

فاعلية برنامج إرشادي جمعي يستند إلى النظرية المعرفية السلوكية

في تعزيز التكيف الزوجي لدى عينة من الزوجات الجدد في محافظة رام الله والبيرة

Effectiveness of a Counselling Programme Based on Behavioural Cognitive Theory in Enhancing Marital Adjustment among a Sample of New Wives in Ramallah and Al-Bireh Governorate

خديجة إسماعيل عبد الله أبو كاملة^{1*}، كمال عبد الحافظ سلامة²

Khadija Ismail Abdallah Abu Kamleh^{1*}, Kamal A.hafez Salameh²

¹مديرية التربية والتعليم بيرزيت، بيرزيت، فلسطين، ²جامعة القدس المفتوحة، أريحا، فلسطين

¹Birzeit Education Directorate, Birzeit, Palestine, ²Al-Quds Open University, Jericho, Palestine

تاريخ النشر: 2022/06/30

تاريخ القبول: 2022/03/27

تاريخ الإستلام: 2021/12/04

المستخلص: هدفت الدراسة إلى استقصاء فاعلية برنامج إرشادي جمعي يستند إلى النظرية المعرفية السلوكية في تعزيز مهارات التكيف الزوجي لدى عينة من الزوجات الجدد في محافظة رام الله والبيرة، تكونت عينة الدراسة من (32) زوجة ممن حصلن على أقل درجات مهارات التكيف الزوجي. حيث وزعت عينة الدراسة عشوائياً إلى مجموعتين متساويتين عددياً: الأولى تجريبية والثانية ضابطة، بواقع (16) زوجة في كل مجموعة، وقد استخدم في الدراسة مقياس التكيف الزوجي، بعد أن طُوّر بما يتلاءم والبيئة الفلسطينية وأهداف الدراسة، وأعد الباحثان برنامجاً إرشادياً يستند إلى النظرية المعرفية السلوكية، وقد طبق البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية بواقع (10) جلسات بمعدل (90) دقيقة لكل جلسة، وأظهرت النتائج فاعلية البرنامج الإرشادي المطبق في تقرير مهارات التكيف الزوجي واستمراره وأثر البرنامج بعد فترة المتابعة.

الكلمات المفتاحية: برنامج إرشادي، التكيف الزوجي، الزوجات الجدد.

Abstract: The study aims to survey the effectiveness of a collective mentorship program based on behavioural cognitive theory to enhance the marital adjustment skills among a sample of new wives in Ramallah and al-Bireh. The study community of all the new wives in the first five years of marriage working in Ministry of Education in Ramallah and Al-Bireh Governorate and the number, (80) Wives of 2018, according to statistics provided to the two researcher from the Ministry of Education in Ramallah and al-Bireh Governorate, the sample of the study is made up of (32) wives who has obtained the lowest degrees of marital adjustment skills. The study sample is randomly distributed to two equal groups, experimental and control group, with 16 wives in each group. The measure of marital adjustment is used in the study and then the two researcher develop it in accordance with the Palestinian environment and the objectives of the study. The two researcher prepare a mentoring program based on behavioral cognitive theory, and the mentoring program is applied to the experimental group with 10 sessions at a rate of 90 minutes per session. The results of the study shows statistically significant differences on the marital adjustment scale between the experimental group and the control group. After the application of the pilot program for the experimental group, the results show that there are statistically significant differences between the average grades of the experimental group on the measure of marital adjustment before and after the application of the program, and in favor of dimensional measurement on the experimental group, as shown by the results of the tracking measurement the continuation of the impact of the indicative program.

*البريد الإلكتروني للباحث الرئيسي: [easab@qou.edu.ps](mailto: easab@qou.edu.ps)

Keywords: counseling program, marital adjustment, new wives

المقدمة

لقد وضع الله تعالى سنناً للكون تضمن استمرار الجنس البشري، وتنظمه اجتماعياً، ومنها سنة الزواج، فهو الركيزة الأساسية لبناء الأسر في أي مجتمع، وبالزواج تتحقق الرحمة والمودة والسكينة بين الزوجين، وقد أكد القرآن هذا المعنى بقوله تعالى ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْلَمُونَ﴾ (الروم: 21).

ويعتبر قرار الزواج من أهم القرارات التي يتخذها الإنسان في حياته، فهو نسق عالمي، لذا فإن جميع المجتمعات في الماضي والحاضر تفرضه على غالبية أفرادها حتى لو كان المجتمع يبيع وجود علاقات خارج نطاق الزواج، ويكفل الزواج إشباع العديد من الحاجات، إلى جانب الحاجات الجنسية الصرفة، مثل الرفق والتعاون، وتقسيم العمل (جامعة القدس المفتوحة، 2015).

وأشار أبو أسعد والختاتنة (2011) إلى معنى الزواج من الناحية النفسية: إنه علاقة ديناميكية بين شخصين تتوقع فيها الأوقات العصبية والأوقات الهادئة، وإن السعادة فيها تقوم على جهد يبذل من قبل الطرفين، بهدف التفاهم العميق وإدراك وتقدير متبادل من كل طرف لمحاسن ومساوئ الطرف الآخر، ومن الناحية الاجتماعية: نظام اجتماعي جوهري، ومقيد بشرائع دينية مختلفة تبعاً للشعوب والأمم، كما إنه رابطة تربط النفوس لكائنين عاقلين مستعنيين بالصبر والاتفاق ليستطيعا إنشاء عائلة صالحة في المجتمع الإنساني.

وأضاف خولي (2011) إن كثير من الأزواج لا يجدون في الزواج الإرضاء والإشباع الذي كانوا يتوقعونه فيشعرون بالرغبة للتخلص من هذا الارتباط، وإن التغيرات الاجتماعية أيضاً تساهم في ذلك، ومن ثم فإنه يزيد من درجة عدم الاستقرار الزواجي؛ وهذا يبرر ارتفاع معدلات الطلاق، وعموماً، فإن الزواج في الوقت الراهن يتم بعدة طرق منها، طريق الاختيار الحر، وإن هذا الاختيار يختلف باختلاف الطبقة والمجتمع الذي ينتهي إليه الزوجان. وعلى عكس الزواج في الماضي، فقد تغيرت الأدوار المتوقعة من الجنسين لكل من الزوج والزوجة في معظم المجتمعات المتقدمة وإلى حد ما في المجتمعات النامية وخاصة في الفئات المثقفة منها، وهذا يعني أن كل جنس أصبح يتوقع منه أن يقوم بعدد كبير من الأدوار.

وقد جاءت الحاجة الملحة لتحقيق التكيف بين الزوجين، حيث إن التكيف مهارة من خلالها يهدف الفرد إلى تغيير سلوكه، ليحدث علاقة أكثر توافقاً وتوازناً مع البيئة، ويعرف الرفاعي (2010) عملية التكيف بأنها: مجموعة ردود الفعل التي يعدل بها الفرد عن بناءه النفسي أو سلوكه؛ ليستجيب لشروط محيطية محددة أو خبرة جديدة، ويرى حمادنه (2015) أن التكيف بمفهومه العام هو انسجام الفرد مع محيطه، كما أنه عملية ديناميكية مستمرة بين الفرد والبيئة الاجتماعية التي يعيش فيها، يهدف فيها الفرد إلى تعديل سلوكه بما يتوافق مع بيئته الاجتماعية، مما يمكن من إقامة علاقات جيدة مع الآخرين ليوافق بين نفسه والعالم المحيط به، ومن خلال التعريفات السابقة يمكن للباحثين الاستنتاج بأن التكيف عملية مستمرة ديناميكية وعلاقة انسجامية بين الفرد وبيئته.

ونظراً لعدم دراية عديد من الأزواج لحقوقهم وواجباتهم، ازدادت نسبة الطلاق وعدد العلاقات الأسرية المفككة وغير المترابطة، ويرى الباحثان بأن نسب الطلاق المرتفعة في المجتمع العربي عامة والمجتمع الفلسطيني خاصة هي نسب مقلقة، فقد أشارت نتائج المسح الذي أجراه المركز الفلسطيني للإحصاء إلى ارتفاع نسبة الطلاق في المجتمع الفلسطيني عام (2017)، حيث بلغت النسبة المئوية لحالات الطلاق المسجلة في فلسطين (20%)، وهذا مؤشر إلى ارتفاع ملحوظ في عدد حالات الطلاق، وبلغت نسبة حالات الطلاق عام (2017) في محافظة رام الله والبيرة من عدد عقود الزواج المسجلة (22%) (المركز الفلسطيني للإحصاء، 2017)، فهذه النسب المرتفعة والمقلقة في معدلات الطلاق، تؤكد ضرورة تعزيز مهارات التكيف الزواجي لدى الزوجات

الجديديات في محافظة رام الله والبيرة، وبالتالي أهمية الدراسة، عليها تسهم في خفض نسب الطلاق، وتقديم يد العون للزوجات في مواجهة التحديات التي تعترض استقرار الأسرة، وتحقيق التوافق القائم على الشراكة بين الزوجين الشريكين. وذلك من خلال إيجاد حلول تستند إلى المنهجية العلمية ومن خلال استراتيجيات الإرشاد المعرفي السلوكي الذي يعد من أحد الأساليب الحديثة نسبياً، حيث يعتمد على دور العمليات العقلية بالنسبة للدوافع والانفعالات والسلوك، ومن خلال إدراك الشخص وتفسيره الذي يعطيه لحدث ما، تتحدد الاستجابات الانفعالية والسلوكية الخاصة به، وإن كثيراً من الاستجابات الوظيفية والسلوكية والاضطرابات النفسية، تعتمد إلى حد كبير على معتقدات فكرية خاطئة يبنها الفرد عن نفسه وعن العالم المحيط به، ومن هنا يجب العمل على تغيير مفاهيم المسترشد وإعادة تشكيل مدركاته حتى يتسنى له التغيير في سلوكه (أبو أسعد، 2011).

وأشار موسى و الدسوقي (2013) إلى أن الإرشاد المعرفي السلوكي يهدف إلى أن يصبح الفرد واعياً لما يفكر فيه ويميز بين الأفكار السلبية والأفكار المشوهة، وإلى التدريب على الملاحظة المستمرة للذات وتفعيل دور المراقبة الذاتية للسلوكات غير التكيفية والتدريب على خطوات حل المشكلات واتخاذ القرار، وعلى تأكيد فاعلية تعديل السلوك أثناء دمج الأنشطة المعرفية للسلوك وإدراك العلاقة بين التفكير والمشاعر والسلوك .

ويمثل مصطلح التكيف أحد أهم المصطلحات ويعرف التكيف لغة: انسجم وتوافق مع الظروف، أو جعل ميله أو سلوكه أو طبعه على غرار شيء (ابن منظور، 1997)، كما ويرى كفاي (2012) إن التكيف عادة مفهوم يستخدم لوصف الاستبعاد التي يقوم به الكائن الحي للسلوك الفاشل، والذي لا يحقق الهدف أثناء تعلم الاستجابة الناجحة وأنه أيضاً تغير في سلوكيات الفرد من أجل تحقيق التوافق مع المواقف الجديدة، وبناءً على ذلك، فإن التكيف له علاقة بالجوانب الحسية والجسمية عند الكائن الحي بصورة أكبر، بينما ترتبط التوافق بالجوانب الاجتماعية أي ما يخص الإنسان دون الحيوان، وأضاف الجماعي (2008) إن التكيف يقوم به الكائن لملاءمة نفسه بالمواقف، وهي عبارة أشمل تضم السلوك الحسي والحركي والعضوي في الكائن، غير إن التوافق ليس تكيفاً فقط بمتغيرات البيئة، بل قد يغير الكائن البيئة ليتم توافقه. وقد عرف الصيرفي (2008) الوارد في ليد (2010) التكيف على أنه تحقيق التوازن بين متطلبات جسم وعقل الإنسان، والطاقة اللازمة لإشباع تلك الحاجات، فإذا كانت طاقة الفرد أعلى من حاجات الجسم والعقل، أدى ذلك إلى نوع من الملل واللامبالاة، وإذا كانت طاقة الفرد متساوية مع متطلبات الجسم والعقل اتسم الفرد بهدوء الأعصاب، ولكن إذا قلت طاقة الفرد عن متطلبات جسمه وعقله أصيب الفرد بالإحباط والضعف، وطاقة الفرد هي مؤهلاته وخبراته واستعداده النفسي.

والزواج هو الركيزة الأساسية التي تقوم عليها الأسرة في أي مجتمع، وبذلك فإن التكيف الزواجي يعد مطلباً مهماً لاستقرار ونجاح العلاقة الزوجية والمساعدة في تحدي ما تتعرض له الأسرة من تحديات، وتكمن أهمية التكيف الزواجي في تحقيق السعادة الزوجية من خلال ما يقدمه كل من الزوجين للآخر من مشاعر وتقدير واحترام وثقة.

وترى الخولي (2011) التكيف الزواجي على أنه الاتفاق النسبي بين الزوجين على الموضوعات الحيوية المتعلقة بحياتهم المشتركة في أعمال وأنشطة مشتركة، ومتبادل العواطف.

ويرى سليمان (2005) أن التكيف الزواجي يعد المحصلة الطبيعية لطبيعة التفاعلات بين الزوجين في العديد من الجوانب الانفعالية والاجتماعية والثقافية والاقتصادية وذلك من خلال التعبير عن المشاعر الوجدانية للطرف الآخر، وإشعاره بالاحترام والثقة، بالإضافة إلى التشابه أو التقارب في القيم والأفكار والعادات والاتفاق حول أساليب تنشئة الأبناء والاتفاق على ميزانية الأسرة وطريقة الإنفاق وتحقيق الإشباع الجنسي للشريك أيضاً. ويستدل على التكيف الزواجي كما يرى عبد الرحمن (2010) من خلال ما يتمتع به الزوجين من نضج انفعالي يمكنهم من مواجهة المشكلات بطريقة بناءة، من خلال القدرة على الاستعداد للتضحية، ومواجهة المشكلات الأسرية، وتقديم التنازلات من أجل الحفاظ على الحياة الزوجية واستمرارها وتحقيق التكيف الزواجي.

كما ويوجد عديد من المظاهر التي تدل على تكيف الزوجين مع بعضهما البعض في عديد من الجوانب خلال مراحل حياتهم، فالانتران العاطفي والانفعالي بين الزوجين في علاقتهما الزوجية، مظهر مهم من مظاهر تكيف الزوجين، وتقبل الزوجين لبعضهما البعض والتواصل المستمر بينهما، وقيام كل منهما بواجباته نحو الطرف الآخر، وإشباع حاجاته، وتقبل كل طرف تصرفات وسلوكيات الطرف الآخر، وأن يقوم كل من الزوجين بتلبية طلبات الطرف الآخر لتحقيق الحلول المنشودة (سليمان، 2005).

ويرى أبو أسعد (2008) أن التكيف الزواجي يحدث في عدة مجالات حياتية لها علاقة بالشريكين وذلك من خلال الاتصال الفعال اللفظي وغير اللفظي، ويتمثل في عبارات وألفاظ إضافة إلى إيماءات وتعبيرات الوجه والعيون والإشارات اليدوية، إلى حل المشكلات التي تتمثل في عدم ترك المشاكل معلقة وحلها أولاً بأول من خلال الزوجين معاً، مع ضرورة امتلاك الزوجين الأساليب العلمية والواقعية لحل هذه المشكلات، كما أن الإشباع الجنسي من المجالات المهمة من مجالات التكيف الزواجي، من خلال إشباع كل طرف رغبة الطرف الآخر الجنسية من خلال العلاقة الحميمة وبشكل مشترك، والتعاون بين الشريكين في إدارة التمويل من مصروفات بيتية، ووضع ميزانية للبيت بشكل متعاون، ولتنوعية الأصدقاء الذين يتم اختيارهم والتعامل معهم من قبل الزوجين مجال آخر من مجالات التكيف الذي يدعم ديمومة العلاقة وثباتها، وللتوافق في أداء العبادات والفرائض، والتوافق الديني بشكل عام، والعلاقة المطلوبة مع الله، بحيث يؤدي الشريكين العبادات معاً، وكلاهما راضٍ على أداء الآخر أهمية في التوافق والتكيف وديمومة السعادة الزوجية.

إضافة إلى الزيارات الاجتماعية مع أقارب كلا الزوجين ودور تلك العلاقة في توفير الرضا، ناهيك عن أهمية قيام كل من الزوج والزوجة بدورهما في مسؤوليات تربية الأولاد والتكامل في التربية، في خلق جو من الراحة والسعادة، إلى التعاون في اتخاذ القرارات، والمشورة، وعدم فرض كل من الطرفين رأيه على الآخر وأثر ذلك في خلق التكيف واستمرارية الحياة المستقرة بين الطرفين، وإن تعاون الزوجين في حل المشكلات والصراعات التي تواجههم في الأسرة وعدم إهمالها من الضرورات التي تعمل على تكيف الزوجين، وكذلك علاقة كل من الطرفين بوالد الآخر وملاطفتهما والحرص على بناء علاقة إيجابية معهما، من المجالات التي تدعم التكيف والعلاقة الجيدة والانسجام بين الزوجين في استثمار وقت الفراغ، والقدرة على إيجاد نشاطات مشتركة، الأثر المباشر في رضا الطرفين عن بعضهما وتحقيق الانسجام والسعادة والتوافق.

وأشار عبد المعطي (2004) إن عدم قدرة الزوجين على التكيف الزواجي، يرجع إلى العديد من المحددات التي تعيق تكيف الزوجين في حياتهما الزوجية، والتي تتمثل في المحددات الأسرية، و المتمثلة في خبرات الطفولة لكلا الزوجين، فإذا كان أحد الزوجين محروماً من الحب والعاطفة، أو نشأ في أسرة تسودها الخلافات أو العنف أو الطلاق، فإنه من الممكن أن يحمل ذلك الانطباعات لحياته المستقبلية، وكذلك التدخل المباشر من الأهل في المشكلات التي تحدث بين الزوجين.

وأشار (العزة، 2000) إن المحددات الاجتماعية المتمثلة في القيم والعادات الثقافية والاجتماعية للطرفين، واختلاف الطبقة الاجتماعية والديانة، لها دور في كثير من الخلافات التي تحدث بين الزوجين وتكون نتيجة اختلاف العادات والأخلاق والاتجاهات والقيم التي اكتسبها كل واحد منهما خلال مراحل نموه وتطوره المختلفة، مما يؤدي إلى حدوث خلافات ونزاعات بينهما ومن ثم سوء التكيف الزواجي بينهما

وللمحددات الثقافية وما ينتج عنها من تأثير العلاقة الزوجية بالموثوث الثقافي والروحي والعلي لكلا الزوجين، فكثيراً ما يختلف الزوجين في اتجاهاتهما والقيم التي تسود حياتهما، فكلما زاد الخلاف بين الزوجين في هذه الأمور قل التوافق الزواجي بينهما (مؤمن، 2004)، كما أن المحددات الاقتصادية والتي تتمثل في الدخل المنخفض، والبخل أو الإسراف، والاستغلال المادي للزوجين الأثر البالغ في حدوث اضطراب في العلاقة الزوجية وحالة عدم التكيف، إضافة إلى عدم الاتفاق على كيفية الإنفاق، كما إن توافر المال قد يكون سبباً للخلافات بين الزوجين إن أسيء استخدامه، وقد يتعدى الزوج على دخل زوجته ويتصرف به دون رضاها، كل هذه الأمور تؤدي في النهاية إلى حدوث اضطرابات في العلاقة الزوجية وحالة من عدم التكيف (حمدان، 2006).

إضافة إلى المحددات المتعلقة بعدم التوافق الجنسي والتي تتمثل في عدم انسجام الرغبة الجنسية أو درجات الإشباع الجنسي والتي تعد عاملاً من العوامل التي تؤدي إلى سوء التكيف الزواجي، فالممارسات الجنسية التي لا تؤدي إلى الإشباع نتيجة الضعف الجنسي، أو عدم المعرفة لأحد الزوجين أو كليهما والمتعلقة في بكيفية الإعداد والتحضير للعملية الجنسية، أو عدم توافر المكان المناسب والذي يحافظ على الخصوصية بين الزوجين أثناء الممارسة الجنسية، أو استخدام طريقة الجماع غير المكتمل خوفاً من الألم أو الحمل، كل هذه الأمور قد تؤدي إلى سوء التكيف الزواجي (سليمان، 2005، العزة، 2000، الكندري، 2005).
وأشار أبو أسعد (2008) إلى عوامل تحقيق التكيف الزواجي، من خلال بالثقة بين الزوجين والتي تحقق الحب والاهتمام، والفهم الذي يوفر حرية الاتصال والحوار والمناقشة القائمة على الحقائق والشعور بالقرب والصدق، إضافة إلى التطابق من خلال التبادلية والتلازم الجنسي والتكيف والتعاطف والتفاوض والسعادة والاحترام المتبادل والمشاركة والشفقة والعطف، وإن الالتزام في تلبية الأدوار المحددة في رعاية الأطفال وحل المشكلات دور مهم في التكيف بين الزوجين، وإن الحرص في تحقيق الرضا للآخر، وخاصة الرضا الجنسي أهمية في تحقيق التوافق، من خلال إشباع الآخر في التعبير الحسي وتوفير الأمن والرعاية في العملية الجنسية، ويكون هذا بإقناع الشريك برغبته بشكل كامل.

ولأهمية كل من متغيري التكيف الزواجي والبرامج الإرشادية، فقد سعى الباحثان بالبحث عن دراسات ذات العلاقة بمتغيري الدراسة، حيث أجرى عبادي، وآخرون (Ebadi, Z., Pasha, R., Hafezi, F., & Eftekhari, 2018) بدراسة بشأن فعالية الإرشاد المعرفي السلوكي على العلاقة الحميمة بين الزوجين وتحديد الاحتياجات النفسية الأساسية لدى الأزواج الذين يتجهون إلى مراكز الاستشارة. حيث اعتمد منهج شبه تجريبي مع تصميم قبل الاختبار وبعد الاختبار ومجموعة التحكم. تألف المجتمع الإحصائي للدراسة من جميع الأزواج المحولين إلى مراكز الاستشارة في مدينة الأهواز الإيرانية في العام 2018-2019. كان حجم العينة من خلال أخذ العينات الملائمة 40 زوجاً تم اختيارهم عشوائياً وتوزيعهم على المجموعات التجريبية والضابطة (ن = 20 في كل مجموعة). بناءً على النتائج، كان العلاج النفسي السلوكي المعرفي فعالاً في تحسين العلاقة الحميمة وتحديد الاحتياجات الأساسية لدى الأزواج الذين يحولون إلى مراكز الاستشارة.

وأجرى زياپور المحمودي (Ziapour, A., Mahmoodi, 2017) دراسة هدفت إلى التحقيق في فعالية الإرشاد الجماعي على أساس نهج القبول والالتزام في التكيف الزوجي للزوجين في مدينة كرمانشاه، حيث اعتمد المنهج البحث التجريبي (قبل الاختبار - الاختبار البعدي) وخضع جميع الأزواج في مدينة كرمانشاه الذين توجهوا إلى مراكز الاستشارة في عام 2016 كمجتمع للدراسة. ثم بالإشارة إلى هذه المراكز، تم اختيار 40 شخصاً (20 زوجاً)، أهم نتائج الدراسة: نهج القبول والالتزام يمكن أن يزيد التكيف الزوجي للأزواج.

كما هدفت دراسة Eftekharsaadi, Z., (2016) إلى تحديد فاعلية تدريب المهارات المعرفية السلوكية على الأداء الأسري لدى الطلاب المتزوجين بجامعة الأهواز. لهذا الغرض، تم اختيار (30) زوجاً من بين الطلاب المتزوجين من جامعة الأهواز بطريقة أخذ العينات الملائمة، وتم تعيينهم عشوائياً واستبدلهم في مجموعتين تجريبية وضابطة. كانت الأداة المستخدمة هي استبيان أداء الأسرة السني. تم تدريس المهارات السلوكية المعرفية في (12) جلسة مدتها (90) دقيقة في غضون ستة أسابيع. خضع جميع الطلاب للاختبار وتم تحليل البيانات التي تم الحصول عليها عن طريق التحليل أحادي المتغير ومتعدد المتغيرات للتغاير. وأظهرت النتائج أن للتدخل التجريبي (الاختبار بالمنهج المعرفي - السلوكي) أثراً إيجابياً ومعنوياً على أداء الأسرة لدى الطلاب المتزوجين.

حيث أجرت سامية (2016) دراسة هدفت إلى قياس فاعلية برنامج إرشادي قائم على تنمية مفهوم الذات في تحسين الاتصال بين الزوجين، حيث اعتمد على المنهج الوصفي وشبه التجريبي، استخدم اختبار مفهوم الذات لتنسي واستبيان يقيس المعاملة بين الزوجين إضافة إلى البرنامج الإرشادي، وطبق هذا البرنامج على عينة من الأزواج مكونة من (15) زوج و (15) زوجة، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن هناك علاقة بين مفهوم الذات لدى الزوجين وطريقة الاتصال بينهما، حيث ظهر أثر البرنامج الإرشادي على نمو كل من مفهوم الذات، وكذلك طريقة الاتصال بين الزوجين، كما أجرى (Bélanger, C., Laporte, L., Sabourin, S., 2015)

Wright, J.C. & دراسة في آثار العلاج الزوجي المعرفي السلوكي الجماعي على تكيف الأزواج وتقييمهم الذاتي لأنشطة حل المشكلات. شارك ستة وستون من الأزواج في العلاج الجماعي للأزواج. تم تعيين الموضوعات بشكل عشوائي لمجموعة تجريبية أو مجموعة مراقبة قائمة الانتظار. كان العلاج فعالاً في تحسين التكيف العالمي للزوجين وحل المشكلات في التقييم الذاتي. كان للبرنامج تأثير تفاضلي على تحسين قدرات حل المشكلات المدركة ذاتياً اعتماداً على مستوى قدرة الزوجين الأولى على حل المشكلات.

وقامت عودة (2015) بدراسة هدفت إلى معرفة تأثير برنامج إرشادي لتعديل التشوهات المعرفية لتحسين مستوى التكيف الزوجي والعلاقة مع الأبناء. وقد تكونت عينة الدراسة من 54 زوجة، ممن لديهن أبناء تتراوح أعمارهم ما بين (14-17) عام، وزعن بطريقة عشوائية على مجموعتين: تجريبية وعدد أفرادها (29) وضابطة وعدد أفرادها (25)، وقد استخدم في الدراسة: مقياس التكيف الزوجي، ومقياس العلاقة بين الأمهات والأبناء، بأبعاده الثلاثة: السلطة الوالدية، والارتباط العاطفي، والوفاق الزوجي، وأسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بتحسين مستوى التكيف الزوجي وتحسين العلاقة مع الأبناء بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية مما يشير إلى فاعلية البرنامج في تحسين مستوى التكيف الزوجي وتحسين العلاقة بين الأبناء، في حين تبين وجود ارتباط بين التكيف الزوجي وبين بعدين فقط من أبعاد علاقة الأمهات بالأبناء، وهما: بعدا الارتباط العاطفي، والوفاق الزوجي.

وأجرت العنزي (2012) دراسة هدفت إلى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي جمعي مستند إلى الإرشاد المعرفي السلوكي في تحسين التكيف الزوجي وتخفيف ضغوط العمل لدى المعلمات المتزوجات في منطقة عرعر، والتعرف إلى علاقة التكيف الزوجي بضغط العمل، وطور مقياسان: التكيف الزوجي، وضغوط العمل وبرنامج إرشاد جمعي المكون من (15) جلسة إرشادية، وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية بين التكيف الزوجي والضغوط في العمل سواء في الدرجة الكلية أم في الأبعاد، وإلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط أداء أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية في تحسين مستوى التكيف الزوجي على الدرجة الكلية وفي المجالات: (الشخصي، العاطفي، الاجتماعي، الترفيهي)، وهدفت دراسة مؤمن (2010) إلى ما يواجهه المتزوجين حديثاً من مشكلات زوجية، والتي قد تصل بهم إلى الطلاق و بناء وإعداد برنامج إرشاد زواجي يهدف إلى حل بعض المشكلات الزوجية التي حددت من الدراسة الميدانية والتحقق من مدى فاعلية البرنامج الإرشادي من خلال تطبيق البرنامج على عينة من المتزوجين حديثاً الذين يعانون من مشكلات زوجية (مجموعة تجريبية)، والقيام بقياسات قبلية وبعديّة وتتبعية، واستخدام مجموعة من المتزوجين حديثاً الذين يعانون من مشكلات زوجية ولا يتم تطبيق البرنامج الإرشادي عليهم (مجموعة ضابطة). اشتملت العينة على 40 فرداً (20) زوجاً وزوجاتهم من المتزوجين حديثاً ولديهم مشكلات تتعلق بالعلاقة الزوجية، وتوصلت النتائج إلى اختلاف المشكلات الزوجية التي أسفرت عنها الدراسة الحالية عما أشارت إليه الدراسات الغربية، وإن تجربة البرنامج الإرشادي قد حققت نجاحاً في حل بعض المشكلات الزوجية التي يواجهها المتزوجون حديثاً في حياتهم، ويأمل الباحثان أن يجد هذا البرنامج فرصة لكثير من التطبيقات الإكلينيكية والإحصائية لخدمة المجتمع المصري، وقامت جودة (2009) بدراسة هدفت إلى تفصي فاعلية برنامج إرشادي مقترح لتعزيز التكيف الزوجي عن طريق فنيات الحوار، وقامت الباحثة بتطوير برنامج إرشادي يتكون من (21) جلسة منها (12) جلسة مشتركة و (9) جلسات منفردة، طبق البرنامج على (30) زوجاً منهم (15) زوجاً و (15) زوجة، وأسفرت الدراسة عن وجود فاعلية للبرنامج المقترح في تعزيز التكيف الزوجي، حيث ساهم في تحسين مستوى التكيف الزوجي لدى أفراد العينة، وأجرت موسى (2009) دراسة هدفت إلى استقصاء أحد المظاهر الرئيسة للحياة الزوجية، وهو التواصل بين الزوجين وعلاقته بتكيفهم الزوجي، واستخدمت أداتين في الدراسة، هما: مقياس التواصل الزوجي والذي تم تطويره عن مقياس (Bienvenue) ومقياس التكيف الزوجي، وتم توزيع الاستبيانات على (192) زوجاً وزوجة في مدينة عمان، وأظهرت نتائج اختبار (ت) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأزواج والزوجات سواء في درجة جودة التواصل أو في مستوى التكيف، كما وجدت علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين كل من متوسطات

جودة التواصل للأزواج ومتوسطات جودة التواصل لزوجاتهم، وظهرت ذات العلاقة بين متوسطات تكيف الأزواج ومتوسطات التكيف للزوجات، وقام الداهري (2008) بدراسة هدفت للتعرف على التكيف الزواجي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى المعلمات المتزوجات في الأردن، حيث تكونت عينة الدراسة من (80) معلمة متزوجة من معلمات المدارس الحكومية في عمان، ولتحقيق هدف الدراسة قام الباحث بإعداد مقياس التكيف الزواجي، حيث أشارت النتائج بوجود فروق في مستوى التكيف و التفاهم بين الزوجين تعزى لمتغير عدد الأبناء ولصالح الزوجين الذين لا يوجد لديهم أطفال أو نسبة الأطفال لديهم قليلة مقارنة بالزوجين الذين لديهم (7) أطفال، ووجود فروق في مستوى التكيف و التفاهم بين الزوجين تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج للزوجين الذين عدد سنوات زواجهما أقل والذين عدد زواجهما من (6-10) سنوات لصالح الزوجين والذين عدد سنوات زواجهما سنة في اهتمامهما ومدى رعايتهما للأبناء، وأشارت النتائج وجود فروق في مستوى التكيف و التفاهم والتكامل الاقتصادي للزوجين يعزى لمتغير مستوى تعليم الزوجة ولصالح الزوجات ذوات التعليم العالي، ووجود فروق في مستوى التكيف في الحياة الزوجية تعزى لمتغير عدد سنوات عمل الزوجة وجاءت الفروق لصالح العائلة التي عدد سنوات عمل الزوجة وجاءت الفروق لصالح العائلة التي عدد سنوات عمل الزوجة أقل من (4-6) سنوات مقارنة بعدد سنوات عمل الزوجة فيها أقل .

وأجرى أكهاني وآخرون (Akhani et al, 1999) دراسة بشأن التكيف الزواجي والرضا الحياتي بين النساء اللواتي يتزوجن مبكراً ومتأخراً. وأرادت أبحاثهم أيضاً استكشاف العلاقة بين التكيف الزواجي والرضا عن الحياة. وكانت العينة من الدراسة (100) امرأة متزوجة. وكانت نتائج الدراسة أنها تفترض إن سن المرأة عند الزواج لها أهميه في التكيف الزواجي، والمرأة التي تتزوج بسن متقدمة لها تكيف زواجي أفضل من المرأة في الزواج المبكر، وأظهر البحث أيضاً أن الوضع المالي للأسرة يؤدي دوراً هاماً في تحديد مستوى التكيف الزواجي، لأن المرأة ذات الدخل المرتفع تظهر رضاها عن الحياة أكثر من المرأة ذات الدخل المنخفض.

من خلال عرض الدراسات السابقة، فقد لوحظ اهتمام الدراسات في التكيف الزواجي، وأجمعت العديد من الدراسات على أهمية الدراسات التي استخدمت البرامج الإرشادية: مثل دراسة (العنزي، 2012)، و(سامية، 2016)، و(عودة، 2015)، و(جودة، 2009)، و (العنزي، 2012)، و Eftekharsaadi, Z., 2016. وأظهرت الدراسات السابقة أهمية برامج الإرشاد الزواجي والعلاقة الزوجية والحاجة الماسة للبرامج الإرشادية لما لها من دور بارز في تماسك الأسرة وتحقيق الانسجام والتوافق بين الزوجين، ومن ثم خفض نسب الطلاق التي باتت مقلقة .

وأظهرت الدراسات السابقة أهمية الإرشاد الزواجي والفائدة من البرامج الإرشادية والتي لها الأثر الواضح والدور البارز في تقليل الصراعات الزوجية، مما يؤثر بلا شك من التقليل من نسبة حالات الطلاق في المجتمعات، وأكدت ذلك كل من دراسة (مؤمن، 2010) و(الداهري، 2008) و (Bélanger, C., Laporte, L., Sabourin, S., & Wright, J.C. 2015) ، و(جودة، 2009) و(موسى، 2009).

ومن خلال اطلاع الباحثان على البحوث والدراسات السابقة تم تحديد مشكلة البحث وصياغتها، كما ساعد ذلك أيضاً في تحديد منهجية البحث، إضافة إلى إعداد الإطار النظري وتحديد فروض البحث، واختيار الجلسات الإرشادية المناسبة والتي تسعى إلى تحقيق هدف البحث وتقنين مقياس التكيف الزواجي وتطبيق البرنامج، وعلى الرغم من أن الاهتمام المتزايد بالتكيف الزواجي، إلا أن الاهتمام بدراسة تعزيز مهارات التكيف الزواجي للمتزوجات الجدد لا يزال قليلاً في البيئات العربية بشكل عام وفي البيئة الفلسطينية بشكل خاص، كما أظهرت ندرة الدراسات السابقة التي اهتمت بدراسة فاعلية الإرشاد المعرفي السلوكي في تعزيز مهارات التكيف الزواجي وندرة الدراسات أيضاً التي استهدفت الزوجات الجدد، وبذلك فإن أهم ما يميز هذه الدراسة عن الدراسات باعتبارها الدراسة الأولى في البيئة الفلسطينية في هذا المجال

مشكلة الدراسة

تنبثق مشكلة الدراسة الحالية انطلاقاً من ما يعانيه المجتمع الفلسطيني من ارتفاع نسبة الطلاق وذلك من خلال الاطلاع على إحصائية المسح الذي أجراه (الجهاز المركزي للإحصاء، 2017)، والتي أشارت إلى ارتفاع نسبة الطلاق ويعود ذلك إلى انخفاض وتدني المهارات التي تمتلكها الزوجات خاصة الجدد في مواجهة التحديات والمشكلات التي تواجههن .

من هنا فإن الدراسة الحالية جاءت للكشف عن فاعلية برنامج إرشادي جمعي يستند إلى النظرية المعرفية السلوكية في تعزيز مهارات التكيف الزواجي لدى عينة من الزوجات الجدد في محافظة رام الله والبيرة، وذلك لإكساب الزوجات الجدد فنيات واستراتيجيات تستند إلى النظرية المعرفية السلوكية لتعزيز مهارات التكيف الزواجي لديهن .

وفي ضوء ما سبق، تتلخص مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس الآتي :

ما فاعلية برنامج إرشادي جمعي يستند إلى النظرية المعرفية السلوكية في تعزيز مهارات التكيف الزواجي لدى عينة من الزوجات الجدد في محافظة رام الله والبيرة؟

أسئلة الدراسة

انبثق عن سؤال الدراسة الرئيس الأسئلة الفرعية الآتية:

السؤال الأول: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للتكيف الزواجي تعزى إلى البرنامج الإرشادي؟

السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي على مقياس التكيف الزواجي تعزى إلى البرنامج الإرشادي؟

السؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي بعد شهر من مرور البرنامج الإرشادي؟

فرضيات الدراسة

سعت الدراسة لاختبار الفرضيات الآتية:

الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للتكيف الزواجي تعزى إلى البرنامج الإرشادي .

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي على مقياس التكيف الزواجي تعزى إلى البرنامج الإرشادي .

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي بعد شهر من مرور البرنامج الإرشادي.

أهداف الدراسة

هدفت الدراسة الحالية إلى:

1. التعرف إلى فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى النظرية المعرفية السلوكية في تعزيز مهارات التكيف الزواجي لدى الزوجات الجدد في محافظة رام الله والبيرة.
2. استخدام طرق واستراتيجيات البرنامج الإرشادي التي تحقق مهارات التكيف الزواجي والمستخدم في هذه الدراسة بناءً على أفكار النظرية المعرفية السلوكية.
3. التعرف إلى أثر البرنامج بعد مرور شهر على تطبيقه لمعرفة قدرته على تعزيز مهارات التكيف الزواجي.

أهمية الدراسة

تكمن أهمية الدراسة الحالية في معالجة مشكلة الطلاق في المجتمع الفلسطيني والحد منها من خلال تعزيز مهارات التكيف الزواجي لدى الزوجات الجدد. وتكتسب الدراسة أهميتها من الناحيتين النظرية والتطبيقية على النحو الآتي:

الأهمية النظرية:

1. تتجلى قيمة هذه الدراسة من خلال تناولها أحد المتغيرات التي شغلت الباحثين، وهي التكيف الزواجي، حيث إن الإرشاد المعرفي السلوكي واحداً من الخيارات المتاحة الناجحة في تعزيز مهارات التكيف الزواجي، وتعتبر هذه الدراسة -في حدود علم الباحثان- من أولى الدراسات التي تناولت هذا الجانب من خلال برامج إرشادية معرفية سلوكية تستند إلى عدد من الفنيات التي يمكن استخدامها في تعزيز مهارات التكيف الزواجي، والتي تساهم في معالجة مشكلة عدم التكيف داخل الأسرة، وذلك من خلال:
1. التعرف إلى مجموعة من المهارات التي تلعب دوراً فاعلاً في تعزيز التكيف الزواجي لدى الزوجات الجدد.
2. المساهمة في معالجة مشكلة بحثية اجتماعية وأسرية تهم الفرد والأسرة والمجتمع بأكمله؛ بما توفره من معرفة نظرية تساهم في رفع الوعي بقضايا الزواج و التكيف الزواجي.
3. تسليط الضوء على دعائم استقرار الأسرة وديمومتها، وصولاً إلى الحاجات الضرورية لها وإدراك مهارات التكيف الزواجي وما له من أثر على أمن الأسرة والمجتمع في عالم التغيرات والتطورات والتحديات التي تواجه المجتمع، خاصة بعد تزايد نسب الطلاق الفعلي والطلاق العاطفي والتفكك الأسري.

الأهمية التطبيقية

1. تكمن الأهمية التطبيقية في تفعيل دور الإرشاد الأسري والمرشدين والأخصائيين الاجتماعيين من خلال البرنامج الإرشادي الذي بني في هذه الدراسة في تعزيز مهارات التكيف الزواجي لدى الزوجات الجدد، كما قد يفيد البرنامج الإرشادي المستخدم في الدراسة دوائر الإرشاد وعلاج وإرشاد مشكلات لدى فئات أخرى من المجتمع.
2. وجاءت أهمية هذه الدراسة بأن البرنامج الإرشادي يساعد في:
1. تقديم المساندة لمن يعانون من سوء التكيف في الحياة الزوجية، ومحاولة تقديم إطار إرشادي يستند إلى فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي والتي يمكن استخدامها في تعزيز مهارات التكيف الزواجي لدى الزوجات الجدد.
2. تحديد مدى فاعلية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في تعزيز مهارات التكيف الزواجي، وإثارة الوعي لدى الباحثين بأهمية تسليط الضوء على هذه المشكلة، إضافة إلى أن هذه الدراسة تمثل أساساً لدراسات أخرى في هذا المجال.
3. كما أن الإرشاد المعرفي السلوكي يعد واحداً من الخيارات المتاحة الناجحة في تعزيز مهارات التكيف لدى الزوجات الجدد مقارنة مع الطرق الإرشادية الأخرى، وتأتي هذه الدراسة تأكيداً للدراسات التجريبية الإرشادية.

4. المساهمة في معالجة مشكلة بحثية اجتماعية وأسرية ذات أهمية كبيرة : بما توفره من معرفة نظرية تساهم في رفع الوعي بقضايا الزواج والتكيف الزوجي.

حدود الدراسة

تحدد هذه الدراسة بالحدود التالية :

الحد الزمني: طبقت الدراسة في العام 2019.

الحد المكاني: طبق البرنامج الإرشادي في وزارة التربية والتعليم العالي في محافظة رام الله والبيرة.

الحد البشري: طبقت الدراسة على عينة من الزوجات الجدد في وزارة التربية والتعليم في محافظة رام الله والبيرة.

الحد المفاهيمي: اقتصرت الدراسة على المفاهيم والمصطلحات الواردة في الدراسة.

الحد الإجرائي: استخدم في هذه الدراسة مقياس التكيف الزوجي، برنامج إرشادي يستند إلى النظرية المعرفية السلوكية، واستخدام استراتيجيات وفنيات النظرية المعرفية السلوكية.

مصطلحات الدراسة

البرنامج الإرشادي: برنامج منظم في ضوء أسس علمية لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة فردياً وجماعياً بهدف المساعدة في تحقيق النمو السوي والقيام بالاختيار الواعي والمتعلق لتحقيق التوافق النفسي، ويقوم بتخطيطه وتنفيذه لجنة وفريق من المسؤولين المؤهلين (زهران، 2002).

ويعرف إجرائياً بأنه مجموعة من الإجراءات الإرشادية المترابطة، والمنظمة، والتي تتمثل في الفنيات الإرشادية الفردية والجماعية التي يستخدمها المرشد أو فريق من ذوي الاختصاصات المختلفة؛ بهدف تعزيز مهارات التكيف الزوجي.

البرنامج المعرفي السلوكي: هو برنامج مخطط ومنظم يستند إلى مبادئ وفنيات محددة تتعلق بالجوانب المعرفية والسلوكية، عند الفرد ويتضمن هذا البرنامج مجموعة من الخبرات والممارسات والأنشطة اليومية بقصد التخلص من مشاعر معينة والتقليل من حدتها، وتدعيم مشاركتها الفاعلة في المواقف الاجتماعية (بلحسيني، 2011).

ويعرف إجرائياً بأنه مجموعة من الفعاليات والإجراءات والأساليب الإرشادية المستمدة من النظرية المعرفية السلوكية، التي تهدف إلى تعزيز مهارات التكيف الزوجي لدى عينة من الزوجات الجدد في محافظة رام الله والبيرة، بحيث ينفذ هذا البرنامج من خلال (10) جلسات إرشادية، تطبق بواقع جلستين كل أسبوع، وتتراوح المدة الزمنية للجلسة الواحدة (90) دقيقة.

التكيف الزوجي: "العملية التي تكون فيها المشاعر العامة بين الزوجين من السعادة الزوجية والرضا في الزواج الذي يتمثل في الاختيار المناسب للزوج، والاستعداد للحياة الزوجية والحب المتبادل بين الزوجين والإشباع الجنسي، وتحمل مسؤوليات الحياة الزوجية والقدرة على حل مشكلاتها والاستقرار الزوجي، وقدرة كل من الزوجين على تحقيق أهدافهما من الزواج التي لا تتعارض مع أهداف الطرف الآخر" (أبو أسعد، 2008: 31)

وتعرف مهارات التكيف الزوجي إجرائياً: بالدرجة التي تحصل عليها الزوجة على أداة التكيف الزوجي، والتي قام الباحثان بتطويرها.

وتعرف الزوجات الجدد إجرائياً: النساء اللواتي مضى على زواجهن خمسة أعوام فأقل بموجب عقد زواج صحيح صادر عن المحاكم الشرعية في محافظة رام الله والبيرة .

منهجية الدراسة

استخدم في هذه الدراسة المنهج شبه التجريبي لمجموعتين متكافئتين، لمناسبتة في هذا النوع من الدراسات لاختبار فاعلية برنامج إرشادي معرفي- سلوكي لتعزيز مهارات التكيف الزواجي لدى عينة من الزوجات الجديديات في محافظة رام الله والبيرة.

مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من جميع الزوجات الجديديات في الخمس سنوات الأولى من الزواج العاملات في وزارة التربية والتعليم في محافظة رام الله والبيرة والبالغ عددهن (80) زوجة للعام 2018، حسب الإحصاءات المقدمة من وزارة التربية والتعليم في محافظة رام الله والبيرة.

عينة الدراسة

مرّت عملية اختيار عينة الدراسة بالخطوات الآتية:

عينة الدراسة الاستطلاعية

أختيرت (20) زوجة عشوائياً من المجتمع الكلي للدراسة وطبق مقياس التكيف الزواجي للتأكد من صدق وثبات أداة القياس.

عينة الدراسة المتاحة

- تم تطبيق مقياس التكيف الزواجي والمُكوّن من (37) فقرة على عينة الدراسة المتاحة والمُكوّنة من (60) مبحوثة بعد استبعاد أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية، وممن تنطبق عليهم شروط العينة.
- جرى استخراج المبحوثات اللواتي حصلن على أقل درجات مهارات التكيف الزواجي (37-147)، فكان عددهن (34) مبحوثة، ثمّ عُرضَ عليهن المشاركة في البرنامج الإرشادي، لمعرفة مدى استعدادهن للمشاركة في جلسات البرنامج الإرشادي.
- استبعدت (2) من المبحوثات لعدم التواجد في الوزارة أثناء فترة الدراسة، وبهذا أصبحت العينة (32) مبحوثة.

عينة الدراسة التجريبية

اختيرت عينة البرنامج في صورتها النهائيّة والمُكوّنة من (32) مبحوثة ممّن حصلن على أقل درجات مهارات التكيف الزواجي، حيث وزعت عينة الدراسة التجريبية المُكوّنة من (32) مبحوثة بالطريقة العشوائية البسيطة (تخصيص عشوائي باستخدام القرعة) على مجموعتين متساويتين عددياً الأولى تجريبية والثانية ضابطة.

أدوات الدراسة

استخدمت نوعان من الأدوات: النوع الأول المعالجة التجريبية، والثاني قياس نواتج البرنامج الإرشادي (نواتج التعلم والتدريب).

مقياس التكيف الزواجي

بعد الإطلاع على الدراسات السابقة والأدب التربوي والمقاييس ذات العلاقة بموضوع الدراسة، اختير مقياس التكيف الزواجي الوارد في أبو أسعد (2014) وجرى التحقق من صدق وثبات المقياس وتطويره بما يتلاءم وهدف الدراسة والبيئة الفلسطينية

استخدم مقياس التكيف الزواجي كأداة رئيسة لقياس نواتج التدريب حول مهارات التكيف الزواجي لدى الزوجات الجديديات في الخمس سنوات الأولى من الزواج العاملات في وزارة التربية والتعليم في محافظة رام الله والبيرة، بحيث تكون المقياس من (37) فقرة موزعة على أربعة محاور رئيسة، لكل منها (5) خيارات تقيس مستوى التكيف الزواجي عند أفراد عينة الدراسة.

الخصائص السيكومترية لمقياس مهارات التكيف الزواجي:

صدق مقياس مهارات التكيف الزواجي:

معنى أن يكون المقياس صادقاً هو أن يقيس هذا الاختبار ما وُضِعَ لقياسه. وحرصاً على مُلاءمة مقياس التكيف الزواجي للبيئة الفلسطينية، ولعينة الدراسة، فقد جرى التأكد من صدقه بعدة طرق:

أ. صدق المحتوى (الصدق الظاهري):

عرض مقياس مهارات التكيف الزواجي المكوّن من (37) فقرة كما هو موضح في استمارة التحكيم على مجموعة من الأساتذة المتخصصين في علم النفس، والإرشاد النفسي، وأخصائي نفسي، وأخصائي اجتماعي، وخبير احصائي وعددهم (8) محكمين. حيث طُلب منهم قراءة فقرات المقياس، ثمّ الحكم عليها من حيث مدى وضوحها وملاءمتها، باستبعاد الفقرات غير المُلائمة، أو إدخال تعديلات تصحيحية للصياغة، أو إضافة فقرات جديدة بما يخدم المقياس ويزيد من قيمته.

وفي ضوء آراء المحكمين، اعتمد على نسبة إتفاق (90%) فأكثر لإبقاء الفقرة في المقياس، واعتماداً على ذلك حذفت (7) فقرات لم تحظَ بنسبة الاتفاق المُحددة أو لسبب تكرار فكرتها، وعدلت بعض الفقرات من حيث الصياغة.

ب. الصدق التمييزي:

تقوم هذه الطريقة على أحد مفاهيم الصدق، وهو قدرة المقياس على التمييز بين طرفي الخاصية التي يقيسها، حيث يُطبّق المقياس على مجموعة من المفحوصين، ثمّ تُرتّب الدرجات التي حصلوا عليها تنازلياً أو تصاعدياً، ثمّ يُسحب (27%) من المفحوصين من طرفي الترتيب، ثمّ يُقارن بين المجموعتين المتناقضتين اللتين تقعان على طرفي الخاصية، من حيث درجاتهما عليها، إحداهما يُطلق عليها مجموعة عُليا من حيث ارتفاع درجاتهما على الخاصية، والثانية يُطلق عليها مجموعة دُنيا من حيث انخفاض درجاتها على الخاصية. ويُستعمل أسلوباً إحصائياً مُلائماً وهو اختبار (ت) لدلالة الفروق بين مُتوسّطين حسابيين، ويكون المقياس صادقاً كُلّما كان قادراً على التمييز تمييزاً دالاً بين المجموعتين المُتطَرّفتين.

وللتحقّق من الصدق التمييزي لكل فقرة من فقرات مقياس مهارات التكيف الزواجي والدرجة الكلية له، فقد طبّق الباحثان المقياس على عينة استطلاعية مُكوّنة من (20) زوجة من مجتمع الدراسة الكلي وخارج العينة الأصلية، ثمّ وُثبتت الدرجات التي حصلت عليها الزوجات ترتيباً تنازلياً، ثمّ جرت المقارنة بين المجموعتين المُتطَرّفتين، وقد كانت النتائج كما يلي:

- قيم (ت) المحسوبة للفقرات: (1, 2, 12, 13, 14, 16, 17, 19, 21, 22, 23, 24, 25, 29, 32) كانت دالّة عند مُستوى الدلالة (0.01)، إذاً هي مميزة ويتم الإبقاء عليها.

- قيم (ت) المحسوبة للفقرات (3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 15, 18, 20, 26, 27, 28, 30, 31, 33, 34, 35, 36, 37) كانت دالّة عند مُستوى الدلالة (0.05)، إذاً هي مميزة ويتم الإبقاء عليها.

- قيمة (ت) المحسوبة للدرجة الكلية للمقياس كانت دالّة عند مُستوى الدلالة (0.01)، وعليه فإنّ المقياس لديه قدرة تمييزية بين الحاصلين على درجات مُرتفعة وبين الحاصلين على درجات مُنخفضة في مهارات التكيف الزواجي، ممّا يُؤكّد صدق المقياس.

ج. صدق البناء الداخلي (صدق المفردات والصدق البنائي):

جرى صدق المقياس بحساب الارتباط الداخلي لمقياس مهارات التكيف الزواجي موضوع الدراسة، وفحص صدق المفردات عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة الفقرة ودرجة البعد الذي تنتمي له. أما الصدق البنائي للأداة، فقد حددته قيم معاملات الارتباط (بيرسون) للمحاور والدرجة الكلية للأداة، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول (1).

الجدول (1) نتائج معامل الارتباط بيرسون (Pearson correlation)

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
1	.707	15	0.799	29	0.708		0.000*
2	.616	16	0.834	30	0.846		0.000*
3	.637	17	0.910	31	0.880		0.000*
4	.645	18	0.595	32	0.892		0.000*
5	.776	19	0.905	33	0.814		0.000*
6	.676	20	0.937	34	0.660		0.001*
7	.757	21	0.775	35	0.941		0.000*
8	.571	22	0.894	36	0.741		0.000*
9	.694	23	0.711	37	0.884		0.000
10	.535	24	0.831	النفسي	0.938		0.000
11	.627	25	0.555	المادي	0.946		0.000
12	.718	26	0.730	الاجتماعي	0.971		0.000
13	.877	27	0.754	المعرفي	0.942		0.000
14	.907	28	0.543	الكلية	0.975		0.000

يتبين من الجدول (1) أن قيمة معامل ارتباط بيرسون لأداة الدراسة بلغت (0.975) وبمستوى دلالة إحصائية (0.000)، وتراوح قيمة معامل ارتباط بيرسون لأبعاد الدراسة الأربعة ما بين (0.938 – 0.971) وبدلالة إحصائية (0.000) لكل منها. وهذا يبين أن جميع الدلالات الإحصائية جاءت أقل من مستوى المعنوية المحدد في الدراسة (0.05). كما حققت جميع فقرات مقياس مهارات التكيف الزواجي ارتباطات دالة إحصائية مع أبعادها، وعليه، اعتبرت أداة الدراسة تتمتع بصدق المحتوى وصدق المفردات والصدق البنائي، قبل توزيعها على عينة الدراسة. وبذلك يبقى المقياس في صورته النهائية بحيث يتكوّن من (37) فقرة تشترك جميعها في قياس مستوى مهارات التكيف الزواجي لدى أفراد العينة.

ثبات مقياس التكيف الزواجي:

إن ثبات الاختبار يُقصد به أن يكون على درجة عالية من الدقة والانتقان والاتساق فيما يُرَدُّنا به من بيانات عن السلوك المفحوص، وقياسه قياساً مُتسقاً في ظروفٍ مُختلفة ومُتباينة. وللتأكد من ثبات مقياس التكيف الزواجي قام الباحثان بحساب الثبات بطريقتين:

أ. التجزئة التصفية:

وتعني هذه الطريقة تجزئة الاختبار الواحد إلى نصفين متساويين، يشمل النصف الأول غالباً الفقرات الفردية، والنصف الثاني الفقرات الزوجية، ثم يُحسب معامل الارتباط (بيرسون Pearson) بين النصفين، والذي يُشير إلى الدرجة التي تتطابق فيها درجات نصفي الاختبار.

وقد حسب معامل الارتباط بين درجات الفقرات الفردية (19) فقرة، ودرجات الفقرات الزوجية (18) فقرة، وبلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون بين النصفين (0.95). وبعد التعديل باستخدام معادلة سبيرمان براون أصبحت قيمة معامل الارتباط (0.98)، وهي قيمة مقبولة إحصائياً.

ب. حساب الثبات بطريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا:

إن معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alfa) من أهم مقاييس الاتساق الداخلي للاختبار المكوّن من درجات مُركّبة، حيث يربط مُعامل كرونباخ ثبات الاختبار بثبات فقراته.

حسب ثبات مقياس التكيف الزواجي باستخدام مُعادلة ألفا كرونباخ، وكانت قيمة ألفا تُساوي (0.974). ويتّضح من هذه النتيجة تمثّل المقياس بدرجة عالية من الثبات، الأمر الذي يُطمئن الباحثين لصحّة البيانات التي يتمّ الحصول عليها وتُظهر صلاحية المقياس للتطبيق على أفراد العينة. كما تدل هذه القيمة المرتفعة لمعامل الثبات على قدرة البيانات على عكس نتائج العينة على مجتمع الدراسة.

طريقة تصحيح المقياس:

يتكوّن مقياس التكيف الزواجي في صورته النهائية من (37) فقرة، تصحح كالآتي: موافق بشدة (5 درجات)، موافق (4 درجات)، مُحايد (3 درجات)، غير موافق (درجتان)، غير موافق بشدة (درجة واحدة). وقد صححت الفقرات بالاتجاه الإيجابي، باستثناء الفقرات السلبية (2، 3، 5، 8، 9، 10، 13، 16، 18، 23، 25، 29، 36) التي صححت عكسياً باعتبارها فقرات سلبية. وبذلك تكون أدنى درجة نظرية للمقياس هي (37) وأعلى درجة هي (185). أعطيت قيمة عددية لمهارات التكيف الزواجي المذكورة في الاستبانة وتحديد الحد الأدنى المرغوب لامتلاك مهارات التكيف الزواجي على النحو التالي:

الجدول (2) قيم مهارات التكيف الزواجي

البعد	عدد الفقرات	القيمة الصغرى لامتلاك المهارة	القيمة العظمى لامتلاك المهارة	الحد الأدنى المرغوب لامتلاك المهارة
البعد النفسي	13	13	65	52
البعد المادي	7	7	35	28
البعد الاجتماعي	8	8	40	32
البعد المعرفي	9	9	45	36
الكلي	37	37	185	148

المقياس القبلي

يزودنا الاختبار القبلي بشكل توزيع أفراد العينة، وتحديد مدى التكافؤ القبلي لمجموعات الدراسة، وبالتالي دقة النتائج التي سيتم الحصول عليها لاحقاً.

1. شكل توزيع أفراد العينة

من الضرورة أن يتم تحديد ومعرفة شكل توزيع أفراد العينة نظراً لصغر حجم العينة لكل مجموعة من مجموعات الدراسة مما يساعد في تحديد نوع واتجاه الاختبارات الاحصائية التي استخدمت في هذه الدراسة (اختبارات معلمية، اختبارات لا معلمية)، لذا استخدم اختبار التوزيع الطبيعي لأفراد العينة في الاختبار القبلي تبعاً لنوع المجموعة، حيث أظهرت النتائج توزيع أفراد

المجموعتين بشكل طبيعي لكافة أبعاد لدراسة الأربع وللدرجة الكلية لمستوى مهارات التكيف الزواجي القبلي وبقيم دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (05)، ويوضح الجدول (3) هذه النتائج:

الجدول (3) نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لأفراد العينة

المتغير	درجات الحرية	اختبار كولموجروف سيمرنوف		اختبار شيرور ويلك	
		الاحصاء	الدلالة	الاحصاء	الدلالة
البعد	16	0.089	.200	0.974	.902
المجموعة التجريبية					
النفسي	16	0.190	.125	0.927	.216
المجموعة الضابطة					
البعد	16	0.137	.200	0.935	.293
المجموعة التجريبية					
المادي	16	0.173	.200	0.924	.197
المجموعة الضابطة					
البعد	16	0.188	.136	0.927	.220
المجموعة التجريبية					
الاجتماعي	16	0.172	.200	0.954	.553
المجموعة الضابطة					
البعد	16	0.145	.200	0.937	.310
المجموعة التجريبية					
المعرفي	16	0.163	.200	0.948	.463
المجموعة الضابطة					
الكلية	16	0.160	.200	0.900	.080
المجموعة التجريبية					
المجموعة الضابطة	16	0.152	.200	0.933	.269

2. التكافؤ القبلي بين المجموعات

أولاً: التكافؤ القبلي لمستوى السلوك.

للتأكد من تكافؤ المجموعات قبل إجراء الدراسة تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمبحوثات في مجموعات عينة الدراسة المختلفة، حيث استخدم اختبار "ت" للعينات المستقلة (Independent samples t-test) لمقارنة المجموعات والتأكد من تكافؤها تبعاً لنوع المجموعة، كما هو مبين في الجدول (4).

الجدول (4) نتائج اختبار مستويات التكيف الزواجي القبلي تبعاً لنوع المجموعة

المتغير	التكرار	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
البعد	16	42.25	4.494	1.124	- 0.273	.787
المجموعة التجريبية						
البعد	16	42.69	4.571	1.143	- 0.497	.623
المجموعة الضابطة						
البعد المادي	16	26.00	2.852	0.713	- 0.917	.367
المجموعة التجريبية						
البعد	16	26.69	4.743	1.186	- 0.917	.367
المجموعة الضابطة						
البعد	16	28.25	3.924	0.981	- 0.917	.367
المجموعة التجريبية						
البعد	16	29.31	2.469	0.617	- 0.917	.367
المجموعة الضابطة						

المجموعة	البعد	16	31.38	3.181	0.795
التجريبية	المعرفي				
المجموعة					0.182 - .857
الضابطة		16	31.63	4.470	1.118
المجموعة	الكلية	16	127.88	9.851	2.463
التجريبية					0.669 - .509
المجموعة					
الضابطة		16	130.31	10.750	2.688

يشير الجدول (4) إلى عدم وجود فروق ذات دلالات إحصائية في الدرجة الكلية لمستوى مهارات التكيف الزواجي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ، إضافة إلى عدم وجود فروق ذات دلالات إحصائية في أبعاد الدراسة الأربعة لمستوى مهارات التكيف الزواجي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية، مما يدل على تقارب مستوى مهارات التكيف الزواجي في المجموعتين، أي أن المجموعتين "متكافئتين" من حيث درجة ومستوى امتلاك مهارات التكيف الزواجي لكل مجموعة.

ثانياً: الحد الأدنى لمستوى مهارات التكيف الزواجي.

للتأكد من مدى امتلاك المبحوثات للحد الأدنى لمستوى مهارات التكيف الزواجي، توزعت المتوسطات الحسابية لكل مجموعة بالحد الأدنى المرغوب في كل بعد من أبعاد الدراسة وفي الدرجة الكلية لمستوى مهارات التكيف الزواجي والذي جرى تحديده سابقاً (في جدول 3.3 من هذا الفصل) باستخدام اختبار "ت" للعينات الواحدة (One samples t-test) كما هو مبين في الجدول (5).

الجدول (5) نتائج اختبار درجة امتلاك المبحوثات للحد الأدنى لمهارات التكيف الزواجي القبلي						
المجموعة	البعد	الحد الأدنى	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	القيمة الاحصائية
المجموعة	النفسي	52	42.25	4.494	1.124	- 8.667 .000
التجريبية	المادي	28	26.00	2.852	0.713	- 2.805 .013
	الاجتماعي	32	28.25	3.924	0.981	- 3.822 .002
	المعرفي	36	31.38	3.181	0.795	- 5.816 .000
	الكلية	148	127.88	9.851	2.463	- 8.171 .000
المجموعة	النفسي	52	42.69	4.571	1.143	- 8.149 .000
الضابطة	المادي	28	26.69	4.743	1.186	- 1.631 .034
	الاجتماعي	32	29.31	2.469	0.617	- 4.354 .001
	المعرفي	36	31.63	4.470	1.118	- 3.915 .001
	الكلية	148	130.31	10.750	2.688	- 6.581 .000

يشير الجدول (5) إلى وجود فروق ذات دلالات إحصائية لكل من المجموعتين الضابطة والتجريبية عن الحد الأدنى لمهارات التكيف الزواجي عند المبحوثات في الدرجة وفي كل بعد سلوكي من أبعاد الدراسة الأربعة، حيث تشير النتائج إلى عدم امتلاك المبحوثات للحد الأدنى لمهارات التكيف الزواجي وبقيمة دالة إحصائية، كما تشير القيمة السالبة لاختبار "ت" أن المبحوثات يمتلكن مهارات التكيف الزواجي بدرجة أقل من الحد الأدنى لمستوى المهارة.

تصميم الدراسة ومتغيراتها

من حيث تصميم منهج هذه الدراسة، فقد اعتمدت الدراسة على التصميم التجريبي ذي المجموعتين المتكافئتين المكون من مجموعة تجريبية و أخرى ضابطة ولإجراء اختبار قبلي وبعدي بعد إدخال المعالجة على المجموعات التجريبية وصولاً إلى اختبار فرضيات الدراسة وتحقيق أهدافها.

والشكل التالي يبين التصميم المستخدم في هذه الدراسة:

الشكل (1) التصميم المستخدم في الدراسة

G1	O1	X	O2	O3
G2	O1	-	O2	-

G1 : المجموعة التجريبية، G2 : المجموعة الضابطة

O1 : القياس القبلي، O2 : القياس البعدي، O3 : القياس التبعي

X : المعالجة: وهي البرنامج الإرشادي، (-) : بدون معالجة

يُبين الشكل (1) التصميم التجريبي المستخدم في هذه الدراسة وهو أسلوب المجموعات المتكافئة، حيث وزع أفراد العينة عشوائياً على مجموعتين.

متغيرات الدراسة:

- المتغير المستقل: وهو البرنامج الإرشادي المستخدم في الدراسة والممثل في طريقة المعالجة.
- المتغير التابع: وهو مهارات التكيف الزواجي، ويتمثل في مقدار التحسُّن الذي يطرأ على أفراد العينة التجريبية بفعل التَّدخُّل الإرشادي، كما تُظهره نتائج مقياس مهارات التكيف الزواجي.

شكل توزيع أفراد العينة في القياس البعدي

قبل البدء بعملية تحليل النتائج، من الضرورة تحديد نوع واتجاه الاختبارات الاحصائية التي سيتم استخدامها في هذه الدراسة (اختبارات معلمية، اختبارات لا معلمية)، لذا لجأ الباحثان لاختبار التوزيع الطبيعي لأفراد العينة في القياس البعدي تبعاً لنوع المجموعة، حيث أظهرت النتائج توزيع أفراد المجموعتين بشكل طبيعي لكافة أبعاد لدراسة الأربع وللدرجة الكلية لمستوى مهارات التكيف الزواجي البعدي وقيم دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05)، ويعتبر ذلك مؤشر على اتجاه الباحثان لاختبار الاختبارات المعلمية في دراستها، ويوضح الجدول (6) هذه النتائج:

الجدول (6) نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لأفراد العينة

المتغير	درجات الحرية	اختبار كولموجروف سيمرنوف		اختبار شيرور ويلك	
		الاحصاء	الدلالة	الاحصاء	الدلالة
المجموعة التجريبية	16	0.124	.200	0.969	.822

البعد النفسي	المجموعة الضابطة	16	0.167	.200	0.948	.464
البعد	المجموعة التجريبية	16	0.220	.137	0.915	.142
المادي	المجموعة الضابطة	16	0.201	.084	0.947	.444
البعد	المجموعة التجريبية	16	0.199	.089	0.915	.141
الاجتماعي	المجموعة الضابطة	16	0.181	.168	0.958	.631
البعد	المجموعة التجريبية	16	0.172	.200	0.932	.267
المعرفي	المجموعة الضابطة	16	0.177	.191	0.886	.067
الكلي	المجموعة التجريبية	16	0.189	.132	0.933	.275
	المجموعة الضابطة	16	0.147	.200	0.946	.432

نتائج الدراسة ومناقشتها:

عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس التكيف الزواجي تعزى للبرنامج الإرشادي. ولفحص هذه الفرضية، استخدم اختبار ت للعينات المستقلة (Independent Samples t-test)، وكانت النتائج كما في الجدول (7).

الجدول (7) نتائج مقياس التكيف الزواجي للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي تبعاً للبرنامج الإرشادي

البعد	المجموعة	التكرار	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
النفسي	التجريبية	16	52.81	3.728	0.932	6.586	.000*
	الضابطة	16	42.06	5.360	1.340		
المادي	التجريبية	16	29.88	1.500	0.375	2.662	.012*
	الضابطة	16	27.63	3.030	0.758		
الاجتماعي	التجريبية	16	33.81	3.468	0.867	3.839	.001*
	الضابطة	16	28.69	3.962	0.990		
المعرفي	التجريبية	16	37.69	3.790	0.947	5.596	.000*
	الضابطة	16	30.31	3.665	0.916		
الكلي	التجريبية	16	154.19	9.921	2.480	6.303	.000*
	الضابطة	16	128.69	12.784	3.196		

يلاحظ من الجدول (7) وجود فروق معنوية وذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمستوى لمستوى مقياس التكيف الزواجي بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة، حيث تشير النتائج إلى حصول الزوجات في المجموعة التجريبية على درجات أعلى وتحسن ملحوظ في مهارات التكيف الزواجي مقارنة مع قريناتهن في المجموعة الضابطة في نتائج القياس البعدي. كما يلاحظ أيضاً وجود فروق معنوية وذات دلالة إحصائية في درجة كل بعد من أبعاد الدراسة الأربع المذكورة لمستوى مقياس التكيف الزواجي (البعد النفسي، البعد المادي، البعد الاجتماعي، البعد المعرفي) في القياس البعدي بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة، حيث حصل أفراد المجموعة التجريبية أيضاً على درجات ومستويات أعلى لكل مهارة مقارنة بأقرانهم في المجموعة الضابطة في نتائج القياس البعدي مما يشير إلى وجود تأثير للبرنامج الإرشادي المطبق على المجموعة التجريبية من خلال زيادة الوعي بموضوع الدراسة ورفع مستوى مهارات التكيف الزواجي عند الزوجات في هذه المجموعة، وهذا يتناقض مع ما جاء به

الفرضية الأولى من عدم وجود تأثير للبرنامج الإرشادي على متوسطات درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي، وبالتالي رفض الفرضية الأولى .

يُستدل من النتائج على كفاءة وفاعلية البرنامج الإرشادي المستند إلى النظرية المعرفية السلوكية، التي دمجت المعرفة وتطويرها لدى أفراد المجموعة التجريبية والإرشادات السلوكية تبعاً لذلك، وأثر ذلك على إحداث مهارات التكيف لدى الزوجات في العينة التجريبية مقارنة بالزوجات ضمن العينة الضابطة. بناء على ذلك يتم رفض النظرية الصفرية لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي للتكيف الزواجي تعزى لمتغير البرنامج الإرشادي. لقد أسهم البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في إحداث فروق جوهرية في تكيف الزوجات ضمن المجموعة التجريبية مقارنة مع المجموعة الضابطة، مع الحياة الزوجية، من خلال إكسابهم المعرفة بالحياة الزوجية والحقوق والواجبات لكل زوج، وإرشادهم حول السلوك عند حدوث المشاكل وضبط النفس والتعامل مع الأزمات، واستخدام البرنامج فنيات متنوعة لتعزيز مهارات التكيف الزواجي لدى أفراد المجموعة التجريبية من خلال مناقشة مفهوم الزواج وأهدافه وأهميته، ومفهوم التكيف الزواجي وأسباب عدم التكيف الزواجي، ومحدداته وعوامل تحقيقه وتبسيط الضوء على المشكلات التي تواجههم من خلال مناقشة أهمية الحوار وفوائده إضافة إلى توضيح آليات الحوار وخطوات حل المشكلات وتعريف المشاركات إلى أهمية اتخاذ القرار وأثر ذلك على الحياة الزوجية واستمرارها، ومناقشة الواجبات البيتية التي ارتبطت بمحاور اللقاءات، والتركيز على الفهم الصحيح الذي يؤدي إلى حل المشكلات وتحقيق الانسجام والتكيف بين الزوجين واستبعاد الأفكار غير العقلانية والتي تؤثر بشكل واضح على التكيف عند الزوجين، ومناقشة أهمية ضبط الانفعالات في المواقف الحياتية، من خلال القدرة على حل المشكلات وتغيير طريقة التفكير، وآلية التعامل مع الآخرين، إضافة إلى ما ظهر من الانفتاح الذاتي والتنفيس عن المشاعر، من خلال لعب الدور، السيوكودراما، والارتياح والسرور والتفاعل والمشاركة وحل الواجبات.

ووظفت التكنولوجيا في الجلسات الإرشادية وكان لها الأثر الواضح على أداء المجموعة من خلال عرض نماذج إيجابية وفاعلة وتحفيزية يحتذى بها، إضافة إلى عرض المعلومات النظرية، لذلك يعزو الباحثان ذلك لفاعلية وأثر البرنامج الإرشادي في تعزيز مهارات التكيف الزواجي لدى الزوجات الجدد

عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي على مقياس التكيف الزواجي تعزى للبرنامج الإرشادي.

ولفحص هذه الفرضية، استخدم اختبار ت للعينات المزدوجة (Paired Samples t-test)، وكانت النتائج كما في الجدول (8).

الجدول (8) نتائج مقياس التكيف الزواجي للمجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي تبعاً للبرنامج الإرشادي

البعد	الاختبار	التكرار	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
النفسي	قبلي	16	42.25	4.494	1.124	- 8.162	.000*
	بعدي	16	52.81	3.728	0.932		
المادي	قبلي	16	26.00	2.852	0.713	- 4.873	.000*
	بعدي	16	29.88	1.500	0.375		
الاجتماعي	قبلي	16	28.25	3.924	0.981	- 4.063	.001*
	بعدي	16	33.81	3.468	0.867		
المعرفي	قبلي	16	31.38	3.181	0.795	- 5.438	.000*
	بعدي	16	37.69	3.790	0.947		
الكلي	قبلي	16	127.88	9.851	2.463	- 8.137	.000*

يلاحظ من الجدول (8) وجود فروق معنوية وذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمستوى مقياس التكيف الزواجي عند أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي، حيث ارتفع مستوى مهارات التكيف الزواجي عند الزوجات في هذه المجموعة بما مقداره (26.313) درجة في القياس البعدي (154.19 – 127.88 = 26.313). كما يلاحظ أيضاً وجود فروق معنوية وذات دلالة إحصائية في درجة كل بعد من أبعاد الدراسة الأربع المذكورة لمستوى مقياس التكيف الزواجي (البعد النفسي، البعد المادي، البعد الاجتماعي، البعد المعرفي) عند أفراد المجموعة التجريبية، حيث ارتفع مستوى مهارات التكيف الزواجي عند الزوجات في هذه المجموعة في القياس البعدي لكل بعد من الأبعاد الأربعة، مما يشير إلى وجود تأثير للبرنامج الإرشادي المطبق على المجموعة التجريبية من خلال زيادة الوعي بموضوع الدراسة ورفع مستوى مهارات التكيف الزواجي عند الزوجات في المجموعة التجريبية، وهذا يتناقض مع ما جاءت به الفرضية الثانية من عدم وجود تأثير للبرنامج الإرشادي على متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التكيف الزواجي، وبالتالي رفض الفرضية الثانية.

ولقد ساهم البرنامج إحداث تغيير حقيقي على المجموعة التجريبية، وبمقارنة نتائج المجموعة بعد وقبل البرنامج، ويظهر أن هناك فروقاً حقيقية قد حصلت تتعلق بالبرنامج الإرشادي، وذلك مكن من خلال الإرشادات النفسية والمعرفة المكتسبة، من تحقيق تغيير على حياتهم من خلال القدرة على اكتساب المعرفة والسلوكيات اللازمة للتكيف مع الحياة الزوجية، من خلال المعرفة المتعلقة بالزواج ومتطلباته، وطرق التعامل مع المشكلات وتفهم الطرف الآخر.

تتوافق نتائج الدراسة خصوصاً نتائج السؤال الأول والثاني مع النتائج الخاصة بالدراسات السابقة، حيث توصلت دراسة (سامية، 2016) إلى أن هناك علاقة بين مفهوم الذات لدى الزوجين وطريقة الاتصال بينهما، حيث ظهر أثر البرنامج الإرشادي على نمو كل من مفهوم الذات وكذلك طريقة الاتصال بين الزوجين، كما توصلت دراسة (عودة، 2015) إلى أن فاعلية البرنامج في تحسين مستوى التكيف الزواجي وتحسين العلاقة بين الأبناء، في حين تبين وجود ارتباط بين التكيف الزواجي وبين بعدين فقط من أبعاد علاقة الأمهات بالأبناء، وهما: بعدا الارتباط العاطفي، والوفاء الزوجي. كما توصلت دراسة (العزي، 2012) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط أداء أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية في تحسين مستوى التكيف الزواجي على الدرجة الكلية وفي المجالات (الشخصي، العاطفي، الاجتماعي، الترفيهي). ودراسة (مؤمن، 2010) توصلت إلى أن تجربة البرنامج الإرشادي قد حققت نجاحاً في حل بعض المشكلات الزوجية التي يواجهها المتزوجون حديثاً في حياتهم. كما توصلت دراسة (جودة، 2009) عن وجود فاعلية لبرنامج إرشادي مقترح لتعزيز التكيف الزواجي عن طريق فنيات الحوار، في تعزيز التكيف الزواجي حيث ساهم في تحسين مستوى التكيف الزواجي لدى أفراد العينة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى الاستراتيجيات والمهارات التي تضمنها البرنامج الإرشادي والتي ساعدت في تعزيز مهارات التكيف الزواجي، وتوظيف المهارات والفنيات التي اكتسبها في حل المشكلات التي واجهتهم من خلال إكسابهم المهارات اللازمة لحلها ومن خلال تعزيز الوعي المعرفي والأفكار العقلانية ومهارة اتخاذ القرار وضبط الانفعالات، ومناقشة المهارات وتعزيز الأفكار الإيجابية وتعديل الأفكار غير العقلانية وتحفيز التفكير بطريقة منطقية وعقلانية من خلال التركيز على العلاقة بين الزوجين التي يسودها التفاهم والانسجام والاستفادة من الخبرات والمهارات المكتسبة في تحقيق التكيف والتوافق بين الزوجين وهذا يتناقض مع ما جاءت به الفرضية الثانية من عدم وجود تأثير للبرنامج الإرشادي على متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التكيف الزواجي، وعليه نرفض الفرضية الصفريّة، أي وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05 ≤ α) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي على مقياس التكيف الزواجي تعزى للبرنامج الإرشادي، وقد اتفقت في ذلك مع ما توصلت إليه نتائج دراسة (العزي، 2012) و(عودة، 2015).

و (مؤمن، 2010)؛ حيث أشارت نتائج هذه الدراسات إلى الأثر الإيجابي لأفراد المجموعة التجريبية الذين تعرضوا لبرامج إرشادية استخدمت فنيات وأساليب النظرية المعرفية السلوكية.

عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي بعد شهر من مرور البرنامج الإرشادي.

ولفحص هذه الفرضية، استخدم اختبار ت للعينات المزدوجة (Paired Samples t-test)، وكانت النتائج كما في الجدول (9).

الجدول (9) نتائج مقياس التكيف الزواجي للمجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي

البعد	الاختبار	التكرار	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
النفسي	بعدي	16	52.81	3.728	0.932	1.322	.206
	تتبعي	16	51.69	2.056	0.514		
المادي	بعدي	16	29.88	1.500	0.375	1.257	.228
	تتبعي	16	28.88	3.284	0.821		
الاجتماعي	بعدي	16	33.81	3.468	0.867	1.064	.304
	تتبعي	16	32.81	2.949	0.737		
المعرفي	بعدي	16	37.69	3.790	0.947	0.653	.524
	تتبعي	16	36.94	3.193	0.798		
الكلي	بعدي	16	154.19	9.921	2.480	1.345	.199
	تتبعي	16	150.31	9.329	2.332		

يلاحظ من الجدول (9) عدم وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمستوى مقياس التكيف الزواجي عند أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي، كما تشير النتائج أيضاً لعدم وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في درجة كل بعد من أبعاد الدراسة الأربع المذكورة لمستوى مقياس التكيف الزواجي (البعد النفسي، البعد المادي، البعد الاجتماعي، البعد المعرفي) عند أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي، مما يدل على احتفاظ أفراد المجموعة التجريبية بالمكاسب العلاجية والإرشادية الخاصة بمهارات التكيف الزواجي التي أنجزوها في القياس البعدي واستمرارها إيجابياً في القياس التتبعي، وبالتالي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي بعد شهر من مرور البرنامج الإرشادي مما يدعو إلى عدم رفض الفرضية الثالثة.

ومن البديهي أن الفرق الجوهرى قد حصل للمجموعة التجريبية بعد انتهاء البرنامج مباشرة، وعند مقارنة ذلك مع نتائج المجموعة قبل البرنامج سيكون الفرق جوهرياً وذو دلالة إحصائية، وليس من المتوقع أن تختفي النتائج الإيجابية أو تتلاشى

خلال شهر أو فترة قريبة، بل يتوقع أن ترتفع النتائج الإيجابية، وترتفع مهارات التكيف، مع ارتفاع تفهم كل طرف للآخر، وخصوصاً بعد اكتسابه المعرفة والسلوكيات التي من شأنها أن ترفع من ذلك.

وتبدو هذه النتيجة أمراً طبيعياً في ضوء ما تضمنه البرنامج من استراتيجيات وفنيات وأساليب إرشادية، ومن خلال المتابعة التي عززت من خلالها المهارات والخبرات والفنيات التي يتضمنها البرنامج المستخدم من خلال الوعي المعرفي وفهم الذات وتفنيد الأفكار، ومن خلال تطوير مهارات حل المشكلات وضبط الانفعالات واتخاذ القرار والتفاهم ولغة الحوار التي تعزز الثقة بالنفس وتحقيق الأهداف.

التوصيات

- في ضوء نتائج الدراسة ومناقشتها يمكن اقتراح التوصيات الآتية:
1. استهداف المتزوجات حديثاً ببرامج إرشادية تركز على الوعي المعرفي وتطوير مهارات اتخاذ القرار ولغة الحوار ومهارة ضبط الانفعالات ومهارة حل المشكلات .
 2. القيام بإجراء بحوث علمية تتعلق بالأسرة والمتزوجين حديثاً وذلك لقلّة البحوث الأسرية في البيئة الفلسطينية.
 3. ضرورة إنشاء مراكز للإرشاد النفسي على مستوى المحافظات لتقديم الخدمات الإرشادية الوقائية منها والإرشادية للأسر الفلسطينية.
 4. توجيه طلبة الدراسات العليا في الجامعات لإجراء المزيد من البحوث والدراسات شبيهة التجريبية التي تستند إلى النظرية المعرفية السلوكية التي تعمل على تعزيز مهارات التكيف الزواجي .
 5. التركيز على برامج الإرشاد الزواجي وتوظيفها في المراكز التي تعنى بالأسرة والمتزوجين حديثاً.

قائمة المصادر والمراجع

أولاً: المراجع العربية

- ابن منظور، جمال الدين محمد (1997). لسان العرب. المجلد الخامس عشر بيروت: دار الصادر.
- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف (2008). الإرشاد الزواجي الأسري. ط(2) عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع والطباعة.
- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف (2011). تعديل السلوك الإنساني النظرية والتطبيق. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف والختاتنة، سامي محسن (2011). سيكولوجية المشكلات الأسرية. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف، الأزيادة، رياض عبد اللطيف، (2015). الأساليب الحديثة في مركز ديبونو لتعليم التفكير. عمان-الأردن: حقوق الطبع محفوظة للناشر.
- أبو شمالة، أنيس (2002). أساليب الرعاية في مؤسسات رعاية الأيتام وعلاقتها بالتوافق الاجتماعي والنفسي. (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
- أبو هين، فضل. (2008). أثر استخدام تقنيات الإرشاد السلوكي الجمعي في علاج مشكلة الأرق الناتج عن الصدمة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة الأقصى بغزة. مجلة جامعة الأزهر، سلسلة العلوم الإنسانية، 10، (21)، 111-144.
- الأشقر، سماح (2000). الظواهر النفسية. ط 2، عالم الكتب للنشر، بيروت، لبنان.
- البخاري، محمد بن إسماعيل (1953). صحيح البخاري. القاهرة: شركة ومطبعة مصطفى البابي.
- بلحسيني، وردة (2011). أثر برنامج معرفي- سلوكي في علاج الرهاب الاجتماعي لدى عينة من طلبة الجامعة. (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، جامعة قاصدي مرباح، الجزائر.
- جامعة القدس المفتوحة. (2015). علم الاجتماع الأسري. عمان - الأردن: حقوق الطبع محفوظة لجامعة القدس المفتوحة.
- الجعيد، محمد ساعد (2011). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتكيف النفسي لدى طلبة جامعة تبوك في المملكة العربية السعودية. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة مؤتة، الأردن.
- الجماعي، صلاح الدين أحمد. (2008). الاغتراب النفسي والاجتماعي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي. القاهرة: الناشر مكتبة مبدولي.
- الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني. (2017). كتاب فلسطين الإحصاء السنوي. رام الله، فلسطين.
- جودة، سهير حسين (2009). برنامج إرشادي مقترح لتعزيز التوافق الزواجي عن طريق فنيات الحوار. (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
- حمادنة، شهاب محمد. (2015). التكيف الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية في منطقة بني كنانة في ضوء بعض المتغيرات. المجلة الدولية التربوية. (5)، 112-123.
- حمدان، محمد (2006). زواج سليم لبناء أسرة سليمة وصيانة وتعزيز الاستقرار الأسري. دمشق: دار التربية الحديثة.
- الخوالدة، سناء ناصر. (2008). أثر صراع الدور في التكيف الزواجي والضغط النفسي والرضا الوظيفي لدى الممرضات العاملات في مجال التمريض في محافظة جرش. (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الأردنية، عمان.
- خولي، سناء حسنين، (2011). الأسرة والحياة العائلية. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة
- الداهري، صالح. (2008). التوافق الزواجي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى المعلمات المتزوجات في الأردن. مجلة الثقافة والتنمية، القاهرة، 8، (27)، 1-18.
- الرفاعي، نعيم. (2010). الصحة النفسية دراسة في سيكولوجية التكيف. ط (10)، الناشر المؤلف نفسه: دمشق، سوريا.
- الزغلول، عماد عبد الرحيم (2012). نظريات التعلم. ط(3). عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع.
- زكي، حسام محمود. (2008). الإنهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الزواجي وبعض المتغيرات الديمغرافية لدى عينة من معلمي الفئات الخاصة بمحافظة المنيا. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة المنيا، مصر.
- زهران، حامد (2002). دراسات في علم النفس والنمو. عمان: عالم الكتب للنشر والتوزيع والطباعة.

- سامية، جمعي. (2016). أثر برنامج إرشادي قائم على تنمية مفهوم الذات في الاتصال بين الزوجين. (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجزائر: جامعة تلمسان.
- سليمان، سناء. (2005). التوافق الزوجي واستقرار الأسرة من منظور إسلامي- نفسي- اجتماعي. القاهرة: عالم الكتب.
- السيد، نيفين صابر عبد الحكيم. (2009). ممارسة العلاج المعرفي السلوكي في خدمة الفرد لتعديل السلوك اللاتوافقي للأطفال المعرضين للانحراف، مجلة كلية الآداب جامعة حلوان، (26)، 695-745.
- الشامي، كفاح عبد الفتاح. (2012). الضغوط النفسية وعلاقتها بالتكيف الزوجي لدى الأمهات الحوامل. (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- الشريف، بسمة. (2006). أثر برنامج توجيه جمعي لتعديل التشوهات المعرفية في خفض الاكتئاب وتحسين التكيف لدى طالبات المرحلة الأساسية والثانوية. (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- عبد الرحمن، مصطفى. (2010). العلاقة بين مكونات الذكاء الوجداني والتوافق الزوجي. مجلة البحث العلمي في الآداب. جامعة عين شمس، 2، (11)، 231-260.
- عبد الله، محمد عادل. (2000). العلاج المعرفي السلوكي، أسس وتطبيقات. مصر: دار الرشاد.
- عبد المعطي، حسن. (2004). الأسرة ومشكلات الأبناء. القاهرة: دار السحاب للنشر والتوزيع.
- العدوان، فاطمة عيد، والنجار، أسماء عبد الحسين. (2016). الإرشاد الأسري. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- عربيات، أحمد عبد الحليم. (2007). فعالية برنامج يستند إلى العلاج المعرفي-السلوكي في خفض درجة السلوك العدواني لدى الأطفال المساء معاملتهم. مجلة كلية التربية بجامعة عين شمس، (31)، 377-407.
- العزة، سعيد. (2000). الإرشاد الأسري: نظرياته وأساليبه العلاجية. القاهرة: دار الفكر العربي للنشر والتوزيع.
- العناني، حنان عبد الحميد. (2005). الصحة النفسية. ط (3) عمان: دار الفكر للطباعة والنشر.
- العززي، حميدية بنت بطي. (2012). فعالية برنامج إرشاد جمعي يستند إلى العلاج السلوكي المعرفي في تحسين التكيف الزوجي وتخفيض ضغوط العمل لدى المعلمات المتزوجات في منطقة عرعر. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة مؤتة، عمان، الأردن.
- عودة، فتحية أحمد مصطفى. (2010). أثر برنامج إرشادي لتعديل التشوهات المعرفية لدى الزوجات في تحسين مستوى التكيف الزوجي والعلاقة بين الأبناء. (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- القرآن الكريم
- كفافي، علاء الدين. (2012). الصحة النفسية والإرشاد النفسي. عمان: دار الفكر ناشرون وموزعون.
- الكندري، أحمد. (2005). علم النفس الأسري. عمان: مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.
- لبد، أيمن محمد إبراهيم. (2010). أساليب التكيف النفسي عند طلبة كليات المجتمع المتوسطة في منطقة رام الله. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة القدس، فلسطين – القدس.
- المحارب ناصر إبراهيم. (2000). المرشد في العلاج الاستعراضي السلوكي. دار الزهراء، الرياض.
- محمد، عادل عبدالله. (2000). العلاج المعرفي السلوكي. مصر، القاهرة: دار الرشاد.
- مرسي، صفاء إسماعيل. (2008). الاختلالات الزوجية. القاهرة: دار ايتراك للطباعة والنشر والتوزيع.
- مصطفى، يامن سهيل. (2010). العنف الأسري وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهقين دراسة ميدانية على طلاب المرحلة الثانوية في مدارس مدينة دمشق. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة دمشق، سوريا.
- موسى، انشراح يوسف. (2009). درجة التواصل بين الزوجين وعلاقتها بالتكيف الزوجي لدى عينة من الأزواج في مدينة عمان. (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- موسى، رشاد علي عبد العزيز والدسوقي، مديحة منصور. (2013). علم النفس العلاجي. القاهرة: عالم الكتب.
- مؤمن، داليا عزت. (2010). فاعلية برنامج إرشادي في حل بعض المشكلات الزوجية لدى عينة من المتزوجين حديثاً. (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، كلية الآداب، جامعة عين شمس، القاهرة، مصر.
- مؤمن، داليا. (2004). الأسرة والعلاج الأسري. القاهرة: دار السحاب للنشر والتوزيع.

ثانياً: المراجع العربية المترجمة

- Abu Asaad, Ahmed Abdel Latif, Al-Azaydah, Riyadh Abdel Latif, (2015). Modern methods at the Debono Center for Teaching Thinking. Amman-Jordan: All rights reserved to the publisher.
- Ahmed, Fathia, Nazih, Mohamed (2015). The effect of a counseling program to modify the cognitive distortions of wives in improving the level of marital adjustment and the relationship with children, Educational Sciences Studies, 42 (1), 301 - 320.
- Gouda, Suhair Hussein (2009). A suggested indicative program to enhance marital harmony through the techniques of dialogue, (unpublished master's thesis), the Islamic University, Gaza, Palestine.
- Ibn Manzur, Jamal al-Din Muhammad (1997). Arabes Tong. The fifteenth volume, Beirut: Dar Al-Sadr.
- Abu Asaad, Ahmed Abdel Latif (2008). Family marital counseling. I (2) Amman: Dar Al-Shorouk for Publishing, Distribution and Printing.
- Abu Asaad, Ahmed Abdel Latif (2011). Human behavior modification theory and practice. Amman: Dar Al Masirah for Publishing and Distribution.
- Abu Asaad, Ahmed Abdel-Latif, Al-Khatatna, Sami Mohsen (2011). The psychology of family problems. Amman: Dar Al Masirah for publishing, distribution and printing.
- Abu Shamala, Anis (2002). Methods of care in orphan care institutions and their relationship to social and psychological adjustment, (unpublished master's thesis), the Islamic University, Gaza, Palestine.
- Abu Hein, Fadl (2008) The effect of using collective behavioral counseling techniques in treating the problem of insomnia resulting from psychological trauma among a sample of Al-Aqsa University students in Gaza, Al-Azhar University Journal, Human Sciences Series, 10, (21), 111_144.
- Al-Ashqar, Samah (2000). Psychological Phenomena, 2nd Edition, World of Books for Publishing, Beirut, Lebanon.
- Al-Bukhari, Muhammad bin Ismail (1953). Sahih Al-Bukhari. Cairo: Mostafa El-Babi Company and Press.
- Belhoussini, Warda (2011). The effect of a cognitive-behavioral program in the treatment of social phobia among a sample of university students. Kasdi Merbah University, (unpublished doctoral thesis), Algeria.
- Al-Quds Open University (2015). Family Sociology. Amman - Jordan: All rights reserved to Al-Quds Open University.
- Al-Juaid, Mohammed Saed (2011). Emotional intelligence and its relationship to psychological adjustment among students of the University of Tabuk in the Kingdom of Saudi Arabia (unpublished master's thesis), Mutah University, Jordan.
- Al-Jami, Salah Al-Din Ahmed (2008). Psychological and social alienation and its relationship to psychological and social adjustment. Cairo: Publisher Madbouly Library
- Hamadna, Shehab Muhammad (2015). Academic adaptation of secondary school students in the Bani Kenana region in the light of some variables. International Educational Journal. (5), 112_123.
- Hamdan, Mohammed (2006). A healthy marriage to build a healthy family and maintain and enhance family stability. Damascus: House of Modern Education.
- Khawaldeh, Sanaa Nasser (2008). The impact of role conflict on marital adjustment, psychological stress and job satisfaction among nurses working in the field of nursing in Jerash Governorate, (unpublished master's thesis), University of Jordan, Amman.

- Khouli, Sanaa Hassanein, (2011). Family and family life. Amman: Dar Al Masirah for publishing, distribution and printing
- Al-Dahery, Saleh (2008). Marital compatibility and its relationship to some variables among married female teachers in Jordan. Culture and Development Magazine, Cairo, 8, (27), 1-18.
- Al-Rifai, Naim (2010) Mental health: a study in the psychology of adaptation. I (10), Publisher, the same author: Damascus, Syria.
- Zaghloul, Imad Abdel Rahim (2012). Learning theories. i(3). Amman: Dar Al-Shorouk for Publishing and Distribution.
- Zaki, Hossam Mahmoud (2008). Psychological exhaustion and its relationship to marital adjustment and some demographic variables among a sample of teachers of special groups in Minya Governorate, (unpublished master's thesis), Minya University.
- Zahran, Hamed (2002). Studies in psychology and development. Amman: World of Books for Distribution, Publishing and Printing.
- Samia, Jami (2016). The effect of a counseling program based on the development of self-concept on communication between spouses. (Unpublished Master's Thesis), University of Tlemcen: Algeria.
- Suleiman, Sana (2005). Marital compatibility and family stability from an Islamic-psychological-social perspective. Cairo: The World of Books
- Mr., Nevin Saber Abdel Hakim (2009). Practicing cognitive-behavioral therapy in the service of the individual to modify the inconsistent behavior of children prone to delinquency, Journal of the Faculty of Arts, Helwan University, 26) 695-745.
- Al-Shami, Kifah Abdel-Fattah (2012). Psychological stress and its relationship to marital adjustment among expectant mothers, (unpublished master's thesis), University of Jordan, Amman, Jordan.
- El-Sherbiny, Lotfi (2001). Encyclopedia of Explanation of Psychological Terms. Beirut, Arab Renaissance House.
- Sharif, Basma (2006). The effect of a group orientation program to modify cognitive distortions in reducing depression and improving adaptation among primary and secondary school students, (unpublished doctoral thesis), University of Jordan, Amman, Jordan.
- Abdel-Rahman, Mustafa (2010). The relationship between the components of emotional intelligence and marital compatibility. Journal of Scientific Research in Arts. Ain Shams University, 2,(11), 231-260.
- Abdullah, Mohamed Adel (2000). Cognitive-behavioral therapy, foundations and applications. Egypt: Dar Al-Rashad.
- Abdel Muti, Hassan (2004). Family and children's problems. Cairo: Dar Al-Sahab for Publishing and Distribution.
- Al-Adwan, Fatima Eid, Al-Najjar, Asmaa Abdel-Hussein (2016). Family counseling. Amman: Dar Al Masirah for publishing, distribution and printing.
- Arabiyat, Ahmed Abdel Halim (2007). The effectiveness of a program based on cognitive-behavioral therapy in decreasing the degree of aggressive behavior in abused children. Journal of the Faculty of Education, Ain Shams University, (31), 377-407
- Al-Azza, Saeed (2000). Family counseling: its theories and therapeutic methods. Cairo: Arab Thought House for Publishing and Distribution.

- Anani, Hanan Abdel Hamid (2005). Psychological health . I (3) Amman: Dar Al-Fikr for Printing and Publishing.
- Al-Anazi, Hamidiya bint Butti (2012). The effectiveness of a group counseling program based on cognitive behavioral therapy in improving marital adjustment and reducing work stress among married female teachers in the Arar region, (unpublished master's thesis), Mutah University, Amman, Jordan.
- Odeh, Fathia Ahmed Mustafa (2010). The effect of a counseling program to modify the cognitive distortions of wives in improving the level of marital adjustment and the relationship between children, (unpublished doctoral thesis), University of Jordan, Amman, Jordan.
- Awad, Ghazi Issa (2000) Psychosocial compatibility between man and his society. Balsam Magazine, Issue (297), Al-Amal Press, Cyprus.
- Kafafi, Aladdin (2012). Mental health and psychological counseling. Amman: Dar Al Fikr Publishers and Distributors.
- Al-Kandari, Ahmed (2005). Family Psychology. Amman: Al Falah Library for Publishing and Distribution.
- Labbad, Ayman Mohamed Ibrahim (2010). Psychological Adaptation Methods for Students of Intermediate Community Colleges in the Ramallah District, (unpublished MA thesis), Palestine - Jerusalem.
- Warrior Nasser Ibrahim (2000). The guide in behavioral review therapy, Dar Al-Zahraa, Riyadh.
- Mustafa, Yamen Suhail (2010). Family violence and its relationship to psychological adjustment among adolescents, a field study on secondary school students in Damascus schools, (unpublished master's thesis), Damascus University, Syria.
- Musa, Inshirah Yousef (2009). The degree of communication between spouses and its relationship to marital adjustment among a sample of couples in the city of Amman (unpublished master's thesis), University of Jordan, Amman, Jordan.
- Mousa, Rashad Ali Abdel Aziz and El Dosouki, Madiha Mansour (2013). Therapeutic psychology. Cairo: The world of books.
- Moamen, Dalia (2004). Family and family therapy. Cairo: Dar Al-Sahab for Publishing and Distribution.
- Moamen, Dalia Ezzat (2000). The effectiveness of a counseling program in solving some marital problems among a sample of newly married couples (unpublished doctoral thesis), Faculty of Arts, Ain Shams University, Cairo, Egypt.

ثالثاً: المراجع الأجنبية

- Akhani, P., Rathi, N. & Mishra (1999). Marital adjustment and life satisfaction among the women of early and late marriage. Cat.Inlst.fr/?aModel=e&afficheN=cpsid=1566790 Translate this page by P AKHANI – 1999
- Akram, H & Malik, N.J.(2011). Relationship between Personality Traits and Marital Adjustment of Teachers. Interdisciplinary Journal of Contemporary Research in Business.3(4).718 – 724. Bar.
- Bélanger, C., Laporte, L., Sabourin, S., & Wright, J.C. (2015). The Effect of Cognitive-Behavioral Group Marital Therapy on Marital Happiness and Problem Solving Self-Appraisal. The American Journal of Family Therapy, 43, 103 - 118.
- Cory, G. 2000. Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy, (7.thed), Thomson- Brooks/ Cole, Australia .

- Eftekharsaadi, Z., (2016). The effectiveness of cognitive-behavioral skills on improving family performance of married students of Islamic Azad University of Ahvaz. *International Journal Of Humanities And Cultural Studies*, special Issue April 2016 733-745.
- Ebadi, Z., Pasha, R., Hafezi, F., & Eftekhar, Z. (2018). The Effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy on Marital Intimacy and Identification of the Basic Psychological Needs Among Couples Referring to Counseling Centers. *Avicenna Journal of Neuro Psycho Physiology*.
- Jennifers. Ripleyand and Everett L. Worthington. (2002). Hope- Focused and Forgiveness- Based Group Intervention to Promote Marital Enrichment, *Journal of Counseling and Development*. 80 (4) 252_463
- Pihet, S., Bodenmann, G. Cina, A., Widmer, K. and Shantinath, S. (2007). Can Prevention of Marital Distress Improve Well Being? A 1- Year longitudinal Study, *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 14, 79-88
- Veshki, S.K., Shafiabady, A., Farzad, V., & Fatehizade, M. (2016). A Comparison of the Effectiveness of Cognitive – Behavioral Couple Therapy and Acceptance and Commitment Couple Therapy in the Couple's Conflict in the City of Isfahan. *jundishapur journal of health sciences*, 9.
- . Ziapour, A., Mahmoodi, F., & Dehghan, F. (2017). Effectiveness of Group Counseling with Acceptance and Commitment Therapy Approach on Couples' Marital Adjustment.