

البحث الخامس :

التسامح والأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين العاملين بمدينة جدة

المصادر :

أ . عمر محمد عبده الحرازي
حاصل على الماجستير من قسم علم النفس
بكلية التربية جامعة أم القرى بالمملكة العربية السعودية
إشراف: د. احمد كامل الحوراني
كلية التربية جامعة أم القرى بالمملكة العربية السعودية

التسامح والأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين العاملين بمدينة جدة

أ. عمر محمد عبده الحرازي

حاصل على الماجستير من قسم علم النفس

بكلية التربية جامعة أم القرى بالمملكة العربية السعودية

إشراف: د. احمد كامل الحوراني

كلية التربية جامعة أم القرى بالمملكة العربية السعودية

• المستخلص :

هدفت هذه الدراسة الحالية إلى التعرف إلى مستوى التسامح ومدى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين العاملين بمدينة جدة، والعلاقة بين التسامح والأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين العاملين، والتعرف إلى طبيعة الفروق في درجات الأفكار اللاعقلانية لدى منخفضي ومرتفعي التسامح، والفروق في مقياس التسامح والأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغيرات (الجنس، عدد سنوات الزواج، المستوى التعليمي). تكونت عينة الدراسة من (٣١٨) من المتزوجين العاملين بمدينة جدة، حيث جرى اختيارهم بالطريقة المتيسرة المتاحة، وقد تم تطبيق مقياس التسامح من اعداد شقير (٢٠١٠)، ومقياس الأفكار اللاعقلانية الذي أعده سيد (٢٠٠٢). أشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى التسامح كان مرتفعاً لدى المتزوجين العاملين، كذلك انتشار الأفكار اللاعقلانية كان متوسطاً لدى عينة الدراسة، أما العلاقة فكانت عكسية قوية ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية للتسامح وبين الدرجة الكلية للأفكار اللاعقلانية، كما توصلت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين تبعاً لمتغير (درجة التسامح) (منخفض - مرتفع) وكانت الفروق في الأفكار اللاعقلانية لصالح منخفضي الأفكار اللاعقلانية. وقد كشفت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المتزوجين العاملين في التسامح تبعاً لمتغير (الجنس) وكانت الفروق لصالح الذكور، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المتزوجين العاملين في التسامح تبعاً لمتغير (عدد سنوات الزواج) بين الفئتين (١ - ٥ سنوات) و(١٥ سنة فأكثر) فقط لصالح الفئة (١ - ٥ سنوات)، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المتزوجين العاملين في التسامح تبعاً ل (المستوى التعليمي). وتوصلت النتائج أيضاً إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المتزوجين العاملين في الأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير (الجنس) وكانت الفروق لصالح الإناث، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المتزوجين العاملين في الأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير (عدد سنوات الزواج) بين الفئتين (١ - ٥ سنوات) و(١٥ سنة فأكثر) لصالح الفئة (١٥ سنة فأكثر)، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المتزوجين العاملين في الأفكار اللاعقلانية تبعاً ل (المستوى التعليمي). وقد أوصت الدراسة بالتأكيد على المؤسسات التربوية، والإعلامية، لإجراء برامج وقائية تهدف إلى خفض بعض الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين، وكذلك المقبلين على الزواج من خلال بث الوعي الزواجي عبر الوسائل المتعددة المرئية منها والمسموعة.

الكلمات المفتاحية: التسامح، الأفكار اللاعقلانية

Tolerance and Irrational Thoughts among Married Working Couples in Jeddah

Omar Mohamad Abdo Alharazy & Dr. Ahmad Kamel Alhorany

Abstract

The current study aimed to identify the level of tolerance and the spread of irrational thoughts among married working couples in Jeddah, the relationship between tolerance and irrational thoughts among married working couples, the nature of the differences in the irrational thoughts according to the variable (the degree tolerance) (low-high), and the differences in the scale of tolerance and irrational thoughts according to the

Variables of (gender, number of marriage years, and educational level).The study sample consisted of (318) married working couples in Jeddah, where they were selected in the available way. The tolerance scale was prepared by Shaqir (2010) and the irrational thoughts scale prepared by Sayed (2002).The results of the study indicated that the level of tolerance was high among the working married, and the spread of irrational thoughts was moderate in the sample of the study. The relation was strong and statistically significant between the total degree of tolerance and the total degree of irrational thoughts. The results also found statistically significant differences among the averages of irrational thoughts scores of married couples according to the variable (the degree of tolerance) (low-high) and the differences in irrational thoughts for the benefit of the low irrational thoughts.The results revealed statistically significant differences among the average scores of married working men in tolerance according to the gender variable. The differences were in favor of males. There were statistically significant differences among the average scores of married working couples in tolerance according to the variable (number of marriage years) (5 years and 15 years and above) only for the category (1-5 years). There were no statistically significant differences among the average scores of married working couples in tolerance according to (educational level).The results also found significant differences among the average scores of married working men in irrational thoughts according to the gender variable. The differences were in favor of females. There were statistically significant differences among the average scores of married working in irrational thoughts according to the variable (number of marriage years) (1-5 years and 15 years and above) for the age group (15 years and above). There were no statistically significant differences among the average scores of married working in irrational thoughts according to (educational level).The study recommended to assure the media & educational establishments to do some preventive programs aim at reducing the irrational thoughts among married ones as well as those who are about to get marriage, through spreading the marital awareness through various visual and audiovisual medias

Keywords: tolerance, irrational thoughts.

• مقدمة:

يعد الزواج من أعظم الروابط الاجتماعية، التي تقوم على شروط واضحة، وحقوق مشتركة متبادلة بين الزوجين، تتسم بالاستمرار والامتثال للمعايير الاجتماعية (الداغر، ٢٠١٤). كما وتعتبر العلاقة الزوجية الأساس الشرعي لتكوين أكبر مؤسسة اجتماعية ألا وهي الأسرة، التي يسعى طرفيها من خلال بذل العطاء والمحبة والتعاون المتبادل بينهما، وإعطاء الحقوق للآخر، وتحمل المسؤولية تجاهه، والتسامح، والموضوعية في حل المشكلات، إلى تحقيق السعادة في الحياة الزوجية (شقيير، ٢٠١٢). والتي تعتبر ركنا أساسيا من أركان الصحة الأسرية، التي كلما غابت عن الحياة الزوجية كلما نتج عنها الكآبة والاضطراب النفسي (اندرسون، ١٩٧٠). وهذا لا يعني بأن الحياة الأسرية خالية من الخلافات التي تعد أمرا واقعيًا ملموسًا له أسبابه المتعددة النفسية والاجتماعية والمادية

والعاطفية، والتي من أهمها الخلاف بين الأزواج العاملين داخل الأسرة (الزحيلي، ٢٠٠٧). خاصة عند خروج الزوجة للعمل في الأونة الأخيرة أكثر من ذي قبل، الأمر الذي جعل شؤون المنزل والتربية ومطالب الحياة الزوجية أمراً ثانوياً بالنسبة لبعضهم (الصغير، ٢٠١٤)؛ فقد أشارت دراسة ابراهيم (٢٠٠٢) إلى تأثير العلاقات الزوجية بعمل الزوجة ومدى زيادة أعبائها النفسية والاجتماعية مما يدخلها دائرة الاضطرابات، التي قد تؤدي بالعلاقة الزوجية إلى الصراع، وعدم التوافق فيما بين الحياة الأسرية والحياة العملية، مما يؤثر على الأطفال داخل الأسرة، مقارنة بالزوجة غير العاملة التي تتمتع بمستوى مرتفع من الرضا عن دورها في حياتها الأسرية. كما أن للمناخ الوجداني غير السوي دوراً بارزاً في إحداث الخلافات الزوجية من خلال التناقض بين ما يبدو عليه سطح الأسرة وما يحدث بداخلها (كفاي، ١٩٩٩). مما جعل الحاجات العاطفية كالتقدير، والاحترام، والتسامح، والحب، أمراً مهماً في تشكيل العلاقة الأسرية، مقارنة بالحاجات الأسرية الأخرى، كالمادية، والفسولوجية (فورارد، ٢٠٠٢). الأمر الذي دفع الكثير من الباحثين والمهتمين في الإرشاد الأسري، إلى البحث في كل ما من شأنه تحقيق علاقات أسرية واجتماعية سوية ذات أثر إيجابي (توفيق، ٢٠١٥).

ومن أهم الجوانب الأسرية الإيجابية التي أهتم بها الباحثون في العلاقات الأسرية، التسامح، الذي يعد من المتغيرات المهمة في الحياة الزوجية، وعامل من عوامل نجاحها، والتي يمكن من خلاله التنبؤ بالجوانب الإيجابية للعلاقة الزوجية بين الزوجين، ومدى توافقها وخلوها من الصراع (الداغر، ٢٠١٤).

فمن خلال التسامح تتغير الجوانب النفسية للأزواج، مما يحدث تغيراً إيجابياً في علاقاتهم الاجتماعية، وذلك عندما يدع كل زوج قناعاته التي ترى بأن السعادة نابعة من الخارج، ويأنه ضحية لأناس لا يستحقون منه التسامح، مما يحولهم إلى مفهوم آخر بعيداً عن إلقاء اللوم على الآخرين ليكونوا أكثر تسامحاً (جامبولسكي، 2007). وقد أشار عدد من الباحثين إلى تلك الأهمية البارزة للتسامح في الحياة الزوجية كدراسة: (Mirzadeh & Fallahchai, 2012)؛ الطباطبي، ٢٠١٥) والتي أشارت إلى علاقة التسامح بالرضا الزوجي، بينما كشفت دراسة (chan, 2013) علاقة التسامح بالسعادة الذاتية.

ونظراً لكون التفكير من المحددات الأساسية لسلوك الفرد، ومؤثراً في صياغته بالشكل الذي يظهر عليه، فإن التفكير المضطرب يؤثر وبشكل مباشر على سلوك الأفراد، وتصرفاتهم، وانفعالاتهم (طه، ١٩٨٩). حيث يميل الإنسان بطبيعته منذ طفولته إلى تكوين وتبني معتقدات منطقية، وأخرى غير منطقية، من خلال الأشخاص المهمين بالنسبة له، ليكون أطواراً مرجعياً لأفكاره كفرد، ليصبح فيما بعد زوجاً قادراً على فهم الحياة الزوجية بمختلف جوانبها، والتي تتأثر في المستقبل بمعتقداته اللامنتطقية القائمة حول ما يجب أن يكون عليه الطرف الآخر، كأن يجب أن يكون محباً له باستمرار، وأن يكون أكثر حكمة (Ellis, 1989)؛ ومن هذه السلوكيات التي يؤثر فيها جانب التفكير، ويبني حولها

الأزواج الكثير من معتقداتهم، التسامح، الذي يعد مزيجاً من العمليات العقلية، والوجدانية، التي تتفاعل فيما بينها، فالفرد لكي يكون متسامحاً لا بد أن يدرك بأن المدخل الحقيقي لذلك هو ما يمكن أن يتاح له من عمليات عقلية فعالة، تساعده على فهم معنى التسامح والاقتران به (عبد الوهاب؛ وعبد العزيز؛ وجمعة؛ والسيسي، ٢٠١٢). فالعاطفة والعقل، والتفكير والمشاعر، بينهما ترابط، وتؤثر في بعضهما البعض، فالأفكار اللاعقلانية تؤثر في مشاعر الفرد وجوانبه العاطفية، خاصة في حياته الزوجية (Ellis, 2004). الأمر الذي دفع عدداً من المهتمين بالعلاج المعرفي السلوكي وعلى رأسهم إليس إلى التركيز على أهمية إعادة بناء العمليات المعرفية، وتغيير المعتقدات الخاطئة لزيادة التوافق بين الأزواج (البري، ٢٠١٣).

وقد أشارت الكثير من الدراسات بأن هناك علاقة بين المعتقدات الخاطئة لدى الأفراد عن أنفسهم وعن شريك الحياة الزوجية، وبين الصراعات التي تصيب هذه العلاقة الزوجية، والتي تؤدي بها إلى عدم التوافق، حيث أكدت دراسة أيكارت (Eckhardt, 1994)، ودراسة سيد (٢٠٠٢)، ودراسة البري (٢٠١٣)، إلى أن هناك علاقة بين المعتقدات اللاعقلانية والجوانب السلبية في الحياة الزوجية، كالصراعات، والاضطرابات، التي تصيب طرفي العلاقة الزوجية ومن حولهم من الأطفال والأبناء، وبأن العلاقة بين هذه المعتقدات اللاعقلانية والتوافق الزوجي سلبية.

ويلاحظ الباحث من خلال اطلاعه على الأدب النظري المتعلق بالتسامح والأفكار اللاعقلانية، بأن التسامح يمثل قيمة إيمانية ونفسية، على المتزوجين أن يتحلوا بها، الأمر الذي قد يسهم في رفع مستوى الاستقرار في حياتهم الزوجية، وتجاوز الكثير من مشكلاتهم، وكل هذا لا يتم إلا من خلال تفكير أكثر عقلانية، وموضوعية، من قبل الزوج وشريك حياته.

ونظراً لوجود فجوة في دراسة الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين العاملين في بعض الوظائف المهنية في مدينة جدة، والتي تظهر من خلال الهدف العام للدراسة، وهو العلاقة بين التسامح والأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين العاملين بمدينة جدة، سعى الباحث من خلال هذه الدراسة الحالية إلى الكشف عن مستوى التسامح ومدى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى عينة الدراسة، وبيان العلاقة بين هذين المتغيرين (التسامح والأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين)، في ضوء بعض المتغيرات (الجنس، والمستوى التعليمي، وعدد سنوات الزواج).

• مشكلة الدراسة وتساؤلاتها:

بالرغم من كون الاستمرار في الحياة الزوجية مطلباً وهدفاً من الأهداف التي يسعى إليها كل زوج وزوجة في المجتمع السعودي وغيره من المجتمعات، إلا أن الإحصائيات والتقارير الرسمية أظهرت خلال الأعوام الأخيرة ارتفاعاً ملحوظاً في نسب الطلاق في مدينة جدة، فمن خلال الاطلاع على إحصائيات فرع وزارة العدل

بمدينة جدة للعام ٢٠١٦م/٢٠١٧م، تبين بأن عدد حالات الطلاق والانفصال قد بلغت حوالي (٧٥٤٠) حالة، انظر ملحق (٥).

ومن خلال اطلاع الباحث على الدراسات العديدة التي تناولت التسامح وعلاقته ببعض المتغيرات الايجابية للشخصية كدراسة: (chan, 2013: الطباطيبي، ٢٠١٥؛ حسن، ٢٠١٥)، وكذلك علاقة الأفكار اللاعقلانية ببعض المتغيرات الايجابية كدراسة: (القواسمي، ١٩٩٥؛ Addis & Bernard, 2002؛ سيد، ٢٠٠٢؛ البري، ٢٠١٣)، إلا أنه وعلى - حد علم الباحث - لم تتحدث هذه الدراسات السابقة، العربية، أو المحلية، عن علاقة التسامح بالأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين العاملين، لذا فإن هذه الدراسة تسعى إلى الكشف عن طبيعة هذه العلاقة بين التسامح، وبين الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين العاملين في بعض الوظائف المهنية بمدينة جدة من خلال الإجابة على التساؤلات التالية:

- « ما مستوى التسامح لدى المتزوجين العاملين بمدينة جدة؟
- « ما الأفكار اللاعقلانية المنتشرة بين المتزوجين العاملين بمدينة جدة؟
- « هل توجد علاقة بين التسامح والأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين العاملين بمدينة جدة؟
- « هل توجد فروق بين متوسطات درجات الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين العاملين تبعاً لمتغير درجة التسامح (مرتفع - ومنخفض)؟
- « هل هناك فروق بين المتزوجين العاملين بمدينة جدة في التسامح، تعزى إلى (الجنس، المستوى التعليمي، عدد سنوات الزواج)؟
- « هل هناك فروق بين المتزوجين العاملين بمدينة جدة في الأفكار اللاعقلانية تعزى إلى (الجنس، المستوى التعليمي، عدد سنوات الزواج)؟

• أهداف الدراسة:

- تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على:
- « مستوى التسامح لدى المتزوجين العاملين بمدينة جدة.
- « تعرف مدى انتشار الأفكار اللاعقلانية بين المتزوجين العاملين بمدينة جدة.
- « التحقق من الارتباط بين التسامح والأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين العاملين بمدينة جدة.
- « الفروق بين متوسطات درجات الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين تعزى لمتغير درجة التسامح (مرتفع -منخفض).
- « الفروق بين المتزوجين العاملين بمدينة جدة في التسامح تعزى لمتغير (الجنس، المستوى التعليمي، عدد سنوات الزواج).
- « الفروق بين المتزوجين العاملين بمدينة جدة في الأفكار اللاعقلانية تعزى لمتغير (الجنس، المستوى التعليمي، عدد سنوات الزواج).

• أهمية الدراسة:

تنطوي الدراسة الحالية على أهمية نظرية، وأهمية تطبيقية، يمكن تحديدها على النحو التالي:

• الأهمية النظرية:

« تنبع أهمية هذه الدراسة من أهمية موضوعها (التسامح، والأفكار اللاعقلانية) وذلك كونهما من المفاهيم المهمة التي تؤثر في مسار حياة كل زوج وزوجة. « تستمد هذه الدراسة أهميتها من دورها في الكشف عن مستوى التسامح والأفكار اللاعقلانية السائدة لدى العاملين المتزوجين في بعض الوظائف المهنية في مدينة جدة، وذلك لفهم طبيعة متغير التسامح في البيئة المحلية من جميع أبعاده (مع الذات، ومع الآخر، ومع الموقف)، وفهم طبيعة متغير الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين لدحضها والتقليل منها.

• الأهمية التطبيقية:

« تبرز أهمية هذه الدراسة لما للتسامح من دور بارز ومطلب حقيقي في الحياة الزوجية، فلغة التسامح تضي على الحياة الزوجية التوافق والرضا الزوجي. « تساعد نتائج الدراسة الحالية الباحثين، والمرشدين النفسيين المهتمين بالجوانب الأسرية والزوجية، في بناء برامج إرشادية، ودورات توعوية للمتزوجين، عن أهمية التسامح وخطورة الأفكار اللاعقلانية. « تساعد نتائج الدراسة الحالية في بناء برامج إرشادية، تنمية، ووقائية، موجهة نحو المقبلين على الزواج لتعريفهم بخطورة الأفكار اللاعقلانية، كعامل من العوامل المؤثرة على مفهوم التسامح.

• مصطلحات الدراسة:

• التسامح:

تعرفه شقير (٢٠١٢: ٣٥٤) بأنه "مكون معرفي وجداني سلوكي نحو الذات، والآخر، والموقف، متمثلاً في مجموعة من المعارف، والمعتقدات، والمبادئ، والمشاعر، والسلوكيات، التي تدفع صاحبها للتصالح مع ذاته، ومع الآخر، وتجعله متصفاً بالتسامح في مواقف الحياة المختلفة".

ويعرف الباحث التسامح إجرائياً: بأنه مجموع ما يتحصل عليه فرد من العينة من درجات عند استجابته على فقرات وأبعاد مقياس التسامح (مع الذات، ومع الموقف، ومع الآخر)، إعداد: زينب شقير (٢٠١٠)، والمستخدم في الدراسة الحالية.

• الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين:

يعرف سيد (٢٠٠٢: ١٣) الأفكار اللاعقلانية بأنها "الأفكار الخاطئة، التي يتبناها الزوج أو الزوجة عن نفسيهما، وعن الآخرين، وعن مواقف حياتهم اليومية، والتي تؤدي تدريجياً عند استمرارها إلى تدمير الذات وسوء التوافق الزوجي".

ويعرفها الباحث إجرائياً: بأنها الدرجة التي يحصل عليها الفرد، على مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين وأبعاده (توقع حدوث المشاكل والخوف على المستقبل الزوجي، الميل للعقاب واللوم والسيطرة، القلق الزائد وعدم التسامح تجاه الإحباطات من شريك الحياة، المبالغة في طلب الحب والمثالية، الكمال الشخصي في الواجبات والحقوق الزوجية، السعادة وأسبابها المؤدية إليها، الرغبة في

المشاركة في الحوار واتخاذ القرار، أساليب مشتركة للتعامل مع شريك الحياة)،
لسيد (٢٠٠٢)، والمستخدم في هذه الدراسة.

• **حدود الدراسة:**

- ◀ الحدود الموضوعية: (التسامح – الأفكار اللاعقلانية).
- ◀ الحدود البشرية: المتزوجين العاملين في بعض الوظائف المهنية الحكومية.
- ◀ الحدود المكانية: مدينة جدة.
- ◀ الحدود الزمانية: وقت إجراء الدراسة العام الدراسي ١٤٣٧هـ - ١٤٣٨هـ
- ◀ كما تتحدد الدراسة الحالية: بالأدوات المستخدمة وبطبيعة متغيراتها، وعينة الدراسة، والأساليب الإحصائية المستخدمة.

• **الإطار النظري:**

• **مفهوم التسامح:**

• **التسامح من منظور علماء النفس:**

يعرف السلمي (٢٠١٥: ٢٧) التسامح بأنه "متغير إيجابي من متغيرات الشخصية، الناتج عن انخفاض في الانفعالات السلبية كالغضب، ونمو في الانفعالات الإيجابية كالرحمة، وتقبل المسيء من دون رغبة في الانتقام منه".

ويرى ماكلو وآخرون (٢٠١٥: ٤١) بأنه "حدوث تغيرات اجتماعية إيجابية في دافعية الفرد تجاه المسيء إليه".

ويذكر جيفرسون (Jefferson, 2014) بأن التسامح ما هو إلا مواقف قائمة على الفضيلة، والعدالة، والموضوعية، والتساهل، والتحرر من التعصب، تجاه من يخالفونا في وجهات نظرهم، النابعة من آرائهم، وممارساتهم، أو أعرافهم، أو دينهم، أو جنسيتهم، أو غير ذلك من الاختلافات.

وتعرفه شقير (٢٠١٢: ٣٥٤) بأنه "مكون معرفي، وجداني، سلوكي، نحو الذات والآخر والمواقف، متمثلاً في مجموعة من المعارف، والمعتقدات، والمبادئ، والمشاعر، والسلوكيات، التي تدفع صاحبها للتصالح مع ذاته ومع الآخر، وتجعله متصفاً بالتسامح في مواقف الحياة المختلفة".

كما يرى جامبولسكي (٢٠٠٧: ٤٣) التسامح بأنه "الاستعداد والإرادة التي يمتلكها الفرد لنسيان الماضي المؤلم، وعدم إيذاء الآخرين بسببه، والنظر إلى مزايا الآخرين بدلاً من إيذائهم".

• **التسامح من منظور علماء الاجتماع:**

يرى أصحاب الاتجاه الاجتماعي بأن مفهوم التسامح يتضح من خلال عملية تحمل الاختلافات بين الأفراد والاستماع لوجهات النظر المختلفة، وبناء الأفكار عليها، حيث يرى ريبار Rebar المشار إليه في (شقير، ٢٠١٢: ٣٥٣) بأن مفهوم التسامح الاجتماعي ما هو إلا "الدفاع عن قيم الآخرين، واحترام التعددية، وأن يدافع الشخص المتسامح من أجل الحرية، والمساواة، وفي سبيل ذلك لا بد أن يمتلك قدرة على التحمل للمعاناة في المشكلات الاجتماعية".

• التسامح من منظور العلاج الزوجي الأسري:

يعرف هارجراف Hargrave ، وسيلز Sells المشار إليهم في (ماكلو وآخرون، ٢٠١٥) التسامح من منظور العلاج الزوجي والأسري، بأنه السماح للمسيء باستعادة ثقته في العلاقة المتبادلة بينه وبين المساء إليه من خلال أسلوب أكثر ثقة، والحث على فتح المناقشة بين الطرفين حتى يتفقا معا على تحسين العلاقة المتبادلة بينهما.

ومن خلال التعريفات السابقة، يمكن القول بأن مفهوم التسامح يعد متغيراً من متغيرات الشخصية الإيجابية، الذي يراه أصحاب الاتجاه النفسي بأنه نابع من خلال استعداد الفرد، وإدراكه، ووعيه للموقف الذي يتطلب منه التسامح، الأمر الذي يؤدي بوضعه النفسي الانفعالي للانخفاض، مستبدلاً ذلك بانفعالات أكثر إيجابية، كالعطف، والإحسان، والرفقة، والاحترام، وتقبل الآخر. بينما يرى أصحاب الاتجاه الاجتماعي بأنه نابع من خلال الميل إلى الحوار، والاستماع لوجهات النظر المختلفة، واحترامها. أما أصحاب الاتجاه الزوجي الأسري فينظرون إلى أن الثقة المتبادلة بين الزوجين هي أساس التسامح.

ويميل الباحث إلى توضيح مفهوم التسامح بأنه: احترام، وقبول تنوع الآخرين دينياً، وثقافياً، وفكرياً، وعرقياً، وزيادة التواصل والتفاعل الإيجابي معهم في جميع جوانب حياتهم، إلى جانب احترام حريتهم الفكرية، ومعتقداتهم، وذلك طواعية بدون تأثيرات خارجية.

• أنواع التسامح:

يكمن تصنيف التسامح من حيث أنواعه إلى:

١- أنواع التسامح من حيث طبيعته:

يميز يالجن (٢٠٠٧) بين نوعان مهمان من أنواع التسامح هما:

- ◀ التسامح الداخلي: ويحدث من خلال الانسجام مع الحياة النفسية، والرضا، والبعد عن المشاعر السلبية، كالتشاؤم، والتوتر، والقلق.
- ◀ التسامح الخارجي: وذلك بالتعامل مع الآخرين بإيجابية، والابتعاد عن المشاعر السلبية، واليقين بحسن العاقبة للحياة.

ويذكر ورثينجتون Worthington المشار له في (أنور، ٢٠١٥) نوعان آخران للتسامح هما:

- ◀ التسامح المعرفي (العقلي): وهو القرار الذي يتخذه المتسامح، لتنخفض معه السلوكيات السلبية، وتزداد السلوكيات الإيجابية تجاه الآخرين.
- ◀ التسامح الوجداني: هو القرار الذي يتخذه المتسامح، ليحدث تغيراً وجدانياً تنخفض معه الانفعالات السلبية، وتستبدل بالانفعالات الإيجابية نحو المسيء.

ويشير استوب Staub المشار له في (أنور وعبدالصادق، ٢٠١٠) إلى نوعين آخرين للتسامح هما:

◀ التسامح الحقيقي: وهو تحول المتسامح من المشاعر السلبية إلى المشاعر الإيجابية، بشكل حقيقي طواعية من دون تأثير خارجي عليه.

◀ التسامح السطحي: هو تحول المتسامح من المشاعر السلبية إلى المشاعر الإيجابية، لأجل ضغوط الآخرين، أو بسبب الأعراف الاجتماعية، دون معايشة للعملية المعرفية، والوجدانية الخاصة بالتسامح الحقيقي.

٢- أنواع التسامح من حيث تفاعل أطرافه مع عملية التسامح:

يرى باربي Barbee المشار له في (أنور وعبدالصادق، ٢٠١٠) إلى أن هناك نوعين من أنواع التسامح، يمكن تصنيفهم من حيث تفاعل اطرافه مع عملية التسامح إلى ما يلي:

◀ التسامح الأحادي: وهو القرار الذي يتخذه المساء إليه تجاه المسيء بالتسامح معه، دون النظر ما إذا كان المسيء سيشاركه التسامح ام لا .

◀ التسامح المتبادل: وهو عندما يشترك كلا طرفي التسامح (المساء إليه والمسيء) في عملية التسامح بالاعتراف بالخطأ، وإبداء الندم من جهة المسيء، والتسامح، والتخلي عن حققة في إيقاع الأذى من جهة المساء إليه.

٣- أنواع التسامح من حيث استمراريته:

◀ التسامح الدائم: وهو تسامح إيجابي حقيقي، تستمر فيه عملية التسامح على الرغم من اختلاف الظروف.

◀ التسامح المؤقت: وهو تسامح سطحي، سلبي، يتغير موقف المتسامح فيه بتغير الظروف (مراد ورزاق، ٢٠١٢).

ويرى الباحث بأنه يمكننا أن نضع تصنيفاً آخرًا للتسامح، نابعاً من ثقافتنا الإسلامية، وذلك من حيث هدف المساء إليه من عملية التسامح، وهو كالتالي:

◀ التسامح لأهداف حياتية (دنيوية): وذلك عندما يبدي المساء إليه التسامح تجاه المسيء، من أجل مصلحة دنيوية مادية كانت أم معنوية، حيث يكبت المتسامح في هذا النوع من التسامح مشاعر الغضب، والكراهية، والانتقام، مما قد يؤثر على صحته الجسدية والنفسية.

◀ التسامح لأهداف دينية (أخروية): وذلك عندما يتسامح المساء إليه مع المسيء من أجل وجه الله، طلباً للأجر منه، والفوز بمرضاته يوم القيامة، حيث تتبدد هنا مشاعر الغضب، والكراهية، والانتقام، حيث تصفوا النفوس في هذا النوع، وتصبح أكثر صحة.

• مستويات التسامح:

يرى مرسى (٢٠٠٠) بأن للتسامح والعفو عن الآخرين مستويات ثلاثة هي:

◀ أولاً: الإحسان: وهو أعلى مستويات التسامح، وهو أن يتسامح المساء إليه مع المسيء، ويحسن إليه، وهي عملية نفسية راقية، دعت إليها الأديان السماوية، لا يقدر عليها إلا من قوي إيمانه، وصفت نفسه، وسما تفكيره.

« ثانياً: الصفح عن الإساءة: وهو أوسط مستويات التسامح، وهي عملية نفسية، فيها يقبل المساء إليه إساءة المسيء دون غضب، أو توتر، أو قلق، أو شعور بالإهانة عند فعلها.

« ثالثاً: كظم الغيظ: وهو أقل مستويات التسامح، وهو تلك العملية النفسية التي تحمل الغضب من الإساءة والامتناع الارادي عن الانتقام من المسيء، ليس لشيء سوى طلب مرضاة الله.

• معوقات التسامح:

هناك الكثير من المعوقات التي تعمل على إعاقة عملية التسامح بين المسيء والمساء إليه، والتي قد تؤدي إلى فشلها ومنها ما يلي:

« غضب المسيء وحيله الدفاعية نحو التسامح، الناتجة عن عدم رغبته في الاعتراف بالذنب، وإبداء الاعتذار، حتى لا يشعر المساء إليه بالرضى حول ذلك.

« شعور المسيء بأن التسامح والتعبير عن التوبة إنما هو اعتراف بفعل الإساءة، الذي قد يعرضه للانتقاد، وهذا يحتاج للتواضع.

« إدراك المسيء بأنه مظلوم، وأن هذا الاتهام المنسوب إليه جائر، وأنه أتهام خاطئ ومبالغ فيه، أي أن أفعالهم المشينة هي أقل إيذاء وخطورة.

« خوف المسيء من تحمل مسؤولية فعله، وما يترتب على ذلك من خسائر واقعية شديدة.

« شعور المسيء بالخزي عند ابداءه للتسامح، خاصة عندما يتطلب الأمر التوسل علانية من المساء إليه، أو تقديمه تعوضاً له.

« خوف المساء إليه من تكرار المسيء لإساءته، وفتح آفاقاً، وطرقاً للاعتداءات المستقبلية.

« اعتقاد المساء إليه بأن العدل لن يفيد، حيث يعتقد الكثير بأن العضو عن الإثم انتهاكاً للعدالة.

« عندما يرى المساء إليه بأن الشخص الذي آذاه لا يستحق الحب، بل الغضب والعقاب.

« عندما يعتقد المساء إليه بأن التسامح ما هو إلا موافقه على الفعل السيء.

« عندما يعتقد المساء إليه بأن الحصول على الحق في عدم التسامح.

« عندما يعتقد المساء إليه بأنه لا بد من مواجهة أخطاء الآخرين

« اعتقاد المساء إليه وخوفه الشديد من أن يصفه الآخرون بالضعف إزاء تنازله عن حقوقه (بكار، ٢٠٠٦؛ جامبولسكي، ٢٠٠٧؛ الفقي، ٢٠٠٨).

ويظهر لدى الباحث من خلال عرض هذه المعوقات بأن منها ما هو صادر عن المسيء، ومنها ما هو صادر عن المساء إليه، وبأن بعضها مرتبط بجانب معتقدات الفرد (المسيء والمساء إليه) التي قد تؤدي به إلى الخوف أو الشعور بالخزي أو عدم الجدوى من التسامح.

- النماذج المفصلة لعملية التسامح:
- أولاً: نموذج إنريغ Enrigh في الارتقاء الأخلاقي للتسامح:
يقوم نموذج إنريغ Enrigh المشار له في (موليت وجيرارد، ٢٠١٥) بتقسيم التسامح لستة مراحل ارتقائية، تبدأ بالمرحلة الدنيا للتسامح، متجهة نحو مراحلها العليا، والتي يمكن عرضها بالشكل التالي:
- المرحلة الأولى: التسامح ذو النزعة الانتقامية.
وهي المرحلة التي يقرر المساء إليه بأنه قادر على التسامح من الشخص الذي أخطأ في حقه فقط، عندما يتمكن من إيذائه إيذاءً مماثلاً للأذى الذي ألحقه به.
- المرحلة الثانية: التسامح المشروط أو التعويضي.
وفي هذه المرحلة يقرر المساء إليه بأنه قادر على التسامح شريطة استعادة كل ما سلب منه، أو تعويضه عن الأذى الذي لحق به.
- المرحلة الثالثة: التسامح المتوقع.
وهذه المرحلة يكون التسامح فيها من قبل المساء إليه بسبب ضغوط خارجية من الآخرين، وذلك بتوقعهم بأنه سوف يسامح من أساء إليه.
- المرحلة الرابعة: التسامح القانوني المتوقع.
وهي المرحلة التي تلعب فيها فلسفة المساء إليه، أو تعاليم دينية، أو ثقافته، دوراً كبيراً في تسامحه.
- المرحلة الخامسة: التسامح بوصفه تناغماً اجتماعياً.
وفي هذه المرحلة يتسامح المساء إليه من أجل الحفاظ على علاقاته الاجتماعية، وذلك في سبيل إبقائها آمنة.
- المرحلة السادسة: التسامح بوصفه حياً.
وهي المرحلة التي يحدث من خلالها التصالح بين طرفي التسامح (المساء إليه، والمسيء) ويقتل معها باب الانتقام، إنها أرقى مراحل التسامح، حيث يتسامح فيها المساء إليه لأنه يرى بأن التسامح يعزز الإحساس الحقيقي بالحب، وبأن الآخرين مهمين بالنسبة له، مما يجعل إساءتهم له غير مؤثرة على حبه لهم.
- ثانياً: نموذج المراحل الثلاث للتسامح لدى الأزواج:
يفترض كل من جولدن Golden وبوكم Baucom المشار لهما في (كوب وآخرون، ٢٠١٥) بأن الزوجين عندما يواجهون خبرة صادمة كالإساءات الجسدية، أو العاطفية، فإنهم يمرون بثلاث مراحل للتسامح وهي كالتالي:
- المرحلة الأولى: الاستغراق في الصدمة الشخصية ومعاناة أثرها:
وتتضمن هذه المرحلة ثلاث أنواع من الاستجابات هي:
◀◀ الاستجابات المعرفية: وفيها يحاول الفرد فهم ما حدث، بحيث يصبح واعياً بسلوك شريك حياته، محاولاً تفسيره بدقة، للوصول للأسباب التي أدت إليه.
◀◀ الاستجابات الوجدانية: وهي مصاحبة للاستجابات المعرفية، حيث تظهر على الزوج المجروح العديد من الاضطرابات الانفعالية، كالغضب، والخوف، والجمود، واللامبالاة.

« الاستجابات السلوكية: يصبح سلوك الزوج المجروح غير آمن، وفي بعض الأحيان غير مفهوم، ويصعب التنبؤ به.

• المرحلة الثانية: محاولة إيجاد معنى لما حدث، بالإضافة إلى متضمنات هذا الفهم الجديد: حيث يقوم شريك الحياة المصدوم في هذه المرحلة، باكتشاف، وتفسير، وفهم أسباب الأحداث الصادمة، وإعادة بناء المعتقدات المتعلقة بشريك الحياة، والعلاقة الزوجية التي تم اختراقها.

• المرحلة الثالثة: مواصلة الفرد لحياته في سياق مجموعة جديدة من المعتقدات عن العلاقة الزوجية:

وتسمى مرحلة " الانتقال"، حيث لا بد على الزوج أو الزوجة اللذين تعرضا للحدث الصادم تجاوز ذلك، وعدم السماح لهذا الحدث بأن يسيطر على حياته أو حياتها، والعمل على كف الانفعالات السلبية عن التحكم في أفكار وسلوكيات الطرف المجروح، وتخليه عن حقه في معاقبة رفيقة المسيء، وفي نهاية هذه المرحلة ثلاثة أهداف على المتسامح أن ينجزها وهي كالتالي:

« تطوير تصور واقعي ومتوازن عن العلاقة.

« تعلم التحرر من تحكم الانفعال السلبي فيه، أي التحرر من المشاعر السلبية التي يكنها للطرف المسيء.

« التخلي طواعية عن حقه في أن يعاقب الطرف المسيء على سلوكه السيء.

• الاستراتيجيات العلاجية لنموذج المراحل الثلاث للتسامح بين الأزواج: يشير كوب وآخرون (٢٠١٥) إلى أن العلاج في نموذج المراحل الثلاث للتسامح بين الأزواج يمر بثلاث مراحل، كما يلي:

« أولاً: في الجلسات الأولى للعلاج يتم استخدام استراتيجيات معرفية سلوكية لمساعدة الأزواج على تطوير المهارات التي تكبح وتنظم انفعالاتهم، كذلك تشجيعهم على مناقشة التأثير الذي أحدثه هذا الموقف السيء وتحديد ردود أفعالهم حوله.

« ثانياً: يتحول العلاج بعد ذلك إلى منحى الاستبصار، من أجل مساعدتهم على اكتشاف العوامل المساهمة في حدوث الموقف، وتغيير هذه الأمور التي دفعت الأزواج لهذه المواقف، وفهم وتفهيم كلا الزوجين للآخر لأقصى درجة ممكنة.

« ثالثاً: ثم يتحول العلاج في مرحلته الثالثة إلى التركيز على الحاضر والمستقبل، مستخدماً استراتيجيات معرفية سلوكية، ليقوم الأزواج ومدى قابليتهم للاستمرار في العلاقة الزوجية، ومدى إمكانية حدوث تغيير إيجابي فيها.

• ثانياً: الأفكار اللاعقلانية.

• مفهوم الأفكار اللاعقلانية.

يعد مفهوم الأفكار اللاعقلانية من المفاهيم المهمة التي أثارت جدلاً واسعاً بين علماء النفس، مما جعله يحظى بالاهتمام من قبل الدراسات والأبحاث المختلفة

عالمياً، وعربياً، ومحلياً، وذلك لكونها مكوناً أساسياً من مكونات الشخصية (ميرزا، ٢٠١٣).

ويذكر العويضة (٢٠٠٩) بأن الأفكار الخاطئة، واللاعقلانية كانت معروفة منذ زمن بعيد، إلا أن لإليس (Ellis) الفضل الكبير في إدخال هذا المفهوم ضمن التراث السيكولوجي كمعنى ذو دلالة علمية.

ويشير العطاس (٢٠١٤) بأن علماء المسلمين قد تناولوا دور الأفكار وتأثيرها على السلوك، كالإمام أبو حامد الغزالي الذي يرى بأن الأساس العقلي السليم، والناضج في مختلف عملياته العقلية، كالإدراك، والتعرف، والفهم، والتخيل، يعتبر مصدراً للسلوك الخلقى الراقي والسليم.

ويقصد بـ "لا عقلي" "Irrational" أي ما لا يتفق مع العقل، والسلوك السوي للإنسان العاقل ويخالفه، أي أنه منافي للعقل والمنطق والتفكير المنطقي، أما "عقلي" "Rational" فهي القدرة على الاستدلال العقلي المنطق مع التكفير السليم، والسلوك المتعقل هو السلوك القائم على التفكير السليم، والاستنتاج المناسب منطقياً للموقف، والمبني على الاستبصار الذهني (الدسوقي، ١٩٩١: ١٢٢٤، ١٢٢٣).

ولقد عرف إليس (Ellis, 1977: 117) الأفكار اللاعقلانية بأنها "الأفكار السالبة، الخاطئة، الذاتية، الخالية من الموضوعية، وغير المنطقية، والتي لا تتفق مع أمكانيات الفرد الواقعية، نشأت بسبب توقعات وتعميمات خاطئة قائمة على الاحتمالية والتهويل والمبالغة".

ويضيف إليس (Ellis, 1991: 116) بأن الأفكار اللاعقلانية ماهي إلا "أفكار لا واقعية، ومطلقة، ومتصلبة، وغير مرنة، تأتي على شكل يجب، يلزم، ينبغي، من الضروري".

كما يعرف سيد (٢٠٠٢: ١٣) الأفكار اللاعقلانية بأنها "الأفكار الخاطئة التي يتبناها الزوج أو الزوجة عن نفسيهما، وعن الآخرين، وعن مواقف حياتهم اليومية، والتي تؤدي تدريجياً عند استمرارها إلى تدمير الذات، وسوء التوافق الزواجي".

ويعرفها بلان (٢٠٠٧: ٢٠٧) بأنها "الأفكار غير المنطقية وغير الواقعية والمطلقة، وهي تقف عائقاً أمام تحقيق الفرد لأهدافه، وتقوده إلى الاضطراب النفسي".

وتذكر عبدالغفار (٢٠٠٧: ٦٤٧) تعريفاً آخراً للأفكار اللاعقلانية تشير فيه إلى أنها "تلك التعبيرات والتصورات السلبية حول الذات، التي تطرأ على تفكير الفرد بشكل متكرر وتلقائي".

ويلاحظ الباحث بأن التعريفات السابقة للأفكار اللاعقلانية تؤكد على أنها أفكار مبنية على تصور غير واقعي، وغير عقلاني، يتبناه الفرد حول المواقف التي يمر بها، متمسكاً بذلك ليكون معتقدات خاطئة، مما يؤدي به للاضطراب النفسي.

• نظرية العلاج العقلاني الانفعالي (RET):

يقوم العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي RET على تعلم الافراد كيفية التعامل مع اعتقاداتهم، وافعالهم الانفعالية والسلوكية في احداث حياتهم، حيث تمثل الاعتقادات المطلقة وغير الواقعية التي يتم تعلمها على هيئة "يجب"، "لابد"، "يتحتم" أساس الاضطراب الانفعالي والسلوكي (محمد، ٢٠٠٠).

وقد قدم إليس Ellis مجموعة من الأفكار حول طبيعة الإنسان والاضطرابات الانفعالية التي يعاني منها، والتي يرى بأنها نتيجة للتفكير الغير عقلائي والغير منطقي (باترسون، ١٩٨١).

• نظرة النظرية العقلانية الانفعالية للطبيعة الإنسانية:

يقوم العلاج العقلاني الانفعالي على بعض التصورات والافتراضات، ذات العلاقة بطبيعة الإنسان، وتعاسته، واضطراباته النفسية التي يعاني منها، وهي كالتالي :

« أولاً: يرى إليس بأن الإنسان عقلائي ولا عقلائي في الوقت نفسه، فهو قادر عندما تواجهه مشكلة معينة أن يستخدم النهج العقلاني للوصول إلى نتائج أكثر إيجابية، أو استخدام النهج الغير عقلائي للوصول إلى عواقب سلبية غير صحيحة (Ellis, 2004).

« ثانياً: يشير إليس إلى أن الأفكار اللاعقلانية متعلمة منذ سن مبكرة (الطفولة)، من خلال الأسرة، والثقافة، والمجتمع، وخاصة من الآباء، فيتعلم الفرد كيف يفكر ويشعر بأشياء حول نفسه وحول الآخرين، لتتكون لديه أفكار عقلانية وأخرى غير واقعية (الشناوي، ١٩٩٥).

« ثالثاً: يؤكد إليس على أن الفرد يتأثر بأفكار الآخرين وبالعواطف السلبية "القلق، الشعور بالذنب، الحقد" بدرجة كبيرة، كما يصر على أن اللوم هو السبب الجوهرى لمعظم الاضطرابات الانفعالية، وبأن علينا أن نتوقف عن لوم الآخرين، فالكل مسؤول عن سلوكه (كوري، ٢٠١١).

« رابعاً: يذكر إليس أن التفكير البشري والعواطف مترابطة، وبأن التفكير هو السبب الرئيسي للعواطف، وبأننا إن أردنا ضبط العواطف فعلياً أولاً ضبط التفكير، حيث يراهما شيئاً واحداً (Ellis, 2004).

« خامساً: كما يرى إليس بأن الانسان يعبر عن مشاعره وأفكاره بألفاظ كلامية، حيث يحتفظ بالسلوك الغير عقلائي بداخله، بسبب الحديث الداخلي الذي يتكون عادة من التفكير غير المنطقي المصاحب للاضطرابات الانفعالية، والمستمر باستمرارها (باترسون، ١٩٨١).

« سادساً: يشير إليس بأن المشكلات النفسية التي تصيب الأفراد، سببها حديث النفس الداخلي الذاتي، فهو عادة ما يكون سبباً في الاضطرابات الانفعالية (العزة وعبد الهادي، ٢٠١٥).

« سابعاً: يؤكد إليس على أن تأثير الأحداث الخارجية غير مباشر في سلوك الفرد، لأن الانسان ليس مسير بالكلية، ولأن مشاكله ناتجة عن تفكيره،

ومعالجته وتفسيره لهذه الأحداث الخارجية، وليس بسبب الأحداث نفسها (الزيود، ١٩٩٨).

« ثامنا: يرى إليس من خلال علاجه العقلاني الانفعالي ضرورة مهاجمة الأفكار اللاعقلانية، وإعادة تنظيم الإدراك والتفكير بدرجة يصبح معها الفرد منطقيا، متعلقا، ولا يكون منفعلا وسلبيا (الشناوي، ١٩٩٥).

« تاسعا: يشير إليس إلى أن الأشخاص يميلون لتقييم سلوكهم وأعمالهم بـ "هذا حسن"، و "هذا سيء"، على أساس إنجازاتهم، مما يؤثر في تقديرهم لذواتهم، الأمر الذي يؤثر في مشاعرهم وتصرفاتهم، مما يؤدي إلى الكثير من الاضطرابات العاطفية (العزة وعبد الهادي، ٢٠١٥).

• المفاهيم الأساسية لنظرية العلاج العقلاني الانفعالي:

لقد صاغ إليس مجموعة من المفاهيم الأساسية لنظريته الخاصة بالعلاج العقلاني الانفعالي، والتي تعمل على تفسر علاقة الأفكار اللاعقلانية بالاضطراب النفسي، ومن هذه المفاهيم:

« أولا: الاستعدادات البيولوجية: حيث يولد البشر ولديهم الاستعدادات لأن يكونوا عقلانيين وغير عقلانيين. (الصائغ والرويدي، ٢٠١١).

« ثانيا: التأثير الحضاري: حيث يتعلم الأشخاص المعتقدات اللاعقلانية من مجتمعهم المحيط بهم، خاصة من الأناش المهمين في حياتهم منذ سن الطفولة (الزيود، ١٩٩٨).

« ثالثا: التفاعل بين الأفكار والمشاعر والتصرفات: فالأفراد العاديين يفكرون ويشعرون ويتصرفون، وذلك بشكل تفاعلي وتبادلي، لذلك التغيير في الأفكار يؤدي إلى تغيير في المشاعر والتصرفات بشكل أكبر من التغيير في المشاعر أو التصرفات (الشناوي، ١٩٩٥).

« رابعا: قوة تأثير العلاج المعرفي: حيث يشير إلى أن إحداث تغيير جوهري في الجانب المعرفي للشخص، كفيل بإحداث تغييرات مهمه في العديد من الانفعالات والسلوكيات (أبو أسعد وعربيات، ٢٠١٥).

« خامسا: التفكير اللاعقلاني وعلاقته بالاضطراب: يرى إليس بأن كل الاضطرابات والانفعالات الشديدة سببها الأفكار وليست الخبرات أو الأحداث (كوري، ٢٠١١).

« سادسا: أهمية الاستبصار: إن العلاج العقلاني الانفعالي يهدف إلى اكساب المسترشد ثلاث أنواع من الاستبصار هي:

- ✓ أن سبب الاضطرابات الشخصية هي الأفكار اللاعقلانية، وليست الأحداث الماضية، أو الحاضرة.
- ✓ أن يعترف المسترشد بأنه مسؤول عن اضطراباته الانفعالية، وأن عليه مواجهتها.
- ✓ أن يعترف المسترشد بأن النوعين الأولين من الاستبصار غير كافيين، وأن تأثيرهما وقتيا، وأن تصحيح الاضطرابات الإنفعالية التي نشأت من خلال تفكيره اللاعقلاني تتطلب عملا صعبا وجادا ومستمر (مليكة، ١٩٩٠).

• نموذج (ABC):

يرى إليس بأن سبب الاضطرابات الانفعالية التي يرمز لها بالرمز (C)، هو تفكير الفرد الذي يرمز له بالرمز (B)، فعلى الرغم من أن الحدث أو الموقف الذي يرمز له بالرمز (A) يقع قبل الاضطراب الانفعالي، إلا أنه ليس هو السبب الرئيسي المباشر للاضطرابات الانفعالية (بلان، ٢٠٠٧).

• تطور نموذج (ABC)

إن المتتبع لكتابات إليس Ellis، وكتابات الآخرين عن هذه النظرية، يجد بأن هذا النموذج لم يتوقف عند الخطوة (C)، ولكن تعدها إلى الخطوات (D)، و (E)، و (F)، حيث تطور هذا النموذج من (ABC) إلى (ABCDEF) على النحو التالي:

◀◀ A = (Activating Event): ويقصد بها الحدث البسيط أو الخبرة المنشطة.

◀◀ B = (Belief): ويقصد بها المعتقدات غير العقلانية المدمرة للذات.

◀◀ C = (The emotional Consequence): ويقصد بها النتائج السلوكية والانفعالية، التي كلما كان نظام المعتقدات عقلانياً، كلما كان السلوك سويًا، وكلما كان نظام المعتقدات غير عقلاني، كلما حدث الاضطراب الانفعالي.

◀◀ D = (Disputing Intervention): ويقصد بها المداخلة وتحديد الأفكار غير العقلانية، ودحضها، وتفنيدها، ومناقشتها، والتشكيك في صحتها.

◀◀ E = (Effect): وهو أساس الإرشاد العقلاني الانفعالي، حيث يقصد به الأثر في التغيير المعرفي في نظام المعتقدات.

◀◀ F = (Feeling): ويقصد بها الشعور الجديد والفكر والمعتقد المنطقي الذي يقلل من الاضطراب النفسي (كوري، ٢٠١١).

ويمكن أن نفهم من الطرح السابق لنظرية (ABCDEF)، بأنه عندما يتعرض الشخص لحدث (A) (Activating Event) (كإطلاق مثلاً)، فإن معتقدات الشخص (B) (Belief) وأفكاره (يرى نفسه بأنه فاشل مثلاً وغير قادر على بداية حياة زوجية جديدة)، تلعب دوراً كبيراً ومهماً في حدوث الانفعالات والسلوكيات (C) (The emotional Consequence) (كالقلق والتوتر بسبب الطلاق)، وعندما تكون النتائج السلوكية والانفعالية سلبية ناتجة عن معتقدات وأفكار لا عقلانية، يأتي دور العلاج العقلاني الانفعالي "المرشد" في المداخلة (D) (Disputing Intervention) حيث يتم تحديد الأفكار اللاعقلانية ليتم مهاجمتها ودحضها وتفنيدها (يتم دحض الفكرة السابقة الغير عقلانية عن الطلاق واستبدالها بالفكرة العقلانية التالية: بأن فشل الشخص هو بداية طريق آخر للنجاح)، الأمر الذي يؤدي إلى تغيير معرفي في نظام المعتقدات والأفكار (E) (Effect)، مما يؤدي إلى تراجع المرشد عن أفكاره اللاعقلانية السابقة، حيث يظهر لديه شعور جديد حول الحدث (F) (Feeling) (شعور القدرة على النجاح في بداية حياة زوجية جديدة).

ويرى الباحث بأن الأفكار اللاعقلانية موجودة في معظم المجتمعات البشرية، بل قد تختلف من زمان لآخر، فقد تظهر مع كل تقدم زمني أفكار لا عقلانية جديدة، وهذا يتفق مع ما تم ذكره سابقا، فبعد أن أوضح إيليس Ellis للإحدى عشرة فكرة اللاعقلانية، أتى من بعده الريحاني في (١٩٨٥) بفكرتين لا عقلانيتين تم ملاحظتها من خلال دراسته، ثم أتى من بعده أبراهيم (١٩٩٤) بفكرة لاعقلانية، ثم أتى من بعده الشريبي (٢٠٠٥) بثلاث أفكار لاعقلانية، وقد يأتي من بعدهم من يطرح أفكار لا عقلانية قد تظهر في مجتمع ما، وزمن ما أيضا .

• الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين:

أهتم إيليس في بداية حياته العملية بالإرشاد المتعلق بالحياة الزوجية، حيث كان يعتقد في بداية الأمر إلى أن المشكلات الزوجية هي نتيجة نقص في المعلومات والمعرفة المناسبة، إلا أنه تنبه فيما بعد إلى أن السبب ليس فقط نتيجة هذا النقص المعرفي، بل هناك اضطرابات عاطفية يعانون منها، ثم أصبح بعد ذلك مقتنعا بأمر غاية في الأهمية وهو أن السلوك اللامنطقي والعصابي المتعلم منذ الطفولة يستمر في الظهور حتى في حالة عدم تعزيره، وذلك لأن الأفراد يستمرون في تعزيز أنفسهم، الأمر الذي جعله يعمل على تعليم مسترشديه كيفية تغير تفكيرهم بشكل أكثر عقلانية ومنطقية (العزة وعبدالهادي، ٢٠١٥) .

ويذكر إيليس في علاجه العقلاني الانفعالي بأن الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين تعتمد بشكل رئيس على معتقداتهم، إذ أن رد فعل الزوج أو الزوجة تجاه سلوك شريك الحياة ليس نتيجة السلوك أو الحدث بشكل مباشر، بل يتأثر بمعتقدات الفرد، وتفسير هذه المعتقدات للحدث، والتي تحتوي أفكارا لا عقلانية تكون هي المسؤولة عن الصراعات الزوجية (ميرزا، ٢٠٠٧) .

ويرى كثير من الباحثين في العلاج العقلاني الانفعالي بأن الأسرة تنقسم من خلال أدائها لوظائفها إلى أداء وظيفي عقلاني، وأداء وظيفي غير عقلاني، حيث يرون بأن جميع الأسر بقسميها تتعرض للمشكلات الزوجية التي قد تكون في بعض الأحيان صعبة الحل، إلا أنهم يرون الفرق بين النوعين من الأسر في كيفية تناول الصعوبات التي تواجههم، فالأسرة ذات الأداء الوظيفي العقلاني يكون تناولها للصعوبات بشكل عقلاني من خلال المناقشات العقلانية، والتي قد تكون ساخنة في بعض الأحيان لكنها جيدة في نفس الوقت وتؤدي إلى عدم تضخيم المشكلات، بينما نجد تناول النوع الآخر من الأسر التي يكون أدائها الوظيفي غير عقلاني للصعوبات بشكل سيء، مما يحولها إلى مشكلات قد تعيق تقدم الحياة الزوجية الأسرية (كفاي، ١٩٩٩) .

وتلعب الأفكار اللاعقلانية دورا مهما ليس في العلاقات الزوجية فحسب، بل حتى في تأخير مولد هذه العلاقة العظيمة، وذلك بتأثيرها في عزوف الشباب عن الزواج، حيث يحمل بعض الشباب أفكارا لاعقلانية تجاه الزواج تدفعهم لتأخير ارتباطهم بشريك حياتهم، كنظرتهم للزواج نظرة حسابية خالية من الجوانب الوجدانية العاطفية مفتقرة للمعاني السامية، فالزواج عندهم سلب للحرية، وهم

وقلق، وشر لا يبد منه، وقاتل للذات، وسارق للسعادة، وغير ذلك من المعتقدات اللاعقلانية التي تدفعهم لتأخير الزواج، وهذا ما أشار إليه خليل (٢٠٠٩) في دراسته التي هدفت إلى معرفة دوافع العزوف عن الزواج والعلاقات الجنسية غير الشرعية، على عنيه بلغت (١٠٠٠) رجل وامرأة، حيث توصلت إلى أن البنية المعرفية والأفكار اللاعقلانية التي يحملها الشباب تجاه الزواج دافع من دوافع تأخر عزوفهم عن الزواج.

• إجراءات الدراسة:

• منهج الدراسة:

اعتمد الباحث على المنهج (الوصفي _ الارتباطي)، لمناسبته لأهداف وأسئلة الدراسة.

• مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من بعض العاملين المتزوجين بمدينة جدة خلال العام ١٤٣٧/١٤٣٨ هـ.

• عينة الدراسة:

• إجراءات اختيار عينة الدراسة.

نظراً لحجم مجتمع الدراسة الكبير، وكونه غير محدد وغير معروف لدى الدراسة الحالية، تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة المتيسرة المتاحة من المتزوجين العاملين بمدينة جدة وفقاً للمعايير التالية:

◀ أن تتكون عينة الدراسة من المتزوجين والمتزوجات بمدينة جدة.

◀ أن تكون العينة من العاملين بمدينة جدة.

◀ أن تتكون عينة الدراسة من مختلف الخلفيات التعليمية، ومختلف عدد سنوات الزواج، ومن الجنسين.

• عينة الدراسة الحالية:

تكونت عينة الدراسة الحالية من (٣١٨) من المتزوجين العاملين بمدينة جدة تبعاً لمتغيرات الدراسة وهي (الجنس، المستوى التعليمي، عدد سنوات الزواج)، حيث تم توزيع (٣٥٠) استبانة في بداية الأمر يدوياً وإلكترونياً، واستطاع الباحث أن يحصل على (٣١٨) استجابة، وبعد فحصها تم استبعاد عدد (٣٢) استبانة، وذلك لعدم استجابة العينة عليها بشكل صحيح، ليصبح عدد الاستبانات الصالحة لأغراض التحليل الإحصائي (٣١٨) استبانة، وهو ما يمثل نسبة (٩٠.٨%) من الاستبانات التي تم توزيعها، ويوضح الجدول (١) بالأسفل توزيع عينة الدراسة تبعاً لمتغيرات الدراسة.

• أداة الدراسة.

• عينة الدراسة الاستطلاعية:

تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (٥٠) متزوجاً ومتزوجةً من العاملين بمدينة جدة في العام ١٤٣٧ - ١٤٣٨ هـ، وتم اختيارهم من خارج عينة الدراسة من أجل التحقق من صلاحية أدوات الدراسة.

العدد المئة وواحد وأربعون ج ٢ .. يناير .. ٢٠٢٢ هـ

جدول (١) يبين توزيع عينة الدراسة وفقاً لتغير (الجنس، المستوى التعليمي، عدد سنوات الزواج).

| متغير الجنس | الذكور | العدد | ١٥٧ | النسبة | ٤٩.٤% |
|------------------------|-----------------------|-------|-----|--------|-------|
| | الإناث | العدد | ١٦١ | النسبة | ٥٠.٦% |
| متغير المستوى التعليمي | العدد الإجمالي | العدد | ٣١٨ | النسبة | ١٠٠% |
| | جامعي فأكثر | العدد | ٢١٠ | النسبة | ٦٦.١% |
| | المرحلة الثانوية | العدد | ٧٨ | النسبة | ٢٤.٥% |
| | المرحلة المتوسطة فأقل | العدد | ٣٠ | النسبة | ٩.٤% |
| متغير عدد سنوات الزواج | العدد الإجمالي | العدد | ٣١٨ | النسبة | ١٠٠% |
| | ٥-١ سنوات | العدد | ٧٨ | النسبة | ٢٤.٥% |
| | ١-٥ سنوات | العدد | ٧٤ | النسبة | ٢٣.٣% |
| | ١٥-١٠ سنة | العدد | ٦٦ | النسبة | ٢٠.٨% |
| | ١٥ سنة فأكثر | العدد | ١٠٠ | النسبة | ٣١.٤% |
| | العدد الإجمالي | العدد | ٣١٨ | النسبة | ١٠٠% |

• أولاً: مقياس التسامح.

قامت بإعداد هذا المقياس شقير (٢٠١٠).

• الهدف من المقياس:

تمثل الهدف من المقياس في قياس التسامح لدى فئات عمرية مختلفة (مراهقون، راشدون، ووسط العمر).

• وصف المقياس

يتكون المقياس من (٢٤) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد، ويتضح توزيعها من خلال الجدول (٢) التالي:

جدول (٢) توزيع فقرات مقياس التسامح على أبعاده الثلاثة

| أرقام العبارات | | | | | | | | | | البعد | | |
|----------------|--|--|--|--|----|----|----|----|----|-------|------------------|-------------------|
| | | | | | ٦ | ٥ | ٤ | ٣ | ٢ | ١ | التسامح مع الذات | |
| | | | | | ١٣ | ١٢ | ١١ | ١٠ | ٩ | ٨ | ٧ | التسامح مع الآخر |
| | | | | | ٢٤ | ٢٣ | ٢٢ | ٢١ | ٢٠ | ١٩ | ١٨ | التسامح مع الموقف |

• طريقة تصحيح المقياس:

تتدرج الاستجابات أسفل كل عبارة من عبارات مقياس التسامح على النحو التالي:

◀ استجابة التسامح الخفيف (البسيط): يحصل المستجيب عند اختياره لهذه الاستجابة على درجة واحدة.

◀ استجابة التسامح المتوسط (المعتدل): يحصل المستجيب عند اختياره لهذه الاستجابة على درجتين.

◀ استجابة التسامح الشديد (الكبير): يحصل المستجيب عند اختياره لهذه الاستجابة على ثلاث درجات، وهذا يعني أنه كلما ارتفعت الدرجة التي حصل عليها المستجيب في العبارة، كان أكثر تسامحاً،

• الخصائص السيكومترية لمقياس التسامح في صورته الأصلية:

قامت شقير (٢٠١٠) بتقنين المقياس على عينة من الذكور والإناث مكونة من (٥٤٠) من المراهقين ومتوسطي العمر والراشدين، ومن مراحل تعليمية مختلفة

وعاملين بالجامعة، حيث يبلغ عدد المراهقين (٢١٠)، وعدد متوسطي العمر (٢٥٠)، وعدد الراشدين (٨٠) فرادا.

• **أولا: صدق المقياس:**

• **صدق التكوين:**

لقد تم حساب صدق مقياس التسامح (التكوين)، حيث تم تطبيق المقياس على عينة الدراسة الكلية والبالغة (٥٤٠) طالبا وطالبة، ومن ثم تم حساب معاملات الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية، وقد أشارت النتائج إلى ارتفاع معامل الارتباط لجميع العبارات والتي كانت جميعها دالة عند مستوى (٠.٠١) مما يؤكد صدق المقياس..

• **الصدق التمييزي:**

استخدمت شقير (٢٠١٠) الصدق التمييزي، وذلك للكشف عن الفروق بين الجنسين وكذلك الفروق العمرية بين فئات عمرية مختلفة في التسامح وكانت جميعها دالة عند مستوى (٠.٠١) أي أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين كل من الذكور والإناث لصالح الإناث، وبين المجموعات العمرية لصالح وسط العمر يليها المراهقة، وبذلك كان المقياس قادرا على التمييز بين الفئات العمرية المختلفة، وكذلك بين الجنسين، مما يطمئن على صدق إمكانية استخدامه في القياس.

• **صدق الملئ:**

استخدمت شقير (٢٠١٠) مقياس جودة الحياة من إعداد: شقير على عينة التقنيين البالغ عددها (٦٠) طالبا وطالبة (المعيار الثالث منه فقط) والذي يقيس الانتماء والقيم الخلقية والدينية والاجتماعية على ذات العينة، حيث بلغ معامل الارتباط بين المقياسين (٠.٨٣٢) مما يدل على صدق المحك.

• **ثانيا: ثبات المقياس:**

لحساب ثبات مقياس التسامح قامت شقير (٢٠١٠) بتطبيق المقياس، ومن ثم تم استخراج معامل الثبات بالطرق التالية: ألفا كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية، وطريقة التطبيق وإعادة التطبيق.

◀ طريقة ألفا كرونباخ: وتم حساب معامل ألفا على عينة من الذكور والإناث بلغت (٤٦٠) من طلاب كلية التربية جامعة طنطا (مرحلة الليسانس - الدراسات العليا)، حيث كانت معاملات الثبات مرتفعة للمجموعات الثلاث على حد سواء.

◀ طريقة التجزئة النصفية: تم حساب التجزئة النصفية من خلال تقسيم مواقف المقياس إلى نصفين (الزوجية - الفردية)، وكان معامل الارتباط بين نصفي المقياس (٠.٨٢٠)، وبلغ معامل الثبات باستخدام سبيرمان براون (٠.٨١٤) وهو معامل ثبات مرتفع ويدل على ثبات المقياس.

◀ التطبيق إعادة التطبيق: تم تطبيق المقياس على عينة من الجنسين بلغت ٦٠ طالب وطالبة من كلية التربية جامعة طنطا بفاصل زمني بلغ بينهما ٤٥

يوماً، حيث توصلت النتائج إلى أن جميع معاملات الارتباط موجبة ومرتفعة ودالة على مستوى (٠.٠١) مما يدل على ثبات المقياس.

وقد تم استخدام هذا المقياس في الدراسة الحالية لتشابه خصائص أفراد العينة التي تم تقنينه عليها مع خصائص أفراد عينة الدراسة الحالية.

• الخصائص السيكومترية لمقياس التسامح في الدراسة الحالية:

• أولاً: صدق المقياس:

للتحقق من الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات) لمقياس التسامح في الدراسة الحالية ومدى ملائمته لخصائص عينة الدراسة وبيئتها، قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية تشابه العينة الأصلية من حيث الخصائص ومن نفس المجتمع مكونة من (٥٠) زوج وزوجة من العاملين بمدينة جدة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية، ولإيجاد صدق الأداة تم استخدام معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للمقياس ويتبين أن جميع فقرات مقياس التسامح لها ارتباط جيد بالدرجة الكلية وذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $(\alpha = 0.01)$ ، وتراوحت معاملات الارتباط بين (٠.٣١٢ - ٠.٧٢١)، وهي معاملات ارتباط جيدة وقوية، وبذلك تم التأكد من أن المقياس يتمتع بدلالات صدق المفهوم.

كما تم حساب صدق أبعاد المقياس (باستخدام طريقة الاتساق الداخلي)، حيث تم تطبيق المقياس على العينة المكونة من (٥٠) مفحوصاً لإيجاد صدق الأداة، وتم استخدام معاملات الارتباط بين الفقرات ودرجة البعد الذي تنتمي إليه، حيث تبين أن جميع فقرات مقياس التسامح تنتمي للأبعاد الذي تنتمي إليه وبالتالي يتصف المقياس بصدق الاتساق الداخلي. وقد تراوحت معاملات ارتباط بعد التسامح مع الذات بين (٠.٤٥١ - ٠.٩٠٩)، وتراوحت معاملات ارتباط بعد التسامح مع الآخر بين (٠.٣٣٠ - ٠.٧٥٨)، كما تراوحت معاملات ارتباط بعد التسامح مع الموقف بين (٠.٣١٢ - ٠.٦٣٦) مما يدل على أن المقياس يتمتع بدلالات صدق المفهوم بدلالات معاملات ارتباط أبعاده، وصالح للاستخدام في الدراسة الحالية.

• ثانياً: ثبات المقياس:

لحساب ثبات مقياس التسامح، تم تطبيق المقياس على عينة من (٥٠) زوجاً وزوجة من العاملين بمدينة جدة، ومن ثم تم استخراج معامل الثبات بالطرق التالية: ألفا كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية، وتبين أن معاملات الثبات للأبعاد تراوحت بين (٠.٧٠ - ٠.٧٨) وهي معاملات ثبات جيدة، كما بلغ معامل الثبات الكلي بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس التسامح (٠.٨٢) وهو معامل ثبات مرتفع ويدل على أن المقياس يتصف بالثبات بطريقة ألفا كرونباخ. أما معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية للأبعاد تراوحت بين (٠.٧٥ - ٠.٩١) وهي معاملات ثبات مرتفعة، كما بلغ معامل الثبات للدرجة الكلية للمقياس (٠.٨٠) وهو معامل مرتفع ويدل على أن المقياس يتصف بالثبات.

• **ثانياً: مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين:**
 قام بإعداد هذا المقياس سيد (٢٠٠٢)، والذي يعد المقياس الوحيد عربياً (في حدود علم الباحث) الذي يقيس الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين، وسيستخدم الباحث هذا المقياس لمناسبته لأغراض الدراسة الحالية.

• **الهدف من المقياس:**

تمثل الهدف من المقياس في التعرف إلى الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين.

• **وصف المقياس:**

يتكون مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين من (٦٤) فقرة موزعة على ثمانية أبعاد، والجدول (٣) يبين ذلك.

الجدول (٣) يبين توزيع فقرات مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين على أفكاره الثمانية

| ٤ | أرقام العبارات | | | | | | | | | | | | | الأفكار | | | |
|---|----------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|---------|----|---|---|
| ١ | ٥٦ | ٥٥ | ٥٠ | ٤٩ | ٣٨ | ٣٥ | ٣٤ | ٣٠ | ٢٩ | ٢٣ | ٢٢ | ١٥ | ١٤ | ١١ | ٧ | توقع حدوث المشاكل، والخوف على المستقبل الزوجي | |
| ٢ | | | ٦٣ | ٦٢ | ٥٨ | ٥٧ | ٤٨ | ٤٥ | ٤٠ | ٣٦ | ١٩ | ١٨ | ١٧ | ١٦ | ١٢ | الميل للعقاب واللوم والسيطرة | |
| ٣ | | | | | | | | ٤١ | ٣٩ | ٢٧ | ٢٤ | ١٠ | ٩ | ٦ | ٣ | القلق الزائد وعدم التسامح تجاه الاحباطات من شريك الحياة | |
| ٤ | | | | | | | | | | ٦٤ | ٤٧ | ٤٣ | ٣٢ | ٢٥ | ١ | المبالغة في طلب الحب والمثالية | |
| ٥ | | | | | | | | | ٣٣ | ٢٦ | ٢١ | ٢٠ | ١٣ | ٤ | ٢ | الكمال الشخصي في الواجبات والحقوق الزوجية | |
| ٦ | | | | | | | | | | | ٥٢ | ٣٧ | ٢٨ | ٨ | ٥ | السعادة وأسبابها المؤدية إليها | |
| ٧ | | | | | | | | | | | | ٦١ | ٦٠ | ٥٣ | ٤٦ | ٤٢ | الرغبة في المشاركة في الحوار، واتخاذ القرار |
| ٨ | | | | | | | | | | | | ٥٩ | ٥٤ | ٥١ | ٤٤ | ٣١ | أساليب مشتركة للتعامل مع شريك الحياة |

• **إجراءات تصحيح المقياس:**

وضع للمقياس تعليمات بسيطة تتضمن أن يجب المفحوص على كل بند من بنود المقياس تبعا لبدائل خمسة، وقد وضعت لهذه الاستجابات أوزان متدرجة بحيث تعطي الدرجة (٥) للاستجابة (موافق بشدة)، والدرجة (٤) للاستجابة (موافق)، والدرجة (٣) للاستجابة (محايد)، والدرجة (٢) للاستجابة (أرفض)، والدرجة (١) للاستجابة (أرفض بشدة).

• الخصائص السيكومترية لمقياس الأفكار اللاعقلانية في صورته الأصلية:

• صدق المقياس:

للتحقق من صدق مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى الزوجين قام سيد (٢٠٠٢) باستخدام عدة طرق للتحقق من ذلك وهي: صدق الاتساق الداخلي، الصدق العاملي، صدق المحك.

• صدق الاتساق الداخلي:

قام سيد (٢٠٠٢) بحساب معامل صدق الاتساق الداخلي للمقياس، وهو عبارة عن معامل الارتباط بين الكل والجزء في نتيجة الاختبار، أي الارتباط بين درجة كل بند من بنود الاختبار والدرجة الكلية للاختبار، حيث اتضح من خلال ذلك بأن معاملات الارتباط كانت دالة عند مستوى يتراوح ما بين (٠.٠١ - ٠.٠٥)، وهي نتيجة مرضية، تشير إلى أن صدق الاتساق الداخلي للمقياس جيدة، وهذا يوضح بشكل عام بأن الأداء على بنود اختبار الأفكار اللاعقلانية لدى الزوجين يقيس ما وضعت لقياسه.

• الصدق العاملي:

قام سيد (٢٠٠٢) ببناء على الخطوة السابقة (صدق الاتساق الداخلي للمقياس) بإجراء تحليل عاملي للبنود التي أظهرت ارتباطاً بالدرجة الكلية للمقياس، وقد كان عددهم (٦٤) بنداً، حيث أسفر التحليل العاملي لبنود المقياس عن استخراج ثمانية عوامل استوعبت (٥٤.٩٧٪) من نسبة التباين الكلي، حيث أشارت النتائج بعد التدوير المتعامد بطريقة الفاريماكس:

تراوحت قيم الشيوغ بين (٠.٣٣٥ - ٧٩٤) حيث كانت أعلى قيمة هي للبند رقم (١٠)، وأقل قيمة هي للبند رقم (٣٨).

كانت نسبة تباين كل عامل من العوامل الثمانية كما يلي:

(٢٦.٤٩٪، ٦.١٩٪، ٥.٣٥٪، ٤.٣٧٪، ٣.٤٩٪، ٣.٣٢٪، ٣.٠١٪، ٢.٧٩٪، على التوالي).

ومن هنا يتضح بأن المقياس يتمتع بقدر عالي من الصدق العاملي .

• صدق المحك .

وذلك من خلال حساب معامل الارتباط بين درجات أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية (ن=١٠٠) زوج وزوجة على اختبار الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين، واختبار الكمالية العصابية إعداد: آمال عبد السميع، حيث بلغ معامل الارتباط (ن=١٠٦)، أي أنه دال عند مستوى (٠.٠١)، وهذا يدل على صدق المقياس، ومن خلال ما سبق يكون معد المقياس قد تأكد من صلاحية المقياس من حيث صدقه وثباته.

• ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى الزوجين قام سيد (٢٠٠٢) باستخدام عدة طرق للتحقق من ذلك وهي: طريقة الفا كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية.

(أ) طريقة ألفا كرونباخ.

لقد بلغ معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ $a = (0.94)$ وهو معامل ثبات مرتفع، وهذا يعني أن المقياس يتمتع بقدر جيد من الثبات، يبرز إمكانية استخدام المقياس في قياس ما وضع لقياسه.

(ب) طريقة التجزئة النصفية.

تم حساب معامل الارتباط بين درجات البنود الفردية، ودرجات البنود الزوجية لأفراد العينة الاستطلاعية ($n=100$) زوج وزوجة، حيث بلغ معامل الارتباط بين جزئي المقياس قبل تصحيح الطول ($r = 0.82$)، وبلغ معامل الارتباط بين جزئي المقياس بعد تصحيح الطول باستخدام معادلة سيبرمان بروان ($r = 0.90$) وهو معامل ثبات عالي ومرضي.

• الخصائص السيكومترية لمقياس الأفكار اللاعقلانية في الدراسة الحالية:

• أولاً: الصدق.

(أ) الصدق الظاهري:

من أجل التأكد من الصدق الظاهري لأداة الدراسة الحالية، ولكونها لم تطبق في مجتمع الدراسة الحالي، قام الباحث بالتحقق من صدق المقياس الظاهري من خلال عرضه على ستة محكمين من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس بجامعة أم القرى بمكة المكرمة، وقسم علم النفس بجامعة الملك عبد العزيز حيث طلب منهم إبداء آرائهم في فقرات المقياس، وذلك من خلال:

« ملائمتها للبيئة السعودية.

« صحة صياغة الفقرة اللغوية وأية أمور أخرى.

ووفق ما ذكره عودة (٢٠١٠) بوجود اتفاق المحكمين بنسبة عالية من أجل قبول الفقرات، فقد تم الإبقاء على المضردات التي بلغت نسبة اتفاقها بين السادة المحكمين (٨٠% فأكثر)، وتعديل الفقرات التي تم اقتراحها بالشكل المطلوب، حيث اتضح من خلال آراء المحكمين ملائمة جميع فقرات المقياس للبيئة السعودية، مع بعض التعديلات في صياغة الفقرات لغوياً، والجدول (٤) بين ذلك:

جدول (٤) الفقرات التي تم تعديل صياغتها لغوياً من قبل المحكمين لمقياس (الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين).

| رقم الفقرة | الفقرة قبل التعديل | الفقرة بعد التعديل |
|------------|--|--|
| ٢ | أن لم أستطع القيام بواجبي تجاه زوجي (زوجتي) على أكمل وجه فهذا يعني أنني غير ذات فائدة. | أن لم أستطع القيام بواجبي تجاه زوجي (زوجتي) على أكمل وجه فهذا يعني أنني زوج غير مثالي. |
| ١٤ | إنجاب الإناث فقط هو السبب الرئيسي لحدوث المشاكل والطلاق في حياتنا الزوجية. | إنجاب الإناث فقط من أسباب حدوث المشاكل والطلاق في حياتنا الزوجية. |
| ١٦ | اعتقد أن الطلاق هو الحل الوحيد حينما أعرف أن زوجي (زوجتي) على علاقة عاطفية بغيري. | اعتقد أن الطلاق هو الحل الوحيد حينما أشك أن زوجي (زوجتي) على علاقة عاطفية بغيري. |
| ١٩ | لا يمكنني بأي حال من الأحوال أن أغفر لزوجي (زوجتي) تجاهله لي في بعض المواقف. | أرفض في كل الأحوال أن أغفر لزوجي (زوجتي) تجاهله لي في بعض المواقف. |
| رقم الفقرة | الفقرة قبل التعديل | الفقرة بعد التعديل |
| ٢٥ | لا بد أن يشاركني زوجي (زوجتي) هواياتي واهتماماتي وإن لم يفعل فهو لا يحبني. | معيار الحب عندي أن يشاركني زوجي (زوجتي) اهتماماتي وهواياتي. |
| ٤٥ | عندما يكذب على زوجي (زوجتي) في أمر معين فإنني أغضب بشدة حتى لا يكررها ثانية. | عندما يكذب على زوجي (زوجتي) في أمر معين فإنني أغضب بشدة حتى لا يكررها ثانية. |
| ٥٦ | أشعر بخيبة الأمل حينما لا يكون زوجي (زوجتي) مثل الخاتم في إصبعي. | أشعر بخيبة الأمل حينما لا يكون زوجي (زوجتي) مطيع طامع عمياء لكل مطالبتي. |

يتبين من خلال الجدول (٤) أن فقرات مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين رقم (٢)، (١٤)، (١٦)، (١٩)، (٢٥)، (٤٥)، (٥٦)، تم تعديل صياغتها لغويا من قبل المحكمين.

(ب) صدق الاتساق الداخلي:

تم حساب صدق المقياس بطريقة الاتساق الداخلي (صدق المفهوم) عن طريق تطبيق المقياس على عينة استطلاعية تشابه العينة الأصلية من حيث الخصائص في نفس المجتمع، وتكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (٥٠) فردا من المتزوجين والمتزوجات العاملين بمدينة جدة تم اختيارهم بطريقة عشوائية ولإيجاد صدق الأداة تم استخدام معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للمقياس وتبين أن معظم فقرات مقياس الأفكار اللاعقلانية لها ارتباط جيد بالدرجة الكلية وذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $(\alpha = 0.01 - 0.05)$ ، وتراوحت معاملات الارتباط بين (٠.٢٦٨ - ٠.٧٧٨)، وهي معاملات ارتباط جيدة وقوية وبذلك تم التأكد من أن المقياس يتمتع بدلالات صدق المفهوم.

كما تم حساب صدق أبعاد المقياس (طريقة الاتساق الداخلي)، وتبين أن جميع فقرات البعد الأول كانت دالة إحصائيا وتراوحت قيم معاملات الارتباط من (٠.٣٤٥ - ٠.٦٨٧) وهي قيم دالة إحصائيا، كما تبين أن جميع فقرات البعد الثاني كانت دالة إحصائيا وتراوحت قيم معاملات الارتباط من (٠.٤٥٠ - ٠.٧٧٦) وهي قيم دالة إحصائيا، كما تبين أن جميع فقرات البعد الثالث كانت دالة إحصائيا وتراوحت قيم معاملات الارتباط من (٠.٥٠٥ - ٠.٦٦٧) وهي قيم دالة إحصائيا، أما بالنسبة للبعد الرابع تبين جميع فقرات البعد الرابع كانت دالة إحصائيا وتراوحت قيم معاملات الارتباط من (٠.٥٩٠ - ٠.٧٠١) وهي قيم دالة إحصائيا، كما تبين أن جميع فقرات البعد الخامس كانت دالة إحصائيا وتراوحت قيم معاملات الارتباط من (٠.٤٤٧ - ٠.٨٥٤) وهي قيم دالة إحصائيا، كما أظهرت النتائج أن جميع فقرات البعد السادس كانت دالة إحصائيا وتراوحت قيم معاملات الارتباط من (٠.٤٢٨ - ٠.٧٨٧) وهي قيم دالة إحصائيا، كما أظهرت النتائج أن جميع فقرات البعد السابع كانت دالة إحصائيا وتراوحت قيم معاملات الارتباط من (٠.٤٥٥ - ٠.٨٢٩) وهي قيم دالة إحصائيا، كما أظهرت النتائج أن جميع فقرات البعد الثامن كانت دالة إحصائيا وتراوحت قيم معاملات الارتباط من (٠.٥١١ - ٠.٧١٤) وهي قيم دالة إحصائيا. ومن خلال النتائج السابقة يتبين أن المقياس يتمتع بدلالات الصدق.

• ثانياً: الثبات:

لحساب ثبات مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين، تم تطبيق المقياس على عينة من العاملين (٥٠) زوجا وزوجة بمدينة جدة، ومن ثم تم استخراج معامل الثبات بالطرق التالية:

لحساب معامل الثبات تم استخدام طريقة الاتساق الداخلي (ألفا كرونباخ) لفقرات المقياس وطريقة التجزئة النصفية، حيث تبين أن معاملات الثبات للأبعاد

تراوحت بين (٠.٦٢ - ٠.٨٦) وهي معاملات ثبات جيدة، كما بلغ معامل الثبات الكلي بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس الأفكار اللاعقلانية (٠.٩٣) وهو معامل ثبات مرتفع ويدل أن المقياس يتصف بالثبات بطريقة ألفا كرونباخ. أما معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية للأبعاد تراوحت بين (٠.٤٢ - ٠.٨٧) وهي معاملات ثبات مقبولة وجيدة، كما بلغ معامل الثبات للدرجة الكلية للمقياس (٠.٨٤) وهو معامل مرتفع ويدل على أن المقياس يتصف بالثبات.

• نتائج الدراسة ومناقشتها

• نتائج السؤال الأول ومناقشته: ما مستوى التسامح لدى المتزوجين العاملين بمدينة جدة؟ للإجابة عن سؤال الدراسة الأول تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والجدول (٥) يبين ذلك.

الجدول (٥) مستوى التسامح

| الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | المقياس |
|-------------------|-----------------|-------------------|
| ٠.٣١ | ٢.٧٤ | التسامح مع الذات |
| ٠.٣٥ | ٢.٥٣ | التسامح مع الآخر |
| ٠.٢٦ | ٢.٦٥ | التسامح مع الموقف |
| ٠.٣١ | ٢.٦٤ | التسامح |

تراوحت درجة التسامح للأبعاد بين (٢.٥٣ - ٢.٧٤)، والانحراف المعياري تراوح بين (٠.٢٦ - ٠.٣٥) ومن خلال الجدول (١٦) يتبين أن مستوى التسامح لدى العينة مرتفع بمتوسط حسابي (٢.٦٤) بانحراف معياري (٠.٣١).

وتختلف هذه النتيجة مع دراسة شقير (٢٠١٠) التي على الرغم من تنوع عينة الدراسة فيها من حيث العمر (مراهقة، رشد، متوسط عمر) إلا أن التسامح كان في مستوى متوسط.

ويمكن تفسير ذلك إلى كون مجتمع الدراسة مجتمعاً إسلامياً، متديناً، تلعب فيه الثقافة الإسلامية دوراً كبيراً، من خلال حث أفرادها على التسامح والتجاوز والعضو والتساهل سواء مع الذات أو الآخر أو الموقف، لذلك كان من المتوقع أن يكون التسامح لدى عينة الدراسة مرتفعاً. ومما يؤكد ذلك قوله تعالى (ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة إن في ذلك لآيات لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ) (الروم: ٢١). وما ذكره زقزوق (٢٠٠٢) بأن التسامح كان حاضراً في المجتمع الإسلامي منذ عصوره الأولى، حيث لم يكتفي الإسلام بتعليم أتباعه التسامح فقط، بل وحثهم على الالتزام به نحو الآخرين، كمطلب أخلاقي وديني مع كل البشر باختلاف انتماءاتهم، العرقية، والثقافية، والدينية.

• نتائج السؤال الثاني ومناقشته:

• ما مدى انتشار الأفكار اللاعقلانية بين المتزوجين العاملين بمدينة جدة؟ للإجابة عن سؤال الدراسة الثاني تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد مقياس الأفكار اللاعقلانية. والجدول (٦) يبين ذلك.

جدول (٦): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد مقياس الأفكار اللاعقلانية

| الأفكار | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | درجة الانتشار | الترتيب |
|----------------|-----------------|-------------------|---------------|---------|
| الفكرة الأولى | ٢.١٣ | ٠.٥٣ | منخفض | ٨ |
| الفكرة الثانية | ٢.٦٥ | ٠.٥٨ | متوسط | ٦ |
| الفكرة الثالثة | ٣.٠٣ | ٠.٦٤ | متوسط | ٢ |
| الفكرة الرابعة | ٢.٦٢ | ٠.٦٢ | متوسط | ٧ |
| الفكرة الخامسة | ٣.٠٦ | ٠.٦٢ | متوسط | ١ |
| الفكرة السادسة | ٢.٩٢ | ٠.٧٨ | متوسط | ٣ |
| الفكرة السابعة | ٢.٧٣ | ٠.٧١ | متوسط | ٤ |
| الفكرة الثامنة | ٢.٧١ | ٠.٧٠ | متوسط | ٥ |
| الدرجة الكلية | ٢.٧٣ | ٠.٦٥ | متوسط | |

يتبين من خلال الجدول (٦) أن متوسطات الأبعاد للمقياس تراوحت بين (٢.١٣ - ٣.٠٦) بانحراف معياري (٠.٥٣ - ٠.٧٨)، كما بينت النتائج أن نسبة انتشار الأفكار اللاعقلانية تراوحت بين المنخفض والمتوسط، وكان البعد الأول (توقع حدوث المشاكل والخوف على المستقبل الزوجي) الأقل انتشاراً وبالترتيب الأخير بمتوسط حسابي (٢.١٣) وبانحراف معياري (٠.٥٣)، والبعد الخامس (الكمال الشخصي في الواجبات والحقوق الزوجية) الأكثر انتشاراً وفي الترتيب الأول بمتوسط حسابي (٣.٠٦) وبانحراف معياري (٠.٦٢).

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الكيومي (٢٠١١) والتي أشارت إلى أن نسبة انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى عينة الدراسة غير مرتفعة وبنسبة (١٠.٨٪)، بينما تختلف هذه النتيجة مع دراسة الحجري (٢٠١٣) التي أشارت إلى أن انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى عينة الدراسة مرتفع.

ويمكن تفسير هذه النتيجة - نسبة انتشار الأفكار اللاعقلانية تراوحت بين منخفض ومتوسط - إلى انخفاض مستوى تأثير الأعراف، والتقاليد، والعادات الاجتماعية الخاصة بالحياة الزوجية في مجتمع الدراسة، والتي يكتسب منها الفرد في وقت سابق الكثير من الأفكار اللاعقلانية.

فالأفراد والعائلات غالباً ما يتقمصون قيم ومعتقدات الثقافة السائدة التي يعيشون فيها، من خلال الاحتكاك بالعائلات الممتدة (كوري، ٢٠١١: ٥٣٧). والتي إلى حد ما قل وجودها في مجتمعاتنا العربية، والخليجية.

ووفقاً للعلاج العقلاني الانفعالي فإن المعتقدات اللاعقلانية تمثل السبب الرئيسي للصراع الزوجي، لذلك يرى هذا النوع من العلاج بأن اكتشاف وتعديل تلك المعتقدات المبالغ فيها يؤدي إلى سلوكيات أكثر مرونة، وقل توتراً وحدة بين الزوجين، مما يجعلهم أكثر قدرة على حل الصراعات (Huber, 1984, p.13).

لذلك قد تفسر لنا هذه النتيجة مدى ارتفاع نسبة الطلاق في مجتمع الدراسة، فوجود الأفكار اللاعقلانية حتى ولو كانت بمستوى متوسط لدى عينة الدراسة قد يكون دليلاً على وجود الصراع بين الأزواج. ومن الدراسات التي تؤيد ذلك دراسة القواسمي (١٩٩٥)، ودراسة اديس وبرنارد (Addis & Bernard, 2002)،

ودراسة سيد (٢٠٠٢)، ودراسة البري (٢٠١٣)، والتي ترى جميعها بأن العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والتوافق الزوجي علاقة سالبة.

• نتائج السؤال الثالث ومناقشته: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التسامح والأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين العاملين بمدينة جدة؟

للإجابة عن سؤال الدراسة الثالث تم استخدام معامل ارتباط بيرسون. والجدول (٧) يبين ذلك.

الجدول (٧) نتائج معاملات ارتباط بيرسون للعلاقة بين التسامح والأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين.

| العلاقة | التسامح مع الذات | التسامح مع الآخر | التسامح مع الموقف | الدرجة الكلية |
|----------------|------------------|------------------|-------------------|---------------|
| الفكرة الأولى | ٠.٢٣٢-❖❖ | ٠.٢٣٢-❖❖ | ٠.٢٤٣-❖❖ | ٠.٣١٧-❖❖ |
| الفكرة الثانية | ٠.١٩٢-❖❖ | ٠.٢٦٩-❖❖ | ٠.٢١٣-❖❖ | ٠.٢٨٢-❖❖ |
| الفكرة الثالثة | ٠.٢٥٠-❖❖ | ٠.٢٥٧-❖❖ | ٠.٢٢٣-❖❖ | ٠.٢٩٣-❖❖ |
| الفكرة الرابعة | ٠.١٧١-❖❖ | ٠.١٦٤-❖❖ | ٠.١٧٦-❖❖ | ٠.٢٢٠-❖❖ |
| العلاقة | التسامح مع الذات | التسامح مع الآخر | التسامح مع الموقف | الدرجة الكلية |
| الفكرة الخامسة | ٠.٢١٩-❖❖ | ٠.١٦٢-❖❖ | ٠.١٩٩-❖❖ | ٠.٢٢٤-❖❖ |
| الفكرة السادسة | ٠.١٧٧-❖❖ | ٠.٢٠٨-❖❖ | ٠.٢١٢-❖❖ | ٠.٢٤٢-❖❖ |
| الفكرة السابعة | ٠.٢٤٠-❖❖ | ٠.٢٠٣-❖❖ | ٠.٢٣١-❖❖ | ٠.٢٤٤-❖❖ |
| الفكرة الثامنة | ٠.٢٦٢-❖❖ | ٠.٢٣٣-❖❖ | ٠.٢٢٨-❖❖ | ٠.٢٩٨-❖❖ |
| الدرجة الكلية | ٠.٢٩١-❖❖ | ٠.٢٨٠-❖❖ | ٠.٢١٣-❖❖ | ٠.٣٤٥-❖❖ |

يتبين من خلال الجدول (٧) وجود علاقة عكسية دالة إحصائياً بين أبعاد التسامح والأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين، حيث تراوحت معاملات الارتباط للبعد الأول التسامح مع الذات وأبعاد اللاعقلانية بين (-٠.١٧١ إلى -٠.٢٩٣)، كما تراوحت معاملات ارتباط بعد التسامح مع الآخر وأبعاد اللاعقلانية بين (-٠.١٦٢ إلى -٠.٢٦٩)، أما معامل الارتباط للبعد التسامح مع الموقف وأبعاد اللاعقلانية تراوحت بين (-٠.١٧٦ إلى -٠.٢٤٣)، أما معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للتسامح وأبعاد اللاعقلانية تراوحت بين (-٠.٢٢٠ إلى -٠.٣١٧)، وكان أعلى معامل ارتباط لأبعاد التسامح والدرجة الكلية للاعقلانية كان بعد التسامح مع الذات حيث بلغ (-٠.٢٩١)، وكان معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للتسامح واللاعقلانية (-٣٤٥)

جاءت هذه النتيجة منطقية ومتسقة مع الأطر النظرية للتسامح، فالتسامح دائماً ما ينتمي للجوانب الإيجابية في شخصية الفرد التي تؤثر في مشاعره وسلوكياته، كالشعور بالأمن النفسي والتنبؤ به كما في دراسة شقير (٢٠١٢)، والرضا الزوجي كما في دراسة (Mirzadeh & Fallahchai, 2012)؛ الداغر، ٢٠١٤؛ الطباطبائي، (٢٠١٥)، والسعادة الذاتية والتنبؤ بها كما في دراسة تشان (chan,2013)، وجودة الحياة كما في دراسة حسن (٢٠١٥)، والرضا عن الحياة كما في دراسة الحربي (٢٠١٥).

بينما نجد في المقابل بأن التسامح لا ينتمي للجوانب السلبية في شخصية الفرد، كالغضب والأساليب السلبية لمواجهة ضغوط العمل كما في دراسة عماشة (٢٠١٣)، فالتسامح على الرغم من تكوينه الداخلي الذي يحتويه من (أفكار ومشاعر) إلا أن الأفكار التي ينتمي إليها ويحتويها أفكار منطقية وعقلانية.

- نتائج السؤال الرابع ومناقشته: هل توجد فروق بين متوسطات درجات الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين تبعاً لمتغير درجات التسامح (مرتفع - منخفض)؟
للإجابة عن سؤال الدراسة الرابع تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، كما تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين والجدول (٨) يبين ذلك.

الجدول (٨) الفروق بين متوسطات درجات الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين تبعاً لمتغير درجات التسامح (مرتفع - منخفض)؟

| قياس الأفكار العقلانية | متوسط الحسابي | انحراف المعياري | قيمة اختبار (ت) | درجات الحرية | قيمة الاحتمالية |
|------------------------|---------------|-----------------|-----------------|--------------|-----------------|
| | | | | | |
| ٣.٠٤ | ٠.٣١ | | | | |

◆ دال احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha = 0.05$

يتبين من خلال الجدول (٨) ترتيب درجات عينة الدراسة في الأفكار اللاعقلانية (٣١٨) ترتيباً تنازلياً حسب درجات الأفكار اللاعقلانية، حيث تم اختيار الربع الأعلى (٢٥٪) من الأفراد تمثل مرتفعي التسامح والتي بلغت (٨٠) فرداً، وأقل (٢٥٪) من الأفراد تمثل منخفضي التسامح والتي بلغت (٨٠) فرداً، ويتبين كذلك من خلال الجدول السابق وجود فروق بين المتوسطات الحسابية في درجات الأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير (درجة التسامح)، حيث بلغ متوسط المستوى المنخفض (٢.٠٧) بانحراف معياري (٠.٢٣)، كما بلغ متوسط المستوى المرتفع (٣.٠٤) بانحراف معياري (٠.٣١) ولعلاقة جوهرية هذه الفروق تم استخدام اختبارات وبلغت قيمة (ت = ٢٨.٣٥) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة $\alpha = 0.05$ ، وكانت الفروق في درجات الأفكار اللاعقلانية لصالح المستوى المنخفض بمتوسط حسابي (٢.٠٧). وجاءت هذه النتيجة متسقة أيضاً مع الأطر النظرية للأفكار اللاعقلانية، فالأفكار اللاعقلانية لا تنتمي إلى الجوانب الإيجابية في شخصية الفرد كالتوافق الزوجي كما أثبتت ذلك نتائج بعض الدراسات كدراسة (القواسمي، ١٩٩٥؛ Addis & Bernard, 2002؛ سيد، ٢٠٠٢؛ البري، ٢٠١٣)، والتسامح جانباً إيجابياً لا ينتمي إليه مرتفعي الأفكار اللاعقلانية. لذلك نجد بأن الفروق بين المتوسطات الحسابية في درجات المستجيبين على مقياس (الأفكار اللاعقلانية) تبعاً لمتغير التسامح (مرتفع، منخفض) لصالح منخفضي الأفكار اللاعقلانية.

- نتائج السؤال الخامس ومناقشته: هل هناك فروق بين المتزوجين العاملين بمدينة جدة في التسامح تعزى إلى (الجنس، المستوى التعليمي، عدد سنوات الزواج)؟

أ - لمعرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين المتزوجين العاملين بمدينة جدة في التسامح والتي تعزى لمتغير (الجنس)، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، كما تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لإيجاد الفروق بين المتوسطات، والجدول (٩) يبين ذلك.

الجدول (٩) نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للتسامح تبعاً لمتغير الجنس.

| قياس جنس التسامح | هينة | متوسط الحسابي | انحراف المعياري | قيمة اختبار (ت) | درجات الحرية | قيمة الاحتمالية |
|------------------|------|---------------|-----------------|-----------------|--------------|-----------------|
| | | | | | | |
| ١٦١ أنثى | ٢.٦٢ | ٠.٢٤ | | | | |

◆ دال احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha = 0.05$

يتبين من خلال الجدول (٩) وجود فروق بين المتوسطات الحسابية في درجات المستجيبين تبعاً لمتغير (الجنس)، حيث بلغ متوسط الذكور (٢.٦٩) بانحراف معياري (٠.٢٧)، كما بلغ متوسط الإناث (٢.٦٢) بانحراف معياري (٠.٢٤)، ولمعرفة جوهرية هذه الفروق تم استخدام اختبارات وبلغت قيمة (ت=٢.٤٦) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة $\alpha = 0.05$ ، وكانت الفروق لصالح الذكور بمتوسط حسابي (٢.٦٩).

تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة شقير (٢٠١٠) والتي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائياً في التسامح تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، بينما أشارت دراسة كل من (الداغر، ٢٠١٤؛ حسن، ٢٠١٥) إلى أن الفروق في التسامح تميل لصالح الإناث.

ويمكن تفسير نتيجة هذه الفرضية إلى أن الذكور في مراحل حياتهم المختلفة يتعرضون من خلال التفاعل الاجتماعي للكثير من الخبرات السلبية كالمضايقات، حيث يعملون على التغلب عليها، ويتعلمون من أخطائهم، مما يجعلهم أكثر هدوءاً وقدرة على التعامل مع مثل هذه الخبرات مستقبلاً.

أما الإناث فإن طبيعة التنشئة الأسرية للأنثى في المجتمع السعودي، والتي تتميز بنوع من التشدد، وفرض بعض القيود، بالإضافة لقلّة التفاعل الاجتماعي في داخل المجتمع، وأثر العادات والتقاليد والقيم في مجتمعنا التي تميز بين الذكر والأنثى في بعض جوانب الحياة، مما يثير لدى الأنثى مشاعر العداوة نحو الجنس الآخر، والتي قد تكون دافعا نحو استخدام الأنثى للشدة وعدم التسامح لكل من يخالف قواعد الأخلاق العامة من الذكور. ويشير في هذا الاتجاه مراد (١٩٩٤) إلى أن المشاهدات الإكلينيكية تدل على بقاء هذه الانطباعات المؤلمة في اللاشعور وعودتها من جديد أثناء الحياة الزوجية.

كما أن للجانب العاطفي للأنثى دوراً مهماً في إبقائها وقتاً طويلاً في الاستغراق في صدمة الإساءة، ومعاناة أثرها مما يجعلها أقل تسامحاً.

ب- معرفة الفروق بين المتزوجين العاملين بمدينة جدة في التسامح والتي تعزى إلى (المستوى التعليمي)، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، كما تم استخدام تحليل التباين الأحادي. والجدول (١٠) يبين ذلك.

الجدول (١٠) نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للتسامح تبعاً لمتغير المستوى التعليمي

| الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | العدد | المستوى التعليمي |
|-------------------|-----------------|-------|-----------------------|
| ٠.٤٠ | ٢.٥٩ | ٣٠ | المرحلة المتوسطة فأقل |
| ٠.٢٦ | ٢.٦٩ | ٧٨ | المرحلة الثانوية |
| ٠.٢٣ | ٢.٦٥ | ٢١٠ | المرحلة الجامعية |
| ٠.٢٦ | ٢.٦٥ | ٣١٨ | الكلية |

تبين من خلال الجدول (١٠) أن المتوسط الحسابي للمستوى التعليمي للمرحلة المتوسطة فأقل بلغ (٢.٥٩) بانحراف معياري (٠.٤٠)، كما تبين أن المتوسط الحسابي للمستوى التعليمي للمرحلة الثانوية بلغ (٢.٦٩) بانحراف

معياري (٠.٢٦)، كما تبين أن المتوسط الحسابي للمستوى التعليمي للمرحلة الجامعية بلغ (٢.٦٥) بانحراف معياري (٠.٢٣)، أما بالنسبة للدرجة الكلية بلغ المتوسط الحسابي (٢.٦٥) بانحراف معياري (٠.٢٦).

الجدول (١١) يبين نتائج تحليل التباين الأحادي لدرجات المتزوجين في التسامح تبعاً لمتغير المستوى التعليمي.

| مصدر التباين | مجموع المربعات | درجات الحرية | متوسط المربعات | قيمة (ف) | القيمة الاحتمالية |
|----------------|----------------|--------------|----------------|----------|-------------------|
| بين المجموعات | ٠.٢١٥ | ٢ | ٠.١٠٧ | ١.٦٢ | ٠.٢٠ |
| داخل المجموعات | ٢٠.٨٦٣ | ٣١٥ | ٠.٠٧ | | |
| الكلية | ٢١.٠٧٨ | ٣١٧ | | | |

يتبين من خلال الجدول (١١) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين درجات العاملين في مقياس التسامح تبعاً للمستوى التعليمي، حيث بلغت قيمة (ف) = (١.٦٢) وهي قيمة غير دالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha = ٠.٠٥$.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة الطباطبائي (٢٠١٥) جزئياً والتي أشارت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في التسامح تعزى لمتغير المستوى التعليمي، والتي على الرغم من أن عينة دراستها كانت من المتزوجات فقط إلا أنها اتفقت مع هذه الدراسة التي استخدمت عينة (الذكور والإناث) من المتزوجين، كذلك اتفقت هذه الدراسة مع دراسة الحربي (٢٠١٥) جزئياً التي ترى بعدم وجود فروق دالة إحصائية في التسامح تعزى للمستوى التعليمي، والتي على الرغم أيضاً من أن عينة دراسته من المعلمين الذين يتميزون بمستويات تعليمية عالية، إلا أنها أتفق مع نتائج عينة هذه الدراسة التي تنوعت مستوياتها التعليمية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن التسامح لا يمكن اكتسابه عن طريق التعليم، لأنه يأتي من داخل الفرد، فينمو ويكبر، ليصبح سلوكاً إيجابياً يسلكه الفرد مع نفسه ومع من حوله.

ج - معرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين المتزوجين العاملين بمدينة جدة في التسامح والتي تعزى إلى (عدد سنوات الزواج)، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، كما تم استخدام تحليل التباين الأحادي والجدول (١٢) يبين ذلك.

الجدول (١٢) يبين نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للتسامح تبعاً لمتغير (عدد سنوات الزواج)

| عدد سنوات الزواج | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري |
|------------------|-------|-----------------|-------------------|
| ٥-١ سنوات | ٧٨ | ٢.٧٠ | ٠.٢٧ |
| ١-٥ سنوات | ٧٤ | ٢.٦٦ | ٠.٢٣ |
| ١٥-١٠ سنوات | ٦٦ | ٢.٦٨ | ٠.٣٢ |
| أكثر من ١٥ سنة | ١٠٠ | ٢.٥٨ | ٠.٢٤ |
| الكلية | ٣١٨ | ٢.٦٥ | ٠.٢٧ |

تبين من خلال الجدول (١٢) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية حيث تبين أن المتوسط الحسابي لعدد سنوات الزواج (١-٥) سنوات بلغ (٢.٧٠) بانحراف معياري (٠.٢٧)، كما تبين أن المتوسط الحسابي لعدد سنوات الزواج (٥-١٠) بلغ (٢.٦٦) بانحراف معياري (٠.٢٣)، كما تبين أن المتوسط الحسابي

لعدد سنوات الزواج (١٠ - ١٥) بلغ (٢.٦٨) بانحراف معياري (٠.٣٢)، كما تبين أن المتوسط الحسابي لعدد سنوات الزواج (أكثر من ١٥) بلغ (٢.٥٨) بانحراف معياري (٠.٢٤)، أما بالنسبة للدرجة الكلية فقد بلغ المتوسط الحسابي (٢.٦٥) بانحراف معياري (٠.٢٧). ولمعرفة جوهرية الفروق تم استخدام اختبار (تحليل التباين الأحادي).

الجدول (١٣) يبين نتائج تحليل التباين الأحادي لدرجات المتزوجين في التسامح تبعاً لمتغير عدد سنوات الزواج

| مصدر التباين | مجموع المربعات | درجات الحرية | متوسط المربعات | قيمة (ف) | القيمة الاحتمالية |
|----------------|----------------|--------------|----------------|----------|-------------------|
| بين المجموعات | ٤٤٣.٤٥ | ٣ | ١٤٧.٨٢ | ٣.٩٧ | ٠.٠٠٨ |
| داخل المجموعات | ١١٦٨٣.٧٦ | ٣١٤ | ٣٧.٢١ | | |
| الكلية | ١٢١٢٧.٢١ | ٣١٧ | | | |

◆ دال احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha = 0.05$

يتبين من خلال الجدول (١٣) وجود فروق دالة إحصائياً بين درجات العاملين في مقياس التسامح تبعاً لعدد سنوات الزواج حيث بلغت قيمة (ف = ٣.٩٧) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة $\alpha = 0.05$ ولمعرفة لمن كانت الفروق تم استخدام اختبار شيفيه للفروق تبعاً لعدد سنوات الزواج. والجدول (١٤) يبين ذلك.

الجدول (١٤) يبين نتائج المقارنات البعدية اختبار شيفيه.

| المقارنات | عدد سنوات الزواج | الفروق بين المتوسطات | القيمة الاحتمالية |
|-----------|------------------|----------------------|-------------------|
| ٥-١ | ١-٥ سنوات | ٠.٠٤ | ٠.٧٦ |
| ٥-١ | ١٥-١٠ سنوات | ٠.٠٢ | ٠.٩٥٥ |
| ٥-١ | ١٥ سنة فأكثر | ٠.١٢◆ | ٠.١٧ |
| ١-٥ | ١٥-١٠ سنة | -٠.٠٢ | ٠.٩٧٣ |
| ١-٥ | ١٥ سنة فأكثر | ٠.٠٨ | ٠.٢٥٩ |
| ١٥-١٠ | ١٥ سنة فأكثر | ٠.١٠ | ٠.١١٣ |

◆ دال احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha = 0.05$

يتبين من خلال جدول (١٤) للمقارنات البعدية ما يلي:

وجود فروق دالة إحصائياً بين (١ - ٥ سنوات و ١٥ سنة فأكثر). وكانت لصالح (١ - ٥ سنوات).

وتختلف نتيجة هذه الفرضية - وجود فروق دالة إحصائياً على مقياس التسامح تعزى لمتغير عدد السنوات سوى بين الفئة (١ - ٥ سنوات) و (١٥ سنة فأكثر) لصالح (١ - ٥ سنوات) - مع نتيجة دراسة الطباطبائي (٢٠١٥) التي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائياً في مقياس التسامح لذوات عدد سنوات الزواج الأكبر.

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن الزوجين في سنواتهم الأولى وفي بدايات حياتهم الزوجية يسعون جاهدين من أجل تحقيق التكيف، ببذل الكثير من الجهد تجاه تحقيق هذا الهدف، لذلك تجددهم أكثر تسامحاً، واحتراماً، وتقديراً لبعضهم البعض من أجل تحقيق هدفهم المنشود.

وهذا النوع من التسامح في هذه المرحلة (١ - ٥)، ربما يكون تسامحاً سطحياً، من أجل الضغوط الخارجية، والأعراف الاجتماعية، التي ترى ضرورة نجاح الزوجين في هذه المرحلة الانتقالية (الزواج)، خاصة في مجتمعاتنا العربية والخليجية، إلا أن الزوجين ومع تقدم سنوات الزواج، وظهور الكثير من الظروف والمواقف التي تتطلب من الزوجين مواجهتها، سواء كانت أعباء اقتصادية، أو ضغوطات العمل الناتجة عن خروج كلا الزوجين للعمل، أو بفعل تقدم الأبناء في العمر ودخولهم مرحلة المراهقة، تسقط هذه الأقنعة ويظهر الكثير من عدم التسامح. وقد يؤكد ذلك ما ذكره مراد (١٩٩٤: ٨٥) "الواقع أن الشخص يدخل الحياة الزوجية في بادئ الأمر وعلى وجهه قناع مستعار، ثم يسقط هذا القناع تحت ضغط الظروف، وضرورة مواجهة مواقف جديدة وخلق صور جديدة من العلاقات بين شخصين، ولا يلبث الشخص طويلاً حتى يسترد طبعه الأصلي، ويخضع للاتجاهات، والعادات التي أكتسبها من قبل"

• نتائج السؤال السادس ومناقشته:

• هل هناك فروق بين المتزوجين العاملين بمدينة جدة في الأفكار اللاعقلانية تعزى إلى (الجنس، المستوى التعليمي، عدد سنوات الزواج)؟

لمعرفة الفروق بين المتزوجين العاملين بمدينة جدة في الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين والتي تعزى لمتغير (الجنس)، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، كما تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لإيجاد الفروق بين المتوسطات.

الجدول (١٥) يبين نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للأفكار اللاعقلانية تبعا لمتغير الجنس.

| المقياس | الجنس | العينة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة اختبار (ت) | درجات الحرية | القيمة الاحتمالية |
|-----------------------------------|-------|--------|-----------------|-------------------|-----------------|--------------|-------------------|
| الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين | ذكر | ١٥٧ | ٢.٥٨ | ٠.٤٧ | ٢.٩٢ | 316 | ٠.٠٠٤ |
| | أنثى | ١٦١ | ٢.٧٤ | ٠.٥١ | | | |

◆ دال احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha = 0.05$

يتبين من خلال الجدول (١٥) وجود فروق بين المتوسطات الحسابية في درجات المستجيبين في مقياس الأفكار اللاعقلانية تبعا لمتغير (الجنس)، حيث بلغ متوسط الذكور (٢.٥٨) بانحراف معياري (٠.٤٧)، كما بلغ متوسط الإناث (٢.٧٤) بانحراف معياري (٠.٥١) ولمعرفة جوهرية هذه الفروق تم استخدام اختبارات وبلغت قيمة (ت = ٢.٩٢) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة $\alpha = 0.05$ ، وكانت الفروق لصالح الإناث بمتوسط حسابي (٢.٧٤).

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الكيومي (٢٠١١) التي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائياً في الأفكار اللاعقلانية لصالح الإناث في الفكرة رقم (١٣، ١٢، ٢، ١) وهي (ابتغاء الكمال، اللوم القاسي للذات والآخرين، الجدية والرسمية في التعامل مع الآخرين، علاقة الرجل بالمرأة)، بينما تختلف هذه النتيجة مع دراسة الحجري (٢٠١٣) التي أشارت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الأفكار اللاعقلانية تعزى لمتغير الجنس.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن الإناث أكثر عاطفة من الذكور، فهم دائماً ما يسعون للكمال والتحكم في نفسهن والآخرين، وخلق متطلبات غير واقعية، وتوقعات لا يمكن تحقيقها، لذلك هم أكثر عرضة للتشوهات المعرفية، بينما الذكور يسعون دائماً لأن يكونوا أكثر عقلانية في تعاملهم مع زوجاتهم، وذلك لشعورهم بالمسؤولية نحو هذه العلاقة.

ب - معرفة الفروق بين المتزوجين العاملين بمدينة جدة في الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين والتي تعزى لمتغير (المستوى التعليمي)، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، كما تم استخدام تحليل التباين الأحادي والجدول (١٦) يبين ذلك.

الجدول (١٦) يبين نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي.

| الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | العدد | المستوى التعليمي |
|-------------------|-----------------|-------|-----------------------|
| ٠.٤٧ | ٢.٦٨ | ٣٠ | المرحلة المتوسطة فأقل |
| ٠.٤٨ | ٢.٧٢ | ٧٨ | المرحلة الثانوية |
| ٠.٥٠ | ٢.٦٤ | ٢١٠ | المرحلة الجامعية |
| ٠.٤٩ | ٢.٦٧ | ٣١٨ | الكلية |

تبين من خلال الجدول (١٦) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية حيث تبين أن المتوسط الحسابي للمستوى التعليمي المرحلة المتوسطة فأقل بلغ (٢.٦٨) بانحراف معياري (٠.٤٧)، كما تبين أن المتوسط الحسابي للمستوى التعليمي المرحلة الثانوية بلغ (٢.٧٢) بانحراف معياري (٠.٤٨)، كما تبين أن المتوسط الحسابي للمستوى التعليمي المرحلة الجامعية بلغ (٢.٦٤) بانحراف معياري (٠.٥٠)، أما بالنسبة للدرجة الكلية بلغ المتوسط الحسابي (٢.٦٧) بانحراف معياري (٠.٤٩). ولمعرفة جوهرية الفروق تم استخدام اختبار (تحليل التباين الأحادي).

الجدول (١٧) نتائج تحليل التباين الأحادي لدرجات المتزوجين في الأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي

| مصدر التباين | مجموع المربعات | درجات الحرية | متوسط المربعات | قيمة (ف) | القيمة الاحتمالية |
|----------------|----------------|--------------|----------------|----------|-------------------|
| بين المجموعات | ٠.٤١ | ٢ | ٠.٢١ | ٠.٨٤ | ٠.٤٣ |
| داخل المجموعات | ٧٧.٦٩ | ٣١٥ | ٠.٢٥ | | |
| الكلية | ٧٨.١١ | ٣١٧ | | | |

♦ دال احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha = 0.05$

يتبين من خلال الجدول (١٧) عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين درجات العاملين في مقياس الأفكار اللاعقلانية تبعاً للمستوى التعليمي حيث بلغت قيمة (ف = ٠.٨٤) وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة $\alpha = 0.05$.

اتفقت هذه النتيجة مع دراسة الحجري (٢٠١٣) التي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية تعزى لمتغير (المؤهل التعليمي)، كذلك مع دراسة الكيومي (٢٠١١) التي توصلت إلى عدم وجود فروق دالة

إحصائياً تعزى لمتغير المؤهل التعليمي، سوى في فكرة واحدة وهي الفكرة (١١) هناك دائماً حل مثالي وصحيح لكل مشكلة، وهذا الحل لا بد من إيجاده، وإلا فإن النتيجة مضجعة) لصالح فئة مؤهل البكالوريوس.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن التفكير اللاعقلاني ينمو ويتطور لدى الأفراد من خلال التنشئة الأسرية والاجتماعية التي يتعرض لها الأفراد، أكثر من العوامل الأخرى كالمستوى التعليمي. وهذا يتفق مع الأطر النظرية التي طرحها اليس (Ellis , 1977) والتي تؤكد بأن التفكير اللاعقلاني يعود في نشأته إلى اكتساب الفرد وتعلمه لهذه الأفكار اللاعقلانية منذ سن مبكرة (الطفولة)، من خلال والديه ومجتمعه وثقافته التي يعيش فيها.

ج - معرفة الفروق بين المتزوجين العاملين بمدينة جدة في الأفكار اللاعقلانية والتي تعزى إلى (عدد سنوات الزواج)، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية كما تم استخدام تحليل التباين الأحادي والجدول (١٨) يبين ذلك.

الجدول (١٨) يبين نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير عدد سنوات الزواج.

| عدد سنوات الزواج | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري |
|------------------|-------|-----------------|-------------------|
| ٥-١ سنوات | ٧٨ | ٢.٢٦ | ٠.٢٤ |
| ١-٥ سنوات | ٧٤ | ٢.٢٩ | ٠.٢٥ |
| ١٥-١٠ سنة | ٦٦ | ٢.٣٤ | ٠.٢٨ |
| أكثر من ١٥ سنة | ١٠٠ | ٢.٥٠ | ٠.٢٧ |
| الكلية | ٣١٨ | ٢.٣٦ | ٠.٢٦ |

تبين من خلال الجدول (١٨) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية حيث تبين أن المتوسط الحسابي لعدد سنوات الزواج (١-٥) سنوات بلغ (٢.٢٦) بانحراف معياري (٠.٢٤)، كما تبين أن المتوسط الحسابي لعدد سنوات الزواج (٥-١٠) بلغ (٢.٢٩) بانحراف معياري (٠.٢٥)، كما تبين أن المتوسط الحسابي لعدد سنوات الزواج (١٠-١٥) بلغ (٢.٣٤) بانحراف معياري (٠.٢٨)، كما تبين أن المتوسط الحسابي لعدد سنوات الزواج (أكثر من ١٥ سنة) بلغ (٢.٥٠) بانحراف معياري (٠.٢٧)، أما بالنسبة للدرجة الكلية بلغ المتوسط الحسابي (٢.٣٦) بانحراف معياري (٠.٢٦). ولمعرفة جوهرية الفروق تم استخدام اختبار (تحليل التباين الأحادي).

الجدول (١٩) يبين نتائج تحليل التباين الأحادي لدرجات المتزوجين في الأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير عدد سنوات الزواج

| مصدر التباين | مجموع المربعات | درجات الحرية | متوسط المربعات | قيمة (ف) | القيمة الاحتمالية |
|----------------|----------------|--------------|----------------|----------|-------------------|
| بين المجموعات | ١٦٨٣٠.٦٩ | ٣ | ٥٦١٠.٢٣ | ٥.٨٥ | ٠.٠١ |
| داخل المجموعات | ٣٠١٣٨٣.١٥ | ٣١٤ | ٩٥٩.٨٢ | | |
| الكلية | ٣١٨٢١٣.٨٤ | ٣١٧ | | | |

◆ دال احصائياً عند مستوى دلالة $\alpha = 0.05$

يتبين من خلال الجدول (١٩) وجود فروق بين درجات العاملين في مقياس الأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير عدد السنوات حيث بلغت قيمة (ف = ٥.٨٥) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة $\alpha = 0.05$ ولمعرفة لمن كانت الفروق تم استخدام اختبار شيفيه للفروق البعدية والجدول (٢٠) يبين ذلك.

الجدول (٢٠) يبين نتائج المقارنات البعدية اختبار شيفيه.

| المقارنات | عدد سنوات الزواج | الفروق بين المتوسطات | القيمة الاحتمالية |
|-----------|------------------|----------------------|-------------------|
| ٥-١ | ١-٥ سنوات | ٠.٠٣- | ٠.٩٧١ |
| المقارنات | عدد سنوات الزواج | الفروق بين المتوسطات | القيمة الاحتمالية |
| ٥-١ | ١٥-١٠ سنوات | ٠.٠٨- | ٠.٦٨٢ |
| ٥-١ | ١٥ سنة فأكثر | ٠.٢٦- | ٠.٠٠٣ |
| ١-٥ | ١٥-١٠ سنة | ٠.٠٥ | ٠.٩٧١ |
| ١-٥ | ١٥ سنة فأكثر | ٠.٢٦- | ٠.٩٠٨ |
| ١٥-١٠ | 15 سنة فأكثر | ٠.١٦- | ٠.١٤٩ |

♦ دال إحصائياً عند مستوى دلالة $\alpha = 0.05$

يتبين من خلال جدول المقارنات البعدية: وجود فروق دالة إحصائياً بين (١- ٥ سنوات و ١٥ سنة فأكثر). وكانت لصالح (١٥ سنة فأكثر).

وتختلف هذه النتيجة مع دراسة سيد (٢٠٠٢) التي توصلت إلى أن الأفكار اللاعقلانية لدى الأزواج من أصحاب الخبرة الزوجية القليلة أعلى مقارنة بالزوجات التي لديهن خبرة زوجية كبيرة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن الأزواج في فترات حياتهم الزوجية الأولى يكونون أكثر مرونة ورغبة نحو الحياة الزوجية، لذلك تقل لديهم الرغبة في إبداء أفكارهم اللاعقلانية الأساسية التي اكتسبوها من آبائهم ومجتمعهم من أجل تحقيق التوافق والتكيف مع شريك حياتهم، إلا أنهما سرعان ما تتساقط هذه الأفكار لتظهر الكثير من الحقائق، مما يؤدي إلى ظهور الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين في فترات حياتهم الزوجية المتقدمة، والتي ربما تكون بفعل المواقف والأزمات الزوجية التي مروا بها، والتي اكتسبوا من خلالها بعضاً من هذه الأفكار اللاعقلانية والتي ربما تتعلق بالعمل أو بالنواحي الاقتصادية التي تزداد أعبائها مع زيادة حجم الأسرة.

• التوصيات:

- ◀ زيادة التثقيف والتوعية حول خطورة بعض الأفكار اللاعقلانية في الحياة الزوجية، من خلال الدورات الإرشادية، والمحاضرات، والبرامج التلفزيونية، وبرامج التواصل الاجتماعي.
- ◀ وضع برامج إرشادية للمقبلين على الزواج لدحض بعض الأفكار اللاعقلانية التي تسيطر عليهم.
- ◀ تفعيل دور المؤسسات التربوية ووسائل الإعلام من خلال عمل برامج تهدف إلى تأكيد التسامح لدى الزوجات خاصة ممن قضت ١٥ سنة فأكثر في الحياة الزوجية.

« زيادة إنشاء مراكز للإرشاد الأسري والتي يديرها المتخصصين في علم النفس والصحة النفسية في جميع مناطق المملكة، نظرا للنقص الملاحظ في الخدمات الإرشادية المتعلقة بالحياة الأسرية في المجتمع السعودي.

• الدراسات المقترحة:

يقترح الباحث إجراء هذه الدراسات:

« العلاقة بين التسامح وجودة الحياة الأسرية لدى العاملين بقطاعي الصحة والتعليم بمدينة جدة.

« التسامح والسعادة الزوجية لدى المتزوجين من المعلمين والمعلمات بمدينة جدة.

« السعادة الزوجية والتوافق الزوجي لدى العاملين بقطاع الصحة بمدينة جدة.

• قائمة المصادر والمراجع:

• أولاً: المصادر:

- القرآن الكريم
- ابن كثير، الامام ابي الفداء إسماعيل ابن كثير القرشي الدمشقي. (١٩٨٦). تفسير ابن كثير. بيروت دار المعارف، ج ١.
- ابن منظور، محمد مكرم على أبو الفضل بن جمال الدين الأنصاري. (١٩٧٩). لسان العرب. القاهرة: دار المعارف.

• ثانياً: المراجع العربية :

- ابراهيم، عبدالستار. (١٩٩٤). العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث. القاهرة: دار الفجر.
- ابراهيم، روح الفؤاد محمد. (٢٠٠٢). الاخلاقات الزوجية والنظرة للحياة لدى الزوجات العاملات وغير العاملات. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة الزقازيق، مصر.
- أبو أسعد، احمد عبد اللطيف وعربيات، احمد عبد الحليم. (٢٠١٥). نظريات الإرشاد النفسي والتربوي. ط (٣). الأردن، عمان: دار المبصرة.
- أبو خليل، شوقي. (١٩٩٣). التسامح في الإسلام المبدأ والتطبيق. بيروت : دار الفكر المعاصر .
- أرنولد، يوهان كرستوف. (٢٠١٣). لماذا نغضر؟. (ترجمة: دار المحراث). دار المحراث للنشر . تم الاسترجاع في ٥/٥/٢٠١٤
- من: <http://niscl.com/NPIB/images/stories/whyforgiveAR.pdf>.
- اندرسون، كليفورد (١٩٧٠). طريقك إلى الصحة والسعادة، (ترجمة: شاكر خليل ناصر). ط٤، بيروت: دار الشرق الأوسط.
- أنور، عبير محمد. (٢٠١٥). مقدمة التسامح النظرية والبحث والممارسة. القاهرة: المركز القومي للترجمة.
- أنور، عبير محمد وعبد الصادق، فاتن صلاح. (٢٠١٠). دور التسامح والتفاهل في التنبؤ بنوعية الحياة لدى عينتة من الطلاب الجامعيين في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. مجلة دراسات عربية في علم النفس، ٩(٣)، ٤٩١-٥٧١.
- باترسون، س. (١٩٨١). نظريات الارشاد والعلاج النفسي (حامد عبد العزيز الفقي، مترجم). ج١. الكويت: دار القلم.
- البري، مروة عبد القادر. (٢٠١٣). بعض الأفكار اللاعقلانية السائدة لدى الزوجان وعلاقتها بمستوى التوافق الزوجي. مصر، جامعة عين شمس، مجلة الشرق الأوسط، (٣٢)، ٥٨٧-٦٢٢.
- بكار، عبد الكريم. (٢٠٠٦). الحوار المتسامح. مجلة المعرفة، وزارة التربية والتعليم، الرياض، المملكة العربية السعودية، (١٤)، ٢٥-١٤.

- البكوش، ناجي وآخرون. (١٩٩٥). التسامح عماد حقوق الإنسان. دراسات في التسامح. (ص. ٧-٢٨). تونس: المجمع التونسي للعلوم والآداب والفنون.
- بلان، كمال يوسف. (٢٠٠٧). نظريات الإرشاد النفسي. دمشق: مديرية الكتب والمطبوعات.
- بوبر، كارل. (١٩٩٩). بحثاً عن عالم أفضل، (احمد مستجير، مترجم). مصر: مكتبة الأسرة.
- توفيق، توفيق عبد المنعم. (٢٠١٥). بعض خصائص السلوك الاجتماعي الايجابي وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى الجنسين. مصر، مجلة الإرشاد النفسي، (٤٢)، ٢١-١.
- جامبولسكي، جرالدي. (٢٠٠٧). التسامح أعظم علاج على الإطلاق، (نيل دونالد والش، مقدم). القاهرة: مكتبة الدار العربية للكتب. (العمل الأصلي نشر في عام ٢٠٠١).
- الحجري، محمد راشد. (٢٠١٣). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى العاملين في الوظائف الدينية بسلطنة عمان في ضوء بعض المتغيرات. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم والآداب، جامعة نزوى.
- حسن، هاني سعيد. (٢٠١٥). التسامح والذكاء الانفعالي كمنبتان بجودة الحياة لدى الأخصائيين النفسيين بمدارس التربية والتعليم. مجلة معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة.
- حسين، عبد الرحمن عبيد؛ وخلف، نجم عبد الرحمن. (٢٠١٥). مقومات التسامح الاجتماعي في ضوء القرآن الكريم. ماليزيا، مجلة الدراسات الإسلامية والفكر للبحوث التخصصية، (١)، ٦٢-٨٣.
- خليل، محمد بيومي. (٢٠٠٩). العزوف عن الزواج والعلاقات الجنسية غير المشروعة. ورقة مقدمة في مؤتمر رابطة العالم الإسلامي العاشر. مكة، السعودية.
- الداغر، اروي احمد. (٢٠١٤). تقدير الذات والتسامح كمتغيرات منبئة بالرضا الزوجي لدى عينته من المتزوجين حديثاً. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق.
- الدسوقي، كمال. (١٩٩١). ذخيرة علوم النفس، ج ١. القاهرة: مركز الأهرام.
- الريحاني، سليمان. (١٩٨٥). تطوير اختبار الأفكار العقلانية واللاعقلانية. مجلة دراسات العلوم التربوية، الجامعة الأردنية، ١٢(١١)، ٧٧-٩٥.
- الزحيلي، محمد مصطفى. (٢٠٠٧). عمل المرأة خارج البيت وأثره في الخلافات الزوجية. مجلة الأمن القومي. شرطة دبي، الإمارات، ١٤٩ - ٢٢٧.
- زقزوق، محمود حمدي. (٢٠٠٢). الإسلام قضايا الحوار، (مصطفى ماهر، مترجم). القاهرة: مكتبة الأهرام.
- الزبيد، نادر فهمي. (١٩٩٨). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي. عمان: دار الفكر.
- السلمي، عبد العالي عبد الرحمن. (٢٠١٥). الذكاء الانفعالي والتسامح وعلاقتها بجودة الحياة لدى منسوبي الدفاع المدني بمدينة جدة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة ام القرى، مكة.
- سيد، رضا فاروق. (٢٠٠٢). بعض الأفكار اللاعقلانية السائدة لدى الزوجان وعلاقتها بمستوى التوافق الزوجي. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب، جامعة المنيا.
- شحيمات، فاطمة تركي. (٢٠١٤). القدرة التنبؤية للأفكار اللاعقلانية وبعض المتغيرات الديموغرافية في تأخر سن الزواج. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة اليرموك، إربد.
- الشربيني، زكريا احمد. (٢٠٠٥). الافكار اللاعقلانية وبعض مصادر اكتسابها دراسة على عينته من طالبات الجامعة. مجلة دراسات نفسية، ٥٥(٤)، ٥٣١-٥٦٧.
- شعبان، عبد المحسن. (٢٠١١). فقه التسامح في الفكر العربي الإسلامي. كردستان العراق: دار آراس.
- شقير، زينب. (٢٠١٢). التسامح كمنبئ للأمن النفسي لدى المتزوجين وغير المتزوجين من طلاب الدراسات العليا. مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ٢٤(٢)، ٣٤٣-٣٦١.
- شقير، زينب. (٢٠١٠). مستويات التسامح لدى شرائح عمرية متنوعة من الجنسين. المؤتمر العلمي السابع، كلية التربية، جامعة كفر الشيخ، ١٢٧-١٣٧.

- الشناوي، محمد محروس. (١٩٩٥). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي. القاهرة: دار الغريب للطباعة والنشر.
- الصائغ، ابتسام حسن مدني. (٢٠٠٤). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بمستوى التفكير التجريدي والمهارات الاجتماعية والفعالية الذاتية دراسة وصفية ارتباطية مقارنة بين عينة من الطالبات والطلاب بالمرحلة الجامعية في محافظة جدة. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة الملك عبد العزيز، جدة.
- الصغير، كاوجه محمد. (٢٠١٤). تمثيلات التوافق الزواجي وعلاقته بأساليب المعاملة الزوجية والخلافات الزوجية (دراسات ميدانية مقارنة بين النساء العاملات وغير العاملات بالمجال العمراني لولاية الأغواط). مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، (١٦)، ٣٤٥-٣٧١.
- الضامن، منذر. (٢٠٠٣). الإرشاد النفسي أسسه الفنية والنظرية. الكويت: مكتبة الفلاح.
- الطباطبائي، هناء رأفت. (٢٠١٥). الاسهام النسبي للصلابة النفسية والتسامح في التنبؤ بالرضا الزواجي لدى المتزوجات بمدينة جدة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة ام القرى، مكة.
- طه، فرج عبد القادر. (١٩٨٩). أصول علم النفس الحديث. القاهرة: دار المعارف.
- عبد الغفار، غادة محمد. (٢٠٠٧). الأفكار اللاعقلانية المنبثقة باضطراب الاكتئاب لدى عينة من طلاب الجامعة. مجلة دراسات نفسية، ١٧(٣)، ٦٤٣-٦٨٨.
- عبد الوهاب، علي؛ وعبد العزيز، السعيد؛ وجمعة، رضا؛ والسيسي، أيمن. (٢٠١٢). تنمية بعض أبعاد التسامح لدى طلاب المرحلة الثانوية الأزهرية. مجلة كلية التربية ببها، ٢(٩٦)، ٢٤٥-٣٦٠.
- عدلي، هويدا. (٢٠٠٠). التسامح السياسي المعوقات الثقافية للمجتمع المدني في مصر. القاهرة: مركز دراسات حقوق الإنسان.
- العزة، سعيد، وعبدالهادي، جودت. (٢٠١٥). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي. ط (٢). عمّان: دار الثقافة.
- العطاس، عبد الله بن احمد. (٢٠١٤). مفهوم السلوك الخلقى من وجهتي نظر الإمام ابي حامد الغزالي وبعض الاتجاهات النفسية الغربية الحديثة. ط (٢). مركز البحوث التربوية والنفسية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
- عماشة، سناء حسن. (٢٠١٣). التسامح والغضب في علاقتهما باستراتيجيات مواجهة ضغوط العمل لدى عضوات هيئة التدريس السعوديات وغير السعوديات بجامعة الطائف. مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ١(٤٢)، ١٧٧-٢٣٥.
- عودة، احمد سليمان. (٢٠١٠). القياس والتقويم في العملية التدريسية. الأردن: دار الأمل.
- العويضة، سلطان موسى. (٢٠٠٩). العلاقة بين الأفكار العقلانية . اللاعقلانية ومستوى الصحة النفسية عند عينة طلبة من جامعة عمان الأهلية. مجلة رسالة الخليج العربي، العدد ١١٣، تم الاسترجاع في ١٠/٧/١٤٣٨ هـ من: <https://library.abegs.org/journal/journal/issues/detail.html?id=5526871559110656>
- الغرابوي، ماجد. (٢٠٠٨). التسامح ومنابع اللاتسامح فرص التعايش بين الأديان والثقافات. بغداد: دار الحضارية.
- الفقي، إبراهيم. (٢٠٠٨). قوة الحب والتسامح. القاهرة: بداية.
- فوروارد، سوزان. (٢٠٠٢). الابتزاز العاطفي، (ترجمة مكتبة جرير). الرياض: مكتبة جرير.
- فولتر. (٢٠٠٩). رسالة في التسامح، (ميربت عبودي، مترجم). دمشق: دار تبرا للنشر.
- القواسمي، هالة عبد الحليم عبد الحي. (١٩٩٥). العلاقة بين التوافق الزواجي والأفكار اللاعقلانية لدى مجموعات من معلمي ومعلمات المدارس الحكومية في مدينة اربد. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة اليرموك، اربد.
- كفاي، علاء الدين. (١٩٩٩). الإرشاد والعلاج النفسي الأسري المنظور النسقي الاتصالي. القاهرة: دار الفكر العربي.

- كوب، كريستينا؛ بوكم، دونالد؛ سيندر، دوجلاس. (٢٠١٥). استخدام التسامح في العلاج الزوجي، ماكلو، ميشيل، وبارجمنت، كينث، وثورسين، كارل (محررون). *التسامح النظرية والبحث والممارسة*، (عبير محمد أنور، مترجم). (ص ص. ٤٥٧-٥٠٩). القاهرة: المركز القومي للترجمة. (العمل الأصلي نشر في عام ٢٠٠١).
- كوري، جيرالد. (٢٠١١). *النظرية والتطبيق في الإرشاد والعلاج النفسي*، (سامي وديع الخفش، مترجم). عمان: دار الفكر. (العمل الأصلي نشر في عام ١٩٩٥).
- الكيومي، مصبح خميس. (٢٠١١). *الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالأفكار السلبية الآلية لدى معلمي شمال الباطنة في ضوء بعض المتغيرات*. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم والآداب، جامعة نزوى، سلطنة عمان.
- لوك، جون. (١٩٩٧). *رسالة في التسامح* (منى أبو سنة، مترجم). مصر: المجلس الأعلى للثقافة.
- ماكلو، ميشيل؛ بارجمنت، كينث؛ ثورسين، كارل. (٢٠١٥). *الدراسة النفسية للتسامح قضايا تاريخية ونظرية ونظرة عامة*، ماكلو، ميشيل، وبارجمنت، كينث، وثورسين، كارل (محررون). *التسامح النظرية والبحث والممارسة*، (عبير محمد أنور، مترجم). (ص ص. ٢٩-٥٥). القاهرة: المركز القومي للترجمة. (العمل الأصلي نشر في عام ٢٠٠١).
- محمد، عادل عبد الله. (٢٠٠٠). *العلاج المعرفي السلوكي أسس وتطبيقات*. القاهرة: دار الرشاد.
- محمد، محمد النصر. (٢٠١١). *التربية على التسامح في مواجهة ثقافة التعصب لدى أطفال جنوب الصعيد في مصر*. مجلة الثقافة والتنمية، مصر، ١١(٤٥)، ٦٧-٢٠.
- مراد، بركات محمد. (٢٠٠٦). *تاريخ المسلمين المتسامح*. مجلة المعرفة، وزارة التربية والتعليم، الرياض، ١٤(١٤): ١٢٤-١٣٥.
- مراد، على عباس، ووزاق، فائق محمد. (٢٠١٢). *التسامح في بعض الحضارات القديمة*. مجلة *السياسة والدولة*، كلية العلوم السياسية، الجامعة المستنصرية، ٢٢(١)-٥١.
- مراد، يوسف. (١٩٩٤). *سيكولوجية الجنس*. القاهرة: دار المعارف.
- مرسى، كمال إبراهيم. (٢٠٠٠). *السعادة وتنمية الصحة النفسية*. ج١. القاهرة: دار النشر للجامعات.
- المزين، محمد حسن. (٢٠٠٩). *دور الجامعات الفلسطينية في تعزيز قيم التسامح لدى طلابها من وجهة نظرهم*. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة.
- موليت، إيتين وجيرارد، ميشيل. (٢٠١٥). *التصور الارتقائي المعرفي للتسامح*، ماكلو، ميشيل، وبارجمنت، كينث، وثورسين، كارل (محررون). *التسامح النظرية والبحث والممارسة*، (عبير محمد أنور، مترجم). (ص ص. ٢٥٩-٢٧٣). القاهرة: المركز القومي للترجمة. (العمل الأصلي نشر في عام ٢٠٠١).
- ميرزا، فائق يوسف. (٢٠١٣). *علاقة الأفكار اللاعقلانية بالضغط المهنية وصراع الأدوار المهنية الأسرية واستراتيجيات التعامل لدى معلمي التربية الخاصة في الكويت*. رسالة دكتوراه غير منشورة، الأردن، الجامعة الأردنية، كلية الدراسات العليا.
- نيكولسون، بيتر. (١٩٩٢). *التسامح كمثل أخلاقي*، (إبراهيم العريس، مترجم). *التسامح بين الشرق والغرب دراسات في التعايش والقبول بالآخر*. (ص ص ٢٧-٤٩). بيروت: دار الساقى.
- يالجن، مقداد. (٢٠٠٧). *الحياة المتسامحة والتعايش السلمي*. الرياض: دار عالم الكتب.
- اليوبي، عزيزة منور. (٢٠٠٦). *وجهة الضبط وعلاقتها بكل من الأفكار اللاعقلانية والاحتراق النفسي لدى عينته من معلمات الرحلة الابتدائية بمدينة ينبع*. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية للبنات، مكة.

- Addis, J., & Bernard, M. E. (2002). Marital Adjustment and Irrational
- Beliefs., journal of Rational Emotive and Cognitive behavior Therapy, 20 (1),3-13.
- Chan, D.W. (2013).Subjective well-being of Hong Kong Chinese teachers:The contribution of gratitude, forgiveness, and the orientations to happiness. Teaching and Teacher Education, 32, 22-30.
- Eckhardt, C. (1994). *Articulated Irrational thoughts in maritally violent men*.Unpublished PhD thesis, University Of Hofstra, New York.
- Ellis, A. (1989). Rational emotive therapy applied to relationship therapy special emotive therapy, Journal of Counseling Psychologist, 1(4),4-21.
- Ellis, A. (1977). Rational emotive therapy data the supports the clinical and Personality hypotheses of rational emotive therapy and other Modes of cognitive behavior therapy, Journal of Counseling Psychologist, 2(1), 33-45.
- Ellis, A. (1991). The Revised ABC of Rational- Emotive therapy,In J. zeig (Ed), The Evolution of psychotherapy. The Second Conference N.Y: Brunner / Mazel, Expanded Version: Journal of Rational Emotive and Cognitive – Behavior therapy, 9 , 139-172.
- Ellis, A. (2004). Why rational emotive behavior therapy is the most Comprehensive and effective from of behavior therapy. Journal Of rational Emotive & Cognitive-behavior Therapy, 22(2), 85-92.
- Finch am, F.D, Hall, J, & Beach, S.R. (2006). Forgiveness in marriage: Current status and future directions. Family Relations Journal, 55:415-427.
- Fincham, F. (2007). Forgiveness and marital quality: precursor or Consequence in well-established relationships. The Journal of Positive Psychology, 2(4), 260-268.
- Huber, C. H. (1984). Cognitive Considerations in Coping with Marital Conflict. American Mental Health Counselors Association Journal, 6(2) 71-78.
- Jefferson, M. (2014). Tolerance, Acceptance, Understanding. Journal of Psychology Today. <https://www.psychologytoday.com/blog/>

[looking-in-the-cultural-mirror/201402/tolerance-acceptance-understanding](https://doi.org/10.21468/looking-in-the-cultural-mirror/201402/tolerance-acceptance-understanding)

- Lawler, K. (2005). The unique effects of forgiveness on health. *Journal of Behavioral Medicine*, 4(33), 293-304.
- Mirzadeh, M., & Fallahcha, R. (2012). The Relationship between Forgiveness and Marital Satisfaction. *Journal Life Sic*, 2(6), 278 - 282.
- Rainey. C. (2008). Are individual forgiveness interventions for adult More effective than group interventions?. Unpublished, PhD Dissertation. Florida State University College Of Human Science.
- Toussaint, E. L. Worthington, Jr. & D. Williams (Eds.). (2015). *Forgiveness and Health: Scientific Evidence and Theories Relating Forgiveness to Better Health*. New York: Springer.

