

البحث الثامن:

فعالية برنامج إرشادي قائم على تنمية مفهوم الذات في تحسين الاتصال
بين الزوجين

المصادر :

أ/ سامية جمعي بشير
أستاذة مساعدة بكلية العلوم الاجتماعية
جامعة تلمسان بالجزائر

فعالية برنامج إرشادي قائم على تنمية مفهوم الذات في تحسين الاتصال بين الزوجين

أ/ سامية جمعي بشير

• الملخص :

تهدف هذه الدراسة إلى قياس فعالية برنامج إرشادي قائم على تنمية مفهوم الذات في تحسين الاتصال بين الزوجين، حيث تم الاعتماد على المنهج الوصفي والتجريبي، استخدمت الباحثة اختبار مفهوم الذات لتنسي واستبيان يقيس المعاملة بين الزوجين من تصميم الباحثة إضافة إلى البرنامج الإرشادي والذي كانت ركيزته نظرية الإرشاد العقلاني العاطفي والتي تساهم في دحض الأفكار للعقلانية ومن تم المساهمة في بناء مفهوم ذات إيجابي، تم تطبيق هذا البرنامج على عينة من الأزواج مكونة من ٣٠ زوج، وقد أسفرت نتائج الدراسة على 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.

The impact based on the development of self-concept in the activation of communication between couples counseling program

Abstract

This study aims to determine the impact based on the development of self-concept in the activation of communication between couples counseling program, the researcher used the descriptive approach is also based on the experimental method. The reliance on self-test concept for an adult and a questionnaire measures the transaction between the spouses of design researcher in addition to the counseling program, which was a society based on the guidance of rational and emotional theory, this program is applied to a sample of couples consisting of 30 a pair, and have resulted in findings that there relationship between self-concept among the couple and the way we communicate between them, where the impact of the counseling program appeared on the growth of each of the self-concept and as well as contributed to the activation of communication between spouses.

• مقدمة :

إن النصيحة التي قدمها سقراط لتلامذته " اعرف نفسك"، نصيحة تعبر عن مدى فهم سقراط لطبيعة علاقة قدرة الإنسان على معرفة ذاته وقدرته على معرفة الآخرين والتأثير فيهم. فكلما زادت قدرة الإنسان على سبر أغوار نفسه كلما ازدادت قدرته على سبر مكنونات الآخرين.

و إذا تم الرجوع إلى دراسات سابقة نجد اتفاقا بين الباحثين على أن مفهوم الذات يعتبر حجر الزاوية في الشخصية، وإن وظيفته الأساسية هي السعي لتكامل واتساق الشخصية ليكون الفرد متكيفا مع البيئة التي يعيش فيها وجعله يتمتع بهوية تميزه عن الآخرين.

حيث يرى Allport 1957 أن وظائف الذات هي العمل على وحدة وتماسك الشخصية وتمييز فرد على آخر.

وفي هذا السياق يعتقد Rogers أنه بتعديل مفهوم الذات يحدث تغيير في السلوك، وأنه بدخول خبرات جديدة ضمن تنظيم الذات بطريقة شعورية يزول الإحساس بالتناقض والتوتر. (حامد عبد السلام زهران، ١٩٩٧، ص ١٢٥).

وذهبت Beemer أبعد من ذلك فقالت أن مفهوم الذات يؤثر في تنظيم الإدراك، واستيعاب الخبرات وتحديد السلوك. (قحطان أحمد الظاهر، ٢٠٠٤، ص ١٨)

وانطلاقاً من ذلك يمكن القول أن مفهوم الذات هو العامل الجوهرى في التحكم بالسلوك البشرى، فهو قوة دافعة لتنظيم وضبط وتوجيه السلوك إذ يحدد الاستجابات الذاتية في مواقف الحياة المختلفة، كما أنه يعطى التفسيرات لاستجابات الآخرين، والذي بدوره يحدد أسلوب تعامل الفرد مع الآخرين من جهة، ومن جهة أخرى فهو يؤثر بشكل أو بآخر في تحديد أسلوب تعامل الآخرين معه.

وبناء على ذلك جاء اهتمام الباحثة بدراسة العلاقة بين مفهوم الذات لدى الزوجين وأثره على طريقة التواصل داخل الأسرة، وذلك لما للأسرة من أهمية بالغة في تحقيق السلامة النفسية لأفرادها. حيث يتفق غالبية المتخصصين على أن الأسرة هي الحوض الأول الذي يترعرع فيه الطفل وينمي خبراته وعلاقاته مع الآخرين وبالتالي فهي النسق المسؤول عن اكسابه المعايير والأنماط السلوكية السليمة، فعن طريقها يتعلم التوافق الشخصى والنفسى والتواصل والتفاعل الاجتماعى وتكوين الإدراكات والمفاهيم المرتبطة بمتغيرات حياته ونمو مفهومه الذاتى وتكوين الاتجاهات الإيجابية عن نفسه. (فيوليت إبراهيم، عبد الرحمن سليمان، ٢٠٠٢، ص ٢١).

إن تأثير الأسرة على مفهوم الذات يتضح في أسلوب تفاعل أفرادها مع أنساقها المتعددة ومع ما يحمله كل نسق من اتجاهات وقيم وعلاقات ورغبات وطموحات.

من هنا، يبدو أن هناك شبه اجماع على أن الأفكار والمشاعر والاتجاهات التي يطورها الطفل عن نفسه ويصف بها ذاته هي نتاج أنماط التفاعل والتنشئة الاجتماعية وأساليب الثواب والعقاب وتقييمات الوالدين.

وفي نفس الوقت نلاحظ أن تكوين أي أسرة جديدة يتأثر حتماً بشخصية الزوجين باعتبارهما الحجر الأساس في تكوين النسق الجديد الخاص بهما، وبما أن مفهوم الذات هو حجر الزاوية في بناء الشخصية كما اتفق أغلب الباحثين، فأكد سيكون هناك أثر لمفهوم الذات في بناء العلاقة الزوجية، ومن ثم أيضاً سيؤثر على نمط التواصل بينهما، وبين جميع أفراد الأسرة.

لذا نالت مسألة تنظيم العلاقة بين الرجل والمرأة كزوجين، وتكوين الأسر اهتمام المفكرين والباحثين منذ زمن بعيد، كما نجد في كل الشرائع والقوانين، فصولاً واسعة لتنظيم هذه العلاقة، وضمان وجودها، واستمرارها، فرجال الدين،

والفكر، وعلماء الاجتماع، وعلماء النفس والإرشاد النفسي والأسري أعطوا هذه العلاقة قيمة عالية وأولوها اهتمامهم، ولا يزالون يحاولون تقديم خدمات متنوعة لضمان نجاح هذه العلاقة لأن في ذلك استمرارا للحياة البشرية، وسعادتها، وتطورها، وازدهارها .

إن العلاقة الزوجية الناجحة والمستقرة والمرضية ليست هبةً أو عطاءً لبعض البشر دون غيرهم، بل هي جهود منظمة وواعية وقصدية يبذلها الزوجان للوصول إلى حالة الرضا وتحتاج قدرا عاليا من الرعاية، والانتباه، واكتساب العديد من المهارات وتعلمها، وذلك على الرغم من أن معظم الأشخاص المتزوجين يبدؤون حياتهم الزوجية ولديهم شعور ايجابي وانفعالات سارة مصحوبة برغبة قوية في تحقيق الاستمتاع، وتوقع السعادة، والنجاح، والاستقرار الأسري والحياتي، إلا أن هذه المشاعر والتوقعات قد تتبدل إلى حالة من عدم الرضا، والنفور، وسيطرة التفاعل السلبي، وغياب المودة، والحميمية، والاستياء، والغضب، وخيبة الأمل، والندم، وغيرها من الانفعالات السلبية والسلوكيات الهدامة. (Das, Ch. 2012, pp.147-164)

وقد يرجع كل هذا حسب اعتقاد الباحثة إلى تأثير مفهوم الذات للزوجين على طريقة الاتصال الخاصة بهما ، لذا حاولت الباحثة دراسة هذه العلاقة وذلك من خلال تطبيقها لبرنامج إرشادي قائم على نظرية الارشاد العقلاني العاطفي والذي يهدف إلى تنمية مفهوم الذات الإيجابي لدى الزوجات وملاحظة تأثيره على الاتصال داخل الأسرة.

• مشكلة الدراسة :

يعتبر الاتصال أساس التفاعل الاجتماعي الذي يؤدي إلى نشوء علاقات متنوعة في مختلف المواقف ، فالتواصل أساس حياتنا اليومية فنحن نتبادل كميات ضخمة من البيانات والمعلومات ، فمن السؤال عن الأحوال إلى تبادل المشاعر ونقل الأفكار واستعراض الأخبار وتناقل وجهات النظر ونقل المعلومات إلى غير ذلك من أشكال الاتصال اللفظي وغير لفظي الذي يظهر من خلال ما يعرف بلغة الجسد .

فالوقوف على مشاكل التواصل يعتبر شرطا أساسيا لفهم السيوروات المجتمعية ، حيث أن التجربة اليومية تؤكد بأن المشاكل التي تظهر وسط جماعة ما تنتج في أغلبها عن عجز أعضاء تلك الجماعة عن الاتصال مع بعضهم ، و بالمقابل فإن معامل التفاعل و الإنتاج داخل جماعة ما يقترن دائما بالکیفیه التي يتواصلون بها .

و الأسرة كنموذج للعلاقات ليست مجموع أفراد فقط ، بل هي في الأساس تفاعل ديناميكي بين مختلف أفرادها ، ويتم هذا التفاعل عن طريق الاتصال الذي يبدأ انطلاقا من الزوجين ، ثم يتعلمه الأطفال عن طريق عملية التنشئة الاجتماعية ، و باعتبار أن العلاقات بين الوالدين هي نموذج العلاقات المستقبلية للأبناء .

فحسب الدراسات السابقة تعتبر قضية التواصل بين الزوجين صمام الأمان الذي يضمن التماسك الداخلي لبنيان الأسرة ويمتن أواصر أفرادها بشكل كبير مما ينعكس إيجابيا على الطمأنينة النفسية و السكينة الروحية و يفعل ، دورها في بناء الانسان المتزن انفعاليا (سلوى محمد عياض ، ١٩٩٧).

ولا شك أن الصحة النفسية للأسرة تتحدد بمدى نجاح الزواج و استقراره ، ولعل ذلك ما يفسر اهتمام الباحثين بقضايا و مشكلات الأسرة و التي يمكن حصرها في اتجاهات أساسية للبحث تتناول إما " التوافق الزواجي " أو الصراع الزواجي و التوتر و العنف الأسري " ، وما تتضمنه تلك الاهتمامات البحثية من متغيرات أخرى متعددة ، و يعد مفهوم الذات أحد المتغيرات التي اهتم بها الباحثون .

لذلك يعد الفهم الجيد للزواج و كيف يمتد عبر الزمن من الحاجات الأساسية ، لأن استقرار العلاقة الزوجية يعني تماسك الأسرة ، خاصة و أن الدراسات الحديثة توصلت إلى أن نسب الطلاق في العقود الأخيرة قد قاربت ٥٥% في أمريكا و ٤٥% عند الأستراليين و ٤٢% عند الإنجليز و ٣٧% عند الألمان في حين باقي الأزواج يستمرون في علاقات غير مرضية (Halford W.Kim ; Adrian Kelley,1997,p. 4)

و هذه النسب المرتفعة من الطلاق لا تقتصر على الدول الغربية فقط بل تمتد للدول العربية ، حيث يلاحظ تزايد ملحوظ لنسب الطلاق ففي مصر وصلت نسبة الطلاق إلى في القاهرة وحدها إلى ٦٠٠٠٠ حالة سنويا أما في المجتمع السعودي فقد بلغت نسبة الطلاق ٦٨٣ حلة سنوية . (شلبي ثروت محمد ، د . ت . ص ٧)

أما في الجزائر فعرفت أروقة المحاكم في السنوات الأخيرة ارتفاعا في عدد قضايا الطلاق ، فأخر الإحصائيات تشير إلى وقوع كارثة حقيقية، ففيما كانت الإحصائيات سنة ٢٠٠٤ تشير إلى تسجيل ٢٩ ألف حالة أشارت الإحصائيات التي تم إعدادها سنة ٢٠١٣ إلى تسجيل ٥٤ ألف و ٩٨٥ حالة طلاق، أي بمعدل يومي يصل إلى ١٥٠ حالة طلاق يوميا

إن الارتفاع المذهل لمعدلات الطلاق و الذي نتج عن تفكك في الروابط الأسرية أدى بالباحثين إلى محاولة فهم و تقييم المسار التطوري للزواج ، خاصة و أن البحوث الحالية أظهرت الآثار السلبية للصراع الزواجي ، وتأثير ذلك على الأزواج و الأطفال و من بين هذه دراسات إميري ١٩٨٨ Emery و دراسة جوتمان و كاتز ١٩٨٩ Gottman et Katz . (كوردوفان جاكوبسون ، ٢٠٠٠ ، ص ٦١) .

و يلاحظ أن الباحثين في علم النفس حاولوا البحث عن العوامل المساهمة في الاستقرار الزواجي ، حيث انطلقت البحوث منذ الثلاثينات من القرن الماضي ، وركزت البحوث في البداية على دراسة العوامل الديموغرافية مثل طول مدة الزواج و الدخل و المهنة و التربية ، و توصلت إلى أن هذه العوامل تعتبر كمؤشرات ذات دلالة للتنبؤ بنجاح الزواج ، في حين ركزت بحوث أخرى على عامل الشخصية مثل دراسة كيلبي و كونلي ١٩٨٧ Kelly Et Conely الطولية

التي استغرقت خمسين سنة ، ووجدت بعض الخصائص الفردية مثل التوافق والتشابه في التوقعات حول الزواج كعوامل للتنبؤ بالرضا الزوجي (بوظاقية مراد ، ٢٠٠١ ، ص ٥) ، أما البحوث الحديثة فركزت على ما يقوم به الأزواج بعد زواجهم .

ولقد أكدت دراسات أخرى أن الزواج الناجح يؤدي إلى الصحة والسعادة النفسية ومنها دراسة مايرز Myers (Myers david, 1999)

في حين اضطراب العلاقة الزوجية يؤدي إلى القلق والاكتئاب والعصابية وهذا نتيجة لفشل الزوجين في مواجهة حاجات وتوقعات بعضهما ، أو لصعوبة في تقبل كلاهما للفروق الموجودة بينهما كالاختلاف في العادات والصراعات المتعلقة بميزانية الأسرة وأسلوب تربية الأبناء ، إلى جانب الفشل في العلاقات وعدم القدرة على التعبير عن أفكارهم بوضوح ، كل ذلك يشجع الإضراب النفسي والاحساس بفراغ الحياة . (بلميهون كلثوم ، د . ت ، ص ٥٥) .

و من بين محددات اضطراب العلاقة الزوجية اضطراب الاتصال أو عدم فعاليته في حل الصراعات الأسرية ، فمثلا عندما تناقش مواضيع الصراع يلجأ الأزواج ذوي المشكلات إلى انتقاد بعضهم البعض ، ويفشلون في الاستماع بفعالية لبعضهم ، ويميلون إلى الانسحاب ، ولا يستخدمون أسلوب حل المشكلات الإيجابي .

و يرجع الباحثون الاضطراب الزوجي إلى مجموعة من العوامل من بينها العوامل النفسية والاقتصادية والجنسية والفكرية - المعرفية والثقافية إضافة إلى بعض العوامل المكملة كعمل المرأة والعامل الديني . (بلميهون كلثوم ، د . ت ، ص ٧٩) .

و يعد مفهوم الذات أحد العوامل الأساسية التي تؤثر على طريقة تعاملنا مع الآخرين ، وتعتبر العلاقة الزوجية إحدى العلاقات التي يشارك فيها الفرد شخصا آخر قد يختلف عنه كلية

و لقد توصلت الدراسات السابقة إلى أن الأبنية والعمليات المعرفية والخبرات تؤثر على الطريقة التي نتعامل بها اجتماعيا ، فالتواصل بين الزوجين كنموذج للعلاقات يكون نتيجة خبرات سابقة تعلمها كل من الزوج والزوجة أثناء مراحل تنشئته الاجتماعية ، وفي أثناء هذه المراحل كون كل منهما مفهومه عن ذاته و عن الآخرين .

فمفهوم الذات الذي ينمو من خلال مراحل التنشئة الاجتماعية يؤثر بدوره على كل الأفعال والسلوكيات الصادرة عن الفرد في مختلف مراحل حياته ، بالتالي فإنه يعتبر بمثابة المرشد لسلوك الأفراد ، ففهم الفرد لذاته يعد مقوما هاما من مقومات السواء النفسي ، من خلاله يتمكن الفرد من فهم أفكاره وأفعاله و مشاعره ، كذلك يتفهم أفكاره وأفعال و مشاعر الآخرين و يصبح أكثر إدراكا لأسباب السلوك و حركاته ، و أكثر قدرة على حل مشاكله . فالشخص الناضج تكون اهتماماته الذاتية متسقة مع الاهتمامات الاجتماعية و من تم فإن مفهوم الذات يلعب دورا في توافق الفرد و صحته النفسية ، كما

يعتبر محورا أساسيا للتوجيه والإرشاد النفسي ، ففي مجال الإرشاد الزواجي مثلا وجدت LUCKEY (١٩٦٤) علاقة جوهرية بين مفهوم الذات الموجب وبين التوافق بين الزوجين ، وأوصت بأن يكون الإرشاد الزواجي ممركزا نحو الشخص وليس ممركزا حول المشكلة . (عبد الفتاح دويدار ، ١٩٩٢ ، ص ٥٠) ، وذلك لأن مفهوم الذات الموجب يعزز نجاح التفاعل الاجتماعي ويزيد العلاقات الاجتماعية نجاحا ، كما أن النجاح في العلاقات الاجتماعية يؤدي بدوره إلى زيادة التفاعل الاجتماعي .

وانطلاقا من كل ما ذكر جاء اهتمام الباحثة بدراسة العلاقة بين مفهوم الذات لدى الزوجين وطبيعة الاتصال داخل الأسرة ، فالعلاقات داخل الأسر وبالأخص بين الزوجين تعتبر محددات أساسيا للصحة النفسية للفرد والمجتمع ، فمفهوم الذات كما تتوقع الباحثة يؤثر على العلاقات الإتصالية بين الزوجين وعلى العلاقات داخل الأسرة بصفة عامة .

و في حالة وجود صعوبة في الاتصال داخل الأسرة يمكن انتهاج أساليب إرشادية تهدف إلى مساعدة الزوجين على إدراك ذاتهما وفي نفس الوقت تنمية مفاهيم ذات إيجابية لدى كلا الزوجين أو أحدهما مما يؤدي إلى تحسين الاتصال داخل الأسرة.

و يدعم هذه الفكرة الدراسات التي أثبتت أن سوء التوافق مثلا ينشأ عن إدراك تهديد الذات و من تم فإن الأفراد ذوي مفهوم الذات الموجب أحسن توافقا من ذوي مفهوم الذات السالب . كما أن الإرشاد المعرفي الذي يهدف إلى تبصير الفرد بقدراته وإمكاناته يؤدي إلى تحسين علاقة الفرد بنفسه وبالأخرين بحيث يصبح أكثر توافقا مع بيئته .

و يمكن تحديد مشكلة البحث الحالي في محاولة الوصول إلى إجابات عن بعض التساؤلات الآتية :

- ◀ هل يؤثر مفهوم الذات لدى الزوجين على طبيعة الاتصال داخل الأسرة .
- ◀ هل انتهاج أسلوب إرشادي قائم على تنمية مفهوم ذات إيجابي للزوجين يؤدي إلى تحسين الاتصال داخل الأسرة .

• فرضيات الدراسة :

- انطلاقا من التساؤلات التي طرحتها الباحثة تم صياغة الفرضيات التالية :
- ◀ توجد علاقة ارتباطية بين مفهوم الذات لدى الزوجين وطبيعة الاتصال داخل الأسرة .
- ◀ إن الأسلوب الإرشادي المصمم من قبل الباحثة والمبني على نظرية الارشاد العقلاني العاطفي يؤدي إلى تحسين الاتصال داخل الأسرة .

• الهدف من الدراسة :

- تهدف الباحثة من خلال هذه الدراسة إلى ما يلي :
- ◀ التعرف على مفهوم الذات لدى الزوجين وعلاقته بطبيعة الاتصال داخل الأسرة

« التعرف على سيرة العلاقات التواصلية داخل الأسرة باعتبارها أحد الأنساق المغلقة .

« محاولة إيجاد تقنيات لمساعدة الزوجين على تنمية مفاهيم إيجابية عن الذات ومن تم تحسين التقبل الذاتي لهما للمساهمة في تحسين التواصل داخل الأسرة

• الدراسات السابقة:

هناك العديد من الدراسات التي حاولت إلقاء الضوء على تأثير البرامج الإرشادية على تحسين العلاقات بين أفراد الأسرة

أجرى هورن وآخرون (Horn, et. al., 1990) دراسة على عينة من (42) أسرة هدفت إلى تدريب الوالدين على مهارات التواصل مع الأبناء. وقد قسمت العينة إلى ثلاث مجموعات، تدرت المجموعة الأولى على المهارات السلوكية، وعلى أساليب نظرية التعلم الاجتماعي، بينما درب أفراد المجموعة الثانية على ضبط الذات وعلى المهارات السلوكية المعرفية في حل المشكلات، ولم يتعرض أفراد المجموعة الثالثة لأي تدريب. وأشارت النتائج إلى انخفاض مستوى المشكلات السلوكية عند الأبناء، وتحسن مستوى الضبط الذاتي، وانخفاض مستوى العدوانية لديهم كما أشارت إلى تحسن مستوى أدائهم الأكاديمي، وإلى تحسن مستوى مفهوم الذات لديهم، وتحسن مستوى التكيف والتوافق النفسي لصالح أبناء المجموعتين الأولى والثانية مقارنة بالمجموعة الضابطة.

وفي دراسة قام بها سترايهورن وويدمان (Strayhorn & Weidman, 1991) على عينة مكونة من (٩٨) من الآباء الذين لديهم أبناء يعانون من مشكلات سلوكية وانفعالية، تم تقسيم أفراد العينة إلى مجموعتين المجموعة الأولى تعرضت لبرنامج تدريبي يهدف إلى مساعدة الآباء على تعلم مهارات الاتصال مع أبنائهم. المجموعة الأولى الآباء - الأبناء تم تدريبهم على مهارة إعطاء المعلومة، لعب الدور، النمذجة، قراءة القصص، تصميم الألعاب. أما أفراد المجموعة الثانية فقد تم عرض أسطر فيديو عليهم عن كيفية استخدام الوقت، التعزيز الإيجابي، ولم يكن هناك تحديد لعدد اللقاءات والمدة الزمنية للقاء. ومن خلال المتابعة أشارت تقارير الآباء إلى تحسن في مستوى سلوكيات الأبناء وانخفاض مستوى التوتر والاكتئاب، وتحسن مستوى تحصيل الأبناء. (نابضة الشوبكي ، ٢٠٠٨ ، ص ١١٦)

وفي دراسة ماكميلان وآخرين (Macmillan, et.al., 1991) التي هدفت إلى تدريب الآباء على مهارات الاتصال وتكونت عينة الدراسة من (٣) أسر، تم اختيارهم من جمعية رعاية الطفل، وقد اتصف الآباء بالإساءة الجسدية لأطفالهم، وتم وضعهم ضمن مجموعة واحدة، تم قياسها ثلاث مرات، خلال مراحل التدريب الثلاث، كما تم تدريب المجموعة على استخدام المهارات الآتية:

- ✓ ضبط سلوك الأبناء وتنظيمه
- ✓ تنظيم السلوك غير المباشر للأبناء

✓ الالتزام بالتنظيم والقواعد

وقد تم تكثيف التدريب على مهارات شاملة لضبط المواقف التي يتعرض لها الأبناء مثل التدريب على أسلوب التربية الهادئة، واستراتيجيات كشف الذات، وقد استمر برنامج التدريب لمدة تسع جلسات، مدة كل جلسة ساعتان، بمعدل ثلاث جلسات أسبوعياً لكل مرحلة تدريب. وأشارت النتائج إلى اندماج الآباء والأبناء في النشاطات المشتركة، وانخفاض مستوى السلوكيات العنيفة، وتقبل الآباء لتبادل الأدوار (لعب الدور)، وأشارت نتائج الاستبانة في الاختبار البعدي، إلى تحسن مستوى التكيف للآباء، وانخفاض مستوى الضغوطات النفسية.

وأجرى نيلسون وليفنت (Nelson & Levant, 1991) دراسة على عينة مكونة من (٣٤) أسرة تتراوح أعمار أبنائهم من (٦- ١٨) عاماً، هدفت إلى تدريب الآباء على مهارات الاتصال ضمن برنامج تعليمي تدريبي، وقد تم تقسيم العينة إلى مجموعتين، مجموعة تجريبية تلقت تدريباً على مهارات الاتصال، وكيفية تطبيقها في التفاعل مع الأبناء في المواقف الأسرية، وتضمنت مهارات الاتصال: مهارات المشاهدة، والإصغاء، والاستجابة، وعكس المشاعر، والوعي الذاتي، والقواعد الأسرية، والاجتماعات الأسرية، وتم استخدام لعب الدور، والمناقشات، والواجبات المنزلية في التدريب على تلك المهارات، واستمر تطبيق البرنامج مدة أربعة شهور بمعدل جلسة واحدة أسبوعياً مدتها (٤) ساعات في عطلة نهاية الأسبوع، وأشارت النتائج إلى انخفاض مستوى الحساسية والضغوطات في التعامل مع الأبناء بعد تعرض المجموعة التجريبية للبرنامج التدريبي مقارنة مع المجموعة الضابطة التي لم تتلق تدريباً، كذلك أشارت التقارير الذاتية التي قدمها الوالدان إلى تحسن مستوى التكيف والرضا الأسري عن طريقة التفاعل بين أفراد الأسرة. كذلك أشارت التقارير التي قدمها الأبناء عن تحسن طبيعة العلاقة بينهم وبين الآباء إلى مستوى عالٍ من التكيف، وانخفاض مستوى الحساسية، والتوتر في التفاعل داخل الأسرة. وازدياد مستوى التماسك الأسري.

وقام بورس وروبرتس (Powers & Roberts, 1995) بدراسة على عينة من الآباء تكونت من (١٨) أباً لتدريبهم على مهارات التواصل للتعامل مع أبنائهم، وقد تم تقسيم أفراد العينة إلى مجموعتين الأولى تعرضت لبرنامج تدريبي على أساليب المحاكاة أو التفكير (Simulation) مع ثلاث تطبيقات تجريبية هدفت إلى زيادة مستوى مهارات الطاعة في المواقف الأسرية والعامية، ولم تتعرض المجموعة الثانية للتدريب، واستمر تطبيق البرنامج لمدة أربعة أسابيع، وأشارت النتائج إلى تحسن مستوى التكيف الأسري بين الآباء والأبناء وانخفاض مستوى سلوكيات العناد والمقاومة. (نابضة الشويكي، ٢٠٠٨، ص ١١٧)

وقد قام جروس وآخرون (Gross, et.al., 1995) بتدريب مجموعة من الآباء على مهارات الاتصال، وتكونت العينة من (٢٣) فرداً من الآباء وقسمت إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، تعرضت المجموعة التجريبية إلى برنامج تدريب على مهارات الاتصال تضمن:

- ✓ تزويد الآباء بمعلومات وأساليب التعامل الأسري
- ✓ تدريب الآباء على كيفية مساعدة أبنائهم

- ✓ تدریب الأبء على كیفیة استخدام الثواب والعقاب
- ✓ كیفیة التعامل مع السلوكات المشكلة لأبنائهم

وتضمن البرنامج إعطاء واجبات للأباء لتطبیقها على الأبناء، لتعزیز مستوى الفاعلیة الذاتیة (Self-efficacy)، وعرض مجموعة من أشرطة الفیدیو التدریبیة، ودمج الأبء مع مجموعات دعم، واستمر البرنامج لمدة (١٠) أسابيع بمعدل جلسة لكل أسبوع، وأشارت التقارير التي قدمها الأبء المشاركون إلى تحسن مستوى الفاعلیة الذاتیة، وانخفاض مستوى الضغوطات والاكتئاب، وتحسن مستوى التكیف الأسري.

وفي دراسة قام بها وییل وویلسون (Whipple & Wilson, 1996) هدفت إلى تدریب الأبء على مهارات الاتصال للتعامل مع الأبناء، وتكونت عينة الدراسة من (٣٤) من الأبء وتم اختیار أحد الوالدين من كل أسرة، وتم تطبیق اختبار قبلي وبعدي، ثم متابعة استمرت لمدة ثلاثة شهور، وقد تم تدریبهم على مهارات:

- ✓ مجموعات الدعم
- ✓ خفض مستوى الضغوطات والتوتر
- ✓ تحديد الانفعالات والتعبير عنها
- ✓ الضبط الإيجابي
- ✓ مهارات السلوك

وقد استغرق البرنامج التدریبی مدة خمسة عشر أسبوعاً، بمعدل جلسة واحدة أسبوعياً، لمدة ساعتين، وقد أشارت التقارير التي قدمها الأبء بعد تطبیق البرنامج التدریبی إلى انخفاض الضغوطات النفسیة، والاكتئاب لدى الأبء، وتحسن مستوى التكیف النفسی، والقدرة على ضبط الذات. (Whipple, E. E., & Wilson, S. R., 1996)

وقد أجرى أونیس (Iwaniec, 1997) دراسة هدفت إلى بناء برنامج للتدریب على مهارات الاتصال للأباء الذين یتمیزون بالمعاملة المتسلطة مع أبنائهم. وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٠) أسرة قسمت إلى مجموعتين: المجموعة الأولى تلقت تدریباً على الأساليب الإرشادیة، وتحسين مهارات الاتصال بین الأبء والأبناء والتكیف الأسري، وضبط المشكلات السلوكیة بین الوالدين والأبناء. أما المجموعة الثانیة فقد تلقت تدریباً على مهارات خفض الضغوطات والتوتر، وضبط الذات وحل المشكلات، والدعم المتبادل، وأشارت النتائج إلى وجود تحسن في المهارات التي تعرض لها أفراد المجموعتين الأولى والثانیة، انعكست على مستويات التفاعل والتكیف الأسري وانخفاض مستوى الضغوطات والعدوانیة تجاه الأبناء (جبریل موسى، ١٩٩٤، ص ٤٤٥)

وقد قام صالح حزين السيد ٢٠٠٢ بدراسة حول فعالية برنامج إرشادي في حل بعض المشكلات الزوجیة لدى عينة من المتزوجین حديثاً (صالح حزين السيد، ٢٠٠٢)، حيث هدفت الدراسة إلى تحديد المشكلات التي تواجه المتزوجین حديثاً والتي تصل بهم إلى حد الطلاق و محاولة بناء برنامج إرشادي یهدف إلى حل بعض المشكلات الزوجیة التي سيتم تحديدها من خلال الدراسة الميدانیة

اعتمدت الدراسة على المنهج التجريبي باعتبار أن البرنامج الإرشادي هو المتغير المستقل و كل من الرضا و التوافق الزوجي هو المتغير التابع و لقد استخدم الباحث التصميم التجريبي للمجموعة الواحدة المتمثلة في القياس القبلي و البعدي و التتبعي كما استخدم تصميم المجموعات المتكافئة باستخدام مجموعة تجريبية و أخرى ضابطة. اشتملت عينة الدراسة على ٤٠ فرد (٢٠ زوج و زوجاتهم) من المتزوجين حديثا و لديهم مشكلات تتعلق بالعلاقة الزوجية و هم مقسمون إلى مجموعتين:

- ◀ المجموعة الأولى تجريبية تكونت من ٢٠ فرد (١٠ أزواج و زوجاتهم) تم تطبيق البرنامج الإرشادي عليهم
- ◀ المجموعة الثانية ضابطة و تكونت من نفس العدد لم يطبق البرنامج الإرشادي عليهم .

استخدم الباحث مقياس الرضا الزوجي و استبيان التوافق الزوجي و برنامج الإرشاد الزوجي من إعداد الباحث . و يهدف البرنامج الإرشادي إلى تحسين التواصل بين الزوجين إضافة إلى زيادة الأنشطة و الاهتمامات المشتركة و التدريب على تحديد الأفكار الأوتوماتيكية و تعديلها ، ويتم تطبيق البرنامج في ثماني جلسات تدوم من ساعة و نصف إلى ساعتين و يعتمد البرنامج الإرشادي على النظرية السلوكية المعرفية

و توصل .الباحث إلى النتائج التالية :

- ◀ اختلفت العلاقة الزوجية بين حديثي الزواج المتوافقين و المشكلين و المطلقين من ثلاث زوايا و هي :
- ◀ الأسلوب العام التي و صفت به كل مجموعة الزواج
- ◀ الرابطة العاطفية السائدة في العلاقة الزوجية
- ◀ المصادر النوعية للضيق الزوجي

كما اختلفت المشكلات الزوجية و التي أسفرت عنها الدراسة الحالية عما أشارت إليه الدراسات الغربية .و الخلاصة أن تجربة البرنامج الإرشادي قد حققت نجاحا في حل بعض المشكلات الزوجية التي يواجهها المتزوجون حديثا في حياتهم

• تعقيب على الدراسات:

يلاحظ من خلال هذه الدراسات أهمية البرامج الإرشادية في تحسين أنماط الاتصال الأسرية ، حيث نجد بأن جل الدراسات تناولت أثر تدريب الآباء على مهارات الاتصال و تأثيرها على التفاعلات داخل الأسرة ، ما عدا دراسة حزين أحمد السيد ٢٠٠٢ التي تناولت تأثير برنامج إرشادي على المتزوجين حديثا . كما أن مدة الجلسات الإرشادية اختلفت ، فكان أداها أربع جلسات عند Powers & Roberts, 1995) و أعلاها قدر بخمسة عشر جلسة إرشادية عند Whipple & (Wilson, 1996). كما اختلفت التقنيات التي استعملها كل باحث في برنامج الإرشادي و لكن أغلب البرامج بنيت على أسس النظرية المعرفية السلوكية. إلا أنه يلاحظ بأن نتائج الدراسات كانت متشابهة حيث توصل الباحثون إلى أهمية

إرشاد و تدريب الوالدين على مهارات الاتصال من أجل تدعيم و تفعيل العلاقات الأسرية ، سواء بين الزوجين أو بين الآباء و الأبناء .

• المفاهيم الأجرائية:

مفهوم الذات : يقصد به في هذه الدراسة إدراك الفرد لنفسه ووصفه لها - إيجابيا أو سلبيا - من خلال مجموعة من الأفكار والمعتقدات التي شكلها من خلال خبرته في بيئته بحيث يعبر من خلالها عن خصائصه الجسمية ومظهره العام وعن مدى قدراته ونظراته لعلاقاته بالآخرين و عن انفعالاته الداخلية اتجاه نفسه. و هو ما يقيسه اختبار مفهوم الذات لتنسي.

الزوجين : هما رجل و امرأة يرتبطان بعقد شرعي مما يثنى علاقة بينهما تسمى بالعلاقة الزوجية .

الاتصال : يقصد به التفاعل بواسطة العلامات و الرموز و قد يكون على شكل لغة لفظية أو عبارة عن إيماءات أو لغة جسدية .

الاتصال داخل الأسرة : يقصد به الاتصال في مجال العلاقة الزوجية ، ككيفية تفاعل الزوجين و تواصلهما اليومي في معالجة الأمور الأسرية و هو ما تقيسه استمارة الاتصال الزوجي المصمم من قبل الباحثة .

البرنامج الإرشادي : هو برنامج مصمم للإرشاد الزوجي ، و يقوم على أسس النظرية المعرفية السلوكية و المصمم من قبل الباحثة .

• الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية:

• أولًا/ منهج الدراسة:

يعتمد هذا البحث على المنهج الوصفي التحليلي الذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما هي في الواقع بوصفها وصفا دقيقا و يعبر عنها تعبيراً كفيئاً أو كمياً ، و ذلك من أجل الحصول على نتائج علمية ، ثم تفسيرها بطريقة موضوعية بما ينسجم مع المعطيات الفعلية للظاهرة .

• ثانيًا/ عينة الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع الأزواج و الزوجات في ولاية عين تموشنت ، قامت الباحثة بإجراء تطبيق أولي على عينة استطلاعية قوامها ١٠٠ زوج و زوجة ، و نظرا لأن البحث يهتم بدراسة طبيعة الاتصال داخل الأسرة فقد تم تحديد ٣٥ زوج و زوجة ممن أظهرت نتائج دراستهم الاستطلاعية أنهم يعانون من اضطراب في التواصل و ممن كانت لديهم الرغبة في المشاركة في البرنامج الإرشادي. و بذلك تعتبر العينة التي قامت الباحثة بتناولها عينة قصدية من الأزواج الذين طبق عليهم أدوات الدراسة و هي مقياس التوافق الزوجي ، حيث ظهر أن لديهم مستوى توافق متدني ، كما طبقت عليهم استمارة لدراسة نمط الاتصال بين الزوجين ؛ حيث أظهرت وجود خلل في الاتصال . إلا أنه عند تطبيق البرنامج الإرشادي تم تحييد خمسة أزواج ، و ذلك لعدم رغبتهم في متابعة الجلسات الإرشادية نظرا لظروفهم الخاصة حسب قولهم ، و بذلك أصبح عدد أفراد العينة ٣٠ حالة.

تشمل عينة الدراسة ثلاثين فردا و تمثل كلا الزوجين ، بمعنى العدد الإجمالي لأفراد الدراسة يقدر ب ١٥ زوج و ١٥ زوجة .

تتراوح سنوات زواج أفراد العينة من ٤ - ١٥ سنة، وكان عدد الأطفال من (١ - ٤ أطفال) ولا يعانون من مشكلات إدمان الكحول أو المخدرات، ولا يتناولون عقاقير لمرض نفسي حاد أو ذهاني، وأبدو استعدادا للمشاركة في الدراسة بعد معرفتهم بالبرنامج الإرشادي، وتتراوح أعمارهم من ٢٥ - ٤٠ سنة، وأنهم كانوا من مستوى اقتصادي وتعليمي متقارب، حيث كان مستواهم التعليمي بين الثانوي والجامعي سواء بالنسبة للأزواج أو الزوجات .

• ثالثا / الأدوات المعتمدة في الدراسة

" يتوقف صدق البحوث وقيمتها العلمية على الاختيار السليم للطرق والأدوات التي تملك الشروط العلمية والمنهجية من أجل الوصول إلى أهدافها المسطرة ولعل الانطلاقة الأولى في تحديد الأدوات هو الرجوع إلى قراءة متأنية لأهداف البحث وفرضياته ."

و بعدما تمّ الرجوع لأهداف البحث و فرضياته توضح أن الغاية من هذا البحث هي الكشف عن العلاقة الموجودة بين مفهوم الذات لدى الزوجين و طبيعة الاتصال داخل الأسرة ، وبعدها اطلعت الباحثة على أدبيات الدراسة، و على بعض المقاييس قررت انتقاء اختبار مفهوم الذات لتنسي ، إضافة إلى تصميم استمارة تقيس طبيعة التواصل بين الزوجين و البرنامج الإرشادي و فيما يلي عرض لأدوات الدراسة :

• مقياس مفهوم الذات لتنسي Tennessee self concept

قامت الباحثة باستخدام مقياس تنسي لمفهوم الذات بصيغته المعربة والمعدلة للبيئة العربية ، وهو يتكون من مئة فقرة وصفية يستعملها المفحوص بحيث يقدم تصوّر الخاص عن ذاته، ودرجة انطباق الفقرة عليه كالآتي (دائما، غالبا، أحيانا، نادرا، مطلقا) ويمكن تطبيقه بشكل فردي أو بشكل جماعي على الأفراد ممن تجاوزت أعمارهم (١٢) سنة وهو أيضا قابل للتطبيق على أفراد يمثلون مختلف مستويات التكيف النفسي ابتداءً بالأفراد العاديين ذوي التكيف الجيد وانتهاءً بالمرضى الذهانيين والمقياس موجود على شكل نموذجين: إرشادي والإكلينيكي وكلاهما يستخدم نفس الفقرات وتتركز الفروق بينهما في طريقة استخراج العلامة حسب Fitts, 1965 .

وقد استخدم المقياس من قبل الكثير من الباحثين في العالم والوطن العربي وفي العديد من الدراسات التي تناولت مفهوم الذات منذ بدأ الحديث عنه عام (١٩٦٥) ، فقد طبقه كيم Kim في البيئة الكورية بصورة مترجمة وفي دراسة قام بها شيرار Sherrer, 1971 طبق مقياس تنسي لمفهوم الذات في مجموعتين ، كما قامت إليزابيث (Elizabeth, 1971) بدراسة العلاقة بين مفهوم الذات وكشف الذات باستخدام مقياس تنسي لمفهوم الذات .

أما في الدراسات العربية فقد استخدمه كل من دويدار ١٩٩٢ و الدسوقي ١٩٩٦ ، و الوهبي ١٩٩٩ .

وبعد أن تم وضع الفقرات كانت هناك عملية اختيار لسبعة من الأساتذة في علم النفس كمحكمين لتصنيف الفقرات من حيث كونها تقيس الجوانب المختلفة التي يشملها مفهوم الذات، كما حكموا أيضا على الفقرات من حيث كونها إيجابية أو سلبية في محتواها، وقد طور المقياس بشكله النهائي في سنة ١٩٦٥ . أما بالنسبة لدلالات صدق الاختبار وثباته في صورته الأصلية فقد استخرجت دلالات الصدق بطريقتين.

صدق المحتوى: واستخدمت هنا الفقرات التي نالت موافقة جماعية من قبل لجنة التحكيم من حيث قياسها للجوانب التي وصفت من أجل قياسها .

التمييز بين المجموعات: وقد تم اختيار مجموعتين الأولى من المرضى النفسيين وعددهم (٣٦٩) شخصا والمجموعة الثانية من الأفراد العاديين وعددهم (٦٢٦) شخصا يكونون المجموعة المعيارية وكان معامل الارتباط ذا دلالة عالية في التمييز بين المجموعتين على جميع درجات المقياس عدا درجات قليلة هي علامة نقد الذات وعلامة التوزيع وعلامة التباين (Fitts, 1965)

• أما بالنسبة لدلالات الثبات:

فقد تم الحصول على ثبات الاختبار للصورة الأصلية بطريقة إعادة الاختبار وقد استعمل كنجدون Congdon صورة مختصرة من المقياس وحصل على معامل ثبات (٠.٨٨) في العلامة الكلية.

ومن الدلائل الأخرى على ثبات هذا الاختبار وجود تشابه ملحوظ بين أنماط المحتويات لإعادة قياس نفس الأفراد خلال فقرات زمنية طويلة وكان ذلك بعد مرور سنة فأكثر (Fitts, 1965) .

وقد قامت الإبراهيم (٢٠٠٢) بإجراء دراسة بعنوان "مفهوم الذات لدى عينة خاصة من النساء الأردنيات العازبات قامت من خلالها بإعادة تعريف المقياس الأصلي بترجمة فقراته إلى اللغة العربية ثم أعطيت الفقرات باللغة العربية لشخص غير الباحثة للقيام بترجمتها إلى اللغة الإنجليزية مرة أخرى للمقارنة بين المقياس الأصلي غير المترجم وفقرات الترجمة إلى اللغة الإنجليزية الجديدة فكانت نسبة التقارب بين الأصل والترجمة بدرجة كبيرة.

وتكونت الصيغ العربية لمقياس تنسي من (١٠٠) فقرة كما هي في أصلها الأمريكي وقد جمعت بيانات عن الأبعاد التالية في مفهوم الذات وهي :

✓ الذات الجسمية: (Physical- Self) وهي تعطي رأي الفرد عن جسمه (المظاهر البدنية ومهاراته وحالته الصحية) وتقيسه الفقرات من (١- ٨)

✓ الرضا عن الذات: (the self satisfaction) وهذا البعد يعكس مدى تقبل الفرد لذاته، وتقيسه الفقرات من (٩- ١٦) .

- ✓ الذات الواقعية أو الوصفية (Identity): وهي تعني وصف الفرد لنفسه كما يراها هو، وتقيسها الفقرات من (١٧- ٣١)
- ✓ الذات المعنوية الخلقية (Moral- Ethical self) وهي تشمل علاقة الفرد مع الله وكذلك كون الفرد طيباً أو خبيثاً، وتقيسها الفقرات من (٣٢- ٤٣)
- ✓ الذات الاجتماعية (Social self) وهي توضح إدراك الفرد لذاته من خلال علاقته مع الناس في مجتمعه ومدى جدارته في تفاعلاته معهم بشكل عام، وتقيسها الفقرات من (٧٢- ٨٦)
- ✓ الذات الأسرية (Family Self) يعكس هذا البعد علاقة الفرد مع أسرته كعضو فيها وطريقة إدراكه لذاته نتيجة لتعامله مع أفراد الأسرة وتقيسها الفقرات من (٨٧- ٩٩).
- ✓ الذات الشخصية (Personal self) وهي تبين شعور الفرد بقيمته كشخص وتقييمه لشخصيته كجزء من جسمه وشعوره بالكفاية، وتقيسها الفقرات من (٤٤- ٥٧).
- ✓ الذات السلوكية (Behaviorl self) ويدل على مدى تقبل الفرد لسلوكه أي تقبله للطريقة التي يتصرف بها، وتقيسه الفقرات من (٥٨- ٧١) بالإضافة إلى الفقرة (١٠٠)

١٠ / صدق المقياس:

للتأكد من صدق المقياس قامت الباحثة بعرضه على مجموعة من المحكمين والمختصين في مجال علم النفس حيث طلب منهم إبداء الرأي في فقرات المقياس من حيث مناسبة الفقرات أو عدم مناسبتها لقياس تلك الأبعاد المقترحة. حيث حظيت معظم الفقرات بموافقتهم جميعاً، ولم يتم حذف أي فقره .

٢٠ / ثبات المقياس :

للتأكد من ثبات الأداة المستخدمة تم توزيع المقياس بصورته النهائية على عينة من مجتمع الدراسة مكونة من (٥٠) فرداً، وتم استخراج معامل الثبات وإعادة بفارق أسبوعين بين المرة الأولى والثانية للإجابة على فقرات المقياس لنفس العينة، وكانت نسب معاملات الثبات وإعادة كما هي مدونة في الجدول ١

• معاملات الثبات لمقياس تنسي :

معامل الثبات	الأبعاد
٠.٨٣	الذات الجسمية
٠.٨٠	الرضا عن الذات
٠.٨٠	الذات الوصفية
٠.٨١	الذات الأخلاقية
٠.٨٠	الذات الاجتماعية
٠.٨٢	الذات الأسرية
٠.٧٩	الذات الشخصية
٠.٧٨	الذات السلوكية
٠.٨٤	الأداة ككل

- ٠.٧٨) - يتضح من الجدول السابق بأن معاملات ثبات المقياس تراوحت بين (٠.٧٨ - ٠.٨٤) حيث تعتبر هذه نسبة عالية و بالتالي يعد هذا المقياس ثابت .

• استبيان التعامل بين الزوجين:

يقيس هذا الاستبيان طبيعة الاتصال بين الزوجين ، و لقد تم بناء هذا الاستبيان وفقا لملاحظة المواقف اليومية التي تجمع الزوجين في الحياة اليومية ، كما تم الاستعانة باختبارات التوافق الزوجي حيث أن هذا الأخير يعد استجابة سلوكية ثنائية تشتمل على التوفيق في الاختيار للزواج والاستعداد للمسؤوليات الزوجية ، والتشابه في القيم والاحترام المتبادل ، والتعبير عن المشاعر والإشباع الجنسي ، والاتفاق في الأمور المالية وفي أساليب التربية للأبناء ، والاتفاق مع أسرة الآخر .

وأيضاً ترى الخولي بأن المفهوم العام للتوافق الزوجي يتضمن الاتفاق النسبي بين الزوجين على الموضوعات الحيوية المتعلقة بحياتهما المشتركة ، والمشاركة في أعمال وأنشطة مشتركة وتبادل العواطف ، الذي يعتبر من الأهداف المهمة للقاء بين الزوجين

بناء على ذلك ترى الباحثة أن التوافق الزوجي هو درجة الشعور بالتواصل الفكري والعاطفي مع الطرف الآخر في العلاقة الزوجية ، بما يحقق لهما أساليب توافقية تساعد على التوائم مع مطالب الزواج وتخطي ما يعترض حياتهما من عقبات وتحقيق قدر معقول من السعادة والرضا . و بهذا يعد الاطلاع على اختبارات التوافق خطوة مهمة في بناء الاستبيان

• ١ / وصف أداة الدراسة

يتضمن الاستبيان ٥٨ فقرة لقياس التعامل بين الزوجين موزعة على ثمان أبعاد وهي :

- ✓ أولا / الاستقرار الزوجي
- ✓ ثانيا / المعاملة الانسانية
- ✓ ثالثا / الانسجام العاطفي بين الزوجين
- ✓ رابعا / الرضا و التجاوب الجنسي
- ✓ خامسا / أسس العلاقة الزوجية
- ✓ سادسا / تحمل المسؤولية
- ✓ سابعا / التعامل مع الأبناء
- ✓ ثامنا / المشكلات الزوجية

• اختبار فهم العبارات :

قامت الباحثة بترتيب العبارات حسب كل بعد ووضعها بالشكل المناسب ، ثم تم توزيعها على عينة الاستطلاعية تبلغ ٥٠ زوج وزوجة ، وذلك للتأكد من فهم العبارات ومقرؤيتها في مقابلات أجرتها الباحثة فرديا وجماعيا مع الأزواج وأخذت استجابات الأزواج مكتوبة ، وتم التعديل النهائي للعبارات بعد هذه الخطوة (أنظر الملحق ٢) .

٢٠ / صدق الاستمارة :

١/٢٠ . صدق الحكمين:

تم عرض الاستبانة على مجموعة من الأساتذة الجامعيين من المتخصصين في علم النفس ، حيث قاموا بإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول مناسبة فقرات الاستبيان ومدى انتمائها إلى كل بند من بنودها الثمانية ، وقد أعرب المحكمون عن وضوح العبارات سواء من الناحية اللغوية أو من حيث انتمائها لبنود الاستبيان وطلبوا من الباحثة استبدال كلمة شريك بالزوج ويقصد به في هذا الاستبيان الطرف الآخر سواء كان الزوج أو الزوجة .

٢/٢٠ . صدق الاتساق الداخلي:

جرى التحقق من صدق الاتساق الداخلي بتطبيق الاستمارة على عينة استطلاعية مكونة من ٥٠ زوج وزوجة ، حيث تم :

أ / حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل بند من بنود الاستمارة والدرجة الكلية كما هو مبين في الجدول رقم ٢ .

ب / حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات الاستمارة والدرجة الكلية للبند الذي تنتمي إليه .

٠ / حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل بند من بنود الاستمارة والدرجة الكلية:

صدق الزوجات		صدق الأزواج		البعد
مستوى الدلالة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	
مستوى الدلالة ٠.٠١ و ٠.٠٥	٠.٩٥	درجة الحرية = ٤٨ ور	0.91	1
	٠.٩٤	الجدولية = ٠.٣٥٤ عند	٠.٨٨	2
	٠.٨٧	مستوى الدلالة ٠.٠١	٠.٧٨	3
	٠.٨٠	و ٠.٢٧٣ عند ٠.٠٥	٠.٧١	4
	٠.٨٩		٠.٨٢	5
	٠.٨٧		٠.٧٤	6
	٠.٩١		٠.٨٣	7
	٠.٨٧		٠.٦٧	8

يلاحظ من الجدول رقم ٢ أن ر المحسوبة أكبر من الجدولية عند مستوى الدلالة ٠.٠١ و ٠.٠٥ ويدل هذا على أن جميع بنود الاختبار ترتبط ببعضها البعض وبالدرجة الكلية للاستمارة وهذا يعبر عن درجة عالية من الاتساق الداخلي .

- ب / حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات الاستمارة و الدرجة الكلية للبند الذي تنتمي إليه
- ب/١- معامل ارتباط الانساق الداخلي لكل فقرة من فقرات البند الأول = الاستقرار الزواجي = مع الدرجة الكلية للبند

صدق الزوجات		صدق الأزواج		الفقرة	رقم الفقرة
مستوى الدلالة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	معامل ارتباط		
دال عند مستوى الدلالة ٠.٠١ و ٠.٠٥	٠.٧٩	دال عند مستوى الدلالة ٠.٠١ و ٠.٠٥	٠.٧١	أعمل ما أستطيع لإقامة حياة زوجية ناجحة	١
	٠.٧٥		٠.٦٠	أحاول أن أبدو مرحا بشوها في المنزل حتى وإن كان هناك ما يضايقتني	٢
	٠.٦٠		٠.٥١	أستمتع أنا و زوجي سوية في وقت الفراغ	٣
	٠.٧٩		٠.٧١	أوفر لزوجي الجو اللاملم حين يتشغل بعمل ما	٤
	٠.٨٠		٠.٧٦	أقوم بواجباتي اتجاه زوجي و الأولاد و البيت	٥
	٠.٥١		٠.٦٠	استعين بقراءة الكتب التي تتناول العلاقة الزوجية لتحسين علاقتي بزوجي	٦
	٠.٨٣		٠.٨٠	أنتظر حتى يهدأ زوجي لمعاتبته إن كان غاضبا	٧
	٠.٨٧		٠.٧١	يفهم كل منا الآخر	٨
	٠.٨٠		٠.٧٣	أحاول التخفيف من زوجي عندما يكون منهكا و مهموما من العمل	٩
	٠.٦٥		٠.٤٧	تسود علاقتنا المحبة و الصداقة	١٠
	٠.٦١		٠.٤٧	أسامح زوجي إن أخطأ في حقى	١١
	٠.٧١		٠.٥٨	أنصت لزوجي جيدا عند حديثه عن مشاكله و همومه	١٢

يتضح من الجدول رقم ٣ أن معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات البند الأول و الخاص بالاستقرار الزواجي و الدرجة الكلية لفقراته ، دالة عند المستوى ٠.٠١ ، و ٠.٠٥ ، ، و بذلك تعتبر فقرات البند الأول صادقة لما وضعت لقياسه .

- ب/٢- معامل ارتباط الانساق الداخلي لكل فقرة من فقرات البند الثاني = المعاملة الانسانية = مع الدرجة الكلية للبند

صدق الزوجات		صدق الأزواج		الفقرة	رقم الفقرة
مستوى الدلالة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	معامل ارتباط		
دال عند مستوى الدلالة ٠.٠١ و ٠.٠٥	٠.٧٢	دال عند مستوى الدلالة ٠.٠١ و ٠.٠٥	٠.٦١	أعامل أنا و زوجي بمودة و رحمة	١
	٠.٨٥		٠.٧٦	يؤثرني زوجي على نفسه	٢
	٠.٨٠		٠.٥٣	يحترم زوجي رأى	٣
	٠.٨٩		٠.٧٥	أغتنم الفرصة لأمدح تصرفات زوجي	٤
	٠.٨٥		٠.٧١	يهتم زوجي بسماع آرائى في أي موضوع	٥
	٠.٨٤		٠.٨٠	الضحك و المزاح جزء أساسى من حياتنا الزوجية	٦
	٠.٥٤		٠.٧٥	أشارك زوجي في اتخاذ القرارات المتعلقة بالعمل	٧
	٠.٨٧		٠.٩١	يسعدنى و يسلينى الحديث مع زوجي	٨

يتضح من الجدول رقم ٤ أن معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات البند الثاني والخاص بالمعاملة الانسانية و الدرجة الكلية لفقراته ، دالة عند المستوى ٠.٠١، و ٠.٠٥،، وبذلك تعتبر فقرات البند الثاني صادقة لما وضعت لقياسه .

• ب/٣- معامل ارتباط الاتساق الداخلي لكل فقرة من فقرات البند الثالث - الانسجام العاطفي بين الزوجين - مع الدرجة الكلية للبند

رقم الفقرة	الفقرة	صدق الأزواج		صدق الزوجات	
		معامل ارتباط	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١	أعمل ما يوسعى للمتغلب على الخلافات الزوجية	٠.٤٥	دال عند مستوى الدلالة ٠.٠١ و ٠.٠٥	٠.٦١	دال عند مستوى الدلالة ٠.٠١ و ٠.٠٥
٢	يفهم أحدهما لغة الآخر	٠.٦٦	٠.٠٥	٠.٥٥	٠.٠٥
٣	أشعر أن العلاقة بيني وبين زوجي لا يسودها التقاهم والانسجام	٠.٥٦		٠.٤٩	
٤	نتبادل الحديث أنا وزوجي	٠.٦٠		٠.٧٦	
٥	يصعب على زوجي تقبلي كما أنا	٠.٤٤		٠.٦٥	
٦	لا أستطيع التعبير عن عواظي اتجاه زوجي باستمرار	٠.٣٧		٠.٤١	
٧	يحترم كلانا الآخر ويعامله بإنسانية	٠.٥٥		٠.٧٧	
٨	أفقد تفهم زوجي لمشاصري	٠.٣٦		٠.٣٩	
٩	زوجي غير صريح معي	٠.٥٧		٠.٤٥	
10	اثناء الاختلاف نتبادل أنا وزوجي أنواعا من الكلمات الجارحة.	٠.٤١		٠.٣٥	

يتضح من الجدول رقم ٥ أن معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات البند الثالث والخاص بالنضج الانفعالي والعاطفي و الدرجة الكلية لفقراته ، دالة عند المستوى ٠.٠١، و ٠.٠٥،، وبذلك تعتبر فقرات البند الثالث صادقة لما وضعت لقياسه .

• ب/٤- معامل ارتباط الاتساق الداخلي لكل فقرة من فقرات البند الرابع - الرضا والتجاوب الجنسي - مع الدرجة الكلية للبند

رقم الفقرة	الفقرة	صدق الأزواج		صدق الزوجات	
		معامل ارتباط	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١	أشعر بالسعادة لأني تزوجت	٠.٧٥	دال عند مستوى الدلالة ٠.٠١ و ٠.٠٥	٠.٨٢	دال عند مستوى الدلالة ٠.٠١ و ٠.٠٥
٢	أستمتع بعلاقتي الجنسية	٠.٨٩		٠.٧٦	
٣	أشعر بالرضا في علاقتي الجنسية	٠.٨٦		٠.٨٨	
٤	يبيدي لي زوجي كلمات الحب والمودة	٠.٧٧		٠.٨٢	
٥	الإشباع الجنسي من أسباب سعادتنا الزوجية	٠.٤٧		٠.٦٠	
٦	يوجد تناسق بين الإحساس والحالة النفسية لدينا قبل الجماع	٠.٦٤		٠.٦٠	

يتضح من الجدول رقم ٦ أن معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات البند الرابع والخاص بالرضا والسعادة الزوجية و الدرجة الكلية لفقراته ، دالة عند المستوى ٠.٠١، و ٠.٠٥،، وبذلك تعتبر فقرات البند الرابع صادقة لما وضعت لقياسه .

• ب/٥- معامل ارتباط الاتساق الداخلي لكل فقرة من فقرات البند الخامس - أسس العلاقة الزوجية - مع الدرجة الكلية للبند

صدق الزوجات		صدق الأزواج		الفقرة	رقم الفقرة
مستوى الدلالة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	معامل ارتباط		
دال عند مستوى الدلالة ٠.٠١ و ٠.٠٥	٠.٧٩	دال عند مستوى الدلالة ٠.٠١ و ٠.٠٥	٠.٧٢	أبادر بتقدير الخير لزوجي	١
	٠.٦٤		٠.٥٥	تسير حياتي الزوجية على وتيرة واحدة تبعت للملل	٢
	٠.٧٨		٠.٦٥	أتمتع بعلاقات طيبة مع زوجي	٣
	٠.٤٤		٠.٣٧	أسعى إلى تحقيق مصالحتي وإن تعارضت مع مصالح زوجي	٤
	٠.٧٧		٠.٦٦	تمسكي بالقيم والمبادئ الدينية تساعدني على النجاح في زوجي	٥
دال إحصائياً	٠.٧٩	دال إحصائياً	٠.٨٢	يحاول كل منا منح الآخر العطف والحنان	٦

يتضح من الجدول رقم ٧ أن معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات البند الرابع و الخاص بالعلاقات الزوجية و الدرجة الكلية لفقراته ، دالة عند المستوى ٠.٠١ ، و ٠.٠٥ ، و بذلك تعتبر فقرات البند الرابع صادقة لما وضعت لقياسه .

• ب/٦- معامل ارتباط الاتساق الداخلي لكل فقرة من فقرات البند السادس - تحمل المسؤولية - مع الدرجة الكلية للبند

صدق الزوجات		صدق الأزواج		الفقرة	رقم الفقرة
مستوى الدلالة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	معامل ارتباط		
دال عند مستوى الدلالة ٠.٠١ و ٠.٠٥	٠.٦١	دال عند مستوى الدلالة ٠.٠١ و ٠.٠٥	٠.٥٦	أتحمل نتائج أفعالي حتى وإن أخطأت	١
	٠.٧١		٠.٧٤	ألوم نفسي إن قمت بعمل ينبغي تجنبه	٢
	٠.٨٢		٠.٨٨	أشعر بتأنيب الضمير عندما أتسبب في إيذاء زوجي دون قصد	٣
	٠.٦٤		٠.٥٦	أشارك زوجي في جميع الأمور المتعلقة بأسرتي	٤

يتضح من الجدول رقم ٨ أن معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات البند السادس و الخاص بالعلاقات الزوجية و الدرجة الكلية لفقراته ، دالة عند المستوى ٠.٠١ ، و ٠.٠٥ ، و بذلك تعتبر فقرات البند الرابع صادقة لما وضعت لقياسه .

• ب/٧- معامل ارتباط الانتساق الداخلي لكل فقرة من فقرات البند السابع - التعامل مع الآباء والأبناء - مع الدرجة الكلية للبند

صدق الزوجات		صدق الأزواج		الفقرة	رقم الفقرة
مستوى الدلالة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	معامل ارتباط		
دال عند مستوى الدلالة ٠.٠١ و ٠.٠٥	٠.٨١	دال عند مستوى الدلالة ٠.٠١ و ٠.٠٥	٠.٨٥	أتفق أنا وزوجي حول أسس عامة في تربية الأبناء	١
	٠.٦٤		٠.٧٧	يحترم كل منا والدي الطرف الآخر	٢
	٠.٧٨		٠.٦٥	يراعي كلانا الآداب عند تعامله مع أسرة الآخر	٣
	٠.٤٤		٠.٣٧	يساندني زوجي تربية الأبناء	٤

يتضح من الجدول رقم 9 أن معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات البند السابع والخاص بالتعامل مع الآباء والأبناء والدرجة الكلية لفقراته، دالة عند المستوى ٠.٠١، و ٠.٠٥، وبذلك تعتبر فقرات البند السابع صادقة لما وضعت لقياسه .

• ب/٨- معامل ارتباط الانتساق الداخلي لكل فقرة من فقرات البند الثامن - المشكلات الزوجية - مع الدرجة الكلية للبند

يتضح من الجدول رقم 10 أن معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات البند الثامن والخاص بالخلافات الزوجية والدرجة الكلية لفقراته، دالة عند المستوى ٠.٠١، و ٠.٠٥، وبذلك تعتبر فقرات البند الثامن صادقة لما وضعت لقياسه .

صدق الزوجات		صدق الأزواج		الفقرة	رقم الفقرة
مستوى الدلالة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	معامل ارتباط		
دال عند مستوى الدلالة ٠.٠١ و ٠.٠٥	٠.٧٠	دال عند مستوى الدلالة ٠.٠١ و ٠.٠٥	٠.٦٥	أتشاجر أنا وزوجي بدون سبب	١
	٠.٨٥		٠.٨٤	يقوم زوجي بإدخال أهله في أمورنا الشخصية	٢
	٠.٦٧		٠.٦٤	أشعر بالوحدة حتى في وجود زوجي	٣
	٠.٥٥		٠.٧٨	يسبب تدخل الآخرين في شؤون حياتنا الخاصة الكثير من المشاكل .	٤
	٠.٤٩		٠.٥٦	تختلف أنا وزوجي حول الأمور المالية	٥
	٠.٧٦		٠.٧٩	اضطراري للسكن مع العائلة بسبب الكثير من الخلافات بيني وبين زوجي	٦
	٠.٦٥		٠.٥٦	يميل زوجي لأن يكون بمفرده	٧
	٠.٧٠		٠.٦٤	أشعر أن زوجي يهملني	٨

يتضح من كل البيانات السابقة أن فقرات الاستمارة وبنودها صادقة لما وضعت لقياسه .

٣٠ / ثبات المقياس

تم حساب ثبات الاستبيان بطريقة التجزئة النصفية حيث تم حساب درجة النصف الأول لكل بند من بنود الاستمارة ودرجة النصف الثاني ، ثم حساب معامل الارتباط بين النصفين ، ثم جرى تعديل الطول باستخدام معادلة سبيرمان براون .

البند	عدد الفقرات	الأزواج		الزوجات	
		الارتباط قبل التعديل	الارتباط بعد التعديل	الارتباط قبل التعديل	الارتباط بعد التعديل
١	١٢	٠.٩٠	٠.٩١	0.92	0.92
٢	٨	٠.٦٢	0.76	0.83	0.91
٣	١٠	٠.٥٨	0.58	0.52	0.52
٤	٦	٠.٧٢	0.84	0.85	0.91
٥	٦	٠.٦٧	0.71	0.90	0.92
٦	٤	٠.٦٨	0.81	0.58	0.62
٧	٤	٠.٧٢	0.75	0.86	0.92
٨	٨	٠.٤٩	0.66	0.62	0.76
المجموع	٥٨	0.82	0.90	0.91	0.95

يتضح من الجدول رقم ١١ أن معاملات الثبات بعد التعديل تراوحت ما بين ٠.٥٢ ، ٠.٩٢ ، وهذا يدل على أن الاستبيان على درجة عالية من الثبات ، مما يعني أنها صالحة للتطبيق .

٣٠ / طريقة الإجابة

عدلت الباحثة احتمالات الإجابة من خمسة احتمالات وهي دائماً - غالباً ، أحياناً - نادراً ، أبداً إلى ثلاثة احتمالات وهي دائماً - أحياناً - أبداً ويرجع ذلك عدم تفهم عينة الدراسة الاستطلاعية للفرق بين دائماً و غالباً ، و نادراً أبداً . مما أدى بالباحثة إل حذفها و تحسب درجات الاستبيان بمنح ثلاثة نقاط لدائماً و نقطتان لأحياناً و نقطة لأبداً .

• البرنامج الإرشادي المقترح من قبل الباحثة

يعتمد البرنامج الإرشادي على النظرية المعرفية السلوكية ، حيث ستستخدم الباحثة تقنيات إرشادية معرفية و أخرى سلوكية ، و يهدف البرنامج الإرشادي إلى ما يلي :

- ◀◀ تحسين مهارات التواصل بين الزوجين
- ◀◀ تحسين مهارات التفاوض وحل المشكلات بين الزوجين
- ◀◀ زيادة الأنشطة والاهتمامات المشتركة بين الزوجين
- ◀◀ تحسين العلاقة الجنسية بين الزوجين.
- ◀◀ التدريب على تحديد الأفكار غير منطقية و اللاعقلانية و تعديلها

• أولًا / أسس البرنامج :

تعتمد الباحثة في بناء برنامجها الإرشادي على مبادئ الإرشاد العقلاني العاطفي والذي أسسه ألبرت أليس حيث ينطلق من الافتراضات التالية:

- « يكون الأفراد في أسعد حالاتهم عندما تكون لديهم أهداف محددة وهامة يسعون إلى تحقيقها بروح إيجابية
- « العقلانية هي الوسيلة التي تساعد الناس على تحقيق أهدافهم لأنه عملية ومنطقية .

« إن اللاعقلانية تحول بين الناس وبين تحقيق أهدافهم ويرى إليس أن الفرد يميل إلى التصرف بطريقة لاعقلانية ، ومع ذلك فهو قادر على إعادة النظر في أفكاره وسلوكه بطريقة نقدية إيجابية .

إن الاضطراب النفسي ينبع من مصدرين :

أ / المطالب التي نرضها على أنفسنا و تقود إلى انتقاد و لوم الذات و البديل الصحي هو قبول الذات مع الاعتراف بضعفها و قصورها و نقاط القوة الايجابية فيها و السعي العملي لتجاوز النقص .

ب / المطالب التي نريدها و نتوقعها من الآخرين و البديل الصحي هو تنمية القدرة على تحمل الإحباط و الانزعاج من أجل التغلب على المعوقات التي تعوق تحقيق أهدافنا بتحقيق التفاعل النفسي بين الأفكار و الانفعالات .

و بالتالي فإن الأهداف الأساسية لهذا الإرشاد هو تخفيض مشاعر القلق و العدائية و تزويد الفرد بوسيلة للاحظة الذات و تقييمها بطريقة تضمن له أقل قدر من مشاعر القلق و العداء في حياته ، إضافة إلى تكوين اهتمام ذاتي مستنير لدى الفرد من خلال تعليمه التوجيه الذاتي و الاستقلالية و تحمل المسؤولية .

• ثانيا / التقنيات المستخدمة

سيتم الاعتماد على مجموعة من التقنيات منها ما هو معرّف و انفعالي و سلوكي و ذلك باعتبار ان الإرشاد العقلاني العاطفي يستمد مبادئه من النظرية المعرفية السلوكية . و تتمثل هذه التقنيات فيما يلي :

• ١ . الطرق المعرفية

و تتمثل في التحليل المنطقي للأفكار غير منطقية و تعليم المسترشد طرق التفكير الصحيح عن طريق ربط المقدمات بالنتائج إضافة إلى توضيح الأفكار و الإيحاءات غير معقولة .

• ٢ . الطرق الانفعالية

تنطلق هذه الطرق من مبدأ التقبل غير المشروط للتعامل على النحو الذي يقرره روجرز و يتم استخدام أسلوب تمثيل الأدوار و أسلوب النمذجة و ذلك لمساعدة المسترشد على أن يشعر و يتصرف بطريقة مختلفة إزاء الأشياء التي تعكر صفوه ، كما يتم استخدام أساليب المواجهة و مهاجمة الشعور السلبي بالخزي و الدونية حتى تساعد المسترشد على التعرف على مشاعره السلبية .

٣٠ . الطرق السلوكية

تتمثل في الواجبات المنزلية التي يكلف بها المسترشد مثل عملية التنشيط الحسي من خلال مواجهة المواقف التي يخاف منها الفرد كما يمكن إعطاء بعض الواجبات كمطالعة كتب معينة أو نصوص منتقاة من قبل المرشد ، كما يمكن استخدام أساليب الإرشاد الإجرائي كالتعزيز .

٤٠ . طرق تحقيق الأهداف

يتم تطبيق البرنامج في صورة عشر جلسات ، وكانت ترغب الباحثة في تطبيق الجلسات بطريقة جماعية لجميع الأزواج (زوجات و أزواج) إلا أنه من خصوصيات المجتمع الجزائري أنه مجتمع لم يفتح بعد على المجال الإرشادي مما جعل الأزواج يفضلون الانفصال عن زوجاتهم ، لذلك قدمت الجلسات الارشادية للأزواج بمفردهم وللزوجات بمفردهن ما عدا الجلسة الثامنة و التاسعة و العاشرة التي كانت شبيهة جماعية حيث حضر عشر أزواج و زوجاتهم معا . بواقع جلسة واحدة أسبوعيا، تتراوح مدتها ساعة و نصف

٥٠ . مضمون الجلسات الارشادية

الجلسة الأولى: هدفت هذه الجلسة إلى بناء جسور الثقة من خلال تعرف المسترشدين إلى المرشد ، و تعرفهم على بعضهم البعض وتعريف الأعضاء بأهداف البرنامج الإرشادي والمفاهيم التي يتضمنها وهي الارشاد، الحوار، الاتصال ، مفهوم الذات . وتم الإتفاق على مكان و زمان عقد الجلسات الإرشادية، كذلك تم توضيح الوقت المخصص لكل جلسة، بحيث تستغرق كل جلسة (٩٠) دقيقة، وتم إعطاء ملخص حول جلسات البرنامج الإرشادي .

الجلسة الثانية: وهدفت هذه الجلسة إلى التعرف على مفهوم الاتصال وكذلك عناصر وأنواع عملية الاتصال، وتنفيذ مجموعة من الأنشطة والتمرينات التي تبين لأعضاء المجموعة أهمية الإتصال في حياتنا، كما تم التعرف على معيقات عملية الإتصال حتى يتم تجنب هذه المعيقات، وتم التركيز على تدريب الأعضاء على مهارة التحدث بحزم في المواقف التي تتطلب ذلك. و قد تم التركيز على مهارة مهمة من مهارات الإتصال وهي الإصغاء وحسن الاستماع، وضعهم في مواقف تتطلب منهم ذلك.

الجلسة الثالثة: هدفت هذه الجلسة إلى معرفة الذات و إلى مساعدة الأعضاء على التعبير عن أنفسهم. و تحديد الخصائص المميزة لجنسهم، وكذلك تدريبهم على الإيمان بقدراتهم ودفعهم إلى المحاولة . تم إعطاء أعضاء المجموعة كتيب عن التنمية الذاتية للمطالعة المنزلية

الجلسة الرابعة : وهدفت هذه الجلسة إلى تعريف الأعضاء بمفهوم المشكلة وتعريف الأعضاء بخطوات حل المشكلة من خلال توزيع بعض الأوراق على الأزواج و جعلهم يكتبون أكثر المشكلات المتكررة ثم محاولة مناقشة أحد المشاكل التي يعينها الأزواج و إيجاد بعض الحلول و الاقتراحات من طرف أعضاء الجماعة .

الجلسة الخامسة : تم في هذه الجلسة تطبيق العلاج العقلاني و ذلك بهدف إحلال الأفكار العقلانية بدلا من الأفكار اللاعقلانية . في الخطوة الأولى تم توضيح ماهية العلاج العقلاني ، حيث تم تقديم معلومات عن مفهوم الحوار وأهدافه و أهميته و دور الأفكار اللاعقلانية في إحداث عدم التوافق بين الزوجين .

وذلك عن طريق عرض نماذج من الأفكار اللاعقلانية و مناقشتها و محاولة تحويلها إلى أفكار منطقية وعقلانية . تم أيضا تقديم الدعم المعنوي للأزواج الذين تمكنوا من رفض الأفكار الخاطئة و إبدالها بأفكار صحيحة يقتنعون بها يطبقونها في حياتهم اليومية . قدم للأزواج واجب منزلي في هذه الجلسة والذي يقتضي استعمال الحديث الذاتي و كتابة مختلف الأفكار الخاطئة و محاولة تعديلها .

الجلسة السادسة : كانت هذه الجلسة بمثابة امتداد للجلسة السابقة حيث تم عرض الواجب المنزلي من طرف الأزواج و تمت مناقشة جماعية . بعد ذلك قامت الباحثة بتوزيع الأوراق و الأقلام على الأزواج و طلبت منهم كتابة الصفات الايجابية التي يحبها كل منهم في شريكه و الصفات السلبية التي تزعهه ، وتم مناقشة هذه الصفات السلبية في ضوء الإيجابيات (أي تزكية الصفات الإيجابية) .

الجلسة السابعة : هدف هذه الجلسة تعزيز الحوار لدى الأزواج من خلال إكسابهم مهارات التواصل و تدريبهم على استعمالها في حياتهم عن طريق القيام ببعض الأنشطة كعرض مشكلة من المشاكل الزوجية و محاولة حلها عن طريق أسلوب الحوار و المناقشة . كما تم عرض أقراص مضغوطة لفلم يبين مشكلة بين الزوجين وكيف تم حل هذه المشكلة عن طريق اللجوء لطلب المساعدة من طرف المرشد الأسري و كيف كان مناقشة المشكلة دور كبير في إيجاد الحل المناسب لها . في نهاية هذه الجلسة طلبت الباحثة من الأزواج القيام بجلسة تجمع كلا الزوجين إن رغبا في ذلك و ذلك لتجريب ما تعلموه خلال الجلسات السابقة فوافق ١٥ زوج على القيام بذلك .

الجلسة الثامنة : خلال هذه الجلسة تم الاعتماد على التمثيل المسرحي (السيكودراما) حيث قامت الباحثة و الأزواج باختيار مشكلة تمثل عدم التوافق بين الأزواج (مشكلة مالية ، مشكلة التعامل مع الأبناء) و قام بعض الأزواج بتمثيلها و حلها عن طريق الحوار . ثم قدمت ملاحظات من طرف أعضاء الجماعة و ذلك بناء على ما اكتسبوه في الجلسات السابقة . في نهاية الجلسة تم توزيع جدول للتقييم الشريك في استعماله لأسلوب الحوار و ذلك عن طريق ملاحظة الزوجة لزوجها و الزوج لزوجته .

الجلسة التاسعة : هدفت هذه الجلسة إلى تقييم ما اكتسبه الأزواج ، بحيث منحت لهم الباحثة الفرصة للتحدث عن الخبرات الجديدة و كيف ساهمت في حل مشكلاتهم الزوجية بصفة خاصة و الأسرية بصفة عامة .

الجلسة العشرة : هدفت هذه الجلسة إلى معرفة مدى نجاح و فائدة البرنامج الإرشادي ، و ذلك بإعادة تطبيق اختبار مفهوم الذات و استمارة التعامل بين الزوجين في النهاية شكرت الباحثة الأزواج على تعاونهم ، و قدمت لهم هدايا رمزية .

• الأساليب الإحصائية المعتمدة

سيتم الاعتماد على معامل الارتباط لبيرسون و ذلك لدراسة العلاقة بين مفهوم الذات بين الزوجين وطبيعة الاتصال بينهما ، كما سيتم الاعتماد على اختبار "ت" لمجموعتين مرتبطتين و ذلك لمعرفة نتائج البرنامج الإرشادي .

• عرض و مناقشة النتائج :

بعد جمع البيانات المتعلقة بموضوع الدراسة عن طريق الأدوات المعدة لذلك ، تم القيام بتنظيم وتصنيف هذه البيانات وتضريحها في جداول خاصة ، ليتم بعد ذلك تطبيق الأسلوب الإحصائي المناسب ، و لقد أسفر تحليل البيانات على مجموعة من النتائج سيتم عرضها في النقطة الأولى ، في حين ستخصص النقطة الثانية لتفسير هذه النتائج في ظل الدراسات السابقة التي تمّ التعرض لها في الجانب النظري من البحث .

• أولاً - عرض النتائج :

• علاقة مفهوم الذات لدى الزوجين بطبيعة الاتصال بينهما :

من أجل اختبار الفرضية الأولى والتي تقول :

" توجد علاقة ارتباطية بين مفهوم الذات لدى الزوجين وطبيعة الاتصال بينهما "

تم حساب معامل الارتباط بين متغير مفهوم الذات لدى كل من الأزواج والزوجات وأسلوب التعامل الزوجي الذي يمثل طبيعة الاتصال داخل الأسرة ، ولقد أدخلت النتائج ضمن الجدول رقم ١٢ الخاص بالعلاقة بين مفهوم الذات لدى الأزواج و طبيعة الاتصال الزوجي و الجدول رقم ١٣ الخاص بالعلاقة بين مفهوم الذات لدى الزوجات والتواصل الزوجي :

• أ / مفهوم الذات لدى الأزواج و الاتصال الزوجي :

العينة	نوع الارتباط	ر المحسوبة	درجة الحرية	قيمة "ر" الجدولية	مستوى الدلالة الإحصائية	الدلالة الإحصائية
الأزواج	التواصل و مفهوم الذات العام	٠.٥٢٥٩٠٩٢٢	١٤	٠.٤٩٧	٠.٠٥	دال
	التواصل و مفهوم الذات الجسمية	0,31498885	١٤	٠.٤٩٧	٠.٠٥	غير دال
	التواصل و الرضا عن الذات	٠.٥١٢٩٧٩٧١	١٤	٠.٤٩٧	٠.٠٥	دال
	التواصل و مفهوم الذات الوصفية	0,26259105	١٤	٠.٤٩٧	٠.٠٥	غير دال
	التواصل و مفهوم الذات الاخلاقية	٠.٦٢١٢٣٠١	١٤	٠.٤٩٧	٠.٠٥	دال
	التواصل و مفهوم الذات الاجتماعية	0,49973026	١٤	٠.٤٩٧	٠.٠٥	دال
	التواصل و مفهوم الذات الاسرية	0,48594853	١٤	٠.٤٩٧	٠.٠٥	غير دال
	التواصل و مفهوم الذات الشخصية	0,5638874	١٤	٠.٤٩٧	٠.٠٥	دال
	التواصل و مفهوم الذات السلوكية	0,51739387	١٤	٠.٤٩٧	٠.٠٥	دال

نلاحظ من خلال الجدول السابق أن قيمة "ر" المحسوبة أكبر من قيمة "ر" الجدولية عند مستوى الدلالة الإحصائية ٠.٠٥ ، وذلك في كل من " التواصل ومفهوم الذات الاجتماعي والشخصي والسلوكي والرضا عن الذات ومفهوم الذات الأخلاقية وكذا مفهوم الذات العام " مما يعني أن هناك ارتباط بين الاتصال وهذه الأبعاد ، بينما نلاحظ أن المحسوبة أصغر من الجدولية في كل من مفهوم الذات الجسمية والأسرية والوصفية وهذا يعني أنه لا توجد علاقة ارتباطية بين التواصل وهذه الأبعاد

٢٠ / مفهوم الذات لدى الزوجات و الاتصال الزوجي

العينة	نوع الارتباط	ر المحسوبة	درجة الحرية	قيمة "ر" الجدولية	مستوى الدلالة الإحصائية	الدلالة الإحصائية
الزوجات	التواصل و مفهوم الذات العام	٠.٥٢١٤٣٠١	١٤	٠.٤٩٧	٠.٠٥	دال
	التواصل و مفهوم الذات الجسمية	0,02216404	١٤	٠.٤٩٧	٠.٠٥	غير دال
	التواصل و الرضا عن الذات	٠.٥٥٢٠٧٣١	١٤	٠.٤٩٧	٠.٠٥	دال
	التواصل و مفهوم الذات الوصفية	0,1307922	١٤	٠.٤٩٧	٠.٠٥	غير دال
	التواصل و مفهوم الذات الأخلاقية	٠.٥٥٢٣٠١٤٢	١٤	٠.٤٩٧	٠.٠٥	غير دال
	التواصل و مفهوم الذات الاجتماعية	0,01781772	١٤	٠.٤٩٧	٠.٠٥	غير دال
	التواصل و مفهوم الذات الأسرية	0,504146	١٤	٠.٤٩٧	٠.٠٥	دال
	التواصل و مفهوم الذات الشخصية	0,16502517	١٤	٠.٤٩٧	٠.٠٥	غير دال
	التواصل و مفهوم الذات السلوكية	0,61193357	١٤	٠.٤٩٧	٠.٠٥	دال

يلاحظ من الجدول رقم ١٣ أن مفهوم الذات السلوكية و مفهوم الذات الأسرية و مفهوم الذات الأخلاقية و مفهوم الذات العام إضافة إلى الرضا عن الذات لدى الزوجات يرتبط بطريقة التواصل و التعامل بين الزوجين ، في حين أن باقي أبعاد مفهوم الذات (الاجتماعية ، الجسمية ، الوصفية ، الشخصية) لا يرتبط بطريقة التواصل بين الزوجين .

• ثنيا / أثر البرنامج الإرشادي على مفهوم الذات والتواصل بين الزوجين
من أجل اختبار الفرضية الثانية والتي تقول: " إن انتهاج برنامج إرشادي يقوم على تنمية مفاهيم ذات إيجابية عند الزوجين يؤدي إلى تحسين نمط الاتصال بينهما " تم حساب الفروق بين كل من مفهوم الذات والتواصل بين الزوجين قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي وذلك بالاعتماد على اختبار "ت" لمجموعتين مرتبطتين .

• ١ / مفهوم الذات قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي

مفهوم الذات	قيمة "ت" المحسوبة	درجة الحرية	قيمة "ت" الجدولية	مستوى الدلالة الاحصائية	الدلالة
الذات الجسمية	١.٩٦	٢٩	٢.٠٤	٠.٠٥	غير دال
الرضا عن الذات	٣.٤٤	٢٩	٢.٠٤	٠.٠٥	دال
الذات الخلقية	١.٨٨	٢٩	٢.٠٤	٠.٠٥	غير دال
الذات الاجتماعية	٤.٢٢	٢٩	٢.٠٤	٠.٠٥	دال
الذات الأسرية	٣.٨٩	٢٩	٢.٠٤	٠.٠٥	دال
الذات الشخصية	٥.١٢	٢٩	٢.٠٤	٠.٠٥	دال
الذات السلوكية	٣.٦٤	٢٩	٢.٠٤	٠.٠٥	دال
الذات ككل	٤.٢٢	٢٩	٢.٠٤	٠.٠٥	دال

يلاحظ من الجدول ١٤ أن هناك فروق بين جميع أبعاد مفهوم الذات وكذلك الدرجة الكلية قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي وذلك عند مستوى الدلالة الاحصائية ٠.٠٥ ما عدا بعد مفهوم الذات الجسمية والخلقية حيث كانت "ت" المحسوبة أقل من "ت" الجدولية .

• ٢ / المعاملة والتواصل الزوجي قبل وبعد تطبيق البرنامج

• أ / لدى العينة الكلية الأزواج والزوجات

التعامل والتواصل الزوجي	قيمة "ت" المحسوبة	درجة الحرية	قيمة "ت" الجدولية	مستوى الدلالة الاحصائية	الدلالة
الاستقرار الزوجي	٦.٢٢	٢٩	٢.٠٤	٠.٠٥	دال
المعاملة الانسانية	٤.٧٥	٢٩	٢.٠٤	٠.٠٥	دال
النضج الانفعالي	٣.٦٤	٢٩	٢.٠٤	٠.٠٥	دال
الرضا والتجاوب الجنسي	٣.٠٥	٢٩	٢.٠٤	٠.٠٥	دال
أسس العلاقة الزوجية	٣.٥٥	٢٩	٢.٠٤	٠.٠٥	دال
تحمل المسؤولية	٥.٦٦	٢٩	٢.٠٤	٠.٠٥	دال
التعامل مع الأبناء والأبناء	٤.٢٢	٢٩	٢.٠٤	٠.٠٥	دال
المشكلات الزوجية	٣.٦٥	٢٩	٢.٠٤	٠.٠٥	دال
التعامل والتواصل ككل	٥.٤٥	٢٩	٢.٠٤	٠.٠٥	دال

يتضح من الجدول رقم ١٥ أن قيم "ت" المحسوبة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة الاحصائية ٠.٠٥ في جميع الأبعاد وكذلك الدرجة الكلية، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيقين القبلي والبعدي، وهذا يدل على وجود أثر على أفراد المجموعة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

• ب / التعامل و التواصل عند الأزواج قبل و بعد تطبيق البرنامج الإرشادي

الدلالة	مستوى الدلالة الاحصائية	قيمة"ت" الجدولية	درجة الحرية	قيمة"ت" المحسوبة	التعامل و التواصل الزوجي
دال	٠.٠٥	٢.١٣	١٤	٣.٥٢	الاستقرار الزوجي
دال	٠.٠٥	٢.١٣	١٤	٥.٤٢	المعاملة الانسانية
دال	٠.٠٥	٢.١٣	١٤	٤.٢٣	النضج الانفعالي
دال	٠.٠٥	٢.١٣	١٤	٣.٣٢	التجاوب الجنسي
دال	٠.٠٥	٢.١٣	١٤	٣.٠٩	أسس العلاقة الزوجية
دال	٠.٠٥	٢.١٣	١٤	٤.٥٨	تحمل المسؤولية
دال	٠.٠٥	٢.١٣	١٤	٤.٢٨	التعامل مع الأبناء و الأبناء
دال	٠.٠٥	٢.١٣	١٤	٥.١٢	المشكلات الزوجية
دال	٠.٠٥	٢.١٣	١٤	4.98	الدرجة الكلية

يلاحظ من الجدول رقم ١٦ أن هناك فروق دالة إحصائياً عند الأزواج قبل و بعد تطبيق البرنامج الإرشادي و وذلك في جميع الأبعاد ، كذلك في الدرجة الكلية، وهذا يعني أن للبرنامج الإرشادي أثر في المعاملة و التواصل الزوجي.

• ج / المعاملة و التواصل عند الزوجات قبل و بعد تطبيق البرنامج الإرشادي

الدلالة	مستوى الدلالة الاحصائية	قيمة"ت" الجدولية	درجة الحرية	قيمة"ت" المحسوبة	التعامل و التواصل الزوجي
دال	٠.٠٥	٢.١٣	١٤	٤.١٦	الاستقرار الزوجي
دال	٠.٠٥	٢.١٣	١٤	٤.١٢	المعاملة الانسانية
دال	٠.٠٥	٢.١٣	١٤	٣.٥٢	النضج الانفعالي
دال	٠.٠٥	٢.١٣	١٤	٢.٣٣	الرضا و التجاوب الجنسي
دال	٠.٠٥	٢.١٣	١٤	٤.١٢	أسس العلاقة الزوجية
دال	٠.٠٥	٢.١٣	١٤	٣.٩٨	تحمل المسؤولية
دال	٠.٠٥	٢.١٣	١٤	٤.٠١	التعامل مع الأبناء و الأبناء
دال	٠.٠٥	٢.١٣	١٤	٣.٠٨	المشكلات الزوجية
دال	٠.٠٥	٢.١٣	١٤	٥.١٢	التعامل و التواصل ككل

يلاحظ من الجدول رقم ١٧ أن هناك فروق دالة إحصائية عند الزوجات قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي و ذلك في جميع الأبعاد ، كذلك في الدرجة الكلية، وهذا يعني أن للبرنامج الإرشادي أثر في تحسين المعاملة و التواصل الزوج

• ثانيا / تفسير النتائج

بعدها تم عرض النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة سيم تفسيرها و مناقشتها في إطار ما تم جمعه في الجانب النظري و الدراسات السابقة

• مناقشة الفرضية الأولى :

نصت الفرضية الأولى على أنه " توجد علاقة ارتباطية بين مفهوم الذات لدى الزوجين وطبيعة الاتصال بينهما".

وللتأكد من صحة هذه الفرضية تم حساب معامل الارتباط بين مفهوم الذات عند كل من الأزواج و الزوجات و طبيعة التواصل بينهما بناء على إجابتهن الواردة في الاستمارة التي تقيس طبيعة الاتصال الزوجي ، و اختبار مفهوم الذات و لقد تم عرض النتائج في كل من الجدول رقم ١١ و الجدول رقم ١٢ .

و لوحظ من خلال الجدول أنه لا توجد علاقة ارتباطية بين كل من مفهوم الذات الجسمية و الوصفية و الأسرية و طبيعة الاتصال بين الزوجين عند الأزواج في حين لا توجد علاقة ارتباطية بين مفهوم الذات الاجتماعي و الشخصي والجسمي و الوصفي و طريقة التواصل الزوجي عند الزوجات

كما تبين أنه توجد علاقة ارتباطية بين كل من مفهوم الذات الشخصي والاجتماعي و السلوكي و الخلقي و الرضا عن الذات إضافة إلى مفهوم الذات العام و طبيعة الاتصال الزوجي عند الأزواج ، في حين هناك علاقة ارتباطية بين كل من مفهوم الذات الأسرية و مفهوم الذات السلوكية ، الخلقية ، و الرضا عن الذات و مفهوم الذات العام و طريقة التواصل بين الزوجين عند الزوجات . يمكن للباحثة من تفسير هذه النتائج وفق الترتيب التالي :

• ١ / تفسير العلاقة الارتباطية التي يشترك فيها كلا الزوجين

• أ/ العلاقة الارتباطية بين مفهوم الذات السلوكي و الاتصال بين الزوجين

يلاحظ من خلال النتائج أن الأزواج يشتركون مع الزوجات في العلاقة الارتباطية بين مفهوم الذات السلوكي و طبيعة الاتصال بينهما ويمكن تفسير ذلك من خلال فهم مفهوم الذات السلوكي و الذي يقصد به " مدى تقبل الفرد لسلوكه أي تقبله للطريقة التي يتصرف بها" . وهي تتعلق حسب فيتس Fits "بماذا أفعل، هل هذه هي الطريقة التي يجب أن أسلكها"

من خلال التعريف يتضح لنا ارتباط مفهوم الذات السلوكي ، بطريقة التواصل بين الزوجين ، حيث أنه لا يمكن للأفراد من أن يتفاعلوا من دون إدراكهم لسلوكياتهم و تقييمهم لها .

إن تقبل و إدراك الفرد لسلوكاته و تصرفاته يؤثر حتما على طريقة تواصله مع الآخرين ، فتقبل أحد الزوجين لتصرفاته يؤثر حتما على طريقة التواصل سواء بالإيجاب أو بالسلب ، أي أنه إما يؤدي إلى تواصل جيد في حالة تقبل السلوكات الذاتية للزوجين و التعامل معها بمرونة مع القدرة على تصحيح الأخطاء باعتبار أن الانسان خطأ .

أما في حالة عدم تقبل وإدراك السلوكيات و التصرفات الذاتية من كلا الزوجين أو أحدهما ، فهذا حتما سيؤثر على طبيعة التواصل داخل الأسرة وسيولد الكثير من الاضطرابات .

فحسب روجرز عندما يستطيع الفرد أن يدرك جميع خبراته الجسدية والحسية و يضعها في نسق متكامل ستكون لديه درجة أكبر من الفهم للآخرين كم أنه يسلك مع الآخرين بطريقة فيها تقبل لهم ، فمفهوم الذات السلوكي يعد إطار مرجعي من خلاله يتفاعل الفرد مع العالم و له في نفس الوقت تأثير قوي على السلوك . (الشناوي محمد محروس ، ١٩٩٥ ، ص ٢٧٢)

• ب/ العلاقة الارتباطية بين مفهوم الذات الخلقى و التواصل بين الزوجين :

يلاحظ أيضا أن الأزواج و الزوجات يشتركون في العلاقة الارتباطية بين مفهوم الذات الخلقية و طبيعة التواصل ، و يقصد بمفهوم الذات الخلقية مدى إدراك للفرد لعلاقته بربه و إلتزامه بتعاليمه الدينية .

مما لا شك فيه أن الدين له دور كبير في تنظيم علاقات الأفراد فيما بينهم بصفة عامة و العلاقات داخل الأسرة بصفة خاصة ، فالزوج أو الزوجة الذي يمتلك مفهوم ذات خلقي واضح و صحي سيساعده ذلك في تعامله و تواصله مع الآخرين و خاصة مع أفراد أسرته . وتأكيدا لأهمية الدين في حفظ الاستقرار الأسري فقد ظهرت مؤسسات لها طابع ديني سواء كانت إسلامية أو مسيحية أو يهودية وجميعها تؤكد أهمية الدين كعامل في حفظ الرابطة الزوجية، وهدفها تنمية مفهوم الذات الخلقى للأزواج و الزوجات ، فعلى سبيل المثال ظهرت في ولاية تكساس بالولايات المتحدة الأمريكية مؤسسات Prep والتي تعنى بتهيئة المتقدمين على الزواج من الجنسين في إطار الكنيسة، كما ظهر تحالف الزواج من الجنسين في إطار الكنيسة تحت مسمى تحالف الزواج الذكي Smart Marriage Coalition، والذي يعقد مؤتمره السنوي في العاصمة الأمريكية في ظل تأكيد أهمية التدين في حفظ الزواج واستمرار فاعليته.

أما على مستوى الوطن العربي وبالأخص في دول الخليج العربي فقد ظهرت مؤسسات ذات طابع ديني تهتم بالأسرة و الزواج ضمن إطار الدين و التدين . ففي دولة الكويت بدأت " لجنة مصابيح الهدى " في حملات التوعية و عقد الدورات للمتزوجين و المقبلين على الزواج، ثم أنشئ صندوق الأسرة و صندوق السعادة الزوجية التابع للأمانة العامة للأوقاف . أما في البحرين فقد ظهرت لجنة "البشائر" وهي لجنة تشبه مصابيح الهدى الكويتية من حيث الهدف و الوسائل . وفي قطر نشطت دار تنمية الأسرة للعمل على حفظ و استقرار الأسرة القطرية .

أما على مستوى الدول العربية الأخرى، فقد ظهرت جمعية العفاف بالأردن وتهتم بنفس الأهداف التي تنطوي عليها الجمعيات الخلجية، و في المملكة المغربية ظهرت جمعية الإرشاد الزواجي، وتحاول هذه المؤسسات وما شابهها الحفاظ على استقرار الأسرة في المجتمع العربي، حيث تعتمد على الدين الإسلامي في أنشطتها الرامية إلى تحقيق ذلك، ولما كان الدين ينعكس على سلوك الفرد، أو يفترض فيه أن يكون كذلك، فإن السلوك الزواجي والأسري سوف يتأثر بالتأكد . بموقف صاحبه من الدين، وهنا تتضح أهمية استقصاء العلاقة بين مفهوم الذات الخلقى والتواصل الزواجي باعتباره الأساس الأول للحفاظ على الأسرة وضمان استقرارها.

و هذا ما يتفق مع دراسة روبينسون Rubinson و ماهوني Mahony و حمود فهيم القشعان (ريم عمر فرينة ، ٢٠١١)، حيث أن كل هذه الدراسات تؤكد أن للعامل الدني له أثر كبير على العلاقة الزوجية، و بعبارة أدق على التوافق الزواجي و الذي من أحد صوره التواصل داخل الأسرة .

• ج / العلاقة الارتباطية بين الرضا عن الذات و التواصل بين الزوجين

يلاحظ أيضا أن الأزواج و الزوجات يشتركون في العلاقة الارتباطية بين الرضا عن الذات و التواصل بين الزوجين .

يقصد بالرضا عن الذات تقبل الفرد لذاته ، و يمكن القول أن الرضا عن الذات يرتبط و بدرجة كبيرة بمفهوم تقدير الذات .

و من المؤكد أن للرضا عن الذات دور كبير على طريقة التواصل مع الآخرين ، فالأشخاص الواثقون من ذواتهم تجدهم سريعين في الاندماج والانتماء في أي مكان، فلديهم الكفاءة، والشعور بقيمتهم الذاتية وقدرتهم على مواجهة التحدي، ولقد أظهرت الدراسات أن الأشخاص الراضون عن ذواتهم أكثر قدرة على السيطرة على أنفسهم والتحكم في حياتهم ، وهم الأكثر إنتاجية، والأكثر سعادة ورضى بحياتهم، وليس بالضرورة أن يعتقدوا أنهم الأفضل فهم ليسوا ملائكة وليسوا كاملين، ولكنهم متفائلون وواقعيون مع أنفسهم، وأقوياء في مواجهة عثرات النفس . ومن البديهي أنهم لا يتحكمون في كل شيء ولكنهم يتحكمون في مشاعرهم واستجاباتهم اتجاه القضايا والأحداث. ولا يشترط لهذه الاستجابة أن تكون دائما إيجابية. وهذا ما يفسر وجود العلاقة الارتباطية بين الرضا عن الذات و التواصل بين الزوجين.

• ٢ / تفسير العلاقة الارتباطية التي لا يشترك فيها الزوجين :

يلاحظ بأن هناك علاقة ارتباطية بين كل من مفهوم الذات الشخصي والاجتماعي و التواصل بين الزوجين عند الأزواج و تنعدم هذه العلاقة عند الزوجات ، في حين هناك علاقة ارتباطية بين مفهوم الذات الأسري و التواصل عند الزوجات و تنعدم هذه العلاقة عند الأزواج .

تعكس الذات الشخصية درجة إحساس الفرد بالقيمة الشخصية ، أي إحساسه بأنه شخص مناسب و تقديره لشخصيته دون النظر لهيئته الجسمية أو علاقته بالآخرين و تقويمه لذته كجزء من نفسه أو علاقته بالآخرين (فيتس وليم ، ١٩٨٥ ، ص ٢٠) .

و يجمع الباحثون على أن التواصل داخل الأسرة و التوافق الزوجي يرتبط ارتباطاً موجبا بسمات الشخصية و التي منها سمة التبصر، و الثقة بالنفس و قوة التكوين العاطفي نحو الذات، و الحساسية اتجاه احتياجات الآخرين، و سمة الدفاء و التعبير العاطفي و انبساط الشخصية، و الخضوع للأخر و الثبات الانفعالي و الميل إلى التعاون و تحمل المسؤولية و المزاج المقبول، و المبادرة و عدم الاستسلام لليأس و القنوط، كل هذه الخصائص إذا توافرت في الحياة الزوجية فإنها تساعد على حدوث التوافق الزوجي و حسن التواصل الأسري، و هذا ما توصلت إليه دراسة الحنطي ١٩٩٩، ودراسة زعتر ٢٠٠٠ (الخصري المرصد، ٢٠٠١، صص ٣٠، ٤٥)

و ربما يرجع ارتباط مفهوم الذات الشخصي عند الأزواج بطبيعة التواصل بين الزوجين و عدم ارتباطه عند الزوجات إلى اختلاف البنية النفسية و التركيبية البيولوجية بين الجنسين، إضافة إلى البنية الثقافية للمجتمع، فالرجل (الزوج) يسعى دوماً إلى إثبات شخصيته، باعتباره المسؤول عن الأسرة و قائدها، في حين تسعى الزوجة دائماً إلى إرضاء زوجها و أبنائها و أسرته بصفة عامة و لعل هذا ما يفسر ارتباط مفهوم الذات الأسري بطبيعة التواصل عند الزوجات و عدم ارتباطه عند الأزواج.

وقد وجد لاندس أن هناك سمات شخصية محددة إذا توافرت تحقق أكبر قدر من التواصل و التوافق الزوجي، فعلى الرجل أن يكون سوياً انفعالياً و متعاوناً و متوازناً الاتجاهات نحو النساء، و ليس بخيلاً و لا منطوياً، و متحملاً للمسؤولية الجسيمة في الزواج، أما المرأة فقد وجد أنه يجب أن تكون متعاونة و متقبلة للنصائح، ليست سريعة الغضب و الاستياء، حريصة من الناحية المادية و محبة للأنشطة التي تسعد الزوجين و باقي أفراد الأسرة، متفانية في خدمة أسرتها، غير متشائمة و دافعة لزوجها، و معاونة له، و مشاركة له في الاهتمامات، و تعمل على تلبية الاحتياجات الشخصية له، بالإضافة إلى كونها إجتماعية لديها القدرة على التعامل مع الآخرين.

من خلال ما توصل إليه لاندس يمكن القول أن الرجل يسعى دوماً إلى إثبات ذاته من خلال إبراز شخصيته في حين أن المرأة تسعى إلى إرضاء الآخرين من بين حاجياتها الحب و الاهتمام و التفاهم و الاحترام حسب غراي، و بالتالي وجدت علاقة بين مفهوم الذات الأسري لديها و طبيعة التواصل الأسري، فإن كان الزوج هو قائد الأسرة، فالزوجة هي المحرك الأساسي لجميع أفراد الأسرة.

أما من حيث ارتباط مفهوم الذات الاجتماعي بطبيعة التواصل داخل الأسرة عند الأزواج و عدم ارتباطها عند الزوجات، فربما يرجع هذا إلى طبيعة حاجات الرجل و التي من بينها حسب غراي ٢٠٠٨ الحاجة إلى الثقة و التقبل و التقدير و الاستحسان و التشجيع و هذه الحاجات تتوافق مع مفهوم الذات الاجتماعي والذي يقصد به إدراك الفرد لذاته من خلال علاقته مع الناس في مجتمعه و مدى جدارته في تفاعلاته معهم بشكل عام.

لوحظ من خلال نتائج الفرضية الأولى أنه لا يوجد علاقة ارتباطية بين مفهوم الذات الجسيمي و طبيعة التواصل داخل الأسرة عند كلا الزوجين، و ربما

يرجع ذلك حسب الباحثة . و نظرا لعدم توافر دراسات حول هذا الموضوع . إلى كون أن البعد الجسدي يتلاشى في العلاقة الزوجية فكل من الزوج و الزوجة قد تقبلا بعضهما من الناحية الجسدية لذلك ارتبطا بعقد زواج و بالتالي لا يعد مفهوم الذات الجسمي ذا أهمية على طبيعة التواصل بينهما .

رغم أن هناك بعض أبعاد مفهوم الذات ارتبطت بطبيعة التواصل داخل الأسرة و البعض لم يرتبط إلا أن مفهوم الذات العام قد ارتبط بطبيعة التواصل الأسري

و يشمل مفهوم الذات العام على نشاط الفرد اللفظي و السلوكي و الفكري اتجاه نفسه و هو حجر الزاوية في الشخصية فلو اتسم مفهوم الذات بالثبات و الاتزان اتسمت الشخصية بالنضج ، وإذا لم يتسم بذلك اتصفت الشخصية بالتقلب المزاجي و عدم الاتزان الانفعالي و بالتالي يؤثر ذلك على علاقة الفرد بالآخرين .

فمفهوم الذات يعمل كموجه للسلوك وقوة دافعة له ، فالمفهوم الإيجابي يدفع بالفرد إلى مواجهة المواقف الحياتية بشجاعة وثقة ، ذلك أن مفهوم الذات الموجب يعزز نجاح التفاعل الاجتماعي و يزيد العلاقات الاجتماعية نجاحا حيث يعد التفاعل الأسري أحد أنماط التفاعل الاجتماعي . و من تم يمكن القول أن الفرضية الأولى قد تحققت ، فمفهوم الذات له علاقة بطبيعة الاتصال داخل الأسرة . و هذا يتفق مع الدراسات المشابهة و التي تناولت تقدير و توكيد الذات و التوافق الزوجي و تتمثل في دراسة عبد المعطي الدسوقي ، و ظريف محمد فرج ، كذا دراسة Neff.

• مناقشة الفرضية الثانية:

نصت الفرضية الثانية على أن انتهاج برنامج ارشادي يقوم على تنمية مفاهيم ذات إيجابية عند الزوجين يؤدي إلى تحسين نمط الاتصال بينهما "

تم حساب الفروق بين مفهوم الذات قبل و بعد تطبيق البرنامج الارشادي ، كما تم حساب الفروق بين المعاملة و التواصل بين الزوجين قبل و بعد تطبيق البرنامج الإرشادي و ذلك بالاعتماد على اختبار "ت" لمجموعتين مرتبطتين .

و قد وجد بأنه توجد فروق في مفهوم الذات في جميع أبعاده ما عدا البعد الجسمي و الخلقي عند كل من الأزواج و الزوجات و هذا يدل على أن البرنامج الإرشادي قد لعب دورا في تنمية مفاهيم ذات إيجابية ، و قد انعكس ذلك على نمط التواصل بين الزوجين ، بحيث وجدت فروق في المعاملة و التواصل الزوجي قبل و بعد تطبيق البرنامج الارشادي و هذا يدل على أن الزوجين قد طورا أساليب تواصلهما بحيث لوحظ بأن هناك فروق في جميع أبعاد الاستمارة الخاصة بالتواصل بين الزوجين .

و يمكن تفسير هذا من خلال ما يلي :

• ١ / مفهوم الذات قبل و بعد تطبيق البرنامج الإرشادي

اعتمدت الباحثة في برنامجها الارشادي على الأساليب المعرفية و السلوكية في آن واحد و كان مصدر البرنامج الارشادي العلاج العقلاني العاطفي لألبرت إليس الذي يقوم على الأسس التالية:

أ / العقلانية هي الوسيلة التي تساعد الناس على تحقيق أهدافهم لأنه عملية منطقية .

ب/ . إن اللاعقلانية تحول بين الناس و بين تحقيق أهدافهم و يرى إليس أن الفرد يميل إلى التصرف بطريقة لاعقلانية ، ومع ذلك فهو قادر على إعادة النظر في أفكاره و سلوكه بطريقة نقدية إيجابية .

• ج/ . إن الاضطراب النفسي ينبع من مصدرين :

- المطالب التي نرضها على أنفسنا و تقود إلى انتقاد و لوم الذات و البديل الصحي هو قبول الذات مع الاعتراف بضعفها و قصورها و نقاط القوة الايجابية فيها و السعي العملي لتجاوز النقص .

- المطالب التي نريدها و نتوقعها من الآخرين و البديل الصحي هو تنمية القدرة على تحمل الإحباط و الانزعاج من أجل التغلب على المعوقات التي تعوق تحقيق أهدافنا بتحقيق التفاعل النفسي بين الأفكار و الانفعالات .

و بالتالي فإن الأهداف الأساسية لهذا الإرشاد هو تخفيض مشاعر القلق و العدائية و تزويد الفرد بوسيلة ملاحظة الذات و تقييمها بطريقة تضمن له أقل قدر من مشاعر القلق و العداة في حياته ، إضافة إلى تكوين اهتمام ذاتي مستنير لدى الفرد من خلال تعليمه التوجيه الذاتي و الاستقلالية و تحمل المسؤولية .

من خلال الأسس التي ينطلق منها العلاج العقلاني العاطفي و بناء على الجلسات العشر التي قامت بها الباحثة مع الأزواج ، استطاع كل من الأزواج و الزوجات أن ينموا مفاهيم ذات إيجابية عن أنفسهم ، و استوعبوا بأن أغلب المشاكل التي تحدث في الحياة الأسرية غير ناتجة عن الطرف الآخر وإنما ترجع إلى ذواتنا و لنظرتنا للمشكلة في حد ذاتها .

أظهر تحليل البيانات وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس مفهوم الذات في جميع أبعاده ما عدا الذات الجسمية ، و الخلقية مما يدل على أثر البرنامج الإرشادي القائم على أسس العلاج العقلاني العاطفي .

وقد يعزى ذلك إلى أن الاستراتيجية المتبعة في تطبيق البرنامج قد بُنيت على المشاركة الفعالة و النقاش الحر، و استخدام أنشطة تربوية للوصول إلى الهدف و التغذية الراجعة من قبل الباحثة و تنفيذ الواجبات البيتية، لذا عملت على تنمية مفهوم الذات لدى الأزواج و الزوجات على السواء، و تنمية الثقة لديهم من خلال التعاون بين أفراد المجموعة ، و كانت الوسيلة الفاعلة للحصول على معلومات جديدة كونها ركزت على مهارات حياتية تهم الفرد في حياته اليومية .

و هناك عامل آخر يعزى إليه تنمية مفهوم الذات لدى الأزواج وهو طريقة إعداد الجلسات التدريبية للبرنامج الإرشادي و تقديمه بصورة منظمة و متسلسلة و مشوقة . كما يعزى السبب أيضا إلى أن البرنامج الإرشادي سعى إلى تمكين الأزواج بالمهارات اللازمة في حياتهم مما انعكس إيجابا على مفهوم الذات لديهم .

أما فيما يخص عدم وجود فروق في مفهوم الذات الجسمي فربما يرجع حسب اعتقاد الباحثة إلى أن البرنامج الإرشادي يهتم أكثر بالجانب الانفعالي والاجتماعي ، كونه يخص العلاقة الاتصالية التفاعلية داخل الأسرة ، في حين يرجع عدم وجود فروق في مفهوم الذات الخلقي إلى طبيعة عينة الدراسة التي تتمتع بدرجة تدين مقبولة حيث أنها ملتزمة بتعاليم الدين الإسلامي و الذي يحث على الأخلاق الفاضلة و المعاملة الانسانية ، بالتالي لم يكن للبرنامج الإرشادي دور في تنمية مفهوم الذات الخلقي لأنه موجود أصلا .

٢٠ / المعاملة و التواصل الزوجي قبل و بعد تطبيق البرنامج الإرشادي

لوحظ من خلال نتائج الدراسة أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في جميع أبعاد الاستبيان الخاص بالمعاملة و التواصل بين الزوجين و يرجع ذلك إلى أثر البرنامج الإرشادي الذي لعب دورا في تنمية مفهوم الذات عند الأزواج و الزوجات مما انعكس إيجابا على طرق التعامل و التواصل بين الزوجين .

من خلال الجلسات الارشادية استنتجت الباحثة أن أصل الخلافات بين الزوجين ، هو عدم إدراك حجم المشكلة و مدى مساهمة كل طرف فيها إضافة إلى السعي الدائم للوم الطرف الآخر و تبرئة الذات ، مما يؤدي إلى مواجهة صعوبات في إيجاد الحلول للمشاكل و ربما تفاقمها في بعض الحالات .

كما ترى الباحثة أن أساس ظهور المشكلات بين الزوجين هو فقدان التفهم المتبادل لحاجات الطرف الآخر ، فالرجل يبحث عن زوجة تكون له سكنا وسرا يفضي لها بمكنون نفسه و يتوقع أن تتفهمه كما هو وليس كما ينبغي أن يكون عليه أي رجل .

كذلك تحلم الزوجة بمن يفهمها بشخصها و خصوصيتها ، ويقدم لها الاعتبار والاحترام والإشباع لكل رغباتها الحميمة التي لا تظهر إلا معه ضمن العلاقة الزوجية المشروعة .

فإذا فشل الزوج في أن يتفهم حاجات زوجته ، و صمم على أن يعاملها حسب الصور النمطية السائدة عن المرأة ، فسنجده يقدم لها أشياء يتصور أنها ستسعد بها ، بينما كانت تنتظر منه أن يقدم لها أشياء أخرى ، وبالعكس من جانب المرأة للرجل .

لعب البرنامج الإرشادي الذي أعدته الباحثة دورا في توضيح أسباب الخلافات الزوجية ، حيث أدرك كل من الأزواج و الزوجات بأن لكل واحد منها دور في حدوث هذا الخلاف إضافة إلى أن هناك العديد من الأفكار اللاعقلانية التي تزيد من حدة الخلاف ، و يرجع ذلك إلى محتوى و مضمون الجلسات الارشادية التي اعتمدت على عدة فنيات كتعليمهم سبل الحوار الفعال و إحلال الأفكار العقلانية بدل المعتقدات اللاعقلانية ، و المناقشة الجماعية التي لعبت دورا في زيادة الوعي و الإدراك لدى كل مشارك . زوج أو زوجة بوضعه و بطريقة تفكيره و بمشاعره و سلوكه أي زيادة وعيه بذاته ، مما ساهم في مساعدة الأزواج و الزوجات على تغيير أفكارهم التي تؤدي إلى العشوائية في السلوك و التعامل مع الطرف الآخر و التفكير بطرق علمية و مخططة .

كما أتاحت الأحاديث الذاتية لكل فرد في المجموعة من أن يختبر أهم الأفكار اللاعقلانية التي يحملها عن الزواج والأسرة والعلاقة بالطرف الآخر مما ساعدهم في تقويم ذاتهم ، خاصة وأن الدراسات توصلت إلى أن الحديث الذاتي يؤثر في قدرة الأشخاص في أداء المهام التي يقومون بها ، حيث أن ما يفكر به الشخص أثناء أداء فعل معين يمكن أن يعيق الأداء ويشوشه ، كما يمكن أن يعمل على تسهيله و تفعيله ، فالتدريب بالأحاديث الذاتية يعلم المسترشد التفكير المخطط عن طريق وضع خطة مدروسة و يتيح له الفرصة لأن يسمع أفكاره الخاصة به و يعمل على التحكم بها أثناء قيامه بأداء معين.

و بالتالي فإن البرنامج الإرشادي القائم على تنمية مفهوم الذات عند الأزواج ارتبط إيجابيا بتحسين نمط الاتصال داخل الأسرة و هذه النتيجة تتفق مع الدراسات التي أثبتت أثر البرامج الإرشادية على تحسين و تفعيل التفاعلات والعلاقات الأسرية كدراسة جروس ١٩٩٥ و

Horn, et. al., 1990 ماكميلان وآخرين ، و دراسة Macmillan, et. al., 1991

و دراسة سترايهورن وويدمان (Strayhorn & Weidman, 1991) ، و دراسة Powers وRoberts 199٥ و دراسة (Nelson & Levant, 1991) .

• استنتاج و توصيات :

يمثل التوافق الزوجي هدفاً رئيساً ومهماً لتحقيق الحياة الأسرية المستقرة والتي يسعى الأفراد والمختصون في الإرشاد النفسي والأسري و الزوجي لتحقيقها وقد أفاد عدد من الدراسات أن الزواج الناجح لا بد وأن يتوفر فيه عدد من المعايير المهمة مثل أساليب المعاملة الزوجية ، و التي نستطيع النظر إليها على أنها نمط من التفاعل الثنائي الذي يشدد على الاتصال المتكرر بين طرفي العلاقة الثنائية.

فالأفراد الذين يرتبطون بعلاقات حميمة كالزوجين تنمو بينهم أنماط متجانسة من العلاقة التي تلح على أسلوب التعامل المباشر وعلى المظاهر اللفظية وغير اللفظية في الاتصال .

والاتصال الزوجي ، يتأثر بسمات الشخصية للزوجين و المتبلورة في مفهوم الذات، فكلما كانت شخصيتا الزوجين متقاربتين جسمياً وعقلياً وانفعالياً واجتماعياً ساعدهما ذلك على التكيف مع الحياة الزوجية . فمفهوم الذات كما توصلت إليه الدراسة يؤثر على طبيعة الاتصال داخل الأسرة ، لذلك نادت البرامج الإرشادية الزوجية على ضرورة تفعيل و توكيد الذات و هذا من خلال مساعدة الزوجين على فهم ذاتهم و تنمية مفاهيم ذات إيجابية و هذا ما تم ملاحظته من خلال البرنامج الإرشادي المطبق و الذي ساهم بتبصير الأزواج و تحسين نمط الاتصال الزوجي.

و في الأخير تقترح الباحثة ما يلي:

« توصي الدراسة بأهمية تركيز البرامج التوعوية والإرشادية الموجهة للأسرة على التفاهم المتبادل بين الزوجين كأساس لحياة زوجية سعيدة

- ◀ توصي الدراسة بتدريب الزوج والزوجة على اكتشاف كل منهما لحاجات الآخر من خلال مهارات التفاهم والتفهم لما يشعر به القرين وما يحتاجه .
- ◀ توصي الدراسة بإنشاء مراكز وطنية للتوعية والارشاد الأسري ، لأن أغلب حالات الخلافات الزوجين ناتجة عن الجهل بمتطلبات الحياة الزوجية من جهة و غياب مؤسسات إرشادية من جهة أخرى ، مما يؤدي بالزوجين إلى اللجوء للمحاكم لإيجاد الحل .

• المراجع:

- إبراهيم فيوليت وسليمان عبدالرحمن : دراسات في سيكولوجية النمو والطفولة والمراهقة . مكتبة زهراء الشرق ، القاهرة . ٢٠٠٢ ص ٢١
- بلميهور كلتوم : عوامل استقرار العلاقة الزوجية ، أطروحة دكتوراة ، جامعة الجزائر ، غير منشورة ، ص ٥٥
- بوقطاية مراد : القيم و التوافق الزوجي ، أطروحة دكتوراة غير منشورة ، جامعة الجزائر ، ٢٠٠١ ، ص ٥
- جبريل، موسى، (١٩٩٤)، تقديرات الأطفال لمصادر الضغط النفسي لديهم وعلاقتها بتقديرات آبائهم وأمهاتهم، مجلة دراسات: سلسلة العلوم الإنسانية، العدد ٣، المجلد ٢٢ (أ)، ص ٤٤٥
- حامد عبد السلام زهران : الصحة النفسية و العلاج النفسي ، دار عالم الكتب ط ٣ ، القاهرة ، ١٩٩٧ ، ص ١٢٥
- الخضري المرصد : الكشف عن الاسباب المؤدية إلى الطلاق في المجتمع السعودي ، مجلة اتحاد الجامعات العربية العدد ١٢ ، ٢٠٠١ ، ص ٤٥/٣٠
- ريم عمر فرينة : الإتجاه نحو الإلتزام الديني و علاقته بالتوافق الزوجي لدى عينة من الأفراد المتزوجين بمدينة غزة ، جامعة الأزهر بغزة ، رسالة مقدمة لنيل درجة الماجستير في علم النفس ، ٢٠١١ ، ص
- شلبي ثروت محمد محمد : الطلاق و التغير الإجتماعي في المجتمع السعودي ، المكتب الجامعي الحديث ، الإسكندرية ، مصر ، دت ، ص ٧
- الشناوي محمد محروس ، نظريات الارشاد و العلاج النفسي ، دار غريب للطباعة و النشر ، القاهرة ، ١٩٩٥ ، ص ٢٧٢
- صالح حزين السيد : فعالية برنامج إرشادي في حل بعض المشكلات الزوجية ، رسالة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراة ، غير منشورة ، جامعة القاهرة ٢٠٠٢
- الظاهر، قحطان أحمد، مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق، ط١، دار وائل للنشر والتوزيع، الأردن؛ ٢٠٠٤ ص ١٨ .
- عبد الفتاح دويدار : سيكولوجية العلاقة ، دار النهضة العربية ، بيروت ، ١٩٩٢ ، ص ٥٠ .
- عياض سلوى محمد : أساليب الزوجين في اتخاذ القرارات الأسرية ، بحوث المؤتمر الدولي الرابع لمركز الارشاد النفسي ، جامعة عين الشمس ، المجلد ٢ ، ديسمبر ١٩٩٧ ، القاهرة
- فيتس وليم : مقياس تنسي لمفهوم الذات ، ترجمة صفوت فرج ، سهير كامل ، القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية ، ١٩٨٥ ، ص ٢٠
- كوردوفا جاكوبسون : الكدر الزوجي ، ترجمة هدى جعفر ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة ٢٠٠٠ ص ٦٢ .
- نايفة الشوبكي : فاعلية برنامج لتدريب الوالدين على مهارات الاتصال في خفض الضغوطات النفسية وتحسين مستوى التكيف لدى الآباء وأبنائهم ، مجلة البصائر ، المجلد ١٢ ، العدد ١ ، جانفي ٢٠٠٨ ، ص ١١٦

- نايفة الشوبكي : فاعلية برنامج لتدريب الوالدين على مهارات الاتصال في خفض الضغوطات النفسية وتحسين مستوى التكيف لدى الآباء وأبنائهم ، نفس المرجع السابق ، ص ١١٧
- Das, Ch. (2012). Barriers and Supports to Divorce for Victimized British-Indian Mothers and Consequences of Divorce: Narratives of BritishIndian Adult Children of Divorce. Child Care in Practice. 18, ,2, 147-164
 - Fitts, Manual. (1965). Tennessee self concept scale. Published by Counselor Recording & Tests .
 - Gross, D., Fogg,L.& Tucker, S. (1995), The Efficacy of Parent Training for Promoting Positive Parent Toddler Relationship. Research in Nursing & Health, 18, 489-499.
 - Halford W.Kim ; Adrian Kelley : concept of a healthy marriage ;in clinical handbook of marriage and couples interventions; Ed Kim Harford ; 1997 ; p 4
 - Horn, W., Lalongo, N.& Greenberg. (1990), Additive Effects of Behavioral Parent Training and Self-Control Therapy with Attention Deficit Hyperactivity Disordered Children, Journal of Clinical Child Psychology, 19, 98-110.
 - Myers david : Social psychology ; 6th ed.mc raw-hill college.USA ; 1999
 - Nelson, W, & Levant, R. (1991), An Evaluation of A Skills Training Program for Parents in Stepfamilies, Family Relation, 40, 291-296.
 - Whipple, E. E., & Wilson, S. R. (1996), Evaluation of Parent Education and Support Program for Families at Risk of Physical Child Abuse, Families in Society, 77, 227-239.

