الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة الشهيد حمة لخضر الوادي

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس وعلوم التربية

مذكرة بعنوان:

حقيبة تدريبية مقترحة قائمة على نظرية فرجينيا ساتير في التواصل الزواجي للوقاية من الانفصال العاطفي

- دراسة ميدانية لعينة من الأزواج بولاية الوادي -

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر أكاديمي في شعبة علم النفس

تخصص: علم النفس المدرسي

إعداد الطالبة:

– أمينة عطية

إشراف الأستاذة:

– أ.د. عمامرة سميرة

– أ.د. سلاف مشري

لجنة المناقشة:

الاسم واللقب	الرتبة العلمية	الصفة
		رئيسا
أ.د. عمامرة سميرة	أستاذ التعليم العالي	مشرفا ومقررا
أ.د. سلاف مشري	أستاذ التعليم العالي	مشرفا مساعدا
		مناقشا

السنة الجامعية: 2024 / 2025

الشكر والتقدير

أتقدم بخالص امتناني وشكري لجميع الأساتذة الأفاضل الذين ساهموا بتوجيهاتهم القيّمة ودعمهم المتواصل في إنجاز هذا العمل.

وأخص بالذكر الأستاذتين المشرفتين:

الأستاذة الدكتورة **عمامرة سميرة**

الأستاذة الدكتورة **مشري سولاف**.

لولا حكمتكما العلمية ورؤيتكما الثاقبة ما تمكنت من صياغة عملٍ أكاديمي بذلت فيه أقصى جهدي ليكون بالشكل المقبول والمميز

شكراً لوقتكما الثمين، ونصائحكما الدقيقة، التي وسّعت آفاق بحثي، ولتشجيعكما الدائم لي على الابتكار والتفكير. ما قدمتموه من معرفة وخبرة كان حجر الأساس في إثراء هذا العمل وإبرازه بشكلٍ لائق.

أتقدّم بجزيل الامتنان لجهودكم الصبورة وتعاونكم الكريم، فأنتم مَنْ زرعتم الثقة وحوّلتم التحديات إلى فرصٍ للإبداع. دمتم نوراً للعلم، ورموزاً للإلهام

ملخص الدراسة

هدفت هذه الدراسة إلى تقديم حقيبة تدريبية مقترحة قائمة على نظرية (فرجينيا ساتير) في التواصل الزواجي للوقاية من الانفصال العاطفي لدى عينة من الأزواج بولاية الوادي، ولذلك انطلقت الدراسة من طرح التساؤلات التالية:

- ما مستوى الانفصال العاطفي لدى عينة الدراسة؟
- ما نمط التواصل الزواجي الأكثر شيوعا عند الأزواج؟
- ما لتصور المقترح للحقيبة التدريبية القائمة على نظرية (ساتير) للتواصل الزواجي للوقاية من الانفصال العاطفي؟

تم اعتماد المنهج الوصفي بأسلوبيه الاستكشافي والتطويري، وتمثلت عينة الدراسة في 20 زوجا و20 زوجة ،تم اختيارهم بأسلوب العينة القصدية من أزواج وزوجات ولاية الوادي. وقد تم جمع البيانات من خلال الأدوات التالية:

- مقياس الانفصال العاطفي لمنصور (2009)
- مقياس التواصل الزواجي الذي بنته الباحثة فريتخ (2018)

تم معالجة البيانات باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية ($SPSS_{25}$)،

وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- مستوى الانفصال العاطفي لدى عينة الدراسة كان منخفضا، حيث بلغ القيمة المحسوبة لاختبار ت 1.563 وهي تعكس المستوى المنخفض جدا لكل أبعاد الانفصال العاطفي.
- نمط التواصل الأكثر شيوعا لدى الأزواج تمثل في النمط اللامبالي المشتت حيث بلغت النسبة ($4.234 \geq 3$) لدى عينة الدراسة.

وبناء على هذه النتائج تم بناء حقيبة تدريبية قائمة على نظرية (فرجينيا ساتير) للتواصل الزواجي للوقاية من الانفصال العاطفي.

ومن أهم ما أوصت به الباحثة هو: تفعيل دور الإرشاد الزواجي في مجتمعنا الجزائري ومعرفة أهميته، والعمل به في المراكز التدريبية وتصميم البرامج.

الكلمات المفتاحية: حقيبة تدريبية، أنماط التواصل، الانفصال العاطفي، فرجينيا ساتير.

Abstract

The aim of this study was to propose a training package based on Virginia Satir's theory of marital communication to prevent emotional divorce among a sample of couples in the Wilaya of El Oued. The study began by posing the following questions:

What is the level of emotional divorce among the study sample?

What is the most common pattern of marital communication among couples?

What is the proposed vision for the training package based on Satir's theory of marital communication to prevent emotional divorce?

The descriptive methodology was adopted using both exploratory and developmental approaches. The study sample consisted of 20 husbands and 20 wives, selected using purposive sampling from couples in the Wilaya of El Oued. Data were collected using the following tools:

The Emotional Separation Scale by Mansour (2009)

The Marital Communication Scale developed by researcher Fritch (2018)

Data were analyzed using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS 25). The study found the following results:

The level of emotional separation among the study sample was low, with a calculated t-test value of 1.563, reflecting a very low level across all dimensions of emotional separation.

The most common communication pattern among couples was the indifferent and distracted pattern, with a high percentage of $4.234 \geq 3$ in the study sample.

Based on these results, a training package was developed based on Virginia Satir's theory of marital communication to prevent emotional divorce. One of the main recommendations of the researcher was to activate the role of marital counseling in Algerian society, raise awareness of its importance, and implement it in training centers and program design.

Keywords: training package, communication patterns, emotional divorce, Virginia Satir.

فهرس المحتويات

الشكر والتقدير
ملخص الدراسة باللغة العربية
ملخص الدراسة باللغة الأجنبية
فهرس المحتويات
فهرس الجداول
فهرس الأشكال
مقدمة..... 1
الجانب النــظري
الفصل الأول: تقديم موضوع الدراسة
1- إشكالية الدراسة: 5
2- أهمية الدراسة:..... 7
3- أهداف الدراسة: 8
4- التعارف الإجرائية لمتغيرات الدراسة:..... 8
5- حدود الدراسة:..... 9
6- الدراسات السابقة والتعليق عليه: 9
الفصل الثاني: الانفصال العاطفي
تمهيد: 22
1- مفهوم الانفصال العاطفي: Emotional Divorce..... 22
2- النظريات المفسرة للانفصال العاطفي: 24
3- مظاهر الانفصال العاطفي: 28
4 – أساب الانفصال العاطفي:..... 29
5 – مراحل الانفصال العاطفي: 31
6- كيفية مواجهة وتجنب الانفصال العاطفي:..... 34
7- علاقة التواصل الزواجي بالانفصال العاطفي:..... 35
8- دور الارشاد الزواجي وأهميته في التخفيف من الانفصال العاطفي 36

خلاصة الفصل.....38

الفصل الثالث: التواصل الزواجي

تمهيد: 40

1- مفهوم الاتصال الزواجي: Marital communication 40

2- نظرية فرجينيا ساتير Virginia Satir في التواصل الزواجي: 41

3- أنماط الاتصال الزواجي: 48

4- مهارات التواصل الزواجي: 48

5- أهمية التواصل في الحياة الزوجية:..... 49

6- معيقات التواصل بين الزوجين: 50

خلاصة الفصل.....52

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد: 54

1- منهج الدراسة:..... 54

2- مجتمع وعينة الدراسة:..... 54

3- الدراسة الاستطلاعية: 60

4- أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية: 61

5- الأساليب الإحصائية المستخدمة: 73

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد: 76

1- عرض وتحليل نتائج تساؤلات الدراسة: 76

2- مناقشة نتائج الدراسة:..... 98

3- استنتاج عام:.....102

قائمة المصادر والمراجع.....104

الملاحق.....108

فهرس الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	يبين توزيع ونسبة عينة الدراسة حسب متغير الجنس	54
02	يبين توزيع ونسبة عينة الدراسة حسب متغير فئات العمر	55
03	يبين توزيع ونسبة عينة الدراسة حسب متغير المستوى الدراسي	57
04	يبين توزيع ونسبة عينة الدراسة حسب متغير فئات مدة الزواج	58
05	يبين توزيع ونسبة عينة الدراسة حسب متغير فئات عدد الأطفال	59
06	يبين حساب قيمة T لعينتين مستقلتين (الصدق التمييزي) لمقياس الانفصال العاطفي	64
07	يبين قيمة معامل الارتباط R (صدق المحتوى) لبنود مقياس الانفصال العاطفي	65
08	يبين قيمة معامل ألفا كرونباخ لمقياس الانفصال العاطفي	65
09	يبين حساب قيمة T لعينتين مستقلتين (الصدق التمييزي) لمقياس أنماط التواصل	70
10	يبين قيمة معامل الارتباط R (صدق المحتوى) لبنود مقياس أنماط التواصل	71
11	يبين اختبار "ت" لعينة واحدة على متوسط فرضي لمستوى أبعاد الانفصال العاطفي	76
12	يبين اختبار "ت" لعينة واحدة على متوسط فرضي لمستوى أنماط التواصل	79

فهرس الأشكال

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
01	يبين توزيع ونسبة عينة الدراسة حسب متغير الجنس	55
02	أعمدة بيانية تبين توزيع ونسبة عينة الدراسة حسب متغير فئات العمر	56
03	يبين توزيع ونسبة عينة الدراسة حسب متغير المستوى الدراسي	57
04	أعمدة بيانية تبين توزيع ونسبة عينة الدراسة حسب متغير فئات مدة الزواج	58
05	أعمدة بيانية تبين توزيع ونسبة عينة الدراسة حسب متغير فئات عدد الأطفال	59

مقدمة

تمثل الأسرة عمود المجتمع وأساسه، وحبله المتين الذي يجب المحافظة عليه ومراعاة حقوقه وواجباته، حفاظا على الترابط الأسري، والتماسك بين أفراده، ويمثل الزوجان عموده الفقري، فالزواج رباط وثيق، وعلاقة متينة ومقدسة، تقوم على أساس المحبة والمودة والسكن والراحة والطمأنينة، مصداقا لقوله تعالى "وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓاْ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ "

في ظل العلاقة الزوجية يسكن كلا الزوجين للآخر ويشعر بقربه العاطفي والجسدي، ليحقق إشباع حاجاتهما، وينسجم كل طرف مع الطرف الآخر، ويشعر بالقرب والمحبة والتفاهم، والاحترام، ومن هذا المنطلق يحقق الزوجان التوافق النفسي، وتجمع بينهما لغة التواصل المشتركة، فيفهم كل طرف احتياجات الآخر ويقوم بتلبيتها.

ولكن رغم ذلك، تتعرض العلاقة الزوجية إلى الكثير من المشاكل والمنغصات، التي تعكر صفو حياتهم، وينقلب ودهما إلى كراهية، وتواصلهما إلى انقطاع أو صمت وتجاهل، وتكبت المشاعر وتبرد تدريجيا، ويصبح كل منهما تربطه بالآخر علاقة سطحية، يجمعهما بيت واحد، ولكن كلا منهما منفصل عن الآخر، وهذا ما يعرف بالانفصال العاطفي، الذي يعتبر من أكثر المشكلات صعوبة بين الزوجين، لأنه يهدد كيان الأسرة.

وقد يؤدي إلى الانفصال الرسمي، حيث يمر بعدة مراحل أولها فقدان المحبة وغياب العواطف بصورة متدرجة وصولا إلى الهجر التام والانقطاع عن ممارسة العلاقة الزوجية والحديث مع الزوجة وعدم النفقة عليها فتصبح الزوجة معلقة وغير مطلقة. (العبيدي، 2015، ص 28)

وفي غياب التدخل العلاجي أو الوقائي من المختصين في العلاج والإرشاد الزواجي، تتفاقم الهوة بين الزوجين، وتقترب حياتهما إلى النهاية والانفصال التام، لهذا يعتبر هذا الدخل الذي يطلبه أحد الزوجين أو كلاهما من خلال الجلسات التدريبية في البرامج الإرشادية حيث يتعلم من خلالها الزوجين مهارات التواصل الزواجي وحل الخلافات،

الزوجية وإعادة ترميم العلاقة العاطفية بينهما أو تدريبهم على الوقاية من هذه المشكلات بمختلفة أنواعها وخاصة مشكلة الانفصال العاطفي.

وفي هذا الإطار ساهمت الدراسة الحالية باقتراح حقيبة تدريبية للوقاية من الانفصال العاطفي، تستند هذه الحقيبة إلى نظرية فرجينيا ساتير التي تمركزت حول تنمية مهارات التواصل الزواجي وإعادة بناء الذات من خلال تطبيق عدة تقنيات علاجية أثبت فاعليتها عدة دراسات.

هدفت هذه الدراسة إلى بناء تصور مقترح لحقيبة تدريبية قائمة على نظرية فرجينا ساتير للوقاية من الانفصال العاطفي، وتسليط الضوء على هذا الموضوع الحساس في مجتمعنا الجزائري بصفة عامة وفي منطقة الوادي بصفة خاصة، وعليه تم تقسيم البحث إلى جانبين الجانب النظري والجانب التطبيقي، فالجانب النظري تم تقسيمه إلى ثلاثة فصول وهي على النحو التالي:

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة: أدرجت فيه إشكالية البحث، وأهداف الدراسة، وأهميتها وتحديد المفاهيم الإجرائية وأخيرا الدراسات السابقة.

الفصل الثاني: تناولت فيه مفهوم الانفصال العاطفي والنظريات المفسرة للانفصال العاطفي وأيضا أسباب الانفصال كما تطرقنا أيضا إلى مراحل الانفصال العاطفي، وكيفية مواجهة وتجنب الانفصال العاطفي، وعلاقة التواصل الزواجي بالانفصال العاطفي، ودور الارشاد الزواجي في التخفيف من الانفصال العاطفي.

الفصل الثالث: تناولت في هذا الفصل تعريف التواصل الزواجي، نظريات التواصل الزواجي، وتطرقنا على أنماط التواصل الزواجي، ومهارات التواصل الزواجي، أهمية التواصل في الحياة الزوجية، معيقات التواصل بين الزوجين، وأخيرا انعكاسات سوء التواصل بين الزوجين.

أما الجانب التطبيقي الميداني فهو مقسم إلى قسمين:

الفصل الرابع: يحتوي على منهج الدراسة، ومجتمع وعينة الدراسة، والدراسة الاستطلاعية كما ذكرنا أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية، وإجراءات الدراسة الأساسية وأخيرا الأساليب الأخصائية المستخدمة.

الفصل الخامس: وهو الفصل الأخير حيث تم فيه عرض نتائج الدراسة، ومناقشة هذه النتائج في ضوء تساؤلات الدراسة، وأخيرا الاستنتاج العام ثم المقترحات ثم قائمة المراجع ثم الملاحق.

الجانب النظري

الفصل الأول:

تقديم موضوع الدراسة

1- إشكالية الدراسة
2- أهداف الدراسة
3- أهمية الدراسة
4- التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة
5- حدود الدراسة
6- الدراسات السابقة

1- إشكالية الدراسة:

تعتبر الأسرة ركيزة المجتمع، ونواته الأولى، لذلك حظيت باهتمام الباحثين والمختصين، في مختلف المجالات والتخصصات، لما لها من دور هام في المجتمع، ويمثل الزواج مصدر نمو المجتمع والأسرة، باعتباره ميثاقا غليظا، مصداقا لقوله تعالى: " وَأَخَذْنَ مِنكُم ميثاقا غَلِيظاً " سورة النساء الآية 21، حيث ينظم الزواج علاقة الزوجين، وهو من أهم الروابط الاجتماعية التي تجمع بين الأفراد، ومن أهم أهداف الزواج تكوين أسرة متماسكة، تبنى على أسس المودة والرحمة والتفاهم والانسجام بين الزوجين. وهو الإطار الشرعي والقانوني الذي ينظم العلاقة بين الرجل والمرأة، محققًا الاستقرار الأسري والنفسي والاجتماعي (الصبان وآخرون، 2020)

فكلما جمع بين الزوجين الحب والثقة المتبادلة، وكان كل طرف مشبع عاطفيا من الطرف الآخر، كلما استمرت العلاقة الزوجية، وعاش الزوجين في استقرار دائم وتفاعل مستمر، وكان كلاهما يشعر بالرضاء عن الحياة الزوجية، وهذا ما أكدته دراسة (عنة، وبن طاهر، 2016) حيث أكدت عن وجود علاقة موجبة بين الإشباع العاطفي والرضا عن الحياة لدى الزوجين.

ولكن رغم ذلك تتعرض حياة الزوجين إلى الكثير من المطبات والمنغصات التي تؤثر بشكل سلبي على علاقتهما وتعكر صفو حياتهما، مما ينقلب حالهما، إلى حال أسوء، ويشعر كلا الزوجين بالفتور في علاقته العاطفية مع زوجه، حيث لا يظهر الزوج مشاعره الإيجابية اتجاه زوجته ويستهزأ بها عند ابداء مشاعرها، وهذا ما أكدته دراسة (الجهني، 2005).

كما أنه قد ينقطع بينهما التفاعل والتواصل وتعم بينهما لغة الصمت والتجاهل والهجران، رغم أنهما في بيت واحد ويجمعهما أطفال في مختلف الأعمار، ومصالح شخصية ورغبة في البقاء مع بعضهما رغم الاختلاف والمشاكل.

ومن أصعب هذه المطبات تعرض الأزواج إلى ما يعرف بالانفصال العاطفي، الذي يعتبر من أصعب المشكلات التي تهدد حياة الأسرة، لذلك أصبح من المواضيع التي تشغل بال الباحثين والمهتمين بشؤون الأسرة والعلاقات الزوجية، باعتباره مشكلة يمر بها الأزواج

في أحد مراحل حياتهم الزوجية، ومن أبرز ما يوصل الأزواج إلى هذه الحالة، هو غياب التواصل والتفاعل بينهما.

ويعتبر الاهتمام بدراسة موضوع الانفصال العاطفي اتجاها حديثا حيث جاء في زمن التغيرات التكنولوجية التي بدأت تظهر في المجتمعات المعاصرة، والتي أثرت بشكل سلبي وبطريقة مباشرة على الحياة الزوجية والأسرية، فالزوجان يعيشان حالة زواج قانونية بينما هما منفصلان عاطفيا، وتتميز حياتهما اليومية بالتباعد والتنافر والشقاق ولا توجد أي مقومات للعلاقة الزوجية بينهما (عليوان وبن مومن،2024).

ويعتبر التواصل بين الزوجين من أهم المهارات التي تساهم في بناء علاقة زوجية ناجحة، كما أنه يساعد على التعبير عن المشاعر، وتوضيح الأفكار، وحل المشكلات بطريقة بنّاءة. وتتجلى أهمية مهارات التواصل في تعزيز الفهم العاطفي وتجنب سوء الفهم الذي قد يؤدي إلى نشوء خلافات وصراعات بين الزوجين. غير أن غياب هذه المهارات أو ضعفها يؤدي إلى حدوث توترات تؤثر على استقرار العلاقة الزوجية، مما قد يفضي إلى حالة من الانفصال العاطفي بين الزوجين.

وفي هذا الإطار تشير (غسيري،2012) أنه حينما لا يفهم الزوج أو الزوجة طرق الوصول إلى الطرف الآخر أو تغفل الزوجة عن مهارات التواصل بالزوج ينتج عن هذا حياة تعيسة أو منشقة بها الخلل والتصدع، فالتواصل الجيد هو المدخل الرئيسي لكل علاقة زوجية إيجابية في حين يعتبر التواصل غير السليم من عوامل سوء التوافق الزواجي والتي تعجل بانهيار الحياة الزوجية.

ومن هنا تجدر الإشارة أن العلاقة الزوجية، تعتمد بشكل كبير على أنماط التواصل الإيجابية والسلبية التي ينعكس عليها علاقة صحية أو غير صحية. (بني سلامة وجرادات، 2016).

ومن بين أبرز النظريات التي اختارتها الباحثة التي تهتم بالتواصل الزواجي والتي فسرت الانفصال العاطفي، نظرية فرجينيا ساتير وقد أشارت إلى أربعة أنماط سلبية لتواصل يقابلها نمط صحي.

تعد نظرية فرجينيا ساتير أحد توجهات المنهج الخبروي في العلاج الأسري، وقد حظيت ساتير بألقاب عديدة نظرًا للانطباع الإيجابي الذي تركته نتيجة أعمالها في ميدان الإرشاد

والعلاج النفسي، فقد سميت كولومبوس العلاج الأسري"، وسميت كذلك معالجة كل أسرة، وقد أثبتت فعالية علاجها مع الأفراد وأيضا مع الأسر والأزواج. (بني سلامة وجرادات، 2016).

ومن خلال ملاحظات الباحثة لبعض الحالات من الأزواج والاستشارات الزوجية التي يبحث من خلالها الأزواج عمن يساعدهم في حل مشاكلهم، فيطلبون المساعدة من أشخاص غير مختصين في المجال الأسري، وربما يتبعون نصائح وتوجيهات قد تضرهم أكثر مما تنفعهم، ونظرا لأن مشكلة الجفاء العاطفي والبرود في المشاعر والعواطف يصرح بها الكثير من النساء في تجمعاتهن مما يوحي بعجزهن عن الوصول إلى الحل وكيفية الوقاية من مشكلة الانفصال العاطفي الذي أحيانا يجهلون حتى تسميته عند بعض العامة من النساء وخاصة في مجتمعنا الجزائري، ولا يدركون خطره على أسرهم وتأثيره على علاقتهم الزوجية.

تأسيسا على ما سبق وسعيا منا لاقتراح حقيبة تدريبية تساعد الأزواج على تنمية مهارات التواصل الزواجي لديهم، ووقايتهم من الانفصال العاطفي، تحاول الباحثة من خلال هذه الدراسة الميدانية بناء تصور مقترح لحقيبة تدريبية قائمة على نظرية ساتير للوقاية من الانفصال العاطفي.

وعليه نطرح التساؤلات التالية:

- ما مستوى الانفصال العاطفي لدى عينة الدراسة ؟
- ما نمط التواصل الزواجي الأكثر شيوعا عند الأزواج؟
- ما التصور المقترح للحقيبة التدريبية القائمة على نظرية ساتير في التواصل للوقاية من الانفصال العاطفي لدى الأزواج

2- أهمية الدراسة:

تستمد هذه الدراسة أهميتها من المفاهيم التي تناولتها، إذا تعتبر من الدراسات التي تناولت موضوع مهم يشغل بال الباحثين في التخصص، مما دفعنا لدراسته أهميته من عدة جوانب وهذا ما سنوضحه فيما يلي:

- إثراء البرامج التدريبية، والمكتبة العربية، بدارسة علمية وبرنامج تدريبي، مقترح خاص للوقاية من الانفصال العاطفي، وربطه بأنماط التواصل الزواجي، مستندة لأحد نظريات العلاج الزواجي، التي ثبتت فاعليتها والمتمثلة في نظرية فرجينيا ساتير.

- إعطاء الأهمية لنظرية فرجينيا ساتير، في التعرف على أنماط التواصل الزواجي، ودورها في الوقاية، من مشكلة الانفصال العاطفي لدى الأزواج. من خلال بناء برنامج تدريبي يساعد الأزواج على تجاوز هذه المشكلة وعدم الوقوع فيها.

- تظهر أهمية هذه الدراسة، في كونها تقدم برنامج تدريبي مفصل للمختصين النفسانيين، والمهتمين بالعلاقات الزوجية، للوقاية من الوقوع في الانفصال العاطفي، ويساعد الأزواج في تطوير أنماط التواصل الزواجي، وخلق الانسجام العاطفي بينهم.

- ترتكز أهمية هذه الدراسة على تصميم تصور مقترح لحقيبة تدريبية وقائية قائمة على نظرية فرجينيا ساتير، وذلك من خلال التعرف على نمط تواصل الأزواج ومن خلال معرفة طريقة الاتصال بينهما.

- لفت انتباه المختصين النفسانيين، إلى ضرورة التعرف على نظرية فرجينيا ساتير، وطريقة أنماط تواصل الأزواج، للوصول إلى جسور التواصل الفعال بينهما، والوقاية من الوقوع في الكثير من المشاكل الزوجية. وخاصة مشكلة الانفصال العاطفي.

3- أهداف الدراسة:

- بناء تصور مقترح لحقيبة تدريبية قائمة عل نظرية ساتير في التواصل الزواجي، بهدف الوقاية من الانفصال العاطفي.

- التعرف على مستوى الانفصال العاطفي لدى عينة الدراسة.

- تحديد نمط التواصل الزواجي الأكثر شيوعا عند الأزواج.

4- التعارف الإجرائية لمتغيرات الدراسة:

- **التصور المقترح للحقيبة التدريبية:** يقصد بها خطة مقترحة لحقيبة تدريبية تم إعدادها وفق خطوات معينة يتضمنها برنامج تدريبي يحتوي على مجموعة من الجلسات التدريبية المصممة من قبل الباحثة، يستند هذا التصور على مبادئ نظرية فرجينيا ساتير في التواصل، ويركز على تحسين أنماط التواصل السلبية بين الأزواج، للوقاية من الانفصال العاطفي وتطوير مهارات التعبير العاطفي، والاستماع الفعال، والتفاعل الإيجابي، بين الزوجين، باستخدام تقنيات ووسائل تدريبية وتوفير بيئة نشطة ومتفاعلة تساعد على تعلم المهارات واكتساب المعرفة.

- **التواصل الزواجي:** يقصد به نمط التواصل الذي يتفاعل من خلاله الزوجان معا من حيث التعبير عن المشاعر، ونقل الأفكار، وحل الخلافات، ويتضمن أنماط التواصل وفق نظرية ساتير (المسترضي، اللوام، المشتت، العقلاني) ويتم قياسه باستخدام مقياس التواصل الزواجي المعتمد من طرف الباحثة.

- **الانفصال العاطفي:** هو حالة من غياب التواصل العاطفي بين الزوجين، وغياب التفاعل، والمشاركة الوجدانية، وانخفاض مشاعر القرب والاهتمام، رغم استمرار العلاقة الزوجية، من الناحية الشكلية، يقاس باستخدام مقياس الانفصال العاطفي المعتمد من طرف الباحثة ويتم تحديد مستواه، من خلال درجات أفراد العينة على هذا المقياس.

5- حدود الدراسة:

- **الحدود البشرية:** تقتصر الدراسة على عينة من الأزواج من ولاية الوادي.
- **الحدود الجغرافية:** ينتمي مجتمع الدراسة إلى عينة من الأزواج في ولاية الوادي.
- **الحدود الزمنية:** طبقت هذه الدراسة خلال سنة 2025/2024.
- **الحدود الموضوعية:** في هذه الدراسة تم اتباع المنهج الوصفي بأسلوبيه الاستكشافي والتطويري، باستخدام استبيان مقياس الانفصال العاطفي وانماط التواصل.

6- الدراسات السابقة:

6-1 الدراسات العربية:

- دراسة الشويكي: الانفصال العاطفي لدى الأزواج في محافظة الخليل في ضوء متغيرات الدراسة (2015).

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الانفصال العاطفي لدى الأزواج في محافظة الخليل، في ضوء متغيرات الدراسة، وقد اتبعت الباحثة المنهج الوصفي في دراستها، وبلغت عينة الدراسة 400 زوج وزوجة.

ولغرض جمع بيانات الدراسة استخدمت الباحثة مقياس الانفصال العاطفي من إعداد عايدة فوائد منصور (2009).

خلصت الدراسة إلى النتائج التالية:

- أن مستوى الانفصال العاطفي لدى الأزواج في محافظة الخليل متدني، ولا يصل إلى درجة الانفصال العاطفي.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في كل من مستوى الانفصال العاطفي لدى الأزواج يعزى لمتغير الجنس، ومكان السكن، ومدة الزواج والوظيفة وفارق العمر بين الزوجين.

– دراسة العبيدي: الانفصال العاطفي في ضوء بعض المتغيرات لدى الطلبة المتزوجين في جامعة بغداد (2015)

تم هذه الدراسة بهدف التعرف على مستوى الانفصال العاطفي، لدى طلبة الجامعة المتزوجون، وكذلك الكشف عن الفروق في الانفصال العاطفي لدى الطلبة. بناء على متغير الجنس ومدة الزواج والحالة الاقتصادية، وفارق العمر بين الزوجين، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي المقارن، وتكونت عينة الدراسة من 150 طالبا وطالبة.

وللوصل إلى تحقيق هدف الدراسة بنت الباحثة مقياس للانفصال العاطفي وتم التحقق من صدقه وثباته.

وبعد تحليل النتائج وصلت الباحثة إلى النتائج التالية:

- إن طلبة الجامعة يعانون من الانفصال العاطفي، مع وجود فروق في الانفصال العاطفي وفق متغير مدة الزواج والحالة الاقتصادية والفارق العمري بينما، لم تظهر النتائج وجود فروق في الانفصال العاطفي بين الجنسين.

– دراسة النمر: فاعلية برنامج إرشادي وقائي من الانفصال العاطفي لدى عينة من المعلمات (2015)

هدفت هذه الدراسة إلى التحقق من فاعلية البرنامج الوقائي المستخدم في الدراسة للوقاية من الانفصال العاطفي، لدى عينة من المعلمات المتزوجات، تم استخدام المنهج الشبه تجريبي وقسمت العينة التي تتكون من 20 معلمة إلى قسمين مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة.

اعتمدت الباحثة في جمع البيانات استبيان المشكلات الزوجية، وكذلك مقياس المعرضيين للانفصال العاطفي. وكذلك البرنامج الارشادي الوقائي وكل هذه الأدوات من إعداد الباحثة.

أكدت نتائج الدراسة فاعلية البرنامج الارشادي الوقائي.

– دراسة بلعباس: أنماط الاتصال وعلاقتها بجودة الحياة أطروحة دكتوراه (2015)

هدفت هذه الدراسة إلى دراسة مدى تأثير أنماط التواصل السائدة في الأسرة الجزائرية على جودة الحياة الزوجية.

استخدمت الباحثة المنهج العيادي – دراسة الحالة– حيث كانت عينة الدراسة تتكون من 300 فرد متزوج (171 أنثى و129 ذكر) من كل من مستغانم ووهران وغليزان ومعسكر وتلمسان.

كما اعتمدت الباحثة في جمع البيانات على استبيان أنماط الاتصال، واستمارة جودة الحياة الزوجية، وتم تطبيقها بعد التأكد من خصائصها السيكو مترية، وكذلك اجراء دراسة عيادية على ثلاث أزواج.

توصلت نتائج الدراسة إلى النتائج التالية:

- وجود علاقة بين أنماط الاتصال السائدة في الأسرة الجزائرية، وبين جودة الحياة الزوجية.
- توجد علاقة ارتباطية سالبة بين نمط الاتصال الدكتاتوري وجودة الحياة الزوجية.
- توجد علاقة ارتباطية بين نمط عدم الاستماع وجودة الحياة الزوجية.
- توجد علاقة ارتباطية موجبة بين نمط الاتصال المعتدل وجودة الحياة الزوجية.

– دراسة الشواشرة: الانفصال العاطفي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين (2017)

من أهداف دراسة الشواشرة الكشف عن مستوى الانفصال العاطفي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت العينة من (242) من المتزوجين.

طورت الباحثة مقياس للانفصال العاطفي لاستخدامه لجمع البيانات بعدما تأكدت من صدقه وثباته، ظهرت نتائج الدراسة كالتالي:

- أن مستوى الانفصال العاطفي منخفض وكذلك الأفكار اللاعقلانية
- بينت النتائج وجود علاقة ارتباطية طردية" دالة إحصائيا بين مستوى الانفصال العاطفي والأفكار اللاعقلانية.

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قوة العلاقة الارتباطية، بين الانفصال العاطفي والأفكار اللاعقلانية، وفقا لمتغير (الجنس، وعدد سنوات الزواج)، بينما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية وفقا لمتغير المستوى التعليمي، ولصالح حملة درجة ماجستير فأعلى، ثم تلاه البكالوريوس.

– دراسة الصبان والجهني والغامدي والسميري: الانفصال العاطفي في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية لدى المتزوجات في مدينة جدة (2020)

تسعى هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الانفصال العاطفي لدى عينة من المتزوجات في منطقة جدة، استخدم الباحثين المنهج الوصفي الارتباطي الفارق، وكانت العينة عددها (623) من النساء المتزوجات في مدينة جدة.

ولغرض جمع بيانات الدراسة للوصول إلى نتائجها استخدم الباحثين مقياس الانفصال العاطفي من إعداد الشواشرة، عمر وعبد الرحمان، هبة (2017) وتم توزيعه على العينة بعد التأكد من صدقه وثباته.

تم الوصول من خلال هذه الدراسة إلى النتائج التالية:

- إلى أن مستوى الانفصال العاطفي منخفض، وبينت النتائج عدم وجود فروق في الدرجة الكلية للطلاق العاطفي ومتغير المستوى التعليمي والاقتصادي، في حين توجد فروق في الانفصال العاطفي تعود إلى وظيفة الزوجة لصالح الزوجات الموظفات لأكثر من 10 سنوات.

– دراسة بن عيشوش: الانفصال العاطفي وعلاقته بفاعلية الذات دراسة ميدانية على عينة من الأزواج مع اقتراح برنامج ارشادي (2021)

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الانفصال العاطفي وفاعلية الذات لدى المتزوجين، كما تم اقتراح برنامج ارشادي وقائي في الدراسة بهدف الوقاية من الانفصال العاطفي، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، تكونت الدراسة من 150 زوجا وزوجة (56) ذكور (94) إناث.

تم استخدام مقياس الانفصال العاطفي ومقياس فاعلية الذات، بعد التأكد من صدقها وثباتها، وبعد عملية جمع المعطيات وتحليلها إحصائيا ظهرت نتائج الدراسة التالية:

- يوجد مستوى معتدل من الانفصال العاطفي لدى عينة الدراسة.

- يوجد مستوى معتدل من فاعلية الذات لدى الأزواج عينة الدراسة.
- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الانفصال العاطفي وفاعلية الذات.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات الانفصال العاطفي لدى الأزواج تعزى لمتغير الجنس.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات فاعلية الذات لدى الأزواج تعزى لعامل السن.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات الانفصال العاطفي لدى المتزوجين تعزى لمتغير مدة الزواج.

– دراسة الكايد والشرعة: مساهمة أنماط التواصل الزوجي والتعلق غير الآمن بأسرة المنشأ في التنبؤ بالانفصال العاطفي لدى الزوجات المراجعات للمحاكم الشرعية في الأردن (2021).

من بين الأهداف التي سعت هذه الدراسة الوصول لها: التعرف على نمط التواصل الأكثر شيوعا بين الأزواج، من منظور الزوجات اللواتي يراجعن في المحاكم الشرعية في الأردن، وهدفت كذلك إلى التعرف على مستوى الانفصال العاطفي لديهن.

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي التنبؤي، وكانت عينة الدراسة تتكون من 170 من الزوجات المراجعات للمحاكم الشرعية في الأردن.

ولغرض جمع البيانات استخدمت الباحثة مقياس الانفصال العاطفي ومقياس التواصل الزواجي من إعدادها وتم استخدامه بعد التأكد من صدقه وثباته،

وفي الأخير توصلت الباحثة إلى النتائج التالية:

- نمط التواصل السائد بين الأزواج هو نمط غير سوي.
- مستوى الانفصال العاطفي لديهن كانا متوسطا.

– دراسة أسعد وأبو أسعد: فاعلية برنامج إرشادي مستند إلى العلاج الأسري لساتير في تنمية أنماط التواصل لدى الأمهات المراجعات لوحدة حماية الأسرة (2021).

أعدت هذه الدراسة بهدف الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي مستند إلى نظرية ساتير في العلاج الأسري بغرض تنمية أنماط التواصل لدى الأمهات المراجعات لوحدة حماية

الأسرة في الأردن. استخدم المنهج الشبه تجريبي، وتم تقسيم العينة إلى مجموعتين بلغ عددها (22) فردا.

وللوصول إلى جمع البيانات تم تطوير مقياس أنماط التواصل وفق ساتير بأبعاده الخمسة (المسترضي واللوام والمشتت والعقلاني والمنسجم) وبعد التحقق من صدق وثبات المقياس تم تطبيقه على المجموعتين التجريبية والضابطة.

أظهرت نتائج الدراسة ما يلي:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متوسط الدرجات على مقياس أنماط التواصل في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية.
- أظهرت نتائج اختبارات المتابعة عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في أنماط التواصل.

– دراسة الزيدانين: فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال لدى المتعلمات المتزوجات حديثا (2021).

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على فاعلية نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال الزواجي، لدى عينة من المعلمات المتزوجات حديثاً في الأردن، واتبعت الدراسة المنهج الشبه تجريبي. وتكونت عينة الدراسة من 30 معلمة من المعلمات المتزوجات حديثاً في محافظة الزرقاء وقسمت إلى مجموعتين متساويتين تجريبية وضابطة.

استخدمت الباحثة مقياس أنماط الاتصال الزواجي وفق أنماط ساتير للأبعاد الأربعة (المسترضي، اللوام، العقلاني المتطرف، اللامبالي أو المشتت) بعدما تم تطويره من طرفها، حيث تأكدت من صدقه وثباته.

تلقت المجموعة التجريبية برنامجا إرشاديا يستند إلى نموذج ساتير، بينما المجموعة الثانية لم تتلقى أي معالجة.

أظهرت نتائج الدراسة النتائج التالية :

– أن متوسط درجات المجموعة التجريبية كانت أعلى بشكل دال إحصائيا في القياس البعدي وفي قياس المتابعة على أبعاد مقياس الاتصال الإيجابي إيصال الرسائل بوضوح والحب، والاتصال المتعاطف، وأدنى بشكل دال إحصائيا على أبعاد مقياس الاتصال السلبي النقد، ورفض التعاون والإجهاد في إدارة الصراع، مقارنة بالمجموعة الضابطة.

– دراسة منشي: أنماط التواصل الزواجي استنادا لنظرية ساتير وعلاقته بالانفصال العاطفي لدى المتزوجين بمديني مكة المكرمة وجدة (2023)

تعددت أهداف هذه الدراسة نذكرها:

- هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستويات أنماط التواصل والانفصال العاطفي لدى عينة الدراسة.

– اكتشاف طبيعة العلاقة بين أنماط التواصل الزواجي والانفصال العاطفي، والكشف عن الفروق في أنماط التواصل الزواجي تبعا للجنس، العمر، عدد سنوات الزواج، الدخل الشهري، عدد الأبناء، وعمل الزوج.

– الكشف عن الفروق في الانفصال العاطفي تبعا للجنس العمر، عدد سنوات الزواج.

واتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي والوصفي المقارن، حيث تكونت عينة الدراسة من (313) من الذكور والإناث المتزوجين بمدينتي مكة المكرمة وجدة.

ولغرض جمع بيانات الدراسة استخدم الباحث مقياس أنماط الاتصال الذي أعده الباحث وفق محاور أنماط التواصل لساتير (المسترضي، اللوام، العقلاني المتطرف، المشتت للامبالي).

وتوصلت الدراسة لمجموعة من النتائج أهمها:

- وجود مستوى متوسط لأنماط التواصل الزواجي (المسترضي، اللوام، العقلاني المتطرف، والمشتت اللامبالي)
- وجود مستوى متوسط للطلاق العاطفي.
- وجود علاقة دالة موجبة بين أنماط التواصل الزواجي والانفصال العاطفي.
- وجود فروق يمكن أن تعزى إلى الجنس في أنماط التواصل الزواجي والانفصال العاطفي
- عدم وجود فروق يمكن أن تعزى إلى العمر أو سنوات الزواج في أنماط التواصل الزواجي والانفصال العاطفي.

– دراسة عليون وبن مومن: الانفصال العاطفي في منطقة القبائل – دراسة على عينة من الأزواج في مدن وقرى ولاية تيزي وزو– (2024)

تسعى هذه الدراسة إلى معرفة مستوى الانفصال العاطفي لدى عينة من الأزواج المقيمين في منطقة القبائل بولاية تيزي وزو، تبعا لمتغيرات الجنس والمستوى الاقتصادي، سنوات الزواج، ومكان الإقامة.

اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، ولغرض جميع البيانات اعتمدت الباحثة استبيان الانفصال العاطفي للباحثة هادي (2010) من مصر المكيف على البيئة الجزائرية من قبل الباحثة العفيفي (2018) وكانت العينة عددها (120) زوجا وزوجة.

توصلت الباحثة إلى النتائج التالية:

- إلى وجود فروق في مستويات الانفصال العاطفي لدى أفراد عينة الدراسة تبعا لمتغير الجنس لصالح الإناث وسنوات الزواج لذوي الأقدمية ويكثر الانفصال العاطفي عند الأزواج ذوي المستوى الاقتصادي الضعيف.

6-2- الدراسات الأجنبية:

– دراسة معبرة Maabre **: فاعلية برنامج إرشادي قائم على نموذج فرجينيا ساتير في تحسين نوعية الحياة وتقليل أنماط التواصل السلبية لدى عينة من الزوجات في محافظة إربد (2020).**

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على فعالية برنامج إرشادي قائم على نموذج فرجينيا ساتير في تحسين جودة الحياة وخفض أنماط التواصل السلبية لدى عينة من الزوجات في محافظة إربد.

اعتمدت الدراسة على المنهج الشبه التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (24) زوجة من محافظة إربد، وتم تقسيم العينة إلى مجموعتين تجريبية وضابطة.

وقد تم تطبيق مقياس جودة الحياة ومقياس أنماط التواصل بعد التأكد من صدق الأدوات وثباتها.

أشارت نتائج الدراسة إلى:

– وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (a= 0.05) في تحسين جودة الحياة بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية تعزى إلى تطبيق البرنامج ولصالح أفراد المجموعة التجريبية.

– وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (a= 0.05) في تحسين أنماط التواصل السلبي بين أفراد المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية تعزى إلى تطبيق البرنامج.

– إن أفراد المجموعة التجريبية حافظوا على تأثير البرنامج على جودة الحياة وخفضوا أنماط التواصل السلبي بعد شهر من تطبيقه.

Alkhawaldeh, Alqatawneh **دراسة الخوالدة والقطاونة**

الانفصال العاطفي وعلاقته بالضغط النفسي لدى الممرضات المتزوجين العاملين في مستشفى الجامعة الأردنية (2022).

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الانفصال العاطفي وعلاقته بالضغط النفسي لدى الممرضين والممرضات المتزوجين العاملين في مستشفى الجامعة الأردنية.

اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (64) ممرضاً وممرضة متزوجين وعاملين في مستشفى الجامعة الأردنية.

قاما الباحثان بتطوير مقياس الانفصال العاطفي، ومقياس الضغط النفسي، وتم تطبيقهما على العينة بعد حساب الخصائص السيكو مترية والتأكد من صدق الأداة وثباتها.

أشارت النتائج إلى:

– مستوى الانفصال العاطفي، ومستوى الضغط النفسي لكليهما كان متوسطاً.

– وجود علاقة ارتباطية طردية بين الانفصال العاطفي والضغط النفسي.

– مستوى الانفصال العاطفي والضغط النفسي لا يختلف باختلاف الجنس والمستوى التعليمي وخبرة العمل.

– مستوى الانفصال العاطفي والضغط النفسي يختلف باختلاف مدة الزواج ولصالح فئة المتزوجين لمدة أكثر من 10 سنوات.

- التعليق عن الدراسات السابقة:

من خلال ما تم عرضه من دراسات سابقة لها صلة مباشرة بموضوع الدراسة الحالية الانفصال العاطفي وأنماط التواصل الزواجي وفق نظرية ساتير يمكن أن نحدد أوجه الاختلاف والاتفاق بينهما.

أوجه الاتفاق والاختلاف بين الدراسات السابقة:

- اتفقت أغلب الدراسات السابقة على أهداف مشتركة مع الدراسة الحالية وهي معرفة مستوى الانفصال العاطفي والتعرف على نمط التواصل الشائع لدى الأزواج باستثناء دراسة النمر (2015) دراسة أسعد وأبو أسعد (2021) ودراسة الزيدانين (2021) ودراسة معبرة (2020) التي هدفت الى:

- التحقق من فاعلية البرنامج الوقائي المستخدم في الدراسة للوقاية من الانفصال العاطفي لدى عينة من المعلمات المتزوجات.

- التعرف على فاعلية نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال الزواجي لدى عينة الزوجات.

- الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي مستند إلى نظرية ساتير في العلاج الأسري بغرض تنمية أنماط التواصل لدى الأمهات المراجعات لوحدة حماية الأسرة في الأردن.

- التعرف على فاعلية نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال الزواجي لدى عينة من المعلمات المتزوجات حديثاً في الأردن.

- التعرف على فعالية برنامج إرشادي قائم على نموذج فرجينيا ساتير في تحسين جودة الحياة وخفض أنماط التواصل السلبية لدى عينة من الزوجات في محافظة إربد

- اتفقت دراسة النمر (2015) في عينتها مع الدراسة الحالية حيث طبقت الدراسة على20 زوجة، في حين اختلفت مع كل من دراسة الشويكي (2015) ودراسة العبيدي (2015) ودراسة العباس (2015)، ودراسة الشواشرة (2017) ودراسة الصبان والجهني والغامدي والسميري (2020) ودراسة بن عيشوش (2021) ودراسة الكايد والشرعة (2021) ودراسة أسعد وأبو أسعد (2021)، والزيدانين (2021) دراسة منشي (2023) ودراسة عليون وبن مومن (2024) ودراسة معبرة (2020) ودراسة الخوالدة والقطاونة (2022).

- استخدمت أغلب الدراسات السابقة نفس الأدوات لجمع البيانات التي استخدمت في الدراسة الحالية وهي مقياس الانفصال العاطفي ومقياس أنماط التواصل وفق نظرية ساتير

- اختلفت أغلب الدراسات السابقة المتمثلة في كل من دراسة النمر (2015) ودراسة بلعباس (2015) ودراسة سعد وأبو أسعد (2021) ودراسة الزيدانين (2021) ودراسة عليون وبن مومن (2024) ودراسة معبرة (2020) مع الدراسة الحالية في منهج الدراسة حيث اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي التطويري، في حين اتفقت مع دراسة كل من العبيدي (2015) ودراسة الشويكي (2015) ودراسة الصبان والجهني والغامدي والسميري (2020)، ودراسة بن عيشوش (2021)، ودراسة الكايد (2021) ودراسة المنشي (2023) ودراسة الخوالد والقطاونة (2022) في المنهج الوصفي.

- يتبين أن الدراسة الحالية اتفقت نتائجها من ناحية المستوى المنخفض للانفصال العاطفي مع كل من دراسة الشويكي (2015) ودراسة الشواشرة (2017) وكذلك دراسة الصبان والجهني والغامدي والسميري (2020)، كما أنها اختلفت في تحديد مستوى الانفصال العاطفي لدى عينة الدراسة بناء على عدة متغيرات مع **دراسة** العبيدي (2015) التي أثبت وجود مستوى مرتفع من الانفصال العاطفي لدى عينة الدراسة مع وجود فروق في الانفصال العاطفي وفق متغير مدة الزواج والحالة الاقتصادية والفارق العمري، بينما بينت دراسة بن عيشوش (2021) وجود مستوى معتدل من الانفصال العاطفي لدى عينة الدراسة مع وجود فروق في مستوى درجات الانفصال العاطفي تعزى إلى الجنس وعامل السن ومدة الزواج، والأمر نفسه وصلت له دراسة عليون وبن مومن (2024) في وجود فروق في مستوى الانفصال العاطفي وفق المتغيرات السابقة. وفي الدرجة المتوسطة للانفصال العاطفي بينت نتائجها كل من دراسة منشي (2023) والخوالدة والقطاونة (2022).

- اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة الكايد والشرعة (2021) من حيث نتيجة اكتشاف النمط الشائع لدى الأزواج فكلا الدراستين كان النمط الشائع لديهما هو نمط غير سوي من أنماط التواصل الزواجي.

ثانيا: الفجوة البحثية التي تعالجها الدراسة الحالية:

من خلال عرضنا المفصل لأوجه الاتفاق والاختلاف، بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية، يمكننا أن نشير إلى أن الدراسة الحالية تتفق مع الدراسات السابقة في موضوعها الرئيسي وأهدافها العامة. ولكنها تختلف عنها في عدة جوانب. حيث تمثل الفجوة العلمية التي تعالجها هذه الدراسة وهي:

- ما يميز هذه الدراسة عن غيرها من الدراسات السابقة هو كونها جمعت بين الجانب النظري لنظرية ساتير والتطبيق الميداني من خلال الدراسة الميدانية مما ممهد في بناء التصور المقترح للحقيبة التدريبية.

- إذا كانت أغلب الدراسات السابقة تركز على مرحلة العلاج أو التدخل عندما تتفاقم المشاكل الزوجية والخلافات، فإن هذه الدراسة تميزت بكونها تستهدف الأزواج الذين يعانون من مستويات منخفضة من الانفصال العاطفي، لتعزز الوقاية الأولية لهم قبل وصولهم إلى الانفصال العاطفي التام.

- من خلال أداة قياس أنماط التواصل رصدت هذه الدراسة النمط الأكثر شيوعا من أنماط التواصل الزواجي الذي لم تبرزه بوضوح الدراسات السابقة.

- معظم الدراسات السابقة كانت في بيئات عربية مختلفة، بينما هذه الدراسة طبقت على بيئة محلية جزائرية لم تجرى عليها دراسات مشابهة حسب اطلاعي.

- لم تكتفي الدراسة الحالية بوصف المشكلة وتحليلها، وأنما اقترحت برنامجا تدريبيا وقائيا مفصلا بناء على نتائج الدراسة مما يجعلها تتميز بالجانب الميداني ويمكن الاعتماد عليها من ناحية المراكز التدريبية والاستشارية المتخصصة في الحياة الزوجية.

وعليه نؤكد أن الدراسة الحالية تسد فجوة بحثية تمثلت في غياب برامج تدريبية وقائية بدلا من علاجية في البيئات العربية والمجتمع الجزائري بصفة خاصة، وبذلك تعد إضافة علمية وميدانية يمكن الاعتماد عليها مستقبلا في دراسات وبحوث ميدانية وتطبيقية علمية أخرى.

الفصل الثاني
الانفصال العاطفي

تمهيد

1- مفهوم الانفصال العاطفي

2- النظريات المفسرة للانفصال العاطفي

3- مظاهر الانفصال العاطفي

4- أساب الانفصال العاطفي

5- مراحل الانفصال العاطفي

6- كيفية مواجهة وتجنب الانفصال العاطفي

7- آثار الانفصال العاطفي على الزوجين

خلاصة الفصل

تمهيد:

يعتبر الانفصال العاطفي إحدى المشكلات الزوجية التي يعاني منها بعض الأزواج، تتعدد أسبابها وتظهر مؤشراتها بين الزوجين في عدة مظاهر، ونظرا لأهمية هذا الموضوع الذي يشغل بال الباحثين والمهتمين، نسلط عليه الضوء في هذا الدراسة من خلال مناقشة عدة نقاط في هذا الفصل بدأ من تعريفه ومظاهره وأسبابه والنظريات المفسر له وعناصر أخرى نتعرف عليها في هذا الفصل.

1- مفهوم الانفصال العاطفي: Emotional Divorce

ما يمكن الإشارة إليه قبل أن نتطرق إلى مفهوم الانفصال العاطفي اصطلاحا، أن هناك تسمية في الدراسات لهذا المفهوم تسمى بالانفصال العاطفي باعتباره مفهوم شائع وفي هذه الدراسة نستخدم مصطلح الانفصال العاطفي الذي يحمل نفس المعنى لطلاق العاطفي.

أولاً: تعريف الانفصال لغة:

"هو الحَقُّ من القول، وبه فُسِّر قول الله تعالى: " إِنَّهُ لَقَوْلُ فَصَّل ". أَي حَقٌّ، وكلمة فاصل أي قاطع، ومنه سمى الفصل للقضاء أي القطع والفصل بين الحَقِّ والباطل."

(جبل، د-ت، ص 533)

وأما كلمة **العاطفي** فهي من العطف، وهو الحنو والميل، "والمرأة العطوف " أي المُحِبَّةُ لِزَوْجِها، والحانِيَةُ على وَلَدِها. وانْعَطَفَ نَحْوَهُ: أَي مَالَ إِلَيهِ وعَطَفَ الله تعالى بقَلْبِ السُّلطان على رَعِيَّتِهِ: إِذا جَعَله عاطفاً رَحِيماً والعاطفة: الرَّحِمُ، صفةٌ غالبة. وقالَ اللَّيْثُ العَطَّافُ: الرجلُ الحَسَنُ الْخُلُقِ، العَطُوفُ على الناس بفضله. (جبل، د-ت، ص 534).

نستنتج مما سبق أن المعنى الذي يتبلور في أذهاننا، من كلمة الانفصال العاطفي هو انقطاع العاطفة والتواصل والمحبة بين الزوجين. وهذا هو المعنى المقصود في دراستنا وما نحن بصدد التعرف عليه.

ثانيا: اصطلاحا: هناك عدة تعريفات اصطلاحية للانفصال العاطفي نذكر منها:

- عرفه **هادي (2012)**" بأنه اختلال التوازن وسوء العدالة التوزيعية في الحقوق والواجبات بين الزوجين والذي يؤثر سلبا على الجانب التعبيري والجانب الذرائعي، ويؤدي إلى تصدع الحياة الزوجية والتنافر وفقدان العاطفة بينهما، ويعيش الزوجان في بيت واحد وكأنهم غرباء وبشكل مستمر".

- **كما يعبر الانفصال العاطفي:** "عن حالة من انطفاء علاقة العاطفة أو خفضها إلى درجة متقدمة مع ما يضاف من تراكم التناقضات في التوقعات، حيث يبدو الرباط الزواجي وكأنه قد استنزف على صعيد العاطفة والشراكة في تحقيق الأهداف على حد سواء، ومع هذا الاستنزاف يتزايد التبيان وتتقلص منطقة التقاطع بين دائرتي الرباط الزواجي". (الصطوف، 2014، 23)

- وفي نفس السياق يشير العبيدي (2015) بأن هذه الحالة من الفتور بين الزوجين، وعدم التفاهم في أغلب جوانب الحياة، تؤدي إلى فقدان المودة والرحمة والسكينة بينهما.

- ويضيف مصطفى (2016) بأنه في حالة الانفصال العاطفي يهجر الزوج زوجته في المحادثة والتواصل النفسي، مع قيام الزوج بالحقوق الزوجية الأخرى كالنفقة وتأمين السكن للزوجة والأبناء.

- ويتفق هذا مع **الحقباني** (2021) الذي يعبر عنه "بأن هجر الزوج لزوجته سواء كان هجراً في العلاقة العاطفية أم هجراً في المحادثة، وفقدان المودة والسكن النفسي بين الزوجين... بحيث يظهر للناس استقامة العلاقة الزوجية والواقع على خلافه"

- في حين يشير **الشيخي (2022)** إلى غياب التواصل اللفظي وغير اللفظي بين الزوجين، وضعف الجانب العاطفي، وعدم الرضا عن العلاقة الزوجية، بجانب ضعف الثقة بين الزوجي.

ما يمكن أن نتفق عليه من خلال هاته التعاريف أن الانفصال العاطفي يعبر عن حالة ينعدم فيها التواصل بين الزوجين، وتنخفض لغة التعبير العاطفي وتنعدم تدريجيا، حسب المراحل التي يمر بها الانفصال العاطفي والتي سوف نتطرق لها لاحقا، بحيث يصبح الزوجان في بيت واحد ولكن كل منهما منفصل عاطفيا عن الآخر، ولا يعكس وجودهما مع بعض معنى الحب والاستقرار العاطفي وإنما يعبر عن مؤشر وجود انفصال أو طلاق عاطفي مهما كانت درجته مرتفعة أو منخفضة، ولكنها تعكس وجود مشكلة حقيقية تستدعى الدراسة وهذا ما نحن بصدد دراسته وتحليله والوقوف عن حيثياته ومحاولة إيجاد حلول له.

وبما أن الانفصال العاطفي مشكلة يعاني منها الأزواج في مختلف البيئات العربية وفي مجتمعنا الجزائري، سوف نتعرف على الخلفية النظرية والتفسير العلمي لهذه الحالة من مختلف وجهات نظر العلماء والمختصين.

2– النظريات المفسرة للانفصال العاطفي:

هناك العديد من النظريات التي تطرقت لظاهرة الانفصال العاطفي نذكر أبرزها وأهمها :

– نظرية التفاعل الرمزي:

تعتبر نظرية التفاعل الرمزي أنه كلما كان العالم الرمزي متنوعا مثلما يحدث في الزيجات بين أفراد ينتمون إلى بيئات مختلفة، كلما تشكلت توقعات الأدوار بينهما بشكل ضعيف وبطيء، الأمر الذي يجعل التفاعل بينهما يحمل أنواعا من التوتر والصراع، بينما يحدث العكس في حالة اشتراك الطرفين في عالم رمزي واحد. (شكري، 2009،)، مما يزيد في درجة الانفصال بين الزوجين، الأمر الذي يؤدي إلى اتساع الفجوة بينهما وبالتالي فتور العلاقة الزوجية. (أبو سمهدانة،2021،ص 164)

وفي ضوء هذه النظرية يهتم المهتمين بشؤون الأسرة بطبيعة الاختلاف بين العالم الرمزي للزوج والزوجة وتأثير هذا الاختلاف على تحديد توقعات أدوارهما وعلى مجريات التفاعل بينهما. (الصطوف، 2014، 25)

- نظرية الحاجات لـ (موراي)

يعتقد موراي أن الحاجات النفسية، أكثر غموضاً وتعقيداً من الحاجات الأولية للشخص وتعد الحاجات العاطفية لب الإشباع المتبادل بين الزوجين، وهي في نفس الوقت، قد تكون سبب الخلافات الزوجية التي لا يستوعبها الزوجين بوضوح، إلا بعد أن تتصاعد وتأخذ أشكال مختلفة كجرح الكبرياء والطموح، فلكل واحد من الزوجين حاجات عاطفية، ينتظر أن تشبع من الطرف الآخر فعلياً، فإن معرفة مدى الإشباع الفعلي من جانب أحد الزوجين للحاجات العاطفية للآخر، وكذلك معرفة مدى التفاهم المتبادل للحاجات التي يتمناها كل طرف من الآخر، هي القاعدة الأساسية التي تؤمن استمرار الحياة الزوجية. (الباز،2019، ص 34)

- **نظرية التبادل الاجتماعي**

تعتبر هذه النظرية أن السلوك الاجتماعي يرتكز على العلاقة المتبادلة بين طرفيه. حيث يتكون التبادل الاجتماعي من الأفعال الإرادية التي يقوم بها الأفراد ويحركها الفائدة التي يتوقعون الحصول عليها. وعلى هذا الأساس، فإن مفهوم التبادل يستبعد الأفعال القائمة على القهر أو الفرض القسري. وقد أكد "هومانز" على مبدأ العدالة التوزيعية؛ حيث أكد على أن تكاليف العدالة الاجتماعية يجب أن تكون مساوية لأرباح العلاقة لكلا الجانبين. ولذلك فإن اختلال ميزان التكاليف والنفقات سيؤدي في اعتقاده إلى إلحاق الظلم الاجتماعي في جانب معين من جوانب العلاقة، وهو ما يؤدي إلى قيام ذلك الجانب بتوتير علاقته مع الجانب الآخر. كما تنص العدالة التوزيعية على أن استعمال القوة والتهديد من قبل الجانب المتضرر سيؤدي إلى ضياع حقوقه، وهو ما يناقض مبدأ العدالة التوزيعية، ويتناقض مع مبدأ كرامة الإنسان والجماعة. (أميمن، 2024، ص 147)

حسب نظرية التبادل الاجتماعي أن الزوجين يستمران في التفاعل معا ويشعران بالتعاون والتماسك، عندما يجد كل منهما نفسه رابحا في تفاعله مع الآخر فأنه يستمر في التفاعل معه، ويتوقفان عن التفاعل أو يأخذ تفاعلهما شكلا عدائيا عندما يجد أحدهما أو (كلاهما) نفسه خاسرا نفسيا من هذا التفاعل، وتلعب توقعات أحد الزوجين تجاه الآخر دورا كبيرا في عملية التفاعل. وكلما كان التوقع ايجابيا أدى إلى الإثابة وبالتالي الربح النفسي والعكس صحيح. وعندما يشعر الزوجان بالربح النفسي في التفاعل بينهما يعدل كل منهما سلوكياته وافكاره ومشاعره حتى يقترب من سلوكيات وافكار ومشاعر الآخر ويتعلم كيف يرضيه وكيف يتحمله حتى يستمر التفاعل الايجابي بينهما والعلاقة بين رضا أحد الزوجين عن الآخر وحصوله على الربح النفسي من التفاعل معه علاقة تأثير متبادل فيسودهما التعاون والتآزر والتكامل وتزداد ارباحهما النفسية من التفاعل الزوجي. اما اذا تعرضا احد الزوجين إلى الخسارة النفسية في التفاعل الزواجي فإنها تؤدي إلى التمرد النفسي على الزوج الذي تسبب في الخسارة ويأخذ تفاعلهما معا شكل التنافس الذي قد يؤدي إلى خضوع احدهما للآخر وانصياعه له بالإكراه ودفعه إلى ما اسماه "سومنز" التعاون العدائي " فعندما يكون الزوج رابحا نفسيا والزوجة خأسرة نفسيا وتقبل الزوجة الهزيمة النفسية وتستسلم للأمر

الواقع وترضى بسيطرة زوجها وتخضع له فأنها لا ترفع الراية البيضاء ولا تقبل السلام لأنها تستسلم استسلام المقهور الحاقد وتتسم ردود أفعالها في التفاعل بالسلبية والإهمال والرياء والتملق والطاعة العمياء للزوج وقد يدفعها حقدها أحيانا إلى الخيانة الزوجية، وعندما لا يقبل الزوجان الخسارة النفسية يتحول تفاعلهما معا إلى الصراع بسبب تضارب مصالحهما وتعارض دوافعهما ويسعى كل منهما إلى هدم الآخر والانتقام منه ويستمر الصراع بينهما حتى ينتصر احدهما على الآخر أو ينفصلان عن بعضهما البعض، لكن عندما لا يستطيع أي من الزوجين حسم الصراع لصالحه فأنه يضطر إلى مهادنة الزوج الآخر والتعاون معه من اجل تحصيل مصالح شخصية من تفاعله معه أو دره خسائر مادية أو نفسية قد يتعرض لها إن انفصل عنه أو توقف عن التفاعل الزوجي معه، وهكذا قد نجد زوجين متعاونين لكنهما غير سعيدين بحياتهما الزوجية من أجل أولاد لهما أو تجارة بينهما أو مصالح مادية واجتماعية أخرى لا تتحقق لأي منهما إلا من خلال تفاعلهما معا. (العبيدي،2015، ص 30-31)

- **نظرية أريكسون في النمو النفسي الاجتماعي** ترى هذه النظرية أن الزواج الناجح هو الذي توجد فيه الألفة، ذلك أن الألفة تولد الحب وتؤدي إلى الفشل في تأمين علاقة تعاونية وثيقة مع الزوج، وأن كل أزمات النمو موجودة في الزواج من بدايته وفي كل مرحلة تظهر أزمة وتسيطر مشكلاتها على الزوجين وتحمل إمكانية التفاعل الإيجابي فتقوي النمو إذا تم حل الأزمة بشكل مناسب أو إمكانية التفاعل السلبي فتضعف هذه العلاقة بالأزمة بين الزوجين ظهور عائق يمنعهما أو يمنع أحدهما من إشباع الحاجات الأساسية أو تحقيق أهداف ضرورية، فيشعر بالحرمان والإحباط ويدرك التهديد وعدم الأمان في علاقته الزوجية فيسوء توافقه مع الطرف الآخر مما يصل بالطرفين إلى مرحلة تظهر فيها مظاهر الانفصال العاطفي. (أبو سمهدانة،2021، 164)

- **نظرية تعدد الأجيال:** يعتقد العالم بوين (Bowen) أن الفرد وأسرته يعيشون ضمن نظام عاطفي، وأن المهام والأنظمة الأسرية تقوم على نظام معين من المشاعر والأحاسيس، ويتم تنميتها سنوات طويلة داخل الأسرة، ويعتقد أنها تنتقل من جيل إلى جيل. فعند غياب هذا النسق العاطفي بين أفراد الأسرة، يشعر أفرادها بضعف العاطفة بينهم، مما له آثار سلبية على الأسرة برمتها. (الشواشره وعبد الرحمان 2018، 302)

- **نظرية التفكير اللاعقلاني:** لقد قدم ألبرت أليس Ellis Albert" صاحب نظرية التفكير اللاعقلاني إحدى عشرة فكرة لاعقلانية، أو خاطئة يفترض أنها مسئولة عما يصيب الأفراد من اضطرابات في تفاعلاتهم العامة مع الآخرين. فقد تنشأ أفكار غير عقلانية بين الأزواج، تتلخص في مقارنة الشريك بالآخرين مما قد يودي إلى عدم القناعة بالشريك وإثارة الشعور بالحساسية الزائدة اتجاه هذا الشريك. كذلك الشعور بالحب المثالي بين الأزواج قد يؤدي إلى آثار سلبية في العلاقات الأسرية. حيث إن طرق الإدراك، والتفسير، والتقييم للأحداث من قبل الزوجين معاً لها دور في الكشف عن طبيعة علاقتهم، وتؤثر على نوعية هذه العلاقة. (الشواشرة وعبد الرحمان، 2018، 302)

- **نظرية التفكك الزواجي لجوتمان:** قامت نظرية جوتمان على العديد من الدراسات العملية الطولية مع مئات من الأزواج على مدى سنوات عدة وقد خرجت بمجموعة من الافتراضات أهمها : أن نقاط القوة والضعف في إدارة الصراع داخل العلاقة الأسرية لها تأثير على التواصل العاطفي بينهم، (القراله، 2022، 117) ويرى جوتمان أن الزواج الذي يدوم فترة طويلة، يعتمد على قدرة الزوجين على حل الصراعات التي لا يمكن تفاديها، كما رأى أن السلوكيات السلبية تؤدي إلى التعاسة الزوجية، وحدد أربع سلوكيات تدفع بالزواج نحو عدم الرضا، وهي: كثرة الانتقادات التي تؤدي للاحتقار، الذي يولد بدوره اتخاذ موقف دفاعي، وفي النهاية إلى عدم الرغبة في البقاء، وغياب العاطفة بينهما. (الشواشرة وعبد الرحمان، 2018، 303)

كما قام جوتمان بتحديد سبع مبادئ اسماها المبادئ السبعة لإنجاح الزواج" (الشيخي، 2022، 322)

وذكرها على النحو التالي:

1- تحسين خارطة الحب ومشاركتها

2- تعزيز مشاعر الإعجاب وتغذيتها

3- الاقتراب بدلاً من الابتعاد

4- اجعل شريكك يؤثر فيك

5- عاج مشكلاتك بنفسك

6- التغلب على المشكلات الدائمة المستمرة وانهاء الجمود

7- إيجاد معنى مشترك ومشاركة أهداف الحياة وخلق أهداف مشتركة بين الزوجين

- **نظرية الانفصال العاطفي (لجونسون)** تختص هذه النظرية بالعلاقات الزوجية المضطربة وما يتبع ذلك من تداعيات، حيث تفترض النظرية أن الأزواج عندما ينزلقون إلى طريق الانفصال العاطفي فإن كل زوج يكون أقرب إلى الاستقلال عن الآخر، وتكون بين الزوجين فوضى مؤلمة ويعم الحزن ويكون الواقع صعباً على الطرف المتروك عاطفياً، الذي يريد البقاء قائماً متماسكاً فينفد صبره ويعاني من الضغوط النفسية، وعند حدوث الانفصال العاطفي تخرج علاقة الزوجين عن نطاق السيطرة لأن الزوجين يتصرفان بسلوكيات غريبة تنعدم فيها العاطفة، ويتصرف الزوج المتروك بطرائق غريبة وغير مسؤولة أو يكون أسلوبه غير منطقي، إلا أن ذلك لا يعني أن الزوجين قد أصبحا عدوانيين، لكنهم وجدوا أنفسهم في عملية بغض (كره) لبعضهم البعض. (القراله، 2022، 116-117)

3- مظاهر الانفصال العاطفي:

تظهر مظاهر الانفصال العاطفي بين الزوجين في كل من:

- غياب التواصل اللفظي والجسدي والعاطفي بين الزوجين، بحيث يصبح كل منهما شبه غائب عن الآخر ولا يتواصل معه وتعم بينهما لغة الصمت.

- اللوم المتبادل بين الزوجين عند أتفه الأسباب وكل منهما يرى الآخر أنه مذنب في حقه.

- الانسحاب من الفراش الزوجي، والتهرب والهجران بين الزوجين فقد كلا منهما الرغبة في الآخر تدريجيا، ولم يعد له رغبة في القرب الجسدي والفراش.

- المكوث طويلا خارج البيت، وخاصة الزوج حيث لم يعد البيت يمثل له الأمان والاطمئنان، فيضل قضاء وقت طويل خارج المنزل.

- غياب الحوار والنقاش بين الزوجين ولم يعد يربط كل واحد منهما الآخر بالحديث عن أمور خاصة بحياتهما أو تخص أطفالهما، فينسحب كل من الزوجين ويفضل الصمت على الحديث والنقاش. (الصبان وآخرون، 2020، ص 142)

وتؤكد دراسة (منصور 2009) في النتائج التي توصلت لها من خلال دراستها على وجود مظهر من مظاهر الانفصال العاطفي، والذي يتمثل في المظهر الصامت والسلبي حيث أكدت على أن النساء يعانين من الانفصال الصامت وأرجعت ذلك لعدة أسباب من أهمها الأسباب الدينية، والوضع الاقتصادي المتدني، وغياب المحبة والتواصل بينهما.

في حين أشارت (عفيفي 2018) إلى مظاهر أخرى تعكس الانفصال العاطفي لدى الزوجين، مثل: الشعور بالندم مع الطرف الآخر والتفكير في الانفصال الفعلي، عدم تحمل المسؤولية ورمي أثقالها على الطرف الآخر، غياب التناغم مع الزوج وفقدان التعبير عن المشاعر والحب.

4 – أساب الانفصال العاطفي:

ذكر هادي (2012) عدة أساب للانفصال العاطفي بشيء من التفصيل نذكرها باختصار:

1- الصراع بين الزوجين: مما يؤدي إلى خلق جو من التوتر وزيادة الضغط والمشاكل مما ينعكس على التواصل العاطفي بينهما وتزداد الفجوة العاطفية وتنقص المودة والحب بينهما.

2- تأثير الأمراض النفسية: نتيجة الاضطرابات النفسية تتصدع العلاقة الزوجية وينعكس هذا على الاتصال والتواصل الفعال بين الزوجين.

3- الغيرة: تجر العديد من الأزواج إلى الوقوع في تصرفات قد تقضي على الحياة الزوجية.

4- التسلط وحب السيطرة: فعندما تتسلط الزوجة وتتحكم في تصرفات زوجها وتظهر عيوبه وتوجه له النقد لأقل خطأ يرتكبه، فلا يستطيعان التفاهم فيما بينهم وتتعطل لغة الحوار بينهما.

5- الفتور في العلاقة الزوجية: فعندما تصبح الحياة الزوجية روتين مملا بسبب الفتور بين الزوجين، يؤدي هذا إلى التباعد والإهمال العاطفي بينهما.

6- الفرق الشاسع في العمر بين الزوجين: مما ينعكس على أسلوب التفكير بينهما والنظرة للحياة وفرقا كبيرا في المشاعر والعواطف، مما يسبب التعاسة والخلاف بين الزوجين، فكلما تقدم السن بالأزواج كان فارق السن بينهما كبير، كلما زادت المعاناة بين الزوجين خاصة في الجانب العاطفي والجنسي.

7- هجر الفراش: تسبب هذه المشكلة بين الزوجين حدوث الانفصال العاطفي أو الانفصال، وتزايد حدة الشقاق بينهما وعدم الاستقرار الزواجي، ويصبح الانفصال داخل الدار بديلا عن الانفصال خاصة إذا كان هناك أبناء بين الزوجين.

8- السكن مع أهل الزوج: مما ينجم عن ذلك من توترات ومشاحنات خاصة بين الزوجة ووالدة الزوج أو عائلته مما يؤثر على الاستقرار الزواجي حيث تؤكد بعض الدراسات أن السبب الرئيسي في الانفصال والانفصال العاطفي هو تدخل الأهل.

9- عدم استخدام مهارات التواصل: افتقار أحد الزوجين أو كليهما استخدام مهارات التواصل في حل المشكلات أو ضبط الغضب يحدث اضطرابا في جوهر العلاقة الزوجية.

إضافة إلى هذه الأسباب ذهبت (منصور، 2009 171-179) إلى أن أسباب الانفصال العاطفي بين الزوجين تتمحور في:

- الخيانة الزوجية من قبل الزوج
- عدم التكافؤ بين الزوجين في مختلف الجوانب الاجتماعية ومستوى التعليم، والفارق العمري بين الزوجين.
- تدخل الأهل ولا سيما الذين ينتمون لمستوى اجتماعي واقتصادي منخفض،
- العنف اللفظي والجسدي الذي يستخدمه الزوج مع الزوجة
- غياب لغة التواصل والحوار بين الزوجين،
- السمات الشخصية للزوج والمتمثلة في البخل والكذب وعدم القدرة على تحمل المسؤولية.

كما ذكر طه (2018، 425) عدة أسباب أخرى للانفصال العاطفي نذكرها:

- الاختيار الخاطئ لشريك الحياة
- اختلاف الميول والاهتمامات المشتركة بين الزوجين،
- الملل والفتور والروتين المتكرر لأحد الزوجين أو كليهما
- الأنانية واهتمام كل طرف بمصالحه على حساب الطرف الآخر
- فقدان الثقة بين الزوجين ووجود اتجاهات سلبية نحو شريك الحياة
- الصمت الزوجي وسلبية التواصل بين الزوجين.
- العنف المتبادل بين الزوجين
- سوء التوافق الجنسي وعدم الاستمتاع بالعلاقة الحميمية

كما يعد افتقاد الزوجين للحب من أساب الانفصال العاطفي. حيث يحدث بين الزوجين فتوراً عاطفياً. ويتسع هذا الفتور العاطفي بتتالي السنين. حيث يضعف التواصل اللفظي والجسدي بين الزوجين. ويقود ضعف التواصل اللفظي والجسدي بين الزوجين إلى الانفصال العاطفي بينهما. ويتخذ ضعف التواصل الزوجي بنوعيه اللفظي والجسدي عدة مظاهر منها: "الانسحاب من فراش الزوجية، وغياب الرفق واللين بين الشريكين، وشيوع السخرية والاستهزاء والإهمال لاحتياجات الطرف الآخر، واللوم المتبادل، والأكل والشرب بشكل منفصل والمقاطعات في اللفظ والكلام والحوار، وجلوس الزوجين في أماكن مستقلة داخل البيت، والهروب المتكرر من المنزل، وتبلد المشاعر والصمت الدائم، وغياب الحوار بين الزوجين أو الصمت الزوجي" (أميمن 2024، 164)

5 – مراحل الانفصال العاطفي:

يوجد محطات تعطي الزوجان إشارات تدل فيما إذا كان الزوجان يسيران في الطريق الصحيح أو يسريان اتجاه الانفصال العاطفي وهي: (منصور، 2009، 33– 34)

1– الحلم (Dream): يطلق على تلك المرحلة مرحلة العيش بالأحلام، وقد يخطئ الزوجان بالاعتقاد بأن الحياة الزوجية لا تحتاج إلى جهد دائم وعمل متواصل للعيش في سعادة دائمة، إلا أن وجود نوع من المشكلات والتوتر في العلاقة الزوجية طبيعي جداً، لكن عدم الرغبة في العمل على حلها سوف يزيد، ويؤدي بالزوجين إلى الانتقال إلى المحطة القادمة في الخريطة الزوجية.

2– من الحلم إلى خيبة الأمل (From Dream to Disappointment): تحدث خيبة الأمل عندما يفشل الزوجان في الوصول إلى التوقعات التي وضعوها لأنفسهم قبل الدخول في العلاقة الزوجية. ومن الجدير بالذكر بأن كل زواج يمر بإحباطات وخيبات أمل، فقدرة الزوجين على فهم ذلك يساعد في تنمية العلاقة الزوجية وتقويتها، أما عدم التوصل إلى حلول لخيبات الأمل والإحباطات التي تواجه الزوجين في بداية زواجهما تؤدي إلى تعميق حدة المشكلات مما ينتج عنه شعور كل من الزوجين بالتوتر والقلق، أما ما يخفف من حدة خيبات الأمل والاحباطات، هو قدرة الزوجين على الوعي لتلك الاحباطات وخيبات الأمل والعمل على ايجاد الطرق السليمة للتعامل معها وتلافيها. فخيبات الأمل والإحباطات بالعلاقة الزوجية لا يمكن تجنبها، لأن الزواج عبارة عن تحالف وجهات نظر وطرق حياتية

مختلفة، فكل زوج يجلب للعلاقة الزوجية خلفيات وعادات وتقاليد، وفلسفة، وطرق حياتية مختلفة، بالإضافة إلى العديد من التوقعات المختلفة، والفروق بين الرجل والمرأة.

3- من خيبة الأمل إلى الخذلان واليأس (Disappointment to Disarrangement) يشعر كل من الزوجين بالخذلان واليأس عندما تصبح حاجات الحب الأساسية (Basic Love Needs غير مشبعة من خلال الزواج، وعندها يتم التركيز على (الأنا) أولا بين الزوجين وليس (نحن).

4- من اليأس إلى التباعد (From Discouragement to Distance) إن الأزواج الذين يعيشون في تلك المحطة ينشغلون في بناء أنفسهم وظيفياً واجتماعياً متناسين حياتهم الزوجية والأسرية. (منصور، 2009، ص 33)

5- من التباعد إلى الانفصال (From Distance to Disconnect) في هذه المحطة يعيش الزوجان معاً، لكنهما عملياً منفصلان ولا يوجد بينهما أي نوع من الاتصال، من الممكن أن يبحث كل منهما عن علاقة حميمة مع شخص آخر خارج العلاقة الزوجية، وهنا تبدأ الخيانة الزوجية.

6- من الانفصال إلى الشقاق (From Disconnect to Discoed): يعيش الأزواج بتلك المرحلة حياة أشبه بالمعركة معظم الوقت، وصنفت إلى نوعين: نوع بارد، حيث لا يوجد علاقة حميمة جسدية، والعلاقة الجسدية (الجنسية) إن وجدت مساوية للنوم مع عدو، والنوع الثاني هو النوع المشحون (Hot) الذي يتميز بأنه كالحرب المشتعلة معظم الوقت، مع وجود قلة احترام واحتقار بين الطرفين وغياب للعلاقة الجسدية.

7- من الشقاق إلى الانفصال العاطفي (From Discord to Emotional Divorce) يعيش الزوجان بتلك المرحلة حالة زواج قانوني، بينما هما منفصلان عاطفياً، وتتميز سلوكياتهما اليومية بالتباعد والشقاق، ويعيشون بالبيت نفسه تحت سقف واحد ولكنهما متباعدان أميالاً عن بعضهما البعض، ولا يوجد أية مقومات للعلاقة الزوجية. فالأزواج يبقون معاً لعدد من الأسباب منها الأولاد، واعتماد الزوجة على الزوج مادياً، والمظهر الاجتماعي، أو السبب الديني. (منصور، 2009، 33- 34)

في حين يذكر (العبيدي، 2015) أن الانفصال العاطفي يمر بمراحل أخرى:

- **أولا:** زعزعة الثقة وفقدانها / في هذه المرحلة يفقد أحد الطرفين ثقته بالطرف الآخر فلا يأمن به وتهتز صورته امامه ومن الصعب اصلاحها وفقدان الثقة أو زعزعتها بين الزوجين أو بالطرف الآخر معناه الشك في القول والفعل، ويؤدي إلى فتور الحب بين الزوجين وفقدانه.

- **ثانيا:** فتور الحب وفقدانه في هذه المرحلة يكثر اللوم والعتاب وتزداد حدة المحاسبة عن كل تقصير واتهام بعدم تحمل المسؤولية. ان احساس الطرفين أو كليهما بفتور الحب وفقدانه يشكل نقطة ارتكاز في الخلاف بينهما وصدامهما معا إذ يشعران ان عاطفتهم تجاه بعضهم لم تعد كما كانت في السابق ولم يعد منجذبا أحدهما للآخر بل صار منصرفا عنه ولا يكاد يلتفت اليه ولا ينظر له نظرات الحب والاعجاب ولا يهتم بطلباته ولا يلتمس له الأعذار في الكثير من تصرفاته ويميل إلى تضخيم عيوبه ويبدو عازفا عن حبه وتوده له.

- **ثالثا:** الانانية تساهم الأنانية في هدم قواعد الأسرة وهي أن يفكر كل منهما بنفسه وبمصلحته فقط دون مراعاة لمصلحة الطرف الآخر، ويشعر الزوج أو الزوجة بعدم الرغبة في التضحية وعدم القناعة بالحياة والندم على الاقتران بالطرف الآخر وينشغل بنفسه أو عمله عن الآخر فلا يلتزم بأداء واجباته نحو الطرف الآخر. ويركز على الاهتمام بنفسه وادخار المال لحسابه الخاص والانفاق على نفسه وملذاته دون مراعاة لمتطلبات الأسرة ويقل لديه الشعور بالمسؤولية.

- **رابعا:** الصمت الزوجي يعد الصمت الزوجي هو أحد اوجه الجمود في العلاقة الزوجية وهو عدم تبادل الأحاديث والمشاعر الودية مع الطرف الآخر لقناعته بعدم جدوى الحوار معه وهذا يؤدي إلى زيادة الهوة بين الزوجين مما يهدد العلاقة الزوجية بالتمزق والانفصال وإذا اضطر الزوجان إلى الحوار يكون بلهجة حادة خالية من المحبة والاحترام أو التقدير، وقد يحاول كل منهما جرح الآخر أو ايلامه بالنقد أو العتاب أو التوبيخ أو التشكيك في محبته واخلاصه.

- **خامسا:** الانفصال العاطفي في هذه المرحلة تكثر الحواجز النفسية بين الزوجين وإذا ما اضطروا إلى التعامل في مواقف قليلة فان هذا التعامل يأخذ صفة البرود أو الحدة أو الجدية التي تقترب من التعامل الرسمي وليس التعامل الودي أو التلقائي المفترض ان يكون عليه التعامل بين الزوجين في المنزل ويخلو كلا الزوجين بنفسه أو ينغمس في اداء الانشطة دون احتكاك بالآخر وفي بعض الحالات يستثمر أحد الزوجين أو كلاهما المواقف المختلفة بما يحمل رسالة كراهية أو عدم اهتمام إلى الطرف الآخر أو احتقاره وهذا بدوره يؤدي إلى الامتناع الجنسي وتساهم هذه الأمور في إضافة مشاكل جديدة إلى تلك العلاقة المتأزمة فتزداد تأزما ويستقل كلا الزوجين في فراش خاص ويصل الأمر مع الاختلاف وعدم إمكان الإصلاح إلى القطيعة والكراهية والعناد. وتصبح العلاقة في حالة من التمزق العاطفي وتبلور مشاعر الغربة داخل المنزل حيث يشعر كل طرف أنه غريب عن الآخر ولا يمت له بصلة. (العبيدي، 2015 ، ص28-29)

6- كيفية مواجهة وتجنب الانفصال العاطفي:

تتنوع المشاكل والخلافات بين الزوجين، والتي تعد مؤشرا من مؤشرات الانفصال العاطفي، حيث يلجأ كل من الزوجين إلى ضرورة اتباع طرق واستراتيجيات يمكن من خلالها تجنب ومواجهة الانفصال العاطفي نذكر منها:

أ- أسلوب النقاش والإقناع

يعتبر انعدام الحوار والنقاش بين الزوجين سببا مباشرا يؤدى إلى الانفصال العاطفي وتفكك الأسرة، لذلك يعتبر أسلوب وطريقة النقاش والاقناع من أفضل الأساليب المتبعة في إدارة أي صراع وحل أي نزاع قد ينشب بين الزوجين. وكلما كانا الزوجين متعلمين ازدادت فرص اللجوء إلى استخدامه، وقلت فرص اللجوء إلى العنف، وهو يعتمد على شجاعة الطرفين ونضجهما، وتقبلهما للاختلافات بينهما والاعتراف بالخطأ من قبل المخطئ، مما يوفر فرصة للتفاهم بين الزوجين في جو هادئ بدون تدخل أطراف خارجية وتبقى الخلافات والنزاعات داخل أسوار البيت، ويتحقق الانسجام والتفاهم الزوجي والاستقرار الأسري.

ب- أسلوب لجوء الزوجيين إلى الأهل أو الأقارب لحل النزاع بينهما

يعتبر هذا الأسلوب نجاحا عندما تكون علاقة الأسرتين حسنة، وكل منهما يسعى لصلاح الزوجين وحل خلافهما بشكل سليم دون زرع مشكلة أخرى أو تفاقمها، ولكنه في واقعنا اليوم يحدث العكس حيث في غالب الأحيان تقف الأسر مع الزوج ضد الزوجة وهذا ما تتحكم في ذهنية المجتمع وعاداته بأن الذكر هو من يسيطر ويقرر مصيره، فيحملون المسؤولية للمرأة ويطالبونها بالانصياع لأوامر الزوج وطاعته حتى ولو كان مخطأ.

ت- أسلوب ترك الزوجة منزل الزوج والذهاب إلى منزل أهلها:

قد لا يساعد هذا الأسلوب في حل المشاكل بين الزوجين لأنه نوع من الهروب ينتشر هذا الأسلوب في جميع شرائح المجتمع.

ث- التزام الزوجة بالصبر والسكوت:

فكثير من الأحيان لا تأخذ الزوجة أي خطة من جانبها عندما ينشب نزاع بينها وبين زوجها بل تلجأ إلى السكوت وتتذرع بالصبر حتى لا يؤدي تذمرها إلى مزيد من غضب الزوج مما يدفعه إلى طلاقها. (الشويكي، 2015، ص29-30)

7- علاقة التواصل الزواجي بالانفصال العاطفي:

يعتبر ضعف التواصل الزواجي من أكثر الأسباب المؤدية إلى الانفصال العاطفي بين الزوجين، حيث يسبب التواصل غير الفعّال في تراكم المشاعر السلبية وتآكل الروابط العاطفية.

ويمثل التواصل بين الزوجين أساس الاستقرار الأسري والسعادة الزوجية وبغيابه قد يحدث العكس، فقد بينت عدة بحوث أن الأزواج غير السعداء يرون أن مشاكل الاتصال هي من أهم العوامل التي ساهمت في تحطيم علاقاتهم إذ نفشل أحيانا في التعبير عن مشاعرنا أو شرح ما نريد قوله، معتبرين أنه على الطرف الآخر أن تكون له القدرة على فهم إشاراتنا الداخلية وغير اللفظية، إذا كان فعلا يحبنا، وأحيانا أخرى نعتقد أننا نعرف في ماذا يفكر الطرف الآخر ونقفز إلى نتائج خاطئة. (مقبال وآخرون، 2017، 412)

8- دور الارشاد الزواجي وأهميته في التخفيف من الانفصال العاطفي

يمثل الإرشاد الزواجي منهج يساعد الأزواج على حل أغلب المشاكل، والصراعات والخلافات الزوجية التي تقع بينهما، كما يعمل على تحديد نقاط القوة، والضعف في العلاقة الزوجية، ويساعد الأزواج على عمل خطة حياتية تساهم في إيجاد جو من الاحترام والتفاهم وإعادة الزوجين إلى التواصل المفتوح والمريح. (https://abouna.org/article)

كما أن الإرشاد الزواجي يلعب أدوار فعالة، في تحسين العلاقة الزوجية في مختلف المراحل الإعدادية والنمائية والعلاجية والوقائية، ويمكن للأزواج الاستفادة بأكبر قد ممكن من البرامج الارشادية التي يوفرها الإرشاد، والتي تسمح للأزواج استكمال علاقتهم الزوجية وعدم اللجوء إلى الانفصال سواء كان الانفصال العاطفي أو الانفصال الرسمي. (غسيري، 2012، ص170)

وعندما يستند الارشاد الزواجي إلى أحد النظريات العلاجية الزواجية ويستخدم تقناتيها يصبح البرنامج الارشادي ذو فعالية ويكسب الأزواج منه تعلم مهارات زواجية تمكنهم من التكيف من المشاكل الزوجية أو الوقاية منها.

ومن أهم النظريات التي استندت عليها هذه الدراسة هي نظرية ساتير، وتعد نظرية ساتير (Satir) حيث تهتم ساتير بتدريب الأسر على السيطرة على المشاعر الشخصية، واستماع بعضهم إلى البعض الآخر، وتدعيم الصلة، وإبداء الوضوح، ومناقشة الاختلافات بموضوعية فضلاً عن تأكيدها على مهارات التواصل لمساعدة أعضاء الأسر ليصبحوا أكثر وعيا ومن ثم يتضح أن إتباع الأسرة والمرشد لاستراتيجيات ساتير وتحرير أعضاء الأسرة أنفسهم من الماضي، وتحسين العلاقات فيما بينهم يسهم في تكوين أسرة ذات تفاعل إيجابي يضفي على أعضائها مناخاً صحياً ينعكس على ذوات أعضائها. (الطائي،2018، ص58)

وفيما يتعلق بدور المرشد في نظرية التواصل، يؤكد كورى (Corey، 1996) كما ورد في الطائي (2018) على أن "المرشد يلعب دوراً هاماً في توجيه وارشاد اعضاء الأسرة، من خلال عملية التغير، فالمرشد يعمل كمسهل Facilitator وأداة للتغير في العملية الإرشادية، لذلك يعد المرشد من وجهة نظر ساتير نموذجاً للتواصل الفعال ومصدراً شخصياً لنمو هذا التواصل في الأسرة، وذا قدرات خاصة في ملاحظة الموقف الأسرى ... وأن حدوث التغير

في العلاقات الأسرية مسئولية المرشد وأعضاء الأسرة أيضاً". (Corey, 1996, p75، كما ورد في الطائي، 2018)

وقد أثبت العديد من الدراسات كدراسة معبرة (2020) ودراسة أسعد (2021)، ودراسة الزيدانين (2021) فاعلية البرامج الارشادية التي تستند عليها نظرية ساتير في تخفيض الانفصال العاطفي، ومن خلالها نستنتج أن هذه النظرية تساهم بشكل كبير في وقائية الأزواج من الوقوع في الانفصال العاطفي ويظهر ذلك في مرونة التقنيات التي تستخدمها ساتير وتقبل الأزواج لتعامل معها ومن خلالها يتحسن مستوى التواصل العاطفي بينهما ويشعر كلا الزوجين بالقرب والانسجام للطرف الآخر بعدما كان يشعر بتوتر العلاقة وبرودها وانفصال عاطفي قد يؤدي إلى طلاق حقيقي بين الزوجين.

خلاصة الفصل:

من خلال ما تم عرضه في هذا الفصل يتضح لنا أن الانفصال العاطفي مشكلة تؤرق الأزواج، ويحتاجون فيها إلى توعية وبرامج وقائية أو علاجية لحل هذه المشكلة وهذا ما نسعى للوصول له من خلال دراستنا الحالية لبناء حقيبة تدريبة قائمة على نظرية ساتير للوقاية من الانفصال العاطفي.

الفصل الثالث:

التواصل الزواجي

تمهيد

1- مفهوم الاتصال الزواجي

2- نظرية فرجينيا ساتير في التواصل الزواجي

3- أنماط التواصل الزواجي

4- مهارات التواصل الزواجي

5- أهمية التواصل في الحياة الزوجية

6- معيقات التواصل بين الزوجين

خلاصة الفصل

تمهيد:

يمثل التواصل بين الزوجين من أسس وقواعد استقرار الحياة الزوجية، حيث يعتبر تعلم الزوجين لمهارة التواصل الزواجي أمر ضروري وملح حتى يضمن كل منهما التعبير عن مشاعره وأفكاره وحاجاته، وبناء عليه سوف نتطرق في هذا الفصل إلى أهم النقاط الضرورية المتعلقة بالتواصل الزواجي مفهوم الاتصال الزواجي وأيضا نظرية فرجينيا ساتير في التواصل الزواجي اضافة إلى التعرف على أنماط التواصل الزواجي ومهارات التواصل الزواجي، وإبراز أهمية التواصل في الحياة الزوجية وأخيرا معيقات التواصل بين الزوجين

1- مفهوم الاتصال الزواجي: Marital communication

الاتصال بين الزوجين يتثمل في لغة التفاهم بينهما، بحيث تحمل هذه اللغة معاني صريحة وغير صريحة، يظهر من خلالها شكل التفاعل سواء كان إيجابي إذا كانت أساليب التواصل جيدة، أو سلبي إذا كانت أساليب التواصل رديئة مما ينعكس سلبا على الزوجين وتسوء لغة التفاهم بينهما ويوصلها إلى النفور والانفصال العاطفي. (مقبال وآخرون 2017، ص 413)

وإلى جانب آخر يمثل "التواصل بين الزوجين تبادل للمشاعر والمعاني عندما يحاول الزوج والزوجة فهم الآخر ورؤية مشاكلهم واختلافاتهم من وجهة نظر كل من المرأة والرجل، وهذا الاتصال غير محدود بالكلمات وإنما يحدث أيضا من خلال الاستماع والصمت وتعابير الوجه والإيماءات" (ولد محي الدين، 2021، ص438)

مما يؤكد على أن لغة التواصل بين الزوجين سواء كانت لفظية أو غير لفظية لها دور كبير في تقريب وجهات النظر وزيادة التفاهم بينهما.

ويقصد بالتفاعل غير لفظي: "استجابات سلوكية تعبيرية متبادلة بين الزوجين تبين قدراتهما الإرسالية والاستقلالية للرسائل غير اللفظية التي يتم إرسالها عبر قنوات التواصل غير اللفظي المختلفة مثل العين والوجه والصوت والجسم، في مواقف التفاعل المختلفة بينهما، والتي يمكن أن يتم التعبير فيها عن الانفعالات المختلفة التي يعيشها الزوجان، وهي: الحب السعادة، الغضب، التعاسة، التجاهل، الشوق، الاهتمام، التقدير والاحترام ... (ناصر، 2015، ص91)

كما عرفته جمعي (2016) بأنه: "يقصد به الاتصال في مجال العلاقة الزوجية، ككيفية تفاعل الزوجين وتواصلهما اليومي في معالجة الأمور الأسرية".

كما أن التواصل الزواجي يقصد به قدرة كلا منهما على اقناع الطرف الآخر والتأثير فيه لتوجيهه للنافع المفيد لهما. (حلوش، 2020، 20)

2- نظرية فرجينيا ساتير Virginia Satir في التواصل الزواجي:

تعد نظرية ساتير (Satir) من نظريات الإرشاد الأسري التي ركزت على عرض العلاقات والمفاهيم التي تحقق الاستقرار والتوازن للأسرة من خلال تفعيل أنماط الاتصال وتحديد العلاقات بينهم، وقد طورت هذه النظرية على يد رائدة العلاج الأسري فيرجينيا ساتير (Virginia Satir) والتي أكدت من خلال نظرية الاتصال الإنساني على دور وأهمية الترابط الأسري لجعلهم أكثر قدرة على فهم بعضهم، والتفاعل من خلال التركيز على الكيفية التي يتم من خلالها تحليل كيفية إرسال واستقبال أفراد الأسرة للرسائل، والوسائل التي يتم من خلالها التواصل داخل إطار الأسرة. (أسعد،2021، ص534)

تشير نظرية ساتير إلى أن العلاج الأسري هو عملية طبيعية لجميع البشر كما أن جميع الناس لديهم إمكانات النمو، وهي مرتبطة عادة في تدني مفهوم الذات، وعدم القدرة على الاتصال وأنه من بين أسباب لجوء الأسرة للإرشاد الأسري هو تدني إحساس أفرادها بقيمة الذات، كما يستخدم المرشد استراتيجيات متعددة لمساعدة الأسر على اكتساب الثقة من التشجيع على الإفصاح عن خبراتهم الذاتية والتفاعل بين العقل والجسد وتقدير الذات وقيمة الذات وترى ساتير ان الذات تتألف من ثمانية أبعاد مختلفة وهي: الجنس الجسدي، العقلي، الانفعال التفاعل والنضج والبيني. (الزيدانين،2021، ص126)

2-1- تعريف الاتصال حسب ساتير:

يعرف الاتصال بحسب فرجينيا ساتير Virginia Satir بأنه "هو قيام الأفراد بإرسال المعلومات وإعطاء المعاني لها ومن ثم الاستجابة على المستويين الداخلي والخارجي، وبمجرد أن تصبح المعاني غير متطابقة Non congruent وغير مؤكدة ومشوهة فإن الاتصال يتعرض لخلل وظيفي، ويبقى كذلك إن لم يكن للأفراد المعنين مواقف ومناسبات كافيه لإيضاحها. من جهة أخرى يتحقق أسلوب الاتصال الوظيفي أو المتطابق، عندما يكون هناك تناسق وتناسب بين النوايا ونتيجة الاتصال". (بلميهوب، 2012، 114)

وركزت ساتير على التوقعات التي تُعبّر عن رغبة عميقة في التواصل وإقامة العلاقات، ورغبة كل فرد في أن يكون محبوباً ومتقبلاً، كما استطاعت ساتير من خلال عملها مع الأفراد والأسر والأزواج استخلاص أربعة أنماط غير تكيفية للتواصل أطلقت عليها المواقف السلبية في الاتصال (التي تشتمل على مواقف اللوام والمسترضي واللامبالي المشتت إضافة إلى العقلاني المتطرف والمنسجم والذي يُعتبر الأخير نمطاً تكيفياً إيجابياً، وقد وصفت ساتير النتائج السلبية لهذه الأنماط في التواصل، حيث أن أنماط الاتصال السلبية هذه تؤثر بشكل سلبي في الصحة النفسية والجسمية للفرد، لذلك فإن هذه الأنماط تعد أنماطاً هدامة، ومحبطة، إضافةً إلى أنها تُسهم في انخفاض تقدير الذات لدى الأفراد (فريتخ، 2018، ص18)

2-2- أنماط التواصل عند ساتير

أشارت ساتير (Satir) إلى خمسة أنماط للتواصل داخل الأسرة، وأسمتها مواقف التواصل وهي: (الكايد،2021، ص 168)

- **النمط المسترضي** (Placater): يعبر الفرد ظاهريًا عن هذا النمط من التواصل بـ(نعم)، بينما في الحقيقة يقول في داخله "لا"، بمعنى أنه يقوم أثناء العلاقة باسترضاء الطرف الآخر على حساب نفسه، ناظرا إلى أحلام وتطلعات ورغبات واهتمامات الآخر باهتمام أكبر من اهتماماته ورغباته ويتميز هذا النمط من التواصل بالانفصال عن المشاعر والتردد والميل إلى الاعتذار وإنكار وجود الصراعات والموافقة على كل شيء: أي إعطاء الاستحقاق للآخر وحجبه عن الذات، وإهمال السياق بالتالي، يعد هذا النمط من الأنماط الهدامة للعلاقة بين الزوجين حيث يؤدي تكراره إلى شعور الزوج المسترضي بالضعف والافتقار للقيمة الشخصية وبالتالي عدم التكافؤ في العلاقة بين الزوجين.

- **النمط اللوام** (Blamer): يتصف هذا النمط بعدم المقدرة على تحمل المسؤولية في حل الصراعات، فيقوم بإطلاق الأحكام على الآخرين واتهامهم بالوقوع في الخطأ بينما يرى نفسه أنه لا يخطئ وينكر دوره في حدوث المشكلات لكنه رغم ذلك يخفي شعورا بالنقص واهتزازا بالثقة بالذات أي أنه يمنح الاستحقاق للذات ويحجبه عن الآخر، وإهمال للسياق وبعد اللوم من أكثر العوامل إضرارا بالعلاقة الزواجية لأنه يتضمن صفة التعميم بين الزوجين وهو ما قد يؤدي إلى عدم التقبل فيما بعد لأي حديث بينهما.

- **النمط العددي أو زائد التعقل** (puting): يتصف الفرد الذي يستخدم هذا النمط من التواصل بأنه هادئ ولديه المقدرة على ضبط الانفعالات لكن مقدرته على التعبير عن مشاعره ضعيفة لذلك يتصف بالجمود والابتعاد عن الآخرين، ويلجأ عند التواصل الاستخدام أسلوب المحاضرة، ويميل إلى الأنشطة الفكرية ويفضلها على المتعة والضحك كما أنه معزول عن العلاقة الحميمية: أي أنه يقوم بتجاهل المشاعر الذاتية ومشاعر الآخر ويركز على السياق. إن هذا النمط الذي يتصف بالجمود غير سليم لأنه يتجاهل الحميمة في العلاقة الزوجية.

- **النمط المشتت** (Irrelevant): يتصف هذا النمط بتشتيت مضمون التواصل، فهو لا يتواصل مع الآخر حسب مضمون السياق بل يلجأ إلى تغييره مستخدما عبارات مثل "لا يهم، غير مهم، الوضع غير مهم: أي إهمال الآخر وإهمال الذات والسياق، وذلك تجنبا للصراع مما يتسبب في تشتيت الطرف الآخر في العلاقة. وإحداث خلل في العلاقة الزواجية: إذ إن عدم اهتمام أحد الزوجين بالآخر يؤدي إلى عدم الانسجام في العلاقة، وبالتالي ضعف العلاقة الحميمية بينهما.

- **النمط المنسجم** (Congruence/Leveling): يتصف الفرد ذو نمط التواصل المنسجم بأنه حقيقي وتكيفي، ولديه المقدرة على التعبير عن مشاعره وعن الانفعالات بكل صراحة بما يساهم في حل الصراعات، ويظهر الانسجام بين رسائله اللفظية وغير اللفظية ويقوم الحوار الذي يستخدمه في العلاقة على استخدام لغة "الأنا". لذلك فهو مباشر ولا يقوم بإصدار الأحكام على الآخرين: أي أنه يعطي الاستحقاق للذات وللآخر وللسياق بعد هذا النمط من مظاهر الزواج الناجح، حيث يتصف الأزواج الناجحون في علاقاتهم بالانسجام ولديهم طريقة واضحة للتواصل والتعبير عن المشاعر سواء بشكل لفظي أم غير لفظي.
(الكايد،2021، 168)

2-3- مراحل نموذج ساتير في التواصل:

يتكون نموذج ساتير للاتصال والتفاعل من أربع مراحل رئيسية كما أشار كل من وهذه المراحل هي: (فريتخ،2018، ص 19-20)

- **المرحلة الأولى:** وهي مرحلة المدخلات؛ إذ تعد النقطة الرئيسية والأولى في عملية التفاعل والاتصال، اذ تستند إليها جميع الخطوات الأخرى في نموذج التفاعل، فالمدخلات

في العناصر اللفظية، وغير اللفظية التي يقوم الفرد باستقبالها في أثناء عملية الاتصال وتشمل: المحتوى الصوت الطريقة الإشارات بالإضافة إلى البيئة التي يكون الفرد موجوداً فيها. حيث أنه في كثير من الأحيان يكون مشغولاً بأمور أخرى فيكتفي بالاستماع فقط، ولا يفهم ما يريد المرسل أن يوصله بوضوح فيكتفي بالصمت.

– **المرحلة الثانية:** وهي مرحلة المعنى، وهي كيفية تفسير الفرد للمدخلات التي يستقبلها، من حيث ماذا يرى؟ وماذا يسمع؟ وماذا يلمس ومن المرسل الذي يرسل له مثل هذه المدخلات؟.

– **المرحلة الثالثة:** وهي مرحلة الأهمية، ويقصد بها حسب نموذج ساتير كيف يشعر الفرد تجاه المعنى الذي اكتسبه، وهل شعر بالألم، بالغضب بالارتباك بالسعادة فالمشاعر هي استجابة داخلية للمعنى الذي كونه الفرد.

– **المرحلة الرابعة:** وهي مرحلة الاستجابة؛ إذ تشير الاستجابة في الاتصال إلى العقل أو التصرف أو الحديث الذي يصدر من الفرد نتيجة لما تلقاه من تصرف أو سماعه حديث أو ملاحظاته من الإشارات.

2-4- الإستراتيجيات العلاجية عند ساتير:

تؤمن ساتير بأن العلاج مع العائلة أو الأسرة ومن باب أولى الزوجين يتضمن تسهيل فاعلية الحوار والتواصل وبناء تقدير الذات، وتشير إلى أن التقدم في العلاج يساهم في انخفاض القلق بصورة ملاحظة والتغير جزء متوقع من العلاج.

ويمر العلاج بخمسة مراحل مهمة نذكرها فما يلي :

– **القيام بالاتصال** (making contact): كسب الثقة مع العائلة ووضع خطة للتقدير والعلاج مبكرا.

– **تطوير الوعي من خلال التجربة:** يساعد المعالج العائلة على تطوير وعي جديد حول طريقة سيرهما عن طريق طرح أسئلة محددة أو استخدام تقنيات محددة وتسميه ساتير chaos.

– **زيادة الوعي بديناميكية العائلة:** من خلال خلق فهم جديد عند أفراد العائلة

– **تطبيق المفاهيم الجيدة:** جعل أفراد العائلة يعبرون من خلال سلوك متنوع أثناء الحصص.

- **الاندماج** integration : من استخدام أفراد العائلة السلوك الجديد خارج المحيط العلاجي. (بلميهوب، 2012، ص118)

2-5- أساليب وفنيات ساتير العلاجية:

استخدمت ساتير عدة تقنيات وأساليب مهمة لها دور فعال في تحقيق أهدفها العلاجية ومن أهم هذه الأدوات والأساليب نذكر ما يلي:

- **الجبل الجليدي** (The Personal Iceberg): حيث يوضح الإطار العام عند الفرد، ومن خلال هذه التقنية يستطيع المرشد الاتصال بالعالم الداخلي للفرد ويتكون الجبل الجليدي من السلوكيات التي تطفو فوق الماء، ويندرج الذات والتوقعات والإدراكات والمشاعر، وكما يمكن الجبل الجليدي الفرد من وعيه بخبرات عالمه الداخلي. (المومني والفريحات،2020، ص 442-444)

- **مجموعة أدوات التقدير الذات:** (Self-Esteem Kits) تعد أدوات تقدير الذات من أهم الأدوات التي استخدمتها ساتير في نموذجها العلاجي وتعد من أهم الأهداف العلاجية التي تسعى ساتير إلى تحسينها لدى الأفراد في الأسرة بشكل خاص، وبتحقيق التواصل الفعال بين الجسم والعقل، وبمعرفته لقدراته وتطلعاته المستقبلية يحقق الفرد ذاته وأن الفرد عندما يستطيع استكشاف مصادره وتطلعاته فإنه يطور نظام متكامل عن نفسه، ويطلق على هذا النظام المتكامل تقدير الذات وتقدير الذات المرتفع يساعد على توطيد العلاقات في الأسرة وبين التوصل إليه.

- **أركان السعادة** : عبارة عن مجموعة أركان تسبب السعادة، ويمكن وصفها من خلال الركن الفكري الذي يحفز الدماغ، وينمي التفكير والأمثلة على ذلك كثيرة منها: حل الألغاز أو الأسرار، وقراءة كتاب جيد والاستماع المحاضرة أو وجود حوار مع شخص حول موضوع يقدم لنا أفكارا جديدة ومختلفة ويمكن استغلال هذه الجانب بالنسبة للمعالجين مع شخص يشعر بالملل بحيث يتم دعوته إلى استقلال دماغه باي وسيلة مسلية ومن خلال إيجاد طرق أكثر فعالية لتحفيز عقله كما واهتمت ساتير الزوجين.

- **قواعد الأسرة** (Family Rules): تؤكد ساتير على ضرورة تطوير قواعد للأسرة يتم التعرف عليها من خلال ملاحظة سلوك أفراد الأسرة وإن معظم هذه القواعد تكون مختلفة، فهناك قواعد لتصف بالجمود تقوم بتوليد المشاعر الصعبة بين أفراد الأسرة، أو تلك القواعد

التي تسبب الألم في الأسرة. وتضيف ساتير بأن هذه القواعد الجامدة يمكن التعرف عليها بسهولة لما تسببه من اضرار فهي تعمل على الحفاض القيمة الذاتية لدى أفراد الأسرة بالإضافة إلى أنها تؤدي إلى أعراض جسمية والفعالية بين أفراد الأسرة، وقد عملت ساتير على رفع القيمة الذاتية الأفراد الأسرة، وبناء قواعد أسرية جديدة وواضحة. (المومني والفريحات، 2020، ص 442-444)

كما تشير بلميهوب (2012) إلى عدة تقنيات أخرى لساتير نذكرها تباعا:

- **خرائط العائلة:** حيث ترسم ساتير خريطة خاصة بكل عائلة في إطار العلاج العائلي من خلال بنية العائلة إلى ثلاثة أجيال (العائلة الأصلية للأم، العائلة الأصلية للأب، العائلة الحالية)

- **الحبال: الحبال** ropes : تمثل الحبال العلاقات مع الأفراد الآخرين من العائلة والتي تكون مربوطة في خصر كل فرد من العائلة حتى يحصل كل فرد على نفس العدد من الحبال كبقية أفراد العائلة، والطرف الثاني من نهاية كل حبل يكون مرتبطا بكل فرد من باقي أفراد العائلة، مما يؤدي بهم إلى الوعي بكيفية ارتباطهم وكيفية نشوء الضغط في الحبال، وغالبا ما يحدث تورط مما يؤدي إلى تمثيل ديناميكية نسق بطريقة مجسدة.

- **الكتابة** Methapho: تستخدم هذه الكلمة لتمثيل فكرة والتي تناقش في حد ذاتها بالتماثل analogie مثلا تستعمل كلمة قدم Pod كناية لتقدير الذات عند شخص ما، ثم تسأل ما مدى امتلاء قدم شخص ما في وقت معين ؟

- **الملامسة** touch: تستخدم ساتير اللمس مع أفراد العائلة، مصافحة كل فرد من العائلة في بداية العلاج، رغم حرصها على عدم انتهاك حدود الأفراد.

- sculpture **التجسيم:** يطلب من كل فرد من العائلة أن يصف علاقته مع فرد أو عدة أفراد من العائلة باستعمال الوضعيات الجسدية والحركات لتمثيل درجات القرب وطرق التواصل، وكل ما يؤثر على ديناميكية العائلة بما فيها الحيوانات العائلة الممتدة الأصدقاء تكون حاضرة رمزيا في المجسمات من خلال لعب الدور والهوامات.

- **الدراما** Drama: يطلب من أفراد العائلة لعب لقطة من حياة العائلة أو حياة فرد منها مما يؤدي إلى إدراك جديد ومزيد من الاستبصار.

- **إعادة بناء العائلة** Family reconstruction: مثل الدراما يتم تمثيل الأحداث المهمة من خلال تاريخ العائلة.

- **إعادة الصياغة** reframing: يخلق المعالج زحزحة في إدراكات أفراد العائلة ويخفض التهديد بالتوبيخ بالتركيز على أفكار الارتباك والنوايا الحسنة.

- **الدعابة** Humor: تستعمل ساتير مسحة من الدعابة للحفاظ على جو مريح، يساعد على التعلم ويسهل التواصل بين المعالج وأفراد العائلة وبين بعضهم البعض ويزيل التوتر ويخفض الدفاعات.

- **التعبير عن المسلمات:** Verbalizing presuppositions: يذكر المعالج بشكل واضح المسلمات التي تكون أكيدة في سلوك العائلة، حيث تعبر ساتير لفظيا عن الأمل والتوقعات فيما يخص التغيير الذي دفع العائلة لطلب العلاج.

- **تحديد المعاني** denominalization: الحصول على معاني محددة لبعض الكلمات مثل الحب الاحترام ومعرفة المطلوب من الطرف الآخر كي يشعر الشخص أنه محبوب أو محترم.

- **الإرساء** anchoring: تشير ساتير إلى الربط المتعلم بين المثير والاستجابة أو بين استجابة واستجابة أخرى. هذه التقنية تؤدي إلى جعل المشاعر ترقى إلى مستوى التبادل الفيزيقي.

- **العلاج العائلي المتعدد** Multiple family therapy : يتضمن حضور عدة عائلات غير مرتبطة مع بعض للجلسات العلاجية.

- **وضعيات الاتصال** Communication stancesيطلب من كل فرد من العائلة المشاركة في تمرين تمثيل لقطة معينة من خلال الوضعية الجسمية، مثلا موبخ محاسب مسلي أو شخص منسجم، ثم يتقاسم أفراد العائلة المشاعر المرتبطة بكل وضعية كممارسين أو مستجيبين لها. وبهذه الطريقة يزداد وعي العائلة بالاتصال الفعال ويتعلمون كيف يصبحون منسجمين.

- **وضعية أنا** I statements: تشجع ساتير أفراد العائلة على امتلاك مشاعرهم، فغالبا ما يستخدم الأفراد عبارة "إنه أمر مربك"، بدلا من القول، "أنا مرتبك" (بلميهوب، 2012، ص 119-120)

3- أنماط الاتصال الزواجي:

يقصد بأنماط التواصل التي سنذكرها لان هي الطريقة التي يتواصل من خلالها الأزواج وسوف نركز على التواصل الإيجابي والسلبي لأنهما من أهم الانماط

حيث تتمثل أنماط الاتصال بين الزوجين في الآتي: (الزيدانين.202، 125)

- **الاتصال الإيجابي:** ويظهر هذا النمط من خلال تفاهم وتوافق الزوجين وإبداء الاتفاق والاندماج والحب والاحترام، والوضوح، والود والاتصال البصري والجسدي وهو يعد من أنماط الاتصال الهامة للوصول للرفاه والاستقرار في الحياة.

- **الاتصال السلبي** وتتضمن السلوكيات السلبية كالعدوانية والصراع، والنقد والهجوم واللوم، والضغط الدائم والإلحاح لفرض التغيير.

4- مهارات التواصل الزواجي:

أ- **مهارة الاستماع الاستماع الفعال:** " وهو قدرة الفرد على سماع ما يقال ويرسل إليه من الآخرين دون أن يكون السلوك محملا بالانفعالات الشخصية ويعرف كذلك على أن الاستماع الجيد يسمح لك بسماع الكلمات والأفكار والأحاسيس وحتى سماع الأمور التي قد يكون المرسل غير واع بها وهذا ما يسمى بالاستماع العميق، وهذا من شأنه أن يساعد على معرفة المعاني المخفية للرسائل القادمة من الآخرين ويسمح بتواصل مع الآخرين تواصلا إيجابيا حيث يفهمها لما يدور في ذهن الآخرين يجعلنا قادرين على بناء وإرساء تواصل إيجابي فعال.

ب- **مهارة التحدث:** تعرف مهارة التحدث بأنها " القدرة على توظيف اللغة والألفاظ والصوت للتواصل مع الآخرين سواء على مستوى الاستيعاب أو التعبير "

ج- مهارة الحوار الزواجي: الحوار الزواجي هو عبارة عن فن وعلم له أسسه وقواعده، والحوار الزواجي هو الحديث الذي يدور بين كل زوجين يعيشون حياة مشتركة ويواجهون حياتهم معا دون تدخل الآخرين بينهم وقد يكون الحوار

د- مهارة إدارة العواطف: ويعرفها " steiner" بانها قدرة الفرد على التعبير عن مشاعره وانفعالاته على نحو فعال وقدرته على ادارتها أو ضبطها. كما عرفت بانها القدرة على التعامل مع الانفعالات (ولد محي الدين، 2021، ص438)

5- أهمية التواصل في الحياة الزوجية:

يعتبر التواصل بين الزوجين ذو أهمية كبيرة في تجسيد روابط المحبة والاستقرار بين الأزواج، فمن خلال التواصل الفعال يعبر كلا الطرفين للآخر عن مشاعره واحتياجاته، ومختلف المواضيع والحوارات التي تدور بينهما.

فمن خلال التواصل الايجابي بين الزوجين يفهم كل طرف وجهة نظر الآخر ويقدرها، ويحترمها فيتحقق الرضا الزواجي والاستقرار وينعم الزوجين بالسعادة والتفاهم المستمر ،فكلما كانت طريقة التواصل بين الزوجين سلبية ولا يسودها التفاهم والانسجام تقل فرصة استماع واصغاء كل طرف للأخر، كلما كثرت المشاكل الزوجية بينهما وخاصة مشكل الانفصال العاطفي التي هي محور دراستنا الحالية.

وفي هذا الصدد يؤكد "عبد الكريم بكار كما ورد في السدحان (2013) "أن التواصل الأسري، والحوار بين الزوجين هو أحد الآليات الهامة لتحقيق التوافق والاستقرار الزواجي، وأن عدم التواصل وضعف الحوار أو انعدامه بين الزوجين يعد سبباً لظهور الانفصال العاطفي" (السدحان،2013، ص 151-152)

ولكي يكون مستوى التواصل إيجابي وفعال يحب أن يضع الزوجين في اعتبارهم العناصر التالية المهمة في مد سبل التواصل بين الزوجين:

- معرفة ما يعجب الزوج، وما يفكر فيه وما يشعر به
- حرص كل طرف على وضع مستوى من المرونة في التواصل.
- اختيار الكلام الطيب، "الكلمة الطيب صدقة"
- التعبير عن الصفات الحسنة لكل طرف اتجاه الطرف الآخر لزيادة المحبة والألفة بينهما.
- التعبير عن الاعتراف بفضل الزوج أو الزوجة والاعجاب بمواقفه.
- السعي إلى تشجيعه عن التعبير عما يغضبه ويزعجه مع التأكيد له في هذه اللحظات عن حبك ومساندتك له.
- الاهتمام بالتعبيرات غير اللفظية كالنظرة أو الحركة أو الابتسامة أو الإيماءة ... الخ لما لها من أهمية قصوى في إيصال رسائل قد تكون أكثر تعبيرا وصدقا من الكلمات ذاتها.

– الوعي بأن الحوار والتواصل عبارة على تبادل الأفكار والأحاسيس والآراء، وبالتالي تمتين أسباب القرب والتآزر بينهما.

– التفتح على الحوار والتعاطي بحماس مع الزوج، بإبداء الاهتمام اللازم له والانشغال بكل ما يفرحه ويحزنه.

– تخصيص قسطا من الوقت للحديث مع شريك الحياة والاهتمام بشؤونه، رغم التعب ورغم الشعور بالملل .

– إيصال الأحاسيس الإيجابية والأحاسيس السلبية للزوج، إذ لا يجب أن نشعر بالخوف من التعبير عن الأحاسيس مهما كانت سلبية، فإذا شعرنا مثلا بالغضب أو بالحزن، علينا إظهار ذلك دون الانسياق وراء أعصابنا بل يجب التحكم في كل العواطف ومن أهمها الغضب، لأن الرسالة التي سنوصلها بذلك ستكون سلبية للغاية. لهذا يجب أن يكون النقاش باحترام متبادل من الطرفين. (مقبال وآخرون،2017، ص 415-416)

6- معيقات التواصل بين الزوجين:

يمكن لبعض معيقات التواصل بين الزوجين أن تؤثرا سلبيا في العلاقة الزوجية واستقرارها، ويمكن لهذه المعيقات أن تخلق فجوة بينهما وكبت واعتقادات خاطئة بين كل طرف عن الطرف الآخر وقد تؤدي إلى الانفصال العاطفي بينهما ومن هنا وجب علينا معرفتها والتفكير في كيفية تجنبها وفي النقاط الموالية نذكر أهمها:

6-1- ضعف مهارات التعبير عن المشاعر: فعندما تفتقد الزوجة أو الزوج مهارات التعبير عن المشاعر والعواطف والاحتياجات يصبح هناك مانع لتواصل بين الزوجين وربما تلجأ الزوجة لصمت بدلا من التعبير.

6-2- الانشغال الدائم سواء كان في العمل أو وراء مشاغل الحياة: يمكن أن يسبب ضغط العمل، والانشغال وراء تحقيق الأهداف أو المشاريع مستقبلية سواء كانت الزوجة أو الزوجة، حاجزا كبيرا في تواصل الزوجين وعدم إيجاد الوقت الكافي للحوار والنقاش، وقد تتوتر العلاقة بسبب الضغط المستمر مما ينقلب التواصل إلى مجموعة من المكبوتات التي تزيد المشاكل والخلافات بينهما.

6-3- العدوانية والهجوم أثناء النقاش: أحيانا يغلب طابع العدوانية على الزوج نتيجة عدة أسباب وعوامل تجعل منه شخص عدواني لا يفهم أحد وخاصة زوجته فيثور غضبا لأتفه الأسباب وعندما يكون هناك نقاش بينهما في أحد الأمور الخاصة بهم تجده يرفع صوته ويهجم على الزوجة بألفاظ سامة وجارحة، مما يؤذي إلى تجنب التواصل معه وعدم الدخول معه في نقاشات حادة حتى تسلم الزوجة من غضبه وهجومه الشرس.

6-4- الضغوط المالية والديون: عندما يسيطر الضغط المادي أو الإغراق في الديون على فكر الزوجة أو الزوج يزيد الضغط النفسي ويقل التواصل بينهما، ويصبح الشخص المعني أو كلاهما منهمك في التفكير منشغل بهمومه غير مهتم بمشاركة أفكاره مع زوجة ولا يهتم بمشاعره وحاجاته.

6-5- الاضطرابات النفسية: عندما يكون أحد الزوجين مضطرب نفسي أي كان نوع هذا الاضطراب، من الطبيعي جدا أن يقع خلل في التواصل بينهما، ويؤثر ذلك بشكل كبير على استقرار علاقتهما الزوجية، ويصبح الطرف المعافى نفسيا بنسبة ما متجنب تماما التواصل مع الطرف الآخر أو يتسبب في ضغطه وعدم فهمه وجهل طريقة التواصل السليم معه.

6-6- رفع سقف التوقعات: غالبا ما تتوقع الزوجة خاصة الكثير من التوقعات من زوجها، وعندما لا تجد ما توقعته تصاب بالخيبة والإحباط، وتسيطر الأفكار الخاطئة بينهما وتعيق من التواصل الإيجابي والفعال بينهما.

6-7- الانشغال بوسائل التواصل الاجتماعي: في زمن سيطرة وسائل التواصل الاجتماعي وخاصة الفيسبوك أصبح الزوجان منهمكان في التواصل الاجتماعي، ويفتقدان لسبل التواصل الحقيقي بينهما، فتفقد الحياة الزوجية الكثير من معانيها ولم يعد كل طرف متمسك بالآخر أكثر من تمسكه بهاتفه وانشغاله بما ينشر في صفحات التواصل الاجتماعي، وتصبح فرص الجلوس مع الزوج أو الزوجة فرص نادرة وربما غير موجودة اطلاقا وهذا ما يساهم بشكل كبير في الانفصال العاطفي وبرود المشاعر والجفاف العاطفي بينهما.

خلاصة الفصل:

من خلال ما تم عرضه في هذا الفصل يتضح لنا الاتصال الزواج أحدى المواضيع المهمة التي تحتاج إلى دراسة معمقة لمعرفة جذورها وطرق علاج المعيقات التي تجعل الأزواج يقعون في المشاكل ويحتاجون إلى التدرب على المهارات التي تساعدهم على تخطى هذه المشكلة.

الفصل الرابع:
الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

1- منهج الدراسة

2- مجتمع وعينة الدراسة

3- الدراسة الاستطلاعية

4- أدوات الدراسة وخصائصها السيكو مترية

5- إجراءات الدراسة الأساسية

6- الأساليب الاحصائية المستخدمة

خلاصة الفصل

تمهيد:

من أجل تحقيق أهداف الدراسة، والمتمثلة في معرفة مستوى الانفصال العاطفي لدى عينة الدراسة. وكذلك معرفة نمط التواصل السائد لدى عينة الدراسة، وأخيرا بناء تصور مقترح لحقيبة تدريبية قائمة على نظرية ساتير للوقاية من الانفصال العاطفي، تضمن هذا الفصل وصفا لمنهج الدراسة، ومجتمعها، وعينتها، كما تحدثنا بشكل مفصل ودقيق حول أدوات الدراسة من حيث وصف المقاييس وصدقها وثباتها، وأخيرا إجراءات الدراسة والمعالجة الإحصائية التي تم استخدامها في استخلاص النتائج وتحليلها.

1- منهج الدراسة:

يعرف منهج البحث بأنه: "الأسلوب الذي يستخدمه الباحث في دراسته لظاهرة معينة" (الشربيني وآخرون، 2013، ص92)

ومن هذا المنطلق يعتبر منهج الدراسة عملية منظمة وممنهجة ومخطط لها.

وبناء على أهداف هذه الدراسة كان المنهج المتبع المنهج الوصفي الاستكشافي والتطويري لملائمته مع طبيعة الدراسة.

2- مجتمع وعينة الدراسة:

2-1- مجتمع الدراسة:

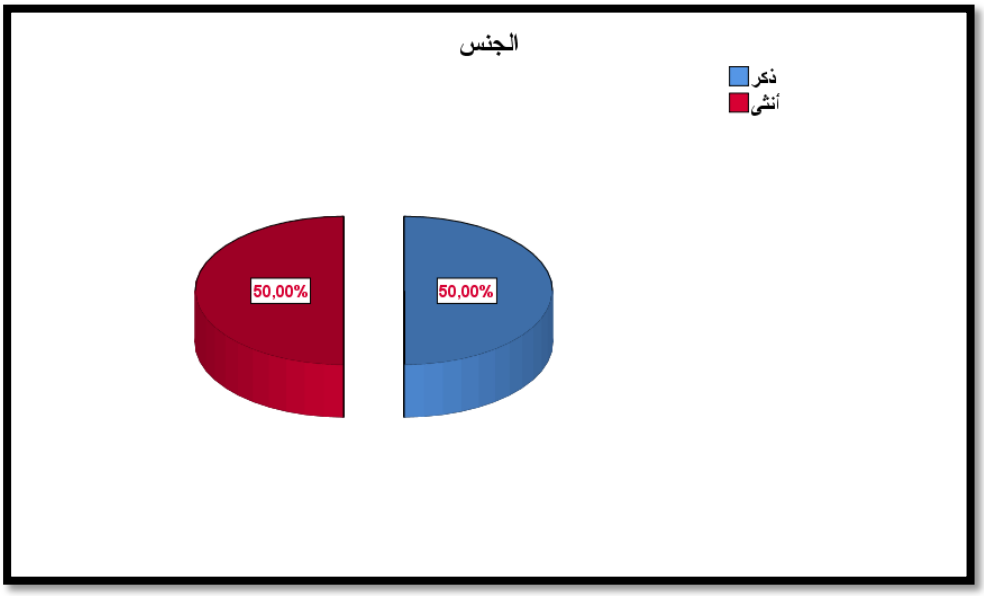
يتكوّن مجتمع الدراسة من جميع أزواج بلدية الوادي.

2-2 عينة الدراسة الأساسية:

تم اختيار عينة الدراسة الأساسية بأسلوب العينة القصدية من مجموعة من الأزواج والزوجات، وتم التطبيق عليهم مقياس الانفصال العاطفي ومقياس أنماط التواصل الزواجي لفرجينيا ساتير. وقد بلغ عدد العينة (40) زوجا، (20 ذكور و20 إناثا). والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (01): يبين توزيع ونسبة عينة الدراسة حسب متغير الجنس

الجنس	العدد	النسبة المئوية
ذكر	20	50%
أنثى	20	%50
المجموع	40	%100

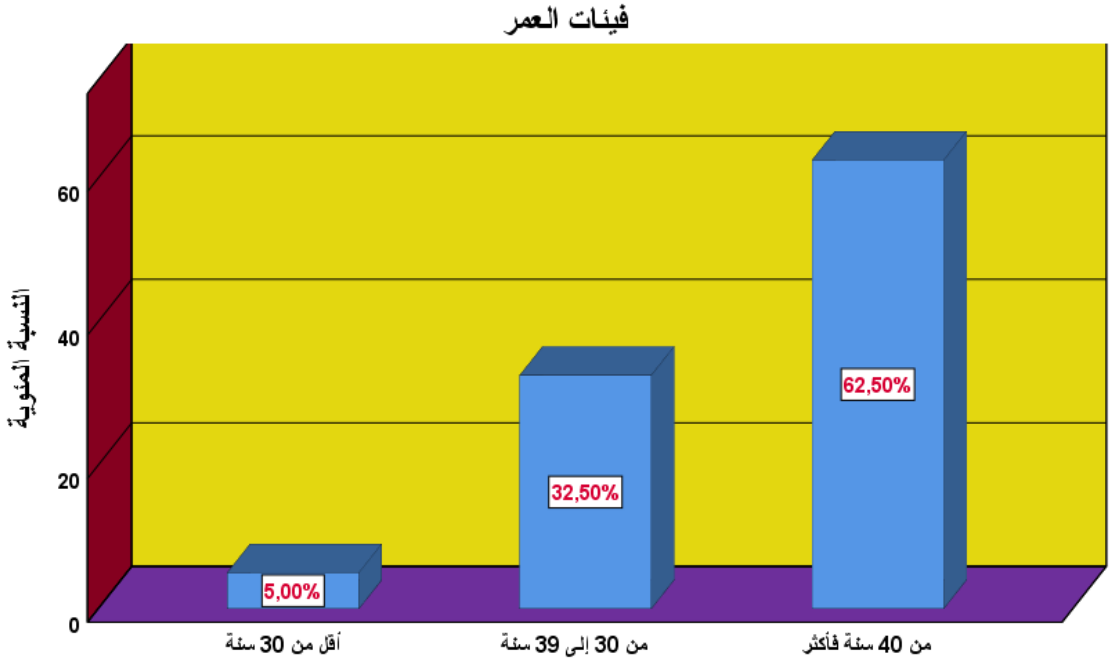


الشكل البياني رقم (01): يبين توزيع ونسبة عينة الدراسة حسب متغير الجنس

من خلال قراءتنا للجدول رقم (01): والشكل البياني رقم (01): نجد أن العينة المأخوذة لدراستنا متساوية العدد بالنسبة لمتغير الجنس، حيث نجد عدد المبحوثين الذكور يساوي 20 زوج بنسبة 50% وعدد الزوجات الإناث يساوي 20 زوجة بنسبة 50%.

الجدول رقم (02): يبين توزيع ونسبة عينة الدراسة حسب متغير فئات العمر

فئات العمر	العدد	النسبة المئوية
أقل من 30 سنة	02	5%
من 30 إلى 39 سنة	13	32.5%
من 40 سنة فأكثر	25	62.5%
المجموع	40	100%



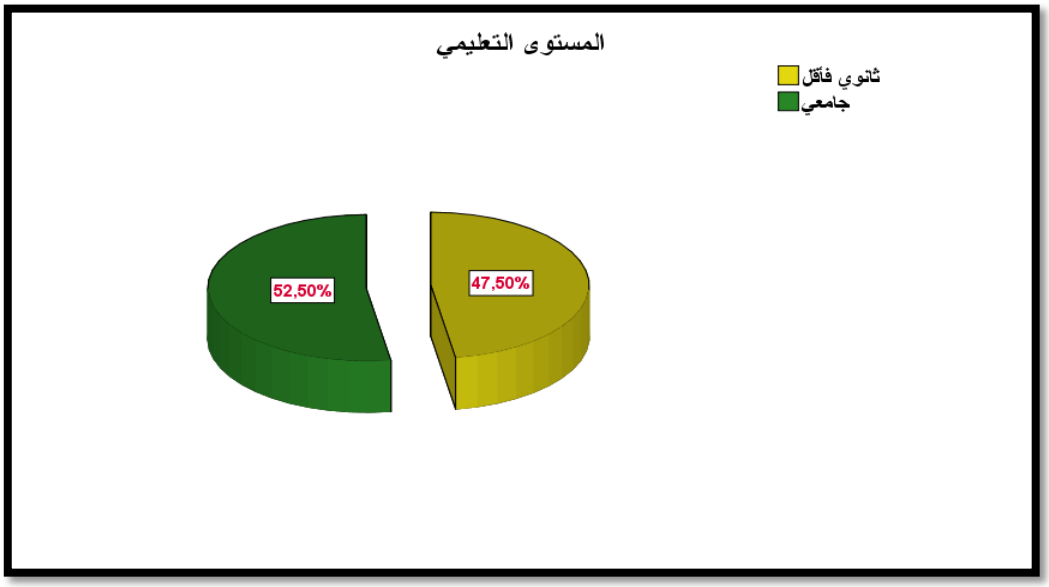
الشكل البياني رقم (02): أعمدة بيانية تبين توزيع ونسبة عينة الدراسة حسب متغير فئات العمر.

من خلال قراءتنا للجدول رقم (02): والشكل البياني رقم (02): نجد أن العينة المأخوذة لدراستنا غير متساوية بالنسبة لمتغير فئات العمر، حيث نجد عدد المبحوثين الذين أعمارهم (من 40 سنة فأكثر) يساوي 25 مبحوث بنسبة 62.5%، وهي النسبة الأعلى، يليها عدد المبحوثين الذين أعمارهم (من 30 إلى 39 سنة) يساوي 13 مبحوث بنسبة 32.5%، ويليها عدد المبحوثين الذين أعمارهم (أقل من 30 سنة) يساوي 02 مبحوثين بنسبة 5%، وهي النسبة الأدنى.

وبما أن متغير العمر متغير كمي ارتئينا تقسيمه إلى فئات لكي يسهل تحليله، فإننا تطرقنا إلى حساب مقاييس النزعة المركزية والتشتت، وهي كالاتي: متوسط أعمار المبحوثين يساوي 42.38 سنة، والعمر الوسيط والمنوالي للمبحوثين يساويان 42 سنة، وتباين الأعمار يساوي 60.45 سنة بانحراف معياري قدره 7.78 سنة.

جدول (03): يبين توزيع ونسبة عينة الدراسة حسب متغير المستوى الدراسي

المستوى الدراسي	العدد	النسبة المئوية
ثانوي فأقل	19	47.5%
جامعي	21	%52.5
المجموع	40	%100

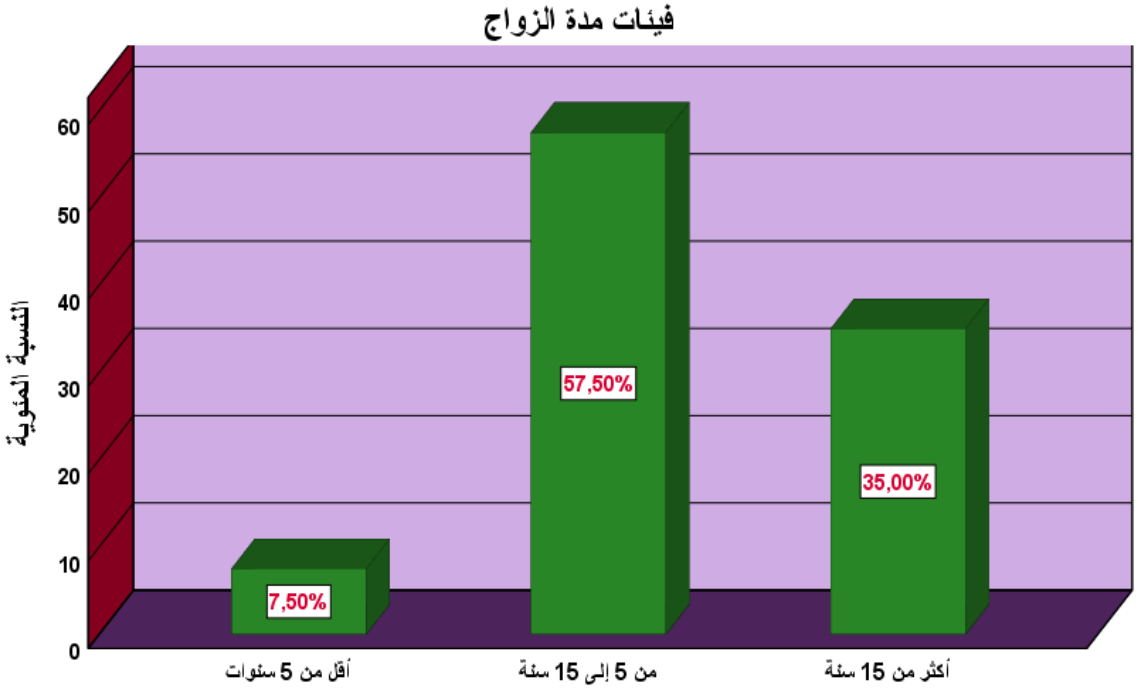


الشكل البياني رقم (03): يبين توزيع ونسبة عينة الدراسة حسب متغير المستوى الدراسي

من خلال قراءتنا للجدول رقم (03): والشكل البياني رقم (03): نجد أن العينة المأخوذة لدراستنا غير متساوية العدد بالنسبة لمتغير المستوى الدراسي، حيث نجد عدد المبحوثين الذين مستواهم الدراسي جامعي يساوي 21 مبحوث بنسبة 52.5%، وهي النسبة الأعلى، يليها عدد المبحوثين الذين مستواهم الدراسي ثانوي فأقل يساوي 19 مبحوث بنسبة 47.5%، وهي النسبة الأدنى.

الجدول رقم (04): يبين توزيع ونسبة عينة الدراسة حسب متغير فئات مدة الزواج

فئات مدة الزواج	العدد	النسبة المئوية
أقل من 5 سنوات	03	7.5%
من 5 إلى 15 سنة	23	57.5%
أكثر من 15 سنة	15	35%
المجموع	40	100%



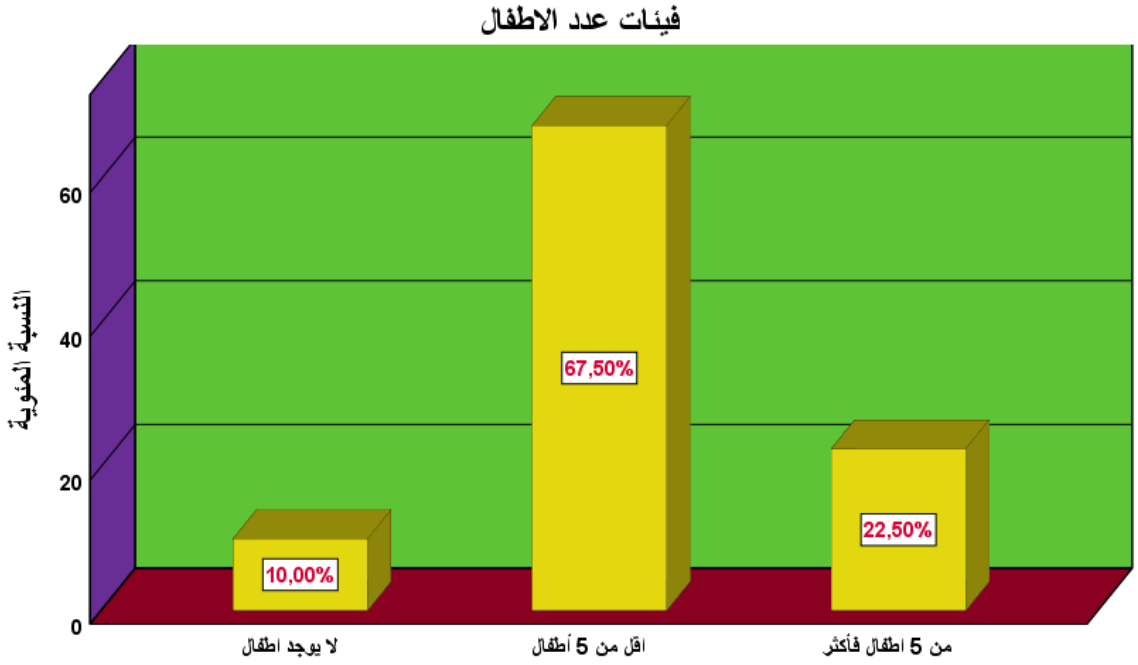
الشكل البياني رقم (04): أعمدة بيانية تبين توزيع ونسبة عينة الدراسة حسب متغير فئات مدة الزواج.

من خلال قراءتنا للجدول رقم (04): والشكل البياني رقم (04): نجد أن العينة المأخوذة لدراستنا غير متساوية بالنسبة لمتغير فئات مدة الزواج، حيث نجد عدد المبحوثين الذين مدة زواجهم تتراوح (من 5 إلى 15 سنة) يساوي 23 مبحوث بنسبة 57.5%، وهي النسبة الأعلى، يليها عدد المبحوثين الذين مدة زواجهم (أكثر من 15 سنة) يساوي 15 مبحوث بنسبة 35%، ويليها عدد المبحوثين الذين مدة زواجهم (أقل من 5 سنوات) يساوي 03 مبحوثين بنسبة 7.5%، وهي النسبة الأدنى.

وبما أن متغير مدة الزواج متغير كمي ارتئينا تقسيمه إلى فئات لكي يسهل تحليله، فإننا تطرقنا إلى حساب مقاييس النزعة المركزية والتشتت، وهي كالاتي: متوسط مدة زواج المبحوثين يساوي 14.60 سنة ومدة زواجهم الوسيطة والمنواليه للمبحوثين يساويان 14 سنة، وتباين مدة الزواج تساوي 51.63 سنة بانحراف معياري قدره 7.19 سنة.

الجدول رقم (05): يبين توزيع ونسبة عينة الدراسة حسب متغير فئات عدد الأطفال

فئات عدد الأطفال	العدد	النسبة المئوية
لا يوجد أطفال	04	10%
أقل من 5 أطفال	27	67.5%
من 5 أطفال فأكثر	09	22.5%
المجموع	40	100%



الشكل البياني رقم (05): أعمدة بيانية تبين توزيع ونسبة عينة الدراسة حسب متغير فئات عدد الأطفال

من خلال قراءتنا للجدول رقم (05): والشكل البياني رقم (05): نجد أن العينة المأخوذة لدراستنا غير متساوية بالنسبة لمتغير فئات عدد الأطفال، حيث نجد عدد المبحوثين الذين عدد أطفالهم (أقل من 5 أطفال) يساوي 27 مبحوث بنسبة 67.5%، وهي النسبة الأعلى،

يليها عدد المبحوثين الذين عدد أطفالهم (من 5 أطفال فأكثر) يساوي 09 مبحوثين بنسبة 22.5%، ويليها عدد المبحوثين الذين لا يوجد لديهم أطفال يساوي 04 مبحوثين بنسبة 10%، وهي النسبة الأدنى.

وبما أن متغير عدد الأطفال متغير كمي ارتئينا تقسمه إلى فئات لكي يسهل تحليله، فإننا تطرقنا إلى حساب مقاييس النزعة المركزية والتشتت، وهي كالاتي: متوسط عدد أطفال المبحوثين يساوي 3.53 بتقريب 4 أطفال، وعدد الأطفال الوسيط والمنوالي للمبحوثين يساويان 4 أطفال، وتباين الأعمار يساوي 3.59 بانحراف معياري قدره 1.89.

3- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية دراسة استكشافية، تتيح للباحث الحصول على معلومات أولية حول الموضوع المتعلق ببحثه، ومن خلالها نتعرف على الظروف والإمكانات المتوفرة في الميدان التطبيقي، ونتأكد كذلك من صلاحية الوسائل المنهجية المتعبة، قصد ضبط متغيرات الدراسة. (عبد الرحمان العيسوي، 1992، ص30)

كما تعتبر الدراسة الاستطلاعية بالنسبة للدراسة الحالية مرحلة تمهيدية الهدف منها جمع بيانات أولية من عينة الدراسة التي طبقنا عليها المقاييس، حيث تساعدنا نتائجها على بناء تصور مقترح لحقيبة تدريبية وقائية قائمة على نظرية ساتير.

3-1 أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- التأكد من إمكانية إجراء الدراسة الميدانية.
- التأكد من مدى وضوح الأسئلة في الأداتين وإمكانية الإجابة عنها.
- حساب الخصائص السيكو مترية لمقياس الانفصال العاطفي والتواصل الزواجي.
- التعرف على مستوى الانفصال العاطفي لدى عينة الدراسة.
- الكشف عن أنماط التواصل الشائعة بين الأزواج وفق أنماط فرجينيا ساتير.
- تحديد مدى الحاجة إلى تدخل تدريبي لتحسين التواصل الزواجي.
- بناء التصور المقترح للحقيبة التدريبية وفق نتائج الدراسة.

3-2- إجراءات الدراسة الاستطلاعية:

- توزيع مقياس الانفصال العاطفي مع مقياس أنماط التواصل على العينة المحددة من الأزواج.
- جمع المقاييس من أفراد العينة بعد التأكد من الإجابة على كل البنود.
- تفريغ البيانات في ملف شبكة التفريغ الذي أعد خصيصا لهذه الدراسة.
- حساب الخصائص السيكو مترية لكل من مقياس الانفصال العاطفي وأنماط التواصل الزواجي.
- تحليل نتائج الدراسة لتحديد مستوى الانفصال العاطفي لدى الأزواج ومعرفة نمط التواصل الشائع لدى الأزواج.

4- أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية:

4-1- أدوات الدراسة:

4-1-1 - مقياس الانفصال العاطفي:

تم استخدام مقياس الانفصال العاطفي في الدراسة الحالية لعايدة فؤاد منصور (2009) الذي يتكون من 38 فقرة ،حيث قسم إلى أبعاد ثلاثة:

- البعد العاطفي (من البند 1 إلى 14)
- البعد الفكري (من 15 إلى 26)
- بعد التواصل (من 27 إلى 38)

تكون سلم الإجابة من تدرج لفظي خماسي (موافق جدا، موافق، لا أستطيع أن أقرر، غير موافق، غير موافق إطلاقا)، ومن أجل حساب درجات المقياس فقد أعطيت الاستجابة على الفقرات الإيجابية (5) درجات على موافق جدا، و(4) درجات للإجابة موافق، و(3) درجات للإجابة لا أستطيع أن أقرر و(2) درجات للإجابة غير موافق، و(1) درجة واحدة للإجابة غير موافق إطلاقا، وعكسها للإجابة ذات الصياغة السلبية. (منصور، 2009، ص100)

وفيما يلي سنوضح البنود السلبية والبنود الإيجابية:

أولا: البنود السلبية

الرقم	العبارة
1	يشعرني زوجي/زوجتي بأنني أقل منه شأنًا
2	يقلل زوجي/زوجتي من شأن إنجازاتي
3	يتعمد زوجي/زوجتي إحراجي أمام الآخرين
4	يشكك زوجي/زوجتي بآرائي أمام الآخرين
5	يحاول زوجي/زوجتي إثارة المشكلات دون أي سبب لمضايقتي
6	بازدراء يتحدث زوجي/زوجتي معي
7	يحاول زوجي/زوجتي تهميش آرائي المتعلقة بالحياة
8	يتحدث زوجي/زوجتي معي بلغة يسودها العصبية والتوتر
9	أشعر بأن زوجي/زوجتي يتجنب العمل على إنجاح العلاقة
10	أختلف وزوجي/زوجتي على كثير من القيم الحياتية
11	طموحاتي تتعارض مع طموحات زوجي/زوجتي
12	نتشاجر أنا وزوجي/زوجتي على أتفه الأمور
13	مكرهة على الإصغاء لزوجي/زوجتي أثناء حديثه
14	لدينا وجهات نظر مختلفة حول الكثير من الأمور
15	أشعر بأن زوجي/زوجتي فاشل
16	أشعر بالضيق بوجود زوجي/زوجتي من حولي
17	تسيطر عليّ فكرة الانفصال معظم الوقت
18	مكرهة على البقاء مع زوجي/زوجتي
19	نادمة على زواجي من زوجي/زوجتي
20	أتجنب التواصل الجسدي مع زوجي/زوجتي
21	حياتنا الزوجية مملة
22	ننام في غرف منفصلة
23	شعر بأننا نعيش غرباء تحت سقف واحد
24	أصبحت مشاعري باردة تجاه زوجي/زوجتي
25	يحرمني زوجي/زوجتي من الهدايا التي تعبر عن المودة
26	أنبه زوجي/زوجتي إلى أخطائه أمام الآخرين

ثانيا: البنود الإيجابية

الرقم	العبارة
27	نتبادل الآراء حول الأنشطة المتعلقة بالأسرة
28	نتشارك بالقرارات المهمة التي تهم العائلة
29	لدينا أهداف مشتركة
30	نتنافش بطريقة يسودها الاحترام بالرغم من اختلاف وجهات النظر
31	تسود الثقة حياتنا الزوجية
32	متفقان حول كيفية إدارة الأمور المالية
33	أناقش زوجي/ زوجتي بما يحدث مع خلال اليوم
34	أعمل على إنجاح علاقتنا الزوجية
35	نحن متفقان حول طقوسنا الدينية
36	يسمعني زوجي/ زوجتي مع اهلي بطريقة تعبر عن الاحترام
37	يتعامل زوجي/ زوجتي مع أهلي بطريقة تعبر عن الاحترام
38	يعاملني زوجي/ زوجتي باحترام

4-2- الخصائص السيكو مترية:

4-2-1 الخصائص السيكو مترية للمقياس الانفصال العاطفي الأصلي:

4-2-1-1 صدق البناء:

تم التحقق من صدق البناء وصدق المحتوى لمقياس الانفصال العاطفي، وتراوحت معاملات الارتباط بين الدرجات على مقياس التوافق الزواجي وبين الدرجات على مقياس الانفصال العاطفي في الأبعاد الثلاثة المكونة لمقياس الانفصال (0.815) توافق التفكير (0.80) للبعد العاطفي، وبين (0.823) لبعد التواصل، وجميعها ذات دلالة إحصائية عند مستوى أقل من (0.05) (منصور،2009، ص101)

4-2-1-2 - ثبات المقياس:

تم التحقق من ثبات مقياس الانفصال العاطفي من خلال استعمال أسلوب الاتساق الداخلي وإعادة الاختبار، حيث أن قيم معاملات الثبات باستعمال ألفا كرو نباخ تراوحت بين (0.92- 0.95) على الدرجة الكلية (0.97)، وتراوحت معاملات ارتباط إعادة الاختبارين (0.903-0.974) وبلغت الدرجة الكلية (0.903) وهذا مؤشر على ثبات المقياس.
(منصور، 2009، ص110)

4-2-2- الخصائص السيكو مترية لمقياس الانفصال العاطفي للدراسة الحالية:

4-2-2-1- الصدق

أ- الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

اعتمدنا في قياس الصدق التمييزي لمقياس الانفصال العاطفي على طريقة المقارنة الطرفية، بعد تفريغ بيانات العينة الاستطلاعية، ثم جمع درجاتهم الكلية وترتيبها ترتيبا تنازليا، ثم تقسيم العينة لفئتين فئة عليا وفئة دنيا بنسبة 27 %، في كل مجموعة.

تم استعمال نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية ($SPSS_{25}$) لحساب قيمة T لعينتين مستقلتين تحصلنا على النتائج المدونة في الجدول التالي:

الجدول رقم (06): يبين حساب قيمة T لعينتين مستقلتين (الصدق التمييزي) لمقياس الانفصال العاطفي

البيانات الإحصائية المجموعات	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة F المحسوبة	دلالة F	قيمة T المحسوبة	مستوى الدلالة Sig	درجة الحرية	دلالة T
عليا	8	98.50	14.86	7.81	دالة إحصائيا	9.49	0.000	8.85	دالة إحصائيا
دنيا	8	45.38	5.45						

من خلال الجدول رقم (06): نجد أن المتوسط الحسابي للمجموعة العليا يساوي 98.50 وانحرافها المعياري يساوي 14.86، وأن المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا يساوي 45.38 وانحرافها المعياري يساوي 5.45، في حين نجد قيمة اختبار التجانس F تساوي 7.81، وهي دالة إحصائيا وعليه يمكن القول بأن المجموعة العليا والدنيا غير متجانستين، في حين نجد أن قيمة T تساوي 9.49 بمستوي دلالة Sig يساوي 0.000 وهي اقل من مستوى معنوية 0.01 مما يعني رفض الفرضية الصفرية أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين العليا والدنيا وعليه فالمقياس يمكننا من التمييز بين المجموعتين، وعليه يمكن القول بأن مقياس الانفصال العاطفي صادق.

ب – صدق المحتوى (الاتساق الداخلي):

قمنا بحساب صدق المحتوى لمقياس الانفصال العاطفي بطريقة الاتساق الداخلي، وذلك بحساب معامل ارتباط كل بعد من الأبعاد عن الدرجة الكلية للمقياس.

تم استعمال نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية ($SPSS_{25}$) لحساب قيمة r لكل بعد، فنتحصل على النتائج المدونة في الجدول التالي:

الجدول رقم (07): يبين قيمة معامل الارتباط R (صدق المحتوى) لبنود مقياس الانفصال العاطفي

الأبعاد	عدد أفراد العينة	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة	القرار
بعد الانفصال الفكري	30	0.828	0.000	دالة إحصائيا عند 0.01
بعد الانفصال العاطفي		0.755	0.000	دالة إحصائيا عند 0.01
بعد الانفصال التواصلي		0.746	0.000	دالة إحصائيا عند 0.01

من خلال الجدول رقم (07): نجد أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس تتراوح بين (0.746 و0.828)، وهي تدل على وجود علاقة قوية بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، ومستوي الدلالة Sig تساوي 0.000، وهي أقل من مستوى معنوية 0.01، إذا هي داله إحصائيا عند 0.01، مما يؤكد على أن المقياس صادق من ناحية المحتوى أو المضمون، وعلية نقول مقياس الانفصال العاطفي صادق ويمكن الاعتماد عليه.

4-2-2-2 الثبات:

أ . التناسق الداخلي للبنود (ألفا كرونباخ):

قمنا بحساب ثبات مقياس الانفصال العاطفي بطريقة التناسق الداخلي للبنود (ألفا كرونباخ) بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية ($SPSS_{25}$)، النتائج مدونة في الجدول التالي:

الجدول رقم (08): يبين قيمة معامل ألفا كرونباخ لمقياس الانفصال العاطفي

المقياس	عدد البنود	قيمة معامل ألفا كرونباخ	القرار
بعد الانفصال الفكري	14	0.895	دالة إحصائيا
بعد الانفصال العاطفي	12	0.917	دالة إحصائيا
بعد الانفصال التواصلي	12	0.937	دالة إحصائيا
الانفصال العاطفي	38	0.938	دالة إحصائيا

من خلال الجدول رقم (08): نجد أن قيمة ألفا كرونباخ لبعد الانفصال الفكري، أي درجة التناسق الداخلي بين بنود بعد الانفصال الفكري تساوي 0.895، وهي علاقة موجبة بين البنود المشكلة للبعد، ونجد قيمة ألفا كرونباخ لبعد الانفصال العاطفي، أي درجة التناسق الداخلي بين بنود بعد الانفصال العاطفي تساوي 0.917، وهي علاقة موجبة بين البنود المشكلة للبعد، ونجد قيمة ألفا كرونباخ لبعد الانفصال التواصلي، أي درجة التناسق الداخلي بين بنود بعد الانفصال التواصلي تساوي 0.937، وهي علاقة موجبة بين البنود المشكلة للبعد، ونجد قيمة ألفا كرونباخ للمقياس ككل، أي درجة التناسق الداخلي بين بنود مقياس الانفصال العاطفي تساوي 0.938، وهي علاقة موجبة بين البنود المشكلة للمقياس، وبذلك يمكن القول بأن مقياس الانفصال العاطفي ثابت.

ب- التجزئة النصفية:

قمنا بحساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية، حيث تم تقسيم بنود مقياس الانفصال العاطفي إلى نصفين متكافئين (علوي/ سفلي)، ثم حساب معامل الارتباط بيرسون بين النصفين باستعمال نظام الحزمة الإحصائية (SPSS$_{25}$)، النتائج مدونة بالجدول التالي:

الجدول رقم (09): يبين ثبات التجزئة النصفية لمقياس الانفصال العاطفي

المؤشرات الإحصائية	قيمة R المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
بيرسون قبل التعديل	0.924	29	دالة إحصائيا عند 0.01
سبرمان بعد التعديل	0.961		
جيتمان بعد التعديل	0.947		

من خلال الجدول رقم (09): نلاحظ أن قيمة r المحسوبة قبل التعديل بيرسون تساوي 0.924 وفي الحقيقة قيمة r المعبر عنها تعبر عن قيمة معامل الارتباط بين نصفي المقياس، توجب تصحيح معادلة الطول فتحصلنا على قيمة r الحقيقية بعد التعديل سبرمان تساوي 0.961، وجيتمان تساوي 0.947، فهما دالين عند مستوى معنوية 0.01 وعليه يمكن القول بأن مقياس الانفصال العاطفي ثابت.

4-1-2 مقياس أنماط التواصل الزواجي:

كما تم استخدم أيضا أداة ثانية في الدراسة الحالية وهي مقياس أنماط التواصل لفرجينا ساتير الذي بنته الباحثة رائدة مروان فايز فريتخ (2018) بعد اطلاعها على نظرية فرجينا ساتير، وخرجت بمقياس أنماط التواصل الزواجي الذي تكون في صورته الأولية من 45

فقرة، ثم بعد عرضه على المحكمين تم حذف (6) فقرات حيث أصبح مقياس يضم (39) فقرة، وعندما تم عرضه مرة أخرى على المحكمين أجمعوا على حذف الفقرة (39) لكونها لا تندرج تنتمي للبعد أدرجت ضمنه فأصبح المقياس بصورته النهائية يضم (38) فقرة. قسمتها الباحثة إلى أربعة أنماط تواصل سلبية وهي:

- النمط الاتصالي المسترضي (من البند 1 إلى 15)
- النمط الاتصالي اللوام (من البند 16إلى 24)
- النمط الاتصالي العقلاني المتطرف (من البند24 إلى 26)
- النمط الاتصالي اللامبالي أو المشتت (من البند27 إلى 34)

وتم استخدام نظام ليكرت الخماسي للاجابة على الفقرات (دائما، غالبا، أحيانا، نادرا، أبدا).

فقد أعطت للاستجابة دائما (5 درجات) وغالبا (4 درجات) وأحيانا (3 درجات) ونادرا (2 درجات) وأبدا (1 درجة) . (فريتخ، 2018، ص59-60)

ولأهمية معرفة البنود الإيجابية والسلبية من المقياس قمت بتحديدها وفق هذا الجدول:

بنود التواصل الإيجابي:

الرقم	العبارة
1	أسعى إلى التقرب وطلب الود من زوجي- زوجتي عندما أتواصل معه/ ها.
2	أبذل جهدا كبيرا كي لا يغضب مني زوجي- زوجتي أثناء التواصل معه/ها.
3	أسعى على أن يكون زوجي – زوجتي راض عني أثناء التواصل معه/ها.
7	أسعى إلى طلب تقدير واستحسان زوجي – زوجتي أثناء التواصل معه/ها .
8	ألجأ إلى إشعار زوجي- زوجتي بأنني ممتن له /ها أثناء التواصل معه/ها
9	أثناء تواصلي مع زوجي- زوجتي أميل إلى تحميل نفسي للمسؤولية عن أي خلل قد يحدث بيننا.
11	أثناء تواصلي مع زوجي – زوجتي أتقبل انتقاداته/ها لي برحابة صدر.
24	مهما كانت طبيعة التواصل مع زوجي- زوجتي أبقى متماسكا فمن الصعب على أن أبدي درجة من التعامل معه /ها
25	عندما أتواصل مع زوجي – زوجتي أسعى أن أكون منطقيا إلى أبعد الحدود.
26	أتواصل مع زوجي – زوجتي بعبارات قصيرة ومختصرة ومباشرة.

بنود التواصل السلبي

الرقم	العبارة
4	أكثر من الاعتذار من زوجي – زوجتي أثناء التواصل معه/ ها.
5	من الصعب أن أرفض أي طلب يطلبه مني زوجي – زوجتي
6	أتجنب معارضة زوجي– زوجتي أثناء التواصل معه/ ها.
10	عندما أتواصل مع زوجي – زوجتي أشعر أنني مغلوب على أمري وأنني ضعيف أمامه /ها
12	أجد صعوبة أن أطلب شيء لنفسي من زوجي – زوجتي.
13	أشعر أن جسدي يرتعش رهبة من زوجي – زوجتي عند التواصل معه/ ها.
14	أشعر أن جسدي مرخيا وضعيفا عند التواصل مع زوجي– زوجتي
15	أميل إلى مخاطبة زوجي – زوجتي بصوت منخفض حتى لا يتسبب ذلك في غضبه /ها.
16	أميل إلى تصيد أخطاء أو إخفاقات زوجي – زوجتي عند التواصل معه/ ها.
17	أميل إلى انتقاد زوجي –زوجتي عند التواصل معه/ ها.
18	عندما أتواصل مع زوجي– زوجتي يكون صوتي مرتفعا وحادا
19	لا أسمح لزوجي– زوجتي إكمال حديثه عند التواصل معه/ ها.
20	أميل إلى إصدار التعليمات أو الأوامر عند التواصل مع زوجي– زوجتي مثل (افعل كذا أو لا تفعل كذا).
21	ليس مهما بالنسبة إلى الإصغاء إلى حديث زوجي – أثناء التواصل بيننا.
22	أتعمد عدم الإجابة عن أسئلة زوجي– زوجتي أثناء التواصل معه /ها.
23	عند التواصل مع زوجي – زوجتي ألجأ إلى الصراخ عليه/ها
27	عندما أتواصل مع زوجي – زوجتي أتفوه بعبارات لا معنى لها وليست ذات علاقة بموضوع الحديث.
28	أثناء التواصل مع زوجي– زوجتي تكون عباراته/ها في الشرق وحديثي في الغرب.
29	عندما أتواصل مع زوجي – زوجتي لا أستجيب للب الموضوع
30	عندما أتواصل مع زوجي– زوجتي أخرج عن موضوع الحديث وأفتح موضوعات جانبية.
31	عندما أتواصل مع زوجي– زوجتي أشعر أنني في دوامة ولا أعلم ما لذي على فعلا قوله.
32	عندما أتواصل مع زوجي– زوجتي أشعر أنني فاقد للتركيز.
33	عندما اتواصل مع زوجي– زوجتي أشعر أن جسدي يقوم بحركات لا معنى لها
34	عندما اتواصل مع زوجي – زوجتي أشعر أن جسدي يتحرك بعشوائية ودون وعي مني.

4-2-2 الخصائص السيكو مترية لمقياس التواصل الزواجي الأصلي

1- صدق المقياس

4-2-2-1-1 صدق المحكمين:

عرضت الباحثة مقياس أنماط التواصل لفرجينا ساتير على عشرة محكمين مختصيين في جامعة النجاح الوطنية، بهدف التعرف على الصدق الظاهري والمنطقي، حيث أجمع جميع المحكمين على صلاحية الفقرات والقيام بعض التعديلات اللغوية، وهذا ما يشير على تمتع المقياس بصدق مقبول. (فريتخ، 2018، ص66)

2- ثبات المقياس:

تم التأكد من ثبات المقياس باستخدام طريقة الاتساق الداخلي فتراوحت معاملات الثبات للمجالات الأربعة في هذا المقياس بين (0.77 إلى 0.88) وهذا مؤشر على ثبات المقياس. **(فريتخ، 2018، ص66).**

4-2-2 الخصائص السكومترية لدراسة الحالية:

4-2-2-2-1 الصدق:

أ- الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

اعتمدنا في قياس الصدق التمييزي لمقياس أنماط التواصل على طريقة المقارنة الطرفية بعد تفريغ بيانات العينة الاستطلاعية، ثم جمع درجاتهم الكلية وترتيبها ترتيبا تنازليا، ثم تقسيم العينة لفئتين فئة عليا وفئة دنيا بنسبة 27 %، في كل مجموعة.

تم استعمال نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية ($SPSS_{25}$) لحساب قيمة T لعينتين مستقلتين تحصلنا على النتائج المدونة في الجدول التالي:

الجدول رقم (10): يبين حساب قيمة T لعينتين مستقلتين (الصدق التمييزي) لمقياس أنماط التواصل

البيانات الإحصائية المجموعات	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة F المحسوبة	دلالة F	قيمة T المحسوبة	مستوى الدلالة Sig	درجة الحرية	دلالة T
عليا	8	141.13	4.76	1.45	غر دالة إحصائيا	9.26	0.000	14	دالة إحصائيا
دنيا	8	114.88	6.45						

من خلال الجدول رقم (10): نجد أن المتوسط الحسابي للمجموعة العليا يساوي 141.13 وانحرافها المعياري يساوي 4.76، وأن المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا يساوي 114.88 وانحرافها المعياري يساوي 6.45، في حين نجد قيمة اختبار التجانس F تساوي 1.45، وهي غير دالة إحصائيا وعليه يمكن القول بأن المجموعة العليا والدنيا متجانستين، في حين نجد أن قيمة T تساوي 9.26 بمستوي دلالة Sig يساوي 0.000 وهي اقل من مستوى معنوية 0.01 مما يعني رفض الفرضية الصفرية أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين العليا والدنيا وعليه فالمقياس يمكننا من التمييز بين المجموعتين، وعليه يمكن القول بأن مقياس أنماط التواصل صادق.

ب– صدق المحتوى (الاتساق الداخلي):

قمنا بحساب صدق المحتوى لمقياس أنماط التواصل بطريقة الاتساق الداخلي، وذلك بحساب معامل ارتباط كل بعد من الأبعاد عن الدرجة الكلية للمقياس.

تم استعمال نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية ($SPSS_{25}$) لحساب قيمة r لكل بعد، فنتحصل على النتائج المدونة في الجدول التالي:

الجدول رقم (11): يبين قيمة معامل الارتباط R (صدق المحتوى) لبنود مقياس أنماط التواصل

الأبعاد	عدد أفراد العينة	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة	القرار
النمط المسترضي	30	0.720	0.000	دالة إحصائيا عند 0.01
النمط اللوام		0.841	0.000	دالة إحصائيا عند 0.01
النمط العقلاني المتطرف		0.728	0.000	دالة إحصائيا عند 0.01
النمط المتشتت اللامبالي		0.807	0.000	دالة إحصائيا عند 0.01

من خلال الجدول رقم (11): نجد أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس تتراوح بين (0.720 و0.841)، وهي تدل على وجود علاقة قوية بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، ومستوي الدلالة Sig تساوي 0.000، وهي أقل من مستوى معنوية 0.01، إذا هي داله إحصائيا عند 0.01، مما يؤكد على أن المقياس صادق من ناحية المحتوى أو المضمون، وعلية نقول مقياس أنماط التواصل صادق ويمكن الاعتماد عليه.

4-2-2-2-2- الثبات:

أ . التناسق الداخلي للبنود (ألفا كرونباخ):

قمنا بحساب ثبات مقياس التفكير الإيجابي بطريقة التناسق الداخلي للبنود (ألفا كرونباخ) بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية ($SPSS_{25}$)، النتائج مدونة في الجدول التالي:

الجدول رقم (12): يبين قيمة معامل ألفا كرونباخ لمقياس أنماط التواصل

الأبعاد	عدد البنود	قيمة معامل ألفا كرونباخ	القرار
النمط المسترضي	15	0.709	دالة إحصائيا
النمط اللوام	08	0.902	دالة إحصائيا
النمط العقلاني المتطرف	03	0.694	دالة إحصائيا
النمط المتشتت اللامبالي	08	0.885	دالة إحصائيا
أنماط التواصل	34	0.736	دالة إحصائيا

من خلال الجدول رقم (12): نجد أن قيمة ألفا كرونباخ لبعد النمط المسترضي، أي درجة التناسق الداخلي بين بنود بعد النمط المسترضي تساوي 0.709، وهي علاقة موجبة بين البنود المشكلة للبعد، ونجد قيمة ألفا كرونباخ لبعد النمط اللوام، أي درجة التناسق الداخلي بين بنود بعد النمط اللوام تساوي 0.902 وهي علاقة موجبة بين البنود المشكلة للبعد، ونجد قيمة ألفا كرونباخ لبعد النمط العقلاني المتطرف، أي درجة التناسق الداخلي بين بنود بعد النمط العقلاني المتطرف تساوي 0.694، وهي علاقة موجبة بين البنود المشكلة للبعد، ونجد قيمة ألفا كرونباخ لبعد النمط المتشتت اللامبالي، أي درجة التناسق الداخلي بين بنود بعد النمط المتشتت اللامبالي تساوي 0.885، وهي علاقة موجبة بين البنود المشكلة للبعد، ونجد قيمة ألفا كرونباخ للمقياس ككل، أي درجة التناسق الداخلي بين بنود مقياس أنماط التواصل تساوي 0.736 وهي علاقة موجبة بين البنود المشكلة للمقياس، وبذلك يمكن القول بأن مقياس أنماط التواصل ثابت.

ب – التجزئة النصفية:

قمنا بحساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية، حيث تم تقسيم بنود المقياس أنماط التواصل إلى نصفين متكافئين (علوي/ سفلي)، ثم حساب معامل الارتباط بيرسون بين النصفين باستعمال نظام الحزمة الإحصائية ($SPSS_{25}$)، النتائج مدونة بالجدول التالي:

الجدول رقم (13): يبين ثبات التجزئة النصفية لمقياس أنماط التواصل

المؤشرات الإحصائية	قيمة R المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
بيرسون قبل التعديل	0.675	29	دالة إحصائيا عند 0.01
سبرمان بعد التعديل	0.806		
جيتمان بعد التعديل	0.594		

من خلال الجدول رقم (13) نلاحظ أن قيمة r المحسوبة قبل التعديل بيرسون تساوي 0.675 وفي الحقيقة قيمة r المعبر عنها تعبر عن قيمة معامل الارتباط بين نصفي المقياس، توجب تصحيح معادلة الطول فتحصلنا على قيمة r الحقيقية بعد التعديل سبرمان تساوي 0.806، وجيتمان تساوي 0.799، فهما دالين عند مستوى معنوية 0.01 وعليه يمكن القول بأن مقياس أنماط التواصل ثابت.

5- الأساليب الإحصائية المستخدمة:

لغرض الخروج بنتائج موثوق بها علميا استخدمنا الطريقة الإحصائية لبحثنا، وهذا لكون الإحصاء الوسيلة والأداة الحقيقية التي تعالج بها النتائج على أساس فعلي، يستند عليها في البحث والاستقصاء وقد استخدمنا في هذه الدراسة الأساليب الإحصائية التالية:

1- اختبار "ت" تاست لعينتين مستقلتين لقياس الصدق التمييزي للمقياسين.

2- معامل ارتباط بيرسون لقياس صدق المحتوى للمقياسين.

3- معامل ألفا كرو نباخ لقياس ثبات للمقياسين.

4- معامل ارتباط سيبرمان وجيتمان لقياس ثبات للمقياسين.

5- التكرارات والنسب المئوية لوصف عينة الدراسة.

6- اختبار "ت" تاست لعينة واحدة على متوسط فرضي، لاختبار التساؤل الأول والثاني.

خلاصة الفصل:

من خلال ما تناولت الباحثة في هذا الفصل المتعلق بإجراءات الدراسة يمكننا أن نستنتج أهم النقاط :

- إن الدراسة الحالية اعتمدت على المنهج الوصفي الاستكشافي التطويري لمناسبته للأطار المنهجي لدراسة.
- أهمية أدوات الدراسة وإمكانية الاعتماد عليها في دراسات مستقبلية والاعتماد على خصائصها السيكو مترية.
- أهمية الدراسة الاستطلاعية بالنسبة للدراسة الحالية وما زودتها لنا من معلومات وبيانات تساعدنا في تحليل النتائج ومناقشتها وهذا ما سنتطرق له في الفصل الموالي.

الفصل الخامس:

عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد

1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج التساؤل الأول

2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج التساؤل الثاني

3- عرض وتحليل ومناقشة نتائج التساؤل الثالث

4- استنتاج عام

تمهيد:

سيتم التطرق في هذا الفصل إلى عرض نتائج الدراسة، من أجل الإجابة عن التساؤلات المطروحة، حسب النتائج المتحصل عليها من الدراسة الاستطلاعية، ومن ثما تحليلها وبعد ذلك يتم مناقشتها استنادا على الجانب النظري والدراسات السابقة

1- عرض وتحليل نتائج تساؤلات الدراسة:

1-1- عرض وتحليل نتائج التساؤل الأول:

ينص التساؤل الأول على: ما مستوى الانفصال العاطفي لدى عينة الدراسة؟

للإجابة على هذا السؤال تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أفراد العينة على مقياس الانفصال العاطفي ومقارنته بالمتوسط الفرضي، وللتحقق من دلالة الفرق تم استخدام اختبار "ت" لعينة واحدة بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية ($SPSS_{25}$)، تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول التالي:

الجدول رقم (14): يبين اختبار "ت" لعينة واحدة على متوسط فرضي لمستوى أبعاد الانفصال العاطفي

البيانات الإحصائية الأبعاد	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة "ت" المحسوبة	مستوى الدلالة Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الانفصال الفكري	40	1.852	0.589	3	12.327 -	0.000	39	دال إحصائيا عند 0.05
الانفصال العاطفي		1.563	0.668		13.661 -	0.000		دال إحصائيا عند 0.05
الانفصال التواصلي		2.088	0.841		6.859 -	0.000		دال إحصائيا عند 0.05

من خلال جدول (14): نجد نتائج اختبار "ت" لعينة واحدة على متوسط فرضي لمختلف الأبعاد كانت كالاتي:

الانفصال الفكري:

نجد أن المتوسط الحسابي لمتوسط الانفصال الفكري يساوي 1.852 بانحراف معياري يساوي 0.589، وأن المتوسط الفرضي لمتوسط الانفصال الفكري يساوي 3، في حين بلغت القيمة المحسوبة لاختبار "ت" تساوي 12.327، ومستوى الدلالة Sig يساوي 0.000 وهي أقل من مستوى معنوية 0.05، ومنه الاختبار دال إحصائيا عند مستوى معنوية 0.05 ودرجة حرية 39، أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الحسابي لمتوسط الانفصال الفكري والمتوسط الفرضي لمتوسط الانفصال الفكري، حيث نجد أن المتوسط الحسابي لمتوسط الانفصال الفكري أقل من المتوسط الفرضي لمتوسط الانفصال الفكري (3≥ 1.852)، ومنه نقول أن مستوى الانفصال الفكري لدى عينة الدراسة منخفض.

الانفصال العاطفي:

نجد أن المتوسط الحسابي لمتوسط الانفصال العاطفي يساوي 1.563 بانحراف معياري يساوي 0.668، وأن المتوسط الفرضي لمتوسط الانفصال العاطفي يساوي 3، في حين بلغت القيمة المحسوبة لاختبار "ت" تساوي 13.661 –، ومستوى الدلالة Sig يساوي 0.000 وهي أقل من مستوى معنوية 0.05، ومنه الاختبار دال إحصائيا عند مستوى معنوية 0.05 ودرجة حرية 39، أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الحسابي لمتوسط الانفصال العاطفي والمتوسط الفرضي لمتوسط الانفصال العاطفي، حيث نجد أن المتوسط الحسابي لمتوسط الانفصال العاطفي أقل من المتوسط الفرضي لمتوسط الانفصال العاطفي (3 ≥ 1.563)، ومنه نقول أن مستوى الانفصال العاطفي لدى عينة الدراسة منخفض.

الانفصال التواصلي:

نجد أن المتوسط الحسابي لمتوسط الانفصال التواصلي يساوي 2.088 بانحراف معياري يساوي 0.841، وأن المتوسط الفرضي لمتوسط الانفصال التواصلي يساوي 3، في حين بلغت القيمة المحسوبة لاختبار "ت" تساوي 6.859 –، ومستوى الدلالة Sig يساوي 0.000 وهي أقل من مستوى معنوية 0.05، ومنه الاختبار دال إحصائيا عند مستوى معنوية 0.05 ودرجة حرية 39، أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الحسابي

لمتوسط الانفصال التواصلي والمتوسط الفرضي لمتوسط الانفصال التواصلي، حيث نجد أن المتوسط الحسابي لمتوسط الانفصال التواصلي أقل من المتوسط الفرضي لمتوسط الانفصال التواصلي ($3 \geq 2.088$)، ومنه نقول أن مستوى الانفصال التواصلي لدى عينة الدراسة منخفض.

الاستنتاج:

من خلال هذه النتائج نلاحظ أن جميع أبعاد الانفصال العاطفي منخفضة لدى عينة الدراسة، وهذا ما يفسره وجود دلالة إحصائية في اختبار " ت " الخاص بهم، ولمعرفة البعد المنخفض أكثر ننظر لقيمة المتوسط الحسابي لمتوسط الأبعاد، حيث نجد أقل قيمة لبعد الانفصال العاطفي وذلك بقيمة 1.563، وهي تدل على المستوى المنخفض جدا لهذه الأبعاد، بالتالي نجيب على التساؤل الثالث فنقول أن: البعد المنخفض لدى عينة الدراسة هو بعد الانفصال العاطفي.

1-2- عرض وتحليل نتائج التساؤل الثاني:

ينص التساؤل الثاني على: ما هو نمط التواصل السائد لدى عينة الدراسة؟

للإجابة على هذا السؤال تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أفراد العينة على مقياس الانفصال العاطفي ومقارنته بالمتوسط الفرضي، وللتحقق من دلالة الفرق باستخدام اختبار "ت" لعينة واحدة على متوسط فرضي بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية ($SPSS_{25}$)، حيث تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (15): يبين اختبار "ت" لعينة واحدة على متوسط فرضي لمستوى أنماط التواصل

البيانات الإحصائية الأبعاد	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة "ت" المحسوبة	مستوى الدلالة Sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة
المسترضي	40	3.467	0.257	3	11.500	0.000	39	دال إحصائيا عند 0.05
اللوام		4.234	0.881		8.863	0.000		دال إحصائيا عند 0.05
العقلاني المتطرف		3.025	0.916		0.173	0.864		غير دال إحصائيا عند 0.05
المشتت اللامبالي		4.378	0.686		12.714	0.000		دال إحصائيا عند 0.05

من خلال الجدول رقم (15): نجد نتائج اختبار "ت" لعينة واحدة على متوسط فرضي لمختلف الأنماط كانت كالاتي:

- نمط التواصل المسترضي:

نجد أن المتوسط الحسابي لمتوسط نمط التواصل المسترضي يساوي 3.467 بانحراف معياري يساوي 0.257، وأن المتوسط الفرضي لمتوسط نمط التواصل المسترضي يساوي 3، في حين بلغت القيمة المحسوبة لاختبار "ت" تساوي 11.5، ومستوى الدلالة Sig يساوي 0.000 وهي أقل من مستوى معنوية 0.05، ومنه الاختبار دال إحصائيا عند مستوى معنوية 0.05 ودرجة حرية 39، أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الحسابي لمتوسط نمط التواصل المسترضي والمتوسط الفرضي لمتوسط نمط التواصل المسترضي، حيث نجد أن المتوسط الحسابي لمتوسط نمط التواصل المسترضي أكبر من المتوسط الفرضي لمتوسط نمط التواصل المسترضي ($3.467 \geq 3$)، ومنه نقول أن مستوى نمط التواصل المسترضي لدى عينة الدراسة مرتفع.

- **نمط التواصل اللوام:**

نجد أن المتوسط الحسابي لمتوسط نمط التواصل اللوام يساوي 4.234 بانحراف معياري يساوي 0.881، وأن المتوسط الفرضي لمتوسط نمط التواصل اللوام يساوي 3، في حين بلغت القيمة المحسوبة لاختبار "ت" تساوي 8.863، ومستوى الدلالة Sig يساوي 0.000 وهي أقل من مستوى معنوية 0.05، ومنه الاختبار دال إحصائيا عند مستوى معنوية 0.05 ودرجة حرية 39، أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الحسابي لمتوسط نمط التواصل اللوام والمتوسط الفرضي لمتوسط نمط التواصل اللوام، حيث نجد أن المتوسط الحسابي لمتوسط نمط التواصل اللوام أكبر من المتوسط الفرضي لمتوسط نمط التواصل اللوام (4.234 ≥ 3)، ومنه نقول أن مستوى نمط التواصل اللوام لدى عينة الدراسة مرتفع.

- **نمط التواصل العقلاني المتطرف:**

نجد أن المتوسط الحسابي لمتوسط نمط التواصل العقلاني المتطرف يساوي 3.025 بانحراف معياري يساوي 0.916، وأن المتوسط الفرضي لمتوسط نمط التواصل العقلاني المتطرف يساوي 3، في حين بلغت القيمة المحسوبة لاختبار "ت" تساوي 0.173، ومستوى الدلالة Sig يساوي 0.864 وهي أكبر من مستوى معنوية 0.05، ومنه الاختبار غير دال إحصائيا عند مستوى معنوية 0.05 ودرجة حرية 39، أي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الحسابي لمتوسط نمط التواصل العقلاني المتطرف والمتوسط الفرضي لمتوسط نمط التواصل العقلاني المتطرف، حيث نجد أن المتوسط الحسابي لمتوسط نمط التواصل العقلاني المتطرف تقريبا يساوي المتوسط الفرضي لمتوسط نمط التواصل العقلاني المتطرف (3.025 = 3)، ومنه نقول أن مستوى نمط التواصل العقلاني المتطرف لدى عينة الدراسة متوسط. ولكن لا يمكننا الجزم بذلك لأنه قد يعود ذلك لعدة عوامل وأسباب أهمها حساسية الموضوع الذي قد يؤثر على صدق الإجابة.

نمط التواصل المشتت اللامبالي:

نجد أن المتوسط الحسابي لمتوسط نمط التواصل المشتت اللامبالي يساوي 4.378 بانحراف معياري يساوي 0.686، وأن المتوسط الفرضي لمتوسط نمط التواصل المشتت اللامبالي يساوي 3، في حين بلغت القيمة المحسوبة لاختبار "ت" تساوي 12.714 ومستوى الدلالة Sig يساوي 0.000 وهي أقل من مستوى معنوية 0.05، ومنه الاختبار دال إحصائيا

عند مستوى معنوية 0.05 ودرجة حرية 39، أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الحسابي لمتوسط نمط التواصل المشتت اللامبالي والمتوسط الفرضي لمتوسط نمط التواصل المشتت اللامبالي، حيث نجد أن المتوسط الحسابي لمتوسط نمط التواصل المشتت اللامبالي أكبر من المتوسط الفرضي لمتوسط نمط التواصل المشتت اللامبالي (4.378 ≥ 3)، ومنه نقول أن مستوى نمط التواصل المشتت اللامبالي لدى عينة الدراسة مرتفع.

الاستنتاج:

من خلال هذه النتائج نلاحظ أن أغلب أنماط التواصل موجودة بمستوى مرتفع لدى عينة الدراسة باستثناء نمط التواصل العقلاني المتطرف وهذا ما يفسره عدم وجود دلالة إحصائية في اختبار "ت" الخاص به، ولمعرفة نمط التواصل السائد ننظر لقيمة المتوسط الحسابي لمتوسط الأنماط، حيث نجد أكبر قيمة لنمط التواصل المشتت اللامبالي وذلك بقيمة 4.738 وهي تدل على المستوى المرتفع جدا لهذا النمط، بالتالي نجيب على التساؤل الثاني فنقول أن: النمط السائد لدى عينة الدراسة هو النمط المشتت اللامبالي.

1-3- عرض وتحليل نتائج التساؤل الثالث:

ينص التساؤل الثالث على: ما لتصور المقترح للحقيبة التدريبية القائمة على نظرية ساتير للوقاية من الانفصال العاطفي؟ وللإجابة على هذا السؤال تم بناء تصور مقترح في الخطوات التالية سنبينه بالتفصيل:

1-3-1 التصور المقترح للحقيبة التدريبية:

قبل أن نتحدث عن العناصر الموالية يمكننا الإشارة بأن التصور المقترح في هذه الدراسة يقتصر فقط على تصور حقيبة تدريبية قائمة على نظرية ساتير للوقاية من الانفصال العاطفي، لذلك كل ما يخص هذا التصور فقط يندرج تحت مراحل إعداد الحقيبة التدريبية بكل عناوينها وتفاصيلها وهذا ما سيتم شرحه في الأسطر التالية:

أولا: تعريف الحقيبة التدريبية:

هي عبارة عن دورة تدريبية تتكون من برنامج تدريبي يحتوي على 8 جلسات تدريبية، مقسمة إلى أربعة أيام تدريبة، تتراوح المدة الزمنية 90 دقيقة لكل جلسة، تضم مجموعة من الأنشطة والمحتوى التدريبي وكذلك وسائل وأساليب تدريبية، تساعد الأزواج على فهم

واكتساب المعرفة، والمهارات التدريبية التي تستند جميعها إلى نظرية فرجينيا ساتير، في تنمية مهارات التواصل لدى الأزواج للوقاية من الانفصال العاطفي.

ثانيا: الهدف العام للحقيبة التدريبية المقترحة:

تهدف هذه الحقيبة إلى تمكن الأزواج في نهاية البرنامج التدريبي من تطبيق مهارات التواصل الفعال التي تستند إلى نظرية ساتير بهدف التقليل من مظاهر الانفصال العاطفي، وتعزيز التقارب العاطفي بين الزوجين.

ثالثا: الأهداف الجزئية للحقيبة التدريبية:

لكي نصل إلى تحقيق الهدف العام للحقيبة التدريبية، تمكنت من صياغة أهداف جزئية بشكل اجرائي وتماشيا مع البرنامج التدريبي بالترتيب حسب مواضيع كل جلسة تدريبية:

1- توضيح مفهوم الانفصال العاطفي وأهم مظاهره ومؤشراته للأزواج المشتركون في البرنامج التدريبي.

2- التعرف على المبادئ الأساسية لنظرية ساتير وأنماط التواصل السلبية.

3- يميز المتدرب بين أنماط التواصل السلبية الأربعة وفقا لنظرية ساتير.

4- يتعرف المتدرب على نمط تواصله ونمط تواصل زوجه باستخدام استبيان أنماط التواصل وفق ساتير.

5- يطبق المتدرب تقنية الوعي بالذات ويفهم احتياجاته العاطفية أثناء المواقف التي يتفاعل فيها مع زوجه – زوجته.

6- يتعلم المتدرب مهارات الاستماع الفعال وفق نموذج ساتير والتعاطف مع زوجه- زوجته أثناء التواصل.

7- يطبق المتدرب تقنيات حل الخلافات الزوجية بطريقة بناءة وفعالة.

8- يتعلم المتدرب بناء عادات جديدة إيجابية وتعبيرات عاطفية تساهم في تقوية العلاقة الزوجية.

9- يقيم المتدرب نفسه من خلال برامج المتابعة والتقييم لمعرفة مستوى تحسن تواصله مع زوجه- زوجته.

رابعا: أهمية الحقيبة التدريبية المقترحة:

تتمثل أهمية هذه الحقيبة التدريبية المقترحة في:

– اقتراح حل يتمثل في برنامج تدريبي للوقاية من مشكلة واقعية يعاني منها مختلف الأزواج، والتي تتمثل في الانفصال العاطفي.

– الأساس النظري الملائم والمناسب لهذه الحقيبة التدريبية المقترحة حيث استندت لنظرية ساتير وهي من أكثر النظريات التي اهتمت بالتواصل الزواجي.

– تبرز أهميتها في وقاية الأزواج من مختلف المشاكل التي تتعلق بالتواصل الزواجي وتعلمهم لمهارات حل الخلافات الزوجية واكتساب أساليب تدريبية تفاعلية.

– قابلية الحقيبة التدريبية للتطبيق، وتكيفها حسب البيئة المناسبة. وإمكانية تطويرها، بناء على الملاحظات التي تظهر أثناء تدريب البرنامج التدريبي.

خامسا: الفئة المستهدفة للحقيبة التدريبية:

بناء على الدراسة الاستطلاعية ووفق للنتائج المتحصل عليها، نستطيع أن نقول إن الفئة المستهدفة لهذه الحقيبة تتمثل في الأزواج الذين يظهر لديهم نمط تواصل سلبي يحتاج إلى تدريب وأن مؤشرات الانفصال العاطفي لديهم منخفضة وهذا ما يتطلب برنامج وقائي للوقاية من الانفصال العاطفي.

سادسا: الخلفية النظرية للحقيبة التدريبية:

تستند هذه الحقيبة التدريبية إلى نظرية فرجينيا ساتير التي تعتبر من أهم نظريات العلاج الأسري والزواجي حيث ركزت في نظريتها على أنماط التواصل لدى الأزواج، وكان الهدف منها مساعدة الأسر والزوجين في التعرف على أساليب تفاعلهم وتواصلهم في الحياة ،وكيفية اكتساب أساليب التواصل غير السوية. ووضعت (ساتير) إطاراً نظرياً لمفاهيمها بعد أن قامت بممارسة العمل في الإرشاد الزواجي والأسري لمدة ثلاث وعشرين سنة، وتفترض فرجينيا ساتير أن المشاكل الزوجية ومن أهمها الانفصال العاطفي تنبع من تشوه في عمليات التواصل بين الزوجين (ساتير،2016، ص6)

لذلك كانت هذه النظرية الأنسب لدرستنا وتم التركيز على مبادئها وتقنياتها في بناء البرنامج التدريبي وفقا لمبادئ ساتير التالية:

1- تعديل أنماط التواصل السلبية، وتدريب الأزواج على أنماط تواصل صحية.

2- تعزيز تنمية الوعي بالذات ومعرفة الاحتياجات العاطفية والتعبير عليها.

3- التدريب على التعبير البناء والإصغاء الفعال لتقوية علاقة الزوجين وتعزيز التقارب بينهما.

4- تدريب الزوجين على كيفية تفاعلهما في ضل ضغوط الحياة وحل الخلافات الزوجية بطريقة بناءة دون اتهام كل طرف للآخر.

سابعا: الهياكل التدريبية التي نقترح استخدامها للحقيبة التدريبية:

لكي يتم التدريب في جو مناسب ويحقق الأهداف المطلوبة نقترح استخدام هذه الهياكل التدريبية عندما يتم تدريب المدربين بشكل مباشر:

- توفير قاعة تدريب واسعة ومناسبة.
- استخدام اضاءة مريحة للعين للمساعدة على التركيز.
- توفير مكيف هوائي إذا كانت درجة الحرارة مرتفعة واستخدامه عند الحاجة.
- مقاعد مريحة للجلوس وتساعد على الحركة.
- تهوية القاعة مع وجود شابيك للنوافذ للاستخدام عندما يتطلب الأمر.
- طاولة كبيرة للتدريبات الجماعية والورش التدريبة للمتدربين.

أما إذا تم التدريب أون لاين أو عن بعد عن طريق الأنترانت نقترح توفير:

- منصة تدريبية تفاعلية تجمع المشتركين في جلسات تدريبية عن طريقة لقاء مع المدرب من خلال المنصة والاستفادة من البرنامج التدريبي ونقترح منصة بسيكوين التي تم تصميمها من طرف الباحثة، كمنصة تدريبية تعليمية في إطار مشروع 1275 لمشاريع المؤسسة الناشئة والمشاريع المبتكرة، وهذا رابط المنصة www.psykwin.com

- مجموعة واتساب أو تلغرام لتواصل مع المدرب والتفاعل مع المشتركين وتسجيلهم في الدورة والبرنامج التدريبي.

ثامنا: الوسائل التدريبية المقترح استخدامها في الحقيبة التدريبة:

لا يمكن أن يتم تدريب المتدربين في هذا البرنامج دون الاعتماد على وسائل تدريبية تتناسب مع أهداف الدورة وما هو معمول به في مختلف الدورات نذكر أهمها:

- جهاز كمبيوتر: يتم استعماله لعرض المادة التدريبية في برنامج PowerPoint باوربوينت ومختلف التسجيلات الصوتية ومقاطع الفيديو المستخدمة في الدورة التدريبية.
- جهاز عرض Data show : يتم من خلاله عرض الشرائح التقديمية PowerPoint وتفاعل المشتركين مع محتوى الدورة بشكل بصري وسمعي أثناء عرض ملف صوتي أو صور وخرائط ورسومات توضحيه.
- سبورة بيضاء لشرح والتوضيح يستخدمها المدرب أثناء شرح وتوضيح معلومة غامضة أو لرسم مخطط أو خريطة ذهنية تساعد على فهم المعلومات والمهارات.
- أوراق بيضاء وملونة لتدريب وإنجاز التمارين.
- أقلام بمختلف الألوان لاستخدامها أثناء الحاجة.
- أوراق عمل لتمارين المستخدمة في البرنامج التدريبي.
- مطبوعة أو كتيب خاص بالمتدرب ليتابع البرنامج التدريبي ويقرأ التعليمات الخاصة بالدورة.
- آلة تصوير اختيارية لتوثيق بعض النشاطات وأخذ صورة جماعية بعد إكمال البرنامج التدريبي.
- دفتر صغير وقلم لكل متدرب لتسجيل الملاحظات والأسئلة.

تاسعا: الفنيات التدريبية المستخدمة في الحقيبة المقترحة:

بما أن الحقيبة التدريبية المقترحة استندت على نظرية فرجينا ساتير فأن كل الفنيات التي سنذكرها هي مستمدة من هذه النظرية.

1- **النمذجة:** من خلال تمثيل نماذج تواصلية صحية في الجلسات التدريبية.

2- **لعب الأدوار:** من أجل تقمص الأزواج لأدوارهم وأدوار أزواجهم وفهم التأثيرات العاطفية بينهما.

3- **الرسوم التوضيحية للجليد الجبلي:** حتى يفهم المشترك المستويات العميقة من المشاعر والاحتياجات.

4- **التأمل الذاتي:** من خلال تمارين فردية لاكتشاف النمط التواصلي لكل مشترك من أنماط ساتير الأربعة السلبية.

5- **التغذية الراجعة** : لإثراء النقاش الجماعي والفردي أثناء الجلسات التدريبة والتواصل.

6- **بطاقات المشاعر والاحتياجات:** لمساعدة الأزواج على التعبير عن مشاعرهم واحتياجاتهم بوضوح وصدق وصراحة دون خوف ولا لوم من الطرف الآخر.

7- **النقاشات الفردية والجماعية:** لكي يتدرب الأزواج على مهارات الاصغاء والحوار والتفاعل فيما بينهما بشكل صحي.

8- **إعادة بناء الذات:** لتغير النظرة السلبية نحو ذواتهم وتقليل التفاعلات السلبية

عاشرا: مكونات الحقيبة التدريبية المقترحة:

1- **دليل المدرب:** تم تصميم دليل المدرب من طرف الباحثة، الخاص بهذه الحقيبة والذي يحتوي على مجموعة عناصر تخدم الحقيبة وتوضح محتواه، من خلال اعتمادها على برنامج كانفا لتصميم

- **اعتبارات تصميم دليل المدرب:**

- **الألوان:** واختارت الباحثة ألوان التصميم التي تم اختيارها بناء على التغذية البصرية المناسبة للتدريب فاختارت الألوان التالية: (اللون الأزرق بمختلف درجاته واللون الأبيض وواللون الأسود واللون البرتقالي وواللون البني وأخيرا اللون الأخضر). -

الأشكال: وتم تزويد الحقيبة بمختلف الأشكال المناسبة التي اختارتها الباحثة وفقا لخبرتها المتواضعة في التصميم، كالجداول والأرقام والأشكال المصغرة والأيقونات المناسبة حتى يخرج التصميم بشكل مقبول ومناسب

وفي الأخير تم تحميل الدليل على شكل ملف PDF ليكون على شكل كتاب خاص بالمدرب، تم ادراجه مع المذكرة في الملاحق بشكله النهائي.

محتويات دليل المدرب: وفيما يلي محتويات دليل المدرب بشيء من التفصيل:

– **غلاف خارجي:** باللون الأبيض والأزرق يحمل صورة معبرة عن الانفصال العاطفي– الباحثة – يحتوي على عنوان البرنامج التدريب بمختلف الأشكال المناسبة فكان العنوان: دليل المدرب حقيبة تدريبة بعنوان: برنامج تدريبي وقائي قائم على نظرية ساتير للوقاية من الانفصال العاطفي.

– **صفحة تحتوي على:** تعريف مختصر بالمدرب تقترح الباحثة أن تكون هي من تدرب هذه الحقيبة التدريبة من خلالها منصتها التدريبة بسيكوين فعرفت نفسها بتعريف مختصر يتناسب مع متطلبات الحقيبة التدريبة باعتبارها مهتمة بالقضايا الأسرية والزوجية.

– **فهرس المحتويات:** وهو عبارة عن جدول مصمم يعرض فيها كل محتويات الحقيبة التدريبة وسنعرض صورة مصغرة له.

– **مقدمة:** تم كتابة مقدمة من صفحتين للحقيبة التدريبة شرحت فيها الباحثة أهمية الحقيبة التدريبة والبرنامج التدريبي.

– **إرشادات المدربين:** وهو عبارة عن مجموعة من الإرشادات عددها سبعة إرشادات موجهة للمدرب خصيصا لكي يتفاعل مع المدربين ويعطي أهمية للتدريب والمدربين لكي يحقق أهداف البرنامج ويكون التدريب ممتع ونافع.

– **اليوم التدريبي الأول:** حيث قسمت الأيام التدريبية إلى أربعة أيام وفي كل يوم جلستين تدريبيتين كل جلسة تحتوي على تفاصيلها، يحتوي هذا العنصر على محتويات الجلسة الأولى تحت عنوان: التعرف ومفهوم الانفصال العاطفي ومظاهره ومؤشراته والوقت المحدد له 90 دقيقة وبعدها يوجد أهداف الجلسة وموضوعات الجلسة والأسلوب التدريبي ومتطلبات الجلسة بعد ذلك هناك جدول تفصيلي لخطة الجلسة الأولى مع تقسيم الوقت بالدقائق لكل

نشاط ومحتوى وهكذا نفس الأمر مع الجلسة التدريبية الثانية التي كانت تحت عنوان مدخل إلى نظرية ساتير وأنماط التواصل.

– **اليوم التدريبي الثاني:** يحتوي هذا العنصر على محتويات الجلسة الثالثة والرابعة بنفس الطريقة السابقة حيث كان عنوان الجلسة الثالثة: الوعي بالذات وفهم الاحتياجات مع تحديد الزمن المحدد للجلسة 90 دقيقة، وبعدها يوجد أهداف الجلسة الثالثة وموضوعات الجلسة والأسلوب التدريبي ومتطلبات الجلسة بعد ذلك هناك جدول تفصيلي لخطة الجلسة الثالثة مع تقسيم الوقت بالدقائق لكل نشاط ومحتوى وهكذا نفس الأمر مع الجلسة التدريبية الرابعة التي كان عنوانها: مهارات التعبير البناء والصريح.

– **اليوم التدريبي الثالث:** يحتوي هذا العنصر على محتويات الجلسة الخامسة والسادسة بنفس الطريقة السابقة حيث كان عنوان الجلسة الخامسة: الإصغاء الفعال والتعاطف مع تحديد الزمن المحدد للجلسة 90 دقيقة، وبعدها يوجد أهداف الجلسة الخامسة وموضوعات الجلسة والأسلوب التدريبي ومتطلبات الجلسة بعد ذلك هناك جدول تفصيلي لخطة الجلسة الخامسة مع تقسيم الوقت بالدقائق لكل نشاط ومحتوى وهكذا نفس الأمر مع الجلسة التدريبية السادسة التي كان عنوانها: إدارة التوتر والنزاع بطرق بناءة

– **اليوم التدريبي الرابع:** وهو اليوم الأخير من البرنامج التدريبي الذي يحتوي هذا العنصر على محتويات الجلسة السابعة والثامنة بنفس الطريقة السابقة حيث كان عنوان الجلسة السابعة: تعزيز القرب والتقدير العاطفي، مع تحديد الزمن المحدد للجلسة 90 دقيقة، وبعدها يوجد أهداف الجلسة وموضوعات الجلسة والأسلوب التدريبي ومتطلبات الجلسة بعد ذلك هناك جدول تفصيلي لخطة الجلسة السابعة مع تقسيم الوقت بالدقائق لكل نشاط ومحتوى وهكذا نفس الأمر مع الجلسة التدريبية الثامنة التي كان عنوانها: تقييم التدريب والتخطيط للمتابعة.

– **قائمة المراجع:** تم ادراج في هذه الصفحة مجموعة من المراجع التي اعتمدت عليها الباحثة في بناء الحقيبة التدريبة والبرنامج التدريبي.

– **صفحة أخيرة** : يطلب من المشاركين المشاركة في دورات المنصة التدريبة والتواصل مع المتدربين من خلال رقم الهاتف والإيميل المدرج والعنوان الإلكتروني للمنصة .

2- دليل المتدرب: وهو عبارة كتيب صغير تم تصميمه من طرف الباحثة باستخدام برنامج كانفا لتصميم بشكل مبسط، يقدم للمتدرب في أول يوم تدريبي يحتوي على عدة عنصر نذكرها:

- **غلاف خارجي** : يحتوي على كلمة دليل المتدرب وعنوان البرنامج التدريبي مع صورة معبرة

2-1 مقدمة: تعبر عن أهمية هذا الدليل للمتدرب ويكون بمثابة كتيب مرافق له في الجلسات التدريبية .

2-2-الأهداف التفصيلية للبرنامج التدريبي:

1- توضيح مفهوم الانفصال العاطفي وأهم مظاهره ومؤشراته للأزواج المشتركون في البرنامج التدريبي

2- التعرف على المبادئ الأساسية لنظرية ساتير وأنماط التواصل السلبية

3- يميز المتدرب بين أنماط التواصل السلبية الأربعة وفقا لنظرية ساتير

4- يتعرف المتدرب على نمط تواصله ونمط تواصل شريكه باستخدام استبيان أنماط التواصل وفق ساتير

5- يطبق المتدرب تقنية الوعي بالذات ويفهم احتياجاته العاطفية أثناء المواقف التي يتفاعل فيها مع زوجه – زوجته

6- يتعلم المتدرب مهارات الاستماع الفعال وفق نموذج ساتير والتعاطف مع زوجه- زوجته أثناء التواصل

7- يطبق المتدرب تقنيات حل الخلافات الزوجية بطريقة بناءة

8- يتعلم المتدرب بناء عادات جديدة إيجابية وتعبيرات عاطفية تساهم في تقوية العلاقة الزوجية

9- يقيم المتدرب نفسه من خلال برامج المتابعة والتقييم لمعرفة مستوى تحسن تواصله مع زوجه- زوجته

2-3- هيكلة البرنامج التدريبي:

يتكون البرنامج التدريبي من ثمانية جلسات تدريبية، مقسمة على أربعة أيام تدريبية، في كل يوم تدريبي جلستين، ومدة كل جلسة 90 دقيقة.

الجلسة الأولى : يتم فيها التعارف بين المدرب والمتدربين والتعرف على مفهوم الانفصال العاطفي ومظاهره ومؤشراته.

الجلسة الثانية : التعرف على نظرية ساتير وأنماط التواصل الأربعة السلبية

الجلسة الثالثة: التعرف على مفهوم الوعي بالذات وتحفيزه لدى الأزواج وفهم الاحتياجات

الجلسة الرابعة: تعلم مهارات التعبير البنّاء والتعبير الصادق عن المشاعر

الجلسة الخامسة : تعلم مهارة الإصغاء الفعال والتعاطف مع الزوج أو الزوجة

الجلسة السادسة: تعلم كيفية حل الخلافات أثناء الصراعات بطريقة بناءة

الجلسة السابعة: تعزيز التقارب العاطفي بين الزوجين وتعزيز المودة

الجلسة الثامنة: تقييم المتدرب ما تم تعلمه من مهارات ووضع مخطط للمتابعة

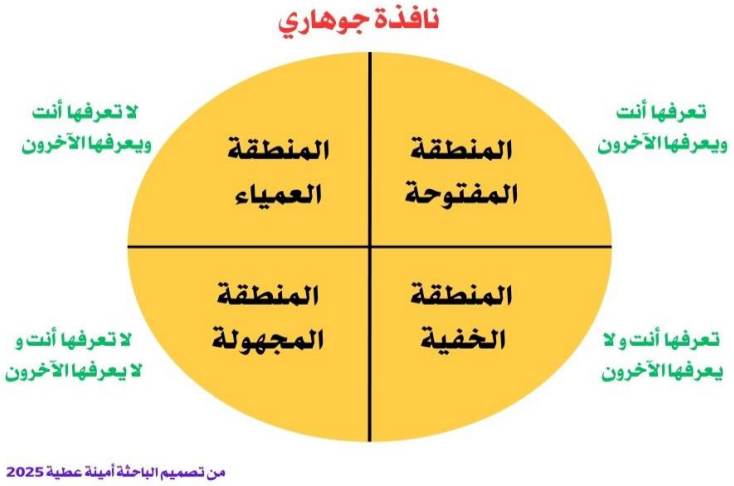
2-4-إرشادات للمتدرب: في هذا العنصر أدرجنا مجموعة من الارشادات للمتدرب بهدف التفاعل مع البرنامج التدريبي والالتزام بالسرية وحل الواجبات المنزلية وعدم التردد في طرح الأسئلة والنقاشات الفردية والجماعية.

2-5-الأنشطة التدريبية:

الجلسة الأولى: يتم داخل الجلسة الأولى النشاط التدريبي التالي:

تمرين "نافذة جوهاري" (Johari window): لزيادة الوعي الذاتي وتبادل الانطباعات بين الأزواج.

وتعتبر نافذة جوهاري أداة نفسية تتضمن رسماً تخطيطياً مُقسَّماً إلى أربعة أقسام-على شكل نافذة- تجتمع معاً لخلق إطار بصري أكثر وضوحاً لصفات الشخصية التي يعرفها المرء عن نفسه، والصفات الأخرى التي يراها الآخرون فيه، حيث يلاحظون هذه الصفات أثناء التعامل والاتصال المباشر بالشخص. وتهدف التقنية إلى تعزيز الوعي بالذات للفرد، وتحسين علاقته بالآخرين، وطريقة اتصاله بهم، بالإضافة إلى جعل علاقات المجموعات المختلفة تفاعلية وديناميكية أكثر، من خلال إنشاء حوارٍ فعّال وتبادل الملاحظات بينهم. https://sharjah24.ae/ar/Articles/2024/12/09/NJ1312



الجلسة الثانية: يتم داخل الجلسة الثانية النشاط التدريبي التالي:

ورشة عمل الهدف منها تحديد النمط التواصل الشخصي لكل متدرب باستخدام بطاقات وصف أنماط ساتير.

تعتبر ورش العمل إحدى طرق التدريب حيث يتم من خلالها توزيع أوراق على طاولات المتدربين في كل ورقة مكتوب فيها سلوكيات وأوصاف نمط من أنماط التواصل الأربعة لساتير (المسترضي، اللوام، المشتت للامبالي، المفكر العقلاني) وكذلك يتم التعرف على نمط التواصل المنسجم وهو النمط الصحي من أنماط ساتير، حيث يطلب منهم المدرب قراءة ما كتب في الأوراق وتحديد النمط المناسب لكل زوج، وتتم مناقشة جماعية حول هذه الأنماط ويتعرفون على طرق تواصلهم مع أزواجهم.

الجلسة الثالثة: يتم داخل الجلسة الثانية النشاط التدريبي التالي

تمرين "أنا أحتاج...": يعبّر كل زوج أو زوجة عن احتياجاته غير المصرح بها لزوجه أو زوجته.

يمثل هذا التمارين تعلم كيفية التعبير عن الاحتياجات العاطفية التي لم يصرح بها الزوجين لبعض فتبعث لتقارب العاطفي وتخلق الانسجام بينهما.

توزع بطاقات عمل تحتوي على جمل ناقصة مثل:

أنا أحتاج إلى شعورك بك كزوجة أو زوج عندما .....

أنا أحتاج إلى جلسة حميمة معك لأن .....

أنا أعترف بمشاعري اتجاهك لأن تمثل لي .....

وهكذا المهم ان تكون جميع الجمل تبدأ بكلمة أنا وتعبر عن احتياج عاطفي لم يصرح به من قبل لزوج ثم تكمل في تلك الورقة وتكون فرصة متاحة للأزواج عن التعبير على احتياجاتهم العاطفية بكل صدق وصراحة.

الجلسة الرابعة: يتم داخل الجلسة الرابعة النشاط التدريبي التالي:

لعب أدوار بين المتدربين حتى يتدربوا على استخدام "رسائل "الأنا" بدلا من "رسائل "الاتهام"

من خلال هذا التمارين يتدرب الأزواج على تحسين نمط التواصل بينهما، ويستخدم عبارة أنا بدلا من عبارة الاتهام التي يستخدمها أغلب الأزواج في تواصلهم مع بعض، بحيث يتهم كل طرف الآخر بالتقصير اتجاهه ويبقى التواصل بينهم مضطرب وغير صحي، يحتاج إلى التدريب على هذا التمرين حتى تقل بينهما التوترات والصراعات.

توزع أوراق للمتدربين تحتوي على مواقف يومية تثير القلق والتوتر وتسبب الخلافات والمشاكل بين الزوجين، مثل رسالة الاتهام الموالية : "أنت لا تهتم بي كزوج أو زوجة وكل وقتك تمنحه للهاتف فأنا لا أعنى لك شيء وجودي مثل عدمي"، (وهذه الرسالة عادة تستخدمها النساء في اتهاماتهم لأزواجهم)، أما رسالة أنا فمثلا تعبر الزوجة بعبارة "أنا دائما أسعر بالوحدة لأنك تسكت ولا تتحدث معي بعد عودتك من العمل"

يعلم المدرب المتدربين كيفية لعب أدوار عندما يتلقى الزوج أو الزوجة رسالة تحتوي على اتهام، ثم يتدرب على التحدث برسالة أنا ويتبادل النقاش حول كيفية شعور كل زوج في الحالتين، بحيث في الأخير يتعلم المدرب كيف يعبر عن مشاعره بكل احترام دون استخدام طريقة الاتهام التي تسبب مشاكل في التواصل بينهما. وهذا ما تسعى للوصول له ساتير التي ترى ان التركيز على الوعي الذاتي وتنظيم الانفعالات لكي يتحسن التواصل بين الأزواج.

الجلسة الخامسة: ويتم داخل الجلسة الخامسة النشاط التدريبي التالي:

تمرين: الاستماع العاكس: بحيث كل شريك يعيد صياغة ما قاله الطرف الآخر.

يهدف هذا التمارين إلى كيفية الإصغاء إلى الطرف الآخر بشكل جيد وفعال، والتي من خلالها يفهم مشاعره ولا يرد عليه باندفاع وغضب أو دفاع على نفسه. ويحسن طريقة التفاهم بين الزوجين ويقلل التوتر والاعتقادات والفهم الخاطئة بينهما.

يدرب المدرب المتدربين على كيفية الاصغاء والاستماع الجيد لزوج أو الزوجة دون مقاطعة مهما كان الحديث بينهما، ثم بعد ذلك يعيد صياغة ما استمع اليه بكلماته ويركز على المشاعر لتأكيد على الفهم الصحيح دون تأويل أو فهم خاطئ.

ويطلب المدرب أن يتحدث أحد الأزواج عن موضوع يثير ازعاجه وقلقه من الطرف الآخر، ثم يستمع الطرف المعنى بكل اصغاء وصمت، ثم يعيد صياغة كلامه دون تأويل مثلا:

ما فهمت من كلامك أن تشعر بالحزن والألم عندما أرفع صوتي وأوبخك عن أمر بسيط خارج عن سيطرتك مثلما حدث أمس البارحة حيث وقع كأس الماء الزجاج من يديك وانكسر، هل فعلا هذا ما تقصد؟

الجلسة السادسة: بحيث يتم في هذه الجلسة النشاط التدريبي التالي:

تمرين تصعيد النزاع الإيجابي: محاكاة لحل نزاع واقعي باستخدام تقنيات ساتير.

يتم تنبيه المدربين من طرف المدرب قبل أن يشرح لهم هذا التمارين عن طريقة أدراتهم لنزعات التي تحدث يوميا في حياتهم الزوجية، وأن التصعيد الإيجابي يعني أن يكون لزوجين مستوى وعي وانفتاح كبير حتى يتم الاعتراف بمشاعر الطرف الآخر وفهم احتياجاته، والتواصل معه دون اتهام أو غضب يزيد من حدة المشاكل بينهما والخلافات.

ويطلب منهم كخطوة لإنجاز هذا التمارين أن يتحدثوا عن موقف ونزاع حقيقي وواقعي وقع بينهما ولم يتم حله بشكل صحيح من الطرفين. ويطبق تقنيات ساتير التي تعلمها سابقا في حل النزاع مثل التعبير برسائل الأنا، الاستماع العاكس، تبادل الأدوار كل مرة يتحدث طرف لطرف الآخر، التفاوض وبناء الحل في الأخير بحيث يكون حل وسط ومرضي لطرفين مبنى على احترام مشاعر الآخر وفهم احتياجاته ويكتب هذا الحل في ورقة.

الجلسة السابعة: يتم من خلال الجلسة السابعة النشاط التدريبي التالي:

تمرين "رسائل الامتنان": كل شريك يكتب 3 أشياء يقدّرها في الآخر.

يهدف هذا التمرين إلى تعزيز النظرة الإيجابية بين الزوجين وتقدير السمات المميزة لكل طرف وإعطاء معنى لمشاعر الامتنان والحب في التواصل بين الزوجين.

قد يمر على الزوجين مواقف مميزة يظهر فيها الزوج أو الزوجة بتصرفات تستدعى كلمة الشكر والمدح والامتنان، وعندما ينشغل كلا الزوجين بمشاغل الحياة وتكثر المشاكل بينهما

ينسى كل زوج فضل الآخر والاعتراف بجميله وصفاته المميزة من خلال هذا التمرين يمنح المدرب الفرصة لكي يكتب كل زوج أو زوجة صفات يقدرها في زوجه ويعترف لها بالامتنان ويشكر الله على وجودها في زوجه كصفة الكرم والتعاون... وغيرها.

الجلسة الثامنة: بما أن هذه الجلسة تعتبر الجلسة الأخير في البرنامج التدريبي فإنه يتم فيها هذا النشاط والمتمثل في: إعداد خطة شخصية لتنمية التواصل في الحياة اليومية.

في آخر جلسة من جلسات البرنامج التدريبي في الحقيبة المقترحة، يفترض أن المتدرب قد تعلم وتدرب على الكثير من المهارات والتقنيات التي تندرج جميعا وفق نظرية ساتير في تنمية التواصل بين الزوجين لخلق التقارب العاطفي والانسجام بينهما وكذلك الوقاية من الانفصال العاطفي، لذلك يصل الأزواج في هذه المرحلة الأخيرة، إلى بناء خطة أو تحديد خطوات وأهداف تساعدهم على تحسين التواصل بينهما، والوصل إلى نمط التواصل المنسجم والتخلص من الأنماط السلبية في التواصل.

يطلب المدرب من المتدربين كتابة خطة أسبوعية أو شهرية من خلال التركيز على المهارات التي تعلمها في البرنامج التدريبي كالتركيز على مهارة الاستماع الفعال خلال هذا الأسبوع وهكذا يكتب كل زوج أو الزوجين معا خطة تناسبهما، وتكون واقعية ومحددة بأهداف معينة وواضحة وتتميز بالمرونة والقابلية لتنفيذ والتعديل مستقبلا.

6-2 الواجبات المنزلية: يحتوي دليل المتدرب على جميع الواجبات المنزلية التي سوف يكلم المدرب المتدربين في كل جلسة تدريبية نذكرها تباعا حسب كل جلسة تدريجية:

الجلسة الأول : الواجب المنزلي: كتابة وصف مختصر ليوم مثالي تتخيله مع زوجك- زوجتك ومشاركته معه.

الجلسة الثانية : الواجب المنزلي: مراقبة سلوكيات التواصل مع الزوج – الزوجة لمدة يومين وتدوين المواقف التي استخدم فيها كل نمط.

الجلسة الثالثة: الواجب المنزلي: كتابة قائمة من 5 احتياجات عاطفية لم يتم التعبير عنها سابقًا ومشاركتها مع الزوج- الزوجة بلغة هادئة.

الجلسة الرابعة: الواجب المنزلي: تطبيق رسالة "أنا" في موقف حقيقي وكتابة ملاحظات حول استجابة الطرف الآخر.

الجلسة الخامسة: الواجب المنزلي: تطبيق تمرين "10 دقائق صامتة": كل طرف يصغي للآخر دون مقاطعة لمدة 10 دقائق، مع تدوين الأثر العاطفي.

الجلسة السادسة: الواجب المنزلي: كتابة اتفاق مشترك لحل خلاف قائم باستخدام نموذج "نحن بدل أنت."

الجلسة السابعة: الواجب المنزلي: تخصيص وقت يومي لمدة 15 دقيقة للحديث الإيجابي فقط، وتدوين التغييرات في المشاعر.

الجلسة الثامنة: الواجب المنزلي: تنفيذ أول خطوة من الخطة ومناقشة نتائجها في لقاء خاص بين الزوجين.

3- المادة العلمية للحقيبة التدريبية: يعتبر إعداد المادة العلمية للحقيبة التدريبة أمر ضروري ولابد منه، فمن غير المعقول أن يدرب المدرب برنامج تدريبي دون مادة علمية تحتوي على كل محتويات البرنامج التدريبي والفنيات المستخدمة والأنشطة والتمارين والواجبات المنزلية يتم عرضها في ملف العروض التقديمية المعروف عند المدربين، لذلك تم إعداد المادة العلمية لهذه الدورة أو البرنامج التدريبي من قبل الباحثة في ملف خاص بالعروض التقديمة سيم ادراجه في قرص مضغوطCD

الحادي عشر: البرنامج التدريبي المقترح

رقم الجلسة	محتوى الجلسة	أهداف الجلسة	الأساليب والفنيات	المدة الزمنية
الجلسة الأولى	– التعرف على المشتركين وفهم مفهوم الانفصال العاطفي ومظاهره ومؤشراته	– تعزيز التعارف وكسر الحواجز بين المتدربين - تعريف المتدربين بمفهوم الانفصال العاطفي ومظاهره ومؤشراته	– نقاش جماعي وفردي – عرض تقديمي، – تمارين كسر الجليد	90 دقيقة
الجلسة الثانية	–التعرف على أنماط التواصل السلبية حسب نظرية ساتير	– تعريف المتدربين بنظرية ساتير للتواصل – تمكين المتدربين من التعرف على نمط التواصل الشخصي لديهم	–عرض تقديمي، لعب أدوار، اختبار ذاتي – تمارين جماعية	90 دقيقة
الجلسة الثالثة	–الوعي بالذات وفهم الاحتياجات	– مساعدة الأزواج على اكتشاف صورة الذات لديهم. - فهم العلاقة بين الاحتياجات والتواصل	– تمارين فردية، عصف ذهني، مشاركة جماعية إعادة بناء الذات	90 دقيقة
الجلسة الرابعة	– مهارات التعبير عن المشاعر والأفكار	–تعليم المتدربين استخدام رسائل (أنا) من خلال شرح النموذج - تنمية القدرة على التعبير البنّاء عن المشاعر	– لعب أدوار، تمرينات كتابية، مناقشة ثنائية – التعبير دون خوف باستخدام بطاقات التعبير عن المشاعر والاحتياجات	90 دقيقة

الجلسة الخامسة	– الاستماع الفعال والتعاطف	– تمكين المشاركين من مهارات الإصغاء العميق- تطبيق استراتيجيات التعاطف في الحوار	– تدريبات زوجية على إعادة الصياغة –أنشطة تعاطف واستجابة عاطفية – نقاش حول معيقات الإصغاء الجيد	90 دقيقة
الجلسة السادسة	– حل الخلافات وتخفيف التوتر	–تعليم استراتيجيات المواجهة البناءة - إعداد خطة تواصل وقت الأزمات	– محاكاة، تحليل مواقف، – لعب أدوار – تمارين	90 دقيقة
الجلسة السابعة	–إعادة بناء القرب العاطفي بين الزوجين	- تعزيز مشاعر التقدير والاهتمام المتبادل. - إنشاء طقوس يومية لتعزيز العلاقة.	– تمارين كتابية، نقاش ثنائي، تخطيط	90 دقيقة
الجلسة الثامنة	–التقييم النهائي وخطة المتابعة	– تقييم الأثر التدريبي – بناء خطة تطوير ذاتي للمتابعة	– اختبار، كتابة، حوار مفتوح	90 دقيقة

2- مناقشة نتائج الدراسة:

2-1- مناقشة نتائج التساؤل الأول:

من خلال النتائج التي وضحناها سابقا في الجدول رقم () تبين أن الانفصال العاطفي عند عينة الدراسة جاء منخفضا، مما يعكس أن العينة لا تعاني من طلاق عاطفي حاد، وإنما تمر بدرجة خفيفة من التباعد العاطفي لا تصل لدرجة الانفصال التام وهذا ما اتفقت معه دراسة كل من الشويكي (2015) والشواشرة (2017) ودراسة الصبان والجهني والغامدي والسميري (2020).

ويمكن أن تعود هذه النتيجة لعدة عوامل وأسباب نذكرها من وجهة نظرنا :

- قد يعكس ارتفاع نسبة الوعي لكلا الزوجين قدرتهما على التكيف مع الخلافات الزوجية وتجاوز المشاكل والخلافات وهذا ما تثبته نسبة المستوى الجامعي لأفراد العينة الذي يفترض أن يكون أكثر وعيا وتفهما، حيث كانت أكثر نسبة من المستويات الأخرى. وهذا ما أكدته دراسة الصبان والجهني والغامدي والسميري (2020)

- يعتبر كذاك موضوع الانفصال العاطفي من الموضوعات الحساسة والشخصية مما يجعل الأزواج يتحفظون عن البوح ببعض الأسرار الخاصة بحياتهم الزوجية، إلا في حدود الاستشارات الزوجية عند المختصين ومن هم أهل لثقة، إضافة إلى أن هذا المشكل يسبب آثار على نفسية الأطفال حيث بلغت نسبة عدد أفراد العينة الذين عندهم 5 أطفال أكبر نسبة من غيرهم بلغت 27 زوج، مما يجعل الزوجات يلجأن إلى حل الخلافات الزوجية مبكرا قبل وصولها إلى الانفصال العاطفي وهذا ما فسرته دراسة الصبان والجهني والغامدي والسميري (2020) حيث فسرت نسبة انخفاض الانفصال العاطفي لدى عينة الدراسة لنفس هذا السبب.

- كون عينة الدراسة الحالية تتكون من 20 زوج و20 زوجة تعتبر عينة صغيرة نوعا ما، لا تجعلنا نحكم على غياب وجود الظاهرة في مجتمع الدراسة ،باختلاف لو كانت العينة أكبر من هذا العدد قد نتحصل على نسبة أخرى قد تكون متوسطة أو مرتفعة.

- التوافق العاطفي بين الزوجين يجعل الأزواج لا يشعرون أن حياتهم فاشلة، وأن كل منهما غير مكره للبقاء مع الطرف الآخر، مما يقلل من فجوة الصراعات والخلافات التي تسبب الانفصال العاطفي وهذا ما تعزوه دراسة الشويكي (2015).

– يلعب سن الزواج والتكيف مع الحياة الزوجية دورا مهما في زيادة الألفة بين الزوجين وتأقلم كل زوج مع شريك حياته وفهم طباعه وشخصيته، مما يجعل العلاقة الزوجية أكثر تماسا واستقرارا حيث لاحظنا في عينة الدراسة أن مدة زواج عينة الدراسة الأكثر هي ما بين 5 إلى 15 سنة.

– اشباع الحاجات العاطفية لكل زوج من الطرف الآخر يؤمن استمرار الحياة الزوجية، ويخفف من تصاعد المشاكل الزوجية وهذا ما نصت عليه نظرية موراي للحاجات، مما يعنى عدم وجود انفصال عاطفي لدى الأزواج يوحي بشكل آخر أن الحاجات العاطفية لكل الزوجين مشبعة ولو نسبيا، وأن كلا الزوجين يشعر بالاستقرار في حياته الزوجية، ولا يرغب في الانفصال عن الطرف الآخر.

– بما أن الانفصال العاطفي يمر بعدة مراحل آخر مرحلة من المراحل الأربعة يظهر فيها مؤشر للطلاق العاطفي بكل وضوح وهو شعور الزوجين بالانفصال التام رغم وجودهما في بيت واحد، ولا يوجد أي مقومات للحياة الزوجية، فعدم وجود الانفصال العاطفي لدى عينة الدراسة يجعلنا نفسرها بهذا المنحى أن الأزواج لا يشعرون بوجود انفصال عاطفي تام، ويشعرون ببعض مقومات الحياة الزوجية، مما يجعلهم لا يفكرون في الانفصال الرسمي الذي يسبقه الانفصال العاطفي.

– وجود اختلافات بين الدراسات السابقة في درجة الانفصال العاطفي لدى الأزواج باختلاف بيئة الدراسة وكذلك الاختلاف بين جنس الذكور والاناث كدراسة العبيدي (2015) التي أسفرت نتائجها عن وجود طلاق عاطفي لدى الأزواج، حيث طبقت الدراسة في مجتمع مختلف منطقة بغداد، ودراسة الكايد التي بينت وجود درجة متوسطة من الانفصال العاطفي لدى عينة الدراسة، بينما أثبتت دراسة وجود فروق في مستويات الانفصال لصالح الإناث، وكانت هذه الدراسة في أحدي البيئات الجزائرية يفسر لنا أن درجة انخفاض الانفصال العاطفي لدى عينة الدراسة تتحكم فيها عوامل أخرى كالجانب الاقتصادي للأزواج وكذلك السكن مع الأهل وكثرة المشاكل، وكذلك وجود متغيرات أخرى تساهم في ظهور الانفصال العاطفي لدى عينة الدراسة قد يكون السبب في ذلك.

2-2 مناقشة نتائج التساؤل الثاني :

من خلال النتائج التي وضحناها سابقا في الجدول رقم () تبين أن النمط الشائع لدى الأزواج من أنماط التواصل هو النمط المشتت اللامبالي، وهذا ما يجعلنا نفسر هذه النتيجة وفق النقاط التالية:

- وجود النمط المشتت اللامبالي كونه النمط الشائع لدى عينة الدراسة، يعكس وجود نمط سلبي من أنماط التواصل السلبية وهي نفس النتيجة التي توصلت لها دراسة الكايد (2021) ويعتبر هذا النمط من الأنماط الأربعة السلبية التي ذكرتها فرجينيا ساتير وهو نمط يشتت مضمون التواصل ولا يهمه السياق فتجده غير مهتم ولا مبالي ويهمل ذاته والآخر، كما انه يتجنب الصراع مما يتسبب في تشتت الطرف الآخر في العلاقة الزوجية، وهذا الأمر يفسر لنا وجود مشكلة في التواصل لدى الأزواج حيث نجد كل زوج يتواصل بشكل مختلف عن الآخر مما يسبب له ضغط وانفعال وكلما كان التواصل معتدل بين الزوجين كما أشارت دراسة العباس (2015) كانت انعكاساته إيجابية بينهما.

- يعكس نمط المشتت واللامبالي لدى عينة الدراسة الحالية ضعف مهارات التواصل الزواجي وضعف القدرة على التعبير على المشاعر، مما يعكس حاجة الأزواج إلى التدريب على التعبير عن الذات وهذا ما تركز عليه ساتير في الفنيات التي تستخدمها في العلاج الزواجي.

- عدم فهم الاحتياجات العاطفية لطرف الآخر، ينتج عنه عدم الانسجام في التواصل بين الزوجين وغياب التفاعل والسطحية في التعامل وهو ما يميز النمط المشتت الذي يجعلنا نفسر أن لدى عينة الدراسة مشكلة تحتاج إلى تدريب ووقاية لعدم الوقوع في مشكلة الانفصال العاطفي.

- طبيعة التنشئة الأسرية والخبرات السابقة لدى عينة الدراسة قد تكون نشأت في بيئة لا تتيح التعبير عن المشاعر لكلا الزوجين أو تعتمد في طريقة تواصلها على التجنب والتجاهل مما يجعل هذا النمط سائد لديهم .

2-3- مناقشة نتائج السؤال الثالث:

بناء على ما أشارت إليه نتائج الدراسة الاستطلاعية، ومن خلال ما تم عرضه من نتائج سابقة، حيث أشارت النتائج أن عينة الدراسة لها مستوى منخفض من الانفصال العاطفي، وكذلك النمط الشائع لدى الأزواج تمثل في نمط سلبي من أنماط تواصل ساتير وهو النمط المشتت واللامبالي، والذي يعتبر مؤشر لوجود مشكلة في التواصل الزواجي تقترن مع مؤشر منخفض من الانفصال العاطفي تم تقديم اقتراح حقيبة تدريبية وقائية للأزواج من الوقوع في الانفصال العاطفي، وتنمية مهارات التواصل بينهم قائمة على تقنيات نظرية ساتير في التواصل الزواجي

إن اختيار نظرية (ساتير) في التواصل الزواجي كإطار نظري للحقيبة التدريبية المقترحة في الدراسة الحالية يجعلنا نتوقع فاعليتها بناء فاعلية النظرية التي أثبتتها عدة دراسات نذكر منها دراسة (أسعد 2021) الذي بينت نتائجها فاعلية البرنامج الذي استند على نظرية فرجينيا ساتير في حفاظ عينة الدراسة على المكاسب العلاجية في القياس البعدي، واستمرار هذا التحسن بشكل إيجابي في فترة القياس البعدي بعد مرور شهر، وفي نفس السياق أكدت دراسة (النمر2015) فاعلية البرنامج الإرشادي الوقائي في الوقاية من الانفصال العاطفي.

والأمر نفسه أثبتته دراسة الزيدانين (2021) التي بينت نتائجها فاعلية البرنامج الارشادي المستند إلى نظرية ساتير لتحسين أنماط الاتصال الزواجي لدى عينة الدراسة التجريبية، وأكدت على أن الفنيات والتمارين المستخدمة لقيت استحسانا وتقبلا من عينة الدراسة، وهذا ما يعكس أهمية نظرية ساتير في تنمية مهارات التواصل الزواجي وفاعليتها.

تم استخدام تقنيات ساتير في الارشاد الزواجي من أهمها: النمذجة ولعب الأدوار والتغذية الراجعة والنقاشات الفردية والجماعية وبطاقة المشاعر وغيرها من التقنيات، فمن خلالها يمكن لأزواج تعلم مهارات التواصل والتعبير عن عواطفهم واحتياجاتهم، تساهم الحقيبة بشكل كبير في تنمية التواصل لدى الأزواج، ومن خلال حضور الجلسات التدريبية، وتعلم أنماط التواصل عند ساتير يكتشف الأزواج الخلل الذي يقع بينهما في عملية التواصل الزواجي، ومن خلال التدريب يتقن مهارات الاستماع الفعال والتعبير عن احتياجاته وهذا الذي تؤكد عليه ساتير في برامجها التدريبية، والتي أثبتت فاعليتها دراسة الزيدانين (2021) حيث أثبت نتائج دراستها فاعلية البرنامج الارشادي القائمة على نظرية ساتير في تحسين

أنماط الاتصال الزواجي لدى العينة التجريبية، وذلك راجع إلى الأساليب والفنيات التي تم استخدامها لأول مرة والتي من خلالها تغير نمط الاتصال والحوار الفعال والايجابي اتجاه الأزواج.

3- استنتاج عام:

من خلال نتائج الدراسة الاستطلاعية التي بينت وجود مستوى منخفض من الانفصال العاطفي لدى عينة الدراسة في جميع أبعاد الانفصال العاطفي (البعد العاطفي، البعد الفكري، بعد التواصل)، وكذلك شيوع النمط المشتت واللامبالي، وهذا ما يجعلنا نستنتج وجود مشكلة في مهارات التواصل والتعبير عن العاطفة بين الأزواج، مما يعكس حاجة أفراد العينة إلى تنمية وتطوير مهارات التواصل الزواجي، ومن خلال هذه النتيجة تم تصميم تصور مقترح لحقيبة تدريبية قائمة على نظرية ساتير للوقاية من الانفصال العاطفي، تتضمن برنامج تدريبي يتكون من 8 جلسات تدريبية، يهدف إلى تعزيز الوعي بالذات، وتحقيق التقارب والانسجام العاطفي بين الأزواج وتقليل الصرعات والتغلب على المشاكل لوقايتهم من الانفصال العاطفي.

ومن هنا تعد الدراسة الحالية مساهمة علمية وتطبيقية تندرج ضمن الارشاد الزواجي، من خلال ربط نظرية فرجينيا ساتير بالممارسة، والمساهمة في تقديم برنامج تدريبي يمكن تطبيقه مستقبلا في المؤسسات التدريبية التي تهتم بشؤون الأسرة والعلاقات الزوجية.

- **اقتراحات:**

– قياس فاعلية الحقيبة التدريبية من خلال تطبيقها وتدريب برنامجها على عينة من الأزواج (الذكور والاناث) لتحقيق أهدافها.

– تطبيق دراسات مماثلة تعالج مشاكل زوجية متعددة وتوسيع العينة للوصول إلى نتائج مختلفة.

– الاعتماد على نظرية ساتير في العلاج الزواجي واستخدام فنياتها ومبادئها لفهم أكثر دقة للمشاكل التواصل بين الزوجين وتقليل الانفصال العاطفي بينهما.

– التركيز على تدريب المقبلين على الزواج، والاهتمام بالبرامج التدريبية الوقائية لكسب مهارة حل المشاكل والوقاية منها قبل وقوعها.

– دعوة المراكز التدريبية والمختصين النفسانيين في الاستشارات الزوجية، إلى تبني برامج تدريبية وقائية إضافة إلى البرامج العلاجية، وتطوير أدوات تشخيصية وعلاجية للكشف المبكر عن مؤشرات الانفصال العاطفي في مجتمعنا.

– انشاء مراكز تدريبية قائمة على أسس علمية، يقودها فريق متخصص في علاج المشاكل الزوجية، وزيادة الوعي لتفادي المشاكل الزوجية بمختلف أشكالها، يتكون فيها الأزواج من خلال تدريبهم من طرف مختصين في الارشاد والعلاج الأسري والزواجي.

– تفعيل دور الإرشاد الزواجي في مجتمعنا الجزائري ومعرفة أهميته، والعمل به في المراكز التدريبية وتصميم البرامج.

قائمة المصادر المراجع:

❖ **القرآن الكريم**

- أبو سمهدانه، مروان مسعد (2021). فعالية برنامج ارشادي قائم على التدخلات الإيجابية في خفض الانفصال العاطفي لدى المتزوجين العاطلين عن العمل في ظل انتشار فيروس كورونا. مجلة العلوم التربوية والنفسية. مجلد 5. العدد36. جامعة: مؤته الأردن. 162-180.

- أسعد، أمير محمد عبد القادر، وأبو أسعد، أحمد عبد اللطيف (2021).فاعلية برنامج إرشادي مستند إلى العلاج الأسري لساتير في تنمية أنماط التواصل لدى الأمهات المراجعات لوحدة حماية الأسرة. مجلة التربية. العدد 190. الجزء الأول. جامعة: الأزهر. 528-560.

- أميمن، عثمان علي (2024). مظاهر الانفصال العاطفي لدى عينة من النساء المتزوجات بمدينة الخمس. المجلة العلمية لكلية التربية. مجلد3. العدد1.جامعة: سرت. 130-167.

- الباز، ساجدة محمد إبراهيم (2019). استراتيجية التكيف الزواجي مع الانفصال لدى عينة من الأزواج في محافظة رام الله والبيرة. رسالة ماجستير. جامعة القدس المفتوحة: فلسطين.

- بالميهوب، كلثوم (2012). الاستقرار الزواجي- دراسة في سيكولوجية الزواج- .إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية. سلسلة الكتاب الالكتروني. العدد24.

- بدر، أمل محمد إبراهيم (2019). فاعلية برنامج تدريبي إرشادي جماعي في تحسين مهارات الاتصال الزواجي لدى الزوجات. المجلة التربوية. كلية التربية. العدد 62.جامعة: سوهاج. مصر.

- بلعباس، نادية (2016). أنماط الاتصال وعلاقتها بجودة الحياة الزوجية. كلية العلوم الاجتماعية. رسالة دكتوراه. جامعة: وهران.

- بن عيشوش، آسية (2021). الانفصال العاطفي وعلاقته بفاعلية الذات. دراسة ميدانية على عينة من الأزواج مع اقتراح برنامج إرشادي وقائي من الانفصال العاطفي لدى عينة من المعلمات. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية. جامعة: عين شمس.

- بني سلامة، محمد طه (2016). فاعلية نموذج فرجينيا ساتير في تحسين أنماط الاتصال الزواجي لدى الزوجات. دراسات العلوم التربوية.المجلد43.ملحق 2. 1085-1102.

- جبل، شاكر حامد على حسن (د، ت). الانفصال العاطفي بين الزوجين وعلاجه في الفقه الإسلامي. مجلة كلية الدراسات الإسلامية والعربية للبنات. عدد 38.الإصدار الثاني. الإسكندرية.

- جمعي، سامية (2016). أثر برنامج ارشادي قائم على تنمية مفهوم الذات في تحسين الاتصال بين الزوجين. مجلة دراسات نفسية وتربوية. مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية. عدد16. 14-29 .13-29.

- الجهني، عبد العزيز بن حمدي بن أحمد (2005). الخلافات الزوجية في المجتمع السعودي. رسالة ماجستير. كلية الدراسات العليا. جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

- الجوازنة، بهاء أمين حسن (2018). مستوى الانفصال العاطفي لدى الزوج وأثره على التوافق النفسي للأبناء في المرحلة الثانوية من ذوي الأسر المفككة بمحافظة الكرك. مجلة كلية التربية.العدد178. الجزء الأول. جامعة: الأزهر.385 -413

- الزيدانين، فداء مفلح عودة (2021). فاعلية برنامج ارشادي يستند إلى نموذج ساتير في تحسين أنماط الاتصال لدى المعلمات المتزوجات حديثا. مجلة اتحاد الجامعات العربية للبحوث في التعليم العالي. المجلد 4. العدد3.ص122- 140

- ساتير، فرجينيا (2016) العلاج الأسري المشترك. ط1. دار الفكر. المملكة الأردنية الهاشمية. عمان.

- السدحان، عبد الله بن ناصر (2013). دليل الإرشاد الأسري مشكلة الانفصال العاطفي وكيف يتعامل معها المرشد الأسري. مكتبة الملك فهد الوطنية: الرياض.

- الشواشرة، عمر عبد الرحمان وهبة (2018).الانفصال العاطفي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين. المجلة الأردنية في العلوم التربوية. مجلد14. العدد3. جامعة: اليرموك الأردن.

- الشويكي، هناء يحي عبد الرزاق (2015). الانفصال العاطفي لدى الأزواج في محافظة الخليل في ضوء متغيرات الدراسة. رسالة ماجستير. جامعة: القدس.

- الشيخي، درويش محمد أحمد (2022). الانفصال العاطفي واثاره على الأسرة. مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية. العدد29. جامعة الفيوم: مصر.

- الصبان، عبير محمد، الجهني، سعد ياسمين، الغامدي، حليمة محمد (2020). الانفصال العاطفي في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية لدى المتزوجات في مدينة جدة. مجلة جامعة الملك عبد العزيز. الآداب والعلوم الإنسانية. مجلد 28. عدد 13 .138-156.

- الصطوف، لارا (2014). الانفصال العاطفي بين الزوجين وعلاقته بالاكتئاب والقلق لدى الأبناء المراهقين. رسالة ماجستير. جامعة دمشق: سوريا.

- الطائي، ايمان محمد، (2018) تقنيات الارشاد الأسري في مواجهة المشكلات الزوجية والأسرية، مجلة البحوث التربوية والنفسية، جامعة بغداد، مركز البحوث التربوية والنفسية، العدد 56، ص 53-71.

- طه، منال عبد النعيم محمد (د- ت). دور التضحية في التنبؤ بنوعية العلاقة الزوجية والانفصال العاطفي. كلية الدراسات العليا للتربية. جامعة القاهر: مصر

- العبيدي، عفراء إبراهيم خليل (2015).الانفصال العاطفي في ضوء بعض المتغيرات لدى الطلبة المتزوجين في جامعة بغداد، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية- جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي، العدد13 . 23-24.

- العفيفي، إيمان (2018). ظهور الانفصال العاطفي وضمور الذكاء الوجداني لدى عينة من المتزوجين. دراسة ميدانية بولاية سطيف. مجلة وحدة البحث في تنمية الموارد البشرية. المجلد 9. العدد 3. الجزء الثاني.271-272.

- علة عيشة بن طاهر التيجاني (2016) الاشباع العاطفي بين الزوجين والرضا عن الحياة لدى أساتذة التعليم العالي. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية. العدد 26. 123-144.

- عليوان مليكة، بن مومن، أسماء (2024). الانفصال العاطفي في منطقة القبائل. دراسة على عينة من الأزواج في مدن وقرى ولاية تيزي وزو. مجلة الحقيقة للعلوم الاجتماعية والإنسانية. مجلد 23. العدد04. 01-18 .

- فريتخ، رائدة مروان فايز (2018).الاستقرار الزواجي وعلاقته بالتسامح وأنماط الاتصال استنادا لنموذج فرجينيا ساتير لدى الأزواج في محافظة شمال الضفة الغربية. رسالة ماجستير. كلية الدراسات العليا. جامعة: النجاح الوطنية فلسطين.

- القراله، عبد الناصر موسى (2022). فعالية برنامج ارشادي مستند إلى نظرية بيت العلاقات السليمة في تحسين الاستقرار الأسري وتخفيض الانفصال العاطفي لدى عينة من النساء المراجعات لمراكز الإرشاد الأسرية في العاصمة عمان. مجلة مؤتة للبحوث والدراسات. سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية. مجلد 37. العدد 1. جامعة: مؤته المملكة الأردنية الهاشمية.

- الكايد نسيبة كايد، حسين سالم الشرعة (2021)، مساهمة أنماط التواصل الزوجي والتعلق غير الآمن بأسرة المنشأ في التنبؤ بالانفصال العاطفي لدى الزوجات المراجعات للمحاكم الشرعية في الأردن، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، المجلد (12)، العدد 36، 164-177.

- مصطفى، أمينة جودة فهمي (2016). الضغوط الأسرية وعلاقتها بالانفصال العاطفي لدى المتزوجين. مجلة كلية التربية. العدد20. جامعة بورسعيد: مصر

- مقبال مولود، هديل يمينة، سميرة بلخوخ، (2017) انعكاسات التواصل بين الزوجين على التوافق الزواجي. مجلة جامعة التكوين المتواصل. العدد 3 ص 409-420

- مقبال، ميلودة، هديل، يمينة، بلخوخ سميرة (2017). انعكاسات التواصل بين الزوجين على التوافق الزواجي. مجلة جامعة التكوين المتواصل.العدد3. جامعة: البليدة 2 . الجزائر .ص409-420

- منشي، جهاد سليمان (2023). أنماط التواصل استنادا لنظرية ساتير وعلاقتها بالانفصال العاطفي لدى المتزوجين بمدينتي مكة المكرمة وجدة. مجلة الفنون والآداب والعلوم الإنسانية والاجتماع. العدد91. 33-49.

- منصور، عايدة فؤاد (2009). العوامل المؤثرة في الانفصال العاطفي بين الزوجين والآثار المترتبة عليه من وجهة نظر عينة من الزوجات في الأردن. أطروحة دكتوراه. جامعة: عمان العربية للدراسات العليا.

- المومني، فواز أيوب وفريحات عبد الله أحمد (2020). فاعلية برنامج ارشاد جمعي مستند إلى نظرية ساتير في خفض الضغوط النفسية لدى عينة اللاجئات السوريات المتزوجات. مجلة الدراسات التربوية والنفسية. مجلد 14.العدد3.جامعة: السلطان قابوس. ص 437-463

- ناصر، عائشة (2015). التواصل غير اللفظي بين الزوجين وعلاقته بتواصلهما الوجداني. مجلة العلمية بكلية الآداب، العدد28،جامعة: طنطا. مصر. ص84-178.

- هادي، أنوار مجيد (2012). الانفصال العاطفي وعلاقته بفاعلية الذات لدى الأسر. دار النهضة العربية: بيروت لبنان.

- ولد محي الدين، سعاد (2021).فاعلية برنامج ارشادي أسري لتعديل مهارات التواصل لدى الزوجات- دراسة ميدانية بمدينة المسيلة-مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية. المجلد 6. العدد2، ص 433- 467.

- mohammad Alkhawaldeh , Yahya Alqatawneh Emotional Divorce and its Relationship with Psychological Stress among Married Nurses Working at Jordan University Hospital; Educational Sciences, Volume 49, No. 4, 202; pp335-347.

- Shuroog Mohammed. Maabreh; The Effectiveness of a Counseling Program Based on the Model of Virginia Satir in Improving Quality of Life and Reducing Negative Communication Patterns among a Sample of Wives in Irbid Governorate; Research on Humanities and Social Sciences; Vol.10, No.12, 2020; pp 84-96.

الملاحق

ملحق رقم (1) مقياس الانفصال العاطفي

جامعة حمه لخضر– الوادي –

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس

عزيزي الزوج/ الزوجة

تحية طيبة عطرة وبعد ...

في إطار التحضير لإنجاز مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علم النفس حول العلاقات الزوجية فقد تم إعداد هذا الاستبيان لمعرفة الحاجات التدريبية لدى الأزواج لبناء برنامج تدريبي لمساعدتهم على تنمية التواصل لدى الازواج لذلك أرجو منكم الإجابة بدقة عن جميع الفقرات، وعدم ترك أي فقرة من الفقرات دون إجابة، علما أن هذه المعلومات لن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي، ولن يطلع عليها أحد.

أولا: البيانات العامة:

الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐ العمر: .....

مدة الزواج: .....

المستوى التعليمي: .....

عدد الأطفال: .....

ثانيا: عبارات الاستبيان:

الرقم	البنود	أوافق بشدة	أوافق	لا أستطيع أن قرر	غير موافق	غير موافق اطلاقا
01	يشعرني زوجي– زوجتي بأنني أقل منه شأنا					
02	يقلل زوجي – زوجي من شأن إنجازاتي					
03	يتعمد زوجي– زوجتي إحراجي أمام الآخرين					
04	يشكك زوجي زوجتي بآرائي أمام الآخرين					
05	يحاول زوجي – زوجتي إثارة المشكلات دون أي سبب لمضايقتي					
06	يتحدث زوجي – زوجتي معي بازدراء					
07	يحاول زوجي – زوجتي تهميش آرائي المتعلقة بالحياة					
08	يتحدث زوجي معي بلغة تسودها العصبية والتوتر					
09	أشعر بأن زوجي– زوجتي يتجنب العمل على إنجاح العلاقة					
10	اختلف وزوجي– زوجتي على كثير من القيم الحياتية					
11	طموحاتي تتعرض مع طموحات زوجي – زوجتي					
12	نتشاجر أنا وزوجي – زوجتي على أتفه الأمور					
13	مكرهة على الإصغاء لزوجي – لزوجتي أثناء حديثه					
14	أنا وزوجي – زوجتي لدينا وجهات نظر مختلفة حول الكثير من الأمور					
15	أشعر بأن زوجي – زوجتي فاشل					
16	أشعر بالضيق بوجود زوجي– زوجتي من حولي					
17	تسيطر على فكرة الانفصال معظم الوقت					
18	مكرهة على البقاء مع زوجي– زوجتي					
19	نادمة على زواجي من زوجي – زوجتي					
20	أتجنب التواصل الجسدي مع زوجي – زوجتي					
21	حياتنا الزوجية مملة					

22	ننام أنا وزوجي – زوجتي في غرف منفصلة					
23	أشعر أنا وزوجي بأننا نعيش أغراب تحت سقف واحد					
24	أصبحت مشاعري لزوجي– زوجتي باردة اتجاه بعضنا البعض					
25	يحرمني زوجي– زوجتي من الهدايا التي تعبر عن المودة					
26	أنبه زوجي – زوجتي إلى أخطائه أمام الآخرين					
27	نتبادل أنا وزوجي– زوجتي الآراء حول الأنشطة المتعلقة بالأسرة					
28	نتشارك انا وزوجي– زوجتي بالقرارات المهمة، التي تهم العائلة					
29	لدي أنا وزوجي – زوجتي أهداف مشتركة					
30	نتناقش أنا وزوجي– زوجتي بطريقة يسودها الاحترام بالرغم من اختلاف وجهات النظر					
31	تسود الثقة حياتنا الزوجية					
32	متفقة أنا وزوجي– زوجتي حول كيفية إدارة الأمور المالية					
33	أناقش زوجي– زوجتي بما يحدث معي خلال اليوم					
34	أعمل على إنجاح علاقتنا الزوجية					
35	أنا وزوجي – زوجتي متفقين حول طقوسنا الدينية					
36	يسمعني زوجي– زوجتي عبارات الحب					
37	يتعامل زوجي– زوجتي مع أهلي بطريقة تعبر عن الاحترام					
38	يعاملني زوجي باحترام					

ملحق رقم (2) مقياس التواصل الزواجي:

جامعة حمه لخضر– الوادي –

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس

عزيزي الزوج/ الزوجة

تحية طيبة عطرة وبعد ...

في إطار التحضير لإنجاز مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علم النفس حول العلاقات الزوجية فقد تم إعداد هذا الاستبيان لمعرفة الحاجات التدريبية لدى الأزواج لبناء برنامج تدريبي لمساعدتهم على تنمية التواصل لدى الازواج لذلك أرجو منكم الإجابة بدقة عن جميع الفقرات، وعدم ترك أي فقرة من الفقرات دون إجابة، علما أن هذه المعلومات لن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي، ولن يطلع عليها أحد.

أولا: البيانات العامة:

الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐ العمر: .....

مدة الزواج: .....

المستوى التعليمي: .....

عدد الأطفال: .....

ثانيا: عبارات الاستبيان:

الرقم	البنود	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
01	أسعى إلى التقرب وطلب الود من زوجي– زوجتي عندما أتواصل معه/ ها.					
02	أبذل جهدا كبيرا كي لا يغضب مني زوجي– زوجتي أثناء التواصل معه/ها.					
03	أسعى على أن يكون زوجي – زوجتي راض عني أثناء التواصل معه/ها.					
04	أكثر من الاعتذار من زوجي – زوجتي أثناء التواصل معه/ ها.					
05	من الصعب أن أرفض أي طلب يطلبه مني زوجي – زوجتي.					
06	أتجنب معارضة زوجي– زوجتي أثناء التواصل معه/ ها.					
07	أسعى إلى طلب تقدير واستحسان زوجي – زوجتي أثناء التواصل معه/ها .					
08	ألجأ إلى إشعار زوجي– زوجتي بأنني ممتن له /ها أثناء التواصل معه/ها .					
09	أثناء تواصلي مع زوجي– زوجتي أميل إلى تحميل نفسي للمسؤولية عن أي خلل قد يحدث بيننا.					
10	عندما أتواصل مع زوجي – زوجتي أشعر أنني مغلوب على أمري وأنني ضعيف أمامه /ها.					
11	أثناء تواصلي مع زوجي – زوجتي أتقبل انتقاداته/ها لي برحابة صدر.					
12	أجد صعوبة أن أطلب شيء لنفسي من زوجي – زوجتي.					
13	أشعر أن جسدي يرتعش رهبة من زوجي – زوجتي عند التواصل معه/ ها.					
14	أشعر أن جسدي مرخيا وضعيفا عند التواصل مع زوجي– زوجتي.					
15	أميل إلى مخاطبة زوجي – زوجتي بصوت منخفض حتى					

	لا يتسبب ذلك في غضبه /ها.					
16	أميل إلى تصيد أخطاء أو إخفاقات زوجي – زوجتي عند التواصل معه/ ها.					
17	أميل إلى انتقاد زوجي –زوجتي عند التواصل معه/ ها.					
18	عندما أتواصل مع زوجي– زوجتي يكون صوتي مرتفعا وحادا.					
19	لا أسمح لزوجي– زوجتي إكمال حديثه عند التواصل معه/ ها.					
20	أميل إلى إصدار التعليمات أو الأوامر عند التواصل مع زوجي– زوجتي مثل (افعل كذا أو لا تفعل كذا).					
21	ليس مهما بالنسبة إلى الإصغاء إلى حديث زوجي – أثناء التواصل بيننا.					
22	أتعمد عدم الإجابة عن أسئلة زوجي– زوجتي أثناء التواصل معه /ها.					
23	عند التواصل مع زوجي – زوجتي ألجأ إلى الصراخ عليه/ها.					
24	مهما كانت طبيعة التواصل مع زوجي– زوجتي أبقى متماسكا فمن الصعب على أن أبدي درجة من التعامل معه /ها.					
25	عندما أتواصل مع زوجي – زوجتي أسعى أن أكون منطقيا إلى أبعد الحدود.					
26	أتواصل مع زوجي – زوجتي بعبارات قصيرة ومختصرة ومباشرة.					
27	عندما أتواصل مع زوجي – زوجتي أتفوه بعبارات لا معنى لها وليست ذات علاقة بموضوع الحديث.					
28	أثناء التواصل مع زوجي– زوجتي تكون عباراته/ها في الشرق وحديثي في الغرب.					
29	عندما أتواصل مع زوجي – زوجتي لا أستجيب للب الموضوع.					

30	عندما أتواصل مع زوجي– زوجتي أخرج عن موضوع الحديث وأفتح موضوعات جانبية.					
31	عندما أتواصل مع زوجي– زوجتي أشعر أنني في دوامة ولا أعلم ما لذي على فعلا قوله.					
32	عندما أتواصل مع زوجي– زوجتي أشعر أنني فاقد للتركيز.					
33	عندما اتواصل مع زوجي– زوجتي أشعر أن جسدي يقوم بحركات لا معنى لها.					
34	عندما اتواصل مع زوجي – زوجتي أشعر أن جسدي يتحرك بعشوائية ودون وعي مني.					
35	أعتقد أن حياتي ستكون أفضل إذا عشت بعيدا عن زوجي– زوجتي.					
36	أعتقد أن زواجي لم ينجح كما كنت متوقعا.					
37	يصادف زواجي حاليا مشكلات عديدة.					
38	سبق أن قمت بالتحدث إلى أفراد من العائلة أو أصدقاء أو أخصائي نفسي عن المشكلات التي تواجه زواجي في السنوات الثلاثة الأخيرة.					

ؤ بعض مخرجات برنامج spss

جداول الخصائص السيكو مترية

Statistiques de groupe

	المجموعات1	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الانفصال العاطفي	دنيا	8	98,50	14,861	5,254
	عليا	8	45,38	5,449	1,927

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	t	ddl
الانفصال العاطفي	Hypothèse de variances égales	7,810	,014	9,493	14
	Hypothèse de variances inégales			9,493	8,849

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes		
		Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard
الانفصال العاطفي	Hypothèse de variances égales	,000	53,125	5,596
	Hypothèse de variances inégales	,000	53,125	5,596

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes	
		Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		Inférieur	Supérieur
الانفصال العاطفي	Hypothèse de variances égales	41,122	65,128
	Hypothèse de variances inégales	40,432	65,818

Corrélations

		الانفصال العاطفي	البعد الفكري	البعد العاطفي	البعد التواصلي
الانفصال العاطفي	Corrélation de Pearson	1	,828**	,755**	,746**
	Sig. (bilatérale)		,000	,000	,000
	N	30	30	30	30
البعد الفكري	Corrélation de Pearson	,828**	1	,659**	,349
	Sig. (bilatérale)	,000		,000	,059

	N	30	30	30	30
البعد العاطفي	Corrélation de Pearson	,755**	,659**	1	,233
	Sig. (bilatérale)	,000	,000		,215
	N	30	30	30	30
البعد التواصلي	Corrélation de Pearson	,746**	,349	,233	1
	Sig. (bilatérale)	,000	,059	,215	
	N	30	30	30	30

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,895	14

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,917	12

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,937	12

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,938	38

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,914
		Nombre d'éléments	19[a]
	Partie 2	Valeur	,827
		Nombre d'éléments	19[b]
	Nombre total d'éléments		38
Corrélation entre les sous-échelles			,924
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		,961
	Longueur inégale		,961
Coefficient de Guttman			,947

a. Les éléments sont : س1، س3، س5، س7، س9، س11، س13، س15، س17، س19، س21، س23، س25، س27، س29، س31، س33، س35، س37.

b. Les éléments sont : س2، س4، س6، س8، س10، س12، س14، س16، س18، س20، س22، س24، س26، س28، س30، س32، س34، س36، س38.

Statistiques de groupe

	المجموعات2	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
انماط التواصل	دنيا	8	141,13	4,764	1,684
	عليا	8	114,88	6,446	2,279

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	t	ddl
انماط التواصل	Hypothèse de variances égales	1,452	,248	9,263	14
	Hypothèse de variances inégales			9,263	12,890

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes		
		Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard
انماط التواصل	Hypothèse de variances égales	,000	26,250	2,834
	Hypothèse de variances inégales	,000	26,250	2,834

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes	
		Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		Inférieur	Supérieur
انماط التواصل	Hypothèse de variances égales	20,172	32,328
	Hypothèse de variances inégales	20,122	32,378

Corrélations

		انماط التواصل	النمط المسترضي	النمط اللوام	النمط العقلاني المتطرف
انماط التواصل	Corrélation de Pearson	1	,720**	,841**	,728**
	Sig. (bilatérale)		,000	,000	,000
	N	30	30	30	30
النمط المسترضي	Corrélation de Pearson	,720**	1	,162	-,089
	Sig. (bilatérale)	,000		,392	,639
	N	30	30	30	30
النمط اللوام	Corrélation de Pearson	,841**	,162	1	-,365*

	Sig. (bilatérale)	,000	,392		,047
	N	30	30	30	30
النمط العقلاني المتطرف	Corrélation de Pearson	,728**	-,089	-,365*	1
	Sig. (bilatérale)	,000	,639	,047	
	N	30	30	30	30
النمط المشتت اللامبالي	Corrélation de Pearson	,807**	,050	,587**	-,243
	Sig. (bilatérale)	,000	,794	,001	,196
	N	30	30	30	30

Corrélations

		النمط المشتت اللامبالي
انماط التواصل	Corrélation de Pearson	,807**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	30
النمط المسترضي	Corrélation de Pearson	,050
	Sig. (bilatérale)	,794
	N	30
النمط اللوام	Corrélation de Pearson	,587**
	Sig. (bilatérale)	,001
	N	30
النمط العقلاني المتطرف	Corrélation de Pearson	-,243
	Sig. (bilatérale)	,196
	N	30
النمط المشتت اللامبالي	Corrélation de Pearson	1
	Sig. (bilatérale)	
	N	30

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach[a]	Nombre d'éléments
,709	15

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,902	8

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,694	3

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,885	8

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,736	34

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,635
		Nombre d'éléments	17[a]
	Partie 2	Valeur	,448
		Nombre d'éléments	17[b]
	Nombre total d'éléments		34
Corrélation entre les sous-échelles			,675
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		,806
	Longueur inégale		,806
Coefficient de Guttman			,799

a. Les éléments sont : ع1، ع3، ع5، ع7، ع9، ع11، ع13، ع15، ع17، ع19، ع21، ع23، ع25، ع27، ع29، ع31، ع33.

b. Les éléments sont : ع2، ع4، ع6، ع8، ع10، ع12، ع14، ع16، ع18، ع20، ع22، ع24، ع26، ع28، ع30، ع32، ع34.

جداول خصائص العينة

الجنس

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	ذكر	20	50,0	50,0	50,0
	أنثى	20	50,0	50,0	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

المستوى التعليمي

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	ثانوي فأقل	19	47,5	47,5	47,5
	جامعي	21	52,5	52,5	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

فيئات العمر

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	أقل من 30 سنة	2	5,0	5,0	5,0
	من 30 إلى 39 سنة	13	32,5	32,5	37,5
	من 40 سنة فأكثر	25	62,5	62,5	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

فيئات مدة الزواج

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	أقل من 5 سنوات	3	7,5	7,5	7,5
	من 5 إلى 15 سنة	23	57,5	57,5	65,0
	أكثر من 15 سنة	14	35,0	35,0	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

فيئات عدد الاطفال

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	لا يوجد اطفال	4	10,0	10,0	10,0
	اقل من 5 أطفال	27	67,5	67,5	77,5
	من 5 اطفال فأكثر	9	22,5	22,5	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

Statistiques

		العمر	مدة الزواج	عدد الاطفال
N	Valide	40	40	40
	Manquant	0	0	0
Moyenne		42,38	14,60	3,53
Médiane		42,00	14,00	4,00
Mode		42	14[a]	4
Ecart type		7,775	7,185	1,894
Variance		60,446	51,631	3,589

a. Présence de plusieurs modes. La plus petite valeur est affichée.

جداول التساؤلات

Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
العاطفي الانفصال متوسط	40	1,8349	,53405	,08444

Test sur échantillon unique

	Valeur de test = 3					
					Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Inférieur	Supérieur
العاطفي الانفصال متوسط	-13,798	39	,000	-1,16513	-1,3359	-,9943

Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
المسترضي النمط متوسط	40	3,4667	,25665	,04058

Test sur échantillon unique

	Valeur de test = 3					
					Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Inférieur	Supérieur
المسترضي النمط متوسط	11,500	39	,000	,46667	,3846	,5487

Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
متوسط النمط اللوام	40	4,2344	,88079	,13927

Test sur échantillon unique

	Valeur de test = 3					
					Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Inférieur	Supérieur
اللوام النمط متوسط	8,863	39	,000	1,23438	,9527	1,5161

Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
متوسط النمط العقلاني المتطرف	40	3,0250	,91641	,14490

Test sur échantillon unique

	Valeur de test = 3					
	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 % Inférieur	Supérieur
المتطرف العقلاني النمط متوسط	,173	39	,864	,02500	-,2681	,3181

Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
متوسط نمط المشتت اللامبالي	40	4,3781	,68552	,10839

Test sur échantillon unique

	Valeur de test = 3					
	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 % Inférieur	Supérieur
اللامبالي المشتت نمط متوسط	12,714	39	,000	1,37812	1,1589	1,5974

Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الفكري	40	1,8518	,58910	,09315
العاطفي	40	1,5625	,66793	,10561
التواصلي	40	2,0875	,84140	,13304

Test sur échantillon unique

	Valeur de test = 3					
	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 % Inférieur	Supérieur
الفكري	-12,327	39	,000	-1,14821	-1,3366	-,9598
العاطفي	-13,611	39	,000	-1,43750	-1,6511	-1,2239
التواصلي	-6,859	39	,000	-,91250	-1,1816	-,6434

الملحق رقم (04): دليل المتدرب

دليل المتدرب

برنامج تدريبي وقائي قائم على نظرية ساتير للوقاية من الطلاق العاطفي

الملحق رقم (04): دليل المدرب