



كلية التربية

قسم الصحة النفسية

فاعلية برنامج إرشادي إنتقائي لتحسين مهارات التواصل بين الزوجين لدي عينة من المعلمين

رسالة مقدمة من الطالبة

إيناس محمود لطفي

للحصول علي درجة الماجستير في التربية

(تخصص صحة نفسية)

إشراف

د/ طه ربيع طه عدوي

أ.د عادل عز الدين الأشول

مدرس الصحة النفسية

أستاذ الصحة النفسية

كلية التربية- جامعة عين شمس

كلية التربية- جامعة عين شمس

٢٠١٣م - ١٤٣٤هـ

جامعة عين شمس

كلية التربية

عنوان الرسالة : فاعلية برنامج إرشادي إنتقائي لتحسين مهارات التواصل بين الزوجين لدي عينة من المعلمين .

اسم الباحثة : إيناس محمود لطفي محمد منصور .

الدرجة العلمية : ماجستير فى التربية .

القسم التابع له : الصحة النفسية .

اسم الكلية : التربية .

اسم الجامعة : عين شمس .

سنة التخرج : ١٩٩٥ .

اسم الكلية : الإقتصاد والعلوم السياسية .

اسم الجامعة : جامعة القاهرة .

سنة المنح : ٢٠١٣ .

جامعة عين شمس
كلية التربية
قسم الصحة النفسية

رسالة ماجستير

اسم الباحثة : إيناس محمود لطفي محمد منصور .
عنوان الرسالة : فاعلية برنامج إرشادي إنتقائي لتحسين مهارات التواصل بين الزوجين لدي عينة من المعلمين .
اسم الدرجة : ماجستير فى التربية .

لجنة الإشراف

- ١ - أ.د/ عادل أحمد عزالدين الأشول : أستاذ الصحة النفسية - كلية التربية جامعة عين شمس .
٢ - د.د/ طه ربيع طه عدوي : مدرس الصحة النفسية - كلية التربية جامعة عين شمس .

لجنة المناقشة

- أ . د / عادل أحمد عزالدين الأشول : أستاذ الصحة النفسية - كلية التربية جامعة عين شمس .
(رئيساً ومشرفاً)
أ . د / نادر فتحي قاسم : أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية - كلية التربية جامعة عين شمس .
(مناقشاً)
أ . د / شادية أحمد عبد الخالق : أستاذ علم النفس - كلية البنات جامعة عين شمس . (مناقشاً)

تاريخ البحث ٢٨ / ١٢ / ٢٠١٣

الدراسات العليا

ختم الإجازة أجازت الرسالة بتاريخ ٢٨ / ١٢ / ٢٠١٣

موافقة مجلس الجامعة
٢٠١٣ / /

موافقة مجلس الكلية
٢٠١٣ / /

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ
أَزْوَاجًا لَتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً
وَمَرْحَمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْتَكِرُونَ﴾



مستخلص الدراسة

عنوان الدراسة : فاعلية برنامج إرشادي إنتقائي لتحسين مهارات التواصل بين الزوجين لدى عينة من المعلمين .

- وتكمن أهمية الدراسة فى تسليط الضوء على أهمية التواصل الزوجي عن طريق توفير أسلوب علمي لمساعدة الأزواج علي تحسين علاقتهم الزوجية ، وذلك من خلال تعريفهم و تدريبهم علي مهارات التواصل الفعال بين الزوجين .
- وتضمنت الدراسة المصطلحات الأتية : التواصل الزوجي وهو تفاعل يتبادل فيه الزوجين الإهتمام والمشاركة الوجدانية والمساندة المتبادلة ، ويعبراً فيه عن وجهة نظرهما بدقة ووضوح من خلال النقاش الإيجابي الهادئ الذي يحتوي علي المشاعر والأحاسيس الإيجابية و يشمل حل المشكلات لكل ما يستجد في حياتهما اليومية من مواقف مما يعمق من الفهم المشترك ويزيد من تواصلهما لذاتيهما .
- وتكونت العينة الكلية للدراسة من (٢٤) زوجاً و زوجةً تم تقسيمهم إلي عينتين ، عينة تجريبية ، وأخري ضابطة ، قوام كل عينة (١٢) زوجاً و زوجةً، وجانست بين المجموعتين في العمر الزمني (٢٥-٤٠) عاماً و في المستوى الإجتماعي و الإقتصادي .

- واستخدمت الباحثة فى الدراسة الحالية المنهج التجريبي .
- و قامت الباحثة بإعداد أدوات الدراسة وكانت كالتالى :
- مقياس التواصل الزوجي .
- برنامج إرشادي لتحسين التواصل بين الزوجين .
- وتوصلت الباحثة إلى النتائج التالية :
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب أفراد المجموعة التجريبية ومتوسطات رتب أفراد المجموعة الضابطة على مقياس التواصل الزوجي في اتجاه المجموعة التجريبية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التواصل الزوجي في اتجاه التطبيق البعدي .
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي (بعد مرور شهرين من انتهاء تطبيق البرنامج) على مقياس التواصل الزوجي.

إهداء

إلي روح أمي الغالية ... طيبه الله ثراها وأسكنها فسيح جناته

إلي والدي الغالي ... البسة الله لباس الصحة والعافية وأطال عمره

إلي زوجي ورفيق عمري ... الذي قدر ظروفه دراستي وقدم لي يد العون.

إلي أزهار عمري أبنائي (يوسف ، محمد ، يقين ، عمر) ... أعزهم الله وأعز

الإسلام بهم وبارك فيهم

إلي أخواتي (خالد و عبير - لمياء و أشرفه - أحمد و منى).

إلي صديقاتي العمر

(لبنى سلامة - عبير ربيع - منال شاكر - إيمان إبراهيم - هدير عبد الله إيمان

نبيل - منال عمر - فاطمة عبد البديع - ندى عبد البديع).

إلي كل زوجين يقدرا قيمة العلاقة الزوجية و يجتهدا في الحفاظ عليها.

إلي كل طالب علم يجتهد ويسعى في الإضافة لهذا العلم و تحقيق كل ما هو

مثمر ومفيد لوطنه .

أخص بالإهداء من ضحوا بأرواحهم من أجل هذا الوطن وسعادة غيرهم .

شكر وتقدير

الحمد لله حمداً كثيراً طيباً مباركاً فيه ملئ السموات وملئ الأرض ، الحمد لله كما ينبغي لجلال وجهه وعظيم سلطانه ...

بعدما وفقني الله إلي انجاز هذا العمل أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلي كل من قدم لي يد العون .
أتقدم باسمي آيات الشكر والعرفان وعظيم الإمتنان إلي أستاذي الفاضل الأستاذ الدكتور / عادل أحمد عز الدين الأشول أستاذ الصحة النفسية بكلية التربية جامعة عين شمس ، فقد احتارت الكلمات وتشتت الفكر ماذا يمكنني أن أكتب حتى أوفي هذا الرجل حقه فلم أجد سوى كلمة شكر و عرفان بالجميل لهذا الأب الغالي علي حسن توجيهه فكان نعم المشرف والأستاذ المتقن لعمله ، مصحوبة بمودتي ودعواتي الصادقة من القلب بأن يبارك الله فيكم ويوفقكم ويسدد خطاكم لكل ما يحبه ويرضاه ، فجزاك الله عني خيراً .

وأقدم شكري أيضاً إلي أستاذي الفاضل الأستاذ الدكتور / نادر فتحي قاسم أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية بكلية التربية جامعة عين شمس لدعمه ورعايته لطلبة القسم و أخص بالذكر حسن تحكيمه ، وإضافاته القيمة للمقياس النفسي الذي قمت بتصميمه و لتشرفه بقبول المناقشة والحكم عليها .
كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلي الدكتور / طه ربيع طه مدرس الصحة النفسية بكلية التربية جامعة عين شمس ، و الذي أمدني بإرشادات ونصائح عبر عنها هذا العمل المتواضع اليوم ، فجزاك الله عني كل الخير .

كما أقدم شكري وتقديري إلي الأستاذة الدكتورة / شادية أحمد عبد الخالق أستاذ علم النفس بكلية البنات بجامعة عين شمس لتفضلها بقبول مناقشة هذه الرسالة والحكم عليها وإثرائها بالمزيد من علمها الغزير فجزاك الله عني خيراً .

فكل الحب والتقدير لكم ، وإنني لأتضرع إلى الله أن يشيكم كل الأجر والثواب ، فدمتم منبعاً للعطاء فيفيض علينا وعلى جميع طلابكم بالخير والنفع .

كما أتقدم بعظيم شكرى وامتنانى إلى قسم الصحة النفسية وكل العاملين به و أخص بالذكر الأستاذ الدكتور حسام هيبه وكلاً من المعيدين سارة حسام و عبد العزيز محمود لمواقفهم الداعمة لي جزاهم الله عني خير الجزاء .

كما أتوجه بالشكر إلى أكاديمية البحث العلمي لدعمها و ما تقدمه من خدمات لطلاب الماجستير و الدكتوراة .

كما أتقدم بخالص الشكر إلى جميع العاملين بمعهدى الوفاء الخاص (بنين – فتيات) لما قدموه لي من تيسيرات فعالة في تطبيق إجراءات هذا البحث .

و أتقدم بخالص الشكر والثناء إلى الصديقة الغالية منال عمر الديب لتوفيرها مركز قادة التغيير للتدريب بقاعاته المختلفة لتطبيق البرنامج التدريبي مما كان له الأثر البالغ في نجاح البرنامج .

وأختص بالشكر كل من الأزواج و الزوجات الذين شاركوني في تطبيق هذا البرنامج علي التزامهم وحرصهم علي حضور الجلسات وتعاونهم فيما بينهم و مشاركتهم لأدق تفاصيل حياتهم و ثقتهم الغالية فتعلمت منهم الكثير و كانوا سبباً في اكتساب خبرات كثيرة لي بهذا المجال فجزاهم الله عني جميعاً خير الجزاء .

فإلى هؤلاء جميعاً، وإلى كل من شاركوا في دفع هذا البحث خطوات إلى الأمام ، أوجه عظيم شكرى وتقديرى واحترامى.

هؤلاء من ذكرتهم من أصحاب الفضل ، أما من أغفلتهم من غير قصد فهم أصحاب فضل وأولى الناس بالشكر والاعتزاز.

جزى الله الجميع عني خير الجزاء... إنه سميع مجيب

والله ولي التوفيق ،،،،

الباحثة

أولاً : فهرس الموضوعات

الموضوع	الصفحات
الفصل الأول (مدخل إلي الدراسة)	٧-١
مقدمة	٢
مشكلة الدراسة	٣-٤
أهداف الدراسة	٤
أهمية الدراسة	٥
مصطلحات الدراسة	٦-٧
الفصل الثاني (إطار نظري ومفاهيم أساسية)	٨ - ٩٧
مقدمة	٩-١١
أولاً- التواصل الزوجي	١١
تعريف التواصل الزوجي	١٢-١٦
أساليب التواصل في الزواج	١٦-٢٠
مهارات التواصل الفعال	٢١
مهارات التواصل بين الزوجين	٢١
أهمية الإتصال في الحياة الزوجية	٢٢
أنماط التواصل غير التوافقية	٢٢-٢٧
معوقات التواصل في الحياة الزوجية	٢٧-٣٠
سوء التواصل و انعكاسه علي الصحة النفسية للزوجين	٣٠-٣١
النظريات المفسرة للتواصل الزوجي	٣١-٣٦
نظرية التواصل	٢٧-٢٨
أسباب سوء التواصل	٢٨-٣١
إضطرابات العلاقات الزوجية	٣٨-٤٤
أشكال التواصل الرديء المسبب للطلاق	٤٥-٤٦
العلاقة الزوجية والمقومات النفسية للزواج	٤٧-٥٠
النظريات التي يقوم عليها الاختيار في الزواج	٥٠-٥١
طبيعة العلاقة الزوجية وأبعادها	٥١-٥٢
وظائف العلاقات الزوجية	٥٣-٥٤
خصائص الاتصال عن الأزواج الراضيين والأزواج غير الراضيين	٥٥

٦٠-٥٥	أساليب معالجة المشكلات الزوجية
٦١	ثانيا- الإرشاد الانتقائي
٦٢	مفهوم الإرشاد الإنتقائي
٦٣	أهداف الإرشاد الإنتقائي
٦٦-٦٤	الإرشاد الإنتقائي ماله و ما عليه
٦٦	العلاج العقلاني الإنفعالي السلوكي
٧١-٦٧	العلاج السلوكي المعرفي
٨٢-٧١	العلاج العقلاني الانفعالي
٨٣-٨٢	تطبيقات العلاج السلوكي العقلاني الانفعالي علي المشكلات الزوجية
٨٣	العلاج بالواقع
٨٤	العلاج التفاعلي الأسري
٨٦	العلاج متعدد الوسائل
٨٩	العلاج الزوجي
٩٥-٩٤	مراحل العلاج النفسي الزوجي
٩٧-٩٥	فنيات العلاج الزوجي
١١٦-٩٨	الفصل الثالث (دراسات وبحوث ذات صلة بموضوع الدراسة)
١١٣-٩٩	دراسات سابقة
١١٦-١١٣	التعليق علي الدراسات السابقة
١١٦	فروض الدراسة
١٨٨-١١٧	الفصل الرابع (الطريقة والإجراءات)
١١٨	مقدمة
١٢١-١١٨	أولا - عينة الدراسة
١٢١	ثانيا - منهج الدراسة
١٣١-١٢٢	ثالثا - أدوات الدراسة
١٤٤-١٣١	البرنامج الإرشادي
١٨٨-١٤٥	الجلسات التنفيذية للبرنامج
٢٠١-١٨٩	الفصل الخامس (نتائج الدراسة ومناقشتها)

١٩٠	مقدمة
١٩٣-١٩٠	النتائج المتعلقة بالفرض الأول
١٩٦-١٩٤	النتائج المتعلقة بالفرض الثاني
١٩٩-١٩٧	النتائج المتعلقة بالفرض الثالث
١٩٩	توصيات البحث
٢٠١	بحوث مقترحة
٢١٥-٢٠٢	مراجع الدراسة
٢٤٢-٢١٦	ملاحق الدراسة
٢٤٨-٢٤٣	ملخص الدراسة باللغة العربية
a – e	ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية

ثانيا : فهرس الملاحق

رقم الملحق	العنوان	الصفحة
(١)	مقياس المستوي الاجتماعي الإقتصادي للأسرة	٢١٧
(٢)	مقياس التواصل الزوجي في صورته الأولية	٢٢٤-٢١٨
(٣)	مقياس التواصل الزوجي في صورته النهائية	٢٣١-٢٢٥
(٤)	قائمة بأسماء السادة المحكمين	٢٣١
(٥)	معايير عينة التقنين (لمقياس التواصل الزوجي)	٢٣٥-٢٣٢
(٦)	بعض الصور التوضيحية لجلسات البرنامج	٢٤٢-٢٣٦

ثالثاً : فهرس الجداول

رقم الجدول	العنوان	الصفحة
جدول رقم (١)	يوضح اشكال التواصل السلبي داخل العلاقة الزوجية	٢٦
جدول رقم (٢)	يوضح بالامثلة الاتجاهات والمعتقدات التي تعوق العلاقة الزوجية.	٢٨
جدول رقم (٣)	يتضمن خصائص الاتصال عند الأزواج الراضين والأزواج غير الراضين.	٥٥
جدول رقم (٤)	يوضح تجانس افراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة تبعاً لمتغير العمر الزمني باستخدام (مان ويتني).	١١٩
جدول رقم (٥)	يوضح تجانس افراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة تبعاً لمتغير المستوي الاقتصادي والاجتماعي باستخدام (مان ويتني).	١٢٠
جدول رقم (٦)	يوضح تجانس افراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة علي مقياس التواصل الزوجي والدرجة الكلية باستخدام (مان ويتني).	١٢١
جدول رقم (٧)	ابعاد المقياس وارقام مفردات كل بعد كما وردت في الصورة النهائية لمقياس التواصل الزوجي.	١٢٥
جدول رقم (٨)	حساب صدق المحكمين.	١٢٧
جدول رقم (٩)	حساب الاتساق الداخلي.	١٢٨
جدول رقم (١٠)	قيم معاملات الارتباط بين كل مفردة والبعد الذي تنتمي اليه لمقياس التواصل الزوجي.	١٢٩
جدول رقم (١١)	قيم الثبات لمقياس التواصل الزوجي متعدد الابعاد.	١٣٠
جدول رقم (١٢)	مخطط لتوزيع جلسات البرنامج الارشادي الانتقائي.	١٤١
جدول رقم (١٣)	دلالة الفروق بين متوسطات رتب افراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة باستخدام (مان ويتني).	١٩٠
جدول رقم (١٤)	دلالة الفروق بين متوسطات رتب افراد المجموعة التجريبية قبل وبعد البرنامج.	١٩٥
جدول رقم (١٥)	دلالة الفروق بين متوسطات رتب افراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي.	١٩٨

الفصل الأول

مدخل إلى الدراسة

- مقدمة
- مشكلة الدراسة
- أهداف الدراسة
- أهمية الدراسة
- مصطلحات الدراسة
- إجراءات الدراسة
- حدود الدراسة

الفصل الأول

مدخل إلى الدراسة

مقدمة:

تعد العلاقة الزوجية من أهم العلاقات الإنسانية في حياة الرجل والمرأة ؛ لذلك يولي علماء الصحة النفسية أهمية خاصة لدراسة الأسرة، حيث يعد الزواج من أهم محددات الصحة النفسية لكل من الزوجين والأبناء، وانطلاقاً من أن المشكلات الزوجية أكثر المشكلات المسجلة في مراكز الخدمة النفسية، كما يعد الشعور بالضيق الزوجي والطلاق ثاني الضغوط التي تتعرض لها الأسرة المصرية، حيث لوحظ في السنوات الأخيرة ارتفاع نسبة الطلاق بين الزوجين وكثرة المشكلات بينهما ، وقد كشفت عن ذلك إحصائيات حديثة ذكرت أن هناك ٢٤٠ حالة طلاق يومياً أى إنه يوجد مطلقة كل ست دقائق (الوكيل بيسيوني، ٢٠٠٦)، هذا وقد بلغت نسبة الطلاق ٤٥% في ٢٠١٢ وذلك وفقاً لإحصاءات الجهاز المركزي للتعبئة والإحصاء .

وأشارت العديد من الدراسات النفسية أن المشكلات الزوجية قد لا تؤدي إلى الطلاق الرسمي، ولكن قد يحدث ما يسمى بالصمت أو الخرس الزوجي، بمعنى استمرار مؤسسة الزواج لأسباب مختلفة مثل احتياج أحد الزوجين للمال الذي يوفره له الآخر، أو بسبب الاستسلام للقدر بحكم العادة، أو اليأس من احتمال النجاح في زواج آخر، أو بسبب وجود الأبناء وغيرها من الأسباب ، ولكن مع شعور كل من الزوجين بالتعاسة وهذا بدوره يؤدي إلى سوء توافق الزوجين الذي قد يؤدي إلى الإصابة ببعض الأعراض العصابية مثل القلق والاكتئاب وغيرها من الأعراض (سميرة أبو غزالة، ٢٠٠٨: ٣٣٤).

وبناء على ما توصلت إليه إحدى الدراسات من أن أهم عوامل القوة في الزواج السعيد هي الرضا عن أسلوب التواصل وأسلوب مناقشة المشكلات وإتقان فن التعبير عن الذات والاستماع المتبادل بين الزوجين (أولسون Olson، ٢٠٠٦: ٧٦) و بناء على ما لمستته بنفسه من خلال عملي في مجال التدريب والاستشارات الأسرية لأكثر من ثمانية سنوات وقناعتني الداخلية بأن التواصل الجيد هو قوام الحياة الزوجية الناجحة، والذي يؤدي بدوره إلى

الترابط والتماسك بين أفراد الأسرة الواحدة ، وبما أن إتقان التواصل ليس موهبة أو هبة من السماء فقط ، بل هو مهارة وخبرة يتعلمها الإنسان بالممارسة كغيرها من المهارات، فقد قررت أن يكون التواصل الزوجي هو موضوع دراستي وذلك من خلال تصميم برنامج إرشادي إنتقائي يستطيع أن يحسن من مهارات التواصل الفعال بين الزوجين.

مشكلة الدراسة:

إنطلاقاً من أن الإنتقائية (Eclecticism) أصبحت من الإتجاهات الرئيسية للإرشاد النفسي يضم العديد من النظريات، والتي جاءت اعتماداً على فكرة أنه لا يوجد اتجاهاً إرشادياً، أو نظرية إرشادية واحدة قادرة بمفردها على التعامل بنفس الدرجة من الكفاءة والفعالية مع الجوانب المتعددة لمشكلات المسترشدين وشخصياتهم ،و لرؤية خاصة بالباحثة و التي تنظر إلي الإرشاد النفسي ونظرياته ، كالحديقة الواسعة تحتوي بداخلها علي الورود و الأزهار والتي تتنوع في أشكالها البهية ورائحتها الذكية ، يقوم المرشد أو المعالج النفسي هنا بدور النحلة النشيطة والتي تحط علي كافة الأزهار لتمتص منها الرحيق النافع(وهو ما تراه مناسباً من فنيات في كل نظرية من نظريات الإرشاد النفسي)، لتصنع منه في النهاية عسلاً شهيماً مفيداً للناس..(وهو مجموعة الفنيات المنتقاة لتطبيقها في النهاية في برنامجها تستطيع من خلالها تحقيق الأهداف المرجوة من البرنامج) .

ومما سبق تناوله من أهمية العلاقة الزوجية وضرورة تقوية رابطة الزواج في وقت تزايدت فيه المشكلات الزوجية، خصوصاً وأن الأسرة المعاصرة تعيش في عالم متغير محاط بموجات متتالية من التغيرات على المستوى المحلي والعالمي ، أدت إلى تغيير في وظائف الأسرة ، ووظائف كل من الزوجين في داخل الأسرة وتبادل الأدوار التي يحتمها الوضع الاقتصادي في كثير من الأحيان، وإنطلاقاً من أن المشكلات الزوجية والتي تعد أكثر المشكلات المسجلة في مراكز الإرشاد والخدمة النفسية ،كما يعد الشعور بالضيق الزوجي والطلاق ثاني الضغوط التي يتعرض لها الراشدون ، فإنه قد لوحظ تنوع المشكلات الزوجية بتنوع مواضيع التفاعل الزوجي،ويمكن علي سبيل المثال وليس الحصر ذكر بعض أسباب الخلافات الزوجية وسوء التواصل :