاتي مدة زواجهن من $10 > 15$ سنة، ومن 15 سنة فأكثر؛ وترجع الباحثتان ذلك إلى أن كلما زادت مدة الزواج زاد روتين الحياة مما أدى إلى ظهور الإغتراب الزوجي في الحياة الزوجية؛ وتتفق مع هذه النتيجة نتيجة دراسة كلا من سعد العبدلي (2009) والذي أكد أن الإغتراب الزوجي يزيد بمرور الوقت مع الزوجين، ودراسة أزهار سمكري (2016) والتي أكدت نتائج دراستها أن الحب يفتر بمرور السنين وتتوارى الرومانسية ويحل الملل على العلاقة الحميمة كما تتضاءل الإهتمامات المشتركة بين الزوجين وتظهر الخلافات من خلال ظروف وضغوط الحياة التي تؤثر على جو الود والتقارب بين الزوجين، ودراسة شرين فرحات وعبير عبد المنعم (2018) حيث أكدت نتائج دراستها أنه كلما زادت مدة الزواج كلما زاد الإغتراب الزوجي؛ ودراسة عمر الشواشرة وهبة عبد الرحمن (2018) حيث أكدت نتائج دراستهم وجود علاقة ارتباطية بين الطلاق العاطفي ومدة الزواج؛ وتختلف مع هذه الدراسة دراسة كل من أحمد الكندري (2012) حيث أشارت نتائج دراسته أن الإغتراب الزوجي يقل كلما زادت مدة الحياة الزوجية؛ كما اختلف أيضاً مع ما توصلت إليه دراسة كل من عماد عبد الرازق ونهى الراجح (2016)، ودراسة روان شمالة (2016) حيث أكدت نتائج دراستهم عدم وجود فروق دالة احصائية في الإغتراب الزوجي تبعاً لمدة الحياة الزوجية.

وترى الباحثتان أنه مع طول فترة الزواج مع كثرة الضغوط والمشاكل الأسرية وانغماس كل من الزوجين في الأعباء والمشاكل اليومية والمشاكل في العمل أدى إلى غياب الحوار بينهما وساعد انتشار وسائل التواصل الإجتماعي على زيادة الإغتراب الزوجي حيث يتجه الزوج إليها للتخلص من العزلة وإحساسه بالملل والضيق والفتور العاطفي، حتى أصبحت هذه الوسائل المنفذ الوحيد للزوج حتى أصبحت لديه كعادة لا يمكنه الإبتعاد عنه فلا يجلس مع أسرته إلا ويكون مشغول بها حتى أصبح بين كثير من الأزواج اغتراب زوجي حيث يشعر بالغرابة وهو جالس مع زوجه لغياب لغة الحوار بينهما.

المستوى التعليمي للزوجين:

أولاً: المستوى التعليمي للزوج:

جدول (17) تحليل التباين للفروق بين متوسطات درجات وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره والمجموع الكلي تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للزوج (ن=300)

الدلالة	قيمة (ف)	درجات الحرية	متوسط المربعات	مجموع المربعات	المستوى التعليمي للزوج	المحاور
0.01 دال	44.727	2	4324.243	8648.486	بين المجموعات	المحور الأول: الصمت الزوجي
		297	96.681	28714.396	داخل المجموعات	
		299		37362.882	المجموع	
0.01 دال	57.553	2	4420.781	8841.562	بين المجموعات	المحور الثاني: الصراع الزوجي
		297	76.812	22813.224	داخل المجموعات	
		299		31654.786	المجموع	
0.01 دال	44.727	2	4227.639	8455.278	بين المجموعات	المحور الثالث: الطلاق العاطفي
		297	119.432	35471.309	داخل المجموعات	
		299		43926.587	المجموع	
0.01 دال	56.595	2	4414.595	8829.189	بين المجموعات	المجموع الكلي للمقياس
		297	78.003	23166.846	داخل المجموعات	
		299		31996.035	المجموع	

يتضح من جدول (17) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.01) في وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره (الصمت الزوجي، الصراع الزوجي، الطلاق العاطفي) والمجموع الكلي للمقياس تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للزوج، وللتعرف على اتجاه دلالة الفروق، تم تطبيق اختبار L.S.D للمقارنات المتعددة كما يتضح من جدول (18).

جدول (18) اختبار (L.S.D) لتوضيح دلالة الفروق بين متوسطات درجات وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره والمجموع الكلي تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للزوج (ن=300)

عالي	متوسط	منخفض	المستوى التعليمي للزوج	المحور الأول: الصمت الزوجي
م = 91.146	م = 72.259	م = 60.035	المستوى التعليمي للزوج	المحور الأول: الصمت الزوجي
-	-	-	منخفض	المحور الثاني: الصراع الزوجي
-	**18.887	**31.111	متوسط	المحور الثالث: الطلاق العاطفي
-	**15.922	**37.823	عالي	المجموع الكلي للمقياس
عالي	متوسط	منخفض	المستوى التعليمي للزوج	المحور الأول: الصمت الزوجي
م = 79.251	م = 63.329	م = 41.428	المستوى التعليمي للزوج	المحور الثاني: الصراع الزوجي
-	-	-	منخفض	المحور الثالث: الطلاق العاطفي
-	**21.901	**27.281	متوسط	المجموع الكلي للمقياس
-	**15.922	**37.823	عالي	المحور الأول: الصمت الزوجي
عالي	متوسط	منخفض	المستوى التعليمي للزوج	المحور الثاني: الصراع الزوجي
م = 76.283	م = 51.157	م = 49.002	المستوى التعليمي للزوج	المحور الثالث: الطلاق العاطفي
-	-	-	منخفض	المجموع الكلي للمقياس
-	**2.155	**36.280	متوسط	المحور الأول: الصمت الزوجي
-	**25.126	**27.281	عالي	المحور الثاني: الصراع الزوجي
عالي	متوسط	منخفض	المستوى التعليمي للزوج	المحور الثالث: الطلاق العاطفي
م = 246.680	م = 186.745	م = 150.465	المستوى التعليمي للزوج	المجموع الكلي للمقياس
-	-	-	منخفض	المحور الأول: الصمت الزوجي
-	**59.935	**96.215	متوسط	المحور الثاني: الصراع الزوجي
-	**25.126	**27.281	عالي	المحور الثالث: الطلاق العاطفي

يتضح من جدول (18) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الاجتماعي لمحور الصمت الزوجي وفقاً لمتغير المستوى التعليمي للزوج لصالح المستوى التعليمي العالي للزوج؛ أي أنه كلما زاد مستوى تعليم الزوج قل الصمت الزوجي بين الزوجين والعكس؛ وترجع الباحثتان ذلك إلى أن الزوجات، وتختلف مع هذه الدراسة دراسة نبيل الجندي ومها أبو زنيد (2016) حيث أكدت نتائج دراستهم عدم وجود فروق في الصمت الزوجي وفقاً للمستوى التعليمي

كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الاجتماعي لمحور الصراع الزوجي وفقاً لمتغير المستوى التعليمي للزوج لصالح المستوى التعليمي العالي للزوج؛ أي أنه كلما زاد مستوى تعليم الزوج قل الصراع الزوجي بين الزوجين والعكس؛ وترجع الباحثتان ذلك إلى أن الزوجات؛ وتتفق مع هذه الدراسة ما توصلت إليه نتيجة دراسة سميرة العبدلي (2019) حيث أكدت نتائج دراستها أن استراتيجيات إدارة الصراع السلبي لأزواج المستوى التعليمي المنخفض كانت أكثر من أزواج المستوى التعليمي العالي.

كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الاجتماعي لمحور الطلاق العاطفي وفقاً لمتغير المستوى التعليمي للزوج لصالح المستوى التعليمي العالي للزوج؛ أي أنه كلما زاد مستوى تعليم الزوج قل الطلاق العاطفي بين الزوجين والعكس؛ وترجع الباحثتان ذلك إلى أن الزوجات ذوات المستوى التعليمي العالي يكن أكثر وعياً وثقافة عن زوجات المستوى التعليمي المنخفض، وتتفق مع هذه الدراسة ما توصلت إليه نتيجة دراسة عمر الشواشرة وهبة عبد الرحمن (2018)، وتختلف مع هذه النتيجة نتيجة دراسة عبير الصبان وآخرون (2020) حيث أثبتت نتائج دراستها عدم وجود فروق في الطلاق العاطفي تبعاً لمتغير مستوى التعليم.

وأخيراً يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الاجتماعي في المجموع الكلي وفقاً لمتغير المستوى التعليمي للزوج لصالح المستوى التعليمي العالي للزوج؛ أي أنه كلما زاد مستوى تعليم الزوج قل الإغتراب بين الزوجين والعكس؛ وترجع الباحثتان ذلك إلى أن الزوجات، وتختلف مع هذه الدراسة دراسة كل من روان شمالة (2016)، ودراسة جوفة الصوافي وآخرون (2021) حيث أكدت نتائج دراستهم عدم وجود فروق دالة إحصائية وفقاً لمستوى تعليم الزوجة.

ثانياً: المستوى التعليمي للزوجة:

جدول (19) تحليل التباين للفروق بين متوسطات درجات وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره والمجموع الكلي تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للزوجة (ن=300)

الدالة	قيمة (ف)	درجات الحرية	متوسط المربعات	مجموع المربعات	المستوى التعليمي للزوج	المحاور
0.01 دال	34.012	2	4149.067	8298.134	بين المجموعات	المحور الأول: الصمت الزوجي
		297	121.987	36230.244	داخل المجموعات	
		299		44528.378	المجموع	
0.01 دال	42.533	2	4304.057	8608.115	بين المجموعات	المحور الثاني: الصراع الزوجي
		297	101.192	30054.124	داخل المجموعات	
		299		38662.239	المجموع	
0.01 دال	46.477	2	4339.439	8678.877	بين المجموعات	المحور الثالث: الطلاق العاطفي
		297	93.368	27730.417	داخل المجموعات	
		299		36409.294	المجموع	
0.01 دال	48.323	2	4354.682	8709.365	بين المجموعات	المجموع الكلي للمقياس
		297	90.115	26764.281	داخل المجموعات	
		299		35473.646	المجموع	

يتضح من جدول (19) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.01) في وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاورة (الصمت الزوجي، الصراع الزوجي، الطلاق العاطفي) والمجموع الكلي للمقياس تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للزوجة، وللتعرف على اتجاه دلالة الفروق، تم تطبيق اختبار L.S.D للمقارنات المتعددة كما يتضح من جدول (20).

جدول (20) اختبار (L.S.D) لتوضيح دلالة الفروق بين متوسطات درجات وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاورة والمجموع الكلي تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للزوجة (ن=300)

عالي م = 95.442	متوسط م = 70.834	منخفض م = 68.001	المستوى التعليمي للزوجة	
			منخفض	المحور الأول: الصمت الزوجي
		**2.833	متوسط	
	**24.608	**27.441	عالي	
عالي م = 90.112	متوسط م = 66.836	منخفض م = 51.248	المستوى التعليمي للزوجة	المحور الثاني: الصراع الزوجي
			منخفض	
		**15.588	متوسط	
	**23.276	**38.864	عالي	
عالي م = 83.359	متوسط م = 74.103	منخفض م = 58.153	المستوى التعليمي للزوجة	المحور الثالث: الطلاق العاطفي
			منخفض	
		**15.950	متوسط	
	**9.256	**25.206	عالي	
عالي م = 268.913	متوسط م = 211.773	منخفض م = 177.402	المستوى التعليمي للزوجة	المجموع الكلي للمقياس
			منخفض	
		**34.371	متوسط	
	**57.140	**91.511	عالي	

يتضح من جدول (20) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الاجتماعي لمحور الصمت الزوجي وفقاً لمتغير المستوى التعليمي للزوجة لصالح المستوى التعليمي العالي للزوجة؛ أي أنه كلما زاد مستوى تعليم الزوجة قل الصمت الزوجي بين الزوجين والعكس؛ وترجع الباحثتان ذلك إلى أن المستوى التعليمي العالي للزوجة يفتح آفاقها ويجعلها أكثر وعياً وثقافة مما يساعد على عدم انخراطها في الصمت الزوجي وخلق روح من التفاهم واستمرارية العلاقة الزوجية والتماسك الأسري؛ وتتفق مع هذه الدراسة ما توصلت إليه نتيجة دراسة شرين فرحات وعبير عبد المنعم (2018) حيث أكدت نتائج دراستها أنه كلما قل المستوى التعليمي للزوجة زاد الصمت الزوجي؛ وتختلف مع هذه الدراسة دراسة نيبيل الجندي ومها أبو زنيد (2016) حيث أكدت نتائج دراستهم عدم وجود فروق في الصمت الزوجي وفقاً للمستوى التعليمي.

كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الاجتماعي لمحور الصراع الزوجي وفقاً لمتغير المستوى التعليمي للزوجة لصالح المستوى التعليمي العالي للزوجة؛ أي أنه كلما زاد مستوى تعليم الزوجة قل الصراع بين الزوجين والعكس؛ وترجع الباحثتان ذلك إلى أن الزوجات ذوات التعليم العالي في الغالب يكن أكثر مرونة مع أوضاع الحياة المختلفة كما يسهم المستوى التعليمي العالي في الحصول علي وظائف أرقى تساعد علي ظروف معيشية أفضل وتوفير حياة عائلية أكثر استقراراً مما بشأنه يقلل الصراع الزوجي؛ وتتفق مع هذه الدراسة ما توصلت إليه نتيجة دراسة سميرة العبدلي (2019) حيث أكدت نتائج دراستها أن استراتيجيات إدارة الصراع السلبي لزوجات المستوى التعليمي المنخفض كانت أكثر من زوجات المستوى التعليمي العالي.

كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الاجتماعي لمحور الطلاق العاطفي وفقاً لمتغير المستوى التعليمي للزوجة لصالح المستوى التعليمي العالي للزوجة؛ أي أنه كلما زاد مستوى تعليم الزوجة قل الطلاق العاطفي بين الزوجين والعكس؛ وتتفق مع هذه الدراسة ما توصلت إليه نتيجة دراسة شرين فرحات وعبير عبد المنعم (2018) حيث أكدت نتائج دراستها أنه كلما قل المستوى التعليمي للزوجة زاد قلة التفاعل بين الزوجين، وتتفق أيضاً مع دراسة عمر الشواشرة وهبة عبد الرحمن (2018) حيث أكدت نتائج دراستها وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاق العاطفي والمستوى التعليمي لصالح حملة الماجستير والبيكالوريوس فأعلى، وتختلف مع هذه النتيجة نتيجة دراسة عبير الصبان وآخرون (2020) حيث أثبتت نتائج دراستها عدم وجود فروق في الطلاق العاطفي تبعاً لمتغير مستوى التعليم.

وأخيراً يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الاجتماعي في المجموع الكلي للمقياس وفقاً لمتغير المستوى التعليمي للزوجة لصالح المستوى التعليمي العالي للزوجة؛ أي أنه كلما زاد مستوى تعليم الزوجة قل الإغتراب بين الزوجين والعكس؛ وترجع الباحثتان ذلك إلى أن الزوجات ذوات المستوى التعليمي العالي يكن أكثر نضجاً ووعياً وثقافة بالطرق والأساليب التي تقلل من الإغتراب الزوجي نظراً لإرتفاع ثقافتهن، وتتفق مع هذه الدراسة ما توصلت إليه نتيجة دراسة شرين فرحات وعبير عبد المنعم (2018) حيث أكدت نتائج دراستها أنه كلما قل المستوى التعليمي للزوجة زاد الإغتراب الزوجي بين الزوجين؛ وتختلف مع هذه الدراسة دراسة كل من سهام هلال (2012)، روان شمالة (2016)، دراسة عماد عبد الرازق ونهي الراجح (2016) ودراسة جوفة الصوافي وآخرون (2021) حيث أكدت نتائج دراستهم عدم وجود فروق دالة إحصائية وفقاً لمستوى تعليم الزوجة.

وترى الباحثتان ان مستوى تعليم الزوجين من العوامل الهامة في نجاح كل شئ في الحياة وأولها الحياة الزوجية، فمستوى تعليم الفرد يساعد على ايجابيته في الحوار وبالتالي حدوث توافق زوجي من شأنه منع أو تقليل الإغتراب الزوجي بمحاورة الثلاثة، حيث يساعد ارتفاع المستوى التعليمي على زيادة وعي كل من الزوجين بكسر روتين الحياة والعمل على تجديد العلاقة الزوجية والبعد عن المشكلات، كما يجعلهم أكثر قدرة على تحديد المشكلة وأسبابها واختيار الأسلوب الأمثل لمواجهة المشاكل وصعوبات الحياة مع إيجاد الحل الأمثل الذي يرضى كل منهما.

5- متغير متوسط الدخل الشهري للأسرة:

جدول (21) تحليل التباين للفروق بين متوسطات درجات وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاورة والمجموع الكلي تبعاً لمتغير متوسط الدخل الشهري للأسرة (ن=300)

المحاور	متوسط الدخل الشهري للأسرة	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجات الحرية	قيمة (ف)	الدلالة
المحور الأول: الصمت الزوجي	بين المجموعات	8245.717	4122.859	2	31.996	0.01 دال
	داخل المجموعات	38269.857	128.855	297		
	المجموع	46515.574		299		
المحور الثاني: الصراع الزوجي	بين المجموعات	8339.118	4169.559	2	30.985	0.01 دال
	داخل المجموعات	39966.268	134.567	297		
	المجموع	48305.386		299		
المحور الثالث: الطلاق العاطفي	بين المجموعات	8760.392	4380.196	2	51.637	0.01 دال
	داخل المجموعات	25193.707	84.827	297		
	المجموع	33954.099		299		
المجموع الكلي للمقياس	بين المجموعات	8791.137	4395.569	2	53.779	0.01 دال
	داخل المجموعات	24275.154	81.735	297		
	المجموع	33066.291		299		

يتضح من جدول (21) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.01) في وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاورة (الصمت الزوجي، الصراع الزوجي، الطلاق العاطفي) والمجموع الكلي للمقياس تبعاً لمتغير متوسط الدخل الشهري للأسرة، وللتعرف على اتجاه دلالة الفروق، تم تطبيق اختبار L.S.D للمقارنات المتعددة كما يتضح من جدول (22).

جدول (22) اختبار (L.S.D) لتوضيح دلالة الفروق بين متوسطات درجات وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاورة والمجموع الكلي تبعاً لمتغير متوسط الدخل الشهري للأسرة (ن=300)

مرتفع	متوسط	منخفض	متوسط الدخل الشهري للأسرة	المحور الأول: الصمت الزوجي
م = 88.881	م = 75.109	م = 73.007	منخفض	
-	-	-	متوسط	
-	**13.772	**15.874	مرتفع	
مرتفع	متوسط	منخفض	متوسط الدخل الشهري للأسرة	المحور الثاني: الصراع الزوجي
م = 73.369	م = 61.128	م = 59.027	منخفض	
-	-	-	متوسط	
-	**12.241	**14.342	مرتفع	
مرتفع	متوسط	منخفض	متوسط الدخل الشهري للأسرة	المحور الثالث: الطلاق العاطفي
م = 88.36	م = 71.196	م = 40.573	منخفض	
-	-	-	متوسط	
-	**17.769	**47.792	مرتفع	
مرتفع	متوسط	منخفض	متوسط الدخل الشهري للأسرة	المجموع الكلي للمقياس
م = 250.61	م = 207.43	م = 172.607	منخفض	
-	-	-	متوسط	
-	**43.182	**78.008	مرتفع	

يتضح من جدول (22) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية على مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الاجتماعي لمحور الصمت الزوجي وفقاً لمتغير متوسط الدخل الشهري للأسرة لصالح متوسط الدخل الشهري المرتفع؛ أي أنه كلما زاد متوسط الدخل الشهري للأسرة قل الصمت الزوجي بين الزوجين والعكس؛ وترجع الباحثتان ذلك إلى أن الخلافات الزوجية موجودة في كل منزل إلا أنها قد تختلف في حدتها وطبيعتها إلا أن زيادة مستوى الدخل الشهري للأسرة يقلل من حدة هذه الخلافات؛ أي أنه كلما زاد المستوى الدخل الشهري للأسرة كلما زاد الحصول على الاحتياجات المعيشية وساهم ذلك على قلة الخلافات الزوجية حيث أن معظم الخلافات الزوجية يكون السبب الرئيسي فيها هو الحالة الاقتصادية؛ وتتفق مع هذه الدراسة ما توصلت إليه نتيجة دراسة شرين فرحات وعبير عبد المنعم (2018)، أيمن الرفاعي (2019)، نجلاء منجود (2023)؛ وتختلف مع هذه الدراسة دراسة كل من هند الحرتاني وأسامة المزيني (2022)، نهي أبو سليم وآية مصطفى (2022) حيث أكدت نتائج دراستهم عدم وجود فروق دالة إحصائية تعزى لمتغير الدخل الشهري.

كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية على مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الاجتماعي لمحور الصراع الزوجي وفقاً لمتغير متوسط الدخل الشهري للأسرة لصالح متوسط الدخل الشهري المرتفع؛ أي أنه كلما زاد متوسط الدخل الشهري للأسرة قل الصراع الزوجي بين الزوجين والعكس؛ وترجع الباحثتان ذلك إلى أن معظم المشكلات بين الزوجين تنشأ بسبب مشاكل اقتصادية في الأسرة ولكن عندما يتوافر المال فإنه يمكن بها القضاء على كثير من المشاكل التي تحدث بين الزوجين.

كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب علي الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الاجتماعي لمحور الطلاق العاطفي وفقاً لمتغير متوسط الدخل الشهري للأسرة لصالح متوسط الدخل الشهري المرتفع؛ أي أنه كلما زاد متوسط الدخل الشهري للأسرة قل الطلاق العاطفي بين الزوجين والعكس؛ وترجع الباحثتان ذلك إلي ان ارتفاع مستوى الأسرة الشهري يقلل من الأعباء الأسرية والتي تقلل من المشكلات الزوجية التي ينشأ عن كثرتها فتور عاطفي ثم طلاق عاطفي أو فعلي، وتتفق مع هذه الدراسة ما توصلت إليه نتيجة دراسة كل من عفراء العبيدي (2015) دراسة شرين فرحات وعبير عبد المنعم (2018)؛ وتختلف مع هذه الدراسة دراسة عبير الصبان وآخرون (2020) حيث أكدت نتائج دراستها عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الطلاق العاطفي وفقاً للحالة الاقتصادية للأسرة معللين ذلك بأن الزوجة التي تشعر بالاستقرار والعاطفة من الزوج تتكيف على الأوضاع الاقتصادية المختلفة من أجل استقرار حياتها الزوجية والحفاظ على كيان أسرتها.

كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب علي الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الاجتماعي في المجموع الكلي للمقياس وفقاً لمتغير متوسط الدخل الشهري للأسرة لصالح متوسط الدخل الشهري المرتفع؛ أي أنه كلما زاد متوسط الدخل الشهري للأسرة قل الإغتراب بين الزوجين والعكس؛ وترجع الباحثتان ذلك إلي أن معظم المشاكل الأسرية تكون في المقام الأول مشاكل اقتصادية وتتفق مع هذه الدراسة ما توصلت إليه نتيجة دراسة كل من قدور نوبيات (2012)، شرين فرحات وعبير عبد المنعم (2018). وبذلك يكون قد تحقق صحة الفرض الأول جزئياً.

ملخص نتائج الفرض الأول:

- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05، 0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب علي الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الاجتماعي لمحور الصمت الزوجي لصالح الزوجات الحضريات، والعاملات، ولصالح فارق العمر بين الزوجين من 10 سنوات فأكثر، ومدة الحياة الزوجية التي كانت أقل من 10 سنوات، ولصالح المستوى التعليمي العالي للزوجين، والدخل الشهري المرتفع.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب علي الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الاجتماعي لمحور الصراع الزوجي وفقاً لمكان السكن، ووجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) بين الزوجات لصالح الزوجات العاملات، ولصالح فارق العمر بين الزوجين من 10 سنوات فأكثر، ومدة الحياة الزوجية التي كانت أقل من 10 سنوات ولصالح المستوى التعليمي العالي للزوجين، والدخل الشهري المرتفع.
- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب علي الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الاجتماعي لمحور الطلاق العاطفي لصالح الحضريات، ولصالح الزوجات الحضريات، ولصالح فارق العمر بين الزوجين من 10 سنوات فأكثر، ومدة الحياة الزوجية التي كانت أقل من 10 سنوات ولصالح المستوى التعليمي العالي للزوجين، والدخل الشهري المرتفع.
- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب علي الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الاجتماعي في المجموع الكلي لصالح الزوجات الحضريات، ولصالح الزوجات العاملات، وفارق العمر بين الزوجين من 10 سنوات فأكثر، و لصالح مدة الحياة الزوجية التي كانت أقل من 10 سنوات ولصالح المستوى التعليمي العالي للزوجين، والدخل الشهري المرتفع.

النتائج في ضوء الفرض الثاني: والذي ينص على أنه "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب الإغتراب الزوجي بمحاورة الثلاثة (الصمت الزوجي، الصراع الزوجي، الطلاق العاطفي) والمجموع الكلي في ضوء إنتشار وسائل التواصل الإجتماعي وبين متغيرات الدراسة". وللتحقق من صحة الفرض تم إجراء معاملات الارتباط باستخدام معامل ارتباط "بيرسون" بين مقياس وعي الزوجات عينة البحث بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاورة وككل وبين متغيرات الدراسة، والجدول (23) يوضح ذلك

جدول (23) معاملات الارتباط بين وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاورة والمجموع الكلي وبين متغيرات الدراسة (ن=300)

المحاور	مكان السكن	عمل الزوجة	فارق العمر بين الزوجين	مدة الحياة الزوجية	المستوى التعليمي للزوجة	المستوى التعليمي للزوج	متوسط الدخل الشهري للأسرة
المحور الأول: الصمت الزوجي	**0.887	**0.943	*0.617	**0.706	**0.869	**0.757	*0.603
المحور الثاني: الصراع الزوجي	*0.635	**0.763	**0.779	**0.917	*0.629	**0.709	**0.717
المحور الثالث: الطلاق العاطفي	**0.794	*0.606	**0.895	**0.832	**0.954	**0.912	*0.644
المجموع الكلي للمقياس	**0.764	**0.825	**0.739	**0.852	**0.835	**0.890	**0.777

يتضح من جدول (23) أن هناك علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) بين وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الصمت الزوجي وبين مكان السكن، عمل الزوجة، مدة الحياة الزوجية، المستوى التعليمي للزوجين، كما يوجد علاقة ارتباطية عند مستوى دلالة (0.05) بين وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الصمت الزوجي وبين فارق العمر بين الزوجين، متوسط الدخل الشهري للأسرة، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه نتيجة دراسة شرين فرحات وعبير عبد المنعم (2018)، إيمان الرفاعي (2019)، نجلاء منجود (2023).

كما يتضح من الجدول أن هناك علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) بين وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الصراع الزوجي وبين عمل الزوجة، فارق العمر بين الزوجين، مدة الحياة الزوجية، المستوى التعليمي للزوج، متوسط الدخل الشهري للأسرة، كما يوجد علاقة ارتباطية عند مستوى دلالة (0.05) بين وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الصراع الزوجي وبين مكان السكن، المستوى التعليمي للزوجة، وتتفق مع هذه الدراسة ما توصلت إليه نتيجة دراسة سميرة العبدلي (2019).

كما يتضح أيضاً من الجدول أن هناك علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) بين وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الطلاق العاطفي وبين مكان السكن، فارق العمر بين الزوجين، مدة الحياة الزوجية، المستوى التعليمي للزوجين، كما يوجد علاقة ارتباطية عند مستوى دلالة (0.05) بين وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الطلاق العاطفي وبين عمل الزوجة، متوسط الدخل الشهري للأسرة، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه نتيجة دراسة كل من عفراء العبيدي (2015) دراسة شرين فرحات وعبير عبد المنعم (2018)، عبير الصبان وآخرون (2020).

وأخيراً يتضح من جدول (23) أن هناك علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) بين المجموع الكلي لوعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي وبين مكان السكن، عمل الزوجة، فارق العمر بين الزوجين، مدة الحياة الزوجية، المستوى التعليمي للزوجين، متوسط الدخل الشهري للأسرة؛ وبذلك يكون قد تحقق صحة الفرض الثاني.

النتائج في ضوء الفرض الثالث: والذي ينص على أنه "تختلف نسبة مشاركة المتغيرات المستقلة المدروسة في تفسير نسبة التباين في المتغير التابع (الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي) تبعاً لأوزان معاملات الانحدار ودرجة الارتباط".

وللتحقق من صحة الفرض إحصائياً تم استخدام أسلوب تحليل الانحدار المتدرج باستخدام طريقة الخطوة المتدرجة للأمام Stepwise، وذلك للتعرف على أكثر العوامل مساهمة في نسبة التباين في المتغيرات التابعة والجدول (24) يوضح ذلك.

جدول (24) معاملات الانحدار باستخدام طريقة الخطوة المتدرجة إلى الأمام للمتغيرات المستقلة المدروسة (عمل الزوجة، مدة الحياة الزوجية، المستوى التعليمي للزوجة، المستوى التعليمي للزوج) مع المتغير التابع الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي (ن=300)

المتغير المستقل	معامل الارتباط	نسبة المشاركة	قيمة (ف)	الدلالة	معامل الانحدار	قيمة (ت)	الدلالة
المستوى التعليمي للزوجة	0.870	0.757	87.024	0.01	0.478	9.329	0.01
مدة الحياة الزوجية	0.845	0.714	69.896	0.01	0.336	8.360	0.01
المستوى التعليمي للزوج	0.820	0.673	57.613	0.01	0.281	7.590	0.01
عمل الزوجة	0.804	0.647	51.318	0.01	0.336	7.164	0.01

يتضح من جدول (24) أن مستوى التعليمي للزوجة، مدة الحياة الزوجية، مستوى تعليم الزوج، عمل الأم هي متغيرات مستقلة تؤثر في مستوى وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي، حيث يتضح أن المستوى التعليمي للزوجة هو العامل الأكثر تأثيراً في تفسير نسبة التباين في وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي، حيث بلغت قيمة نسبة المشاركة (87%)، يليه مدة الحياة الزوجية بنسبة مشاركة (84.5%)، يليه المستوى التعليمي للزوج حيث بلغت نسبة المشاركة (67.3%) وأخيراً عمل الزوجة بنسبة مشاركة (64.7%) أي أنه كلما ارتفع المستوى التعليمي للزوجة كلما زاد الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي وتفسر الباحثتان تلك النتيجة بأنه كلما ارتفع المستوى التعليمي للزوجة كلما كانت أكثر وعياً وثقافة وكان لها دور أساسي في توجيه حياتها والتخطيط لمستقبلها مع شريك حياتها.. وكان لديه قدرة أكبر على إدارة حياتها وتجديدها وإبعادها عن الإغتراب الزوجي بكل محاوره سواء صمت زوجي أو صراع زوجي أو طلاق عاطفي؛ وتتفق هذه النتيجة جزئياً مع نتيجة دراسة سميرة العبدلي (2019) حيث كان العامل الأكثر تأثيراً تعليم الزوج ثم تعليم الزوجة ثم مدة الزواج معللة أن التعليم يساعد الفرد على أن يعرف نفسه وأيضاً يعرف الآخرين، كما أن التعليم يساعد الفرد بأن يكون على بيئة بمشاعره وإدراكاته ودوافعه ويكون لديه معلومات عن دوافع واتجاهات وإدراكات الآخرين اللذين يتعاملون معه مما يؤثر بالإيجاب على قوة تفاعله معهم حيث يساعد على تسهيل عملية الاتصال وبالتالي تتم مواجهة أي صراعات ، ويختلف هذا مع ما توصلت إليه دراسة كل من نبيل الجندي ومها أبو زنيد (2016)، إيمان الرفاعي (2019)، نجلاء منجود (2023) حيث كان العامل الأكثر تأثيراً على الصمت الزوجي هو مدة الزواج. وبذلك يكون قد تحقق صحة الفرض الثالث.

النتائج في ضوء الفرض الرابع: والذي ينص على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تنمية وعي الزوجات عينة البحث التجريبية بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره والمجموع الكلي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي الإلكتروني وبعده لصالح التطبيق البعدي". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم إيجاد قيمة "ت" للوقوف على دلالة الفروق بين متوسطي درجات الزوجات عينة البحث التجريبية في تنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره والمجموع الكلي قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي الإلكتروني ثم تم قياس حجم تأثير البرنامج باستخدام اختبار مربع إيتا n^2 ويتضح ذلك في الجداول من (25)، (26).

جدول (25) الفروق بين متوسطي استجابات الزوجات عينة البحث التجريبية على تنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره والمجموع الكلي قبل تطبيق البرنامج وبعده (ن=75)

الدلالة	قيمة (ت)	الفروق بين المتوسطات	درجات الحرية	العينة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	فاعلية البرنامج
0.01 لصالح البعدي	33.127	92.736	74	75	2.183	34.221	المحور الأول: الصمت الزوجي
					6.128	92.736	البعدي
0.01 لصالح البعدي	29.111	49.232-	74	75	2.127	35.127	المحور الثاني: الصراع الزوجي
					6.427	84.359	البعدي
0.01 لصالح البعدي	30.648	52.434-	74	75	2.009	38.008	المحور الثالث: الطلاق العاطفي
					7.325	90.442	البعدي
0.01 لصالح البعدي	48.523	160.181-	74	75	7.001	107.356	المقياس ككل
					9.102	267.537	

يتضح من جدول (25) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي استجابات الزوجات عينة البحث التجريبية في تنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره والمجموع الكلي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده حيث كانت قيم "ت" دالة عند مستوى دلالة (0.01) لصالح التطبيق البعدي. ولتحديد حجم تأثير البرنامج الإرشادي الإلكتروني المعد لتنمية وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي. تم تطبيق معادلة ايتا (n^2) التي تتضح نتائجها بجدول (24) :

جدول (26) قيمة مربع ايتا " n^2 " وقيمة " d " المقابلة لها ومقدار حجم التأثير على تنمية وعي الزوجات بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي عينة البحث التجريبية

المتغير المستقل	المتغير التابع	قيمة مربع ايتا n^2	قيمة d	مقدار حجم التأثير
البرنامج الإرشادي الإلكتروني	الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي	0,97	11,38	كبير

يتضح من جدول (26) أن قيمة n^2 بلغت (0,97)، وقيمة d بلغت (11,38)، وهي قيمة أكبر من (0,8) وهذا يدل أن حجم تأثير البرنامج كبير؛ هذا مع العلم بأن حجم التأثير يتحدد إذا كان كبيراً أو متوسطاً أو صغيراً كالاتي : $d = 0.2$ = حجم تأثير صغير، $d = 0.5$ = حجم تأثير متوسط، $d = 0.8$ = حجم تأثير كبير ويمكن تفسير النتيجة على أساس أن 97% من التباين الكلي للمتغير التابع " مستوى الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي " يرجع إلى المتغير المستقل "البرنامج الإلكتروني المعد لتنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره"، حيث أدى البرنامج الإلكتروني إلى رفع مستوى الوعي بطرق وأساليب الإغتراب الزوجي بمحاوره الثلاثة (الصمت الزوجي، الصراع الزوجي، الطلاق العاطفي) والمجموع الكلي للزوجات عينة البحث التجريبية. وفي ضوء ما سبق يتحقق صحة الفرض الرابع.

ملخص النتائج:

أولاً: ملخص النتائج الوصفية:

- أعلى نسبة من زوجات عينة البحث الأساسية يقطنن في الريف والنسبة الأكبر من الزوجات لا يعملن، وبالنسبة لمتغير فارق العمر بين الزوجين فكانت أعلى نسبة من الزوجات عينة البحث فارق العمر بين الزوجين من 5 سنوات إلى أقل من 10 سنوات، وأعلى نسبة لمدة الحياة الزوجية كانت من 10 سنوات إلى أقل من 15 سنة ومستوى تعليم الزوج والزوج عالي ومتوسط الدخل الشهري لديهن مرتفع.
- أعلى نسبة من زوجات عينة البحث التجريبية يقطنن في الريف ولا يعملن وفارق العمر بينهن وبين أزواجهن من 10 سنوات فأكثر، ومدة حياتهن الزوجية من 15 سنة فأكثر، ومستوى تعليم الزوجين منخفض والدخل الشهري مرتفع.
- بالنسبة للأوزان النسبية لمحاو الإغتراب الزوجي للزوجات عينة البحث الأساسية تبين أن المحور الثاني (الصراع الزوجي) يحتل المرتبة الأولى بنسبة (35.9%) يليه المحور الأول (الصمت الزوجي) بنسبة (33.7%) بينما يحتل المحور الثالث (الطلاق العاطفي) المرتبة الثالثة والأخيرة بنسبة (30.4%).

- بالنسبة لتوزيع مجتمع عينة البحث الأساسية حول مع من يتم قضاء الزوج أطول وقت يومياً فتبين أن مواقع التواصل الاجتماعي احتل المرتبة الأولى في اتجاه قضاء وقت الزوج يومياً بنسبة 31%، يليها في المرتبة الثانية العمل بنسبة بلغت 18.3%، ثم جاء قضاء الوقت مع الزوجة في المرتبة الثالثة بنسبة 15.7%، بينما جاء في المرتبة الرابعة قضاء الوقت مع الأولاد، بينما جاء في المرتبة الخامسة قضاء الوقت مع الأصدقاء بنسبة 12%، وأخيراً جاء في المرتبة السادسة قضاء الوقت مع أهله بنسبة 9%.
- بالنسبة لتوزيع مجتمع عينة البحث الأساسية بالفترة المتعلقة بقلة تفاعل الزوج مع الزوجة فجاء في الترتيب الأول بعد السنة العاشرة من الزواج بنسبة 32%، يليه في الترتيب قلة التفاعل بين الزوجين من السنة الثانية وحتى السنة الخامسة من الزواج بنسبة 31%، ثم جاء الترتيب الثالث قلة التفاعل بين الزوجين من السنة الأولى أو الثانية بعد الزواج بنسبة 26%، ويأتي في الترتيب الأخير قلة التفاعل بين الزوجين من السنة السادسة وحتى السنة العاشرة من الزواج حيث جاء في الترتيب الرابع بنسبة 11%.

ثانياً: ملخص نتائج الفروض:

- وجود فروق دالة إحصائية عند مستوي دلالة (0.01) في متوسطات درجات الزوجات عينة البحث الأساسية علي مقياس الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي في ضوء انتشار وسائل التواصل الاجتماعي في المجموع الكلي لصالح الزوجات الحضريات، ولصالح الزوجات العاملات، وفارق العمر بين الزوجين من 10 سنوات فأكثر، و لصالح مدة الحياة الزوجية التي كانت أقل من 10 سنوات ولصالح المستوى التعليمي العالي للزوجين، والدخل الشهري المرتفع.
- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01، 0.05) بين وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره الثلاثة (الصمت الزوجي، الصراع الزوجي، الطلاق العاطفي) والمجموع الكلي للمقياس وبين مكان السكن، عمل الزوجة، فارق العمر بين الزوجين، مدة الحياة الزوجية، المستوى التعليمي للزوجين، متوسط الدخل الشهري للأسرة.
- المستوى التعليمي للزوجة هو العامل الأكثر تأثيراً في تفسير نسبة التباين في وعي الزوجات عينة البحث الأساسية بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي، حيث بلغت قيمة نسبة المشاركة (87%)، يليه مدة الحياة الزوجية بنسبة مشاركة (84.5%)، يليه المستوى التعليمي للزوج حيث بلغت نسبة المشاركة (67.3%) وأخيراً عمل الزوجة بنسبة مشاركة (64.7%).
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي استجابات الزوجات عينة البحث التجريبية في تنمية الوعي بطرق وأساليب التغلب على الإغتراب الزوجي بمحاوره والمجموع الكلي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده حيث كانت قيم "ت" دالة عند مستوى دلالة (0.01) لصالح التطبيق البعدي.

توصيات البحث:

- في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث الحالي توصي الباحثتان بعض الجهات بالتوصيات التالية:
- أولاً: توصيات عامة للمتخصصين في مجال إدارة المنزل والمؤسسات والإرشاد الأسري:
- 1- إعداد برامج توعوية خصوصاً للمقبلين على الزواج لتدريبهم على اختيار الشريك المناسب منذ البداية لعدم حدوث أغتراب زواجي لاحقاً.
 - 2- إعداد برامج إرشادية من قبل المتخصصين لرفع مستوى الوعي لدى الأزواج عن خطورة الإغتراب الزوجي بمختلف أشكاله سواء صمت أو صراع زوجي أو طلاق عاطفي.
 - 3- تنظيم دورات تدريبية للمتزوجين لكيفية التعامل مع المشكلات، الأساليب السليمة لمواجهة الخلافات وحلها، تغيير المفاهيم المرتبطة بالعلاقات الزوجية من خلال توعيتهم بأدوارهم ومتطلبات تأسيس الحياة الزوجية الناجحة.

- 4- ادخال مادة على الفرقة النهائية من المرحلة الجامعية عن كيفية التواصل الجيد بين الزوجين ضمن المقررات الدراسية لضمان معرفة بعض المعلومات التي تساعد على حياة زوجية مستقرة.
- 5- زيادة الإهتمام بالإرشاد الأسري ونشر أهميته وثقافته وتفعيل الوسائل التربوية للتركيز على أساليب النجاح الزوجي لما له من دور هام في تدعيم الأسرة الناشئة وتحقيق جودة الزواج.
- 6- الإهتمام بنشر التوعية بالواجبات والحقوق الزوجية المادية وغير المادية.

ثانياً: توصيات للزوجين:

- 1- حل الخلافات الناشئة أول بأول وعدم تراكمها حتى لا تصل الحياة إلى طريق مسدود.
- 2- أهمية عناية الزوج بزوجته واحساسها بأنها ملكة لا مجرد خادمة، فشعورها بإشباع المشاعر الأنوية لديها من شأنه أن يجعلها تقوم بكل ما تستطيع لإسعاد الأسرة بأكملها.
- 3- الحديث الهادف بين الزوجين عن الإهتمامات والتطلعات المستقبلية والمشاركة الوجدانية والعاطفية يساعد على سلامة صحتهم النفسية.
- 4- أهمية مشاركة الزوج لزوجته في القيام بالوظائف الأسرية كالأعمال المنزلية وتعليم الأبناء وتمارينهم.
- 5- أن يشارك كل من الزوجين الآخر في اهتماماته؛ وأن يقوم بالتعرف على هواياته مع الإهتمام بالتحدث في أمور تجذب انتباهه واهتمامه، علاوة على الإهتمام بوجود طباع وهوايات واهتمامات مشتركة بين الزوجين.
- 6- الإهتمام بكسر روتين الحياة والعمل على تجديد العلاقة الزوجية.

قائمة المراجع:

أولاً: المراجع العربية

- 1- إبراهيم الخضر الحسن (2011): "إعداد مقياس الإغتراب الزوجي"، مجلة دراسات تربوية، العدد (1)، مصر.
- 2- أحمد محمد الكندري (2012): "علم النفس الأسري"، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، الطبعة الرابعة، الكويت.
- 3- أزهار ياسين سمكري (2016): "الرضا الزوجي وأثره على بعض جوانب الصحة النفسية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية والإجتماعية لدى عينة من المتزوجات في منطقة مكة المكرمة"، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، العدد (75).
- 4- أسماء ممدوح عبد اللطيف (2018): "فاعلية برنامج إرشادي لتنمية وعي الفتيات المقبلات على الزواج بجودة خامات أواني الطهي وملاءمتها الصحية والبيئية"، المؤتمر الدولي الأول لكلية التربية النوعية جامعة المنيا، المجلد (1)، العدد (17)، مصر.
- 5- أمال إبراهيم الفقي (2018): "فعالية التدريب على اليقظة العقلية في حل الصراع الزوجي لدى عينة من الزوجات"، مجلة كلية التربية جامعة بنها، المجلد (29)، العدد (116)، مصر.
- 6- أنوار مجيد هادي (2012): "أسباب الطلاق العاطفي لدى الأسر العراقية وفق بعض المتغيرات"، مجلة الأستاذ للعلوم الإنسانية والإجتماعية، المجلد (2012)، العدد (201)، بغداد.
- 7- إيمان عبيد الرفاعي (2019): "الصمت الزوجي وعلاقته بالرضا عن الحياة"، مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والإجتماع، العدد (45)، المملكة العربية السعودية.
- 8- جوخة الصوافي، هدى البورسعيدي، سعادة الظفري (2021): "الإغتراب الزوجي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى عينة من الأزواج في سلطنة عمان"، المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية، المجلد (3)، العدد (3)، عمان.
- 9- خالد غسان المقداوي (2013): "ثورة الشبكات الإجتماعية"، دار النقاش، الأردن.
- 10- ذوقان عبيدات، عبد الرحمن عدس، كايد عبد الحق (2012): "البحث العلمي وأدواته وأساليبه"، الطبعة الأولى، دار أسامة للنشر والتوزيع، جدة.
- 11- روان فوزي شمالة (2016): "الضغط النفسي وعلاقته بالإغتراب الزوجي لدى عينة من الزوجات العاملات في المؤسسات الحكومية في محافظات غزة"، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.

- 12- سارة عبد الفتاح هاشم (2016): "استخدام شبكات التواصل الاجتماعي عبر الانترنت وانعكاساتها على العلاقات الأسرية- دراسة ميدانية"، رسالة ماجستير، كلية الآداب قسم الاجتماع، جامعة قنا، مصر.
- 13- سعد حامد العبدلي (2009): "الذكاء الإنفعالي وعلاقته بكل من فاعلية الذات والتوافق الزوجي لدى عينة من المعلمين المتزوجين بمدينة مكة المكرمة"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، السعودية.
- 14- سليمة ذياب، الأزهر ضيف (2020): "شبكات التواصل الاجتماعي وانعكاساتها على العلاقات الاجتماعية الأسرية من وجهة عينة من المتزوجات"، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد (3)، العدد (12)، الجزائر.
- 15- سليمة محمد القاضي (2015): "دور الإذاعات المحلية في محافظة الخليل في تنمية الوعي الثقافي لدى ربوات البيوت - دراسة ميدانية"، مجلة البحوث الإسلامية لبحوث الإنسانية، الجامعة الإسلامية، المجلد (24)، العدد (1)، غزة.
- 16- سميرة بنت أحمد العبيدلي (2019): "استراتيجيات إدارة الصراع بين الزوجين وعلاقتها بالذكاء الإنفعالي"، الجمعية المصرية للقراءة والمعرفة، كلية التربية، جامعة عين شمس، العدد (215)، مصر.
- 17- سهام بنت ابراهيم هلال (2012): "الحاجات النفسية وعلاقتها بالإغتراب والتوجيهات الشخصية لدى عينة من العاملين والعاطلين عن العمل بمكة المكرمة في ضوء بعض المتغيرات"، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، السعودية.
- 18- شرين عبد الباقي فرحات، عبير محب عبد المنعم (2018): "الإغتراب الزوجي وعلاقته بكل من إدارة المواقف الحياتية لدى الزوجة والأمن النفسي للأبناء المراهقين"، مجلة الاقتصاد المنزلي، المجلد (28)، العدد (4)، مصر.
- 19- صلاح الدين على وتد، آلاء حازم حميدة (2015): "العلاقة بين تحقيق التوقعات من الزواج وبين التوافق والرضا في الحياة الزوجية لدى الأزواج الفلسطينيين في جنوب الضفة الغربية، مجلة أكاديمية القاسمي، مركز الأبحاث التربوية والاجتماعية، جامعة القدس، فلسطين.
- 20- عبير محمد الصبان، داليا عبد الله السميري، ياسمين سعد الجهني، حليلة محمد الغامدي (2020): "الطلاق العاطفي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى المتزوجات في مدينة جدة"، مجلة جامعة الملك عبد العزيز، الآداب والعلوم الإنسانية، المجلد (38)، العدد (13).
- 21- عفراء إبراهيم العبيدي (2015): "الطلاق العاطفي في ضوء بعض المتغيرات لدى الطلبة المتزوجين في جامعة بغداد"، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، العدد (13).
- 22- علاء زهير الرواشدة، أسماء ربحي خليل العرب (2009): "أسباب ومظاهر الإغتراب الثقافي لدى الشباب الجامعي في ضوء العولمة وعلاقتها ببعض المتغيرات"، مجلة كلية التربية جامعة بور سعيد، العدد (6)، يونيو 2009، مصر.
- 23- عماد على عبد الرازق ونهى عبد الله الراجح (2016): "الإغتراب الزوجي وعلاقته بالنظرة للحياة والكفاية الشخصية لدى الزوجات"، مجلة الإرشاد، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، مصر.
- 24- عمر الشواشرة، هبة عبد الرحمن (2018): "الانفصال العاطفي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين"، المجلة الأردنية في العلوم والتربية، المجلد (14)، العدد (3).
- 25- قدوري نوبيات (2012): "علاقة الكدر الزوجي بكل من الصحة النفسية والرضا عن الحياة لدى عينة من المتزوجين"، رسالة دكتوراه، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصد مرياح ورقلة، الجزائر.
- 26- محمد سرحان علي (2019): "مناهج البحث العلمي"، دار الكتب، ط3، الجمهورية اليمنية، صنعاء.
- 27- محمد نبيل جامع (2010): "علم الاجتماع الأسري وتحليل التوافق الزوجي والعنف الأسري"، دار الجامعة الجديدة، الإسكندرية، مصر.
- 28- محمد وليد سيف (2022): "التعلم الإلكتروني"، دار الثقافة للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن.
- 29- مروة مجدي عبد الخالق (2014): "الطلاق العاطفي وأثره على التنشئة الاجتماعية في المجتمع الحضري"، دراسة ميدانية في مدينة طنطا، محافظة الغربية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة طنطا، مصر.
- 30- مصطفى سحاري وخير الدين بوهدة (2021): "تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على العلاقات الأسرية - دراسة ميدانية على عينة من الأسر في ولاية المدية"، مجلة البحوث والدراسات العلمية، المجلد (15)، العدد (1)، 2021، الجزائر.
- 31- منال محمد طه (2018): "دور التضحية في التنبؤ بنوعية العلاقة الزوجية والتنبؤ العاطفي"، المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي، جامعة القاهرة، العدد (6)، مصر.
- 32- مي السيد خفاجة (2021): "فاعلية برنامج إرشادي أسري لخفض حدة الخرس الزوجي وتحسين التفاعل الاجتماعي لدى المتزوجين من أعضاء هيئة التدريس بالجامعة"، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، العدد (45)، الجزء (3)، مصر.
- 33- نازك عبد الصمد التركي (2019): "فاعلية برنامج إرشادي أسري قائم على فنيات الحوار للوقاية من الصمت الأسري في الأسرة الكويتية"، مجلة التربية، جامعة الأزهر، العدد (184)، المجلد (1)، مصر.

- 34- نبيل جبرين الجندي ومها محمد أبو زنيد (2016): "الصمت الزوجي وعلاقته بالتوافق النفسي لدى عينة من الأزواج في الضفة الغربية"، مجلة البلقاء للبحوث والدراسات، العدد (1)، المجلد (20)، جامعة عمان الأهلية، عمان.
- 35- نجلاء محمد منجود (2023): "صراع الأدوار لدى الزوجات العاملات وعلاقته بالصمت الزوجي"، المجلة العلمية لعلوم التربية النوعية، العدد (18) ديسمبر 2023، مصر.
- 36- نهاد المقابلة (2017): "العلاقة بين الطلاق العاطفي وإشباع الحاجات النفسية لدى المعلمين المتزوجين"، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن.
- 37- نهى أبو سليم وأية مصطفى (2022): "الإدارة الأسرية في البرامج الإعلامية وعلاقتها بالخرس الزوجي لدى عينة من الزوجات"، مجلة البحوث في مجال التربية النوعية، جامعة المنيا، المجلد (8)، العدد (41)، مصر.
- 38- هاجر على رمضان (2023): "الصمت (الخرس) الزوجي - دراسة سوسيولوجيا حول فشل العلاقة الزوجية على عينة من المتزوجين وغير المتزوجين بمحافظة الدقهلية"، العدد (29)، يونيو 2023، مصر.
- 39- هند داود الحرثاني، أسامة عطية المزيني (2022): "الخرس الزوجي وعلاقته بسمات الشخصية والرضا عن الحياة الزوجية لدى العاملين في مجال تكنولوجيا المعلومات في قطاع غزة"، رسالة ماجستير كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
- 40- وفاء على محمد (2021): "مواقع التواصل الاجتماعي والخرس الزوجي: دراسة ميدانية على عينة من الأزواج بمدينة سوهاج"، مجلة علوم الإنسان والمجتمع، المجلد (10)، العدد (2)، مصر.
- 41- يوسف ضامن خطابية (2015): "مقومات التوافق في الحياة الزوجية وعلاقته بالعوامل الاجتماعية"، مجلة دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية، كلية عجلون الجامعية، جامعة البلقاء التطبيقية، المجلد (42)، العدد (2)، الأردن.

ثانياً: المراجع الأجنبية

- 42- Bylund, C., Baxter, L. A., JEMES, R.S., & Wolf, B. (2010): "Parental Rule Socialization for Preventive Health and Adolescent Rule Compliance". Family Relations.
- 43- Gao, T., Meng, X., Qina, Z., Zhang, H., Gao, J., Kong, Y., Hua, Y., & Mei, S. (2018): "Association between parental marital conflict and Internet addiction", A moderated mediation analysis. Journal of Affective Disorders.
- 44- Hayatbakhsh, R., Clavarino, A., Williams, G., Bor, W., O'Callaghan, M., & Najman, J. (2013): "Family structure, marital discord and offspring's psychopathology in early adulthood", a prospective study. European Child & Adolescent Psychiatry, 22 (11).
- 45- Les, Parrott, Iselie, Parrott (2013): "The Good Fight: How Conflict Can Bring You Closer, New York. Hardcover.
- 46- Mkwanzani, M., Ladzani, W. & Visser, T. (2017): "Effectiveness of electronic educational programs" Journal of education and training, v 60 N 7- 8 .
- 47- Russell, Beth S, Maksut, Jessica L, Courtney R. (2016): "Computer-mediated parenting education", Digital family service provision, Children and Youth Services Review, Volume 62.

The effectiveness of an electronic counseling program to develop wives' awareness of ways and methods to overcome marital alienation in light of the spread of social media

.Ass.Prof. Dr

***Rania Mahmoud Abd Elmoneim saad**

Associate Professor of Home Management- Faculty of Specific Education - Ain-Shams University

.Ass.Prof. Dr

****Amira Hassan Abd Al-Aal Mohammed**

Associate Professor of Home Management- Faculty of Specific Education - Ain-Shams University

Abstract:

The current research aims to reveal the effectiveness of an electronic counseling program to develop wives' awareness of ways and methods to overcome marital alienation in light of the spread of social media with its themes (marital silence, marital conflict, emotional divorce). The basic research sample consisted of (300) wives who were chosen intentionally and purposefully from wives, working and non-working, and from different social and economic levels. The experimental study sample also consisted of (75) wives from the same basic research sample, A general data form, a measure of awareness of ways and methods of overcoming marital alienation, and an electronic counseling program were applied to them to develop wives' awareness of ways and methods of overcoming marital alienation. The research used the descriptive analytical method and the experimental method., The results of the research found that there were statistically significant differences at the level of significance (0.01) in the average scores of the wives of the basic research sample on the scale of awareness of ways and methods of overcoming marital alienation in light of the spread of social media in the overall group in favor of urban wives, in favor of working wives, and the age difference. Between spouses of 10 years or more, and for the benefit of the length of marital life that was less than 10 years and for the benefit of the spouses' high educational level and high monthly income, It also found that there is a positive, statistically significant correlation at the level of significance (0.01, 0.05) between the awareness of the wives, the basic research sample, of ways and methods of overcoming marital alienation with its axes, the total scale of the scale, and the variables of the study. The results also concluded that the educational level of the wife is the most influential factor in Explaining the percentage of variation in the awareness of the wives, the basic research sample, about ways and means of overcoming marital alienation, Finally, the results of the study demonstrated the presence of statistically significant differences between the average responses of the wives of the experimental research sample in developing awareness of ways and methods of overcoming marital alienation in its aspects and the total sum before and after the application of the counseling program, where the "t" values were significant at the significance level (0.01) in favor of the post application, The researchers recommended preparing awareness programs, especially for those about to get married, to train them to choose the appropriate partner from the beginning so that marital alienation does not occur later, organizing training courses for married couples on how to deal with problems, and proper methods for confronting and resolving disputes And changing the concepts related to marital relations by making them aware of their roles and the requirements for establishing a successful marital life. The researchers also recommended that the spouses resolve emerging disputes as soon as possible and not accumulate them so that life does not reach a dead end.

Keywords: an electronic counseling program, wives, Marital alienation, Social media.