الفصل الثاني

المفاهيم الأساسية والمنطلقات النظرية

مقدمة:

الكائن الإنساني كائن اجتماعي بطبعه، لا يمكنه أن يعيش بمفرده، والتواصل مع الآخر من أهم حاجاته، وأهم وسائله لاكتساب المعارف والخبرات، وتبادل المشاعر، والاتجاهات والقيم والأفكار والمعتقدات....

وللتواصل شكلان هامان هما: التواصل اللفظي، والتواصل غير اللفظي وهو الأهم لما له من تأثير قوي على الانطباع الكلي للمستقبل، الأمر الذي يجعله ذا تأثير هام في تشكيل العلاقات، واستمرارها، وليس هذا فحسب بل إنه يحدد عمقها ودرجتها.. الأمر الذي يجعل من التواصل غير اللفظي أهم العوامل المحدِّدة لنجاح العلاقة وعمقها ونوعها، لاسيما العلاقة بين الزوجين، باعتبارها من أكثر أشكال العلاقات الإنسانية حميمية وعمقاً، ومن أهم العوامل المؤثرة في التوافق الزواجي.

وإذا كان التوافق الزواجي هو نجاح كل من الزوجين في تحقيق الرضا والسعادة والانسجام في العلاقة، فإن نجاح هذه العلاقة هو نجاح شخصين يتميز كل منهما عن الآخر، ويشترك معه في بعض الصفات والسمات...هذا يدعونا إلى التساؤل: هل تشابه الزوجين في بعض السمات كالانبساط/الانطواء مثلاً(باعتبارها سمات يتم التعبير عنها بأشكال تواصلية سلوكية تعبيرية مختلفة) أفضل لتوافقهما الزواجي أم اختلافهما؟، وهل هذا الاختلاف أو التشابه يرتبط بعلاقة ما بالتواصل غير اللفظي بينهما؟.

سنحاول في هذا الفصل عرض ما توافر من معلومات في التراث النفسي النظري التي يمكن أن تفيد في توضيح أساس نظري يمكن الحصول منه على إجابات علمية لتساؤلات دراستنا، كما كما يمكن أن يكون مرجعنا لتفسير ما توصلت إليه الدراسة من نتائج.

أولاً : نظريات في التواصل:

١ – بعض المفاهيم المرتبطة بالتواصل غير اللفظي:

التواصل Communication ، التفاعل الاجتماعي Social Interaction، العلاقة الاجتماعية Social Relationship :

يشير معظم الباحثين إلى أن مفهوم التواصل يعبّر عن تبادل الصلة أو الوصل القائم على تبادل حالات ذاتية كالأفكار والعواطف والاتجاهات والمعتقدات... بين المتواصلين (فضة ١٩٩٩، زهران ١٩٨٧، غريب ١٩٩٣) .

وتبادلية التأثير بين المرسل والمستقبل، الذي يتم عن طريق التواصل يُسمى تفاعلاً اجتماعياً (شقير ٢٠٠٢، قبلان ١٩٩٨، زهران ١٩٨٤، الأشول ١٩٨٧، الشخص ٢٠٠١، أحمد ١٩٩٦، سويف ١٩٦٦، السيد ١٩٥٤، حافظ وآخرون ١٩٩٧، البادي ١٩٨٩).

فالتواصل الناجح يقود إلى تفاعل ناجح ، والتفاعل الناجح يحسّن مهارات الشخص في التواصل مع الآخرين عموماً (Monroe.et al 1992).

وعندما تتشبع مواقف التواصل بعوامل المعنى والعاطفة والتوجه العقلي والاهتمام بما يتم إرساله، والتي تتمثل في مواقف Standing يتخذها كل من المتواصلين تجاه الآخر مكوّنة قوة كامنة توجّه سلوك كل منهما باتجاه الاستمرار أو الانقطاع، يُسمى التواصل عندئذ "علاقة اجتماعية" Social Relationship التي لايمكن أن تتشكل دون عمليات التواصل (كفافي ١٩٩٩، البادي ١٩٧٨، أحمد وعبد المعطي ١٩٨٨، روبن ١٩٩١، Hyatt 1992).

وترى الباحثة أن التواصل هو العملية التي تقوم على تفاعل بين مرسل ومستقبل (علماً بأنه قد تتضمن عملية التواصل والتفاعل أكثر من مرسل وأكثر من مستقبل) قائم بدوره على تبادل حالات ذاتية مختلفة كالمشاعر والأفكار والاتجاهات والقيم والمعتقدات، وأنماط سلوكية مختلفة من سلوكيات ضمنية قائمة على التذكر والإحساس ووظائف وأنشطة جسمية فيزيولوجية بيولوجية مختلفة و.....الخ، إلى سلوكيات ظاهرة من حركات جسمية وتعبيرات مختلفة وألفاظ متنوعة و.....الخ، يقوم هذا التفاعل على أشكال تبادلية مختلفة يمكن تقسيمها إلى شكلين أساسيين هما :

١- التواصل اللغوي(التواصل اللفظي أو الكلام) .

٢- التواصل غير اللفظي بكل أشكاله وصوره التعبيرية التي تشتمل على كل أشكال التواصل الأخرى ما عدا الكلام.

وتهدف عملية التواصل والتفاعل هذه إلى إشباع حاجات إنسانيّة لعل أهمها: تحقيق الذات والمكانة الاجتماعيّة، والحاجات الأساسية المرتبطة بالحاجات الجسدية مثل الحاجة إلى الطعام والشراب، وتهدئة الآلام الجسدية،..وغيرها من الحاجات التي تهدف إلى تهدئة التوتر النفسي أو الجسمي وصولاً إلى التوازن المنشود النفسي والجسمي على السواء، وباختلاف

عدد الحاجات المشبعة خلال عملية التواصل، تختلف درجة الانسجام والتفاهم التي يصل إليها المتواصلون، وتختلف درجة عمق العلاقة بينهم والتي تحدّد نسبة احتمال استمرارها.

وأن التواصل الناجح الفعال فقط هو الذي يقود إلي حدوث عملية التفاعل، فلا تؤدي كل عملية تواصل بالضرورة إلى تفاعل، بينما يقود التفاعل الإيجابي الفعال بالضرورة إلى التوافق.وأنه لابد لتفاعل اجتماعي ناجح من إدراكات متبادلة متوافقة بين المرسل والمستقبل.

وترى الباحثة أن التواصل ما هو إلا وسيلة وأداة هامة، لابد من توافرها لتكوين العلاقة، ولإحداث التفاعل الاجتماعي، واستمرارهما. وإذا كانت العلاقة تهدف في النهاية إلى الإقناع المتبادل وإحداث التأثير المتبادل الفكري والعاطفي ذي المعنى عميق الدرجة، فلا يمكن لهذه العلاقة أن تنشأ دون التواصل الذي يجب أن يكون ناجحاً ليسمح بتكوين العلاقة، وينبغي أن يكون ناجحاً بدرجة كافية لتكوين علاقة إيجابية ناجحة تستمر طويلاً.

وإن عملية"التواصل" تقتضي وجود مرسل ومستقبل، وإن مجرد حدوث إرسال واستقبال يعني أن عملية التواصل قد تمت، ولكن العلاقة لا تتكون إلا عندما تتكرر عملية الإرسال والاستقبال، بحيث يتحول فيها المرسل إلى مستقبل والمستقبل إلى مرسل، ويكون النشوء الفعلي للعلاقة عندما يهتم كل من المرسل والمستقبل –عند قيام كل منهما بدور الاستقبال– بكل ما يرسله المرسل من رسائل لفظية وغير لفظية، ويستجيب لها، وبالرغم من اعتبار تبادل الأدوار بين مرسل ومستقبل عند كل من الشخصين المتواصلين ،عملية تواصل ، إلا أن اهتمام المستقبل بما يرسله المرسل هو نقطة التحول التي منها تنطلق العلاقة وتنشأ، والتي بسببها قد تنمو العلاقة أو تتدهور.

وعندها لن يكون التأثير أحادي الجهة بحيث يكون التواصل هو المؤثر في العلاقة، بل ستكون العلاقة بما تنطوي عليه من علاقات تواصلية تبادلية هي أيضاً عاملٌ مؤثرٌ في نجاح التواصل، لتدخل العمليتان: العلاقة والتواصل في حلقة حلزونية مفرغة من التأثير والتأثر، بحيث تتأثر كل منهما وتؤثر في الأخرى في سلسلة لا متناهية.

٢ – النظريات النفسية المفسرة للتواصل:

هي نماذج شارحة لسلوك الفرد، وهي النظريات الأقرب اتصالاً بموضوع دراستنا الخاص بمتغير التواصل غير اللفظي التي يمكننا الاعتماد عليها كأساس مرجعي نظري يساعد في فهم وتحليل وتفسير السلوك التواصلي غير اللفظي، نعرض لأهمها:

أ- النظريات المعرفية:

ولعل النماذج المعرفية من النماذج الهامة المساعدة على فهم أفضل لعمليات وجوانب عملية التواصل، وتركز النماذج المعرفية على الجانب المعرفي العقلي في الإنسان وآليات عمل هذا الجانب بما فيه من عمليات ومفاهيم، وعلى العلاقات المنطوية على الصراع أو التوافق والسعي إلى إحداث التوازن وتأثير كل ذلك على السلوك.

أما الافتراضات الخاصة بالنموذج المعرفي والمتصلة بموضوع التواصل فهي:

١- يعتبر الإنسان مستقبلاً نشيطاً لمثيرات ومواد ومعلومات حسية.

٢- إن ما يستقبله الإنسان من معلومات حسية مدركة، يعالجه بطريقة نشطة في عمليات معرفية عقلية مثل: صياغة المعلومات المستقبلة في رموز وشفرات معينة، أو حفظ تلك المعلومات أو بعضها في الذاكرة، أو تحليلها وتفسيرها تفسيراً انتقائياً خاصاً معتمداً على الذاتية الفردية وليس الموضوعية، مما قد يؤدي إلى عملية عقلية معرفية أخرى هي تحريف تلك المعلومات، أو استعادة كل أو بعض مما تم تخزينه في الذاكرة، بغية استعماله في وقت لاحق في صنع واتخاذ قرارات معينة خاصة بسلوكيات معينة.

٣- وهكذا يكون لتلك العمليات المعرفية بما فيها من صراعات ومحاولات للتوازن، مثل: الإدراك الحسي والتخيل والاعتقاد والاتجاهات والقيم والتذكر والتفكير وغيرها.... دوراً هاماً وحاسماً في تحديد وتوليد أشكال سلوكية محدّدة.

٤- تتأثر تلك العمليات المعرفية وآليات عملها، بثقافة الفرد وحصيلته المعرفية العلمية التعليمية، المتكونة من الدراسة، أو الصدفة أو الثقافة العامة والخاصة، أو العلاقات الاجتماعية المختلفة، سواء بالأقران أو الإخوة والأخوات، أو الأم والأب وغيرها من العلاقات(مكاوي و السيد ١٩٩٨).

وتستنتج الباحثة أن النظريات المعرفية تسهم في تقديم صورة أوضح لعملية **التواصل** بين الناس، سواء فيما يتعلق **بالإرسال** وما يؤثر ويتأثر به، وخاصة في ما يتعلق بما يتم إرساله من مثيرات حسية مدركة، وعلاقته بما يريد المرسل إرساله(وهنا ندخل في الجانب الإرادي المعرفي بما فيه من جوانب الإرادة والاعتقاد والاتجاهات والقيم والميل للتوازن..)، أو فيما يتعلق **بالاستقبال** وما يؤثر ويتأثر به أيضاً فيما يتعلق بآلية الاستقبال، وتأثرها بما يؤثر على الجوانب والعمليات المعرفية العقلية من ثقافة وحصيلة معرفية علمية تعليمية مؤثرة على العمليات المعرفية، التي يتم بها تشفير وترميز وتفسير وانتقاء وتصفية

المعلومات الحسية المدركة التي تم إرسالها، مما يسهم إسهاماً فعالاً في تحديد درجة التطابق والاختلاف بين ما تم استقباله وإدراكه وتفسيره، وبين ما عناه المرسل وقصده، أو فيما يتعلق **بالرسالة** ومضمونها باعتبارها مثيرات حسية مدركة تنطوي على معاني خاصة بالمرسل، وعلاقتها بعملياته المعرفية العقلية التي ذكرناها سابقاً ، ومعانٍ يستقبلها المستقبل وعلاقتها أيضا بتلك العمليات المعرفية العقلية عنده، أو فيما يتعلق **بقنوات التواصل** التي تمثّل أشكال التواصل الذي قد يكون لفظياً، أو غير لفظي متمثلاً بالتواصل بالعين، وتعبيرات الجسم، والصوت، وتعبيرات الوجه، والإيماءات،....الخ، وعلاقتها بكونها مثيرات حسية مدركة مكوّنة للرسالة التي يتم إرسالها ، واستقبالها وعلاقة كل ذلك بالعمليات المعرفية العقلية المؤثرة والمتأثرة بتلك المثيرات، أو فيما يتعلق بإمكانية التغيير في **آليات التواصل وعناصره** وقنواته وأشكاله- خاصة التواصل غير اللفظي باعتباره الشكل الأهم والأكثر تأثيراً- بشكل يسهم في جعل ذلك **التواصل أكثر فعالية** من خلال التدخل في العمليات المعرفية العقلية، والتدخل في آلية تأثيرها، بشكل يسهم بفاعلية في **إشباع حاجات كل من المرسل والمستقبل** إشباعاً يسهم في تحقيق الهدف المنشود من عملية التواصل، ويحقق درجة أعلى من النمو لكل من المرسل والمستقبل على السواء.

ب- النظريات الإدراكية:

تعتبر عملية الإدراك عند الإنسان النافذة التي يطل منها على العالم، والأداة الرئيسة التي بها يتفاعل مع البيئة بكل عناصرها من أشخاص وأشياء، والقاعدة التي على أساسها يتشكل السلوك بأنواعه وأشكاله المختلفة.وسنعتمد هذه النظرية على اعتبار أن التواصل غير اللفظي لايمكن أن يتم دون عملية الإدراك.

وتختلف المدارس النفسية في تفسيرها لعملية الإدراك تلك وعلاقتها بالسلوك الإنساني، ويعرض مكاوي والسيد بعضاً من هذه المدارس وتفسيراتها المختلفة، فالمدرسة السلوكية (وعلى الأخص المدرسة الواطسونية التي يمثلها عالم النفس"واطسون") تقول بأن السلوك الإنساني ما هو إلا فعل منعكس عصبي، ناتج عن تنبيه مختلف المراكز العصبية بواسطة مثيرات مختلفة خارجية، أي أن هناك معادلة ذات اتجاه واحد بسيط مفسرة للسلوك الإنساني في علاقته بعملية الإدراك هي مثير- استجابة، أي أن المثير الخارجي يولّد استجابة(سلوك ما)، ولا يتعرض أصحاب المدرسة السلوكية الواطسونية للمتغيرات الوسيطة كالتفكير

والشعور التي تتداخل وتتفاعل مع طرفي المعادلة السابقة(مثير- استجابة) (مكاوي والسيد ١٩٩٨).

ولكن ربما يستثير هذا العرض تساؤلاً مؤداه: ما الغرض من الإشارة إلى علاقة الإدراك بالسلوك عند الإنسان في بحث يتناول العلاقة بين التواصل غير اللفظي عند الزوجين، وبين توافقهما الزواجي، وبعض من سمات الشخصية لدى كل منهما...؟!

والجواب أن كلاً من التواصل غير اللفظي ، والتوافق الزواجي عمليات معقدة تنطوي على سلوكيات متعددة ومختلفة تحدّدها وتشكلها عوامل عديدة ومعقدة وأساسها عملية الإدراك، وأن سمات الشخصية ما هي إلا أنماط نفسية تعبّر عن نفسها بأشكال سلوكية محدّدة ومختلفة لا يمكن أن توجد بمعزل عن عملية الإدراك .

فعملية الإدراك هي العملية التي تخلق في الإنسان إحساسه بالتوتر أو عدم الاتزان، الإحساس الذي يدفعه إلى خفض التوتر أو تجنب المزيد منه، وهذا ما يخلق التمايز في أشكال السلوك الناجم عن ذلك الإدراك، كل هذه المفاهيم والعمليات من إدراك وإحساس بالتوتر وسعي لخفض التوتر أو تجنب المزيد منه، وأشكال سلوكية مختلفة، ما هي إلا آليات ديناميكية تحدث وتتفاعل طالما الإنسان حي، في تواصله مع نفسه أو مع الآخرين.
ويتضح للباحثة أن النظريات المعرفية ونظريات الإدراك تكاد تكون هي النظريات النفسية الأقرب لدراستنا، فهي النظريات التي يمكن الاستفادة منها في فهم وتحليل وتفسير التواصل غير اللفظي.

٣ - التواصل الفعال:

أ- شروط نجاح عملية التواصل تضمن فعاليتها:

(١)- شروط خاصة بالمرسل:

السلوك الشخصي- كما تعتقد الباحثة- يتضمن كل سلوك(نشاط) يقوم به الإنسان سواء على مستوى تفكيره، أو شعوره، أو نشاطه الجسمي الفيزيولوجي الداخلي والخارجي. وتعتبر كل جوانب الأنشطة هذه عوامل فاعلة في تأثيرها على عملية التواصل، فتواصل الفرد مع نفسه(كأحد أشكال التواصل) جزء هام لا يتجزأ من تواصله مع الآخرين(كشكل آخر من أشكال التواصل)، يؤثر كل منهما بطرق متنوعة وبدرجات مرتفعة.

ويذكر بعض الباحثين أن الخلل في عملية التواصل ربما يعود إلى إرسال رسائل غير واضحة، أو إرسال رسائل متناقضة على المستويين النفسي والاجتماعي(الجمال و جعيص ١٩٩٢)

وبتعبير آخر: فإن الخلل قد يعود إلى إرسال رسائل غير واضحة، أو إرسال رسائل متناقضة عاجزة عن التوازن بين مطالب الذات وبين معايير المجتمع ومطالبه.

وفاعلية المرسل هي في تعبيره غير اللفظي عن حقيقة ما يعايشه من أفكار ومشاعر، والمتمثل في إرساله رسائل واضحة مباشرة محددة يعبِّر عنها بشكل كلي متكامل عبر أشكال التواصل غير اللفظي كلها لتؤدي نفس المعنى المعبِّر عن حقيقة ما يعايشه المرسل، الأمر الذي يجعل المستقبل يدركها إدراكاً صحيحاً بشكل فوري، كما يجعله يغير في سلوكه تغييراً مناسباً لصالح العلاقة (غريب ٢٠٠٠،Gregson 1991, Brunner 1979 ، طعيمة ١٩٨٧؟، جابر وآخرون ١٩٩٤، علي ١٩٩٤، روبنز ١٩٩٩،Brandt &Reece 1997 ، جورارد ١٩٦٢؟)

وهناك صفات تتفق الباحثة مع ما ذهب إليه الباحثون في مجال التواصل غير اللفظي على أهمية توافرها في المرسل من أجل تواصل غير لفظي أكثر فعالية، ولكن الباحثة تعتقد أن أهمها على الإطلاق هو التلقائية والصدق، والتركيز على ما يعايشه المرسل من مشاعر وأفكار فعلية تركيزاً لا يمنعه من السماح لها بالتعبير عن نفسها تعبيراً تلقائياً مرتبطاً بدرجة مناسبة من الضبط الانفعالي حسب ما يناسب الموقف بكل تداعياته وضوابطه...والمستقبل بكل ما تنطوي عليه شخصيته من حاجات وانفعالات وقدرات...والزمان....

وترى الباحثة أن هذه الصفات ليست صفاتاً منفصلة فهي تولّد بعضها إن صح التعبير، فصدق الإنسان مع نفسه تسمح له برؤية واضحة وفهم أفضل لذاته بكل ما فيها من مشاعر وأفكار.... والرؤية الواضحة تسمح بتركيز أفضل الأمر الذي يسهم في نضج أكبر للشخصية التي تعتبر التلقائية في التعبير عنها من أهم مميزاتها.

(٢)- شروط خاصة بالمستقبل :

ينطبق كل ما ذكرناه عن المرسل على المستقبل. وهناك تبادل تأثيري واضح بين المرسل والمستقبل، حيث تحدّد الرسائل التي يستقبلها المرسل رسائله التي يرسلها.

ويعتبر المستقبل أهم عنصر من عناصر عملية التواصل، و يضمن تفهم المرسل لطبيعة المستقبل تحقيق الهدف من الرسالة.

ولأن المستقبل هو من يقوم بفك رموز شيفرات الرسالة التي يرسلها المرسل(يفسر تلك الرسالة بكل رموزها)، فإن عملية التفسير تكون ناجحة عندما يتطابق تفسير المستقبل للرموز تطابقاً بدرجة عالية مع ما قصده المرسل منها بالفعل.

ويفضل من أجل نجاح عملية التواصل بشكل عام، ونجاح التواصل غير اللفظي بشكل خاص أن يكون المستقبل مهيئاً ومستعداً ذهنياً لاستقبال الرسالة، وأن يملك من القدرات ما يؤهله لفهم الرسالة التواصلية فهماً صحيحاً متطابقاً مع ما يريد المرسل إيصاله(عمر ١٩٧٤؟).

ولاشك أن المكوّن العاطفي في الشخصية يؤثر ويتأثر بدرجة كبيرة جداً بالسلوك والتفكير، مما يجعله مكوّناً حيوي التأثير والتأثر في السلوك التواصلي بشكل عام، والسلوك التواصلي غير اللفظي بشكل خاص، لهذا نجد أن كثيراً من الدراسات التي اهتمت بموضوع التواصل غير اللفظي قد أوردت العلاقة الواضحة بين التواصل غير اللفظي ، والعواطف والمشاعر خاصة المشاعر الستة ذات الصبغة العالمية مثل: السعادة- الحزن- الخوف- الدهشة- القرف- الغضب، ولعل ما يبرز هذه العلاقة بين العواطف والمشاعر ، والتواصل ما قام به كل من V. Ciarrochi & P. Deane في بحثهم حول المكوّن العاطفي الذي عرّفه الباحثان بأنه القدرة على استقبال العواطفperceive emotions ، وعلى إدارة وتنظيم المشاعر المناسبة الشخصية manage self- relevant emotions، ومشاعر الآخرين بطريقة اجتماعية مقبولة.

ويذكر الباحثان مثلاً يجسّد هذا المفهوم هو قدرة الفرد على جعل الآخر يشعر بشكل أفضل عندما يكون على غير ما يرام، وقد اتضح من النتائج وجود علاقة دالة بين القدرات الثلاثة ، حيث وجدا أن الأقدر على تنظيم وإدارة مشاعر الآخر بطريقة اجتماعية مقبولة، أقدر على استقبال المشاعر والعواطف، وأن الأقدر على إدارة وتنظيم مشاعره الذاتية بطريقة اجتماعية مقبولة ، هو أقدر على إدارة وتنظيم مشاعر الآخر بطريقة اجتماعية مقبولة، وأقدر على استقبال العواطف والمشاعر(Ciarrochi & Deane 2001).

ويكون للإنصات الفعال من المستقبل أهمية كبرى في عملية التواصل، خاصة إذا كان ذلك المستقبل ذا سلطة ونفوذ، ويتمتع بمكانة عالية، ولا تختلف درجة تلك الأهمية باختلاف عمر وجنس المرسل، ففي دراسة قام بها كل من Arvay & Marshall حول الفروق بين المراهقين في تفسيرهم للاستماع، وجد الباحثان أنه لا توجد فروق بين الجنسين في مرحلة المراهقة حول ردود أفعالهم عندما لا يستمع المستقبل ذو السلطة لهم، حيث يشعر كلا الجنسين إزاء عدم الاستماع لهم بالعجز وقلة الحيلةPowerlessness على الرغم من اختلافهما(كلا الجنسين) في تفسيرهما لمعنى الاستماع(Marshall & Arvay 1999).

ويرى Keys وآخرون أن مهارة الاستماع إنما تتضمن:

(أ)- الانتباه إلى المرسل .

(ب)- تمييز مشاعره(المرسل) بالاستعانة بكل ما يصدر عنه من دلالات ورموز وإشارات لفظية وغير لفظية.

(ج) – الاستعانة بكل ما يصدر عن المرسل من سلوكيات لفظية وغير لفظية في مساعدته على إدراكه أن المستقبل قد استمع وأدرك المعنى الذي أرسله(Keys. et al،1990).

ترى الباحثة أن الإنصات الفعال عند المستقبل يرتبط بخاصية أخرى إيجابية هي اتفاق ما يفسره المستقبل وما يدركه مع المعنى الحقيقي الفعلي لإشارات وتعبيرات المرسل غير اللفظية.

فمعلوم أن لكل إنسان شخصية فريدة متميزة، تجعله يدرك ويحلل ويفسر بطريقة خاصة، فيضع لما يدركه "خارطة في ذهنه، ويرسم له حدوداً تختلف عن الحدود التي يرسمها غيره"(التكريتي ١٩٩٩: ٣١).

وبذلك يكون لكل إنسان عالمه الخاص الذي قد يتوافق مع العالم الفعلي بدرجة ما ، أو يختلف اختلافاً شديداً أو بسيطاً، ذلك أن هناك "ثلاثة عوامل تحد من إدراكنا للعالم ، وتقيده:الحواس- اللغة- المعتقدات والقيم"(التكريتي ١٩٩٩: ٣٢).

(٣)- شروط خاصة بالخبرة الحياتية المشتركة:

حيث تسهم زيادة درجات التشابه بين الخبرة الحياتية و"الأطر المرجعية والمحددات المعرفية"- كما تسميها الباحثة- لكل من المرسل والمستقبل في زيادة قدرة كل منهما على تفهم وفهم الآخر بكل ما تنطوي عليه شخصيته من مكونات نفسية وجسدية بما فيها من

حاجات وأفكار ومشاعر وميول وآراء وآلام وتوقعات وآمال...مما يساعد في رفع درجات تقبل كل منهما للآخر وتوقع سلوكيات الآخر ومواقفه وحاجاته و...المستقبلية، وبالتالي زيادة درجات رغبة كل منهما في نمو وسعادة الآخر وحرصه عليها، وهذه كلها عوامل فاعلة في تقليل فجوات التواصل التي قد تحدث في أي عملية تواصلية ، وكافية لتصحيح مسار أي عملية تواصلية تصحيحاً موجهاً نحو أعلى درجات النجاح المأمول منها، ومحققاً للأهداف المرغوبة منها عند كل من المرسل والمستقبل.

(٤)- شروط خاصة بالرسائل :

إذا صح للباحثة أن تسمي عملية التواصل غير اللفظي سلوكاً، فإن الرسالة هي الحافز لذلك السلوك المحدّد لشكله ونوعه. تتسم الرسائل التي يتم نقلها بواسطة الحركة والإيماءة والإشارة والابتسامة والنظر، وكل وسيلة تعبيرية أخرى غير لفظية بالخصوصية، ومن الرسائل ما يتم نقلها بقصد ، ومنها ما يتم دون قصد.

ويتلقى كل منا رسائل مختلفة وعديدة في كل حال من أحواله، سواء أكان بمفرده أو مع الآخرين .

ويكون التواصل فعالاً، عندما يستقبل المستقبل نفس الرسالة التي عناها المرسل بالضبط، وعندما تكون الرسائل(المعلومات التي يرسلها المرسل خلال عملية التواصل)غير اللفظية مفهومة ومسموعة ومتناسبة مع عمر وثقافة المستقبل (Hrumm 2001 , Surf &lynch 1999 , Brandt & Reece 1997).

(٥)- شروط خاصة بقنوات التواصل :

يمكن للرسائل أن تصل إلى المستقبل عبر قنوات عديدة ومختلفة: كالحواس المختلفة مثل : السمع، والنظر، والشم، واللمس، والتذوق....وتشير التجارب إلى أن لكل فرد قنوات معينة هي المفضلة في استقبال الرسائل.

ولعل تفضيل كل فرد لقنوات معينة من قنوات ووسائل التواصل- كما تعتقد الباحثة- يقدّم تفسيراً إضافياً معقولاً ومقبولاً لظاهرة اختلاف الأفراد في استقبالهم ، وتفسيرهم لنفس المثيرات والرسائل اللفظية وغير اللفظية التي يستقبلونها من نفس المرسل وفي نفس الموقف التواصلي التفاعلي، مما يؤدي إلى اختلافهم أيضاً في تأثرهم بما استقبلوه، واختلاف انطباعهم النهائي المتكون عمّا استقبلوه.

(٦)- شروط خاصة بالتغذية الراجعة:

تعرف الباحثة التغذية الراجعة في عملية التواصل بأنه ما يتلقاه المرسل من معلومات تفيد في معرفة تأثير ما أرسله على المستقبل، ودرجة توافق ما أدركه المستقبل منه، مع ما قصده المرسل بالفعل. وقد تكون التغذية الراجعة إيجابية Positive مشجعة المرسل على الاستمرار أو سلبيةNegative لا تدعم ما تم إرساله، ومقللة بالتالي من احتمال تكراره في المستقبل.

ولتواصل فعّال يجب أن يزود المستقبل بتغذية راجعة كافية تؤكد للمرسل بأن ما استقبله المستقبل هو نفسه ما قصده المرسل(Brandt& Reece 1997) .

وتعتقد الباحثة أن فاعلية رجع الصدى(التغذية الراجعة)- بكل أشكاله: إيجابياً أو سلبياً، داخلياً أو خارجياً- في عملية التواصل إنما تكمن في الواقع في ما يحدثه رجع الصدى من تأثير على الانطباع النهائي لدى كل من المرسل والمستقبل، وترى أن درجة ونوع ذلك الانطباع النهائي من أهم محدّدات نجاح وفاعلية عملية التواصل بكل أشكالها على اختلاف طرقها، واختلاف عدد وسمات شخصية وشخصيات المرسلين والمستقبلين فيها.

٤ - أنواع التواصل:

يمكن تقسيم التواصل من حيث اللغة المستخدمة إلى: التواصل اللفظي، والتواصل غير اللفظي .

أ- التواصل اللفظيVerbal communication:

ويقصد به كل أشكال التواصل التي يستخدم فيها الكلام اللفظي(اللغة المنطوقة) باعتباره أداة تفيد في تبادل الرسائل بين المرسل والمستقبل.

وعلى الرغم من أن بعض الباحثين قد يصنفون الصوت باعتباره أحد أشكال التواصل اللفظي، إلا أن أغلب الباحثين يصنفون الصوت بدلالاته الرمزية مثل: النبرة والسرعة والارتفاع والانخفاض والشدة والصمت.....باعتباره أحد أشكال التواصل غير اللفظي، وليس اللفظي. وقد اعتمدت الباحثة التصنيف الثاني للصوت باعتباره أحد أشكال التواصل غير اللفظي.

ب- التواصل غير اللفظي Nonverbal Communication:

(١)- مفهوم التواصل غير اللفظي :

يطلق عليه البعض اللغة الصامتةSilent Language (شقير ٢٠٠٢). وقد يسميه البعض باللغة غير المقطعية المتكونة من أصوات بسيطة...(عمارة ١٩٩٩).
ويقصد به كل أشكال التواصل الأخرى غير المعتمدة على اللغة المنطوقة الكلامية.

بينما يسميه "جلين ويلسون ٢٠٠٠" بلغة الجسدBody-Language ، ويعرفها بأنها "لغة تستخدم بشكل لاشعوري، وتعبّر عن الجوانب الأكثر حقيقية من ذواتنا، من مشاعرنا وانفعالاتنا وحاجاتنا واتجاهاتنا. وهذه اللغة هي الأكثر صعوبة في كتابتها ، لكنها ربما كانت هي الأكثر أهمية في العلاقات الشخصية المتبادلة فيما بيننا"(ويلسون٢٠٠٠: ١٦٧).

ويطلق عليه البعض اسم الإشارات غير اللفظية التي يعرفونها بأنها " ما هي إلا أشكال من المثيرات التي ترتبط بشكل مباشر بالأشياء التي تشير إليها (إسماعيل ١٩٩٥ : ٢٣٠).

ويرى البعض بأن التواصل غير اللفظي ما هو إلا مجموعة الإشارات التي تتألف من الأحداث أو الأشياء التي يتم عرضها بشكل فيزيائي مشيرة إما إلى الماضي مباشرة ، أو إلى المستقبل، ولكنها في كل الأحوال- وبشكل ثابت غير متغير- إشارات إلى شيء له أهمية كبيرة ودلالة هامة، فهي حتى عندما تشير إلى الماضي فإن معانيها مرتبطة بالمستقبل، والأهم من ذلك كله أن تلك الإشارات ليست هي المسؤولة عن نقل الرسالة ، إنما هي عملية التفسير التي تنقل الرسالة وتعطي للإشارة معانيها ودلالاتها، حيث يمكن أن يكمن الخطأ، فتعطي عملية التفسير معاني لتلك الدلالات مختلفة عن المعاني التي تحملها بالفعل، مشوهة بذلك المعاني الحقيقية بدلاً من أن تدعمها وتؤكدها(Aranguren 1967) .

وقد تفسر الباحثة ذلك التعريف الخاص بالإشارات غير اللفظية كونها إشارات إلى الماضي في حين أن معانيها مرتبطة بالمستقبل بأمثلة قد تخطر في بال أحدنا عندما يتذكر نظرات العيون الحزينة مثلاً، والتي تعبّر عن حالة الحزن التي ألمت بصاحبها منذ برهة أو لحظات أو مدة ماضية ليست بالقصيرة ، فهي بذلك إشارات إلى الماضي، لكن دلالاتها ومعانيها مرتبطة بالمستقبل حيث ترتبط معانيها عند من يستقبلها بحاجات المرسل وتأثير تلبيتها أو عدم تلبيتها عليه(والحاجات وتأثير تلبيتها أو عدم تلبيتها أمر مرتبط بالمستقبل لا الماضي).

وقد يرى البعض الآخر بأن التواصل غير اللفظي هو كل الرسائل الرمزيـــة الكاملـــة أو الناقصة، الفطرية والمتعلمة التي تؤثر الثقافة في تفسيرها(سيف الدين ١٩٩٦).

وقد يقسمه البعض الآخر إلى العلامات غير اللفظيةمثل(تعبيرات الوجه، نظرات العـــين، الابتسامة، الإيماءات، وأوضاع الرأس والجذع والأطـــراف، والجلســـة، وأوضـــاع الجســـم، وطريقة المشي...الخ) التي تصدر من المرسل ويختلف إدراك معناها وتفســـيرها بـــاختلاف المستقبل(السيد ١٩٩١).

ويطلق كل من Rhonda Brandt &Barry L. Reece على التواصل غيـــر اللفظـــي اسما آخر هو لغة الجسدBody Language ، ويصنفان كل رسالة يتم إيصالها دون كلمـــات باستخدام تعابير الوجه، ونغمة الصوت، والإيماءات، والمظهر، والوضعية(وضعية الجلـــوس أو الوقوف)، وغيرها ضمن فئـــة الرســـائل غيـــر اللفظيـــة((Brandt & Reece 1997) (Franzoi1996 .

وقد يضيف بعض الباحثين أشكالاً أخرى يتم عن طريقها إيصال الرسائل غير اللفظيـــة، غير المعتمدة على الكلام مثل: المسافة الشخصية، ونغمة الصوت ومعدل الكـــلام، ويتضـــمن أشكالاً تواصلية متعلقة بالثقافة مثل الوقت، والملابس،...((Aiken 2000)

ويطلق عليه إيفنس W.Evans بأنه المسافة الساحرة من الدراسة، والتي تهتم بـــالطرق العديدة التي يتواصل بها الناس وجهاً لوجه، ووظيفتها إما تعزيز الكلمـــات المنطوقـــة، أو أن تحل محلها، وتعمل على مستويين: إرادي، وغير إرادي، حيث يغلب الطابع اللاإرادي عليهـــا أكثر، فعلى سبيل المثال يمكن لصدمة مفاجئة أن تولّد سلوكيات غير لفظيـــة لاإراديـــة مثـــل بهتان في لون الوجه(اصفرار وشحوب)، عيـــون مفتوحـــة علـــى اتســـاعها، ارتخـــاء فـــي الفك..(Evans 1990) .

مصنفاً بذلك الاستجابات الفيزيولوجية الجسدية اللاإرادية ضمن أشكال وصور التواصـــل غير اللفظي.

وترى الباحثة أن التواصل غير اللفظي هو: ذلك الشكل من التواصل الإنساني الذي يـــتم عن طريقه إرسال واستقبال الرسائل المتبادلة بين المرسل والمستقبل عبر قنوات تواصل غير لفظي تعتمد على أي وسيلة تواصل متاحة أمام الجنس البشري فيما عدا الكلام ، وتتنوع تلـــك

الوسائل تنوعاً هائلاً ابتداءً من الإشارات والحركات البسيطة باستخدام أي جزء من الجسم، إلى الصوت بكل عناصره من: نغمة، وسرعة وبطء، ولحظات توقف، ونبرات، وارتفاع وانخفاض، والضحك والبكاء...إلى لغة العيون وتعبيرات الوجه، إلى التغيرات الجسمية البيولوجية كتغير لون البشرة، واحمرار الوجه، وتسارع معدّل ضربات القلب.. إلى الرقص والملابس والزينة.....تؤدّى تلك التعبيرات على مستوى الشعور أو اللاشعور على السواء، حيث تتم بشكل مقصود أحياناً، وبشكل غير مقصود أحياناً أغلب، ومنها ماهو فطري في الأغلب، ومنها ما هو مكتسب يخضع لتأثيرات الثقافة والبيئة والتعلم، وعلى الرغم من تكامل هذا الشكل من التواصل مع التواصل اللفظي، إلا أن تأثيره على الانطباع النهائي عند المستقبل وعلى المشاعر أقوى بكثير حيث تصل نسبة هذا التأثير إلى ٩٣% للتواصل غير اللفظي مقابل ٧% فقط للتواصل اللفظي، ذلك أن التواصل غير اللفظي هو المؤثر الفعال في العلاقات الإنسانية، فهو المحدّد الأهم لبناء العلاقة واستمرارها وتحديد درجة عمقها،ربما كان ذلك عائداً إلى خضوعه لتأثير اللاشعور وتعبيره التلقائي عن مشاعرنا وأفكارنا وكل ما نعايشه في نفس اللحظة وبنفس درجة عمق ما نعايشه.

وللتواصل غير اللفظي أشكالٌ مختلفة هي مثلاً: الملابس والأدوات(المقتنيات) Clothes and Artifacts ، حركات الجسم والإيماءاتBody Movement and Gesture ، وضع الجسم Body Posture ، سلوك الوجه والعينFace, and Eye Behavior ، سلوك اللمس Touching Behavior، التذوق والشمTaste and Smell، الفضاء(الحيز المكاني)Space، المسافة بين الأشخاص Personal Distancing، الزمنtime، نوعية الصوتVoice Quality، الخصائص المميزة للحديثSpeech Characteristics، الطقوس/ المراسم Rituals/ Ceremonies،نظام الحياة اليومية Daily Routines، التحيةGreetings – الوداع Good Bys –الغزل والمودة Court Ship – السخرية والتهكم، أدوات التجميل ، الرموز، الرقص، البروتوكولات الدبلوماسية، وشبه اللغة (أي نوعية الصوت والضحك والكحة..) ، والأثاث والمعمار، والرموز المعبّرة عن مكانة الإنسان، ورموز طريقة(خاصة باستخدام الوقت والمكان، مثل : ترتيب المتواصلين والأشياء حولهم مثل ترتيب جلوسهم، وتجاهل شخص نعرفه بطريقة متعمدة، طريقة المشي والوقوف وطريقة الجري والقفز والرقص والجلوس والانحناء والنوم، وطريقة الكلام (اللغة المصاحبة Paralanguage)والضحك والبكاء وطريقة التحية بسلام الأيدي، وطريقة التدخين، والتعبير بالكتابة أو الرسم أو حتى طريقة العزف على الآلات الموسيقية، وطريقة

العمل واللعب، وطريقة ارتداء الملابس، وأسلوب التزين، والجاذبية، والأزياء(أحمد ١٩٩٢، سيف الدين ١٩٩٦، شقير ٢٠٠٢، Brandt &Reece 1997, Hybels &Weaver1995 . Littlejohn 1992).

وهكذا تتعدد صور وأشكال التواصل غير اللفظي لتصل إلى أعداد وصور كثيرة جداً ، ذلك أن التواصل غير اللفظي- كما يؤكد على تعريفه معظم الباحثين- هو كل تواصل يتم بكل وسيلة ما عدا الكلام، أو هو كل رسالة يتم إيصالها بواسطة أي وسيلة تواصلية ما عدا اللغة بشكلها الكلامي فقط، وليس بشكلها الصوتي.

وفي ضوء نتائج الدراسة الاستطلاعية التي قامت بها الباحثة بهدف بناء بنود أداة البحث الخاص بمقياس التواصل غير اللفظي بين الزوجين ، فقد تبين أن أكثر أشكال التواصل غير اللفظي تكراراً واستخداماً، كما أكد عليها الأزواج في العينة ، والتي تم تبويبها في أربع فئات لأغراض التبسيط ولغايات البحث العلمي هي:

١- التواصل بالعين.

٢- تعبيرات الوجه .

٣- الصوت.

٤- حركات وتعبيرات الجسم .

وشمل **التواصل بالعين** (حسب إجابات واستجابات الأزواج في العينة) مثلاً كل ما يمكن أن تنقله العيون من مشاعر، فهناك عيون فيها تعاطف أو اهتمام أو قلق أو مشاركة أو فيها بريق ولمعان تعبيراً عن السعادة، أو عيون تعبر عن الحب والود أو الاحترام والثناء أو المساندة أو التطمين أو الرغبة بالمساعدة أو الرضا والتفاؤل أو المغازلة أو الانسجام أو الاعتذار والأسف أو الحنان أو المواساة، أو الهدوء أو الثقة أو الإلفة أو الرضا عن الذات وعن الشريك، أو فتور العواطف أو العتاب أو الغيرة أو الوله أو الشكر أو النفور أو الإحباط أو الاكتئاب أو الحزن أو الإعجاب أو قوة الإرادة أو الامتنان أو الخجل أو التقدير أو الارتياح أو خيبة الأمل.

وهناك نظرة مهدئة تمتص الغضب، وأخرى مراقبة ، وأخرى صادقة في التبرير،وأخرى هادئة، وأخرى مصالحة، وأخرى محدقة، وأخرى ملاحقة وأخرى يتطاير منها الشرر، وأخرى مباشرة وأخرى باردة أو متسائلة أو حزينة أو ثابتة حادة أو مؤنبة أو قلقة أو حزينة أو متكررة غاصة أو غريبة غير معتادة ،وهناك تجنب للنظر والنظر بعيداً ،

وغمز بالعيون ، وزور بالعيون(امتعاض بحركة العينين)، واتساع في العيون، ونظر من الرأس إلى أخمص القدمين باستهزاء ، وتبادل النظرات، والنظر بعمق، ونظرات الشوق ونظرات المغازلة، ونظرات يصعب تفسيرها، ونظرات اهتياج وثورة ونظرات موحية ونظرات جاذبة ونظرات قوية وواعدة وباسمة ومتقطعة وآسفة، ونظرات ذهب بريقها ، وهناك نظرة تمنح الشعور بالأمان والاستقرار، وأخرى تبسّط الأمور وتهونها، وأخرى فيها تجاهل، أو سخرية أو عتاب ولوم، أو اشمئزاز أو عنف أو تنبيه أو تهديد أو عصبية أو أمر أو لفت النظر، أو إطالة في النظر المباشر أو فيها نقد شديد أو قبول وإيجاب أو استشفاف لمشاعر الآخر أو تمني أو حيرة أو استغراب أو تشجيع أو احتواء أو موافقة ورغبة أو لامبالاة أو عناد ورفض أو تحدي أو إلحاح وإصرار.

وهناك عيون ذابلة متعبة، وأخرى باكية، وأخرى شاكية، وأخرى متسائلة، وأخرى تخفي شيئاً، وأخرى لا تستطيع النظر بثبات،و أخرى فيها تسبيل، وأخرى حانية ، وأخرى فيها شك ، وأخرى فيها خليط من المشاعر.

أما **تعبيرات الوجه** فقد كشفت البيانات المأخوذة من ملاحظة الأزواج وتقريرهم الذاتي عنها أنها تعبيرات عن المشاعر والأحوال السابقة نفسها التي تعبّر عنها العيون ، فهناك وجه يعبّر عن التعاطف وآخر عن المساندة العاطفية أو المساندة أو الاهتمام ، وهناك تعبيرات للوجه تؤكد إحساس صاحبه بواقع سعيد وتفاؤله بمستقبل مشرق ، وهناك تعبيرات عن الأسف ...وهناك أسارير منفرجة ووجه منبسط الأسارير، وتعبيرات عن الرضا والتسامح، وتعبيرات تشعر المستقبل بالأمان وتطمئنه أو تشعره بالاحتواء .... وهناك تعبيرات فيها هدوء وأخرى فيها حب، ووجه فيه ملامح تركيز أو انشغال، وهناك وجه مبتسم أو صادق في التبرير أو متسائل أو مرتاح، وهناك احمرار في الوجه تعبيراً عن الخجل أو الغضب أو الإحساس بالذنب، ووجه فيه ملامح الزهو والانتصار أو الاستعداد التام لتلبية رغبات المستقبل أو ملامح الامتنان للمستقبل وسعادة به، وهناك ابتسامة رضا وابتسامة عريضة وأخرى معبّرة عن الود والاحترام وأخرى باردة وأخرى خفيفة وأخرى مهدئة للنفس ومخففة للانفعال والتوتر السلبي، وابتسامة محيّرة وأخرى مبطنة وأخرى ذكية وأخرى ساخرة، وهناك وجه بشوش أو مبتهج أو حازم أو حزين أو عابس مكفهّر أو ممتعض أو ضاحك مستبشر، ووجه يشع دفئاً ويبوح بمشاعر الحب، ووجه مبتسم، ووجه مستنكر

ومستغرب ومستاء، ووجه ملتفت يمنة وشمالاً، ووجه ودود وآخر شاحب أو متوعد أو مندهش .

وهناك شفتان مضمومتان، والقبلة، وهناك تكشير ووجوم، وملامح تجنب وملامح رفض وهناك عض على الشفاه، وملامح خصام وهناك كز على الأسنان ،وهز للرأس تعبيراً عن الموافقة والتأكيد، وهناك المكياج، وملامح دلع أو شكر وانسجام عاطفي، وإدارة للوجه، وهناك ملامح تنبيه، وهناك اصفرار في الوجه، وتغير في لونه، وملامح إصرار في الوجه، وحواجب مشدودة، ووجه فيه مرونة وتقبل، ووجه كاشف للكذب، ووجه مقطب الجبين والحاجبين، وملامح العزة في الوجه، وملامح مشدودة، ووجه فيه جمود،وإطالة الذقن عند الرجل، ووجه فيه تشجيع.

أما **الصوت** فنجد أوصافاً له كما عبر عنها الأزواج مثل: صوت رخيم فيه مشاركة مع رغبة وحرص على تحسين مزاج المستقبل،وصوت فيه تعاطف.

وقد تم وصف الصوت بصفته تعبير عن الحالات الشعورية وغير الشعورية التي يعايشها المرسل كما يراها المستقبل، مثلها مثل الأوصاف التي أعطيت للعين والوجه والجسم، وبالتالي فالصوت يعبر مثلاً عن المشاركة والسرور والفرح والانسجام والاهتمام والتعاطف والمساندة أو الحب أو الاعتذار أو اللوم أو التفاؤل ،وهناك صوت مطمئن أو هادئ أو صامت أو شبه صامت ،وهناك نبرة اعتذار، وهناك إنصات، وتنهيدة مريحة وأخرى عميقة أو محببة، وهناك تجنب للحديث، وهناك همهمات وأصوات أخرى مثل :ام ام – آه آه –اخ اخ... وهناك صوت مازح، وهناك تنفيخ (إطلاق زفير قوي)، والصراخ، والمقاطعة في الحديث، وضحكة استهزاء أو سخرية أو غامضة، وهناك البكاء، وقلة الكلام ، وخروج الكلام بصعوبة، وضحكات متقطعة، وهناك صوت عالٍ أو رقيق أو معبّر عن الثقة أو حاني أو هادئ أو منخفض أو ناعم أو ضاحك أو فيه نبرة عطف أو ود أو دلع أو حيوية أو سخط أو سخرية أو تغير في النبرة أو نبرة باردة أو جادة أو حادة أو ناهرة أو آمرة أو ملحة أو نبرة لامبالاة أو انتصار أو رجاء أو شجن أو تحذير أو لوم أو استغراب أو تساؤل أو امتنان أو تأكيد أو أنانية أو ثقة أو استفزاز أو شراسة أو موافقة، أو صوت صادق أو طبيعي أو مرتفع أو حزين أو حسن(عذب) أو قوي .

أما **تعبيرات الجسم** : فيمكن أن يعبّر عن مشاعر المرسل، وعن تأثيرها على المستقبل كما في العين والوجه والصوت، وما أضافه الأزواج على وصفهم لتعبيرات الجسم هو: تربيت(ربت) على الكتف، انسجام في الحركات وتناغم، حيوية ونشاط في الحركات، حركات هادئة خالية من التوتر، وهناك لمسات حب وحنان، وحركات منكسرة، والاحتضان، وحركات مداعبة، والأناقة في اللباس، وهناك مسافات بعيدة أو قريبة، وحركات طبيعية ، وحركات تعبّر عن التراقص فرحاً، والتفات بكامل الجسد، وانسحاب، وإيماءات تعبيرية باليد أو الرأس ...، وحركات تجنب، وانصراف من المكان، والطقطقة في الأصابع، وحركات مشدودة، والانشغال عن المستقبل، والتعامل مع الأشياء بعنف أو لين، والعزلة، واسترخاء، ووضعيات خاصة بالجلوس أو الوقوف أو المشي ، فهناك مثلاً وضع اليد على الخصر وضرب الرجل بالأرض كوضعية وقوف معبّرة عن الأشياء، وتغطية الفم باليد، وتكتيف اليدين، وتحريك أصابع الرجل، وهز الرجل، وكسر الأشياء، ورمي الملابس بفوضة أو ترتيبهم، والتوجه بالجسم نحو المستقبل أو التوجه بعيداً عنه أو التوجه نحو الذات، وكثرة الالتفات، والجسم المتحفز، وهز اليدين، ووضع اليدين بشكل متشابك خلف الرأس، ولفتات سريعة، ووضع الرجل فوق الأخرى.

وقد صنفت الباحثة التعبيرات غير اللفظية الأخرى – كما ذكرها الأزواج وكما تمت ملاحظتها في شريط الفيديو الذي قامت الباحثة بتصويره، والذي نقل تفاعلات عدد من الأزواج والزوجات كما تجري في الحياة الواقعية اليومية بينما يناقشون موضوعات تمس حياتهم المشتركة، وتخص الفترة الحالية التي تم فيها التصوير– ضمن فئة أطلقت عليها اسم **تعبيرات غير لفظية أخرى** ومنها مثلاً: إكرام ضيوف الشريك، مساعدة الزوج لزوجته في أعمال البيت، الهدية،تقديم الطعام أو الشراب المفضل، رعاية الأولاد التدليل باسم محبب، المزاح، تجديدات في الشقة، التدخين بشكل متواصل أو كثرة التدخين وشرب القهوة، والعناية بالهندام واللياقة والشياكة، المكياج، قراءة كتاب أو مجلة أو أي شيئ آخر بغية الانشغال والهروب، تشغيل الكاسيت، تحضير الحلويات المفضلة، القيام بكل ما كان مؤجلاً، تنازل عن بعض الطلبات الاعتيادية تقديراً للظروف، توفير النقود، إهمال الواجبات، امتناع عن الطعام، المكافأة، إتقان العمل، رفض المشاركة بالطعام، رفض قراءة ما يرغب الشريك بقراءته، نسيان مواعيد هامة وأشياء يعتبرها الشريك هامة لاينبغي نسيانها، الخروج في مشوار.

٥ - أهمية التواصل والتواصل غير اللفظي:

إن دراسة موضوع التواصل، والوقوف على أشكاله المختلفة، وخاصة التواصل غير اللفظي – باعتباره الشكل الأكثر أهمية والأشد تأثيراً في العلاقات الإنسانية التواصلية – ومحاولة الوصول إلى فهم أعمق لهذا الموضوع وآلية عمله سعياً وراء العمل على تنمية السلوك التواصلي الصحي والصحيح، هي دراسة هامة جداً في كل الميادين التي تنطوي على العلاقات الإنسانية التي يهمنا أن تكون صحية سواء في المدرسة: بين الطلاب، وبين الطلاب والمدرسين والإدارة (١) ، أو في العيادات النفسية بين المعالج والمتعالج ، أو في الأسر بكل ما فيها من علاقات بين الأولاد، وبين الأولاد وكل من الأب والأم، وبين الزوجين كوحدة مستقلة تعتبر الأهم في سلسلة العلاقات كلها لأنها هي العامل الرئيس المؤثر فيها... ، أو في المعمل والمؤسسات الحكومية الإنتاجية بكل أنواعها ، أو في الجيش... وغيرها.

فلنجاح المعلم في مهنته لابد له من امتلاك مهارات التواصل، وهذا ما أكدته معظم الدراسات التي اهتمت بموضوع المعلم، ومهاراته، وأسس نجاحه، وإعداده وتأهيله.. (Hardy 1993) .

ولأن هناك نقصاً كبيراً وواضحاً في البحوث المقارنة حول التعبيرات غير اللفظية والتعبير بواسطة الوجه ، والنقص كبير أيضاً في تطوير طرائق مناسبة لقياس التعبيرات غير اللفظية(Ekman 1992) ، فإننا بحاجة ماسة إلى مزيد من البحث ، ومزيد من الدراسات، ومزيد من الفهم الذي يرقى إلى محاولات جادة في تطوير وابتكار أدوات قياس مناسبة لموضوع التواصل غير اللفظي الذي أجمع أغلب الباحثين على أهميته الحيوية في كل الميادين وعلى جميع الأصعدة الحياتية الإنسانية.

أ- أهمية التواصل غير اللفظي:

على الرغم من أهمية التواصل اللفظي كشكل من أشكال التواصل ، إلا أن التواصل غير اللفظي أكثر أهمية وخاصة حين ينقل المشاعر الحقيقية مهما بذل الشخص من جهود في محاولته إخفائها، ومهما استعمل لإخفائها من ألفاظ ... ذلك أنه يمكن لأي شخص التلاعب

---

(١) وعلى الرغم من وجود بعض الأبحاث الخاصة بموضوع التواصل والعلاقات الانسانية في علاقاتها بميادين مختلفة مثل المدرسة(ومنها على سبيل المثال بحث للدكتور حافظ فرج أحمد عام ١٩٨٣ بعنوان" العلاقات الانسانية وأثرها في رفع كفاءة الادارة المدرسية" وغيرها)، إلا أننا لازلنا بحاجة لمزيد من البحث في هذا الموضوع في علاقاته بكل الميادين الحياتية المرتبطة بالإنسان ككائن حي اجتماعي نشط.

بالألفاظ وانتقائها والتحكم في اختيارها ولفظها.. إلا أنه من الصعب جداً على أي شخص أن يتحكم بكل أشكال التواصل غير اللفظي مهما.حاول، لأنه ببساطة لن يستطيع التحكم بكل تلك الأشكال ، حتى لو استطاع التحكم بشكل أو أكثر منها، فلو استطاع التحكم في ابتسامته، أو عبوسه ، فإنه لن يستطيع التحكم بكل عضلات وجهه ، وصوته، وكل حركات جسمه وإيماءاته لتبدو متناسبة مع التعبيرات (الابتسامة أو العبوس مثلاً) التي قد يبدو أنه استطاع التحكم بها.

إن للتواصل غير اللفظي خصائص خاصة تميزه عن غيره من أشكال التواصل ، وتجعله أقوى تأثيراً في العلاقة والانطباع، حيث يصعب كبت التعبيرات غير اللفظية أو التحكم بها، مما يجعل تلك التعبيرات غير اللفظية سهلة الوصول إلى المستقبل تجعله أكثر قدرة على إدراكها إدراكاً دقيقاً (De Paulo 1992).

وقد أكد معظم الباحثين أن رسائلنا غير اللفظية تؤثر على الانطباع النهائي بما يعادل خمسة أضعاف ما تؤثر عليه رسائلنا اللفظية(روبنز ١٩٩٩، Harrison 1998 ، حنا داوود وآخرون ١٩٩١) ، وأن زيادة الوعي والإدراك والفهم للغة الجسد تحسّن مهارتنا التواصلية حيث تساعدنا في تواصل أكثر وضوحاً ودقة ومصداقية (Brandt& Reece 1997, Neill 1989 , M c Hugo.et al 1985).

تفترض الباحثة متفقة مع ما ذهبت إليه أغلب الدراسات التي اهتمت بالتواصل غير اللفظي وتعبيرات الوجه بأن هذه الخصائص المميزة للتواصل غير اللفظي(خاصة خاصية تلقائية الاستجابة غير اللفظية وعدم تأثرها بكل العوامل المؤثرة في الإدراك وفي كل استجابة مثل الخبرة السابقة وغيرها، بنفس درجة تأثرها بالموقف التواصلي الفعلي الجاري الذي تصبغه وتغلفه سلسلة استجابات غير لفظية لاإرادية الطابع في مجملها) هي التي تمنحه تلك الدرجة من قوة التأثير على الانطباع النهائي العاطفي الكلي.

إن للتواصل غير اللفظي درجة من قوة التأثير تصل إلى الدرجة التي تتحكم في العلاقات الإنسانية (Seddon& Pedrosa 1990) ، فتحدّد استمرارها أو انقطاعها .

تعتمد أشكال التواصل غير اللفظي على الحواس والأعضاء في الإرسال والاستقبال، ولايخفى ما لهذه الأعضاء من فائدة في اعتماد الكائن البشري عليها في كل إدراكاته وبناء

شخصيته التي تميز تفرد كل شخص عن آخر. حيث يعتمد التواصل غير اللفظي على العين والأذن واللمس والشم ...(Badcock 2000 ، صالح ١٩٩٤).

وتستطيع لغة الجسد(اللغة التواصلية غير اللفظية) أن تخبرنا بنمط شخصية المرسل، حيث يعتبر التواصل غير اللفظي ولغة الجسد بما فيها من إيماءات ووضعيات الجلوس والوقوف وتعابير الوجه وسرعة الكلام وبطئه وارتفاع الصوت وانخفاضه ومعدّل السرعة في الكلام...من أفضل الدلائل المعينة في تحديد النمط والتعرف إلى شخصية المرسل ، وبتركيزنا على اللغة التواصلية غير اللفظية فإننا لانهمل بالطبع اللغة التواصلية اللفظية، لكننا نعطي انتباهاً أكبر إلى اللغة التواصلية غير اللفظية بكل ما فيها من دلالات ومدلولات(Bolton&Bolton 1996).

ولأهمية اللغة التواصلية غير اللفظية في عكس المشاعر الداخلية، فإنها اللغة الأهم في العلاج النفسي (زيدان - دون تاريخ، الزعبي- دون تاريخ ، Tait 1999) .

٦ - وظائف (مهام) التواصل غير اللفظي:

أ- مهام خاصة بعلاقة التواصل غير اللفظي بالتواصل اللفظي:

عرض كل من Trenholm & Jensen (٢٠٠٠) وظائفاً ومهاماً أخرى للتواصل غير اللفظي، حُصِرَت في ثلاث نقاط هي (Trenholm & Jensen2000):

١- التعبير عن المعنى Expressing Meaning حيث يستخدم التواصل غير اللفظي غالباً للتعبير ولنقل مشاعرنا نحو الأشخاص الآخرين، ونقل رؤيتنا ووجهة نظرنا حول علاقتنا بهم، حيث نستطيع بواسطة التواصل غير اللفظي أن نعبّر عن مشاعر الحب (حيث يمكن لابتسامة أو لأي تعبير بالوجه أن ينقل تلك المشاعر)، وعن الحالة المزاجية الراهنة التي تعكس تقييمنا لأهمية علاقتنا مع الآخر، وعن حساسيتنا نحو الآخر والتي تعكس مدى ونوع وعينا وإدراكنا للآخر الذي نتواصل معه، كما تعكس درجة الانسجام التي نشعر بها نحوه.

٢- تعديل الرسائل اللفظية Modifying Verbal Messages رغم أنه يمكن لبعض التعبيرات غير اللفظية أن ترسل بوضوح المعنى دون حاجة معها إلى الكلام والتعبير اللفظي ليتم نقل المعنى بالشكلين التواصليين: اللفظي وغير اللفظي، إلاّ أن تعبيرات غير لفظية أخرى لابد أن تعمل في إطار موحّد متناسق مع الكلام ليتم نقل المعنى بدرجة الوضوح

المطلوبة، وفي هذه الحالة فإن وظيفة التواصل غير اللفظي في علاقته بالتواصل اللفظي هي أن يكمّل التواصل اللفظي أو يؤكده أو يكرره أو يعارضه ويناقضه أو يكون بديلاً عنه .

٣- تنظيم جريان (مجرى أو سياق) التفاعل Regulating the Flow of Interaction حيث ينظم التواصل غير اللفظي التواصل اللفظي(الكلام)، فعندما يتحدث شخصان، تكون مهمة التواصل غير اللفظي مثلاً هي تحديد أدوار المتكلمين، أو منع لحظات التوقف الطويلة، أو تغيير المواضيع، أو الإشارة إلى الوقت المناسب لإنهاء المحادثة .... وبتحديد أدق في التعبير وباستخدام اصطلاحات ومفاهيم اختصاصية، فإن وظيفة التواصل غير اللفظي هي ببساطة التنظيم والإشراف على التواصل، فهو يلعب دور المشرف على مهمة ما ليسهّل القيام بها على وجهها الصحيح.

ويتفق Argyle فيما عرضه حول وظائف التواصل غير اللفظي مع ما ذهب إليه أغلب الباحثين في تحديده لوظيفتين في إطار علاقة التواصل غير اللفظي بالتواصل اللفظي، هما:

١- إن التواصل غير اللفظي يدعم التواصل اللفظي.

٢- إن التواصل غير اللفظي يقوم بوظيفة بديل عن التواصل اللفظي. ويضيف Argyle وظيفة ثالثة هي أن التواصل غير اللفظي يوصل المواقف الشخصية والعواطف بطريقة أكثر فاعلية وذات تأثير أعمق من الطريقة ودرجة التأثير التي يمكن للتواصل اللفظي أن يقوم بها، وذلك بمعدّل خمسة أضعاف ما يمكن التواصل اللفظي أن يقوم به، حيث يتم إهمال وتجاهل أضعاف ما يمكن التواصل اللفظي أن يقوم به، حيث يتم إهمال وتجاهل الرسائل اللفظية في حال تعارضها مع الرسائل غير اللفظية، وذلك قد يعود إلى أن للتواصل غير اللفظي أساس بيولوجي يضمن استجابة غير لفظية عاطفية قوية وسريعة. وبينما يستعمل التواصل اللفظي لنقل المعلومات، يستعمل التواصل غير اللفظي لنقل المواقف الشخصية(Argyle 1972)

ربما تعود أفضلية التواصل غير اللفظي في قدرته على التعبير عن المشاعر بدقة أكبر من الدرجة التي يتم بها التعبير عن المشاعر لفظياً إلى حقيقة – كما يذكر A.Sondermann وآخرون – مفادها أن الناس عادة ما يقولون كلمات تعبّر عن أشياء مغايرة لما يشعرون به، حتى أصدق الناس منهم ، فقد يعبّر الناس بكلمات مناسبة للموقف الحالي، لا تعبّر بالضرورة عن حقيقة ما يعتقدون أو حقيقة قيمهم(Sondermann. et al 1970).

٧ – التواصل غير اللفظي بين الاكتساب والفطرة:

قد يختلف بعض المهتمين بالتواصل غير اللفظي في الوزن النسبي الذي يعطونه لتأثير كل من الفطرة، والثقافة (الاكتساب) على التواصل غير اللفظي، إلا أن أغلبهم – إن لم يكن جميعهم – يتفقون على تأثر التواصل غير اللفظي بكل من الفطرة ، والثقافة (الاكتساب) (ويلسون ٢٠٠٠ ، Ekman 1999 , Kraut &Johnston 1979) .

وتتفق الباحثة مع ما ذهب إليه أغلب الباحثين حول أن ذلك لا ينفي أيضاً تأثر التواصل غير اللفظي(وخاصة في مواقف التعبير غير اللفظي عن مشاعر مثل الخوف والاشمئزاز والدهشة والحنان والحب والحقد والسيطرة والغضب والفرح والألم والكره والحزن والجدية والسعادة والاطمئنان والاهتمام وقلة الصبر واليأس والبلاهة..) بعوامل الفطرة تأثراً يغلب تأثره بعوامل الاكتساب(مراد ١٩٦٦، دافيدوف ١٩٨٨، موراي ١٩٨٨، ياكو ١٩٩٩، روبن ١٩٩١، ويلسون ٢٠٠٠،Ekman 1993, Loftus& Weaver 2001 ، السيد ١٩٨٨ ، Ekman 1996, Loftus& Weaver 2001, Jensen&Trenholm2000، Bassili1979, Ekman 1997, Gallaher 1992, Ekman 1999, Costanzo 1992, Atwater 1983 , Kontar 1992 , Ekman.et al 1999 ، وايتساید ١٩٩٨)، حيث أنه لا يمكن لشخص أن يصطنع أو يخضع كل تعبيرات الوجه المرافقة لتلك الابتسامة المصطنعة مثلاً، و يخضع كل أشكال التواصل غير اللفظي التي لا يمكن لها إلا أن تعمل مجتمعة بشكل تكاملي بالضرورة لإرادته، فإن نجح الإنسان في رسم ابتسامة تتناسب مع متطلبات الموقف الاجتماعي، ولا تعبر عن حقيقة مشاعره، فلابد لأقاليم الوجه الأخرى (تعبيرات الوجه الأخرى) على الأقل أن تعبر عن حقيقة تلك المشاعر.

تعتقد الباحثة أن هذه النتائج تتفق مع ما يلاحظه كل منا في حياته الواقعية حيث يمكن لهذه النتائج أن تسمح لنا بتفسير قدرة الإنسان على تزييف أو اصطناع الابتسامة ورسم أي نوع من أنواعها بشكل إرادي رسماً متناسباً مع حاجات وأهداف حالية أو على المستوى البعيد للمرسل تتفق مع ما يتطلبه الموقف الاجتماعي، ولا تتفق بالضرورة مع حقيقة ما يعيشه المرسل من مشاعر.

وتلاحظ الباحثة أن هذه النتائج إن دلت على شيئ فإنما تدل على أن تكامل التعبيرات الوجهية المتنوعة وخضوعها لتأثير الفطرة هو ما يعطيها هذه الميزة حيث يجعل منها تعبيرات عما يعايشه الإنسان بالفعل، مما يؤكد أنها تعمل مجتمعة على مستوى اللاشعور

أكبر من تأثرها بمستوى الشعور والإرادة، خاصة أنها تعبير دقيق ومباشر عن الانفعالات الستة التي اتفق معظم الباحثين المهتمين بموضوع التواصل غير اللفظي على أنها انفعالات عالمية يتم التعبير عنها بأشكال وصور غير لفظية عالمية أيضاً، غير متأثرة بعوامل الثقافة والبيئة والاكتساب والتعلم.

وبالرغم من تأثر الثقافة على الاختلاف في أشكال التعبيرات غير اللفظية، ومدلولاتها، إلا أن ذلك لايتعارض مع تأثر تلك التعبيرات غير اللفظية، وتأثر دلالاتها بعوامل الفطرة التي تساهم في جعل بعضاً من تلك التعبيرات غير اللفظية ومدلولاتها متشابها بين كل الثقافات إلى درجة تكاد تصل إلى ما تسميه الباحثة درجة" التوحد في التعبيرات والدلالات" بمعنى أن هناك درجة تصبح عندها بعضا من التعبيرات غير اللفظية ومدلولاتها واحدة في كل الثقافات على اختلافها.

٨ - صعوبات البحث والقياس في موضوع التواصل غير اللفظي :

التواصل بين الأفراد بشكل عام ، والتواصل غير اللفظي بشكل خاص ليس عملية أحادية الوجهة وليست عملية بسيطة، فهي عملية معقدة ذات اتجاهات متبادلة مختلفة تحول المرسل إلى مستقبل، والمستقبل إلى مرسل عدة مرات في زمن قصير في أشكال دينامية مستمرة وفاعلة.

وكونه عملية معقدة ، فالتواصل بشكل عام، والتواصل غير اللفظي بشكل خاص يعتمد في نجاحه على عدد كبير من العوامل منها ما هو خاص بعناصر عملية التواصل غير اللفظي مثل المرسل والرسالة والمستقبل وغيره ، ومنها ما هو خاص بالمتواصلين وبنائهم النفسي وشخصياتهم، ومنها ما هو خاص بالبيئة المحيطة بهم بما فيها من مؤثرات اجتماعية ثقافية. فتعدد العوامل التي تجعل من عملية التواصل ناجحة أو غير ناجحة، يجعل عملية البحث فيها عملية صعبة ، كما يجعل من عملية قياسها أمراً أصعب.

ولا يقتصر الأمر على تعدد العوامل المساهمة في نجاح عملية التواصل أو فشلها، بل للتواصل بشكل عام ، والتواصل غير اللفظي بشكل خاص أشكالاً مختلفة وصوراً متباينة قد تتناوب في الظهور والعمل والتأثير عدة مرات، فمن التواصل بشكل عام ، والتواصل غير اللفظي بشكل خاص ما هو مقصود، ومنه ما هو غير مقصود، والمقصودية وعدم المقصودية في التواصل غير اللفظي بشكل خاص، لاتقتصر على المرسل، فالمستقبل أيضا قد تعمل عنده آليات وطرق وعوامل إعادة التشفير، والتحليل والتفسير لما أرسله المرسل

بطرق واعية أو غير واعية ، وهذا يعني أن كلاً من المرسل والمستقبل قد يتأثر فيرسل ويستقبل تحت مستوى اللاشعور بشكل مستقل عن تأثير الإرادة ، الأمر الذي يستدعي مراقباً خارجياً مدرباً تدريباً عالياً لملاحظة تلك السلوكيات غير اللفظية المتبادلة تمهيدا لدراستها دراسة علمية، ووصولاً إلى فهم أفضل لآلية تأثير هذه السلوكيات وآلية حدوثها وتفسيرها..

وللتواصل غير اللفظي قنوات كثيرة وأشكال مختلفة منها ما يتم بالعين، ومنها ما يتم بالجسد ، والوجه، والصوت ، وحتى الملابس.... تعمل هذه الأشكال بشكل متكامل تكاملاً يصعب معه الفصل والتبسيط، مما يجعل من القياس الكمي والنوعي أمراً صعباً للغاية.

لا تتكامل هذه الأشكال المختلفة من أشكال التواصل غير اللفظي مع بعضها فقط، بل تتكامل مع التواصل اللفظي أيضاً، مما يزيد من صعوبة الفصل لغايات التبسيط والعزل المساعد في القياس .

وليس للغة غير اللفظية أبجدية نقوم عن طريقها بقراءتها، كما أنه ليس لهذه اللغة قواعد ثابتة تساعد في عملية فهم رسائلها، أضف إلى ذلك كله طابع الخصوصية التي يتميز به موضوع التواصل غير اللفظي، وجوانب الحساسية التي تفرضها دراسته بسبب قدرة التواصل غير اللفظي- كما ذكرنا مراراً- على كشف الذات وعكس المشاعر والأفكار التي يعانيها المرسل ويعايشها.

وهذا ما عبر عنهW. Evans عندما ذكر في كتابه" People, Communication and Organizations 1990" "الناس، التواصل، والمنظمات ١٩٩٠ " أن دراسة الطريقة التي يتواصل بها الناس بشكل غير لفظي هي أشبه ما تكون بالطريقة التي تصل فيها إلى منطقة أسفل الحزام(Evans 1990) تعبيراً عن درجة الحساسية والخصوصية التي تميز دراسة موضوع التواصل غير اللفظي.

تسهم كل هذه العوامل المذكورة في تعقيد عملية التواصل بشكل عام، والتواصل غير اللفظي بشكل خاص، ولعل هذا ما جعل المحاولات المبذولة في قياس عملية التفاعل القائمة على عملية التواصل تقتصر على بعض الجوانب في العملية ، ولم نجد طريقة واحدة من الطرق المستخدمة لقياس عملية التفاعل قد تم فيها الجمع بين أكثر من جانب بحيث يتم فيها تغطية كل جوانب عملية التفاعل والتواصل متعددة الجوانب ، وبتغطية سريعة لهذه الطرق، فإننا سنجد منها ما اعتمدت على التركيز على خصائص التواصل الاجتماعي أثناء عملية

التفاعل، والتي – على الرغم من امتيازها بالموضوعية العالية والثبات العالي – إلا أنه تم فيها التغاضي عن محتوى التفاعل. وسنجد من الطرق ما تم فيها الاهتمام بقياس محتوى التفاعل الاجتماعي حيث يتم فيها الاعتماد على المحتوى الظاهر لكل فعل، ويتم بذلك إهمال الجوانب العميقة في عملية التفاعل، ويتم الاقتصار على قياس جوانب معينة محدّدة من جوانب عملية التواصل، بحيث لا يتم تغطية كل جوانب العملية. ومنها ما تم فيها العناية بقياس قصد التفاعل الاجتماعي، حيث يتم من خلالها قياس أنماط السلوك التفاعلي القصدي ودوافعه، فتهمل بذلك كل جوانب عملية التفاعل لتقصرها على السلوك القصدي فقط.

ومنها ما تم فيها العناية بقياس وظيفة التفاعل الاجتماعي التي تهتم فقط بتحديد وظيفة السلوك التفاعلي لكل فرد في الجماعة خلال عملية التفاعل في ضوء وظيفة هذا السلوك للجماعة(زهران ١٩٨٤).

ثانياً : التوافق الزواجي:

مقدمة:

يعتبر مفهوم التوافق من المفاهيم الهامة المركزية في علم النفس والصحة النفسية بشكل خاص، ويتمثل التوافق النفسي في قدرة الفرد على إقامة علاقات مثمرة وممتعة تمكنه من الحصول على أفضل إشباع لحاجاته مع أفضل درجات التوازن بينها وبين متطلبات المجتمع (سعد ١٩٩٨، جابر ١٩٨٦). وهو من أهم مظاهر الصحة النفسية وأهم أهداف علم الصحة النفسية، حيث يتميز المتوافقون نفسياً بقدراتهم على خفض التوتر الفاعل في زيادة قيمة الذات(جبر ١٩٩٦). ولكل فرد درجة من درجات التوافق تتدرج على متصل(عبد الله ١٩٩٦).

ويمكن أن يكون التوافق النفسي توافقاً شخصياً أو اجتماعياً أو مهنياً أو أسرياً أو انفعالياً أو زواجياً .

والتوافق الزواجي مصطلح حيوي وهام لأنه أساس الاستقرار الأسري، كما أنه يؤثر ويتأثر بالتوافق النفسي لكل من الزوجين، ونحن بحاجة إلى مزيد من البحوث والدراسات الجديدة حوله.

وينطوي مفهوم التوافق الزواجي(المرادف لمصطلحات أخرى، مثل: النجاح الزواجي، والسعادة الزوجية، والرضا الزواجي، والتكيف الزواجي..) على درجة مرضية من الانسجام والرضا والسعادة والاتفاق والتواؤم والحب المتبادل يحققها الزوجان في علاقتهما الزوجية كافية لتساعدهما على التغلب على ما يمكن أن يعترض طريق سعادتهما طيلة زواجهما، وكافية لتشكيل نظرة مشتركة من كليهما إلى الخارج،تسمح بدقة عالية في تنبؤ كل منهما بوجهة نظر الآخر، وفي إدراكه للآخر ولكل حاجاته وتوقعاته ومشاعره ومواقفه وآرائه، بهدف تنمية كل منهما لسعادة ونمو الآخر(صالح ٢٠٠١، عبد المعطي ١٩٩١، بدر ١٩٩٥، حسن ٢٠٠٠، سعود ١٩٩٩، طلبة ٢٠٠١، الخولي ١٩٧٧، عبد المعطي&دسوقي ١٩٩٣، جورارد ١٩٦٢؟، هدية ١٩٩٨، حبيب ١٩٨٣، فرجاني ١٩٨٩، فرجاني ١٩٩٠، Long 1990 ، هاريس ١٩٩٢، صادق وأبو حطب ١٩٩٥).

ويتضح للباحثة أن التوافق الزواجي هو سلوك كل من الزوجين سلوكاً قصدياً شعورياً إرادياً هادفاً إلى تحقيق أعلى درجات النمو والنضج والسعادة عند الآخر ، داعماً ومعززاً لتشكيل أنماط سلوكية متبادلة مشابهة عند الآخر.

وهو الإحساس بالرضا عن الذات وعن الشريك (حيث يحب كل من الزوجين الآخر ويرضى عنه أكثر مما لا يرضى على الرغم من وجود ما لا يرضى عنه) ، يتجسد في حرص كلا الطرفين على حل الصراعات والمشكلات المادية والاجتماعية والصحية والنفسية ... والخلافات بطرق تضمن تجنب حدوثها وتقليل احتمالات تكرارها في المستقبل وتخفيف شدة تأثيراتها السلبية ، كما يتجسد في تبادل مشاعر الحب والتقبل وحرص كل من الزوجين على تحقيق توقعات وآمال الآخر في الزواج نفسه، وفي الحياة بشكل عام، وفي تحقيق درجة مرضية من الاتفاق النسبي والتقارب في تحديد الأولويات وترتيب الحاجات، وفي التفضيلات والأنشطة المألوفة والمرغوبة والميول والاهتمامات والعادات والآراء ... ويتجسد كذلك في تقارب كل من الزوجين في قدراتهما على تحمل مسؤوليات الزواج وعلى التواؤم مع الحياة المشتركة الجديدة بكل متطلباتها ومع الآخر ككيان متفرد، وعلى إشباع حاجات كل منهما ولعل أهمها الحاجة الجنسية – الحاجة إلى الأمن – الحاجة إلى الحب (أن تحب وتكون محبوباً) والحنان، وعلى التعبير عن المشاعر والانفعالات في الوقت والطريقة المناسبين، وتتمثل نتائج هذا التقارب والاتفاق في إحساس كل من الزوجين بدرجة مقبولة من الرضا عن الذات وعن الشريك وعن العلاقة المعزز بعلاقات تواصلية تبادلية مشبعة لحاجات الطرفين

إلى القبول و الحب والأمان والتسامح .... وللحاجات النفسية والاجتماعية الجسمية الأخرى.... .

ويعتبر التوافق الزواجي أحد أهم أنواع التوافق المدروسة، والتي نحتاج إلى مزيد من البحث الهادف إلى فهم أفضل لأسباب وعوامل التوافق، أو الخلافات الزوجية سعياً نحو تنمية البرامج الفاعلة لحل المشاكل والخلافات الزوجية باعتبارها أكثر المشكلات تأثيراً على المجتمع وسلامته، لما للزوجين والأسرة بكل علاقاتها ووظائفها من دور لا ينكره أحد على كل فرد من أفراد الأسرة وعلى علاقاته ...

ولعله أصبح معروفاً الآن أن أكثر رواد المعالجين النفسيين ومراكز الإرشاد النفسي هم أزواج يعانون من مشكلات زواجية ....

كما أنه بات معروفاً الآن أن صحة الفرد النفسية قائمة بالأساس على الأسرة ومحورها الأساسي (الوالدان) بما فيها من ظروف تنشئة ورعاية، وعلاقات وتفاعلات... ولا يمكن أن تكون بيئة الأسرة سوية وقادرة على تأدية وظائفها على أكمل وجه دون أن يكون هناك توافق زواجي ورضا وسعادة زوجية.

١ - عوامل التوافق الزواجي :

نظراً لأن التوافق الزواجي قائم على علاقة بين شخصيتين ، لكل منهما نمط خاص وبناء فريد متأثر بكل عناصر الماضي وما فيه من تأثيرات على هذا البناء ، ومتميز بتكوينات نفسية، واجتماعية، وعاطفية، ووجدانية، وبيولوجية، وعقلية....فريدة، فإن حياة تجمع هذين الشخصين يسعى كل منهما أن تكون حياة طويلة مهيئة لسبل السعادة والرضا والمواءمة والتوافق وإشباع الحاجات ، وقادرة على تجاوز العوائق والمشكلات التي يمكن أن تصادفها، لا يمكن تحديد عوامل أكيدة تساهم في خلقها، ذلك أن كلاً من الزوج والزوجة بطبيعتهما الإنسانية لا يمكن إلا أن يتغيرا، فتتغير حاجاتهما، وتتغير مصادر وعوامل الإشباع، والقدرات، وطرق المعالجة، وطاقات الاحتمال ..الخ.

لذلك فإنه يمكن وضع افتراضات مبدئية لتحقيق درجات مرضية من التوافق الزواجي لكلا الزوجين ، طيلة فترة الزواج، يمكن إيراد بعضها :

أ- عوامل التشابه والتكامل بين الزوجين :

هناك آراء وافتراضات مختلفة حول عوامل التشابه والتكامل التي تساعد على التوافق الزواجي، وعلى الرغم من قلة البحوث التي اهتمت بدراسة هذه العوامل في علاقتها بالتوافق الزواجي، فقد اختلفت نتائج البحوث، كما اختلفت الآراء والافتراضات في الصفات والسمات والمتغيرات النفسية والشخصية والديموغرافية و .... الخ الأخرى التي يفضل أن يتشابه أو يتكامل بها الزوجان ليتم لهما الوصول إلى درجة مقبولة من التوافق الزواجي.

فقد يرى البعض أهمية تشابه الناس الذين يدخلون في أية علاقة في الاتجاهات والشخصية والتحصيل الدراسي والظروف الأسرية والديانة والمشاركة الاجتماعية والعادات الاجتماعية،وأهمية تكاملهم في الحاجات النفسية(مصطفى٢٠٠٠).

وقد يرى البعض أفضلية تشابه الزوجين في الاهتمامات والاتجاهات وخاصة اتجاهاتهما الإيجابية نحو الزواج استناداً إلى العلاقة الزوجية بين والديهما والسمات الشخصية وظروف التنشئة الوالدية المعتدلة في الصرامة ومشاعر الحب التي يحملها كل منهما نحو الآخر ، ودرجة استعداد كل منهما للقيام بواجباته الزواجية على نحو كفء، ودرجات المرونة والتلقائية التي يتسم بها كل منهما في علاقاتهما التواصلية مع بعض ودرجات التوافق الجنسي عند كل منهما، وأفضلية تكاملهما في بعض السمات مثل السيطرة / الخضوع (حسن ٢٠٠٠).

بينما يرى آخرون أهمية تشابه الزوجين في الخصائص الاجتماعية والشخصية ، وخاصة في الدين والمستوى الاقتصادي والاجتماعي والعمر والمستوى التعليمي والقيم والنظرة إلى العالم وفلسفة الحياة (صادق و أبو حطب ١٩٩٥ ، طلبة ٢٠٠١) .

وقد يكون التكامل بين الزوجين أفضل في بعض الخصائص النفسية والشخصية مثل: التسامح مقابل التشدد، بينما يكون التكامل واجباً في الأدوار (صادق و أبو حطب ١٩٩٥).

ويفضل التشابه في القيم والاهتمامات، وتبادل مشاعر الحب والرضا الجنسي والقدرة على إيجاد تقنيات وقواعد مريحة لحل المشكلات وتبادل التواصل التلقائي وفي الخلفية الاجتماعية والبيئة الفيزيائية الداعمة (coleman 1969) .

وقد بينت نتائج بعض الدراسات وجود غلاقة إيجابية بين الرضا الزواجي، وبين تكامل الزوجين في الحاجات (lipetz . et al 1970)، مما قد يؤكد أفضلية تكامل الزوجين في حاجاتهما (أو على الأقل في بعض من حاجاتهما) في تحقيق التوافق الزواجي والرضا الزواجي .

وأكدت نتائج دراسات أخرى لبعض الباحثين مثل David Buss أهمية التشابه بين الزوجين وأفضليته لتحقيق الجاذبية بينهما، والتي أوضحت أن التكامل عامل هام للجاذبية ، لكنه ليس ضرورياً بين الزوجين على وجه الخصوص، حيث يميل الأفراد إلى الزواج ممن يتشابهون معهم في أغلب المتغيرات مثل : العمر، الثقافة،الجنس (العرق)، الدين، المواقف، الآراء، القدرات العقلية، المستوى الاقتصادي الاجتماعي، الوزن، الطول، وحتى لون العيون... (Seal 1997) .

ولعل خير من بحث في موضوع التكامل والتشابه بين الزوجين في علاقته بالتوافق الزواجي (Eric 1989) الذي عرض رأي أغلب الباحثين المهتمين بموضوع التكامل والتشابه بين الزوجين الذين يرون بأن التشابه بين الأشخاص يخلق ما أسموه " حقل من المؤهلات " " field of eligibles " الذي يتم منه اختيار شريك الحياة، ومن هذا الحقل يختار الإنسان من يتكامل معه في الحاجات ليكون شريكاً لحياته وهناك نوعان من الحاجات التي يحتاج الإنسان أن تتكامل معها حاجات شريك حياته ، وهي :

١- حاجات مختلفة في مستوى حدتها وقوتها، مثل أن يكون لأحد الزوجين حاجة عالية شديدة القوة إلى السيطرة، بينما تكون حاجة الآخر للسيطرة منخفضة الشدة .

٢- حاجات مختلفة في النمط ومتشابهة في الشدة، كأن يكون لأحد الزوجين حاجة قوية الشدة إلى الرعاية، بينما يكون للآخر حاجة ماسة قوية الشدة إلى الإعانة والمساندة النفسية .

وبذلك يتفق Eric مع أغلب الباحثين الذين يرون أفضلية تكامل الزوجين في الحاجات، محدداً نوع ذلك التكامل في فئتين أساسيتين هما :

التكامل في شدة الحاجة نفسها – والتكامل في نمط الحاجة على أن تكون من نفس الشدة (متشابهة في الحدة والقوة)، ويتفق Eric أيضاً مع أغلب الباحثين الذين حبذوا تشابه الزوجين، ذلك أن التشابه في الشخصية من أهم المحددات التي على أساسها يتم الانجذاب واختيار شريك الحياة .

ويرى بعض الباحثين أن تحديد أفضلية تشابه الزوجين في بعض الأمور يتأثر بالثقافة، حيث يلعب مثلاً التماثل العرقي في الولايات المتحدة الأمريكية دوراً هاماً في اختيار شريك الحياة، بينما يلعب التماثل في الدين وفى المستوى الاقتصادي والاجتماعي والتعليمي وفي القيم في المجتمعات العربية والإسلامية دوراً رئيسياً (صادق و أبو حطب ١٩٩٥) .

تتفق الباحثة مع وجهة النظر التي تقول بتأثير الثقافة في تحديد أفضليات التشابه والتكامل بين الزوجين، ولكنها ترى أن هناك عوامل أخرى عديدة تتدخل في تحديد تلك الأفضليات متداخلة مع عوامل التوافق الزواجي، ومع عوامل تفرد الشخصية والعلاقة .

وهي تتفق مع ما تم عرضه من آراء إجمالاً حول أهمية تشابه الزوجين في بعض الجوانب، وأهمية تكاملهما في جوانب أخرى، وإن كان من الصعب تحديد هذه الجوانب بصفة عامة دون القيام بدراسات معمقة تستخدم كل أدوات البحث العلمي الممكنة من ملاحظة ومقابلة، ودراسة حالة، ومقاييس ... وحتى في ضوء نتائج تلك الدراسات الموثوقة النتائج، ومهما تعددت تلك الدراسات والبحوث، فإننا لا نستطيع أن نجزم بتحديد تلك الجوانب لأنها تخضع أكثر لتفرد كل شخصية، وتفرد كل علاقة زوجية، ولأن العلاقة الزوجية والتفاعل الزواجي تحكمه عوامل عديدة متفاوتة في شدة التأثير ... وتحكمه بصورة أساسية وجوهرية عاطفة من أبسط وأعقد العواطف وهي الحب والانسجام الروحي الذي لم يخضع حتى الآن لدراسة عملية تحليلية معمقة .

ب- عوامل ما قبل الزواج (عوامل الاستعداد والإعداد للزواج) :

قد يتناول الباحثون عوامل الزواج بطرق مختلفة، ويمكن عرض بعضاً من العوامل المذكورة التي تندرج تحت اسم : عوامل ما قبل الزواج : (طلبة ٢٠٠١ ، صادق و أبو حطب ١٩٩٥ ، جرجس ١٩٦١ ، بنا ١٩٧٦ ، Coleman 1969، Dunlap 1946 ، Green 1978، goldenberg &goldenberg 2002، I vey. et al. 2000) . ومنها مثلاً :

١- الاستعداد النفسي والمادي الملائم لتحمل مسؤوليات الزواج (goldenberg &goldenberg 2002) .

٢- تناسب الزوجين في السن المناسبة للزواج (Coleman 1969، Dunlap 1946، I vey .et al 2000) .

٣- الاختيار الموفق على أسس واضحة وسليمة لكل من الزوجين .

٤- الحب المتبادل المبني على نضج انفعالي عند كل من الزوجين ، قوامه انجذاب متبادل على المستوى العاطفي الروحي، والعقلي الفكري، والجسمي، ويعززه نماذج الاستجابة المتبادلة القائمة على التفاهم والصداقة .

٥- النضج الاجتماعي عند كل من الزوجين بما فيه من قدرات على التواصل والتفاعل الإيجابي اللفظي وغير اللفظي، وعلى إقامة علاقات فاعلة صحية، وفهم الذات وتقبلها وتقديرها، والاستقلال الذاتي، وتحمل المسؤوليات، ومراعاة الواجبات والحقوق .....

٦- التكافؤ في الصحة النفسية والجسمية وتكامل بعض الحاجات مثل السيطرة والخضوع ، وتكافؤ في حاجات أخرى مثل الجنس، وتكافؤ القيم والعادات والميول والمستوى الاجتماعي والاقتصادي والثقافي والفكري والسن تكافؤاً أقرب إلى التقارب في مفهومه، والتجانس في الطول والوزن ، والتكافؤ في الدين عقيدة وممارسة .

٧- النضج الانفعالي المميز للشخصية السوية غير العصابية لكل من الجنسين ، حيث أنه غالباً ما يؤثر الاضطراب النفسي عند أحد الزوجين أو كلاهما في اختيار شريك الحياة ، ذلك الاضطراب الناشئ عادة بسبب علاقة الطفل بوالديه، وعلى الأخص أمه ، خصوصاً في السنتين الأوليتين من العمر، حيث تكون هذه العلاقة -القائمة في أساسها على التواصل غير اللفظي- أهم العلاقات على مدى سنوات العمر كله، فإذا وجدت الحلول السوية للصراعات التي يمكن أن تحدث خلال مراحل النمو، وخاصة في السنتين الأوليتين ، كانت العلاقة مع الأم سوية، وبالتالي كانت علاقاته وشخصيته سوية على امتداد سنوات العمر، وكان اختيار شريك الحياة قائماً على أسس سوية وسليمة وليس على أساس من قدرة الشريك على تلبية الحاجات اللاشعورية ، مما يضمن درجة تنبؤ بالتوافق الزواجي في المستقبل (جرجس ١٩٦١ ، بنا ١٩٧٦) .

٨- تاريخ كل من الزوجين الماضي الخاص بالعلاقات الأسرية الصحية(بنا١٩٧٦).

٩- الانسجام في الاهتمامات الاجتماعية والديانة (بنا ١٩٧٦) والأفكار والمعتقدات.

١٠- قدرة كل من الزوجين على تكييف نفسه مع الحياة الزوجية الجديدة في سماتها، ومطالبها، وطبيعتها ...، ومع الشريك باعتباره شخصية فريدة، وهذا يعتمد على درجة التبادل في معرفة كل منهما، ودرجة الانسجام المتبادل في الحاجات والرغبات والتوقعات، وسعي كل منهما لإشباع حاجات الآخر، ومطالب الآخر من الشريك ومن العلاقة الزوجية، والتوافق المتبادل مع المشاكل الزوجية بالطرق التي تحافظ على استقرار الحياة الزوجية التي توحد الزوجين في نسق نفسي جسمي واحد (Green 1978) .

ج- عوامل ما بعد الزواج :

ويمكن إجمال ما عرضه بعض الباحثين من هذه العوامل فيما يلي :

(طلبة ٢٠٠١ ، صادق و أبو حطب ١٩٩٥، Dunlap 1946 ، Bernard 1951 ، أبو العينين ١٩٩٩ ، Seal 1997 ، Weingarten 1997 ، Deal .et al 1999، Gottman & Levenson 1999 ، Lebow 1999 ، Rogge & Bradbury 1999، Noller 1980).

١-إشباع الحاجات الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية عند كل من الزوجين، ولعل الحاجة إلى أن تكون محبوبا وأن تحب أهمها على الإطلاق (Bernard 1951).

٢-قدرات تفهم كل منهما للآخر وقبول عيوبه والتعايش معها على أسس من تبادل الاحترام والتقدير، وحسن العشرة والتسامح والثقة والمكاشفة وإسقاط الأقنعة والتضحية، مع شيء من الإيثار .

٣-النضج الاجتماعي عند كل من الزوجين والذي يشتمل على فهم الذات وتقبلها وتقديرها ، والاستقلال الذاتي ، والنجاح في القيام بالدور الزواجي بما يتناسب مع توقعات الآخر وآماله، وتحمل مسؤولية الشريك والأولاد ، والقدرة على إقامة علاقات اجتماعية صحية ، والقدرة على التواصل والتفاعل الإيجابي اللفظي وغير اللفظي ، ومراعاة الواجبات والحقوق...

٤- تجانس الزوجين في نمو كل منهما ونضج وارتقاء الشخصية ، والمشاركة النفسية.

٥- الرغبة المتبادلة في إظهار الأسرار الشخصية لشريك الحياة ، وعلى إظهار العاطفة وعلى التواصل بشكل صريح وأمين .

٦- مراعاة كل من الزوجين لحرية الآخر ليشبع حاجاته الاستقلالية وحاجاته إلى الخصوصية، وبذلك يساعد كل منهما الآخر على تحقيق التوازن بين الحاجتين المتناقضتين : الحاجة إلى الاستقلال والحاجة إلى التواصل ، الحاجة إلى الحميمية والحاجة إلى مراعاة الحيز النفسي الذي يتخذه كل إنسان في كل علاقاته حتى أقواها وأعمقها ، ويدخل ضمن هذا الإطار مراعاة كل شريك ومعرفته لواجباته وحقوقه والالتزام بها ، فلا يثقل أحدهما الآخر بكل همومه ومشاكله فيلقي بها على عاتقه وكأنه وحده المسؤول ولا مسؤولية على الآخر، ولا تحاول الزوجة مثلاً معرفة كل أسرار زوجها ، فتقرأ كل رسائله وتفتش له جيوبه، وتطلب منه سرداً تفصيلياً يومياً عن كل ثانية قضاها بعيداً عن المنزل أو في المنزل بعيداً عن نظرها وسمعها ، فتقتحم بذلك خصوصيته ولا تسمح له بالتنفس بعيداً عنها ودون علمها،

وبالمقابل الزوج أيضاً يجب أن يراعي خصوصية زوجته فيسمح لها بقدر من الراحة وقدر من الاستقلالية والخصوصية في حدود يتفق عليها كلا الطرفين (Dunlap 1946).

٧- معالجة مشاكل وقضايا الأسرة على مستوى الزوجين(فيما بين الزوجين) بالدرجة الأولى، والحد من تدخل الآخرين حتى أقرب المقربين كالوالدين (Dunlap1946).

٨- تبادل كل من الزوجين في رغبتهما وحرصهما على تحقيق درجة مرضية من التوافق الزواجي والرضا الزواجي الذي يدوم ويستمر، مع قدرة كل منهما على الإيفاء بمطالب هذه الرغبة المشتركة من استمرار في المحاولات والجهود الرامية إلى الإيفاء بكل مطالب هذه الرغبة، وتمتع كل منهما بدرجة من المرونة كافية لتغيير هذه الجهود والمحاولات تغييراً متناسباً مع التغيرات المستمرة التي تفرضها طبيعة الحياة وظروفها ، وطبيعة الشخصية وتركيباتها ومطالبها ...(Bernard 1951 ، Seal 1997).

٩-عدم تأثر العلاقة الزوجية بمتطلبات الأمومة والأبوة ، بمعنى قدرة كل من الزوجين على الإيفاء بمتطلبات أدواره الزوجية والوالدية على أحسن وجه دون أن يؤثر دور على دور آخر (أبو العينين ١٩٩٩) ، فقد أكدت نتائج بعض البحوث أن وجود الطفل عامل مؤثر في التفاعل بين الزوجين (Deal. et al 1999) .

١٠-غياب السلطة الذكورية المبالغ فيها والمعيقة للتوافق الزواجي، والمقصود فيها تسلط الرجل في العلاقة الزوجية على كل المستويات (Weingarten 1997) تسلطاً لا مبرر له ولا فائدة منه، تسلطاً معيقاً لتوزيع الأدوار الزوجية والوالدية المساعد على التغلب على أغلب المشكلات التي تعترض طريق أي زوجين هادفين لتحقيق الرضا الزواجي والتوافق الزواجي والسعادة الزوجية، لأن هذا التسلط المبالغ فيه يعيق كل عوامل التوافق الزواجي ويشجع ويخلق كل عوامل سوء التوافق الزواجي بالمقابل .

١١-ويرتبط بعوامل غياب السلطة الذكورية المبالغ فيها، عوامل تقبل الأزواج لتبادل التأثير والتأثر مع الزوجات، باعتبارهن شريكات حياة وصديقات مقربات وحبيبات، ولسن خاضعات فقط لأوامر وسلطة الرجل الزوج باعتباره السيد الآمر الناهي، وكأن قوته بإحكام السيطرة وعدم التأثر بالمشاعر، وكأن القوة في التخلي عن المشاعر الإنسانية الرقيقة النبيلة التي يتسم بها كلا الجنسين، وتحكم طبيعة كل كائن بشري . فالتوافق الزواجي مرتبط بالمدى والدرجة التي يقبل عندها الزوج أن يتلقى تأثيرات من زوجته فيؤثر ويتأثر بها ، هذا ما اقترحه Maccoly وغيره من الباحثين، في دراسة أكد فيها على تأثير الفصل بين الجنسين (وهي حالة عالمية عبر ثقافية) في مرحلة الطفولة أن الفروق تظهر بين الجنسين منذ مرحلة

الطفولة التي يتوقف فيها الأولاد عن اللعب مع البنات (في سن السابعة تقريباً) بسبب أنه في حين أن البنات يقبلن التأثيرات من كلا الجنسين، يقبل الذكور التأثيرات من الذكور فقط ، ويرفضونها من الإناث، مما يجعل الإناث وبالتدريج في حالة ملل من هكذا وضع Lebow (1999 ، Gottman & Levenson 1999: 143- 158)

١٢-طبيعة التفاعل والتواصل الوجداني بين الزوجين يعتبر العامل الحاسم في التغلب على المشكلات الزواجية، وتحقيق الانسجام والرضا، لأنه الإطار الذي يتم به تحقيق كل عوامل التوافق الأخرى الهامة لنجاح الزواج .

وهذا ما أكده Gottman & Levenson في بحث آخر بعنوان" How stable is marital interaction over time" والذي أوضح فيه الباحثان أن استمرار التعارض والخلاف الزواجي عبر الزمن ، ليس بسبب درجة القدرة على حل المشكلات وطرق حل المشكلات ، بقدر ما هو- وبصورة جوهرية أساسية- بسبب طبيعة التفاعل الوجداني الذي لم يستطع أغلب الأزواج في إطاره حل مشكلاتهم الدائمة (Gottman & Levenson 1999: 159-165).

فالتواصل الفقير غير الفعال بين الزوجين يفسر التغير الحاصل في الرضا الزواجي (التحول في الرضا الزواجي باتجاه عدم الرضا) بعد مرور أربع سنوات على الزواج (Rogge & Bradbury 1999).

إذاً حتى لو تحققت كل عوامل التوافق الزواجي، وفشل الزوجان في تحقيق تواصل فعال بينهما ،فإن أركان التوافق الزواجي ستتزعزع لتحول الزواج إلى كارثة بالنسبة لكلا الزوجين ، وذلك بعد مرور زمن قصير لعله أقل بكثير من (الأربع سنوات) التي حددها الباحثان السابقان، فيحل الخلاف بدل الوئام ، ويحل عدم الرضا بدل الرضا ، ويتحول النجاح الزواجي إلى فشل، وتحل خيبات الأمل بعد تفاؤل وإقبال ....

يرتبط التوافق الزواجي إيجابياً بفعالية التواصل ، سواء أكان تواصلاً وجدانياً أو عقلياً أو ..... ، لفظياً أو غير لفظي ...وهذا ما أكدته معظم الدراسات التي اهتمت بدراسة العلاقة بين التوافق الزواجي وبين التواصل بين الزوجين ، ومنها دراسة Noller التي أكدت نتائجها على وجود علاقة إيجابية بين التوافق الزواجي، وبين فعالية التواصل، وخاصة بالنسبة للأزواج المرسلين لرسائل أوضح (أي أن العلاقة إيجابية بين التوافق الزواجي

وبين التواصل الفعال، وبصفة خاصة الإرسال الفعال الذي يعبر عنه بإرسال الرسائل الواضحة) (Noller 1980).

٢ - التوافق الزواجي والصحة النفسية :

أوضحت نتائج دراسات عديدة عن علاقة دالة إحصائياً بين التوافق الزواجي بكل أبعاده ومعانيه وصوره ، وبين الصحة النفسية بكل صورها ودلالاتها وأبعادها لكل من الزوجين .

حيث ارتبطت مظاهر الصحة النفسية والتوافق النفسي لكلا الزوجين إيجابياً بعلاقة طردية دالة إحصائياً مع مظاهر وصور التوافق الزواجي(عبد المعطي ودسوقي ١٩٩٣، محمد ١٩٩٢).

وبتحقق التوافق الزواجي والسعادة الزوجية يكتسب كلا من الزوجين فوائد عديدة نفسية وانفعالية، حيث تؤدي السعادة الزوجية إلى تحقيق الذات عند كل من الزوجين، كما تساهم في قلة حدة التوتر والقلق والشعور بالاكتئاب أو عدم الرضا عند كل منهما(أبو العينين ١٩٩٩).

حيث يجد كل من الزوجين في الزواج فرصة (بشكل لا شعوري غالباً مرتبط بالاختيار منذ البداية) للتعبير عن الحاجات اللاشعورية المكبوتة أو غير المشبعة بكل ما فيها من صراعات، فالزواج في كل الأحوال" يمتص كافة المشاكل والاحتياجات المكبوتة من الزوجين، والتي قد تنفجر وتؤدي إلى تفكك في العلاقة الزواجية أو قد ينشأ عنها في الأعصبة المختلفة وأحياناً قد تؤدي إلى أنواع من الذهانات والتي قد تكون موجودة في محتوى العلاقة الثنائية" (بن يونس ١٩٩٦ : ١٥٢).

إذاً إما أن ينجح الزوجان في حل صراعات الحاجات السابقة والحالية عند كل منهما، ويحققان بالتالي درجة من التوافق الزواجي قد تصل بهما إلى درجة مقبولة من السعادة الزوجية والرضا الزواجي،وإما أن يفشل الزوجان في ذلك مما يؤدي إلى تفكك في العلاقة الزوجية وبالتالي إلى فشلها، مما قد يؤدي إلى نشوء أنواع من الأعصبة، وأنواع من الذهانات كاضطرابات نفسية قد تصل إلى درجة الأمراض النفسية الشديدة عند أحد الزوجين أو كلاهما .

والزواج باعتباره أعمق العلاقات وأكثرها حميمية وأطولها ديمومة، فإنه ينطوي على كثير أو قليل من المشاكل والأزمات، وباعتبار التوافق النفسي عند كل من الزوجين شرطاً أساسياً وجوهرياً لنجاح زواجهما كما أكد أغلب الباحثين، وكما تؤكد تجارب الحياة

الواقعية...وفي ضوء ما بينته أغلب الدراسات التي تناولت العلاقة بين أساليب التعامل الإقدامي والإحجامي مع الأزمات وبين التوافق النفسي من نتائج كشفت عن علاقة إيجابية دالة وهامة بين التعامل الإقدامي وبين التوافق النفسي الحسن، كما كشفت عن علاقة إيجابية دالة وهامة بين التعامل الإحجامي وبين سوء التوافق (محمد ١٩٩٢)، فإن العلاقة هامة وجوهرية بين التوافق الزواجي باعتباره نتيجة للتوافق النفسي الحسن لكل من الزوجين، وبين قدرة كل من الزوجين على التعامل الإقدامي مع الأزمات باعتبارها أحد أهم أشكال التعبير عن التوافق النفسي عند كل من الزوجين ..... وهكذا تتضح بقوة علاقة التوافق النفسي والتوافق الزواجي .

وقد أوضحت نتائج أبحاث قام بها كل من Strack & Schwarz & Mai & Martin & Schwarz أن الرضا الزواجي عامل هام جدا ومحدد عميق الأثر من المحددات التي تسهم إجمالاً في تحقيق درجة مقبولة من التوازن والصحة النفسية ، وأن درجة الرضا الزواجي باعتبارها محدّداً هاماً من محددات الصحة النفسية عند الإنسان ، ترقى إلى درجة تجعل من الرضا الزواجي المحدد الرئيس والأساس الفاعل في تحديد درجة مرضية من التوازن والصحة النفسية التي يسعى كل منا إلى تحقيقها (Semin & fiedler 1996).

٣- التوافق الزواجي والتواصل غير اللفظي:

اتفقت معظم الدراسات على أن الهدف من التواصل هو الوصول إلى الانسجام والتفاهم بين المتواصلين، والوصول إلى درجة عالية من الانسجام والتفاهم هو ما تعتقد الباحثة بأنه ما هو إلا وصول إلى درجة من التوافق بين المتواصلين، وبخاصة بين الزوجين على اعتبار أن الانسجام والتفاهم هو من أهم الأهداف التي يسعى إليها الزوجان في محاولاتهما الوصول إلى درجة مرضية من الرضا والسعادة الزوجية.

لاشك أن هناك تعبيرات وسلوكيات غير لفظية مميزة للعشاق المتحابين، كما أن هناك تعبيرات وسلوكيات غير لفظية مميزة للمتوافقين زواجياً، يمكن لأي ملاحظ خارجي أن يحكم عليها باعتبارها مؤشرات كافية وأدلة وافية لنوع وعمق العلاقة بين المتواصلين رغم تعدد الثقافات وتأثيرها على السلوكيات غير اللفظية المتأثرة أيضاً بالشخصيات والعوامل النفسية والبيئية.... إلا أن هناك مجموعة من السلوكيات غير اللفظية تطلق عليها الباحثة- إن جاز التعبير- "ملزمة السلوكيات غير اللفظية" مميزة لعلاقة الحب والتوافق، في كل مكان وزمان ومهما اختلفت الشخصيات.

في أي مكان يحتوي على أفراد عديدين، يمكن لأي شخص أن يميز المتزوجين عن غير المتزوجين، العشاق عن أصحاب العلاقات السطحية، من تجمعهم علاقة ألفة وود عن من تجمعهم علاقة باردة فيها فتور، المتوافقين زواجياً عن غير المتوافقين.. ذلك أن هناك إشارات وتعبيرات غير لفظية مميزة لكل حالة ولكل نوع من أنواع العلاقات السابقة ، فمن المعروف أن حركات اللمس والحاجة إلى اللمس مثلاً من الإشارات المميزة لعلاقات الحب ، وللمغازلة مثلاً مجموعة من السلوكيات غير اللفظية المميزة عند كل من الرجل والمرأة ، مثل قرب المسافة الفاصلة بينهما، وترتيب الشعر، ونظرات المداعبة....(زيادة ١٩٩٦).

وتسهم خصائص المرسل والمستقبل في جعل التواصل غير اللفظي أكثر فاعلية، ولكن هذه الخصائص ستفقد كل درجات قوتها وتأثيرها(حتى لو توافرت بأعلى درجات يمكن توقعها أو الحلم بها) عندما لا يسود الحب والتفاهم بين المرسل والمستقبل، ويحل محلهما التنافر والكراهية ليقطعا كل صلة بين المرسل والمستقبل، ويلغيا كل فرص إيصال المشاعر والأفكار ..بينهما، فيجعل من إيصال أي رسالة فكرية أو عاطفية أو ... أمراً مستحيلاً.

بينما يؤثر الحب بين المتواصلين على كل من المرسل والمستقبل تأثيراً عميقاً يصل إلى درجة تجعل كل منهما يحاكي الآخر في: الطرق والأساليب، والمشاعر والأفكار، وطرق معالجة الأمور، وطرق التعامل مع الناس، بوضوح وعمق يجعل كل من يلاحظهما يرى مدى الانسجام والموافقة في الحركات غير اللفظية الصادرةعن كل منها(Hawes 2000).

وإذا كانت "التلقائية المحسوبة" كما تسميها الباحثة: أي التلقائية المرتبطة بضبط انفعالي يهذّب المشاعر والاتجاهات الفعلية ليتم التعبير عنها بشكل عفوي لكنه منقّح ليتناسب مع المستقبل والظرف والمكان والزمان بهدف تحقيق التواصل الفعّال، أساساً يضمن نجاح عملية التواصل غير اللفظي ويجعله أكثر فاعلية، فإن التلقائية المعبّرة بصدق عن حقيقة ما يعايشه المرسل تعبيراً هويته حقيقة ما هو معاش، وهدفه أن يستقبله المستقبل، ويتلقاه ويفسره تفسيراً صحيحاً مطابقاً لما هو موجود بالفعل، هو المحدّد الفاعل لماهية التلقائية الهامة لنجاح عملية التواصل غير اللفظي.

تتفق الباحثة مع ما ذهب إليه بعض الباحثين حول أهمية أن يركز المرسل على حقيقة ما يعايشه، وأن يعبّر عنه تعبيراً تلقائياً هدفه توضيح تلك المشاعر والأفكار المعاشة، بضبط

انفعالي يهذّب تلك التعبيرات غير اللفظية تهذيباً هدفه ضمان استقبال صحيح وفاعل لها ، وليس إحراز رضا وإعجاب المستقبل لها(شرارة ١٩٩٦).

كما تتفق مع ما عرضه بعض الباحثين من أهمية الحب عند كل من الزوجين نحو الآخر- سواء أنشأ قبل الزواج أو بعده- في تدعيم العلاقات الزوجية وجعلها أكثر عفوية وتلقائية ومرونة، مما يسهّل تجاوز كل منهما للعقبات والهفوات التي يمكن أن تحدث من الآخر، كما يسهّل قيام كل منهما بوظائفه ومسؤولياته على أحسن وجه. وتتفق الباحثة أيضاً مع ما عرضه البعض من أهمية العلاقات الشخصية بين الزوجين القائمة على التواصل باعتبارها أهم محدّدات التوافق الزواجي(حسن ٢٠٠٠).

ولا يخفى ما للتواصل – خاصة التواصل غير اللفظي باعتباره الأقوى تأثيراً في العلاقات- من تأثير قوي على العلاقات والمشاعر ودرجة المرونة والتلقائية.... هذا إضافة إلى تصبغ وتشبع كل عامل من عوامل التوافق الزواجي التي يمكن أن تذكر في هذا السياق (مثل التوافق الجنسي- العلاقات الشخصية – طرق التغيير- الاتجاه نحو الزواج- الاختيار الزواجي...) بعامل التواصل غير اللفظي بشكل خاص، فكل عامل من عوامل التوافق إما شكلاً من أشكال التواصل غير اللفظي، أو قائماً على التواصل غير اللفظي، أو يتم التعبير عنه بصورة غير لفظية أكثر تأثيراً، أو هو نتيجة التواصل غير اللفظي الناجح..

ومن الجدير ذكره أن هناك بعضاً من الدراسات قد أكدت نتائجها وجود علاقة بين الرضا الزواجي وبين مهارة التفسير والاستقبال التي تتم في عمليات التواصل بين الزوجين، فقد وجدBradbury & Fincham 1990 – كما يعرض Weiner 1992 – أن هناك علاقة بين التوافق الزواجي أو الرضا الزواجي. وبين الميل لعرض أو تفسير سلوك الشريك الإيجابي على أنه مقصود بدرجة كبيرة، وأنه مستحق للإطراء والثناء بدرجة كبيرة، وبين الميل لعرض أو تفسير سلوك الشريك السلبي على أنه مقصود بدرجة أقل جداً، حيث كشفت نتائج الدراسة أن هناك ارتباطاً بين عدم الرضا الزواجي وبين الميل إلى عرض وتفسير سلوك الشريك الإيجابي على أنه مقصود بدرجة ضئيلة جداً، وأن هناك ارتباطاً بين عدم الرضا الزواجي وبين الميل إلى تفسير أحداث العلاقة السلبية على أنها مقصودة بدرجة كبيرة، وهذه القصدية هي قصدية سلبية بدرجة كبيرة ، أي أن هناك نوايا سلبية مقصودة بعينها وراء الأحداث التي تتسبب في سلبية العلاقة الزوجية(Weiner 1992).

تعطي نتائج الدراسة السابقة أهمية كبيرة لتفسير سلوك الشريك الإيجابي (على أنه ليس مقصوداً بذاته وليس لصالح الشريك، إنما هو سلوك بدافع من اهتمامات ذاتية لصالح الشريك المرسل ، وبذلك فهو لا يستحق الكثير من الإطراء) باعتباره عاملاً رئيساً من عوامل عدم الرضا الزواجي ، والعكس أيضاً صحيح في حال تفسير السلوك السلبي على أنه مقصود بدرجة كبيرة ومتعمدة فهو أيضا عامل رئيس في عدم الرضا أو التوافق الزواجي. إذا لعامل تفسير الأحداث السلبية على أنها متعمدة ، وتفسير الإيجابية على أنها غير متعمدة بدرجة كبيرة علاقة وثيقة بالتوافق الزواجي.

وإذا كانت الإلفة Intimacy من أهم سمات ومميزات التوافق الزواجي، حيث يتعمق فيها- بمعناها السوي- الوجدان بالجنس بطريقة لايمكن فيها فصل أحدهما عن الآخر، فإن هذه الألفة والحميمية لايمكن أن تتم دون عمليات التواصل(٢) سواء أكان تواصلاً ذاتياً(في تواصل الفرد مع نفسه)، أو تواصلاً اجتماعياً(في تواصل الفرد مع الآخر)، ولا يمكن أن تتم دون القدرة على إقامة علاقة إنسانية مع الجنس الآخر(عيد ٢٠٠٠).

حتى أن بعض الباحثين في تعريفه للتوافق الزواجي يعرّفه بأنه:" درجة التواصل الفكري الوجداني والعاطفي الجنسي بين الزوجين، بما يحقق لهما اتخاذ أساليب توافقية سوية تساعدهما في تخطي ما يعترض حياتهما الزوجية من عقبات ، ويحقق أقصى قدر معقول من السعادة والرضا"(حسن ٢٠٠٠: ٢١).

وهكذا فإن التوافق الزواجي ما هو إلا تواصل فعال- إن جاز التعبير- والتواصل لايمكن أن يكون فعالاً دون أن يكون التواصل غير اللفظي فعالاً، باعتباره الشكل التواصلي الأكثر تأثيراً في الانطباع النهائي والمشاعر والوجدان، وهو ما يقوم عليه التوافق الزواجي.

وبما أن الجاذبية الجسمية إحدى أشكال التواصل غير اللفظي ، فقد يتفق معظمنا أو يختلف مع ما يعرضه كل من"ت. أ. أنسكو & ج. سكوبلر ١٩٩٣" حول كون الجاذبية الجسمية محدّد أساسي لانجذاب الرجل إلى المرأة أكثر من انجذاب المرأة للرجل، في إطار البحث والحديث عن علاقات الحب والعلاقات العاطفية(أنسكو & سكوبلر ١٩٩٣).

---

(٢) أي حديث عن عملية التواصل هو حديث عن التواصل غير اللفظي باعتباره أحد شكلي التواصل الأكثر أهمية وفاعلية كما نوهنا مرارا.

إلا أننا قد نتفق جميعاً حول ما للجاذبية الجسمية من تأثير في علاقات الحب عند كل من الرجل والمرأة ، مع اختلافنا في تحديد نسبة ذلك التأثير عند كل منهما، وباختلاف الفروق الفردية عند كل جنس على حدة.

وقد نتفق جميعاً مع ما أكده معظم الباحثين حول أهمية علاقة الطفل بأمه، وخاصة في السنتين الأوليتين من العمر، حيث تعتبر هذه العلاقة أهم العلاقات على الإطلاق في سنوات العمر كله، تتحدّد على أساسها شخصية الإنسان، وتتحدد درجة نضجه الانفعالي الذي على أساسه يقوم اختيار الإنسان لشريك حياته(جرجس ١٩٦١). ومعلوم لدينا جميعا أن هذه العلاقة في الأصل قائمة على التواصل غير اللفظي بين الأم وطفلها.

تعتقد الباحثة أن التواصل غير اللفظي الناجح يؤدي إلى تفاعل إيجابي فعال، وذلك بحكم علاقة التواصل بالتفاعل باعتبار التواصل أحد العمليات الأساسية لعملية التفاعل ، وأن التفاعل الإيجابي الفعال لايمكن أن يحدث دون أن يصل المتفاعلين إلى درجة من التشابه بين إدراكاتهم واتجاهاتهم وميولهم وأفكارهم وسلوكهم، وقدراتهم على التنبؤ بوجهات نظر الآخر ومواقفه... كافية لإحداث إدراك متبادل عند كل منهم، الأمر الذي يؤدي إلى درجة من التوافق ويعزز دوام التفاعل الإيجابي بينهم.

وتتفق الباحثة مع وجهة نظر بعض الباحثين المفسرة لحدوث التشابه بين المتفاعلين، مفادها أن كل إنسان يسعى للتشابه مع من يحب ويحترم ويقدّر، باعتبار أن التشابه مع من نحب هو حاجة نفسية عند كل منا، ويصبح بذلك هذا التشابه تشابهاً حقيقياً فعلياً، وهذا يعني أنه لم يكن موجوداً من قبل بالضرورة، ولكن التفاعل الفعال القائم على اتصال ناجح والذي يحركه الحب ، يجعله تشابهاً فعلياً في الميول والاتجاهات...(سلامة و عبد الغفار ١٩٧٢).

ثالثاً : الشخصية : Personality

مقدمة:

تعتبر الشخصية من المفاهيم الهامة والحيوية في علم النفس، وهي النمط الذي تنتظم فيه الصفات والسمات المزاجية والعقلية والمعرفية والحركية والجسمية والنفسية والاجتماعية، الوراثية والمكتسبة تنظيماً ثابتاً نسبياً لدى الفرد، وينظّم سلوك الفرد ويجعله متميزاً عن أي فرد آخر في ذاته وفي تكيفه مع البيئة(خليفة و رضوان ١٩٩٨، الخضري ١٩٨٧،

عثمـــان ١٩٩٩، حســـن ٢٠٠٠، عبـــد العظـــيم ١٩٨٧، ســـالم وآخـــرون ١٩٨٥، البادي ١٩٨٦، القذافي ١٩٩٣).

وقد تناول كثير من الباحثين سمات الشخصية بكثير من الاهتمام في دراساتهم لمـــا لهـــا من أهمية في علم النفس، والسمات هي الخصائص والصفات الوراثية والمكتسبة والتشكيلات النفسية التي تتم ملاحظتها من خلال سلوك الفرد، وتفسر انتظام هذا السلوك واتساقه وثباتـــه النسبي (الذي يسمح بقياسه، وقياس الفروق الفردية)، كما تفسر عمومية بعض هذه السلوكيات (Baughman & Welsh 1962 ، إسماعيل ١٩٩٩، حسن ٢٠٠٠ ، عبد العظـــيم ١٩٨٧ ، أبو مسلم ١٩٩٤ ، توفيق و سليمان ١٩٩٦-١٩٩٧، جـــابر و الأعســـر ١٩٨٥، لنـــدزي ١٩٦٩؟ ، زهران ١٩٧٧، الخضري ١٩٨٧ ، معوض و بنيـــه ١٩٨٩، الحـــازمي ٢٠٠١، Vermetten . et al 2001،).

ولما كان عدد سمات الشخصية بالآلاف، فقد لجأ علماء النفس لتحديدها وحصر أعدادها إلى التحليل العاملي الذي أسفرت نتائجه عن أنواع من الســـمات،هـــي: ســـمات مشـــتركة، ســـطحية، مصـــدرية، مكتســـبة، وراثيـــة، ديناميـــة، ســـمات قـــدرة، ســـمات فريـــدة (زهران ١٩٨٠؟).

وتستنتج الباحثة أن السمة هي: " إحدى خصائص الشخصية التي تصفها ، وهي صـــفات وخصائص موروثة أو مكتسبة ، ثابتة نسبياً لدى الفرد الواحد رغم تباينها من فرد إلى آخر . تتفاعل هذه الخصائص والصفات والسمات بصورة تكاملية لتعطي مؤشراً جيداً يمكـــن مـــن خلاله التنبؤ بسلوك الشخصية المستقبلي الذي هو نتاج تفاعل مجموعة من السمات والعوامـــل والمؤثرات .

وتعتبر سمة الانبساط/الانطواء من السمات الفريدة التي تميز فرد عن غيره، حيث أنهـــا لا توجد إلا عنده بنفس الدرجة والصورة، على الرغم من إمكانية توافرها عند الآخرين ولكن بدرجات وشدات ونوعيات مختلفة.

هناك سمات عديدة تتصف بها الشخصية ، ويختلف الأفراد في نوع السمة (نمطهـــا) أو درجتها . وعندما يختلف الأفراد في درجة السمة فهذا يعني أن لهذه الســـمة درجـــات علـــى متصل واحد ثنائى القطر.. بمعنى أن الدرجات الأقل على هذا المتصل هي في النهاية الثانيـــة

في الاتجاه المعاكس السلبي ، وتزداد الدرجات بالاتجاه الآخر الموجب حتى نصل إلى النهاية الأخرى الموجبة .

ولنتعرف أكثر على مميزات كل سمة منهما، نعرض لوجهات نظر بعض الباحثين والعلماء لمميزات هاتين السمتين،حيث يتميز النمط المنطوي مثلاً Introvert بأنه يركز اهتمامه وانتباهه على الداخل (على ذاته) بصورة مبالغ فيها، وبذلك يفضل العزلة والانفراد بعيداً عن المجتمع، ويميل إلى الحذر والحساسية والسيطرة على الأساليب ذات المستوىالضعيف سيطرة جيدة....(عبد الحميد ١٩٩٧ ، الجارودي ٢٠٠١ ، العيسى ١٩٦٨). متشائم، يتحاشى الأعمال الاجتماعية ، خجول لا يميل إلى السيطرة ، يخشى تحمل المسؤولية (الغرباوي ١٩٨٦)، وهذا ما ذكره يونج (Yung) في نظريته عن الأنماط النفسية، حيث صنف الأشخاص إلى نمطين رئيسيين هما :
نمط منطوٍ و آخر منبسط ، يتميز النمط المنطوي بالإضافة إلى ما ذكر بميله إلى التفكير والخيال، وبالتالي فإنه يشعر بأنه مضطر في تأديته لأعماله وفي أحاديثه (عبد الحميد١٩٩٦)

والشخص المنطوي اخالص شخص هادئ ومتردد ومتأمل، ومغرم بالكتب أكثر من غيره من الناس، ومحافظ ومتباعد إلا بالنسبة لأصدقائه المقربين، وهو يميل إلى التخطيط مقدماً، ويتشكك في التصرف السريع، ولا يحب الاستشارة، ويأخذ شؤون الحياة اليومية بالجدية المناسبة، ويحب أسلوب الحياة الذي حسن تنظيمه، ويخضع مشاعره للضبط الدقيق، ولا ينفعل بسهولة، ويعتمد عليه، ويميل إلى التشاؤم ويعطي أهمية كبيرة للمعايير الأخلاقية، وقد يبدو أكثر تعاطفاً، ويمكنه فهم الآخرين من حوله (إبراهيم ١٩٨٥، شقير ١٩٩٥).
والانبساطية هي إحدى وظائف الدماغ البيولوجية البدائية، وهي حالة مستمرة يكون الانتماء فيها مشدوداً بظروف خارجية أكثر من الاهتمام بأخرى ذاتية وعكسها تكون الانطوائية (العيسى ١٩٦٨) .

ويتميز النمط المنبسط Extravert بأنه يركز انتباهه نحو الخارج أي نحو المحيط الاجتماعي والمادي ، وبذلك يبدو أكثر ميلاً إلى الاختلاط والاتصال بالعالم الخارجي والواقع المادي والاجتماعي يجيد المحادثة والمعاملة والعمل ، يميل إلى الجرأة ومجاراة الواقع والتأثر به (عبد الحميد ١٩٩٧ ، عبد الحميد ١٩٩٦ ، الجارودي ٢٠٠١) .

والشخص المنبسط الخالص هو شخص اجتماعي يحب الحفلات وله أصدقاء كثيرون ويحتاج إلى أناس حوله يتحدث معهم ولا يحب القراءة أو الدراسة منفرداً ، ويسعى وراء الاستثارة ، ويتطوع لعمل أشياء ليس من المفروض أن يقوم بها ، ويتعرف بسرعة دون تروٍ.وهوشخص مندفع على وجه العموم، وهو مغرم بعمل " المقالب " ، إجاباته حاضرة ، وهو يحب القراءة عادة ، ويأخذ الأمور ببساطة، وتفاؤل، وغير مكترث ، ويحب الضحك والمرح ، ويفضل أن يكون دائم الحركة والنشاط وأن يقوم بأعمال مختلفة ، ويميل إلى العدوان وينفعل بسرعة، ويمكن القول بصفة عامة أنه لا يسيطر على انفعالاته، ولا يعتمد عليه أحياناً، ويسلك المنبسط سلوكاً انبساطياً لحماية نفسه، وهو يحتاج إلى التحدث إلى الإناث، متهور مغرم بعمل المقالب (شقير ١٩٩٥، إبراهيم ١٩٨٥).

يمكن أن نلحظ اتفاق معظم الباحثين على بعض النقاط الخاصة بمفهوم الانبساط/الانطواء،هي : (العيسى ١٩٦٨ ، الخطيب ١٩٨٢ ، عبد الفتاح ١٩٩٥ ، عبد الخالق و النيال ١٩٩١مجلة دراسات نفسية : ٦٣٧-٦٥٣ ، عبد الباسط ١٩٩٣ ، أحمد ١٩٩٦، عبد الخالق و النيال ١٩٩١مجلة علم النفس العددان ١٨ ، ١٩ – السنة الخامسة : ٢٨-٤٥ ، أسعد ١٩٨٨؟، عبد الله بدون تاريخ) .

١- تتميز الانطوائية بأنها أكثر ذاتية من الانبساطية التي تميز الانبساطيين بالموضوعية .

٢- يتميز الانطوائي بدرجة عالية في الفعاليات العقلية ، بينما يظهر الانبساطي درجة عالية في الفعاليات السلوكية الفعلية .

٣- يتميز الانطوائي بأنه أكثر قدرة على ضبط النفس والكبت من الانبساطي .

٤- تظهر سمات الانطوائي عند العصابيين ،بينما تظهر سمات الانبساطي عند من يعاني من الهيستيريا .

٥- لا تتأثر سمة الانبساط / الانطواء بالجنس ، وهذا ما أظهرته نتائج بعض الدراسات والبحوث (الخطيب ١٩٨٢ ، عبد الخالق و النيال ١٩٩١ مجلة دراسات نفسية : ٦٣٧ – ٦٥٣) .

٦- يعتبر الانبساط / الانطواء من الأبعاد الافتراضية الواصفة للشخصية والمساعدة في قياسها ، وهما بهذا المعنى ليسا مفهومين متضادين ، وهذا يعني أن الشخص قد يكون أكثر انطوائية دون أن يفقد ميله للانبساطية ، والعكس صحيح ، ذلك أن كلاً من الانبساطية والانطوائية تمثل تجمعاً لصفات ومتغيرات تربطها علاقة ويؤلف بينها تجمع ، تنسجم هذه المتغيرات في ارتباطات لتكوّن تفرداً وتميزاً دون أن تمنع من وجود صفات ومتغيرات

أخرى، لذلك فإننا نصف أي شخص بأنه يميل إلى الانطوائية أو الانبساطية ، ولا نصفه بأنه منبسط أو منطوٍ ، فقد يملك نفس الشخص درجات واحدة من الانبساط والانطواء (العيسى ١٩٦٨).

٧- يعتبر عامل الانبساط / الانطواء من العوامل ثنائية القطب ببعديه الانبساط / الانطواء . يتضمن هذا العامل مظاهر سلوك تتراوح بين الاندفاع والتكيف(ميل الشخص إلى التمسك بقيم مستمدة من العالم الخارجي مقابل ميله إلى قيم مستمدة من العالم الداخلي)(عبد الفتاح١٩٩٥)

٨- يعتبر عامل الانبساط / الانطواء من أكثر العوامل الشخصية استقراراً وثباتاً الذي يمتاز بإمكانية سرعة تمييزه والتعرف عليه بدرجة عالية من الثبات ، والاعتماد عليه في الدراسات العاملية باختلاف مقاييس الشخصية وعينات المفحوصين (عبد الفتاح ١٩٩٥، أسعد ١٩٨٨؟)

٩- يعتبر بعد الانبساط / الانطواء ثنائي القطب يجمع بين المنبسط المثالي كطرف والمنطوي المثالي كطرف آخر معاكس، مع درجات متفاوتة متدرجة بينية متصلة ومستمرة بين الطرفين دون وجود تقطع ، بحيث تغطى هذه الدرجات جميعاً كل الأفراد دون استثناء ، فلكل منهم مركز على هذا المتصل (عبد الباسط ١٩٩٣ ، أحمد ١٩٩٦) .

١٠- يعتبر بعد الانبساط / الانطواء بعداً أساسياً من أبعاد الشخصية . (عبد الخالق و النيال ١٩٩١ مجلة علم النفس العددان ١٨ ، ١٩ – السنة الخامسة : ٢٨ – ٤٥) .

١١- يقوم الانبساط على أسس بيولوجية ، حيث تعتبر المتغيرات الفسيولوجية محددات أساسية للانبساط ولا تقل أهمية عن العوامل البيئية (عبد الله دون تاريخ) .

١ – نظرية أيزنك في الشخصية :

أ- نظرية أيزنك في سمات الشخصية :

أشار أيزنك في سياق حديثه عن نموذج لوصف تنظيم الشخصية لمفهوم السمة Trait باعتبارها من المفاهيم المستخدمة منذ زمن بعيد للإشارة إلى مظاهر ثبات السلوك ، وهو يرى أن السمات تشكل الوحدات الأساسية للشخصية، وأنه يجب أن تعرف السمة إجرائياً بحيث يمكن قياسها قياساً يعطيها أهمية وفائدة، وأنه يجب أن تستمد السمة أهميتها من :

١- إسهامها في التعريف العام للأبعاد الكامنة للشخصية أو طرزها .

٢- استخدامها في مزيد من التحديد لتلك الأنماط .

والنمط- كما يرى أيزنك- هو " مجموعة من السمات المترابطة مثلما أن السمة مجموعة من الأفعال السلوكية أو نزعات الفعل المترابطة لذلك – وفي ضوء هذه النظرة – فإن الفرق

بين مفهوم السمة ومفهوم النمط يوجد لا في اتصال أو انفصال المتغير المفترض ولا في شكل توزيعه وإنما في التضمين أو الشمول الأكبر لمفهوم النمط – ففكرة النمط كفكرة السمة – تقوم على أساس مستويات الارتباط التي توجد من الأفعال وتمثل مستوى من مستويات التنظيم في الشخصية " (حسن ٢٠٠٠ : ٣٥ – ٣٦) .

ينظر أيزنك إلى الشخصية باعتبارها تركيباً بنائياً مؤلف من طبقات الأولى منها تتكون من الاستجابات العادية المتكررة كثيراً المقابلة للاستجابات النوعية ، يتجمع بعض من هذه الاستجابات العادية لتشكل مجموعة فرعية مستقلة داخل نسق الشخصية . وهي ما يطلق عليها اسم " السمة " التي تمثل تجمع الميول والنزعات . تتجمع هذه السمات في طبقات وأشكال بنائية أكثر شمولاً هي الأنماط المتكونة من مجموعة منظمة من مجموعات فرعية مستقلة ممثلة لمجموعات السمات ، وكل مجموعة فرعية من السمات تشكل تجمع مجموعة منظمة من الاستجابات العادية غير النوعية . وهذا ما يعبر عنه بالعامل العام والعامل الخاص والعامل الطائفي ، فالعامل العام هنا يمثله النمط ، بينما تمثل السمة العامل الطائفي ، وتمثل الاستجابة العادية العامل الخاص (عبد العظيم ١٩٨٧) .

في تفسير أيزنك للشخصية ، يقول أن هناك قوانين تفسر الشخصية ،يطلق أيزنك على هذه القوانين المفسرة للشخصية اسم" أبعاد الشخصية "،ويحدّد أيزنك الأبعاد على النحو التالي:

١– البعد الأول لأي شخصية يتكون من الانبساط / الانطواء .

٢– بينما يتكون البعد الثاني – والذي يشكل مع بعد الانبساط / الانطواء زاوية قائمة (بمعنى أنه يرتبط به ارتباطاً داعماً) – من الميل إلى العصاب أو العصابية / الاتزان الانفعالي .

٣– هناك بعدان آخران هما: الذكاء والميل إلى الذهان (المرض العقلي) (مراد ١٩٦٦) .

ويرى أيزنك أن هذه الأبعاد الأربعة قادرة على تفسير الشخصية والكشف عن معظم ما فيها من تباينات . ويستند أيزنك في تفسيره لبعد الانبساط / الانطواء على نظرية بافلوف في الكف والتنبيه Inhibition and excitation (فرج ١٩٩١) وهو يصف العصابي المنطوي أو المنطوي النمطي المثالي بأنه تبدو عليه أعراض الحصر والقلق والاكتئاب والوسواس ، ويكون سريع التهيج لا يبالي كثيراً بما يدور حوله، ويكون جهازه العصبي المستقل (السمبتاوي والباراسمبتاوي) قليل الاستقرار والثبات، الأمر الذي يسبب تغيرات مفاجئة في الحالة المزاجية . وهو خجول، عصبي، مستسلم لأحلام اليقظة ، من السهل جرح إحساسه بسهولة، قليل المشاركة الاجتماعية ، يعاني من الأرق. نموه الرأسي غالباً على النمو

الأفقي، وهو ذو جسم متعب لا يقوى على الجهد، يعاني من ارتفاع في النشاط الكولنيسترازي. ذكاؤه أعلى من المتوسط نسبياً ولديه درجة مرتفعة في المثابرة . يتميز في الدقة في العمل وإن كان بطيئاً نسبياً . لديه طموح مرتفع المستوى ، مع أنه يميل إلى الحط من مستوى أدائه وقيمته . يميل إلى الصلابة . يحبذ اللوحات الفنية الهادئة الكلاسيكية ، وإن رسم فإن رسوماته تتميز بأنها متماسكة قليلة الفراغات ذات مواضيع عيانية مجسمة . لا يحب النكت وبخاصة الجنسية منها، يتميز خطه اليدوي بمميزات خاصة (مراد ١٩٦٦) ، متأمل مغرم بقراءة الكتب، يميل إلى التخطيط المسبق للمستقبل، يعاود التفكير، يتسم بالجدية، والتنظيم الجيد، يمكن الاعتماد عليه والثقة به، متشائم إلى حد ما، متمسك بالقيم الأخلاقية (عبد الحميد ١٩٩٧، دسوقي ١٩٩٥).

أما العصابي المنبسط (المنبسط النمطي أو المثالي) ــ فهو ينتمي إلى مجموعة الهيستيريين، وتبدو عليه أعراض الهيستريا التحولية . قليل الجلد ، اهتماماته محدودة . حياته المهنية في اضطراب، يميل إلى توهم الإصابة بالأمراض الجسمية، كثير التعرض لإصابات العمل، يتغيب كثيراً عن عمله بسبب المرض، كثير الشكوى من شتى الآلام، يتهته ويميل إلى الكآبة.

النمو الأفقي لجسمه يغلب النمو الرأسي ، جيد الاستجابة للجهد ، منخفض النشاط الكولينسترازي، يعاني من كف في غدده اللعابية . مستوى ذكائه منخفض نسبياً وثروته اللغوية فقيرة، سريع في العمل إلا أنه غير دقيق نسبياً ، مستوى طموحه منخفض لكنه يميل إلى تضخيم مستوى وقيمة أدائه. يميل إلى المرونة وإلى القابلية للتشكل . يحبذ اللوحات الفنية الحديثة ذات الألوان القوية الباهرة . ويميل رسمه إلى التشتت ومواضيع رسمه أميل إلى التجريد . يحب النكت والمدح وبخاصة الجنسية منها. ولخطه مميزات خاصة (مراد ١٩٦٦).

اجتماعي، يحب الحفلات، لا يحب القراءة منفرداً، يتوق إلى الإثارة ويبحث عنها بشدة ، يحب المخاطر واغتنام الفرص، مجازف في الكلام، يتصرف بوحي من اللحظة الراهنة، لديه دائماً إجابة حاضرة، يحب التغيير عموماً، مبتهج، متفائل يأخذ الأمور ببساطة (عبد الحميد ١٩٩٧، دسوقي ١٩٩٥، عبد الخالق و الانصاري ١٩٩٦).

ويحدد أيزنك طرفي بعد الانبساط / الانطواء بالعصابي المنبسط / العصابي المنطـوي ، وتتدرج بين هذين الطرفين درجات الانبساط / الانطوا ء التي يتوزع الأفراد عندها . محاولاً بذلك التأليف بين نظريتي الأنماط والسمات. وعلى الرغم من انتقاده للتحليل النفسـي ، فإنـه يسعى إلى تدعيم الفحص الاكلينيكي بإمداد المعالج النفسي والطبيب النفسي بأدوات ووسـائل علمية دقيقة قادرة على سد الفراغ بين الطب العقلي وعلم النفس ، ويجمع أيزنك بهذا بين علم النفس التجريبي والتحليل العاملي في صورة جديدة (مراد ١٩٦٦).

وكشفت نتائج دراسات أيزنك العاملية على الشخصية عن السـمتين الأساسـيتين وهمـا (الانبساط / الانطواء) و(العصابية / الاتزان الانفعالي)، أما البعد الثالث المستقل والـذي أسماه بالذهان فقد افترضه أيزنك افتراضاً مبنياً على اعتبارات نظرية هي :

١ــ الشذوذ النفسي مقابل للسواء النفسي .

٢ــ العصاب والذهان بعدان مختلفان ومستقلان نوعاً ما . وقد تأكـد أيزنـك مـن صـحة افتراضه بالتجربة (الشايب ١٩٩٨).

٢ – سمات الشخصية والتواصل غير اللفظي :

تؤكد نتائج بعض الأبحاث على وجود علاقة بين سمات الشخصـية و التواصـل غيـر اللفظي، حيث أوضحت نتائج بحث بعنوان تعبيرات الوجه الانفعالية في علاقاتهـا بالسـمات الداخليـة facial expressions of emotion influence Interpersonal trait inferences . قام بها كنوستن Knuston ، حاول فيه الإجابة على التساؤل التـالي : هـل تؤثر المتغيرات الانفعالية للوجه(التعبيرات غير اللفظية التي تـتم بالوجـه) المعبـرة عـن مشاعر الاشمئزاز والغضب والسعادة والحزن على فهم واستنتاج السمات الشخصية الداخليـة للفرد ..... أوضحت النتائج أن التعبيرات غير اللفظية عن المشاعر التي تتم بالوجه، لا تعبِّر فقط عن تلك المشاعر والانفعالات الداخلية ، ولكنها تعبِّر عن السمات الشخصـية للمرسـل والتي يمكن استنتاجها من الرسائل التي أرسلها المرسل بواسطة تلك التعبيرات غير اللفظيـة الوجهية عن الانفعالات (سالم ٢٠٠١، knuston 1996)

وإذا كان اختيار الزوج أو الزوجة يعتمد في أساسه على مفهوم الجاذبية المرتبطة مفهوماً ومعنى بمفهوم الانطباع الأول، ومفهوم الانطباع الكلي النهائي المؤثر بفاعلية فـي قـرارات الانسان ومشاعره وأفكاره واتجاهاته نحو الموضوع الذي تشكل عنه الانطبـاع الكلـي، وإذا كان كل من الانطباع الأول والانطباع الكلي والجاذبية مفاهيم شديدة الارتباط بالتواصل غيـر

اللفظي بكل أشكاله وتأثيراته .... فإننا سنجد ما يدعم فرض وجـود علاقـة بـين السـمات الشخصية والجاذبية باعتبارها أهم عوامل الاختيار الزواجي وعوامل الحب ، وفي ذلـك مـا يدعم وجود علاقة بين السمات الشخصية وبين التواصل غير اللفظي الذي هو أكبر عوامـل الجاذبية والانطباع الأول والانطباع النهائي .

فقد أوضح Aiken أن الجاذبية هي المبدأ الأساس والمحرك الرئيس لكل أنواع الحب ، وهو ينفي النظرية الثانية حول الانجذاب إلى الضد المخالف للذات . ويقول بأن معظم الناس ينجذبون إلى من يشبههم في الصفات والخصائص والسمات الشخصية والمعرفية والفزيائية والجسدية وفي الاهتمامات (Aiken 1999) .

فالتشابه في السمات كما يؤكد Aiken هي أحد أهم عوامل الجاذبية ، ولا يتم الإحساس بالانجذاب نحو شخص دون تأثر إيجابي عميق بتعبيراته غير اللفظية المعبِّرة عن حقيقة مشاعره وأفكاره والتي تعكس سماته بوضوح وقوة وبصورة سريعة ومؤثرة .

وفي هذا السياق تكشف لنا نتائج بعض الأبحاث وجود علاقة بين الصفات والسمات الشخصية وبين الجاذبية والتقييم .

فقد كشفت نتائج بحث قام به Wiseman & start أن المعلمين ذوي الشخصية المشابهة لمقيِّمي الضرائب قد حصلوا على درجات أعلى في الذاتية مما حصل عليه المعلمون ذوو الشخصية غير المشابهة لمقيِّمي الضرائب. وأوضحت نتائج البحث الذي قام به Hore أن النساء الجذابات قد حصلن على درجات أعلى على مقياس تفضيل الطلاب ، مقارنة بالرجال (Hodgkinson 1993) .

تنقل تعبيرات الوجه مثلها مثل أي تعبير تواصلي غير لفظي آخر المشاعر بصورة سريعة ، حيث تعتبر دلائل واضحة وقوية عن المشاعر والنوايا .

يستطيع الوجه أن يظهر ويبوح بكل ما يعايشه الإنسان من مشاعر ورغبات وعواطف ونوايا في نفس لحظة معايشته لها وبنفس درجة المعايشة تقريباً ، ولكل وجه تركيبة معقدة وتعبيرات متداخلة ومتكاملة للتعبير عن نفس المشاعر أو الرغبات أو النوايا ، تعتبر هذه التعبيرات المتكاملة فريدة وخاصة بكل إنسان يمكنها أن تعبِّر عن بعض من سمات المرسل الشخصية، وعند استقبال أي إنسان لرسائل هذه التعبيرات تتشكل عنده مشاعر خاصة

بانطباع كلي، وتشكُّل الانطباع النهائي عند المستقبل ومشاعر الانجذاب الإيجابية تجاه المرسل ما هي إلا صفات ومشاعر يعايشها بقوة وبشكل آني سريع وفوري في لحظة التواصل نفسها، قد تتعلق هذه المشاعر وترتبط بإصدار أحكام عن وجود سمات شخصية عند المرسل يفضلها المستقبل وينجذب إليها، إلا أن إحساس المستقبل بالانجذاب نحو المرسل في الواقع ما هو إلا إحساس عميق يعيشه بشكل يغلب عليه الطابع اللاشعوري المتشكل من تعبيرات المرسل غير اللفظية، وهو (الإحساس بالانجذاب) بذلك بعيد كل البعد أن يكون ذا طابع عقلي مرتبط بالأحكام والتقييم وإصدار القرارات حول وجود بعض السمات الشخصية المفضلة أو عدم وجودها ... (Hochberg 1969). وهذا يعني أن التواصل غير اللفظي قد يشكل لدى المستقبل انطباعاً عن سمات شخصية معينة للمرسل ، ولكن انجذاب المستقبل أو عدم انجذابه وانطباعه الكلي عن المرسل هو العامل الحاسم المؤثر في تحديد نوع ودرجة العلاقة بينهما، وليس طبيعة حكمه (الذي لا يمكن أن يتشكل بصورة مستقلة عن الانطباع الكلي الذي يغلب عليه الطابع العاطفي الشعوري) الخاص ببعض السمات الشخصية للمرسل التي يمكن للمستقبل أن يستنتجها .

٣ - سمات الشخصية والتوافق الزواجي :

تحدث أغلب الباحثين المهتمين بدراسة التوافق الزواجي عن سمات شخصية، يُحبَّذ توافرها عند الزوج، وسمات شخصية أخرى خاصة بالزوجة، باعتبارها من العوامل المساعدة على تحقيق السعادة الزوجية، والرضا الزواجي، والتوافق الزواجي .

فقد ذكر بعضهم مثلاً بعضاً من سمات الشخصية المساعدة على تحقيق السعادة الزوجية مثل :- المرونة والقدرة على تحقيق الذات وتحمل المسؤولية، وبعضاً من سمات الشخصية المتسببة في شقاء الزوجين وهي : انعدام الثقة بالنفس، عدم الالتزام الديني، السيطرة والدكتاتورية على الجنس الآخر، والتذبذب (بدر ١٩٩٥) .

ويندرج كل ما ذكرناه حول علاقة سمات الشخصية بعوامل الانجذاب واختيار شريك الحياة ضمن سياق الحديث عن العلاقة بين سمات الشخصية والتوافق الزواجي ... كما يندرج كل ما تم ذكره عن علاقة سمات الشخصية بالتواصل غير اللفظي ضمن سياق العلاقة بين سمات الشخصية والتوافق الزواجي، إذا صح افتراض العلاقة بين التواصل غير اللفظي الناجح والفعال وبين التوافق الزواجي .