

اثر المقابلات التحفيزية في تخفيف الكدر الزوجي لدى موظفات جامعة البصرة

أ. د / أمل مهدي جبر أ. م . د / هناء عبد النبي كبن

جامعة البصرة / كلية التربية للبنات

المستخلص:

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

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 الزوجي .

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

الكلمات المفتاحية : المقابلات التحفيزية ، الكدر الزوجي ، 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

مشكله البحث:

أن الكدر الزوجي أزمة تتعرض لها العلاقة الزوجية والمحصلة النهائية للمشكلات الاسرية التي ينتج عنها عدم الرضا والتوافق الذي يقود الى التعاسة الزوجية وليست المشكلة هو الإحساس بالكدر الزوجي وانما تبقى الإشكالية في عدم قدره البعض على التغلب على الكدر الذي يضرب أوامر الحياه الزوجية فيصل بها الى هاويه الطلاق أحيانا". لان الحياه الزوجية التعيسة قد تكون شقاء الأنسان طوال حياته وللكدر الزوجي نتائج سلبيه يتعرض لها الزوجان ويزيد من اضطراب العلاقة الزوجية والكرهية التي تشيع بينهما مما يجعل من الصعب عليهما أن يعيشا حياه زوجيه مستقرة ويصعب عليهما تنميه علاقات سوية مع الآخرين وقد لاحظت الباحثتان بحكم عملهما كتدرسيين في قسم العلوم التربويه والنفسية بأن الكثير من الموظفات تعاني من مشكلات زوجية تؤثر على استقرار الاسرة بالإضافة الى عدم وجود وحدة ارشادية تهتم بالإرشاد الاسري. ويمكن ان تتحدد مشكلة البحث الحالي بالإجابة على السؤال التالي ما اثر المقابلات التحفيزية في خفض الكدر الزوجي.

أهميه البحث :

تعد الأسرة هي الخلية الاولى للحياة الاجتماعية؛ وهي وحدة التوجيه التي يتطبع الفرد بطباعها إذ يتخذ الفرد من سلوكياتها وقيمها وطرق عملها إطار مرجعيا" تقيم سلوكه وسلوك الآخرين بما أكتسبه داخلها من قيم ومعايير. وقد تنعكس شخصيه الأنسان على حياته الزوجية فالإنسان الناضج قادر على أقامه علاقات مع الأشخاص ومنهم الزوج / الزوجة إذ تؤدي العواطف دوراً بارزاً في مجال العلاقات الشخصية والقدرة على التعبير عن المشاعر الذاتية من الكفاءات لأجتماعية الأساسية فالمشاعر تلعب دورا" أساسيا" في تيسير الحياه 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

وحسب وإنما حسب وجود المشاعر فالعوامل ذات الطابع الوجداني والعاطفي لها أهميتها في العلاقة الزوجية ذلك لأنها تمس الحياة الخاصة للزوجين بما فيها من مشاعر وعواطف وحب وغيرها من العوامل التي تهدف الى بناء علاقات أسريه وجدانيه قويه وخاصه بين الزوجين فيما يحدث لكلا الزوجين من صعوبات في التعبير العاطفي تؤدي دور مهم في حدوث التفكك الأسري (كفاكي، 1999، ص34).

وقد أعطى الباحثون اهتماماً كبيراً للعلاقات الزوجية عبر الزمان والثقافات والأنظمة نظراً كون جودة العلاقات الحميمة تؤثر على أوجه كثيرة للحياة البشرية وعلى مجالات المجتمع فنجد أنها حياة الفرد لتؤثر على علاقاته وتفاعله مع الآخرين ممن يتعاملون معهم في محيط مجتمعهم وتجد 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 الى جانب النزاعات الزوجية والمشاعر السلبية واحتمال الانفصال بين الزوجين إذا وصلت الأمور الى درجة عالية من سوء العلاقة بين الطرفين ففي مثل هذه الحالات يتسع الشعور بعدم الأمان والقلق والاكتئاب والإرهاق العصبي وعدم الاتزان النفسي والوجداني والخوف من المستقبل والشعور بالضياع وعدم القدرة على تحمل التبعات ازاء شريك الحياة وإزاء الأطفال والتناقض بين الواقع الذي يعيشه الفرد وبين آماله وتطلعاته كل هذه الظواهر تشكل دوافع قويه للتوتر النفسي والقلق والاكتئاب لدى الأفراد غير المتوافقين زواجياً "والذي لا يقتصر الأضرار والمسؤولى الناجمة عنه على أحد الزوجين بل تمتد الضرورة الى الأبناء وبالتالي فان المجتمع يتأثر بتفكك الأسرة (الزوبعي واخرون، 1981، ص88) ويعد الكدر الزوجي أمراً بالغ الأهمية والحوية في المجتمع العراقي وذلك على الرغم من عدم طفو المشكلات التي قد تشير الى الكدر الزوجي على السطح فالقيم الثقافية والاجتماعية وكذا الأسريه التي تسود المجتمع العربي بعامة والعراقي بخاصه توصل الأبواب أمام مناقشه موضوعات تتعلق بالحياة الزوجية بانفتاح ووضوح مما

يجعل الحياة الزوجية مهددة وتتضح أهميه هذا المتغير من خلال دراسة من قبل العديد من الباحثين مثل دراسة (ما ريمان وآخرون، 1993، ص98)

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 تساعد في إنجاح الحياة الزوجية لذا من الممكن لبعض البرامج الارشادية للأسرة ان تساعد 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 إيجابي 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 المهنيين 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 يفكران 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 متحفز 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 (23, 6, 2013, p. 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 يتناسق مع قيمه الخاصة ، معتقداته وتمنياته) بل أنها تدعم عملية التغيير بطريقة تتسجم مع قيم واهتمامات الشخص. وفي طريقه تقديم العلاج لا نعتمد التلقين وإنما نعمل على استخراج دافعية الشخص، ونترك له مسؤولية التغيير. علينا أن نحترم استقلاليته و حكمه الذاتي فهو دائما حر في اتباع التوجيه او 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 محدده يتفق عليها الطرفان (صفير ، 2008 ، ص46).

اهداف البحث: يهدف البحث الحالي على:-

- 1- قياس الكدر الزوجي لدى موظفات جامعه البصرة
- 2- اثر المقابلات التحفيزية لموظفات كلية الإدارة والاقتصاد لخفض الكدر الزوجي لديهن . ولتحقيق الهدف الثاني للدراسة وضعت الباحثتان الفرضيتان الاتيتان .
- الفرضية 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 الزوجي .
- 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 الزوجي

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بالآتي :

1. الحدود البشرية: وتتمثل بالموظفات المتزوجات
2. الحدود المكانية: وتشمل الكليات والمراكز الواقعة في مجمع باب الزبير .
3. الحدود الزمانية: و تتحدد بالعام الدراسي 2020 / 2021 .

تحديد المصطلحات:

أولا : الكدر الزوجي وعرفه كلا" 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 ممكن مع بعضهما ، وفي تقبل أحدهما للآخر (كفاكي ، 1999، ص50).
- سنايدر وآخرون 1997 : _ بأنه الحاله التي يعاني منها أحد الزوجين أو كلاهما بالكدر العام وعدم الرضا عن العلاقه الحميمه مع ضعف التواصل الفعال وضعف قدره على حل المشكلات (الكردي، 2012، ص88)
- فينشام وآخرون : _ بانه عدم الرضا عن العلاقه الزوجيه من أحد الطرفين أو كليهما فتصبح الحياه الزوجيه معاناة غير سعيده في نظر أحد الزوجين أو كليهما (الشمسان، 2004، ص72).
- هورست 2000: _ بأنه مستوى محدد من سوء التوافق بين الزوجين يشمل نقصا" في التواصل ناجما" عن سوء الفهم والتشوهات الإدراكيه عن العلاقه الزوجيه مما يؤدي في معظم الأحيان الى الطلاق (المهدي ، 2007، ص29) .
- القرني 2007 : _ أنه اضطراب العلاقه 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 حياه زوجيه مستحيلة الاستمرار ، والتأزم والانفصال بين الزوجين والتأثير السلبي على الأطفال (القرني ، 2007،ص68)

التعريف النظري: للباحثتان تبنت الباحثتان تعريف (جاكسون وكريستين 1996)

التعريف الاجرائي:- استجابة افراد العينة على مقياس الكدر الزوجي المعد لهذا البحث.

ثانياً: المقابلات التحفيزية :- Interviewing Motivationnel

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 التوافقات و التي تعتمد بشكل أساسي على المبادئ الأربعة للأسلوب " التعبير عن التعاطف ، إبراز التعارض (التشعب) ، التعامل مع المقاومة ، تعزيز مشاعر الكفاءة الذاتية . (Miller , 1983, p. 34)

2- تعريف (بروشاسكا ودي كليمانتي 1993 Porchaska,Diclemente):- مقارنة تتمثل في علاقة للمساعدة ، أنها تعتبر وسيلة تخاطب مباشر و في نفس الوقت متمركز 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 محورة العميل لتعزيز الدافع الداخلي وتقوية الدوافع للوصول الى التغيير عن طريق استكشاف و حل الازدواجية وتكون شكل من اشكال التوجه التعاوني المرتكز على الشخص نفسه والذي يعمد استحداث وتقوية الدوافع . (Miller & Rollick , 2008, p 22).

4- تعريف Rosengren,2009 :هو التوجيه على غرار المشورة التي تركز على الفرد و التي وضعت لتسهيل التغيير في السلوكيات المرتبطة بالصحة، وتهدف الى مساعدة المرضى على استكشاف و حل التناقض إزاء تغيير السلوك هو يجمع بين عناصر من نمط (الدفاء 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 وتطويرها، واستكشاف مرحلة التردد وحلها، واكتشاف حديث المقاومة وحديث التغيير والتعامل 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 أجراها (ابو موسى ، 2008 ، ص55) أن هنالك نماذج للكدر الزوجي توضح دور الحياه الزوجية وحدث الكدر بين الزوجين وقد تم تحديدها بثلاثة نماذج :-

- **الكدر الطارئ** :- وهو الكدر الناشئ نتيجة طبيعية واضح 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 الى عدم الرضا وبالتالي يصاب الزوجان بخيبة الأمل والإحباط مما يولد السلوك السلبي بين الزوجين وهذا يؤدي الى 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 لزياده التعود فلا يجد الزوجان ضرورة للتعبير اللفظي وغي اللفظي أتجاه الطرف الآخر وقد يؤخر الطلاق لأسباب معينه كالحفاظ على المكانة الاجتماعية فيميل

الأزواج المتكدرين الى عادة الى ميكانزمات توافق مضطربة كانسحاب والتحجر بالمشاعر والتصعيد السلبي والتحقير أحيانا" .

- **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 أحياء الزوجية وتحدد نجاحها أو فشلها فتتأثر حياتهما الزوجية بآراء الآخرين ورسم صورته مثاليه عند العلاقة الزوجية يتعرضا لعوامل تسهم في نمو الكدر وتؤثر على العلاقة فيزداد التوتر والتبادل السلبي فيقل التفاعل بينهما ويضم حل الحب العوامل المسببة للكدر الزوجي :

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

2- عوامل عدم التوافق الزوجي.

3- أسباب الخلافات الزوجية

فضلا" عن ذلك هنالك عوامل أخرى تؤثر على العلاقة الزوجية يمكن تلخيصها:ـ

1- اضطراب العلاقة الجنسية : وجدت في الإنسان كما وجدت في غيره من الكائنات الحيه بحكم محددات وراثيه وأن الزواج هو الشكل الاجتماعي للتعبير عن الدافع الجنسي وتتميز العلاقة الجنسية المتوافقة باستمتاع كل من الزوجين بإشباع حاجته الى الجنس مع الزوج الآخر وشعورهما بالمودة والحب والرضا في علاقتهما .

2- اضطراب الأدوار الزوجية : تعد كفاءه الزوجين في أداء الأدوار الأسريه ومسايره سلوكهم للتوافقات الأسرية من أهم العوامل التي تبني الرضا الزوجي وينشأ غموض توافقات الأدوار المطلوبة من الزوجين عند عدم فهم للحقوق والواجبات أو عدم كفاءتهما في القيام بهذه الأدوار مما يجعل أي الزوجين مترددا غير واثق بما يقوم به فتعارض الأدوار عندهما يحدث الصراع ويرى (باصويل

- ،2007،ص32) أنه يجب أن يحدث اتفاق بين الزوجين على تحديد أدوراهما كب 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 ،اجتماعيه، واقتصاديه) حيث تشير (دينه، 2013،ص372) أن 75% من المشكلات التي تعامل معها في ممارسته الكلينيكية مع الأزواج هي عباره عن مشكلات مرتبطه بالضغوط وأن أغلبها ينسب في اضطرابات الزواج وأن الضغوطات اليومية الشديدة الناشئة خارج علاقته 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 التسعينات 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 الى 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 ومفتوحه .
- 6- الأطفال : يعد الأطفال أحد العوامل التي تحقق التقارب والحب بين الزوجين ويساهموا في تجنب نواقصهم النفسي والزوجي فللأطفال ثمره 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 الزوجي :

أولاً : النظريات الاجتماعية: وهي العلاقة المتبادلة بين الزوجين وتوقعات كلا منهما عن العلاقة الزوجية وتتنظر الى الخلاف الزوجي على انه نتيجة التفاعل بين الزوجين ونتيجة لعلاقته الزوج بالأخر وعلاقته الفرد بالنسق الاجتماعي ككل .

ثانياً: نظرية الحاجات التكميلية لروبرت وينش (1963): تفترض النظرية أن السلوك الإنساني عبارة عن نشاط موجه نحو اشباع 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) ان الفرد يبحث عن الشريك الذي يكمل شخصيته فالرغبة في التعامل الدافع القوي للزوج وهذا معناه ان الاختيار للزواج يتم وفقاً لمبدأ اشباع الحاجات الذي يعني ان الأفراد يميلون الى اختيار الاشخاص الذين يشبعون حاجاتهم الشخصية بأكبر قدر ممكن من الإشباع ،وهذا يعني ان كل من الشريكين مكماً للأخر وان حدث العكس ولم يتم اشباع حاجات الشريك فانه يولد التوتر والكدر النفسي للزوجين (فلاته ،2008،ص31)

ثالثاً: نظرية التنافر المعرفي لـ ليون فيتنكر 1957:

ترى ان الانسان ينفر من التناقض بين افكاره واعتقاداته ويميل الى أداء سلوك متعب وممل اذا كان سيحصل على مكافئة أكبر وتعد العملية العقلية التي يقوم بها كل من الزوجين لتحقيق التقارب بين هذه التوقعات والواقع، ولجعل الزواج ناجحاً مستقراً فانه يبذل جهود ايجابية والتنازل عن بعض التوقعات (Levesqu,2004:96) ووفق هذا المنظور تتأثر طبيعة العلاقة الزوجية وتتسم بعدم السعادة ويسيطر عدم الرضا الزوجي على العلاقة الزوجية ويصبح الزواج مخيباً على الزوجين اذا لم تكن توقعات الزوجين واقعية وتقترب من الخيال فيحدث التناقض بين السلوكيات ومعتقدات الزوجين مما يولد حالة من التوتر والضيق والكدر الزوجي (Sigal2012:22)

رابعاً: النظريات المعرفية

1- نظرية البرت أليس واورن بيك(1979): قدم البرت أليس واورن بيك (1979)

الملاحظات المعرفية المبكرة في علاقات الأزواج الحميمة ويركز هذا الاتجاه على تعديل الأفكار والأفعال وذلك بالتأثير على وعي الفرد وأنماط تفكيره أنهم يركزون على طرائق معينة في التفكير وعلى كيفية تأدية هذه الأفكار إلى حدوث الكدر بين الزوجين واستمراريته وهناك منظورين معرفيين أساسيين 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 لنظرة الفرد السلبية او لمستقبل العلاقة، ويرى ان الكدر الزوجي يحدث عندما يصر الزوجان على توقعات غير واقعية حول الزواج ويقومان لعمل تقييم سلبي عندما لا يستطيعان تحقيق تلك التوقعات (القرني 67:2007)

وقد اكد 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 ،والكدر الزوجي يحدث عندما يحتفظ كل زوج او كلاهما باعتقادات غير منطقية فيها الكثير من المبالغة والتعصب ونتيجة لتلك الأفكار تتطور التوقعات غير المنطقية وتكثر المطالب وينتج عنها خيبة الامل والاحباط ويحدث الكدر الزوجي (حسين،2010:31)

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

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

خامسا: 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 الأجزاء 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 اللاتوافق الزوجي نتيجة الاهمال والتقصير في هذه الواجبات(بلميهيوب : 2010،ص64)

أسلوب المقابلات التحفيزية :

يعرف علم النفس الإرشادي بأنه فرع من فروع علم النفس التطبيقية وقد خصصت له جمعية علم النفس الأمريكية قسمها السابع عشر ، ويهتم 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 تعترض الفرد أو الجماعة، وتعوق توافقهم وإنتاجيتهم. 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 (عبده، 2000، ص15-16).

وقد تطور هذا الفرع من فروع علم النفس تطوراً سريعاً منذ بدايات القرن العشرين، ووضعت له النظريات وتشعبت مجالاته لتغطي 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 مرتبطاً بصفة، أو إضافة فوجد الإرشاد الطلابي، والإرشاد المهني، والإرشاد الديني، والإرشاد الزواجي، وإرشاد الأطفال، وإرشاد الشباب، وإرشاديين الجانحين، 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 وخصوصاً في السنوات الأخيرة هي النظرية السلوكية المعرفية .

الإرشاد السلوكي المعرفي : Behavioral Cognitive Counseling

تسير النظريات التي عرضت للعلاج المعرفي السلوكي في اتجاه رئيسي يحاول إدخال العقل والمنطق في العلاج النفسي وتغيير الأفكار الخاطئة أو اللامنطقية التي تبناها الفرد من خبراته المبكرة وذلك بغرض تعديل سلوكه حيث تعتبر الاضطرابات النفسية بأشكالها المختلفة في الأساس بالنسبة للمعالج المعرفي السلوكي عن اضطراب في التفكير حيث عادة ما تصاحبها طرق غامضة و متناقضة 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 جانباً واحداً 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) .

ومع بداية النصف الأخير من القرن العشرين بدأ الاهتمام الفعلي بالجوانب المعرفية و دورها في الاضطرابات و العلاج النفسي لها ، فقد نشأ أسلوب العلاج المعرفي ضمن حدود الإرشاد السلوكي ، وكان نشوء هذا الأسلوب كرد فعل للتذمر وعدم الرضا الذي ساد بين بعض العاملين من خارج أصحاب المدرسة السلوكية ، وقد بنى 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 بتوجيه الاهتمام إلى ما يحمله الإنسان في ذهنه من أفكار وما يتوجه به من مواقف نحو المحيط والأشياء (كمال ، 1994 ، ص21) .

ويهتم هذا النوع من الإرشاد النفسي بالجانب الوجداني للمسترشد وبالسباق الاجتماعي من حوله من خلال استعمال استراتيجيات معرفية وسلوكية و انفعالية واجتماعية وبيئية ، لأحداث التغيير المرغوب فيه (الزعبي ، 2010 ، ص23) .

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) .

فالإرشاد 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 للمسترشد بالتنفيس 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 نستقبل بها الأشياء وندركها ، بمعنى آخر ليس الموقف بحد ذاته مسؤول عن وجدانياتنا ولكن للمدركات والتوقعات وتفسيرنا (التقييم المعرفي) دوراً في ذلك (أس جي، 2012 ، ص17) .

إن الهدف الرئيسي للإرشاد السلوكي المعرفي يتمثل في مساعدة المسترشدين لمعرفة كيف تؤدي أفكارهم وسلوكياتهم إلى انفعالات أو مواقف سلبية، ومساعدتهم بالتدخلات اللازمة في تعزيز النمو السليم أو الايجابي

نظرية التوقع:

طور هذه النظرية فيكتور فروم (victor vroom، 1964) وتعتبر من النظريات المهمة في تفسير التحفيز عند الافراد وجوهر نظرية التوقع يشير الى ان الرغبة او الميل للفرد بطريقة معينة يعتمد على قوة التوقع بان ذلك العمل او التصرف سيتبعه نتائج معينة كما يعتمد ايضا على رغبة الفرد في تلك النتائج فهناك نوعان من التوقع :

- التوقع الأول: وهو يرجع الى قناعة الشخص واعتقاده بان القيام بسلوك معين يؤدي إلى نتيجة معينة وهذا التوقع يوضح العلاقة بين الجهد والانجاز .

- 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 وليام أوشي بتطوير منظور آخر للتحفيز ، وتفترض نظريته أن الإدارة الجيدة هي التي تحوي وتحتضن الأفراد في كل المستويات وتتعامل 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 يتبنون النظرية (Z) إن الأفراد الذين يتحلون بالشعور بالذات والشعور بالانتماء يحتمل أن يراعوا ضمائرهم أثناء أداء مهام وظائفهم كما أنهم سيحاولون تحقيق أهداف عملية التغيير بحماس أكثر. (راتشمان ، وآخرون ، 2001، ص 28)

3- نظرية X-Y :

نظرية X ونظرية Y من نظريات 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 فان نظريتي (X-Y) ليستا نهايتين مختلفتين لنفس المضمون وإنما مضمونين مختلفتين في حد ذاتها وبالتالي لا يوجد مانع من تطبيق النظريتين معا

نظرية X : تفترض هذه النظرية أن العمل غير مستساغ وراثيا والمتدربين او المشاركين وغير طموحين وأنهم يفضلون إشرافا مباشرا ويتجنبون تحمل المسؤولية كما ان هدفهم جميعا هم الأجر فقط .

نظرية Y: تفترض إن الناس عامة يستمتعون بالعمل وان العمل طبيعي كاللعب ويميل المتدربون أو المشاركون إلى تحمل المسؤولية والإبداع والأصالة في العمل متى ما أعطوا الفرصة لذلك (سالم ، وآخرون ، 1989، ص10).

إن هدف أسلوب المقابلات التحفيزية هو حل التناقض والمقاومة و خلق قوة دافعه إلى الأمام التي تسخر الدافعية لأحداث التغيير، ويكون بشكل استخدام المجازيف هو نقل الشخص إلى الأمام من خلال الحديث بالتغيير الايجابي، 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 أساسا)

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

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

<http://www.collegedrinkpreventoin.gov/niaacollegematerials/trai>

([ningmanual](#) / 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 ، وتقييم الوضع الحالي وترجيح كفة الميزان للتغيير الايجابي <http://www.socialworktoday.com/archive/may.june.2007>

(p34)

عناصر المقابلات التحفيزية :

إن لأسلوب المقابلات التحفيزية أربعة عناصر أساسية متتابعة ومتراصة 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 أساسي لقيام المقابلات التحفيزية وهي تعتمد على نظام الخدمة المقدم للمسترشد 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 وتتميز بالدقة والكفاءة، كما يمكن إضفاء الطابع الرسمي على هذه الخطط ، ألا انه 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 العمل 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 يلجأ إليه بعض النفسانيون حيث أنهم يلجئون إلى تقييم المشكلة وتحديد الخطأ وتثقيف المسترشدين حول كيفية إصلاح تلك الأخطاء أو تجنبها ، ونحن نرى أن هذا الأسلوب قد يكون مناسب في الحالات الطبية مثلا والتي قد تستدعي تدخل سريع ، بينما التغيير النفسي والشخصي هو عملية ممتدة طويلة الأجل تحتاج للعديد من الخطوات المدروسة بتمهل ، حيث قد يعتقد البعض أن تعرض الفرد لمواقف صادمة قد يدفعه للتغيير من تلقاء نفسه إلا أن هذا ليس صحيحا فهناك دائما حاجة للنظام التعاوني في تحقيق الأهداف .

رابعا : التخطيط : عندما يصل الدافع لدى المسترشد إلى مرحلة الاستعداد وعادة ما تكون تلك المرحلة مرتبطة بالمراحل السابقة ومتداخلة معها فهي لا تكون منفصلة انفصالا تاما ، ويشمل التخطيط الالتزام بماهية التغيير وصياغة خطة محددة وعمل محادثة مع الذات أو مع الآخرين حول كيفية تطبيق تلك الخطط بصورة تغطي جميع المواضيع 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 ثلاث 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 :-

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

ثانيا : الاستماع :- هي عملية نشطة وهو اختيار يقوم به المرشد من اجل لن يفهم المسترشد بشكل صحيح وان ما يريده يصل بشكل سليم ، كما انه يشجع المسترشد على استكشاف نفسه عندما يطلق العنان لذاته للحديث .

ثالثا : 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 الي يتم استخدامه في اسلوب المقابلات التحفيزية يتم اختياره طبقا لمدى صعوبة الحديث حول التغيير ، فكل نمط ملائم يستخدم لأغراض معينة ، حيث ان هناك ثلاث انماط للتواصل :

اولا : المتابعة :

فيما يتعلق بتغيير السلوك نجد ان نمط " المتابعة " يؤكد على ان المرشد لن يدفع المسترشد لفعل اي شيء حيث يؤكد له ان يثق بحكمه على الامور انه سوف يتيح له العمل بالطريقة التي يريدها في وقته الخاص ، ونجد ان هذا الاسلوب يتبع 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 يلجا المرشد لنمط

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

ثانيا : 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 تحصى والتي يعتمد فيها المسترشد ا و اي شخص طالب المساعدة على المرشد لاتخاذ القرار .

ثالثا : الإرشاد :

إن الاتجاهات الحديثة تميل إلى استخدام النمط الثالث من أنماط الاتصال (الإرشاد) وهي عملية ممارسة الرعاية للأفراد ويسمى بالدليل الذي يساعده على البحث عن الطريق ، هذا الدليل أو المرشد يعرف جيدا المطلوب منه وما ترجوه ويمكنه أن يقدم البدائل 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

أولا: 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 الايجابي . علما بأن وضع خطط تنفيذية هي عملية تستند إلى المشاركة الفاعلة من قبل المرشد والمسترشد في اتخاذ القرارات والمفاوضات هو ما يعرف بالاستعداد للتغيير وهذه المرحلة تتطلب :

1- تثبيت الأهداف : إعطاء الأهمية لهذه الأهداف والقيم الخاصة للفرد يساعد على بناء وتدعيم 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 لتثبيت التغيير الايجابي (العوفي ، 2010، ص 34- 35) .

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

دراسات سابقة:

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

اولاً: دراسات تناولت مفهوم الكدر الزوجي :

1-دراسة Sigal 2011 :Marital distress and depression:a

"behavioral and linguistic analysis of couple's interactions

الأكتئاب والكدر الزوجي: 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 بالازواج وقد اظهرت النتائج وجود ارتباط بين اعراض الاكتئاب بالنسبة للرجال والنساء بالسلوك الناقد لكل منهم ،كما اظهرت النتائج ان الرجال اكثر تعرضاً للأكتئاب ويميلوا لان يكونوا اكثر نقداً ويكونوا غير قادرين على مصادقة شركائهم ويستخدمون كلمات سلبية في التعبير عن عواطفهم ،كما وحد ان الازواج الذين يتعرضون للاضطرابات زوجية يسلكون سلوكاً ناقداً وهجومياً ورافضاً،وان الانماط اللغوية والاضطرابات الزوجية تميزت بلغة عدائية كأستخدام كلمات القسم وكلمات تعبر عن الغضب في الرجال

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

الكدر الزوجي والتفكك" Romantic disengagement as a

developmental process that contibutes to marital distress and

decline

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

كما اظهرت النتائج بأن السلوكيات الانطوائية 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 لان يكون اكثر انطوائية مع شريكة او شريكها مما يعزز من امتداد الانطوائية خلال العلاقة الزوجية مما يمكن من التنبؤ بحدوث الانفصال من قبل اخذ الزوجين خلال 7سنوات من الزواج.

3- دراسة دونا كازيمي واخرون (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 مشروعة مسألة خطيرة من مسائل الصحة العامة التي تواجه طلاب الجامعات . تشمل عينة البحث (188) من المشاركين في البرنامج العلاجي من عدة جامعات امريكا وقد طبقت المعالجة على (20) شخص من الذكور والاناث ابتداء من اسبوع الى ثلاث اشهر الى ستة اشهر في معالجة بعض الحالات شديدة الخطورة ، واستخدمت الوسائل الاحصائية المعادلات التقديرية المعممة ونماذج الانحدار لتحديد الارتباط بين معدل انقطاع التعاطي بالوقت ، الفا كرونباخ لقياس درجات الثبات بين المعالجات لمعرفة

الاثـر بين الفـترات لمعرفـة نسبـة تعاطي المخـدرات الغير مشروعة باستهلاك كمية الكحول . واطـهرت النـتائج بعـد انـتهاء المعالـجة انخـفض مـعدل تعاطي الكحول والمخـدرات بأنواعها من (40%) في الاساس الى (16%) ، وانخـفض ايضـا مـتوسـط الـوقت وايـام التعاطي والتواتر بشـكل كبير ولوحظ وجود ارتباط بين مـعدل التعاطي المخـدرات ونوع الجنس لدى الطـلبة حيث اظهرت النـتائج تأثـير المقابـلات التحفيزية على الحد من استهلاك الكحول ومعدل انقطاع التعاطي لدى الطلاب ، وقد حظيت هذه الدراسة بدعم من ادارة الخدمات اساءة استعمال المخـدرات والصحة العقلية.

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

دراسات العربية :

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

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

2-دراسة القرني(2007): "تصميم برنامج علاجي معرفي سلوكي لتخفيف مستوى الكدر الزوجي وقياس فعاليته

هدفت الدراسة الى إعداد برنامج علاجي معرفي سلوكي و تطبيقه بهدف تخفيف مستوى الكدر الزوجي، والتحقق من مدى كفاءته من خلال تطبيقه الفعلي على مجموعة ممن يعانون من الكدر الزوجي ممن يراجعوا مراكز العلاج الاسري والزوجي والعيادات النفسية، والبالغ عددهم (44) زوجاً ثم اعلامهم بالبرنامج تتراوح سنوات زواجهم ما بين 1_15 سنة ولديهم اطفال ووتتراوح 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 الزوجي لدى الازواج والزوجات، وظهر 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 استراتيجيات 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 لتقييم سلوك الحزم بين طلاب التمريض ، وبرنامج أسلوب المقابلات التحفيزية بالاعتماد على الاستعداد للتغيير ، الوعي الذاتي ، والمهارات التفاعلية ، 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 استراتيجيتي المقابلات التحفيزية والتنظيم الذاتي في رفع تقدير الذات لدى مرضى السكري) في الجمهورية الجزائرية ، هدفت الدراسة مدى فعالية استراتيجيتي " 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 ومقياس 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 والتجريبية) ، ان نتائج البحث لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في المجموعة التجريبية بين الذكور والاناث في تقدير الذات ،وتفسر هذه النتيجة بان تطبيق الاستراتيجيتين كان فعالا لكلا الجنسين، حيث اثبتت النتائج بوجه عام ان النتائج المتوصل اليها تسير مع التوقع العام والتصور النظري الذي انطلقت منه هذه الدراسة ، وهو ان استراتيجيتي المقابلات التحفيزية والتنظيم الذاتي اثر في تقدير الذات لدى مرضى السكري (جميلة ، 2014، ص 108 - 109) .

منهجية البحث وإجراءاته

المنهج : استخدمت الباحثتان المنهج التجريبي 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 الوظائف
التربية للبنات	62
الفنون الجميلة	65
الاداب	76
الإدارة 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 الزوجي وحصولهن على أعلى الدرجات على المقياس والبالغ (102.60) موظفات كلية الإدارة والاقتصاد تليها كلية القانون (101.40) بعدها الآداب بمتوسط (98.30) ومن ثم الفنون الجميلة (89.7) والتربية للبنات (96) وطب الزهراء (99)

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 ومجموعة ضابطة لم تتعرض لاي برنامج تكونت من (10) موظفات ايضا.
ادوات البحث :

لتحقيق اهداف البحث ، استخدمت الباحثتان أداة البحث و هي :

اولا - مقياس الكدر الزوجي :

قامت الباحثتان ببناء مقياس الكدر الزوجي وفق الخطوات الآتية :

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

- 3- صياغة فقرات تؤثر على الى الكدر الزوجي لدى موظفات الجامعة . وعليه تكون المقياس بصورته الاولى من (40) فقرة وتكون الاستجابة حسب اسلوب ليكرت ذي التدرج الخماسي بحيث تمثل (تتطبق 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 تنتمي فقراته وفقا لهذا المقياس يمتلك صدق بنائيا 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 بعدما 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 الزوجي بما يتلائم مع البيئة العراقية وابداء أي ملاحظات يرونها مناسبة وعليه تم تعديل بعض الفقرات تعدياً طفيفاً .

صدق الاتساق الداخلي:

تم التحقق 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. وللتأكد 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 جداً وبهذا الإجراء يعد مقياس الكدر الزوجي 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 البعدي اذ يتم تطبيق المتغير المستقل (المقابلات التحفيزية في حين تترك المجموعة الضابطة من دون برنامج والشكل (1) يوضح ذلك .

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

الشكل (1) التصميم التجريبي لمجموعتي الدراسة

الاختبار القبلي :

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

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

1- التكافؤ في مستوى الكدر الزوجي : لحساب التكافؤ بين درجات المجموعتين

التجريبية والضابطة في مقياس الكدر الزوجي قبل تطبيق المقابلات التحفيزية تم استخدام اختبار مان وتني (Mann Whitney –test) لحساب دلالة الفروق بين رتب درجات المجموعتي التجريبية والضابطة على مقياس الكدر الزوجي وظهرت النتائج انه لا يوجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05)

اذ 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 وتني لتكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في مستويات الكدر الزوجي

المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	اقل قيمة الدلالة الإحصائية
التجريبية	10	10,95	109,50	45,500	-3,42	0,733
الضابطة	10	10,09	100,50			

ثالثا- 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 الزوجي من خلال استخدام فنيات الارشاد القائمة على المقابلات التحفيزية ضمن جلسات التدريب الجماعي للبرنامج ، فضلا للجلسات الفردية عند الحاجة اليها.

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

1- مساعدة افراد المجموعة التجريبية على ادراك آثار الكدر الزوجي 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 وتتمثل في خفض مستوى الكدر الزوجي لافراد المجموعة التجريبية .
- 2- خدمات ارشادية وتتمثل في تدريب افراد المجموعة التجريبية على اساليب ارشادية لتعديل المواقف التي تسبب الكدر الزوجي ،
- 3- خدمات علاجية وتتمثل في خفض الكدر الزوجي في ان تعدل افراد المجموعة التجريبية الافكار اللامنطقية 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 ومحتوى البرنامج ومدى الاستفادة منه في التخفيف من الكدر الزوجي.

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

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

ثالثاً:- 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 ممن لديهن مستوى كدر زواجي عالٍ من عينة الدراسة الحالية .

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

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

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

صدق البرنامج :

تم عرض البرنامج في صورته الاولى وبواقع (13) جلسة مدة كل جلسة (45) دقيقة على نفس لجنة المحكمين لمقياس الكدر الزوجي وذلك بهدف التحقق من ملائمة البرنامج لافراد العينة وصحة الاجراءات التطبيقية للبرنامج ووفقا لتعليمات المحكمين تم اجراء بعض التعديلات المطلوبة ، ومن ثم اعداد الصورة النهائية للبرنامج .

تطبيق البرنامج وتنفيذه :

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

و بعد تفريغ نتائج مقياس الكدر الزوجي 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 والانشطة المطلوبة لتحقيق الاهداف الرامية لتخفيف الكدر الزوجي .

ثم رتب الحاجات حسب اهميتها واولويتها ان هناك ست حاجات ضرورية رتب تازليا ومن ثم تطبيق اسلوب الارشاد الجمعي من خلال (13) جلسة بواقع ثلاثة جلسات اسبوعيا وزمن كل واحدة (45) دقيقة وللايام الاثنين - الاربعاء - الخميس .

الوسائل الاحصائية :

استخدمت الباحثتان مجموعة متنوعة من الاساليب الاحصائية من خلال الحقيبة الاحصائية (SPSS) لمعالجة البيانات احصائيا..

عرض النتائج ومناقشتها

الهدف الاول : يرمي الهدف الاول الى التعرف على الكدر الزوجي لدى موظفات/ جامعة البصرة . وقد تم تحقيق ذلك الهدف من خلال تطبيق مقياس الكدر الزوجي 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 الزوجي بالمجمل لدى موظفات جامعة البصرة ، والجدول (4) يبين ذلك .

جدول (4)

نتائج الاختبار التائي لقياس مستوى الكدر الزوجي لعينة تطبيق المقياس

المقياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية		الدلالة الإحصائية
					المحسوبة	الجدولية	
مقساس الكدر الزوجي	97,114	7,42	95	149	3,488	1,98	(0,05)

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

الهدف الثاني

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

الفرضية الاولى :

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

للتحقق من هذا الفرض قامت الباحثتان بالمقارنة بين متوسط درجتي المجموعة التجريبية في القياس القبلي ودرجات نفس المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج في القياس البعدي على مقياس الكدر الزوجي باستخدام اختبار (ويلوكسون) رتب اشارات المجموعات وهو اختبار بديل لاختبار ت للكشف عن الفروق بين (Z) المتزاوجة ويلوكسون للكشف عن درجات عينتين مرتبطتين للعينات الصغيرة (علام، 246,1993) وتبين 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

الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z المحسوبة	اقل قيمة الدلالة الإحصائية
الرتب السالبة	0	0,00	55,00	2,805-	0,005
الرتب الموجبة	10	5,50	0,0		
المجموع	10				

ويمكن تفسير النتيجة في ضوء البرنامج المستخدم في الدراسة الحالية يتضمن اهم الاساليب السلوكية الفعالة والفنيات في حالة الكدر الزوجي (الاسترخاء ، ادارة الذات وتوكيدها ، استخدام العبارات الإيجابية ، القدرة على حل المشكلات ، ومقاومة التغيير) اثرا بالغ في تخفيف الكدر الزوجي والابتعاد عن المهام غير الضرورية مثل الانشغال بمواقع التواصل الاجتماعي والاهتمام بالاسرة 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 الزوجي بعد تطبيق المقابلات التحفيزية ولتحقق من هذه الفرضية تم استخدام اختبار مان وتني (Mann Whitney –test) لحساب دلالة الفروق بين رتب درجات المجموعتي التجريبية والضابطة على مقياس الكدر الزوجي 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 وتني للفروق بين درجات مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة

المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	اقل قيمة الدلالة الإحصائية
التجريبية	10	5,50	55,00	,000	3,785-	0,00
الضابطة	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 الزوجي حيث بلغت قيمة الدلالة الاحصائية (0,000) وهي اصغر من مستوى الدلالة (0,05) وهذا يشير الى استقرار اثر المقابلات التحفيزية في خفض الكدر الزوجي لدى موظفات المجموعة التجريبية وهذا يؤكد ان التحسن الذي حققته موظفات المجموعة التجريبية على التخفيف من الكدر وتنمية الثقة بالنفس والطمأنينة والاستقلال عن تأثير الآخرين 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 واضحا وفعالا في تخفيف الكدر الزوجي.
- 2- يعد البرنامج الارشادي جيد اذ احدث تغيرا ايجابيا استمر بعد تطبيق التجربة في تخفيف التسويف الاكاديمي .
- 3- ارتفاع مستوى الكدر الزوجي لدى موظفات جامعة البصرة.
- 4- حاجة الموظفين لاساليب و برامج ارشادية تجعلهم يعرفون التفكير السليم واستبدال الافكار السلبية وتعديا سلوكهم بانفسهم وليس بالاعتماد على الآخرين .

التوصيات :

- 1- الاهتمام باعداد البرامج الارشادية باعتبارها احد الاساليب الهامة لتقديم الخدمات الانمائية والوقائية وعلاج المشكلات الاسرية بشكل عام .
- 2- تدريب الموظفين 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 والحث على إقامة الندوات والمحاضرات .

المقترحات :

- 1- إجراء دراسة مقارنة الكدر الزوجي لدى الموظفين في ضوء متغيرات (النوع الاجتماعي ، و سنوات الزواج ، وعدد 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 ونيازي ، عبد المجيد بن طاش (2000) : الارشاد النفسي والاجتماعي ، جامعة الامام محمد بن سعود الاسلامية :السعودية .
- 2- ابو علام ، رجاء محمود (1989) : الفروق 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 مرتكبي قتل النفس في المدينة المنورة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسات العليا ، اكااديمية نايف العربية : السعودية .
- 6- راتشمان ، 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 اللاعقلانية لدى نزلاء الاصلاح والتأهيل الاردنية ، 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 ، منتظر (2012) : الارشاد العقلاني الانفعالي السلوكي (النظرية والتطبيق) الطبعة الاولى ، المكتب الجامعي الحديث ، الاسكندرية : مصر.
- 13- كمال ، علي (1994) : العلاج النفسي قديما وحديثا ، 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 للطباعة والنشر القاهرة ١٩٩٥
- 17- 2. سامي محمد ملحم (1997): مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط4 دار المسيرة_عمان،الأردن
- 18- 3. السيد رشاد غنيم وآخرون، علم الأتجتمع العائلي، دار المعرفة الجامعية ، ط1، 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 .



المواقع الالكترونية :-

[http://www.collegedrinkingprevention.gov/niaaacollegematerials/training manual/ module-4](http://www.collegedrinkingprevention.gov/niaaacollegematerials/training%20manual/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