The Predictive Ability of Self-Compassion in Conflict Management among Couples

Suheeb K. Al-Takhaina[(1)*]

(1) Associate Prof., Mutah University, Karak - Jordan.

Received: 03/08/2023
Accepted: 30/10/2023
Published: 30/06/2024

* ***Corresponding Author:***
Suheeb1986@mutah.edu.jo

DOI: https://doi.org/10.59759/educational.v3i2.610

Abstract

The study aimed to identify the predictive ability of self-compassion in conflict management among couples in Karak Governorate. The descriptive analytical correlation methodology was chosen, and the self-compassion scale was developed, and the conflict management scale was adapted, and the current study was applied to a sample of newly married teachers in public and private schools. Their number reached (133) newly married, and the results of the study indicated that there is an average level of self-compassion and conflict management among newly married couples, and there is a correlation between self-compassion and conflict management. The results also indicated that the dimensions of self-compassion predict (43%) of managing conflict, and that self-compassion and conflict management do not differ depending on the gender of the teacher..

القدرة التنبؤية للشفقة بالذات في إدارة النزاع لدى الأزواج

صهيب خالد التخاينة[(١)]

(١) أستاذ مشارك، جامعة مؤتة، الكرك – الأردن.

ملخص

هدفت الدراسة للتعرف على القدرة التنبؤية للشفقة بالذات في إدارة النزاع لدى الأزواج في محافظة الكرك، وتم اختيار المنهجية الوصفية الارتباطية التحليلية، كما تم تطوير مقياس الشفقة بالذات، وتكييف مقياس إدارة النزاع، وتطبيق الدراسة الحالية على عينة من المتزوجين حديثاً من المعلمين في المدارس الحكومية والخاصة بلغ عددهم (١٣٣) متزوجاً حديثاً، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى متوسط

من الشفقة بالذات وإدارة النزاع لدى المتزوجين حديثاً، ووجود علاقة ارتباطية بين الشفقة بالذات وإدارة النزاع، كما أشارت النتائج أن أبعاد الشفقة بالذات تتنبأ بما نسبته (٤٣%) من إدارة النزاع، وأن الشفقة بالذات وإدارة النزاع لا تختلف تبعا لجنس المعلم.

المقدمة:

يعدُّ الاهتمام بالحياة الزوجيّة في جميع مراحلها أمراً مهما يسهم في المحافظة عليها واستقرارها، وتمر الحياة الزواجية لدى بعض الأزواج بمشكلات عادية تحتاج الى إدارة لتلك النزاعات والتعاطف مع الذات عند التعامل معها، وتأتي الدراسة الحالية للتطرق لهذا الموضوع.

فالزوجان السعيدان عادة ما يلجآن إلى ما أطلق عليه أساليب العزو المعززة للعلاقة، ويعتبر تكرار الخلافات دليلاً على غياب الاتفاق بين الطرفين، وعلى عدم المقدرة على التعامل مع أسبابها الكامنة والمصدر الذي تنشأ عنه، مما قد يؤدى بكلا الطرفين إلى الشك في إمكانية التعايش مع الآخر، ومن ثمَّ فإن ذلك قد يؤدى إلى زيادة النفور وانفجار الصراع في النهاية مخلفاً وراءه خراباً واسعاً (Bradbury, Beach, Finch man, & Melson, 1996) والحياة الأسرية تستمد بقاءها وسعادتها من تفاهم الزوجين ومودتها، وهذا التفاهم وتلك المودة لا يمكن تحقيقها إلا إذا كان الزوجان متقاربين اجتماعياً ونفسياً وفكرياً وخلقياً وروحيّاً، فمن الممكن أن يبقى الزواج طويلاً وسعيداً طالما أن هناك أهداف واهتمامات ومثل عليا مشتركة بين الزوجين مما يجعلهما أقدر على مواجهة وتجاوز الصدمات والضغوط (فهيم، ٢٠٠٢).

ويعدُّ مفهوم الشفقة بالذات كمرادفٍ لمفهوم الرحمة، إلّا أنَّ الشفقة بالذات أكثر عمومية من الرحمة، باعتبارها خاصيّة إنسانيّة تتيح للفرد فهم ذاته، والانفتاح الواعي على معاناته، بحيث لا يستطيع تجنب تلك المعاناة والانفصال عنها (Neff, 2003b, 78). ويعود هذا المصطلح إلى العالمة الأمريكية Kristin D. Neff فقد قدمت مقياساً للشفقة بالذات عام ٢٠٠٣ ونظرت لمفهوم الشفقة بالذات على أنّه يتضمن بُعداً أساسياً من أبعادِ البناءِ النفسيّ للفرد، وسمة مهمة من سمات الشخصيّة الإيجابية (المنشاوي، ٢٠١٦).

حيث تعدُّ الشفقة بالذات من أحدث المتغيرات على ساحة علم النفس الإيجابي، والتي تلعب دوراً مهماً في حياة الفرد النفسية والاجتماعية، ويقصد بها اتجاهاً إيجابياً يتخذه الفرد نحو ذاته، بحيث يكون

متفهما ورحيما بذاته في حالات الألم أو الإخفاق (سيد، ٢٠٢٢). ووفقا للعالمة نيف فإن مفهوم الشفقة بالذات (Neff) يتكون من ثلاثة عناصر هي: اللطف بالذات: (Self-Kindness) ويعني قدرة الفرد على فهم أسباب فشله، واعترافه بأوجه النقص والقصور والصعوبات التي لا مفر منها، والتي يمكن أن تحدث في هذه الحياة، واعتبارها أحداث طبيعية ينبغي عدم مقاومتها، والمشاعر الإنسانية المشركة: Common Humanity Feeling وتعني النظرة لخبرات المعاناة كجزء من الخبرات الإنسانية بشكل عام، واليقظة الذهنية: Mindfulness وتعني الانفتاح الواعي والمتوازن على الأفكار والمشاعر والأفعال السلبيّة، والتعايش مع الأحداث والتجارب المؤلمة في اللحظة الراهنة بشكل متوازن (Neff, & Davidson, 2016).

ويشير كل من جيلبرت، وميسون، وماتوس، وريفيز (Rivis, Gilbert, Mcewan, Matos) إلى أن البحوث الحديثة قد اختزلت مفهوم الشفقة بالذات في عنصرين رئيسين هما: الدفء الذاتي: Warmth-Self: ويتألف من الأبعاد الفرعية الآتية: (اللطف بالذات، الإنسانية العامة المشركة، اليقظة العقلية). والبرود الذاتي Coldness Self: ويتألف من الأبعاد الآتية (محاكمة الذات، العزلة، التوحد المفرط في الذات) (Potter, Yar, Francis, & Suchster, 2014).

وضع (Stosny) تصوراً للشفقة بالذات تتضمن تنظيماً داخلياً للخبرات المدركة مع المحاولة لتحسين الشفقة نحو الآخرين (Morely, 2015)، وقد توصلت نتائج بحث Neff, Kristin, & Stephanie (2007) إلى أن الشفقة بالذات ترتبط بزيادة الوعي وتقبل الآخرين وإدارة الانفعالات بطريقة جيدة، وتقليل الانفعالات السلبيّة وتحسين مستوى التفاؤل وتقوية الروابط الاجتماعية ومن ثَم الرضا عن الحياة.

كما تساعد الشفقة بالذات في مواجهة الصدمات، وأيضاً تحسن من الوظائف الشخصية، ويصبح الفرد أكثر إيثاراً مع وجود درجة عالية من التعاطف الوجداني والرغبة في مساعدة الآخرين مع الشعور بالسعادة والتسامح مع الآخرين (Germer & Neff, 2013). وترى(2010) Neff & Pittman أن الأشخاص المشفقين بذواتهم في المواقف المؤلمة يتميزون بالمرونة والانفتاح على خبراتهم والعقلانية في التعامل مع كل جوانب الخبرة وينظرون للأمور نظرة تفهم وانسجام، وتوصل Akin & Akin (2017) إلى أن الشفقة بالذات ناتجة عن إستراتيجية التنظيم الوجداني التي تحوّل المشاعر

والأفكار السلبية إلى تقبّل الذات وبناءً عليه يتحقق لدى الشخص السعادة والرضا والقدرة على مواجهة النقد الذاتي.

ومن النظريات المفسرة أيضاً للشفقة بالذات النظرية العقليّة الاجتماعيّة Social Mentality Theory؛ وتوحي بأن نظم المعالجة الاجتماعية يمكن أن تؤدي إلى استجابات ذات علامات داخلية تسمح بتهدئة الذات، ويرتبط نظام تهدئة النفس بقبول الذات، وتزيد من المواجهة الناجحة في البيئة (Barnett & Sharp, 2016)

أما (Plowman, 2015) إدارة النزاع فهي عبارة عن الأساليب العلميّة التي تستخدمها المؤسسة في تشخيص أسباب النزاعات التنظيمية، وتطبيق الأساليب الإدارية الملائمة للوصول إلى المستوى الأمثل للنزاع، وقد أدى تعرض الحياة الأسرية للاضطرابات والتوتر.

كما أنَّ النزاعات بين الأزواج تعني أن تسود العلاقات السيئة جو الأسرة بسبب النقص في التكامل العاطفي، فيضيق كل من الزوجين بود الآخر، وهو ما يعنى الفشل في التواصل الجيد بين الزوجين (جبريل وآخرون، ٢٠٠٠).

ومن مظاهر النزاعات الزواجية أنها تتمثل في العنف ضد الزوجة والذي يبدى في العنف النفسي، والإهانة المتكررة، والسب، والعزل بالإكراه، والتهديد، والإيذاء، والحرمان، وتكرار التهديد بالطلاق، ويظهر العنف الجسدي في ضرب الزوجة، والاعتداء عليها، ويشير (عمر، ٢٠٠٦) إلى أن هناك عدة مؤشرات تبدو فيها مظاهر الصراعات الزواجية وهي: سوء التوافق الجنسي بين الزوجين، وعدم وضوح الأدوار الاجتماعيّة، وتجاهل حقوق أي منهما للآخر وواجباته نحوه، والتسلط وفرض السيطرة من أحد الزوجين على الآخر.

وتظهر في عمليّة إدارة النزاع وفيما يلي عرض لأهم الإستراتيجيات المستخدمة في إدارة النزاع: الإستراتيجية الأولى التعاون، وهي إستراتيجية المواجهة وحل المشكلات angeeta, Avinash, (2015)، والإستراتيجية الثانية التنافس في هذه الإستراتيجية يسعى أحد أطراف النزاع إلى تحقيق مصلحته الذاتية وأهدافه الخاصة على حساب مصلحة الآخرين، وإستراتيجية التسوية: وتعرف أيضاً بإستراتيجية التوفيق أو المساومة، أي التعاون ويعتبر القرار الذي يتم التوصل إليه ليس مثالياً لأطراف النزاع (Aljamal, 2015). وإستراتيجية التجنب: المحور الرئيسي في هذه الإستراتيجية هو عدم المواجهة، ويقصد به ألّا يحاول أحد أطراف النزاع تحقيق أهدافه أو أهداف الطرف الآخر، وإنما

ينسحب من النزاع، وإستراتيجية التنازل: في هذه الإستراتيجية يعطي الفرد أفضلية لمصلحة غيره على مصلحته، بهدف الإبقاء على علاقات جيدة، وتفترض هذه الإستراتيجية ربح بعض الأطراف مقابل خسارة البعض الآخر، وهي على النقيض من التنافس، حتى لو على حساب مصلحته الخاصّة.

وتوضح سلامة (٢٠٢١) الأسباب التي تؤدى إلى حدوث الصراعات الزواجية ومنها: العامل الثقافي والخلفية الأسرية لكل من الزوجين، والتواصل بين الزوجين، والعامل الديني ومستوى الالتزام الخلقي، العامل النفسي لكل من الزوجين، والعامل الشخصي لكل من الزوجين. ومن النظريات المفسرة لإدارة النزاع نظرية النسقSystems Theory؛ حيث يعرف النسق بأنه مجموعة عناصر يحدث بينها نوع من التفاعل، أو مجموعة من الوحدات التي يربط بينها علاقة (صفر، ١٩٨٧)، وتعتبرُ الاتساقُ الاجتماعيةُ أنساقاً مفتوحة وكلها متصلة، وبالتالي ما يحدث في جزء واحد منها يؤثر على باقي الأجزاء وهذا يوضح أن النسق وحده كلية من البناء والتفاعل لا ينفصل عن البيئة المحيطة به؛ أي أن نسق المتزوج لا يمكن فصله عن نسق البيئة فكلاهما جزء في شق واحد(Payne, 1997) . كما تفسر نظرية النزاعات الزواجية في ضوء نظرية الموارد: حيث يوضح عبد العليم (٢٠٠٣) أن النزاعات الزواجية يمكن أن تنتج عن انخفاض الموارد التي تعتمد عليها الأسرة ومنها المستوى الاجتماعي الاقتصادي والمستوى التعليمي، ومهارات التواصل، والتوكيدية، كما تفسر نظريات النزاعات الزواجية في ضوء نظرية الدور وصراع الأدوار: إن أداء الدور الزواجي يعنى قيام كل من الزوجين بمسئوليات الدور الذي يخصُّه، أما نظرية النزاعات الزواجية في ضوء نظرية الضغوط: فتفسر النزاع من حيث دور الضغوط التي تلعب دوراً كبيراً في حدوث النزاعات الزواجية.

وبالتالي إن معرفة آلية الشفقة بالذات وإدارة النزاعات يمكن أن يسهمَ في مساعدة الزوجين على التفاعل والاستمرار بالتواصل بطريقة إيجابية.

مشكلة الدراسة وأهميتها:

تعدُّ النزاعات الزوجيّة عمليّة اجتماعيّة طبيعيّة في الحياة الزوجية، وأن النزاع في حدود معينة يعتبر أمراً ملائماً لمواجهة المشكلات، ولكنه قد يتطور ويحتاج الى دراسة ومعرفة العوامل التي تسهم في حدوثه؛ حيث تكمن مشكلة الدراسة الحالية من كونها تتناول متغير المتزوجين حديثاً؛ حيث إن

معظم الطلاق والعنف والمشكلات التي تراجع المحاكم في السنوات الثلاثة الأولى، كما تناولت العديدُ من الدراسات موضوعَ المتزوجين حديثاً نظراً لأهميته، ومنها: دراسة أحمد (٢٠٢٢) والتي سعت لتنمية قدرة المتزوجين حديثاً على إدارة الأزمات الأسرية، مما يظهر اهتمام العديد من الدراسات بتناول فئة المتزوجين حديثاً سواء من الجانب الوصفي أو التجريبي ولكن الدراسات التنبؤية كانت قليلة في هذا المجال، ومن خلال ملاحظة الباحث للنزاعات التي تحدث بين المتزوجين حديثاً لاحظ مهارة لدى البعض في التعامل معها، بينما وصل الحال ببعضهم إلى انتشار النزاع والوصول للطلاق، وكان الباحث مهتماً بمعرفة دور التعاطف والنظرة الإيجابية للذات في إدارة النزاع لدى هؤلاء المتزوجين حديثاً، لذلك حاول إجراء هذه الدراسة للتعرف على مدى إسهام الشفقة بالذات في إدارة النزاع.

وتتأثر الإستراتيجيات المستخدمة في إدارة النزاع بعدة عوامل، من بينها الجنس؛ حيث بينت بعض الدراسات أن إستراتيجيات إدارة النزاع تختلف بين الذكور والإناث، ومن خلال اطلاع الباحث أيضاً على النسب المئوية فقد لاحظ كما في دراسة عبد العزيز (٢٠١٦) وجاءت نتائج البحث مؤكدة على أن (٠.٧٠%) من الحالات كان هناك اضطراب في علاقات الزوجين بالأهل سيئة، وكذلك دراسة سلامة (٢٠٢١) واختتمت بعرض النتائج وهي أن نسبة (٧٢.٧ %) من المبحوثات تتراوح مدة زواجهم من سنة – أقل من سنتين، ونسبة (٢٧.٢٧%) من المبحوثات تتراوح مدة زواجهم أقل من سنة، وكذلك دراسة (Birnie, et al, 2010) التي أكدت على ضرورة تضمين طرق التدخل القائمة على الشفقة بالذات ضمن التدخلات المقدمة للعينة نظراً لدورها الفعال في التخفيف من حدتها وتنمية أساليب التعايش الصحي معها، مما يظهر تطرق الدراسات للحاجة الى إجراء بحوث ميدانية في هذا المجال.

أسئلة الدراسة:

تسعى الدراسة الحاليّة للإجابة عن الأسئلة التالية:

- ما مستوى الشفقة بالذات لدى عينة من المتزوجين حديثاً في محافظة الكرك؟
- ما مستوى إدارة النزاع لدى عينة من المتزوجين حديثاً في محافظة الكرك؟
- هل هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α=٠.٠٥) بين الشفقة بالذات وإدارة النزاع لدى عينة من المتزوجين حديثاً في محافظة الكرك؟
- ما درجة إسهام أبعاد الشفقة بالذات لدى عينة من المعلمين المتزوجين حديثاً بإدارة النزاع في محافظة الكرك؟

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α=٠.٠٥) في الشفقة بالذات وإدارة النزاع لدى عينة من المتزوجين حديثاً في محافظة الكرك تعزى للجنس (معلم، معلمة)؟

أهمية الدراسة:

تنبع أهمية الدراسة الحالية من جانبين:

أولاً: الأهمية النظرية

حيث تنبع أهمية الدراسة من أهمية الفئة التي تتم دراستها وهي فئة المتزوجين حديثاً وما تعانيه من صعوبات في التوافق ببداية حياتها، والحاجة الى دراسة المتغيرات المرتبطة بهم ومعرفة كيفية مساعدتهم في الوصول لحياة زواجية سعيدة ومتوافقة.

ثانياً: الأهمية التطبيقية

كما تبرز الأهمية من الدور المهم الذي يمكن أن تقدمه الدراسة الحالية لكل من المرشدين الأسريين في التعامل مع فئة المتزوجين حديثاً، وكذلك يمكن أن يستفاد من المقاييس في تشخيص واقع المتزوجين حديثاً والعمل على مساعدتهم في تجاوز العقبات التي تواجههم، وكذلك من دورها في إعداد برامج لاحقاً لفئة المتزوجين حديثاً تتناول متغيري الشفقة بالذات وإدارة النزاع.

مصطلحات الدراسة:

المتزوجين: يصف البعض أن الزوجين حديثيا الزواج يمثلان المرحلة الأولى من دورة حياة الأسرة، وهناك من التحديات والمهام المطلوبة من الأسرة في كل مرحلة من مراحل دورة الحياة (كفافي، ٢٠١٠) وهم عينة من المعلمين المتزوجين حديثاً والمقيمين في محافظة الكرك.

الشفقة بالذات: يرى جوتس وآخرون (Goetz, et al, 2010) أن الشفقة عبارة عن خبرة عاطفة متميزة وظيفتها الأساسية تسهيل التعاون، وحماية الضعفاء، ومساعدة الذين يشعرون بالمعاناة، وتعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المتزوجون حديثاً في المقياس المطور في الدراسة الحالية.

إدارة النزاع: يقصد بإستراتيجية إدارة النزاع تلك العملية التي يتم من خلالها التوصل إلى نقطة يلتقي فيها أطراف النزاع، ويتوصلون إلى حل له (Salami, 2010). وتعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المتزوجون حديثاً في المقياس المكيف في الدراسة الحالية.

الدراسات السابقة:

تنوعت الدراسات التي تناولت الشفقة بالذات وإدارة النزاع لدى المتزوجين حديثاً، والكثير من الدراسات والأبحاث ركزت على حاجة الشفقة بالذات وإدارة النزاع لدى المتزوجين حديثاً.

أولاً: الدراسات التي تناولت الشفقة بالذات

هدفت دراسة العبيدي (٢٠١٧) التعرف على الشفقة بالذات لدى الطلبة فضلا عن التعرف على الفروق في الشفقة بالذات وفق متغيرات: الجنس –التخصص الدراسي –المرحلة الدراسية، تألفت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالب وطالبة، أظهرت النتائج أن الطلبة لديهم شفقة بالذات، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق في الشفقة بالذات وفقا للجنس.

وهدفت دراسة أحمد (٢٠١٩) إلى الكشف عن مدى إسهام كل من الشفقة بالذات، وتحمل الغموض في التنبؤ بصورة الجسم، وقد أسفرت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين صورة الجسم وكل من الشفقة بالذات، وتحمل الغموض لدى المراهقين وأسهمت درجات كل من الشفقة بالذات (بنسبة ٤٨.٦%)، وتحمل الغموض (بنسبة ٢٣.٧%) لدى المراهقين في التنبؤ بدرجاتهم في صورة الجسم، وهو ما يوضح أن متغير الشفقة بالذات أكثر قدرة تنبؤية بصورة الجسم لدى المراهقين من متغير تحمل الغموض، كما هدفت دراسة الصبان (٢٠١٩) إلى الكشف عن مستوى العنف الزواجي والشفقة بالذات، والوزن النسبي لأبعاد الشفقة بالذات لدى أفراد عينة البحث، وتكونت العينة من (٧٢٠) زوج وزوجة، وأوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية عكسية بين محاور مقياس العنف الزواجي وبعض محاور مقياس الشفقة بالذات الرحمة بالذات، الإنسانية العامة، اليقظة العقلية، ووجود علاقة ارتباطية طردية بين محاور مقياس العنف الزواجي، كما تم التوصل إلى أن الأزواج كان العنف لديهم أكثر من الزوجات، وبالنسبة لمتغير الشفقة بالذات نجد أنها كانت أعلى لدى الزوجات في الأزواج.

كما هدفت دراسة التلاوي (٢٠١٩) إلى التعرف على العلاقة بين الشفقة بالذات وكل من المرونة النفسية والعنف ضد المرأة المطلقة بمحافظة المنيا، وتكونت عينة الدراسة من (١٨٥) امرأة مطلقة، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن هناك ارتباط موجب دال بين الشفقة بالذات وكل من المرونة النفسية والعنف ضد المرأة المطلقة، كما أظهرت النتائج أن هناك أثراً دالاً إحصائياً للعوامل الديموغرافية على متغيرات الدراسة المختلفة (الشفقة بالذات، والمرونة النفسية، والعنف)، وأن الدرجة على المرونة النفسية والعنف ضد المرأة المطلقة يمكن يتنبأ بالشفقة بالذات.

وهدفت دراسة العصيمي والهنيدة (٢٠٢٠) إلى قياس مستوى الشفقة بالذات وعلاقتها بالازدهار النفسي والوجداني والاجتماعي لدى طلبة الجامعة، تحديد مستوى الشفقة بالذات، وبلغت عينة البحث من (٤٣٥) طالباً وطالبة، وأظهرت النتائج أن مستوى الشفقة بالذات لدى طلبة الجامعة بالكويت كانت مرتفعة في اللطف الذاتي – اليقظة العقلية – المحاكمة لذاتية – الدرجة الكلية ومتوسطة في الإنسانية المشتركة – العزلة – الإفراط في تقدير الأمور؛ مما يدل على تحقق الفرض الأول بصورة جزئية.

كما هدفت دراسة سمرين وبنات (٢٠٢٠) التعرف إلى مستوى التعاطف مع الذات وعلاقته بالسعادة الزوجية لدى الأزواج غير المنجبين في العاصمة عمان في الأردن، تكونت عينة الدراسة من الأزواج غير المنجبين في العاصمة عمان، والذين مضى على زواجهم ثلاث سنوات فأكثر، وبلغ عددهم (٧٠) زوجاً و(٧٠) زوجة، وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى كل من التعاطف مع الذات والسعادة الزوجية مرتفعا، كما أظهرت عدم وجود فروق في كل من التعاطف مع الذات والسعادة الزوجية للمتغير الجنس.

وهدفت دراسة السحيمي (٢٠٢١) إلى التنبؤ بالهناء النفسي من خلال الشفقة بالذات، والضغوط النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم من السيدات المتزوجات بالجامعة، وقد تكونت عينة البحث من (١٨٠) عضوة من أعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم بالجامعات المصرية من السيدات المتزوجات، كشفت النتائج أنه توجد علاقات دالة إحصائياً ين الهناء النفسي (الأبعاد والدرجة الكلية)، وكل من الضغوط النفسية والشفقة بالذات (الأبعاد والدرجة الكلية).

ثانياً: الدراسات التي تناولت إدارة النزاع

قام ليونج ووو وليونج (Leung, Wu, & Leung, 2010) بدراسة هدفت بحث الإستراتيجيات المستخدمة في إدارة النزاع، وبحث العلاقة بين الذكاء العاطفي وإستراتيجيات إدارة النزاع، وتكونت عينة الدراسة من (٦٧) موظفًا من هونغ كونغ، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن أكثر الإستراتيجيات استخداما في إدارة النزاع هي: التجنب، والمساومة، والطاعة، والهيمنة، والتنازل، كما أشارت إلى أن ارتفاع مستوى الذكاء العاطفي يسهم في اختيار إستراتيجية إدارة النزاع المناسبة للموقف، كما أنه عامل مهم في منع النزاع.

هدفت دراسة عبد الرحمن (٢٠١٣) للتعرف على أشكال المنازعات الزوجية، وأسبابها، وآثار المنازعات الزوجية على تماسك كيان الأسرة، وقد توصلت الدراسة إلى نتائج عدة، يمكن إيجازها كما يلي: هناك أشكال للمنازعات الزوجية لدى أفراد العينة تتراوح في درجة كثافتها بين تبادل اللوم بين الزوجين، وهناك منازعات زوجية ناتجة عن تدخل أهل الزوجين، خاصة تدخل أهل الزوج في الحياة الزوجية.

وتناولت دراسة (Gongera, et, al, 2013) إستراتيجيات النزاع التنظيمي وعلاقته بالرضا الوظيفي للعاملين في شركة نزويا لمسكر بكينيا، ومن أجل جمع البيانات تم تصميم استبانة وزعت على عينة بلغ حجمها (٤٥٥) عاملاً، وقد توصلت النتائج إلى أن الأسباب المؤدية للصراعات تنحصر في: العمل الزائد والإجهاد وعدم كفاية الرواتب والأجور وقلة الترابط بين الإدارات وانخفاض الرضا الوظيفي والتنازع على السلطة.

ووجدت دراسة بلومان (Plowman, 2015) التي أُجريت في الولايات المتحدة الأمريكيّة، واستخدمت الدراسة الاستبانة كأداة للدراسة على عينة الدراسة مكونة من (٣٩٤) مستجيباً، وأظهرت أن العلاقات العامة تعدُّ عاملاً رئيساً للإدارة الإستراتيجية، وتضمن الأنموذج المعتمد أساليب: الاحتواء والتجنب والمساومة، والتعاون، وأن هناك أهمية للإدارة العليا اعتماداً على الخبرة والتخطيط الإستراتيجي لحل مشكلات المدرسة.

وتناولت دراسة عبد الرازق (٢٠٢١) معرفة علاقة الصراعات الزواجية بسمات الشخصية الحدية والذكاء العاطفي والرضا الجنسي لدى عينة من المتزوجين (١٠٤) زوج وزوجة، كما أظهرت النتائج وجود علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين الصراعات الزواجية والرضا الجنسي.

كما هدفت دراسة مصطفى (٢٠٢١) الراهنة تحديد حجم الإسهام النسبي للصراعات الزواجية في ظهور الاضطرابات النفسية لدي أبناء أسر ذات الصراعات الزواجية من الجنسين، وتكونت العينة الأساسية إلى مجموعتين، المجموعة التجريبية (ن= ٢٠٠) مشاركا، وأبنائهم ذكور (٥٠)، وإناث (٥٠)، والمجموعة الضابطة (ن= ٢٠٠) مشاركا مقسمين كالتالي (٥٠) زوجا و(٥٠) زوجة، وأبنائهم ذكور (٥٠)، وإناث (٥٠)، وقد جاءت نتائج الدراسة وجود فروق في مستوى ظهور الاضطرابات النفسية لدى الأبناء نتيجة للصراعات الزواجية الثلاثة (مرتفع، ومتوسط، ومنخفض) كما يدركها الزوج، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى ظهور الاضطرابات النفسية لدى الأبناء نتيجة للصراعات الزواجية الثلاثة (مرتفع، ومتوسط، ومنخفض) كما تدركها الزوجة، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إدراك الزوجين (الزوج، والزوجة) للصراعات الزواجية.

التعقيب على الدراسات السابقة: يتبين من استعراض الدراسات السابقة أن كلا من متغيري الشفقة بالذات وإدارة النزاع تم دراسته لفئات عديدة كالطلبة والمتزوجين، ولكن لم يتم ربط المتغيرين معا، وهذا ما تسعى له الدراسة الحالية التي تحاول أيضا معرفة درجة إسهام الشفقة بالذات في إدارة النزاع، وكذلك تحاول معرفة طبيعة الاختلاف في الشفقة بالذات وإدارة النزاع تبعا لمتغير الجنس، وتستفيد الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في تطوير المقاييس وعند اختيار المنهجيّة وفي إثراء المناقشة.

حدود الدراسة ومحدداتها:

تتحدد الدراسة بما يلي:

حدود زمانية: وتم تطبيق الدراسة بالعام ٢٠٢٣.

حدود مكانية: تتمثل في محافظة الكرك في المملكة الأردنية الهاشمية.

حدود بشرية: تتمثل في جميع المعلمين المتزوجين حديثاً.

محددات الدارسة: استجابة المعلمين المتزوجين على أدوات الدراسة.

الطريقة والإجراءات

منهج الدراسة:

تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي التنبؤي التحليلي لمناسبته للدراسة الحالية.

مجتمع الدراسة وعينتها:

تكون مجتمع الدراسة من جميع المعلمين في المتزوجين حديثاً من سنة إلى ثلاثة سنوات في محافظة الكرك في المملكة الأردنية الهاشمية، وتكونت عينة الدراسة من (١٣٣) معلماً ومعلمةً، وهم المعلمون الذين استجابوا على فقرات المقياسين من خلال الاستجابة على الرابط المرسل إليهم على مدى شهر ونصف، وقد وضع الرابط للمعلمين وأرسل من خلال مدراء المدارس على القروبات الخاصة بمعلمي المدرسة، وطلب المدير من المعلمين المتزوجين فقط حديثاً الإجابة عليه وقد أبدى (٢٠) مديراً ومديرةً مدرسة تعاوناً في هذا المجال، تم اختيار عينة الدراسة من خلالهم.

الإجراءات:

قام الباحث بالإجراءات الآتية:

لتحقيق أهداف الدراسة تم العمل على تطوير الأدب النظري والعودة للدراسات السابقة، ومن ثم تم العمل على تطوير الأدوات والتحقق من خصائصها السيكومترية من صدق وثبات، وتم اختيار عينة الدراسة؛ حيث تم اختيار محافظة الكرك في المملكة الأردنية الهاشمية وتم تطبيق الدراسة على المتزوجين حديثاً خلال سنة إلى ثلاثة سنوات من الزواج من المعلمين والمعلمات في المدارس أدوات الدراسة، واستجاب أفراد الدراسة على مقياس الشفقة بالذات وإدارة النزاع.

أولاً: مقياس الشفقة بالذات

تم تطوير مقياس الشفقة بالذات، استنادا إلى مقياس (أحمد وعبد الوهاب وهيبة، ٢٠٢٠؛ وعزب ومحمد وهيبة، ٢٠٢٠)، وقد تكون المقياس بالصورة الأولية من (٢٧) فقرة، وثلاثة أبعاد، كل بعد يتكون من (٩) فقرات وهي: اللطف بالذات مقابل الحكم الذاتي والإنسانية المشتركة مقابل العزلة، والحكمة مقابل نقص الحكمة.

ويتم الاستجابة لها من خلال اختيار خيار من خمسة خيارات: (أوافق بشدة، أوافق، محايد، لا أوافق، لا أوافق بشدة). وللتأكد من صدق وثبات المقياس قام الباحث بحساب الصدق والثبات بالطرق التالية:

أولاً: صدق المقياس وتم التحقق منه من خلال الطرق التالية:

١- **الصدق الظاهري:** اعتمد الباحث على الصدق الظاهري من خلال عرض المقياس على عشرة محكمين من أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الأردنية، وقد حُدد لصلاحية الفقرة معيار اتفاق (٨) من المحكمين عليها، وبناء على رأي المحكمين، تم تثبيت الفقرات المناسبة والتعديل تم في صيغة (٦) فقرات.

٢- **الصدق البناء الداخلي:** تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من مقياس الشفقة بالذات مع الدرجة الكلية من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية بلغت (٣٠) معلماً متزوجاً حديثاً من داخل مجتمع الدراسة وخارج العينة، وقد تبين أن قيم معاملات الارتباط بين الفقرات دالة عند مستوى الدلالة الإحصائية (α=٠.٠٥)، وقد تراوحت معاملات الارتباط ذات الدلالة الإحصائية بين (٠.٣٣-٠.٨١) بين الفقرة والدرجة الكلية، كما تراوحت معاملات الارتباط بين الفقرة والبعد بين (٠.٥١-٠.٨٩).

ثانياً: ثبات المقياس:

١- **الثبات بطريقة الإعادة للمقياس:** تم استخراج الثبات بطريقة الإعادة من خلال إعادة تطبيق المقياس على عينة مكونة من (٣٠) معلماً متزوجاً حديثاً من مجتمع الدراسة ومن خارج عينة الدراسة، وكانت الفترة الزمنية الفاصلة بين التطبيق الأول والثاني (١٤) يوماً، وبلغ معامل الثبات بطريقة الاختبار– إعادة الاختبار للشفقة بالذات كأداة (٠.٨٥) وللأبعاد الثلاثة (٠.٨٦، ٠.٨٥، ٠.٨٤) على التالي وهي قيم مناسبة.

٢- **الثبات بطريقة الاتساق الداخلي من خلال معادلة كرونباخ ألفا:** تم تطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (٣٠) معلماً متزوجاً حديثاً، وأخضعت جميع للمقاييس للتحليل عن طريق استخدام معادلة كرونباخ ألفا لاستخراج معاملات الاتساق الداخلي، وقد كانت الدرجة الكلية (٠.٨٩) مع الدرجة الكلية وتراوحت معاملات الثبات بطريقة كرونباخ ألفا للأبعاد الثلاثة (٠.٩١، ٠.٨٦ ٠.٨٧) على التوالي.

تصحيح المقياس:

تألف المقياس من (٢٧) فقرة، وجميع فقرات المقياس ذات اتجاه إيجابي، وقد تراوحت الدرجة الكلية على المقياس بين (٢٧–١٣٥)، ويتم الحكم على الدرجة من خلال المدى؛ حيث أن المدى هو أكبر قيمة – أقل قيمة/ عدد الفقرات، ٥–١/٥ = ٠.٨٠، تقسم لخمس خيارات (منخفض جدا ومنخفض ومتوسط ومرتفع ومرتفع جدا).

ثانياً: مقياس إدارة النزاع

تم استخدام مقياس (Gaumer& Noonan, 2021) المترجم من قبل النجار (٢٠٢١) يهدف للتعرف على التعرف على مستوى فهم أفراد عينة الدراسة للاستجابة للآخرين عند التعامل معهم والتعامل مع السياق أو الموقف الذي يحدث فيه النزاع، فضلاً عن تطبيق الأساليب المناسبة لحل النزاع مع الآخرين، وتكون المقياس في صورته الأولية من (٢١) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد فرعية كل بعد (٧) فقرات: فهم الاستجابة الطبيعية للآخرين عند التعامل معهم، لمعرفة طبيعة الاستجابة للتعامل مع النزاع، وفهم سياق الموقف الذي يحدث فيه النزاع، لمعرفة كيفية التصرف بناء على الموقف، وتطبيق أسلوب مناسب لحل النزاع مع الآخرين لمعرفة كيفية الاستجابة الفعلية للموقف عند

حدوث النزاع. ويتم الاستجابة على فقرات المقياس من خلال الخيارات الخمسة (أوافق بشدة، أوافق، محايد، لا أوافق، لا أوافق بشدة).

وللتأكد من صدق وثبات المقياس قام الباحث بحساب الصدق والثبات بالطرق التالية:

أولاً: صدق المقياس وتم التحقق منه من خلال الطرق التالية:

١- **الصدق الظاهري:** اعتمد الباحث على الصدق الظاهري من خلال عرض المقياس على عشرة محكمين من أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الأردنية، وقد حُدد لصلاحية الفقرة معيار اتفاق (٨) من المحكمين عليها، وبناء على رأي المحكمين، تم تثبيت الفقرات المناسبة والتعديل تم في صيغة (٥) فقرات ولم يتم حذف أو إضافة أي فقرة.

٢- **الصدق البناء الداخلي:** تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من مقياس إدارة النزاع مع الدرجة الكلية من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية بلغت (٣٠) معلماً متزوجاً حديثاً من داخل مجتمع الدراسة وخارج العينة، وقد تبين أن قيم معاملات الارتباط بين الفقرات دالة عند مستوى الدلالة الإحصائية (α=٠.٠٥)، وقد تراوحت معاملات الارتباط ذات الدلالة الإحصائية بين (٠.٤٠-٠.٧٧) بين الفقرة والدرجة الكلية، كما تراوحت معاملات الارتباط بين الفقرة والبعد بين (٠.٥٥-٠.٩١).

ثانياً: ثبات المقياس:

١- **الثبات بطريقة الإعادة للمقياس:** تم استخراج الثبات بطريقة الإعادة من خلال إعادة تطبيق المقياس على عينة مكونة من (٣٠) معلماً متزوجاً حديثاً من مجتمع الدراسة ومن خارج عينة الدراسة، وكانت الفترة الزمنية الفاصلة بين التطبيق الأول والثاني (١٤) يوما، وبلغ معامل الثبات بطريقة الاختبار- إعادة الاختبار لإدارة النزاع كأداة (٠.٨٩) وللأبعاد الثلاث (٠.٨٦، ٠.٨٧، ٠.٨٤) على التالي وهي قيم مناسبة.

٢- **الثبات بطريقة الاتساق الداخلي من خلال معادلة كرونباخ ألفا:** تم تطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (٣٠) معلماً متزوجاً حديثاً، وأخضعت جميع للمقاييس للتحليل عن طريق استخدام معادلة كرونباخ ألفا لاستخراج معاملات الاتساق الداخلي، وقد كانت الدرجة الكلية (٠.٨٠) مع الدرجة الكلية وتراوحت معاملات الثبات بطريقة كرونباخ ألفا للأبعاد الثلاثة (٠.٨١، ٠.٨٤ ٠.٧٦) على التوالي.

تصحيح المقياس:

تألف المقياس من (٢١) فقرة، وجميع فقرات المقياس ذات اتجاه إيجابي، وقد تراوحت الدرجة الكلية على المقياس بين (٢١-١٠٥)، ويتم الحكم على الدرجة من خلال المدى؛ حيث إن المدى هو أكبر قيمة – أقل قيمة/ عدد الفقرات، ٥-١/٥ = ٠.٨٠، وتقسم لخمس خيارات (منخفض جداً ومنخفض ومتوسط ومرتفع ومرتفع جدا).

تصميم الدراسة:

تعتبر الدراسة الحالية دراسة وصفية ارتباطية تحليلية

النتائج:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى مستوى الشفقة بالذات وإدارة النزاع لدى المتزوجين حديثاً. وسيتم عرض نتائجها بناء على أسئلة الدراسة.

عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما مستوى الشفقة بالذات لدى عينة من المتزوجين حديثاً في محافظة الكرك؟

للإجابة عن السؤال الأول تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد المقياس والدرجة الكلية والجدول (١) يبين النتائج

جدول (١): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للشفقة بالذات

البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التقدير	الترتيب
الأول	3.26	0.96	متوسط	1
الثاني	3.10	0.67	متوسط	2
الثالث	3.01	0.77	متوسط	3
الدرجة الكلية للشفقة بالذات	3.15	0.53	متوسط	

يتبين من نتائج السؤال الحالي: أن مستوى الشفقة بالذات لدى المتزوجين حديثاً كان بمستوى متوسط في الدرجة الكلية والأبعاد الثلاثة، حيث ظهر أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية بلغ (٣.١٥) بانحراف معياري (٠.٥٣) كما جاءت الأبعاد بالمستوى المتوسط.

عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما مستوى إدارة النزاع لدى عينة من المتزوجين حديثاً في محافظة الكرك؟

للإجابة عن السؤال الأول تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد المقياس والدرجة الكلية والجدول (٢) يبين النتائج

جدول (٢): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإدارة النزاع

البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التقدير	الترتيب
الأول	3.12	0.94	متوسط	2
الثاني	3.23	0.87	متوسط	1
الثالث	3.05	0.92	متوسط	3
الدرجة الكلية لإدارة النزاع	3.13	0.55	متوسط	

يتبين من نتائج السؤال الحالي: أن مستوى إدارة النزاع لدى المتزوجين حديثاً كان بمستوى متوسط في الدرجة الكلية والأبعاد الثلاثة، حيث ظهر أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية بلغ (٣.١٣) بانحراف معياري (٠.٥٥) كما جاءت الأبعاد بالمستوى المتوسط.

عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: هل هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α=٠.٠٥) بين الشفقة بالذات وإدارة النزاع لدى عينة من المتزوجين حديثاً في محافظة الكرك؟

للإجابة عن السؤال الأول من أسئلة الدراسة تم استخدام معامل ارتباط بيرسون، للتعرف على طبيعة العلاقة بين الشفقة بالذات وإدارة النزاع والجدول (٣) يبين النتائج:

جدول (٣) معامل الارتباط بين الشفقة بالذات وإدارة النزاع

الشفقة بالذات	اللطف بالذات مقابل الحكم الذاتي	الإنسانية المشتركة مقابل العزلة	الحكمة مقابل نقص الحكمة	الدرجة الكلية
فهم الاستجابة الطبيعية للآخرين عند التعامل معهم	0.32**	0.54**	0.31**	0.48**
فهم سياق الموقف الذي يحدث فيه النزاع	0.29**	0.41**	0.51**	0.43**
تطبيق أسلوب مناسب لحل النزاع مع الآخرين	0.34**	0.45**	0.34**	0.40**
الدرجة الكلية لإدارة النزاع	0.39**	0.49**	0.47**	0.51**

يتبين من نتائج السؤال الحالي أن هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α=٠.٠٥) بين الشفقة بالذات وإدارة النزاع لدى المعلمين المتزوجين حديثاً، بمعنى أنه كلما زاد الجانب الإيجابي لدى المعلم المتزوج حديثاً في الشفقة بالذات، يزيد ويتحسن مهارته في إدارة النزاع.

<u>عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: ما درجة إسهام أبعاد الشفقة بالذات لدى عينة من المعلمين المتزوجين حديثاً بإدارة النزاع في محافظة الكرك؟</u>

للإجابة عن السؤال الحالي تم استخدام تحليل الانحدار المتدرج باستخدام طريقة enter لمعرفة مدى إسهام أبعاد الشفقة بالذات بإدارة النزاع لدى عينة من المتزوجين حديثاً، ويوضح الجدولين (٤، ٥) التاليين نتائج هذا التحليل الإحصائي.

جدول (٤): نتائج تحليل التباين ومعامل الارتباط المتعدد ومعامل التحديد لنموذج الانحدار المتعدد بين الشفقة بالذات وإدارة النزاع

المصدر	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة F	الدلالة الإحصائية	معامل الارتباط المتعدد R	معامل التحديد R2
الانحدار	17.80	3	5.93	32.52	0.00	0.66	0.43
الخطأ	23.54	129	0.18				
المجموع	41.34	132					

جدول (٥): معاملات الانحدار المتعدد ودلالاتها الإحصائية لإدارة النزاع

المتغيرات	معامل الانحدار	الخطأ المعياري	معامل الانحدار المعياري	قيمة ت	الدلالة الإحصائية
الثابت	1.36	0.20		6.52	0.00
اللطف الذاتي	0.29	0.05	0.45	6.13	0.00
الإنسانية المشتركة	0.17	0.07	0.19	2.46	0.02
الحكمة	0.13	0.06	0.17	2.09	0.04

يتضح من جدول (٥) أن نموذج الانحدار المتعدد بين إدارة النزاع (ص) اللطف الذاتي (س١)، والإنسانية المشتركة (س٢)، والحكمة (س٣) يمكن صياغته في المعادلة التالية:

نموذج الانحدار المقدر: ص= ١.٣٦+ ٠.٢٩ س١+ ٠.١٧ س٢+ ٠.١٣ س ٣ يشير هذا النموذج للانحدار إلى: المقدار الثابت=١.٣٦، وقيمة ت لإدارة النزاع هي: ٦.٥٢.

صلاحية نموذج الانحدار المقدر: يمكن الحكم على صلاحية نموذج الانحدار المقدر من خلال التعليق على نتائج الانحدار المتعدد لإدارة النزاع الموضحة في جدول (٥،٤) كما يلي:

١- القيمة التفسيرية للنموذج: يشير جدول (٤) إلى أن معامل الارتباط المتعدد (R) يساوي (٠.٦٦) وأن معامل التحديد (R^2) يساوي (٤٣%) وهذا يعني أن الدرجة الكلية للشفقة بالذات تفسر ما مقداره (٤٣%) من التغير الذي حدث في المتغير التابع في إدارة النزاع، ويرجع الباقي (٥٧%) الى عوامل أخرى، وبذلك تعدُّ القيمة التفسيرية للنموذج مناسبة لتفسير الشفقة بالذات لدى المعلمين المتزوجين حديثاً.

٢- الدلالة الإحصائية الكلية للنموذج: يشير جدول (٥) الذي يتضمن تحليل التباين أن قيمة الدلالة الإحصائية تساوي (٠.٠٠) وهي أقل من مستوى المعنوية (٠.٠٥)، وبالتالي فإن نموذج الانحدار دال إحصائياً (معنوي) في الشفقة بالذات، ومن ثم يمكن استخدام نموذج الانحدار المقدر في التنبؤ بإدارة النزاع لدى المعلمين المتزوجين حديثاً.

٣- الدلالة الإحصائية الجزئية للنموذج: يتضح من جدول (٥) الذي يتضمن معاملات الانحدار المتعدد ودلالاتها الإحصائية أن هذه المعاملات جاءت دالة إحصائية، ويمكن توضيح هذه النتائج فيما يلي:

أ- قيمة الثابت في المعادلة تساوي (١.٣٦) وهذه القيمة دالة إحصائياً، وبالتالي يكون وجود هذا الثابت في معادلة التنبؤ أمر ضروري.

ب- يلاحظ أن معامل الانحدار المعياري (٠.٤٥) وهو دال إحصائياً عند مستوى (٠.٠٠) وهو معامل الانحدار الخاص باللطف مع الذات، وهذه النتيجة تشير إلى أن اللطف بالذات يتنبأ بإدارة النزاع لدى المتزوجين حديثاً من أفراد عينة البحث.

ج- يلاحظ أن معامل الانحدار المعياري (٠.١٩) وهو دال إحصائياً عند مستوى (٠.٠٠) وهو معامل الانحدار الخاص بالإنسانية المشتركة، وهذه النتيجة تشير إلى أن الإنسانية المشتركة يتنبأ بإدارة النزاع لدى المتزوجين حديثاً من أفراد عينة البحث.

يلاحظ أن معامل الانحدار المعياري (٠.١٧) وهو دال إحصائياً عند مستوى (٠.٠٠) وهو معامل الانحدار الخاص بالحكمة، وهذه النتيجة تشير إلى أن بالحكمة يتنبأ بإدارة النزاع لدى المتزوجين حديثاً من أفراد عينة البحث.

عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس: هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α=٠.٠٥) في الشفقة بالذات وإدارة النزاع لدى عينة من المتزوجين حديثاً في محافظة الكرك تعزى للجنس (معلم، معلمة)؟

للإجابة عن هذا السؤال فقد تم استخدام اختبار (ت) (t-test) لفحص الفروق بين متوسطات الأداء على الدلالة الإحصائية على الشفقة بالذات وإدارة النزاع، لدى المتزوجين حديثاً تبعا لمتغير الجنس (معلم، معلمة) والجدول (٦) يوضح ذلك.

الجدول (٦): نتائج اختبار (ت) لمتوسطات الأداء للشفقة بالذات وإدارة النزاع تبعا لمتغير الجنس

المقياس	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الشفقة بالذات	ذكور	72	3.10	0.50	131	1.78-	0.08
	إناث	61	3.28	0.67			
إدارة النزاع	ذكور	72	3.25	0.46	131	0.03	0.97
	إناث	61	3.25	0.66			

يظهر من الجدول (٦) أن الشفقة بالذات وإدارة النزاع لدى المعلمين المتزوجين حديثاً لا يختلف تبعاً لمتغير الجنس للمعلم، حيث بلغت قيمة ت للشفقة بالذات (١.٧٨) وقيمة ت لإدارة النزاع (٠.٠٠٣).

المناقشة والتوصيات:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى إدارة النزاع والشفقة بالذات لدى عينة من المتزوجين حديثاً، وقد ظهرت النتائج كما يلي:

حيث ظهر أن المتوسط الحسابي للشفقة بالذات بالمستوى المتوسط، وجاءت الأبعاد أيضا بمستوى متوسط حيث جاء بعد اللطف بالذات بالمرتبة الأولى ومن ثم بعد الإنسانية المشتركة وجاء بالمرتبة الأخيرة بعد الحكمة، وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع النظرية العقلية الاجتماعية والتي توحي بأن نظم المعالجة الاجتماعية يمكن أن تؤدي إلى استجابات ذات علامات داخلية تسمح بتهدئة الذات، وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة العبيدي (٢٠١٧) التي أظهرت أن الطلبة لديهم شفقة بالذات، ولكنها تختلف مع نتيجة دراسة العصيمي والهنيدة (٢٠٢٠) التي أظهرت مستوى الشفقة بالذات لدى طلبة الجامعة بالكويت كانت مرتفعة بينما كان في اللطف الذاتي – اليقظة العقلية – المحاكمة لذاتية – الدرجة الكلية ومتوسطة في الإنسانية المشتركة – العزلة، كما تختلف مع نتيجة دراسة سمرين وبنات (٢٠٢٠) والتي أظهرت أن مستوى كل من التعاطف مع الذات والسعادة الزوجية مرتفعا، ويعزو الباحث النتيجة الحالية نظراً لكون المتزوجين حديثاً يحرصون على بداية حياتهم الزواجية مع وجود اهتمام بأنفسهم والمحافظة على درجة من الهدوء والحكمة والإنسانية التي تساعدهم في النجاح بالحياة الزواجية، خاصة أنهم يتعاملون مع شريك جديد يريدون تكوين أسرة من خلاله وتعديل نمط حياتهم مع نمط حياته.

كما ظهر أن المتوسط الحسابي لإدارة النزاع كما جاءت الأبعاد بالمستوى المتوسط، وجاءت الأبعاد أيضاً بمستوى متوسط؛ حيث جاء فهم السياق للموقف بالدرجة الأولى ومن ثم فهم الاستجابة الطبيعية، بينما جاء تطبيق أسلوب مناسب لحل النزاع مع الآخرين بالمرتبة الأخيرة، حيث ينشأ النزاع عن وجود اعتماد متبادل بين أطراف النزاع في أنشطة العمل أو نتيجة لاختلاف مراكزهم أو أهدافهم أو قيمهم أو مدركاتهم، بالإضافة إلى أن هذه النزاعات تعوق الأسرة عن أدائها لوظائفها الحيوية لإحداثها عدم التوازن داخل نمط العلاقات الأسرية بين جميع الأطراف، وتظهر هذه النزاعات

لأسباب عديدة حيث تشير نظرية النسق إلى أهمية التفاعل مع الشريك فبوجود التفاعل يمكن أن يكون هناك قدرة على إدارة النزاع، كما تفسر نظرية النزاعات الزواجية في ضوء نظرية الموارد: حيث إن القدرة على إدارة الأمور المالية يمكن أن يساعد في إدارة النزاع، ويتفق ذلك مع نتيجة دراسة ليونع (Leung, 2010) التي أشارت أن أكثر الإستراتيجيات استخداماً في إدارة النزاع هي: التجنب، والمساومة، والطاعة، والهيمنة، والتنازل، وكذلك مع نتيجة دراسة عبد الرحمن (٢٠١٣) التي أشارت إلى وجود أشكال للمنازعات الزوجية لدى أفراد العينة تتراوح في درجة كثافتها بين تبادل اللوم بين الزوجين، كما تتفق مع نتيجة دراسة (Gongera, et, al, 2013) التي أشارت إلى أن أسلوب التعاون من أكثر الأساليب المستخدمة في حل الخلافات داخل الشركة، ومع دراسة بلومان (Plowman, 2015) والتي أظهرت أن العلاقات العامة تعدُّ عاملاً رئيساً للإدارة الإستراتيجية، ويعزو الباحث النتيجة الحالية نظراً لكون المتزوجين حديثاً يحرصون على امتلاك أساليب مناسبة تساعدهم في التعامل مع النزاعات المختلفة للمحافظة على حياتهم الزواجية بعيداً عن المشكلات التي تؤدي إلى انهيار الحياة الزواجية.

ويظهر من النتيجة الحالية أن كلا من الشفقة بالذات ترتبط إيجابياً مع إدارة النزاع، وقد ظهر ذلك بسبب أن الشفقة بالذات تساعد الفرد تحسن نظرة الفرد للحياة وتخفف من المشاعر السلبية، وبالتالي يمتلك الفرد المشاعر الإيجابية مثل التفاؤل والرضا عن الحياة والتي تساعده في إدارة الذات، وترتبط الشفقة بالذات ارتباطاً إيجابياً بزيادة الوعي وتقبل الخبرات الوجدانية وإدارتها على نحو جيد، كما تساعد الشفقة بالذات في مواجهة الصدمات، حيث تتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة الصبان (٢٠١٩) التي وجدت علاقة ارتباطية عكسية بين محاور مقياس العنف الزواجي وبعض محاور مقياس الشفقة بالذات، كما تتفق مع نتيجة دراسة التلاوي (٢٠١٩) التي وجدت ارتباط موجب دال إحصائياً بين الشفقة بالذات وكل من المرونة النفسية والعنف، وتتفق كذلك مع نتيجة دراسة السحيمي (٢٠٢١) التي وجدت علاقات دالة إحصائياً ين الهناء النفسي (الأبعاد والدرجة الكلية)، وكل من الضغوط النفسية والشفقة بالذات (الأبعاد والدرجة الكلية)، كما تتفق مع نتيجة دراسة عبد الرازق (٢٠٢١) التي أظهرت وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين الصراعات الزوجية وسمات الشخصية الحدية، ويعزو الباحث النتيجة الحالية نظرا لكون كلا من متغيري الشفقة بالذات

ومهارة إدارة النزاع تعدان من المتغيرات الإيجابية التي يمكن أن ترتبطان معا، فقدرة الفرد على التعاطف مع ذاته وامتلاكه لمشاعر إيجابية تساعده في امتلاك مهارة إدارة النزاع والتعامل مع النزاعات بطرق منظمة، وكذلك امتلاك الفرد لمهارة إدارة النزاع في حياته الزواجية تساعده على التعاطف مع ذاته وتقبلها.

ويتبينُ من نتائج الفرض الحالي وجود قدرة تنبؤية مناسبة لأبعاد الشفقة بالذات في زيادة مهارة إدارة النزاع وتحسينها لدى المتزوجين حديثاً، ويشير ذلك إلى الدور المهم الذي يبذله الشفقة بالذات في الوصول إلى إدارة النزاع لديهم؛ مما يظهر أهمية تمتع الشفقة بالذات لدى المتزوجين حديثاً لما لها من دور في مساعدة هؤلاء المتزوجين في تخفيض النزاع وامتلاك مهارات إدارة النزاع؛ فالأشخاص المشفقين بذواتهم في المواقف المؤلمة يتميزون بالمرونة والانفتاح على خبراتهم والعقلانية في التعامل مع كل جوانب الخبرة وينظرون للأمور نظرة تفهم وانسجام، ويتفق ذلك مع نتيجة دراسة أحمد (٢٠١٩) التي أشارت إلى إسهام درجات كل من الشفقة بالذات (بنسبة ٤٨.٦%)، وتحمل الغموض (بنسبة ٢٣.٧%) لدى المراهقين في التنبؤ بدرجاتهم في صورة الجسم، كما تتفق مع نتيجة دراسة التلاوي (٢٠١٩) التي أشارت إلى أن الدرجة على المرونة النفسية والعنف ضد المرأة المطلقة يمكن أن يتنبأ بالشفقة بالذات لدى أفراد عينة الدراسة، ويعزو الباحث النتيجة الحالية نظراً لكون المتزوجين حديثاً بحاجة لكل من اللطف والتمتع بالحياة الإنسانية والحكمة مما يسهمُ في امتلاكهم لمهارات إدارة النزاع والتعامل مع الطرف الآخر بكل هدوء ومرونة وتسامح بما يسامح في احتواء النزاعات التي يمكن أن تحدث.

حيث تبين أن هناك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الشفقة بالذات وإدارة النزاع تبعاً لجنس المعلم، ويتفق ذلك مع ما أشارت له نظرية النزاعات الزواجية في ضوء نظرية الضغوط التي تفسر النزاع من حيث دور الضغوط التي تلعب دوراً كبيراً في حدوث النزاعات الزواجية وربما كان هناك ضغوط متقاربة للمتزوجين حديثاً بغض النظر عن الجنس، كما يتفق مع نتيجة دراسة العبيدي (٢٠١٧) والصبان (٢٠١٩) وسمرين وبنات (٢٠٢٠) التي أظهرت عدم وجود فروق في الشفقة بالذات وفق المتغيرات: الجنس، كما تتفق مع نتيجة دراسة مصطفى (٢٠٢١)، التي أشارت أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إدراك الزوجين (الزوج، والزوجة) للصراعات الزواجية، بينما تختلف مع نتيجة دراسة عبد الرازق (٢٠٢١) التي وجدت فروقاً ذات دلالة إحصائية بين عينة

الأزواج والزوجات في الصراعات الزواجية في اتجاه عينة الزوجات، ويعزو الباحث النتيجة الحالية نظراً لتعرض كلا من المتزوجين والمتزوجات حديثاً لظروف وضغوط متقاربة متعلقة بالابتعاد عن الحياة العائلية والعيش في بيئة جديدة تتطلب تحديات جديدة، وبالتالي كان لديهم كل من الشفقة بالذات وإدارة النزاع بدرجات متقاربة.

ويرى الباحث في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة، ضرورة الاهتمام بفئة المتزوجين حديثاً بحيث يتم رفع وتحسين الشفقة بالذات وإدارة النزاع لديهم لما لها من دور في المحافظة على حياتهم الزواجية واستقرارها من خلال البرامج والمحاضرات واللقاءات الإرشادية، والاهتمام بطبيعة العلاقة بين الشفقة بالذات وإدارة النزاع بحيث يتم تحسين جانب لأنه سيؤثر في الجانب الآخر، وتقديم برامج إرشادية للمتزوجين حديثاً تتناول الشفقة بالذات وإدارة النزاع تتضمن المحتوى نفسه بغض النظر عن الجنس للمتزوج.

المراجع:

المراجع باللغة العربية:

- أحمد، أحمد (٢٠١٩). الشفقة بالذات وتحمل الغموض كمنبئين بصورة الجسم لدى المراهقين المكفوفين: دراسة سيكومترية – إكلينيكية. *مجلة التربية الخاصة*، جامعة الزقازيق، ٢٦، ١-٦٩.
- أحمد، صابرين وعبد الوهاب، أشرف وهيبة، حسام (٢٠٢٠). الخصائص السيكومترية لمقياس الشفقة بالذات. *مجلة الإرشاد النفسي*، ٦٤، ٣٤٩ -٣٦٢.
- أحمد، صفاء (٢٠٢٢). التدخل المهني من منظور الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية لتنمية قدرة المتزوجين حديثا على إدارة الأزمات الأسرية. *مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية*، جامعة الفيوم، ٢٧، ١٦٧-٢١٣.
- التلاوي، أحمد (٢٠١٩). الشفقة بالذات وعلاقتها بالمرونة النفسية والعنف ضد المرأة المطلقة. *مجلة الآداب والعلوم الإنسانية*، جامعة المنيا، ٨٩(١)، ١٣٨-١٨٤.
- جبريل، ثريا وآخرون (٢٠٠٠). *الممارسة العامة المتقدمة للخدمة الاجتماعية في مجال رعاية الأسرة والطفولة*، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان.

- السحيمي، علياء (٢٠٢١). الضغوط النفسية والشفقة بالذات كمنبئات بالهناء النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم المتزوجات بالجامعة. *مجلة كلية التربية*، جامعة بنها، ١٢٦(٣٢)، ١٣٥-٣٢٤.
- سلامة، سهام (٢٠٢١). المتغيرات المرتبطة بالنزاعات الزواجية للمتزوجين حديثا. *مجلة الخدمة الاجتماعية*، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين، ٧٠(٢)، ٦٥-٨٦.
- سمرين، أروي وبنات، سهيلة (٢٠٢٠). *التعاطف مع الذات وعلاقته بالسعادة الزوجية لدى الأزواج غير المنجبين في العاصمة عمان*. رسالة ماجستير، جامعة عمان العربية، عمان.
- سيد، سعاد (٢٠٢٢). الشفقة بالذات والآخرين: رؤية من منظور علم النفس الإيجابي. *المجلة الدولية للعلوم التربوية والإنسانية المعاصرة*، مؤسسة أكاديميا جلوب للبحث العلمي والنشر الدولي، ١(١)، ٥٤-٨٧.
- الصبان، عبير (٢٠١٩). العنف الزواجي وعلاقته بالشفقة بالذات في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. *مجلة كلية التربية*، جامعة بنها، ١٢٠(٣٠)، ١٥٥-١٩٦.
- صفر، محمد (١٩٨٧). *نظرية النسق وتطبيقاتها في خدمة الفرد*، القاهرة: برنت سنتر. للنشر.
- عبد الرازق، أسامة (٢٠٢١). منبئات الصراعات الزواجية لدى عينة من المتزوجين. *مجلة الخدمة النفسية*، جامعة عين شمس، ١٤، ٢٠٨-٢٥٥.
- عبد الرحمن، وداد (٢٠١٣). النزاعات الزواجية: الأنواع، الأسباب، الآثار، آليات التسوية. *مجلة كلية الآداب*، جامعة القاهرة، ٧٣، ٣، ١٦٣-٢٣٢.
- عبد العزيز، ايمن (٢٠١٦). خدمة الفرد باستخدام الممارسة المبنية على البراهين والتخفيف من حدة النزاعات الزواجية. *مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية*، جامعة الفيوم، ٢، ٣٣٧-٣٥٤.
- عبد العليم، ربيع شعبان (٢٠٠٣). العنف الأسري وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية، *مجلة كلية التربية*، جامعة الأزهر، العدد ١٢٢، الجزء الثاني.
- العبيدي، عفراء (٢٠١٧). الشفقة بالذات لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات. *مجلة العلوم الاجتماعية*، جامعة عمار ثليجي بالأغواط، ٢٦، ٤١-٥٥.
- عزب، حسام الدين ومحمد، أميرة وهبة، حسام (٢٠٢٠). الكفاءة السيكومترية لمقياس الشفقة بالذات لعينة من شباب الجامعة. *مجلة الإرشاد النفسي*، جامعة عين شمس، ٦٤، ١-٣٤.

- العصيمي، عبد الله والهنيدة، جابر (٢٠٢٠). قياس مستوى الشفقة بالذات وعلاقته بالازدهار النفسي والوجداني والاجتماعي لدى طلبة الجامعة. *مجلة دراسات الطفولة*، جامعة عين شمس، ٢٣(٨٧)، ١-٢٠.
- عمر، ماهر (٢٠٠٦). *سيكولوجية العلاقات الاجتماعية*، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- فهيم، كلير (٢٠٠٢). *المرأة والزواج الناجح*، القاهرة، الأنجلو المصرية
- كفافي، علاء الدين (٢٠١٠). *الإرشاد الأسري*، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- مصطفى، مصطفى (٢٠٢١). حجم الإسهام النسبي للصراعات الزواجية في ظهور الاضطرابات النفسية لدى أبناء اسر ذات الصراعات الزواجية من الجنسين. *مجلة الآداب والعلوم الإنسانية*، جامعة المنيا، ٩٢(١)، ١-٤٠.
- المنشاوي، عادل (٢٠١٦). نموذج سببي للعلاقات المتبادلة بين الشفقة بالذات وكل من الإرهاق والصمود الأكاديمي لدى الطالب المعلم. *مجلة كلية التربية بالإسكندرية*–مصر، ٢٦ (٥)، ١٥٣ – ٢٢٥.
- النجار، هيثم (٢٠٢١). *فعالية برنامج تدريبي في تنمية القيم المهنة وإدارة النزاع لدى المعلمين الجدد في مديرية التربية والتعليم لقصبة اربد*. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة مؤتة، الكرك.

المراجع باللغة الإنجليزية:

- Akin, A., & Akin, U. (2017). Does self-compassion predict spiritual experiences of Turkish University students? *Journal Religion and Health*, 56, 109-117.
- Aljamal, S. (2015). Strategies of organizational conflict management by officials in the directorates of education in Hebron as seen by subordinates. *An-Najah university journal for research, humanities*, 29(1), 1-28.
- Barnett, M., & Sharp, K. (2016). Maladaptive Perfectionism, Body Image Satisfaction, and Disordered Eating Behaviors Among U.S. College Women: The Mediating Role of Self-Compassion. *Personality and Individual Differences*, 99, 225–234.

- Birnie, K., Speca, M., & Carlson, E. (2010). Exploring self-compassion and empathy in the context of mindfulness-based stress reduction (MBSR), *Stress Health*, 26, 359–371.
- Bradbury, T., Beach, S., Finch man, F.& Nelson, G. (1996). Attributions and behavior in functional marriages. *Journal of consulting and clinical psychology*, 64(3), 569- 576.
- Gaumer Erickson, A., & Noonan, P. (2021). *Conflict Management assessment suite: Technical report*. College & Career Competency Framework.
- Germer, K., & Neff, D. (2013). Self- Compassion in clinical practice. *Journal of clinical psychology*, 69 (8), 1-12
- Goetz, J., Keltner, D., & Simon-Thomas, E. (2010). Compassion: An evolution art analysis and empirical review, *psychological Bulletin*, 136, 351-374
- Gongera, E., Julius, B., Assumpta, N. (2013). *Organizational Conflict Management Strategies on Employee Job Satisfaction:* A Case Study of Nzoia Sugar Company.
- Leung, D.Y.C., Wu, X. and Leung, M.K.H. (2010) A Review on Biodiesel Production using Catalyzed Transesterification. Applied Energy, 87, 1083-1095. http://dx.doi.org/10.1016/j.apenergy.2009.10.006
- Morley, R. (2015). Violent Criminality and Self-Compassion. *Aggression & Violent Behavior*, 24, 226-240.
- Neff, K., & Pittman, M. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults, *Self and Identity*, 9, 225-240.
- Neff, K. (2003). The Development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity journal*. (2), 223-250.
- Neff, K., & Davidson, O. (2016). S*elf-compassion: Embracing suffering with kindness.* In I. Ivtzan & T. Lomas (Eds.), Mindfulness in Positive Psychology, the University of Texas at Austin, USA.
- Payne, M. (1997). *Modern social work theory*, 2nd, ed., Macmillan press 1td, London.
- Plowman, K. (2015). Conflict strategic management and public relations, *Public Relations Review*, 31 (1), 131-138.

- Potter, R., Yar, K., Francis, A., & Schuster, S. (2014). Self-Compassion Mediates the Relationship between Parental criticism and Social Anxiety. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 14, (1), 33-43
- Salami, S. (2010). Conflict resolution strategies and organizational citizenship behavior: the moderating role of trait emotional intelligence. *Social Behavior and Personality Research*, 38 (1),75-86.
- Sangeeta, S., & Avinash, P, (2015). Managing conflict through transformational leadership, Indian, *Delhi Business Review*, 16, January - June.