



اثر المقابلات التحفيزية في تخفيف الكدر الزواجي لدى موظفات جامعة البصرة

أ. د / أمل مهدي جبر

جامعة البصرة / كلية التربية للبنات

المستخلص:

تهدف الدراسة الحالية الى التعرف على ، اثر المقابلات التحفيزية في على تخفيف الكدر الزواجي لدى موظفات الجامعة ولتحقيق اهداف البحث تم تطبيق مقياس الكدر الزواجي و صيغت الفرضيات الآتية:

- 1- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) لمتوسط درجات المجموعة التجريبية وفق الاختبار القبلي والبعدي .
- 2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لمتوسط درجات المجموعة التجريبية ومتوسط درجات المجموعة الضابطة على مقياس الكدر الزواجي .

وشملت الدراسة عينة من موظفات كلية الادارة والاقتصاد-جامعة البصرة ، وبناءً على درجات افراد العينة على مقياس الكدر الزواجي تم اختيار عينة الدراسة وبالغة (20) موظفة تم توزيعهن بصورة عشوائية على مجموعتين متساوietين ، مجموعة تجريبية موظفات الادارة واقتصاد واخرى ضابطة ، وقد تلقت المجموعة التجريبية برنامج ارشادي قائم على المقابلات التحفيزية لخفض مستوى الكدر الزواجي ، و تألف البرنامج من (13) جلسة في حين المجموعة الضابطة لم تلق اي معالجة ، وقد اسفرت النتائج الى ان المجموعة التجريبية اظهرت انخفاضاً بشكل دال احصائياً في الزواجي مقارنة مع المجموعة الضابطة، والبرنامج يتمتع بفاعلية كبيرة.

الكلمات المفتاحية : المقابلات التحفيزية ، الكدر الزواجي ، موظفات جامعة البصرة

The effect of motivation interviews in relieving marital distress among female employees of the university of Basra

Prf .Dr Amal Mhdi

Dr. Hana A. Coban

Abstract:

The current study aims to identify the effect of motivational interviews on reducing marital distress among university employees. To achieve the objectives of the research, the marital distress scale was applied. The following hypotheses were formulated

- 1- There are no statistically significant differences at the significance level (0.05) for the average scores of the experimental group according to the pre and post test
- 2- There are no statistically significant differences for the average scores of the experimental group and the average scores of the control group on the marital distress scale. -

The study included a sample of female employees of the College of Administration and Economics - University of Basra, and based on the scores of the sample members on the marital distress scale, the study sample of (20) female employees was selected and distributed randomly into two equal groups, an experimental group of administrative and economic employees and the other as a control, and the experimental group received A counseling program based on motivational interviews to reduce the level of marital distress. The program consisted of (13) sessions, while the control group did not receive any treatment. The results showed that the experimental group showed a statistically significant decrease in marital distress compared to the control group, and the program is effective big .

Keywords: Motivational interviews, marital distress, Basra University employees

**مشكلة البحث:**

أن الكدر الزواجي ازمة تتعرض لها العلاقة الزوجية والمحصلة النهائية للمشكلات الاسرية التي ينتج عنها عدم الرضا والتواافق الذي يقود الى التعاسة الزوجية وليس المشكلة هو الإحساس بالكدر الزوجي وإنما تبقى الإشكالية في عدم قدره البعض على التغلب على الكدر الذي يضرب أواصر الحياة الزوجية فيصل بها الى هاوية الطلاق أحياناً. لأن الحياة الزوجية التعيسة قد تكون شفاءاً للإنسان طوال حياته وللkdir الزوجي نتائج سلبية يتعرض لها الزوجان ويزيد من اضطراب العلاقة الزوجية والكراهية التي تشيبع بينهما مما يجعل من الصعب عليهما أن يعيشَا حياة زوجية مستقرة ويصعب عليهما تتميمه علاقات سوية مع الآخرين وقد لاحظت الباحثان بحكم عملهما ككتريسيتين في قسم العلوم التربوية والنفسية بأن الكثير من الموظفات تعاني من مشكلات زوجية تؤثر على استقرار الأسرة بالإضافة إلى عدم وجود وحدة ارشادية تهتم بالإرشاد الأسري. ويمكن ان تتحدد مشكلة البحث الحالي بالإجابة على السؤال التالي ما اثر المقابلات التحفيزية في خفض الكدر الزوجي.

أهمية البحث :

تعد الأسرة هي الخلية الأولى للحياة الاجتماعية؛ وهي وحدة التوجيه التي يتبع الفرد بطبعها إذ يتخذ الفرد من سلوكياتها وقيمها وطرق عملها أطاراً مرجعياً "تقييم سلوكه وسلوك الآخرين بما أكتسبه داخلها من قيم ومعايير. وقد تتعكس شخصية الإنسان على حياته الزوجية فالإنسان الناضج قادر على إقامه علاقات مع الأشخاص ومنهم الزوج / الزوجة إذ تؤدي العواطف دوراً بارزاً في مجال العلاقات الشخصية والقدرة على التعبير عن المشاعر الذاتية من الكفاءات الاجتماعية الأساسية فالمشاعر تلعب دوراً أساسياً" في تيسير الحياة وما يصاحبها من اتخاذ القرارات المصيرية مثل تحديد الوظيفة التي يرغب بها والشخصية التي سيتزوجها وأين يعيش مثل هذه القرارات لا يكفي فيها التفكير المنطقي



وبحسب وإنما حسب وجود المشاعر فالعوامل ذات الطابع الوجданاني والعاطفي لها أهميتها في العلاقة الزوجية ذلك لأنها تمس الحياة الخاصة للزوجين بما فيها من مشاعر وعواطف وحب وغيرها من العوامل التي تهدف إلى بناء علاقات أسرية وجدانية قوية و الخاصة بين الزوجين فيما يحدث لكلا الزوجين من صعوبات في التعبير العاطفي تؤدي دور مهم في حدوث التفكك الأسري (كفاكي، 1999، ص 34).

وقد أعطى الباحثون اهتماماً كبيراً للعلاقات الزوجية عبر الزمان والثقافات والأنظمة نظراً" كون جودة العلاقات الحميمية تؤثر على أوجه كثيرة للحياة البشرية وعلى مجالات المجتمع فنجد أنها حياة الفرد لتؤثر على علاقاته وتفاعلاته مع الآخرين من يتعاملون معهم في محيط مجتمعهم وتتجدد أن العديد من المشكلات ذات العلاقة باضطراب العلاقة الزوجية متضمنه المرض الجسدي و المؤشرات لنجاح الزواج والاستقرار الأسري ويسهم في رقي المجتمع وتقدمه أو قد يتعرض للفشل بسبب سوء التوافق الزوجي ما يتبعه من عدم أشباع العاطفي إلى جانب النزاعات الزوجية والمشاعر السلبية واحتمال الانفصال بين الزوجين إذا وصلت الأمور إلى درجة عالية من سوء العلاقة بين الطرفين ففي مثل هذه الحالات يتسع الشعور بعدم الأمان والقلق والاكتئاب والإرهاق العصبي وعدم الاتزان النفسي والوجданاني والخوف من المستقبل والشعور بالضياع وعدم القدرة على تحمل التبعات ازاء شريك الحياة وإزاء الأطفال والتناقض بين الواقع الذي يعيشه الفرد وبين آماله وتطلعته كل هذه الظواهر تشكل دوافع قوية للتوتر النفسي والقلق والاكتئاب لدى الأفراد غير المتواافقين زوجياً "والذي لا يقتصر الأضرار والمساوى الناجمة عنه على أحد الزوجين بل تمتد الضرورة إلى الأبناء وبالتالي فان المجتمع يتاثر بتفكك الأسرة" (الزوبيعي وآخرون، 1981، ص 88) وبعد الكدر الزوجي أمراً" بالغ الأهمية والحيوية في المجتمع العراقي وذلك على الرغم من عدم طفو المشكلات التي قد تشير إلى الكدر الزوجي على السطح فالقيم الثقافية ولاجتماعيه وكذا الأسرية التي تسود المجتمع العربي بعامه والعراقي بخاصه توصد الأبواب أمام مناقشة موضوعات تتعلق بالحياة الزوجية بانفتاح ووضوح مما



يجعل الحياة الزوجية مهدده وتتضح أهميه هذا المتغير من خلال دراسة من قبل العديد من الباحثين مثل دراسة (ما ركمان وآخرون، 1993، ص 98)

وبالتالي ان الكدر الذي تعاني منه الاسرة يحتاج الى استراتيجيات وحلول مبتكرة تعمل على تحسين جودة الحياة الزوجية وتخفيف مشكلاتها فاصبح من الضروري اللجوء الى برامج اسرية ارشادية تتضمن فنيات حديثة تعمل على غرز الأفكار والسلوكيات الاسرية التي تساعده في إنجاح الحياة الزوجية لذا من الممكن لبعض البرامج الارشادية للأسرة ان تساعده على تخفيف المشكلات الاسرية التي تؤدي الى الكدر ومن بين هذه الأساليب المقابلة التحفيزية، وهذا ما اشارت اليه دراسات (عبد الصالحين، جميلة، 2014)

ان استخدام المقابلات التحفيزية له اثر ايجابي في تعديل السلوك غير المرغوب فيه.

ويعد أسلوب المقابلات التحفيزية كما يشير منظره (William, Miller, 1983) من أساليب الإرشاد السلوكي المعرفي (CBT) المستخدمة من قبل المهنبيين لمساعدة الأفراد الذين يعانون من مشكلات نفسية واسرية وصحية ... الخ وهذا الأسلوب يساعد على تعزيز عملية التغيير والمقاومة أي النظر في ايجابيات - سلبيات التغيير واتخاذ القرارات حول التغيير؛ ان أسلوب (المقابلات التحفيزية) يعتمد على المحادثات التي تجري بين المرشد والمسترشد حول كيفية تغيير السلوك ، وكلما كان المرشد والمسترشد يفكرا في الهدف نفسه فان اجراء المقابلات التحفيزية يكون ناجحا ، وغالبا ما يفترض الفرد ان مشكلته لا يمكن حلها وانه لا يوجد الكثير للقيام به وعاده ما تكون تلك الافتراضات خاطئة ومزيفة ، حيث ان الدافع وراء التغيير هو الواقع الذي يعيش فيه ، وقد وجد ان الطريقة التي يتحدث فيها المرشد مع المسترشد يمكن ان تؤثر تأثيرا كبيرا على الشخصية وعلى الدافع لتغيير السلوك ، فالمسترشد لا يمكن ان يكون غير متحفظ بصورة كاملة تماما ، ولديه أهداف وتطلعات يرغب في تحقيقها ويمكنه ان يحدث فرقا على المدى الطويل على صحته وسلوكه ، ولذلك لكي يستجيب المسترشد للمقابلات التحفيزية فان كل ما يحتاجه



هو تذكيره بمدى أهمية سلوكه ونمط حياته في تحقيق اهدافه المرجوة (2013, p. 6,23) . (Miller & Rollnick ,

ويركز أسلوب المقابلات التحفيزية على الكشف عن المشكلات والتناقضات الداخلية لدى الفرد، ويختلف أسلوبها عن الأساليب العلاجية " القسرية " بمعنى أنها لا تفرض التغيير على المستفيد (الذي ربما لا يتناسب مع قيمه الخاصة ، معتقداته ومتمنياته) بل أنها تدعم عملية التغيير بطريقة تنسجم مع قيم واهتمامات الشخص . وفي طريقه تقديم العلاج لا نعتمد التلقين وإنما نعمل على استخراج دافعية الشخص ، وترك له مسؤولية التغيير . علينا أن نحترم استقلاليته و حكمه الذاتي فهو دائمًا حر في اتباع التوجيه أو عدم اتباعه ، ان العلاقة المهنية في التدخل الإنساني هي حالة التوافق والانسجام والتعاطف التي تسمح بالفهم المشترك بين مقدم الرعاية والفرد صاحب المشكلة ، وتسعى لإنجاز أهداف محددة يتفق عليها الطرفان (صفير ، 2008 ، ص 46) .

اهداف البحث: يهدف البحث الحالي على:-

- 1- قياس الكدر الزواجي لدى موظفات جامعه البصرة
- 2- اثر المقابلات التحفيزية لموظفات كلية الادارة والاقتصاد لخفض الكدر الزواجي لديهن . ولتحقيق الهدف الثاني للدراسة وضعت الباحثان الفرضيتان الآتيتان .
لفرضية الاولى: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05) .
 بين متوسط درجات موظفات المجموعة التجريبية التي خضعت للمقابلات التحفيزية تبعا للاختبارين القبلي و البعدي في مقياس الكدر الزواجي .
الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05) .
 بين متوسط درجات موظفات المجموعة التجريبية التي خضعت للمقابلات التحفيزية وموظفات المجموعة الضابطة التي لم تخضع للمقابلات التحفيزية تبعا للاختبار البعدي في مقياس الكدر الزواجي



حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بالآتي :

1. الحدود البشرية : وتمثل بالموظفات المتزوجات

2. الحدود المكانية : وتشمل الكليات والمراكز الواقعه في مجمع باب الزبير .

3. الحدود الزمانية : و تتحدد بالعام الدراسي 2020 / 2021 .

تحديد المصطلحات:

أولاً : الكدر الزواجي وعرفه كلاً من :

- جاكسون وكريستين 1996 : أنه حاله يعاني فيها الزوجين من نقص مهارات التواصل فيما بينهما وصعوبه في حل المشكلات مما يجدا صعوبه في قضاء وقت ممكн مع بعضهما ، وفي تقبل أحدهما للأخر(كفاكي ، 1999،ص50).

- سنا يدر وآخرون 1997 : بأنه الحاله التي يعاني منها أحد الزوجين أو كلاهما بالكدر العام وعدم الرضا عن العلاقة الحميمه مع ضعف التواصل الفعال وضعف القدرة على حل المشكلات (الكردي، 2012 ،ص88)

- فينشام وآخرون : بأنه عدم الرضا عن العلاقة الزوجيه من أحد الطرفين أو كليهما فتصبح الحياة الزوجيه معاناة غير سعيده في نظر أحد الزوجين أو كليهما (الشمسان،2004، ص72).

- هورست 2000: بأنه مستوى محدد من سوء التوافق بين الزوجين يشمل نقصاً في التواصل ناجماً عن سوء الفهم والتشوهات الأدراكيه عن العلاقة الزوجيه مما يؤدي في معظم الأحيان الى الطلاق (المهدي ،2007،ص29) .

- القرني 2007 : أنه اضطراب العلاقة بين الزوجين والانقسام والانفعالات السلبية التي تقود الى الخلافات ، والمعاناة وعدم الاستقرار النفسي ، والانفصال العاطفي ، والقسوة ، والتفاعل السلبي ، وزيادة نزعات العنف ، والضعف الجنسي



، والاضطرابات النفسي ، والقلق ، الغضب ، ونقص مهارات حل المشكلات والشعور بالنقص المصاحب لضعف تقدير الذات والوصول الى حياة زوجيه مستحيلة الاستمرار ، والتأزم والانفصال بين الزوجين والتأثير السلبي على الأطفال (القرني ، 2007، ص68)

التعريف النظري: للباحثان تبنت الباحثان تعريف (جاكسون وكريستين 1996)
التعريف الاجرائي: - استجابة افراد العينة على مقياس الكدر الزواجي المعد لهذا البحث.

ثانياً: المقابلات التحفيزية :- Interviewing Motivational

1- **تعريف Miller,1983:** - نوع من العلاج النفسي و تقنية توجيهية تركز على طالب الاستشارة هدفها زيادة الدافعية الداخلية للتغيير من خلال الاستكشاف الذاتي و البحث و الاستبصار و حل التناقضات أو التناقضات و التي تعتمد بشكل أساسي على المبادئ الأربعية للأسلوب " التعبير عن التعاطف ، إبراز التعارض (الشعب) ، التعامل مع المقاومة ، تعزيز مشاعر الكفاءة الذاتية . ، (Miller 1983, p. 34)

2- **تعريف (بروشاسكا ودي كليمانتي 1993 :-) Porchaska,Diclemente,1993**
 مقاربة تتمثل في علاقة للمساعدة ، أنها تعتبر وسيلة تخاطب مباشر و في نفس الوقت متمرکز حول الشخص " المفحوص" ، تهدف إلى المساعدة على تغيير السلوك من خلال تعزيز الدوافع الذاتية ، وذلك باستكشاف و حل التناقض (Porchaska ,Diclemente ,1993 ,p. 8)

3- **تعريف Miller&Rollick,2008 :-** أسلوب موجه يكون محوره العميل لتعزيز الدافع الداخلي وقوية الدوافع للوصول الى التغيير عن طريق استكشاف و حل الازدواجية وتكون شكل من اشكال التوجه التعاوني المرتكز على الشخص نفسه . (Miller & Rollick , 2008, p 22)



4- تعريف Rosengren,2009 : هو التوجيه على غرار المشورة التي ترتكز على الفرد و التي وضعت لتسهيل التغيير في السلوكيات المرتبطة بالصحة، و تهدف إلى مساعدة المرضى على استكشاف و حل التناقض إزاء تغيير السلوك هو جمع بين عناصر من نمط (الدفء و التعاطف) و المبدأ الأساسي من هذا النهج هو التفاوض بدلا من الصراع (Rosengren , 2009, p . 27 .).

5- تعريف العوفي 2010 : اسلوب تحفيزي ارشادي متمركز حول العميل، يهدف إلى تعزيز الدافعية الداخلية للوصول إلى التغيير الايجابي من خلال استكشاف مرحلة الدافعية و تطويرها، واستكشاف مرحلة التردد وحلها، واستكشاف حديث المقاومة وحديث التغيير و التعامل معهما، والوصول إلى حديث التغيير والالتزام ، علما بان التغيير ينبع من داخل العميل وليس من المعالج (العوفي ، 2010 ، ص15).

6- تعريف Miller&Rollick,2013 :- هي مقابلات تعاونية تسعى لتعزيز الدافع الشخصي للتغيير والالتزام بهدف معين، وتحقيقه من خلال التماس واستكشاف الشخص لأسبابه الخاصة للتغيير في جو من القبول والتعاطف (Miller & Rollick, 2013,p.35 .

التعريف النظري للباحثان: تبنت الباحثتان تعريف Miller,1983



الفصل الثاني

الاطار النظري والدراسات السابقة

تشير بعض الدراسات التي أجرتها (ابو موسى ، 2008، ص55) أن هناك نماذج للكدر الزواجي توضح دور الحياة الزوجية وحدوث الكدر بين الزوجين وقد تم تحديدها

بثلاثة نماذج :-

- **الكرد الطارئ** : وهو الكدر الناشئ نتيجة طبيعية واضحة الأسباب يتميز بالبساطة وعدم التعقيد ويحدث عادة في السنوات الأولى من الزواج عند المتزوجين حديثاً وهو من النماذج الأكثر تطرقاً للدراسة خلال العشرين سنة الماضية من قبل الباحثين للوقوف على أسبابه وعلاجه ويفترض أن الكدر الزوجي يبدأ ويتطور نتيجة الاختلافات في الرأي وعدم الاتفاق هذا يؤدي إلى عدم الرضا وبالتالي يصاب الزوجان بخيبة الأمل والإحباط مما يولد السلوك السلبي بين الزوجين وهذا يؤدي إلى الطلاق .

- **التخلص من الوهم** : وهو أنموذج من الكدر الزوجي الناتج عن اضمحلال الحب وعاده ما يحدث بعد عدة سنوات من الزواج فيصبح كل من الزوجين أقل دافعيه للتعبير عن الحب والمودة ما يحدث بعد عدة سنوات من الزواج فيصبح كل من الزوجين أقل دافعيه للتعبير عن الحب والمودة فتزداد الممارسات السلبية وتضعف العاطفة والمودة والتواصل العاطفي بين الزوجين فيصعب المحافظة على الصورة المثالية فيحدث تراجع كبير من الأداء الزوجي المثالي كما في السابق لزيادة التعود فلا يجد الزوجان ضرورة للتعبير للفظي وغي للفظي اتجاه الطرف الآخر وقد يؤخر الطلاق لأسباب معينه كالحفاظ على المكانة الاجتماعية فيميل



الأزواج المتذمرين إلى عادة إلى ميكانيزمات توافق مضطربة كانسحاب والتحجر بالمشاعر والتصعيد السلبي والتحثير أحياناً .

- **الكدر المزمن :** وهو الكدر المتأصل والثابت وعادة ما يحدث عند الزوجين الذين لم يجربا الحب قبل الزواج فيؤكد هذه النموذج على خبرات ما قبل الزواج التي تؤثر على الحياة الزوجية وتحدد نجاحها أو فشلها فتتأثر حياتهما الزوجية بآراء الآخرين ورسم صوره مثاليه عند العلاقة الزوجية يتعرضا لعوامل تسهم في نمو الكدر وتأثر على العلاقة فيزيداد التوتر والتبادل السلبي فيقل التفاعل بينهما ويضم حل الحب العوامل المسببة للكدر الزوجي :

1- الكدر الزوجي ينشأ بسبب العديد من المتغيرات وقد تمت دراستها بمسمايات مختلفة منها أسباب الاضطراب الزوجي.

2- عوامل عدم التوافق الزوجي.

3- أسباب الخلافات الزوجية

فضلاً عن ذلك هنالك عوامل أخرى تؤثر على العلاقة الزوجية يمكن تلخيصها:

1- **اضطراب العلاقة الجنسية :** وجدت في الأنسان كما وجدت في غيره من الكائنات الحية بحكم محددات وراثيه وأن الزواج هو الشكل الاجتماعي للتعبير عن الدافع الجنسي وتميز العلاقة الجنسية المتفقة باستمتاع كل من الزوجين بإشباع حاجته إلى الجنس مع الزوج الآخر وشعورهما بال媧ودة والحب والرضا في علاقتهما .

2- **اضطراب الأدوار الزوجية :** تعد كفاءه الزوجين في أداء الأدوار الأسرية ومسايره سلوكهم للتوافقات الأسرية من أهم العوامل التي تبني الرضا الزوجي وينشا غموض تواافقات الأدوار المطلوبة من الزوجين عند عدم فهم الحقوق والواجبات أو عدم كفاءتهما في القيام بهذه الأدوار مما يجعل أي الزوجين متربدا غير واثق بما يقوم به فتعارض الأدوار عندهما يحدث الصراع ويرى (باصول



،2007،ص32) أنه يجب أن يحدث اتفاق بين الزوجين على تحديد أدوارهما كـ

يحدث توافق متبادل والا يتعرض الزوجان للكدر . (ملحم،1997،ص12)

3- الضغوط : يواجه الزوجان العديد من الضغوط التي تؤثر سلباً على علاقتهما وحياتهما الزوجية سواء أكانت ضغوط داخل الأسرة (نفسيه ، الاجتماعيه، واقتصاديه) حيث تشير (دينه، 2013،ص372) أن 75% من المشكلات التي تعامل معها في ممارسته الكلينيكية مع الأزواج هي عباره عن مشكلات مرتبطة بالضغط وأن أغلبها ينبع في اضطرابات الزواج وأن الضغوطات اليومية الشديدة الناشئة خارج علاقه الزواج (مثل ضغوط العمل التي تسرب للتأثير على الزوجين تؤدي دوراً محورياً وهاماً في تدهور الرضا الزوجي وترتبط بزيادة احتمالات الطلاق .

4- سمات الشخصية : منذ التسعينيات بدأ بعض الباحثين استكشاف احتمالية أن تكون الكفاءة الزوجية مصدرها هو الشخصية في البحث عن السمات الشخصية التي قد تكون مؤشراً على الكفاءة الزوجية تتغير بمرور السنوات عن الاستقرار الزوجي إلى الكدر الزوجي .

5- الاتصال : هو التبادل الصادق والمفتوح للمعلومات بين شخصين كما أنه بمثابة الرسائل المقصودة التي يرسلها المتحدث وتكون تماماً مثل التي استقبلها أو سمعها المستمع والقدرة لكل شريك للتعبير عن نفسه من خلال الرسائل رساله واضحه أو صادقه ومفتوحة .

6- الأطفال : يعد الأطفال أحد العوامل التي تحقق التقارب والحب بين الزوجين ويساهموا في تجنب نواقصهم النفسي والزوجي فللأطفال ثمرة لقاء ممتع وحب متبادل وأشار باحثون أن الارتباط بين الزوجين يظل قائماً بوجود الأطفال رغم وجود الاضطرابات الزوجية والصراع الزوجي .



ومن النظريات التي تناولت الكدر الزواجي :

أولاً : النظريات الاجتماعية: وهي العلاقة المتبادلة بين الزوجين وتوقعات كلاً منهما عن العلاقة الزوجية وتتظر إلى الخلاف الزوجي على أنه نتاج التفاعل بين الزوجين ونتيجة لعلاقة الزوج بالآخر وعلاقة الفرد بالنسق الاجتماعي ككل .

ثانياً: نظرية الحاجات التكميلية لروبرت وينش (1963): تفترض النظرية أن السلوك الإنساني عبارة عن نشاط موجه نحو إشباع الحاجات، وتظهر هذه الحاجات المكتسبة في العلاقات بين الأشخاص فتقوم عملية الزواج باعتبارها مؤسسة اجتماعية ثقافية بإشباع هذا الحاجات للأفراد من خلالها .

يرى روبرت وينش (1963) أن الفرد يبحث عن الشريك الذي يكمل شخصيته فالرغبة في التعامل الدافع القوي للزوج وهذا معناه أن الاختيار للزوج يتم وفقاً لمبدأ إشباع الحاجات الذي يعني أن الأفراد يميلون إلى اختيار الأشخاص الذين يشعرون حاجاتهم الشخصية بأكبر قدر ممكن من الإشباع، وهذا يعني أن كل من الشركين مكملًا للأخر وان حدث العمسم ولم يتم إشباع حاجات الشريك فإنه يولد التوتر والكدر النفسي للزوجين (فلاته، 2008، ص 31)

ثالثاً: نظرية التناقض المعرفي لـ ليون فيتنكر 1957 :

ترى أن الإنسان ينفر من التناقض بين افكاره واعتقاداته ويميل إلى أداء سلوك متعب وممل إذا كان سيحصل على مكافأة أكبر وتعد العملية العقلية التي يقوم بها كل من الزوجين لتحقيق التقارب بين هذه التوقعات والواقع، ولجعل الزواج ناجحاً مستقراً فإنه يبذل جهود إيجابية والتنازل عن بعض التوقعات (Levesque, 2004:96) ووفق هذا المنظور تتأثر طبيعة العلاقة الزوجية وتتسم بعدم السعادة ويسطير عدم الرضا الزوجي على العلاقة الزوجية ويصبح الزواج مخيماً على الزوجين إذا لم تكن توقعات الزوجين واقعية وتقرب من الخيال فيحدث التناقض بين السلوكيات ومعتقدات الزوجين مما يولد حالة من التوتر والضيق والكدر الزوجي (Sigal 2012:22)



رابعاً: النظريات المعرفية

1- نظرية البرت أليس واورن بيك (1979): قدم البرت أليس واورن بيك (1979) الملاحظات المعرفية المبكرة في علاقات الأزواج الحميمية ويركز هذا الاتجاه على تعديل الأفكار والفعال وذلك بالتأثير على وعي الفرد وانماط تفكيره انهم يركزون على طرائق معينة في التفكير وعلى كيفية تأدية هذه الأفكار إلى حدوث الكدر بين الزوجين واستمراريه وهناك منظوريين معرفيين اساسيين في تفسير الكدر

- هما :-

- المنظور الأول : يمثل اتجاه أليس في العلاج العقلاني والانفعالي ، اذ يرى ان الكدر يحدث نتيجة للتفسير الخاطئ غير المنطقي الذي يسبب الاضطراب ، ويقود لنزرة الفرد السلبية او لمستقبل العلاقة، ويرى ان الكدر الزواجي يحدث عندما يصر الزوجان على توقعات غير واقعية حول الزواج ويقومان لعمل تقييم سلبي عندما لا يستطيعان تحقيق تلك التوقعات (القرني 67:2007)

وقد أكد ان المشاعر والسلوكيات المضطربة في العلاقات لا يسببها مجرد وقوع الشريك في خطأ او حدوث شيء عكس ما هو متوقع وإنما الأفكار اللاعقلانية التي يكونها كل شريك عن افعال الآخر ،وال الدر الزواجي يحدث عندما يحتفظ كل زوج او كلاهما باعتقادات غير منطقية فيها الكثير من المبالغة والتتعصب ونتيجة لتلك الأفكار تتطور التوقعات غير المنطقية وتكثر المطالب وينتج عنها خيبة الامل والاحباط ويحدث الدر الزواجي (حسين، 2010:31)

- اما المنظور الثاني : الذي يمثله اتجاه بيك Beck بأن الدر الزواجي يحدث نتيجة التفكير الخاطئ اذ يتعلم الزوجان قواعد ومعايير وتكون اكثراً جموداً مبنية على افتراضات خاطئة وتلك المعايير مشتقة من مخطوطات او اساليب



معقدة من الافكار الخاطئة. ويرى بيك ان المتزوجين المتقدرين قد مروا بخبرات سالبة تمثل معتقدات ثابتة يتم تشييدها عندما ينشأ وضع جديد مشابه لذاك الخبرات ومن ثم تؤدي هذه التجارب المعرفية الى سوء ادراك او معرفة الحقيقة مثل الافكار التلقائية (القرني 68:2007)

خامساً: النظرية البنائية الوظيفية :

تقوم هذه النظرية على فكرة ان المجتمع يتكون من عدة اجزاء وكل جزء يتميز بخصائص معينة ووظيفة تحدد بحسب ما يقدمه لخدمة الاجزاء الاخرى ، وان اجزاء المجتمع هذا تتماسك فيما بينها عن طريق الاعتماد المتبادل والاتفاق على امور معينة مثل القيم والأخلاق والمعايير وان اي تغيير يحدث على اي جزء من شأنه ان يحدث تغييراً على بقية الاجزاء . فان اشباع الحاجات العاطفية هو ايضاً من الامور التي تحتاج الى اتفاق بين الزوجين والاعتماد المتبادل على بعضهما في اشباعها وإلا حصل خلل فالمشكلات الزوجية تحدث نتيجة حدوث الاضطراب في نسيج العلاقات داخل البناء الاسري ، اذ يصيب الاسرة التفكك والتصدع نتيجة فقدانها الكثير من الوظائف والتي انتقلت الى مؤسسات اجتماعية أخرى كما ينشأ الالتوافق الزواجي نتيجة الاهمال والتقصير في هذه الواجبات (بلميبيوب : 2010، ص 64)

أسلوب المقابلات التحفيزية :

يعرف علم النفس الإرشادي بأنه فرع من فروع علم النفس التطبيقية وقد خصت له جمعية علم النفس الأمريكية قسمها السابع عشر ، وبهتم بتشخيص وعلاج المشكلات السلوكية السطحية والتي ليست ذات جذور ضاربة في أعماق الشخصية بحيث لا يجدي معها إلا العلاج النفسي. والإرشاد النفسي أحد الخدمات النفسية التي تقدم للأفراد والجماعات بهدف تجاوز الصعوبات التي ت تعرض الفرد أو الجماعة، وتعوق توافقهم وإنجذبهم. وهو خدمة نفسية توجه إلى الفرد والجماعات الذين يواجهون مشكلات ذات طبيعة انفعالية شديدة، وتتصف بدرجة من التعقيد والشدة، وهم بحاجة إلى مساعدة



متخصصة. والإرشاد النفسي يتركز على الفرد ذاته أو الجماعة ذاتها بهدف إحداث التغيير في النظرة وفي التفكير وفي المشاعر والاتجاهات نحو المشكلة ونحو الموضوعات الأخرى التي ترتبط بها، ونحو العالم المحيط بالفرد أو الجماعة (عده، 2000، ص 15-16).

وقد تطور هذا الفرع من فروع علم النفس تطورا سريعا منذ بدايات القرن العشرين، ووضعت له النظريات وتشعبت مجالاته لتعطي حياة الإنسان في كافة مراحلها من الطفولة إلى الشيخوخة، وفي كافة ظروفها في الصحة والمرض، ومع كافة جوانبها في العمل، وفي المدرسة وفي الزواج، وأصبح اصطلاح الإرشاد مرتبطا بصفة، أو إضافة فجد الإرشاد الظاهري، والإرشاد المهني، والإرشاد الديني، والإرشاد الزواجي، وإرشاد الأطفال، وإرشاد الشباب، وإرشاد الجنحين، وإرشاد المجتمعات المحلية، والإرشاد في مجال الصحة النفسية، إلى غير ذلك من المسميات (الشناوي ، 1996، ص 9) .

ومن تلك النظريات التي سيطرت على الساحة العلمية وخصوصا في السنوات الأخيرة هي النظرية السلوكية المعرفية .

الإرشاد السلوكى المعرفي : Behavioral Cognitive Counseling

تسير النظريات التي عرضت للعلاج المعرفي السلوكى في اتجاه رئيسي يحاول إدخال العقل والمنطق في العلاج النفسي وتغيير الأفكار الخاطئة أو اللامنطقية التي تبناها الفرد من خبراته المبكرة وذلك بعرض تعديل سلوكه حيث تعتبر الاضطرابات النفسية بأشكالها المختلفة في الأساس بالنسبة للمعالجة المعرفية السلوكية عن اضطراب في التفكير حيث عادة ما تصاحبها طرق غامضة ومتناقضه من التفكير ترتبط بالذات و البيئة، ولذا يجب ان تعتمد سياسة العلاج النفسي على تغيير مفاهيم المريض وإعادة تشكيل مدركاته حتى يتيسر له التغيير في سلوكه حيث يرى هذا ان الاضطراب النفسي عندما يحدث لا يشمل جانبا واحدا من الشخصية فحسب ، بل يمتد ليشمل أربعة جوانب هي السلوك الظاهر (الأفعال الخارجية) ، والانفعال (التغيرات الفسيولوجية) ، والتفكير (طرق التفكير والقيم) والتفاعل الاجتماعي (العلاقات بالآخرين) (محمد ، 2000، ص 59) .



و مع بداية النصف الأخير من القرن العشرين بدأ الاهتمام الفعلي بالجوانب المعرفية ودورها في الأضطرابات و العلاج النفسي لها ، فقد نشأ أسلوب العلاج المعرفي ضمن حدود الإرشاد السلوكي ، وكان نشوء هذا الأسلوب كرد فعل للتذمر و عدم الرضا الذي ساد بين بعض العاملين من خارج أصحاب المدرسة السلوكية ، وقد بني هذا التذمر والنقد للمدرسة السلوكية وتقنياتها على أساس أنها مدرسة ميكانيكية مادية وبأنها لا تأخذ بعين الاعتبار الحياة النفسية و العقلية للفرد ، لا في فرضياتها ولا في تطبيقاتها العلاجية ، فجأة التطور الجديد بتوجيهه الاهتمام إلى ما يحمله الإنسان في ذهنه من أفكار وما يتوجه به من مواقف نحو المحيط والأشياء (كمال ، 1994 ، ص 21) .

ويهتم هذا النوع من الإرشاد النفسي بالجانب الوجداني للمترشد وبالسياق الاجتماعي من حوله من خلال استعمال استراتيجيات معرفية سلوكية و انفعالية واجتماعية وبيئية ، لأحداث التغيير المرغوب فيه (الزعبي ، 2010 ، ص 23) .

رغم أن التفاوت بين المناهج السلوكية والمعرفية لم يحدث نتيجة اكتشافات مفاجئة ، إلا انه يبدو قد حدث نتيجة اعتراف السلوكيين بأنهم يتعاملون فعلا مع عمليات معرفية داخلية مثل الأفكار و الادراكات و الحديث الداخلي (مليكة ، 1994 ، ص 173) .

فإرشاد في هذه الطريقة هو استخدام العقل في حل مشكلات الفرد دون إهمال الأفعال وإتاحة الفرصة للعميل للتخلص من صراعاته النفسية عن طريق قيام المرشد بالاستماع وإتاحة الفرصة للمترشد بالتنفيذ والطرح وبناء علاقة إرشادية (العلام ، 2012 ، ص 5) .

وتتمثل الفكرة الرئيسية للعلاج السلوكي المعرفي بأن الاستجابات السلوكية والوجدانية تتأثر بالمعارف (الأفكار) التي تحدد الكيفية التي تستقبل بها الأشياء وندركها ، بمعنى آخر ليس الموقف بحد ذاته مسؤول عن وجدياتنا ولكن للدراكات والتوقعات وتقديرنا (التقييم المعرفي) دوراً في ذلك (أس جي، 2012 ، ص 17) .



إن الهدف الرئيسي للإرشاد السلوكي المعرفي يتمثل في مساعدة المسترشدين لمعرفة كيف تؤدي أفكارهم وسلوكياتهم إلى افعالات أو مواقف سلبية، ومساعدتهم بالتدخلات اللازمة في تعزيز النمو السليم أو الإيجابي نظرية التوقع:

طور هذه النظرية فيكتور فروم (victor vroom 1964) وتعتبر من النظريات المهمة في تفسير التحفيز عند الأفراد وجوهر نظرية التوقع يشير إلى أن الرغبة أو الميل للفرد بطريقة معينة يعتمد على قوة التوقع بأن ذلك العميل أو التصرف سيتبعه نتائج معينة كما يعتمد أيضاً على رغبة الفرد في تلك النتائج فهناك نوعان من التوقع :

- **التوقع الأول**: وهو يرجع إلى قناعة الشخص واعتقاده بأن القيام بسلوك معين يؤدي إلى نتيجة معينة وهذا التوقع يوضح العلاقة بين الجهد والإنجاز .
- **التوقع الثاني** : وهو حساب النتائج المتوقعة لذلك السلوك وهي ، ماذا سيحصل بعد إتمام عملية الانجاز؟

وهذا التوقع يوضح العلاقة بين إتمام الانجاز والمكافأة التي سيحصل عليها الفرد.

(الشبيبي ، 2010 ، ص 7) .

2- نظرية Z لوليام أوشي :

قام ولدليام أوشي بتطوير منظور آخر للتحفيز ، وتقترن نظرية Z بالإدارة الجيدة هي التي تحوي وتحتضن الأفراد في كل المستويات وتعامل معهم كما لو كانوا أسرة واحدة ، وتدعوا هذه النظرية إلى إشباع حاجات المستوى الأوسط من خلال توجيه الدعوة للأفراد لتحمل المسؤولية الفردية ، ويعتقد المهنيون الذين يتبعون النظرية (Z) إن الأفراد الذين يتحلون بالشعور بالذات والشعور بالانتماء يتحملون أعباء ضمائرهم أثناء أداء مهام وظائفهم كما أنهم سيحاولون تحقيق أهداف عملية التغيير بحماس أكثر. (راتشمان ، وآخرون ، 2001 ، ص 28)

3- نظرية X-Y :



نظريّة X ونظريّة Z من نظريّات تحفيز الإنسان وقد تم تطويرها من قبل دوكلاس مكريكر في معهد ماساتشوستس للتكنولوجيا كلية سلون للإدارة في عام 1960) التي تم استخدامها في إدارة الموارد البشرية ، السلوك التنظيمي ، الاتصال التنظيمي والتطوير التنظيمي ، بالنسبة مكريكر فإن نظريّتي (X-Z) ليستا نهايّتين مختلفتين لنفس المضمون وإنما مضمونين مختلفين في حد ذاتها وبالتالي لا يوجد مانع من تطبيق النظريّتين معاً

نظريّة X : تفترض هذه النظريّة أن العمل غير مستساغ وراثياً والمتدربين أو المشاركون وغير طموحين وأنهم يفضلون إشرافاً مباشراً ويتجنّبون تحمل المسؤولية كما أن هدفهم جميعاً هم الأجر فقط .

نظريّة Z : تفترض إن الناس عامة يستمتعون بالعمل وإن العمل طبيعي كاللعب ويميل المشاركون أو المشاركون إلى تحمل المسؤولية والإبداع والأصالة في العمل متى ما أعطوا الفرصة لذلك (سالم ، وآخرون ، 1989 ، ص 10) .

إن هدف أسلوب المقابلات التحفيزية هو حل التناقض والمقاومة وخلق قوة دافعة إلى الأمام التي تسخر الدافعية لأحداث التغيير، ويكون بشكل استخدام المجاذيف هو نقل الشخص إلى الأمام من خلال الحديث بالتغيير الإيجابي، وعبارات التحفيز الذاتي. ويشمل التغيير حديث التحفيز أو الرسائل العاطفية التي تشير إلى أن الفرد (المسترشد) قد يدرس إمكانية التغيير (Rollnick & Miller) ويمر حديث التحفيز الذاتي بأربعة مراحل: (الاعتراف بالمشكلة ، القلق حول المشكلة ، الالتزام بالتغيير ، الاعتقاد بان التغيير ممكن أساساً)

أن الهدف من هذا الأسلوب هو مساعدة جميع المختصين من أطباء الرعاية الصحية ومساعدي الطبيب والأخصائيين الاجتماعيين والمعلمين والمستشارين وعلماء النفس والمرشدين وغيرهم من يعملون مع طلاب الجامعات والمدارس والأفراد الآخرين، هو تحديد العلاج للطلاب الذين هم في خطر أو يواجهون مشاكل متعلقة بتناول الكحول،



وممارسة إيه سلوك سلبي وتقديم المساعدة لهم. و تستند الأساليب المقدمة في المنهج العلاجي أو الإرشادي إلى تصميم بروتوكولات للتدخل في العلاج الحديث التي ترتبط وتدعم أساليب الإرشاد التي تركز على تطوير المهارات وفق أسلوب المقابلات التحفيزية وللتغيير المجال السلوكي المعرفي يجب أولاً أن تتوفر لدى العميل الدافعية للتغيير.

<http://www.collegedrinkingprevention.gov/niaaacollegematerials/trainingmanual/module-4>

ويرى Miller إن أسلوب المقابلات التحفيزية أثبتت فائدته في علاج مشاكل العمل الاجتماعي الشائكة للأفراد الأكثر عدائية ، كما يفيد في الحالات العلاجية والوقائية. والميزة الأفضل له محاولة الشخص لكي يفعل أكثر الأشياء ، كما انه هو وسيلة لإشراك الناس في ما يريدون في الحياة ، وتقدير الوضع الحالي وترجيح كفة الميزان للتغيير الإيجابي

http://www.socialworktoday.com/archive/may_june_2007

(p34)

عناصر المقابلات التحفيزية :

إن لأسلوب المقابلات التحفيزية أربعة عناصر أساسية متتابعة ومتراقبة على حد سواء ولا يمكن الاستغناء عن أيها منها كما هي :-

أولاً : المشاركة : العلاقات عادة تعتمد على المشاركة بين البشر حيث أن كلا منا يحتاج لخدمات الآخر ، والمشاركة هي العملية التي يتم من خلالها إنشاء علاقة منفعة متبادلة بين الطرفين و المشاركة العلاجية هي شرط أساسى لقيام المقابلات التحفيزية وهي تعتمد على نظام الخدمة المقدم للمترشد والحالة الذهنية والنفسية للمعالج ومدى كفاءة الخدمات المقدمة وتقييمات المسترشدين (Miller & Rollnick, 2013,p.34)

ثانياً: التركيز : إن التركيز هو العملية التي تقوم بتطوير اتجاه معين ومحدد في المقابلات التحفيزية حول التغيير ، وذلك بهدف المساعدة في وضع خطط تتناسب مع المسترشد وتنميذ بالدقة والكفاءة ، كما يمكن إضفاء الطابع الرسمي على هذه الخطط ، ألا أنه من



الأفضل أن تكون تلك الخطط نحو التغيير مفتوحة ومرنة ، وعملية التركيز تساعد على توضيح الاتجاه الذي سوف تمر فيه المقابلات التحفيزية وأن الأفق التي سوف يتحرك بها المرشد والمسترشد والتغييرات التي نأمل أن يتم تحقيقها (Rollnick & Miller et al, 2008, p.11)

ثالثا: التجسيد أو الاستحضار : التجسيد أو الاستحضار ينطوي على التماس دوافع العميل الخاصة بالتغيير وإظهارها، حيث أن التجسيد يمثل بؤرة المقابلات التحفيزية فالتجسيد يمثل تركيز المسترشد على تغيير شيء معين وتسخير أفكارهم الخاصة ومشاعرهم ، والتجسيد هو عملية عكس ما قد يلجا إليه بعض النفسيانيون حيث أنهم يلجئون إلى تقييم المشكلة وتحديد الخطأ وتقدير المسترشدين حول كيفية إصلاح تلك الأخطاء أو تجنبها ، ونحن نرى أن هذا الأسلوب قد يكون مناسب في الحالات الطبية مثلاً والتي قد تستدعي تدخل سريع ، بينما التغيير النفسي والشخصي هو عملية ممتدة طويلة الأجل تحتاج للعديد من الخطوات المدروسة بتمهيل ، حيث قد يعتقد البعض أن تعرض الفرد لمواقف صادمة قد يدفعه للتغيير من تفاء نفسه إلا أن هذا ليس صحيحاً فهناك دائماً حاجة للنظام التعاوني في تحقيق الأهداف .

رابعاً : التخطيط : عندما يصل الدافع لدى المسترشد إلى مرحلة الاستعداد وعادة ما تكون تلك المرحلة مرتبطة بالمراحل السابقة ومتداخلة معها فهي لا تكون منفصلة انصالاً تماماً ، ويشمل التخطيط الالتزام بماهية التغيير وصياغة خطة محددة وعمل محادثة مع الذات أو مع الآخرين حول كيفية تطبيق تلك الخطط بصورة تغطي جميع المواقف المرجو تغييرها حيث أن التخطيط يساعد المسترشدين على الحصول على حلول كثيرة وتحقيق استقلاليتهم في صنع القرار والاستقرار في الحصول على تعزيز للتغيير الطارئ عليهم Miller & Rollick, 2013,p.35-36 .



مهارات التواصل السلوكية الأساسية للمقابلات التحفيزية :-

هناك ثلاثة مهارات أساسية والتي يمكن من خلالها تحقيق أي نوع من أنواع الاتصالات والتفاعلات وهذه المهارات السلوكية يمكن استخدامها في التعرف على الأشياء التي يقوم المسترشد من خلال استخدامها نقوم بتحديد نط التواصل والتدخل الذي سوف يتم من خلال المقابلات التحفيزية :-

اولاً: طرح السؤال :- يطرح المرشد بعض الأسئلة عادة لتطوير فهمه لمشكلة المسترشد ويجب عند استخدام مهارة التساؤل الأخذ في الاعتبار بعض التحفظات .

ثانياً : الاستماع :- هي عملية نشطة وهو اختيار يقوم به المرشد من أجل لن يفهم المسترشد بشكل صحيح وان ما يريد يحصل بشكل سليم ، كما انه يشجع المسترشد على استكشاف نفسه عندما يطلق العنوان لذاته للحديث .

ثالثاً : الإبلاغ :- هو الوسيلة الرئيسية لنقل التعليمات من المرشد الى المسترشد من الحقائق والتشخيصات التي يجب ان يقوم بها المسترشد لتحسين حالته .

• (Rollnick & Miller et al,2008, p. 19)

انماط التواصل :-

النمط الذي يتم استخدامه في اسلوب المقابلات التحفيزية يتم اختياره طبقاً لمدى صعوبة الحديث حول التغيير ، فكل نمط ملائم يستخدم لأغراض معينة ، حيث ان هناك ثلاثة انماط للتواصل :

اولاً : المتابعة :

فيما يتعلق بتغيير السلوك نجد ان نمط " المتابعة " يؤكّد على ان المرشد لن يدفع المسترشد لفعل اي شيء حيث يؤكّد له ان يثق بحكمه على الامور انه سوف يتّيح له العمل بالطريقة التي يريد لها في وقته الخاص ، ونجد ان هذا الاسلوب يتّبع اما عندما يكون الفرد (المسترشد) قد تعرض لصدمة قد افقدته القدرة على اتخاذ القرار او انه ذو شخصية قوية لا تقبل التحكم بها او مراقبتها ، ففي الحالة الاولى يلجأ المرشد لنمط



المتابعة حتى يستطيع فهم المسترشد وكيف يمكن ان تناسب المقابلة متطلباته ، وفي حالة الثانية يقوم المرشد باستخدام هذا النمط حتى لا يفقد او يرفض المسترشد ان يكمل المقابلة التحفيزية (Rosengen , 2009 , p . 28 .) .

ثانياً : التوجيه

نمط التوجيه في العلاقات الشخصية يكون امر مختلف ، حيث تقع المسؤولية على المرشد بدرجة كبيرة ، وان هذا النمط هو النمط الاساسي الذي يتبعه المرشدين فهو يبدو مناسب للعديد من الحالات التي لا تحصل والتي يعتمد فيها المسترشد او اي شخص طالب المساعدة على المرشد لاتخاذ القرار .

ثالثاً : الإرشاد :

إن الاتجاهات الحديثة تميل إلى استخدام النمط الثالث من أنماط الاتصال (الإرشاد) وهي عملية ممارسة الرعاية الأفراد ويسمى بالدليل الذي يساعد على البحث عن الطريق ، هذا الدليل أو المرشد يعرف جيدا المطلوب منه وما ترجوه ويمكنه أن يقدم البديل التي يختار منها المسترشد ما يناسبه خاصة فيما يتعلق بأمر تغيير السلوك (Miller& Rollick, 2013,p.20) .

مراحل المقابلات التحفيزية :

يتكون أسلوب المقابلات التحفيزية من خمس مراحل أساسية

أولاً: مرحلة ما قبل التأمل **Pre-Contemplation**

لا يوجد في هذه المرحلة النية للتغيير ويكون المسترشد غير واعي للوضع السلبي ويقلل من فوائده ويبالغ في صعوبة التغيير .

ثانياً : مرحلة التأمل – **Contemplation**

لدى المسترشد نية التغيير على المدى القريب ولكن ليس مستعدا (مترددا) ويكون الفرد اكثر وعيا بمزايا وعيوب التغيير .

ثالثاً : مرحلة الاستعداد – **Preparation**



يتحول التردد إلى الرغبة في التغيير وتقل المقاومة ويكون أكثر هدوء ويرسم أهدافه القابلة للوصول إلى التغيير الإيجابي . علما بأن وضع خطط تنفيذية هي عملية تستند إلى المشاركة الفاعلة من قبل المرشد والمسترشد في اتخاذ القرارات والمقابلات هو ما يعرف بالاستعداد للتغيير وهذه المرحلة تتطلب :

1- تثبيت الأهداف : إعطاء الأهمية لهذه الأهداف والقيم الخاصة للفرد يساعد على بناء وتدعم الاندفاع نحو التغيير .

2- النظر في الخيارات المتوفرة للتغيير : إشراك الفرد مباشرة في عملية التغيير وتقييم استراتيجيات التغيير المحتملة باستخدام أفكاره .

3- بناء الخطة للتغيير : وهي توافق مع المرحلة الثانية للأسلوب (ما بعد التأمل) يقوم المرشد بتلخيص الخطة التي طورها مع المسترشد بالإسناد إلى أسس الأسلوب الإرشادي ويجب أن تكون متناسبة مع الأهداف والاحتياجات والمعتقدات .

4- الوصول إلى مرحلة الالتزام : إن الوصول إلى الالتزام بتنفيذ التغيير يشكل المرحلة الأخيرة لأسلوب المقابلات التحفيزي (صفير ، 2008 ، ص 60) .

رابعاً: مرحلة التنفيذ - Action

في هذه المرحلة إجراء التعديل على السلوك المراد تغييره .

خامساً: مرحلة المحافظة - Maintenance

تكون المحافظة والاندماج في السلوك الجديد هنا أساسية في هذه المرحلة لثبيت التغيير الإيجابي (العوفي ، 2010 ، ص 34-35) .

ومن خلال العرض السابق ترى الباحثتان أسلوب المقابلات التحفيزية من الأساليب السلوكية المعرفية التي تقيد في معالجة الأفراد المتعاطفين للكحول والمخدرات والمدمنين على تعاطي الأدوية وأولئك الذين لديهم ممارسات سلوكية تتصف بالعنف والعدوان ، وبعد سلوك إيذاء الذات مظهراً من مظاهر السلوك العدوانى ، وهو المتغير التابع في البحث الحالى .



دراسات سابقة:

من خلال اطلاع الباحثة على الدراسات السابقة وجدت انه لا توجد دراسات تناولت متغير (القدر الزواجي) وسيتم التطرق فقط الى الدراسات التي اجريت على عينة المتزوجين وكالآتي:

اولاً: دراسات تناولت مفهوم القدر الزواجي :

-دراسة 2011 :**Sigal** Marital distress and depression:a behavioral and linguistic analysis of couple's interactionsالأكتئاب والقدر الزواجي: التحليل السلوكي واللغوي للتفاعلات بين الزوجين"

هدفت الدراسة تحليل الأنماط السلوكية واللغوية المحددة والتي ترتبط بالأكتئاب والاضطرابات الزوجية، التحقق من هذه الأنماط بالنسبة للرجال والنساء.

اجريت دراسة على عينة من المتزوجين تتكون من 70 زوجاً وزوجة .استخدمت التقارير الذاتية الخاصة بالازراج وقد اظهرت النتائج وجود ارتباط بين اعراض الاكتئاب بالنسبة للرجال والنساء بالسلوك الناقد لكل منهم ،كما اظهرت النتائج ان الرجال اكثر تعرضاً للأكتئاب ويفسدو لان يكونوا اكثر نقداً ويكونوا غير قادرین على مصادقة شركائهم ويستخدمون كلمات سلبية في التعبير عن عواطفهم ،كما وحد ان الازواج الذين يتعرضون للاضطرابات الزوجية يسلكون سلوكاً ناقداً وهجومياً ورافضاً، وان الانماط اللغوية والاضطرابات الزوجية تميزت بلغة عدائية كاستخدام كلمات القسم وكلمات تعبير عن الغضب في الرجال

-دراسة 2010 :**Bary** "الأنفصال العاطفي كعملية تنموية تساهم في حدوث

القدر الزواجي والتفكك" Romantic disengagement as a developmental process that contributes to marital distress and decline



هدفت الدراسة الى التعرف على اسهام الطلاق العاطفي في حدوث الكدر الزواجي وتفكك العلاقة الزوجية ،بلغ عدد افراد العينة 103 زوجاً وزوجة .وأظهرت النتائج ان نوعية التفاعل الذي يقوم به احد الزوجين وبخاصة خلال عملية الصراع ، الازواج والزوجات الذين يحاولون تجنب التعلق بالطرف الآخر بشكل كبير يتصرفون بطريقة اكثر انطوانية كلما كان الطرف الآخر اكثر سلبية في المشاعر ،وان الازواج الذين يستخدمون اساليب التجنب يكونوا اكثر عرضة للانفصال كلما امتلكت زوجاتهم ماعر اكثر سلبية تجاهه.

كما اظهرت النتائج بأن السلوكيات الانطوانية والانفصالية تجاه الطرف الآخر وبخاصة خلال فترات زيادة الضغط "مثل التفاعلات الناتجة عن الصراع الزوجي" هي عبارة عن مؤشرات لعملية الانفصال العاطفي، كما اظهرت النتائج ميل احد الزوجين لأن يكون اكثر انطوانية مع شريكة او شريكها مما يعزز من امتداد الانطوانية خلال العلاقة الزوجية مما يمكن من التنبؤ بحدوث الانفصال من قبل اخد الزوجين خلال 7 سنوات من الزواج.

3- دراسة دونا كازامي وآخرون (Donna M. Kazama, et al, 2013) :

هدفت الدراسة الى اختبار اثر برنامج ارشادي (المقابلات التحفيزية) في انهاء التعاطي لدى طلاب الجامعة الجدد ، حيث يمثل الاشخاص الذين يتعاطون الكحول والمخدرات الغير مشروعية مسألة خطيرة من مسائل الصحة العامة التي تواجه طلاب الجامعات . تشمل عينة البحث (188) من المشاركين في البرنامج العلاجي من عدة جامعات امريكية وقد طبقت المعالجة على (20) شخص من الذكور والإناث ابتداء من اسبوع الى ثلاثة اشهر الى ستة اشهر في معالجة بعض الحالات شديدة الخطورة ، واستخدمت الوسائل الاحصائية المعادلات التقديرية المعممة ونمذج الانحدار لتحديد الارتباط بين معدل انقطاع التعاطي بالوقت ، الفا كرونباخ لقياس درجات الثبات بين المعالجات لمعرفة



الاثر بين الفترات لمعرفة نسبة تعاطي المخدرات الغير مشروعه باستهلاك كمية الكحول . واظهرت النتائج بعد انتهاء المعالجة انخفض معدل تعاطي الكحول والمخدرات بأنواعها من (40%) في الاساس الى (16%) ، وانخفض ايضاً متوسط الوقت وايام التعاطي والتواتر بشكل كبير ولوحظ وجود ارتباط بين معدل التعاطي المخدرات ونوع الجنس لدى الطلبة حيث اظهرت النتائج تأثير المقابلات التحفيزية على الحد من استهلاك الكحول ومعدل انقطاع التعاطي لدى الطلاب ، وقد حظيت هذه الدراسة بدعم من ادارة الخدمات اساءة استعمال المخدرات والصحة العقلية.

(Donna M. Kazama, el ,at ,2013 , p .8)
دراسات العربية :

1- دراسة حسين(2010): "القدر الزواجي و علاقته ببعض سمات الشخصية لدى المتزوجين"

هدفت الدراسة الى معرفة علاقة القدر الزواجي ببعض سمات الشخصية (الاتزان الانفعالي، الميل الاجتماعي، الشعور بالمسؤولية) وكذلك علاقة القدر الزواجي ببعض المتغيرات الديمغرافية، على عينة بلغ عددهم(332) زوج وزوجة تم اختيارهم عشوائياً ، وقد اظهرت النتائج ان عينة البحث كانت درجاتهم منخفضة على ابعد مقياس القدر الزواجي عدا بعد التواصل كانت متوسطة ، كما اظهرت النتائج عن وجود علاقة ارتباط بين ابعد القدر مع سمة الاتزان الانفعالي وسمة المسؤولية الاجتماعية ولا يوجد فروق في القدر الزواجي في ابعاده ، جميعها ومتغير طول فترة الزواج ولكن توجد علاقة بين القدر الزواجي ومتغير المستوى التعليمي.

2- دراسة القرني(2007): "تصميم برنامج علاجي معرفي سلوكي لتخفيض مستوى القدر الزواجي وقياس فعاليته



هدفت الدراسة الى إعداد برنامج علاجي معرفي سلوكي و تطبيقه بهدف تخفيف مستوى الكدر الزواجي، والتحقق من مدى كفائهته من خلال تطبيقه الفعلى على مجموعة من يعانون من الكدر الزواجي من يراجعوا مراكز العلاج الاسري والزواجي والعيادات النفسية، والبالغ عددهم (44) زوجاً ثم اعلامهم بالبرنامج تتراوح سنوات زواجهم ما بين 15 سنة ولديهم اطفال ووتراوح اعمارهم من 20_40 سنة ومن مستوى اقتصادي وتعليمي متقارب ،ثم توزيعهم على مجموعتين تجريبية وضابطة كل مجموعة تكونت من (10) ازواج ،واظهرت نتائج التجربة ان انه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في ابعاد مقياس الكدر الزواجي لدى الازواج والزوجات، وظهور تحسن لدى الازواج في الجوانب المعرفية والسلوكية والانفعالية من خلال تعليمهم مهارات التواصل وحل المشكلات وتبصيرهم بمجموعة الاعتقادات الخاطئة في العلاقة الزوجية وتعديل الافكار الثقافية ودحضها .

3- دراسة عبد الصالحين (Abd El-Salihen , 2014) :

تهدف الدراسة الى تقييم استراتيجية المقابلات التحفيزية وتأثيرها على الحزم لدى طلاب التمريض الجامعيين ويمكن تحقيق الهدف من خلال تطبيق برنامج ارشادي خلال المقابلات التحفيزية لتحسين الحزم ، اشتملت عينة الدراسة على عدد (60) طالب وطالبة من المجموع الكلي (96) من قسم التمريض بكلية التمريض من الفئة العمرية (20 - 23 سنة) ، وتم بناء المقياس سلوك الحزم لتقدير سلوك الحزم بين طلاب التمريض ، وبرنامج أسلوب المقابلات التحفيزية بالاعتماد على الاستعداد للتغيير ، الوعي الذاتي ، والمهارات النفعالية ، ومهارات الحل (Rollnick & Miller , et al , 1992) ، باستخدام الحزمة الاحصائية spss لاستخراج الاحصائيات ، وكانت نتائج الدراسة :



ان استخدام اسلوب المقابلات التحفيزية له تأثير ايجابي على الحزم لدى طلاب التمريض الجامعيين وهناك فروق ذو دلالة احصائية عالية قبل وبعد تطبيق البرنامج الارشادي من الدرجة الكلية للسلوك الحزم لدى طلاب التمريض لصالح الاناث . (Abd El-Salihen, 2014, p. 273-274 .)

4- دراسة (جميلة ، 2014) :

اجريت دراسة (اثر استراتيحيتي المقابلات التحفيزية والتنظيم الذاتي في رفع تقدير الذات لدى مرضى السكري) في الجمهورية الجزائرية ، هدفت الدراسة مدى فعالية استراتيحيتي " المقابلات التحفيزية والتنظيم الذاتي " في رفع تقدير الذات لديهم ، وكانت عينة البحث (8) تجريبية و (8) ضابطة ممن يعانون من داء السكري من كلا الجنسين ، بواقع عشر جلسات تراوح مدة الجلسات من (45-70) دقيقة ، بالاعتماد ومقاييس موريس روزنبرغ لتقدير الذات ، واستخدام الوسائل الاحصائية برنامج الحزمة الاحصائية (Spss) والنسب المئوية والتكرارات ، و معامل ارتباط بيرسون ، اختبار التجزئة النصفية ، اختبار (T.TEST) ، لاختبار الفروق بين متوسطات العينات المستقلة (الضابطة التجريبية بين الذكور والاناث في تقدير الذات ، وتقسر هذه النتيجة بان تطبيق الاستراتيحيتين كان فعالا لكلا الجنسين ، حيث اثبتت النتائج بوجه عام ان النتائج المتوصلة اليها تسير مع التوقع العام والتصور النظري الذي انتلقت منه هذه الدراسة ، وهو ان استراتيحيتي المقابلات التحفيزية والتنظيم الذاتي اثر في تقدير الذات لدى مرضى السكري (جميلة ، 2014 ، ص 108-109) .



منهجية البحث واجراءاته

المنهج : استخدمت الباحثان المنهج التجاري ذو تصميم المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبار القبلي والبعدي.

مجتمع الدراسة : يتكون مجتمع الدراسة من موظفات جامعة البصرة (كليات باب الزبير) - للعام الدراسي (2020-2021) والبالغ عددهن (334) موظفة.

جدول (1)

توزيع مجتمع الدراسة وفق الكليات وعدد الموظفات

الكلية	عدد الوظفات
التربية للبنات	62
الفنون الجميلة	65
الاداب	76
الادارة والاقتصاد	78
القانون	20
التمريض	15
طب الزهراء	18
المجموع	334

عينة الدراسة :

عينة تطبيق المقياس : - بلغت عينة تطبيق المقياس من (150) موظفة.

عينة التجربة : بلغت عينة تطبيق التجربة (20) موظفة تم اختيارهن بعد تطبيق مقياس الكدر الزواجي وحصولهن على أعلى الدرجات على المقياس والبالغ (102.60) موظفات كلية الادارة والاقتصاد تليها كلية القانون (101.40) بعدها الأداب بمتوسط (99) ومن ثم الفنون الجميلة (89.7) والتربية للبنات (96) وطب الزهراء (98.30)



والتمريض (92.8) بعدها تم تقسيم موظفات كلية الإدارة والاقتصاد الى مجموعتين مجموعة تجريبية تعرضت للبرنامج الارشادي القائم على المقابلات التحفيزية تتكون من (10) موظفات وجموعة ضابطة لم تتعرض لاي برنامج تكونت من (10) موظفات ايضا.

ادوات البحث :

لتحقيق اهداف البحث ، استخدمت الباحثتان أدلة البحث و هي :

اولا - مقياس الكدر الزواجي :

قامت الباحثتان ببناء مقياس الكدر الزواجي وفق الخطوات الآتية :

- 1- توجيه سؤال استطلاعي على عينة استطلاعية من موظفات جامعة البصرة عن اهم وايرز اسباب التي تسبب المشكلات بين الزوجين.
- 2- الاطلاع على الدراسات والادبيات السابقة لصياغة فقرات المقياس ومن هذه الدراسات دراسة

3- صياغة فقرات تؤشر على الى الكدر الزواجي لدى موظفات الجامعة . وعليه تكون المقياس بصورة الاولية من (40) فقرة وتكون الاستجابة حسب اسلوب ليكرت ذي التدرج الخماسي بحيث تمثل (تنطبق استخراج القوة التمييزية للفقرات وذلك بطريقة الاتساق الداخلي ، حيث ان الدرجة الكلية تعد معيارا لصدق المقياس على اساس ان الفقرة تقيس الظاهرة التي وضعت من اجلها والاختبار الذي تنتهي فقراته وفقا لهذا المقياس يمتلك صدق بنائي وقوة تمييزية (Auastasi,1976,p145) وباستخدام معامل ارتباط بيرسون تم استخراج العلاقة بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية وبهذا الاجراء اصبحت عدد فقرات المقياس (38) فقرة بعدها حذفت فقرتين من المقياس

صدق المقياس :



تم عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين في مجال التربية وعلم النفس للتأكد من سلامة ودقة الفقرات لمفهوم الكدر الزواجي بما يتلائم مع البيئة العراقية وابداء أي ملاحظات يرونها مناسبة وعليه تم تعديل بعض الفقرات تعديا طفيفا .

صدق الاتساق الداخلي:

تم التتحقق من ذلك بتطبيق المقياس على عينة من موظفات جامعة البصرة كلية (30) موظفة وذلك لاستخراج معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، وقد تبين ان جميع الفقرات تتمتع بمعامل صدق جيد .

الثبات :

هو الاتساق في نتائج المقياس، والمقياس الثابت اختبار موثوق فيه ويعتمد عليه ويتحقق الثبات اذا كانت فقرات الاختبار تقيس المفهوم نفسه. وللتتأكد من دلالات الثبات للمقياس اعتمدت الباحثتان طريقة الاختبار واعادة الاختبار، حيث اختيرت عينة عشوائية قوامها (20) موظفة وتم تطبيق المقياس عليهن ، وبعد مرور اسبوعين أعيد تطبيق المقياس مرة اخرى على نفس العينة ، وبحساب معامل الارتباط بيرسون بين التطبيقين الاول و الثاني فقد بلغ معامل الثبات (0.83) وهو معامل جيد جدا وبهذا الإجراء يعد مقياس الكدر الزواجي جاهز للتطبيق في الدراسة الحالية.

التصميم التجريبي :

استخدمت الباحثتان المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبار القبلي والبعدي وذلك لمعرفة تأثير المتغير المستقل على المتغير التابع من خلال مقارنة نتائج الاختبار القبلي بنتائج الاختبار البعدى اذ يتم تطبيق المتغير المستقل (المقابلات التحفيزية في حين تترك المجموعة الضابطة من دون برنامج والشكل (1) يوضح ذلك .



المتغير التابع	المتغير المستقل	الاختبار	تكافؤ المجموعتين	العدد	المجموعات
مقياس الكدر الزواجي	التعرض للبرنامج الارشادي المقابلات التحفيزية	اختبار قبلى	مقياس الكدر الزواجي مكان السكن	10	المجموعة التجريبية
	عدم التعرض للبرنامج الارشادي المقابلات التحفيزية	اختبار بعدي	(مركز محافظة البصرة)	10	المجموعة الضابطة

الشكل (1) التصميم التجريبى لمجموعتى الدراسة

الاختبار القبلى :

تم اجراء الاختبار القبلى في يوم الاحد الموافق 1/8/2021 على موظفات جامعة البصرة كلية

تكافؤ مجموعتى الدراسة : عمدت الباحثتان على تحقيق التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة لغرض ضمان الدقة في بعض المتغيرات الدخلية التي يمكن ان تؤثر في نتائج التجربة ، على الرغم من ان مجموعتى التجريبية والضابطة قد اخترن عشوائيا ، واستخدمت الباحثتان التكافؤ الاحصائي في ضبط هذه المتغيرات كالتالى :

1- **التكافؤ في مستوى الكدر الزواجي :** لحساب التكافؤ بين درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في مقياس الكدر الزواجي قبل تطبيق المقابلات التحفيزية تم استخدام اختبار مان وتنى (Mann Whitney -test) لحساب دلالة الفروق بين رتب درجات المجموعتى التجريبية والضابطة على مقياس الكدر الزواجي واظهرت النتائج انه لا يوجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05)



اذا بلغت القيمة المحسوبة (49,500) وهي اكبر من القيمة الجدولية () وكذلك قيمة الدلالة الإحصائية (0,969) وهي اكبر من مستوى الدلالة (0,05) وهذا يعني لا يوجد فرق دال احصائيا بين المجموعتين التجريبية والضابطة والجدول (2) يبين ذلك.

جدول (2)

نتائج تحليل اختبار مان وتنى لتكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في مستويات الكدر الزواجي

المجموع	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	اقل قيمة الدلالة الإحصائية
التجريبية	10	10,95	109,50	45,500	,342-	0 , 733
الضابطة	10	10,09	100,50			

ثالثاً- البرنامج الارشادي :

يستند البرنامج الارشادي اسس ومبادئ وتطبيقات الارشاد يستند البرنامج على عناصر البرنامج التدريبي :

اولا: الهدف العام للبرنامج : يهدف البرنامج الى تمكين افراد العينة التجريبية من خفض مستوى الكدر الزواجي من خلال استخدام فنيات الارشاد القائمة على المقابلات التحفيزية ضمن جلسات التدريب الجماعي للبرنامج ، فضلا للجلسات الفردية عند الحاجة اليها.

ثانياً : الاهداف الاجرائية للبرنامج : يمكن حصر الاهداف الاجرائية للبرنامج في ما يأتي:

1- مساعدة افراد المجموعة التجريبية على ادراك آثار الكدر الزواجي الكامنة وراءه لتعديل الافكار بشأنها.

2- تدريب افراد العينة التجريبية على فنيات المقابلات التحفيزية

3- التحقق من مدى فاعلية جلسات البرنامج الارشادي القائم على المقابلات التحفيزية في خفض مستوى الكدر لدى عينة من موظفات جامعة البصرة .



الخدمات التي يقدمها البرنامج :

1- خدمات تربوية وتنتمل في خفض مستوى الكدر الزواجي لافراد المجموعة التجريبية .

2- خدمات ارشادية وتنتمل في تدريب افراد المجموعة التجريبية على اساليب ارشادية لتعديل المواقف التي تسبب الكدر الزواجي ،

3- خدمات علاجية وتنتمل في خفض الكدر الزواجي في ان تعدل افراد المجموعة التجريبية الافكار الامانطافية بشأن العلاقة الزوجية .

الحدود الاجرائية للبرنامج :

أ- الحدود الزمنية : يستغرق البرنامج ثلاثة عشرة جلسة على مدى شهر حيث ان مدة الجلسة (45) دقيقة بواقع ثلاثة جلسات اسبوعية مع تطبيق القياس القبلي والبعدي، حيث خصصت او جلسة لتهيئة عينة الدراسة والتمهيد لهم عن كيفية تنفيذ البرنامج ومحفوبي البرنامج ومدى الاستفادة منه في التخفيف من الكدر الزواجي.

ب-الحدود المكانية : تم تطبيق البرنامج في كلية الادارة والاقتصاد .

ت- الحدود البشرية : المستهدفون في البرنامج هم موظفات جامعة البصرة ، حيث يقدم هذا البرنامج خدمة علاجية لعينة من الموظفات.

ثالثا:- الاساليب الارشادية المتبعة داخل البرنامج :

ولتحقيق الهدف الثاني و الذي يتطلب بناء برنامج معتمد على فنيات المقابلات التحفيزية باعتماد الخطوات الآتية :

المرحلة الاولى : تحديد حاجات المجموعة التجريبية

المرحلة الثانية : عملية تنفيذ البرنامج وتطبيق فنياته

المرحلة الثالثة : انتهاء البرنامج .



الفئة المستهدفة : الموظفات من لديهن مستوى كدر زواجي عالٍ من عينة الدراسة .

محتوى البرنامج : ان من اهم ما في البرنامج الذي تم بنائه وتطبيقه على الموظفات ، انه يركز على مهارات محددة مستندة الى الاتجاه التحفيزي ، و الجدول (3) يبين ذلك .

جدول (3)

يبين جلسات البرنامج ومحتوياتها

الفنيات	محتوى الجلسة	موضوع الجلسة	اليوم والتاريخ
الاسترخاء ، المناقشة ، الواجب البيتي	التعارف بين افراد المجموعة التجريبية + تعريفهم بالكدر الزواجي والمقابلة	الجلسة التمهيدية	الاحد 2021/8/8
طرح الأسئلة ، العصف الذهني ، المناقشة ، الواجب البيتي	كتابة الاسباب التي تؤدي الكدر للحالة ، ترتيب الاسباب حسب اولويتها	تحديد اسباب الكدر الزواجي	الثلاثاء 2021/8/10
طرح الأسئلة ، المحاضرة ، الموجز الرابط والواجب البيتي	التدريب على التأمل وتحفيز الدافعية نحو التغيير	تعريف المقابلة وتدريبهن على التأمل	الخميس 2021/8/12
الاستجابات الانعكاسية ، المناقشة ، إعادة الصياغة	التدريب على ازالة الحساسية تخليا ، الابتعاد عن الانشغال الغير مهمة	البدء بمعالجة المواقف المثيرة للකدر	الاحد 2021/8/15
الاسترخاء ، الحوار الذاتي ، تقليل الحساسية التدريجي ، الواجب البيتي	التدريب اهمية الاستقلال ، تنظيم الوقت بشكل نموذجي التدريب البيت	تنمية الاستقلالية	الثلاثاء 2021/8/17
التدريب على حالات المقاومة ، التخيل	التدريب على الضبط الذاتي ومواجهة معضلة التغيير وحل التناقض (مرحلة التنفيذ)	ادارة الذات وضبط الانفعالات	الخميس 2021/8/19
المراقبة الذاتية ، التعريض ، التعزيز	التدريب على تنظيم اسقبية الواجبات الزوجية والتقليل من	تعديل السلوكيات وتنمية العلاقات	الاحد 2021/8/22



الفئات	محتوى الجلسة	موضوع الجلسة	اليوم والتاريخ
	الغضب والقلق التدريب البيئي تقرير مشاعر الكفاءة الذاتية	الاجتماعية والتقبل الإجمالي	
الاسترخاء ، التعامل مع حالات المقاومة المنهيات ، الحوار الذاتي	وضع قائمة بمشتتات الانتباه التي واجهتك أثناء التركيز في وجباتك الزوجية محاولة التغلب على تلك المشتتات التدريب على مهارة الاستماع الجيد	تحسين الفاعلية الذاتية وحب الذات الإيجابي	الثلاثاء 2021/8/24
المحاضرة ، النمذجة ، التأكيد الذاتي ، التغذية الراجعة ، الواجب البيئي	التعريف بمواصفات الشخص الذي يتمتع بثقة بالنفسه ومواجهة الأفكار السلبية التدريب على تمارين الثقة بالنفس	تنمية الثقة بالنفس	الخميس 2021/8/26
تحويل التركيز ، حل المشكلات ، الواجب البيئي	التدريب على كيفية ترتيب الأهداف حسب الأولوية والتقبل الإيجابي للشريك	مقاومة الأفكار السلبية والتدريب على تقنية التغيير	الاحد 2021/8/29
التحصين التربجي المنظم ، المناقشة ، التعزيز ، الواجب البيئي	والتدريب على التقليل من الحساسية اتجاه المشكلات ومواجهة المخاوف	مقاومة الضغوط والتدريب على التفاوض في حل النزاعات	الثلاثاء 2021/8/31
الموجز الانتقالي ، التعزيز ، التأكيد	التدريب على وضع خطط مستقبلية وكيفية اتخاذ القرارات المناسبة وحب الذات الإيجابي	تحمل المسؤولية والتدريب على مهارة حل المشكلات	الخميس 2021/9/2
	نهاية البرنامج وتطبيق الاختبار البعدى	الختامية	الاحد 2021/9/5



صدق البرنامج :

تم عرض البرنامج في صورته الاولية ويوافق (13) جلسة مدة كل جلسة (45) دقيقة على نفس لجنة المحكمين لقياس الكدر الزواجي وذلك بهدف التحقق من ملاءمة البرنامج لافراد العينة وصحة الاجراءات التطبيقية للبرنامج ووفقاً لتعليمات المحكمين تم اجراء بعض التعديلات المطلوبة ، ومن ثم اعداد الصورة النهائية للبرنامج .

تطبيق البرنامج وتنفيذه :

استغرق البرنامج مدة شهر ويوافق(13) جلسة مدة الجلسة (45) دقيقة ابتدأ البرنامج بتاريخ وانتهى بتاريخ وجدول (4) يبين ذلك.

و بعد تفريغ نتائج مقياس الكدر الزواجي الذي طبق على العينة وفي ضوء ذلك تم تحديد الحاجات بعدها تم عرض البرنامج على الخبراء والمختصين في مجال الارشاد التربوي والنفسي للتأكد من مدى ملائمة والأنشطة المطلوبة لتحقيق الاهداف الرامية لخفيف الكدر الزواجي .

ثم رتبت الحاجات حسب اهميتها واولويتها ان هناك ست حاجات ضرورية رتبت تنازلياً ومن ثم تطبيق اسلوب الارشاد الجمعي من خلال (13) جلسة بواقع ثلاثة جلسات اسبوعياً و الزمن كل وحدة (45) دقيقة وللليام الاثنين- الاربعاء- الخميس.

الوسائل الاحصائية :

استخدمت الباحثتان مجموعة متنوعة من الالات الاحصائية من خلال الحقيقة الاحصائية (SPSS) لمعالجة البيانات احصائياً..



عرض النتائج ومناقشتها

الهدف الاول : يرمي الهدف الاول الى التعرف على الكدر الزواجي لدى موظفات/ جامعة البصرة . وقد تم تحقيق ذلك الهدف من خلال تطبيق مقياس الكدر الزواجي على (150) موظفة و اظهرت النتائج ان القيمة التائية المحسوبة اكبر من الجدولية البالغة (3,488) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (149)، مما يعني وجود فروقا دالة احصائيا بين الوسط الفرضي للمقياس ومتوسط العينة ولصالح الوسط الحسابي ، مما يشير ارتفاع الكدر الزواجي بالمجمل لدى موظفات جامعة البصرة ، والجدول (4) يبيّن ذلك .

جدول (4)

نتائج الاختبار الثاني لقياس مستوى الكدر الزواجي لعينة تطبيق المقياس

الدالة الإحصائية	القيمة التائية		درجة الحرية	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المقياس
	الجدولية	المحسوبة					
(0,05)	1,98	3,488	149	95	7,42	97,114	مقياس القدر الزواجي

وبما ان الدرجة المرتفعة تقيس متغير الكدر يتضح ان افراد العينة تعانى من مستوى قدر متوسط وتعزو الباحثتان وجود خلافات بين الزوجين مما ادى الى نقص مهارات التواصل فيما بينهما وصعوبة في حل المشكلات مما يجدها صعوبة في قضاء وقت ممتع مع بعضهما ، وفي تقبل أحدهما الآخر .

الهدف الثاني

بصدد التعرف على اثر المقابلات التحفيزية على تخفيف الكدر الزواجي و يتحقق هذا الهدف عن طريق الفرضيات الآتية .



الفرضية الأولى :

لا يوجد فرق دال احصائيا بين درجات المجموعة التجريبية في مقياس الكدر الزواجي قبل تطبيق البرنامج وبعده .

للحقيق من هذا الفرض قامت الباحثتان بالمقارنة بين متوسط درجاتي المجموعة التجريبية في القياس القبلي ودرجات نفس المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج في القياس البعدي على مقياس الكدر الزواجي باستخدام اختبار (ويلوكسون) رتب اشارات المجموعات وهو اختبار بديل لاختبار ت لكشف عن الفروق بين (Z) المتزاوجة ويلوكسون للكشف عن درجات عينتين مرتبطتين للعينات الصغيرة (علام، 1993، 246) وتبيّن ان هناك فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05) اذ بلغت قيمة الدلالة الاحصائية (0,005) وهي اصغر من مستوى الدلالة (0,05) وهذا يعني وجود فرق دال احصائيا بين الاختبارين ولصالح الاختبار البعدي لذا ترفض الفرضية الصفرية وتقبل البديلة والجدول (5) بين ذلك .

جدول (5)

نتائج اختبار ويلوكسون للفروق بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين

القبلي والبعدي

المجموعة التجريبية - (قبلي - بعدي)	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة المحسوبة Z	اقل قيمة الدلالة الاحصائية
الرتب السالبة	0	0	0,00	55,00	2,805-	0,005
الرتب الموجة	10	10	5,50	0,0		
المجموع	10					

ويمكن تفسير النتيجة في ضوء البرنامج المستخدم في الدراسة الحالية يتضمن اهم الاساليب السلوكية الفعالة والفنينات في حالة الكدر الزواجي (الاسترخاء ، ادارة الذات وتوكيدها ، استخدام العبارات الإيجابية ، القدرة على حل المشكلات ، مقاومة التغيير) اثرا بالغ في تخفيف الكدر الزواجي والابتعاد عن المهام غير الضرورية مثل الانشغال بموقع التواصل الاجتماعي والاهتمام بالأسرة والزوج في اثناء تنفيذ البرنامج وتكليف العينة بالواجبات البيتية له اثر واضح لتخفيف الكدر .

الفرضية الثانية:

لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين درجات المجموعتي التجريبية والضابطة في مقياس الكدر الزواجي بعد تطبيق المقابلات التحفizية ولتحقق من هذه الفرضية تم استخدام اختبار مان وتنى (Mann Whitney -test) لحساب دلالة الفروق بين رتب درجات المجموعتي التجريبية والضابطة على مقياس الكدر الزواجي ان هناك فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05) اذ بلغت القيمة المحسوبة (0) وهي اصغر من القيمة الجدولية (64) وكذلك قيمة الدلالة الاحصائية (0,001) وهي اصغر من مستوى الدلالة (0,05) وهذا يعني وجود فرق دال احصائيا بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة الضابطة لذا ترفض الفرضية الصفرية وتقبل البديلة والجدول (6) يبين ذلك.

جدول (6)

نتائج اختبار مان وتنى للفروق بين درجات مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة

المجموع	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	اقل قيمة الدلالة الاحصائية
التجريبية	10	5,50	55,00	,000	3,785-	0,00
	10	15,50	155,50			
المجموع						20



يتضح من الجدول (9) عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05) على مقياس الكدر الزواجي حيث بلغت قيمة الدلالة الاحصائية (0,000) وهي اصغر من مستوى الدلالة (0,05) وهذا يشير الى استقرار اثر المقابلات التحفيزية في خفض الكدر الزواجي لدى موظفات المجموعة التجريبية وهذا يؤكد ان التحسن الذي حققه موظفات المجموعة التجريبية على التخفيف من الكدر وتنمية الثقة بالنفس والطمانينة والاستقلال عن تأثير الاخرين بسبب فنية المقابلة التحفيزية وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (جميلة 2014) ودراسة (عبد الصالحين ،2014).

الاستنتاجات :

- 1- ان الانشطة والفنيات التي تضمنها البرنامج الارشادي على المقابلات التحفيزية القائم لها اثرا واضح وفعلا في تخفيف الكدر الزواجي.
- 2- يعد البرنامج الارشادي جيد اذ احدث تغيرا ايجابيا استمر بعد تطبيق التجربة في تخفيف التسويق الاكاديمي .
- 3- ارتفاع مستوى الكدر الزواجي لدى موظفات جامعة البصرة.
- 4- حاجة الموظفات لاساليب وبرامج ارشادية تجعلهن يعرفن التفكير السليم واستبدال الافكار السلبية وتعديها سلوكهن بانفسهن وليس بالاعتماد على الاخرين .

النوصيات :

- 1- الاهتمام باعداد البرامج الارشادية باعتبارها احد الاساليب الهامة لتقديم الخدمات الانمائية والوقائية وعلاج المشكلات الاسرية بشكل عام .
- 2- تدريب الموظفات على استراتيجيات الدعم النفسي لمواجهة المشكلات الاسرية بتطبيق برامج تدريبية ارشادية في بيئة نفسية محفزة.
- 3- ضرورة تقديم الدعم النفسي والاجتماعي للموظف عن طريق برامج توعية لتعزيز الثقة بالنفس والاعتماد عليها .



4- توصية الى المسؤولين بالجامعات على ضرورة الاهتمام بالارشاد الاسري لدى موظفين الجامعة والبحث على إقامة الندوات والمحاضرات .

المقترحات :

- 1- إجراء دراسة مقارنة الكدر الزواجي لدى الموظفين في ضوء متغيرات (النوع الاجتماعي ، و سنوات الزواج ، و عدد الابناء).
- 2- إجراء دراسة تكشف عن فاعلية المقابلات التحفيزية في خفض متغيرات تابعة أخرى مثل القلق والتلوث النفسي وعدم التكيف للحياة الاسرية .

المصادر العربية :-

القرآن الكريم

- 1- ابو عبادة ، صالح بن عبدالله ونياري ، عبد المجيد بن طاش (2000) : الارشاد النفسي والاجتماعي ، جامعة الامام محمد بن سعود الاسلامية : السعودية .
- 2- ابو علام ، رجاء محمود (1989) : الفرق الفردية وتطبيقاتها التربوية ، دار القلم : الكويت
- 3- اس جي ، هوفمان (2012) : العلاج المعرفي السلوكي المعاصر ، ترجمة : مراد علي عيسى ، الطبعة الاولى ، دار الفجر للنشر والتوزيع ، القاهرة : مصر .
- 4- بلان ، كمال يوسف (2011) : نظريات الارشاد النفسي ، الطبعة الاولى ، جامعة دمشق : سوريا .



- 5- جهني ، احمد حمدان (1999) : خصائص مرتكب قتل النفس في المدينة المنورة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسات العليا ، اكاديمية نايف العربية : السعودية .
- 6- راشمن ، دايفيد (2001) : الادارة المعاصرة ، ترجمة ومراجعة رفاعي محمد رفاعي و محمد سيد عبد المتعال ، دار المريخ للنشر ، الرياض : المملكة العربية السعودية .
- 7- زعبي ، ابتسام بنت عبدالله بن عيد (2010) : فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتعديل بعض سمات الشخصية المرتبطة بالسلوك الاجرامي للسجينات السعوديات ، اطروحة دكتوراه ، جامعة ام القرى : السعودية .
- 8- زوبعي ، عبد الجليل (1988) : الاختبارات والمقاييس النفسية ، الطبعة الثانية ، مكتبة الميناء ، بغداد : العراق .
- 9- شناوي ، محمد محروس (1996) : العملية الارشادية ، الطبعة الاولى ، دار غريب لطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة : مصر
- 10- مومني ، فواز ايوب والشواشرة ، عمر مصطفى (2013) : الافكار الاعقلانية لدى نزلاء الاصلاح والتأهيل الاردني ، جامعة اليرموك : الاردن .
- 11- صفير ، ندي (2008) : دليل السلوكيات الخطرة داخل المؤسسات الاصلاحية (الفحص ، الكشف ، التدخل) من خلال المقابلات التحفيزية : الجامعة الامريكية في بيروت .
- 12- علام ، منظر (2012) : الارشاد العقلاني الانفعالي السلوكي (النظرية والتطبيق) الطبعة الاولى ، المكتب الجامعي الحديث ، الاسكندرية : مصر .
- 13- كمال ، علي (1994) : العلاج النفسي قديماً وحديثاً ، المؤسسة العربية للدراسات والنشر ، بيروت : لبنان
- 14- محمد ، عادل عبدالله (2000) : العلاج المعرفي السلوكي اسس وتطبيقات ، الطبعة الاولى ، دار النشر ، القاهرة ، مصر .

- 15 مليكة ، لويس كامل (1994) : العلاج السلوكي وتعديل السلوك ، الطبعة الثانية فيكتور كيرلس ، القاهرة : مصر .
- 16 الشناوي محمد نظريات الارشاد والعلاج النفسي دار غريب للطبعاوه والنشر القاهرة ١٩٩٥
- 17 ٢.سامي محمد ملحم(1997):مناهج البحث في التربية وعلم النفس,ط4دار المسيرة_عمان،الأردن
- 18 ٣.السيد رشاد غنيم وأخرون،علم الاجتماع العائلي،دار المعرفة الجامعية ، ط١،الاسكندرية ،مصر،2008، ص. 33 .

المصادر الاجنبية :-

- 1- Miller Willem ,(1983) : Motivational interviewing with problem drinkers Behavioral Psychotherapy, London
- 2- Miller , R. William , Rollnick , Stephen (2013) : Motivational interviewing Helping People Change , The Guilford Press New York , London .
- 3- Rollnick , Stephen , Miller , R . William , Butler , C . Christopher (2008) : Motivational interviewing In Health Care , Helping Patients Change Behavior The Guilford Press , New York , London .
- 4- Rosengren , B . David (2009) : Building Motivational interviewing A Practitioner Workbook , The Guilford Press , New York , London .



الموقع الالكتروني : -

[http://www.collegedrinkingprevention.gov/niaaacollegematerials/training manual/ module-4](http://www.collegedrinkingprevention.gov/niaaacollegematerials/training_manual/module-4)

[http://www.socialworktoday.com/archive/may .june 2007 p34](http://www.socialworktoday.com/archive/may_june_2007_p34)

http://www.collegedrinkingprevention.gov/niaaacollegematerials/trainingmanual/module_4.aspx