

بناء برنامج إرشادي مقترح قائم على فنية الإيضاح لتنمية الرضا الزوجي لدى

عينة من تدريسي مدرسة الموهوبين

م. د. بثينة سبتي عودة الجابري

Buthiana.sabty@uobasrah.edu.iq

المستخلص:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على مستوى الرضا الزوجي لدى عينة قوامها (٤٠) من تدريسي مدرسة الموهوبين وكذلك معرفة الفرق بين الذكور والإناث في مستوى الرضا الزوجي، إذ تبنت الباحثة مقياس الرضا الزوجي لسلامة وبنات (٢٠٢٤) وبعد التحقق من خصائصه السايكومترية تم تطبيقه على عينة من التدريسيين المتزوجين وعددهم (١٢) ذكور و (٢٨) إناث، ثم بناء برنامج إرشادي مقترح قائم على فنية الإيضاح لتنمية الرضا الزوجي لدى أفراد العينة، إذ أظهرت النتائج ما يأتي:

١. يتمتع أفراد العينة بمستوى عالٍ من الرضا الزوجي.
٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى الرضا الزوجي.

الكلمات المفتاحية: فنية الإيضاح - الرضا الزوجي.

Proposed Counseling Program Based on the Clarification Technique to Enhance Marital Satisfaction Among Teachers at the Gifted School

Abstract

The present study aims to identify the level of marital satisfaction among a sample of 40 teachers at the Gifted School, as well as to determine the differences between males and females in their level of marital satisfaction. The researcher used the Marital Satisfaction Scale by Salama (2024). After verifying its psychometric properties, the scale was administered to a sample of married teachers, consisting of 12 males and 28 females. Subsequently, a counseling program based on the enlightenment technique was developed to enhance marital satisfaction among the sample members. The results showed the following:

1. The participants demonstrated a high level of marital satisfaction.
2. There were no statistically significant differences between males and females in marital satisfaction.

Keywords: Enlightenment technique – Marital satisfaction.

بناء برنامج إرشادي مقترح قائم على فنية الإيضاح لتنمية الرضا الزوجي لدى عينة من تدريسي
مدرسة الموهوبين

مشكلة الدراسة (Problem of the Research):

يُعد الرضا الزوجي من أهم المؤشرات التي تعكس جودة الحياة الأسرية واستقرار العلاقات الزوجية، حيث يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالصحة النفسية والرفاهية العامة لكل من الزوجين، ويُعرف الرضا الزوجي بأنه شعور الزوجين بالارتياح والسعادة الناتجة عن التفاهم المتبادل و الدعم العاطفي، وتلبية الاحتياجات المتبادلة داخل العلاقة الزوجية، إلا أن الواقع الاجتماعي المعاصر يواجه تحديات كبيرة تؤثر على مستوى الرضا الزوجي، من أبرزها الضغوط الاقتصادية والاجتماعية، اختلاف توقعات الزوجين، ضعف التواصل الفعال، التباين في الشخصيات، وتداخل أدوار كل من الزوجين في الأسرة والمجتمع، وقد أظهرت الدراسات أن انخفاض مستوى الرضا الزوجي يؤدي إلى ظهور الخلافات المتكررة، ويزيد من احتمالية الانفصال أو الطلاق، ويؤثر سلباً على تربية الأبناء وسلوكهم الاجتماعي، كما يمكن أن ينعكس هذا النقص في الرضا على الصحة النفسية والجسدية للزوجين، مما يجعل الرضا الزوجي قضية ذات أهمية كبيرة ليس فقط على مستوى الأسرة، بل على مستوى المجتمع بأكمله ، ومع تعقد الحياة ومستلزماتها ، أصبح حتماً على الفرد أن يتحذر ويتوخى الدقة في التعامل مع الحياة ولأن الأسرة هي السلم الأساسي في المجتمع فألزم عليها ان تدخل ضمن هذه المغريات والمشكلات التي تجول في المجتمع ، كذلك الحياة الزوجية يشوبها الكثير من المشكلات التي ممكن ان تنتهي هذه العلاقة او تجعلها اقوى وتستمر ، فمع مشكلة تدخل الاهل ، ومشكلة عدم التفاهم والمشكلات الاقتصادية وغيرها من المشكلات التي تجعل الزوجين يشعرون بعدم الرضا الزوجي الذي بدوره يزعزع كيان الاسرة ويجعلها اكثر هشاشة ، إذ تنصدر المؤسسة الزوجية أهمية غير عادية لدى كلا الزوجين ، فان شعورهم بالرضا عن تلك المؤسسة ينعكس ايجاباً على صحتهم النفسية و وعكس ذلك فان شعورهم بعدم الرضا يلعب دوراً هاماً في ظهور الضغوط النفسية (أمير ، ٢٠١٨ : ص ٨٥٢) .

تعتقد الباحثة أنّ الرضا الزوجي مطلب أساسي لكلا الزوجين ، وهو بذلك شأنه شأن أي مطلب اخر ، فهو يتعرض لما يعوقه او يحبطه ، وهو امر طبيعي ، لابد من وجود المشكلات والاختلافات بين الزوجين ، لكن المهم في ذلك ان يتم التعامل مع هذه المشكلات بطريقة مناسبة وإيجابية ، واستناداً الى ما تم ذكره يمكن ان تتجلى مشكلة البحث بالسؤال الآتي : هل يمكن الكشف عن مستوى الرضا الزوجي لدى تدريسي مدرسة الموهوبين ؟

أهمية الدراسة (Significance of the Research):

يتصف العصر الحديث بالتطور علمياً ومعرفياً وتطبيقاً ، ومن البديهي أن ينتج عن هذا التطور علاقات معقدة ، وعليه فقد نالت الجوانب الاجتماعية والثقافية والقدرات المعرفية في التعامل مع الحقائق المختلفة التي تتسم بالتغيير السريع ، اهتماماً كبيراً من المختصين في شؤون التربية وعلم النفس ، فاتجه

بناء برنامج إرشادي مقترح قائم على فنية الإيضاح لتنمية الرضا الزوجي لدى عينة من تدريسي مدرسة الموهوبين

المرشدون إلى بناء برامج إرشادية تساعد الأفراد على امتلاك الكثير من المعارف والمعلومات لمواجهة مشكلات الحياة بعقلية تتقبل التجديد والتطور ، فصار الاستثمار الحقيقي والمطلوب في عصر المعلوماتية هو استثمار العقول (الخالدي ، ٢٠١٢ : ص ١٧٨) ، ومن التطورات المهمة التي شهدتها حقل التربية والتعليم في العراق ، جاء الاهتمام ببرامج الإرشاد التربوي نتيجة التطورات المهمة التي حدثت في مجال الأهداف التربوية لمراحل التعليم المختلفة والتأكيد على ضرورة الاهتمام بتنمية شخصيات الأفراد من نواحيها الجسمية والنفسية والاجتماعية والعقلية ، إذ تنبع أهمية البحث الحالي من أهمية البرنامج الإرشادي الذي يهدف إلى تنمية النواحي المزاجية والسمات الشخصية والميول والاتجاهات لأنها تتداخل مع الجوانب العقلية والعلمية ، فضلاً عن تنمية فهم الذات وتطوير العلاقات مع الآخرين وترسيخ القيم الأخلاقية وهذا يتحقق من خلال فعاليات البرنامج الإرشادي (الحياي ، ٢٠١١ : ص ٢٠٤ - ٢٠٥) ، وبهذا تتجلى أهمية البحث الحالي في جانبين هما :

الجانب النظري :

- ١- يُضيف البحث بعض المعلومات المهمة عن متغير الرضا الزوجي .
- ٢- يُعد إضافة علمية الى المكتبات العراقية بشكل خاص والى مكتبات الوطن العربي بشكل عام .

الجانب التطبيقي :

- ١- بناء برنامج إرشادي مقترح قائم على فنية الإيضاح لتنمية الرضا الزوجي لدى عينة من تدريسي مدرسة الموهوبين وهذه العينة تمثل شريحة مهمة في المجتمع .
- ٢- تمثل الدراسة مرجعاً لطلبة الدراسات العليا والباحثين للاستفادة من نتائجها وادواتها وتوصياتهم في أبحاثهم.

أهداف البحث (Aims of the Research) :

تحدد أهداف الدراسة الحالية في التعرف الى :

- ١- تعرّف مستوى الرضا الزوجي لدى عينة من تدريسي مدرسة الموهوبين وذلك من خلال تطبيق مقياس الرضا الزوجي .
- ٢- تعرّف الفرق بين الذكور والإناث في مستوى الرضا الزوجي والذي يُظهره مقياس الرضا الزوجي .

حدود البحث (The limits of the Research) :

بناء برنامج إرشادي مقترح قائم على فنية الإيضاح لتنمية الرضا الزوجي لدى عينة من تدريسي مدرسة الموهوبين

يتحدد البحث الحالي في مدرسة الموهوبين في محافظة البصرة لعينة من تدريسي مدرسة الموهوبين

للعام (٢٠٢٥-٢٠٢٦) م .

تحديد المصطلحات (Definition of the Terms) :

١- البرنامج الإرشادي counseling program :

- تعريف (Reber 1985):

إنه خطة مصممة لبحث أي موضوع يختص بالفرد والمجتمع بشرط أن تكون هادفة لأداء بعض العمليات المحددة بدقة .

- تعريف (أبو غزالة ١٩٨٧) :

إنه العلاقة التفاعلية التي تنشأ بين المرشد والمسترشدين بقصد تحقيق أهداف الإرشاد والتوجيه أو بعض منها (الخالدي ، ٢٠١٢ : ص ١٧٩) .

٢- فنية الإيضاح Technique of Clarification:

- تعريف (أبو أسعد ٢٠٠٩) :

وتعني استفسار المرشد عن بعض النقاط الغامضة في حديث المسترشد أو لرغبة المرشد في إيضاح المفردات التي يتضمنها حديث المسترشد بما يحتويه من مشاعر غامضة وكلمات وعبارات مبهمه لا يريد المسترشد إظهارها (أبو أسعد ، ٢٠٠٩ : ص ٨٢) .

- تعريف (عمر ٢٠١١) :

تعد فنية الإيضاح بمثابة تغذية راجعة مباشرة من جانب المرشد للمسترشد لتوضيح بعض النقاط التي قد تكون غامضة وغير مفهومة في المناقشة التي تدور بينهما خلال العملية الإرشادية (عمر ، ٢٠١١ : ص ٤٥٩) .

٣- الرضا الزوجي marital satisfaction:

- تعريف (المشاقبة ، ٢٠١٢) :

يعني اشباع الحاجات المتوقعة من الزواج بجميع مستوياتها وابعادها لدى كل من الزوجين وهي اشباع الحاجة الى الجنس والحاجة الى الاشباع الاقتصادي والاجتماعي ، وغريزة الامومة عند المرأة والحاجة

بناء برنامج إرشادي مقترح قائم على فنية الإيضاح لتنمية الرضا الزوجي لدى عينة من تدريسي مدرسة الموهوبين

الى الأمان والحاجة الى الحب ، والتقدير والاحترام وغيرها من اشكال الحاجات الزوجية (المشاقبة ، ٢٠١٦ ، ص ١١).

- تعريف (Karney & Bradbury ,2020):

بأنه اتجاهات الأزواج نحو زواجهم والمرتبطة بالشعور بالانتماء للأسرة والرغبة في استمرارية الزواج و إشباع الحاجات النفسية والاجتماعية والجنسية والانفعالية للأزواج .

(Karney & Bradbury ,2020,p100).

٤- تدريسي مدرسة الموهوبين :

هم نُخبة من الأكاديميين الذين يحملون شهادة البكالوريوس فأعلى في مختلف الاختصاصات والذين يرغبون في العمل في مدرسة الموهوبين التي هي واحد من سبع مدارس في العراق تعمل وفق نظام تربوي علمي هي تختلف عن المدارس العادية .

* تعريف البرنامج الإرشادي إجرائياً :

وهو تقديم مجموعة من الخدمات الإرشادية المنظمة القائمة على فنية الإيضاح والتي يمكن قياس أثرها في سلوكيات أفراد العينة والذي تُظهره إجاباتهم في الاختبار البعدي .

* تعريف الرضا الزوجي إجرائياً : هو شعور داخلي بالسعادة والارتياح لدى الأزواج والزوجات من التدريسيين والذي تُظهره إجاباتهم على مقياس الرضا الزوجي في الاختبار البعدي .

إطار نظري ودراسات سابقة

إطار نظري

إنّ الحاجة للحب والانتماء هي إحدى أهم الحاجات الإنسانية. والزواج السعيد يشبع الحاجة للحب ولانتماء، كما أنه بما يقدمه من دعم نفسي واجتماعي يشبع إلى درجة كبيرة الحاجة للتقدير ويعد خطوة مهمة نحو تحقيق الذات. وعلى الرغم من أننا نجد الحب والانتماء في علاقتنا بالوالدين والأهل والأصدقاء، إلا أن الدراسات تؤكد على أن التمتع بعلاقة زوجية ناجحة يعد من أهم مصادر الرضا عن الحياة كما تؤكد الدراسات أن العلاقة الزوجية الموفقة ترتبط بالسعادة الشخصية والنفسية (جان ، ٢٠١٦ : ص ٢).

ويعرف الرضا الزوجي بأنه اتجاهات الأزواج نحو زواجهم والمرتبطة بالشعور بالانتماء للأسرة والرغبة في استمرارية الزواج، وإشباع الحاجات النفسية والاجتماعية والجنسية والانفعالية للأزواج.

بناء برنامج إرشادي مقترح قائم على فنية الإيضاح لتنمية الرضا الزوجي لدى عينة من تدريسي مدرسة الموهوبين

(ضمرة، ٢٠٢١، ص ٤٢٦).

محددات الرضا الزوجي : حدد كاسلو وروبنسون (٢٠٠٧):

- ١- القدرة على التكيف : حيث يتضمن قدرة الأسرة على التكيف مع تغيرات دورة الحياة والأحداث الضاغطة بطريقة أكثر مرونة ، فضلاً عن التواصل الفعال والاستفادة من المصادر الخارجية
- ٢- الإرتباط بالأسرة : بدورة ينطوي على الإيمان بقيمة كل فرد في الأسرة ، وتقبل قيم الأسرة كوحدة متكاملة
- ٣- التواصل : يشمل كل عمليات التواصل الواضحة والمنفتحة والمتكررة .
- ٤- التشجيع: وهذا يتضمن قدرة الأسرة على غرس الشعور بالانتماء والتشجيع على التنمية الفردية .
- ٥- التعبير عن الامتنان : ويقصد به فعل الأشياء الإيجابية للآخرين ، لأجلهم فقط ودون وجود أية دوافع خفية
- ٦- التوجه الديني : حيث يصف الكثير من الباحثين التدين والروحانية على أنها سمة أساسية من سمات الأسر السوية
- ٧- الترابط الاجتماعي : أي توفر علاقة الزوجين أو الأسرة بالمجتمع الأكبر الذي يتضمن الأسرة الممتدة والأقارب والأصدقاء والجيران بالإضافة للمشاركة المجتمعية إمكانية الوصول لمصادر المساعدة الخارجية والتي تساعد الأسرة على المواجهة والتكيف .
- ٨- ووضوح الأدوار : يقصد به وجود بناء واضح ومرن للأدوار داخل الأسرة يتعرف من خلاله كل عضو من أعضاء الأسرة على دوره ومسؤولياته مما يجعله قادراً على الأداء بكفاءة وفاعلية أثناء مواجهة الأزمات وأيضاً في الجواء الطبيعية .
- ٩- الأوقات المشتركة: وهي مشاركة الزوجين الأوقات مع بعضهما البعض مشاركة كمية ونوعية (سعفان، ٢٠٢١، ص: ٣١٤)

نظرية جوتمان GUTTMAN THYOR :

وهي واحدة من النظريات الرائدة في مجال دراسة الرضا الزوجي، ولا تزال هي الرائدة في مجال دراسة الحياة الزوجية، وتنص على أن التفاعل الإيجابي والصدقة هي مفتاح الرضا الزوجي والتنبؤ بالاستقرار الزوجي مع مرور الوقت، حيث أوضح بأن التفاعل بين الزوجين ضروري لتحقيق الرضا الزوجي، ولقد عرف العلاقة الزوجية التي ترتفع معها مستويات الرضا الزوجي بأنها تلك العلاقة التي لا تتعطل بسبب الطلاق والانفصال، حيث افترض أن (٦٩%) من حالات الطلاق سببها المشكلات الزوجية الدائمة كما أسماها ، وأكد "جوتمان" أنه لتفادي كل تلك المشكلات يجب أن يكون الزوجين في حالة حوار

بناء برنامج إرشادي مقترح قائم على فنية الإيضاح لتنمية الرضا الزوجي لدى عينة من تدريسي مدرسة الموهوبين

دائمة، فيدون عملية الحوار تلك غالبا ما يكتظ الزواج بالمشكلات، ويصاب كل شريك في نهاية المطاف بالإحباط، فالتواصل بين الزوجين دور هام في تحقيق مستويات عالية من الرضا الزوجي .

الدراسات السابقة

الدراسات العربية:

١-دراسة (أمير، ٢٠١٨): الرضا الزوجي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى المرشدين التربويين. تهدف الدراسة الى التعرف على العلاقة بين الرضا الزوجي والمرونة النفسية لدى المرشدين التربويين، والتعرف على مستوى الرضا الزوجي لدى المرشدين التربويين و دلالة الفروق في الرضا الزوجي لدى المرشدين التربويين تبعاً لمتغير الجنس و مستوى المرونة النفسية لدى المرشدين التربويين و دلالة الفروق المرونة النفسية لدى المرشدين التربويين تبعاً لمتغير الجنس و لعلاقة بين الرضا الزوجي والمرونة النفسية لدى المرشدين التربويين ، تكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) مرشد ومرشدة ، بينت النتائج وجود نسبة فوق المتوسط العام من الرضا الزوجي، وعدم وجود فرق معنوي بين الذكور والاناث في مستوى الرضا الزوجي. وكذلك وجود نسبة جيدة من المرونة النفسية وعدم وجود فرق معنوي بين الذكور والاناث في مستوى المرونة النفسية. وفيما يخص العلاقة بين الرضا الزوجي والمرونة النفسية بينت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المتغيرين، فكلما زادت المرونة النفسية زادت نسبة الرضا الزوجي وبالعكس ويمكن تفسير هذه العلاقة بين المتغيرين بانهما يهدفان إلى الحفاظ على العلاقة الزوجية .

٢- دراسة (بخيت ، ٢٠٢٠) : العفو والذكاء الروحي بين الزوجين كمنبئين بالرضا الزوجي :

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين كل من العفو والذكاء الروحي بالرضا الزوجي لدى عينة من الأزواج، كما هدفت إلى معرفة الفروق بين الجنسين (ذكور / إناث) في كل من العفو والذكاء الروحي والرضا الزوجي، وكذلك هدفت إلى معرفة الفروق بين حديثي الزواج وقديمي الزواج بصدد كل من العفو والذكاء الروحي والرضا الزوجي ، وتضمنت عينة الدراسة عينة من الأزواج حديثي الزواج قديمي الزواج، وذوي مستويات تعليمية متباينة ابتدائي دبلوم جامعي، وكذلك تضمنت العينة ريف وحضر، وقد شملت عينة الدراسة مائة وخمسين زوجا وزوجة، وزعت على النحو التالي خمسة وسبعون من الأزواج، وخمسة وسبعون من الزوجات، اثنان وثمانون من الأزواج حديثي الزواج، وثمانين وستون من الأزواج قديمي الزواج، وخمسة وأربعون من ذوى التعليم الابتدائي، وسبعة وأربعون من حملة الدبلوم، وثمانين وخمسون من حملة التعليم الجامعي، ، وتكونت أدوات الدراسة من مقياس العقود ومقياس الذكاء الروحي

بناء برنامج إرشادي مقترح قائم على فنية الإيضاح لتنمية الرضا الزوجي لدى عينة من تدريسي مدرسة الموهوبين

إعداد الباحث)، ومقياس الرضا الزوجي إعداد ترجمة الباحث، وقد كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة إيجابية بين كل من العفو والذكاء الروحي بالرضا الزوجي ومكوناتها لدى عينة الدراسة باستثناء بعدى العفو كسمة والمرونة النفسية، وعدم وجود فروق دالة بين الجنسين (ذكور / إناث) في الدرجة الكلية لكل من العفو والذكاء الروحي ومكوناتها والدرجة الكلية للرضا الزوجي، باستثناء بعد التفكير الناقد، وعدم وجود فروق دالة بين حديثي الزواج وقديمي الزواج في العفو والذكاء الروحي ومكوناتها، والدرجة الكلية للرضا الزوجي، باستثناء بعد التفكير الناقد، أن العفو والذكاء الروحي أسهما في التنبؤ بالرضا الزوجي.

الإفادة من الدراسات السابقة:

أفادت الدراسات السابقة الباحثة في التعرف على المزيد من المعلومات التي تتعلق بمتغيرات البحث (الرضا الزوجي فضلاً عن خطوات بناء البرنامج الإرشادي) ، فضلاً عن زيادة الاطلاع على الأطر النظرية والتعرف على أهم النظريات النفسية التي فسرت تلك المتغيرات ، وكذلك أداة البحث والتي تضمنت مقياس الرضا الزوجي ، وكيفية صياغة الفقرات والتحقق من صحتها ومدى ملاءمتها لقياس ما وضعت لأجله وكيفية استخراج النتائج ومن ثم مناقشتها .

إجراءات البحث

يتضمن هذا الفصل وصف مفصل للإجراءات التي قامت بها الباحثة من أجل تحقيق أهداف البحث والتي تتلخص في تحديد مجتمع البحث واختيار العينة وبناء أدوات البحث وتحقيق الشروط العلمية الواجب توافرها لتكون صالحة لغرض تطبيقها على العينة المختارة وتحديد الوسائل المناسبة لتحليل البيانات ومعالجتها أحصائياً "وصولاً" إلى النتائج وما يبنى عليها من توصيات ومقترحات.

أولاً:- مجتمع البحث Population of research

يتحدد مجتمع البحث بتدريسي مدرسة الموهوبين في محافظة البصرة، البالغ عددهم (٥٢) تدريسي وتدرسية للعام الدراسي ٢٠٢٥/٢٠٢٦م كما في الجدول (١):-

جدول (١) توزيع أفراد مجتمع البحث بحسب الحالة الاجتماعية:

الجنس الحالة الاجتماعية	ذكور	إناث	المجموع
المتزوجين	١٩	٢٣	٤٢
غير المتزوجين	١	٩	١٠
المجموع	٢٠	٣٢	٥٢

بناء برنامج إرشادي مقترح قائم على فنية الإيضاح لتنمية الرضا الزوجي لدى عينة من تدريسي مدرسة الموهوبين

ثانياً:- عينة البحث Sample of the Research

تم سحب عينة البحث الحالي بطريقة قصدية من المجتمع الأصلي ، يبلغ عددها (٤٠) تدريسي وتدرسية وتمثل نسبة مقدارها (٧٧%) من العدد الكلي للتدرسين كما في الجدول (٢) :

جدول (٢) توزيع أفراد العينة بحسب متغير الجنس

الجنس العينة	الذكور	أناث	المجموع
العدد	١٢	٢٨	٤٠

ثالثاً: التصميم التجريبي Experimental Design :

يُقصد به: وضع الهيكل الأساس لتجربة ما ويتضمن وصفاً للجماعة التي يتم فيها تحديد الطرائق المناسبة لأختبار العينة (العيسوي، ٢٠٠٠:ص٨٠)، كما يُحدد التصميم التجريبي طريقة اختيار عينة من مجتمع معين ، إذ أختارت الباحثة العينة التي تطبق عليها البرنامج الإرشادي بطريقة قصدية .

رابعاً : أدوات البحث Tools of research :

١- مقياس الرضا الزوجي Marital Satisfaction Scale :

تبنت الباحثة مقياس (سلامة وبنات ، ٢٠٢٣) تم تصحيح المقياس بناءً على استجابة الافراد على كل فقرة من فقرات المقياس البالغة عددها ١٥ اذ حددت أوزان لبدائل الاستجابة تراوحت بين (١-٥) التي تقابل بدائل الاستجابة الخمسة وهي موافق بشدة (٥) موافق (٤) محايد (٣) معارض (٢) معارض بشدة (١) ، وتعطى الدرجات للفقرات الايجابية (٥،٤،٣،٢،١) على التوالي وتأخذ الاتجاه المعكوس للفقرات السلبية وهي (١٣،١٢،٣) ولأجل الحصول على الدرجات الكلية لكل مستجيب، تجمع الدرجات التي يحصل عليها عن طريق استجابته لفقرات المقياس إذ أن أعلى درجة هي (٧٥) وأدنى درجة هي (١٥) وتشير الدرجة العليا لوجود مستوى عالٍ من الرضا الزوجي والدرجة الدنيا الى مستوى متدني من الرضا الزوجي.

الخصائص السيكومترية للمقياس: Scale psychometical properties

أ- صدق المقياس:- Scale Validity

بناء برنامج إرشادي مقترح قائم على فنية الإيضاح لتنمية الرضا الزوجي لدى عينة من تدريسي مدرسة الموهوبين

يعد الصدق أحد المؤشرات التي تدل على مصداقية وجودة القياس، فالقياس الجيد هو الذي يقيس السمة المراد قياسها، إذ أن تحديد محتوى المقياس يعد خطوة مهمة في بنائه، لأنها الأساس الذي تبنى عليه الفقرات والمجال الذي أشتقت منه، بحيث تؤلف هذه الفقرات في مجموعها وحدات ذلك المقياس وعناصره، فضلاً عن أن دقة المقياس تعتمد على دقة مفرداته (الكبيسي، ٢٠١٠ : ص ٣٣)، ولأجل التحقق من صدق المقياس تم الاعتماد على أنواع الصدق الآتية :-

- الصدق الظاهري : Face Validity

إن الوسيلة المفضلة للتأكد من الصدق الظاهري للأداة هو أن يقوم عدد من الخبراء المختصين بمعرفة مدى قدرة الفقرات على تمثيل الصفة المراد قياسها، إذ تم عرض فقرات المقياس بصورتها الأولية البالغ عددها (١٥) فقرة ملحق (١) يوضح ذلك، على عدد من الخبراء المختصين في مجال الإرشاد النفسي والعلوم التربوية والنفسية، ملحق (٢) وبعد تحديد اعداد المحكمين الموافقين على كل فقرة وغير الموافقين تم أستخراج النسب المئوية للموافقين على كل فقرة وغير الموافقين ، إذ حصلت جميع الفقرات على نسبة (٨٠ %) من الموافقين .

ب - ثبات المقياس Scale Reliability

يقصد بالثبات أنه الاتساق في النتائج أي أنّ نتائج المقياس لا تتغير أو تتغير في اضيق الحدود لدى إعادة تطبيقه على نفس الأفراد وفي ظل الظروف نفسها ويكون الاختبار ثابتاً أي يعتمد عليه إلى الحد الذي يكون قياسه ثابتاً من وقت إلى آخر ففي الاختبارات ذات معامل الثبات العالي ، تكون أخطاء القياس قد قلّت الى أدنى حد مهما كان ما تقيسه الاختبارات فأنها تعطي نفس النتائج عند تكرار تطبيقها على أنه لا يمكن الاستغناء عن حساب معامل الثبات، (سليم، ٢٠٠٤، ص ٣٨٣) .

- عينة الثبات Sambell of Reliability

لغرض التأكد من ثبات المقياس سحبت الباحثة عينة بلغ حجمها (٣٠) استمارة وتم حسابه بطريقة ألفا كرونباخ،

- معامل ألفا : ويسمى كرونباخ - ألفا (Cronbach Alpha) وهو من أكثر معاملات الثبات شيوعاً ويمكن النظر إلى معامل ألفا بأنه متوسط معاملات الارتباط بين الفقرات التي تغطي الموضوع الذي طبق المقياس من أجله (دوران، ١٩٨٥، ص ١٦٣)، إذ بلغ معامل الارتباط (٠,٧٢٥) وهذا معامل ثبات مقبول يمكن الاعتماد عليه في ضوء معايير الثبات التي يتفق عليها المختصون في مجال القياس والتقويم.

التطبيق النهائي للمقياس :- Final Application of the scale

بناء برنامج إرشادي مقترح قائم على فنية الإيضاح لتنمية الرضا الزوجي لدى عينة من تدريسي مدرسة الموهوبين

بعد التحقق من صدق المقياس وثباته، طبقت الباحثة المقياس بصيغته النهائية على التدريسيين المتزوجين في مدرسة الموهوبين وهذه العينة تمثل نسبة (٧٧%) من المجتمع الأصلي في الفصل الأول من العام الدراسي ٢٠٢٥ / ٢٠٢٦ .

٢- البرنامج الإرشادي Counseling Program

خطوات إعداد البرنامج الإرشادي وتتضمن ثلاثة مراحل هي :

أولاً: المرحلة الأولى تحديد الأولويات وتشمل ثلاث خطوات وكما يأتي :

١- تحديد الاحتياجات الإرشادية :- تعد هذه الخطوة الأولى والأساسية في العملية الإرشادية إذ تبنى عليها الفعاليات الأخرى، فهي الأساس الذي يتم بموجبه تصميم البرامج الإرشادية وتنفيذها (حطاب، ١٩٩٢، ص ١٠).

أجرت الباحثة تحديداً لأهم الحاجات التي تحتاج إليها عينة البحث والتي يمكن أن تسهم في تنمية وتعزيز الرضا الزوجي لدى تدريسي الموهوبين ولتحقيق ذلك أعدت الباحثة استمارة تحديد الحاجات الإرشادية بعدها تحويل الحاجات الإرشادية إلى أهداف، وهذا يُعدّ مرآً غاية في الأهمية، إذ أنّ الوصول إلى الغايات والنتائج يعني تلبية تلك الحاجات واشباعها، فضلاً عن تحديد محتوى البرنامج الذي يمثل المادة الإرشادية وأساليب الإرشادية في ضوء تلك الحاجات.

٢- التعرف إلى الفئة المستهدفة :- ويعني تحديد العينة التي يطبق عليها البرنامج الإرشادي وهي تتألف من (١٥) مدرس ومدرسة من تدريسي مدرسة الموهوبين .

٣- تحديد منفذ البرنامج :- ويعني تحديد الشخص الذي يقوم بتنفيذ البرنامج الإرشادي وفي هذا البحث فأن الباحثة هي المنفذة .

ثانياً: المرحلة الثانية / مرحلة الإعداد والتصميم وتشمل الخطوات هي :

١- التخطيط : ويتضمن تحديد أهداف البرنامج الإرشادي وكما يأتي :-

أ- الهدف العام من البرنامج : تنمية الرضا الزوجي لدى أفراد العينة من خلال تحقيق الأهداف الخاصة للبرنامج .

بناء برنامج إرشادي مقترح قائم على فنية الإيضاح لتنمية الرضا الزوجي لدى عينة من تدريسي مدرسة الموهوبين

ب- الهدف الخاص من البرنامج هو إكساب أعضاء البرنامج مجموعة من المهارات التي تتضمنها الفنيات الإرشادية المستخدمة في جلسات البرنامج ، مثل : فنية الإيضاح – التعاطف – إدارة الحوار – السايكودراما .

ج- الأهداف السلوكية : وتتضمن اكساب أفراد العينة (أعضاء البرنامج) خبرات مهمة تمكّن الأزواج من التعامل الإيجابي مع الشريك والتي تعززه فنيات البرنامج والتي يمكن قياس أثرها من خلال الاختبار البعدي .

٢- محتوى البرنامج: أو ما يُعرف بالمادة الإرشادية، إذ يتضمن البرنامج الإرشادي (١٠) جلسات إرشادية بواقع جلستين في الأسبوع يكتسب فيها مجموعة من المهارات التفاعلية التي يمكن أن تُسهم في تطوير العلاقة الزوجية وتنمية مفهوم الرضا الزوجي لدى المشاركين في البرنامج، وتركز المادة الإرشادية على فنية الإيضاح.

٣- التطبيق: تتطلب هذه الخطوة تحديد الأساليب التي من خلالها يُنفذ البرنامج وفي هذا المجال تتبع الباحثة أسلوب الإرشاد الفردي والإرشاد الجمعي، فضلاً إلى ما يتضمنه كل من هذين الأسلوبين من فنيات أو استراتيجيات متعددة يؤدي تطبيقها إلى تحقيق الأهداف المرجوة من البرنامج كما تتضمن هذه الخطوة تحديد الزمان والمكان كخطوة مهمة لإدارة الجلسات الإرشادية.

ثالثاً :-المرحلة الثالثة / التقييم : بعد نهاية كل جلسة تُقيم الباحثة إجراءات الجلسة (تقويم أولي) أما التقويم النهائي فبعد الإنتهاء من البرنامج ومن خلال معرفة نتائج الاختبار البعدي ، وتشمل هذه المرحلة ما يأتي :

- إتخاذ القرار: وهو الخطوة الأخيرة بعد حصول التقويم للبرنامج يتم إتخاذ القرار فيما يخص أعضاء البرنامج ، من يحتاج إلى متابعة أو وضع مقترحات معينة ، أي أنّ هذه الخطوة تتضمن جانبين هما :

أ- الاستمرار والمتابعة.

ب- الإنهاء مع وضع بعض التوصيات والمقترحات.

خامساً: الوسائل الإحصائية المستخدمة:

تم استخدام الوسائل الإحصائية الآتية:

١- النسبة المئوية لحساب نسبة الموافقين من المحكمين على صلاحية المقياس.

٢- البرنامج الإحصائي SPSS

(Statistical packge for social sciences & educational)

بناء برنامج إرشادي مقترح قائم على فنية الإيضاح لتنمية الرضا الزوجي لدى عينة من تدريسي مدرسة الموهوبين

الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية والتربوية، لحساب استجابات أفراد العينة واستخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت المحسوبة.

٣- الأختبار التائي لعينة واحدة من خلال المقارنة مع الوسط الفرضي للمقياس:

إذ أن: $S =$ الوسط الحسابي للمجموعة .

أ = الوسط الفرضي.

ع = الأنحراف المعياري للمجموعة.

د- الأ = بين مستقلتين = ن = عدد أفراد العينة (البياتي وأثناسيوس، ١٩٧٧: ص ٢٥٤).

$$\frac{S - A}{\frac{C}{\sqrt{1-n}}}$$

= ت

الرضا الزوجي

$$\frac{1 - \bar{x}^2}{\sqrt{\frac{(n_1-1)s_1^2 + (n_2-1)s_2^2}{(n_1+n_2-2)} X \frac{(n_1+n_2)}{n_1n_2}}}$$

عرض النتائج ومناقشتها

تعرض النتائج تبعاً لأهداف البحث وكما يأتي :

الهدف الأول : تعرف مستوى الرضا الزوجي لدى تدريسي مدرسة الموهوبين ، ولتحقيق هذا الهدف طبقت الباحثة مقياس الرضا الزوجي على التدريسيين المتزوجين ، وأظهرت النتائج أن أفراد العينة يتمتعون بمستوى أعلى من الرضا الزوجي والجدول (٣) يبين الفرق بين الوسط الحسابي لأفراد العينة وبين الوسط الفرضي للمقياس والفرق لصالح الوسط الحسابي :

الجدول (٣) نتائج الاختبار التائي (T.test) لعينة واحدة (عينة ومجتمع) لقياس مستوى الرضا

الزوجي لدى جميع أفراد العينة ن = ٤٠

الدالة الاحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥)	قيمة t المحسوبة	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي لدرجات جميع أفراد العينة على مقياس الرضا الزوجي
الفرق دال احصائيا	١٩,٩٠١	٤٥	٥,٠٦	٦١,١٢

* قيمة t الجدولية بدرجة حرية (٣٩) لاختبار ذي النهايتين عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = (٢,٧٠) ، (الراوي ، ١٩٩٢ : ص ٤٥٦).

بناء برنامج إرشادي مقترح قائم على فنية الإيضاح لتنمية الرضا الزوجي لدى عينة من تدريسي مدرسة الموهوبين

الهدف الثاني :- تعرف الفرق بين الذكور والإناث في مستوى الرضا الزوجي والذي يُظهره مقياس الرضا الزوجي ، أظهرت النتائج أنّ أفراد العينة من من الذكور لديهم مستوى مرتفع من الرضا الزوجي إذا ما قورن الوسط الحسابي للذكور بالوسط الفرضي للمقياس والجدول (٤) يُبين ذلك :

كما أظهرت النتائج أنّه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث على مقياس الرضا الزوجي والجدول (٤) يُبين ذلك :

جدول (٤) نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين غير متساوية بالعدد لمعرفة الفرق بين أفراد العينة في مستوى الرضا الزوجي بحسب متغير الجنس ن = ٤٠

العينة الجنس	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t المحسوبة	الدلالة الاحصائية (٠.٠٥)
الذكور	١٢	٦١,٠٦	٥,٤٥	٠,٢٨٢	غير دالة إحصائياً
الإناث	٢٨	٦١,١٠	٤,٩٩		

* قيمة t الجدولية بدرجة حرية (٣٩) لاختبار عينتين غير متساوية بالعدد عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = (٢,٠٢) ، (الخفاجي والعتابي : ٢٠١٤ ، ص ٢١٠) .

الاستنتاجات

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث نستنتج ما يأتي:-

إنّ جميع أفراد العينة المتمثلة بتدريسي مدرسة الموهوبين (ذكور – إناث) يتمتعون بمستوى عالٍ من الرضا الزوجي ، وأنّ الإناث يتفوقن على الذكور بمستوى الرضا الزوجي إذ بلغت القيمة التائية للإناث (١٦,٧٧) في حين بلغت القيمة التائية للذكور (١٠,١٢) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أنّ الإناث أكثر ارتباطاً وتمسكاً بالأمر المنزلية وكل ما يتعلق بالأسرة وذلك لأنهن أكثر تحملاً وصبراً فضلاً عما أثبتته الدراسات أنّ النساء أكثر قدرة على إنجاز أكثر من مهمة واحدة في الوقت ذاته ، كما أنّ النساء يمتلكن مهارة التواصل اللفظي وغير اللفظي بدرجة أكبر قياساً مع الرجل وكذلك قابلية المرأة على التعاطف Empathy أي الاحساس بالآخرين والتعاطف معهم .

بناء برنامج إرشادي مقترح قائم على فنية الإيضاح لتنمية الرضا الزوجي لدى عينة من تدريسي
مدرسة الموهوبين

التوصيات Recommendation

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث توصي الباحثة بما يأتي:

- 1- ضرورة إشراك المتزوجين بورش تدريبية لتعزيز التوافق الزوجي وبالتالي تنمية الرضا الزوجي بين الأفراد المتزوجين.
- 2- ضرورة تأهيل الأفراد غير المتزوجين لأهمية تكوين أسرة فضلاً إلى توعيتهم بقدسية الروابط الأسرية وكيفية المحافظة عليها.

المقترحات Suggested

- 1- ضرورة إجراء دراسة مماثلة لمعرفة الرضا الزوجي لدى تدريسي مدارس المتميزين في البصرة.
- 2- ضرورة إجراء دراسة مماثلة للكشف عن الكدر الزوجي لدى بعض التدريسيين.
- 3- تصميم برنامج إرشادي قائم على فنية عكس المشاعر لتخفيف آثار الكدر الزوجي.

المصادر References:-

- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف (٢٠٠٩) المهارات الإرشادية ، عمّان دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة .
- البياتي، عبد الجبار توفيق وإثناسيوس ، زكريا زكي (١٩٧٧) الاحصاء الوصفي والاستدلالي في التربية وعلم النفس ، الجامعة المستنصرية – بغداد .
- جان ،نادية سراج محمد (٢٠١٦): الرضا الزوجي وعلاقته بالتواصل العاطفي وعدد سنوات الزواج وعدد الأبناء والمرحلة العمرية للأبناء ،المجلة الدولية التربوية المتخصصة ، المجلد الخامس ،العدد التاسع .
- حطاب ،حسن وسوسن مسير (١٩٩٢) التدريب والعملية التدريسية ، بغداد – وزارة التربية والتطوير التربوي . الحياي ، عاصم محمود ندا ، (٢٠١١) : الإرشاد التربوي والنفسي ، الطبعة الثانية ، دار الكتب للطباعة والنشر – الموصل – العراق.
- الخالدي ، أمل إبراهيم ، (٢٠١٢) : أساسيات الإرشاد والصحة النفسية ، كلية التربية – الجامعة المستنصرية – بغداد .
- الخفاجي ، رائد إدريس محمود والعتابي ، عبدالله مجيد حميد (٢٠١٥) : الوسائل الإحصائية في البحوث التربوية والنفسية ، دار دجلة للنشر والتوزيع ، عمّان – الأردن .
- دوران ، رودني ، (١٩٨٥) : أساسيات القياس والتقويم في تدريس العلوم ، ترجمة : محمد سعيد صباريني وآخرون ، دائرة التربية ، إربد – جامعة اليرموك .
- الراوي ، خاشع محمود (١٩٩٢) : مدخل إلى الإحصاء ، كلية الزراعة والغابات – جامعة الموصل .

بناء برنامج إرشادي مقترح قائم على فنية الإيضاح لتنمية الرضا الزوجي لدى عينة من تدريسي
مدرسة الموهوبين

- الريماوي ، محمد عودة ، (٢٠٠٤) : علم النفس العام ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمّان – الأردن .
- السالم ، مؤيد سعيد وصالح ، عادل حرحوش ، (٢٠١٤) : إدارة الموارد البشرية ، المؤسسة اللبنانية
للكتاب الأكاديمي ، بيروت – لبنان .
- سفعان ، محمد احمد إبراهيم (٢٠٢١): التنظيم الانفعالي وعلاقته بالرضا الزوجي لدى المعلمين (ذكور –
اناث) حديثي الزواج ، المجلة العربية للآداب والدراسات الإنسانية ، المجلد ٥ ، العدد ١٦ .
- ضمرة ، جلال كايد (٢٠٢١): فاعلية برنامج ارشاد جمعي افتراضي قائم على التعليم النفسي في تحسين
الرضا الزوجي لدى عينة من الطلبة الجامعيين المتزوجين خلال جائحة كوفيد ١٩ ، مجلة الدراسات
التربوية النفسية ، مجلد ١٥ ، العدد ٣ .
- العتوم ، عدنان يوسف وآخرون ، (٢٠٠٥) : علم النفس التربوي بين النظرية والتطبيق ، دار
المسيرة للنشر والتوزيع ، عمّان – الأردن .
- عمر ، ماهر محمود (١٩٨٧) : المقابلة في الإرشاد والعلاج النفسي ، دار المعرفة الجامعية –
الإسكندرية .
- العيسوي ، عبد الرحمن (٢٠٠٠) : التربية النفسية للطفل والمراهق ، دار الرتب الجامعية – بيروت .
- الكبيسي ، وهيب مجيد ، (٢٠١٠) : الإحصاء التطبيقي في العلوم الاجتماعية ، بيروت ، مؤسسة
مصر مرتضى .
- المشاقبة ، أماني رضوان (٢٠١٢): اثر برنامج ارشادي جمعي مستند الى نظرية ساتير في تحسين
نوعية الحياة الزوجية لدى عينة من الزوجات اللواتي يعانين من انخفاض الرضا الزوجي (رسالة
ماجستير غير منشورة) ، كلية التربية ، الجامعة الهاشمية – الزرقاء الأردن .
- Karney ,B , & Bradbury , T. (2020) **Research on marital satisfaction and
stability in the 2010 : challenging conventional wisdom** .Journal of marriage
and family 82 (1).

بناء برنامج إرشادي مقترح قائم على فنية الإيضاح لتنمية الرضا الزوجي لدى عينة من تدريسي
مدرسة الموهوبين

الملاحق

ملحق (١)

يُوضح أسماء المحكمين لمقياس الرضا الزوجي والبرنامج الإرشادي

اللقب العلمي	الاسم	الاختصاص	مكان العمل
أ. د.	أنوار عبد القادر ماشي	طرائق تدريس	كلية التربية للبنات
أ. د.	أمل مهدي جبر	مناهج دراسية	كلية التربية للبنات
أ. د.	هناء عبد النبي كبن	إرشاد نفسي	كلية التربية للبنات
أ. د.	عبد المحسن عبد الحسين	إرشاد نفسي	كلية التربية للبنات
أ. م. د.	رفيف عبد الحافظ تقي	إرشاد نفسي	كلية التربية للبنات

بناء برنامج إرشادي مقترح قائم على فنية الإيضاح لتنمية الرضا الزوجي لدى عينة من تدريسي
مدرسة الموهوبين

ملحق (٢)

مقياس الرضا الزوجي بصورته النهائية

ت	الفقرات	موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة
١	احرص على استمرار حياتنا الزوجية					
٢	نتشارك انا وزوجي / زوجتي في التخطيط لميزانية البيت					
٣	يعبر زوجي/ زوجتي لي عن حبه					
٤	اثق في كلام زوجي/ زوجتي عندما نتحدث					
٥	استمتع بالوقت الذي اقضيه مع زوجي / زوجتي					
٦	انا راضٍ عن علاقتي الحميمة مع زوجي/ زوجتي					
٧	ماشعر بالاستقرار في حياتي الزوجية					
٨	اشعر بالسعادة في حياتي الزوجية					
٩	تكثر المشكلات بيني وبين زوجي/ زوجتي بسبب ميزانية البيت					
١٠	انا راضٍ عن علاقتي بأنسابني					
١١	نتشارك انا وزوجتي / زوجي معا في الأنشطة الاجتماعية					
١٢	ارغب في تحسين علاقتي الحميمة مع زوجي/ زوجتي					
١٣	اعاني من الضغوطات التي يتسبب بها اهل زوجي / زوجتي					
١٤	اجد صعوبة في فهم ما يريد زوجي / زوجتي					
١٥	أعاني من الضغوطات التي يتسبب بها أهل زوجي / زوجتي					

بناء برنامج إرشادي مقترح قائم على فنية الإيضاح لتنمية الرضا الزوجي لدى عينة من تدريسي
مدرسة الموهوبين

ملحق (٣)

جلسات البرنامج الإرشادي المقترح تطبيقه

رقم وتاريخ الجلسة (جلستين في الأسبوع)	محتوى الجلسة (المادة الإرشادية)	فعاليات إنهاء الجلسة
الجلسة الأولى	الترحيب والتعارف بين المرشد وبين أعضاء الفريق	الاتفاق على مكان وزمان الجلسة الثانية
الجلسة الثانية	استخدام فنية الإيضاح وتشمل : - تدعيم الاستجابة التلقائية (تعزيز المرشد للمسترشد) - الاسترخاء - التفسير لبعض عبارات المرشد	التقييم يطلب المرشد تلخيص مادار في الجلسة
الجلسة الثالثة	- التسامح والاحترام (يُظهره المرشد في حالة تعثر المرشد في التعبير عن مشاعره وأفكاره) - الثقة بالنفس (من الضروري أن يثق المرشد بنفسه وبقدرته على إدارة الجلسة بفاعلية حتى يعزز ثقة المرشد بنفسه) الإحساس بالبيئة الآمنة تشجع الأفراد على التعبير عما في داخلهم	حدد شخص واحد أو أكثر تشعر بالأمان عندما تتحدث معه
الجلسة الرابعة	- عكس المشاعر + لعب الدور (أجعل نفسك مكان الآخر) ما الذي تشعر به الآن باستخدام استراتيجية السايكودراما (التمثيل النفسي)	أي الأشخاص المقربين ترغب أن تقوم بدوره ولماذا
الجلسة الخامسة	- الاصغاء (مهارة الإصغاء لتحديث المرشد والاستيضاح لبعض العبارات الغامضة) - التلخيص : يلخص المرشد عبارات المرشد ليُشعره بالإصغاء والاهتمام بما يقوله ويعبر عنه	تحديد بعض المهارات التي يمكن أن يمارسها في المنزل بعد انتهاء الجلسة
الجلسة السادسة	- مهارة طرح الأسئلة المفتوحة التي تسمح بالاسترسال بالحديث - التلخيص : تجميع كلام المرشد المهم في عبارات قصيرة تُشعر المرشد بالاهتمام وبأن المرشد يُصغي إليه بعناية	الواجب البيئي : اكتب بعض الأسئلة التي تدور في ذهنك واطرحها في الجلسة القادمة
الجلسة السابعة	- التمثيل النفسي (يختار المرشد بعض المواقف التي يمكن ان تحدث في الخلافات الزوجية ويطلب أداء الدور من قبل أعضاء البرنامج ثم مناقشة ما يحدث) مع تكرار تمرين التنفس بعمق خلال الجلسات	ما الذي تشعر به الآن بعد أداء الدور الذي اخترته
الجلسة الثامنة	- عكس الدور (أي أنّ لعب الدور من قبل أعضاء الفريق يأخذ دور الطرف الآخر أي الزوجة تلعب دور الزوج وهكذا ... ليتحقق الإحساس بمشاعر الآخر	يطلب المرشد توضيح بعض النقاط الذي يدور حولها النقاش
الجلسة التاسعة	- التعاطف : تعزيز الإحساس بمشاعر الآخرين من خلال الاستماع بعناية لكل ما يدور من حديث ، فضلاً إلى التركيز على الرسائل غير اللفظية أثناء الحديث	استيضاح بعض الأفكار من خلال الحركات (لغة الجسد)
الجلسة العاشرة	الاتجاه الإيضاحي : تكرار بعض كلمات المرشد لغرض فهم المعاني الخفية - الاسترخاء العضلي - استخدام بعض العبارات التشجيعية (تغذية راجعة) .	ما هو رأيك بما دار في الجلسة ؟

(أبو أسعد، ٢٠٠٩: ص ٨٢) & (عمر، ١٩٨٧: ص ٤٥٩).