بسم الله الرحمن الرحيم



وزارة الرعاية والضمان الاجتماعي

مركز ثقافة التنمية الاجتماعية



المنتدى الدوري

فـــن الحـــــوار الأسري

برعـاية :

الأستاذة : أميرة الفاضل محمد

وزيرة الرعاية والضمان الاجتماعي

تحت شعار

(الطريق إلى السعادة)

ورقة علمية بعنوان :

الحوار الأسري

المتطلبات والمعوقات في المجتمع السوداني

إعداد وتقديم :

د. سليمان على أحمد

جامعة الخرطوم – منظمة الأسرة السعيدة

الخرطوم – مايو ٢٠١١م

تمهيد :-

إنَّ الأسرة هي المؤسسة الأولى والأساسية من بين المؤسسات الاجتماعية المتعددة المسئولة عن إعداد الطفل للدخول في الحياة الاجتماعية، ليكون عنصراً صالحاً فعّالاً في إدامتها على أساس الصلاح والخير والبناء الفعّال. والأسرة نقطة البدء التي تزاول إنشاء وتنشئة العنصر الإنساني، فهي نقطة البدء المؤثرة في كلِّ مراحل الحياة إيجاباً وسلباً، ولهذا أبدى الإسلام عناية خاصة بالأسرة المنسجمة مع الدور المكلفة بأدائه، فوضع القواعد الأساسية في تنظيمها وضبط شؤونها، وتوزيع الاختصاصات، وتحديد الواجبات المسئولة عن أدائها، وخصوصاً تربية الطفل تربية صالحة وسليمة متوازنة في جميع جوانب الشخصية الفكرية والعاطفية والسلوكية. ودعا الإسلام –كذلك– إلى المحافظة على كيان الأسرة وإبعاد أعضائها من عناصر التهديم والتدمير ومن كلِّ ما يؤدي إلى خلق البلبلة والاضطراب في العلاقات التي تؤدي إلى ضياع الافراد بتفتيت الكيان الذي يحميهم ويعدّهم للمستقبل الذي ينتظرهم. سناء سليمان (٢٠٠٥) فالعلاقات الأُسرية لها دورٌ كبير في توثيق بناء الأسرة وتقوية التماسك بين أعضائها ولها تأثيراتها على نمو الطفل وتنشئته، وإيصاله إلى مرحلة التكامل والاستقلال؛ وذلك باعتبار أنّ الأجواء الفكرية والنفسية والعاطفية التي تخلقها الأسرة للطفل تمنحه القدرة على التكيّف الجدّي مع نفسه ومع أسرته ومع مجتمعه.ومن هذا المنطلق، فإنّ الأسرة هي بحاجة إلى منهج تربوي ينظم مسيرتها، فيوزع الأدوار والواجبات ويحدّد الاختصاصات للمحافظة على تماسكها المؤثر في انطلاقة الطفل التربوية.فالأسرة، إذن، هي الوحدة الاجتماعية الأولى التي ينشأ فيها الطفل ويتفاعل مع أعضائها، وهي التي تتسم بالقدر الأكبر من الإشراف على نمو الطفل وتكوين شخصيته وتوجيه سلوكه. بل هي الحصن الذي تنمو فيه بذور الشخصية الإنسانية وتوضح فيه أصول التطبيع الاجتماعي، أو هي شكل اجتماعي يتميز بطابع ثقافي يختلف من مجتمع لآخر؛ بحيث إن هذا النظام الثقافي في الأسرة يعمل على تلقين وطبع، ثم تنشئة الفرد منذ نعومة أظافره.

إن هذه التنشئة، هي بمثابة عملية تشكيل وإعداد أفراد إنسانيين في مجتمع معين، وفي زمن معين، وفي مكان معين حتى يستطيعوا اكتساب المهارات والقيم والاتجاهات وأنماط السلوك المختلفة التي تسيّر لهم عملية التعامل مع البيئة الاجتماعية التي ينشئون منها أفراداً.ولا تتم تلك التنشئة إلا عن طريق التفاعل الدائم مع البيئة الاجتماعية التي يتواجد فيها؛ ألا وهي الأسرة التي تحدد له أهم المواقف الاجتماعية التي يقابلها إبان سنوات طفولته، ومدى تفاعله مع هذه المواقف ومعايير

توافقه فيها. أن الأسرة هي التي تساهم بالقدر الأكبر في الإشراف على نمو الطفل وتكوين شخصيته، وتوجيه سلوكه. فمن خلال تلك العلاقات الأولية الحوارية التي يقوم بها داخل أسرته وباشتراك الأبوين ينمي خبرته عن طريق الحب والعاطفة والحماية، ويزداد حينها وعيه بذاته؛ وهذا باعتبار أنه من واجبات الوالدين إشاعة الودّ والاستقرار والطمأنينة في داخل الأسرة، حيث يقول المولى عز وجل : "وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً" . فالعلاقة بين الزوج والزوجة أو الوالدين علاقة مودّة ورحمة وهذه العلاقة تكون سكناً للنفس وهدوءاً للأعصاب وطمأنينة للروح وراحة للجسد، وهي رابطة تؤدي إلى تماسك الأسرة وتقوية بنائها واستمرار كيانها الموّحد، وتؤدي المودّة والرحمة إلى الاحترام المتبادل والتعاون الواقعي في حل جميع المشاكل والمعوقات الطارئة على الأسرة من حين إلى حين، وهي ضرورية للتوازن الانفعالي عند الطفل. يقول الدكتور سبوك: "اطمئنان الطفل الشخصي والأساسي يحتاج دائماً إلى تماسك العلاقة بين الوالدين ويحتاج إلى انسجام الاثنين في مواجهة مسؤوليات الحياة.ولابد إذن، من التطبيع الاجتماعي الذي عن طريقه يوجه الطفل لكي يسير على نهج حياة أسرته، والجماعات الاجتماعية الأكبر والتي يجب أن ينتمي إليها ويسلك في غمارها بصورة مناسبة، وبذلك يصبح في النهاية مؤهلاً سلفاً وجديراً لدور الراشد الناضج؛ باعتبار أن الأسرة هي المسؤولة الأولى عن تكوين ونمو الضبط الكامن لدى الطفل. - **ادريس بن خويا**Google .**com**

٢٠١١و يمكننا القول، إنّ الأساليب الحوارية لها دور فعال وأساسي في تنشئة افراد الاسرة، بل هي طرق تنمية فكر الإنسان وتنظيم سلوكه وعواطفه، وبناء شخصيته المتميزة لتحقيق صلاحه ونجاحه في جميع مجالات حياته. وقد امتازت التربية الإسلامية في الماضي والحاضر بكثرة طرقها، وتنوع وسائلها في تنشئة الأطفال والبلوغ بهم إلى حد التمام، واستطاعت هذه التربية المتزنة أن توجه التحديات، وأن تبدد الإدعاءات بأن الإنتاج الفكري الإسلامي يتصف بالتقوقع والجمود، ولا يمكنه مواكبة الأحداث والمستجدات.

مشكلة الدراسة وأهدافها :-

تهدف هذه الدراسة للاتى :-

١/ ماهي انماط الحوارالاسرى الايجابى المطلوب لبناء اسرة متماسكة ؟

٢/ معرفة ما اذا كان الحوارالاسرى الايجابى موجود فى الاسرة السودانية .

٣/ ماهى معوقات الحوارالاسرى الايجابى فى الاسرة السودانية؟

٤/ تقديم مقترحات لتنمية الحوار الاسرى الايجابى فى المجتمع السودانى.

اهمية الدراسة :-

تأتي أهمية البحث في الآتي:

(١) مهارات التواصل والحوار الاسرى لحداثة الإهتمام بالموضوع والندرة في البحوث التي تناولته علي الصعيد العربي أو السوداني. وترجع ندرة البحوث النفسية في هذا المجال إلي إغفال الباحثين في البيئة السودانية إلي أهمية وحساسية هذا الموضوع في البيئة العربية والسودانية خاصة.

(٢) أهمية البحث العلمي فيما يسفر عنه من نتائج يمكن ان تثرى المكتبة السودانية

(٣) الإستفادة في تدعيم الدراسات السابقة التي كتبت في هذا المجال.

(٤) اهمية ما تسفر عنه نتائج فى تقديم تصورات تناسب المجتمع السودانى فى تنمية الحوار الاسري .

مصطلحات الدراسة : -

الحوار الأسري:

هو التفاعل بين أفراد الأسرة الواحدة عن طريق المناقشة، والحديث عن كل ما يتعلق بشؤون الأسرة من أهداف ومقومات وعقبات و يتم وضع حلول لها، وذلك بتبادل الأفكار والآراء الجماعية حول محاور عدة ، مما يؤدي إلى خلق الألفة والتواصل.

أهمية الحوار الأسري :

١/يعد الحوار الأسري أساس للعلاقات الأسرية الحميمة البعيدة عن التفرق والتقاطع.

٢/يساعد على نشأة الأبناء نشأة سوية صالحة بعيدة عن الانحراف الخلقي والسلوكي.

٣/يخلق التفاعل بين الطفل وأبويه مما يساعدهما إلى دخول عالم الطفل الخاص، ومعرفة احتياجاته فيسهل التعامل معه.

٤/يجعل من الأسرة كالشجرة الصالحة التي تثمر ثماراً صالحة طيبة ، وهي السلوى لهذه الحياة.

٥/تعد الأسرة المصدر الأول لمعرفة الطفل ، والمصب الرئيسي لفهمه الحياة ، لذلك الحوار الأسري يجعله فرد معتز بنفسه واثق من نفسه.
٦/يتعلم كل فرد في الأسرةأهمية احترام الرأي الآخر ، فيسهل تعامله مع الآخرين.
٧/يعزز الثقة في أفراد الأسرة مما يجعلهم أكثر قدرة على تحقيق طموحاتهم وآمالهم .

أنواع الحوارات :

أ- الحوار الايجابي:

وهو حوار يساعد على دعم الروابط بين الزوجين وينمي لغة التفاهم مع الأبناء يتطلب مهارة في التعبير ومهارة في الإنصات ، فهناك ثلاثة أمور تميز الأسرة الأكثر حوار واندماج وهي : تبادل رسائل واضحة ومباشرة ، والاستماع الفعال ، والتعبير اللفظي ، ويكون ذلك بأحد الطرق التالية :

.1.الحوار ألنقاشي : إما مواجهة أو مكتوب ، وهو من أكثر الأساليب التي يتم من خلالها الحوار بين طرفين خصوصاً في الأمور التي تنحى منحى الجدية أكثر ، وقد تختصر مراحل كثيرة في التفاهم بين الطرفين ، وكثير من الأسر لم تتعود هذا النوع من الحوار الزوجي مع أهميته وتأثيره الكبير في الحياة الزوجية ، فالأولى من الزوجين عدم غلق هذا النوع من أنواع الحوار بل يجب طرح أي موضوع خصوصا فيما يتعلق بحياتهما كزوجين وبما يتعلق بأمور أبنائهم ليتم الحوار فيه والاتفاق حوله .. ولكن إذا كان الطرف الآخر لا يحب أو لا يجيد الحوار عبر الكلمات فإن الحوار ألنقاشي يتم عن طريق الكتابة ، حتى لا نجعل من هؤلاء الذين لا يحبون المواجهة ذريعة للهروب من الحوار والتعبير عن رأيه ، ولا يقتصر هذا النوع من الحوار على هذه الفئة ، بل هو نوع آخر من أنواع الحوار فقد يجد الإنسان مجالاً أكبر في التعبير عبر الكتابة خصوصاً في بداية الحياة الزوجية فقد يصعب على أحد الطرفين أو كلاهما عرض بعض الأمور مباشرة والتحدث حولها . المهم أن يخرج أفراد الأسرة وكل منهم قد فهم وجهة نظر الآخر ببساطة وبفهم واضح.

.2.الحوار العابر : وهو من أكثر أنواع الحوارات الشائعة في داخل الأسرة سواء بين الزوجين أو مع الأبناء ، وممارسة هذا الحوار عادة يكون تلقائي وبدون الشعور إنه حوار ، كالتعليق على حدث ما ، أو شرح لموضوع معين ، فمثل هذه المداخلات تسبب مدخل جيد ومناسب للحوار.

.3.الحوار عن طريق العيون : في كثير من الأحيان نجد العيون وسيلة من الوسائل التي تعبر عن كثير من الكلام فقد يفهم الإنسان من خلال حواره من شخص آخر من عينيه أكثر مما يفهمه من كلامه ، فنظرات الإنسان وحركاته هي جزء من حواره مع أي طرف.

.4.الحوار الشاعري الايجابي : ليس شرطاً أن يكون الحوار الأسري للمسائل الخلافية فقط أو

للاتفاق حول أمر ما ، فقد يكون هناك حوار يتبادل فيه الزوجان المشاعر العاطفية وأحاسيس كل طرف اتجاه الطرف الآخر ، وهناك حوار شاعري وإطراء ايجابي على سلوكيات الأبناء فهذا من شأنه أن يزيد الألفة والمحبة بين الأسرة ويقوي روابط الحب بينهم . فتستخدم المشاعر الإيجابية في إيقاف دائرة الخلاف الأسري بحيث تحرك المشاعر من الجانب السالب إلى جانب أقل سلبية.

.5.حوار مرآة الآخر : وهو من الأنواع الهامة ويعني وضع الذات في مكان الشخص الآخر، ويرتبط ذلك إيجابيًا بالرضا عن العلاقة ، والعكس صحيح ، فينتج عن ذلك أن يعدل أفراد الأسرة سلوكهم في المواقف الاجتماعية المختلفة كنتيجة لفهم وجهة نظر الآخر، فالأسرة القادرة على وضع وجهة نظر الآخر في الاعتبار يظهرون اهتماماً أكبر بحاجات واهتمامات ورغبات الآخر.

ب- الحوار "السلبي: "

التواصل اللفظي الخاطئ " الحوار السلبي " يعد مصدراً للمشاكل الأسرية ، فهذا النوع من الحوار يسبب قدراً كبيراً من الإحباط لدى أفراد الأسرة ، فتتضح على ملامحها الحياة الغير سعيدة وذلك لأنهم كثيراً ما يعقدون مشاكلهم ويزيدونها توتر عن طريق التواصل اللفظي الخاطئ ؛ حيث يكون التعبير غير واضح وغير كامل مشحون بالتصيد على كلمات الطرف الآخر ، ويكون ذلك بالطرق التالية- :

١. الحوار ألتعجيزي : وفيه لا يرى أحد طرفي الحوار أو كلاهما إلا السلبيات والأخطاء والعقبات وينتهي الحوار إلى أنه "لا فائدة ."

٢. حوار المناورة (الكر والفر :(حيث ينشغل الزوجان (أو أحدهما) بالتفوق اللفظي في المناقشة بصرف النظر عن الثمرة الحقيقية والنهائية لتلك المناقشة وهو نوع من إثبات الذات بشكل سطحي

٣. الحوار المبطن :وهنا يعطي ظاهر الكلام معنى غير ما يعطيه باطنه وذلك لكثرة ما يحتوي من التورية والألفاظ المبهمة، وهو يهدف إلى إرباك الطرف الآخر.

٤. الحوار التسلطي (اسمع واستجب :(هذا الحوار هو نوع شديد من العدوان حيث يلغي طرف كيان الطرف الآخر ويعتبره أدنى من أن يحاور، بل عليه فقط الاستماع للأوامر الفوقية والاستجابة دون مناقشة أو تضجر .

٥. الحوار المغلق :كثير ما تتكرر تلك العبارة فيه (لا داعي للحوار فلن نتفق وهو نوع من التعصب والتطرف الفكري وانحسار مجال الرؤية.

٦. الحوار العدواني السلبي :وهو اللجوء إلى الصمت والعناد والتجاهل رغبة في مكايدة الطرف الآخر بشكل سلبي دون التعرض لخطر المواجهة .سناء الخولي (١٩٨٣) .

الاجابة على السؤال الاول :ـ

ما هي خصائص الحوار الاسرى الايجابى؟

(١) الإصغاء، الإصغاء، الإصغاء للمتكلّم.
(٢) تقبّل كل ما يطرحه الآخر من دون تعليق على ذلك.
(٣) اطرح سؤالا مناسباً للإطلاع على كل الجوانب.
(٤) ابتعد عن استعمال "أنا" واستبدلها ب"نحن".
(٥) تأكد من أن الطرف الآخر استطاع أن يعبر عن كل ما يعانيه بصراحة وحرية.
(٦) استخدم جمل المتلكم نفسها للتأكد من فهم قصده أو للاستفسار عن ما يعنيه.
(٧) لا تستعمل تعابير تدل على انعكاسات ذاتية لما تراه أنت مناسبا من الاطروحات.
(٨) لا تسعى لتحقيق أهدافك أنت أو ما ترضاه.
(٩) إذا أصر الآخر على موقفه حاول أن تتفهم دوافعه وبين له إيجابية وسلبية قراراته.
(١٠) اكسب دعمه لا تأمره، امنحه التقدير والثناء والعاطفة.
(١١) لا تعطي رأيك أو النصيحة إلا إذا سئلت وبعد أن تستوفي كل الجوانب.
(١٢) أفضل نتائج للحوار هو أن يستنبط الطرف الآخر النتيجة المستحبة من ذاته هو لا أن تفرض عليه فرضاً.
(١٣) اختيار الزمن المناسب الحوار
(١٤) اختيار الأشخاص الناضجين للحوار وحسب موضوع الحوار
(١٥) لاتسعى للانسحاب عندما تنهزم فكرتك
(١٦) التأسيس النفسي والاجتماعى للحوار بان يكون جو الحوار مدعما للاسترخاء
(١٧) الوصول الى نتائج يمكن قياسها وملاحظتها عند جميع افراد الحوار
(١٨) ادرك الفروق الفردية بين افراد الحوار واحتياجتهم النفسية

يوجد وسائل كثيرة أخرى لتعلّم الحوار مثال: قراءة كتب مختصة بذلك، حضور الدورات التدريبية، الحلقات الحوارية.. وليس المهم فقط أن نتعلم بل الأهم أن نمارسه ونصحح أخطاءنا في ذلك، ولا يلقي أحد اللوم على التربية! أو لا أستطيع أن أتغيّر، فهذا أنا!

إن أردت أن يتغير وضعك أو أن يتغير الطرف الآخر فابدأ أنت بنفسك أولاً، ففاقد الشيء لا يعطيه.

متطلبات لنجاح الحوار

١/ تجنب الحوار في حالة الانفعال :يقال إن الإنسان المنفعل قد يفقد جزءًا من إدراكه للواقع وبالتالي قد لا يرى ولا يسمع ولا يحس. فهو قد لا يدرك ما يقوله ولا يسمع ما يقال له. بل قد تصل الحالة إلى انه يسمع ما لا يقال له، وبالتالي تكون هناك ردود فعل لأشياء لم تقال بتاتًا، بالرغم من أن الإنسان المنفعل قد يقسم بأنه قد سمع هذه الأشياء، وبالتالي ربما تتأزم الأمور أكثر بين الطرفين. علينا أن نتجنب الحوار عندما نشعر أن الطرف الآخر بات أكثر انفعالاً مما هو مطلوب. – سليمان علي احمد (٢٠٠٤)

٢/ الأخذ بالانفعال الإيجابي أثناء الحوار :المقصود بالانفعال الإيجابي هو إبداء درجة منضبطة من الانفعال تشعر الطرف الآخر بتفاعله بما يحس وما يشعر به. فعندما تشعر المرأة بأنها أهينت بفعل ما أو نتيجة لكلمة قيلت فالمطلوب من الرجل إبداء نوع الانفعال الكلامي والحركي الذي يؤكد عدم قبوله لأي شيء فيه إهانة لها، وبالتالي ستشعر المرأة باطمئنان أكثر وعندها يكون الحوار إيجابيًا وموضوعيًا.

٣/ الاستعانة بكل أشكال الحوار :ما دام الحوار هو تعبيرًا عن النفس ومد قنوات الاتصال بالطرف الآخر فالإنسان في الحقيقة يمتلك تنوعًا طبيعيًا في قدرته التعبيرية. وهنا يأتي دور الثقافة في تفعيل هذا التنوع والتعددية في حياة الإنسان، ولا يمكن للحوار أن يتسع في حياة الرجل والمرأة إلا بالأخذ بحوار غني في أدواته وأشكاله.

٤/ الحذر من جعل الطرف الآخر في موقف دفاعي :عندما يجد الإنسان نفسه في موقف دفاعي فانه ينشغل ذهنيًا في الدفاع عن مواقفه، وبالتالي قد لا يسمع ما يطرحه الطرف الآخر من كلام ما قد يلاقي قبولا عنده. وهناك كلمات وعبارات وإشارات قد تثير حالة الدفاع عند الزوجة، فتكرار كلمة أنت في عبارة سلبية، أو الإصرار على طلب اعترافها بالخطأ، أو الإلحاح عليها بالاعتذار عن كلمة قيلت في ظروف خاصة كلها مدعاة لجعلها تتبري للدفاع عن نفسها وعدم الاعتراف بخطئها، وهذا قد ينتهي بالحوار إلى طريق مسدود أو حتى إمكانية الدخول في مشاكل جديدة من خلال الاستعانة بمواقف في الماضي لتقوية موقف كل من الطرفين.

٥/الحرص على الوصول إلى نتيجة :في الكثير من الأحيان ينتهي الحوار من دون تحقيق نتائج معينة وبالتالي يشعر المتحاورون بعدم جدواه وتكرار هذا الأمر قد يغير موقف الإنسان من

الحوار نفسه. في الحوار فرصة يجب أن يوظفها الطرفان لتأسيس حالة جديدة في العلاقة بينهما من خلال تجاوز موضوع الخلاف بينهما وما يترتب على هذا التجاوز من تفاهمات أخرى.
الاجابة على السؤال الثانى :-

ماهي معوقات الحوارالاسرى الايجابى فى الاسرة السودانية ؟

أولاً: المفاهيم الخاطئة المعوّقة لعملية الحوار بين الزوجين:

تشبر هاله مرجاني (١٩٩٠) الى انه يوجد العديد من المفاهيم الخاطئة التي يعتقد بها الأزواج تعيق عملية الحوار والتواصل بين الزوجين بشكل غير مباشر. ونذكر أبرزها:

(أ) مفاهيم سلبية خاصة لدى الزوج:

- يفترض الزوج أن الزوجة تتصرف كما يتصرف هو من حيث أسلوب التفكير والمحادثة.
- الاستهانة بشكوى الزوجة واعتبارها من أساليب الزوجة النكدية.
- التعامل معها بلغة العقل وإغفال الجانب العاطفي وذلك مقياسًا لطبيعة الرجل وأسلوب حياته.
- الاستخفاف باقتراحات الزوجة لحل المشاكل المطروحة نظرا لعدم الثقة بقدرتها على إيجاد الحلول المناسبة.
- أن الزوج قد وفّى بكل مطالب الزوجة وأدى واجباته المالية من حيث السعي والعمل والإنفاق وهكذا يكون قد أدى دوره.
- أن الزوجة بطبعها كثيرة الثرثرة فمن الأفضل عدم اعطائها الفرصة للتحدث والعمل على إيقافها عند اللزوم.
- على الزوجة فقط أن تبادر لتحادث زوجها وتؤمن له الراحة النفسية.
- لا يوجد وقت كافي للتحادث مع الزوجة نظرا لضغط الأعمال وضيق الأوقات وهي ستتفهّم ذلك.

(ب) مفاهيم سلبية خاصة لدى الزوجة:

- أن تقارن الزوجة تصرفات زوجها بتصرفاتها.
- تتوقع من الزوج أن يقوم بما ترغب في أن يقوم به، لأنه يفكر بالأسلوب نفسه.
- تعتمد أسلوب الاستفزاز لكي تخرجه من صمته وتدفعه للحوار.
- تتوقع أن يبادرها في الحوار وأن يعبر لها عن مشاعره الرومانسية في كل حديث وساعة.

- أن تعاند الزوجة آراء زوجها لاعتقادها أن الرجل لا يأتي إلا بهذه الطريقة.
- أن الزوج عندما يصمت إنما يعبر عن غضبه عليها وعن فتور الحب بينهما

إن الحديث عن المفاهيم الخاطئة لدى الأزواج ينقلنا لشرح ما يعنيه الحوار لكل من الزوجين، وهل يختلف معنى الحوار والحاجة إليه عند كل منهما وما هي الفروقات النفسية والفكرية في طريقة استخدام الحوار ؟

مفاهيم سلبية خاصة لدى الابناء:-

الصورة الذكورية السائدة فيما يتعلق بصورة الاب

عدم تمكن الابناء من التواصل مع الاباء والأمهات

الانشغال الدائم خلال اليوم

نماء الاسرة اللممتدة على حساب الاسرة النووية

وسائل التكنولوجيا فى التواصل الافتراضي والغاء دور التواصل الحى

ثانياً: الفروقات النفسية والفكرية في طريقة استخدام الحوار عند الزوج والزوجة:

عند الزوج :

- إن الرجل لا يتكلم إلا لهدف معيّن، فهو لا يقصد الحوار بذاته أي لأنه يريد أن يتكلم فقط، إنما يقصد الحوار لتحقيق غاية معيّنة مثال إثبات الذات، جلب المصالح، المناقشة والمنافسة، كسب العلاقات العامة..

لذلك نرى الرجل يتكلم خارج المنزل أكثر من داخله، ويستعمل كل أسلحته خارجاً للفوز ولتحقيق أهدافه، ولهذا فهو يستهلك الكثير من الكلام ما يجعله يظهر بمظهر المتكلم والثرثار خارجاً، وعند عودته إلى المنزل نراه قليل الكلام لأنه بذل مجهوداً كبيراً في الخارج ولم تبقى لديه الطاقة التي تعينه.

- كذلك فإن المنزل بالنسبة لمعظم الرجال هو المكان الذي لا يتوجب عليه الكلام فيه، فهو قادم للراحة. فالراحة للرجل هي الابتعاد عن المنافسات والمناقشات الطويلة، الراحة بالنسبة للرجل هي عدم الكلام.
- كما أن الرجل لا يستخدم الحوار إلا إذا أراد أن يستفسر عن أمور معيّنة أو يتحقق من واقعة، ونادراً ما يتحدث الرجل عن مشاكله إلا إن كان يبحث عن حلّ عند خبير، لأن بنظره "طلب المساعدة عندما يكون باستطاعتك تنفيذ العمل هو علامة ضعف أو عجز" .
- يجد الرجال صعوبة قصوى في التعبير عن مشاعرهم وقد يشعرون بأن كيانهم مهدد إن أفصحوا عن ذلك، وهذا ما يدفعهم للتعبير عن مشاعرهم بطرق أخرى مختلفة عن الحوار.

(أ) **عند الزوجة:**

- تشعر النساء بقيمتهن الذاتية من خلال المشاعر ونوعية العلاقات التي تقيمها مع الآخرين. ويختبرن الاكتفاء الذاتي من خلال المشاركة والتواصل.. فإن الحوار والتواصل بالنسبة للمرأة هو حاجة ضرورية وملّحة، هي حاجة نفسية فإن لم تشبعها يحدث لديها اضطراب. وقد تلجأ المرأة إلى تصريف هذه الحاجة من خلال إقامة العلاقات الاجتماعية والمشاركة في جلسات حوارية مختلفة خارج المنزل، وبالرغم من أنه يلبي حاجة في نفسها إلا أن الزوجة لا يمكن أن تشعر بقيمتها الذاتية إلا من خلال إشباع حاجة الحوار لديها مع زوجها. فإن كان الزوج من النوع الذي لا يحاور زوجته أو لا يصغي لحديثها، فإن الزوجة تفسّر ذلك بأنه لا يحبها ولا يقدّرها، وهذا بالتالي يؤثر على نفسية الزوجة فتقوم بردات فعل تجاه الزوج مسيئة للعلاقة الزوجية.
- كما أن الزوجة داخل المنزل تكثر الكلام وتتكلم في أمور شتى لأن المنزل هو المكان الأمثل الذي تشعر فيه بحرية الكلام وعدم خوفها من ملاحظات الآخرين، فتتكلم بأمور كثيرة مهمة وغير مهمة. الحياة بالنسبة للمرأة عبارة عن اتصال ودي ومحاولة خلق جو ملؤه المحبة والوئام، والكلام هو أفضل وسيلة، فتظهر أنها ثرثارة تختلق الكلام حتى ولو لم يكن هناك شيء مهم.

(ج) لغة المرأة مختلفة عن لغة الرجل :

- لا يختلف الرجل عن المرأة بيولوجيا ونفسيا فقط ، ولكن أيضاً في طريقة استخدام اللغة..

فعندما يتكلم الرجل يختار كلماته بدقة وواقعية، فهو كل كلمة ينطقها يقصدها ويعنيها بذاتها. كمال ابراهيم مرسي ١٩٩٨

لذلك نرى كلامه مرتباً متسلسلاً منطقياً، ويبتعد عن استخدام لغة العاطفة في حديثه. بينما المرأة عندما تتحدث تستخدم لغة العاطفة في كلامها. فغالبا ما نراها تستخدم هذه العبارة: " أنا أحسّ، أشعر.." وعندما تتكلم المرأة فهي تطلق أحكاماً عامةّ شمولية ولا تقصدها لذاتها إنما لتبالغ في التعبير عن شعورها أو ما يزعجها. مثال تقول للزوج "أنت بحياتك ما أخرجتني.. ألف مرّة قلت لك لا تفعل ذلك.. إنك لا تشعر بي أبدا...." هذه العبارات يفهمها الرجل كما هي على الإطلاق وذلك لأنه يفهم كلامها من منظاره هو، أي يفهم هذه العبارات كلمة كلمة، وهذا ما يثير غضب الزوج. وقد نرى في هذه الحالة ردة فعل عنيفة له قائلا على سبيل المثال:" كيف لا! ألم نخرج في الأسبوع الماضي يوم كذا الساعة كذا... كلا لم تخبريني سوى ثلاث مرات.... لقد فعلت كذا لأعبر لك عن شعوري معك، ألا تذكرين موقف كذا في يوم وتاريخ قد فعلت لك وقمت وشاركتك مشاعرك..." وهذه الأمثلة الصغيرة كثيرا ما تتكرر في الحوار بين الزوجين، وهو حوار سلبي في حال استمر على هذا الحال. فإن الرجل هنا يحكم على حديث المرأة مقارنة باستخدامه الخاص للغة، كما أن المرأة لا تستوعب ردة فعل زوجها وتظن أنه يحاسبها على ما فعله لأجلها وهو يسرد لها هذه التفاصيل.

- اختلافات أخرى في اللغة : تلجأ المرأة لتعبّر عن معاناتها أو ما يؤلمها ويشغل بالها من خلال الحوار. فالمرأة تفكّر بصوت عال، وهي توجّه الحديث إلى زوجها لأنها تحتاج في هذه اللحظات إلى دعمه العاطفي والمعنوي، على سبيل المثال عندما تقول الزوجة:" آه إن رأسي يؤلمني.. كم تعبت اليوم في العمل لقد واجهت مشاكل كثيرة... لا أدري ماذا أفعل غدا مع هذا الموقف... إن والدتي مريضة ولدي إلتزامات كثيرة غدا كيف أوفق بين ذلك كلّه.." تستخدم الزوجة هذه العبارات لتعبّر عن ما يجول في خاطرها من أفكار، وعن ما يختلج في صدرها من مشاعر، لكن ما يزيد من ألم الزوجة هو عدم تفّهم الزوج حاجتها للدعم النفسي والعاطفي وخاصة عندما يرد عليها بهذه العبارات:

"يمكنك أخذ مسكّن لوجع الرأس.. أتركي العمل أو خففي من وقت العمل... يمكنك فعل كذا وكذا في هذا الموقف... يمكنك الاعتذار عن بعض الالتزامات وإخبار والدتك بذلك.." الرجل هنا يعتبر أن المرأة عندما تشتكي بهذه الطريقة لأنها عاجزة عن إيجاد الحلول وأنها تطرح عليه

ذلك للمساعدة، وإن الرجل بطبيعته العملية يصغي لما تقول ويعتبر أنه المسؤول عن إيجاد الحلّ لمساعدة زوجته في ذلك. لكن المرأة يغضبها ردّ الرجل وتتهمه في هذه الأوقات بأنه لا يتفهمها ولا يشعر معها، فبدل أن يخفّف عنها معاناتها يزيدها ألما فهي في هذه اللحظات تحتاج لأن يقول لها مثلا:" سلامتك حبيبتي.. يضمها ، يقبلها.. ماذا حدث معك في العمل لماذا أنت تعبانة؟... آه يا زوجتي كم أنت حنونة وحسّاسة أنا فخور بك لأنك تحترمين والدتك وأنك إنسانة فاعلة في المجتمع.. تعالى نتحدث كيف يمكن أن نخرج مما تعانين.." بهذه العبارات يمتلك الرجل المرأة ويشعرها بأنها محظوظة بهذا الزوج الذي يتفهمها ويقدّرها.. لهذا على الرجل أن يفهم هذا الاختلاف في التعبير، فالمرأة هنا لا تشتكي لعجز عن الحل إنما لتعبّر عن مشاعرها أو لأنها تفكّر بصوت عال. - محمد المهدى المصثباح ٢٠١١.

- ومن الاختلافات أيضاً، عندما تطلب المرأة شيئا أو تقترحه على زوجها قد يعتبر الرجل أنها تأمره، فالمرأة تقترح ليناقشها الزوج ولا يعني أنها تبت بهذا الموضوع. على عكس الرجل فعندما يطلب أو يقترح فغالبا ما يكون قد أخذ القرار بذلك. - طلعت منصور (١٩٨٠).
- كذلك في حالة الحوار بين الزوجين تنتقل المرأة من موضوع إلى آخر مختلف، من دون أن تنهي الموضوع الذي بدأت به وقد تستدرك ذلك في آخر حديثها فتعود للموضوع الأول وتنهيه، وهكذا دواليك... وهذا يتعب الرجل فهو يحلل أثناء حديث الزوجة، يقول ما علاقة الموضوع الأول بالثالث أو هذه الحادثة مثلا، فيتضح له أنه لا علاقة! قد يفاجأ من ذلك فهو بطبيعته تركيزي أي يناقش موضوعا ولا يترك ملفات مفتوحة.. فكأن الرجل يستخدم طريقة عمودية والمرأة تستخدم طريقة أفقية في الحديث.

هذه الاختلافات إن لم يعيها الزوجان قد تفجّر بركانا من الخلافات الزوجية، وتبدأ النيران بالاشتعال بمجرد أن يستخدمان الحوار النفسي السلبي، فما هو هذا الحوار؟

(ب) الحوار النفسي السلبي عند الزوجين :

الحوار النفسي السلبي هو الحوار الداخلي الذاتي، أي طريقة الحوار مع النفس فالحوار عند الانسان ينقسم إلى حوار داخلي أي أفكارك التي تدور في بالك وما تحدثه لنفسك، وحوار خارجي هو التعبير اللغوي.

في موقف معيّن بين الزوجين على سبيل المثال، عندما يطلب الزوج من زوجته أن تسهر معه وقتا طويلا وترفض ذلك الزوجة لأنها تشعر بالتعب نتيجة أعمالها الشاقة في ذلك اليوم وتستأذن لتنام. هذا الموقف تختلف فيه ردات فعل الأزواج، وذلك وفقاً للحوار النفسي الذي يفعله الرجل. قد يحدّث الرجل نفسه في هذا الموقف " إنها لا تحترمني لا تقدّر رغباتي لقد احتجت بالتعب لتتهرب مني– إنها تتعمد إغضابي– لا تحبني– إنها أنانية..." هنا استخدم الرجل الحوار النفسي السلبي (وكذلك الحال لو عكسنا المثال على المرأة) ودخل الرجل في دائرة الحوار النفسي وهي:

فكرة سلبية– تضخيم هذه الفكرة وإيجاد تفسيرات ذاتية لها– توتر داخلي– تصاعد التوتر– غضب– مشكلة مع الطرف الآخر، لذلك نلاحظ في كثير من الأحيان أن الزوجين قد يطلبان الطلاق لأسباب ظاهريه بسيطة ، إنما يكون الدافع من وراء ذلك هذا الحوار النفسي السلبي الذي لم يتعالج ولم يتم التحدث عنه وتفريغه. فهذا الرجل أو المرأة الذي دخل في هذه الدائرة يفتعل أي مشكلة مع زوجته ويضخمها عقابا لها، وفقا لما يعتقده من أفكار سلبية نحوها لا تمت بأي صلة للواقع إنما هي أفكار سلبية وهمية. وإن الانسان (زوج أم زوجة) تكثر عنده هذه الحالات من الحوار في حال كان يعيش ظروف عدم الأمان وعدم الشعور بالأهمية والتقدير الذاتي. وأفضل نصيحة للذي يعاني من هذه الأفكار أن لا يأخذ الأمور مأخذاً شخصياً بل يفسّر الحدث بواقعيته. وأن يحارب هذه الأفكار السلبية بطرح أفكار نفسية إيجابية، فبدل أن يتهم الزوجة بأفكار سلبية معينة يمكن أن يستبدلها بأفكار إيجابية، يعني أن يخلق لها مبررات إيجابية ويضخم هذه الأفكار في نفسه بحيث أن يقتنع بها ويعامل زوجته على هذا الأساس الإيجابي، فلا بد من إلتماس الأعذار الإيجابية للطرف الآخر.

(ج) ثقافة الحوار الاسري الايجابي:

إذا كان الخلاف بين الناس في أمور كثيرة مرده اختلاف قناعاتهم فان عدم تفعيل الحوار في حياتنا هو تعبير عن ثقافة لا تمتلك من القناعات ما يشكل لنا رؤية إيجابية عن الحوار، فلنحاور الحوار مازن منصور (٢٠٠٥ بشكل موجز:

١/ الحوار وعاطفية المرأة :من دون أن نشغل أنفسنا في البحث عن خصوصية كل من المرأة والرجل، فان العاطفة لغة تجيدها المرأة أكثر من الرجل وبالتالي يكون الحوار مطلبًا مبررًا للمرأة، وعلى الرجل أن يلتفت لهذا في بناء علاقته بالمرأة. وإذا كانت العاطفة تعني مقدار تفاعل

الإنسان مع الحدث الذي يعيشه فهذا يعني أن المرأة أكثر انفعالاً وبالتالي يكون الحوار هو الأداة لتلطيف هذا الانفعال وتفريغ شحنته، وعندها تعود نفسية المرأة إلى الحالة الطبيعية من التوازن. ولعل عدم التفات الرجل إلى هذه الحقيقة هو الذي يدفع بالرجل إلى توجيه الاتهام للمرأة بأنها رومانسية ومولعة بالثرثرة أو أنها كائن حسي أكثر مما هو عقلي.

٢/ الحوار ومعرفة الآخر :الإنسان بطبيعته وفي الأخص عندما يريد أن يعبر عن حاجاته يستعير بلغة الرمز والإشارة وخلط الأمور وينتظر من الطرف الآخر أن يفهم كل ذلك فيتحسس ذلك الآخر بمشاعره وأحاسيسه .وعلاقة المرأة بالرجل تتشكل في كثير من جوانبها في إطار هذا المفهوم، وبالتالي يصبح الحوار ضروريًا لأن لغة الإشارة والرمز والتشكي من أمور أخرى عندما لا تفهم فإنها باب للدخول في مشاكل أخرى قد يتجاوز حجمها وعواقبها المشكلة الأصلية. فالمطلوب من الرجل أن يحسن الاستماع للمرأة ليعطي لنفسه الفرصة لمعرفة ما بعد الشكوى وعندها قد نكتشف أن الحل هو في كلمة تأخذ شكل وردة نهديها لها أو لمسة تعيد لها الدفء وتشعرها بالأمان وبعدها قد نتذكر أو لا نتذكر المشكلة الأصلية لأنها في الأصل هي غير موجودة وما كان هو مجرد تراكم لرسائل غير مقروءة.

٣/ الحوار لا يستثني أحدًا :إذا كان الأساس في الحوار هو وجود الآخر، فالمقصود بعد الاستثناء هنا هو أن المرأة تبقى بحاجة إلى الحوار مهما كان شكل المرحلة التي تعيشها وطبيعة الظروف التي تحيط بها. والذي يختلف بطبيعة الحال هو أسلوب الحوار باعتبار أن الأسلوب وأدوات الحوار الناجح هما نتاج للحظة التي يعيشها الإنسان .فالمرأة مهما كانت خلفيتها التعليمية والثقافية والأسرية والاجتماعية قادرة على تطوير مهاراتها في الحوار بشرط أن نجيد نحن معاشر الرجال لغة الحوار، وأن تعطى المرأة الفرصة لتجاوز مخاوفها وشكوكها في علاقتها بالرجل. – داليا مؤمن ٢٠٠٥

٤/ للحوار أشكال متعددة :المحاور الجيد هو الذي يجيد توظيف عدة أشكال من الحوار، فالكلمة الرقيقة تزداد رقة عندما تصاحبها نظرة حانية ولمسة دافئة. وحتى الحوار الذي يتطلب توجيه نوع من اللوم أو النقد للمرأة فانه يكون أكثر ايجابية عندما يفرش في طريقه كلمات حب ولمسات حانية. كلما أجاد الرجل أشكالاً متعددة من الحوار كانت علاقته بالمرأة أكثر قربًا وبالتالي أكثر حبًا.

٥/ الحوار في الاختلاف والاتفاق :قد يظن البعض أن وظيفة الحوار هي فقط لتجاوز الخلاف وننسى جانبًا مهمًا وهو وظيفته في تعميق الاتصال بين الطرفين. ومن أجل أن نجيد الحوار في حالة الخلاف علينا أن نمارس الحوار حتى في الحالات غير الخلافية. قد لا يوجد هناك خلاف

بين الرجل وزوجته في شراء حاجة معينة للمنزل ولكن طرح الموضوع للنقاش هو ممارسة للحوار بين الطرفين، وفي ظل هذه الأجواء الهادئة تتاح الفرصة للطرفين لتعميق تجربتهما في **الإجابة على السؤال الثالث .**

واقع الحوار الأسرى فى المجتمع السوداني :

مؤشرات الحوار الأسرى بناءا علي المقياس المقتبس من مقياس محمد السيد عبد الرحمن وسلوى بابكر الحاج على البيئة السودانية ٢٠٠٩ على عينة مكون من ٢٠٠ مفحوص من الاناث بجامعة الخرطوم

محتوى العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	القيمة الاحتمالية	الإستنتاج
١. نتناقش بهدوء في أي موضوع يخص الأسرة.	١،٢٣	،٤٣	١٩٩	٤،٠٦	،٠٠	
٢. يتفادى زوجي/ زوجتي إحراج أي فرد أثناء نقاشنا في موضوع داخل الأسرة.	١،٨٨	١،٠١	١٩٩	٣،٢٦	،٠٠١	منخفض
٣. الحوار بيننا يتسم بالصراحة.	،٩٢	،٢٨	١٩٩	٢،٠١	،٠٢	منخفض
٤. هنالك موضوعات كثيرة مشتركة نتحدث عنها في الأسرة.	١،٥٣	،٨٨	١٩٩	٣،٠٤	،٠١	منخفض
٥. ستطيع زوجي/ زوجتي أن يتقبل نتائج الحوار داخل الأسرة.	،٦٤	،٧١	١٩٩	١،٩٨	،٠٤	.منخفض
٦. يدور بيننا حوار هادئ داخل الأسرة في مستقبل الأبناء.	١،٠١	،٣٤	١٩٩	١،٩٩	،٠١	.منخفض
٧. ينتهي النقاش بيننا إلي نتائج إيجابية.	١،٢٢	،٦٧	١٩٩	٣،٠٢	،٠٠١	منخفض
٨. زوجي /زوجتي مستمع جيد لما أقوله.	،٤٤	،٩١	١٩٩	٥،١٨	،٠٠	منخفض
٩. نبتعد عن الكلمات التي تثير الغضب أثناء النقاش.	٢،٠١	١،٢٢	١٩٩	١،٥٦	،١٠	متوسط الدرجة
١٠. حينما نختلف في وجهات النظر فإننا نجلس مرة أخرى	١،٠٩	١،٥٤	١٩٩	٣،٠٧	،٠٠١	منخفض
١١/زوجتي/ زوجي يعترفا بأخطائه .	١،٣٤	،٨٤	١٩٩	2.12	،٠٣	منخفض
١٢/يتقبل أفراد الأسرة النقد .	١،٨٢	١،٠٦	١٩٩	3.16	،٠٠٢	منخفض
١٤/نتجنب تبادل الإهانات عن الإختلاف من وجهات النظر.	١،٨٧	١،١٣	١٩٩	7.02	،٠٠٠	منخفض
١٥/يهددني ويتوعدني زوجي/ زوجتي أثناء النقاش.	١،١٣	،٤٢	١٩٩	3.02	،٠٠٠	منخفض
١٦/نخصص زمن للحوار داخل الأسرة.	١،٨٤	،١١	١٩٩	4.01	،٠٠١	منخفض
١٧/ تعمل الأسرة وفق جدول متفق عليه داخل الأسرة.	١،٩٣	٥٤و	١٩٩	3.02	٠٠٠و	منخفض
١٨/نتشارك في الأسرة في كثير من الاهتمامات.	١،٩٩	،٥٦	١٩٩	3.11	،٠٠٠	منخفض

١٩/نحرص على الخروج للمناسبة كأسرة.	١،٤٣	،٦٧	١٩٩	4.01	٠٠و	منخفض
٢٠/يقضي زوجي / زوجتي وقتا" مع أصدقائه أكثر مع الوقت الذي يقضيه مع الأسرة.	١،٥٦	،٦٥	١٩٩	4.06	،٠٢	منخفض
٢١/نقوم بعمل أشياء كثيرة بالمنزل كأسرة.	١،٧٧	،٣٤	١٩٩	٤،١٧	،٠٠	منخفض
٢٢/نمارس بعض الهوايات في المنزل.	١،٨٤	،٧٨	١٩٩	٥،٠١	٠٠و	منخفض
٢٣/نقوم بعمل أشياء كثيرة بالمنزل كأسرة.	١،٧٧	،٣٤	١٩٩	٤،١٧	،٠٠	منخفض
٢٤/أشعر بالرضا عن الحوار في الأسرة.	1.05	0.36	١٩٩	٨،٠٦	0.001	
٢٥/ غالبا" ما يترك أفراد الأسرة المنزل عند بداية الحوار.	1.93	0.69			0.002	
			١٩٩	٣،٤٨		

اختبار (ت) لعينة واحدة لمعرفة ما إذا كان نقاط الحوار الأسري تتسم بالارتفاع لدى عينة من النساء العاملات:

حجم العينة	المتوسط النظري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
٢٠٠	٧٥	٤٦،٦٧	١٣،٢٨	١٩٩	١٢،٠٣	،٠٠	يتميز بالانخفاض

الاجابة على السؤال الرابع :ـ

ما هي المقترحات لتنمية الحوار الأسرى الايجابي في المجتمع السوداني؟

١/إنشاء حزمه من الدراسات في مجال عوامل ومدعمات الحوار الأسرى في السودان

٢/ العمل على تكوين وتقوية منظومة ثقافة الحوار الأسرى في السودان

٣/ تضمين ثقافي الحوار الأسرى في المقررات الحلقة الثالثة بمرحلة الأساس

٤/ العمل على وجود مواعين إعلامية لنشر ثقافة الحوار الأسرى

٥/تفعيل الشبكات العاملة في مجال الأسرة لتنمية ثقافة الحوار الأسرى

٦/ الاستفادة من القيادات الروحية والدينية في نشر ثقافة الحوار الأسرى

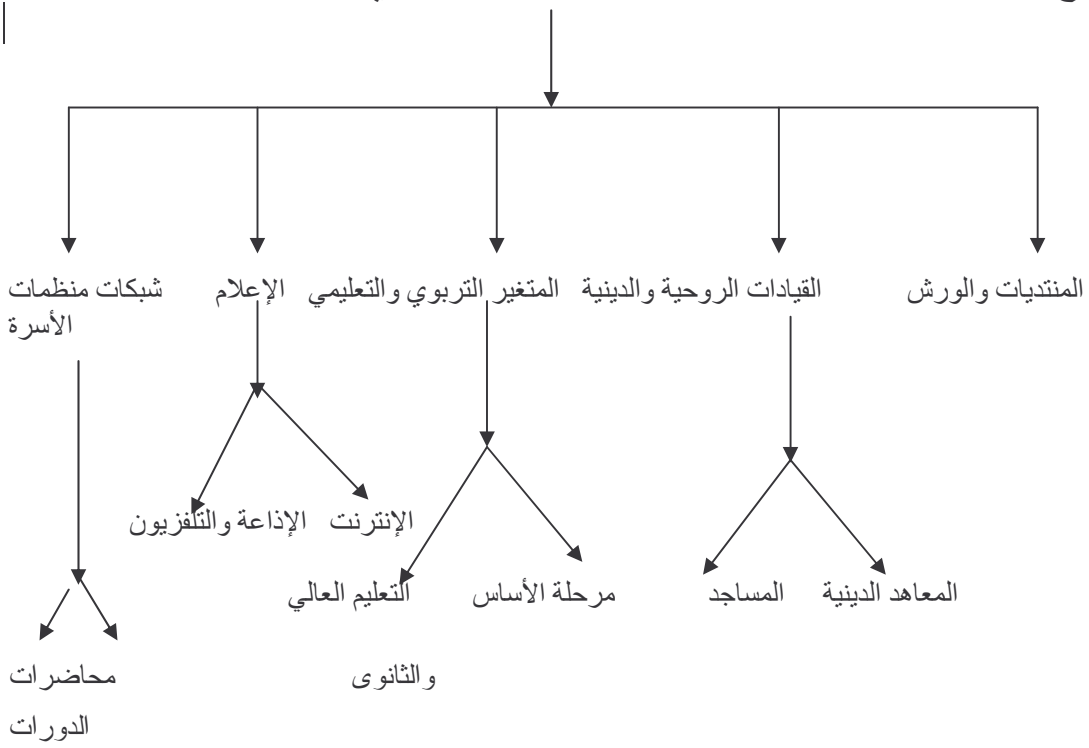
٧/ توجيه الندوات والمحاضرات والمنتديات إلى شرائح المجتمع لنشر ثقافة الحوار الأسرى

مخطط الحوار الأسري وتطبيقاته

الحوار الأسري

دراسات في

إشباع الحاجات الاساساسية للاسرة---ثقافة الحوار الأسري--------حاجات الامن



المصادر :

١- سناء الخولي (١٩٨٣) الزواج والعلاقات الاسرية – دار المعارف الجامعية (الاسكندرية)
٢- سناء محمد سليمان (٢٠٠٥) التوافق الزواجي واستقرار الاسرة- عالم الكتب القاهرة.
٣- ماهر محمد عامر (٢٠٠٣) علاقات اسرية بلا قتال – دار الكتب (القاهرة) .
٤ – كمال ابراهيم مرسي (١٩٩٨) العلاقة الزوحية والصحة النفسية في الاسلام وعلم النفس – دار النشر (القاهرة).
٥ - طلعت منصور (١٩٨٠) أشكال الاتصال الفعال – عالم الفكر (الكويت).
٦ – مازن منصور (٢٠٠٥) الصمت الزواجي بين الازواج – هلا للنشر والتوزيع (القاهرة).
٧ – داليا مؤمن ٢٠٠٥ الاسرة والعلاج الاسري – دار السحاب للنشر والتوزيع (القاهرة).
٨ – سليمان علي احمد (٢٠٠٤) التوافق الزواجي وعلاقته بالصحة النفسية للزوجين (رسالة دكتوراة غير منشورة).
٩ - هاله مرجاني (١٩٩٠) الادراك المتبادل بين الزوجين وعلاقته بفارق السن (دراسة منشورة في المجلة النفسية – العدد ١٥ بتاريخ ١٩٩٠).
١٠ – كوين كوين (١٩٩٨) التنبؤ الزواجي للسنة الاولى للزواج .
11 -Google .com - محمد المهدى المصباح ٢٠٠١

١٢ - Google .com ادريس بن خويا

13- فاعلية الحوار الأسري ودوره في تنشئة الطفل