



جامعة العلوم الإسلامية العالمية

كلية الدراسات العليا

قسم الإرشاد والصحة النفسية

فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال والتسامح
والاستقرار الزوجي لدى الملمات المتزوجات حديثاً

**The Effectiveness of a Counseling Program in View of Satire's
Model in Improving the Communication Patterns,
Forgiveness and Family Stability among Newly Married
Female Teachers**

إعداد:

فداء مفلح عودة الزيدانين

إشراف الدكتور:

صالح سالم سويلم الخوالدة

قُدمت هذه الأطروحة استكمالاً لِمُتطلبات درجة دكتوراه فلسفة في تخصص الإرشاد
النّفسي والتّربوي في جامعة العلوم الإسلامية العالمية

تاريخ المناقشة: عمان 2022/ 1/12

الملخص

فاعلية برنامج إرشاديّ يستند إلى نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً

إعداد:

فداء مفلح عودة الزيدانين

إشراف:

د. صالح سالم سويلم الخوالدة

تاريخ المناقشة: عمان 2022/ 1/12

هدفت الدراسة الحالية التعرف إلى فاعلية برنامج إرشاديّ يستند إلى نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً، وتكون مجتمع الدراسة من جميع المعلمات المتزوجات حديثاً في مدارس الإناث التابعة لمديرية الثقافة العسكرية في محافظة الزرقاء، والبالغ عددهن (80) معلمة متزوجة حديثاً. ولتحقيق أغراض الدراسة تم اختيار أفراد الدراسة وعددهن (30) معلمة بطريقة قصدية ممن سجلوا أدنى العلامات على استبانات الدراسة (أنماط الاتصال الزوجي؛ التسامح الزوجي؛ الاستقرار الزوجي)، وتم توزيعهن عشوائياً إلى مجموعتين متساويتين: مجموعة تجريبية (15) معلمة، خضع أفرادها للبرنامج الإرشادي، ومجموعة ضابطة (15) معلمة، لم يتلقى أفرادها أي برنامج.

وأظهرت النتائج: ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسطات استجابات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على استبانة أنماط الاتصال الزوجي واستبانة التسامح الزوجي واستبانة الاستقرار الزوجي في القياس البعدي، لصالح المجموعة التجريبية، وكما أظهرت النتائج احتفاظ أفراد المجموعة التجريبية بأثر فاعلية البرنامج الإرشادي بعد (3) أسابيع من تطبيقه.

وأوصت الدراسة بعدة توصيات ومن أبرزها تطبيق برامج إرشادية مناسبة للمعلمات المتزوجات حديثاً من خلال استخدام استراتيجيات نموذج ساتير لتحسين العلاقة الزوجية والتقليل من الخلافات الزوجية والأسرية.

الكلمات المفتاحية: البرنامج الإرشادي، نموذج ساتير، أنماط الاتصال الزوجي، التسامح الزوجي، الاستقرار الزوجي، المعلمات المتزوجات حديثاً

Abstract

The Effectiveness of a Counseling Program in View of Satire's Model in Improving the Communication Patterns, Forgiveness and Family Stability among Newly Married Female Teachers

Prepared by:

Feda Mufleh Odeh Al-zaydaneen

Supervisor:

Dr. Saleh Salem Al - Khawaldeh

Date of Discussion: 12/ 1/2022 – Amman

The current study aimed to identify The Effectiveness of a Counseling Program in View of Satire's Model in Improving the Communication Patterns, Forgiveness and Family Stability among Newly Married. The study population consisted of all newly married female teachers in the female schools affiliated to the Directorate of Military Culture in Zarqa Governorate, which numbered (80) newly married female teachers.

In order to achieve the purposes of the study, the study members, numbering (30) female teachers, were intentionally selected who scored the lowest marks on the study scales (patterns of marital communication, marital forgiveness, marital stability), and they were randomly divided into two equal groups: an experimental group (15) teachers, whose members were subjected to the program guidance, and a control group (15) teachers, whose members did not receive any program.

The results showed: There are statistically significant differences at the level of significance ($\alpha=0.05$) between the average responses of the members of the experimental and control groups on the emotional balance scale and the self-control scale in the post-measurement, in favor of the experimental group, and as the results showed that the experimental group members retained the effect of the effectiveness of the counseling program After (3) weeks of application.

The study recommended several recommendations, most notably the application of appropriate counseling programs for newly married female teachers through the use of Satir model strategies to improve the marital relationship and reduce marital and family disputes.

Key words: Counseling Program, Satire's Model, Communication Patterns, Forgiveness, Family Stability, Newly Married.

قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
ب	قرار لجنة المناقشة
ج	الإهداء
د	شكر وتقدير
هـ	قائمة المحتويات
و	قائمة الجداول
ح	قائمة الملاحق
ط	الملخص باللغة العربية
ي	الملخص باللغة الإنجليزية
	الفصل الأول: خلفية الدراسة وأهميتها
١	المقدمة
٥	مشكلة الدراسة
٦	أسئلة الدراسة
٧	أهداف الدراسة
٧	أهمية الدراسة (النظرية، التطبيقية)
٧	التعريفات (المفاهيمية والإجرائية)
٩	حدود ومحددات الدراسة
	الفصل الثاني: الإطار النظري ودراسات سابقة
١٠	أولاً: الإطار النظري
٥١	ثانياً: دراسات سابقة
٦٢	ثالثاً: التعقيب على دراسات سابقة
٦٦	منهجية الدراسة
٦٦	أفراد الدراسة

الفصل الثالث: الطريقة والاجراءات	
٦٧	أدوات الدراسة
٩٢	إجراءات الدراسة
٩٣	متغيرات وتصميم الدراسة
٩٣	المعالجة الإحصائية
الفصل الرابع: عرض نتائج الدراسة	
٩٤	النتائج المتعلقة بالسؤال الأول
١٠٠	النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني
١٠٤	النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث
١٠٩	النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع
١١١	النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس
١١٢	النتائج المتعلقة بالسؤال السادس
الفصل الخامس: مناقشة نتائج الدراسة والتوصيات	
١١٣	مناقشة نتائج السؤال الأول
١١٥	مناقشة نتائج السؤال الثاني
١١٦	مناقشة نتائج السؤال الثالث
١١٨	مناقشة نتائج السؤال الرابع
١٢٠	مناقشة نتائج السؤال الخامس
١٢١	مناقشة نتائج السؤال السادس
١٢٢	التوصيات
قائمة المصادر والمراجع	
١٢٣	أولاً: المراجع باللغة العربية
١٣٣	ثانياً: المراجع باللغة الأجنبية
١٤٢	الملاحق

قائمة الجداول

الرقم	الجدول	الصفحة
١	توزيع مجتمع الدّراسة حسب عدد المعلمات في المدارس.	٦٦
٢	توزيع عينة الدّراسة لمجموعتي (الضابطة والتجريبية).	٦٧
٣	قيم معاملات ارتباط بيرسون لفقرات استبانة أنماط الاتصال الزوجي بين درجة كل فقرة مع ابعادها و الدرجة الكلية للاستبانة.	٦٩
٤	معاملات الثبات لاستبانة أنماط الاتصال الزوجي وأبعاده.	٧١
٥	مفتاح تصحيح الفقرات لاستبانة أنماط الاتصال.	٧٢
٦	قيم معاملات ارتباط بيرسون لفقرات استبانة التسامح الزوجي بين درجة الفقرة مع مجالاتها ومع الدرجة الكلية للاستبانة.	٧٤
٧	معاملات الثبات لاستبانة التسامح الزوجي ومجالاته.	٧٦
٨	مفتاح تصحيح الفقرات لاستبانة التسامح الزوجي.	٧٧
٩	قيم معاملات ارتباط بيرسون لفقرات استبانة الاستقرار الزوجي بين درجة الفقرة مع أبعاده ومع الدرجة الكلية للاستبانة.	٧٩
١٠	معاملات الثبات لاستبانة الاستقرار الزوجي ومجالاته.	٨١
١١	ملخص البرنامج الإرشادي المستند إلى نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزوجي.	٨٧
١٢	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة من المجموعتين التجريبية والضابطة على استبانة أنماط الاتصال الزوجي البعدي وعلاماتهم القبليّة.	٩٤
١٣	نتائج اختبار (Wilks' Lambda) للفروق بين أداء مجموعتي الدراسة على مجالات استبانة أنماط الاتصال الزوجي البعدي.	٩٦
١٤	تحليل التباين الأحادي المصاحب متعدد المتغيرات التابعة (MANCOVA) لأداء مجموعتي الدراسة على مجالات استبانة أنماط الاتصال الزوجي.	٩٦
١٥	المتوسطات الحسابية المعدلة وأخطاؤها المعيارية لمجموعتي الدراسة على استبانة أنماط الاتصال الزوجي البعدي.	٩٩
١٦	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة من المجموعتين التجريبية والضابطة على استبانة التسامح الزوجي البعدي وعلاماتهم القبليّة.	١٠٠
١٧	نتائج اختبار (Wilks' Lambda) للفروق بين أداء مجموعتي الدراسة على أبعاد استبانة	١٠١

الصفحة	الجدول	الرقم
	التسامح الزوجي البعدي.	
١٠٢	تحليل التباين الأحادي المصاحب متعدد المتغيرات التابعة (MANCOVA) لأداء مجموعتي الدراسة على مجالات استبانة التسامح الزوجي.	١٨
١٠٣	المتوسطات الحسابية المعدلة وأخطؤها المعيارية لمجموعي الدراسة على استبانة التسامح الزوجي البعدي.	١٩
١٠٥	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة من المجموعتين التجريبية والضابطة على استبانة الاستقرار الزوجي البعدي وعلاماتهم القبلية.	٢٠
١٠٦	نتائج اختبار (Wilks' Lambda) للفروق بين أداء مجموعتي الدراسة على أبعاد استبانة الاستقرار الزوجي البعدي.	٢١
١٠٧	تحليل التباين الأحادي المصاحب متعدد المتغيرات التابعة (MANCOVA) لأداء مجموعتي الدراسة على مجالات استبانة الاستقرار الزوجي.	٢٢
١٠٨	المتوسطات الحسابية المعدلة وأخطؤها المعيارية لمجموعي الدراسة على استبانة الاستقرار الزوجي البعدي.	٢٣
١١٠	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء المجموعة التجريبية على استبانة أنماط الاتصال الزوجي في القياسين البعدي والتتبعي اختبار (t-test) للعينات المترابطة.	٢٤
١١١	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء المجموعة التجريبية على استبانة التسامح الزوجي في القياسين البعدي والتتبعي اختبار (t-test) للعينات المترابطة.	٢٥
١١٢	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء المجموعة التجريبية على استبانة الاستقرار الزوجي في القياسين البعدي والتتبعي اختبار (t-test) للعينات المترابطة.	٢٦

قائمة الملاحق

الرقم	الجدول	الصفحة
١	خطاب تحكيم استبانة أنماط الاتصال الزوجي بصورته الأولية.	١٤٢
٢	استبانة أنماط الاتصال الزوجي بصورته النهائية.	١٤٦
٣	قائمة بأسماء محكمين استبانات الدراسة أنماط الاتصال الزوجي والتسامح والاستقرار الزوجي.	١٥٠
٤	تعديل فقرات استبانة أنماط الاتصال الزوجي بناء على آراء المحكمين.	١٥١
٥	إضافة فقرات لاستبانة أنماط الاتصال الزوجي بناء على آراء المحكمين.	١٥٢
٦	اتفاق المحكمين على فقرات استبانة أنماط الاتصال الزوجي.	١٥٣
٧	الفقرات الموجبة والسالبة في استبانة أنماط الاتصال الزوجي.	١٥٤
٨	خطاب تحكيم استبانة التسامح الزوجي بصورته الأولية.	١٥٧
٩	استبانة التسامح الزوجي بصورته النهائية.	١٦٠
١٠	تعديل الفقرات استبانة التسامح الزوجي بناء على آراء المحكمين.	١٦٣
١١	إضافة الفقرات لاستبانة التسامح الزوجي بناء على آراء المحكمين.	١٦٤
١٢	اتفاق المحكمين على فقرات استبانة التسامح الزوجي.	١٦٥
١٣	الفقرات الموجبة والسالبة في استبانة التسامح الزوجي.	١٦٦
١٤	خطاب تحكيم استبانة الاستقرار الزوجي بصورته الأولية.	١٦٨
١٥	استبانة الاستقرار الزوجي بصورته النهائية.	١٧١
١٦	تعديل الفقرات استبانة الاستقرار الزوجي بناء على آراء المحكمين.	١٧٤
١٧	إضافة الفقرات لاستبانة الاستقرار الزوجي بناء على آراء المحكمين.	١٧٥
١٨	اتفاق المحكمين على فقرات استبانة الاستقرار الزوجي.	١٧٦
١٩	الفقرات الموجبة والسالبة في استبانة الاستقرار الزوجي.	١٧٧
٢٠	قائمة بأسماء محكمين البرنامج الإرشادي.	١٧٩
٢١	استمارة تحكيم البرنامج الإرشادي (عناوين الجلسات، مواعيدها، ومكانها)	١٨٠
٢٢	نموذج تحكيم البرنامج الإرشادي.	١٨١
٢٣	الكتب الرسمية لتسهيل مهمة الباحثة.	١٨٣

الفصل الأول

خلفية الدراسة وأهميتها

المقدمة

تُعتبرُ الأسرة من أهمّ الجماعات الإنسانية وأعظمها تأثيراً في حياة الأفراد، فهي الوحدة البنائية الأساسية التي تنشأ عن طريقها مختلفُ التجمعات الاجتماعية، وهي منطلقُ وحدة المجتمع وتماسكه، فالأسرة السليمة والمتفاهمة، تُسهم في تشكيل الفرد السليم المتعافي، حيث تساعد كلَّ عضو من أعضائها في مواجهة ضغوطات الحياة، والتعامل معها بكفاءة، وفيها يشعر كلُّ فردٍ بالاطمئنان؛ لما لديه من شبكة قوية من العلاقات التي يستطيع أن يعتمدَ عليها في مواجهة المشكلات، أما الأسرة المفككة، فيصبحُ فيها الأفراد مصادرَ للضغط في علاقاتهم مع بعضهم، ويتحولُ فيها المنزلُ إلى مكانٍ منقر، فيبحثُ الأبناء عن مصادرٍ للدعم من خارج الأسرة، وقد يبحثُ الوالدان عن علاقاتٍ مشبعةٍ خارجَ إطار العلاقات الأسرية.

ويواجه الزوجان مجموعة من المطالب الأولية في بداية حياتهما، مثل القيام بالتزامات الزواج، والمشاركة بالخطط المستقبلية، وإعادة تنسيق العلاقات مع الأسرة الأصيلة والأصدقاء، فإذا فشلَ الزوجان في إنجاز هذه المطالب فإنَّ ذلك يقودُهما إلى صعوباتٍ في دورة حياتهم الأسرية.

ومن هنا، يُعدُّ الزواج من أهمّ عناصر استقرار الفرد، ومن خلاله يستطيع أن يؤسسَ كيانَهُ الأسري، ويحققَ إحدى أهمّ حاجاته النفسية، والسيولوجية. وتتباينُ دورة حياة الزواج من أسرةٍ إلى أخرى، ففي هذه الدورة قد تحدث الكثير من المشكلات التي تؤثرُ في حياة الزوجين، وقد لا تتأثرُ حياتهما بتلك المشكلات، إذا كان بينهما استقرارٌ زواجي؛ لأنَّ الاستقرارَ حصنٌ متينٌ للزوجين، وعاملٌ مهمٌ لتحقيق درجة عالية من الاتصال الفعّال، والمودّة والمحبة والتسامح بين الأزواج، الأمر الذي يؤدي إلى بناء علاقةٍ قويةٍ متينة، تفضي إلى الاستقرار الزواجي المنشود (الغامدي، 2016). فالاستقرارُ الزواجي هو الهدفُ البعيدُ والأسمى، الذي يسعى النظامُ الأسري إلى تحقيقه، فهو شرطٌ هامٌ من شروط نجاح الحياة الزوجية واستقرارها، ورغم ذلك كله، لا تخلو الحياةُ الأسرية من المشكلات التي قد تُحلُّ في وقتٍ من الأوقات، وقد تتخللها مشكلاتٌ أخرى تستدعي تدخلَ الأهل والمصلحين، وقد يسودُ الصراعُ والشقاقُ حياةَ الأسرة، فيعجزُ صفوها، ويهزُّ نظامها الأسري القائم - الأهم والأساس - وقد يعرضُها في النهاية إلى التصدُّع والانحيار (العدوان والنجار، 2016).

إنَّ تكوين أسرةٍ جديدةٍ مستقرةٍ لأبدٍ أنْ يضمن تغييراً أساسياً في الأدوار المشكَّلة لأنماط السلوكِ لكِلا الزوجين، ومعرفةً للتوقعات الاجتماعية المرتبطة بمواقفٍ معينة، واستجابةً بصورةٍ ملائمةٍ، مما يحقق توافقاً وانسجاماً مع الدور الذي يقوم به، فالتوافقُ الزوجيُّ ركيزةٌ أساسيةٌ، ومحورٌ هامٌ في عملية الاستقرار الأسري، فهو يرتبط بالعلاقة الزوجية الواعية، البعيدة عن العاطفة القوية في مواجهة العقبات والمشكلات الأسرية حال حدوثها، وإحلال التسامح بدلاً منها (حقي وأبو سكيبة، 2009).

فالتسامح سرٌّ من أسرار الحياة الزوجية السعيدة، فلا يمكن أن تستمرَّ العلاقة الزوجية، أو تشتتَّ دعائمها ويكتبَ لها الاستقرار، إن لم تتوفر لها مساحة فاعلة من الرحمة، والمسامحة، والرفقة، حيث يجعلُ التسامحُ صاحبه قوياً من الناحية النفسية، ضابطاً ذاته، مديراً لانفعالاته، متحكماً بها، ومسيطرًا عليها، على عكس ذلك الشخص غير المتسامح، الذي تُسيطرُ عليه مشاعرُ الغضب، فيقومُ بردودِ أفعالٍ عنيفة، يندمُ عليها لاحقاً (شقيير، 2012).

ويؤكدُ أبو أسعد (2014) أنَّ التسامحَ يؤدي دوراً مهماً في الاستقرار الزوجيِّ، حيث يشعرُ الزوجان بإشباع حاجاتهما النفسية، والسيولوجية، والاجتماعية، والرضا في حياتهما الزوجية، مما يهيئُ لهما حياةً هانئةً، بعيدةً عن الخلافات والصراعات القوية، ويعطيهم الفرصة للاستمتاع في أوقاتهم، ويؤمنُ لهما حياةً زوجيةً أكثرَ سعادةً واستقراراً.

فأسعد الأزواج كما يرى جامبولسكي (Jampolsky, 2011) هم الذين بُنيت علاقتهم على أساس التسامح، والتخلي عن إصدار الأحكام، فالتسامح هو نسيان الماضي الأليم بكامل إرادتنا، وعدم الاكتراث بجرِّح الآخرين لنا ولمشاعرنا، وهو الرغبة في أن نفتح أعيننا على مزايا الآخرين، بدلاً من أن نحاكمهم وندينهم، وهو الشعور بالتعاطف والرحمة، وأن نحمل ذلك في قلوبنا، مهما بدا لنا العالم من حولنا، فالتسامح هو ما يُشعِّرنا بالسعادة والسلام الداخليِّ.

وُظهِر عدد من الدراسات التي تطرقت للعلاقات الزوجية، أنَّ التسامحَ بين الزوجين، وامتلاك مهارات الاتصال الزوجيِّ الفعَّال، تمنحُ الأزواج القدرةَ على إيجاد الحلول للخلافات فيما بينهم، وأن هناك علاقةً قويةً بين أنماط الاتصال الزوجيِّ، والاستقرار بشكلٍ عام، ووجدت كذلك أنَّ القدرةَ على الاتصال، تؤدي إلى الاستقرار الزوجيِّ (Karahana, 2009).

وهذا ما يقودنا إلى أنَّ التسامحَ والاستقرارَ الزوجيَّ، هما النتيجة الإيجابية للاتصال الجيِّد، والتفاعل السليم بين طرفي الزواج، فالإتصال بشكلٍ عام، هو أساسٌ وضرورةٌ لا يمكن الاستغناء

عنها في مختلف جوانب الحياة؛ لأنّ العلاقة في الحياة الأسرية لصيقة، وملتصّة، ومستمرّة، ولها متطلبات متبادلة، تقتضي الإشباع المشترك عاطفياً، واقتصادياً، واجتماعياً، وثقافياً؛ فالأولى أن يكون الاتصال الزوجي حاضراً بأفضل أحواله، ومؤثراً بشكلٍ إيجابيٍّ في جميع جوانب الحياة الزوجية (الخالدي والعلمي، 2009).

ومن هنا نجدُ بأنّ العلاقات الزوجية الصحيّة، تعكس أنماطاً إيجابية ومناسبة، في حين أن العلاقات غير الصحيّة تعكس أنماطاً سلبية وغير مناسبة؛ أي أن طبيعة العلاقات الزوجية، تعتمد بالضرورة على أنماط الاتصال التي يستخدمها الزوجان (بني سلامة وجرادات، 2016)، لذا يُنظرُ إلى الاتصال على أنه قلبُ العلاقة الحميمية، والأساسُ الذي تُبنى عليه العلاقات الأخرى، ومفتاحُ نجاح العلاقة الزوجية، فالرضا عن الزواج بشكل عام، يكون في أعلى درجاته لدى الأزواج الذين يقومون باتصالٍ جيّدٍ وفَعَالٍ، في حين أن الافتقارَ إلى الاتصال الزوجيّ الجيّد، يُعدُّ مؤشراً قوياً على الضغوط الزوجية الشديدة، التي قد تهدد استقرار الحياة الزوجية، وقد تمنع استمرارها (Usoroh, 2010).

إنّ لغياب قيمة التسامح، وأنماطِ الاتصال الفعالة بين الزوجين، أثراً بالغاً في استمرار العلاقة الزوجية؛ حيث يمثلان صورةً واضحةً للعلاقة المضطربة، وسوء التوافق، وضعف الاستقرار الزوجي، وجميعها تشيرُ إلى نقصٍ شديدٍ في إشباع الحاجات الفيزيولوجية، والنفسية الأساسية للزوجين، وقد يؤدي ذلك إلى اتساع دائرة النزاع، والوقوع تحت وطأة الأحداث الضاغطة، واستخدام القوة والعنف، فتتصدعُ مؤسسة الزواج وتهدم، مما يدفعُ أحدَ الزوجين أو كليهما للبحثِ عن الذاتِ خارجَ حدودِ الآخر، فتضيّقُ المساحاتُ، وتقلُّ الخياراتُ، فيؤدي ذلك في النهاية إلى الخيانة أو الطلاق (سليمان، 2005).

ومما سبق، نجدُ أنّ الاستقرارَ الزوجيَّ هو ضرورةٌ من ضروراتِ الزواج الناجح، الذي يقومُ على عدّة معايير؛ كالتسامح، وأنماط الاتصال الزوجيّ المناسب والمتكرر بين الزوجين، وقد يؤدي عدم الاستقرار الزوجيِّ إلى عديدٍ من المشكلات النفسية والاجتماعية، وتوتر في العلاقة الزوجية، وبالتالي إلى فشل الزواج في فترة مبكرة، وهذا ما يُلاحَظ لدى بعض المتزوجات حديثاً (شاهين ومخطوب، 2015).

ومن هنا تبرز فعالية التدخلات الإرشادية المتعددة، وخاصة التي تم تطويرها أصلاً للعمل والتدخل ضمن سياق النظام الزوجي والأسري؛ كمنظريات النظم الأسرية، وجميعها تهدف إلى

تحسين نوعية الحياة الزوجية والأسرية، ومساعدة الأزواج على تجاوز مشكلاتهم وصعوباتهم الحياتية، بما يضمن مزيداً من التوافق والاستقرار الزوجي (العزة، 2000).

ويُعدُّ نموذج فرجينيا ساتير (Virginia Satire's Model) نموذجاً هاماً في الاتصال،

وأحد توجهات المنهج الخبراتي في الإرشاد الأسري، إذ يشير بروبشير (2014 ،

Brubacher) إلى أن ساتير (Satire) قد حطّيت بألقاب عديدة؛ كرائدة العلاج الأسري، ومعالجة كل أسرة؛ وذلك نظراً للانطباع الإيجابي الذي تركته في ميدان الإرشاد والعلاج الأسري، ولما أثبتته علاجها من فاعلية، حال تدخله مع الأفراد بشكل عام، والأسر والأزواج بشكل خاص.

وعليه فقد أشارت (أبو عيطة وعيسى، 2017) بأن ساتير تركزت على الذات، وتنتظر دائماً

إلى الطريقة التي يتواصل بها الأشخاص، فهي التي تعكس مشاعرهم تجاه بعضهم، فالذين يستخدمون أنماطاً غير نوعية في الاتصال، فإن لديهم شعوراً سلبياً حول أنفسهم، وضعفاً في تقدير الذات، أما الذين يتواصلون بشكل مباشر واضح، ومنفتح، وأصيل؛ فيشعرون بتقدير عالٍ للذات.

ومن المساهمات الرئيسة في مجال الاتصال بين الزوجين وأفراد الأسرة، للعالمة ساتير

(Satire) قيامها بتحديد خمسة أنماط للاتصال داخل الأسرة وهي: النمط المسترضي، والنمط

اللوام، والنمط المثالي العقلاني، والنمط المنسجم، والنمط اللامبالي المتشتت (Satire, 2009).

وترى ساتير (Satire) أن الذات هي القدرة على إعطاء الفرد قيمة لذاته، والقدرة على

معالجة الذات من خلال الكرامة والحب والواقع، وترى أن الأشخاص الذين يتمتعون بتقدير عالٍ للذات، يتسمون بالنزاهة، والصراحة، والمسؤولية، والكفاءة، والحب، والتعاطف، علاوةً على الانسجام بما يستخدمونه من أنماط اتصالية مع الآخرين بشكل عام، ومع أسرهم بشكل خاص، أما الأشخاص ذوي التقدير المنخفض للذات، فإنهم يتواصلون بسلبية من خلال أنماط اتصالية غير صحيحة، ويتوقعون الأسوأ دائماً، ويميلون إلى الجمود واللامبالاة مع أسرهم، وتتألف أدوات تقدير الذات الخاصة بنموذج ساتير (Satire) من (ميدالية نعم أو لا)، و(العصا الشجاعة)،

و(قبة المحقق)، و(المفتاح الذهبي)، و(صندوق الحكمة)، وجميعها مصطلحات مجازية استخدمتها في علاجها مع الأفراد والأسر والأزواج (Pid docke, 2010).

وفي إطار الاهتمام المتزايد بنموذج ساتير، سعت الدراسة الحالية إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزواجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً؛ وذلك لما تتيحه فنيّات نموذج ساتير (Satire) من فعالية في تحسين أنماط الاتصال الزواجي، وتنمية مهارات التعبير الزواجي، والوعي بالذات، وتحفيز لغة الأنا، وإظهار التسامح لدى الزوجات، أثناء التفاعل والحوار مع أزواجهن، ولما تهدف إليه البرامج الإرشادية من تحقيق رضا واستقرار زواجي لهذه الأسر.

مشكلة الدراسة:

وفقاً للتقرير الإحصائي السنوي الصادر عن دائرة قاضي القضاة (2020)، فقد بلغت حالات الطلاق التراكمي الرضائي المسجلة في المحاكم الشرعية في الأردن (22,780) حالة، عدا حالات الطلاق القضائي و(4,608) حالات طلاق مبكر (الطلاق من زواج لم يتجاوز العام) أي بنسبة 24%. وهذا يشير إلى ازدياد نسب الطلاق في المجتمع الأردني، وإلى تدنٍ واضح في مستوى الاستقرار الزواجي للأسرة الأردنية في العصر الراهن، فهو عصرٌ ازدادت فيه حالات الطلاق، والصراعات والنزاعات والخلافات الأسرية بجميع أنواعها ودرجاتها؛ وذلك تبعاً لضعف مهارات الاتصال الأسري الفعّال، وانخفاض مستوى الرأفة والتسامح والمودة والرحمة بين الأزواج، مما أدى إلى آثار سلبية بالغة - نفسية ومعرفية واجتماعية - في جميع جوانب النسق الأسري بشكل خاص، والمجتمع برمته بشكل عام.

كما لاحظت الباحثة من خلال عملها مرشدةً في مدارس الثقافة العسكرية لفترةٍ طويلة، أن عدداً من زميلاتها في مدارسٍ مختلفةٍ، يعانون من تدني الاستقرار الزواجي، والضعف الشديد في مهارات حلّ المشكلات، وإدارة الحوارات الأسرية القائمة، مع عدم القدرة على اختيار أنماط تواصلٍ إيجابيةٍ وفعالة، فينبغ أسلوب المواجهة، والشك، والريبة، بدلاً من التسامح والرضا في علاقتهن الزوجية، فيشعرن بالآم نفسية واجتماعية، وتدنٍ في المرونة النفسية، والكفاءة الذاتية، والإنتاجية بشكل عام.

كما أكدت دراساتٌ عديدة أن البرامج الإرشادية التي تستند إلى أسس نظرية، كان لها الفاعلية في تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزواجي لدى المعلمات المتزوجات

حديثاً، إلا أنه لم تتطرق أية دراسة من هذه الدراسات أو غيرها في حدود علم الباحثة إلى فاعلية برنامج إرشاديّ يستند إلى نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً، ومن هذه الدراسات: (المومني والفريحات، 2020؛ البواليز، 2020؛ المبيضين والختاتنة، 2020؛ احمد، 2019؛ تركي، 2019؛ البلوي، 2019؛ بدر، 2019؛ الزغول والشرعه، 2019؛ Bazmara, and Razav, 2017؛ بني سلامة وجرادات، 2016).

أسئلة الدراسة: ومن هنا أتت تحديداً الدراسة الحالية، لتجيب عن السؤال الرئيس الآتي:

ما مدى فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال

والتسامح والاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً؟

ويتفرع من السؤال الرئيس، الأسئلة الفرعية الآتية:

١. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha=0.05$) بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على استبانة أنماط الاتصال الزوجي تعزى للبرنامج الإرشادي؟
٢. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha = 0.05$) بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على استبانة التسامح الزوجي تعزى للبرنامج الإرشادي؟
٣. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha= 0.05$) بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على استبانة الاستقرار الزوجي تعزى للبرنامج الإرشادي؟
٤. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha= 0.05$) بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على استبانة أنماط الاتصال الزوجي في القياسين البعدي والتتبعي؟
٥. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha= 0.05$) بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على استبانة التسامح الزوجي في القياسين البعدي والتتبعي؟
٦. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha= 0.05$) بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على استبانة الاستقرار الزوجي في القياسين البعدي والتتبعي؟

أهداف الدراسة:

سعت الدراسة الحالية إلى الكشف عن مدى فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً.

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في جانبين، وهما:

- **الأهمية النظرية:** تكمن الأهمية النظرية في الإضافة العلمية التي تأمل الدراسة الحالية أن تقدمها إلى المكتبة العربية، كما تكمن في أهمية الموضوع الذي تناوله، وهو تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً، وذلك من خلال استراتيجيات وفنيات نموذج ساتير، وأيضاً توجيه أنظار الباحثين إلى الاهتمام بمفاهيم العلاقة الزوجية التي تزيد من فهم سيكولوجية الحياة الزوجية.

- **الأهمية التطبيقية:** في ضوء ما أسفرت عنه الدراسة من نتائج، يمكن الاستفادة من هذه النتائج فيما يأتي:

١. فاعلية تخطيط مواقف تعليمية وعلاجية، تساعد في التغلب على عدم استقرار العلاقة الزوجية لدى المتزوجات حديثاً.

٢. استخدام البرنامج الإرشادي الذي يستند إلى نموذج ساتير في مجال العلاقة الزوجية، حيث يسعى هذا البرنامج إلى تحسين أنماط الاتصال الزوجي والتسامح والاستقرار الزوجي، وقد يفيد هذا البرنامج في مجال الإرشاد الأسري والزوجي.

٣. توجيه أنظار القائمين على العملية الإرشادية إلى ضرورة الاهتمام بالبرامج الواقعية الاسرية عند التعامل مع فئة المتزوجات حديثاً.

التعريفات المفاهيمية والإجرائية:

البرنامج الإرشادي: يعرفه كوري (Corey, 2009) بأنه مجموعة من الإجراءات المخططة والمنظمة في ضوء أسس نظرية وقواعد علمية؛ بهدف تقديم الخدمات الإرشادية على المستويات: العلاجية والوقائية والنمائية، ويُسَمَّ بأنه دراسة للواقع، وتحديد المشكلات والأهداف والحلول، ويُعتبر الأساس النظري لبناء الخطط الإرشادية. ويُعرَّف إجرائياً: بأنه البرنامج

الإرشادي المنظم والمخطط، والذي يستند إلى فنياتٍ واستراتيجيات العلاج الإنساني لساتير، وأهمها: (تقدير الذات، التعبير عن المشاعر، حقيقة المشاعر، الاستماع الفعال، التعاطف، أنماط الاتصال، إدارة الغضب). والذي تكون من (13) جلسة إرشادية، بواقع جلستين أسبوعياً، ومدة كل جلسة (90) دقيقة.

نموذج ساتير: عرفته ساتير (Satire,2001) بأنه المنهج الذي يحتوي مجموعة من الفنيات العلاجية والأفكار؛ لتحسين الاتصال لدى أفراد الأسرة، ويهدف النموذج إلى التغيير الإيجابي لدى الأفراد عن طريق تعزيز الوعي والفهم لأنماط الاتصال، والقدرة على اكتشاف الذات، والاستفادة من الموارد الداخلية لإحداث التغيير الخارجي لدى الفرد.

أنماط الاتصال الزوجي: هي الطرق التي يتواصل بها الأزواج مع الطرف الآخر والتي تتضمن طرقاً واتجاهات متعددة، تتم ضمن نطاق الأسرة، حيث تحتوي على خمسة أنماط اتصالية وهي: المسترضي، واللّوأم، والعقلاني، واللامبالي أو المتشنت، والمنسجم. واقتصرت هذه الدراسة على أنماط الاتصال غير التكيفية؛ لتحديد أكثر الأنماط تأثيراً في التسامح والاستقرار الزوجي. (بني سلامة وجرادات، 2016). وتُعرف إجرائياً: بأنها الدرجة الكلية التي حصلت عليها المفحوصة، من خلال إجابتها على استبانة أنماط الاتصال الزوجي الذي أعدته الباحثة لأغراض هذه الدراسة.

التسامح الزوجي: هو مكون معرفي سلوكي وجداني اتجاه الذات والأفراد والمواقف، يتمثل بمجموعة من المعتقدات والمشاعر والسلوكيات والمبادئ التي تجعل الفرد متصالحاً مع ذاته ومع الآخرين، ومُتصفاً بالعفو في مواقف حياته المختلفة (شقير، 2012). ويُعرف إجرائياً: بالدرجة التي حصلت عليها المفحوصة، من خلال إجابتها على استبانة التسامح الزوجي المُعدّ لأغراض هذه الدراسة.

الاستقرار الزوجي: هو التمسك بالعلاقة الزوجية؛ للحفاظ على نجاحها وسلامتها من التوتر والاضطراب الزوجي، مما يحافظ عليها من التهديد والفسل، وما ينتج عن ذلك من طلاق، فإذا كانت العلاقة الزوجية مستقرة، فإن كلا الزوجين يشعران بالتوافق والسعادة والرضا، أما إذا كانت العلاقة غير مستقرة فيشعر الزوجان عندها بعدم التوافق، وعدم الرضا عن علاقتهما (بلمهيوب، 2010). ويُعرف إجرائياً: بالدرجة التي حصلت عليها المفحوصة، من خلال إجابتها

على استبانة الاستقرار الزوجي المُعدّ لأغراض هذه الدراسة.

المتزوجات حديثاً: هنّ المعلمات اللواتي يعملنّ على تكوين أسرٍ حديثة، تتضمننّ زوجاً وأبناءً، وكلُّ امرأةٍ منهنّ مرتبطةٌ برجلٍ ضمِنَ عقْدَ زواجٍ شرعيٍّ، ولا تتجاوزُ مدّةَ زواجهنّ ثلاثَ سنواتٍ (أحمد، 2016). ويُعرّفنّ إجرائياً: بالمعلمات اللواتي سجّلنّ أقلَّ الدرجات على استبانات الدراسة (أنماط الاتصال الزوجي، التسامح الزوجي، الاستقرار الزوجي)، والتحقنّ بالبرنامج الإرشاديّ المُعدَّ لأغراض هذه الدّراسة في مدارس الثقافة العسكرية بمحافظة الزرقاء.

حُدود الدّراسة ومُحدداتها:

تحدد هذه الدّراسة بالحدود والمحددات الآتية:

- **الحدود البشرية:** اقتصرَت الدّراسة الحالية على عينة من المعلمات المتزوجات حديثاً والبالغ عددهنّ (30) معلمة، وتتراوح مدة زواجهنّ ما بين (1 - 3) سنوات.
- **الحدود المكانية:** تم تطبيق الدّراسة على المعلمات المتزوجات حديثاً العاملات في مدارس الثقافة العسكرية في محافظة الزرقاء، والتابعة للقوات المسلحة الأردنية.
- **الحدود الزمانية:** تم تطبيق الدّراسة خلال الفصل الثاني من العام الدراسي 2021 م.
- **محددات الدّراسة:** تتحدد نتائج الدّراسة الحالية بمصادقية استجابة أفراد العينة، بالإجابة على استبانات الدّراسة، وما تآلو إليه نتائج هذه الدراسة من تطبيقات عملية.

الفصل الثاني

الإطار النظري ودراسات سابقة

أولاً: الإطار النظري:

يتناول هذا الفصل الإطار النظري ودراسات سابقة، حيث يتضمن أنماط الاتصال، استناداً إلى نموذج فرجينيا ساتير (Satire)، والتسامح الزوجي والاستقرار الزوجي، وسيتم تناول هذه الموضوعات من عدة جوانب، ثم استعراض الدراسات السابقة المتعلقة بموضوع الدراسة، والتعقيب عليها.

المعلومات المتزوجات حديثاً:

لقد خصّ الله سبحانه وتعالى الزواج بمكانة عظيمة، فالزواج من سنن الأنبياء والمرسلين. يقول الله في كتابه العزيز: ﴿وَلَقَدْ أَرْسَلْنَا رُسُلًا مِنْ قَبْلِكَ وَجَعَلْنَا لَهُمْ أَزْوَاجًا وَذُرِّيَّةً وَمَا كَانَ لِرَسُولٍ أَنْ يَأْتِيَ بِآيَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ لِكُلِّ أَجَلٍ كِتَابٍ﴾ [الرعد: ٣٨].

ويُعتبر الزواج رابطة مقدسة؛ فمن خلاله تتكون نواة الأسرة الأولى، وهو قائم على الاهتمام، والتعاطف، والمودة، والرحمة، والتسامح، والتفاهم التي تشكل الانسجام، والاستقرار بين الزوجين، والانسجام العاطفي بينهما، والذي يعمل على تحقيق السعادة، والتسامح، والاستقرار في الحياة الزوجية. وتختلف الأسر من حيث نوعها وحجمها، والمسؤوليات التي تتوزع على أفرادها، والسلطة الموكلة لكل واحد فيها، وطريقة التفاعل فيما بينهم، وهي من أهم القضايا التي يتم التركيز عليها من قبل أصحاب الاختصاص في مجال الإرشاد الأسري، وخصوصاً في الميدان التربوي والنفسي الذي يستدعي التحقق من إيجاد قنوات اتصال توضح تلك الجوانب وتنظمها وترشدها؛ لضمان تحقيق الاستقرار الأسري والتسامح والمودة فيما بينهم، ولا سيما في ظل التطورات والتغيرات التي تحدث في المجتمع، والتي تجعل الأسرة ساعية لإيجاد أنماط الحياة المتنوعة؛ لتستطيع العيش بألفة وتفاهم ومحبة واستقرار.

وقد تُسبب تلك التغيرات مشكلات بين أفراد الأسرة، وخاصة في بداية الحياة الزوجية، ويتم من أجل ذلك تفعيل أنماط الاتصال، والعمل على تنمية مفهوم التسامح، والتي تجعل الأسرة قادرة على إيجاد الوسائل والطرق التي تمكّنها من تجاوز العقبات، والمشكلات، والاستمرار في أداء المسؤوليات والمهام التي تتعلق بحياة الأسرة وأدائها لدورها في المجتمع، وقد تستدعي بعض المشكلات الأسرية وجود برامج العلاج الأسري؛ لتعديل اتجاهات أفراد الأسرة وسلوكياتهم والتفاعل بالطريقة الصحيحة؛ لتحقيق الاستقرار الزوجي.

والأسرة التي تضم الزوج والزوجة والأطفال تتميز بامتلاكها العديداً من التعليمات والقواعد التي تسيّر عملية التفاعل بينهم، وتكوّن الروابط الفكرية والنفسية والعاطفية، كما تتميز بتنفيذ المهام والأعمال لكل شخص فيها، كما أنّ الأسرة هي الجهة الرئيسة التي ينشأ عليها الطفل، ويتعلم منها وينشأ من خلالها ليكتسب سلوكياته وعاداته ومبادئه، والقيم والأفكار التي تستمر معه بمراحل حياته النمائية، وتقوم الأسرة على عدد من المقومات الأساسية المتضمنة في تركيبها؛ إذ إنها تسعى إلى توفير متطلبات أفراد الأسرة، والحاجات الأساسية والمتغيرة، وتسعى إلى الحفاظ على البنى العاطفية والعقلية والنفسية السليمة، كما أنها تسعى نحو تربية الأطفال؛ لتأمين الحياة الصحية والأمنة لهم، من خلال الانسجام المشترك والمتبادل بينهم وبين أبويهم، والتأكد من قدرتهم على الاتصال بشكل إيجابي وسليم، وتحمل المسؤوليات، وتوفير القيم الإيجابية؛ كالتسامح والقدرة على تنشئة أسرهم في المستقبل (Carrà,2017; Birditt 2009).

وقد تتعرض الأسرة لمشكلات تؤدي إلى عدم استقرارها؛ كالتنوع الثقافي لدى الزوجين، إلى جانب الخبرات المختلفة التي اكتسبها، والضغوطات الاجتماعية والاقتصادية، التي قد يظهر أثرها في صورة نزاعات وإساءة معاملة، وإهمال، وعداوة، وعنف، وهو ما يستدعي إيجاد الحلول؛ للتعامل مع تلك المشكلات، والتخفيف من أثارها وتبعاتها السلبية على أفراد الأسرة، ويمكن كذلك أن تظهر المشكلات في الأسرة؛ بسبب خلل في أحد مقوماتها أو غيابها، فالزواج في بدايته مرتبط بمدى قدرة الزوجين على الالتزام بالمسؤوليات الأسرية، ومشاركتها في الأنشطة الأسرية والاجتماعية المختلفة، وتحقيق الاستقرار النفسي والمادي والعاطفي لهم ولأبنائهم، من خلال تأمين الرغبات الأساسية، وفي حال وجود مشكلات ناتجة من عدم تحقيق الاحتياجات الكافية لأفراد الأسرة، فإن ذلك سيعكس أثراً سلبياً عليهن إلى جانب عدم الشعور بالراحة والسعادة (Anderson, 2014; Lliyid , 2018).

وتؤدي المرأة منذ القدم دوراً فعالاً في بنية المجتمع ورفعه، فهي الأم والأخت والابنة والزوجة، وتعمل على معاونة زوجها في توفير لقمة العيش؛ ليحظى بيئتها بحياة كريمة تخلو من المشكلات والعقبات، كما تمثل المرأة نصف المجتمع، وتقع على عاتقها مسؤولية تربية الأبناء، وتمييزهم وإعدادهم للمستقبل.

وبالإضافة إلى دور المرأة داخل الأسرة، وما تقوم به من واجبات منزلية ورعاية للأطفال، فقد خرجت من بيئة المنزل، وانطلقت نحو التعليم والعمل، وحظيت بنصيب وافر من العمل بأكبر الوظائف، فالمرأة العاملة تعيش اليوم بين عالمين: العالم الأساسي لها المتمثل

بدورها نحو الأسرة وواجباتها، والعالم الآخر الذي تعمل به من أجل تطوير ذاتها وعائلتها، مما ترتب عليه وجود صراعاتٍ نفسيةٍ واجتماعيةٍ تعاني منها المرأة؛ مثل القلق، والاكتئاب، والضغوط النفسية، وعصبية المزاج، وهذا بلا شك قد أثرَ على صحتها النفسية بشكلٍ ملحوظٍ وواضح. (الخولي، 2008).

ومن أبرز المِهَن التي شَغَلَتْها المرأة العاملة مهنة التعليم؛ إذ تعتبر مهنة التعليم الأساس الذي يستمدُّ منه المجتمع الطاقات البشرية المؤهلة، والتي يكون لها دورٌ خلاقٌ في بناء ركائزه الاجتماعية والثقافية والسياسية، وهناك تزايد ملحوظ في نسبة إعداد المعلمات مقارنة بالمعلمين، إذ تشير إحصائيات وزارة التربية والتعليم في المملكة الأردنية الهاشمية لعام (2018) أن نسبة المعلمات في الأردن (69.5%) من العدد الإجمالي للمعلمين، حيث يعود السبب في ارتفاع نسبة إعداد المعلمات مقارنة بالمعلمين في مهنة التعليم كما ترى أبو طير (2016) إلى أن رؤية المجتمع التقليدية لعمل المرأة في مجال التربية والتعليم أفضل بكثير من جميع المِهَن الأخرى، كما أنَّ تحمُّلها أعباء المنزل، ودورها في رعاية شؤون الأولاد والزوج بصورةٍ شبيهةٍ كاملة، يدفعها للانضمام إلى مجال التربية والتعليم؛ حيث إنَّ أغلب المِهَن الأخرى تحتاج وقتاً أطول تقضيه المرأة خارج منزلها، وعملُ المرأة المتزوجة في المدرسة يعطيها الفرصة لقضاء وقت أكبر مع عائلتها؛ إذ تخرج في الصباح الباكر، وتعود بعد فترةٍ قصيرةٍ مقارنة بالمِهَن الأخرى. وتُعتبر مهنة التعليم من المِهَن الشاقة؛ إذ تتطلب من المعلمات تنشئة الأجيال، فالمدرسة هي المؤسسة الثانية بعد الأسرة، التي تهتمُّ بالتنشئة الاجتماعية للأفراد، فهما الجهتان المسؤولتان عن التربية والتنشئة الاجتماعية والمجتمعية للطلبة على اختلاف أعمارهم، فمن خلال التفاعل القائم بين المعلمين والطلبة، والدعم الذي تقدِّمه الأسرة تتمُّ العملية التعليمية التعليمية على أكمل وجه؛ لأنَّ العمليات والعلاقات الوجدانية تؤثر في كيفية تعلُّم الطالب، والمعلمة ذات الكفاية العالية هي التي تمتلك سماتٍ اجتماعيةٍ وانفعاليةٍ؛ كالوعي الذاتي، والاتصال الاجتماعي، والتعاطف، وإدارة الانفعالات، والمسؤولية الشخصية والاجتماعية والمجتمعية، وامتلاكها لهذه السمات يمكنها من الاتزان الانفعالي، واحترام الطلبة لها، مما يجعلها قادرةً على التعامل مع طلبتها بفاعلية شاهين، (2013).

ويشير نيرجنسي (Nergency,2003) إلى أن نجاح المعلم الكفي في عمله، وتحمُّله المسؤوليات المنسوبة إليه؛ يعودُ إلى شخصيته الواثقة والمستقرة، والقادرة على العطاء والإبداع

والتجدد والتنوع، والمتسمة بالثقافة العامة، والمتفهمة لخصائص وسمات نمو الطلبة واحتياجاتهم، والقادرة على معرفة مشكلات الطلبة، ونقاط القوة والضعف لديهم، ولديها الكفاية الذاتية لتوجيههم وإرشادهم في تسهيل التعليم، إضافة إلى أن المعلم صاحب هذه الشخصية معداً إعداداً كاملاً ومتنوعاً من الناحية الأكاديمية والمهنية.

ويضيف رايس (Rice,2005) أن المعلمة المتزوجة حديثاً، تواجه مثيرات عديدة وبشكل أكبر، ربّما تعود إلى التغيير في نوعية العلاقة، والانتقال من بيت الأسرة إلى بيت الزوجية، فيصحب الطريق إلى الاستقرار الزوجي مهمة شاقة، حيث لوحظ أن واحدة من كل ثلاث زيجات تفشل في السنوات الخمس الأولى من الزواج، وتنتهي بالطلاق، فهذه السنوات تُعتبر من أصعب المراحل وأكثرها حرجاً، حيث إن (20%) من كل الزيجات الأولى، و(23%) من الزيجات الثانية، تنتهي بالانفصال أو الطلاق في ظل السنوات الخمس الأولى من الزواج (Rice, 2005; Karney & Bradbury, 1995).

ويرى كوردر (Korder) المشار إليه في الكندري (1996) أن هناك أهمية كبيرة لبعض وتعتبر المتغيرات الديموغرافية وارتباطها بالاستقرار الزوجي من الجوانب المهمة التي لا يمكن إغفالها، فكلما استمر الزواج لفترة أطول شعر الأزواج بقوة الرابطة التي تجمعهم، واتحدت أهدافهم، وتلاشت الذاتية عند كل منهم، وخفّ مستوى الأنانية؛ مما يؤدي إلى زيادة القدرة النفسية على التسامح في سبيل الوصول لاستقرار الأسرة وإسعادها .

فالزواج في مرحلته الأولى كما يرى بتروفيسكي وباروشفسكي (Betrovisky & Baroshvisky, 1996) هو مرحلة نوعية محددة الزمان، يتطور خلالها النمو العقلي للأزواج، وتتشكل شخصياتهم، كما يقع عبر العمر مجموعة كاملة من التغيرات الوظيفية والنفسية والموضوعية غير المرتبطة بالتكوين الذاتي، ويتميز الانتقال من مرحلة عمرية إلى أخرى بإعادة بناء النمو النفسي وتغييره.

توصلت القضاة (2016) في دراستها إلى أن هناك عدة عوامل مؤثرة في زيادة العراقيل والصعوبات التي يمكن أن تتعرض لها المتزوجات حديثاً، وخاصة المرأة العاملة، وأبرزها:

- **الحالة الانتقالية:** تنتقل المتزوجة من العزوبية إلى الزواج، وتُفاجأ بكثرة المسؤوليات التي لا تستطيع التعامل معها بأسلوب سليم؛ فيعرضها ذلك إلى المشاحنات والمشكلات.
 - **الطباع:** قد تكون طباع الزوجة مختلفة عن طباع الزوج؛ مما يؤدي إلى صعوبة في التفاهم والتواصل فيما بينهما.
 - **التدخل من طرف العائلة:** يحدث أن يتدخل أهل الزوجين بدافع العون والمساعدة، على اعتبار أن الزواج ما زال في أوله؛ فيكون هذا التدخل سبباً في حدوث الخلافات بين الزوجين.
 - **قلة الاهتمام:** قد يهمل الزوج مشاعر زوجته، ويعتبرها من الأمور غير المهمة، وينشغل بعمله واحتياجاته، ويصبح أكثر واقعية مما كان عليه في فترة الخطوبة؛ مما يولد الشعور بأن الحب قد انتهى بعد الزواج.
 - **المشكلات المالية:** تُعتبر الضغوطات الاقتصادية من أكبر المؤثرات على نشوء المشكلات بين الأزواج.
 - **الإهمال:** تهمل الزوجة زوجها، وتقوم بالاهتمام بأولادها وصديقاتها أو أهلها؛ مما يشعر الزوج بالوحدة والضيق، واعتقاده بأن زوجته قد تغيرت بعد الزواج.
 - **الغيرة:** غيرة الزوج أو الشك يولد شعوراً بالاستياء والضغط النفسي، وشعوراً بعدم الثقة من الزوج لزوجته.
 - **المسؤولية:** مفهوم جديد على الزوجين بعد الانتقال لتأسيس حياة جديدة، وفيها تحمّل للمسؤولية وأعباء الحياة.
 - **الإنجاب:** فالتأخر في الإنجاب قد يولد الشعور بالنقص، والقلق، والتوتر النفسي، ويؤدي إلى نشوء المشكلات، وعدم الاستقرار الأسري.
- ومما سبق، ترى الباحثة بأن طول الفترة الزمنية، يُعتبر استبانة للالتزام، حيث إن الأزواج في العلاقة الطويلة الزمن، أقل احتمالاً للبحث عن زوجات جديدات، وبالتالي يكونون أكثر مرونة تجاه التغيير، وتقبل أنماط تواصل جديدة؛ لتحقيق التوافق، والعمل على زيادة التسامح، وتقبل شريك الحياة؛ للحفاظ على استقرار العلاقة.

أنماط الاتصال (Communication Patterns):

تعدُّ عملية الاتصال حاجةً أساسيةً وهامةً جدًّا في حياة البشر، فهو حقٌّ مشروعٌ من حقوقهم، فبدونه لا توجدُ المجتمعات، ولا الجماعات، ولا المؤسسات، وإن وُجِدَتْ فلن تكونُ ملامحُ التطور باديةً فيها، فمن خلاله تتمُّ مشاركة الأفكار والمعاني والآراء، وبالتالي يُسمَحُ للإنسان بالتعبير عن ذاته.

فعملية الاتصال هي من الجوانب المتصلة بالطبيعة الإنسانية، فلا يكتملُ السلوكُ الاجتماعيُّ الصحيُّ لدى الإنسان في حال وجودِ ضعفٍ أو انقطاعٍ في هذه العملية المتمحورة حول الاتصال والتواصل، فالإتصالُ يتعلَّقُ بعملية نقل المعلومات والمعرفة والبيانات، وتبادل الخبيرات ووجهات النظر المتنوعة والأفكار المختلفة؛ من خلال الكتابة والمحادثة والرموز والإيحاءات، كما ويتم من خلالها إبداءُ الفعل وردة الفعل حول الرسائل أو المعلومات الصادرة من الطرف المرسل إلى الطرف المستقبل، وتُعدُّ عملية الاتصال مرتبطة بالعلوم والتخصصات المختلفة، كما أن الإنسان كائن اجتماعي بالفطرة (Kacharava & Kemertelidze, 2016).

ويشيرُ الإتصالُ إلى الآلية التي يتمُّ عن طريقها التفاعلُ بين الأفراد داخل سياق معين، ويشمل عملية نقل المعلومات والحقائق وتبادلها، ومعرفة مختلف العواطف والمشاعر الانفعالية، والاتجاهات والرغبات، ووجهات النظر، بالإضافة إلى نقل الخبرات المختلفة؛ من خلال استخدام اللغة المنطوقة وغير المنطوقة من إيماءات وإشارات؛ للتأثير على الطرف المستقبل، والتأكد من فهم مضمون الرسالة، (الجهني وأبو أسعد، 2019).

ويُعدُّ الزواجُ كذلك من أهمِّ الاحتياجات الإنسانية التي تحقق الأمن والدعم على المستوى النفسي والاجتماعي، وإشباع حاجة الحب والشعور بالانتماء، وتتأثر العلاقة بين الزوجين وأفراد الأسرة بعملية الاتصال، ويعكس نجاحها مدى قوة العلاقات بينهم وصحتها، كما وأنها تُعدُّ من مؤشرات الاستقرار الزواجي، فعملية الاتصال تشمل أمورًا عديدة تتضمن حلَّ المشكلات، واتخاذ القرارات، وإدارة الموارد المختلفة، والتعبير عن المشاعر، وإبداء الاهتمام، وهو ما يزيد من احتمالية استمرارية العلاقة الأسرية والرابطة الزوجية لفترة أطول (Lavner, Karney &

Bradbury, 2016)

وتتأثرُ العلاقة الزوجية سلبيًا في حال كانت عملية الاتصال بين الزوجين ضعيفة، وهو ما ينعكسُ على أفراد الأسرة، ويتسبب في عدد من الجوانب السلبية؛ كالاكتئاب، والتعاسة، والخلل

في الفاعلية الذاتية، وعدم تنفيذ الواجبات والمهمّات، وهذا ينعكس بشكل سلبي على خصائص الاطفال النمائية، وعلى الروابط بين أفراد الأسرة؛ مما يؤدي إلى عدم استقرار الأسرة، والتأثير على المجتمع بشكل سلبي، وبالتالي يجعل التركيز على دراسة أنماط الاتصال بين الزوجين من الدراسات التي تنال حيزاً هاماً في السلك التربوي والنفسي والاجتماعي (Kordbache, 2018) وتعتمد عملية الاتصال على مجموعة من العوامل، ومن بينها تنمية مهارة الاتصال لدى الأبناء؛ لتصلهم العملية التربوية والعلمية، ثم بعد ذلك ينقلونها إلى الأجيال الأخرى، بالإضافة إلى ضرورة التأكد من امتلاك المهارات المرتبطة بالحوار؛ لأنه من أهم الوسائل التي يتم من خلالها نقل المعلومات والبيانات، ووجود الاحترام والتفاهم والاستماع الجيد بين أطراف عملية الاتصال، كما ينبغي التحلي بالتسامح، والقبول للطرف المقابل، وإبداء اللين والسلاسة في الكلام؛ ليتحقق الهدف من عملية الاتصال؛ لأنها من الوسائل التي تحُد من الخلافات والمشاحنات عند التعرض للمشكلات (التميمي والتميمي، 2014).

وعلى ضوء ذلك، تعتبر عملية الاتصال حجر الأساس لبناء علاقات أسرية سليمة؛ لذلك ينبغي التأكد من وجودها بين الأزواج والأبناء، من خلال تفاعلهم مع بعضهم؛ للوصول إلى النتائج المرجوة، التي تضمن استمرارية الزواج والأسرة المترابطة المتحابّة والمستقرة، والقدرة على تبادل الأفكار والاهتمامات، والمشكلات، ومجابهة العراقيل التي تعترضهم خلال رحلة الحياة، والبحث عن أفضل الوسائل لمعالجتها. ويتم اتصال الأفراد مع الآخرين من خلال الطرق المتنوعة؛ كالحوار، والاتصال، والمشاركة في الرغبات والاحتياجات والخبرات؛ إذ إنّ الاتصال من الفنّيّات الفاعلة للنموّ والتقدّم والتناغم بين أفراد الأسرة، ويؤثر بشكل كبير على حياتهم، وطبيعة سلوكياتهم، واتجاهاتهم، وكلما كان نمط الاتصال إيجابياً بينهم، كانت السعادة والاستقرار أكثر، وهو ما يجعلهم أكثر ألفة وهدوءاً ورضاً عن الحياة، وأقل تعرّضاً للمشكلات والاضطرابات النفسية. (Ghorbanshiroudi, Khalatbari, Saleh, Bahari & Keikhayfarzaneh, 2011).

وتكوّن الأسرة طبيعة الواقع المجتمعي؛ من خلال التفاعل في الأنشطة المرتبطة بالاتصال، والتأكد من التناغم بين أفرادها، لما لهما من دور مهم في استقرار الأسرة؛ لأنّ الاتصال السلبي بينهم يتسبب بحالة من الاضطرابات التي تنعكس أثارها على استقرار الأسرة وصحتها ورضا أفرادها عن الحياة، كما أنّ الاتصال السلبي من أهم العوامل التي تؤثر على

العلاقة بين أفراد الأسرة، وهو ما يستدعي التركيزَ على توفير أنماط الاتصال الإيجابية فيها (Fard, 2020).

وتشيرُ أنماط الاتصال إلى مجموعة التفاعلات الإيجابية والسلبية بين الزوجين، حيث تتضمن التأثيرَ على مستويات عدة؛ كالمستوى الفكريّ والنفسيّ الانفعاليّ، وتؤثرُ نتائجها على فاعلية الزوجين في تحقيق الرغبات والاحتياجات، وتوفير المساندة والأمان، واستقرار العلاقة الأسرية (العدوان والنجار 2015). ويرى ساميك وروتر (Samek & Rueter, 2012) أنّ أساليب الاتصال هي طرق تطوير أنماط الاتصال بين الوالدين والأبناء؛ من خلال نمط الاتصال الاجتماعيّ والفكريّ، حيث يقوم أسلوبُ الاتصال الاجتماعيّ على تحقيق الاندماج في قناعات الوالدين ومبادئهما، أما الأسلوبُ الفكريّ (المفاهيمي)، فإنه يقومُ على تفعيل المناقشة، وتبادل الآراء حول القضايا والأمور المتنوعة؛ لتشكيل الصورة المشتركة بين الوالدين والأطفال.

وعرّفتُ شيري (Cherry 2016) أنماط الاتصال بأنها الطرق التي يتبعها أفراد الأسرة في الحوار والنقاش، وتظهر من خلال نمطين من أنماط الاتصال، وهما: الحوار الذي يقوم على مناقشة الأبوين للأبناء دون حدود معينة، والاحترام الذي يشمل إبداء الطاعة والتقدير للوالدين، وتحقيق التوافق والانسجام والتناغم في الاتجاهات، وطريقة التفكير بينهم. كما وتعرف بأنها: الطريقة التي يتمُّ من خلالها تبادلُ المعلومات والآراء والأحاسيس بين الزوجين، ويتشمل الاتصال بصورة منطوقة وغير منطوقة، وقد يكون الاتصال بينهما بشكلٍ إيجابيٍّ وقد يكون سلبياً (de Lima ،Vilela،Coutinh 2018)

وتعرّف الباحثة أنماط الاتصال بأنها: الأسلوب الذي عن طريقه يتحقق التفاعل بين الأفراد داخل منظومة العائلة؛ بهدف تحقيق الاستقرار والاندماج، ومعالجة الاضطرابات والصعوبات، من خلال إيجاد فنيّاتٍ تعمل على استعادة حالة الرضا والرفاه والقبول والتسامح والاستقرار للأسرة.

وتتمثل أهمية الاتصال كذلك في الوصول للإشباع على مختلف الأصعدة النفسية والشعورية والفكرية؛ إذ إن التعبير عن مشاعر الحبّ يتمُّ من خلال التشجيع، والدعم، والمجاملات، وصيغة الطلب لا الأمر، كما أنها تشمل استخدام تعابير التحبُّب والأسماء الخاصة لأفراد الأسرة، بالإضافة إلى استخدام الاتصال غير اللفظي؛ كلغة الجسد، والاتصال البصري،

والإيماءات والإشارات التي تعبر عن التناغم والتفاهم والحب، وتزيد من مستوى تقدير الذات (Madahia, Samadzadehb, javidi, 2013).

إضافة إلى ما سبق، فإنّ لعملية الاتصال دوراً في زيادة الاهتمام، وتنمية أنماط الاتصال التي تزيد من مستوى الإيجابية في العلاقة بين الزوجين، من خلال تحمّل كل طرف من أطراف الأسرة للمهمّات والواجبات المنوطة به دينياً واجتماعياً، كما أنّ الاتصال الإيجابي يجعلهما أكثر تقبلاً لسلوكياتهما، ويشعرهما بالرضا والرفاه، وبخاصة إذا رافقه قدر من التسامح، وهذا يساهم بشكل إيجابي في تحقيق التوازن والتفاهم بينهم.

وتتمثل أهمية الاتصال في أنها من الأساليب التي تحقق الأمن النفسي؛ من خلال إضفاء شعور السعادة، وزيادة ترابط الأسرة؛ إذ إنّ الاتصال يزيد من التوضيح والتعبير عن الانفعالات، ويكشف عن مدى الانسجام مع آراء الطرف الآخر، وارتفاع ردود الفعل الإيجابية المنطوقة وغير المنطوقة، وزيادة مستوى التصرفات والأفعال الإيجابية بينهم، مما يؤدي إلى التقبّل والتسامح الزوجي ويضمن زيادة ترابط أواصر العلاقة الزوجية والاستقرار الأسري (جان، 2016).

كما أنّ الاتصال هو الوسيلة التي يتمّ من خلالها اختيار الشريك الناجح؛ إذ يتمّ بيان الحد الأدنى من التوافق حول الجوانب المرتبطة بالحياة الزوجية، من خلال التفاعل بين الأفراد، بالإضافة إلى تحديد التقارب الفكري والثقافي والاجتماعي، ومدى القدرة على تحمّل المسؤولية، والمشاركة في إنجاح العلاقة واستقرارها (فرتيخ، 2018).

وتقوم أنماط الاتصال على تحسين العلاقة بين الوالدين والأبناء، والتي تُعدّ من الأمور المهمة والضرورية للتمكّن من معرفة المشكلات التي تعترض الأطفال، ونقل المشاعر، وتكوين الروابط العاطفية، وإلى تنمية دمّجهم في البيئة والمجتمع المحيط بهم، والتخفيف من الإشكاليات المرتبطة بمراحلهم النمائية المتعددة؛ من خلال ردود فعل الأبوين السريعة لها، وهو ما يزيد من الثقة والاندماج بين أفراد الأسرة (Martínez–Ferrer،Romero–Abrio,2019).

ويؤكد جوتمان (Gottman, 2008) المشار إليه في بني سلامة وجرادات (2016) أنّ

أنماط الاتصال بين الزوجين، تتمثل فيما يأتي:

١. **الاتصال الناقد (Criticism):** وهو الاتصال الذي يقوم فيه أحد الزوجين أو كلاهما بتوجيه الانتقاد واللوم بشكل مستمر، وتوجيه العبارات السلبية التي تدل على وجود نقص أو سمة سلبية في الشريك، وهو ما يتسبب بالرفض لشخصية الطرف المقابل بشكل كامل.

٢. **الاتصال الدفاعي (Defensiveness):** ويرتبط هذا النوع من الاتصال بنتائج الاتصال الناقد، حيث يُضطرُّ الزوج إلى مجابهة ما وُجِّهَ إليه من اتهامات وانتقادات، محاولاً إنكار ما يتوجب عليه من مسؤوليات تجاه المشكلة الواقعة بينه وبين الطرف الآخر، إلى جانب الانتقادات.

٣. **الاحتقار (Contempt):** ويُعدُّ هذا النوع من أنماط الاتصال الأكثر إنهاكاً للرابطة الزوجية؛ لأنه يتضمن الحد من قيمة الشريك، وعدم تقديره، وإهانته، بالإضافة إلى عدم تقدير الآخر، ويشمل ذلك الإساءات اللفظية وغير اللفظية .

٤. **عدم التعاون:** وهي المرحلة التي يتخلّى فيها الشريك من المشكلة بطريقة كاملة، ويرفض التعاطي مع الطرف الآخر والتفاعل معه.

ويشير هوللي وهاس وليفنسون (Holley, Haase & Levenson, 2013) إلى أنّ

أنماط الاتصال تتمثل في الآتي:

- **الاتصال الإيجابي (Positive Communication):** ويظهر هذا النمط من خلال تفاهم الزوجين وتوافقهما، وإبداء الاتفاق، والاندماج، والحب، والاحترام، والوضوح، والود، والاتصال البصري والجسدي، وهو يُعتبر من أنماط الاتصال الهامة؛ لتحقيق الرفاه والاستقرار في الحياة.

- **الاتصال السلبي (Negative Communication):** ويتضمن السلوكيات السلبية؛ كالعدوانية، والصراع، والنقد، والهجوم، واللوم، والضغط الدائم، والإلحاح لفرض التغيير. وقد تتنوع مظاهر الاتصال بين أفراد الأسرة؛ ومن بينها النقاش والحوار، لمناقشة القضايا والمشكلات المختلفة، وإضفاء الأجواء المرحة والفكاهية؛ للحد من الملل والروتين، والتعاون في أداء المهام والأنشطة، وتبادل الاحترام والتقدير (Rueter & Koerne, 2008).

النظريات المفسرة لأنماط الاتصال:

نظرية التحليل النفسي لفرويد (Psychoanalytic Theory–Freud)

أشار فرويد (Freud) في هذه النظرية إلى أن نجاح الأسرة في الاستقرار، يعتمد على تقوية الانسجام بين أفرادها، والتمكّن من القيام بالمهمّات والواجبات الموكلة إليهم؛ وذلك يتطلب التأثير على العمليات الفكرية، والنفسية، والاجتماعية، والحدّ من الأنا، وسيطرة الأنا العليا، والتأكّد من توزّع الطاقة والجهد بحسب نوع المهمة وطبيعتها ومقتضيات الواقع، وهو ما يعتمد على قدرة الأبوين في التأثير على الأبناء، والتركيز على التنشئة السليمة لهم (Kabir, 2017).

وركّزت هذه النظرية على أثر مستوى الوعي لدى الفرد في بناء شخصيته، وأسس تكوينها، وفي قدرته على التعامل مع الآخرين، والتفاعل معهم، وتتفاوت تلك البناءات لتشمل: الشعور الذي يمثل الجزء الواعي من عقل الفرد، ويتضمن الجزء الأكبر من الأنا، التي تسعى إلى إشباع الحاجات بأساليب واقعية، وتعكس قيم المجتمع ومبادئه؛ لإشباع تلك الحاجات، وما قبل الشعور الذي يتعلق بالخبرات غير الموجودة في مركز الوعي، وتتطلب بعض الجهد لاسترجاعها، واللاشعور الذي يرتبط بالجزء الأعمق من العقل، والتي يتمّ عن طريقها كبت الخبرات السلبية أو غير المقبولة، التي تساهم في التخفيف من مستويات القلق والانفعالات عند التعرض لمواقف معينة (كوري، ٢٠١٢).

ومن خلال هذه النظرية، فإن المسترشد يسترجع ما تعرّض له الفرد من خبرات سلبية وغير مقبولة؛ من خلال التعبير بحرية عن الذات، وعن تلك الخبرات، والتنفيس الانفعالي؛ لمعالجة الصراع الداخلي والانفعالات التي قد تؤدي إلى تصرفات غير مقبولة أثناء التفاعل مع الآخرين، ومن خلال فهم شخصية الفرد وطبيعته، فإنه يتمّ الكشف عن أسباب المشكلات التي يتعرّض لها في الإطار الاجتماعي، ومن خلال تقسيم فرويد (Freud) لأنماط الشخصية إلى التفاؤلية، والعدوانية، والانطوائية، والمنبسطة، فإنه يتمّ التمكن من تحديد طبيعة الفرد، وكيفية علاج مشكلاته في الاتصال والتفاعل مع الآخرين؛ بحسب طبيعة كل نمط (Yakeley, 2018).

النظرية الإنسانية لروجرز (Humanistic Theory–Rogers)

بيّن روجرز (Rogers) في هذه النظرية أنّ تحقّق التوافق بين أفراد الأسرة يعتمد على توفّر عددٍ من الجوانب التي تمنح أفرادها الشعور بحرية التعبير عن الأفكار أو المشاعر، وإتاحة الفرصة لهم للاستفادة من الخبرات المتنوعة، بالإضافة إلى الشعور بالنقّة بمشاعرهم الداخلية،

كما أشارَ إلى أن توفر البيئة المناسبة، والعطف والاهتمام للأبناء ينمي قدراتهم على تحقيق الاستقلالية الذاتية، ويحفزهم نحو تنمية الذات، ويتجه نحو استخدام الخبرات المترابطة، وأنماط الاتصال الإيجابية لفهم المعاني وربط المتغيرات، وهو ما يستدعي وضع المعايير التي تمكن الأبناء من تطوير ذواتهم، واكتساب الثقة بالنفس أثناء الاتصال، وبناء العلاقات الاجتماعية، وتطوير مفاهيم الديمقراطية (Samek & Rueter, 2012).

ويعتمد روجرز على النظرة الإيجابية والمتفائلة، التي تجعل الإنسان أكثر فاعلية في حياته من خلال اكتسابه الحرية في التعبير، وتستند النظرية إلى مجموعة من الافتراضات؛ ومنها: أن الفرد يستجيب مع المتغيرات المحيطة به، من خلال إدراكه بأسلوب منظم ومتفق مع خبراته، وأنه يسعى إلى تحقيق الذات وتطويرها والمحافظة عليها، وتصاحب مشاعر الفرد ما يصدره من سلوكيات تؤثر فيه، وتعتبر منسجمة مع النفس، في حال تجاهل الفرد، أو إنكاره للخبرة التي يتعرض لها، أو قيامه بتثويتها نتيجة لعدم تطابقها مع ذاته (Ismail & Tekke, 2015).

إضافة إلى ما سبق، فإن عملية الاتصال تتأثر بالمستوى الثقافي والاجتماعي للزوجين؛ إذ إن الاختلاف لدى الزوجين ينعكس على الخبرات المبكرة التي يحصلها الأطفال، ويزيد من الفجوة في عملية الاتصال، وهو ما يتسبب في زيادة الجفاء بين الزوجين، وعلى التفاهم والاتفاق بين الزوجين، كما أنه قد يتسبب في تبني الأحكام المسبقة؛ نتيجة للتشؤنة أو الخبرات التي مر بها الزوجان، الأمر الذي يجعل تكوين التصورات والاتجاهات حول الطرف الآخر سلبياً، ويحد من جودة الحياة الزوجية (Arias & Punyanunt-Carter, 2017).

نظرية العلاج الأسري لبوين (Family Systems Therapy-Bowen)

تقوم هذه النظرية حسب ما أشار إليه بوين (Bowen) على أن الوالدين يساعدان الأبناء على اكتساب السلوكيات الإيجابية وتنميتها، وكيفية التعامل مع الظروف التي قد تواجههم، إذ تتم مساعدة أفراد الأسرة على اكتساب الوعي لأنماط الاتصال من خلال العلاج الأسري، بالإضافة إلى ابتكار أساليب تحد من الضغوط، وهو ما يتطلب توفر البيئة الأسرية التي تتيح تبادل المعلومات والبيانات التي تزيد معرفتهم العقلية، وتساهم في ضبط مشاعرهم وانفعالاتهم، وتنمية الاتجاهات الإيجابية، ويتم التركيز على تطوير الاتصال المنطوق وغير المنطوق، والنظر إلى المشكلات على أنها فرصة للتفاعل، واكتساب القدرة على ضبط العلاقات بين أفراد الأسرة. (Kabir, 2017)

ويسعى العلاجُ الأسري إلى تحقيق تمايز الذات؛ إذ إنَّ الأعراضَ المرصَّيةَ ليست المركزَ الأولَ للعلاج، بل ينبغي التأكيدُ من أنَّ العلاجَ سيسهمُ في تحقيق ذلك التمايز الذي سيعملُ على تنمية المهاراتِ المرتبطة بالتفكير؛ للتعامل مع التحديات التي تعترض طريقهم، وإكسابهم القدرة على حلِّها، كما يسعى العلاجُ الأسري إلى التخفيفِ من مستوى الاضطراباتِ والانفعالاتِ في الأسرة، التي قد تنتجُ من عدم التوافق بين أفرادها، وربما تكونُ سببًا في غيابِ الاتصالِ الفاعلِ بينهم، وعليه، فإنَّ العلاجَ الأسري لبوين يساهم في تنمية أنماطِ الاتصالِ الإيجابية؛ للحدِّ من مسبباتِ التفكُّك، وعدم الاستقرارِ الأسري (Wilke, Wilke & Viglione, 2015).

النظرية السلوكية لواطسون وسكينر (Behaviorism–Watson and Skinner)

بيّن واطسون (Watson) وسكينر (Skinner) أنَّ نجاحَ عمليةِ الاتصالِ يعتمدُ على قدرة الأسرة على تحقيق التوافق فيما بينها؛ لإكساب الأبناء التصرفاتِ السليمة، وتحقيق التوافق بين المؤثراتِ الحسية وبين استجاباتهم العقلية، والانفعالية والجسدية، ويعتمدُ تحقيق ذلك على التأكيدِ من توفّر المناخِ الملائم، وتنمية دورِ الأسرة على تشجيع الأبناء وتحفيزهم لاكتساب السلوكيات والممارساتِ الإيجابية. (Johnson, Kohler, 2017)

وتركزُ النظرية السلوكية على تفسير السلوكِ الإنساني؛ من خلال ما يتعرَّضُ له الفردُ من خبراتٍ في حياته، وتشتمل مبدأين لتفسير ذلك السلوك وهما: الشرطُ الكلاسيكي، ويتمُّ من خلال إقران تكرارِ حافزٍ محدد مع منبه يحدث بصورة طبيعية لإثارة استجابة معينة، ويُطلقُ على السلوك الذي يتمُّ اكتسابه بالاستجابة المشروطة، والشرطِ الفعال، ويتعلق بتصرفُ الأشخاصِ بأسلوبٍ معين؛ ليتمكنوا من الحصول على المكافأة، أو تجنُّب عقابٍ معيَّن (Moore, 2011).

وتركزُ النظرية السلوكية على دراسة السلوكياتِ البشرية وملاحظتها من خلال أسلوبٍ منهجيٍّ، وطرقٍ علميةٍ، كما أنها تركز على دراسة السلوكيات القابلة للقياس والتكرار، وهو ما يساعد على تعديلها، وبالتالي، فإنَّ متابعة السلوكيات السلبية في الاتصال وتعديلها تتمُّ من خلال العلاج؛ للتأكد من تغيير أنماطِ الاتصال بين الشخص والآخرين، ويُعدُّ ذلك من الجوانبِ الهامة للتعامل مع أشكالِ الاتصالِ السلبية، والآثارِ الناتجة عنه على المستوى النفسي والاجتماعي (Reese, 2013).

ويلاحظُ أنّ النظرياتِ السابقةِ تسعى نحو التأكد من وجود بيئةٍ صحيةٍ ملائمةٍ تساهم في تطوير التفاعلات المختلفة بين أفراد الأسرة، والتأكد من تحقيق الاتصال الإيجابيِّ والفَعَالِ بين أفراد الأسرة؛ لضمان استمراريتها وتماسكها.

وهناك عددٌ من العوامل المؤثرة على عملية الاتصال؛ ومن ضمنها التنشئة الأسرية، وتؤثر عليهن على المستوى الاجتماعيِّ، والنفسيِّ، والثقافيِّ، كما أنّ العزلة وعدم التفاعل مع الآخرين يقللُ من القدرة على اكتساب المهاراتِ والخصائص السائدة في المجتمع، ويحدُّ من جودة عملية الاتصال، وتؤثر مهارات الاتصال المختلفة؛ كالاتصال البصري، ولغة الجسد على عملية نقل المعلومات إلى الطرف المقابل (Coutinh Vilela de Lima & Silva, 2018).

حيث تؤثرُ التنشئة الأسرية على الطريقة التي يتمُّ من خلالها تواصلُ أفراد الأسرة مع بعضهم، فعندما يكونُ الاتصالُ السائدُ بين الوالدين والأبناء مبنياً على التسلطِ والقسوة، فإنَّ ذلك سيعملُ على عدم القدرة على توجيه الأبناء وإرشادهم، وتنظيم سلوكياتهم وتصرفاتهم بما يتفقُ مع مبادئ المجتمع، إضافة إلى عدم القدرة على تنظيم العلاقاتِ بينهم وبين الأفراد في البيئة المحيطة بهم، وهو ما يسبب المشكلات المتنوعة في تكوينهم النفسيِّ والاجتماعيِّ، (كرادشة والمحروقيه والمديولية، 2017).

كما أنّ عملية الاتصال تتأثر بمدى اهتمام الأطراف بسعادة بعضهم؛ كإحياء الذكريات والمناسبات المهمة، كذكرى الزواج، والخروج للتتزه أو المشي، وإرسال رسائل الحبِّ والتقدير، وتقديم الهدايا، وإعداد المفاجآت، حيث إنّ المبادرة بالأفعال الرومانسية والعاطفية تجعل القدرة على الاتصال بين الزوجين أكبر، وتحقق الاستقرارَ الزوجيِّ، وتعمل على استمراريته (Haris & Kumar, 2018).

وتتأثرُ العلاقة الزوجية الفعّالة بقدرة الزوجين على كيفية استخدام أنماط الاتصال، فعندما يغيبُ التوافقُ والتفاهم بينهما، وتتعهدُ القدرة على التأثير الإيجابيِّ على علاقتهما، فإن ذلك سيؤثرُ سلبيًا على الرضا والقناعة بالزواج، وسيقلُّ من فعالية الزوجين في أداء المهامِّ والمسؤوليات، وسيزيدُ من استخدام الأساليب الدفاعية (Lavner, Karney & Bradbury, 2016).

كما أنّ ميلَ الأزواج إلى استخدام أنماط الاتصال غير التكيفية يؤثر على التجارب والخبرات لدى أطفالهم، وبالتالي، فإنه لا بُدَّ من امتلاك الزوجين للمرونة في استخدام الأساليب الدفاعية، والتأكد من استفادة أطفالهم بشكلٍ إيجابيٍّ من تلك التجارب، وتهيئة الظروف المناسبة

لفتح قنوات الاتصال معهم في العديد من القضايا، ووضع القواعد الأسرية التي تبين حقوق الأفراد وواجباتهم. (Kheirkhah & Namani, 2016)

التسامح الزوجي (Marital Forgiveness):

يُعتبرُ التسامحُ أحد المفاهيم التي اختلفت اتجاهاتها باعتباره قيمة مهمة على المستويين؛ الإنساني والديني؛ كمفهوم الأمانة، والصدق، والكرم، والعدل، والمروءة، وهذه القيمة بمثابة علاجٍ نفسيٍّ، فإذا استوطن التسامح القلب، وانشغل العقل بالتغاضي عن هفوات الآخرين، والتمس الفرد للطرف الآخر العذر، واتخذ الجميع الرأفة والرحمة منهجاً، ساد الخير وتحقق العدل، وعمت المحبة قلوب البشر وبالتالي السلام النفسي والمجتمعي؛ حيث يعمق التسامح العلاقات بين البشر، ويرسي أصول التعاون والتضامن والتكافل والتراحم بين الشعوب.

فالتسامحُ مثالُ الفرد للقدرة على استبدال المشاعر والأفكار والسلوكيات السلبية الغير مقبولة إلى سلوكياتٍ وأفكارٍ إيجابية، بالإضافة إلى تعظيم مشاعر الودّ والعتف والتعاطف مع المسيء، كما أنّ التسامح تجاه المسيء والمصالحة أو الاعتذار، ليس مجرد تقبل ما حدث، أو الامتناع عن الغضب، بل إنه يسعى إلى تحويلٍ إراديٍّ لمشاعر الفرد، واتجاهاته، وسلوكياته تجاه الفرد المخطئ، فلا تسيطر عليه مشاعر الغضب، وإنما يكون رحيماً كريماً تجاه مَنْ أخطأ بحقه أو أساء إليه (الفرا، 2009).

ويُعتبرُ التسامحُ أسلوباً علاجياً سريعَ المفعول، يُشعرُ الفردَ بالترابط، ويُغيّرُ الطريقة التي يرى بها نفسه والآخرين، ويعمل على إخماد صراعاته الداخلية، ويسمح له بمعرفة حقيقته الفعلية، ويمكنه من ممارسة الإحساس الحقيقي للحب، ويساعده على نسيان الماضي الأليم بإرادته، ويعالج قلبه بالبعد عن الكره والغضب، والتماس الأعداء للآخرين؛ مما يحسن الصحة النفسية والجسمية له، ويزيد من شعوره بالسعادة، ويتيح له التفكير بشكلٍ إيجابيٍّ، واستعادة العلاقات والثقة المتبادلة، وحلّ المشكلات (محمد، 2013؛ Jampolsky، 2011).

ويشيرُ محمد (2011) إلى أنّ التسامحَ من أهمّ العوامل التي تزيدُ الثقة بين الزوجين من خلال ما يعزّزُهُ الشعورُ بالاحترام الذي يترافقُ مع الفهم الصحيح لكنيونة الإنسان، وأنه عرضة للخطأ والزلل، وهذا يؤدي إلى احترام الحقوق الزوجية في مستقبل الأطفال وعدم تجاوزه، ويضفي جواً من الراحة والحرية على حياتهما حتى وهم يواجهون أقسى المواقف وأصعبها.

وتعرّفُ شقير (2012) التسامح بأنه: مضمون لا يقتصر على المعرفة فقط، بل على العاطفة والسلوك، ويتجه نحو الذات نفسها والطرف الآخر، كما أنه يجسد المواقف التي تتضمن عدداً من المعتقدات والمبادئ والمشاعر التي تدفع صاحبها لاتخاذ التسامح نهجاً، والتصالح مع ذاته أولاً ليتمكن من التصالح مع الآخر، وتجعله متسامحاً في مواقف الحياة المختلفة.

ويعرّفهُ كراندل (Crandell, 2008) بأنه تقويم الفرد لإدراكاته السلبية التي تم تكوينها بفعل الإساءة، وتحويلها إلى إدراكات أخرى إيجابية بعد إخضاعها لصياغة مختلفة، وتشمل تلك الإدراكات السلبية رد فعل المُساء إليه اتجاه فعل الإساءة ذاته، واتجاه من صدر منه فعل الإساءة، وكذلك العواقب المترتبة على فعل الإساءة؛ فقد يعتبر المُساء إليه فعل الإساءة ابتلاءً قدرِيّ، أو كارثةً طبيعيّةً.

يعد التسامح أحد أهمّ متغيرات الشخصية المتفائلة التي تنظر للأمور من زاوية إيجابية، كما أنه أولى خطوات ترميم العلاقات المتصدعة، واستعادة الثقة، وخلق التعاون والتكافل اللازم لإقامة علاقاتٍ هادفة، وتوطيد العلاقات المرضية، فضلاً عن مساهمته في حل المشكلات الحالية، وتفادي المشكلات المستقبلية، وتحسين جودة الحياة، وتعزيز الرضا الذاتي. أما غياب التسامح في العلاقات؛ فلا يعود على الفرد بأي إيجابية؛ قد يؤدي إلى الفشل في مجابهة الصراعات والإحباطات والتحديات، وضعف الكفاءة الاجتماعية، والإصابة بالأمراض الجسمية والاضطرابات النفسية؛ كاختلال عمل الأوعية الدموية جراء ارتفاع نسبة الكوليسترول في الدم (Rainey,2008)

ويؤكد سيلجمان (Seligman,2002) أنّ الأشخاص السعداء هم الذين يتميزون بثقافة التسامح والعطاء للآخرين؛ وذلك من خلال الاندماج والمشاركة، فالشخصُ المتسامح هو المستفيد الأكبر مقارنة بالشخص المسيء، حيث يُعدُّ التسامح شفاءً للنفس من المشاعر السيئة؛ لعدم تذكر المواقف المؤلمة، ويساعد على بناء الحبّ، ويعطينا القدرة على حلّ المشكلات ومواجهة الصعوبات، علاوة على أن التدرّب على مفهوم التسامح يُكسبُ الإنسان مناعةً مع مرور الزمن، فلا يحدث له توترٌ نفسيّ، أو ارتفاعٌ في الضغط أو السكر، فالتسامح يمنع حدوث أمراض القلب الوعائي، والسكتات الدماغية، ويساعد في الصحة العقلية، ويُحدثُ تغييراتٍ في التوازن الجسميّ الحيويّ، ويحفظُ الطاقة الإيجابية.

ويمكن اعتبار التسامح أساس الصحة النفسية؛ إذ تؤكد دراسة ماسلكو (Maselko, 2003) وجود علاقة طردية موجبة تجمع بين القدرة على الصفح والتسامح من جهة، ودرجة المعاناة النفسية والسعادة الشخصية والسعادة الأسرية من جهة أخرى، وتبيّن أنّ الأزواج الذين يتمتعون بأعلى مستوى من التسامح والصفح، هم السعداء جداً بالمقارنة مع من دونهم. أشار (باربي كيو، 2008) إلى أنواع التسامح الثلاثة على النحو الآتي:

- ١- **التسامح المقصود (Intentional Forgiveness):** وفيه يقررُ المُساءءُ إليه أن يتسامحَ مع مَنْ أساء في حقّه، ويعملُ بجديّة على إضعافِ مشاعره السلبية تجاهه، ويشبهُ هذا النوعُ من التسامح ما أشار إليه "أكسلين" التسامح المبنى على قرار.
- ٢- **التسامح الأحادي (Unilateral Forgiveness):** حيث يسامحُ المُساءءُ إليه مَنْ أساء إليه بغض النظر عما إذا كان المُسيء نادماً على ما فعل من إساءة أم غير نادم.
- ٣- **التسامح المتبادل (Mutual Forgiveness):** ذلك أن يقرر المساء إليه أن يكون مسامحاً اتجاه تصرف الإساءة، وذلك يعمل على إضعاف المشاعر السلبية لدى المسيء وتحويلها إلى والتسامح الأحادي؛ حيث يختار المساء إليه أن يسامح من قام بالإساءة بغض الطرف عن الأطراف المشاركة في عملية التسامح، كما أن هذا النوع من التسامح يجسد بعض السلوكيات الأخلاقية المتعلقة بكلا الطرفين؛ كالاقرار بالخطأ، والإحساس بالذنب، ويفسح التسامح المتبادل المجال أمام العلاقات للعودة إلى مسارها؛ حيث يتمحور جوهر هذا التسامح حول بناء علاقة جديدة مع الفرد المسيء، وعلاقة جديدة تعني بالضرورة آفاق جديدة. (Wallace, 2008, 454).

وأخيراً، يعتبر بعض الباحثون التصالح عنصراً أساسياً مكملاً لعملية التسامح مع الآخر، ويؤكدون على وجوب الاعتذار، والتودد والتحبب، والاعتراف بالخطأ، مع وجود الرغبة المطلقة في التسامح لحدوث عملية تصالح حقيقية، وهذا بدوره يؤدي إلى التصالح مع الذات. أما البعض الآخر؛ فيؤكد أن كل عملية مستقلة عن الأخرى؛ فعملية التصالح عملية تبادلية بين كلا الطرفين المتخاصمين، أما عملية التسامح؛ فقد تتم في ضوء غياب التصالح باعتبارها عملية أحادية (Philpot, 2006, & Carandell, 2008, 11 & Rainey)، (أنور والصادق، 2010)

ويميز فنشام (Fancham, 2002) بين أنماط التسامح، على النحو الآتي:

١- التسامح الحقيقي. Genuine Forgiveness.

٢- التسامح السطحي. Superficial Forgiveness.

يتكون التسامح الحقيقي من مضمونين؛ مضمون معرفي وآخر وجداني؛ حيث تتغير أفكار ومشاعر المساء إليه في هذه الحالة تغيراً جذرياً وحقيقياً اتجاه المسيء، ويتخلى المساء إليه عن حقه في الانتقام من المسيء وبكامل إرادته، كما أنه يستبدل مشاعر السخط والاستياء بمشاعر العطف والمودة. (أنور والصادق، 2010).

يستعيز التسامح الحقيقي عن الانفعالات السلبية بأخرى إيجابية، كما أنه يحرر المساء إليه انفعالياً، ويحققه بمشاعر العفو والحب إزاء المسيء. (Enright, & Coyle, 1998)

يُضح أن التسامح الحقيقي ينبع من قناعةٍ داخليةٍ كامنة في نفس المساء إليه تدفعه للتصالح والعفو عن أساء إليه، أما التسامح السطحي؛ فيعبر عنه سلوكياً كنوع من الاستجابة للضغوط المختلفة سياسية كانت أم اجتماعية؛ والنعت "السطحي" يدل على منبعه السطحي لا الكامن داخل عمليات الفرد الوجدانية، والمعرفية. (Teneboim, 2009)

حيث بيّنت نتائج دراسة "إنريت وكويلي (Enright, & Coyle, 1998) أن التسامح يساعد المساء إليه على الشفاء من الألم النفسي، والتوتر، والحزن، والسخط، كما يساعده في تحسين مستوى تقدير الذات أيضاً.

لخص "تومبسون وآخرين" (Thompson, 2005) أشكال التسامح واعتقل مفهومه بنقطة؛ حيث وضح أن التسامح هو: "استبدال الفرد للمشاعر السلبية بأخرى حيادية أو إيجابية إزاء ذاته والآخرين، أو عبر المواقف بصورة يرضى عنها الفرد".

ويتضمن التسامح مع الآخر حدوث مجموعة من التغيرات الوجدانية والإدراكية والسلوكية التي تناسب الفرد المساء إليه اتجاه المسيء، واتجاه الفعل (الإساءة) الذي صدر منه، فيحدث التفاعل بينهما من جديد؛ وذلك عندما لا يُظهر المساء إليه أية انفعالات منهكة، أو سلوكيات سلبية تجاه المسيء؛ ولهذا فإنه عندما يحدث التسامح مع الآخر، فإن شكلاً من أشكال التسامح يحدث متزامناً تجاه الذات بوصفه عملية داخلية تحدث داخل المساء إليه.

ثبت وجود ثلة من المتغيرات التي تنبئ بالتسامح الحقيقي مع الآخر؛ كالاقراراف بالخطأ الذي تم اقرارافه بحق المساء إليه، والاعتذار عما صدر من المسيء إزاء المساء إليه، والشعور بالندم النابع من القلب. (Rainey, 2008).

يمكن إجمال أثار التسامح على النحو الآتي:

- يحد التسامح من المشاعر السلبية، ويعمل على استبدالها لدى المساء إليه بأخرى إيجابية.
- تسامح المساء إليه، وتخليه عن حقّه في الانتقام وإلحاق الضرر بالمسيء يساهم في عودة العلاقات إلى مجرى التوافق والانسجام (عبدالعال ومظلوم، 2013)

الصفات الشخصية للتسامح:

يتميز المتسامح بقدرته على الصفع تبعاً لما يملكه من وجدانيات وسلوكيات تشعره بالرضا عن النفس، والتحكم في الرغبات والشهوات والانفعالات، وتؤهله لتقبّل الأفكار ومحاسبتها وتقويمها، كما أن المتسامح يتصف بالحكمة والاتزان والمرونة والصبر واللين، ويتحمل الضغوط بمسؤولية، ويكابد رغماً عن آلامه الجسدية والنفسية، ويحترم وجهات النظر المختلفة، ويتقبل الاختلاف، ويراعي القيم المجتمعية والقانونية والدينية (شقيير، 2012).

النظريات المفسرة للتسامح:

The humanistic theory of psychotherapy: العلاج النفسي: النظرية الإنسانية في العلاج النفسي:

فترى أنّ الإنسان خيرٌ بفطرته وطبعه؛ مما يؤكد أنّه قد يأتي من البشر نتيجة لردود أفعال من الغيظ والتحدي الذي يشعر به الفرد، وما علينا إلا أن نخرج ما بداخل الفرد من خير؛ وذلك بإبداء الاهتمام، والحب، والاعتزاز، والاحترام، وصيانة الكرامة، وهذا بدوره يؤدي إلى إخراج الخير الذي بداخله زهران(2005).

النظرية الوجودية (أدلر): Existential theory

ومن بين الجهود التي بذلت على صعيد العالم في مجال الإرشاد الأسري والزواجي، الاهتمام بإعداد برامج تأهيل للخاطبين، والمقبلين على الزواج؛ باعتبارها خطوة وقائية من شأنها أن تحدّ من الخلافات والصراعات التي قد تظهر لاحقاً عبر مراحل تطور العلاقة الزوجية، حيث تُعرف برامج تأهيل الزواج في مواقع كثيرة ببرامج الإرشاد الزواجي الوقائي، أو تنقيف

ما قبل الزواج (Premarital education)، وإرشاد ما قبل الزواج (counseling preparation Marital) (التحضير للزواج) (غيث، 2014).

أما على صعيد الاتجاهات النفسية التي درَسَهَا الأخصائيون النفسيون فهناك المنحى الأدلري الذي يدرس الفرد في الإطار الاجتماعي الخاص به، وليس بمعزل عنه. كما يكشف عن اتجاهاته في علاقاته مع الآخرين، وبالأشياء المحيطة به، الريحاني وآخرون (2010). ويؤكِّد أدلر صاحب هذا الاتجاه أننا لا يمكننا فهم الشخص إلا من خلال السياق الاجتماعي الذي ينتمي إليه. فالأهداف التي يَضَعُهَا البشر لأنفسهم هي مَنْ تقود دوافعهم ثم سلوكهم. من الجانب الآخر، فإنَّ الأفراد الأصحَّاء نفسيًّا عادة ما يكونون على معرفة بماذا ولماذا يتصرفون &Eslamie (Mazandaran, 2015) ويجد أدلر أنَّ أهداف الإنسان الأساسية تتلخص في الاندماج الاجتماعي، والنجاح العملي، والتشبع العاطفي، والارتواء الروحي (أدلر، 1996). وعادة ما يقوم أنصار نظرية أدلر بتتقيف العملاء حول الطريقة التي ينظرون بها إلى أنفسهم، وإلى الآخرين، وإلى الحياة من حولهم؛ وذلك من خلال تتقيفهم وتعليمهم الطريقة التي يدركون فيها ويسلكون لتحقيق أهدافهم ومعاونتهم على تعديل سلوكياتهم ونمط تفكيرهم؛ للتحوّل بمعرفتهم من ناحية إيجابية إلى ناحية سلبية، (كوري، 2012).

النظرية الإنسانية (لروجرز): Humanistic theory

يرى روجرز أنَّ تحقيقَ الفردِ للصحة النفسية يعتمدُ على مدى تطابقِ ذاته الواقعية مع ذاته المثالية، وعلى مدى تطابقِ خبراته الذاتية مع الواقع الخارجي، فكلما أحدث الفرد توازنًا وتوافقًا (قدرة على التعامل مع الواقع) بين ذاته وبين المحيط الخارجي، أصبح أكثر انسجامًا واتزانًا في سلوكه. وعلى ضوء ذلك، من الممكن تغيير شخصية الفرد عن طريق تغيير مدركاته؛ أي مفهومه لذاته.

مجمل القول، بأن تداعيات نمو السلوك غير الصحي هي:

- عدمُ التطابق بين العالم الشخصي (العالم كما يدركه الفرد) والعالم الخارجي (العالم كما هو).
- عدمُ التطابق بين الذات المدركة (الواقعية) والذات المثالية.

- الصراعُ بين الذاتِ والإنسانِ، فيشعرُ الفردُ بأنه مهَدَّدٌ وقلقٌ، ويصِفُ روجرزُ الشخصيةَ الإنسانيةَ باثنتين وعشرين قضيةَ نورد بعضها منها (زغلول، 2016).
 - يوجدُ كلُّ فردٍ في عالمٍ دائمٍ التغيرِ من الخبرة، وهو مركزُ هذا العالمِ.
 - للشخصِ نزعةٌ واحدةٌ وهي أنْ يكافحَ؛ لتحقيقِ الإنسانِ الذي يعيشُ الخبرةَ ليحافظَ على نفسه، ويزيدَ من قيمتها.
 - الإطارُ المرجعيُّ الداخليُّ للفردِ نفسه هو أفضلُ موقعٍ لفهمِ التصرفِ.
 - عندما لا يتَّفَقُ الفردُ مع ذاته، ولا يستطيعُ التعبيرَ عن خبراته رمزيًّا، أو يتجاهلها أو يشوَّهها.
 - تتكوَّنُ بنيةُ الذاتِ نتيجةً للتفاعلِ مع البيئة، وخاصةً التفاعلِ اليوميِّ مع الآخرين.
 - نموُّ الذاتِ وتطوُّرها يساعدُ الفردَ على مواجهةِ مواقفِ الحياةِ اليوميةِ الصعبةِ.
- يتأسسُ الإرشادُ النفسيُّ عند روجرز على خطوات وهي:
- إنَّ الهدفَ الذي يسعى لأجله الفردُ، والغاية التي يرغبُ في تحقيقها، أنْ يصبحَ ذاته، وهي الغايةُ التي يجتهدُ إليها عن عِلْمٍ أو غير عِلْمٍ، هي أنْ يكونَ نفسه؛ وبعبارةٍ أخرى أنْ يتطابقَ مع ذاته. فعندما يقصد روجرز شخصًا مضطربًا، يجدُ من المفيد أنْ يحاولَ بناءَ علاقةٍ معه، والتي من خلالها يشعرُ بالأمان والراحة والثقة، والهدف من ذلك يكمن في فهم الآلية المتبعة للتفكير داخل عالمه الخاصِّ السريِّ، فيتقبَّلُهُ كما هو، وأنْ يأسسَ مناحًا مناسبًا لراحته، يستطيع من خلاله أن يتجوَّلَ بتفكيره وشعوره وذاته في جميع الاتجاهات (Rogers, 1961)

نظريَّةُ التعلُّمِ الاجتماعيِّ Social Learning Theory :

تنظر إلى التطور البشري بوصفه تأثيرًا متراكمًا لمجموعةٍ من التجارب التعليمية المتداخلة والمكتسبة لتكوين الشخصية، ويحدث هذا في نموذج التعلُّمِ الاجتماعيِّ بعد الاستجابة لإعادة دعم الحدث؛ ليؤثر في الاحتمالات التي قد تحدث مرةً أخرى، أو أنها سوف تتكرر إن وجدت الدعم، أما الدعم السلبي فيعني مثيرًا غير مرغوب به فيتمُّ استبعاده، كما أنَّ التعلُّمَ يحدث عبر وجود النموذج والمحاكاة، فاكْتساب التَّسامح وتعلُّمُهُ في هذه النظرية يتمُّ من خلال تقليد الأبناء لسلوكيات الوالدين، فمن خلال ذلك يتعلمون الودَّ والحُبَّ والتَّسامح، فضلًا عن التنشئة الاجتماعية والتربية داخل الأسرة (أبو اسعد والخاتنة، 2014).

نظرية التبادل الاجتماعي: Theory Social Exchange

تعتمد هذه النظرية على مبدأ التأثير المتبادل الذي يعيشه الإنسان بين المكافأة والتكلفة؛ وذلك لأنّ المكسب الناتج عن العاطفة يؤثر على شكل التفاعل بين الزوجين، فإن كان المكسب من التفاعل على شكل مكافأة، فالعاطفة الناتجة تكون إيجابية، أما إذا كان المكسب من التفاعل على شكل تكلفة، فالعاطفة تكون سلبية، وهذا يعني أنّ التعامل بالود والرحمة سيكون داعياً للمحبة والتعاون بما يعود على الزوج بالرضا والطمأنينة والراحة النفسية، وفي المقابل فإنّ الذي يشوبه الخلاف، ومظاهر الغضب يكون مدعاةً للشعور بالإحباط، وعدم الانسجام بين الزوجين، وتدني مفهوم التسامح فيما بينهما.

إنّ نظرية التبادل الاجتماعيّ أو ما يُطلقُ عليها الربح النفسيّ، ترى أنّ التسامح الزوجيّ يحدث من خلال الانسجام والتفاهم بين الزوجين، وقضاء حوائجهم وأوقاتهم معاً، حيث يقوم أحدهما بسلوك ما، وقد يكلفه بعض التنازلات مقابل الوصول إلى هدفه والحصول على النتيجة من ذلك السلوك؛ وهو تحقيق التسامح الزوجي، وأهم ما يميّز هذه النظرية رؤية الإنسان المستقبلية المتمثلة بالنظرة التفاضلية للحياة؛ مما ينعكس بشكل إيجابي (الكفاي، 1999).

النظرية المعرفية السلوكية Cognitive Behavioral Theory:

من أجل فهم العلاقات الزوجية والأزواج ركزت النظرية المعرفية السلوكية على سلوكيات محددة وأفكار ومشاعر من شأنها أن تُشعر الأزواج بالرضا الزوجي، وبالتالي فإنّ القوالب المعرفية السلوكية ركزت (على هنا والآن)، واستكشاف كيفية تفاعل الأزواج وتواصلهم مع بعضهم، وكيفية التأثير في العلاقة، إنّ السلوكيات والمشاعر والأبنية المعرفية هي عبارة عن وحدة متكاملة، ولقد اعتمدت النظرية السلوكية المعرفية في تفسيراتها على هذا المبدأ، وكيف يدرك ويشعر الأزواج تجاه بعضهم البعض، فيظهر أثر ذلك في أفعالهم. ولفهم عملية التسامح في العلاقة الزوجية لابدّ من فهم السلوكيات الإيجابية والسلبية التي تصدر من قبل الزوجين؛ لما لها من دور كبير في تدعيم مفهوم التسامح، ومن الممكن أن يكون لنفس السلوك تأثير مختلف على الأزواج، ويعتمد ذلك على معرفتهم وإدراكهم، وكيفية تفسير هذا السلوك، وبالتالي تظهر ردة الفعل لهذه السلوكيات، فمثلاً من الممكن أن تقوم الزوجة بتفسير سبب تأخر زوجها في العمل لفترة طويلة بأنه لا يرغب في قضاء الوقت معها، بينما تفسره زوجة أخرى بأنه إلزام من الزوج ومعرفة لمسؤولياته تجاه الزوجة والأسرة، ورغبته في توفير احتياجاتهم،

(McCullough, Pargament, & Thoresen 2001).

لذلك فإنَّ النموذج السلوكيَّ الخاصَّ بالزواج قد تمَّ تطويره واتسع ليصبح نموذجًا سلوكيًّا معرفيًّا يأخذ بعين الاعتبار كيفية تفكير الأزواج تجاه بعضهم البعض وكيفية تفسير هذه السلوكيات؛ من أجل فهمٍ أشمل وأعمَّ للزواج والعلاقة الزوجية ولتوضيح كيفية مرور الأزواج بخبرات سلبية أو إيجابية، تمَّ اقتراحُ منهجيةٍ لفهمٍ معارف وإدراكات الأزواج وكانت كالآتي:

- **الاهتمام والاختيار الانتقائي.** وفيه يتمُّ اختيارُ جزءٍ من السلوك والتركيز عليه.
- **العزو.** وهو كيف يفسَّرُ الشريكُ أسبابَ حدوثِ السلوك، وهل يعزوه لأسبابٍ شخصيةٍ أم خارجيةٍ أم ارتباطية.
- **التوقعات.** حيثُ يتنبأ أحدُ الشريكين بوقوع أحداثٍ معينةٍ في المستقبل القريب أو البعيد دون وجود إثبات.

- **المعتقدات أو الأبنية المعرفية Schemas** وهناك فئتان من الأبنية المعرفية وهما: الافتراضات والمعايير. فالافتراضات: هي معتقداتٌ يكونها الفرد حول وجود خصائص معينة للأشخاص وطبيعة العلاقة بينهم، أما المعايير: فهي معتقدات تتمثل بالكيفية التي يجب أن تكون عليها الأحداث والعلاقات؛ وذلك من خلال خبرات الحياة المتعلقة بعلاقات الأفراد في العائلة الأصلية والمقربين، وأنَّ كلَّ فردٍ له معايير تحدِّدُ نموده الشخصيَّ، فعندما تكون المعايير غير حقيقية أو تكون سلبية، فإنها تعمل على إحداث النزاعات ونشوء الصراعات. (ET, McCullough al 2001).

- **الانتباه الانتقائي:** وذلك حين يفسَّرُ أحد الزوجين سلوك الآخر بطريقةٍ سلبية، ويطور هذه التوقعات حول الزوج، خلاقًا لشريك آخر يفسَّرُ السلوك بطريقةٍ إيجابية، ويعتمدُ ذلك على معايير الفرد ومعتقداته تجاه آلية معاملة الشريك لشريكه. إن هذه المعايير هامة جدًا؛ لأنها تُعبِّرُ خارطة طريقٍ تعمل على توجيه السلوك. وتكمن أهمية هذه المعايير عندما يُصاب الفرد بخيبة أمل نتيجة لها فيسلك الطريقة السلبية غير الواعية وغير المنطقية، وأثبتت العديد من الدراسات والبحوث أنَّ توقعات ومعايير الأزواج تجاه العلاقة الزوجية ترتبطُ في فهم التسامح الزوجي وتدعيمه. إنَّ أهمَّ استراتيجيات العلاج المعرفي السلوكي لحلَّ النزاعات بين الزوجين، وتبني مبدأ التسامح الزوجي بينهما هو الاعتماد على وجهة النظر المتعلقة بتنظيم العلاقة الزوجية، وتبني أساليب تواصل تنمي النواحي الإيجابية، مع إضفاء حسن

الظن، والتفكير بطريقةٍ إيجابيةٍ؛ لإيجاد أسباب وتبريرات للسلوك السيئ، تنميةً لمفهوم

المسامحة بين الزوجين. (McCullough et al, 2001)

وفي ظلّ عدم التسامح الذي له آثارٌ وخيمةٌ على الفرد، الذي يكونُ فريسةً سهلةً للوقوع في دوامة القلق والتفكير السلبيّ والمستمر في كيفية الردّ على الشخص المسيء، ومن الناحية الاجتماعية فالتسامح يساعد على بناء أجواءٍ من الألفة والودّ بين أفراد الأسرة، وعدم التسامح يصيب العلاقات الاجتماعية بالهشاشة، وخاصةً العلاقات الاجتماعية؛ كعلاقة الزوجين و الأبناء والأبناء (Seegerstrom and Sephton, Jacobs, 2010).

على ضوء ذلك، يتضح مما سبق بأنّ أنماط الاتصال بين الأزواج تتأثرُ بمفهوم التسامح، وبمعنى آخر، ينظرُ أصحابُ الاتجاه على أنّ الاستقرار في الزواج يتطلب إلى التسامح كأساس لبناء الثقة المتبادلة بين الزوجين بعد كلِّ خلاف، فالتسامح ينبعُ من استعداد الفرد ووعيه للمواقف التي تتطلب منه التسامح، ويؤدي إلى انخفاض حدّة التوتر الانفعالية، ويستبدل ذلك بانفعالات إيجابية، مع الإحسان، والشفقة، والتعاطف، والميل إلى الحوار، والاستماع لوجهات النظر المختلفة واحترامها.

وترى الباحثة أنّ التسامح أحدُ متغيرات علم النفس الإيجابي الذي يمكنُ النظرُ إليه على أنه علاجٌ نفسيٌّ سريعُ المفعول في ظلّ أجواء التوتر والتعصب والاضطرابات في العلاقات الاجتماعية، فمن خلال التساهل، وعدم متابعة أخطاء الآخرين، والتغاضي عنها، ومعالجة الروح بالتخلي عن الكره، والتماس الأعذار للآخرين يتمكّنُ الأفراد من مواصلة الحياة بشكلٍ مريح ومُرضٍ، وبهدوءٍ وراحة، ومن هنا جاء اتجاه علم النفس الإيجابي لمعالجة الجوانب الإيجابية في حياة الفرد وعن دورها في تحقيق الصحة النفسية الأفضل.

ثالثاً: الاستقرار الزوجي: Family Stability

من المتعارف عليه بأن المرأة تتسمُّ بأنها أكثرُ عاطفية في التعبير عن مشاعرها وأفكارها مقارنة بالرجل، وقد أُجريت العديد من الأبحاث التي قارنت بين التعبير العاطفي لدى الرجال والنساء، ووُجِدَ أنّ النساء هنَّ الأكثرُ عاطفية في التعبير، بالإضافة إلى ذلك فإن هناك عدداً من المشاعر العاطفية المرتبطة بصورة نمطية لدى كلِّ جنس، فعلى سبيل المثال، إن المشاعر التي تعتبر بصورة نمطية مرتبطة بالنساء، تكون متضمنةً مشاعر السعادة والحزن والخوف، أما

المشاعر التي تعتبر بصورة نمطية مرتبطة بالرجال فتكون متضمنة مشاعر الغضب والعدوانية (Parkins, 2012).

وترى الباحثة أن هناك ارتباطاً وثيقاً بين التعبير العاطفي، والسعادة، والشعور بالرضا الزوجي، وخاصة لدى النساء، حيث ترى أن مدى الانسجام بين الزوجين يؤثر على التعبير العاطفي لدى كل منهما، وخاصة المرأة.

لقد بين الخولي (2005)، أن من متطلبات الاستقرار الأسري القدرة على الوفاء بمتطلبات الزواج، ولا سيما احترام خصوصية الشريك، ومشاعره وأفكاره، والمحافظة على قنوات الاتصال بين الشريكين، والمهارة في حلّ المشكلات بين الزوجين لأجل المحافظة على الحبّ بينهما، ويشمل ذلك مجابهة الأزمات التي تعترض الأسرة من ضغوط اقتصادية أو مشكلات اجتماعية، أو صحّية، وتصميم الزوجين على العمل؛ لتحقيق أهدافهم المخطّط لها والمتفق عليها، وهذا بدوره يؤدي إلى السعادة والشعور بالرضا، ويؤدي إلى الاستقرار الأسري. كما تُعدّ معتقدات الزوجين بشأن العلاقات الزوجية، ومتطلبات الحياة الزوجية، والأفكار غير العقلانية من العوامل المؤثرة على التوافق الزوجي، وتمثّل بداية لنشوء الصراعات والمشكلات الأسرية. الراشدي (2016).

كما أشار أحمد (2016)، إلى أن هناك عدداً من الأمور المؤثرة في الاستقرار الأسري؛ ومنها، درجة الاتصال والتفاعل العاطفي والفكريّ الإيجابي للمتزوجات حديثاً. تحديداً للمتزوجات حديثاً التأثر بالتنشئة الأسرية للزوجين، ومستوى فهم الزوجين لاحتياجات بعضهما، وذكرت مرسى (2008)، بعض العوامل المؤثرة على الاستقرار الزوجي؛ ومنها قدرة الزوجين على التفاهم في معظم الخلافات التي تعترضهم، واهتمام كل طرف بالآخر، والاعتراف بقدراته، والثقة فيه، والقدرة على التعبير عن متاعبه ومشكلاته سواء في البيت أم في العمل، ومحاولة مساعدته، والاهتمام بعلاج الخلاف الزوجي في بداياته، والتسامح في التعامل مع أخطاء الشريك، وقبول كل منهما للاختلافات بينهما في العديد من جوانب الشخصية؛ كطريقة التفكير، والمشاعر، والرغبات، والاهتمامات، وتُعدّ مجاهدة النفس على التسامح والتعاون والعفو والصبر مع شريك الحياة، وعدم إلقاء اللوم عليه، ومحاولة تقديم التنازلات من أهمّ العوامل المساعدة للوصول إلى الاستقرار الأسري، والتوازن، والرضا الحيّاتيّ.

وترى الباحثة أنّ خروج المرأة للعمل أحد العوامل المؤثرة على الاستقرار الزوجي، حيث تواجه المرأة الكثير من الصعوبات في التوفيق بين العمل خارج المنزل وداخله؛ نظراً لكثرة الأعباء الملقاة على عاتقها؛ لذا تحاول الموازنة بين الحياة الأسرية والحياة الوظيفية، ويتأثر الاستقرار الزوجي أيضاً بمقدار إشباع حاجات الزوجة بالأبعاد المتعلقة بالحياة الزوجية؛ كالحب، والتفاهم، والعلاقة الزوجية، والعادات الشخصية للشريك، وتحمل المسؤولية، والاتصال، واتخاذ القرارات، وقضاء أوقات الفراغ، والعلاقة الجنسية، وتربية الأبناء. ويشير الحربي وآخرون (2013)، أن المواقف الضاغطة التي تتضمن المثيرات الظاهرية والكامنة في الداخل والتي تتعرض لها المتزوجة حديثاً بصورة مستمرة، وبدرجة تفوق إمكانياتها الخاصة، وقدرتها التوافقية يترتب عليها تأثيرات سلبية في حياتها الأسرية؛ مما ينتج عنها العجز في اتخاذ القرارات، والتفاعل مع الزوج، ويظهر ذلك جلياً من خلال اصطدامهنّ المستمرّ بالمواقف الضاغطة التي تفرضها عليهنّ الحياة اليومية، وتحمل المسؤوليات العديدة؛ كالسهر على راحة الزوج والأبناء من جهة، والقيام بالواجبات المفروضة عليها تجاه أهلها وأهل زوجها من جهة أخرى. هدييل (2011).

الاستقرار الزوجي لدى المتزوجات حديثاً:

ذكر بيرمان ووليف أنّ المتزوجات حديثاً: Newlywed من مضي على زواجهنّ أربع سنوات، وعند أور أنّ المتزوجات حديثاً من مضي على زواجهنّ ثلاث سنوات، (القضاة، 2015) والأسر حديثة التكوين تُعرّف بأنها تتضمن الزوج والزوجة والأبناء، أو من غير أبناء، ويكون قد مضي على زواجهم ثلاث سنوات على الأكثر. كما عرّف أحمد (2016) المتزوجين حديثاً بأنهم الذين يكونون أسرة حديثة تتضمن الزوج والزوجة والأبناء أو من غير أبناء. وتُعرّف الباحثة المتزوجات حديثاً بأنهن النساء اللواتي مضي على زواجهنّ ثلاث سنوات على الأكثر، وذلك بعد الدخول بموجب عقد الزواج الصحيح الصادر من المحاكم الشرعية في العلاقة الزوجية.

والجدير بالذكر أنّ الزوجين يعبران عن الحبّ والشوق لبعضهما، وهذا الأسلوب له أهمية خاصة؛ لأنه يُعدّ مؤشراً على التقدير والاحترام بين الزوجين، وهو حاجة أساسية يجب إشباعها

بين الأزواج القضاة(2016). وقد عبّر الله سبحانه وتعالى أجمل تعبير عن هذا الاتصال الوثيق بين الزوجين إذ قال: (هنا لباس لكم وأنتم لباس لهن)، البقرة (187).

كما وينظر علماء النفس إلى الزواج على أنه أهم الموضوعات الأساسية في الحياة قائلًا: إنَّ الحبَّ ما ينتهي إليه من سكنٍ وزواجٍ، وهو أعمق عاطفة وأقواها؛ إذ يدفع المرأة إلى الارتباط بشريك الحياة من الجنس الآخر والتجاذب معه جنسيًا بدافع الرغبة في إنجاب النسل، ومن السهل أن نرى ذلك من خلال ما أظهرته الدراسات التي تبحث عن معيقات للزواج، وما يترتب عليها من نزاعاتٍ قد تصل إلى الطلاق في العلاقات الزوجية والأسرية، والتي تُعدُّ من الموضوعات التي تمثل جانبًا من الجوانب الدقيقة والبالغة الحساسية، وهي تمسُّ صميم حياة الإنسان، وعمق نفسه، الشريفيين (2003).

وأشار أبو أسعد والخاتنتة (2014)، إلى أنَّ الزواجَ هو عقدٌ يوقعه الرجل والمرأة من أجل حياةٍ مشتركةٍ تحت سقفٍ واحدٍ، كما ويندرج تحت هذا العقد مجموعة من البنود والضوابط المنظمة للعلاقات، أمَّا على المستوى النفسي فيُعرَّفُ الزواج بأنه علاقة ديناميكية بين شخصين مرتبطين في الأوقات الهادئة والأوقات العصبية، وقيمة السعادة فيها تقوم على جهود يبذلها الطرفين، كما يهدف إلى التفاهم العميق، والتقدير المتبادل من كلِّ طرف إلى محاسن الطرف الآخر ومساوئه.

ومن خلال ما سبق تعرّف الباحثة الزواج بأنه علاقة مشتركة قائمة على التعاون، تساهم في تلبية الاحتياجات النفسية والاجتماعية والجسدية حتى نصل إلى السعادة، ونحقق الاستقرار الزوجي، وحتى نصل إلى الاستقرار الزوجي فقد ذكر أبو هوش (2017)، مجموعة أهداف على النحو الآتي:

أولاً: الشعور بالأمن والطمأنينة ويتحقق ذلك من خلال التآزر بين الزوجين في بناء الحياة، ووجود قدر من العلاقة العاطفية المتبادلة التي تؤدي إلى شعور الطرفين بالراحة، ودفعهم نحو البذل والعطاء، والشعور بالأمان؛ لتحقيق الاستقرار الزوجي.

ثانياً: الإمتاع النفسي ويشمل سكينه النفس وسكون الجسم، وهو المودة والرحمة التي تُعدُّ من أجمل المشاعر التي خلقها الله والتي تقوم بالحلال والهداية إلى الفطرة ومرضاة الله.

ثالثاً: الإمتاع الجنسي بالإشباع العفيف، والحاجة الجنسية، ويعني أنّ كلا الطرفين يستوفي حاجته من الآخر ويشبعها، وهذا يؤدي إلى الاستقرار المستمر في العلاقة الزوجية. وتبرز أهمية العلاقة الزوجية الناجحة، والتي فيها إشباع لجميع احتياجات الطرفين؛ إذ يشعر كلا الزوجين بانتمائهما إلى الآخر، فيستمدّ معه القوة؛ لمواجهة مصاعب الحياة التي تعترضهما، (بيلهوب، 2010).

وحتى يحقق الزوجان أهداف الاستقرار الزوجي، لابد من إتقان مهارات الاتصال الاجتماعي؛ إذ إنّ غياب الاتصال بينهما يؤدي بالحياة الزوجية إلى مرحلة خطيرة من عدم الاستقرار، الشрман (2007). فمن خلال تحقيق أنماط الاتصال وفنياته، وتحقيق أهداف الاستقرار الزوجي يمتلك الأزواج المهارات الإيجابية التي تساعد على نجاح الزواج واستقراره، فالإتصال الإيجابي بين الزوجين يعبر عن لغة التفاهم التي تنقل أفكار كل منهما ومشاعره ورغباته واتجاهاته إلى الطرف الآخر، وقد تواجه الأسرة أساليب الإتصال الرديئة، وهذا ما يُعرف بالسلبّي الذي يميزه سوء التفاهم والنفور، وقد يؤدي إلى الانفصال (sussman, Suzanne, steinmetz & Peterson ,1999).

وهناك الإتصال اللفظي. ويقوم على استخدام اللغة المنطوقة التي تنقل الأفكار والمشاعر، ويُشترط فيها استخدام لغة بسيطة وواضحة يفهمها الطرفان (nurius, cormaire, Osborne, 2008)

أما الإتصال غير اللفظي. فيُعرف بأنه كلُّ عملية اتصال لا تتجاوز الكلمات المنطوقة أو المكتوبة، وتشمل كلّ ما يصدر عن الفرد من حركات وإيماءات وتعبيرات جسدية، وعلى الزوجين إتقان وسائل الإتصال غير اللفظي، وهي كما يلي: أبو عرقوب(2012).

- ملامح الوجه أكبر مصدر للاتصال غير اللفظي، وتنقل عواطفنا ومشاعرنا للآخرين، ومن المعاني التي تعبّر عنها ملامح الوجه (القلق، السعادة، الحزن، الكدر، الخوف، الاستكبار، الإعجاب، اليأس، الذل، الخ).
- رسائل العينين وتعمل على استقبال الكثير من الرسائل غير اللفظية وإرسالها، وتحمل هذه الرسائل معاني (الصدق، الكذب، الشك، الكره، الحب، الرفض، التعاطف، القلق، التوتر، الخ).

- حركات الرأس واللمس الذي يمثل شكلاً من أشكال الاتصال، وهي وسيلة هامة لنقل المشاعر والأفكار للآخرين؛ حيث يمكننا إيصال المشاعر الإيجابية والسلبية ومن المعاني التي يمكن استشعارها (الحب، والعطف، والحنان، والتأييد، والاحترام، والقسوة، والصدقة، (cormaire,nurius,Osborne, 2008).

على ضوء ما سبق، يُعدُّ مفهوم الاستقرار الأسري بمفهومه الشامل كما تعرّفه أبو سكينه (2009)؛ بأنه العلاقة الزوجية السليمة التي تتمتع بقدر عالٍ من التخطيط الواعي، وتشمل الفردية والتكاملية في أداء الأدوار، وتحديد المهّمات والمسؤوليات، ودرجة القدرة على مواجهتها والالتزام بها، واعتبار الديمقراطية في الأسرة الأساس للتصدي للصعوبات، ومواجهة التحديات، والوصول إلى المرونة التي تمهد للتكيف مع المستجدات، كما تُعرّف (توفيق، 1996) السعادة بأنها الشعور الداخلي بالرضا، وإحساس كل طرف بالآخر، وأنه يبذل كل شيء عن طيب خاطر في سبيل تحقيق الاحتياجات والأهداف والرغبات، ويُعرّف حرز، نقلا عن (أبو سكينه 2009)، الاستقرار الأسري بأنه علاقة زوجية يستطيع فيها الزوجان نظم حياتهما بشكل يتوافق مع مسؤولياتهما، وتوقع التغيرات، والقدرة على مواجهتها، ومراعاة ظروف بعضهما البعض. وتعرف الباحثة الاستقرار الأسري بأنه استمرار العلاقة بين الزوجين، والقدرة على الصمود أمام المشكلات والعراقيل والتحديات التي تواجههم، كما أنه القدرة النسبية على الاستجابة للمتغيرات الحاصلة، والتكيف معها.

خصائص الاستقرار الأسري الزوجي:

ذكرت توفيق (1999)، بعضاً من خصائص الاستقرار الأسري على النحو الآتي :

أولاً: اكتساب الأسرة درجة من المرونة، تسمح لها بالتكيف مع المتغيرات التي قد تواجهها باعتبارها جزءاً من المجتمع.

ثانياً: الفردية والتكامل في أداء الأدوار، وتحديد المسؤوليات، والتزام كل طرف بواجباته تجاه الأسرة؛ حتى يستطيع الصمود أمام الأزمات ويحقق المرونة في التكيف مع هذه العراقيل.

ثالثاً: أن تؤدي الأسرة التزاماتها الحيوية بحيث يقوم الرجل بتوفير السكن المريح، والغذاء السليم دون أن يعرض المرأة للخطر أو القلق.

رابعاً: أن تساعد الأسرة أطفالها؛ بتوفير بيئة صحية لهم، وأن تغرس فيهم حب الخير والكرامة الاجتماعية، وأن تربّيهم على مواجهة قوانين السلوك في المجتمع، والاستجابة للمواقف الإنسانية المتعددة، وأن تتدرب على فن الحياة الاجتماعية في نطاق ضيق، وأن يكون هدفها الأسمى هو الاستقرار والسكينة والمودة والرحمة، وأن تحمي نفسها من الاضطرابات والانهيار والتفكك الذي قد يسود في ظل الصراعات التي تعكّر صفوة الأسرة، وتؤدي إلى التصدّع والانهيار، التل(2003) وفي حال عدم إدراك الزوجين للمسؤوليات والأدوار الأسرية، وعدم تمثّعهم بمهارات الاتصال الإيجابية ومهارات الاتصال اللفظي وغير اللفظي، فإن ذلك سيؤدي إلى الاضطراب في العلاقة، وبالتالي يؤدي إلى عدم الاستقرار الأسري.

وتُعرّف الباحثة عدم الاستقرار الأسري بأنه خلل في العلاقة بين الزوجين، مع عدم القدرة على التكاتف والصمود أمام المشكلات والصعوبات التي تواجههم، وعدم القدرة على القيام بالمسؤوليات؛ مما يسبب كثرة الخلافات، وقد يدفع أحد الطرفين إلى إنهاء رابطة الزواج. كما أكد مؤمن (2004) إلى أن الصراع ينتشر بين الأزواج؛ بسبب التصرفات المحيطة التي يقوم بها كلا الطرفين تجاه الآخر، مع غياب مفهوم التسامح بينهما؛ وبالتالي ينشأ الصراع. وهناك عدّة أسباب وعوامل تؤدي إلى عدم الاستقرار الأسري وهي: -عوامل اقتصادية -عوامل شخصية -عوامل اجتماعية -عوامل نفسية -عوامل صحية، وهي كما يلي:

- **عوامل اقتصادية:** تتمثل بعدم الاتفاق على جوانب الإنفاق المختلفة، وعدم تحديد المسؤوليات؛ كأن يتخلى الزوج عن مسؤوليته في الإنفاق على المنزل، أو تكون الزوجة مسرفة في إنفاق المال، فتصبح المشكلة معقدة، ويؤدي ذلك إلى العجز، وربما يكون عدم الإنفاق بسبب مرض رب الأسرة وعجزه عن العمل، حقي وحسن (2002)، فيؤدي ذلك إلى استقلال المرأة مادياً، ودخولها إلى ميدان العمل.

- **عوامل شخصية:** وهي أنماط وسلوكيات وانفعالات لا تتوافق مع المزاج العام للطرف الآخر، فلا يكون هناك فهم متبادل، وإنما خلل في الأخذ والعطاء والرضا، والفعل وردة الفعل حقي و حسن(2002)، مع عدم الوفاء والصدق والصراحة في المعاملة الزوجية، وتصادم المواقف داخل الأسرة. وتتعرّض الأسرة إلى تقلبات في الاتجاهات بين السعادة والشقاء، وتصبح بعد ذلك إعادتها إلى ما كانت عليه من وحدة مترابطة، كما أن عناد المرأة وتركيزها على الأدوار المتساوية بينها وبين زوجها يؤدي إلى التصدعات الخطيرة بوحدة

الأسرة وتماسكها، الجميلي وعبود(1995)، وإهمال الزوجين لمبدأ المشاركة؛ كأن يظنَّ الزوجُ أو أحدهما بأنه يستطيعُ أن يفرضَ تصوُّره على شريكه، فكما نعلم أنه من سمات الزواج الأساسية المشاركة في اتخاذ القرارات، والاهتمامات، والمسؤوليات، وفي حالة عدم استعداد الزوجين أو أحدهما لمبدأ المشاركة، تبدأ الانعزالية والدكتاتورية، ومن ناحيةٍ أخرى أشارت توفيق(1996)، إلى أنَّ استبعادَ أحد الزوجين أو كليهما لقبول مبدأ التسامح بين الأزواج لا يعني الضعف، بل هو منتهى القوة، ولكنَّ الأزواج عادةً يفسِّرون مبدأ التنازل عن الفكرة بأنه ضعفٌ، وينسَوْنَ بأنَّ العلاقة بين الزوجين ليس فيها منتصرٌ وخاسرٌ.

- **عوامل اجتماعية:** تُعدُّ العواملُ الاجتماعية من العوامل المهمة جدًّا الأش (2005)، وتتضمنُ عدمَ الجدية في النظر لأهمية الحياة الزوجية؛ كقلَّة وسائل الترويح، وعدم المشاركة بالأنشطة الاجتماعية، ومشاركة الأطفال، والمشكلات الأسرية التي تحدثُ بين الآباء والأبناء، التل (2003)، الخولي (2006). وانعدام التفاهم أيضًا، و توقُّف التفاعل بين الزوجين، واعتراف الرجل بدور المرأة أساسًا في القيام بالأعمال المنزلية، ورعاية الأبناء، واعتراف المرأة بأنَّ الزوج هو المسؤولُ اقتصاديًّا عن المنزل؛ وبالتالي تحدثُ الفجوة وتتسع؛ بسبب غياب قنوات الاتصال؛ لمواجهة المشكلات التي يحدث فيها تقصير من أحد الطرفين، الجميلي وعبود(1995)، كما يسببُ الاختلافُ الفكريُّ والثقافيُّ والاجتماعيُّ تباعدًا بين الزوجين بوصفهما من طبقتين مختلفتين توفيق(1996)، وعلى الجانب الآخر قد يلعبُ التدينُ دورًا مهمًّا في العلاقة الزوجية فعندما يكونُ الزوجُ متدينًا فإنه يستوعبُ الزوجة، كما يُعدُّ فارقُ السنِّ بين الزوجين من العوامل التي تؤدي إلى إحداث نزاعاتٍ عنيفةٍ داخل الأسرة، وتدخل الأطراف الخارجية بطريقة مباشرة أو غير مباشرة، وذلك بموافقة أحد الشريكين أو كليهما على هذا التدخل، وهذا بدوره يؤدي إلى التوتر، وزيادة حدَّة الصراع الداخلي. (الجميلي وعبوده، 1995).

ومن الجدير بالذكر أنَّ تعدُّد الزوجات وما يتصلُّ به من مشكلاتٍ يؤدي إلى التوتر، وعدم العدالة في معاملة الزوجات، وعدم الوفاء بالوعد، وغياب الأب؛ بسبب العمل، أو الهجرة الخارجية؛ لتحسين الأحوال المعيشية، مما يؤدي إلى القلق والتوتر في العلاقة الأسرية، المالك و نوفل(2006).

- **عوامل نفسية:** تعترض الأسرة بعض الصعوبات التي تُعيق التفاهم، وتضفي على الصراع صفة الاستمرارية، وتؤثر في وحدة الأسرة وتماسكها، وتؤدي إلى الأزمات، وتصدع الكيان الأسري وتفككه (كمال، 2005).

كما أشار القرني وعبد الحفيظ (2004)، إلى المشكلات النفسية التي تحدث؛ بسبب إصابة أحد أفراد الأسرة باضطراب نفسي ناتج من تكرار الخلافات المؤدية إلى احتدام النزاعات، والشعور بالقلق والتوتر، والمؤدية إلى الضغوط النفسية، والخلافات بين الزوجين.

مظاهر الاستقرار الزواجي:

من مظاهر الاستقرار الأسري، اتفاق الزوجين على الأدوار المختلفة التي يؤديها كل منهما، والتوفيق بين هذه الأدوار وتوقعاتهم، واتفاق الزوجين على أمور الأسرة من حيث تيسير أمورهما، بغض النظر عن الخلافات التي توجد بينهما، وأن يكون لجميع أفراد الأسرة الحق في التعبير عن آرائهم في اتخاذ القرارات مع رب الأسرة، وأن يكون هناك انسجام وتوافق في العلاقات بين الأهل والأقارب في قضاء وقت الفراغ، واختيار الأصدقاء، والوقوف أمام الأزمات، والتصدي لها سواء كانت داخلية أم خارجية، وعدم وجود مشكلات ذات مظاهر انحرافية، والميل إلى التضحية والتفاني من قبل الزوجين؛ من أجل دوام استقرار الأسرة، ويظهر ذلك من خلال تسامح الزوجين مع بعضهما بما يحقق احتياجاتهم ويلبي الرغبات، حقي وأبو سكيينة (2009).

النظريات المفسرة للاستقرار الزواجي:

نظرية جاثمان (Jathman):

اختصت النظرية في مهارات الاتصال، وحل النزاعات، وهي من النظريات الهامة في الزواج، وجد جثمان أن أغلب العلاجات للمشكلات الزوجية قد فشلت في كثير من الحالات؛ لذلك اقترح نظرة جديدة في معالجة الخلافات؛ إذ بين أن على الأزواج أن يُنشئوا آلية لمساعدة أنفسهم. كما اقترح جثمان وليفينسون (1988، goatman&levensone)، أن على الزوج والزوجة أن يركزا على الصفات الإيجابية لبعضهم البعض بدلا من التركيز على السلبيات والأمور التي تُضعف العلاقة بينهم، وشدّد على التفاعل الإيجابي الذي من شأنه أن يعزز حل النزاعات بينهم، وبالتالي يحسّن من مستوى الاستقرار الزواجي، واتفقت العديد من الدراسات مع استنتاج جثمان؛ إذ إن الاتصال الفعال هو أمر حاسم للزواج السعيد، وضعف الاتصال عامل

رئيس في نشوء الصراعات الزوجية، وقد أوضح جثمان الذي أجرى بحثاً تفصيلياً عن العوامل التي تساعد على استمرار الارتباط العاطفي، واستمرار الاستقرار الأسري، واستنتج أن أسلوب اللوم، والاستهزاء، وتوجيه النقد القاسي، هو علامة التحذير المبكر على انهيار الزواج، وكذلك الشكوى المتكررة، والانفعالات الغاضبة، وانعدام التسامح والتنازلات، وانعدام أساليب حل المشكلات في العلاقة الزوجية.

نظرية العلاج الأسري البنائية: Constructive family therapy theory

تقوم هذه النظرية على اعتقاد مفاده أن سوء الأداء الوظيفي للبناء الأسري هو سبب استمرارية المشكلة، ولهذه النظرية أهداف عديدة لتطوير البناء السريع الجيد ومنها، تغيير الأسرة في وظائفها، وزيادة التفاعل بين أفرادها الكفافي (1999). حيث يرى أن كل نسق فرعي له حدوده الخاصة، وإذا أردنا أن نعرف مدى وجود خلل في نسق الأسرة، فعلينا أن نبحث عن وجود الحدود أو غيابها، فالنسق الأسري يعاني من صعوبات ومتاعب، وإن لم تُصحح هذه الصعوبات فإن النسق يختل، وتضعف أنماط الاتصال الإيجابية فيه، وتغيب عنه الألفة والمودة، فكلما كانت الحدود شبه نفاذة كان الاتصال بين أفراد الأسرة حاضراً وإيجابياً، وكانت البيئة فعّالة ودائمة، وهذا ما يتفق مع ما أشار إليه (كوري، 2012)، بأن الأنساق الفرعية لا بد لها أن تتلاءم مع طبيعة كل منها، وعندما يتعدى نسق على نسق فرعي آخر، تحدث الصعوبات ويؤدي ذلك إلى خلل في البناء الأسري، حيث تتميز الأسرة ذات الحدود الواضحة بالمرونة والاتصال والاستقرار بين أفرادها، ويتمتع الأزواج فيها بقدرة على تعزيز الاتصال بين أفرادها، والقفز عن الهفوات والخلافات، إذ إن بمقدور الأسرة أن تكون سبباً كافياً لاستقرارها، خلافاً للحدود الجامدة التي تُعيق الاتصال وتضيئه، ومن الجدير بالذكر أن هزيمة السلطة تحمّل الآباء المسؤولية عن القيادة، ويحمّل الأبناء فيها بمهام تناسب أعمارهم وقدراتهم الشخصية، كما تُسهم إسهاماً كبيراً في تعزيز أساليب أنماط الاتصال الإيجابي؛ فكلما كانت الحدود واضحة بعيدة عن الجمود والتثبت بالرأي، كانت الأسرة قادرة على تغيير أبنيتها؛ لتلبية مطالب أفرادها

(gutman&muro, 1995)

نظرية الربح النفسي الروحية: Psycho Spiritual profit Theory

وهي ذات أساس ديني في الربح النفسي الروحي، وعبارة عن شعور كل من الزوجين بالارتياح النفسي في أداء عمل يهدف فيه إلى إرضاء الشريك، وابتغاء مرضاة الله، ففي رضا

الزوجين عن بعضهما حماية للعلاقة الزوجية من الخلافات والصراعات؛ إذ يقدم كل منهما تنازلات؛ للحفاظ على العلاقة الزوجية والأسرية من كل ما يعكّر صفوها، وبالتالي تسود الألفة، وينعم الزوجان بمستوى مُرضٍ من الاستقرار في الزواج، وهذه النظرية شبيهة بنظرية التبادل في تفسير هذه الأحداث علاوة على إضافة البعد الديني فيها، فهوجي (٢٠٠٦).

النظرية الإنسانية نظرية الذات: Humanistic Theory

من خلال نظريته عن الذاتية وكيونة الفرد وجوهر شخصيته، وتشمل الذات الاجتماعية، والذات المثالية، والذات المدركة، ومفهوم الفرد عن ذاته يؤثر في سلوكه، فكلما تطابقت نظره الذات المدركة والواقعية والمثالية، ساعد ذلك على تغيير اتجاهاته وخبرته السلبية، ومواجهة العقبات، وأصبح أكثر نجاحاً في العلاقات الزوجية، فالزوجان بحاجة لإثبات أن بمقدورهم تعزيز قيمة العلاقة الزوجية وتقديرها، وهما يمتلكان الأفكار السليمة الأصيلة، ويتمتعان بالصحة النفسية؛ الأمر الذي يؤدي إلى الاستقرار في الزواج، ويتحقق ذلك من خلال الانسجام بين الذات الواقعية والمثالية والمدركة، الضامن (2003). وعليه فإن تقديره لشريكه يجعل العلاقة أكثر استقراراً. ويؤكد أصحاب النظرية الإنسانية أن الاستقرار الزوجي يتحقق عندما يكون الفرد متسقاً مع مفهومه لذاته؛ من خلال أفكاره وخبراته التي يمر بها.

النظرية التفاعلية الرمزية: Symbolic Interaction Theory

وفيها يندمج الزوجان مع بعضهما بشكل عام، في تفاعل غير رمزي فيستجيبان لحركاتهما الجسدية وتعبيراتها وأصواتها؛ من خلال التفاعلات التي تحصل عادةً على المستوى الرمزي، ويكونان بذلك شخصيات متفاعلة، ويشتركان في فهم تلك المعاني من خلال فهم أصواتهم وحركاتهم الجسدية؛ مما يؤدي إلى الاستقرار الزوجي، وهناك تفاعلات تكون بالشكل الرمزي؛ إذ تكون لها إشارات بشكل متفق عليه بين الأزواج، فتؤدي إلى الاستقرار الزوجي، وهي تركز على أهمية المركز الدور، فالدور يشير إلى مجموعة التوقعات، وهذه التوقعات مربوطة بأوضاع معينة تنمو بالتفاعل، الخولي (2011). وهكذا نجد النظرية تركز على التغلغل داخل العلاقة، وتحليل وظائفها أثناء التفاعل، وهذا يشمل الزوجين معاً، فكلما كان التفاعل إيجابياً كان الأزواج أكثر استقراراً، الكفافي (1999). إذ إن الزوج الذي يعرف ماذا يتوقع من موقف الزوج الآخر يكون قادراً على الاستجابة بصورة جيدة، كما يجب أن يتصف سلوكه بالتسامح، والتنازل، والعطاء؛ حتى لا تنشأ المشكلات، ويؤدي ذلك إلى الرضا والتوافق والحصول على الاستقرار؛

وبالتالي تتغير هذه التوقعات، ويتحقق الانسجام، وتُدعمُ العلاقة، ويُعززُ الاستقرارُ الزواجيُّ، الخولي (2011).

العلاج الأسري الخبراتي لفرجينيا ساتير: Experiential family Therapy Theory

تشيرُ إلى أنَّ العلاجَ الأسري هو عمليةٌ طبيعيةٌ لكافة البشر، كما أنَّ جميعَ الناسِ يمتلكون الإمكانياتِ للنموِّ، وهي مرتبطةٌ عادةً في تدني مفهوم الذات، وعدم القدرة على الاتصال، ومن بين أسبابِ لجوءِ الأسرةِ إلى الإرشادِ الأسري هو تدني إحساسِ أفرادها بقيمةِ الذات، كما يستخدمُ المرشد استراتيجياتٍ متعددة؛ لمساعدة الأسر على اكتسابِ الثقة، من التشجيع على الإفصاح عن خبراتهم الذاتية، والتفاعل بين العقل والجسد، وتقدير الذات، وقيمة الذات، وترى ساتير أنَّ الذات تتألفُ من ثمانية أبعادٍ مختلفة وهي: الجنس، الجسدي، العقلي، الانفعال، التفاعل، النضج، البيئي، (أبو عطية، 2016).

وُعدُّ نظريةُ ساتير (Satir) من نظرياتِ الإرشادِ الأسري التي ركزتْ على عرضِ العلاقات، وأنماطِ الاتصال بين أفرادِ الأسرة التي تحققُ الاستقرارَ الأسري؛ من خلال تفعيلِ فهمِ أنماطِ الاتصال وتحديدِها، وقد طُوِّرتْ هذه النظريةُ على يدِ رائدةِ العلاجِ الأسري فيرجينيا ساتير (Virginia Satir)، والتي تبَيَّنَتْ من خلالِ نظريةِ الاتصالِ الإنسانيِّ على دورِ وفاعليةِ الترابطِ الأسري؛ لجعلهم أكثرَ قدرةً على فهمِ بعضهم، والتفاعلِ من خلالِ التركيزِ على استيعابهم لعمليةِ الاتصال فيما بينهم من استقبال، وإرسالِ للرسائل فيما بينهم كأفرادِ أسرة، والطرق التي يتمُّ من خلالها الاتصالُ داخلَ إطارِ الأسرة (Brubacher, 2014). كما يشيرُ نموذجُ ساتير (Satir) إلى: مجموعة من الأساليبِ المتنوعةِ التي يتمُّ من خلالها إحداثُ التغييرِ في التجاربِ الشخصيةِ التي يمرُّ بها الأفراد؛ لتغييرِ أفكارهم ورؤيتهم حول الصعاب والعراقيل والمواقف المختلفة التي تواجههم (Piyavhatkul, Arunpongpaisal, Patjanasontorn, Rongbutsri, Maneeaganondh & Pimpanit, 2017)

ويُعرفُ نموذجُ ساتير (Satir): باحتوائه مجموعةً من التقنيات والأساليبِ العلاجيةِ التي تساعدُ في تطوُّرِ عمليةِ الاتصال بين الأفراد بشكلٍ إيجابيٍّ، وتعملُ على تحسينِ الانسجامِ بين

أفراد الأسرة، وتعزيز طرق الاتصال بينهم؛ لتحقيق السلام والسعادة والاستقرار الأسري (Okur, 2020).

ويتضمن النموذج مجموعة من المعتقدات، والأساليب، والتمارين الداعمة بشكل إيجابي للعلاقة بين الزوجين والأسرة، وتنمية القدرة على اكتشاف الذات، وتحمل المسؤولية، وتمثل أهمية نموذج ساتير (Satir) في تأثيره على الجانب النفسي لأفراد الأسرة؛ حيث يُعد الأساليب المؤثرة على مستوى تقدير الذات من خلال التأثير على الأفكار والمعارف والمشاعر، ويشمل هذا الجانب مجموعة من الفنيات التي تُطبَّق على جميع أفراد الأسرة؛ كعدم الإضرار بالآخرين، وتمتع الفرد بنظرة تفاؤلية إيجابية، كما تشمل معتقدات الفرد حول تفاعله مع أفراد أسرته نتيجة عملية الاتصال، فعندما يتعرَّض الفرد لموقف معيَّن، وينظرُ إلى هذا الموقف على أنه تأديبي، فإنه ينعكسُ على أفكاره وتوقعاته، وعلى أسلوب تواصله مع الآخرين (Yildirim, 2017). وتعتقدُ ساتير أنَّ تقدير الذات واحدٌ من أكثر المفاهيم الأساسية التي ينبغي على الإنسان أن يتعلَّمها، وقد ركَّزت على أنماط الاتصال ونوعيته، وما له من أثر كبير على علاقات الأزواج داخل الأسرة، وعلى كيفية التفاعل فيما بينهم، وأثر ذلك على حياتهم الزوجية، والطريقة التي يتواصل بها الأزواج، وبيَّنت كيفية شعورهم، فالأزواج الذين يمتلكون شعوراً إيجابياً نحو الذات، وتقديراً لذواتهم، يتحلَّون بتواصل إيجابي، وشعور نحو أنفسهم بشكلٍ منفتح وأصيل، أمَّا الأزواج الذين يمتلكون شعوراً سلبياً نحو أنفسهم أو تدنياً في تقدير الذات فإنَّهم يميلون إلى استخدام وسائل غير وظيفية في الاتصال، وتؤثِّرُ سلباً على الاستقرار الزوجي، كما أوضحت ساتير أربع أساليب غير تكيفية للتواصل الأسري هي: المسترضي، اللوام، والعقلاني جدا، وغير المتصل اللامبالي، والمشنت، وتُعدُّ هذه الأنماط سبباً جوهرياً في ضعف الاتصال بين الشريكين، وجعله غير تكيفي؛ وبالتالي يؤثِّرُ على الاستقرار (الزوجي، أبو عطية، 2016).

كما وتتمثلُ أهمية نموذج ساتير (Satir) في التأثير على البعد الروحي، ويشمل الجوانب التي تغذي روح الفرد من خلال الدين، حيث اعتبرتُ ساتير أنَّ الإنسان قادرٌ على تحسين تواصله مع الآخرين؛ من خلال تغذية الجانب الروحي والديني لدية، وجعل الفرد أكثر حرصاً على أداء الصواب، فالتعرُّض المستمرُّ للصعوبات والعراقيل والمشكلات تجعلُ تصرفات الفرد وممارساته هجومية وعدائية، وتجعله غير مرحَّب به في المجتمع، أمَّا تغذية الجانب الروحي لدى الفرد وتنميته فتجعله متواصلاً بشكلٍ سليمٍ وصحيح مع محيطه، وبذلك يصبحُ أكثر فاعلية

وكفاءة ذاتية (Wretman, 2016). ومن الجدير بالذكر كما أشارت أبو ليلي (2001) أن التسامح في الزواج يُعتبر غاية في الأهمية؛ لأنه يحول الخصومات الزوجية إلى ودٍّ ومحبة، ويؤدي إلى نتائج إيجابية، فالتسامح والعفو أمر مهم يجب أن يتذكره الأزواج دائماً، فهو نهج نبينا وقدوتنا (محمد صلى الله عليه وسلم)؛ إذ كان رفيقاً متسامحاً محباً لزوجاته (خيركم خيركم لأهله)، (أبو ليلي، 2001).

نستنتج مما سبق أن الأسرة المشبعة على حدّ تعبير ساتير هي الأسرة المتمتعّة بالحيوية والنشاط و نموّ المشاعر، وتقدير الذات، ويكون لدى أعضائها رسائل لفظية وغير لفظية واضحة، وتتمتع بنمط اتصال موجب منسجم أصيل تكيفي، ويكون التسامح حاضرًا فيها، فيزداد الاستقرار الزوجي، بالإضافة إلى أنهم يجدون المتعة بالاستماع إلى الآخرين، ولديهم الحرية في إخبار الآخر عن مشاعرهم، فمستويات الاتصال بين أفراد الأسرة يجب أن تكون متطابقة، وبعيدة عن الازدواجية من نبرة الصوت، وتعبيرات الوجه التي يجب أن تتطابق مع بعضها داخل الأسرة، وخاصة الزوجين؛ لينعما ببيئة تتصف بالانفتاح الأصيل، أبو عطية(2016).

كما ركزت ساتير (Satir) على الرغبات والاحتياجات والآمال التي يوقّعها الفرد، والتي ترتبط بالفرد وبمدى قدرته، والتوقعات التي يبنها بالاتصال، وإقامة العلاقات والروابط المتنوعة، حيث قامت ساتير (Satir) بتصنيف أنماط الاتصال داخل الأسرة إلى النمط المنسجم الذي يُعدّ نمطًا تكيفيًا وصحيًا؛ والنمط المسترضي، واللوام، والعقلاني، والمشئت، واللامبالي، وتُعدّ أنماطًا غير تكيفية، وفي ما يلي تفصيل لذلك (Carlson, Oed & Bermudez, 2017):

- **المنسجم (Leveler):** وهي الشخصية المنفتحة والمرنة، وتتجه نحو التغيير، وتعبّر عن مشاعرها وانفعالاتها بوضوح وشفافية، وبطريقة تساعد في حلّ العقبات والعراقيل والصراعات المختلفة، وتساعد الفرد المنسجم من تحقيق الانسجام بين الرسائل اللفظية وغير اللفظية، وتركز على استخدام الاتصال البصري، ولا تعمل على إصدار الأحكام على الآخرين من خلال عملية الاتصال (Carlock, 2013).

- **المسترضي (Placater):** وهو الشخص الذي يتميز بالموافقة بشكل مستمر على أي قرار، وإنكار وجود المشكلات، وإظهار اللطف المستمر، والميل إلى إبداء الأعذار.

- **اللواؤم (Blamer):** ويتصف الفرد بالسيطرة، ويرى نفسه محققاً دائماً، وأن الآخرين على خطأ، ولا يعمل على حل المشكلات، ولا يتحمل أي نوع من المسؤولية لحل المشكلات والصراعات، ويقوم بالحكم الدائم والتنظير على الآخرين.
- **العقلاني (The Super-reasonable):** الفرد الذي يمتاز بضبط انفعالاته، واستخدام الأساليب المنطقية في عملية الاتصال، ويساعد النمط العقلاني في التعامل مع المواقف التي تؤدي بالفرد إلى الشعور بحالة اليأس والفشل من محاولاته لتخطي العقبات والصعاب، ويساهم في انخفاض الشعور بتقدير الذات لدى الشخص المقابل، وتحديد الرغبات والمتطلبات أو الاحتياجات التي سببت تلك المشاعر والانفعالات، ومعرفة العوامل المسببة للمشكلة.
- **المشتت (Distracter):** ويتميز بأنه يتجنب المشكلات والصراعات المختلفة داخل الأسرة، ويقوم بالابتعاد عن أية مشكلة، ولا يقدم المساعدة لحلها، ويميل الفرد المشتت بالاتجاه لتغيير الموضوع أثناء الحوار أو الجدل، من خلال ذكر مواقف مختلفة متصلة بالحياة أو العمل، في حين يرغب الطرف الآخر بالجدال حول مشكلة أو موقف معين.
- واشتمل نموذج ساتير على مجموعة من الأبعاد، وهي البعد الشخصي، والماندالا، والاتصال، وقواعد العائلة، والجلب الجليدي الشخصي، والمثلث، وفيما يلي تفصيل لتلك الأبعاد:
- **البعد الشخصي:** وهو البعد المتعلق بالفرد ومدى كفاءته على تقييم ذاته دون التركيز على وجهة نظر الآخرين وتقديرهم لذاته، إذ ينبغي للفرد أن يحب ذاته أولاً، وألا يتأثر باتجاهات الآخرين وتصوراتهم حوله؛ حيث يواجه الفرد المتأثر باتجاهات الآخرين اضطرابات وضغوطاً نفسية، تؤدي إلى انخفاض مستوى تقديره لذاته، وهو ما ينعكس سلباً على تنشئة الأطفال وتهينتهم للظروف والمتغيرات في البيئة المحيطة بهم، وهو يعمل على توفير الأساليب العلاجية الداعمة والمعززة لمستوى تقدير الذات (Okur, 2020).
- **الماندالا (أركان السعادة):** تُعدُّ الذات النواة والبنية الأكثر عمقا، وقد رمزت إليه ساتير (Satir) بالماندالا، وتعني الكلية أو الشمولية، وتتضمن ثمانية أبعاد متداخلة، وهي: الجانب المادي، ويشمل الجسد، والروحي، ويتعلق بإيجاد المعنى للحياة، والفكري، ويتعلق بالمنطق، والعمليات العقلية المرتبطة بالدماغ الأيسر، والعاطفي، ويرتبط بالحدس، والمشاعر، والعمليات العقلية المرتبطة بالدماغ الأيمن، والحسي، ويرتبط باستخدام الحواس، والتفاعلي،

ويرتبط بعملية الاتصال مع الآخرين، والسياق، ويرتبط بالمساحات والألوان، والإضاءة، والأصوات، والوقت، والغذاء، ويتعلق بما يأكله الفرد ويشربه. (Akça Koca, 2017)

- **الاتصال:** يُعدُّ الاتصال من متطلبات الحياة، وينبغي تحقيق الانسجام بين الاتصال اللفظي وغير اللفظي، وأكَّدت ساتير أنَّ التناغم في الاتصال بين أفراد الأسرة يُعدُّ ضروريًا؛ ليتمَّ تحقيق التفاهم، وإدراك المشاعر المختلفة، وقد يستخدم الفرد أحد أنماط الاتصال غير التكيفية (المسترضي، واللوام، والعقلاني، والمشتت)، وهو ما يتطلب تعزيز عددٍ من الجوانب المرتبطة بشخصيتهم وبتفاعلهم مع الآخرين؛ للتأثير على قدرتهم على التكيف، وزيادة مستوى تقدير الذات لديهم (المومني والفريحات، 2020).

- **قواعد العائلة:** تعتمد الأسرة على وجود القواعد التي تتمُّ من خلالها إعادة هيكلة المهام والمسؤوليات وترتيب عددها؛ كالمهام المنزلية، والتعامل مع المال، وهناك عددٌ من القواعد الواضحة بالنسبة لأفراد الأسرة، إلا أن هناك قواعد ضمنية لا تتضح بسهولة لهم، وهو ما قد يؤثر على العلاقات الأسرية، وأكَّدت ساتير ضرورة أن تتصف تلك القواعد بالمرونة والتغير المستمر، ومراعاة المرحلة العمرية عند تطبيقها (Carlock, 2013).

- **الجلبُ الجليديُّ الشخصي:** وهو البعد المتعلق بالظاهر؛ إذ تتمُّ استعارة الجلب الجليدي في أنماط الاتصال غير التكيفية (المسترضي، واللوام، والعقلاني، والمشتت)، ويقوم نموذج ساتير (Satir) على تعزيز استخدام النماذج التي تعزز الاتصال؛ لتحقيق التطابق بين الأفراد، بحيث يتضمن تقدير الذات، وتقبل الآخرين، وإظهار المشاعر، والتوقعات، والتصورات المخبئة خلف تلك الأنماط، ويتضمن هذا البعد البعد الشخصي، والروحي، والنفسي (Brubacher, 2014).

- **المثلث:** ويتعلق بالمصدر الأول والرئيس للمعلومات والخبرات لدى الطفل، وهما الأبوان؛ إذ إن رؤية الطفل لنفسه ضمن المثلث يحدّد مدى تأثره بأبويه، ويُعدُّ إبعاد الطفل عن هذا المثلث من العوامل المسببة لعدم القدرة على التعلّم، وعدم القدرة على التفاعل، كما يؤثر على قدرته على الاتصال وتقديره لذاته (القرعان وجرادات، 2020).

ويتمُّ التغيير من خلال نموذج ساتير (Satir) من خلال مجموعة من المراحل الإرشادية التي يتمُّ من خلالها وصّف أثر كل مرحلة على مشاعر الفرد وتفكيره وأدائه، كما أنّها من

الوسائل التي تساعدُ المعالجَ الأسري على توفير المعلوماتِ اللازمة لإحداثِ التغيير فيهم، واستند نموذج ساتير في العلاج الأسري على مجموعةٍ من الفنيات التي يمكنُ تلخيصُها في الآتي (Haque, 2018):

- **الجلسة البنائية:** وتتضمنُ قيامَ المعالجِ الأسري بالتعريفِ عن نفسه، وعن الهدفِ من الخدمةِ العلاجية التي يقدمُها، والتعرُّفِ على الفردِ أو الأسرة، وبناءِ الألفة معهم، بالإضافةِ إلى توضيحِ الأمور المتصلةِ بالبرنامجِ العلاجيِّ، والنتائجِ المترتبةِ عليه، وتُعدُّ هذه المرحلةُ أساسيةً لتوضيحِ الغموض، والإجابةِ عن الأسئلة التي تراوَدُ الحالة، بالإضافةِ إلى التقليلِ من مستوى القلقِ حولِ تجربةِ العلاج، وبيانِ الآثارِ الإيجابيةِ للعلاجِ في حالِ الالتزامِ به.
- **الوضعُ الراهنُ:** وهي المرحلةُ الأولى التي يتمُّ فيها تحديدُ الخيوطِ والعلاقاتِ والروابطِ التي تساعدُ على علاجِ المشكلةِ المواجهةِ للفردِ أو الأسرة، وينبغي للمعالجِ أن يراعيَ مختلفَ الجوانبِ التي تظهرُ أثناءِ الحصولِ على المعلوماتِ المختلفة، وألا يصدرَ الأحكامَ حولِ الحالة.
- **العنصرُ الغريبُ:** وهي المرحلةُ التي يتمُّ فيها إدخالُ عنصرٍ إلى النظامِ العلاجيِّ، وتقييمِ الخللِ الحاصلِ في التوازن، وتهدفُ إلى توفيرِ المعلوماتِ والآلياتِ الملائمة؛ للتعاملِ مع المواقفِ المختلفة، والحصولِ على تغذيةٍ راجعةٍ حولِ استجابةِ الأفرادِ لذلكِ العنصرِ.
- **التكاملُ:** وهي المرحلةُ التي يتمُّ فيها تناغمُ الخبراتِ الجديدةِ مع الخبراتِ السابقة؛ بهدفِ تحسينِ السلوكياتِ والممارساتِ والاتجاهاتِ، والتأكدِ من اكتسابهم مهاراتِ الاتصالِ اللفظيِّ وغيرِ اللفظيِّ؛ للتعاملِ معه.
- **التطبيقُ:** وهي المرحلةُ التي تتضمنُ التأكدَ من انتقالِ الخبراتِ الجديدة؛ من خلالِ متابعةِ السلوكياتِ والممارساتِ، والتأكدِ من تأثيرها.
- **الجلسةُ الختاميةُ:** وهي المرحلةُ التي تتمُّ فيها مناقشةُ التغييراتِ التي طرأت، وتمَّت ملاحظتها، والتعبيرِ عن رأيِ المشاركينِ حولِ الإرشادِ.

ومما سبق، فقد أشارتُ ساتير (Satir) إلى مجموعةٍ من أنماطِ الاتصالِ التي تتمُّ من خلالها معرفةُ طبيعةِ العلاقاتِ بين أفرادِ الأسرة، وكيفيةِ تعديلِ عمليةِ الاتصالِ بينهم، بالإضافةِ إلى أنها أشارتِ إلى مجموعةٍ من الفنيات التي يتمُّ من خلالها البدءُ بالجلساتِ العلاجية، والتأكدِ من توفيرِ المهاراتِ الممارساتِ، والتأكدِ من تطبيقها؛ لتتعاكسَ في صورةِ خبراتٍ يُستفادُ منها في

التعامل مع أفراد الأسرة، وهو ما يؤكدُ ضرورةَ تطبيق نموذج ساتير (Satir) كأحد البرامج العلاجية الأسرية للتعامل مع المشكلات والضغوط التي تواجه الأسرة.

العلاقة بين متغيرات الدراسة أنماط الاتصال الزوجي والتسامح والاستقرار الزوجي:

كيف تؤثر هذه المتغيرات ببعضها؟ أظهرت مجموعة من الدراسات التي تناولت الاتصال والتسامح والاستقرار؛ كدراسة كاراهان وجورجي وبيو (Karahak, 2009, Gorgey,) (2001, Pio, 2001). وجود علاقة قوية بين أنماط الاتصال الزوجي والتسامح والاستقرار، فكلما كان الاتصال إيجابياً وبعيداً عن التشنج والجمود انخفضت الصراعات والخلافات الزوجية، وتنامت المودة والألفة، وكان التجاوز والتسامح أكثر حضوراً بين الأزواج، إنَّ كيفية الاتصال في التعامل بين الأزواج وامتلاك المهارات الفعّالة، تمكّن الأزواج من حلّ الصراعات والخلافات قبل تفاقمها وتراكمها، أما النزاعات والصراعات والأخطاء التي تتفاقم، ولا يتمّ التعامل معها بتسامح وتوظيف أنماط الاتصال الإيجابية والفاعلة فنُظهِرُ تأثيراً سلبياً وواضحاً على الصحة النفسية والعقلية والجسدية للزوجين، كما أشارت لها دراسة (olson & , 2000) (olson)، وبالتالي تضعف العلاقة، وتقلُّ المودة والرحمة والتناغم والانسجام والمحبة؛ مما يؤدي إلى عدم استقرار الزواج.

كما أشار (Lawler, 2005) إلى وجود علاقة ارتباطية قوية بين التسامح الزوجي والاستقرار الزوجي في الأسرة، وبين أن القدرة على التسامح مفتاح نجاح العلاقة وسلامتها من النزاعات والاضطرابات، ووجود الألفة والود والدفء، وإشاعة الحب بين الزوجين، فينعكس أثر ذلك على باقي أفراد الأسرة مما ينعكس إيجاباً لرفع قيمة التسامح وسلوكه بين الزوجين، وهذا ما أكدته دراسة، (علي، ٢٠١٢) و (Orathinkal, 2006).

وترى الباحثة أن هذه الدراسة ستحدّد العلاقة بين متغيرات الدراسة، وهي أنماط الاتصال المعتمدة على نموذج ساتير وعلاقتها بمفهوم التسامح وأثرها على الاستقرار الزوجي، مع مراعاة الخصائص المتعلقة بعينة الدراسة، وهي المعلمات المتزوجات حديثاً، وعلى أهمية ربط هذه المتغيرات للوصول إلى الاستقرار الأسري والسعادة الزوجية، ومدى أهمية الاتصال الفعّال، وتعزيز قيم التسامح؛ لتدعيم العلاقات الأسرية والزواجية بشكل خاص.

ثانياً: دراسات سابقة:

اطلعت الباحثة على عدد من الدراسات العربية والأجنبية والتي اشتملت على موضوعات نموذج ساتير (Satire)، أنماط الاتصال الزوجي، والتسامح، والاستقرار الزوجي، وسيتم عرضها من الأحدث إلى الأقدم، ومن ثم التعقيب عليها.

أولاً: دراسات تناولت فاعلية نموذج ساتير:

أجرى المومني والفريحات (2020) دراسة هدفت إلى معرفة فاعلية برنامج إرشاد جمعي مستند إلى نظرية ساتير في خفض الضغوط النفسية لدى عينة من اللاجئات السوريات المتزوجات في الأردن. اتبع الباحثان المنهج شبه التجريبي، تكونت عينة الدراسة من (30) لاجئة سورية. اظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المشاركات على استبانة الضغوط النفسية للقياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية. كذلك أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المشاركات على استبانة الضغوط النفسية للقياس التتبعي لصالح المجموعة التجريبية.

أجرت البواليز (2020) دراسة هدفت إلى تقصي فاعلية برنامج إرشادي في خفض أنماط التواصل المهددة للسعادة الزوجية ومستوى الرضا الزوجي لدى عينة من مراجعات مكاتب الإصلاح والتوفيق الأسري في الأردن. وتم استخدام المنهج الوصفي ومنهج شبه التجريبي، وتكونت العينة من (30) سيدة، وتم توزيعهن بطريقة عشوائية إلى مجموعتين مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة بواقع (15) مشاركة لكل مجموعة. اشارت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أداء العينة على استبانة التواصل المهددة للسعادة الزوجية كانت لصالح المجموعة التجريبية اللواتي تعرضن للبرنامج الإرشادي مقارنة بالمجموعة الضابطة. وشارت النتائج أيضاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات مراجعات الإصلاح الأسري في استبانة الرضا الزوجي كانت لصالح المجموعة التجريبية الذين تعرضوا للبرنامج الإرشادي مقارنة بافراد المجموعة الضابطة.

أجرى الزغول والشرعة (2019) دراسة هدفت إلى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي

يستند إلى العلاج الخبراتي لساتير لتحسين تمايز الذات ومهارات الحياة الزوجية لدى عينة من

الفتيات المقبلات على الزواج في محافظة عجلون. تكونت العينة من (32) فتاة خاطبة تم توزيعهن إلى مجموعتين تجريبية (16) فتاة وضابطة (16) فتاة . أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية على استبانة تمايز الذات واستبانة مهارات الحياة الزوجية تعزى لمتغير البرنامج الارشادي لصالح المجموعة التجريبية، مما يدل على وجود أثر للبرنامج الارشادي في تحسين مستوى تمايز الذات ومهارات الحياة الزوجية. وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات التطبيقين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على استبانة تمايز الذات واستبانة مهارات الحياة الزوجية مما يدل على إستمرارية أثر البرنامج الارشادي على المجموعة التجريبية.

أجرى بني سلامة وجرادات (2016) دراسة في الأردن، هدفت إلى التعرف على فاعلية نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال الزوجي لدى عينة من الزوجات في محافظة الزرقاء، وتكونت العينة من (20) زوجة، تم توزيعهن عشوائياً إلى مجموعتين متساويتين: ضابطة (10) زوجات، وتجريبية (10) زوجات، وأظهرت النتائج أن متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية كانت أعلى بشكل دال إحصائياً في القياس البعدي وفي قياس المتابعة على أبعاد استبانة الاتصال الايجابي، وأدنى بشكل دال إحصائياً على أبعاد استبانة الاتصال السلبي، مقارنة بالمجموعة الضابطة.

أجرت غيث والمشاقبة (2015) دراسة هدفت إلى التعرف على أثر برنامج إرشادي يستند إلى نظرية ساتير في تحسين نوعية الحياة الزوجية لدى عينة من الزوجات اللواتي يعانين من انخفاض الرضا الزوجي، تكونت العينة من (16) سيدة، تم اختيارهن من مركز التوعية والارشاد الاسري في منطقة الزرقاء، وتم تقسيم المشاركات عشوائياً إلى مجموعتين تجريبية واخرى ضابطة وتضم كل وحدة منهما على (8) سيدات. أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين افراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على استبانة الدراسة) نوعية الحياة الزوجية)، وذلك لصالح أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي، مما يشير إلى وجود أثر للبرنامج في تحسين نوعية الحياة الزوجية للمشاركات فيه.

أجرى بروباتشير (brubacher,2014) دراسة هدفت إلى دمج التعاطف كأسلوب علاجي مع استراتيجيات مستمدة من نموذج ساتير لتحسين العلاقة بين الزوجين بشكل أساسي، وذلك عن طريق تغيير في المشاعر والافكار، وأساليب الإتصال، ورفع تقدير الذات. تم استخدام المنهج شبه التجريبي، تكونت العينة من (10) أزواج يعانون من تدني نوعية حياتهم الزوجية في محاكم الإصلاح الاسرية في فرنسا، ووضحت نتائج الدراسة إلى أن هذا النموذج لديه أساليب فعالة للمحافظة على العلاقة الزوجية، وأنها تحتوي على مهارات عملية تساعد على التحسن نحو الأفضل.

ثانياً: دراسات تناولت فاعلية البرامج الإرشادية مع أنماط الاتصال:

أجرت العزب والجوهري (2020) دراسة هدفت إلى معرفة تأثير بعض المتغيرات الاسرية (نوع الزواج، نمط العلاقة الزوجية، الدور في الاسرة، العمر) على درجة أنماط الاتصال الزواجي خلال الحجر الصحي المنزلي والتباعد الاجتماعي في أزمة " كوفيد 19". لدى عينة من الأزواج والزوجات بمدينة جدة. اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي. تكونت العينة من (250) زوجاً وزوجة. كشفت النتائج عن وجود تأثير دال احصائياً لمتغير الدور في الاسرة على النمط المثالي لصالح الزوجات. يوجد تأثير دال للعمر على أنماط المسترضي، واللوم، والمثالي لصالح المرحلة العمرية الأكبر. يوجد تأثير دال احصائياً لمتغير نوع الزواج على أنماط اللوم، والمتشنت لصالح الزواج من غير الاقارب. يوجد تأثير دال احصائياً لطبيعة العلاقة الزوجية على أنماط المسترضي ، واللوم، والمتشنت لصالح العلاقة الزوجية غير المستقرة، بينما يوجد تأثير دال احصائياً لنفس المتغير على النمط المنسجم لصالح طبيعة العلاقة الزوجية المستقرة.

أجرت الشهري (2020) دراسة هدفت إلى التعرف على مهارات التواصل الزواجي لدى عينة من النساء في مرحلة منتصف العمر في المجتمع السعودي في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية وتشمل (الفئة العمرية، عدد سنوات الزواج، المؤهل العلمي، وجود ابناء). وقد استخدم المنهج الوصفي المقارن. تكونت العينة من (1800) زوجة. أظهرت النتائج إلى توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التواصل مع الذات لدى النساء تبعاً لمتغير الفئة العمرية.

وأيضاً توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التواصل مع الذات لدى النساء تبعاً لمتغير المؤهل العمري. وأيضاً توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التعبير العاطفي، الاستماع والتحدث، مهارات التواصل الزوجي لدى النساء تبعاً لمتغير سنوات الزواج. وأيضاً توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التواصل مع الذات لدى النساء تبعاً لمتغير لعدد الابناء.

أجرى التركي (2019) دراسة في مصر، هدف الدراسة التعرف على أثر برنامج إرشادي اسري مقترح للوقاية من بعض أبعاد الصمت الأسري وهي: (ضعف التواصل، ضعف الاهتمام بالآخر، ضعف الرضا عن الحياة الزوجية، فقدان الشعور بالثقة). استخدمت الدراسة المنهج شبه التجريبي، تكونت العينة من (16) من الأسر ذات الخلافات الزوجية. تم توزيع العينة إلى مجموعتين احدهما تجريبية عددهن (8) والثانية ضابطة وعددهن (8)، أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج ومتوسط المجموعة نفسها بعد تطبيق البرنامج، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج، ومتوسط درجات المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج على الأبعاد الأربعة لاستبانة الصمت الأسري.

أجرى البلوي (2019) دراسة في السعودية، هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي لتطوير مهارات التواصل الزوجي في الأسرة السعودية . تكونت العينة من (40) زوجة سعودية، وزعت إلى مجموعتين : تجريبية (20) وضابطة (20) . أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية والضابطة في جميع الحالات. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج وبعده وذلك لصالح القياس البعدي في جميع الحالات.

كما أجرت بدر (2019) دراسة هدفت للكشف عن فاعلية برنامج ارشادي جماعي يستند إلى برنامج (Scuka,2005) في تحسين مهارات التواصل الزوجي، وقد تكونت عينة الدراسة من (11) زوجة، أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية في المجموعة التجريبية نفسها قبل وبعد التدريب، في الاداء ككل وفي أبعاد الاستبانة، ولصالح التدريب على البرنامج، كما لم يثبت وجود فروق ذات دلالة احصائية في المجموعة التجريبية بين الاختبار البعدي والتبعي.

أجرت ضاهر (2018) دراسة هدفت إلى التعرف على أساليب التواصل المنبئة بجودة الحياة

لدى الأزواج والعلاقة بينهما في مصر. تم استخدام المنهج الوصفي، تكونت العينة من (180) زوج وزوجة، أظهرت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة أساليب التواصل بين الأزواج والزوجات في ابعاد اساليب التواصل، وأيضاً توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الشعور بجودة الحياة بين الأزواج والزوجات في ابعاد جودة الحياة، وتوجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين درجات اساليب التواصل وجودة الحياة.

أجرت القاضي (2018) دراسة هدفت إلى الكشف عن الفروق في إدارة الحوار الاسري

بين الزوجين وفقاً لاختلاف بعض المتغيرات الاجتماعية والاقتصادية، وايضاً الكشف عن الفروق في اتخاذ القرارات الاسرية بين الزوجين والكشف عن العلاقة بين إدارة الحوار الاسري بين الزوجين واتخاذهم القرارات الاسرية في مصر. تتبع الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، تكونت عينة الدراسة من (200) أسرة مكونة من زوج وزوجة. أظهرت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات ربات الاسر على استبانة إدارة الحوار الاسري وفقاً لاختلاف بعض المتغيرات الاجتماعية والاقتصادية. وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين درجات ربات الاسر على استبانة إدارة الحوار الاسري بين الزوجين ودرجاتهم على استبانة اتخاذ القرارات الاسرية.

أجرت بلعباس (2016) دراسة هدفت إلى دراسة مدى تأثير أنماط الاتصال السائدة

في الأسر الجزائرية على جودة الحياة الزوجية، حيث تكونت عينة البحث 300 فرد متزوج ، أظهرت النتائج إلى وجود علاقة بين أنماط الاتصال السائدة في الأسر الجزائرية، وبين جودة الحياة الزوجية، حيث توجد علاقة ارتباطية سالبة بين نمط الاتصال الدكتاتوري وجودة الحياة الزوجية، وكذلك توجد علاقة ارتباطية سالبة بين نمط عدم الاستماع وجودة الحياة الزوجية، بينما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين نمط الاتصال المعتدل وجودة الحياة الزوجية، وهذه العلاقات لا تختلف باختلاف الجنس، مدة الزواج ونوع السكن.

أجرت بشير (2015) دراسة هدفت إلى قياس فعالية برنامج ارشادي قائم على تنمية مفهوم

الذات في تحسين الاتصال بين الزوجين في الاردن. تكونت العينة من (30) زوج . اشارت

النتائج أن هناك علاقة بين مفهوم الذات لدى الزوجين وطريقة التواصل بينهما. حيث ظهر أثر البرنامج الإرشادي على نمو كل من مفهوم الذات وكذا طريقة التواصل بين الزوجين.

أجرى أبو أسعد (2011) دراسة هدفت للكشف عن فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى العلاج الجشتالتي في تحسين مهارات التواصل الزوجي بين الأزواج من الرجال، وقد تكونت العينة من (24) زوجاً، تم توزيعهم عشوائياً على مجموعتين، مجموعة ضابطة وعددهن (12) ومجموعة تجريبية وعددهن (12). أظهرت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية في المجموعة التجريبية نفسها قبل وبعد التدريب. في الأداء ككل وفي الأبعاد الأربعة للاستبانة ولصالح التدريب. كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في تحسين مهارات التواصل في الأداة ككل وفي الأبعاد : مهارة الاستماع والتحدث والتحكم بالانفعالات ولصالح المجموعة التجريبية. ولم يثبت وجود فروق ذات دلالة احصائية في مهارة فهم الآخرين. كما لم يثبت وجود فروق ذات دلالة احصائية في المجموعة التجريبية بين الاختبار البعدي والمؤجل.

وقام كاراهان (Karahana, 2009) بإجراء دراسة هدفت إلى تحسين مهارات حل النزاع والاتجاهات النشطة في حل النزاع، وذلك من خلال برنامج يهدف إلى تحسين مهارات الاتصال الزوجي بين الأزواج في تركيا، وقد استند البرنامج الجمعي الموجه إلى الأزواج إلى مفاهيم وأساليب العلاج السلوكي الزوجي، بالإضافة إلى مفاهيم وأساليب نموذج هالي في العلاج الاستراتيجي الزوجي، ومفاهيم وأساليب نموذج ساتير في الإرشاد الأسري والزوجي، وقد أثبتت النتائج وجود تحسن لدى الأزواج في المجموعة التجريبية على استبانات الدراسة وذلك في القياس البعدي، بالإضافة إلى استمرار التحسن لدى الأزواج في قياس المتابعة بعد (3 - 6) أشهر، مما يدل على نجاح البرنامج العلاجي القائم على تحسين مهارات الاتصال بين الزوجين.

قام جورجي (Gorgey, 2001) بدراسة هدفت إلى التعرف على أثر تدريب الأمهات على مهارات الاتصال في تحسين التفاعل والمناخ الأسري، تكونت العينة من (44) زوجة، تم تقسيمهن عشوائياً إلى مجموعتين متساويتين: ضابطة (22) زوجة، وتجريبية (22) زوجة، وأظهرت النتائج أن الزوجات الأمهات في المجموعة التجريبية نجحن في تعليم وتدريب

أزواجهن على مهارات الاتصال والمشاركة في الحياة الزوجية والأسرية، مما انعكس على تحسين التفاعل والجو الأسري لديهن.

ثالثاً: دراسات تناولت فاعلية البرامج الإرشادية مع التسامح الزوجي:

أجرت علي (2020) دراسة هدفت إلى الكشف عن التأثير المباشر وغير المباشر بين التسامح والهناء النفسي والتوافق الزوجي لدى المتزوجين، والفروق بين متوسطات درجات المتزوجين في التسامح والهناء النفسي والتوافق الزوجي وفقاً للنوع (ذكور وإناث)، ولمدة الزواج (قصيرة/طويلة)، والتفاعل فيما بينهما، أجريت الدراسة في مصر. تكونت عينة الدراسة من (320) زوجاً وزوجة . وأظهرت نتائج الدراسة وجود تأثير مباشر وغير مباشر بين التسامح والهناء النفسي والتوافق الزوجي لدى المتزوجين، وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين المتزوجين وفقاً للنوع ولمدة الزواج في التسامح، ووجود فروق دالة إحصائية بين المتزوجين وفقاً للنوع ولمدة الزواج في الهناء النفسي، وعدم وجود فروق وفقاً للتفاعل فيما بينهما، ووجود فروق دالة إحصائية بين المتزوجين وفقاً للنوع ولمدة الزواج والتفاعل فيما بينهما في التوافق الزوجي.

أجرت المبيضين (2020) دراسة هدفت إلى فحص فعالية برنامج إرشادي مستند إلى العلاج الوجودي في تنمية التسامح وخفض الفراغ الوجودي لدى النساء المتأخرات في الإنجاب، أجريت في الأردن. تكونت عينة الدراسة من (18) متزوجة ، حيث وزعت إلى مجموعتين متساويتين تجريبية وضابطة، تكونت كل منهما من (9) متزوجة، توصلت نتائج الدراسة إلى فعالية البرنامج الإرشادي في تنمية التسامح وتخفيض الفراغ الوجودي لدى أعضاء المجموعة التجريبية مقارنة مع المجموعة الضابطة، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى أفراد المجموعة التجريبية في التسامح والفراغ الوجودي بين القياسين البعدي والتبقي.

أجرى أحمد (2019) دراسة هدفت إلى الكشف عن فعالية برنامج انتقائي تكاملي في تعزيز قيم التسامح لتحسين توجه نحو الحياة لدى عينة من الشباب الجامعيين المتزوجين حديثاً، أجريت في مصر. بلغت عينة الدراسة من (40) طالباً وطالبة، اعتمدت الدراسة على منهج شبه

تجريبي. أظهرت النتائج عن فعالية البرنامج الارشادي الانتقائي التكاملي في تعزيز قيم التسامح وتحسين التوجه نحو الحياة للطلاب المتزوجين حديثاً، واتضح ذلك في دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية ، وايضاً في دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي.

هدفت دراسة الفيكاوي (2019) إلى الكشف عن علاقة سلوك التسامح والامتنان بين

الزوجين والشعور بالرفاهية النفسية للأسرة في دولة الكويت، تكونت العينة من (200) زوجا وزوجة وأبنائهم، وأشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الزوجات غير المتسامحات والمتسامحات في الشعور بالرفاهية النفسية لصالح الزوجات المتسامحات، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأزواج الغير متسامحين والمتسامحين في الشعور بالرفاهية النفسية لصالح الأزواج المتسامحين، وأظهرت النتائج أيضاً أن التسامح والامتنان يسهم إسهاماً دالاً إحصائياً في التنبؤ بالرفاهية النفسية ومكوناتها الفرعية.

أجرى الحوراني (2018) دراسة هدفت إلى التعرف على مستوى التسامح والسعادة

الزوجية والعلاقة بينهما لدى المعلمين والمعلمات المتزوجين بمحافظة اربد، تكونت العينة الدراسية من (121) معلمين متزوجين، حيث جرى اختيارهم بالطريقة العشوائية. اشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى التسامح كان مرتفعاً، في حين كان مستوى السعادة الزوجية منخفضاً لدى أفراد العينة. وأظهرت الدراسة أيضاً وجود علاقة موجبة بين جميع مجالات التسامح والسعادة الزوجية . واخيرا أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجات الكلية لاستبانة التسامح والسعادة الزوجية لدى المعلمين المتزوجين تبعاً لمتغيرات الدراسة وهي: الجنس والعمر وعدد سنوات الزواج.

واجرى موسافيم ومانشاي ويوسف (Mousavim, Manshae & Yousefi 2014)

دراسة هدفت إلى تقصي العلاقات المتعددة بين السعادة الزوجية والتسامح والرضا الزوجي لطلبة جامعة نجف اباد المتزوجين، وتكونت عينة الدراسة من (270) طالباً وطالبة من المتزوجين حديثاً، واعتمد الباحثون المنهج الوصفي التحليلي ، وأظهرت الدراسة النتائج الآتية: وجود علاقات ارتباطية موجبة ودالة احصائياً بين الشعور بالسعادة والتسامح، وبين كل منهما وبين الرضا الزوجي للطلبة، وكان التنبؤ بمستوى الرضا الزوجي بناءً على درجة الشعور

بالسعادة ومستوى التسامح. كلما ازدادت درجة الشعور بالسعادة، ومستوى التسامح للطلبة، زاد درجة رضاهم الزوجي.

وأجرى فينشام (Fincham, 2002) دراسة هدفت إلى تفصي العلاقات السببية المحتملة

بين التسامح وجودة العلاقة الزوجية لدى عينة من المتزوجين، وتألفت عينة الدراسة من (91) زوجاً، واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة تأثير متبادل باتجاهين بين التسامح وجودة العلاقة الزوجية عند الزوجات، ووجود تأثير باتجاه واحد لجودة العلاقة الزوجية نحو التسامح عند الذكور الأزواج.

رابعاً: دراسات تناولت فاعلية البرامج الإرشادية مع الاستقرار الزوجي:

أجرى أبو راوي وكريمة (2020) دراسة هدفت إلى التعرف على مستوى التواصل الاسري

والاستقرار الاسري في ليبيا، تكونت عينة البحث من (70) عضواً من أعضاء هيئة التدريس المتزوجين، اتبع الباحثان المنهج الوصفي التحليلي، أظهرت النتائج أن مستوى التواصل والاستقرار الاسري لدى العينة جاءت بدرجة مرتفعة. ووجود علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة احصائية بين التواصل الاسري والاستقرار الاسري لدى عينة البحث.

أجرى الحبشى (2020) دراسة هدفت للتعرف على فاعلية دورات تأهيل المقبلين على

الزواج في رفع مستوى الاستقرار الاسري. العينة عشوائية من أفراد المجتمع السعودي ، من الأزواج في الأسر الناشئة. تم استخدام استبانة الاستقرار الاسري. وأهم نتائج الدراسة انه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين درجات المجموعة التجريبية ودرجات المجموعة الضابطة في استبانة الاستقرار الاسري لصالح المجموعة التجريبية. وتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين درجات المجموعة التجريبية ودرجات المجموعة الضابطة على بعد الجانب الاقتصادي في استبانة الاستقرار الاسري لصالح المجموعة التجريبية. وتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين درجات المجموعة التجريبية ودرجات المجموعة الضابطة على البعد النفسي والصحي والشخصي في استبانة الاستقرار الاسري لصالح المجموعة التجريبية.

أجرت بادي والإمام (2018) دراسة هدفت إلى قياس التعامل الزوجي وأثره على

الاستقرار الأسري بولاية الخرطوم ، اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، عمل استبيان وتم تطبيقه على الأزواج والزوجات بولاية الخرطوم والذين مر على زواجهم أكثر من

خمس سنوات . بلغت عينة الدراسة (85) فرد من الأزواج والزوجات بولاية الخرطوم ، تم جمع البيانات من عينة لمجتمع الدراسة بولاية الخرطوم باستخدام استمارة لقياس أساليب التعامل بين الزوجين وأثره على الاستقرار الأسري . وبالنظر لأثر الاستقرار بين الزوجين استخدمت الدراسة بياناً تحليلياً، فتوصلت هذه الدراسة إلى عدت نتائج منها : توجد علاقة مباشرة ما بين أساليب التعامل السلبي بين الزوجين وعدم الاستقرار النفسي، كما توجد علاقة ارتباطية بين أسلوب التعامل الايجابي والتوافق الزوجي .

أجرت كاريوكي (Kariuki 2018) دراسة هدفت الى التعرف على فعالية المشورة قبل الزواج على الاستقرار الاسري بين الازواج في مقاطعة نيروبي. اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الكمي. وتكونت العينة من (105) متزوجين. أشارت النتائج إلى وجود فرق كبير في الرضا الزوجي بين الازواج الذين تلقو عدد من جلسات الاستشارة قبل الزواج. وكان لها تاثير كبير على الرضا الزوجي.

اجرى سليمان (2017) دراسة هدفت إلى التعرف على مدى فاعلية برنامج قائم على الإرشاد الأسري في التعرف على مقومات الاستقرار الزوجي لدى عينة من الشباب السعوديين المقبلين على الزواج، وتكونت العينة من (60) طالب، تم توزيعهن إلى مجموعتين ضابطة(30) وتجريبية (30) ، وأظهرت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين في التطبيق القبلي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيقين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية، لصالح القياس البعدي، كما أشارت النتائج إلى أهمية المقومات التي اشتمل عليها البرنامج الإرشادي.

أجرى البريكي (2016) دراسة هدفت إلى بيان أهمية التوافق بين الزوجين واثره في تماسك واستقرار الاسرة في دولة قطر. اعتمدت الدراسة على المنهج الاستقرائي؛ باستقراء نصوص (القرآن والسنة) ذات العلاقة بالموضوع ثم المنهج التحليلي، بتحليل النصوص وتفسيرها، ثم المنهج الاستنباطي ، باستنباط الدلالات والتوجيهات التبريوية المستفادة من تلك النصوص وتطبيقها. خلصت الدراسة إلى أن الشرع الحنيف قد اهتم بالتوافق بين الزوجين وذلك لاهميته البالغة في توثيق العلاقة بين الزوجين، وتقوية المحبة بينهما، وتحقيق تماسك الاسرة

واستقرارها؛ مما يسهم في الحد من الظواهر التي تهدد كيان الأسرة وقيمها، ومن ثم تنذر المجتمع بالهدم والخراب.

أجرت عبدالله (2015) دراسة هدفت للتعرف إلى طرق اختيار شريك الحياة " التقليدية والحديثة"، وأهم الفرق بين هذه الطرق، والتعرف إلى تكاليف كل من الزواج التقليدي والحديث، وتأثير أسلوب اختيار شريك الحياة على الاستقرار الأسري والمشكلات الأسرية. تكونت العينة من (500) رب / وربة أسرة في مدينة عمان . أظهرت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في اتجاهات أفراد العينة ككل نحو جميع محاور الدراسة (التكافؤ الزوجي، الاستقرار الأسري، المشكلات الأسرية) وفقراتها تعزى لمتغير طريقة الاختيار لشريك الحياة سواء بالطرق التقليدية والطرق الحديثة. وجود علاقة ارتباطية ما بين طريقة اختيار شريك الحياة وتكاليف المهر، وقد كانت هذه العلاقة ايجابية بالزيادة .

وفي دراسة قام بها فاكيلي وباسيري وباز (Vakili, Baseri, & Bazzaz .2014)

هدفت الدراسة إلى معرفة العوامل والتنبؤات المؤدية لعدم الاستقرار الزوجي، بلغ حجم العينة الكلي (583) زوج وزوجة متزوجين حديثاً من مواطني ماشهادي Mashadi في إيران. تم تطبيق استبانة (Index Maternal Stability)، تألفت الأسئلة من قسمين، القسم الأول ركز على عدم الاستقرار الزوجي، والقسم الثاني ركز على عوامل الجذب والمعوقات في كل عائلة، وخرجت الدراسة بنتائج أهمها مستوى منخفض من الاستقرار الزوجي والاتجاهات الإيجابية نحو الطلاق بين أفراد العينة وأن العلاقات الجيدة والداعمة هي ما تحتاجه الأسر لبناء أشخاص أصحاء في جميع مناحي الحياة.

أجرى علي (2012) دراسة هدفت إلى قياس التوجه نحو الحياة لدى الموظفين. و

قياس الاستقرار الزوجي لدى الموظفين. والتعرف على العلاقة بين التوجه نحو الحياة والاستقرار الزوجي لدى الموظفين. وقد تحدد البحث الحالي بموظفي الجامعة المستنصرية من كلا الجنسين. وتحقيقاً لأهداف البحث قام الباحث ببناء أدوات البحث المتمثلة باستبانة التوجه نحو الحياة الذي تكون من (29) فقرة، واستبانة الاستقرار الزوجي وتكون من (32) فقرة . أشارت النتائج إلى أن افراد العينة أظهرو توجهاً إيجابياً نحو الحياة، واهيرو مستوى عالي من

الاستقرار الزواجي، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة قوية بين التوجه نحو الحياة والاستقرار الزواجي لدى عينة البحث .

التعقيب على الدراسات السابقة وموقع الدراسة الحالية منها:

من خلال اطلاع الباحثة على المجالات العلمية والدراسات السابقة، ذات العلاقة بموضوع ومتغيرات الدراسة، "فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نموذج ساتير لتحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزواجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً"، تبين أهمية أنماط الاتصال وعلاقتها بالتسامح والاستقرار الزواجي، حيث ان هذه المفاهيم ترتبط ببعضها ارتباطاً وثيقاً. لكن وجدت الباحثة بعض أوجه القصور في الدراسات السابقة من حيث عدم تناول المتغيرات الثلاثة معاً، (أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزواجي).

تم عرض الدراسات من الأحدث إلى الأقدم، وكما أظهرت مجالاً للتعرف إلى موضوع الدراسة الحالية، وفي ما يلي تعقيب عام للدراسات السابقة، وموضوع الدراسة، وموقع الدراسة الحالية منها:

- استخدمت الدراسات السابقة البرنامج الإرشادي الذي يستند إلى نموذج ساتير، وكان له اثر فعال في فاعلية البرنامج الإرشادي مع فنيات واستراتيجيات نموذج ساتير باستخدام الاستبانة القبلي والبعدي تعزى للمجموعة التجريبية وبعد فترة المتابعة، واستخدمت المنهج التجريبي كدراسة (المومني والفريحات، 2020)؛ (البواليز، 2020)؛ (الزغول والشرعه، 2019)؛ (بني سلامة وجرادات، 2016)؛ (غيث والمشاقبة، 2015)؛ (brubacher, 2014).
- ومن الدراسات السابقة التي تناولت فاعلية البرنامج الإرشادي مع متغير أنماط الاتصال الزواجي، وكان هناك اثر فعال للبرنامج الإرشادي باستخدام الاستبانة القبلي والبعدي تعزى للمجموعة التجريبية وبعد فترة المتابعة واستخدمت المنهج التجريبي كدراسة: (تركي، 2019)؛ (البلوي، 2019)؛ (بدر، 2019)؛ (Bazmara, and Razav, 2017)؛ (بشير، 2015)؛ (أبو اسعد، 2011)؛ (Gorgiy, 2001)؛ (Karahana, 2009) .

- أما الدراسات التي تناولت البرنامج الإرشادي مع متغير التسامح الزوجي، وأظهرت اثر فعال في تطبيق البرنامج، وتعزى للمجموعة التجريبية كدراسة: (المبيضين، 2020)؛ (احمد، 2019).
- اما الدراسات التي تناولت البرنامج الإرشادي مع متغير الاستقرار الزوجي، وأظهرت اثر فعال في تطبيق البرنامج، وتعزى للمجموعة التجريبية كدراسة: (سليمان، 2017)؛ (البريكي، 2016)؛ (علي 2012).
- وكما استندت بعض الدراسات إلى فعالية البرنامج الإرشادي الذي يستند إلى نموذج ساتير مع متغيرات أخرى الرضا الزوجي، خفض الضغوط النفسية، تحسين تميز الذات. وأظهرت نتائجها الأثر الإيجابي في استخدام البرنامج كدراسة: (المومني والفريجات، 2020)؛ (الزغول والشرعة، 2019).
- واستخدمت الدراسات البرنامج الإرشادي مع متغير أنماط الاتصال لدى المتزوجات حديثاً مع متغيرات أخرى كالصمت الأسري، مفهوم الذات، كدراسة: (التركي، 2019)؛ (بشير، 2015).
- واستخدمت الدراسات البرنامج الإرشادي مع التسامح لدى المتزوجات مع متغيرات أخرى كالفراغ الوجودي الأسري، والهناء النفسي، الرفاهية النفسية كدراسة: (المبيضين، 2020)؛ (علي، 2020)؛ (الفيلكاوي، 2019).
- واستخدمت الدراسات البرنامج الإرشادي مع الاستقرار الزوجي لدى المتزوجات مع متغيرات أخرى التوافق الأسري، التوجه نحو الحياة، وطرق اختيار الشريك الجودة الزوجية، الرضا الزوجي كدراسة: (أبو راوي وكريمة، 2020)؛ (البريكي، 2016)؛ (عبدالله، 2015)؛ (Vakili, Baseri 2014)؛ (Khaltbari 2013)؛ (علي، 2012).
- وتوجهت العديد من الدراسات السابقة إلى المنهج الوصفي التحليلي والارتباطي لمتغيرات الدراسة وأسفرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية كدراسة: (الغرب والجوهري، 2020)؛ (الشهري، 2020)؛ (الحبشي، 2020)؛ (أبو راوي وكريمة، 2020)؛ (علي،

(2020)؛ (الفيلكاوي، 2019)؛ (ضاهر، 2018)؛ (القاضي، 2018)؛ (الهوراني، 2018)؛
(بادي والإمام، 2018)؛ (بلعباس، 2016)؛ (علي، 2012).

موقع الدراسة الحالية من الدراسات السابقة:

ان هذه الدراسة قامت بتحديد فعالية البرنامج الإرشادي الذي يستند إلى نموذج ساتير لتحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزواجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً، حيث ان هذه المتغيرات الثلاثة لم تكن مجتمعة في أي من الدراسات السابقة. كما ان الدراسات السابقة جاءت متفقة على أهمية التسامح وأنماط الاتصال الإيجابي في استقرار الأسرة وسعادة الزوجين، ومدى أهمية الحوار بين الزوجين والاستماع الفعال والاتصال في تعزيز وتدعيم العلاقات الزوجية والأسرية. ومن الدراسات هي: (البواليز، 2020)؛ (الزغول والشرعة، 2019)؛ (العزب والجوهري، 2020)؛ (الشهري، 2020)؛ (التركي، 2019)؛ (الغامدي، 2016).
(Karahana. 2009)؛ (علي، 2012).

الاستفادة من الدراسات السابقة:

- لقد وفرت الدراسات السابقة - العربية والأجنبية - إطاراً نظرياً لمتغيرات الدراسة الحالية.
- أظهرت نتائج الدراسات السابقة احدى المؤشرات الرئيسة لتحديد (مشكلة الدراسة الحالية، وعينتها، وأدواتها).
- تم الاستعانة بفقرات من الدراسات السابقة لبناء البرنامج الإرشادي، وبما يتلاءم مع الدراسة الحالية.
- تم ربط نتائج الدراسة الحالية بنتائج الدراسات السابقة.
- الاستفادة من المراجع والكتب التي اعتمدت عليها الدراسات السابقة في موضوع الدراسة الحالية.

ما يميز هذه الدراسة عن الدراسات السابقة:

ما يميز هذه الدراسة عن غيرها من الدراسات السابقة في تناولها لمتغيرات لم تُدرَس مجتمعة سابقًا، إذ تعدُّ إضافة جديدة على المستوى المحلي والإقليمي، وهو "فعالية برنامج إرشادي يستند إلى نموذج ساتير لتحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثًا"، وإضافة إلى قلة الدراسات التي تناولت متغير الاستقرار الأسري وعلاقته بأنماط الاتصال والتسامح، إذ يعد إضافة جديدة على الدراسة الحالية ومساهمتها في توفير استبانات أنماط الاتصال الزوجي، التسامح الزوجي، الاستقرار الزوجي، وإعداد البرنامج الإرشادي للفئة المستهدفة بما يتلاءم مع عينة الدراسة، وكما يمكن الاستفادة منها لاحقًا في إعداد الدراسات والبحوث لمتغيرات متشابهة وفي فئات مختلفة.

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

يتناول هذا الفصل وصفا لمنهج الدراسة، ومجتمع الدراسة وعينتها، ووصفا لأدواتها، وطريقة اختيارها، والاستبانات المستخدمة، وطرق التحقق من خصائصها السيكمترية، والإجراءات التطبيقية، والأساليب الإحصائية المستخدمة واللازمة في معالجة بيانات الدراسة. **منهجية الدراسة:** اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج شبه التجريبي.

أفراد الدراسة: بلغ عدد أفراد الدراسة (80) معلمة متزوجة حديثاً، وجميعهن من الملمات التابعات لمدارس مديرية التربية والتعليم والثقافة العسكرية في محافظة الزرقاء، وتراوحت مدة زواجهن ما بين سنة إلى ثلاث سنوات. والجدول (1)، يوضح ذلك:

جدول (1) توزيع مجتمع الدراسة حسب عدد الملمات في المدارس

عدد الملمات	المدرسة
12	روضة الملكة علياء
13	جناح الأميرة هيا بنت الحسين
29	الحسين الأساسية
26	الحسين الثانوية
80	العدد الكلي

وبلغت عينة الدراسة (30) معلمة متزوجة حديثاً، ممن سجّلن ادنى الدرجات على كل من استبانات الدراسة الثلاثة - أنماط الاتصال الزوجي والتسامح الزوجي والاستقرار الزوجي - وتم توزيعهن عشوائياً إلى مجموعتين متساويتين: المجموعة التجريبية (15) معلمة متزوجة حديثاً، تعرضن للبرنامج الإرشادي برغبتهن الكاملة، والمجموعة الضابطة (15) معلمة متزوجة حديثاً، لم تتعرض أيّ منهن للبرنامج، والجدول (2)، يوضح ذلك:

جدول (2) توزيع عينة الدراسة للمجموعتين (الضابطة والتجريبية)

عدد المعطيات	المجموعة
15	الضابطة
15	التجريبية
30	العدد الكلي

أدوات الدراسة:

أولاً: استبانة أنماط الاتصال الزوجي:

- وصف الاستبانة

تم إعداد استبانة أنماط الاتصال الزوجي بعد الرجوع للأدب النظري، والاطلاع على عدد من الدراسات السابقة، كدراسة: (العزب والجوهرى، 2020؛ الشهري، 2020؛ التركي، 2019؛ البلوي، 2019؛ بدر، 2019؛ القاضي، 2018؛ (Bazmara, and Razav,2017)؛ بلعباس، 2016؛ بشير، 2015؛ أبو أسعد، 2011). وتكون الاستبانة في صورته الأولية من (35) فقرة، وزعت على أربعة مجالات، كما في الملحق (1)، ثم تكون الاستبانة في صورته النهائية من (46) فقرة، كما في الملحق (2)، وتم توزيعها على أربعة مجالات، وهما:

- **المجال الأول: نمط الاتصال المسترضي:** هو الشخص الذي أسلوب اتصاله قائم على طلب رضا الآخرين وعدم إغضابهم، وطاعتهم ولو على حساب ذاته، وهو موافق باستمرار، ويميل للاعتذار وينكر وجود الصراعات ويبدو لطيفاً بشكل عام. ويتضمن (15) فقرة. وهي الفقرات من (1 - 15).

- **المجال الثاني: نمط الاتصال اللوام:** هو الشخص الذي يكثر من لوم الآخرين، ولا يتحمل المسؤولية في حل المشكلات والصراعات، ويصّف بالسيطرة وإصدار الأحكام ويرى نفسه دائماً على حق والآخرين على خطأ وينكر دوره في حدوث المشكلات. ويتضمن (11) فقرة. وهي الفقرات من (16 - 26).

- **المجال الثالث: نمط الاتصال العقلاني المتطرف:** يتصف صاحبه بالتصائب والجمود في تفكيره ولا يعبر عن انفعالاته ويستخدم أساليب عقلية ومنطقية في التواصل ويستند إلى مرجعية أخلاقية عالية جدا ومتطرفة. ويتضمن (10) فقرات. وهي الفقرات من (27-36).
- **المجال الرابع: نمط الاتصال اللامبالي أو المشتت:** يتسم صاحبه بانه غير حاضر اتصاليا ويبدو وكأنه لا علاقة له بموقف الاتصال ليتجنب المشاكل والصراعات بدلا من حلها ويميل لتغيير النقاش عند الحوار ويفتح الكثير من الموضوعات الجانبية. ويتضمن (10) فقرات. وهي الفقرات من (37- 46).

- دلالات الصدق والثبات لاستبانة أنماط الاتصال الزوجي: صدق الاستبانة:

تحققت الباحثة من صدق استبانة أنماط الاتصال الزوجي من خلال دراسة كل من الصدق الظاهري، وصدق البناء للاستبانة على النحو الآتي:

١. الصدق الظاهري (المحتوى)

للتحقق من صدق المحتوى، عُرضَ الاستبانة بصورته الأولية على مجموعة من المحكمين وعددهن (12) محكما من ذوي الاختصاص والخبرة في مجال الإرشاد النفسي في الجامعات الأردنية في الملحق (3)، حيث تم الطلب منهم أن يبدوا رأيهم في مدى ملاءمة الفقرات وانتمائها للمجالات، وكذلك التحقق من وضوح الصياغة اللغوية للفئة المستهدفة، وأيضاً التعديل أو الإضافة أو الحذف للفقرات التي اتفقَ عليها المحكمون.

وبناء على آراء المحكمين تم تعديل (11) فقرة من فقرات استبانة أنماط الاتصال الزوجي في الملحق (4)؛ وهي الفقرات الآتية: (1،2،3،10،11،13،17،20،21،29،30). وبناء على آراء المحكمين تم إضافة (11) فقرة من فقرات استبانة أنماط الاتصال الزوجي في الملحق (5)؛ وهي الفقرات الآتية: (24، 25، 26، 27، 32، 33، 34، 35، 36، 45، 46). وكما اتفق المحكمين على (24) فقرة من فقرات استبانة أنماط الاتصال الزوجي في

الملحق(6)؛ وهي الفقرات الآتية: (4، 5، 6، 7، 8، 9، 12، 14، 15، 16، 18، 19، 22، 23، 28، 31، 37، 38، 39، 40، 41، 42، 43، 44).

٢. صدق البناء لاستبانة أنماط الاتصال الزوجي:

تم التحقق من الصدق البنائي للاستبانة بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (25) امرأة متزوجة حديثاً، وحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة مع درجة المجال الذي تنتمي إليه الفقرة من جهة، و بين درجة كل فقرة مع الدرجة الكلية للاستبانة، والجدول التالي يبين النتائج.

الجدول(3) معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة مع مجالها والدرجة الكلية للاستبانة

الارتباط بالاستبانة ككل	الارتباط بالمجال	الفقرة	المجال
.668**	.659**	1	النمط الاتصالي المسترضي
.850**	.715**	2	
.660**	.581**	3	
.427**	.527**	4	
.947**	.824**	5	
.489**	.564**	6	
.625**	.460**	7	
.618**	.414**	8	
.760**	.881**	9	
.762**	.941**	10	
.734**	.884**	11	
.729**	.844**	12	
.848**	.723**	13	
.904**	.809**	14	
.835**	.733**	15	
.876**	.761**	16	النمط الاتصالي اللوأم
.871**	.788**	17	

.927**	.850**	18	
.959**	.878**	19	
.754**	.644**	20	
.882**	.766**	21	
.781**	.732**	22	
.888**	.744**	23	
.885**	.815**	24	
.830**	.712**	25	
.833**	.710**	26	
.856**	.770**	27	
.830**	.919**	28	
.888**	.846**	29	نمط الاتصال العقلاني المتطرف
.827**	.898**	30	
.898**	.867**	31	
.586**	.779**	32	
.711**	.748**	33	
.710**	.770**	34	
.833**	.856**	35	
.888**	.931**	36	
.767**	.571**	37	
.601**	.576**	38	
.775**	.664**	39	
.571**	.756**	40	نمط الاتصالي اللامبالي أو المشتت.
.728**	.746**	41	
.285**	.387**	42	
.763**	.796**	43	

.255**	.687**	44
.574**	.405**	45
.728**	.746**	46

** دال عند مستوى 0.01

* دال عند مستوى 0.05

يظهر الجدول السابق (3) بان جميع معاملات ارتباط الفقرات مع مجالها ومع الدرجة الكلية للاستبانة موجبة ودالة إحصائياً مما يدل على وجود الصدق البنائي للاستبانة.

٣. ثبات استبانة أنماط الاتصال الزوجي

تم التحقق من ثبات الاستبانة باستخدام طريقة الاختبار وإعادة الاختبار (test-retest) وذلك بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (25) معلمة متزوجة حديثاً، وإعادة تطبيقه عليهن مرة أخرى بعد مضي أسبوعان، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين، وتم استخدام طريقة الاتساق الداخلي لفقرات الاستبانة باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، والجدول التالي يبين النتائج.

الجدول (4)

معاملات الثبات لاستبانة أنماط الاتصال

المجال	معامل بيرسون	كرونباخ ألفا
النمط الاتصالي المسترضي	0.90	0.92
النمط الاتصالي اللوأم	0.88	0.87
نمط الاتصال العقلاني المتطرف	0.82	0.84
نمط الاتصالي اللامبالي أو المشتت	0.84	0.82
الدرجة الكلية	0.92	0.93

يشير الجدول السابق (4) ان معامل الثبات للدرجة الكلية لاستبانة أنماط الاتصال الزوجي

باستخدام معامل بيرسون بلغت (0.92)، وتراوحت معاملات الثبات لمجالات الاستبانة بهذه

الطريقة بين (0.82-0.90)، في حين بلغ معامل الثبات للدرجة الكلية للاستبانة باستخدام كرونباخ ألفا (0.93)، وكل هذه القيم مقبولة لغاية البحث العلمي.

تصحيح الاستبانة:

تألف استبانة أنماط الاتصال الزواجي من (46) فقرة، وتم اتباع السلم التدريج ليكرات الخماسي للإجابة على الفقرات (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، ابداً)، حيث جاءت صياغة الفقرات جميعها إيجابية ومع اتجاه السمة المراد قياسها، والجدول (5) يوضح مفتاح التصحيح لاستبانة أنماط الاتصال الزواجي.

جدول (5): مفتاح تصحيح الفقرات لاستبانة أنماط الاتصال الزواجي

ابدأ	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً
1	2	3	4	5

ثانياً: استبانة التسامح الزواجي

أعدت الباحثة استبانة التسامح الزواجي بعد الرجوع للأدب النظري، والاطلاع على عدد من الدراسات السابقة، كدراسة: (علي، 2020؛ المبيضين والخاتنتة، 2020؛ الفيلكاوي، 2019؛ أحمد، 2019؛ الحوراني، 2018؛ Fincham, 2007) (Mousavim, Manshaee, 2014) وتكون الاستبانة في صورته الأولية من (26) فقرة، وزعت على ثلاثة أبعاد، كما في الملحق (8)، وبعد الإضافة والتعديل تكونت فقرات الاستبانة بصورته النهائية من (36) فقرة في الملحق (9) وتم توزيعها على (3) أبعاد وهما:

- **البعد الأول التسامح مع الذات:** وهو الميل لتجنب الشعور بالذنب واللوم الذاتي المفرط. فالشخص المتسامح مع ذاته يتوقف عن الاستياء الذاتي ويعترف بأخطائه، ويتضمن (11) فقرة. وتمثله الفقرات من (1-11).

- **البعد الثاني التسامح مع الآخرين:** هو عملية تسوية نزاع، حيث انهما يتفعلان معاً من جديد، من خلال حدوث مجموعة من التغيرات الوجدانية والمعرفية والسلوكية للمساء إليه اتجاه فعل الإساءة، ويتضمن (16) فقرة. وتمثله الفقرات من (12-27).

- **البعد الثالث التسامح مع المواقف:** ترك المشاعر والأفكار والسلوكيات السلبية واستبدالها بأخرى حيادية أو إيجابية تجاه المواقف الخارجة عن السيطرة، ويتضمن (9) فقرة. وتمثله الفقرات من (28-36).

صدق الاستبانة:

تم التحقق من دلالات صدق استبانة التسامح الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً من خلال:

١. الصدق الظاهري (المحتوى):

للتأكد من صدق المحتوى للاستبانة تم عرض الاستبانة بصورته الأولية والذي يتكون من (26) فقرة على (12) من ذوي الاختصاص في الإرشاد النفسي والتربوي في الجامعات الأردنية، وذلك لمعرفة مدى ملائمة الصياغة اللغوية ومناسبة الفقرات والأبعاد وإجراء التعديلات والحذف المناسبة، وإظهاره بعد التعديل والإضافة والحذف بصورته النهائية إلى (36) فقرة متضمنة الفقرات الموجبة والسالبة. وبناء على آراء المحكمين تم تعديل (11) فقرات من فقرات استبانة التسامح الزوجي في الملحق (10)؛ وهي الفقرات الآتية:

(1،12،13،14،16،17،18،26،27،28،30).

وتم إضافة (10) فقرات لاستبانة التسامح الزوجي في الملحق (11)؛ وهي الفقرات الآتية: (7، 8، 9، 10، 11، 32، 33، 34، 35، 36). وكما اتفق المحكمين على (15) فقرة من فقرات استبانة التسامح الزوجي في الملحق (12)؛ وهي الفقرات الآتية:

(2،3،4،5،6،15،19،20،21،22،23،24،25،29،31).

٢. صدق البناء لاستبانة التسامح الزوجي:

تم التحقق من الصدق البنائي للاستبانة بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (25) معلمة متزوجة حديثاً، وحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة مع درجة البعد الذي تنتمي إليه الفقرة من جهة، و بين درجة كل فقرة مع الدرجة الكلية للاستبانة، والجدول التالي يبين النتائج.

الجدول (6) معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة مع أبعادها والدرجة الكلية للاستبانة

الارتباط بالابتداء	الارتباط بالبعد	الفقرة	البعد
.520**	.583**	1	التسامح مع الذات
.877**	.775**	2	
.612**	.693**	3	
.285**	.387**	4	
.770**	.848**	5	
.202*	.258**	6	
.609**	.523**	7	
.574**	.405**	8	
.472**	.582**	9	
.551**	.590**	10	
.580**	.622**	11	
.528**	.627**	12	التسامح مع الآخرين
.827**	.838**	13	
.849**	.850**	14	
.763**	.796**	15	
.761**	.666**	16	
.574**	.695**	17	
.828**	.784**	18	

.746**	.728**	19	
.588**	.586**	20	
.787**	.914**	21	
.874**	.924**	22	
.713**	.681**	23	
.785**	.794**	24	
.829**	.819**	25	
.827**	.898**	26	
.898**	.867**	27	
.586**	.779**	28	
.711**	.748**	29	
.710**	.770**	30	
.833**	.856**	31	
.888**	.931**	32	
.767**	.571**	33	
.601**	.576**	34	
.775**	.664**	35	
.297**	.428**	36	

** دال عند مستوى 0.01

* دال عند مستوى 0.05

يظهر الجدول السابق (6) بان جميع معاملات ارتباط الفقرات مع أبعادها ومع الدرجة الكلية للاستبانة موجبة ودالة إحصائياً وهذا يعني وجود الصدق البنائي للاستبانة.

ثبات استبانة التسامح الزوجي

تم التحقق من ثبات الاستبانة باستخدام طريقة الاختبار وإعادة الاختبار (test-retest) وذلك بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (25) امرأة متزوجة حديثاً، وإعادة تطبيقه عليهن مرة أخرى بعد مضي أسبوعان، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين، وتم استخدام طريقة الاتساق الداخلي لفقرات الاستبانة باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، والجدول التالي يبين النتائج.

الجدول (7) معاملات الثبات استبانة

البعد	معامل بيرسون	كرونباخ ألفا
التسامح مع الذات	0.88	0.84
التسامح مع الآخرين	0.85	0.85
التسامح مع المواقف	0.83	0.86
الدرجة الكلية	0.89	0.88

يشير الجدول السابق ان معامل الثبات للدرجة الكلية لاستبانة التسامح الزوجي باستخدام معامل بيرسون بلغت (0.89)، وتراوحت معاملات الثبات لأبعاد الاستبانة بهذه الطريقة بين (0.88 - 0.83)، في حين بلغ معامل الثبات للدرجة الكلية لاستبانة باستخدام كرونباخ ألفا (0.88)، وتراوحت معاملات الثبات لأبعاد الاستبانة بهذه الطريقة بين (0.86 - 0.84)، وكل هذه القيم مقبولة لغاية البحث العلمي.

تصحيح الاستبانة

تألف استبانة التسامح الزوجي من (36) فقرة، تم اتباع السلم التدرج ليكرات الخماسي للإجابة على الفقرات (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً). تم صياغة بعض الفقرات بطريقة إيجابية وأخرى بطريقة سلبية، إذ صيغت الفقرات (1، 5، 6، 7، 10، 29، 31، 33، 34، 36)

بصورة إيجابية وتشير إلى التسامح الزوجي، أما الفقرات (2، 3، 4، 8، 9، 11، 12، 13، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 23، 24، 25، 26، 27، 28، 30، 32، 35) صيغة بصورة سلبية وتشير إلى عدم التسامح الزوجي كما في الملحق (13).

والجدول (8) يوضح مفتاح التصحيح لاستبانة التسامح الزوجي.

جدول (8): مفتاح تصحيح الفقرات لاستبانة التسامح الزوجي

أبدأ	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً	صياغة الفقرات
1	2	3	4	5	الموجبة
5	4	3	2	1	السلبية

وبما ان الاستبانة تالف من (36) فقرة، فان اقصى علامة ممكنة على الاستبانة تساوي (144) وادنى علامة على الاستبانة هي (0)، فكلما زادت العلامات على الاستبانة، دلّ ذلك على زيادة التسامح الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً، وكلما قلت العلامة على الاستبانة، دلّ ذلك على انخفاض التسامح الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً.

ثالثاً: استبانة الاستقرار الزوجي

أعدت الباحثة استبانة الاستقرار الزوجي بعد الرجوع للأدب النظري، والاطلاع على عدد من الدراسات السابقة، كدراسة: (الحبشي، 2020؛ كريمة و ابو راوى، 2020؛ بادي والإمام، 2018؛ (Kariuki 2018) سليمان، 2017؛ (Vakili, Baseri, & 2014). Bazzaz؛ علي، 2012). وتكون الاستبانة بصورته الأولية من (30) فقرة كما هو في الملحق (14)، وبعد الإضافة والتعديل تكونت فقرات الاستبانة بصورته النهائية من (40) فقرة في الملحق (15) وتم توزيعها على (3) أبعاد وهما:

البعد الاول: الاحترام والاتصال بين الزوجين. ويتضمن على (16) فقرات، وتمثله الفقرات من

(1-16).

البعد الثاني: تدخل الاهل في شؤون الزوجين. ويتضمن على (11) فقرة، وتمثله الفقرات من (17-27).

البعد الثالث: وجود اضطرابات ورغبة في الانفصال والطلاق. ويتضمن على (13) فقرة، وتمثله الفقرات من (28-40).

صدق الاستبانة:

تم التحقق من دلالات صدق استبانة الاستقرار الزواجي لدى المعلمات المتزوجات حديثا من خلال:

١. الصدق الظاهري (المحتوى):

للتأكد من صدق المحتوى للاستبانة تم عرض الاستبانة بصورته الأولية والذي يتكون من (30) فقرة على (12) محكما من ذوي الاختصاص في الإرشاد النفسي والتربوي في الجامعات الأردنية، وذلك لمعرفة مدى ملائمة الصياغة اللغوية ومناسبة الفقرات والأبعاد وإجراء التعديلات والحذف المناسبة، وإظهاره بعد التعديل والحذف بالإضافة بصورته النهائية إلى (40) فقرة متضمنه الفقرات الموجبة والسالبة.

وبناء على آراء المحكمين تم تعديل (13) فقرة من فقرات استبانة الاستقرار الزواجي في الملحق (16)؛ وهي الفقرات الآتية: (1، 2، 3، 5، 8، 10، 13، 16، 20، 21، 30، 33، 35).

وتم إضافة (10) فقرة من فقرات استبانة الاستقرار الزواجي في الملحق (17)؛ وهي الفقرات الآتية: (22، 23، 24، 25، 26، 27، 37، 38، 39، 40).

وكما اتفق المحكمين على (17) فقرة من فقرات استبانة الاستقرار الزواجي في الملحق (18)؛ وهي الفقرات الآتية: (4، 6، 7، 9، 11، 12، 14، 15، 17، 18، 19، 28، 29، 31، 32، 34، 36).

٢. صدق البناء لاستبانة الاستقرار الزوجي:

تم التحقق من الصدق البنائي للاستبانة بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (25) معلمة متزوجة حديثاً، وحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة مع درجة البعد الذي تنتمي إليه الفقرة من جهة، و بين درجة كل فقرة مع الدرجة الكلية للاستبانة، والجدول التالي يبين النتائج.

الجدول(9) معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة مع أبعادها والدرجة الكلية للاستبانة

الارتباط بالاستبانة ككل	الارتباط بالبعد	الفقرة	البعد
.707**	.814**	١	البعد الأول: الاحترام والاتصال بين الزوجين
.416**	.665**	2	
0.154	.357**	3	
.645**	.851**	4	
.318**	.224*	5	
.758**	.753**	6	
.543**	.686**	7	
.767**	.571**	8	
.601**	.576**	9	
.775**	.664**	10	
.297**	.428**	11	
.576**	.834**	12	
.399**	.750**	13	
.571**	.756**	14	
.679**	.858**	15	
.498**	.616**	16	
.572**	.818**	17	البعد الثاني

.695**	.820**	18	تدخل الأهل في شؤون الزوجين
.630**	.531**	19	
.695**	.829**	20	
.513**	.797**	21	
.603**	.853**	22	
.444**	.789**	23	
.533**	.849**	24	
.520**	.877**	25	
.583**	.775**	26	
.586**	.580**	27	
.753**	.840**	28	
.659**	.715**	29	
.668**	.850**	30	
.606**	.869**	31	
.702**	.865**	32	
.388**	.653**	33	
.513**	.660**	34	
.319**	.438**	35	
.293**	.416**	36	
.506**	.646**	37	
.408**	.505**	38	
.276**	.557**	39	
.505**	.626**	40	

** دال عند مستوى 0.01

* دال عند مستوى 0.05

يظهر الجدول السابق (9) بان جميع معاملات ارتباط الفقرات مع أبعادها ومع الدرجة الكلية للاستبانة موجبة ودالة إحصائياً وهذا يعني وجود الصدق البنائي للاستبانة.

ثبات استبانة الاستقرار الزوجي

تم التحقق من ثبات الاستبانة باستخدام طريقة الاختبار وإعادة الاختبار (test-retest) وذلك بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (25) امرأة متزوجة حديثاً، وإعادة تطبيقه عليهن مرة أخرى بعد مضي أسبوعان، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين، وتم استخدام طريقة الاتساق الداخلي لفقرات الاستبانة باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، والجدول التالي يبين النتائج.

الجدول (10) معاملات الثبات استبانة

البعد	معامل بيرسون	كرونباخ ألفا
الاحترام والاتصال بين الزوجين	0.90	0.77
تدخل الأهل في شؤون الزوجين	0.85	0.78
وجود مشكلات ورغبة في الانفصال والطلاق	0.82	0.79
الدرجة الكلية	0.92	0.82

يشير الجدول السابق ان معامل الثبات للدرجة الكلية لاستبانة الاستقرار الزوجي باستخدام معامل بيرسون بلغت (0.92)، وتراوحت معاملات الثبات لأبعاد الاستبانة بهذه الطريقة بين (0.82-0.90)، في حين بلغ معامل الثبات للدرجة الكلية لاستبانة استخدام كرونباخ ألفا (0.82)، وتراوحت معاملات الثبات لأبعاد الاستبانة بهذه الطريقة بين (0.72-0.79)، وكل هذه القيم مقبولة لغاية البحث العلمي.

تصحيح الاستبانة

تألف استبانة الاستقرار الزوجي من (40) فقرة، كانت الاستجابة عليها على السلم التدرج (ليكرات الخماسي)، وقد أعطيت الاستجابات للفقرات الموجبة المكونة من (17) فقرة،

العلامات التالية: (دائماً، 5)، (غالباً، 4)، (أحياناً، 3)، (نادراً، 2)، (أبداً، 1) في الملحق (19)، وهي الفقرات الآتية: (1، 2، 3، 4، 7، 8، 9، 13، 14، 15، 16، 18، 19، 22، 23، 25، 28).

أما الفقرات السلبية في الاستبانة والتي كان عددها (23) فقرة، أعطيت الاستجابات عليها العلامات التالية: (دائماً، 1)، (غالباً، 2)، (أحياناً، 3)، (نادراً، 4)، (أبداً، 5) وهي الفقرات الآتية: (5، 6، 10، 11، 12، 17، 20، 21، 24، 26، 27، 29، 30، 31، 32، 33، 34، 35، 36، 37، 38، 39، 40).

وبما ان الاستبانة تالف من (40) فقرة، فان اقصى علامة ممكنة على الاستبانة تساوي (160) وادنى علامة على الاستبانة هي (0)، فكلما زادت العلامات على الاستبانة، دلّ ذلك على زيادة الاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً، وكلما قلت العلامة على الاستبانة، دلّ ذلك على انخفاض الاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً.

البرنامج الإرشادي

تم بناء برنامجاً إرشادياً يستند إلى نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً، وذلك من خلال الرجوع إلى الأدب النظري و الدراسات السابقة كدراسة: (البواليز، 2020؛ المومني والفريجات، 2020؛ الزغول والشرعة، 2019؛ جرادات وبنبي سلامة، 2016؛ غيث والمشاقبة، 2015؛ (brubacher,2014). وغيرها من الدراسات.

البرنامج الإرشادي:

يستند البرنامج الإرشادي المطبق على الأعضاء إلى نموذج ساتير، وهو الأهم في الإرشاد والعلاج الأسري، والذي أسسته فرجينيا ساتير، حيث يهتم نموذج ساتير بالمواضيع التي تجعل الزوجين سعداء ويعيشون في حياة أسرية جيدة ويتمتعون بالراحة النفسية ومن هذه

الموضوعات: "عكس المشاعر، الأمل، التسامح والتفاؤل"؛ ولا يزال نموذج ساتير يشهد نمواً مرتفعاً على مستوى الأبحاث والدراسات وأبعاد ومجالات التطبيق.

هدف البرنامج الإرشادي:

يهدف هذا البرنامج إلى تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزواجي لدى عينة من المعلمات المتزوجات حديثاً، حيث تم تطبيق البرنامج الإرشادي على (15) معلمة متزوجة حديثاً، وتم عقد جلسات البرنامج الإرشادي في قاعة الاجتماعات التابعة للمبنى الإداري في المدرسة، وتم تقسيم أهداف البرنامج إلى نوعين:

أهداف عامة:

- يهدف البرنامج المطبق على العينة إلى فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزواجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً، وذلك من خلال تعريف المشاركات بأنماط الاتصال السلبية وتحويلها إلى إيجابية والعمل على استبدالها وتطبيقها من قبل أعضاء المجموعة، فأنماط الاتصال السلبية تسبب لهن ضعف في مهارات الاتصال والقلق وكثرة المشاكل بين الزوجين وهذا يؤدي إلى عدم الاستقرار الزواجي.
- يهدف البرنامج إلى تعليم المشاركات وتثقيفهن وتدريبهن وإعادة التمثيل لدى المعلمات المتزوجات حديثاً وهذا من خلال فنيات منها (إعادة التمثيل)؛ (رسائل أنا وأنت)، والتي تهدف إلى زيادة قدرة المعلمات على مواجهة المشكلات التي يتعرضن لها ومحاولة استبدال الأفكار اللاعقلانية إلى أفكار عقلانية ومعتقدات إيجابية.
- يهدف البرنامج إلى التعرف على أهمية التماسك الأسري في مواجهة الانفعالات والضغط، والعمل على زيادة ثقتهن بأنفسهن، في الجلستين الخامسة (الانفعالات السلبية مقابل الانفعالات الإيجابية)؛ والجلسة الثالثة (تقدير الذات).

أهداف خاصة:

يركز البرنامج الإرشادي على تدريب وتحسين المعلمات اللواتي يعانن من ضعف في مهارات الاتصال التكيفية وعدم ضبط انفعالاتهن، وتدريبهن على فنية الجبل الجليدي. وفيما يلي تشير الباحثة إلى أن البرنامج الإرشادي المكون والذي أعدته الباحثة للفئة المستهدفة قد قام بتحقيق كثير من الأهداف الإيجابية التي تعود على المجموعة التجريبية، حيث أظهرت النتائج: انه باستخدام اختبار (t) للعينات المرتبطة احتفاظ أفراد المجموعة التجريبية بأثر

فاعلية البرنامج الإرشادي بعد (3) أسابيع من مدة تطبيق البرنامج، وذلك من خلال تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً في علاقتهم الزوجية وحياتهم الأسرية، وتم العمل على تطوير الأدوات والفنيات والاستراتيجيات التي تعمل على تنمية المهارات حسب الفنيات التي تتكون منها استراتيجيات نموذج ساتير منها: (تقدير الذات، عكس المشاعر، الجبل الجليدي، الاستماع الفعال، التفكير الإيجابي، التسامح والتفاهل، الضبط الذاتي، التغذية الراجعة).

أهمية البرنامج الإرشادي:

وتأتي أهمية البرنامج المعد من خلال أهمية الهدف الذي يسعى البرنامج الإرشادي إلى تحقيقه وأيضاً تكمن الأهمية من نوعية العينة المستهدفة التي طبق البرنامج عليهن، وكما يسعى البرنامج الإرشادي إلى تحسين أنماط الاتصال والعمل على تحسين حياتهن الأسرية واستقرارهن وهذا يتمثل بعدة مهارات، منها:

١. تحسين أنماط الاتصال، والتسامح لدى المعلمات المتزوجات حديثاً.
٢. تحسين الاستقرار الزوجي لدى العينة المستهدفة.
٣. التعارف وبناء علاقة إرشادية ناجحة مع المشاركات في المجموعة التجريبية.
٤. أداء المهام المطلوبة وإتمامها بالوقت الذي تحدد.
٥. أداء المهام بشكل ناجح وصحيح.
٦. التزام بالمبادئ الأخلاقية لسير الجلسات الإرشادية.
٧. تنمية مهارات الاتصال.
٨. تنمية مهارة التسامح الزوجي.

من خلال هذه المهارات التي تم عرضها فهي تقوم على مساعدة المعلمات المتزوجات حديثاً في تحسين أنماط الاتصال مما يؤدي إلى استقرارهن وتجنب المشكلات الزوجية لدى أعضاء المجموعة التجريبية، وأيضاً تتضح أهمية البرنامج الإرشادي بما يأتي:

- أ. تطبيق البرنامج الإرشادي على الفئة المستهدفة من المعلمات المتزوجات حديثاً حيث تتراوح فترة زواجهن من سنة إلى ثلاثة سنوات.

ب. مقدرة البرنامج الإرشادي المكون من قبل الباحثة على تحسين وتكيف أفراد المجموعة التجريبية على تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزوجي بصورة إيجابية وتغيير مقبول.

مدة تطبيق البرنامج

تم تطبيق البرنامج مدة شهرين بواقع (7) أسابيع من الفترة (٢٠٢١/٣/١ - ٢٠٢١/٥/١) بواقع جلسيتين في كل أسبوع، ومدة الجلسة تتراوح من (90) دقيقة، حيث تكونت جلسات البرنامج الإرشادي من (13) جلسة تتضمن تطبيق للاستبانات القبالية والبعديّة على عينة الدّراسة، حيث تضمنت الجلسات الإرشادية جانبين مهمين وهما:

- **الجانب النظري:** حيث يتناول هذا الجانب عرضاً مفصلاً لنموذج ساتير، وأدواته واستراتيجياته، وكيفية تطبيقه، من خلال متغيرات الدراسة التابعة من أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزوجي.
- **الجانب العملي:** العمل على تطبيق الجانب النظري في البيئة الأسرية، وتم ذلك من خلال نمذجة ما تم تدريبهم عليه بالجلسات الإرشادية أمام الباحثة ثم تم عقد ورشات عمل حول على ما تم أخذه وأخيرا القيام بعمل تغذية راجعة للأعضاء.

إرشادات عامة حول البرنامج الإرشادي:

نجاح البرنامج الإرشادي يعتمد على تطبيق وتنفيذ كافة الإجراءات والفنيات المستخدمة وفقاً لنموذج ساتير، ومن أهم الإرشادات العامة لتنفيذ وتطبيق البرنامج الإرشادي، والذي من أهدافه تحسين أنماط الاتصال الزوجي، وهي:

- العمل على توفير جو يسوده المحبة والتعاطف والأمانة والإخلاص والألفة بين المرشد والأعضاء، فيشعر الأعضاء بان المرشد هو مجرد زميل أو أخ يمتاز بالإخلاص، وهذا يؤدي إلى تقوية العلاقة بين أفراد المجموعة والتعرف على مشاكلهم بكل حرية وشفافية.
- تنظيم قاعة الإرشاد من خلال خلوها من الآثار البصرية الشديدة، وذلك من اجل زيادة الانتباه والوعي البصري والذاتي.
- طريقة جلوس المرشد والمسترشدين بحيث تكون دائرية أو مقابل بعضهم البعض، كما تم توضيحها في البرنامج الحالي.

- القيام بتحضير عدد من الأدوات اللازمة لتطبيق الفنيات مثل كرسي ولوحات وغيرها بالإضافة على الأدوات الصحية.
- التهيئة النفسية للأعضاء قبل البدء بالبرنامج الإرشادي، من خلال التعرف على الفكرة العامة للبرنامج وأيضا التعرف على أهداف وتوقعات البرنامج.
- العمل على توفير المكان الهادئ بعيد عن مصدر الإزعاج وان يكون جيدة التهوية والإضاءة.
- الالتزام بالبروتوكول الصحي والتباعد بين الأعضاء للحفاظ على سلامتهم الصحية.

صدق البرنامج الإرشادي

تم التحقق من صدق البرنامج الإرشادي عن طريق عرضه على (8) من المحكمين في الملحق (20)، من ذوي الاختصاص والخبرة في مجال الإرشاد النفسي، وللتأكد من ملاءمة الجلسات وعددها من حيث مناسبة الأهداف والاستراتيجيات والأدوات المستخدمة، والصياغة اللغوية، والوضوح والشمولية، ومدى ملاءمة البرنامج لعينة الدراسة في الملحق (21)، وتم اعتماد البرنامج الإرشادي باتفاق المحكمين ما نسبته (85%)، واعتمد البرنامج على استراتيجيات وفنيات نموذج فرجينيا ساتير عدة منها: (تقدير الذات، الاستماع الفعال، التعبير عن المشاعر، التعاطف، الجبل الجليدي، إعادة التفعيل/ التمثيل، رسائل أنا وأنت، ميكانيزمات الدفاع، التغذية الراجعة)؛ وتم الأخذ بهذه الملاحظات وعرض البرنامج بصورته النهائية كما هو موضح في الملحق (22)؛ وفيما يلي ملخصا للبرنامج الإرشادي في الجدول (11):

الجدول (11) ملخص البرنامج الإرشادي المستند على نموذج ساتير لتحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً

رقم الجلسة	عنوان الجلسة	أهداف الجلسة	الفنيات والأدوات المستخدمة
الجلسة الأولى	التمهيد والتعارف	<p>الهدف العام: تعريف المشاركات على بعضهن البعض، وعلى قائد المجموعة، وتهيئة المشاركات على الاندماج في البرنامج الإرشادي.</p> <p>الأهداف (Goals):</p> <ul style="list-style-type: none"> - ان يتم التعارف وكسر الجمود بين أعضاء المجموعة. - العمل على تحقيق درجة من الألفة وبناء علاقة إرشادية بين أعضاء المجموعة. - تحديد الهدف من البرنامج الإرشادي وطبيعته وأنشطته ومكوناته. - التعرف على القواعد الأساسية للمجموعة الإرشادية وكيفية قيادة المجموعة. - ان تحدد كل مشاركة هدفها من الالتحاق في البرنامج الإرشادي. 	<p>الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques)</p> <ul style="list-style-type: none"> - المناقشة والحوار. - الاستماع النشط. - الاستيضاح. - الكشف الذاتي. - الواجب البيتي. <p>الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools):</p> <ul style="list-style-type: none"> - لوح وأقلام تأسير ملون. - أقلام وأوراق لأعضاء المجموعة. - نموذج نشاط كرة الصوف. - نموذج القواعد الإرشادية المتفق عليها. - نموذج الواجب البيتي.
الجلسة الثانية	تقدير الذات	<p>الهدف العام: تعريف المشاركات على أهمية تقدير الذات لديهن.</p> <p>الأهداف (Goals):</p> <ul style="list-style-type: none"> - التذكير بالقواعد الأساسية للمجموعة الإرشادية. - مراجعة موضوع الجلسة السابقة. - مناقشة نموذج الواجب البيتي مع الأعضاء. - تعريف الأعضاء بمفهوم تقدير الذات. - ان يصل الأعضاء إلى درجة الوعي لتقديرهم بذاتهم. - ان يتشارك الأعضاء في رفع تقديرهم لذاتهم بالتركيز على التقييم الإيجابي. 	<p>الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques)</p> <ul style="list-style-type: none"> - المناقشة والحوار. - الاستماع النشط. - الاستيضاح. - الكشف الذاتي. - المواجهة. - لعب الدور. <p>الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools):</p> <ul style="list-style-type: none"> - لوح وأقلام تأسير ملون. - أقلام وأوراق لأعضاء المجموعة. - صندوق داخله مراة. - نموذج نشاط الصندوق السحري. - نموذج الواجب البيتي.

<p>الفنيات المستخدمة في الجلسة</p> <p>(Techniques)</p> <ul style="list-style-type: none"> - المناقشة والحوار - التغذية الراجعة - الاستماع النشط - لعب الدور والنمذجة - الاستيضاح <p>الأدوات المستخدمة في الجلسة</p> <p>(Tools)</p> <ul style="list-style-type: none"> - لوح قلاب - أقلام وورق والسوان لاستخدام أعضاء المجموعة - نموذج نشاط الاستماع الفعال - نموذج الواجب البيتي 	<p>الهدف العام: ان يتعرف الأعضاء على مهارة الاستماع الفعال.</p> <p>الأهداف (Goals):</p> <ul style="list-style-type: none"> - التذكير بالقواعد الأساسية للمجموعة الإرشادية. - مراجعة موضوع الجلسة السابقة. - مناقشة نموذج الواجب البيتي مع الأعضاء. - ان يتعرف الأعضاء على مهارة الاستماع الفعال. - توضيح أنواع الاستماع الفعال، وفوائده، وأشكاله. - التعرف على مهارة السلوك الحضوري أثناء الاستماع الفعال. 	<p>الاستماع الفعال</p>	<p>الجلسة الثالثة</p>
<p>الفنيات المستخدمة في الجلسة</p> <p>(Techniques)</p> <ul style="list-style-type: none"> - المناقشة والحوار. - الاستماع النشط. - التغذية الراجعة. - التعبير عن المشاعر. - المواجهة. - لعب الدور. <p>الأدوات المستخدمة في الجلسة</p> <p>(Tools):</p> <ul style="list-style-type: none"> - لوح وأقلام تأشير ملون. - أقلام وأوراق لأعضاء المجموعة. - نموذج الواجب البيتي. - نموذج نشاط فوائده وأهمية التعبير عن المشاعر الإيجابية والسلبية. - نموذج نشاط التعبير عن المشاعر. 	<p>الهدف العام: تدريب المشاركات على التعبير عن مشاعرهن.</p> <p>الأهداف (Goals):</p> <ul style="list-style-type: none"> - التذكير بالقواعد الأساسية للمجموعة الإرشادية. - مراجعة موضوع الجلسة السابقة. - مناقشة نموذج الواجب البيتي مع الأعضاء. - ان يتعرف الأعضاء على المشاعر الأساسية. - التعرف على أهمية وفوائد التعبير عن المشاعر الإيجابية والسلبية. - ان يتمكن الأعضاء من تحديد طبيعة مشاعرهن. 	<p>التعبير عن المشاعر</p>	<p>الجلسة الرابعة</p>
<p>الفنيات المستخدمة في الجلسة</p> <p>(Techniques)</p> <ul style="list-style-type: none"> - المناقشة والحوار. - الكشف الذاتي. - التغذية الراجعة. 	<p>الهدف العام: تعريف المشاركات على مهارة التعاطف والتدريب على المهارة.</p> <p>الأهداف (Goals):</p> <ul style="list-style-type: none"> - التذكير بالقواعد الأساسية للمجموعة الإرشادية. - مراجعة موضوع الجلسة السابقة. - مناقشة نموذج الواجب البيتي مع الأعضاء. 	<p>التعاطف</p>	<p>الجلسة الخامسة</p>

<ul style="list-style-type: none"> - الاستماع النشط. - لعب الدور والنمذجة. <p>الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools):</p> <ul style="list-style-type: none"> - لوح وأقلام تأشير ملون. - أقلام وأوراق لأعضاء المجموعة. - نموذج نشاط مهارة التعاطف. - نموذج الواجب البيتي. 	<ul style="list-style-type: none"> - ان يتعرف الأعضاء على معنى التعاطف. - ان يتعرف الأعضاء على الفهم التعاطفي الذي يتكون من جزئين: فهم المشاعر وفهم المحتوى. - ان يتدرب الأعضاء على مهارة التعاطف. 		
<p>الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques)</p> <ul style="list-style-type: none"> - المناقشة والحوار. - تزويد المشاركين بالمعلومات. - التغذية الراجعة. - الجبل الجليدي. - لعب الدور والنمذجة. <p>الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools):</p> <ul style="list-style-type: none"> - لوح وأقلام تأشير ملون. - أقلام وأوراق لأعضاء المجموعة. - نشاط على الأبعاد داخل النفس. - نموذج نشاط أجزاء الجبل الجليدي. - نموذج الواجب البيتي. 	<p>الهدف العام: تعريف المشاركات على مصدر المشاعر والجبل الجليدي لديهن.</p> <p>الأهداف (Goals):</p> <ul style="list-style-type: none"> - التذكير بالقواعد الأساسية للمجموعة الإرشادية. - مراجعة موضوع الجلسة السابقة. - مناقشة نموذج الواجب البيتي مع الأعضاء. - ان يتعرف الأعضاء على مصدر المشاعر. - ان يتعرف الأعضاء على مكونات الجبل الجليدي. - ان يتدرب الأعضاء على التعامل مع الجبل الجليدي بشكل إيجابي. 	<p>حقيقة المشاعر (الجبل الجليدي)</p>	<p>الجلسة السادسة</p>
<p>الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques)</p> <ul style="list-style-type: none"> - المناقشة والحوار. - الكشف الذاتي. - التغذية الراجعة. - فنية إعادة التفعيل / التمثيل. - لعب الدور والنمذجة. <p>الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools):</p> <ul style="list-style-type: none"> - لوح وأقلام تأشير ملون. - أقلام وأوراق لأعضاء المجموعة. 	<p>الهدف العام: تعريف المشاركات على فنية إعادة تمثيل الموقف بطريقة إيجابية.</p> <p>الاهداف (Goals):</p> <ul style="list-style-type: none"> - التذكير بالقواعد الأساسية للمجموعة الإرشادية. - مراجعة موضوع الجلسة السابقة. - مناقشة نموذج الواجب البيتي مع الأعضاء. - ان يتعرف الأعضاء على فنية إعادة التفعيل / التمثيل. - ان يتدرب الأعضاء على إعادة تمثيل الموقف بطريقة إيجابية. 	<p>إعادة التفعيل / التمثيل</p>	<p>الجلسة السابعة</p>

<ul style="list-style-type: none"> - نموذج نشاط إعادة تمثيل الموقف. - نموذج الواجب البيتي. 			
<p>الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques)</p> <ul style="list-style-type: none"> - المناقشة والحوار. - الكشف الذاتي. - التغذية الراجعة. - الاستيضاح. - لعب الدور والنمذجة. <p>الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools):</p> <ul style="list-style-type: none"> - لوح وأقلام تأشير ملون. - أقلام وأوراق لأعضاء المجموعة. - نموذج نشاط رسائل انا وانت. - نموذج الواجب البيتي. 	<p>الهدف العام: تعريف المشاركات على رسائل انا وانت واثرها على العلاقة الزوجية.</p> <p>الأهداف (Goals):</p> <ul style="list-style-type: none"> - التذكير بالقواعد الأساسية للمجموعة الإرشادية. - مراجعة موضوع الجلسة السابقة. - مناقشة نموذج الواجب البيتي مع الأعضاء. - ان يتعرف الأعضاء على الفرق بين رسائل انا ورسائل انت. - ان يدرك الأعضاء اثر رسائل انا وانت على العلاقة الزوجية. - ان يتدرب الأعضاء على الكشف الذاتي. 	رسائل انا وانت	الجلسة الثامنة
<p>الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques)</p> <ul style="list-style-type: none"> - المناقشة والحوار. - التغذية الراجعة. - لعب الدور. - الامتداد. - الحضور. - المرأة. - الملاحظة. <p>الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools)</p> <ul style="list-style-type: none"> - لوح قلاب. - أقلام وورق والوان لاستخدام أعضاء المجموعة. - مرآة. - نموذج نشاط الوعي الحسي لدى المشاركات. - نموذج نشاط مهارات الاتصال عند ساتير. - نموذج الواجب البيتي. 	<p>الهدف العام: تدريب المشاركات على استخدام الحواس في عملية الاتصال والتفاعل مع الشريك الأخر ومع الآخرين.</p> <p>الأهداف (Goals)</p> <ul style="list-style-type: none"> - التذكير بالقواعد الأساسية للمجموعة الإرشادية. - مراجعة موضوع الجلسة السابقة. - مناقشة نموذج الواجب البيتي مع الأعضاء. - تعريف المشاركات بأهمية الحواس في عملية لاتصال والتفاعل مع الشريك الأخر ومع الآخرين. - زيادة وعي المشاركات بالفرق بين الموقف وتفسيره بناءا على الوعي الحسي لدى المشاركات. - تدريب المشاركات على استخدام الحواس في عملية الاتصال والتفاعل مع الشريك الأخر ومع الآخرين من خلال مهارات ساتير لعمل الاتصال (الامتداد، الحضور، المرأة، الملاحظة). 	الاتصال اللفظي (استخدام الحواس)	الجلسة التاسعة
<p>الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques)</p>	<p>الهدف العام:</p> <p>الأهداف (Goals)</p>	الاتصال اللفظي (٢)	الجلسة العاشرة

<ul style="list-style-type: none"> - المناقشة والحوار . - التغذية الراجعة. - لعب الدور . - الاستماع النشط. الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools) - لوح قلاب. - أقلام وورق والسوان لاستخدام أعضاء المجموعة. - جهاز لعرض الفيديو. - نموذج نشاط التدريب على مراحل التواصل عند سائير. - نموذج الواجب البيتي. 	<ul style="list-style-type: none"> - التذكير بالقواعد الأساسية للإرشادية. - مراجعة موضوع الجلسة السابقة. - مناقشة نموذج الواجب البيتي مع الأعضاء. - تعريف الأعضاء بمراحل التواصل عند سائير. - تدريب الأعضاء على مراحل التواصل عند سائير. 		
<p>الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques)</p> <ul style="list-style-type: none"> - المناقشة والحوار . - التغذية الراجعة. - لعب الدور . - الاستماع النشط. - النمذجة والاستيضاح. الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools) - لوح قلاب. - أقلام وورق والسوان لاستخدام أعضاء المجموعة. - نموذج نشاط التغذية الراجعة. - نموذج لنشرة عن كيفية تقديم وتلقي التغذية الراجعة. - نموذج الواجب البيتي. 	<p>الهدف العام: اثر التغذية الراجعة الإيجابية على سلوك الأعضاء.</p> <p>الأهداف (Goals)</p> <ul style="list-style-type: none"> - التذكير بالقواعد الأساسية للإرشادية. - مراجعة موضوع الجلسة السابقة. - مناقشة نموذج الواجب البيتي مع الأعضاء. - ان يتعرف الأعضاء على الطريقة الفعالة لتقديم وتلقي التغذية الراجعة. - ان يمارس الأعضاء عددا من المهارات مثل: التعاطف والاستماع الفعال وتقديم التغذية الراجعة أثناء الجلسة. 	التغذية الراجعة	الجلسة الحادية عشر
<p>الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques)</p> <ul style="list-style-type: none"> - المناقشة والحوار - الاستماع النشط - التغذية الراجعة - لعب الدور والنمذجة - الكشف عن الذات الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools) - لوح قلاب - أقلام وورق والسوان لاستخدام أعضاء المجموعة - نموذج نشاط ميكانيزمات الدفاع (الإسقاط) - نموذج نشاط ميكانيزمات الدفاع 	<p>الهدف العام: الكشف عن العمليات الداخلية التي تضعف التفاعل والتواصل بين الآخرين ونقل من تحمل المسؤولية (ميكانيزمات الدفاع الثلاثة).</p> <p>الأهداف (Goals):</p> <ul style="list-style-type: none"> - تعريف الأعضاء بميكانيزمات الدفاع (الإسقاط، الإنكار، التجاهل). - تعريف الأعضاء بأهمية ميكانيزمات الدفاع (الإسقاط، الإنكار، التجاهل) في ضعف التواصل بين الزوجين والآخرين. - تدريب الأعضاء على مواجهة كل من ميكانيزمات الدفاع الثلاثة (الإسقاط، الإنكار، التجاهل). 	ميكانيزمات الدفاع	الجلسة الثانية عشر

(الإنكار) - نموذج نشاط ميكانيزمات الدفاع (التجاهل) - نموذج الواجب البيئي			
الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques) - المناقشة والحوار - التغذية الراجعة الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools) - لوح قلاب - أقلام وورق والوان لاستخدام أعضاء المجموعة - استبانات الدراسة (أنماط الاتصال الزوجي، التسامح الزوجي، الاستقرار الزوجي).	الهدف العام: القيام بمراجعة المهارات التي تم التدريب عليها وإعطاء التغذية الراجعة للأعضاء. الأهداف (Goals): - التذكير بالقواعد الأساسية للمجموعة الإرشادية. - مراجعة موضوع الجلسة السابقة. - مناقشة نموذج الواجب البيئي مع الأعضاء. - مراجعة المهارات التي تم التدريب عليها خلال البرنامج. - اخذ تغذية راجعة من الأعضاء حول البرنامج الإرشادي وأداء المرشد. - تطبيق الاستبانات البعدية على أعضاء المجموعة.	مراجعة المهارات والقياس البعدي	الجلسة الثالثة عشر

إجراءات تطبيق الدراسة:

- إعداد استبانات الدراسة وهي استبانة أنماط الاتصال الزوجي، واستبانة التسامح الزوجي، واستبانة الاستقرار الزوجي، وتم التأكد من خصائصهما السيكومترية، وبناء البرنامج الإرشادي المستند إلى نموذج فرجينيا ساتير.
- الحصول على الكتب الرسمية؛ لتسهيل مهمة الباحثة في تطبيق الدراسة، الملحق (23).
- اختيار عينة الدراسة المكونة من (30) معلمة متزوجة حديثا بطريقة قصدية ممن سجلوا اقل الدرجات على استبانات الدراسة.
- توزيع العينة عشوائيا على مجموعتين تجريبية وضابطة بواقع (15) معلمة متزوجة حديثا.
- تطبيق جلسات البرنامج الإرشادي على أفراد المجموعة التجريبية من خلال (13) جلسة إرشادية بواقع (90) دقيقة للجلسة الواحدة. بعدد جلتين أسبوعيا خلال الفترة ٢٠٢١-٣-١ إلى ٢٠٢١-٥-١، وطُبِّقت الاستبانات البعدية على المجموعتين التجريبية والضابطة، بعد الانتهاء من البرنامج الإرشادي.
- تطبيق استبانة التبعي لاستبانات الدراسة (أنماط الاتصال الزوجي، واستبانة التسامح الزوجي، واستبانة الاستقرار الزوجي) بعد الانتهاء من البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية، بفواصل زمني مقداره (3) أسابيع.

- إدخال البيانات إلى الحاسوب وتحليلها باستخدام الرزمة الإحصائية (SPSS).
- تحليل النتائج ومناقشتها في ضوء مخرجات المعالجة الإحصائية، ومقارنتها بنتائج الدراسات السابقة. ووضع التوصيات المناسبة وفق النتائج التي توصلت لها الدراسة.
- متغيرات الدراسة:
- المتغير المستقل: البرنامج الإرشادي المستند إلى نموذج ساتير.
- المتغيرات التابعة: أنماط الاتصال الزوجي، التسامح الزوجي، الاستقرار الزوجي.
- تصميم الدراسة: استخدمت في هذه الدراسة المنهج شبه التجريبي الذي يمكن التعبير عنه بما يلي:
- المجموعة التجريبية: تعين عشوائي، قياس قبلي، برنامج إرشادي، قياس بعدي.
- المجموعة الضابطة: تعين عشوائي، قياس قبلي، بدون معالجة، قياس بعدي.

المجموعة	التعيين	القياس القبلي	المعالجة	القياس البعدي	القياس التتبعي
G1 المجموعة التجريبية	R	O1	X	O2	O3
G2 المجموعة الضابطة	R	O1	-	O2	-

حيث تشير الرموز السابقة إلى:

O1 = قياس قبلي. O2 = قياس بعدي. O3 = قياس تتبعي.

R = تعيين عشوائي. X = المعالجة بالبرنامج الإرشادي. - = لا معالجة.

المعالجة الإحصائية:

تمت عملية التحليل الإحصائي بواسطة الحزمة الاحصائية (SPSS) من خلال إيجاد المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات المعدلة والخطأ المعياري لاستجابات أفراد المجموعتين على استبانات الدراسة (أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزوجي)، والتباين المصاحب متعدد المتغيرات التابعة (MANCOVA)، وقيمة ايتا تربيع، f المحسوبة، واختبار (Paired t-test)، واختبار (Wilks' Lambda).

الفصل الرابع

عرض نتائج الدراسة

يتضمن الفصل الحالي عرضاً تفصيلياً للنتائج التي توصلت إليها الدراسة من خلال الإجابة عن أسئلتها، حيث عرضت الدراسة السؤال الرئيس التالي:

ما مدى فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً؟

وقد تم الإجابة على هذا السؤال من خلال الإجابة على الأسئلة المتفرعة منه، وعلى النحو الآتي:

السؤال الأول: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند $(\alpha=0.05)$ بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على استبانة أنماط الاتصال الزوجي تعزى للبرنامج الإرشادي؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة من المجموعتين التجريبية والضابطة على أنماط استبانة الاتصال الزوجي الأربع في التطبيقين القبلي والبعدي، ويظهر الجدول الآتي ذلك

الجدول (12) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة من المجموعتين التجريبية والضابطة على مجالات استبانة أنماط الاتصال الزوجي الأربع في التطبيقين القبلي والبعدي

أنماط الاتصال	المجموعة	العدد	التطبيق القبلي		التطبيق البعدي	
			متوسط الحسابي	انحراف المعياري	متوسط الحسابي	انحراف المعياري
النمط الاتصالي المسترضي	التجريبية	15	3.11	0.70	2.22	0.70
	الضابطة	15	3.15	0.48	3.19	0.71
	المجموع	30	3.13	0.59	2.70	0.85
النمط الاتصالي اللوأم	التجريبية	15	3.31	0.78	2.25	0.71
	الضابطة	15	3.28	0.78	3.45	0.41
	المجموع	30	3.29	0.77	2.85	0.84
نمط الاتصال العقلاني المتطرف	التجريبية	15	3.14	0.37	2.42	0.35
	الضابطة	15	3.15	0.29	3.21	0.89

0.77	2.81	0.33	3.15	30	المجموع	نمط الاتصالي اللامبالي أو المشتت
0.82	2.36	0.48	3.32	15	التجريبية	
0.47	3.46	0.59	3.26	15	الضابطة	
0.86	2.91	0.52	3.29	30	المجموع	

يظهر الجدول السابق (12) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة من المجموعتين التجريبية والضابطة على استبانة أنماط الاتصال الزوجي الأربع في التطبيقين القبلي والبعدي، فقد حصلت المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي النمط الاتصالي المسترضي على المتوسط الحسابي الأقل الذي بلغ (2.22)، في حين حصلت المجموعة الضابطة على المتوسط الحسابي الأعلى الذي بلغ (3.19)، أما فيما يتعلق النمط الاتصالي اللوأم فقد حصلت المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي على المتوسط الحسابي الأقل الذي بلغ (2.25)، في حين حصلت المجموعة الضابطة على المتوسط الحسابي الأعلى الذي بلغ (3.45)، وكذلك في نمط الاتصال العقلاني المتطرف فقد حصلت المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي على المتوسط الحسابي الأقل الذي بلغ (2.42)، في حين حصلت المجموعة الضابطة على المتوسط الحسابي الأعلى الذي بلغ (3.21)، وكذلك في نمط الاتصالي اللامبالي أو المشتت فقد حصلت المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي على المتوسط الحسابي الأقل الذي بلغ (2.36)، في حين حصلت المجموعة الضابطة على المتوسط الحسابي الأعلى الذي بلغ (3.46)، ومن أجل التأكد من ان هذه الفروق بين المجموعتين في استبانة أنماط الاتصال الزوجي الأربع في التطبيق البعدي فقد تم استخراج قيمة ويلكس لا مبداء (Wilks' Lambda)، ويظهر الجدول الاتي ذلك.

الجدول (13) قيمة ويلكس لامبدا (Wilks' Lambda) للتحقق من الفروق بين مجموعتي الدراسة في استبانة أنماط الاتصال الزوجي الأربع في التطبيق البعدي

المتغير المستقل	قيمة لامبدا	قيمة ف المحسوبة	درجات الحرية	مستوى الدلالة
البرنامج الإرشادي	0.204	20.474	4.000	0.000

يظهر الجدول السابق (13) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لمجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في استبانة أنماط الاتصال الزوجي الأربع في التطبيق البعدي، وذلك بالاستناد إلى قيمة (ف) المحسوبة التي بلغت (20.474)، وبمستوى دلالة تساوي (0.000)، ومن أجل تحديد الأنماط التي ظهرت فيها فروق دالة إحصائية فقد تم تطبيق تحليل التباين الأحادي المصاحب متعدد المتغيرات التابعة (MANCOVA)، ويظهر الجدول الآتي ذلك.

الجدول (14) تحليل التباين الأحادي المصاحب متعدد المتغيرات التابعة (MANCOVA) للفروق بين المتوسطات الحسابية لمجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في استبانة أنماط الاتصال الزوجي الأربع في التطبيق البعدي

مصدر التباين	المجالات	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	مربع ويلكس لامبدا	قيمة
النمط الاتصالي المسترضي القبلي	النمط الاتصالي المسترضي	0.442	1	0.442	0.982	0.332	0.942	
	النمط الاتصالي اللوأم	0.000	1	0.000	0.001	0.973		
	نمط الاتصال العقلاني المتطرف	0.000	1	0.000	0.000	0.998		
	نمط الاتصالي اللامبالي أو المشتت	0.218	1	0.218	0.550	0.465		
النمط الاتصالي اللوأم القبلي	النمط الاتصالي المسترضي	2.428	1	2.428	5.400	0.029	0.803	

		0.933	0.007	0.003	1	0.003	النمط الاتصالي اللوأم	
		0.894	0.018	0.009	1	0.009	نمط الاتصال العقلائي المتطرّف	
		0.650	0.211	0.084	1	0.084	نمط الاتصالي اللامبالي أو المشتت	
0.680		0.416	0.685	0.308	1	0.308	النمط الاتصالي المسترزي	نمط الاتصال العقلائي المتطرّف القبلي
		0.351	0.904	0.322	1	0.322	النمط الاتصالي اللوأم	
		0.474	0.529	0.271	1	0.271	نمط الاتصال العقلائي المتطرّف	
		0.020	6.167	2.442	1	2.442	نمط الاتصالي اللامبالي أو المشتت	
0.914		0.723	0.128	0.058	1	0.058	النمط الاتصالي المسترزي	نمط الاتصالي اللامبالي أو المشتت القبلي
		0.172	1.982	0.705	1	0.705	النمط الاتصالي اللوأم	
		0.858	0.033	0.017	1	0.017	نمط الاتصال العقلائي المتطرّف	
		0.921	0.010	0.004	1	0.004	نمط الاتصالي اللامبالي أو المشتت	
0.204	0.396	0.001	15.755	7.084	1	7.084	النمط الاتصالي المسترزي	المجموعة
	0.570	0.000	31.756	11.303	1	11.303	النمط الاتصالي اللوأم	
	0.272	0.006	8.984	4.599	1	4.599	نمط الاتصال العقلائي المتطرّف	
	0.484	0.000	22.486	8.905	1	8.905	نمط الاتصالي اللامبالي أو المشتت	

				0.450	24	10.792	النمط الاتصالي المسترضي	الخطأ
				0.356	24	8.542	النمط الاتصالي اللوأم	
				0.512	24	12.284	نمط الاتصال العقلاني المتطرف	
				0.396	24	9.504	نمط الاتصالي اللامبالي أو المشتت	
					29	20.982	النمط الاتصالي المسترضي	الكلّي المعدل
					29	20.273	النمط الاتصالي اللوأم	
					29	17.394	نمط الاتصال العقلاني المتطرف	
					29	21.457	نمط الاتصالي اللامبالي أو المشتت	

يظهر الجدول السابق (14) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند $(\alpha=0.05)$ بين المتوسطات الحسابية لمجموعي الدراسة التجريبية والضابطة في أنماط استبانة الاتصال الزوجي الأربع في التطبيق البعدي، وذلك بالاستناد إلى قيم (ف) المحسوبة التي بلغت (15.755)، وبمستوى دلالة تساوي (0.001)، للنمط الاتصالي المسترضي، وبلغت (31.756)، وبمستوى دلالة تساوي (0.000)، للنمط الاتصالي اللوأم، وبلغت (8.984)، وبمستوى دلالة تساوي (0.006)، لنمط الاتصال العقلاني المتطرف، وبلغت (22.486)، وبمستوى دلالة تساوي (0.000)، للنمط الاتصالي اللامبالي أو المشتت، ومن أجل تحديد لصالح أي مجموع كان الفرق بين المتوسطات الحسابية لمجموعي الدراسة التجريبية والضابطة في أنماط استبانة الاتصال الزوجي الأربع في التطبيق البعدي، فقد تم استخراج المتوسطات الحسابية المعدلة وأخطاؤها المعيارية، ويظهر الجدول الآتي ذلك.

الجدول (15) المتوسطات الحسابية المعدلة وأخطاؤها المعيارية لمجموعي الدراسة التجريبية والضابطة في استبانة أنماط الاتصال الزوجي الأربع في التطبيق البعدي

الخطأ المعياري	المتوسط الحسابي المعدل	العدد	المجموعة	أنماط الاتصال
0.17	2.21	15	التجريبية	النمط الاتصالي المسترضي
0.17	3.19	15	الضابطة	
0.15	2.23	15	التجريبية	النمط الاتصالي اللوأم
0.15	3.47	15	الضابطة	
0.19	2.42	15	التجريبية	نمط الاتصال العقلاني المتطرف
0.19	3.21	15	الضابطة	
0.16	2.36	15	التجريبية	نمط الاتصالي اللامبالي أو المشتت
0.16	3.46	15	الضابطة	

يظهر الجدول السابق (15) ان الفروق بين المتوسطات الحسابية المعدلة لمجموعي الدراسة التجريبية والضابطة في استبانة أنماط الاتصال الزوجي الأربع في التطبيق البعدي، كانت لصالح المجموعة التجريبية التي استخدمت البرنامج الإرشادي، فقد بلغ المتوسط الحسابي المعدل للمجموعة التجريبية في النمط الاتصالي المسترضي (2.21)، وهو اقل من المتوسط الحسابي المعدل للمجموعة الضابطة في النمط نفسه والذي بلغ (3.19)، وهذا يعني استفادة المجموعة التجريبية من البرنامج الإرشادي في خفض مستوى النمط الاتصالي المسترضي، أما فيما يتعلق في النمط الاتصالي اللوأم فقد الفرق لصالح المجموعة التجريبية اذ بلغ متوسطها المعدل (2.23)، وهو اقل من المتوسط المعدل للمجموعة الضابطة الذي بلغ (3.47) وهذا يعني استفادة المجموعة التجريبية من البرنامج الإرشادي في خفض مستوى النمط الاتصالي اللوأم، وكذلك الحال بالنسبة لنمط الاتصال العقلاني المتطرف فقد الفرق لصالح المجموعة التجريبية اذ بلغ متوسطها المعدل (2.42)، وهو اقل من المتوسط المعدل للمجموعة الضابطة الذي بلغ (3.21) وهذا يعني استفادة المجموعة التجريبية من البرنامج الإرشادي في خفض مستوى

نمط الاتصال العقلاني المتطرف، وكذلك الحال بالنسبة لنمط الاتصالي اللامبالي أو المشتت فقد الفرق لصالح المجموعة التجريبية اذ بلغ متوسطها المعدل (2.36)، وهو اقل من المتوسط المعدل المجموعة الضابطة الذي بلغ (3.46) وهذا يعني استفادة المجموعة التجريبية من البرنامج الإرشادي في خفض مستوى نمط الاتصالي اللامبالي أو المشتت، وهذه النتائج تؤكد فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نموذج ساتير في تحسين استبانة أنماط الاتصال الزوجي الأربع لدى المعلمات المتزوجات حديثاً، وتبين قيم كاي تربيع لاستبانة أنماط الاتصال الزوجي الأربع على التوالي التي بلغت (0.396، 0.570، 0.272، 0.484) النسب المئوية للتباين التي أحدثها البرنامج الإرشادي في استبانة أنماط الاتصال الزوجي الأربع.

السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha=0.05$) بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على استبانة التسامح الزوجي تعزى للبرنامج الإرشادي؟

تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة من المجموعتين التجريبية والضابطة على مجالات استبانة التسامح الزوجي الثلاث في التطبيقين القبلي والبعدي، ويظهر الجدول الآتي ذلك

الجدول (16) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة من المجموعتين التجريبية والضابطة على أبعاد استبانة التسامح الزوجي الثلاث في التطبيقين القبلي والبعدي

الأبعاد	المجموعة	العدد	التطبيق القبلي		التطبيق البعدي	
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التسامح مع الذات	التجريبية	15	3.08	0.36	3.50	0.79
	الضابطة	15	2.68	1.01	2.69	1.02
	المجموع	30	2.88	0.77	3.09	0.99
التسامح مع الآخرين	التجريبية	15	2.78	0.45	3.45	0.52
	الضابطة	15	2.68	1.00	2.69	0.97

0.86	3.07	0.77	2.73	30	المجموع	
0.55	3.41	0.62	2.20	15	التجريبية	التسامح مع المواقف
1.03	2.41	1.00	2.40	15	الضابطة	
0.96	2.91	0.82	2.30	30	المجموع	

يظهر الجدول السابق (16) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة من المجموعتين التجريبية والضابطة على أبعاد استبانة التسامح الزوجي الثلاث في التطبيقين القبلي والبعدي، فقد حصلت المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لبعد التسامح مع الذات على المتوسط الحسابي الأعلى الذي بلغ (3.50)، في حين حصلت المجموعة الضابطة على المتوسط الحسابي الأقل الذي بلغ (2.69)، أما فيما يتعلق ببعد التسامح مع الآخرين فقد حصلت المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي على المتوسط الحسابي الأعلى الذي بلغ (3.45)، في حين حصلت المجموعة الضابطة على المتوسط الحسابي الأقل الذي بلغ (2.69)، وكذلك في بُعد التسامح مع المواقف فقد حصلت المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي على المتوسط الحسابي الأعلى الذي بلغ (3.41)، في حين حصلت المجموعة الضابطة على المتوسط الحسابي الأقل الذي بلغ (2.41)، ومن أجل التأكد من ان هذه الفروق بين المجموعتين في الأبعاد الثلاثة لاستبانة التسامح الزوجي في التطبيق البعدي فقد تم استخراج قيمة ويلكس لا مبدا (Wilks' Lambda)، ويظهر الجدول الآتي ذلك.

الجدول (17) قيمة ويلكس لا مبدا (Wilks' Lambda) للتحقق من الفروق بين مجموعتي الدراسة في الأبعاد الثلاثة لاستبانة التسامح الزوجي في التطبيق البعدي

المتغير المستقل	قيمة لا مبدا	قيمة ف المحسوبة	درجات الحرية	مستوى الدلالة
البرنامج الإرشادي	0.450	9.353	٣.٠٠٠	0.000

يظهر الجدول السابق (17) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لمجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في الأبعاد الثلاثة لاستبانة التسامح الزوجي في التطبيق

البعدي، وذلك بالاستناد إلى قيمة (ف) المحسوبة التي بلغت (9.353)، وبمستوى دلالة تساوي (0.000)، ومن أجل تحديد المهارات التي ظهرت فيها فروق دالة إحصائية فقد تم تطبيق تحليل التباين الأحادي المصاحب متعدد المتغيرات التابعة (MANCOVA)، ويظهر الجدول الآتي ذلك.

الجدول (18) تحليل التباين الأحادي المصاحب متعدد المتغيرات التابعة (MANCOVA) للفروق بين المتوسطات الحسابية لمجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في الأبعاد الثلاثة لاستبانة التسامح الزوجي في التطبيق البعدي

قيمة ويلكس لا مبدا	مربع ايتا	مستوى الدلالة	قيمة ف	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	الأبعاد	مصدر التباين
0.812		0.434	0.633	0.300	1	0.3	التسامح مع الذات	التسامح مع الذات القبلي
		0.224	1.557	0.904	1	0.904	التسامح مع الآخرين	
		0.035	4.944	1.967	1	1.967	التسامح مع المواقف	
0.315		0.000	17.526	8.290	1	8.29	التسامح مع الذات	التسامح مع الآخرين القبلي
		0.195	1.770	1.028	1	1.028	التسامح مع الآخرين	
		0.012	7.373	2.933	1	2.933	التسامح مع المواقف	
0.796		0.421	0.669	0.317	1	0.317	التسامح مع الذات	التسامح مع المواقف القبلي
		0.726	0.126	0.073	1	0.073	التسامح مع الآخرين	
		0.026	5.626	2.238	1	2.238	التسامح مع المواقف	
0.450	0.228	0.012	7.373	3.488	1	3.488	التسامح مع الذات	المجموعة
	0.254	0.007	8.534	4.957	1	4.957	التسامح مع الآخرين	
	0.355	0.001	13.755	5.472	1	5.472	التسامح مع المواقف	
				0.473	25	11.826	التسامح مع الذات	الخطأ

				0.581	25	14.521	التسامح مع الآخرين	
				0.398	25	9.945	التسامح مع المواقف	
					29	28.241	التسامح مع الذات	الكلبي المعدل
					29	21.309	التسامح مع الآخرين	
					29	26.642	التسامح مع المواقف	

يظهر الجدول السابق (18) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند $(\alpha=0.05)$ بين المتوسطات الحسابية لمجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في الأبعاد الثلاثة لاستبانة التسامح الزوجي في التطبيق البعدي، وذلك بالاستناد إلى قيم (ف) المحسوبة التي بلغت (7.373)، وبمستوى دلالة تساوي (0.012)، لُبعد التسامح مع الذات، وبلغت (8.534)، وبمستوى دلالة تساوي (0.007)، لُبعد التسامح مع الآخرين، وبلغت (13.755)، وبمستوى دلالة تساوي (0.001)، لُبعد التسامح مع المواقف، ومن أجل تحديد لصالح أي مجموع كان الفرق بين المتوسطات الحسابية لمجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة تم استخراج المتوسطات الحسابية. الجدول (19) المتوسطات الحسابية المعدلة وأخطاؤها المعيارية لمجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في الأبعاد الثلاثة لاستبانة التسامح الزوجي في التطبيق البعدي

الأبعاد	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي المعدل	الخطأ المعياري
التسامح مع الذات	التجريبية	15	3.45	0.18
	الضابطة	15	2.74	0.18
التسامح مع الآخرين	التجريبية	15	3.49	0.20
	الضابطة	15	2.65	0.20
التسامح مع المواقف	التجريبية	15	3.35	0.17
	الضابطة	15	2.46	0.17

يظهر الجدول السابق (19) ان الفروق بين المتوسطات الحسابية المعدلة لمجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في الأبعاد الثلاثة لاستبانة التسامح الزوجي في التطبيق البعدي، كانت لصالح المجموعة التجريبية التي استخدمت البرنامج الإرشادي، فقد بلغ المتوسط الحسابي المعدل للمجموعة التجريبية في بُعد التسامح مع الذات (3.45)، وهو اعلى من المتوسط الحسابي المعدل للمجموعة الضابطة على البُعد نفسه والذي بلغ (2.74)، وهذا يعني ان المجموعة التجريبية استفادت من البرنامج الإرشادي الذي يستند إلى نموذج ساتير في تحسين التسامح مع الذات، أما فيما يتعلق في بُعد التسامح مع الآخرين فقد الفرق لصالح المجموعة التجريبية إذ بلغ متوسطها المعدل (3.49)، وهو اعلى من المتوسط المعدل للمجموعة الضابطة الذي بلغ (2.65) وهذا يعني استفادة المجموعة التجريبية من البرنامج الإرشادي في تحسين التسامح مع الآخرين، وكذلك الحال بالنسبة للبُعد الثالث وهو التسامح مع المواقف فقد الفرق لصالح المجموعة التجريبية إذ بلغ متوسطها المعدل (3.35)، وهو اعلى من المتوسط المعدل للمجموعة الضابطة الذي بلغ (2.46) وهذا يعني استفادة المجموعة التجريبية من البرنامج الإرشادي في تحسين التسامح مع المواقف، وهذه النتائج تؤكد فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نموذج ساتير في تحسين التسامح الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً، وتبين قيم كاي تربيع للمجالات الثلاثة لاستبانة التسامح الزوجي على التوالي التي بلغت (0.254، 0.228، 0.355) النسب المئوية للتباين التي أحدثها البرنامج الإرشادي في الأبعاد الثلاثة لاستبانة التسامح الزوجي، وأما النسب الباقية فتعود لمتغيرات أخرى غير مبحوثة في الدراسة الحالية.

السؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند $(\alpha=0.05)$ بين متوسطات درجات

المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على استبانة الاستقرار الزوجي تعزى للبرنامج الإرشادي؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة من المجموعتين التجريبية والضابطة على أبعاد استبانة الاستقرار الزوجي الثلاث في التطبيقين القبلي والبعدي، ويظهر الجدول الآتي ذلك

الجدول (20) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة من المجموعتين التجريبية والضابطة على أبعاد استبانة الاستقرار الزوجي الثلاث في التطبيقين القبلي والبعدي

التطبيق البعدي		التطبيق القبلي		العدد	المجموعة	الأبعاد
الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
0.25	3.77	0.37	3.14	15	التجريبية	الاحترام والاتصال بين الزوجين
0.51	3.23	0.29	3.15	15	الضابطة	
0.48	3.50	0.33	3.15	30	المجموع	
0.39	2.51	0.29	3.06	15	التجريبية	تدخل الأهل في شؤون الزوجين
0.48	3.15	0.38	3.13	15	الضابطة	
0.54	2.83	0.33	3.09	30	المجموع	
0.33	1.41	0.56	2.34	15	التجريبية	وجود مشكلات ورغبة في الانفصال والطلاق
1.12	2.37	0.96	2.32	15	الضابطة	
0.95	1.89	0.77	2.33	30	المجموع	

يظهر الجدول السابق (20) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة من المجموعتين التجريبية والضابطة على أبعاد استبانة الاستقرار الزوجي الثلاث في التطبيقين القبلي والبعدي، فقد حصلت المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي بُعد الاحترام والاتصال بين الزوجين على المتوسط الحسابي الأعلى الذي بلغ (3.77)، في حين حصلت المجموعة الضابطة على المتوسط الحسابي الأقل الذي بلغ (3.23)، أما فيما يتعلق ببُعد تدخل الأهل في شؤون الزوجين فقد حصلت المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي على المتوسط الحسابي الأقل الذي بلغ (2.51)، في حين حصلت المجموعة الضابطة على المتوسط الحسابي الأعلى الذي بلغ (3.15)، وكذلك في بُعد وجود مشكلات ورغبة في الانفصال

والطلاق فقد حصلت المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي على المتوسط الحسابي الأقل الذي بلغ (1.41)، في حين حصلت المجموعة الضابطة على المتوسط الحسابي الأعلى الذي بلغ (2.37)، ومن أجل التأكد من أن هذه الفروق بين المجموعتين في الأبعاد الثلاثة لاستبانة الاستقرار الزوجي في التطبيق البعدي فقد تم استخراج قيمة ويلكس لا مبدا (Wilks' Lambda)، ويظهر الجدول الآتي ذلك.

الجدول (21) قيمة ويلكس لا مبدا (Wilks' Lambda) للتحقق من الفروق بين مجموعتي الدراسة في الأبعاد الثلاثة لاستبانة الاستقرار الزوجي في التطبيق البعدي

المتغير المستقل	قيمة لا مبدا	قيمة ف المحسوبة	درجات الحرية	مستوى الدلالة
البرنامج الإرشادي	0.338	14.997	3.000	0.000

يظهر الجدول السابق (21) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لمجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في الأبعاد الثلاثة لاستبانة الاستقرار الزوجي في التطبيق البعدي، وذلك بالاستناد إلى قيمة (ف) المحسوبة التي بلغت (14.997)، وبمستوى دلالة تساوي (0.000)، ومن أجل تحديد المهارات التي ظهرت فيها فروق دالة إحصائية فقد تم تطبيق تحليل التباين الأحادي المصاحب متعدد المتغيرات التابعة (MANCOVA)، ويظهر الجدول الآتي ذلك.

الجدول (22) تحليل التباين الاحادي المصاحب متعدد المتغيرات التابعة (MANCOVA) للفروق بين المتوسطات الحسابية لمجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في الأبعاد الثلاثة لاستبانة الاستقرار الزوجي في التطبيق البعدي

قيمة ويلكس لامبدا	مربع اينتا	مستوى الدلالة	قيمة ف	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	الابعاد	مصدر التباين
0.717		0.581	0.313	0.048	1	.048	الاحترام والاتصال بين الزوجين	الاحترام والاتصال بين الزوجين القلبي
		0.009	7.934	1.251	1	1.251	تدخل الأهل في شؤون الزوجين	
		0.162	2.073	1.260	1	1.260	وجود مشكلات ورغبة في الانفصال والطلاق	
0.805		0.142	2.295	0.354	1	.354	الاحترام والاتصال بين الزوجين	تدخل الأهل في شؤون الزوجين القلبي
		0.152	2.188	0.345	1	.345	تدخل الأهل في شؤون الزوجين	
		0.200	1.732	1.053	1	1.053	وجود مشكلات ورغبة في الانفصال والطلاق	
0.909		0.278	1.228	0.189	1	.189	الاحترام والاتصال بين الزوجين	وجود مشكلات ورغبة في الانفصال والطلاق القلبي
		0.991	0.000	2.153	1	2.153	تدخل الأهل في شؤون الزوجين	
		0.219	1.590	0.967	1	.967	وجود مشكلات ورغبة في الانفصال والطلاق	
0.338		0.341	0.001	12.948	1	1.994	الاحترام والاتصال بين الزوجين	المجموعة
		0.452	0.000	20.605	1	3.249	تدخل الأهل في شؤون الزوجين	
		0.332	0.002	12.451	1	7.569	وجود مشكلات ورغبة في الانفصال والطلاق	
				0.154	25	3.851	الاحترام والاتصال بين الزوجين	الخطأ
				0.158	25	3.942	تدخل الأهل في شؤون الزوجين	
				0.608	25	15.196	وجود مشكلات ورغبة في الانفصال والطلاق	
					29	6.725	الاحترام والاتصال بين الزوجين	الكلبي المعدل
					29	8.478	تدخل الأهل في شؤون الزوجين	
					29	25.961	وجود مشكلات ورغبة في الانفصال والطلاق	

يظهر الجدول السابق (22) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند $(\alpha=0.05)$ بين المتوسطات الحسابية لمجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في الأبعاد الثلاثة لاستبانة الاستقرار الزوجي في التطبيق البعدي، وذلك بالاستناد إلى قيم (ف) المحسوبة التي بلغت (12.948)، وبمستوى دلالة تساوي (0.001)، لبُعد الاحترام والاتصال بين الزوجين، وبلغت (20.605)، وبمستوى دلالة تساوي (0.000)، لبُعد تدخل الأهل في شؤون الزوجين، وبلغت (12.451)، وبمستوى دلالة تساوي (0.002)، لبُعد وجود مشكلات ورغبة في الانفصال والطلاق، ومن أجل تحديد لصالح أي مجموع كان الفرق بين المتوسطات الحسابية لمجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في الأبعاد الثلاثة لاستبانة الاستقرار الزوجي في التطبيق البعدي، فقد تم استخراج المتوسطات الحسابية المعدلة وأخطاؤها المعيارية، ويظهر الجدول الآتي ذلك.

الجدول (23) المتوسطات الحسابية المعدلة وأخطاؤها المعيارية لمجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في الأبعاد الثلاثة لاستبانة الاستقرار الزوجي في التطبيق البعدي

الأبعاد	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي المعدل	الخطأ المعياري
الاحترام والاتصال بين الزوجين	التجريبية	15	3.76	0.10
	الضابطة	15	3.24	0.10
تدخل الأهل في شؤون الزوجين	التجريبية	15	2.50	0.10
	الضابطة	15	3.16	0.10
وجود مشكلات ورغبة في الانفصال والطلاق	التجريبية	15	1.39	0.20
	الضابطة	15	2.40	0.20

يظهر الجدول السابق (23) ان الفروق بين المتوسطات الحسابية المعدلة لمجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في الأبعاد الثلاثة لاستبانة الاستقرار الزوجي في التطبيق البعدي، كانت لصالح المجموعة التجريبية التي استخدمت البرنامج الإرشادي، فقد بلغ المتوسط الحسابي المعدل للمجموعة التجريبية في بُعد الاحترام والاتصال بين الزوجين (3.76)، وهو أعلى من المتوسط الحسابي المعدل للمجموعة الضابطة على البُعد نفسه والذي بلغ (3.24)، وهذا يعني ان

المجموعة التجريبية استفادت من البرنامج الإرشادي الذي يستند إلى نموذج ساتير في تحسين الاحترام والاتصال بين الزوجين، أما فيما يتعلق في بُعد تدخل الأهل في شؤون الزوجين فقد الفرق لصالح المجموعة التجريبية إذ بلغ متوسطها المعدل (2.50)، وهو أقل من المتوسط المعدل المجموعة الضابطة الذي بلغ (3.16) وهذا يعني استفادة المجموعة التجريبية من البرنامج الإرشادي في خفض مستوى تدخل الأهل في شؤون الزوجين، وكذلك الحال بالنسبة للبعد الثالث وهو وجود مشكلات ورغبة في الانفصال والطلاق فقد الفرق لصالح المجموعة التجريبية إذ بلغ متوسطها المعدل (1.39)، وهو أقل من المتوسط المعدل المجموعة الضابطة الذي بلغ (2.40) وهذا يعني استفادة المجموعة التجريبية من البرنامج الإرشادي في خفض مستوى المشكلات والرغبة في الانفصال والطلاق، وهذه النتائج تؤكد فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نموذج ساتير في تحسين الاستقرار الزواجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً، وتبين قيم كاي تربيع للمجالات الثلاثة لاستبانة الاستقرار الزواجي على التوالي التي بلغت (0.341، 0.452، 0.332) النسب المئوية للتباين التي أحدثها البرنامج الإرشادي في المجالات الثلاثة لاستبانة الاستقرار الزواجي، وأما النسب الباقية فتعود لمتغيرات أخرى غير مبحوثة في الدراسة الحالية.

السؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha=0.05$) بين متوسطات درجات

المجموعة التجريبية على استبانة أنماط الاتصال الزواجي في القياسين البعدي والتتبعي؟
 للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة من المجموعة التجريبية فقط على أنماط استبانة الاتصال الزواجي الأربع في التطبيقين البعدي والتتبعي، كما تم تطبيق اختبار (t-test) للعينات المترابطة ويظهر الجدول الاتي ذلك

الجدول (24) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة من المجموعة التجريبية فقط على استبانة أنماط الاتصال الزوجي الأربع في التطبيقين البعدي والتتبعي، كما تم تطبيق اختبار (t-test) للعينات المترابطة

مستوى الدلالة	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	التطبيق	الأنماط
0.232	-1.248	0.70	2.22	15	البعدي	النمط الاتصالي المسترضي
		0.89	2.55	15	التتبعي	
0.531	-0.643	0.71	2.25	15	البعدي	النمط الاتصالي اللوأم
		0.47	2.40	15	التتبعي	
0.146	-1.538	0.35	2.42	15	البعدي	نمط الاتصال العقلاني المتطرف
		0.99	2.81	15	التتبعي	
0.317	-1.038	0.82	2.36	15	البعدي	نمط الاتصالي اللامبالي أو المشتت
		0.36	2.57	15	التتبعي	

يظهر الجدول السابق (24) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha=0.05$) بين المتوسطات الحسابية لأداء أفراد الدراسة من المجموعة التجريبية فقط على أنماط استبانة الاتصال الزوجي الأربع في التطبيقين البعدي والتتبعي، وذلك بالاستناد إلى قيم (ت) المحسوبة التي بلغت (1.248)، وبمستوى دلالة تساوي (0.232)، للنمط الاتصالي المسترضي، وبلغت (-0.643)، وبمستوى دلالة تساوي (0.531)، للنمط الاتصالي اللوأم، وبلغت (-1.538)، وبمستوى دلالة تساوي (0.146)، لنمط الاتصال العقلاني المتطرف، وبلغت (-1.038)، وبمستوى دلالة تساوي (0.317)، للنمط الاتصالي اللامبالي أو المشتت، وهذا يعني ان البرنامج الإرشادي كان فاعلا في التطبيقين البعدي والتتبعي في تحسين أنماط الاتصال الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً.

السؤال الخامس: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند $(\alpha=0.05)$ بين متوسطات درجات

المجموعة التجريبية على استبانة التسامح الزوجي في القياسين البعدي والتتبعي؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة من المجموعة التجريبية فقط على أبعاد استبانة التسامح الزوجي الثلاث في التطبيقين البعدي والتتبعي، كما تم تطبيق اختبار (t-test) للعينات المترابطة ويظهر الجدول الآتي ذلك

الجدول (25) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة من المجموعة التجريبية فقط على أبعاد استبانة التسامح الزوجي الثلاث في التطبيقين البعدي والتتبعي، كما تم تطبيق اختبار (t-test) للعينات المترابطة

الأبعاد	التطبيق	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
التسامح مع الذات	البعدي	15	3.50	0.79	0.696	0.498
	التتبعي	15	3.28	0.64		
التسامح مع الآخرين	البعدي	15	3.45	0.52	1.372	0.192
	التتبعي	15	3.09	0.72		
التسامح مع المواقف	البعدي	15	3.41	0.55	0.944	0.361
	التتبعي	15	3.13	0.70		

يظهر الجدول السابق (25) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند $(\alpha=0.05)$ بين المتوسطات الحسابية لأداء أفراد الدراسة من المجموعة التجريبية فقط على أبعاد استبانة التسامح الزوجي الثلاث في التطبيقين البعدي والتتبعي، وذلك بالاستناد إلى قيم (ت) المحسوبة التي بلغت (0.696)، وبمستوى دلالة تساوي (0.498)، لُبعد التسامح مع الذات، وبلغت (1.372)، وبمستوى دلالة تساوي (0.192)، لُبعد التسامح مع الآخرين، وبلغت (0.944)، وبمستوى دلالة تساوي (0.361)، لُبعد التسامح مع المواقف، وهذا يعني ان البرنامج الإرشادي كان فاعلا في التطبيقين البعدي والتتبعي في تحسين التسامح الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً.

السؤال السادس: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha=0.05$) بين متوسطات درجات

المجموعة التجريبية على استبانة الاستقرار الزوجي في القياسين البعدي والتتبعي؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة من المجموعة التجريبية فقط على أبعاد استبانة الاستقرار الزوجي الثلاث في التطبيقين البعدي والتتبعي، كما تم تطبيق اختبار (t-test) للعينات المترابطة ويظهر الجدول الآتي ذلك

الجدول (26) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة من المجموعة التجريبية فقط على أبعاد استبانة الاستقرار الزوجي الثلاث في التطبيقين البعدي والتتبعي، كما تم تطبيق اختبار (t-test) للعينات المترابطة

الأبعاد	التطبيق	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
الاحترام والاتصال بين الزوجين	البعدي	15	3.77	0.25	1.577	0.101
	التتبعي	15	3.61	0.21		
تدخل الأهل في شؤون الزوجين	البعدي	15	2.51	0.39	-0.087	0.932
	التتبعي	15	2.52	0.27		
وجود مشكلات ورغبة في الانفصال والطلاق	البعدي	15	1.41	0.33	-0.215	0.833
	التتبعي	15	1.43	0.27		

يظهر الجدول السابق (26) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha=0.05$) بين المتوسطات الحسابية لأداء أفراد الدراسة من المجموعة التجريبية فقط على أبعاد استبانة الاستقرار الزوجي الثلاث في التطبيقين البعدي والتتبعي، وذلك بالاستناد إلى قيم (ت) المحسوبة التي بلغت (1.577)، وبمستوى دلالة تساوي (0.101)، لُبُعد الاحترام والاتصال بين الزوجين، وبلغت (-0.087)، وبمستوى دلالة تساوي (0.932)، لُبُعد تدخل الأهل في شؤون الزوجين، وبلغت (-0.215)، وبمستوى دلالة تساوي (0.833)، لُبُعد وجود مشكلات ورغبة في الانفصال والطلاق، وهذا يعني ان البرنامج الإرشادي كان فاعلا في التطبيقين البعدي والتتبعي في تحسين الاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً.

الفصل الخامس

مناقشة النتائج والتوصيات

مناقشة النتائج

يتناول هذا الفصل مناقشة نتائج الدراسة وفقاً لما تناولته الدراسة من أسئلة، وقد هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزواجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً، ومحاولة تفسيرها من خلال ربطها بالدراسات السابقة، ومن ثم تقديم العديد من التوصيات المناسبة، وذلك على النحو الآتي:

أولاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الأول، والذي ينص على: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha=0.05$) بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبيّة والضابطة على استبانة

أنماط الاتصال الزواجي تُعزى للبرنامج الإرشادي؟"

يتضح من نتائج السؤال الأول وجود فرق ظاهري بين متوسطي أداء أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية على استبانة أنماط الاتصال الزواجي على الدرجة الكلية للاستبانة، كما تُشير النتائج إلى وجود أثر ذي دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) لمتغير البرنامج الإرشادي بين متوسط علامات أفراد عينة الدراسة في كل من المجموعتين: (التجريبية، والضابطة) على استبانة أنماط الاتصال الزواجي، ولجميع الأبعاد. حيث كان لصالح المجموعة التجريبية التي تلقت البرنامج الإرشادي. وهذه النتيجة تعني أن البرنامج ساعد في خفض مستوى أنماط الاتصال السلبية لدى المجموعة التجريبية؛ مما يشير إلى أن البرنامج الإرشادي فسّر نحو (80%) من التباين لدى أفراد الدراسة.

وتُعزو الباحثة هذه النتيجة، من خلال ما يؤكدّه لافينر وكارني وبرادبوري (Lavner, Karney & Bradbury, 2016) بأنّ العلاقة بين الزوجين وأفراد الأسرة تتأثر بعملية الاتصال، وتعكس نجاحها، كما أنها تُعدّ من مؤشرات الاستقرار الزواجي، ومن هنا يمكن القول: بأنّ المعلمات المتزوجات حديثاً قد يواجهن صعوبات في التكيف مع الواقع العملي الذي يحاكي تشكيل الأسرة، والتعامل مع شريك الحياة بالإضافة إلى ما تضيفه أعباء الوظيفة، ففي مجتمعنا تتكاثف الضغوط الاجتماعية والأسرية، وضغوط العمل أيضاً، مما يضيق المجال أمام المقبلين على الزواج للتوعية والتكيف بواجبات الحياة الزوجية ومتطلباتها، وخاصة لدى فئة الإناث نظراً لطبيعة المجتمع، وما يفرضه من قيود تتعلق بإدراك الأدوار داخل الأسرة، فتتزوج

الفتاة وهي تفتقد جزءاً كبيراً من التوعية بالحياة الزوجية، هذا بالإضافة إلى أنّ المرحلة الانتقالية من بيت الأسرة (الأهل) إلى بيت الزوج، تحتاج إلى التكيف والاندماج، وامتلاك الأساليب المناسبة للتعامل مع المحيط الجديد، مما يقلل من أنماط الاتصال الزواجي الإيجابي، ويرفع من أنماط الاتصال الزواجي السلبي؛ كالنمط (المسترضي، واللوام، والمتطرف، واللامبالي)، وهو ما يُبَعِّع لأنماط التربية الأسرية والتفاعل داخل الأسرة الأصل وهي أسرة الفتاة.

ولأنّ البرنامج المستخدم في الدراسة الحالية كان غنياً بالفنيات والتكتيكات الإرشادية الفعالة التي من شأنها رفع مستوى مهارات الحياة إجمالاً، ومهارات التفاعل بين الزوجين، وأنماط التواصل الزواجي، وتحسينها بحيث تصبح أنماطاً إيجابية تمكّن الزوجات من التواصل بفاعلية مع شريك الحياة، مما أوجد فروقات بين العينة التجريبية والضابطة لصالح التجريبية، والتي خضعت للبرنامج، وقد اشتمل البرنامج على عددٍ من الفنيات التي كان لها الأثر الواضح على تفاعل المشاركات، وتحسين أنماط التواصل لديهنّ، من خلال (تقدير الذات) حيث تم استخدام (الاستماع النشط، والاستيضاح، والكشف الذاتي، والمواجهة، ولعب الدور)، وكلها فنيات حفّزت الجلسة، وجعلت من تقدير الذات دافعاً لاكتساب مهارات الحياة للتعامل مع الشريك بصورة أفضل، حيث يعكس قدرة الزوجة على تقدير ذاتها بشكل مناسب؛ لمعرفة ما لها وما عليها من واجبات، وكيف يمكنها أن تعكس ذلك على شريك حياتها، مما يساعد على احترامها واحترام ذاتها. وهذا ما أثبتته دراسة (بشير، 2015) الذي يرى بأنّ هناك علاقة بين مفهوم الذات لدى الأزواج، وطريقة التواصل بينهم. ودراسة (أبو أسعد، 2011) التي أظهرت نتائج الدراسة فيها وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تحسين الاتصال من خلال الاستماع والتحدث بين أفراد الدراسة.

وكما تُعزى أهمية البرنامج الإرشاديّ المستند إلى استراتيجيات نموذج ساتير للفاعلية الإيجابية في الاستراتيجيات والأساليب والتمارين المستخدمة، مثل:

- الواجبات المنزلية في كل جلسة، والتي ساهمت في مساعدة المعلمات المتزوجات حديثاً في المجموعة التجريبية على نقل الأثر الإيجابي من داخل المجموعة الإرشادية إلى حياتهم وبمواقف مختلفة، وإكسابهم مجموعة من الفنيات والمهارات المتدرجة لهم.
- أظهرت التمارين المستخدمة في متغير أنماط الاتصال مهارات التواصل والاتصال في العلاقات الزوجية، والحديث الذاتي الإيجابي خلال الصعوبات والتحديات التي تمكنهم من الشعور بالاستقلالية في التوافق النفسي وتقدير الذات.

● الاستراتيجيات المترابطة مع فنيات نموذج ساتير والمهارات والأساليب المتنوعة مثل: المحاضرات والمناقشات الجماعية، والحوار والتدريب، والتغذية الراجعة، وفنية لعب الدور، وصرّف الانتباه، والحوار السقراطي وغيرها من الفنيات التي تعزز المشاركة التفاعلية والإيجابية بينهم، وتنمي مهاراتهم التواصلية والتشاركية الإيجابية بشكل فعّال. وتتفق هذه النتيجة أيضاً مع الدراسات التي تناولت البرنامج الإرشاديّ مع أنماط الاتصال لدى المتزوجات حديثاً، واستخدمت المنهج شبه التجريبي كدراسة (brubacher,2014) التي هدفت إلى دمج التعاطف كأسلوبٍ علاجيّ مع استراتيجيات مستمدةٍ من نموذج ساتير؛ لتحسين العلاقة بين الزوجين بشكلٍ أساسي، وذلك عن طريق تغيير المشاعر والأفكار، وأساليب الاتصال، ورفع تقدير الذات.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة البواليز (2020) لفحص فعالية برنامج إرشاديّ في خفض أنماط التواصل المهدّدة للسعادة الزوجية، وقد أثبت البرنامجُ فاعليته في خفض الأنماط السلبية من التواصل، ودراسة بني سلامة وجرادات (2016) للتعرف على فاعلية نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال الزوجيّ لدى عينةٍ من الزوجات في محافظة الزرقاء بالأردن، وقد أثبت البرنامجُ فاعليته في تحسين أنماط الاتصال الزوجيّ الإيجابيّ.

ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني، والذي ينصُّ على:

السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha=0.05$) بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على استبانة التسامح الزوجيّ تُعزى للبرنامج الإرشاديّ؟

تشير نتائج أداء أفراد الدراسة من المجموعتين التجريبية والضابطة على أبعاد استبانة التسامح الزوجيّ الثلاثة في التطبيقين القبليّ والبعديّ، إلى استفادة المجموعة التجريبية من البرنامج الإرشاديّ في تحسين التسامح مع المواقف، وتؤكدُ هذه النتائج فاعلية البرنامج الإرشاديّ المستخدم والذي يستندُ إلى نموذج ساتير في تحسين التسامح الزوجيّ لدى المعلمات المتزوجات حديثاً، ويمكنُ عزو هذه النتيجة إلى ما ذكره أريكسون بأنّ علاقات الفرد بالآخرين في المرحلة السادسة من حياته في العمر 40-30 سنة، تتركزُ على الحاجة للألفة والمحبة والودّ، وهنا تصلُ الفتاة لمرحلة "الألفة مقابل العزلة"، كما حدّدها أريكسون، ويتحقّق هذا في رغبتها بالارتباط بشخصٍ آخرٍ على مستوى عميقٍ كشريك حياة، وهي تسعى لتحقيق الاستقرار

أكثر من مجرد أنها حاجة متبادلة مع طرف آخر، وقد تتخفف المشاعرُ السلبية لديها بتوفير التفاعل الاجتماعيِّ اللازم لبناء علاقاتٍ شخصيةٍ حميمة، ولأنَّ البرنامجَ الإرشاديَّ ذو أثر، فقد اتضحَ في أداء المجموعة التجريبية على استبانة التسامح الزوجيِّ في القياس البعديِّ، مقابل أداء المجموعة الضابطة، وهذا يُعزى لما يتضمنه البرنامجُ في بداية كلِّ جلسة من تحقيق الألفة، وإرساء علاقةٍ إنسانية، والعمل على تنمية مشاعرٍ إيجابيةٍ بين أعضاء المجموعة الإرشادية كالثقة، والألفة، والاعتقاد على التعبير بحريَّة تامة، وكذلك تعزو الباحثة هذه النتيجة لأسلوب التعاطف المستخدم بالجلسة الخامسة ودوره في تفهّم شركاء الحياة لبعضهم، حيث تضمنت الجلسة عددًا من الفنيات كان منها (المناقشة والحوار، الكشف الذاتيُّ، التغذية الراجعة، الاستماع النشط، لعب الدور والنمذجة)، فقد شجعت استراتيجيات كسوف الذات التي استخدمتها الباحثة الزوجات على التسامح مع الذات، أما الاستماع النشط فتحتاجه شريكة الحياة كزوجة عاملة، وتتطلبه العلاقة الزوجية، حيث يفهم شريك الحياة مطالب الزوجة فيتعاطف معها بشكلٍ مناسب، ويسود التسامح بينهما؛ فيؤدي ذلك إلى استيعاب الموقف الذي يسبب المشكلات بينهما، فتسامح الزوجة مع المواقف بسببه تعاطف الزوج معها.

وترى الباحثة بأن هناك سعيًا دائمًا بين الزوجين لتوفير الألفة والطمأنينة، ويتم ذلك من خلال تخطي أخطاء الشريك، والتسامح معه؛ مما يولد بينهم الهدوء والسكينة ليتمتعوا بحياةٍ زوجيةٍ سعيدة. فالتجاوز عن الأخطاء والنزاعات يؤدي إلى استمرارية العلاقة الزوجية وحمايتها من الصراعات. وتتفق هذه مع دراسة (الفيلكاوي، 2019) ودراسة (الهوراني، 2018) التي أظهرت نتائجها وجودَ علاقةٍ موجبةٍ بين التسامح والسعادة الزوجية والشعور بالرفاهية النفسية لدى المعلمين والمعلمات المتزوجين بمحافظة إربد.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة علي (2020) التي هدفت إلى الكشف عن التأثير المباشر وغير المباشر بين التسامح والهناء النفسي، والتوافق الزوجيِّ لدى المتزوجين.

السؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha=0.05$) بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على استبانة الاستقرار الزوجيِّ تُعزى للبرنامج الإرشاديِّ؟

تشيرُ نتائج السؤال الثالث إلى درجة استفادة العينة التجريبية من البرنامج الإرشاديِّ الذي يستند إلى نموذج سانيير في تحسين الاحترام والاتصال بين الزوجين، وكذلك خفض تدخل الأهل في شؤون الزوجين لصالح المجموعة التجريبية، وكذلك الحال بالنسبة للبعد الثالث وهو وجود

المشكلات، والرغبة في الانفصال والطلاق، فكان الفرقُ لصالح المجموعة التجريبية، وهذا يعني استفادة المجموعة التجريبية من البرنامج الإرشادي في خفض مستوى المشكلات والرغبة في الانفصال والطلاق، وتؤكدُ هذه النتائجُ فاعلية برنامج إرشاديٍّ يستند إلى نموذج ساتير في تحسين الاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً.

وُعزى هذه النتيجة، من خلال ما يؤكده روجرز (Carl Rogers)، إلى أنّ القلقَ وعدم الاستقرار لدى الفرد مرتبطٌ بالانسجام أو عدم الانسجام بين مفهوم الذات لديه، والخبرات التي يمرُّ بها في حياته؛ فالخبراتُ التي تتعارضُ مع الذاتِ والمعايير الاجتماعية تدرُّها الفتاةُ على أنّها تهديد (الاتصال والاحترام) بينها وبين شريك الحياة، فعندما تتركُ الفتاةُ أنّ شريك الحياة قد يتفهمها، فإنّ ذلك يقللُ من القلق المتعلق بصعوبة الاندماج والانسجام، ويزيدُ من درجة الاستقرار الزوجي، وقد يعود ذلك إلى ما يحمله البرنامجُ الخاص بالدارسة الحالية، وتحديدًا الجلسة السابعة التي تتضمنُ فنية (إعادة التفعيل/ التمثيل)، والجلسة الثامنة التي تتضمنُ فنية (رسائل أنا وأنت)، ومن هنا يمكنُ القول: إنّ هذه النتيجة تُعزى لسببٍ مفادُهُ أنّ "إجراء إعادة التصور المعرفيّ والذي يحمله (إعادة التمثيل و التفعيل) يتضمنُ إجراءاتٍ وفنّياتٍ مبنية على مبدأ (الاستبدال)، وهو أنّ نستبدلَ بالأفكار السلبية التي تحملها الفتاة، وتؤدي بها إلى نتائج غير صحية، أفكاراً أخرى إيجابية، بمعنى أنه عندما تبدأ الفتاة بالتفكير السلبيّ في الأشياء التي تثير القلق والتوتر وخاصة " عدم استقرارها"، يتمّ تحفيزه في البرنامج الحاليّ من خلال (تعريف المتزوجات بتعديل أنماط التحدث الذاتي، أو الاستجابات اللفظية الضابطة كأسلوب مهمّ، وهو يعني التحدث إلى الذات بطريقه إيجابية). وهذا يكون كما في الجلسة السابعة؛ بتدريب الأعضاء على إعادة تمثيل الموقف بطريقة إيجابية، حيث تطلبُ الباحثة من المشاركات أن يلعبن دور الزوج والزوجة في الموقف الذي يُمَنَ بتمثيله؛ ليتعرفنَ على مدى تأثير الصراعات والنزاعات الزوجية على استقرار العلاقة الزوجية، وحتى يكتشف الأعضاء إيجابيات التغيير وسلبيّاته، وتؤكدُ الباحثة ضرورة حدوث التغيير، وتعبير الأعضاء عمّا يدور في داخلهم من أفكار ومشاعر؛ كي يتمّ التعامل معها بكلّ إيجابية.

وتتفقُ هذه النتيجة مع نتيجة دراسة الحبشي (2020) التي هدفتُ إلى التعرفِ على فاعلية دورات تأهيل المقبلين على الزواج في رفع مستوى الاستقرار الأسري، حيث تمّ استخدام استبانة الاستقرار الأسري، وأهم نتائج الدراسة أنه توجدُ فروقٌ ذات دلالة إحصائية بين درجات المجموعة التجريبية ودرجات المجموعة الضابطة في استبانة الاستقرار الأسري لصالح

المجموعة التجريبية تعود للبرنامج، وكذلك دراسة سليمان (2017) لمعرفة مدى فاعلية برنامج قائم على الإرشاد الأسري في التعرف على مقومات الاستقرار الزوجي، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين في التطبيق القبلي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيقين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية، لصالح القياس البعدي تعود للبرنامج الإرشادي.

السؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha=0.05$) بين متوسطات درجات

المجموعة التجريبية على استبانة أنماط الاتصال الزوجي في القياسين البعدي والتبقي؟

تشير نتائج هذا السؤال إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لأداء أفراد الدراسة من المجموعة التجريبية فقط على أنماط استبانة الاتصال الزوجي الأربعة في التطبيقين البعدي والتبقي، وهذا يعني أن البرنامج الإرشادي كان فاعلاً في التطبيقين البعدي والتبقي في تحسين أنماط الاتصال الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً.

وفي تفسير هذه النتيجة، يمكن الرجوع إلى الهدف الذي سعى إليه البرنامج بدءاً من تعديل أنماط الاتصال من سلبية إلى إيجابية، وانتهاءً باختيار البديل الأفضل لحل أية مشكلة قد تواجههن، وتمسُّ واقعهنَّ لكونهنَّ عانينَّ من عدم استقرار وتسامح وضعف في أنماط الاتصال الزوجي، ويجسد هذا استخدام الاتصال اللفظي (استخدام الحواس) في الجلسة التاسعة؛ للتحويل نحو التفكير المنطقي بمجريات الأحداث، وعدم التفكير فيها بطريقة سلبية؛ لأنَّ هذا من شأنه أن يخلق إحساساً بالتذمر والتوتر والضغط؛ مما يؤدي إلى نفاذ الطاقة، وتشتيت التركيز. وأشارت النتائج إلى الأثر الواضح الذي خلفه البرنامج، بحيث لم تكن هناك فروق للعينة التجريبية بين البعدي والتبقي لدى العينة، ويعزى ذلك لما يحتويه البرنامج من أساليب: (كالعصف الذهني والاسترخاء، والنمذجة، والواجبات البيتية). ويمكن القول: إنَّ الاستراتيجيات المستخدمة، كانت فاعلة في دفع البرنامج للتقدم.

ويمكن تفسير نتيجة السؤال الرابع بأنَّ هناك استمرارية في أثر فاعلية البرنامج الإرشادي المستند إلى نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال الزوجي؛ وهو ما يدلُّ على تفاعل المعلمات المتزوجات حديثاً مع فنيات واستراتيجيات نموذج ساتير بشكلٍ فعّال، وكما يعود استمرار تأثير البرنامج الإرشادي في تحسين أنماط الاتصال إلى التطبيق الإيجابي أثناء الجلسات الإرشادية، والتمارين المناسبة، وتطبيقها في المواقف المختلفة من قِبَل أعضاء المجموعة التجريبية بشكلٍ مباشر، إضافة إلى وجود الكثير من الأنشطة والمهام والواجبات التي لها الأثر الواضح في

التفاعل والاستمرارية التي أثبتت دورها في تحسين مهارات أنماط الاتصال الزوجي. كدراسة بدر (2019) التي أظهرت فاعلية البرنامج في تحسين مهارات الاتصال الزوجي لدى عينه من الزوجات بعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح المجموعة التجريبية بعد فترة المتابعة. وكما تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى استخدام الاستراتيجيات الإرشادية المناسبة في نموذج ساتير لتلاؤمها مع المتزوجات حديثاً، وكان أهمها: المحاضرة، والحوار، والمناقشة، وفنية لعب الدور، وإعادة التمثيل، والتعزيزات الإيجابية والواجبات المنزلية، وحلّ المشكلات، واستبدال الانفعالات السلبية. وكان لها أثرٌ واضحٌ في استمرارية البرنامج الإرشادي في تحسين مهارات الاتصال الزوجي.

ودراسة كاراهان (karahan,2009) التي هدفت إلى تحسين مهارات الاتصال الزوجي بين الأزواج، حيث استندت إلى مفاهيم وأساليب العلاج السلوكي الزوجي، بالإضافة إلى مفاهيم وأساليب نموذج ساتير في الإرشاد الأسري والزوجي. ودلّت النتائج على تحسّن أنماط الاتصال بين الأزواج لدى المجموعة التجريبية في القياس البعدي وقياس المتابعة بعد (3 أشهر)، مما يدلّ على نجاح البرنامج العلاجي القائم على تحسين مهارات الاتصال بين الزوجين. بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة من خلال الأنشطة والتمارين، وإنجاز الواجبات المنزلية التي أعطت تقدماً ملموساً في تطبيق البرنامج الإرشادي، من خلال تطبيق ما تعلموه أثناء الجلسات على محيطهم، وفي مواقف مختلفة، وتمت ممارسة الأنشطة المتنوعة في حياتهم اليومية، وتعزو فاعلية البرنامج الإرشادي المستند إلى نموذج ساتير وفق الجلسات التي اعتمدت أسلوباً علمياً ونظرياً، الأثر الإيجابي في تعزيز نقاط القوة لدية من خلال طاقاتهم الإيجابية لتحسين أنماط الاتصال الزوجي، واستبدال الانفعالات السلبية المتمثلة في نقاط الضعف؛ ما أدى إلى تفاعلهم وانعكاسهن أثناء الجلسات الإرشادية.

وانفقت نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة التركي (2019)؛ والبلوي (2019) حيث أظهرت نتائج الدراسة فاعلية البرنامج الإرشادي في تحسين مهارات الاتصال الزوجي، وتبين بقاء فاعلية البرنامج الإرشادي في القياس التتبعي.

السؤال الخامس: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha=0.05$) بين متوسطات درجات

المجموعة التجريبية على استبانة التسامح الزوجي في القياسين البعدي والتتبعي؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة من المجموعة التجريبية فقط على مجالات استبانة التسامح الزوجي الثلاثة في التطبيقين البعدي والتتبعي.

يتضح من نتائج السؤال الخامس أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha=0.05$) بين متوسطات الدرجات على استبانة التسامح الزوجي لدى أفراد المجموعة التجريبية بين القياس البعدي وقياس المتابعة، حيث كان مستوى الدلالة لجميع الأبعاد أكبر من (0.05) ؛ وهذا يشير إلى استمرارية إيجابية لأثر البرنامج الإرشادي على درجات استبانة التسامح الزوجي.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى قدرة البرنامج بما يحتويه من فنيات على التخفيف من حدة الضغوط، وإظهار التسامح ومستوى التعاطف بين الأزواج تحديداً، ومعرفة الإيجابيات والسلبيات في أنماط التواصل، ففاعلية البرنامج الإرشادي جاءت من دوره في تطوير القدرة على مواجهة المشكلات لدى المرأة العاملة، وكان البرنامج الإرشادي يعتمد في فنياته وأساليبه على طرق سلوكية ومعرفية، استخدمت أساليب حل المشكلات، وقد برزت فنيات معينة، مثل (ميكانيزمات الدفاع، والتغذية الراجعة) وإعطاء بدائل للحل، مثلما ضمّ برنامج الدراسة الحالي؛ لتزيد من فاعلية البرنامج، وقد زاد هذا الأمر وعي الزوجة وفهمها لانفعالاتها وتقييمها لمشاعرها، وبيّن أنّ أساليبها وأفكارها بالتعامل هي مصدر الضغوط والمشكلات قبل الحدث نفسه. ولأنّ المعلمات المتزوجات في مرحلة عمرية ناضجة عقلياً وانفعاليّاً، فقد اكتسبن خبرات هذا البرنامج وفنياته، وجعلن ذلك جزءاً من حياتهنّ، بوصفهنّ متعلمات؛ مما يعني أنّ إدراك كلّ واحدة منهنّ قد زاد، وأنها أصبحت تنتظر للأمور بإيجابية، وضمّ البرنامج أيضاً عدة فنيات متنوعة منها: " لعب الدور"، الذي كان كفيلاً لرفع قيمة التسامح لدى أفراد العينة، بالإضافة إلى استمرارية تأثيرها في القياس التتبعي.

وتتنفق نتيجة هذه الدراسة فيما يخصّ استبانة المتابعة أيضاً مع دراسة المبيضين والخاتنة (2020) التي هدفت إلى فحص فاعلية برنامج إرشاديّ مستند إلى العلاج الوجودي في تنمية التسامح، حيث توصلت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج الإرشاديّ في تنمية التسامح، وعدم

وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى أفراد المجموعة التجريبية في التسامح بين القياسين البعدي والتبعية.

السؤال السادس: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha=0.05$) بين متوسطات درجات

المجموعة التجريبية على استبانة الاستقرار الزوجي في القياسين البعدي والتبعية؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد الدراسة من المجموعة التجريبية فقط على أبعاد استبانة الاستقرار الزوجي الثلاثة في التطبيقين البعدي والتبعية.

يتضح من نتائج السؤال السادس عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجات على استبانة الاستقرار الزوجي لدى أفراد المجموعة التجريبية بين القياس البعدي وقياس المتابعة، وهذا يعني استمرارية فاعلية وتأثير البرنامج الإرشادي المستند إلى نموذج سائير في تحسين عوامل الاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً، وحتى بعد الانتهاء من البرنامج الإرشادي بثلاثة أسابيع.

ويتفق هذا مع نتيجة دراسة الحبشى (2020) التي هدفت إلى التعرف على فاعلية دورات

تأهيل المقبلين على الزواج في رفع مستوى الاستقرار الأسري، حيث تم استخدام استبانة الاستقرار الأسري، وأهم نتائج الدراسة أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المجموعة التجريبية، ودرجات المجموعة الضابطة في استبانة الاستقرار الأسري لصالح المجموعة التجريبية، وعدم وجود فروق بين القياس البعدي والتبعية تعود للبرنامج.

ويمكن تفسير نتيجة السؤال السادس بوجود علاقة إرشادية يسودها المناخ الإيجابي النفسي المبني على الاحترام المتبادل بين الباحثة والمعلمات في المجموعة التجريبية، وتم تطبيق الاستراتيجيات والفتيات في جلسات البرنامج الإرشادي، وإخضاع المشاركات إلى الانفتاح والحوار والنقاش والاستماع والإصغاء المتبادل فيما بينهم، مما أتيح لهن تكوين علاقات اجتماعية؛ لتحقيق الثقة بذواتهن، والمساهمة بإشعارهن بأهمية البرنامج الإرشادي؛ لتحقيق عوامل استقرارهن الزوجي، مما أتاح استمرارية فاعلية البرنامج الإرشادي المستند إلى نموذج سائير في تحسين الاستقرار الزوجي لديهن من خلال الوعي الذاتي، وتخفيف الاضطرابات.

كدراسة سليمان (2017) التي هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي للتعرف على مقومات الاستقرار الزوجي لدى الشباب المقبلين على الزواج. وأسفرت النتائج عن أهمية المقومات التي اشتمل عليها البرنامج الإرشادي، والمتعلقة بالاستقرار الزوجي.

وقد تُعزى هذه النتيجة إلى استمرار فعالية البرنامج الإرشاديّ المستند إلى نموذج ساتير في تحسين الاستقرار الزوجيّ لدى المعلمات المتزوجات حديثاً، إلى استخدام بعض الفنيات والاستراتيجيات التي لها أثرٌ فعّالٌ في تحسين مفهوم الاستقرار لديهنّ، كما يعود استمرار تأثير فعالية البرنامج الإرشاديّ في تحسين الاستقرار الزوجيّ إلى الإصغاء والتركيز في تطبيق الجلسات الإرشادية بشكلٍ مباشرٍ في حياتهم اليومية، ثم إنَّ أداء المهامّ والتمارين المرتبطة بالواجبات المنزلية كان لها أثرٌ واضحٌ في استمرارية فعالية البرنامج الإرشاديّ؛ لتحسين عوامل الاستقرار الزوجيّ لدى المعلمات المتزوجات حديثاً.

التوصيات:

- بناءً على ما سبق من النتائج التي توصلت إليها الدراسة؛ توصي الباحثة بما يأتي:
١. بناء برامج إرشادية زوجية للمتزوجين والمقبلين على الزواج، وتدريبهم على مهارات الاتصال والاستقرار الزوجي؛ لتعديل الأنماط الاتصالية السلبية.
 ٢. حث الأزواج على الانتباه لأنماطهم الاتصالية التي تؤثر على انخفاض مستوى التسامح الزوجي، مثل نمط الاتصال اللوام، واللامبالي الذي يجعل العلاقة أقل تسامحاً.
 ٣. الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في فهم المشكلات الزوجية الناتجة عن أنماط الاتصال غير التكيفية .
 ٤. تأكيد دور المرشدين في مجال خفض أنماط الاتصال السلبية التي تؤثر على الاستقرار الزوجي.
 ٥. نشر التوعية عن طريق عمل بروشورات ودورات تخص المتزوجين حديثاً تُبين كيفية إدارة الأزمات الزوجية، والحد من الخلافات الزوجية، ونشر ثقافة التسامح بين الأزواج.
 ٦. الاستفادة من استبانات الدراسة (أنماط الاتصال الزوجي، التسامح الزوجي، الاستقرار الزوجي)؛ في دراسات أخرى تخص المقبلين على الزواج والمتزوجين حديثاً.

قائمة المصادر والمراجع:

أولاً: المراجع باللغة العربية:

أحمد، حسين (2019). فعالية برنامج انتقائي تكاملي في تعزيز قيم التسامح لتحسين التوجه نحو الحياة لدى عينة من الشباب الجامعي السوري، جامعة عين شمس، المؤتمر الدولي السنوي الثالث لقطاع الدراسات العليا والبحوث، (2)، 910 - 933.

أحمد، راندا (2016). علاقة المتغيرات بتعزيز التوافق الزوجي، دراسة لبناء برنامج إرشادي زواجي للمتزوجات حديثاً، مجلة الخدمة الاجتماعية، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين، مصر، (55)، 94 - 57.

أدler، ألفرد (1996). سيكولوجيتك في الحياة: كيف تحياها، ترجمة: عبد العلي الجسماني، ط1، الدار العربية للعلوم: بيروت.

أبو أسعد، أحمد (2011). فاعلية برنامج إرشادي جمعي يستند إلى العلاج الجشتطالي في تحسين مهارات التواصل الزوجي عند الأزواج من الرجال. المجلة التربوية، جامعة الكويت، (100)5، 79 - 116.

أبو أسعد، أحمد (2014). الإرشاد الزوجي والأسري، ط1، دار الشروق: عمان.

أبو أسعد، احمد (2015). سيكولوجية العلاقات الأسرية، ط1، دار المسير: عمان.

أبو أسعد، أحمد والخاتنة، سامي (2014). سيكولوجية المشكلات الأسرية، ط2، دار المسيرة للنشر والتوزيع: عمان.

أبو طير، ماجدة (2016)، تشرين الأول 13). جريدة الدستور، التعليم مهنة تجذب المرأة أكثر من الرجل، تم الاسترجاع من الرابط:

<https://www.addustour.com/articles/12525>

أبو عيطه، سهام وعيسى، مراد (2017). النظرية والتطبيق في الإرشاد الجمعي، ط1، دار الفكر: عمان.

- أبو ليلى، محمود فراج (2001). الزواج وبناء الأسرة، مطبعة العراب، ط2.
- الإش، ألفت (2005). دور الأسرة السعودية في تهيئة البيئة المنزلية لرعاية أبنائها ذوي صعوبات التعلم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الاقتصادية والتربية الفنية، جامعة الملك عبد العزيز.
- أنور، عبد الصادق (2010). دور التسامح والتفائل في التنبؤ بنوعية الحياة لدى عينة من الطلاب الجامعيين في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، مجلة دراسات عربية في علم النفس، 3(9)، 491 - 571.
- أنور، عبير محمد (2015). التسامح النظرية والبحث، سيكار (مترجم القاهرة) المحرر: المركز القومي للترجمة.
- بادي، الإمام (2018). التعامل مع الزوجين في الشريعة الإسلامية: دراسة تحليلية وتطبيقية على مجتمع ولاية خرطوم، مجلة العلوم والبحوث الإسلامية، 1(9)، 1 - 17.
- بالجان، مقداد (2007). الحياة المتسامحة والتعايش السلمي، دار عالم الكتب: الرياض.
- بتروفيسكي، باروشوفسكي (1996). معجم علم النفس المعاصر ترجمة: عبدالسلام رضوان، حمدي عبد الجواد، دار العالم الجديد: القاهرة.
- بدر، أمل (2019). فاعلية برنامج تدريبي إرشادي جماعي في تحسين مهارات الاتصال الزوجي لدى الزوجات، المجلة التربوية، جامعة سوهاج، (2)، 111 - 1530 .
- البريكي، حسن (2016). التوافق الزوجي وأثره على استقرار الأسرة، مجلة كلية الشريعة والدراسات الإسلامية، جامعة قطر، 2(33)، 271 - 312.
- بشير، سامية (2015). فاعلية برنامج إرشادي قائم على تنمية مفهوم الذات في تحسين الاتصال بين الزوجين، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، (64)، 307 - 344.

بلعباس، ناديه (2016). أنماط الاتصال وعلاقتها بجودة الحياة الزوجية، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران.

بلمهيوب، كلثوم (2010). الاستقرار الزوجي (دراسة في سيكولوجية الزواج)، إصدار شبكة العلوم النفسية والعربية.

البلوي، خولة سعد (2019). فاعلية برنامج إرشادي لتطوير التواصل الزوجي في الأسرة السعودية، مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة البحرين، 4(20)، 507 - 538.

بني سلامة، محمد طه، وجرادات (2016). فاعلية نموذج فرجينيا ساتير في تحسين أنماط الاتصال الزوجي لدى الزوجات، مجلة العلوم التربوية، 43(4)، 1102 - 1055.

البواليز، نور (2020). فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نظرية ساتير في خفض أنماط التواصل المهددة للسعادة ورفع مستوى الرضا الزوجي لدى عينة من مراجعات مكاتب الإصلاح والتوفيق الأسري، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية العلوم التربوية، جامعة مؤتة، الأردن.

تحية محمد أحمد عبد العال، ومصطفى علي رمضان مظلوم (2013). الاستمتاع بالحياة في علاقتها ببعض المتغيرات الشخصية الإيجابية، دراسة في علم النفس الإيجابي، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، 2(93).

التركي، نازك عبد الصمد (2019). فاعلية برنامج إرشادي أسري قائم على فنيات الحوار للوقاية من الصمت الأسري في الأسرة الكويتية، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، 1(184)، 610 - 567.

التميمي، عماد والتميمي، إيمان (2014). تعزيز ثقافة الحوار وأثارها التربوية والاجتماعية، رؤية إسلامية، دراسات - علوم الشريعة والقانون، 1(41)، 81 - 64.

جان، نادية (2016). الرضا الزوجي وعلاقته بالاتصال العاطفي وعدد سنوات الزواج وعدد الأبناء والمرحلة العمرية للأبناء، المجلة الدولية التربوية المتخصصة، 5(9)، 1 - 23.

الجميل، عبدة (1995) المدخل إلى الممارسة المهنية في مجال الأسرة والطفولة، المكتب العلمي للنشر والتوزيع: الإسكندرية.

الجهني، محمد وأبو أسعد، أحمد (2019). أنماط الاتصال لدى آباء طلبة المرحلة المتوسطة في المملكة العربية السعودية وعلاقتها بالرضا الحياتي لديهم، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسيات التربوية والنفسية، 2(27)، 408 – 429.

الحبشي، وائل (2020). أثر دورات المقبلين على الزواج في رفع مستوى الاستقرار الأسري للاسر الناشئة، المجلة العربية للآداب والدراسات الإنسانية، (14)، 381 – 333.

الحربي، نايف الحريقي، نهال (2013). أزمة منتصف العمر وعلاقتها بالسعادة الزوجية لدى المعلمين والمعلمات، دراسات عربية في مجلة التربية وعلم النفس، السعودية، (45)، 181 – 130.

حقي، زينب وأبو سكينه، نادية (٢٠٠٩). العلاقات الأسرية بين النظرية والتطبيق، دار خوارزم العلمية للنشر والتوزيع: الرياض.

الهوراني، احمد (2018). التسامح وعلاقته بالسعادة الزوجية لدى المعلمين والمعلمات المتزوجين، المجلة المصرية للدراسات النفسية، 1(28)، 76 – 35.

الخالدي، عطا الله والعلمي، دلال (2009). الإرشاد الأسري الزوجي، دار صنعاء للنشر والتوزيع: عمان.

الخولي، حسام محمد (2005). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق الزوجي للأسرة حديثة التكوين، دراسة مقارنة من منظور الخدمة الاجتماعية، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، مصر، (34)، 193 – 168 .

الخولي، سناء (2011) الأسرة والحياة العائلية، دار المسيرة للنشر والتوزيع: الأردن.

دائرة قاضي القضاة (2020). التقرير الإحصائي السنوي، عمان، الأردن.

الراشدي، شذى (2016). التوافق الزوجي، مجلة الخدمة الاجتماعية، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين، مصر، (56)، 111 - 187.

أبو راوي، كريمة (2020). التواصل الأسري وانعكاسه على الاستقرار الأسري: دراسة ميدانية على عينة من أعضاء هيئة التدريس المتزوجين بكلية التربية جامعة الزاوية، مجلة رماح للبحوث والدراسات، (42)، 480 - 457.

رضا، كمال (2005). الأسرة ومشاكل الحياة العائلية، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية. الريحاني، سليمان والزريرقات، إبراهيم وطنوس، عادل (2010). إرشاد ذوي الحاجات الخاصة وأسرههم، ط1، دار الفكر: عمان، الأردن.

زغلول عبد الرحيم وآخرون (2016). مدخل إلى علم النفس، مدخل إلى علم النفس، دار الكتاب الجامعي: الإمارات العربية المتحدة.

زهران حامد (2002). التوجيه والإرشاد النفسي، عالم الكتاب: القاهرة. ساتير فرجينيا (2016). العلاج الأسري المشترك، ترجمة: أبو عيطة، سهام، دار الفكر: عمان، الأردن.

سليمان، خالد (2017) فعالية برنامج قائم على الإرشاد الأسري في التعرف على مقومات الاستقرار الزوجي لدى عينة من الشباب السعوديين المقبلين على الزواج، المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية، (5)، 67 - 142.

سليمان، سناء (2004). التوافق الزوجي واستقرار الأسرة، ط1، عالم الكتب: القاهرة. سميحة، توفيق (1996). مدخل إلى العلاقات الأسرية، مكتبة الانجلو المصرية: القاهرة. شاهين، جمال (2013). منظور تكامل ناقد للنماذج الحديثة للتعلم الاجتماعي الوجداني في

برامج إعداد المعلمين، مجلة التربية، جامعة الأزهر، 2(154)، 12 - 75.

شاهين، محمد ومخطوب، أمل (2015). أنماط المعاملة الزوجية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى النساء المتزوجات في قرى شمال غرب القدس، *مجلة جامعة الأزهر، سلسلة العلوم الإنسانية*، 1(15)، 213 - 233.

الزغول، ربيع (2019). فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى العلاج الخبراتي لساتير في تحسين تمايز الذات ومهارات الحياة الزوجية لدى عينة من الفتيات المقبلات على الزواج في محافظة عجلون، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة العلوم الإسلامية العالمية، كلية العلوم التربوية، الأردن.

الشرمان، نجاح (2007). الاتصال بين الزوجين وعلاقته بالتوافق الزوجي من وجهة نظر موظفي وموظفات جامعة اليرموك، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية جامعة اليرموك، اربد.

الشرفين، أحمد (2003). أثر أسلوب اختيار شريك الحياة ونوع الزواج في التوافق الزوجي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة اليرموك، اربد، الأردن.

شقير، زينب (2012). التسامح كمتنبئ للأمن النفسي لدى المتزوجين وغير المتزوجين من طلاب الدراسات العليا، *مجلة الدراسات العربية في التربية وعلم النفس*، رابطة التربويين العرب، 24(2)، 344 - 361.

الشهري، شهرة (2020). التواصل الزوجي وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من النساء في المجتمع السعودي في مرحلة منتصف العمر، *مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط*، 12(36)، 402 - 347.

الضامن، منذر (2003). الإرشاد النفسي فنياته ونظرياته، دار حنين للنشر والتوزيع: الكويت.

ضاهر، شيماء (2018). أساليب التواصل كمتنبئ بجودة الحياة لدى الأزواج، *مجلة البحث العلمي في الآداب، جامعة عين شمس*، 10(19)، 97 - 122.

عبدالله، اسماء(2015) طرق اختيار الزوج وتأثيرها على استقرار الحياة الأسرية: دراسة ميدانية اجتماعية في مدينة عمان، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الأردنية.

عبد الله، محمد (2013). العملية الإرشادية، ط1، الفكر للنشر والتوزيع: عمان، الأردن.

عبدالله، هشام وخوجة، خديجة (2014). الإرشاد النفسي الجماعي: الأسس - النظريات - البرامج - خوارزم العلمية: جدة، السعودية.

العدوان، فاطمة والنجار، أسماء (2016). الإرشاد الأسري، دار المسيرة للنشر والتوزيع: عمان.

أبو عرقوب، إبراهيم. (2012) الاتصال الإنساني ودوره في التفاعل الاجتماعي، دار المجدلاوي للنشر والتوزيع: عمان.

العزب، سهام والجوهري، سحر (2020). أثر بعض المتغيرات الأسرية على أنماط الاتصال الزوجي فترة كوفيد19: دراسة تطبيقية على بعض الأسر السعودية، المجلة العربية للآداب والدراسات الإنسانية، (١٤)، 107 - 142.

العزة، سعيد حسني (2000). الإرشاد الأسري ونظرياته وأساليبه العلاجية، دار الفكر: القاهرة. علاء الدين، جهاد (2010). نظريات وفنيات الإرشاد الأسري، الأهلية للنشر والتوزيع: عمان. علي، أنور (2012). التوجه نحو الحياة وعلاقته بالاستقرار الزوجي، مجلة الأستاذ، جامعة بغداد، (203)، 1267 - 1292.

علي، حنان (2020) النمذجة البنائية للعلاقات السببية بين التسامح والهناء النفسي والتوافق الزوجي لدى المتزوجين، مجلة كلية الآداب، جامعة الفيوم، 12(24)، 123 - 188 .

الغامدي، صالح (2016). فاعلية البرامج الوقائية والعلاجية المقدمة من الجمعيات الأسرية في تحسين التوافق الزوجي من وجهة نظر المستفيدين، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، (171)3، 73 - 134.

غيث، سعاد (2014). **الطلاق من منظور الإرشاد الزوجي والأسري**، المجلس الوطني لشؤون الأسرة: عمان، الأردن.

غيث، سعاد والمشاركة، أماني (2015). **اثر برنامج إرشادي جمعي مستند إلى نظرية ساتير في تحسين نوعية الحياة الزوجية لدى عينة من الزوجات اللواتي يعانين من انخفاض الرضا الزوجي**، *المجلة الأردنية للعلوم الاجتماعية*، 2(8)، 261 - 282.

فريتخ، رائدة (2018). **الاستقرار الزوجي وعلاقته بالتسامح وأنماط الاتصال استناداً لنموذج فرجينيا ساتير لدى الأزواج في محافظات شمال الضفة الغربية**، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.

الفيلكاوي، حليلة (2019). **التسامح والامتنان بين الزوجين وعلاقته بالشعور بالرفاهية النفسية للأسرة**، *مجلة العلوم التربوية*، الكويت، 1(27)، 1 - 48.

القاضي، أمل (2018). **إدارة الحوار بين الزوجين وعلاقته باتخاذ القرارات الأسرية، بحوث في التربية النوعية**، جامعة القاهرة، (32)، 201 - 228.

القرني، الغالي (2004). **العلاج الأسري ومواجهة الخلافات الأسرية**، ط1، مكتبة الرشد: الرياض.

القضاة، إيناس نعيم (2016). **المهارات الزوجية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى المتزوجات حديثاً في مدينة عمان**، كلية العلوم التربوية والنفسية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة عمان العربية، الأردن.

كرادشة، منير والمحروقية، رحمة والمديونية، شيخة (2017). **أنماط التنشئة الوالدية في الأسرة العربية وأثرها على شخصية الطفل: دراسة تحليلية في ضوء نتائج الدراسات السابقة**، *دراسات - العلوم الإنسانية والاجتماعية*، الجامعة الأردنية، 1(44)، 189 - 202.

الكفافي، علاء الدين (1999). **الإرشاد والعلاج النفسي والأسري المنظور النسق الاتصالي**، دار الفكر العربي: القاهرة.

الكندري، ياسين (1996). سيكولوجية الأسرة العربية مدخل إلى كيفية الزواج السعيد وسبل

تجنب الوقوع في الطلاق، ط1، دار حنين للنشر والتوزيع: الكويت.

كوري، جيرلاد (2012). النظرية والتطبيق في الإرشاد والعلاج النفسي، (ترجمة سامح

الخفش)، ط1، دار الفكر: عمان، الأردن.

المبيضين، آيات (2020). فعالية برنامج إرشادي مستند إلى العلاج الوجودي في تنمية

التسامح وخفض الفراغ الوجودي لدى النساء المتأخرات في الإنجاب، رسالة دكتوراه

غير منشورة، كلية التربية، جامعة مؤتة، الأردن.

محمد إبراهيم عيد (2000). التسامح وعلاقته بالجمالية لدى طلاب الجامعة، المؤتمر الدولي

السابع لمركز الإرشاد، كلية التربية، جامعة عين شمس.

محمد رشاد، عصام الدين (2013). نوعية الحياة وعلاقتها بكل من الامتنان والسعادة

والتسامح، دراسة نمائية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة طنطا،

مصر.

محمد، النصر (2011). التربية على التسامح في مواجهة ثقافة التعصب لدى أطفال جنوب

الصعيد في مصر، جمعية الثقافة من أجل التنمية، مصر، 11(45)، 20 - 67.

محمد، أمنة (2013). برنامج مقترح يستخدم استراتيجية المحاكمة العقمية في تنمية قيم التسامح

ومبادرات التعايش مع الآخر لدى الطلاب الدارسين لمادة علم النفس بالمرحلة الثانوية،

مجلة البحث العلمي في التربية، 2(57)، 70 - 90.

مرسي، صفاء (2008). الاختلالات الزوجية والأسباب والعواقب والوقاية والعلاج، دار ايتراك

للطباعة: القاهرة.

مؤمن، داليا (2004). العلاقة بين السعادة وكل من الأفكار اللاعقلانية وأحداث الحياة السارة

والضاغطة، المؤتمر السنوي الحادي عشر، لمركز الإرشاد النفسي بعنوان: الشباب من

أجل مستقبل أفضل"، (1)، 427 - 461.

المومني، والفريجات (2020). فاعلية برنامج إرشاد جمعي مستند إلى نظرية سائير في خفض الضغوط النفسية لدى عينة من اللاجئات السوريات المتزوجات، *مجلة الدراسات التربوية والنفسية*، جامعة السلطان قابوس، 3(14)، 437 - 463.

هدبيل، يمينة (2011). الضغط النفسي وعلاقته بالتوافق الزوجي، دراسة ميدانية على عينة من أساتذة التعليم العالي، *مجلة دراسات نفسية وتربوية*، جامعة قاصدي مرباح، الجزائر، (7)، 226 - 240.

أبو هوش، حسن (2017). التوافق الزوجي ودوره في الحفاظ على التماسك الاجتماعي في المجتمع الأردني - لواء القويسمة أنموذجاً - رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة مؤتة، الأردن.

ثانياً: المراجع باللغة الإنجليزية

- Akça Koca, D. (2017). Spirituality-based analysis of satire family therapy. *Spiritual Psychology and Counseling*, 2(2), 121-142.
- Anderson, J (2014). The impact of family structure on the health of children: Effects of divorce. *The Linacre Quarterly*, 81(4), 378-387.
- Arias, V. & Punyanunt-Carter, N. (2017). Family, culture, and communication. *Oxford Research Encyclopedia of Communication*, 013.504, 1-22.
- Barbee, K. (2008): Agreeableness Facets and Forgiveness of Others. Unpublished Doctoral Dissertation. Faculty of the School of Psychology & Counseling. Regent University..
- Birditt, K. (2009). Tensions in the parent and adult child relationship: links to solidarity and ambivalence. *Psychology & Aging*, 24(2), 287–295.
- Brubacher , L. (2014). Integrating emotion - focused therapy with the Satir model. *Journal of marital and Family Therapy*, 32(2), 1-15.
- Carlock, j. (2013). A “wheel of resources” for emergency first responder. *Satire Journal Counseling & Family Therapy*, 1, 1-9.
- Carlson, M., Oed, M. & Bermudez, J. (2017). Satir’s communication stances and pursue–withdraw cycles: an enhanced emotionally focused therapy framework of couple interaction. *Journal of Couples & Relationship Therapy*, 16(3), 253-270.
- Carrà, E. (2017). Family Associations as Social Capital for Families and Society. *Socialinè Teorija, Empirija, Politika Ir Praktika*, 14, 20-35.
- Cherry, J. (2016). The communication patterns and experiences of children in single parent families. Unpublished Masters' Thesis, Western Hentucky University, USA.
- communication skills improve interaction with the claimant Psychological & skills communication. *Abstract*, 77-85.

- Corey, G (2012). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. (8th ed) Pacific Grove, CA:Books- Cole/ Wadworth.
- Cormier, sh., nurius, p.s., Osborn, c.j. (2008). *interviewing and change strategies for helpers: fundamental skills and cognitive behavioral interventions*. (6thedition). brooks Cole.
- Coutinh, A., Vilela, M., de Lima, M. & Silva, V. (2018). Social communication and functional independence of the elderly in a community assisted by the family health strategy. *Revisit Ceefax*, 20(3), 363-372.
- Crandell. A. (2008): *Lifetime Victimization among University Undergraduate Students: Associations Between Forgiveness. Physical Well Being Massachusetts Lowell*.
- Csillik, A. (2013). Understanding motivational interviewing effectiveness: contributions from Rogers' client-centered approach. *The Humanistic Psychologist*, 41(4), 350-363.
- Enright, R., & Coyle, C. (1998). Researching the Process Model of Forgiveness within Psychological Interventions, In Worthington E., (ed.), *Dimensions of Forgiveness Psychological Research and the Ecological Perspective*. (139-161).
- Eslamie, R., & Mazandrani, H. (2015). An investigation of Adlerian psychoanalytic feminism in a Doll's House. *Journal of Scientific Research and Development*, 2(1), 96-104.
- Fard, M. (2020). The relationship between family communication patterns and adjustment with resiliency in children. *Journal of Research & Health*, 10(4), 267-274.
- Fincham, F. D. & Beach, S. R. (2002). Forgiveness in marriage: for psychological aggression and constructive communication. **personal Relationship**, (9), 239 - 251.

- Ghorbanshiroudi, S., Khalatbari, J., Saleh, M., Bahari, S. & Keikhayfarzaneh, M. (2011). The relationship between emotional intelligence and life satisfaction and determining their communication skill test effectiveness. *Indian Journal of science & Technology*, 11(4), 1560-1570.
- Gorgey, D. (2001). Following the training of mothers on the- Gorgey, D. (2001). Following the training of mothers on the communication skills improve interaction with the claimant psychological& skills communication Abstract,77-85
- Gottman j (1999) the seven principles for Making Work, New York -
- Gottman, J. M.,. (1995). What predict divors; The relation ship between marital happiness and marital outcomes. Hillsdale, NJ; Erlbum .
- Gottman, J. M. & Levenson, R. W. (1988). The socail psychophysiology of marraige. In P. Noller & M. A. Fitzpatrick (Eds.), *Perspectives on Marital Interaction* (182-200).
- Haque, A. (2018). Conducting spiritually integrated family therapy with Muslim clients utilizing a culturally responsive paradigm. In Carrie York, A. K. (Eds.). *Islamically Integrated Psychotherapy* (pp. 103-126). West Conshohocken: Templeton Press.
- Haris, F. & Kumar, A. (2018). Marital satisfaction and communication skills among married couples. *Indian journal of social research*, 59(1),35-44.
- Holley, R., Haase, M. & Levenson, W. (2013). Age-related changes in demand-withdraw communication behaviors. *Journal of Marriage and Family*, 75, 822-836
- Ismail, N. & Tekke, M. (2015). Rediscovering Rogers's self-theory and personality. *Journal of Educational, Health & Community Psychology*, 4(3), 28-36.

- Jampolsky, G. (2011). *Forgiveness: The greatest healer of all*. Simon and Schuster.
- Kabir, S. (2017). Counseling approach. In *Essentials of Counseling*. (1st ed.). Banglabazar: Abosar Prokashana Sangstha.
- Kacharava, K. & Kemertelidze, N. (2016). Visual and verbal communications: similarities and differences. *European Scientific Journal*, 1, 103-108.
- Kalatbari, J., Ghorbanshiroudi, Sh. Azari, K.N, Bazleh. N, Safaryazdi. N, (2013). *The Relationship between Marital Satisfaction (Based on Religious Criteria) & Emotional Stability*. *Procedia- Social & Behavioral Sciences* (84). 869-873.
- Karahan, T. F. (2009). The effects of a couple communication program on passive conflict tendency among married couples. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 7(2), 845-858.
- Karney, B. R, Bradbury, T.N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability a review of theory method, and research, *Psychological Bulletin*, 118,(1),3-39.
- Kheirkhah, M. & Namani, E. (2016). Examining the relationship between communication patterns of source family and self-consciousness with defensive styles of discordant couples. *International Journal of Medical Research & Health Sciences*, 5(7), 127-133.
- Kim, H., Kohler, H. & Johnson-Motoyama, M. (2017). The psychological well-being of grandparents who provide supplementary grandchild care: A systematic review. *Journal of Family Studies*, 23, 118–141
- Kordbache, S. & Arefi, M. (2018). The role of family communication patterns and sexual quality in predicting attitudes toward marital infidelity in women in Isfahan. *Social Behavior Research & Health*, 2(1), 199-209.

- Kurder, L.A. (2005). Gender and marital satisfaction early in marriage a growth curve approach, *Journal of Marriage and Family*, 67, February, 688-694.
- Lavner, J., Karney, B. & Bradbury, T. (2016). Does couples' communication predict marital satisfaction, or does marital satisfaction predict communication? ***Journal of Marriage & Family***, 78(3), 680-694.
- Lawler Kathleen (2005) The unique effects of forgiveness
- Lloyd, M. (2018). Domestic violence and education: examining the impact of domestic violence on young children, children, and young people and the potential role of schools. *Frontiers in Psychology*, 9, 1-11.
- M., Vinsonneau, G., Neto, F., Girard, M., & Mullet, E. (2003). Forgiveness and Satisfaction with Life. *Journal of Happiness Studies*, 4, 323-335.
- Madahia, M., Samadzadeh, M., Javidi, N. (2013). The communication patterns & satisfaction in married students. *Procedia - Social & Behavioral Sciences*, 84, 1190 – 1193.
- McCullough, M. E., Pargament, K. I., & Thoresen, C. E. (Eds.) *Forgiveness: Theory, research, and practice*. Guilford Press (
- Moore, J. (2011). Behaviorism. *The Psychological Record*, 61(3), 449-463.
- Mousavim S, k. Manshaee, G, Yousefi, Z (2014). Investigation of the Multiple Relationship between Happiness and Forgiveness with Marital Satisfaction in Married Student of Najaf Abad University *Psychology and Social Behavior Research*, 2(2)53-57.
- Nergency, M. (2003). Teacher competence in this time and place. *Teacher Journal*, 2, (2), 92- 101.
- of path way, the university of Tennessee. ytk_edy r
- Okur, S. (2020). Satir transformational systemic therapy and spirituality. *Spiritual Psychology & Counseling*, 5(1), 45-64.

- Olson, D., Olson, A. (2000). Empowering couple, building on yours strengths. Life Innovations Inc., Minnesota.
- Orathinkal, J., & Vansteenwegen, A. (2006). The effect of Forgiveness on marital satisfaction in relation to marital stability. *Contemporary Family Therapy*, 20, 251-260.
- Parkins, R. (2012). Gender and emotional expressiveness: An analysis of prosodic features in emotional expression. *Pragmatics and Intercultural Communication*, 5(1), 4654.
- Piddocke, S. (2010). The self: Reflection on the nature and structure according to the satire model, *The satire Journal*, 4(1): 159 – 154.
- Pio, Y. (2001). From caterpillar to butterfly: An action research of education program based on the Satire model for women in Taiwan. Doctoral dissertation, University of New York, USA.
- Piyavhatkul, N., Arunpongpaisal, S., Patjanasontorn, N., Rongbuttsri, S., Maneeganondh, S. & Pimpanit, W. (2017). Effectiveness of family therapy based on the satire model in family of patients with schizophrenia. *J Med Assoc Thai*, 6(100), 670-678.
- Rainey, C. (2008): Are Individual Forgiveness Interventions for Adult More Effective than Group Interventions? A meta Analysis. Unpublished Doctoral Dissertation. Florida State University. College of Human Science.
- Reese, H. (2013). Influences of John B. Watson's behaviorism on child psychology. *Revisit Mexicana De Analisis De La Conducta*, 39(2), 48-80.
- Rice, J. K. (2005). Divorce couples, in Michele Harway, Chapter 23, *Handbook of Couples Therapy*, New York: John Wiley & Sons Inc
- Rogers, C. (1961). On Becoming a person: a therapist's view psychotherapy. California, Western behavioral sciences institutes, pp.108- 109.

- Romero-Abrio, A., Martínez-Ferrer, B., Musitu-Ferrer, D., León-Moreno, C., Villarreal-González, M. & Callejas-Jerónimo, J. (2019). Family communication problems, psychosocial adjustment and cyber bullying. *International Journal of Environmental Research & Public Health*, 16, 1-13.
- Rueter, M. & Koerne, A. (2008). The effect of family communication patterns on adopted adolescent adjustment. *Journal of Marriage & Family*, 70(3), 715–727.
- Samek, D. & Rueter, M. (2012). Associations between family communication patterns, sibling closeness, and adoptive status. *J Marriage Fam*, 73(5), 1015–1031.
- Satire, V. (2009). Using the Satire's Family Tools to Reduce Burnout in Family Caregivers. **The Satire's Journal**, 3 (2), 720 - 730.
- Seegerstrom and Sephton, Jacobs, (2010) optimistic expect dances and cell mediated immunity the rule of positive affect psychological science 21 344/55.
- Sligman, (2002). positive prevention and positive therapy New York oxford university press Ahmed I'll call me to thousand 18 tolerance and its relation with Marshall happens happiness among married teachers.
- Sussman, M.B. Suzanne K. Steinmetz, S.k. Peterson, G.W (1999). handbook marriage and the family: newyork: plenum press.
- Tenenboim, T. (2009). Forgiveness In The Israelian- Palestinan Conflict,. Unpublished Doctoral Dissertation, Boston University, Graduate School of Arts and Science.
- Thompson, C, Snyder, Hoffman, Michael, Rasmussen, Sillings, Heinze, Neufeld, Roberts. & J, Roberts (2005).
- Urosoh, C., Ekot, U. C., & Inyang, E. S. (2010). Spousal communication styles and marital stability among civil servants in Akwa Ibom State. *JHER*, 13, 74-84.

- Vakili, V. Baseri, H. & Bazzaz, MM. (2014). Marital instability and its predictors in a representative sample of Mashhadi Citizens, Iran. *Journal of Medicine and Life*. Carol Davila- University Press.
- Wallace, H., Exline, J., & Baumeister, R. (2008). Interpersonal Consequences of forgiveness. Does Forgiveness deter or encourage repeat Offences? *Journal of Experimental Social Psychology*, 144 (5), 539-540.
- Wilke, S., Wilke, J. & Viglione, D. (2015). The corporate family model of leadership development. *The Psychologist-Manager Journal*, 18(2), 64-76.
- Worthington, Witviliet.; A, Miller & P, Pietrini.; (2007). health and - well Being, A review of evidence for emotional versus.
- Wretman, C. (2016). Saving satire: contemporary perspectives on the change process model. *Social Work*, 61(1), 61-68.
- Yakeley, J. (2018). Psychoanalysis in modern mental health practice. *The Lancet Psychiatry*, 5(5), 1-8.
- Yildirim, N. (2017). The updating in satire's family therapy model. *European Journal of Multidisciplinary Studies*, 2(5), 425-431.

ملاحق الدراسة



ملحق رقم (1)

أداة الدراسة بصورتها الأولية
خطاب تحكيم استبانة أنماط الاتصال الزوجي

جامعة العلوم الإسلامية العالمية
كلية الدراسات العليا
قسم الإرشاد والصحة النفسية

سعادة الأستاذ الدكتور/..... المحترم حفظه الله. الرتبة الأكاديمية /.....
الجامعة والتخصص /..... السلام عليكم ورحمة الله وبركاته؛ تحية طيبة وبعد ،،،

تقوم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان " فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً " في الأردن، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراه في الإرشاد النفسي والتربوي من جامعة العلوم الإسلامية العالمية. ولتحقيق أهداف الدراسة قامت الباحثة بتطوير استبانة: "أنماط الاتصال الزوجي"، ولما يُعرف عنكم من خبرة عملية وعلمية في مجال الإرشاد النفسي والتربوي والقياس والتقويم، فإنني أضع بين أيديكم "استبانة أنماط الاتصال الزوجي" والذي اعتمدته الباحثة في تطويره على اطلاعها على الأدب التربوي والدراسات ذات العلاقة وما تضمنتها من استبانات وأدوات.

مجالات الاستبانة وفقراته: تم كتابة فقرات الاستبانة بصورتها الأولية، حيث يتكون الاستبانة من (35) فقرة، موزعة على أربعة مجالات، المجال الأول: النمط الاتصالي المسترضي: وتمثله الفقرات من (1-15)؛ المجال الثاني: النمط الاتصالي اللوأم: وتمثله الفقرات من (16-23)؛ المجال الثالث: النمط الاتصالي العقلاني المتطرف: وتمثله الفقرات من (24-27)؛ المجال الرابع: النمط الاتصالي اللامبالي أو المتشئت: وتمثله الفقرات من (28-35).

تدرج الاستبانة: ستعتمد الباحثة تدرج ليكرت الخماسي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً)، وسيتم تصحيح الاستبانة من خلال إعطاء التدرج السابق التقييم التالي: (1-2-3-4-5) حيث جاءت صياغة الفقرات جميعها إيجابية ومع اتجاه السمة المراد قياسها. راجياً منكم التفضل بأبداء الرأي في درجة ملائمة كل فقرة للبعد الذي وضعت فيه، وسلامة صياغتها اللغوية، وإجراء أي تعديلات ترونها مناسبة، والتي من المؤكد أنها ستسهم بإخراج الاستبانة بصورة جيدة وملائمة لأهداف الدراسة.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتقدير

الباحثة: فداء مفلح الزيدانين

معدل	انتماء الفقرة للمجال		وضوح الصياغة		مناسبة الفقرة		الفقرات	رقم
	غير منتمية	منتمية	غير واضحة	واضحة	غير مناسبة	مناسبة الفقرة		
							المجال الأول: النمط الاتصالي المسترضي: هو الشخص الذي اسلوبه الاتصالي قائم على طلب رضا الاخرين، وعدم اغصابهم، وطاعتهم ولو على حساب ذاته، وهو موافق باستمرار، ويميل للاعتذار، وينكر وجود الصراعات، ويبدو لطيفاً بشكل عام.	
							أسعى إلى أن يكون زوجي راضٍ عني أثناء التّواصل معه.	1
							أبذل جهداً كبيراً كي لا يغضب مني زوجي أثناء التّواصل معه.	2
							من الصعب أن ارفض أيّ طلب يطلبه مني زوجي.	3
							لا ابدي أي رأي أثناء الحوار مع زوجي.	4
							انصت إلى زوجي ولو اختلفت معه في الرأي.	5
							اتجنب الامور الجدلية في الحديث مع زوجي.	6
							أثناء التّواصل مع زوجي أتقبل انتقاداته لي برحابة صدر.	7
							أسعى إلى طلب المديح والاستحسان من زوجي أثناء التّواصل معه.	8
							أميل إلى مخاطبة زوجي بصوت منخفض حتى لا يتسبب ذلك في غضبه.	9
							اتقبل افكار زوجي خوفاً من غضبه.	10
							اعتقد ان زوجي دائماً على حق.	11
							احمل نفسي المسؤولية عندما يحدث خلاف بيننا.	12

							13	أفضل الانسحاب عند حدوث مشكلة مع زوجي.
							14	اظهر الانتباه والاهتمام لكل ما يقوله زوجي دون نقاش.
							15	اكثر من الاعتذار من زوجي اثناء التواصل معه.
التعد يل	غير منتمية	منتمية	غير واضحة	واضحة	غير مناسبة	مناسبة الفقرة		المجال الثاني: النمط الاتصالي اللّوام: هو الشخص الذي يكثر من لوم الآخرين، ولا يتحمل المسؤولية في حل المشكلات والصراعات، ويتّصف بالسيطرة، وإصدار الاحكام، ويرى نفسه دائماً محقاً والآخرين على خطأ وينكر دوره في حدوث المشكلات.
							16	أميل إلى انتقاد زوجي عند التواصل معه.
							17	أميل إلى إصدار التعليمات أو الاوامر عند التواصل مع زوجي.
							18	عندما اتواصل مع زوجي يكون صوتي مرتفعاً وحاداً.
							19	اقاطع زوجي أثناء الحديث معي.
							20	سريعاً ما يتحول الحديث إلى جدال وخلاف.
							21	ليس من المهم الاصغاء إلى حديث زوجي أثناء التواصل بيننا.
							22	أقوم باتخاذ القرار دون مناقشة زوجي به.
							23	أنتقد زوجي بعصبية.
التعد يل	غير منتمية	منتمية	غير واضحة	واضحة	غير مناسبة	مناسبة الفقرة		المجال الثالث: نمط الاتصال العقلاني المتطرف: يتصف صاحبه بالصلب والجمود في تفكيره، ولا يعبر عن إنفعالاته، ويستخدم أساليب عقلية ومنطقية في التواصل، ويستند إلى مرجعية أخلاقية عالية جداً ومنطرفة.
							24	أتواصل مع زوجي بعبارات قصيرة.

							25	أعتمد على المنطق عندما أتواصل مع زوجي.
							26	أنتقي الكلمات المناسبة عندما أناقش زوجي.
							27	أتواصل مع زوجي بعبارات مختصرة ومباشرة.
التعدا يا	غير منتمية	منتمية	غير واضحة	واضحة	غير مناسبة	مناسبة الفقرة		المجال الرابع: نمط الاتصالي اللامبالي أو المشتت: ينسم صاحبه بأنه غير حاضر إتصالياً، ويبدو وكأنه لا علاقة له بالموقف الاتصالي، ليتجنب المشاكل والصراعات بدلا من حلها، ويميل لتغيير النقاش عند الحوار، ويفتح الكثير من الموضوعات الجانبية.
							28	عندما اتواصل مع زوجي أخرج عن موضوع الحديث وأفتح مواضيع جانبية.
							29	عندما أتواصل مع زوجي أشعر انني فاقدة للتركيز.
							30	عندما أتواصل مع زوجي أتحدث بعبارات ليست ذات علاقة بموضوع الحديث.
							31	أظهار بالاستماع إلى حديث زوجي.
							32	أظهار بأنني مشغولة عندما يتحدث معي زوجي.
							33	الجا إلى الصمت عندما يتحدث معي زوجي.
							34	أفضل الانسحاب عند حدوث مشكلة مع زوجي.
							35	أتحدث بعبارات لا معنى لها عندما أتواصل مع زوجي.

ملحق (2)

استبانة أنماط الاتصال الزوجي بصورته النهائية

حضرة الزوجة المحترمة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته وبعد:

تقوم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان " فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً "، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراه في الإرشاد النفسي والتربوي من جامعة العلوم الإسلامية العالمية. وهذا يتطلب الاجابة على فقرات الاستبانة التالي، لذا تأمل الباحثة قراءة الفقرات قراءة جيدة والاجابة عليها بالشكل الذي تريه ممثلاً لك؛ وذلك بوضع إشارة (X) في المكان المخصص. وهذا الاستبانة سيعامل بسرية تامة وهو لأغراض البحث العلمي فقط، أمل أن تكون الإجابات صادقة وصريحة.

شاكراً لكنّ حسن تعاونكن.

الباحثة: فداء مفلح الزيدانين

أبداً	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً	الفقرات	رقم
المجال الأول: النمط الاتصالي المسترضي						
					أسعى إلى أن يكون زوجي راضياً عني أثناء التّواصل معه.	1
					أبدل كل ما بوسعي لكي لا يغضب مني زوجي أثناء التّواصل معه.	2
					أشعر بصعوبة رفض أيّ طلب يطلبه مني زوجي.	3
					لا أبدي أي رأي أثناء الحوار مع زوجي.	4
					أنصت إلى زوجي ولو اختلفت معه في الرأي.	5
					أتجنب الأمور الجدلية في الحديث مع زوجي.	6
					أثناء التّواصل مع زوجي أتقبل انتقاداته لي برحابة صدر.	7
					أسعى إلى طلب المديح والاستحسان من زوجي أثناء التّواصل معه.	8
					أميل إلى مخاطبة زوجي بصوت منخفض حتى لا يتسبب ذلك في غضبه.	9
					أتقبل أفكار زوجي كما هي خوفاً من غضبه.	10
					أعتقد ان زوجي غالباً على حق.	11
					أحمل نفسي المسؤولية عندما يحدث خلاف بيننا.	12
					أفضل الانسحاب عند حدوث أي مشكلة مع زوجي.	13
					أظهر الانتباه والاهتمام لكل ما يقوله زوجي دون نقاش.	14
					أكثر من الاعتذار من زوجي أثناء التّواصل معه.	15
المجال الثاني: النمط الاتصالي اللّوام						
					أميل إلى انتقاد زوجي عند التّواصل معه.	16
					أميل إلى إصدار التعليمات أو الاوامر حين التّواصل مع زوجي.	17
					عندما اتواصل مع زوجي يكون صوتي مرتفعاً وحاداً.	18
					أقاطع زوجي أثناء الحديث معه.	19
					سريعاً ما يتحول الحديث بيني وبين زوجي إلى جدال وخلاف.	20

					ليس مهمًا لي الإصغاء إلى حديث زوجي أثناء التواصل بيننا.	21
					أقوم بإتخاذ القرار دون مناقشة زوجي به.	22
					أنتقد زوجي بعصبية.	23
					يتجنب زوجي الحديث معي.	24
					يثير زوجي أعصابي باستمرار عند الحديث معه.	25
					لا نتواصل أنا وزوجي معًا بشكل جيد.	26
المجال الثالث: نمط الاتصال العقلاني المتطرف.						
					افهم زوجي دون أن يتحدث معي.	27
					أتواصل مع زوجي بعبارات قصيرة.	28
					أحاول أن أكون منطقية عندما أتواصل مع زوجي.	29
					أنتقي الكلمات المناسبة حينما أناقش زوجي.	30
					أتواصل مع زوجي بعبارات مختصرة ومباشرة.	31
					يفتقر حديثي مع زوجي للمرح والضحك.	32
					لا يوجد انسجام كبير بيني وبين زوجي.	33
					أشعر بأن حياتنا الزوجية جامدة.	34
					لا أحصل على الحب والود الذي أريده من زوجي.	35
					يتصف حديثي مع زوجي بالجدية.	36
المجال الرابع: نمط الاتصالي اللأمبالي أو المشتت.						
					عندما أتواصل مع زوجي أخرج عن موضوع الحديث وأفتح مواضيع جانبية معه.	37
					عندما أتواصل مع زوجي أشعر أنني فاقدة للتركيز.	38
					عندما أتواصل مع زوجي أتحدث بعبارات ليست ذات علاقة بموضوع الحديث.	39
					أظهار بالاستماع إلى حديث زوجي عند الحديث معي.	40
					أظهار بأنني مشغولة عندما يتحدث معي زوجي.	41

					الجا إلى الصمت عندما يتحدث معي زوجي.	42
					أفضل الانسحاب عند حدوث مشكلة ما مع زوجي.	43
					أتحدث بعبارات لا معنى لها عندما أتواصل مع زوجي.	44
					أفضل القيام بالأعمال دون مشاركة زوجي.	45
					عندما أتواصل مع زوجي اتحدث بعبارات لا معنى لها.	46

ملحق (3)

قائمة بأسماء محكمين استبانات الدراسة أنماط الاتصال الزوجي والتسامح
والاستقرار الزوجي

الرقم	الاسم	التخصص	الرتبة الأكاديمية	الجامعة
١	أ.د. ابراهيم معالي	إرشاد نفسي وتربوي	أستاذ	العلوم الإسلامية
٢	أ.د. احمد الزغاليل	إرشاد نفسي وتربوي	أستاذ	مؤته
٣	أ.د. أحمد عياصرة	مناهج وطرق تدريس	أستاذ	العلوم الإسلامية
٤	أ.د. صاحب الجنابي	إرشاد نفسي وتربوي	أستاذ	العلوم الإسلامية
٥	د. ثائر غباري	إرشاد نفسي وتربوي	أستاذ مشارك	الهاشمية
٦	د. جلال كايد أبو ضمرة	إرشاد نفسي وتربوي	أستاذ مشارك	الجامعة الهاشمية
٧	د. عدي المصاروة	إرشاد نفسي وتربوي	أستاذ مساعد	العلوم الإسلامية
٨	د. عمر شواشرة	إرشاد نفسي وتربوي	أستاذ مشارك	اليرموك
٩	د. لما القيسي	إرشاد نفسي وتربوي	أستاذ مشارك	جامعة الطفيلة التقنية
١٠	د. لمياء الهواري	إرشاد نفسي وتربوي	أستاذ مشارك	مؤته
١١	د. محمد الخوالدة	إرشاد نفسي وتربوي	أستاذ مساعد	العلوم الإسلامية
١٢	د. عرين غزبوات	إرشاد نفسي وتربوي	أستاذ مساعد	العلوم الإسلامية العالمية

ملحق (4)

تعديل فقرات أنماط الاتصال الزوجي بناء على آراء المحكمين

رقم الفقرة	الفقرات	التعديل
١	أسعى إلى أن يكون زوجي راضٍ عني أثناء التّواصل معه.	أسعى إلى أن يكون زوجي راضيًا عني أثناء التّواصل معه.
٢	أبذل جهداً كبيراً كي لا يغضب مني زوجي أثناء التّواصل معه.	أبذل كل ما بوسعي لكي لا يغضب مني زوجي أثناء التّواصل معه.
٣	من الصعب أن ارفض أيّ طلب يطلبه مني زوجي.	أشعر بصعوبة رفض أيّ طلب يطلبه مني زوجي.
١٠	أتقبل افكار زوجي خوفاً من غضبه.	أتقبل افكار زوجي كما هي خوفاً من غضبه.
١١	اعتقد ان زوجي دائماً على حق.	أعتقد ان زوجي غالباً على حق.
١٣	أفضل الانسحاب عند حدوث مشكلة مع زوجي.	أفضل الانسحاب عند حدوث أي مشكلة مع زوجي.
١٧	أميل إلى إصدار التعليمات أو الاوامر عند التّواصل مع زوجي.	أميل إلى إصدار التعليمات أو الاوامر حين التّواصل مع زوجي.
٢٠	سريعاً ما يتحول الحديث إلى جدال وخلاف.	سريعاً ما يتحول الحديث بيني وبين زوجي إلى جدال وخلاف.
٢١	ليس من المهم الاصغاء إلى حديث زوجي أثناء التّواصل بيننا.	ليس مهماً لي الإصغاء إلى حديث زوجي أثناء التّواصل بيننا.
٢٩	أعتمد على المنطق عندما أتواصل مع زوجي.	أحاول أن أكون منطقيّة عندما أتواصل مع زوجي.
٣٠	أنتقي الكلمات المناسبة عندما أناقش زوجي.	أنتقي الكلمات المناسبة حينما أناقش زوجي.

ملحق (5)

إضافة فقرات لاستبانة أنماط الاتصال الزوجي بناء على آراء المحكمين

رقم الفقرة	الفقرات التي تم اضافتها
٢٤	يتجنب زوجي الحديث معي.
٢٥	يثير زوجي أعصابي باستمرار عند الحديث معه.
٢٦	لا نتواصل أنا وزوجي معاً بشكل جيد.
٢٧	افهم زوجي دون أن يتحدث معي.
٣٢	يفتقر حديثي مع زوجي للمرح والضحك.
٣٣	لا يوجد انسجام كبير بيني وبين زوجي.
٣٤	أشعر بأن حياتنا الزوجية جامدة.
٣٥	لا أحصل على الحب والود الذي أريده من زوجي.
٣٦	يتصف حديثي مع زوجي بالجدية.
٤٥	أفضل القيام بالأعمال دون مشاركة زوجي.
٤٦	عندما أتواصل مع زوجي اتحدث بعبارات لا معنى لها.

ملحق (6) اتفاق المحكمين على فقرات استبانة أنماط الاتصال الزوجي

رقم الفقرة	الفقرات
٤	لا أبدي أي رأي أثناء الحوار مع زوجي.
٥	أنصت إلى زوجي ولو اختلفت معه في الرأي.
٦	اتجنب الأمور الجدلية في الحديث مع زوجي.
٧	أثناء التواصل مع زوجي أتقبل انتقاداته لي برحابة صدر.
٨	أسعى إلى طلب المديح والاستحسان من زوجي أثناء التواصل معه.
٩	أميل إلى مخاطبة زوجي بصوت منخفض حتى لا يتسبب ذلك في غضبه.
١٢	أحمل نفسي المسؤولية عندما يحدث خلاف بيننا.
١٤	أظهر الانتباه والاهتمام لكل ما يقوله زوجي دون نقاش.
١٥	أكثر من الاعتذار من زوجي أثناء التواصل معه.
١٦	أميل إلى انتقاد زوجي عند التواصل معه.
١٨	عندما أتواصل مع زوجي يكون صوتي مرتفعاً وحاداً.
١٩	أقاطع زوجي أثناء الحديث معه.
٢٢	أقوم باتخاذ القرار دون مناقشة زوجي به.
٢٣	أنتقد زوجي بعصبية.
٢٨	أتواصل مع زوجي بعبارات قصيرة.
٣١	أتواصل مع زوجي بعبارات مختصرة ومباشرة.
٣٧	عندما أتواصل مع زوجي أخرج عن موضوع الحديث وأفتح مواضيع جانبية.
٣٨	عندما أتواصل مع زوجي أشعر انني فاقدة للتركيز.
٣٩	عندما أتواصل مع زوجي أتحدث بعبارات ليست ذات علاقة بموضوع الحديث.
٤٠	أظهار بالاستماع إلى حديث زوجي عند الحديث معي.
٤١	أظهار بأنني مشغولة عندما يتحدث معي زوجي.
٤٢	الجبأ إلى الصمت عندما يتحدث معي زوجي.
٤٣	أفضل الانسحاب عند حدوث مشكلة ما مع زوجي.
٤٤	أتحدث بعبارات لا معنى لها عندما أتواصل مع زوجي.

ملحق (7) الفقرات الايجابية في استبانة أنماط الاتصال الزوجي

أبداً	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً	الفقرات	ترتيب
المجال الأول: النمط الاتصالي المسترضي						
1	2	3	4	5	أسعى إلى أن يكون زوجي راضياً عني أثناء التواصل معه.	1
1	2	3	4	5	أبدل كل ما بوسعي لكي لا يغضب مني زوجي أثناء التواصل معه.	2
1	2	3	4	5	أشعر بصعوبة رفض أي طلب يطلبه مني زوجي.	3
1	2	3	4	5	لا أبدي أي رأي أثناء الحوار مع زوجي.	4
1	2	3	4	5	أنصت إلى زوجي ولو اختلفت معه في الرأي.	5
1	2	3	4	5	أتجنب الأمور الجدلية في الحديث مع زوجي.	6
1	2	3	4	5	أثناء التواصل مع زوجي أتقبل انتقاداته لي برحابة صدر.	7
1	2	3	4	5	أسعى إلى طلب المديح والاستحسان من زوجي أثناء التواصل معه.	8
1	2	3	4	5	أميل إلى مخاطبة زوجي بصوت منخفض حتى لا يتسبب ذلك في غضبه.	9
1	2	3	4	5	أتقبل أفكار زوجي كما هي خوفاً من غضبه.	10
1	2	3	4	5	أعتقد ان زوجي غالباً على حق.	11
1	2	3	4	5	أحمل نفسي المسؤولية عندما يحدث خلاف بيننا.	12
1	2	3	4	5	أفضل الانسحاب عند حدوث أي مشكلة مع زوجي.	13
1	2	3	4	5	أظهر الانتباه والاهتمام لكل ما يقوله زوجي دون نقاش.	14
1	2	3	4	5	أكثر من الاعتذار من زوجي أثناء التواصل معه.	15
المجال الثاني: النمط الاتصالي اللوأم						
1	2	3	4	5	أميل إلى انتقاد زوجي عند التواصل معه.	16
1	2	3	4	5	أميل إلى إصدار التعليمات أو الأوامر حين التواصل مع زوجي.	17

1	2	3	4	5	عندما اتواصل مع زوجي يكون صوتي مرتفعاً وحاداً.	18
1	2	3	4	5	أقاطع زوجي أثناء الحديث معه.	19
1	2	3	4	5	سريعاً ما يتحول الحديث بيني وبين زوجي إلى جدال وخلاف.	20
1	2	3	4	5	ليس مهماً لي الإصغاء إلى حديث زوجي أثناء التواصل بيننا.	21
1	2	3	4	5	أقوم باتخاذ القرار دون مناقشة زوجي به.	22
1	2	3	4	5	أنتقد زوجي بعصبية.	23
1	2	3	4	5	يتجنب زوجي الحديث معي.	24
1	2	3	4	5	يثير زوجي أعصابي باستمرار عند الحديث معه.	25
1	2	3	4	5	لا نتواصل أنا وزوجي معاً بشكل جيد.	26
المجال الثالث: نمط الاتصال العقلاني المتطرف.						
1	2	3	4	5	افهم زوجي دون أن يتحدث معي.	27
1	2	3	4	5	أتواصل مع زوجي بعبارات قصيرة.	28
1	2	3	4	5	أحاول أن أكون منطقية عندما أتواصل مع زوجي.	29
1	2	3	4	5	أنتقي الكلمات المناسبة حينما أناقش زوجي.	30
1	2	3	4	5	أتواصل مع زوجي بعبارات مختصرة ومباشرة.	31
1	2	3	4	5	يفتقر حديثي مع زوجي للمرح والضحك.	32
1	2	3	4	5	لا يوجد انسجام كبير بيني وبين زوجي.	33
1	2	3	4	5	أشعر بأن حياتنا الزوجية جامدة.	34
1	2	3	4	5	لا أحصل على الحب والود الذي أريده من زوجي.	35
1	2	3	4	5	يتصف حديثي مع زوجي بالجدية.	36
المجال الرابع: نمط الاتصالي اللامبالي أو المشتت.						

1	2	3	4	5	عندما أتواصل مع زوجي أخرج عن موضوع الحديث وأفتح مواضيع جانبية معه.	37
1	2	3	4	5	عندما أتواصل مع زوجي أشعر انني فاقدة للتركيز.	38
1	2	3	4	5	عندما أتواصل مع زوجي أتحدث بعبارات ليست ذات علاقة بموضوع الحديث.	39
1	2	3	4	5	أتظاهر بالاستماع إلى حديث زوجي عند الحديث معي.	40
1	2	3	4	5	أتظاهر بأنني مشغولة عندما يتحدث معي زوجي.	41
1	2	3	4	5	الجا إلى الصمت عندما يتحدث معي زوجي.	42
1	2	3	4	5	أفضل الانسحاب عند حدوث مشكلة ما مع زوجي.	43
1	2	3	4	5	أتحدث بعبارات لا معنى لها عندما أتواصل مع زوجي.	44
1	2	3	4	5	أفضل القيام بالأعمال دون مشاركة زوجي.	45
1	2	3	4	5	عندما أتواصل مع زوجي اتحدث بعبارات لا معنى لها.	46



ملحق رقم (8)
أداة الدراسة بصورتها الأولية
خطاب تحكيم استبانة التسامح الزوجي

جامعة العلوم الإسلامية العالمية
كلية الدراسات العليا
قسم الإرشاد والصحة النفسية

سعادة الأستاذ الدكتور/..... المحترم حفظه الله. الرتبة الأكاديمية /.....
الجامعة والتخصص /..... السلام عليكم ورحمة الله وبركاته؛ تحية طيبة وبعد ،،،

تقوم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان " فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً " في الأردن، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراه في الإرشاد النفسي والتربوي من جامعة العلوم الإسلامية العالمية. ولتحقيق أهداف الدراسة قامت الباحثة بإعداد استبانة: "التسامح الزوجي"، ولما يُعرف عنكم من خبرة عملية وعلمية في مجال الإرشاد النفسي والتربوي والقياس والتقويم، فإنني أضع بين أيديكم "استبانة التسامح الزوجي" والذي اعتمدته الباحثة في تطويره على اطلاعها على الأدب التربوي والدراسات ذات العلاقة وما تضمنتها من استبانات وأدوات.

أبعاد الاستبانة وفقراته: تم كتابة فقرات الاستبانة بصورتها الأولية حيث يتكون الاستبانة من (٢٦) فقرة، موزعة على ثلاثة أبعاد، البُعد الأول: التسامح مع الذات: وتمثله الفقرات من (6-1)؛ البُعد الثاني: التسامح مع الآخرين: وتمثله الفقرات من (22-7)؛ البُعد الثالث: التسامح مع المواقف: وتمثله الفقرات من (26-23).

تدريج الاستبانة: ستعتمد الباحثة تدرج ليكرت الخماسي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً)، وسيتم تصحيح الاستبانة من خلال إعطاء التدرج السابق التقييم التالي: (5-4-3-2-1) للفقرات الموجبة، وعكس التدرج للفقرات السالبة؛ ويتم تمييزها من خلال التضمين على رقم الفقرة وكالاتي:

الفقرات الإيجابية 6 الفقرات السلبية 20

راجياً منكم التفضل بأبداء الرأي في درجة ملائمة كل فقرة للبعد الذي وضعت فيه، وسلامة صياغتها اللغوية، وإجراء أي تعديلات ترونها مناسبة، والتي من المؤكد أنها ستسهم بإخراج الاستبانة بصورة جيدة وملائمة لأهداف الدراسة.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتقدير

الباحثة: فداء مفلح الزيدانين

التعديل	انتماء الفقرة للمجال		وضوح الصياغة		مناسبة الفقرة		الفقرات	رقم
	غير منتمية	منتمية	غير واضحة	واضحة	غير مناسبة	مناسبة الفقرة		
							التسامح الزوجي: وهو مكون معرفي وجداني سلوكي نحو الذات والآخر والمواقف، متمثلاً بمجموعة من المعارف والمعتقدات والمبادئ والمشاعر والسلوكيات التي تدفع صاحبها للتصالح مع ذاته، والآخرين وتجعله متصفاً بالعمو اثناء تواصله مع شريك حياته.	
البعد الاول: التسامح مع الذات								
							عندما أخطى أشعر بالضيق لكن مع مرور الوقت أكون اقل حدة مع نفسي.	1
							ألوم نفسي عندما انتشاجر مع زوجي.	2
							عندما أخطى يصعب عليّ تقبل ذاتي.	3
							أنتقد ذاتي بسبب الاشياء السلبية التي فكرت بها أو فعلتها.	4
							أقبل ذاتي بالرغم من الاخطاء التي ارتكبتها.	5
							أتعلم من الاخطاء السابقة التي ارتكبتها وأقوم بتخطيها.	6
البعد الثاني: التسامح مع الاخرين								
							منذ أن تصرف معي زوجي بطريقة سيئة و أنا لا أرغب بالكلام معه.	7
							عندما يتصرف معي زوجي بطريقة سيئة أنزعج وأنتشاجر معه أكثر من قبل.	8
							لقد جعلت زوجي يشعر بالتدم على إساءته لي.	9
							أفضل التعامل مع زوجي بنفس الطريقة التي يعاملني بها.	10

							بسبب الإساءة التي تعرضت لها من زوجي أجد صعوبة بأن أستمر في حبه.	11
							بقيت على خلاف مع زوجي بسبب الإساءة.	12
							مهما يسيء لي زوجي فإنني أسامحه بشكل كامل.	13
							لقد سامحت زوجي مؤخراً رغم إساءته.	14
							أسامح زوجي مهما أساء إلي.	15
							عندما يسيء زوجي لي أتجاهله عقاباً له.	16
							عندما يسيء زوجي لي أخرج من المكان الذي يتواجد فيه عقاباً له.	17
							حاولت جاهدة خلق جو من الطمأنينة مع زوجي رغم ما تعرضت له من الإساءة.	18
							عندما آذاني زوجي وددت أن أراه يتألم ويعاني.	19
							عندما أخطأ زوجي بحقي أصبحت أؤمن أنه ليس إنسانياً.	20
							أتمنى أن يتألم زوجي بسبب ما سببه لي من ألم ومعاناة.	21
							أفكر في الانتقام من زوجي كل ما أساء لي.	22
البعد الثالث: التسامح مع المواقف								
							أفكر بأفكار سلبية عندما تسير الامور بشكل خاطئ لاسباب خارجة عن السيطرة.	23
							اتقبل الظروف السيئة في حياتي.	24
							من الصعب تقبل المواقف السيئة في حياتي.	25
							اتجاهل الافكار السلبية التي تتعلق بالظروف السيئة التي تقع خارج سيطرتي.	26

ملحق (9)

استبانة التسامح الزوجي بصورته النهائية

حضرة الزوجة المحترمة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته وبعد:

تقوم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان " فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً "، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراه في الإرشاد النفسي والتربوي من جامعة العلوم الإسلامية العالمية. وهذا يتطلب الاجابة على فقرات الاستبانة التالي، لذا تأمل الباحثة قراءة الفقرات قراءة جيدة والاجابة عليها بالشكل الذي تريه ممثلاً لك؛ وذلك بوضع إشارة (X) في المكان المخصص. وهذا الاستبانة سيعامل بسرية تامة وهو لأغراض البحث العلمي فقط، أمل أن تكون الإجابات صادقة وصریحة.

شاكراً لكنّ حسن تعاونكن.

الباحثة: فداء مفلح الزيدانين

أبداً	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً	الفقرات	ترتيب
البعد الاول: التسامح مع الذات						
					عندما أخطى، أشعر بالضيق وأكون اقل حدة مع نفسي مع مرور الوقت.	1
					ألوم نفسي عندما اتشاجر مع زوجي.	2
					عندما أخطى يصعب عليّ تقبل ذاتي.	3
					أنتقد ذاتي بسبب الاشياء السلبية التي فكرت بها أو فعلتها.	4
					أقبل ذاتي بالرغم من الاخطاء التي ارتكبتها.	5
					أتعلم من الاخطاء السابقة التي ارتكبتها وأقوم بتخطيها.	6
					أشعر بالرضا عن نفسي.	7
					أخجل من مظهري الشخصي امام زوجي.	8
					لا أَرْضى عن أشياء كثيرة في نفسي.	9
					أقبل النقد الموجه لي من قبل زوجي.	10
					أشعر بالتعاسة دائماً.	11
البعد الثاني: التسامح مع الاخرين						
					لا أرغب بالكلام مع زوجي عندما يتصرف بطريقة سيئة.	12
					عندما يتصرف زوجي معي بطريقة سيئة أنزعج وأتشاجر معه.	13
					جعلت زوجي يشعر بالندم على إساءته لي.	14
					أفضل التعامل مع زوجي بنفس الطريقة التي يعاملني بها.	15
					بسبب الإساءة التي تعرضت لها من زوجي، أجد صعوبة باستمرار حبي له.	16
					بقيت على خلاف مع زوجي بسبب إساءته لي.	17
					مهما يسئ زوجي لي فإنني أسامحه بشكل كامل.	18

					لقد سامحت زوجي مؤخراً رغم إساءته.	19
					أسامح زوجي مهما أساء إلي.	20
					عندما يسيئ زوجي لي أتجاهله عقاباً له.	21
					عندما يسيئ زوجي لي أخرج من المكان الذي يتواجد فيه عقاباً له.	22
					حاولت جاهدة خلق جو من الطمأنينة مع زوجي رغم ما تعرضت له من الإساءة.	23
					عندما أذاني زوجي وددت أن أراه يتألم ويعاني.	24
					عندما أخطأ زوجي بحقي أصبحت أؤمن أنه ليس إنسانياً.	25
					أتمنى أن يتألم زوجي بسبب ما سببه لي من ألم ومعاناة.	26
					أفكر في الانتقام من زوجي كل ما أساء لي.	27
البعد الثالث: التسامح مع المواقف						
					أفكر بطريقة سلبية عندما تسير الامور بشكل خاطئ لأسباب خارجة عن السيطرة.	28
					اتقبل الظروف السيئة في حياتي.	29
					من الصعب عليّ تقبل المواقف السيئة في حياتي.	30
					اتجاهل الافكار السلبية التي تتعلق بالظروف السيئة التي تقع خارج سيطرتي.	31
					أكره المواقف التي أشعر فيها بالإذلال أمام زوجي.	32
					أتعلم من المواقف التي تواجهني في حياتي.	33
					أشعر انني قادرة على اجتياز المواقف والظروف السيئة بكل قوة.	34
					أشعر باليأس والاحباط عند حدوث مواقف غير سارة لي.	35
					أميل إلى التفكير بالتسامح مع المواقف التي تواجهني.	36

ملحق (10)

تعديل فقرات استبانة التسامح الزوجي بناء على آراء المحكمين

رقم الفقرة	الفقرات	التعديل
1	عندما أخطى أشعر بالضيق لكن مع مرور الوقت أكون اقل حدة مع نفسي.	عندما أخطأ، أشعر بالضيق وأكون اقل حدة مع نفسي مع مرور الوقت.
12	منذ أن تصرفت معي زوجي بطريقة سيئة و أنا لا أرغب بالكلام معه.	لا أرغب بالكلام مع زوجي عندما يتصرف معي بطريقة سيئة.
13	عندما يتصرف معي زوجي بطريقة سيئة أنزعج وأتشاجر معه أكثر من قبل.	عندما يتصرف زوجي معي بطريقة سيئة أنزعج وأتشاجر معه.
14	لقد جعلت زوجي يشعر بالندم على إساءته لي.	جعلت زوجي يشعر بالندم على إساءته لي.
16	بسبب الإساءة التي تعرضت لها من زوجي أجد صعوبة بأن أستمر في حبه.	بسبب الإساءة التي تعرضت لها من زوجي، أجد صعوبة باستمرار حبي له.
17	بقيت على خلاف مع زوجي بسبب الإساءة.	بقيت على خلاف مع زوجي بسبب إساءته لي.
18	مهما يسيء لي زوجي فإنني أسامحه بشكل كامل.	مهما يسيء زوجي لي فإنني أسامحه بشكل كامل.
26	أتمنى أن يتألم زوجي بسبب ما سببه لي من ألم ومعاناة.	أرجو أن يتألم زوجي بسبب ما سببه لي من ألم ومعاناة.
27	أفكر في الانتقام من زوجي كل ما أساء لي.	أفكر في الانتقام من زوجي في كل مرة يسيء لي فيها.
28	أفكر بأفكار سلبية عندما تسير الامور بشكل خاطئ لاسباب خارجة عن السيطرة.	أفكر بطريقة سلبية عندما تسير الامور بشكل خاطئ لاسباب خارجة عن السيطرة.
30	من الصعب تقبل المواقف السيئة في حياتي.	من الصعب عليّ تقبل المواقف السيئة في حياتي.

ملحق (11)

إضافة فقرات لاستبانة التسامح الزوجي بناء على آراء المحكمين

رقم الفقرة	الفقرات التي تم اضافتها
7	أشعر بالرضا عن نفسي.
8	أخجل من مذهري الشخصي امام زوجي.
9	لا أرضى عن أشياء كثيرة في نفسي.
10	أقبل النقد الموجه لي من قبل زوجي.
11	أشعر بالتعاسة دائماً.
32	أكره المواقف التي أشعر فيها بالإذلال أمام زوجي.
33	أتعلم من المواقف التي تواجهني في حياتي.
34	أشعر انني قادرة على اجتياز المواقف والظروف السيئة بكل قوة.
35	أشعر باليأس والاحباط عند حدوث مواقف غير سارة لي.
36	أميل إلى التفكير بالتسامح مع المواقف التي تواجهني.

ملحق (12)

اتفاق المحكمين على فقرات استبانة التسامح الزوجي

رقم الفقرة	الفقرات
2	ألوم نفسي عندما اتشاجر مع زوجي.
3	عندما أخطى يصعب عليّ تقبل ذاتي.
4	أنتقد ذاتي بسبب الاشياء السلبية التي فكرت بها أو فعلتها.
5	أقبل ذاتي بالرغم من الاخطاء التي ارتكبتها.
6	أتعلم من الاخطاء السابقة التي ارتكبتها وأقوم بتخطيها.
15	أفضل التعامل مع زوجي بنفس الطريقة التي يعاملني بها.
19	لقد سامحت زوجي مؤخرًا رغم إساءته.
20	أسامح زوجي مهما أساء إليّ.
21	عندما يسيء زوجي لي أتجاهله عقابًا له.
22	عندما يسيء زوجي لي أخرج من المكان الذي يتواجد فيه عقابًا له.
23	حاولت جاهدة خلق جو من الطمأنينة مع زوجي رغم ما تعرضت له من الإساءة.
24	عندما أذاني زوجي وددت أن أراه يتألم ويعاني.
25	عندما أخطأ زوجي بحقي أصبحت أؤمن أنه ليس إنسانيًا.
29	أتقبل الظروف السيئة في حياتي.
31	أتجاهل الافكار السلبية التي تتعلق بالظروف السيئة التي تقع خارج سيطرتي.

ملحق (13) الفقرات الموجبة والسالبة في استبانة التسامح الزوجي

البعد الاول: التسامح مع الذات						
1	2	3	4	5	1	عندما أخطأ، أشعر بالضيق وأكون أقل حدة مع نفسي مع مرور الوقت.
5	4	3	2	1	2	ألوم نفسي عندما انتشاجر مع زوجي.
5	4	3	2	1	3	عندما أخطأ يصعب عليّ تقبل ذاتي.
5	4	3	2	1	4	أنتقد ذاتي بسبب الاشياء السلبية التي فكرت بها أو فعلتها.
1	2	3	4	5	5	أقبل ذاتي بالرغم من الاخطاء التي ارتكبتها.
1	2	3	4	5	6	أتعلم من الاخطاء السابقة التي ارتكبتها وأقوم بتخطيها.
1	2	3	4	5	7	أشعر بالرضا عن نفسي.
5	4	3	2	1	8	أخجل من مظهري الشخصي امام زوجي.
5	4	3	2	1	9	لا أرضى عن أشياء كثيرة في نفسي.
1	2	3	4	5	10	أقبل النقد الموجه لي من قبل زوجي.
5	4	3	2	1	11	أشعر بالتعاسة دائماً.
البعد الثاني: التسامح مع الاخرين						
5	4	3	2	1	12	لا أرغب بالكلام مع زوجي عندما يتصرف معي بطريقة سيئة.
5	4	3	2	1	13	عندما يتصرف زوجي معي بطريقة سيئة أنزعج وأنتشاجر معه.
5	4	3	2	1	14	جعلت زوجي يشعر بالندم على إساءته لي.
5	4	3	2	1	15	أفضل التعامل مع زوجي بنفس الطريقة التي يعاملني بها.
5	4	3	2	1	16	بسبب الإساءة التي تعرضت لها من زوجي، أجد صعوبة باستمرار حبي له.
5	4	3	2	1	17	بقيت على خلاف مع زوجي بسبب إساءته لي.
5	4	3	2	1	18	مهما يسيء زوجي لي فإنني أسامحه بشكل كامل.
1	2	3	4	5	19	لقد سامحت زوجي مؤخراً رغم إساءته.

5	4	3	2	1	أسمح زوجي مهما أساء إلي.	20
5	4	3	2	1	عندما يسئ زوجي لي أتجاهله عقابًا له.	21
5	4	3	2	1	عندما يسئ زوجي لي أخرج من المكان الذي يتواجد فيه عقابًا له.	22
1	2	3	4	5	حاولت جاهدة خلق جو من الطمأنينة مع زوجي رغم ما تعرضت له من الإساءة.	23
5	4	3	2	1	عندما آذاني زوجي وددت لو أراه يتألم ويعاني.	24
5	4	3	2	1	عندما أخطأ زوجي بحقي أصبحت أؤمن أنه ليس إنسانيًا.	25
5	4	3	2	1	أرجو أن يتألم زوجي بسبب ما سببه لي من ألم ومعاناة.	26
5	4	3	2	1	أفكر في الانتقام من زوجي في كل مرة يسئ لي فيها.	27
البعد الثالث: التسامح مع المواقف						
5	4	3	2	1	أفكر بطريقة سلبية عندما تسير الامور بشكل خاطئ لاسباب خارجة عن السيطرة.	28
1	2	3	4	5	اتقبل الظروف السيئة في حياتي.	29
5	4	3	2	1	من الصعب عليّ تقبل المواقف السيئة في حياتي.	30
1	2	3	4	5	اتجاهل الافكار السلبية التي تتعلق بالظروف السيئة التي تقع خارج سيطرتي.	31
1	2	3	4	5	أكره المواقف التي أشعر فيها بالإذلال أمام زوجي.	32
1	2	3	4	5	أتعلم من المواقف التي تواجهني في حياتي.	33
1	2	3	4	5	أشعر انني قادرة على اجتياز المواقف والظروف السيئة بكل قوة.	34
5	4	3	2	1	أشعر باليأس والاحباط عند حدوث مواقف غير سارة لي.	35
1	2	3	4	5	أميل إلى التفكير بالتسامح مع المواقف التي تواجهني.	36



ملحق رقم (14)

أداة الدراسة بصورتها الأولية
خطاب تحكيم استبانة الاستقرار الزوجي

جامعة العلوم الإسلامية العالمية
كلية الدراسات العليا
قسم الإرشاد والصحة النفسية

سعادة الأستاذ الدكتور/..... المحترم حفظه الله.

الرتبة الأكاديمية /.....الجامعة والتخصص /.....

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته؛ تحية طيبة وبعد،،،

تقوم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان " فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً " في الأردن، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراه في الإرشاد النفسي والتربوي من جامعة العلوم الإسلامية العالمية. ولتحقيق أهداف الدراسة قامت الباحثة بتطوير استبانة: "الاستقرار الزوجي"، ولما يُعرف عنكم من خبرة عملية وعلمية في مجال الإرشاد النفسي والتربوي والقياس والتقويم، فإنني أضع بين أيديكم "استبانة الاستقرار الزوجي" والذي اعتمدته الباحثة في تطويره على اطلاعها على الأدب التربوي والدراسات ذات العلاقة، وما تضمنتها من استبانات وأدوات.

ابعد الاستبانة وفقراته: تم كتابة فقرات الاستبانة بصورتها الأولية، حيث يتكون الاستبانة من (30) فقرة، موزعة على ثلاثة ابعاد، البُعد الاول: الاحترام والاتصال بين الزوجين: وتمثله الفقرات من (1-16)؛ البُعد الثاني: تدخل الاهل في شؤون الزوجين: وتمثله الفقرات من (17-21)؛ البُعد الثالث: وجود اضطرابات ورغبة في الانفصال والطلاق: وتمثله الفقرات من (22-30).

تدرج الاستبانة: ستعتمد الباحثة تدرج ليكرت الخماسي (دانماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً)، وسيتم تصحيح الاستبانة من خلال إعطاء التدرج السابق التقييم التالي: (1-2-3-4-5) للفقرات الموجبة، وعكس التدرج للفقرات السالبة؛ ويتم تمييزها من خلال التضمين على رقم الفقرة وكالاتي:

16

الفقرات السلبية

14

الفقرات الإيجابية

راجياً منكم التفضل بأبداء الرأي في درجة ملائمة كل فقرة للبُعد الذي وضعت فيه، وسلامة صياغتها اللغوية، وإجراء أي تعديلات ترونها مناسبة، والتي من المؤكد أنها ستسهم بإخراج الاستبانة بصورة جيدة وملائمة لأهداف الدراسة.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتقدير

الباحثة: فداء مفلح الزيدانين

رقم	الفقرات	مناسبة الفقرة	وضوح الصياغة	انتماء الفقرة للمجال	التعديل
	<p>الاستقرار الزوجي: يقصد باستقرار العلاقة الزوجية نجاحها وسلامتها من الاضطراب والتوتر الزوجي، مما يجعلها في منأى عن التعرض للتهديد والفشل، وما ينتج عنه من طلاق، فالاستقرار يتضمن التمسك بالعلاقة الزوجية لان كلا الطرفين يشعر بالتوافق والرضا والسعادة، اما العلاقة غير المستقرة والتي يشعر بها الطرفان أنهما غير متوافقين وغير راضيين عن علاقتهما ويكون هناك غياب واضح للالفة.</p>	مناسبة الفقرة	واضحة	غير واضحة	غير منتمية
البُعد الاول: الاحترام والاتصال بين الزوجين.					
1	يوجد محبة ومودة في حياتنا الزوجية.				
2	يوجد امان واستقرار في علاقتنا الزوجية.				
3	علاقتنا مبنية على التقدير والاحترام المتبادل بيننا.				
4	نتشارك معاً في اتخاذ القرارات.				
5	لا يوجد ثقة متبادلة بيننا.				
6	لا يحترم زوجي رأبي ولا يناقشني.				
7	يشعر كل منا بأهميته في حياة الآخر.				
8	علاقتنا مبنية على التسامح والمحبة.				
9	ندعم بعضنا في اوقات الضيق.				
10	ينتهي حديثي مع زوجي بالمشاجرات.				
11	نتشاجر انا وزوجي لاتفه الاسباب.				
12	يحب زوجي الخروج من البيت لساعات طويلة.				
13	نعترف بأخطائنا ونقبل الاعتذار.				

							تمتاز علاقتنا بالتعاون والتماسك.	14
							نعبر عن أفكارنا ومشاعرنا لبعضنا بكل حرية وصراحة.	15
							أنا وزوجي ناجحين بعلاقتنا الزوجية.	16
البُعد الثاني: تدخل الاهل في شؤون الزوجين								
							يسمح زوجي بتدخل أهله في علاقتنا الزوجية.	17
							يحترم كل منا أهل الآخر.	18
							لا نسمح بأي تدخل خارجي في حياتنا.	19
							يتأثر زوجي بما يقوله أهله مما يؤثر على علاقتنا الزوجية.	20
							قمت بالتحدث مع أفراد العائلة عن المشاكل التي تواجهنا انا وزوجي.	21
البعد الثالث: وجود اضطرابات ورغبة في الانفصال والطلاق.								
							ناقشت المشاكل المترتبة عن الانفصال مع زوجي.	22
							ناقشت الطلاق مع الآخرين.	23
							فكرت في الطلاق.	24
							وصلت الخلافات بيننا إلى حد الطلاق.	25
							اعتقد أن نهاية زواجنا هو الطلاق.	26
							أعتقد أن حياتنا ستكون أفضل إذا عشنا بعيد عن بعضنا.	27
							أصبحنا نبحث عن السعادة خارج بيتنا.	28
							الخيانة الزوجية سبب أساسي في عدم استقرار حياتنا الزوجية.	29
							علاقتنا الزوجية تمر باضطرابات صعب حلها.	30

ملحق (15)

استبانة الاستقرار الزواجي بصورته النهائية

حضرة الزوجة المحترمة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته وبعد:

تقوم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان " فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزواجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً "، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراه في الإرشاد النفسي والتربوي من جامعة العلوم الإسلامية العالمية. وهذا يتطلب الاجابة على فقرات الاستبانة التالي، لذا تأمل الباحثة قراءة الفقرات قراءة جيدة والاجابة عليها بالشكل الذي تريه ممثلاً لك؛ وذلك بوضع إشارة (X) في المكان المخصص. وهذا الاستبانة سيعامل بسرية تامة وهو لأغراض البحث العلمي فقط، أمل أن تكون الإجابات صادقة وصريحة.

شاكرًا لكنّ حسن تعاونكن.

الباحثة: فداء مفلح الزيدانين

أبداً	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً	الفقرات	رقم
البعد الاول: الاحترام والاتصال بين الزوجين.						
					اشعر بالمحبة والمودة في حياتنا الزوجية.	1
					التمس الامان والاستقرار في علاقتنا الزوجية.	2
					أرى أن علاقتنا مبنية على التقدير والاحترام المتبادل بيننا.	3
					نتشارك معاً في اتخاذ القرارات.	4
					اشعر بعدم الثقة المتبادلة في علاقتنا.	5
					لا يحترم زوجي رأبي ولا يناقشني.	6
					يشعر كل منا بأهميته في حياة الآخر.	7
					اعتقد أن علاقتنا مبنية على التسامح والمحبة.	8
					ندعم بعضنا في اوقات الضيق.	9
					عادة ما ينتهي حديثي مع زوجي بالمشاجرات.	10
					نتشاجر انا وزوجي لاتفه الاسباب.	11
					يحب زوجي الخروج من البيت لساعات طويلة.	12
					نعترف بأخطائنا ونقبل الاعتذار لبعضنا البعض.	13
					تمتاز علاقتنا بالتعاون والتماسك.	14
					نعبر عن أفكارنا ومشاعرنا لبعضنا بكل حرية وصراحة.	15
					علاقتنا الزوجية جيدة وناجحة.	16
البعد الثاني: تدخل الاهل في شؤون الزوجين						
					يسمح زوجي بتدخل أهله في علاقتنا الزوجية.	17
					يحترم كل منا أهل الآخر.	18
					لا نسمح بأي تدخل خارجي في حياتنا.	19
					يتأثر زوجي بما يقوله أهله، الامر الذي يؤثر على علاقتنا الزوجية.	20
					قمت بالتحدث مع أفراد عائلتي عن المشاكل التي تواجهني مع زوجي.	21

					22	اتمتع بعلاقة جيدة مع أهل زوجي.
					23	لا يقوم زوجي بالشكوى للأقارب عن بعض المواقف المثيرة مني.
					24	يلومني زوجي عندما أتحدث مع اهلي حول مشاكلنا الزوجية.
					25	يحرص زوجي على عدم تدخل الاخرين في علاقتنا الزوجية الخاصة.
					26	يقوم زوجي بإدخال أهله بأمورنا الأسرية.
					27	مشاكلي مع زوجي بسبب تدخل أهله في حياتنا.
البعد الثالث: وجود مشكلات ورغبة في الانفصال والطلاق.						
					28	ناقشت المشاكل المترتبة عن الانفصال مع زوجي.
					29	ناقشت الطلاق مع الآخرين.
					30	كثرة المشكلات ادت إلى صعوبة حلها ومناقشتها مع زوجي.
					31	وصلت الخلافات بيننا إلى حد الطلاق.
					32	اعتقد أن نهاية زواجنا هو الطلاق.
					33	أعتقد أن حياتنا ستكون أفضل إذا عشنا بعيداً عن بعضنا.
					34	أصبحنا نبحث عن السعادة خارج بيتنا.
					35	تراكم المشكلات هي سبب أساسي في عدم استقرار حياتنا الزوجية.
					36	علاقتنا الزوجية تمر باضطرابات صعب حلها.
					37	أصبحنا ننسى أننا متزوجين من زيادة المشاكل التي تقع بيننا.
					38	تحدثت مع الاخرين عن مشاكل الزواج.
					39	أصبحت حياتنا الزوجية لا معنى لها.
					40	أعتقد ان الانفصال عن زوجي أفضل حل لي.

ملحق (16)

تعديل فقرات استبانة الاستقرار الزوجي بناء على آراء المحكمين

رقم الفقرة	الفقرات	التعديل
1	يوجد محبة ومودة في حياتنا الزوجية.	اشعر بالمحبة والمودة في حياتنا الزوجية.
2	يوجد أمان واستقرار في علاقتنا الزوجية.	التمس الامان والاستقرار في علاقتنا الزوجية.
3	علاقتنا مبنية على التقدير والاحترام المتبادل بيننا.	أرى أن علاقتنا مبنية على التقدير والاحترام المتبادل بيننا.
5	لا يوجد ثقة متبادلة بيننا.	اشعر بعدم الثقة المتبادلة في علاقتنا.
8	علاقتنا مبنية على التسامح والمحبة.	اعتقد أن علاقتنا مبنية على التسامح والمحبة.
10	ينتهي حديثي مع زوجي بالمشاجرات.	عادة ما ينتهي حديثي مع زوجي بالمشاجرات.
13	نعترف بأخطائنا ونتقبل الاعتذار.	نعترف بأخطائنا ونتقبل الاعتذار لبعضنا البعض.
16	أنا وزوجي ناجحين بعلاقتنا الزوجية.	علاقتنا الزوجية جيدة وناجحة.
20	يتأثر زوجي بما يقوله أهله مما يؤثر على علاقتنا الزوجية.	يتأثر زوجي بما يقوله أهله، الامر الذي يؤثر على علاقتنا الزوجية.
21	قمت بالتحدث مع أفراد العائلة عن المشاكل التي تواجهنا انا وزوجي.	قمت بالتحدث مع أفراد عائلتي عن المشاكل التي تواجهني مع زوجي.
30	ناقشت فكرة الطلاق مع الآخرين.	كثرة المشكلات أدت إلى صعوبة حلها ومناقشتها.
33	أعتقد أن حياتي ستكون أفضل إذا عشت بعيد عن زوجي	أعتقد أن حياتنا ستكون أفضل إذا عشنا بعيداً عن بعضنا.
35	الخيانة الزوجية هي سبب رئيسي في عدم الاستقرار.	تراكم المشكلات هي سبب رئيسي في عدم استقرار حياتنا الزوجية.

ملحق (17)

إضافة فقرات لاستبانة الاستقرار الزواجي بناء على آراء المحكمين

رقم الفقرة	الفقرات التي تم اضافتها
22	اتمنع بعلاقة جيدة مع أهل زوجي.
23	لا يقوم زوجي بالشكوى للأقارب عن بعض المواقف المثيرة مني.
24	يلومني زوجي عندما أتحدث مع اهلي حول مشاكلنا الزوجية.
25	يحرص زوجي على عدم تدخل الاخرين في علاقتنا الزوجية الخاصة.
26	يقوم زوجي بإدخال أهله بأمورنا الأسرية.
27	مشاكلي مع زوجي بسبب تدخل أهله في حياتنا.
37	أصبحنا ننسى أننا متزوجين من زيادة المشاكل التي تقع بيننا.
38	تحدثت مع الاخرين عن مشاكل الزواج.
39	أصبحت حياتنا الزوجية لا معنى لها.
40	أعتقد ان الانفصال عن زوجي أفضل حل لي.

ملحق (18)

اتفاق المحكمين على فقرات استبانة الاستقرار الزوجي

رقم الفقرة	الفقرات
4	نتشارك معاً في اتخاذ القرارات.
6	لا يحترم زوجي رأبي ولا يناقشني.
7	يشعر كل منا بأهميته في حياة الآخر.
9	ندعم بعضنا في اوقات الضيق.
11	نتشاجر انا وزوجي لانقه الاسباب.
12	يحب زوجي الخروج من البيت لساعات طويلة.
14	تمتاز علاقتنا بالتعاون والتماسك.
15	نعبر عن أفكارنا ومشاعرنا لبعضنا بكل حرية وصراحة.
17	يسمح زوجي بتدخل أهله في علاقتنا الزوجية.
18	يحترم كل منا أهل الآخر.
19	لا نسمح بأي تدخل خارجي في حياتنا.
28	ناقشت المشاكل المترتبة عن الانفصال مع زوجي.
29	ناقشت الطلاق مع الآخرين.
31	وصلت الخلافات بيننا إلى حد الطلاق.
32	اعتقد أن نهاية زواجنا هو الطلاق.
34	أصبحنا نبحث عن السعادة خارج بيتنا.
36	علاقتنا الزوجية تمر باضطرابات صعب حلها.

ملحق (19) الفقرات الموجبة والسالبة في استبانة الاستقرار الزواجي

أبداً	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً	الفقرات	ترتيب
البعد الاول: الاحترام والاتصال بين الزوجين.						
1	2	3	4	5	اشعر بالمحبة والمودة في حياتنا الزوجية.	1
1	2	3	4	5	التمس الامان والاستقرار في علاقتنا الزوجية.	2
1	2	3	4	5	أرى أن علاقتنا مبنية على التقدير والاحترام المتبادل بيننا.	3
1	2	3	4	5	نتشارك معاً في اتخاذ القرارات.	4
5	4	3	2	1	اشعر بعدم الثقة المتبادلة في علاقتنا.	5
5	4	3	2	1	لا يحترم زوجي رأبي ولا يناقشني.	6
1	2	3	4	5	يشعر كل منا بأهميته في حياة الآخر.	7
1	2	3	4	5	اعتقد أن علاقتنا مبنية على التسامح والمحبة.	8
1	2	3	4	5	ندعم بعضنا في اوقات الضيق.	9
5	4	3	2	1	عادة ما ينتهي حديثي مع زوجي بالمشاجرات.	10
5	4	3	2	1	نتشاجر انا وزوجي لاتفه الاسباب.	11
5	4	3	2	1	يحب زوجي الخروج من البيت لساعات طويلة.	12
1	2	3	4	5	نعترف بأخطائنا ونتقبل الاعتذار لبعضنا البعض.	13
1	2	3	4	5	تمتاز علاقتنا بالتعاون والتماسك.	14
1	2	3	4	5	نعبر عن أفكارنا ومشاعرنا لبعضنا بكل حرية وصراحة.	15
1	2	3	4	5	علاقتنا الزوجية جيدة وناجحة.	16
البعد الثاني: تدخل الاهل في شؤون الزوجين						
5	4	3	2	1	يسمح زوجي بتدخل أهله في علاقتنا الزوجية.	17
1	2	3	4	5	يحترم كل منا أهل الآخر.	18
1	2	3	4	5	لا نسمح بأي تدخل خارجي في حياتنا.	19
5	4	3	2	1	ينأثر زوجي بما يقوله أهله، الامر الذي يؤثر على علاقتنا الزوجية.	20

5	4	3	2	1	قمت بالتحدث مع أفراد عائلتي عن المشاكل التي تواجهني مع زوجي.	21
1	2	3	4	5	اتمتع بعلاقة جيدة مع أهل زوجي.	22
1	2	3	4	5	لا يقوم زوجي بالشكوى للأقارب عن بعض المواقف المثيرة مني.	23
5	4	3	2	1	يلومني زوجي عندما أتحدث مع اهلي حول مشاكلنا الزوجية.	24
1	2	3	4	5	يحرص زوجي على عدم تدخل الآخرين في علاقتنا الزوجية الخاصة.	25
5	4	3	2	1	يقوم زوجي بإدخال أهله بأمورنا الأسرية.	26
5	4	3	2	1	مشاكلي مع زوجي بسبب تدخل أهله في حياتنا.	27
البعد الثالث: وجود مشكلات ورغبة في الانفصال والطلاق.						
1	2	3	4	5	ناقشت المشاكل المترتبة عن الانفصال مع زوجي.	28
5	4	3	2	1	ناقشت الطلاق مع الآخرين.	29
5	4	3	2	1	كثرة المشكلات ادت إلى صعوبة حلها ومناقشتها مع زوجي.	30
5	4	3	2	1	وصلت الخلافات بيننا إلى حد الطلاق.	31
5	4	3	2	1	اعتقد أن نهاية زواجنا هو الطلاق.	32
5	4	3	2	1	أعتقد أن حياتنا ستكون أفضل إذا عشنا بعيداً عن بعضنا.	33
5	4	3	2	1	أصبحنا نبحث عن السعادة خارج بيتنا.	34
1	2	3	4	5	تراكم المشكلات هي سبب أساسي في عدم استقرار حياتنا الزوجية.	35
5	4	3	2	1	علاقتنا الزوجية تمر باضطرابات صعب حلها.	36
5	4	3	2	1	أصبحنا ننسى أننا متزوجين من زيادة المشاكل التي تقع بيننا.	37
5	4	3	2	1	تحدثت مع الآخرين عن مشاكل الزواج.	38
5	4	3	2	1	أصبحت حياتنا الزوجية لا معنى لها.	39
5	4	3	2	1	أعتقد ان الانفصال عن زوجي أفضل حل لي.	40

ملحق (20)

قائمة بأسماء محكمين البرنامج الإرشادي

الجامعة	الرتبة الأكاديمية	التخصص	الاسم	الرقم
العلوم الإسلامية	أستاذ	إرشاد نفسي وتربوي	أ.د. ابراهيم معالي	١
مؤته	أستاذ	إرشاد نفسي وتربوي	أ.د. احمد الزغاليل	٢
العلوم الإسلامية	أستاذ	إرشاد نفسي وتربوي	أ.د. صاحب الجنابي	٣
الهاشمية	أستاذ مشارك	إرشاد نفسي وتربوي	د. ثائر غباري	٤
الجامعة الهاشمية	أستاذ مشارك	إرشاد نفسي وتربوي	د. جلال عايد أبو ضمرة	٥
اليرموك	أستاذ مشارك	إرشاد نفسي وتربوي	د. عدي المصاروة	٦
اليرموك	أستاذ مشارك	إرشاد نفسي وتربوي	د. عمر شواشرة	٧
جامعة الطفيلة التقنية	أستاذ مشارك	إرشاد نفسي وتربوي	د. لما القيسي	٨

ملحق (21) استمارة تحكيم البرنامج الإرشادي

الملاحظات	التحكيم		الموضوع	الرقم
	غير مناسب	مناسب		
			العنوان	١
			أهداف البرنامج	٢
			الفترة الزمنية	٣
			عدد الجلسات	٤
			ترتيب الجلسات	٥
			محتوى الجلسات	٦

استمارة تحكيم عناوين الجلسات الإرشادية ومواعيدها ومكان انعقادها

الملاحظات والتعديلات المقترحة	وملاءمتها للنظرية	الصياغة اللغوية	الشمولية	الوضوح	البند
					الجلسة الأولى
					الجلسة الثانية
					الجلسة الثالثة
					الجلسة الرابعة
					الجلسة الخامسة
					الجلسة السادسة
					الجلسة السابعة
					الجلسة الثامنة
					الجلسة التاسعة
					الجلسة العاشرة
					الجلسة الحادية
					الجلسة الثانية
					الجلسة الثالثة



ملحق رقم (22)
نموذج تحكيم البرنامج الإرشادي

جامعة العلوم الإسلامية العالمية
كلية الدراسات العليا
قسم الإرشاد والصحة النفسية

سعادة الأستاذ الدكتور/..... المحترم حفظه الله.
الرتبة الأكاديمية /..... الجامعة والتخصص /.....
السلام عليكم ورحمة الله وبركاته؛ تحية طيبة وبعد ،،،

تقوم الباحثة بإعداد دراسة عن "فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً"، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة دكتوراه في الإرشاد النفسي والتربوي في جامعة العلوم الإسلامية العالمية. وسوف يتم تطبيق هذا البرنامج لدى عينة الدراسة.

ونظراً لما تتمتعون به من خبرة، فإن الباحثة تأمل منكم إبداء آرائكم وملاحظاتكم في الحكم على مدى مناسبة وملائمة محتوى البرنامج الإرشادي، وكتابة الملاحظات والتعديلات المقترحة التي ترونها مناسبة لهذه الدراسة، والتي بدورها تساعد على إثراء الرسالة من حيث:

- مدى مناسبة ووضوح الجلسات لتحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزوجي وفق نموذج ساتير.
- سلامة الصياغة اللغوية للجلسات.
- إضافة ما تروثه مناسباً.
- حذف أو تعديل ما تروثه غير مناسب.

وسيكون لآرائكم القيمة وملاحظاتكم السديدة الأثر الفاعل في تطوير البرنامج وإخراجه بالصورة النهائية، الأمر الذي يسهم في تحقيق الأهداف المنشودة من الدراسة.

مع جزيل الشكر والامتنان لجهودكم

الباحثة

فداء مفلح الزيدانين

فنيات نموذج ساتير بصورتها النهائية

رقم الجلسة	عنوان الجلسة	مدة الجلسة	تاريخ الجلسة	انعقاد الجلسة
الجلسة الأولى	التمهيد والتعارف	90 دقيقة	٢٠٢١/٣/١	قاعة الاجتماعات
الجلسة الثانية	تقدير الذات	90 دقيقة	٢٠٢١/٣/٣	قاعة الاجتماعات
الجلسة الثالثة	الاستماع الفعال	90 دقيقة	٢٠٢١/٣/٨	قاعة الاجتماعات
الجلسة الرابعة	التعبير عن المشاعر	90 دقيقة	٢٠٢١/٣/١٠	قاعة الاجتماعات
الجلسة الخامسة	التعاطف	90 دقيقة	٢٠٢١/٣/١٥	قاعة الاجتماعات
الجلسة السادسة	حقيقة المشاعر (الجبل الجليدي)	90 دقيقة	٢٠٢١/٣/١٧	قاعة الاجتماعات
الجلسة السابعة	إعادة التفعيل/ التمثيل	90 دقيقة	٢٠٢١/٣/٢٢	قاعة الاجتماعات
الجلسة الثامنة	رسائل أنا وانت	90 دقيقة	٢٠٢١/٣/٢٩	قاعة الاجتماعات
الجلسة التاسعة	الاتصال اللفظي (استخدام الحواس)	90 دقيقة	٢٠٢١/٤/٥	قاعة الاجتماعات
الجلسة العاشرة	الاتصال اللفظي (٢)	90 دقيقة	٢٠٢١/٤/٧	قاعة الاجتماعات
الجلسة الحادية عشر	التغذية الراجعة	90 دقيقة	٢٠٢١/٤/١٢	قاعة الاجتماعات
الجلسة الثانية عشر	ميكانيزمات الدفاع	90 دقيقة	٢٠٢١/٤/٢٦	قاعة الاجتماعات
الجلسة الثالثة عشر	مراجعة المهارات والقياس البعدي	90 دقيقة	٢٠٢١/٤/٢٩	قاعة الاجتماعات

ملحق (23)

الكتب الرسمية لتسهيل مهمة الباحثة



The World Islamic Sciences & Education
University (WISE)
University Presidency



جامعة العلوم الإسلامية العالمية
رئاسة الجامعة

www.wiae.edu.com

Ref : _____

Date : _____

الرقم: ١٤١١/١٤١١٩

التاريخ: لاغسطس ٢٠١٩

الموافق: ١٩ أغسطس

السادة وزارة التربية والتعليم المحترمين
مديرية التربية والتعليم والثقافة العسكرية

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته وبعد،

فتهديكم جامعة العلوم الإسلامية العالمية أطيب التحيات وأصدق الأمنيات، وُرجى
التكرم بالموافقة والإيعاز لمن يلزم لتسهيل مهمة طالبة الدكتوراه فداء مفتح الزيدانيين / تخصص
الإرشاد النفسي والتربوي - لتطبيق دراسة بعنوان: " فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نموذج
سائير في تحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزواجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً،
وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراه.

شاكراً ومقدرين حسن التعاون.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام،،،

/ رئيس الجامعة
نائب رئيس الجامعة

أ.د. سليم سلامة حاملة



لمسألة إلى
• كلية العلوم التربوية
• الصادر العام
•
تاليا/س.ح.

بسم الله الرحمن الرحيم



مدرسة الحسين الثانوية للبنات

شهادة خطية

لن يهمله الامـ
الموضوع : تطبيق البرنامج الارشادي

تشهد ادارة مدرسة الحسين الثانوية للبنات بأن طالبة الدكتـ وراه فداء مفلح الزيدانين واثباتها الجامعي (٢٠١٣ / ١٤ / ١٨١٦) والملتحة في جامعة العلوم الاسلامية العالمية قامت بتطبيق البرنامج الارشادي بعنـوان (فاعلية برنامج ارشادي يستند الى نموذج ساتير في تحسين انماط الاتصال الزوجي والتسامح والاستقرار الزوجي لدى المعلمات المتزوجات حديثاً) من تاريخ ٢٠٢١/٣/١ ولغاية ٢٠٢١/٥/١ ، بواقع (١٣) جلسة ، وتم توزيعها على جلستين اسبوعيا ، واستغرقت المدة الزمنية لتنفيذ البرنامج (٦٠ - ٩٠) دقيقة للجلسة الواحدة وبلغ عدد المشاركات بالبرنامج الارشادي (١٥) معلمة متزوجة حديثا

وبناءً على طلبها اعطيت هذه الشهادة

الرائد
مديرة مدرسة الحسين الثانوية للبنات
سحر احمد العمـري



الجلسة الأولى

عدد المشاركات	المكان	اليوم/التاريخ	الوقت	عنوان الجلسة
15	مدرسة الحسين الثانوية قاعة الاجتماعات	٢٠٢١/٣/١	90	التمهيد و التعارف

الهدف العام: تعريف المشاركات على بعضهن البعض، وعلى قائدة المجموعة، وتهيئة المشاركات على الاندماج في البرنامج الإرشادي.

الأهداف (Goals):

- أن يتم التعارف وكسر الجمود بين أعضاء المجموعة.
- العمل على تحقيق درجة من الألفة وبناء علاقة إرشادية بين أعضاء المجموعة.
- تحديد الهدف من البرنامج الإرشادي وطبيعته وانشطته ومكوناته.
- التعرف على القواعد الأساسية للمجموعة الإرشادية وكيفية قيادة المجموعة.
- أن تحدد كل مشاركة هدفها من الالتحاق في البرنامج الإرشادي.

الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques)

- المناقشة والحوار.
- الاستماع النشط.
- الاستيضاح.
- الكشف الذاتي.
- الواجب البيتي.

الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools):

- لوح وأقلام تأشير ملون.
- أقلام وأوراق لأعضاء المجموعة.
- نموذج نشاط كرة الصوف.
- نموذج القواعد الإرشادية المتفق عليها.
- نموذج الواجب البيتي.

الإجراءات وسير الجلسة (Procedures):

أولاً: الترحيب والتعارف وكسر الجمود.

- الترحيب بالمشاركات وشكرهنّ على مشاركتهنّ بالبرنامج الإرشادي والتعريف بعنوان الجلسة.
- التعارف حيث تقوم المرشدة (قائدة المجموعة) بالتعريف بنفسها ومن ثم تعريف أعضاء المجموعة بأنفسهم، اسمي... عمري... تخصصي... هواياتي...، وإتاحة الفرصة للمشاركات للتعريف بأنفسهن بشكل أوضح وأعمق وتقديم التشجيع المتواصل على الكشف الذاتي، بالإضافة إلى التحدث عن فائدة التدريب على المهارات التي تهدف لتحسين العلاقات بين الأعضاء، وترفع من الإحساس بالسعادة والراحة والالفة.
- ثم تقوم المرشدة بتطبيق تمرين لكسر الجمود بعنوان " الشبكة العنكبوتية" وذلك عن طريق الطلب من المشاركات الجلوس بشكل دائري وتقوم المرشدة بالجلوس معهن والمسك بكرة من الصوف وتبدأ بنفسها من خلال ذكر أجمل وأفضل الصفات التي تمتلكها وتحبها في نفسها ومن ثم تقوم برمي كرة الصوف مع التمسك بالخيط على إحدى المشاركات وتطلب منهن أن يقمن بنفس التصرف وذلك بهدف عمل شبكة بينهن تربطهن ببعضهن البعض، مما يضيء جواً من المرح ويساعد على كسر الحواجز بين المشاركات.

ثانياً: تعريف الإرشاد الجمعي والبرنامج الإرشادي والتوقعات.

- تسأل المرشدة المشاركات ماذا تعرفون عن الإرشاد الجمعي؟ ومن ثم تقوم بتوضيح مفهوم الإرشاد الجمعي للأعضاء وكيفية تفعيله في البرنامج الإرشادي من خلال تفاعلهم وجهودهم. حيث يعرف بأنه (أحد أشكال الإرشاد، يستهدف مجموعة من المسترشدين الذين تتشابه مشكلاتهم وذلك في جماعات صغيرة، بهدف مساعدة الأفراد في مواجهة الصعوبات التي تعترض نموهم حيثما وجدت، وتحقيق أقصى درجات النمو لإمكاناتهم الشخصية، ويقدم من خلال مجموعات يحدد فيها أعضاؤها وشكلها وأهدافها، وتسعى لتحقيق أهداف الإرشاد النمائية والوقائية والعلاجية، وتكون المشاركة فيها طوعية، وتحقق الوظائف العلاجية التالية: التوجه نحو الواقعية، والتنفيس الانفعالي، والثقة المتبادلة، والاهتمام، والفهم، والقبول، والدعم (Gazda, 1969).

- تشير المرشدة إلى أنها ستكون في المجموعة تحت مسمى القائدة وأما المشاركات فسيكونن تحت مسمى الأعضاء، وتشبه المرشدة جلسات البرنامج الإرشادي بأنها أقرب إلى السفينة التي يبحر قائدها وأعضاءها لأماكن كثيرة ليجمعون العلم والمعرفة من خلال مشاركتهم وتفاعلاتهم ثم يعودون لأسرهم محملين بكل ما تعلموه وتدريبوا عليه خلال مدة البرنامج، ولن تستطع أي رحلة أن تتجح إلا بتعاون أعضاءها مع بعضهم البعض في تطبيق ما تعلموه وتأديت المهام المطلوبة منهم حتى يتم تحقيق اهدافهم.
- تقوم المرشدة بتوضيح الهدف من البرنامج الإرشادي وهو مساعدة الاشخاص الذين لديهم صعوبات في حياتهم ولا يعلمون كيفية التعامل مع هذه الصعوبات سواء اكانت صعوبات زواجية أو أسرية، ولقد تم اختيار كمن كأعضاء في البرنامج بناءً على نتائج الاستبانات التي طبقت عليكنّ ولذلك أنتن الآن مشاركات في هذه المجموعة الإرشادية والتي ستكون بمثابة بيئة آمنة ومريحة كي يتحقق هدفكن من البرنامج لتحسين أنماط الاتصال والتسامح والاستقرار الزوجي لتحسين العلاقة الزوجية لديكن.
- تتيح المرشدة للمشاركات لتوضيح كل واحدة هدفها من الالتحاق في البرنامج وما الذي تريد تحقيقه في المجموعة الإرشادية.
- ثم تقوم المرشدة بإعطاء نبذه عن جلسات برنامج الإرشادي والذي يتكون من (13) جلسة، موزعة على سبعة أسابيع بمعدل جلستين أسبوعياً، وسوف يكون هناك جلسة أخيرة (التتبعي) بعد انتهاء البرنامج بأربعة أسابيع، وتتراوح مدة الجلسة الواحدة (90) دقيقة،
- تقوم المرشدة بالتعاون مع الأعضاء بالاتفاق على مكان انعقاد الجلسات في قاعة الاجتماعات، والزمان كل أحد واربعاء من الساعة (11 - 10) صباحاً.

ثالثاً: وضع قواعد للبرنامج الإرشادي.

- **التعرف على القواعد الإرشادية:** توضح المرشدة للأعضاء أن لكل برنامج إرشادي قواعد خاصة به، يتم وضعها بالاتفاق بين الأعضاء والمرشدة والتأكيد على مبدأ الالتزام بها، ومن هذه القواعد: الحفاظ على السرية وأن ما يحدث بالجلسة يبقى بالجلسة، والالتزام قدر الامكان بالحضور حتى تتم الاستفادة من البرنامج، والتأكيد على أهمية الواجبات البيتية، ثم تطلب المرشدة من كل مشاركة كتابة القاعدة الإرشادية على اللوح حتى تكتمل القواعد جميعها، ثم

تطلب المرشدة من الأعضاء أن يقمن بكتابة القواعد الإرشادية في نموذج القواعد الإرشادية وفي النهاية تقوم كل مشاركة بالتوقيع عليها.

- تؤكد المرشدة على مبدأ الاحترام المتبادل بين أفراد المجموعة وتعريفهن بحقوقهن وواجباتهن اتجاه بعضهن البعض.
رابعاً: التلخيص وانهاء الجلسة.

- بعد ذلك تلخص المرشدة ما دار في الجلسة، وتشكر الأعضاء على حضورهن وتفاعلهن، وتذكرهن بموعد ومكان الجلسة القادمة والتي بعنوان (تقدير الذات). والتأكيد على أهمية الواجبات البيئية ليتم مناقشتها وعرضها في الجلسة القادمة، وتشكرهن على التزامهن بالحضور، وعلى التعاون الواضح، وتتمنى لهن الاستفادة من البرنامج الإرشادي وأن تنعم منازلهن بالسعادة والراحة.

خامساً: الواجب البيئي: توضح المرشدة ماهية الواجبات البيئية، وقواعد تطبيقها وإن على الأعضاء إنجازها بعد الانتهاء من الجلسة ومن ثم مناقشتها في الجلسة التالية، ثم توضح المرشدة الواجب البيئي في هذه الجلسة وهو: على كل مشاركة أن تذكر توقعاتها من البرنامج الإرشادي.

نشاط

" الشبكة العنكبوتية "

الطلب من المشاركات الجلوس بشكل دائري وتقوم المرشدة بالجلوس معهن والممسك بكرة من الصوف وتبدأ بنفسها من خلال ذكر أجمل وأفضل الصفات التي تمتلكها وتحبها في نفسها ومن ثم تقوم برمي كرة الصوف مع التمسك بالخيط على إحدى المشاركات.





نموذج القواعد الارشادية المتفق عليها:

- المحافظة على سرية كل ما يحدث في الجلسات.
- احترام الأعضاء لبعضهم البعض.
- الالتزام بالمواعيد المحددة للجلسة الارشادية.
- التعبير عن الرأي بصدق وصراحة وعدم فرضة على الاخرين.
- احترام وجهات النظر الاخرى، وعدم الاصرار على موقف معين.
- أتعاون مع أعضاء المجموعة.
- الاصغاء والاهتمام بالأعضاء الاخرين.
- لا أحتكر الوقت بالتحدث عن نفسي متناسياً باقي الأعضاء.

أوافق أنا المشاركة..... على قواعد الجلسة الارشادية التي تم الاتفاق عليها مع باقي أعضاء المجموعة وقائدها (المرشدة).

التوقيع:

نموذج الواجب البيتي
نموذج توقعاتك من البرنامج الارشادي

التوقعات	العدد
	(١)
	(٢)
	(٣)
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	

الجلسة الثانية

عنوان الجلسة	الوقت	اليوم/التاريخ	المكان	عدد المشاركات
تقدير الذات	90	٢٠٢١/٣/٣	مدرسة الحسين الثانوية قاعة الاجتماعات	15

الهدف العام: تعريف المشاركات على أهمية تقدير الذات لديهن.

الأهداف (Goals):

- التذكير بالقواعد الاساسية للمجموعة الإرشادية.
- مراجعة موضوع الجلسة السابقة.
- مناقشة نموذج الواجب البيتي مع الأعضاء.
- تعريف الأعضاء بمفهوم تقدير الذات.
- أن يصل الأعضاء إلى درجة الوعي لتقديرهم بذاتهم.
- ان يتشارك الأعضاء في رفع تقديرهم لذاتهم بالتركيز على التقييم الإيجابي.

الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques)

- المناقشة والحوار.
- الاستماع النشط.
- الاستيضاح.
- الكشف الذاتي.
- المواجهة.
- لعب الدور.

الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools):

- لوح وأقلام تأشير ملون.
- أقلام وأوراق لأعضاء المجموعة.
- صندوق داخله مرآة.
- نموذج نشاط الصندوق السحري.

- نموذج الواجب البيتي.

الإجراءات وسير الجلسة (Procedures):

أولاً: الترحيب

- في بداية الجلسة ترحب المرشدة بالمشاركات، وتشكرهن على الحضور والالتزام بالموعد، وتستفسر عن صحتهم وأحوالهن. ثم تقوم بالتذكير بأهم ما دار بالجلسة السابقة، وتكلف بعض الأعضاء بذكر القواعد الأساسية للجلسات، وتطلب نماذج من الواجب البيتي، وتبدأ بمناقشته مع الأعضاء، وتقدم التعزيز والتغذية الراجعة المناسبة.

ثانياً: تعريف الأعضاء بمفهوم تقدير الذات، وأن يصل الأعضاء إلى درجة الوعي لتقديرهم بذاتهم.

- تقوم المرشدة بتوضيح أهمية الوعي بتقدير الذات والقائم على أن وعي الفرد لذاته وإمكانياته وقدراته وتجاوزه النقاط الضعف تسهم في بناء مفهوم ذات إيجابي، وبالتالي تحقيق الصحة النفسية للفرد مما تزيد من شخصيته الإيجابية، وإظهار مكامن القوة لديه. كما أن مفهوم الذات يؤثر على سلوكيات الأشخاص، وقد يحمل الفرد مفهوم ذات سلبي وقد يحمل مفهوم ذات إيجابي، ونستطيع التعرف على مفهوم الذات لديه من خلال تصرفاته وسلوكياته وما يحمله من أفكار. ومن الضروري أن يكون تقديرنا لذاتنا مرتفع حتى نتمكن من تأدية وظائفنا الحياتية بشكل جيد.

- تبدأ المرشدة بمناقشة الأعضاء حول الصورة الموجودة بالنموذج، وما يرون فيها؟ ثم تبدأ المرشدة في النشاط حيث تجيب على الفقرات التالية: **أنظر لذاتي على أنها..... أرى ذاتي بعيون..... نظرة الآخرين بالنسبة لي..... أهم شخص في حياتي..... أحب الناس لي..... ماذا بداخل الصندوق.....؟** ثم تقوم المرشدة بإعطاء نموذج نشاط الصندوق السحري إلى المشاركات ليقومن بتطبيق هذا النشاط، وتقوم المرشدة بتعديل الاتجاهات السلبية للأعضاء اللواتي لديهن تقدير ذات متدني خلال النشاط. **ومن الأمثلة على إحدى المشاركات: أنظر لذاتي على أنها: إنسانة محطمة... أرى ذاتي بعيون: زوجي... نظرة الآخرين بالنسبة لي: غير مهمة ما عدا نظرة زوجي لي فقط... أهم شخص في حياتي: زوجي... أحب الناس إليّ: أسرتي... ماذا بداخل الصندوق: أنا.**

ثالثاً: ان يتشارك الأعضاء في رفع تقديرهم لذاتهم بالتركيز على التقييم الإيجابي.

- تقوم المرشدة بتشجيع الأعضاء على الانتباه والتفهم للمشاركة التي تحدث، وإعطاء الدعم والتعاطف للمشاركة، وبعد انتهاء الأعضاء من النشاط تحضر المرشدة الصندوق السحري والذي يتكون من صندوق يحتوي بداخله على مرآة، ويستهدف هذا الصندوق المشاركة التي لديها تقدير ذات متدني لنفسها. تطلب المرشدة من المشاركة أن تقوم بفتح الصندوق وتخبرها بأنها سترى في الصندوق صورة أهم شخص موجود معنا بالبرنامج، ومن ثم تقوم المرشدة بسؤالها هل أنتي سعيدة بمن رأيت؟ وهل تحبين الشخص الذي شاهدته بالمرآة؟ ولماذا؟ وتقوم المرشدة بإخبار الأعضاء بأن الصندوق السحري مهم لأنه يخبر كل شخص بأهمية وجوده، ويريه صورته الجميلة.

- تؤكد المرشدة على مبدأ الاحترام المتبادل بين أعضاء المجموعة وتقوم بتعزيز المشاركات وتقديم التغذية الراجعة لديهم.
رابعاً: التلخيص وانهاء الجلسة.

- بعد ذلك تلخص المرشدة ما دار في الجلسة، وتشكر الأعضاء على حضورهم وتفاعلهم، وتذكرهم بموعد ومكان الجلسة القادمة والتي بعنوان (الاستماع الفعال). والتأكيد على أهمية الواجبات البيتية ليتم مناقشتها وعرضها في الجلسة القادمة، وتشكرهم على التزامهم بالحضور، وعلى التعاون الواضح، وتتمنى لهم الاستفادة من البرنامج الإرشادي وأن تنعم منازلهم بالسعادة والراحة.

خامساً: الواجب البيتي: أمامك صورتين لأشخاص لديهم تدني في تقدير الذات، فما الذي يمكنك تقديمه لكل واحد منهم لكي تساعدني على تحسين تقديره لذاته!

تقدير الذات

إن قلة احترام الفرد وتقديره لذاته يمكن أن يصل به إلى ضعف شخصيته. الأمر الذي يقوده إلى اتباع وسائل متطرفة لإثبات نفسه، والتجدير بالذكر أن ضعف احترام الذات وتقديرها يقود إلى عدم قدرة الشخص على تنمية مواهبه، والاستفادة من نقاط القوة لديه.



نموذج الواجب البيتي

نموذج انطباعك عن الصورة وما الذي ستقدمينه لمساعدتهم.

الصورة	انطباعك عن الصورة!	وما الذي ستقدمينه لمساعدتهم؟
الصورة الأولى		
الصورة الثانية		

الصورة الأولى الصورة الثانية



نشاط الصندوق السحري
أحب نفسك بلا قيد أو شرط



١ . أنظر لذاتي على أنها:.

.....
.....

٢ . أرى ذاتي بعيون:

.....
.....

٣ . نظرة الآخرين بالنسبة لي:

.....
.....

٤ . أهم شخص في حياتي:

.....
.....

٥ . أحب الناس إلي:

.....
.....

٦ . ماذا يوجد بداخل الصندوق:

.....

الجلسة الثالثة

عنوان الجلسة	الوقت	اليوم/التاريخ	المكان	عدد المشاركات
الاستماع الفعال	90	٢٠٢١/٣/٨	مدرسة الحسين الثانوية قاعة الاجتماعات	15

الهدف العام: أن يتعرف الأعضاء على مهارة الاستماع الفعال.

الأهداف (Goals):

- التذكير بالقواعد الاساسية للمجموعة الإرشادية.
- مراجعة موضوع الجلسة السابقة.
- مناقشة نموذج الواجب البيتي مع الأعضاء.
- أن يتعرف الأعضاء على مهارة الاستماع الفعال.
- توضيح أنواع الاستماع الفعال، وفوائده، وأشكاله.
- التعرف على مهارة السلوك الحضوري أثناء الاستماع الفعال.

الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques)

- المناقشة والحوار
- التغذية الراجعة
- الاستماع النشط
- لعب الدور والنمذجة
- الاستيضاح

الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools)

- لوح قلاب
- أقلام وورق واللوان لاستخدام أعضاء المجموعة
- نموذج نشاط الاستماع الفعال
- نموذج الواجب البيتي

الإجراءات (Procedures)

أولاً: الترحيب

- في بداية الجلسة ترحب المرشدة بالمشاركات، وتشكرهن على الحضور والالتزام بالموعد، وتستفسر عن صحتهم وأحوالهن.

كسر الجمود بين الأعضاء بطرح سؤال لمن ترغب الإجابة: ما أجمل فلم أو مسلسل شاهدته وتتمنين مشاهدته مرة أخرى؟ ثم تقوم بالتذكير بأهم ما دار بالجلسة السابقة، وتكلف بعض الأعضاء بذكر القواعد الأساسية للجلسات، وتطلب نماذج من الواجب البيتي، وتبدأ بمناقشته مع الأعضاء، وتقدم التعزيز والتغذية الراجعة المناسبة للأعضاء.

ثانياً: تعريف الأعضاء بمهارة الاستماع الفعال.

تقوم المرشدة بتعريف الأعضاء بمهارة الاستماع الفعال وكيف أنها تعمل على زيادة مستوى الاتصال والتفاعل بين الأشخاص، ثم تطلب المرشدة تعريف مهارة الاستماع الفعال من وجهة نظر كل واحد منهم. مثال على إحدى المشاركات: يقصد بالاستماع الفعال أن أوجه اهتمامي نحو الشخص المتحدث وأنظر إليه حتى يفهم أنني منته له.

ثالثاً: توضيح أنواع الاستماع الفعال، فوائده وأشكاله.

تقسم المرشدة الأعضاء لتأدية نشاط التدريب على مهارة الاستماع الفعال إلى ثنائيات وتطلب المرشدة من إحدى المشاركات أن تقوم هي والمرشدة بتمثيل موقف يدل على الاستماع الفعال حيث يدور الموقف بالشكل التالي: تقوم المرشدة باختيار موضوع من بين المواضيع المكتوبة في نموذج النشاط ومنها: (الحديث عن هواياتها وطموحاتها، الاختلافات بينها وبين زوجها، تربية ابنها، موضوع يشغل تفكيرها وتريد حله، مناقشة أمور حياتها الزوجية).

تختار المشاركة أحد المواضيع السابقة مثل (موضوع يشغل تفكيرها وتريد حله)

ويجري الحوار التالي:

المرشدة: ما الموضوع الذي يشغل تفكيرك وتريد حله؟

المشاركة: أفكر الآن في البحث عن أسلوب جيد او طريقة لتحسين علاقتي الزوجية.

المرشدة: هل تواجه لديك أهداف تريد الوصول إليها في زواجك.

المشاركة: نعم لدي اهداف قمت بوضعها أنا وزوجي في بداية حياتنا الزوجية لمواجهة صعوبات

الحياة وتوفير بيئة سليمة لأطفالنا حتى يتربوا في بنية هادئة وآمنة وخالية من أية مشكلات

وبذلك أكون قد حققت الهدف الرئيسي.

المرشدة: أفهم من حديثك بأن القرار الذي ستتخذه هو تحسين وضع حياتك الزوجية لتنعمي

أنت وزوجك وابنائك بحياة سعيدة ومنظمة.

بالنسبة للحوار السابق بين المرشدة والمشاركة رافقه بعض الايماءات ومهارات السلوك الحضوري مثل: (هز الرأس، ووضعية الجلوس، الانتباه)، ثم تقوم المرشدة باستنتاج فوائد الاستماع الفعال من المشاركة والشروط المطلوبة لإتقان مهارة الاستماع الفعال من خلال سؤالين وهما:

السؤال الاول: بماذا شعرت عندما وجدت من يستمع اليك؟

السؤال الثاني: ما هو دليلك على أن الطرف الثاني استمع اليك؟

تقوم المرشدة بإعطاء نموذج آخر لمهارة الاستماع الغير الفعال وهو نفس الحوار السابق باستثناء جميع مقومات الاستماع الفعال مثل: (طرح الأسئلة، الاستيضاح عن العبارات الغامضة، الافتقار للإيماءات ومهارات السلوك الحضوري كهز الراس ووضعية الجلوس والانتباه) حتى يتمكن الأعضاء من التفريق بين الاسلوبين.

رابعاً: التعرف على مهارة السلوك الحضوري أثناء الاستماع الفعال.

تقوم المرشدة بالتعاون من الأعضاء بتلخيص تعريف الاستماع الفعال وهو: الانتباه إلى الشخص المتحدث بالنظر إليه والقيام بإيماءات مثل هز الرأس، ووضعية الجلوس ومحاولة فهم العبارات الغامضة من خلال الاستيضاح عنها، وإعطائه الوقت الكافي للتعبير عن مشاعره وأفكاره دون مقاطعة وبذل الجهد لفهم ما يقوله ومعرفة ما يريده، وإرسال رسائل للمتحدث تعبر للطرف الآخر بأننا فهمنا ما قاله.

تطلب المرشدة من إحدى المشاركات كتابة تعريف الاستماع الفعال على اللوح على شكل نقاط حتى يتمكن الأعضاء من تطبيق مهارة الاستماع الفعال، بشكل ثنائي استناداً إلى نقاط التعريف.

بعد نهاية تطبيق كل ثنائي لمهارة الاستماع الفعال تقوم المرشدة بالتركيز على نقاط تعريف الاستماع الفعال.

تقوم المرشدة بالتعاون مع الأعضاء بتحديد فوائد الاستماع الفعال من خلال خبرة كل مشاركة في تطبيق المهارة في الجلسة الارشادية.

- تؤكد المرشدة على مبدأ الاحترام المتبادل بين أعضاء المجموعة وتقوم بتعزيز المشاركات وتقديم التغذية الراجعة لديهن.

خامساً: التلخيص وانهاء الجلسة.

- بعد ذلك تلخص المرشدة ما دار في الجلسة، وتشكر الأعضاء على حضورهن وتفاعلهن، وتذكرهن بموعد ومكان الجلسة القادمة والتي بعنوان (التعبير عن المشاعر). والتأكيد على أهمية الواجبات البيتية ليتم مناقشتها وعرضها في الجلسة القادمة، وتشكرهن على التزامهن بالحضور، وعلى التعاون الواضح، وتتمنى لهن الاستفادة من البرنامج الإرشادي وأن تنعم منازلهن بالسعادة والراحة.

سادساً: الواجب البيتي: على كل مشاركة أن تطبق المهارة التي تم تعلمها في الجلسة الإرشادية وتسجيل الموقف الذي طبقت فيه المهارة وكيف كان الاتصال البصري، والانتباه، ووجهة الراس، ووضعية الجلوس.

نموذج نشاط الاستماع الفعال

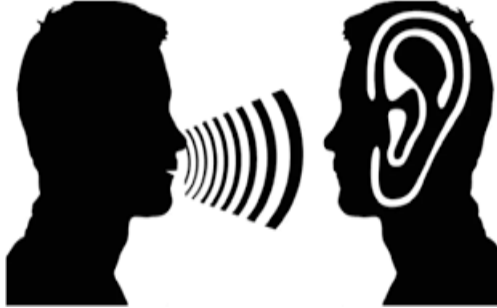


مناقشة المشاركات بعضهن على شكل ثنائي لمدة خمسة دقائق في أحد المواضيع التالية:

- الاختلافات الشخصية بينها وبين زوجها.
- الحديث عن هواياتها وطموحاتها.
- مناقشة أمور حياتها الخاصة.
- موضوع يشغل تفكيرها وتريد حله.

فوائد الاستماع الفعال:

- بماذا شعرت عندما وجدت من يستمع لك باهتمام؟
 - ما هو دليلك أن زميلتك استمعت إليك؟
- تعريف الاستماع الفعال من وجهة نظر كل مشاركة



نموذج الواجب البيتي
نموذج تطبيق مهارة الاستماع الفعال



الموقف	الاتصال البصري	الانتباه	وجهة الرأس	وضعية الجلوس

الجلسة الرابعة

عدد المشاركات	المكان	اليوم/التاريخ	الوقت	عنوان الجلسة
15	مدرسة الحسين الثانوية قاعة الاجتماعات	٢٠٢١/٣/١٠	90	التعبير عن المشاعر

الهدف العام: تدريب المشاركات على التعبير عن مشاعرهن.

الأهداف (Goals):

- التذكير بالقواعد الاساسية للمجموعة الإرشادية.
- مراجعة موضوع الجلسة السابقة.
- مناقشة نموذج الواجب البيتي مع الأعضاء.
- أن يتعرف الأعضاء على المشاعر الاساسية.
- التعرف على أهمية وفوائد التعبير عن المشاعر الايجابية والسلبية.
- أن يتمكن الأعضاء من تحديد طبيعة مشاعرهن.

الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques)

- المناقشة والحوار.
- الاستماع النشط.
- التغذية الراجعة.
- التعبير عن المشاعر.
- المواجهة.
- لعب الدور.

الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools):

- لوح وأقلام تأشير ملون.
- أقلام وأوراق لأعضاء المجموعة.
- نموذج الواجب البيتي.
- نموذج نشاط فوائد واهمية التعبير عن المشاعر الإيجابية والسلبية.

- نموذج نشاط التعبير عن المشاعر.

الإجراءات وسير الجلسة (Procedures):

أولاً: الترحيب

- في بداية الجلسة ترحب المرشدة بالمشاركات، وتشكرهن على الحضور والالتزام بالموعد، وتستفسر عن صحتهم وأحوالهن. ثم تقوم بالتذكير بأهم ما دار بالجلسة السابقة، وتكلف بعض الأعضاء بذكر القواعد الأساسية للجلسات، وتطلب نماذج من الواجب البيتي، وتبدأ بمناقشته مع الأعضاء، وتقدم التعزيز والتغذية الراجعة المناسبة للأعضاء.

- تقوم المرشدة بطرح سؤال على الأعضاء لمن ترغب بالإجابة: صفي هدية معنوية قدمت لك وأعجبتك؟ وهدف هذا السؤال لكسر الجمود بين أعضاء المجموعة.

ثانياً: التعرف على المشاعر الأساسية.

- تطلب المرشدة من المشاركات أن يذكرن موقفين موقف إيجابي وموقف سلبي حصلتا معهن، وكتابة الموقفين على ورقة النشاط، ومن ثم تحديد ما هي المشاعر التي شعرن بها خلال الموقفين، وذلك من خلال وضع دائرة على مشاعر الموقف السلبي ودائرة على مشاعر الموقف الإيجابي على ورقة النشاط.

- ومثال على إحدى المشاركات: أشعر بالفرح عندما اتحاور أنا وزوجي بطريقة عقلانية لحل خلافاتنا الزوجية. أشعر بالغضب بسبب خروج زوجي من البيت لفترات طويلة.

- تقوم المرشدة بتوضيح ما هي المشاعر للمشاركات قائلة "حسب سائير تعتبر المشاعر بأنها الاستجابة الداخلية التي تخبرها المشاركة حتى لو لم تكن واعية بهذه المشاعر. وتشبه سائير المشاعر باستبانة الحرارة لذات الزوجة، وبأنها تستطيع تقييم المعلومات حول ذات الأم

الداخلية (LI & Vivian, 2013).

- وتقول المرشدة للمشاركات أن هناك أربعة مشاعر أساسية وتطلب من المشاركات الإجابة عن هذا السؤال وهو: ما هي هذه المشاعر الأساسية؟ وبعد الاستماع للمشاركات توضح المرشدة المشاعر الأساسية قائلة: هناك أربعة أنواع من المشاعر الأساسية والتي تولد معنا حيث من المهم معرفتها لأنها تساعدنا على فهم مشاعرنا ومشاعر الآخرين، وهي: الفرح، الغضب، الخوف، الحزن، وجميع مشاعرنا تندرج تحت هذه المشاعر الأساسية، حيث من

المهم التعمق في مشاعرنا حتى نعلم حقيقة ما نشعر به، هل هو حزن أم خوف أم غضب أم فرح (LI & Vivian, 2013).

ثالثاً: التعرف على فوائد وأهمية التعبير عن المشاعر الايجابية والسلبية

- تسأل المرشدة المشاركات ما هي فوائد وأهمية التعبير عن المشاعر الايجابية والسلبية وعلى المستوى الشخصي (النفسي والجسدي) وعلى الحياة الزوجية للطرف الآخر؟ وهنا تقوم المرشدة بتقسيم المشاركات إلى مجموعتين وتطلب منهن تعبئة ورقة نشاط التالية:
- وبعد الانتهاء من النشاط توضح المرشدة للمشاركات أهمية التعبير عن المشاعر الايجابية والسلبية على المستوى الشخصي (النفسي والجسدي) وعلى الحياة الزوجية للطرف الآخر قائلة: " التعبير عن المشاعر سواء كانت سلبية أو ايجابية مهم جدا للفرد، فهو على المستوى النفسي يقلل من القلق والتوتر واضطرابات النوم والغضب، فالتعبير عن المشاعر يسهم في التمتع بصحة نفسية جيدة، وقادرين على التعامل مع الاخرين وحل المشكلات".
- "أما من الناحية الجسدية فإن كبت المشاعر وعدم التعبير عنها يسبب الكثير من المشاكل الجسدي والأمراض والاضطرابات كتشنج الأعصاب وآلام أسفل الظهر والصداع والقولون العصبي وأمراض السكري وضغط الدم وأمراض القلب وغيرها. والجزء المهم هنا هو أهمية التعبير عن المشاعر السلبية والايجابية للطرف الآخر(الزوج) على صعيد الحياة الزوجية فهي تسهم في التخفيف من المشكلات بين الزوجين، وتحسين أنماط التواصل بين الزوجين وتوضيح أدوار ومهام كل من الزوجين مما يسهم في استقرار الحياة الزوجية".

رابعاً: خطوات التعبير عن المشاعر

- تقوم المرشدة بتوضيح خطوات التعبير عن المشاعر وهي:
 ١. تحديد طبيعة الإحساس والمشاعر.
 ٢. تحديد سبب هذه المشاعر.
 ٣. تحديد الشخص أو الجهة المسؤولة عن التعبير عن المشاعر.
 ٤. التعبير عن المشاعر بطريقة مناسبة والتركيز على اختيار الزمان والمكان المناسبين.
 ٥. التحدث بهدوء بشكل لفظي أو غير لفظي، واستخدام الشخص المناسب.
 ٦. استخدام "أنا" التوكيدية.

- وبعد ذلك تقوم المرشدة بتدريب المشاركات على خطوات التعبير عن المشاعر من خلال لعب الدور وعرض مواقف معينة والطلب من المشاركات التصرف حسب خطوات التعبير عن المشاعر.
- تؤكد المرشدة على مبدأ الاحترام المتبادل بين أعضاء المجموعة وتقوم بتعزيز المشاركات وتقديم التغذية الراجعة لديهن.

خامساً: التلخيص وإنهاء الجلسة.

- بعد ذلك تلخص المرشدة ما دار في الجلسة، وتشكر الأعضاء على حضورهن وتفاعلهن، وتذكرهن بموعد ومكان الجلسة القادمة والتي بعنوان (مهارة التعاطف). والتأكيد على أهمية الواجبات البيتية ليتم مناقشتها وعرضها في الجلسة القادمة، وتشكرهن على التزامهن بالحضور، وعلى التعاون الواضح، وتتمنى لهن الاستفادة من البرنامج الإرشادي وأن تنعم منازلهن بالسعادة والراحة.

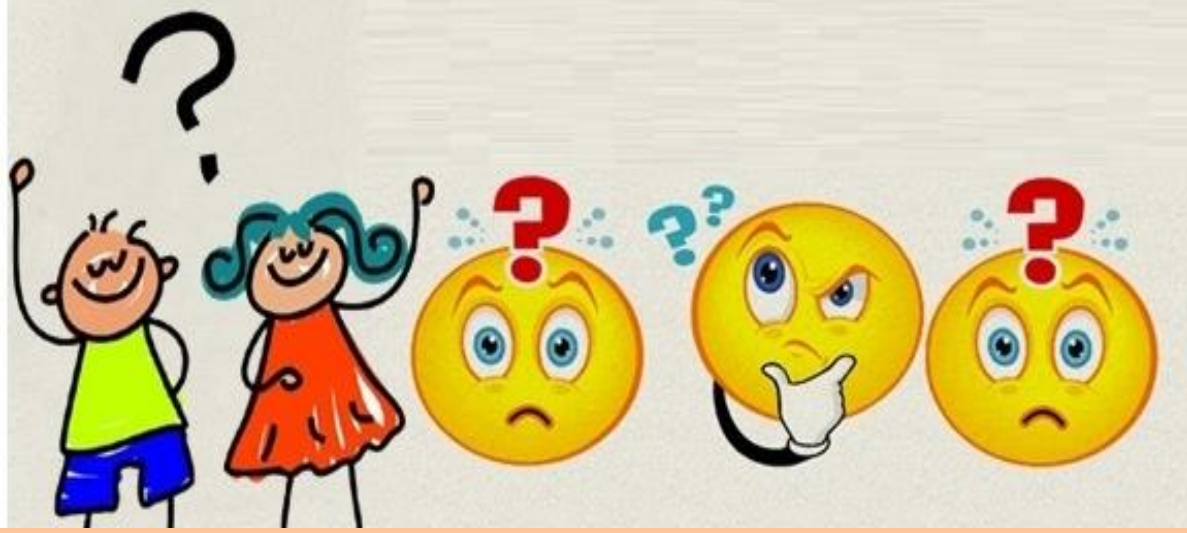
سادساً: الواجب البيتي. على كل مشاركة أن تطبق المهارة التي تم تعلمها في الجلسة الإرشادية وتسجل الموقف الذي طبقت فيه المهارة وكيف كانت طريقة تعبيرها عن المشاعر باختلاف المواقف إما سلبية أو إيجابية وما هي استجابة الزوج؟ وما هي النتيجة؟

نموذج الواجب البيتي
نموذج تطبيق مهارة التعبير عن المشاعر



النتيجة	استجابة الزوج	طريقة الزوجة في التعبير عن المشاعر	الموقف
			إيجابي
			سلبي

نشاط التعرف على المشاعر الاساسية



كتابة الموقفين على ورقة النشاط، ومن ثم تحديد ما هي المشاعر التي شعرن بها خلال الموقفين.

موقف إيجابي:

.....

(الفرح، الغضب، الخوف، الحزن)

موقف سلبي:

.....

(الفرح، الغضب، الخوف، الحزن)

نشاط فوائد وأهمية التعبير عن المشاعر الإيجابية والسلبية



وعلى الحياة الزوجية للطرف الآخر	على المستوى الشخصي (النفسي والجسدي)
-	-
-	-
-	-
-	-
-	-

الجلسة الخامسة

عدد المشاركات	المكان	اليوم/التاريخ	الوقت	عنوان الجلسة
15	مدرسة الحسين الثانوية قاعة الاجتماعات	٢٠٢١/٣/١٥	90	التعاطف

الهدف العام: تعريف المشاركات على مهارة التعاطف والتدريب على المهارة.

الأهداف (Goals):

- التذكير بالقواعد الأساسية للمجموعة الإرشادية.
- مراجعة موضوع الجلسة السابقة.
- مناقشة نموذج الواجب البيتي مع الأعضاء.
- أن يتعرف الأعضاء على معنى التعاطف.
- أن يتعرف الأعضاء على الفهم التعاطفي الذي يتكون من جزئين: فهم المشاعر وفهم المحتوى.
- أن يتدرب الأعضاء على مهارة التعاطف.

الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques)

- المناقشة والحوار.
- الكشف الذاتي.
- التغذية الراجعة.
- الاستماع النشط.
- لعب الدور والنمذجة.

الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools):

- لوح وأقلام تأشير ملون.
- أقلام وأوراق لأعضاء المجموعة.
- نموذج نشاط مهارة التعاطف.
- نموذج الواجب البيتي.

الإجراءات وسير الجلسة (Procedures):

أولاً: الترحيب

- في بداية الجلسة ترحب المرشدة بالمشاركات، وتشكرهن على الحضور والالتزام بالموعد، وتستفسر عن صحتهم وأحوالهن. ثم تقوم المرشدة بطرح سؤال للأعضاء لكسر الجمود بينهم وهو: ما الشيء الذي صدر من زوجك وأسعدك بشكل كبير؟ وبعدها تقوم المرشدة بالتذكير بأهم ما دار بالجلسة السابقة، وتكلف بعض الأعضاء بذكر القواعد الأساسية للجلسات، وتطلب نماذج من الواجب البيتي، وتبدأ بمناقشته مع الأعضاء، وتقدم التعزيز والتغذية الراجعة المناسبة للأعضاء.

ثانياً: التعرف على مهارة التعاطف وأجزائه (فهم المشاعر وفهم المحتوى).

- تقوم المرشدة بسؤال المشاركات عن معنى التعاطف من وجهة نظر كل واحدة منهن.
مثال على إحدى المشاركات: أن أفهم ما يقوله الطرف الآخر وأشعر به.
 - تقوم المرشدة بتلخيص ما قالته المشاركات وتوضح لهن معنى التعاطف وهو: قدرة الفرد على فهم الشخص الآخر من خلال فهم أفكاره ومشاعره، والفهم يكون مبني على الإصغاء الفعال، وإظهار الفهم من خلال استجابة الفرد وإعادة ما قاله، ويتكون الفهم التعاطفي من جزأين هما: فهم المشاعر وهو بالعادة يكون غير لفظي، وفهم المحتوى.
 - تطلب المرشدة من إحدى المشاركات كتابة معنى التعاطف وأجزائه على اللوح على شكل نقاط حتى يتمكن الأعضاء من تطبيق المهارة استناداً على التعريف لمهارة التعاطف.
- ### ثالثاً: تدريب الأعضاء على مهارة التعاطف.

- تقوم المرشدة بتطبيق نشاط مهارة التعاطف مع إحدى المشاركات حيث تقوم المرشدة بلعب دور الزوج والمشاركة تقوم بلعب دور الزوجة.
- مثال تقوم المرشدة بتقمص دور الزوج، وتقوم بسؤال المشاركة عن علاقتها بزوجها وكيفية التعامل معه:
- المرشدة: هل تخبريني عن طبيعة علاقتك بزوجك؟
- المشاركة: علاقتي بزوجي جيدة نوعاً ما رغم أنه في بعض الأحيان لا تخلو من المشاجرات، فأنا كثيراً أعصب عليه وأشعر بالغضب بسبب طبيعة عمله.
- المرشدة: تشعرين بعبء كبير عليك في تحمل المسؤولية.

- **المشاركة:** نعم، مما يزيد وضعي سوءاً أنني قليلاً ما أراه في المنزل.
- **المرشدة:** أرى أنك تتعرضين لضغوطات أسرية كبيرة.
- **المشاركة:** نعم بالرغم من الضغوطات الحياتية إلا أنه على الزوجة دائماً أن تكيف حياتها بما يتناسب مع طاقتها وجهودها.
- تقوم المرشدة بالتلخيص بعد كل مشاركة وتركز على معنى التعاطف وأجزئه، بأنه فهم المتحدث من خلال أفكاره وتعبيره عن مشاعره من خلال الإصغاء إليه. فعندما يقوم الزوج بالتعبير عن مشاعره السلبية من غضب أو حزن ينبغي على الزوجة أن تواجه هذه المشاعر بكل تعاطف.
- تؤكد المرشدة على مبدأ الاحترام المتبادل بين أعضاء المجموعة وتقوم بتعزيز المشاركات وتقديم التغذية الراجعة لديهن.
- رابعاً: التلخيص وإنهاء الجلسة.**
- بعد ذلك تلخص المرشدة ما دار في الجلسة، وتشكر الأعضاء على حضورهن وتفاعلهن، وتذكرهن بموعد ومكان الجلسة القادمة والتي بعنوان (حقيقة المشاعر). والتأكيد على أهمية الواجبات البيتية ليتم مناقشتها وعرضها في الجلسة القادمة، وتشكرهن على التزامهن بالحضور، وعلى التعاون الواضح، وتتمنى لهن الاستفادة من البرنامج الإرشادي وأن تنعم منازلهن بالسعادة والراحة.
- خامساً: الواجب البيتي.** على كل مشاركة أن تطبق المهارة التي تم تعلمها في الجلسة الإرشادية وتسجيل الموقف الذي تم تطبيق المهارة عليه. وكيف كان سلوك التعاطف من قبل المشاركة؟ وكيف كان سلوك الزوج؟ وما هي النتيجة؟

نموذج نشاط مهارة التعاطف



تعريف التعاطف:

التحدث عن طبيعة علاقتها بزوجها:

نموذج الواجب البيتي
نموذج تطبيق مهارة التعاطف



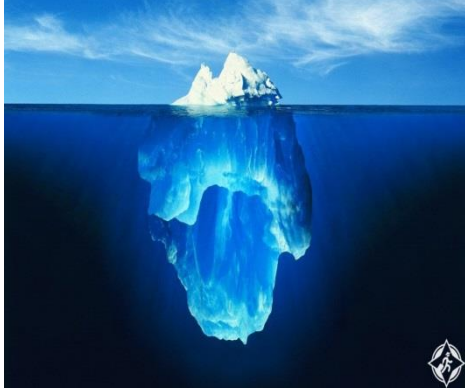
النتيجة	سلوك الزوج	سلوك التعاطف من قبل الزوجة	الموقف

الجلسة السادسة

عدد المشاركات	المكان	اليوم/التاريخ	الوقت	عنوان الجلسة
15	مدرسة الحسين الثانوية قاعة الاجتماعات	٢٠٢١/٣/١٧	90	حقيقة المشاعر (الجبل الجليدي)

الهدف العام: تعريف المشاركات على مصدر المشاعر والجبل الجليدي لديهن.

الأهداف (Goals):



- التذكير بالقواعد الأساسية للمجموعة الإرشادية.
- مراجعة موضوع الجلسة السابقة.
- مناقشة نموذج الواجب البيتي مع الأعضاء.
- أن يتعرف الأعضاء على مصدر المشاعر.
- أن يتعرف الأعضاء على مكونات الجبل الجليدي.
- أن يتدرب الأعضاء على التعامل مع الجبل الجليدي بشكل إيجابي.

الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques)

- المناقشة والحوار.
- تزويد المشاركات بالمعلومات.
- التغذية الراجعة.
- الجبل الجليدي.
- لعب الدور والنمذجة.

الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools):

- لوح وأقلام تأشير ملون.
- أقلام وأوراق لأعضاء المجموعة.
- نشاط على الأبعاد داخل النفس.
- نموذج نشاط أجزاء الجبل الجليدي.
- نموذج الواجب البيتي.

الإجراءات وسير الجلسة (Procedures):

أولاً: الترحيب

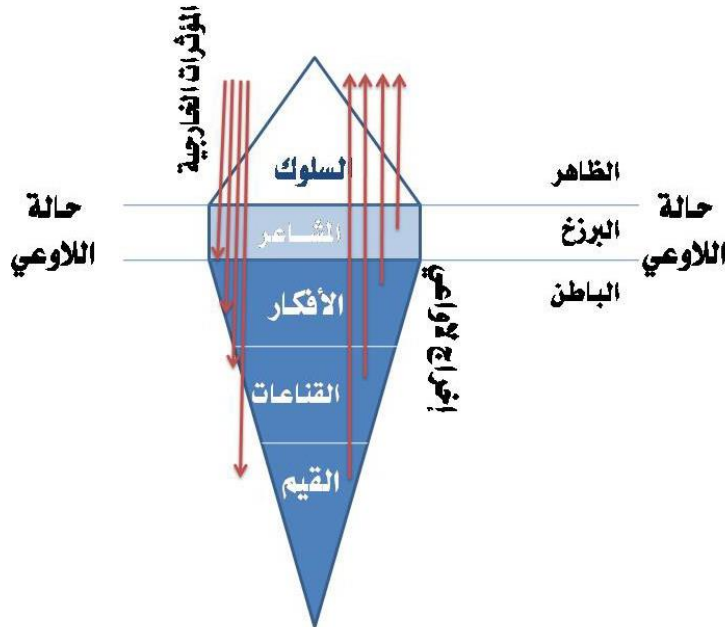
- في بداية الجلسة ترحب المرشدة بالمشاركات، وتشكرهن على الحضور والالتزام بالموعد، وتستفسر عن صحتهم وأحوالهن. ثم تقوم بالتذكير بأهم ما دار بالجلسة السابقة، وتكلف بعض الأعضاء بذكر القواعد الأساسية للجلسات، وتطلب نماذج من الواجب البيتي، وتبدأ بمناقشته مع الأعضاء، وتقدم التعزيز والتغذية الراجعة المناسبة للأعضاء.

ثانياً: التعرف على مصدر المشاعر.

عرض مهارة الجبل الجليدي ومناقشتها، تتحدث المرشدة: "دعونا نقول أن داخل كل منا ما يسمى "بالجبل الجليدي" وهو عبارة عن جزئين جزء ظاهر فوق الماء، حيث ما هو فوق الماء هو ما ينظر إليه، (أي السلوكيات الحالية). وجزء تحت الماء يكون من مجموعة كبيرة من المشاعر، التصورات، والتوقعات". ويتكون الجبل الجليدي داخل كل منا من ثلاثة أبعاد وهي: الأبعاد الشخصية (السلوك والمواقف)، أبعاد داخل النفس (المشاعر والأحاسيس عن التصورات والتطلعات)، والأبعاد الروحية (الأشواق والنفس).

ثالثاً: التعرف على أبعاد الشخصية في الجبل الجليدي.

- تعرض المرشدة أجزاء الجبل الجليدي كما هو موضح في الشكل التالي:



تتناقش المرشدة المشاركات أبعاد ومكونات الجبل الجليدي، وهي كما يلي:

البعد الأول: السلوك أو الموقف:

وهو كل تصرف أو فعل يصدر عن الفرد ويكون محط انتباه الآخرين. تطرح المرشدة مثال على المشاركات: عندما يتصرف طفل مراهق في البيت بالعدوانية، فإنه لم يعد يتصرف كالسابق بشكل أطف وبدون عدوانية، ففي البداية قد يعتقد الوالدين أن ابنهما لا يحترمهما ويعاندهما، مما يشعرهم بالغضب اتجاه طفلهم، وقد يقومون بضربه أو شتمه وذلك تبعاً لمشاعرهما الداخلية، ولكن إذا عرف الوالدين سبب تغير سلوك ابنهما الظاهري فإنهما سيقومان باستقبال تصرفاته وسلوكه بشكل أكثر تفهم خلال مرحلة المراهقة. حيث تقوم الباحثة بشرحه على اللوح وتطلب من الأمهات التأشير عليه في النموذج الموجود مع واحده فيهن.

البعد الثاني: أبعاد داخل النفس.

١. المشاعر: وهي الإحساس الذي ينتاب الفرد تجاه ذلك السلوك أو الموقف، مثل مشاعر الفرح أو الحزن. المشاعر التي سببت هذه المشاعر: وهي المشاعر الخفية التي سببت المشاعر الظاهرة، مثل ما هو سبب الغضب؟ (الشعور بالإحباط) مثلاً.

٢. التصورات: وهي الفكرة المتبلورة داخل الفرد تجاه ذلك الموقف، أي فكرة الفرد عن الموقف. والتصورات هي "أفكار لديك" ويمكن أن تكون معتقدات ومواقف وقيم وأفكار، وأدراك وافتراضات، علماً بأن دوافع الناس تتبع من تصوراتهم وليس عن طريق الوضع الفعلي، كما يتم تشكيل التصورات من قاعدة معرفية محدودة، وتفسيرات غير مكتملة. ويمكن تغيير تصورات الناس، بحيث تظهر في صورة أكثر إيجابية.

٣. التوقعات: وتضم الأشياء التي نتوقعها ومنتظر حدوثها، من الذات، من الآخرين، تجاه الآخرين.

أ. تقوم المرشدة بعمل نشاط على الأبعاد داخل النفس، حيث توزع المرشدة المشاركات إلى ثلاثة مجموعات وتطلب من كل مجموعة إعطاء أمثلة من حياتهم الزوجية على كل بعد من أبعاد النفس. ثم تقوم المرشدة بمناقشة الأمثلة مع المشاركات. ومثال على إحدى مشاركة المجموعة: أعتقد أن زوجي يحب الخروج من المنزل بسبب انشغالي عنه بأعمال المنزل وإهماله فعندما يخرج أشعر بالغضب والحزن.

البعد الثالث: الأبعاد الروحية.

١. الأشواق: (وهي رغبتنا بالحب، القبول، وأن تكون محبوب).)

٢. النفس "أنا": (الروح، الجوهر). تمثل الجوانب المادية، والعقلية، والعاطفية، والحسية، والغذائية، والروحية للفرد. ويمكن تحديد كل جانب على حده، والتفاعل بين هذه العناصر يشكل النفس كلها، فإن النفس تؤثر على السلوك، والسياق يؤثر على النفس، وأنه في كثير من الأحيان تحدث هذه الآثار في وقت واحد. وتصف ساتير النفس بأنها "جوهر ومصدر تجاربنا الداخلية" التي تظهر طاقة الحياة الروحية (Caston, 2009).

بعد الانتهاء من تعبئة النشاط، توضح المرشدة من خلال القصة التي تم سردها ملاحظة موقف الغضب والسلوك والصوت العالي التعرق واحمرار الوجه وكسر كاس الماء التي كانت أمام محمد فهذا ما تم ملاحظته على سطح الماء في الجبل الجليدي، فهناك اعتقادات وتصورات وقيم مخبئة تحت الماء لم نراها والتي هي المسؤولة عن غضب محمد. فالسؤال المهم هنا لكي نفهم أنفسنا ومن حولنا هو ما الذي أشعل الغضب؟. فإن ذلك سيزيد بالتأكيد من فرص الحد من الغضب ويساعد على التغيير، إذن الجبل الجليدي يساعد الناس على فهم أفضل لأنفسهم وتحمل المسؤولية عن أفعالهم (Satir, Galvin & Cooper, 1996).

- تؤكد المرشدة على مبدأ الاحترام المتبادل بين أعضاء المجموعة وتقوم بتعزيز المشاركات وتقديم التغذية الراجعة لديهن.

رابعاً: التلخيص وإنهاء الجلسة.

- بعد ذلك تلخص المرشدة ما دار في الجلسة، وتشكر الأعضاء على حضورهن وتفاعلهن، وتذكرهن بموعد ومكان الجلسة القادمة والتي بعنوان (إعادة التفعيل/ التمثيل). والتأكيد على أهمية الواجبات البيتية ليتم مناقشتها وعرضها في الجلسة القادمة، وتشكرهن على التزامهن بالحضور، وعلى التعاون الواضح، وتتمنى لهن الاستفادة من البرنامج الإرشادي وأن تنعم منازلهن بالسعادة والراحة.

خامساً: الواجب البيتي. على كل مشاركة التركيز على المواقف والسلوكيات مع الزوج وتقوم بتفسيرها من خلال فنية الجبل الجليدي.

النشاط رقم (١)
نشاط على الأبعاد داخل النفس



التوقعات	التصورات	المشاعر	الأمثلة
			المجموعة الأولى
			المجموعة الثانية
			المجموعة الثالثة

نشاط رقم (٢)
نموذج أجزاء الجبل الجليدي

(القصة): تشاجر محمد مع مديره في العمل، وعندما عاد للمنزل وقت الظهر لم تكن منار قد أعدت طعام الغداء فسأل محمد عن الغداء ولم يجد منار قد أعدته، قام بالصراخ عليها بصوت عالي، وبدأ بالتعرق واحمر وجهه وقام بكسر كأس الماء التي أمامه. على غير عادته فهو لا يكثر إذا أعدت منار الغداء أم لم تعده. غضبت منار من تصرف زوجها وقررت الذهاب إلى بيت أهلها. لكن السؤال هنا ما الذي جعل محمد يتصرف هكذا سيتم تعبئة نموذج الجبل الجليدي في حالة محمد.

ما الذي واضح على سطح الماء؟

.....

السلوك الموقف الخارجي التصرف الذي قام به محمد:

.....

ما الذي مخبئ تحت الماء؟

.....

ما الذي الذي شعر به محمد؟

.....

ما الذي جعل محمد أن يشعر بهذه الطريقة؟

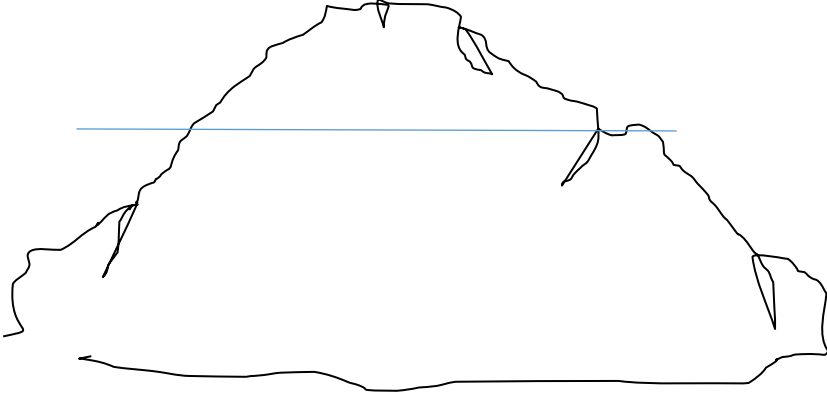
.....

نموذج الواجب البيتي

التركيز على المواقف والسلوكيات مع الزوج وتفسيرها من خلال فنية الجبل الجليدي.

الجبل الجليدي الخاص بي

الموقف:



الجلسة السابعة

عدد المشاركات	المكان	اليوم/التاريخ	الوقت	عنوان الجلسة
15	مدرسة الحسين الثانوية قاعة الاجتماعات	٢٠٢١/٣/٢٢	90	إعادة التفعيل / التمثيل

الهدف العام: تعريف المشاركات على فنية إعادة تمثيل الموقف بطريقة إيجابية.

الأهداف (Goals):

- التذكير بالقواعد الأساسية للمجموعة الإرشادية.
- مراجعة موضوع الجلسة السابقة.
- مناقشة نموذج الواجب البيتي مع الأعضاء.
- أن يتعرف الأعضاء على فنية إعادة التفعيل / التمثيل.
- أن يتدرب الأعضاء على إعادة تمثيل الموقف بطريقة إيجابية.

الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques)

- المناقشة والحوار.
- الكشف الذاتي.
- التغذية الراجعة.
- فنية إعادة التفعيل / التمثيل.
- لعب الدور والنمذجة.

الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools):

- لوح وأقلام تأشير ملون.
- أقلام وأوراق لأعضاء المجموعة.
- نموذج نشاط إعادة تمثيل الموقف.
- نموذج الواجب البيتي.

الإجراءات وسير الجلسة (Procedures):

أولاً: الترحيب

- في بداية الجلسة ترحب المرشدة بالمشاركات، وتشكرهن على الحضور والالتزام بالموعد، وتستفسر عن صحتهم وأحوالهن. ثم تقوم بالتذكير بأهم ما دار بالجلسة السابقة، وتكلف بعض الأعضاء بذكر القواعد الأساسية للجلسات، وتطلب نماذج من الواجب البيتي، وتبدأ بمناقشته مع الأعضاء، وتقدم التعزيز والتغذية الراجعة المناسبة للأعضاء.

ثانياً: التعرف على فنية إعادة التفعيل/ التمثيل.

- توضح المرشدة للمشاركات فنية إعادة تمثيل الموقف من خلال قيام كل مشاركة بإعادة تمثيل الموقف المشكلة مع المرشدة التي تنقص دور الزوج لتحديد طبيعة العلاقة وأنماط الاتصال بينهم، ثم تقوم المرشدة بالطلب من المشاركات بإعادة تمثيل الموقف المشكلة بشكل قريب من الموقف الأصلي كما يحدث بالواقع وتحديد الأدوار الزوجية للمشاركات بما يشبه سيناريو التمثيل، وتفعيل الصراعات في الجلسة بدلاً من الاكتفاء فقط بذكرها.

- **نشاط إعادة تمثيل الموقف:** تقوم المرشدة بالاتفاق مع (المرشدة المساعدة) بإعادة تمثيل موقف مشكلة بين زوجين كما يلي: " محمد ومنار زوجان لم يمض على زواجهما سوى ثلاثة سنوات، إلا أنه منذ زواجهما وهما يتنازعان على مشكلة معينة تؤرق صفو حياتهما، وهي مشكلة عودة محمد إلى البيت متأخراً بسبب عمله الشاق بالإضافة إلى اضطراره أحياناً إلى الدوام في أيام العطل الرسمية كأيام الجمعة والأعياد فأصبحا يتنازعان بشكل يومي على مدار الثلاث سنوات" وغالباً يدور بينهما الحوار التالي:

- **محمد:** ينهي عمله متأخراً حتى يؤمن مصاريف بيته، ويعود وهو في حالة تعب شديد.
- **منار:** تشعر بالحزن دائماً حيث ترى بأنها ليست كباقي النساء اللواتي يحضر أزواجهن للبيت باكراً ويسهرون، أو قد يخرجون مع بعضهما في نزهة.
- **محمد:** مساء الخير.

- **منار:** تبقى صامته ولا تجيب، والدموع تملأ عيناها من الحزن والغضب معاً.

- **محمد:** لماذا لا تردين علي؟

- **منار:** تبقى صامته وتذهب إلى الغرفة الأخرى.

- **محمد:** منار. ... أنت تعلمين بأني أتأخر في عملي حتى أؤمن مصاريف البيت واحتياجات ابننا وكل ذلك غصباً عني وكم أتمنى أن أعود باكراً كي أراكم وأرتاح.
- **منار:** أنت دائماً هكذا دون أي تغيير.
- **محمد:** صدقيني أنا أيضاً غير مرتاح بهذا الوضع ولا يوجد عمل غيره أستطيع الذهاب إليه، وها نحن هكذا منذ ثلاثة سنوات فلا بد أنك اعتدت على تأخري.
- **منار:** لقد تعبت من هذا الوضع حتى أنني لا أشعر بأني متزوجة لقد قاربت أن أنسى ملامح وجهك، طوال الوقت اجلس لوحدي ومعظم الوقت أشعر بالملل والوحدة أتمنى أن نخرج مع بعض للتنزه، وأتمنى أن تجلس معي ونحدث في بعض الأمور.
- **محمد:** يغضب ويقول بصوت مرتفع. .. أعطيني حلاً وأنا موافق عليه فلقد سئمت من هذا النكد اليومي.
- **منار:** تصرخ أيضاً وتقول لا يوجد لدي حلاً، ولكني تعبت من هذا الوضع وأتمنى أن تتغير حياتنا.
- تقسم المرشدة الأعضاء إلى أربعة أقسام: القسم الأول أربعة أعضاء تتولى كل واحدة منهن دور الزوجة وتقوم بإعادة تمثيل الموقف المشكلة مع القسم الثاني وهن اللواتي يتمصنّ دور الزوج إلا أنهنّ يتحدثنّ بهدوء ولا يظهرنّ أي انفعال حتى تقوم الزوجة بإبداء انفعال زوجها كما حدث بالموقف الأصلي تماماً.
- بعد انتهاء الأعضاء مما سبق يتم تغيير الأدوار بحيث يتولى القسم الأول اللواتي تقمصنّ دور الزوج سابقاً ويقمن بإعادة تمثيل الموقف المشكلة مع القسم الثاني وهن اللواتي كنّ زوجات بالسابق.
- تقدم المرشدة تغذية راجعة لهن على المواقف التي تم إعادة تمثيلها من قبل أعضاء المجموعة.
- ثالثاً: تدريب الأعضاء على إعادة تمثيل الموقف بطريقة إيجابية.**
- توضح المرشدة للمشاركات بأنها تريدهم أن ويتمصنوا دور الزوج والزوجة في الموقف الذي مثلوه ليتعرفوا على مدى تأثير الصراعات والنزاعات الزوجية على استقرار العلاقة الزوجية، وحتى يكتشف الأعضاء إيجابيات وسلبيات التغيير، وتؤكد المرشدة إلى ضرورة حدوث التغيير، وإلى تعبير الأعضاء عما يدور داخلهم من أفكار ومشاعر كي يتم التعامل معها بكل إيجابية.

- تؤكّد المرشدة على مبدأ الاحترام المتبادل بين أعضاء المجموعة وتقوم بتعزيز المشاركات وتقديم التغذية الراجعة لديهن.

رابعاً: التلخيص وإنهاء الجلسة.

- بعد ذلك تلخص المرشدة ما دار في الجلسة، وتشكر الأعضاء على حضورهن وتفاعلهن، وتذكرهن بموعد ومكان الجلسة القادمة والتي بعنوان (رسائل أنا وأنت). والتأكيد على أهمية الواجبات البيئية ليتم مناقشتها وعرضها في الجلسة القادمة، وتشكرهن على التزامهن بالحضور، وعلى التعاون الواضح، وتتمنى لهن الاستفادة من البرنامج الإرشادي وأن تنعم منازلهن بالسعادة والراحة.

خامساً: الواجب البيئي. اختاري موقفاً حصل معك عاملتي به زوجك بطريقة سيئة وقومي بإعادة هذا الموقف الذي عاملتي به زوجك ولكن بطريقة إيجابية. وحددي ما هي مشاعرك قبل تطبيق الموقف؟ وما هي مشاعرك بعد تطبيق الموقف؟

نشاط فنية إعادة التفعيل/ التمثيل



<u>الإيجابيات: أفكار / مشاعر</u>	<u>إعادة تمثيلها</u>	<u>المشكلة أو الموقف</u>

نموذج الواجب البيتي
إعادة تمثيل الموقف بطريقة إيجابية

مشاعرك بعد التطبيق	مشاعرك قبل التطبيق	الموقف الإيجابي الآن	الموقف السيئ بالماضي



الجلسة الثامنة

عدد المشاركات	المكان	اليوم/التاريخ	الوقت	عنوان الجلسة
15	مدرسة الحسين الثانوية قاعة الاجتماعات	٢٠٢١/٣/٢٩	90	رسائل أنا وأنت

الهدف العام: تعريف المشاركات على رسائل أنا وأنت وأثرها على العلاقة الزوجية.

الأهداف (Goals):

- التذكير بالقواعد الأساسية للمجموعة الإرشادية.
- مراجعة موضوع الجلسة السابقة.
- مناقشة نموذج الواجب البيتي مع الأعضاء.
- أن يتعرف الأعضاء على الفرق بين رسائل أنا ورسائل أنت.
- أن يدرك الأعضاء أثر رسائل أنا وأنت على العلاقة الزوجية.
- أن يتدرب الأعضاء على الكشف الذاتي.

الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques)

- المناقشة والحوار.
- الكشف الذاتي.
- التغذية الراجعة.
- الاستيضاح.
- لعب الدور والنمذجة.

الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools):

- لوح وأقلام تأشير ملون.
- أقلام وأوراق لأعضاء المجموعة.
- نموذج نشاط رسائل أنا وأنت.
- نموذج الواجب البيتي.

الإجراءات وسير الجلسة (Procedures):

أولاً: الترحيب

- في بداية الجلسة ترحب المرشدة بالمشاركات، وتشكرهن على الحضور والالتزام بالموعد، وتستفسر عن صحتهم وأحوالهن. ثم تقوم بالتذكير بأهم ما دار بالجلسة السابقة، وتكلف بعض الأعضاء بذكر القواعد الأساسية للجلسات، وتطلب نماذج من الواجب البيتي، وتبدأ بمناقشته مع الأعضاء، وتقدم التعزيز والتغذية الراجعة المناسبة للأعضاء.

ثانياً: أن يتعرف الأعضاء على الفرق بين رسائل أنا ورسائل أنت

- تعرف المرشدة الأعضاء بأنواع رسائل أنا: التعبيرية، والاستجابية، والوقائية مع إعطاء أمثلة عليها:

أولاً: أنا التعبيرية: تكشف عن معتقدات الفرد الذي يرسلها وردة فعله ما يحب وما يكره وأفكاره واهتماماته واتجاهاته، مثل: أراد زوجك الخروج مساءً مع أصدقائه لحضور مباراة.

- رسالة أنا " عندما تخبرني أين أنت ذاهب أشعر بالراحة ولن اقلق عليك".

ثانياً: أنا الاستجابية: هي ردة فعلك عندما يطلب منك زوجك أن تفعل شيئاً ما، وعندها أما تقولين (لا) عند رفضك للطلب مع توضيح السبب، أو (نعم) عندما يكون الطلب مقبول، مثل: " زوجك يطلب منك أن تذهبي مع أخته إلى المستشفى وأنت لديك عمل وتخافين أن تتأخري عن عملك".

- رسالة أنا " لدي عمل وأخاف أن أتأخر عنه حقاً لذلك لا يمكنني توصيل أختك".

ثالثاً: أنا الوقائية: عندما لا يوجد مشاكل بين الزوج والزوجة، حيث أن رسائل الأنا في هذا الحالة تساعد الشخص المقابل كالزوج على معرفة ما تحتاجه الزوجة وتريده مسبقاً حتى يتمكن من تلبية حاجاتها اذا فهمها بوضوح، مثل: سوف تأتي والدتي لزيارتنا والإقامة لمدة أسبوع عندنا، واريد أخبار زوجي بقدمها للجلوس معها والتحدث وتوفير جو هادئ لها.

- رسالة أنا" والدتي سوف تقضي عندنا الأسبوع القادم أحب أن تبقى بالبيت كما أنني أرغب بتوفير جو هادئ لها".

- تناقش المرشدة مع المشاركات فوائد ومخاطر الكشف الذاتي، وما الآثار الإيجابية التي ستعود عليهن عند استخدام رسائل أنا في الحوار مع الزوج.

ثانياً: أن يدرك الأعضاء أثر رسائل أنا وأنت على العلاقة الزوجية

- نشاط رسائل أنت: تقوم المرشدة بالطلب من المشاركات أن تتخيل هذا المشهد.
- المشهد: " الزوج يجلس ويشاهد الأخبار، ويتناول المكسرات ويرمي على الأرض، تأتي زوجته وتشاهد منظر الغرفة".
- تطلب المرشدة من المشاركات أن تقول الجملة أو الرسالة بصوت عالي عندما تشاهد منظر الغرفة، ويتم كتابة الجمل على ورقة ثم تقوم المرشدة بعرضها على المشاركات.

من الأمثلة على الجمل التي كتبت من قبل المشاركات:

- لماذا ترمي القشور على الأرض؟
- يوجد في الغرفة سلة مهملات.
- أنا أعرف أنك تفعل هذا التصرف لكي تغضبني ونتشاجر.
- لن أقوم بتنظيفها أبداً وسوف تقوم أنت بتنظيفها.
- تناقش المرشدة مع المشاركات فوائد ومضار استخدام رسائل أنت، وتتيح الفرصة للمشاركات للتعبير عن أفكارهن، ومشاعرهن، وتؤكد المرشدة على أن رسائل أنت تؤدي أكثر، وتؤدي إلى أحداث توتر في العلاقة الزوجية.
- ثم تطلب المرشدة من المشاركات تحويل الرسائل السابقة حول المشهد إلى رسائل إيجابية، ومن ثم تقوم بمناقشة المشاركات في الفرق بين الرسائل الإيجابية والرسائل السلبية وأثرها على متلقي الرسالة إيجاباً أو سلباً.
- تؤكد المرشدة على مبدأ الاحترام المتبادل بين أعضاء المجموعة وتقوم بتعزيز المشاركات وتقديم التغذية الراجعة لديهن.

ثالثاً: التلخيص وإنهاء الجلسة.

- بعد ذلك تلخص المرشدة ما دار في الجلسة، وتشكر الأعضاء على حضورهن وتفاعلهن، وتذكرهن بموعد ومكان الجلسة القادمة والتي بعنوان (الاتصال اللفظي (١)). والتأكيد على أهمية الواجبات البيتية ليتم مناقشتها وعرضها في الجلسة القادمة، وتشكرهن على التزامهن بالحضور، وعلى التعاون الواضح، وتتمنى لهن الاستفادة من البرنامج الإرشادي وأن تنعم منازلهن بالسعادة والراحة.

رابعاً: الواجب البيتي. على كل مشاركة أن تطبق المهارة التي تم تعلمها في الجلسة الإرشادية وتسجل في نموذج الواجب البيتي الموقف الذي طبقت فيه المهارة. وما هي الرسائل التي استخدمتها؟

نموذج نشاط رسائل أنا وأنت
رسائل أنا



.....مثال على أنا التعبيرية:

.....مثال على أنا الاستجابية:

.....مثال على أنا الوقائية:.

نشاط على رسائل أنت



بناءً على الموقف المعروض ستوجه كل زوجة رسالة إلى زوجها رداً على ما تمت مشاهدته:

.....

.....

.....

.....

.....

نموذج الواجب البيتي

نموذج تطبيق مهارة رسائل أنا



تطبيق رسائل أنا	الموقف

الجلسة التاسعة

عدد المشاركات	المكان	اليوم/التاريخ	الوقت	عنوان الجلسة
15	مدرسة الحسين الثانوية قاعة الاجتماعات	٢٠٢١/٤/٥	90	الاتصال اللفظي (استخدام الحواس)

الهدف العام: تدريب المشاركات على استخدام الحواس في عملية الاتصال والتفاعل مع الشريك الآخر ومع الآخرين.

الأهداف (Goals)

- التذكير بالقواعد الأساسية للمجموعة الإرشادية.
- مراجعة موضوع الجلسة السابقة.
- مناقشة نموذج الواجب البيتي مع الأعضاء.
- تعريف المشاركات بأهمية الحواس في عملية لاتصال والتفاعل مع الشريك الآخر ومع الآخرين.
- زيادة وعي المشاركات بالفرق بين الموقف وتفسيره بناءً على الوعي الحسي لدى المشاركات.
- تدريب المشاركات على استخدام الحواس في عملية الاتصال والتفاعل مع الشريك الآخر ومع الآخرين من خلال مهارات ساتير لعمل الاتصال (الامتداد، الحضور، المرأة، الملاحظة).

الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques)

- المناقشة والحوار.
- التغذية الراجعة.
- لعب الدور.
- الامتداد.
- الحضور.
- المرأة.
- الملاحظة.

الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools)

- لوح قلاب.
- أقلام وورق وألوان لاستخدام أعضاء المجموعة.
- مرآة.
- نموذج نشاط الوعي الحسي لدى المشاركات.
- نموذج نشاط مهارات الاتصال عند ساتير.
- نموذج الواجب البيتي.

الإجراءات (Procedures)

أولاً: الترحيب:

- في بداية الجلسة ترحب المرشدة بالمشاركات، وتشكرهن على الحضور والالتزام بالموعد، وتستفسر عن صحتهم وأحوالهن. ثم تقوم بالتذكير بأهم ما دار بالجلسة السابقة، وتكلف بعض الأعضاء بذكر القواعد الأساسية للجلسات، وتطلب نماذج من الواجب البيتي، وتبدأ بمناقشته مع الأعضاء، وتقدم التعزيز والتغذية الراجعة المناسبة للأعضاء.

ثانياً: أهمية الحواس في عملية الاتصال والتفاعل مع الشريك الآخر أو مع الآخرين.

- تقوم المرشدة بسؤال المشاركات ما هي الحواس الخمس وما أهميتها في عملية الاتصال؟ وبعد الاستماع لإجابات المشاركات تقوم المرشدة بتوضيح أهمية الحواس في عملية الاتصال والتفاعل مع الشريك الآخر أو مع الآخرين، قائلة: " تعد الحواس المصدر الأساسي والرئيسي في تفاعلنا مع الأشياء والآخرين من حولنا، فنحن نسمعهم ونراهم ونلمسهم ونشعر بهم، فيجب علينا أن نرى ونسمع ونلمس ونشعر جيداً لأنه إذا حدث أي خلل في هذه الحواس فإننا على الأكد لن نتواصل ونتفاعل بشكل جيد.

ثالثاً: الموقف وتفسيره بناءً على الوعي الحسي لدى المشاركات.

- تقوم المرشدة بطرح مثال للمشاركات، ومن ثم تطلب منهن الإجابة عن السؤال الموجود في الفقرة على ورقة النشاط. وهو: هل استخدمت سلمى حواسها للتواصل والتفاعل مع زوجها، ولماذا؟

- بعد الاستماع لإجابات المشاركات ومناقشتهم، توضح المرشدة أنه في المثال السابق لم تقم سلمى باستخدام حواسها بشكل جيد، حيث أنها لم تسمع نبيرة صوت زوجها الحزينة، ولم ترا

التعب المفرط عليه على غير عادته، حيث أصرت على طلبها مما أدى لحدوث المشكلة. بالإضافة إلى أن سلمى لم تقم بفصل الوعي الحسي (الحواس) عن تفسير الموقف (حيث إن أهم جزء هو فصل الوعي الحسي عن التفسير، فنحن بحاجة لحواسنا لكي نسمع ونرى ونتذوق ونلمس الأشياء، ولكننا نقوم بعمل تفسير سريع جدا يعمل على تشويه وعينا الحسي، لذا فإن الوعي المتباين أو تفسيراتنا يحتاج إلى تعلم. (Satir, 1991)) وهنا تؤكد المرشدة على المشاركات بضرورة استخدام الحواس في التواصل والتفاعل مع الآخرين، وفصل الوعي الحسي عن التفسير. مما قد يؤدي لتحسين أنماط التواصل وقلة الخلافات والمشكلات حيث يسهم بحياة زوجية وجيدة وخالية من المشاكل.

رابعاً: تدريب المشاركات على استخدام الحواس في عملية الاتصال والتفاعل مع الشريك الآخر أو مع الآخرين.

تقوم المرشدة بعرض أربعة بطاقات على المشاركات تحت عنوان (بطاقات مهارات الاتصال عند ساتير). حيث تحتوي البطاقة الأولى على مهارة الامتداد، البطاقة الثانية على مهارة الحضور، البطاقة الثالثة على مهارة المرأة، البطاقة الرابعة على مهارة الملاحظة. وتبدأ المرشدة بتوضيح كل مهارة من هذه المهارات للمشاركات مع ذكر مثال عليها. مثل: مهارة الامتداد هي تفعيل حاسة اللمس باليد، والترحيب بالناس بكل حب ودفء، ومناداة الآخرين بأسمائهم.

- وبعد ذلك تقوم المرشدة بتقسيم المجموعة إلى أربع ثنائيات ثم تقلب البطاقات بحيث يصعب على المشاركات رؤية البطاقات، ومن ثم تطلب المرشدة من كل ثنائي سحب بطاقة ليتم التدريب على المهارات الأربعة بالتعاون مع المرشدة.
- يقوم الثنائي الأول بالتدريب على مهارة الامتداد ومن خلال لعب الدور، يقوم الثنائي الأول بتفعيل حاسة اللمس (اليد) التحية والترحيب بالناس بدفء، مناداة الآخرين بأسمائهم، والتحكم بنغمة الصوت المناسبة أثناء التواصل مع الطرف الآخر. وبعد ذلك تطلب المرشدة من الثنائي قلب الأدوار وتمثيل عكس ما هو موضح في مهارة الامتداد مثل: عدم الترحيب بالناس بدفء، وعدم مناداتهم بأسمائهم، ومن ثم سماع المشاركات الأخريات بأن هذه التصرفات غير مناسبة وغير جيدة في عملية الاتصال.
- ويقوم الثنائي الثاني بالتدريب على مهارة الحضور ومن خلال لعب الدور يقوم الثنائي الثاني بالتركيز على الآخرين بشكل خاص (الالتفات للآخر وإعطاءه الاهتمام أثناء التواصل)،

وإعطاء الآخر الانتباه والوقت الخاص عند الاتصال. وبعد ذلك تطلب المرشدة من الثنائي بقلب الأدوار وتمثيل عكس ما هو موضح في مهارة الحضور مثل: عدم إعطاء الاهتمام للآخرين أثناء التواصل وعدم الانتباه، ومن ثم سماع المشاركات الأخريات بأن هذه التصرفات غير مناسبة وغير جيدة في عملية الاتصال.

- ويقوم الثنائي الثالث بالتدريب على مهارة المرأة ومن خلال لعب الدور يقوم الثنائي الثالث بالتركيز على التواصل البصري (العين)، وتعبيرات الوجه والإيماءات، من خلال استخدام أداة المرأة لتوضيح المهارة. وبعد ذلك تطلب المرشدة من الثنائي الثالث بقلب الأدوار وتمثيل العكس مثل: عدم التواصل البصري مع الآخرين وعدم الاهتمام بتعابير الوجه، ومن ثم سماع المشاركات الأخريات بأن هذه التصرفات غير مناسبة وغير جيدة في عملية الاتصال.

- ويقوم الثنائي الرابع بالتدريب على مهارة الملاحظة ومن خلال لعب الدور يقوم الثنائي بالتركيز على ملاحظة لغة الجسم وإيماءاته (الجلسة، حركة اليدين....). وبعد ذلك تطلب المرشدة من الثنائي الرابع بقلب الأدوار وتمثيل العكس التفاعلات السابقة، ومن ثم سماع المشاركات الأخريات بأن هذه التصرفات غير مناسبة وغير جيدة في عملية الاتصال.

سادساً: التلخيص والإنهاء

بعد ذلك تلخص المرشدة ما دار في الجلسة، وتشكر الأعضاء على حضورهن وتفاعلهن، وتذكرهن بموعد ومكان الجلسة القادمة والتي بعنوان (الاتصال اللفظي (٢)). والتأكيد على أهمية الواجبات البيتية ليتم مناقشتها وعرضها في الجلسة القادمة، وتشكرهن على التزامهن بالحضور، وعلى التعاون الواضح، وتتمنى لهن الاستفادة من البرنامج الإرشادي وأن تنعم منازلهن بالسعادة والراحة.

سابعاً: الواجب البيتي. على كل مشاركة وصف طريقة تواصلها مع زوجها وتدون على نموذج الواجب البيتي، ما الذي يقوي التواصل وما الذي يضعف عملية التواصل مع زوجها ؟

نموذج نشاط الوعي الحسي لدى المشاركات

المثال:

" تعرض أحمد أثناء عمله لمشكلة كبيرة وعندما عاد للمنزل كانت بانتظاره زوجته سلمى مستعدة للخروج من أجل التسوق، كما تم الاتفاق عليه في ليلة الامس مساءً لكن أحمد كان مرهق وتعبان ونبرة صوته حزينة وخافته، أصرت سلمى على الخروج للتسوق واعتقدت أنه يمثل عليها لكي لا يذهب معها للتسوق، لكن أحمد حاول الاعتذار مراراً وتكراراً لكن دون جدوى. تعالت الأصوات وبدأ الخلاف بينهما"

هل استخدمت سلمى حواسها للتواصل والتفاعل مع زوجها أحمد، ولماذا؟



نموذج نشاط مهارات الاتصال لدى ساتير



نموذج الواجب البيتي



الموقف:

.....

.....

.....

ما الشيء الذي يقوي مهارة الاتصال؟

.....

.....

.....

.....

ما الشيء الذي يضعف مهارة الاتصال؟

.....

.....

.....

الجلسة العاشرة

عدد المشاركات	المكان	اليوم/التاريخ	الوقت	عنوان الجلسة
15	مدرسة الحسين الثانوية قاعة الاجتماعات	٢٠٢١/٤/٧	90	الاتصال اللفظي (٢)

الهدف العام:

الأهداف (Goals)

- التذكير بالقواعد الأساسية للمجموعة الإرشادية.
- مراجعة موضوع الجلسة السابقة.
- مناقشة نموذج الواجب البيتي مع الأعضاء.
- تعريف الأعضاء بمراحل التواصل عند ساتير.
- تدريب الأعضاء على مراحل التواصل عند ساتير.

الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques)

- المناقشة والحوار.
- التغذية الراجعة.
- لعب الدور.
- الاستماع النشط.

الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools)

- لوح قلاب.
- أقلام وورق وألوان لاستخدام أعضاء المجموعة.
- جهاز عرض الفيديو.
- نموذج نشاط التدريب على مراحل التواصل عند ساتير.
- نموذج الواجب البيتي.

الإجراءات (Procedures)

أولاً: الترحيب:

- في بداية الجلسة ترحب المرشدة بالمشاركات، وتشكرهن على الحضور والالتزام بالموعد، وتستفسر عن صحتهم وأحوالهن. ثم تقوم بالتذكير بأهم ما دار بالجلسة السابقة، وتكلف بعض الأعضاء بذكر القواعد الأساسية للجلسات، وتطلب نماذج من الواجب البيتي، وتبدأ بمناقشته مع الأعضاء، وتقدم التعزيز والتغذية الراجعة المناسبة للأعضاء.

ثانياً: مراحل التواصل عند ساتير

- تسأل المرشدة المشاركات عن مراحل التواصل؟ وما هي أهمية تطبيق المراحل الأربعة على الآخرين؟

- مثال على إحدى المشاركات " مراحل التواصل تعتمد على استقبالننا للرسالة وفهمنا لمعنى الرسالة ومدى أهمية هذه الرسالة من قبلي وبناء عليه يتم استجابتي من خلال ردة فعلتي التي أقوم بها عند سماعي للرسالة".

- وبعد الاستماع لإجابات المشاركات توضح المرشدة المراحل الأربعة للتواصل عند ساتير. أولاً: المدخلات: وهي العناصر اللفظية، وغير اللفظية التي يقوم الفرد باستقبالها أثناء عملية الاتصال وتشمل: المحتوى، والصوت، والطريقة، والإشارات. حيث أن الشخص أحياناً يكون منشغل بأمور أخرى فيكتفي بالاستماع فقط، ولا يفهم ما يريد المرسل أن يوصله له بوضوح، فيكتفي بالصمت.

ثانياً: المعنى: وهو كيفية تفسير الفرد للمدخلات التي يستقبلها، ماذا يرى؟ وماذا يسمع؟، وماذا يلمس؟

ثالثاً: الأهمية: ويقصد بها حسب نموذج ساتير: كيف يشعر الفرد تجاه المعنى الذي اكتسبه، وهل شعر (بالألم، الغضب، الحزن، السعادة).

رابعاً: الاستجابة: تشير الاستجابة في التواصل إلى الفعل أو التصرف الذي يصدر من الفرد كنتيجة لما يتم تلقيه من تصرف أو سماعه من حديث أو ملاحظته من إشارات. حيث أن قيام الأفراد بإرسال معلومات وإعطاء معاني لها والاستجابة لها على المستوى الداخلي والخارجي، وبمجرد أن تصبح المعاني غير متطابقة وغير أكيدة ومشوهة، فإن الاتصال يتعرض لخلل وظيفي، ويبقى كذلك ما لم يقوم الفرد بإيضاحها، ومن جهة أخرى يتحقق أسلوب الاتصال الوظيفي أو المتطابق، عندما يكون هناك تناسب بين النية ونتيجة الاتصال (بلميهوب، ٢٠١٠).

ثالثاً: التدريب على مراحل التواصل.

- تعرض المرشدة للمشاركات فيديو لموقف بين زوجين يتحدثان به عن أدوار ومسؤولية كل منهما، حيث يوضح الفيديو مراحل التواصل تم التحدث عنهم سابقاً. ومن ثم تطلب المرشدة من المشاركات التدريب على عناصر التواصل، وتحديد كل من (المدخلات والمعنى والأهمية والاستجابة) بعد مشاهدة الفيديو.

سادساً: التلخيص والإنهاء

بعد ذلك تلخص المرشدة ما دار في الجلسة، وتشكر الأعضاء على حضورهن وتفاعلهن، وتذكرهن بموعد ومكان الجلسة القادمة والتي بعنوان (التغذية الراجعة). والتأكيد على أهمية الواجبات البيئية ليتم مناقشتها وعرضها في الجلسة القادمة، وتشكرهن على التزامهن بالحضور، وعلى التعاون الواضح، وتتمنى لهن الاستفادة من البرنامج الإرشادي وأن تنعم منازلهن بالسعادة والراحة.

سابعاً: الواجب البيئي. على كل مشاركة تحديد موقف لطريقة تواصلها مع زوجها من خلال تطبيق مراحل التواصل عند سائير وتحديد المدخلات والمعنى والأهمية والاستجابة، وتدوّنهم على نموذج الواجب البيئي.

نموذج نشاط التدريب على مراحل التواصل عند ساتير



عرض الموقف من خلال الفيديو وتحديد كل من:

المدخلات: العناصر اللفظية وغير اللفظية

المحتوى:

الصوت:

الطريقة:

الإشارات:

المعنى: وهو كيفية تفسير الفرد للمدخلات التي يستقبلها

ماذا شاهدنا؟

وماذا سمعنا؟

ماذا لمسنا؟

من المرسل للمدخلات؟

ثالثاً: الأهمية: كيف يشعر الفرد تجاه المعنى الذي اكتسبه،

وهل شعر (بالألم، الغضب، الغضب، السعادة)

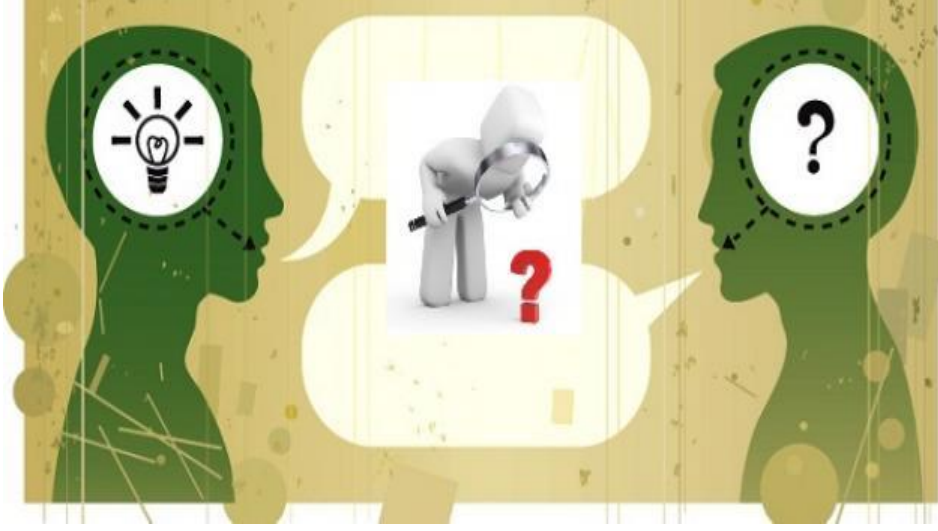
.....

رابعاً: الاستجابة: الفعل أو التصرف الذي صدر من الفرد كنتيجة لما يتم تلقيه من تصرف أو

سماعه من حديث أو ملاحظته من إشارات.

.....

نموذج الواجب البيتي
التدريب على مراحل التواصل عند ساتير



تحديد موقف لطريقة تواصلك مع زوجها من خلال تطبيق مراحل التواصل عند ساتير وتحديد

المدخلات والمعنى والأهمية والاستجابة

الموقف	المدخلات	المعنى	الأهمية	الاستجابة

الجلسة الحادية عشر

عنوان الجلسة	الوقت	اليوم/التاريخ	المكان	عدد المشاركات
التغذية الراجعة	90	٢٠٢١/٤/١٢	مدرسة الحسين الثانوية قاعة الاجتماعات	15

الهدف العام: أثر التغذية الراجعة الإيجابية على سلوك الأعضاء.

الأهداف (Goals)

- التذكير بالقواعد الأساسية للمجموعة الإرشادية.
- مراجعة موضوع الجلسة السابقة.
- مناقشة نموذج الواجب البيتي مع الأعضاء.
- أن يتعرف الأعضاء على الطريقة الفعالة لتقديم وتلقي التغذية الراجعة.
- أن يمارس الأعضاء عدداً من المهارات مثل: التعاطف والاستماع الفعال وتقديم التغذية الراجعة أثناء الجلسة.

الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques)

- المناقشة والحوار.
- التغذية الراجعة.
- لعب الدور.
- الاستماع النشط.
- النمذجة والاستيضاح.

الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools)

- لوح قلاب.
- أقلام وورق وألوان لاستخدام أعضاء المجموعة.
- نموذج نشاط التغذية الراجعة.
- نموذج لنشرة عن كيفية تقديم وتلقي التغذية الراجعة.
- نموذج الواجب البيتي.



الإجراءات (Procedures)

أولاً: الترحيب:

- في بداية الجلسة ترحب المرشدة بالمشاركات، وتشكرهن على الحضور والالتزام بالموعد، وتستفسر عن صحتهم وأحوالهن. ثم تقوم بالتذكير بأهم ما دار بالجلسة السابقة، وتكلف بعض الأعضاء بذكر القواعد الأساسية للجلسات، وتطلب نماذج من الواجب البيتي، وتبدأ بمناقشته مع الأعضاء، وتقدم التعزيز والتغذية الراجعة المناسبة للأعضاء.

ثانياً: تعريف الأعضاء على الطريقة الفعالة لتقديم وتلقي التغذية الراجعة.

- تعرف المرشدة الأعضاء بمهارة التغذية الراجعة وهي: إخبار شخص آخر كيف أثرت كلماته وأفعاله عليك، وعند تقديم التغذية الراجعة بدقة فهي توفر فرصة للآخرين لفهم أنفسهم بشكل أفضل، وتمنحهم فرصة التغيير إذا أرادوا ذلك.

- نبين المرشدة للأعضاء بأن مهارات الاتصال تتداخل مع بعضها فنقول للمشاركات: أنت تسمعين وتقدمين تغذية راجعة لما سمعته وتعبرين عن رأيك بشكل مؤكد، ففي نفس الوقت بإمكانك تطبيق أكثر من مهارة اتصال. وتوضح ذلك من خلال نموذج نشرة إرشادية لتقديم وتلقي التغذية الراجعة.

ثالثاً: ممارسة الأعضاء عدداً من المهارات مثل: التعاطف والاستماع الفعال وتقديم التغذية الراجعة أثناء الجلسة.

- تطلب المرشدة من الأعضاء أن ينقسموا لمجموعات كل مجموعة تتكون من أربعة مشاركات حيث يطلب من إحدى المشاركات الحديث عن موقف حدث بينها وبين زوجها، ويطلب من المشاركات الاستماع والإصغاء لها، ثم تقدم المشاركات الأخريات التغذية الراجعة للمشاركة المتحدثة.

- تناقش المرشدة الأعضاء في أثر التغذية الإيجابية على سلوك الشخص، وتطلب منهن إعطاء أمثلة من حياتهن على أثر تقديم وتلقي التغذية الراجعة بشكل مناسب على تعاملهن مع أزواجهن. مثال على إحدى المشاركات: عند عودة زوجي من عمله يظهر عليه التعب والإرهاق والشعور بالغضب، أقوم بتقديم التغذية الراجعة له من خلال استخدام مهارة الاستماع الفعال والتعاطف معه وأتحدث معه بكل لطف وإيجابية.

- تؤكد المرشدة على أن الاستماع الفعال والاهتمام بما يقوله الشخص، يساعد الطرف الآخر على أن يقدم تغذية راجعة مناسبة.

- تقوم المرشدة بتعزيز الأعضاء على عملهنّ بشكل جماعي، ومن ثم تقوم بتلخيص ما دار داخل الجلسة.

رابعاً: التلخيص والإنهاء

بعد ذلك تلخص المرشدة ما دار في الجلسة، وتشكر الأعضاء على حضورهن وتفاعلهن، وتذكرهن بموعد ومكان الجلسة القادمة والتي بعنوان (ميكانيزمات الدفاع). والتأكيد على أهمية الواجبات البيئية ليتم مناقشتها وعرضها في الجلسة القادمة، وتشكرهن على التزامهن بالحضور، وعلى التعاون الواضح، وتتمنى لهن الاستفادة من البرنامج الإرشادي وأن تنعم منازلهن بالسعادة والراحة.

خامساً: الواجب البيئي. على كل مشاركة أن تطبق مهارة التغذية الراجعة وتسجل الموقف الذي طبقت فيه المهارة. وكيفية التطبيق وشعور الزوجة بعد التطبيق، واستجابة الزوج.

نموذج نشاط التغذية الراجعة



التحدث عن موقف حصل بين الزوجين وعلى المشاركات ملاحظة كيفية الاستماع والإصغاء للمشاركة المتحدثة.

.....

.....

.....

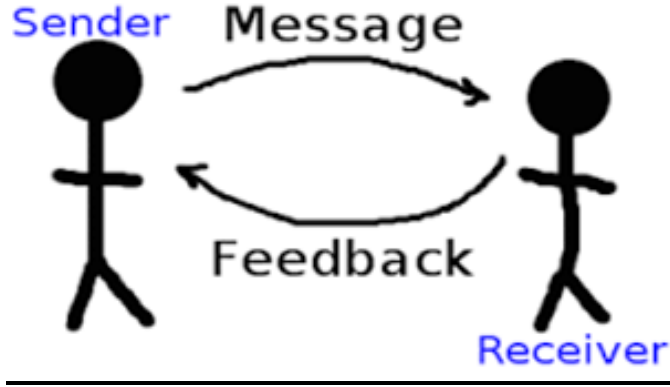
إرشادات متعلقة بالتغذية الراجعة



إرشادات حول تلقي التغذية الراجعة

- اطلبها.
- تقبلها بإيجابية
- ابحث عن التوضيح.
- عبر عن تقديرك لتزويدك بالتغذية الراجعة.
- ناقشها ولا تكتفي بكلمة شكرا قبل أن تفهمها.
- احذري من أن تصبحي دفاعية
- حاولي أن لا تغضبي أو تتجاهلي من يقدم لك التغذية الراجعة.
- فكري بها وحاولي أن تبني عليها.
- **إرشادات حول تقديم التغذية الراجعة**
- تحدثي عن السلوك الذي تشاهديه.
- تأكدي من أنه على صلة بالموضوع.
- اتركي فرصة للشخص الآخر كي يشرح موقفه.

نموذج الواجب البيتي
نموذج تطبيق مهارة التغذية الراجعة



على كل مشاركة أن تطبق مهارة التغذية الراجعة وتسجل الموقف الذي طبقت فيه المهارة.
وكيفية التطبيق وشعور الزوجة بعد التطبيق، واستجابة الزوج.

الموقف	المهارة المستخدمة	شعورك بعد التطبيق	استجابة الزوج

الجلسة الثانية عشر

عدد المشاركات	المكان	اليوم/التاريخ	الوقت	عنوان الجلسة
15	مدرسة الحسين الثانوية قاعة الاجتماعات	٢٠٢١/٤/١٩	90	ميكانيزمات الدفاع

الهدف العام: الكشف عن العمليات الداخلية التي تضعف التفاعل والتواصل بين الآخرين وتقلل من تحمل المسؤولية (ميكانيزمات الدفاع الثلاثة).

الأهداف (Goals):

- تعريف الأعضاء بميكانيزمات الدفاع (الإسقاط، الإنكار، التجاهل).
- تعريف الأعضاء بأهمية ميكانيزمات الدفاع (الإسقاط، الإنكار، التجاهل) في ضعف التواصل بين الزوجين والآخرين.
- تدريب الأعضاء على مواجهة كل من ميكانيزمات الدفاع الثلاثة (الإسقاط، الإنكار، التجاهل).

الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques)

- المناقشة والحوار
- الاستماع النشط
- التغذية الراجعة
- لعب الدور والنمذجة
- الكشف عن الذات

الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools)

- لوح قلاب
- أقلام وورق واللوان لإستخدام أعضاء المجموعة
- نموذج نشاط ميكانيزمات الدفاع (الإسقاط)
- نموذج نشاط ميكانيزمات الدفاع (الإنكار)
- نموذج نشاط ميكانيزمات الدفاع (التجاهل)
- نموذج الواجب البيتي

الإجراءات (Procedures)

أولاً: الترحيب

- في بداية الجلسة ترحب المرشدة بالمشاركات، وتشكرهن على الحضور والالتزام بالموعد، وتستفسر عن صحتهم وأحوالهن. ثم تقوم بالتذكير بأهم ما دار بالجلسة السابقة، وتكلف بعض الأعضاء بذكر القواعد الأساسية للجلسات، وتطلب نماذج من الواجب البيتي، وتبدأ بمناقشته مع الأعضاء، وتقدم التعزيز والتغذية الراجعة المناسبة للأعضاء.

ثانياً: التعرف على ميكانزمات الدفاع وأهميتها في ضعف التواصل.

- تقوم المرشدة بتعريف المشاركات بمفهوم ميكانزمات الدفاع قائلة: تعد من الأساليب التي نقوم باستخدامها لحماية ذاتنا، فقد تصبح أسلوب تعاملنا في الحياة، مما يسبب لنا مشكلات مع ذاتنا ومع الآخرين، وهذه الميكانزمات مبنية على أساس خبرتنا وما تعلمناه سابقاً، وميكانزمات الدفاع الثلاثي (الاسقاط، الإنكار، التجاهل) (Satir,1991). ولأننا أعتدنا على استخدامها أصبحت جزء من أسلوبنا في التعامل، حيث تسهم هذه الميكانزمات الدفاعية في خفض التواصل الفعال مع شريك الحياة والآخرين، كما وتؤدي إلى توتر العلاقة الزوجية وعدم استقرارها. فمن المهم التعرف على ميكانزمات الدفاع بهدف زيادة وعينا والتدرب على الانتباه لها ومواجهتها، لكي نقوم بتحسين أنماط تواصلنا مع الآخرين.

ثالثاً: التدرب على مواجهة ميكانزيم الدفاع (الإسقاط).

- تقوم المرشدة بتقسيم المشاركات إلى مجموعات وتقول لهن: النوع الأول من ميكانزيم الدفاع هو (الإسقاط) وهو محاولتنا لإلقاء أخطاءنا ومسؤولياتنا على أحد ما، وذلك لخفض الشعور بالذنب والتجرد من المسؤولية الشخصية، يؤدي الإسقاط على بقاء الأوضاع كما هي، ولا أحد يتقبل المسؤولية أو يحاول إحداث تغيير في أي شيء. وتطرح المرشدة مثال لتوضيح المفهوم كأن يُحمل الزوج المسؤولية للزوجة وحدها ويلومها على السلوكيات السلبية التي تصدر منه (الصراخ بصوت مرتفع، تكسير الزجاج). وبعد ذلك تعطي المرشدة المجال للأعضاء بالكشف عن الذات.
- تقوم المرشدة بتقسيم الأعضاء إلى أربعة مجموعات وتوزع عليهن نموذج للتدرب على مواجهة ميكانزيم الدفاع الإسقاط، وتطلب منهن وضع أمثلة (مواقف) من حياتهن اليومية في

استخدام الميكانيزم الدفاعي الإسقاط والقيام بلعب الدور وتمثيلها أمام باقي الأعضاء. وبعدها تطلب منهن توضيح ما هو التصرف الصحيح لتلك المواقف.

رابعاً: التدرب على مواجهة ميكانيزم الدفاع (الإنكار)

- توضح المرشدة للأعضاء مفهوم ميكانيزم الدفاع وهو (الإنكار) بأنه أن نقوم بإنكار مشكلة موجودة من خلال عدم إعطاءها أي انتباه بالإضافة لرفض تحمل مسؤوليتها مرة أخرى، فنقوم بالاستمرار في استخدام أسلوب الإنكار حتى نقوم باستبداله بسلوك وتوقعات أكثر تكيف مع الحاضر. وتطرح المرشدة مثال لتوضيح المفهوم إنكار الزوج بقيامه بتصرفات سلبية مثل: (الصراخ بصوت مرتفع، وتكسير الزجاج) في البيت أمام الآخرين. وبعد ذلك تقوم المرشدة بإعطاء المجال للمشاركات بالكشف عن الذات.
- تقوم المرشدة بتقسيم الأعضاء إلى أربعة مجموعات، وتوزع عليهن نموذج للتدرب على مواجهة ميكانيزم الدفاع الإنكار، فتطلب منهن وضع أمثلة (مواقف) من حياتهن اليومية في استخدام الميكانيزم الدفاعي الإنكار والقيام بلعب الدور وتمثيلها أمام باقي الأعضاء بالإضافة لتوضيح ما هو التصرف الصحيح لتلك المواقف.

خامساً: التدرب على مواجهة ميكانيزم الدفاع (التجاهل)

- توضح المرشدة للأعضاء مفهوم ميكانيزم الدفاع النوع الثالث وهو (التجاهل)، وهو دافع تجاه نمط أو موقف نعترف بوجوده لكن نتجنب مواجهة أي تغيرات فيه، فالمماطلة مرتبطة بميكانيزم التجاهل، ومع الوقت يصبح نمط التجاهل مألوف لدينا وبالتالي مقبول لدينا بحيث يصبح من الصعب تغييره. وتطرح المرشدة مثال لتوضيح المفهوم تجاهل السلوك السلبي والسيئ للزوج (كالصراخ بصوت مرتفع، تكسير الزجاج) حتى يصبح سلوك لدى الزوج صعب تغييره. وبعد ذلك تقوم المرشدة بإعطاء المجال للأعضاء بالكشف عن الذات.
- تقوم الباحثة بتقسيم المجموعة وتوزع عليهن نموذج للتدرب على مواجهة ميكانيزم الدفاع التجاهل، فتطلب منهن وضع أمثلة (مواقف) من حياتهن اليومية في استخدام الميكانيزم الدفاعي التجاهل والقيام بلعب الدور وتمثيلها أمام باقي الأعضاء بالإضافة لتوضيح ما هو التصرف الصحيح لتلك المواقف.

سادساً: التلخيص والإنهاء

بعد ذلك تلخص المرشدة ما دار في الجلسة، وتشكر الأعضاء على حضورهن وتفاعلهن، وتذكرهن بموعد ومكان الجلسة القادمة والتي بعنوان (مراجعة المهارات والقياس البعدي). والتأكيد على أهمية الواجبات البيتية ليتم مناقشتها وعرضها في الجلسة القادمة، وتشكرهن على التزامهن بالحضور، وعلى التعاون الواضح، وتتمنى لهن الاستفادة من البرنامج الإرشادي وأن تنعم منازلهن بالسعادة والراحة.

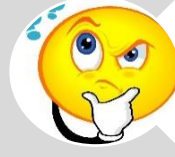
- **سابعاً: الواجب البيتي.** قومي بملاحظة نفسك وزوجك خلال تفاعلهم مع بعضهم البعض وأي منكم يستخدم ميكانيزمات الدفاع التي تضعف التواصل بينكم وتوتر استقراركم الزوجي، وكيف قمت أنتِ بالتقليل من استخدام هذه الميكانيزمات وقومي بمشاركتنا في هذا الموضوع خلال الجلسة التالية.

نموذج نشاط التدريب على ميكانيزم الدفاع (الإسقاط)

مواقف من الحياة اليومية نستخدم فيها ميكانيزم الإسقاط التصرف الصحيح لتلك المواقف

التصرف الصحيح للموقف.

.....



-١

التصرف الصحيح للموقف .

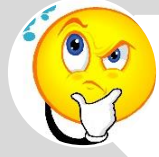
.....



-٢

التصرف الصحيح للموقف.

.....



-٣

التصرف الصحيح للموقف.

.....



-٤

نموذج نشاط التدريب على ميكانيزم الإنكار (الإنكار)

مواقف من الحياة اليومية نستخدم فيها ميكانيزم الإنكار التصرف الصحيح لتلك المواقف

ان أتحمل مسؤولية.....		- ١
ان أتحمل مسؤولية.....		- ٢
ان أتحمل مسؤولية.....		- ٣
ان أتحمل مسؤولية.....		- ٤

نموذج نشاط التدريب على ميكانيزم الدفاع (التجاهل)

مواقف من الحياة اليومية نستخدم فيها ميكانيزم التجاهل التصرف الصحيح لتلك المواقف

-١



ان أتحمل

مسؤولية.....

-٢



ان أتحمل

مسؤولية.....

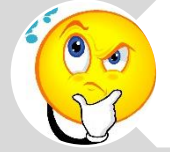
-٣



ان أتحمل

مسؤولية.....

-٤



ان أتحمل

مسؤولية.....

الجلسة الثالثة عشر

عدد المشاركات	المكان	اليوم/التاريخ	الوقت	عنوان الجلسة
15	مدرسة الحسين الثانوية قاعة الاجتماعات	٢٠٢١/٤/٢٦	90	مراجعة المهارات والقياس البعدي

الهدف العام: القيام بمراجعة المهارات التي تم التدريب عليها وإعطاء التغذية الراجعة للأعضاء.

الأهداف (Goals):

- التذكير بالقواعد الأساسية للمجموعة الإرشادية.
- مراجعة موضوع الجلسة السابقة.
- مناقشة نموذج الواجب البيتي مع الأعضاء.
- مراجعة المهارات التي تم التدريب عليها خلال البرنامج.
- أخذ تغذية راجعة من الأعضاء حول البرنامج الإرشادي وأداء المرشد.
- تطبيق الاستبانات البعديّة على أعضاء المجموعة.

الفنيات المستخدمة في الجلسة (Techniques)

- المناقشة والحوار
- التغذية الراجعة

الأدوات المستخدمة في الجلسة (Tools)

- لوح قلاب
- أقلام وورق والوان لاستخدام أعضاء المجموعة
- استبانات الدراسة (أنماط الاتصال الزوجي، التسامح الزوجي، الاستقرار الزوجي).

الإجراءات (Procedures)**أولاً: الترحيب**

- في بداية الجلسة ترحب المرشدة بالمشاركات، وتشكرهن على الحضور والالتزام بالموعد، وتستفسر عن صحتهم وأحوالهن. ثم تقوم بالتذكير بأهم ما دار بالجلسة السابقة، وتكلف بعض الأعضاء بذكر القواعد الأساسية للجلسات، وتطلب نماذج من الواجب البيتي، وتبدأ بمناقشته مع الأعضاء، وتقدم التعزيز والتغذية الراجعة المناسبة للأعضاء.

تقوم المرشدة باستعراض جميع المهارات التي تم التدرب عليها من قبل الأعضاء.

تخبر المرشدة الأعضاء أن هذه الجلسة هي الجلسة الأخيرة في البرنامج وتقوم بتشجيعهم على تطبيق المهارات التي اكتسبوها في حياتهم اليومية، وتناقش الأعضاء في مدى تمكنهم وتطبيقهم للمهارات في مواقف الحياة اليومية، ثم تتيح المرشدة للأعضاء طرح أي أفكار أو مشاعر حول خبرتهم من البرنامج، وتترك المجال لهن للتحدث عن مشاعرهن نحو الجلسة الأخيرة، ومناقشة مدى الفائدة التي حصلن عليها.

تترك المرشدة المجال للأعضاء بالاحتفاظ بعناوين وهواتف بعضهن البعض لاستمرارية الاتصال ومتابعة أمور بعضهن، بالإضافة إلى تعليم الأعضاء أهمية وجود شبكة دعم لمواجهة الإحباط أو الانتكاس.

تطبق المرشدة استبانات الدراسة على الأعضاء، للكشف عن مدى فاعلية البرنامج والتعرف على الفروق الناتجة بين التطبيق القبلي والتطبيق البعدي.

تشكر المرشدة الأعضاء على التزامهن بالحضور في المجموعة الإرشادية، وعلى التعاون الواضح، وتتمنى لهن الاستفادة من البرنامج الإرشادي وأن تتعم منازلهن بالسعادة والراحة. وعبرت المرشدة عن سعادتها بالفترة التي قضتها معهن أثناء تنفيذ البرنامج الإرشادي، وتنوه المرشدة عن استعدادها للمساعدة في الأيام المقبلة بعد انتهاء البرنامج.