

## فاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة

### الإمارات العربية المتحدة<sup>١</sup>

أ.م.د. هاجر عادل عبدالرازق محمد<sup>٢</sup> & عمرية مصلح صالح غالب<sup>٣</sup>

أستاذ مساعد - الإرشاد المجتمعي - جامعة الفجيرة      طالبة بقسم الإرشاد المجتمعي - جامعة الفجيرة

& بثينة فوزي أبو سعدة<sup>٤</sup>

- طالبة بقسم الإرشاد المجتمعي - جامعة الفجيرة

### الملخص :

هدفت الدراسة الحالية إلى بناء برنامج إرشادي جدلي سلوكي ، والتعرف على فاعليته في تعزيز التوافق الزوجي ، لدى عينة من المتزوجات في دولة الإمارات العربية المتحدة ، حيثت تكونت العينة من ٨ نساء متزوجات ، كما تم استخدام مقياس التوافق الزوجي من إعداد (إيمان مصطفى اللدعة ٢٠٠٢) والبرنامج الإرشادي الجدلي السلوكي من إعداد الباحثات واعتمدت الدراسة على المنهج التجريبي بتصميم ذو مجموعة واحدة تجريبية بالقياسين القبلي والبعدي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أنه توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب القياسين القبلي والبعدي في المجموعة التجريبية على مقياس التوافق الزوجي لصالح القياس البعدي . كما يوجد أثر دال إحصائي للبرنامج الإرشادي الجدلي السلوكي في تعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات ،كما لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب القياسين البعدي والنتبعي في المجموعة التجريبية على مقياس التوافق الزوجي ، وجاءت أبرز التوصيات كالتالي: محاولة تطبيق البرنامج الإرشادي موضع الدراسة في المراكز الإرشادية المتخصصة والمعنية بالأسر وتطبيقها على عينة أخرى من الأزواج و بناء برامج إرشادية قائمة على الإرشاد الجدلي السلوكي وتطبيقها في مراكز الإصلاح والتوجيه الأسري وأيضا تدريب المرشدين وتنمية مهاراتهم وقدراتهم وتعليمهم الفنيات الخاصة بالإرشاد الجدلي السلوكي والأساليب الإرشادية الخاصة به.

<sup>١</sup> تم استلام البحث في ٢٠٢٤/١١/٢٦ وتقرر صلاحيته للنشر في ٢٠٢٥ / ١ / ٢٠

<sup>٢</sup> قسم الارشاد المجتمعي، كلية الآداب والعلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الفجيرة، الامارات العربية المتحدة.  
ORCID: 0000-0001-5793-5577 لايميل: hajar@uof.ac.ae

<sup>٣</sup> قسم الارشاد المجتمعي، كلية الآداب والعلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الفجيرة، الامارات العربية المتحدة.  
ORCID: 0009-0002-7191-673X لايميل: amriah.am1@gmail.com

<sup>٤</sup> قسم الارشاد المجتمعي، كلية الآداب والعلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الفجيرة، الامارات العربية المتحدة.  
ORCID: 0009-0006-0572-6646 لايميل: buthinaabusadeh16@gmail.com

**يفاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية**

**الكلمات المفتاحية:** التوافق الزوجي، العلاج الجدلي السلوكي

## **مقدمة:**

إن مما لا يخفى على الجميع بأن صلاح المجتمع من صلاح الأسر، وصلاح الأسر من صلاح العلاقات التي تحتويها وأهم علاقة هي علاقة الزوجين ببعضهما البعض ، قال الله تعالى في كتابه الكريم : ( وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ) (سورة الروم ٢١) وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (الدنيا متاع وخير متاعها الزوجة الصالحة) (السبيعي، ٢٠١٤).

وقد اهتم علم النفس ونظرياته بموضوع التوافق الزوجي لما له من أثر واضح في الاستقرار النفسي والاجتماعي للأسرة خاصة وللمجتمع بشكل عام ، حيث يعد التوافق الزوجي أحد مجالات التوافق العام وأحد أنماط التوافق الاجتماعي ، و يهدف الفرد من خلاله على بناء علاقات منسجمة مع شريكه ، فيجد كل من الزوج والزوجة في هذه العلاقة ما يشبع حاجتهما الجسمية والعاطفية وكذلك الاجتماعية (القحطاني، ٢٠١٧). وحتى تكون هذه العلاقة قوية وممتينة كان لابد أن يتحقق ما يسمى بالتوافق الزوجي الذي يبقى الأسر على وفاق سليم وفكر حكيم وحياة مطمئنة لا يشوبها كدر ولا يظالها خداع (أبو عيطة، ٢٠١٩).

وبطبيعة الحياة المتغيرة التي يمر بها الأفراد وضغوط الحياة وتعدد الأدوار والمشكلات النفسية والاجتماعية قد يقع الكثير من الأزواج في صراعات تؤثر سلبا على مشاعرهم وانفعالاتهم ، بالإضافة إلى افتقار البعض منهم إلى المهارات والأساليب الصحيحة في مواجهة هذه الظروف وكيفية التعامل مع شريك الحياة وتحقيق التوازن النفسي والاجتماعي وبالتالي الصعوبة في تحقيق التوافق الزوجي. ومن هنا جاء البحث عن مدخل إرشادي يكون له أثر واضح وفعال في مساعدة الأفراد على التحكم بالمشاعر والانفعالات وإدارتها والقدرة على التعامل مع المواقف الضاغطة ( قاسم، ٢٠٢٢ )، و تغيير الفرد للأفضل في جميع علاقاته التي لا تتفصل عن تكوين شخصيته والتي لها الجزء الأكبر في ردود الفعل المقابلة للأفراد الذي يتعامل معهم (لينهان، ٢٠١٤) وهذا بالضبط ما جاء في الحديث عن الإرشاد الجدلي السلوكي كأحد أساليب الإرشاد المتبعة للموجة الثالثة من الإرشاد المعرفي السلوكي الذي تكمن فكرته في إيجاد التوازن بين الأضداد (قاسم، ٢٠٢٢) ، وبالتالي تنظيم الفكر الإنساني وتحسين علاقة الفرد مع مشاعره وانفعالاته وطرق التعامل مع زوجه والذي يعود إيجاباً في تعزيز التوافق الزوجي.

### مشكلة الدراسة وخلفيتها:

عند الحديث عن التوافق الزوجي فنحن بالغالب نتحدث عن ذلك التفاعل الإيجابي والجيد بين الزوجين والقدرة على التوافق مع الآخر ومع مطالب الزواج (حتنول، ٢٠١٨) ، ولكن في الوقت نفسه فنحن نتحدث عن طرفين مختلفين، فلكل منهما صفاته وسماته وخلفيته التي جاء منها ليرتبط مع الطرف الآخر الذي هو بدوره يمتلك ما يجعله مختلفاً.

وبطبيعة الحال فإن هذا الاختلاف قد يولد الكثير من العقبات والصعوبات التي بدورها قد تخلف نزاعات زوجية إلى جانب الضغوط الناتجة من الظروف البيئية المحيطة بهما وذلك بسبب ما تشهده هذه العلاقة من تغييرات وتطورات تتمثل بأشكال مختلفة كصراع الأدوار وتعدد المهام والمسؤوليات (العرفي، الحصادي، ٢٠٢٠)، وهذه النزاعات قد تحتد حتى تصل لحد الانفصال والتفكك الأسري الأمر الذي جعل الكثير من الأبحاث تتناول موضوع التوافق الزوجي وتدرس الكثير من المتغيرات والعوامل التي تؤثر عليه كعلاقته بالسمات الشخصية كدراسة (E.Lowell, Kelly, ٢٠٢٠) وعلاقته بالتنشئة الاجتماعية كدراسة (الكراتي، ٢٠١٨) وعن طبيعة الانفعالات والمدرجات المعرفية والأفكار العقلانية أو غير العقلانية التي يمتلكها كلا الزوجين والتي بكثير من الأحيان تكون السبب في نشأ الخلافات الزوجية، بالإضافة إلى دور التفكير الإيجابي والذكاء الوجداني كدراسة (عقيلة، ٢٠١٤)، وغيرها من الدراسات التي حاولت أن تتناول جميع المتغيرات ذات العلاقة.

ولأن العلم في تطور مستمر برز مؤخراً أحد هذه المداخل العلاجية الممتد من العلاج المعرفي السلوكي وهو العلاج الجدلي السلوكي الذي قد ظهر في بادئ الأمر لعلاج اضطرابات الشخصية الحدية وعلاج الأفراد ذوي الميول الانتحارية واضطرابات المزاج والقلق (Linehan, M.M, ٢٠٢٠) والحد من الصراعات الشخصية كالاضطرابات العاطفية والمعرفية والسيطرة على الاندفاعية والسلوكيات المؤذية ، إذ يركز هذا العلاج على انفعالات الفرد وتنظيمها وتحسين علاقاته مع الآخرين والموازنة بين استراتيجيات القبول والتغيير (Linehan, 2001) ومن هنا جاءت فكرة البحث بتوسيع نطاق عمل هذا العلاج الذي أثبتت الدراسات فعاليته وعدم جعله محصوراً بالاضطرابات الحدية وذلك بالكشف عن قدرة وفعالية هذا العلاج بتعزيز التوافق الزوجي وذلك ضمن برنامج إرشادي جدلي سلوكي يقدم للأفراد التي تعاني من تندي التوافق الزوجي ومعرفة أثره الإيجابي في تحسين العلاقة بين الزوجين والحد من الخلافات الزوجية ، وعليه تتمثل مشكلة الدراسة عبر السؤال الرئيس الآتي:

**يفاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية**

(ما فاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي في تعزيز التوافق الزوجي لدى عينة من المتزوجات) وحتى تتم الإجابة على هذا السؤال الرئيس تم تقسيمه إلى الأسئلة الفرعية التالية:

١. هل توجد فروق بين رتب متوسطات القياسين القبلي والبعدي في المجموعة التجريبية على مقياس التوافق الزوجي؟

٢. ما حجم تأثير البرنامج الإرشادي في تعزيز التوافق الزوجي لدى العينة من المتزوجات؟

٣. هل توجد فروق بين رتب متوسطات القياسين البعدي والتتبعي في المجموعة التجريبية على مقياس التوافق الزوجي؟

### **أهداف الدراسة:**

١. الكشف عن حجم تأثير برنامج إرشادي جدلي سلوكي في تعزيز التوافق الزوجي لدى العينة.

٢. التحقق من احتفاظ البرنامج الإرشادي في أثره بعد مدة زمنية .

### **أهمية الدراسة:**

#### **الأهمية النظرية:**

- يعد التوافق الزوجي من أهم الموضوعات التي تتبى بأسرة متماسكة وبالتالي مجتمع متماسك.
- يتمثل التوافق الزوجي بعدة أبعاد ويتضمن مجموعة أنواع من التوافق التي بحاجة إلى مدخل علاجي شامل لكل جانب من جوانب التوافق الزوجي .
- العلاج الجدلي السلوكي أثبتت فعاليته في تحسين جودة الحياة لمن يتلقى التدريب على مهاراته حيث أثبتت الدراسات فعاليته في تنظيم العاطفة وحل المشكلات النفسية .
- قلة الدراسات العربية التي تناولت تعزيز التوافق الزوجي باستخدام البرنامج الإرشادي الجدلي السلوكي.
- افتقار المجتمع الإماراتي لبرامج الإرشاد الزوجي القائمة على المدخل الإرشادي الجدلي السلوكي.

#### **الأهمية التطبيقية:**

- قد تفيد نتائج الدراسة في تحسين العلاقة الزوجية وتعزيز التوافق الزوجي وذلك بتنمية المهارات وكفاءة الشخص.
- قد تفيد نتائج الدراسة في تزويد العاملين بالمجال الإرشادي الأسري ببرنامج مثبت فعاليته

== أ.م.د/ هاجر عادل عبد الرازق & عمرية مصلح صالح & بثينة فوزي أبو سع.==

في تعزيز التوافق الزوجي.

- قد تفيد نتائج الدراسة في زيادة معرفة الباحث بأحد المداخل العلاجية الجديدة في الساحة وإمكانية تضمينه في برنامج إرشادي.
- قد تفيد نتائج الدراسة في المساهمة في تقديم خدمة مجتمعية وذلك بإصلاح نواة المجتمع وهي الأسرة عبر تعزيز التوافق الزوجي

### **مصطلحات البحث:**

#### **التوافق الزوجي:**

تبنت الباحثات تعريف اللدعة الذي ينص على : درجة التعاون المشترك بين الزوجين لمواجهة الصعوبات والاختلافات التي تطرأ على تفاعلها اليومي ومدى رضاها عن طريق تلك العلاقة وفقا للأدوار الأساسية الواجب القيام بها لكل منهما. ويعرف إجرائيا بأنه الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس التوافق الزوجي الذي أعدته (اللدعة، ٢٠٠٢)

#### **العلاج السلوكي الجدلي:**

هو تدخل إرشادي يجمع بين فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي والإرشاد الجدلي والاسترخاء وبعض المهارات المساعدة ويقوم على أربع استراتيجيات (الجدلية ، حل المشكلات، الأسلوبية، إدارة الحالة) وأربع مهارات (اليقظة الذهنية ، تجاوز المحنة ، التنظيم الانفعالي، والعلاقات الفاعلة). ويتم تعريفه إجرائيا: البرنامج الإرشادي لمجموعة المهارات والموضوعات والفنيات والاستراتيجيات الإرشادية والمعد بهدف زيادة التوافق الزوجي لدى المشاركات في عينة البحث .

#### **الإطار النظري:**

#### **أولاً: مفهوم التوافق الزوجي**

عرف الكثير من الباحثين مفهوم التوافق الزوجي وأسهبوا به كثيرا لما لهذا الموضوع من أهمية كبيرة لدى الزوجين في الدرجة الأولى وللأسرة بالدرجة الثانية وللمجتمع بالدرجة الثالثة، لذلك سنقف على أهم التعاريف التي ذكرت مفهوم التوافق الزوجي .

فقد عرفه ويليام: بأنه وجود زوجين لديهما ميل لتجنب المشكلات أو حلها وتقبل مشاعرهما المتبادلة والمشاركة في المهام والأنشطة وتحقيق التوقعات الزوجية لكل منهما (بلميهوب، ٢٠٠٩).

وهنا عرف محمد ببيومي التوافق الزوجي أنه درجة من التواصل الفكري والوجداني والعاطفي

**يفاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية**  
والجنسي بين الزوجين بما يحقق لهما اتخاذ أساليب توافقية سوية لمواجهة العقبات وتحقيق أقصى قدر معقول من السعادة والرضا (سليمان، ٢٠٠٥).

ويشير محمد الخولي وعصام عبداللطيف بأن التوافق يكون في الاختيار المناسب للزواج والاستعداد للحياة الزوجية والدخول فيها والحب المتبادل بين الزوجين والإشباع الجنسي وتحمل مسؤوليات الحياة والقدرة على حل مشكلاتها والاستقرار الزوجي والرضا والسعادة الزوجية والعمل على تحقيق الانسجام والمحبة المتبادلة (الحطمانى، ٢٠١٨).

ويعرف على أنه قدرة كل من الزوجين على التواء مع الآخر وطالب الزواج ، وتستدل عليه من سلوكيات كل منهما في إشباع حاجاته وتحقيق أهدافه ومواجهة الصعوبات ، وينظر إلى التوافق من زاوية الزوج أو الزوجة أو الزواج ، ويحكم عليه إما يكون توافقا حسنا و سينا بحسب سلوكيات كل من الزوجين ودوافعهما وأهدافهما مقبولة أو غير مقبولة من الزوج الآخر ومن المجتمع.(حنتول، ٢٠١٨)

بعد التعاريف التي قامت بتوضيح مفهوم التوافق الزوجي ترى الباحثات بأن التعريف الأقرب والأشمل لجميع التعاريف هو الذي تبنته معدة مقياس التوافق الزوجي المستخدم في البحث: وهو درجة التعاون المشترك بين الزوجين لمواجهة الصعوبات والاختلافات التي تطرأ على تفاعلهم اليومي ومدى رضاهما عن طريق تلك العلاقة وفقا للأدوار الأساسية الواجب القيام بها لكل منهما. (الدعة، ٢٠٠٦)

#### **أهم الأبعاد للتوافق الزوجي :**

١) الاختيار الزوجي: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (إذا جاءكم من ترضون دينه وخلقه فزوجوه إلا تفعلوا تكن فتنة في الأرض وفساد كبير) وقال أيضا: (تُكَّح المرأة لأربع: لمالها، وحسبها، وجمالها، ودينها، فاطفر بذات الدين، تربت يداك) (حديث شريف ) ولأن الاختيار أول بوابة دخول للحياة الزوجية فلا بد أن نحسن اختيار من هو أماننا في هذه الدنيا ومن هي قرة عين لنا ومن إن أمنتها على بيتك صانتك ومن إذا غبت عنها ما ضعفت ولا استكانت ، ومن هو أب حقيقي لأبنائك والدرع الحصين لك ولهم (الحطمانى، ٢٠١٨).

٢) التوافق الأسري: نعلم جميعنا أن كل من الزوج والزوجة جاء من بيئة مختلفة ولا بد أن يكون هناك إنسجام أولي ومساواة مجتمعية التي تلعب دور مهم في إعطاء الموافقة في الإرتباط (العزة، ٢٠١٥).

٣) النضج الانفعالي والعاطفي: المساحة التي سيحصل عليها كل من الزوجين في حال صدر من

== أ.م.د/ هاجر عادل عبد الرازق & عمرية مصلح صالح & بثينة فوزي أبو سع.==

- أحد الطرفين أمر لا يسر الطرف الآخر، هنا يظهر ما بداخل كل منا إحتراما وحبا ومكانة وتسامحا فالانفعالات الغير متزنة هي من تزعزع استقرار الزواج. (الهندي، ٢٠١٦)
- ٤) العلاقات الشخصية: وهي التي توضح لنا مدى اهتمام الزوج والزوجة بالآخر ومدى قرب الاثنين فيما بينهم والتعامل الصادر من الفرد باتجاه الآخر ويكون ممزوجا بالألفة والاحترام (أبو عطية، ٢٠١٩)
- ٥) العلاقات الاجتماعية: كيفية التعامل مع الآخرين ومدى المرونة بالتعامل معهم والوصول للسعادة بالتواصل معهم (Wtchtel، ٢٠١٠)

### مظاهر التوافق الزوجي:

للتوافق الزوجي مظاهر عدة يمكن من خلالها أن نعي مقدار التوافق بين الزوجين والتي يمكن تلخيصها في النقاط التالية:

١. عند تقبل الأطراف لسلوكيات بعضهما البعض وهي على عدة زوايا:
  - زاوية الزوج : وهي السلوكيات التي يراعي بها الزوج الزوجة فلا يؤذيها .
  - زاوية الزوجة : وهي السلوكيات التي تراعي بها الزوجة زوجها فلا تؤذيه.
  - زاوية الزواج: وهي الأهداف التي تم تحقيقها ضمن إطار القيم والمعايير (الهندي، ٢٠١٦)
٢. على الزوجين أن يكون التواصل بينهما مباشر بكافة أشكاله.
٣. الذكريات التي تكون بين الزوجين هي من تحدد التوافق فيما بينهما أعلى أو أقل مستوى.
٤. يحدث التوافق في حال كان الطرفان يسيران وفق أحد ثلاث أمور وهي:
  - خضوع الزوج لمطالب الزوجة
  - خضوع الزوجة لمطالب الزوج
  - خضوع الزوجين لمطالب الزواج

علينا أن نعلم بأن التوافق الزوجي لا يسير على وتيرة واحدة عند الأزواج على حد سواء فهي تتغير من زوج لزوج وهذا يعود لطبيعة الأزواج وكيفية نظرهم للحياة الزوجية. (بلميهوب، ٢٠٠٩)

### أهم العوامل التي تؤثر على التوافق الزوجي

- ١) الحب: الحب بأنواعه المختلفة يحمل في طياته المعنى الكبير للاهتمام والاحترام والتقدير للطرف الآخر ،ومتى ما ظلل الحب عش الزوجية فإن الحياة بمجملها ستكون متميزة ومتوافقة ومغايرة لأي حياة زوجية أخرى، وهذا لا يعني أن الحياة الزوجية حياة وردية ولكن الحب يساعد في تواجد الحوار الفعال. (Wtchtel، ٢٠١٠)

يفاعلية برنامج إرشادي جذلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية==

(٢) التواصل الانساني: التعابير والإيماءات ونغمات الصوت لها أثر على الحياة الزوجية ومدى اقترابها من درجات التوافق الزوجي (الخولي، ١٩٨٨)

(٣) العلاقة الجنسية: حيث أنها تعمل على تداخل الزوجين فيما بينهم ليصبحا كجسد واحد وهذا بدوره يزيل كل الرسميات التي بدورها تعمل على البرود بين الزوجين فيصلا للإرتماء بأحضان الغير. (Wtchtel٢٠١٠).

ويمكن القول بأن الشخصية والعوامل الوراثية وسن الزواج والوضع المادي ودور الالهل والتدين والعقيدة أيضا من العوامل التي لها أثر كبير في أن يصل الزوجين للتوافق الزوجي ولكن يجب أن نتعامل مع هذه العوامل بعقلانية ودراسة مستفيضة حتى يحصل كلا الزوجين على أنيس العمر وسند الحياة (سليمان، ٢٠٠٥) .

### نظريات التوافق الزوجي

١. نظرية النمو الزوجي تخبرنا بأن الزواج لا ينمو دفعة واحدة بل يمر بمراحل تسير به للطريق السليم الذي تبقي جذوره ثابتة في الحياة بين الزوجين لتواجه الصعوبات بثبات وقوة ومن أهم مراحلها هي:

- الإحساس بالثقة: هو شعور الزوجين بالراحة والطمأنينة والاستقرار والوصول معا لبر الأمان والسير معا في مركب الحياة بخطى ثابتة أساسه منبع الثقة المتبادل بين الزوجين .
- الإحساس بالإرادة المشتركة : هي مرحلة الانتقال من الاعتمادية لمرحلة الاستقلالية ولكنها استقلالية مشتركة بين الزوجين في كيفية اتخاذ القرارات الصائبة في الحياة بصيغة نحن وليس أنا بعد ما كانا معتمدين على الوالدين في المساعدة باتخاذ القرارات .
- الإحساس بالكفاءة في الزواج : عند الاندماج فيما بين الزوجين فإن العلاقة ستكون منافسة شريفة في عمل الواجبات وتقديمها بشكل بناء يعمل على إنجاح الزواج والإرتقاء بالمستويات الاجتماعية والثقافية والعملية.
- الإحساس بهوية الزواج : النجاح من أفضل المكافآت التي تقدم للزوجين في حياتهما وهذه المرحلة هي من تخبرهم بأهمية الزواج حيث يسعى الطرفان إلى التقرب من الزوج الآخر وتحمل عيوبه ومشابته في الميول والتوجهات.
- الإحساس بالألفة : قال الله تعالى: (ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة إن في ذلك لآيات لقوم يتفكرون) ،وقال تعالى: (هن لباس لكم وأنتم لباس لهن)، وضح القرآن الكريم أن العلاقة بين الزوجين تسودها الألفة التي هي نور الحياة فيما بينهما وتقوية الحب والعطاء فيما بينهم.



== أ.م.د/ هاجر عادل عبد الرازق & عمرية مصلح صالح & بثينة فوزي أبو سع.==

- **الإحساس بالرعاية الوالدية:** عند حدوث الألفة بين الزوجين نجد أن الاهتمام والحب والرعاية يأخذ منحى الأبوة والأمومة حيث يشعر كل طرف مسؤول عن الآخر فيعامل الزوج زوجته كأنها ابنته وتعامل الزوجة زوجها كأنه ابنها.
- **الإحساس بالتكامل بين الزوجين:** وهو الوصول لأعلى درجات الحب والاهتمام والتضحية والحفاظ على رابطة الزواج متينة وقوية يحيطها الثبات في الاستمرار وعدم الاستغناء عن الآخر. (أبو عطية، ٢٠١٩)

٢- نظرية التحليل النفسي: يرى فرويد أننا عندما نختار فإننا نختار شبيبنا أو من يحمينا. فشبيبنا هو الذي يماثلنا بأحلامنا وطموحاتنا وبأفكارنا وأما في حال اخترنا من يحمينا فهذا يعود باختيارنا لشخص يكمل لنا نواقصنا التي لا نستطيع القيام بها وهي بالأساس غير موجودة لدى الزوج أو الزوجة. (العيسى، ٢٠٠٦)

٣- نظرية الحاجات التكميلية :

يعتبر روبرت أننا نختار شريك حياتنا على أساس من يكمل شخصيتنا ويمدنا بأعلى نسبة من الإشباع فإما يكون الإشباع عاطفي كأن يكون الزوج بطيبة والد الفتاة وتكون الزوجة الأم بالنسبة إلى الشاب بناء على العاطفة التي تم تكوينها في مرحلة الطفولة مع أحد الوالدين، فالرغبة عند الزواج هي الرغبة في التكامل.

٤- نظرية التجانس:

تقول النظرية أن اختيار الشريك يكون على أساس التشابه والتجانس في الخصائص الاجتماعية العامة وهو التشابه بالدين والمستوى والسن والتعليم وهو ميل شعوري ولا شعوري .

٥- نظرية التقارب المكاني :

تقول هذه النظرية أن الفرد يختار شريك حياته من المحيطين به في المكان الجغرافي الأقرب.

٦- نظرية القيم:

أن الفرد يختار شريك الحياة على أساس التوافق القيمي الذي كونه بداخله وهي القيمة التي يركز عليها أحد الزوجين وهي بنظرهم أوكسجين الارتباط (الحطمان، ٢٠١٨)

**أنواع التوافق الزوجي:**

- **التوافق النفسي:** على الزوجين أن يكونا متشابهين في الصفات الشخصية وتكون النشأة سليمة وعلى أسس متينة تخلو من العصبية المدمرة للأسر والمتصفة بالمزاج السليم الذي يحكم العقل قبل أي شيء.

== المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٧ ج ٢ المجلد (٣٥) -ابريل ٢٠٢٥ (٤٥١) ==

بفاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية==

- التوافق الأخلاقي: تختصر كل الكلام الآية الكريمة: (الْخَبِيثَاتُ لِلْخَبِيثِينَ وَالْخَبِيثُونَ لِلْخَبِيثَاتِ وَالطَّيِّبَاتُ لِلطَّيِّبِينَ وَالطَّيِّبُونَ لِلطَّيِّبَاتِ أُولَئِكَ مُبَرَّءُونَ مِمَّا يَقُولُونَ لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَرِزْقٌ كَرِيمٌ) (سورة النور، ٢٦)
- التوافق العمري: يحبذ بأن يكون الرجل أكبر عمرا من المرأة حتى لا يكون هناك انتقاص من شخصية الرجل وحتى لا تقل قوامته في حال كان بينها الخلاف أو اختلاف في الرأي. (العزة، ٢٠١٥)
- التوافق الشأني (الفكري والمادي والمجتمعي): لا نطن أن هناك من يبحث عن زوجة مشابهة وهو رجل جدي. ولا نرى مفكر يرغب بالارتباط مع من ليس لها طموح أو امرأة ثرية ترتبط مع رجل معدم ولا بد من أن يكون بيدك ميزان التوافق ليبدأ بزواج على أسس التوافق الزوجي السليم.

#### أسباب تعيق التوافق الزوجي:

##### ١. الصفة العامة:

- الوالدان ، في مجتمعاتنا نرى أن الزوجين لا يقدمان على الزواج إلا بموافقة الوالدين المسؤولين عنهما و هذا أمر شرعي يجب توافره لدى الفتاة ورغم أن الرجل يستطيع تزويج نفسه إلا أنه يطلب مباركة الوالدين على اختياره أو أنه يطلب من الأهل الاختيار لما يناسبه (السبيعي، ٢٠١٤)
- الأصدقاء، وذلك بكيفية تغيير الآراء حبا وكرامة دون تردد فيما بينهم وهذا له الأثر الأكبر في القبول أو الرفض في حال طرح عليه الرأي (أبوعيطه، ٢٠١٩)
- الدين، متى ما تم الاختيار السليم للزواج فإنه من المؤثرات القوية للوصول للتوافق ويفضل أن يتزوج كل من بيئته متى ما أرادوا الوصول. (العزة، ٢٠١٥)
- العادات والتقاليد ، من المسببات لإعاقة التوافق الزوجي طلب المهور العالية والتكاليف العالية والتمسك بالمعتقدات البالية ، الذي يؤدي بدوره إلى إقبال كاهل الزوج الذي سينظر على أن تكاليف الزواج طوق في عنقه مما يشعره بالضيق ويؤدي لافتعال الخلافات مع زوجته (الخولي، ١٩٨٨)
- وسائل الإعلام، لها الأثر الأكبر في تحديد الصفات للزوجة المستقبلية أو الزوج المستقبلي من خلال المشاهدات التي يطلق لنفسه العنان فيها. (Wtchtel، ٢٠١٠)

##### ٢. الصفة الخاصة:

= (٤٥٢)؛ الدجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٧ ج ٢ المجلد (٣٥) - إبريل ٢٠٢٥ ==

== أ.م.د/ هاجر عادل عبد الرازق & عمرية مصلح صالح & بثينة فوزي أبو سع.==

- الجسمية: في حال كان يشكو أحد الزوجين من إعاقة أو مرض أو صراعات نفسية فإنها تمنع التوافق الزوجي.
- المادية: تختلف الحالة المادية من شخص لشخص وهذا يلعب دورا فعالا بدرجة عالية لتحقيق التوافق .
- الاجتماعية: تحكمها العادات والتقاليد التي تسهم في تنشئة الأبناء وجميعنا يعلم بأن نظرة الوالد لأبنائه الذكور بأنهم رجال فيحرمون من إشباع رغباتهم منذ الطفولة وتبقى دفيئة حتى يجد الفرصة المناسبة لتلبية حاجات لديه وعند حدوث خلاف نرى ان التوافق الزوجي غير حاضرا (بلميهوب، ٢٠٠٩)

### ثانياً: العلاج الجدلي السلوكي:

قد يتسائل البعض عن الحاجة للعلاج الجدلي السلوكي ولماذا نحتاج إليه إذا كانت هنالك علاجات أخرى متاحة ولها فاعلية كبيرة في علاج المشكلات والاضطرابات ، فمالذي يميز العلاج الجدلي السلوكي ومالذي يجعله مختلفا ، ستحاول الباحثات الإجابة عن هذا السؤال في العرض التالي الذي سنتطرق فيه لبعض من جوانب هذا النوع من العلاج.

### تعريف العلاج الجدلي السلوكي

تعرف Marsha linehak (٣،٢٠١٥) وهي التي صاغت اسس ومبادئ واستراتيجيات هذه النظرية في أكثر من مؤلف لها بأن العلاج الجدلي السلوكي بأنه علاج سلوكي معرفي واسع النطاق تم تطويره في الاصل للأفراد الذين يعانون من حالات انتحار مزمنة والذين تم تشخيصهم باضطراب الشخصية الحدية (BPD) . حيث يتكون العلاج الجدلي السلوكي من مزيج من العلاج النفسي الفردي والتدريب على المهارات الاجتماعية والتدريب عبر الهاتف وفريق استشارة المعالج ، وكان أول علاجنسفي ثبت من خلال التجارب أنه فعال مع اضطراب الشخصية الحدية ومنذ ذلك الحين أجريت تجارب متعددة أظهرت فعالية العلاج الجدلي السلوكي في مجموعة واسعة من الاضطرابات والمشكلات الأخرى بما في ذلك نقص السيطرة على العواطف والأنماط المعرفية والسلوكية المرتبطة بها.

بينما تم تعريفه من قبل عبدالله، أحمد عمرو (١٢٨،٢٠١٩) على أنه أسلوب علاجي يجمع بين فنيات العلاج المعرفي السلوكي والاسترخاء والمهارات المساعدة وتعزيز مهارات الوعي الذاتي، وفنيات المعالجة الأساسية كحل المشكلات والتدريب على مهارات التعرض.

أما عن تعريف نهلة العلي (١٧٥،٢٠١٨) أن الارشاد الجدلي السلوكي أسلوبا إرشاديا نفسيا ينتمي

== المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٧ ج٢ المجلد (٣٥) -ابريل ٢٠٢٥ (٤٥٣)==

**بفاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية**==  
للمدخل الإرشادي المعرفي السلوكي ، حيث يقوم على تحسين المهارات الحياتية للفرد ويهدف إلى مساعدته على تحقيق الاتزان الانفعالي ، من خلال تخفيف حدة الانفعالات وزيادة انتظامها واستقرارها ، وينطوي هذا الإرشاد على فكرة الجدلية من منظور الحوار البناء، والتخلص من المتناقضات بمحاولة التوليف بينها من خلال الإقناع وتشجيع الفرد على دمج الأفكار المتناقضة ورؤية الواقع بوجوه متعددة، كما يتضمن مجموعة من الفنيات المعرفية والسلوكية والجدلية، والتي يتم استخدامها للوصول إلى أهداف الارشاد.

### أهداف العلاج الجدلي السلوكي

من الأهداف التي حددتها لينهان للعلاج الجدلي السلوكي هي:

١. تحسين القدرات السلوكية للمسترشد
٢. تنمية دافعية المسترشد للتغيير
٣. تعديل بعض عادات المسترشد السلوكية وتعزيزها
٤. مساعدة المسترشد على تعميم ما تعلم
٥. الاهتمام برفع مستوى إمكانيات وقدرات المرشد لمساعدة العميل بفعالية
٦. التركيز على بناء مناخ علاجي إرشادي يدعم كلا من المرشد والمسترشد

أما عبد الرحمن سيد سليمان قال: أهداف العلاج الجدلي السلوكي مساعدة المسترشد على أن يجعل حياته جديرة بأن تعاش ، مع تدريبه على التحكم في النفس والسيطرة على السلوك المشكل وخاصة السلوكيات الضارة والمتعلقة بالذات. (ماثيو، ٢٠٢٠)

### **١ - المهارات الأساسية في العلاج الجدلي السلوكي**

مما يميز العلاج الجدلي السلوكي أنه يقدم استراتيجيات للتعامل مع المشكلات تختلف عن ما يقدمه العلاج المعرفي السلوكي على الرغم من كونه علاج ممتد عنه ، ومن هذه الاستراتيجيات :

- يسعى العلاج الجدلي السلوكي إلى تعليم الأفراد مهارات اليقظة لتعلم كيفية العيش في الوقت الحاضر والاهتمام بالأفكار والعواطف والخبرات في الوقت الحالي.
- تعلم الفرد كيفية تقبل نفسه والآخرين وكيفية تقبل المشاعر التي قد يصعب تحملها وإدارتها.
- يعلم الأفراد كيفية التحدث إلى الآخرين وتلبية احتياجات الفرد بحزم وتحديد متى يسأل عما يريد وقول كلمة (لا) للشيء الذي يرفضه ولا يرغب فيه.
- يساعد الأفراد على التعرف على جميع المشاعر وكيفية إدارتها وتنظيمها ( Alexander L. Chapman, Kim L. Gratz, et al.2011)

== أ.م.د/ هاجر عادل عبد الرازق & عمرية مصلح صالح & بثينة فوزي أبو سع. =====

إن ما تم عرضه أعلاه يجعلنا نتطرق للمهارات الأربعة الأساسية للعلاج الجدلي السلوكي وهي كالتالي:

١- تجاوز المحنة **Distress tolerance**: وهي تلك المهارات التي تساعد الفرد على التعامل بشكل أكثر فعالية مع الأحداث المؤلمة والأزمات من خلال بناء المرونة الخاصة بالفرد وإكسابه طرق جديدة لتخفيف آثار الموقف والأحداث المزعجة.

والهدف من تعليم مهارات تجاوز المحنة هو تزويد الفرد بمجموعة متنوعة من الاستراتيجيات لاستخدامها في الوقت الحاضر عندما يعانون من ألم أو صعوبة لا يمكن تغييرها على الفور. (Lynch, T, 2006)

٢- اليقظة الذهنية **Mindfulness**: تساعد اليقظة الذهنية المشاركين على أن يلاحظوا ببساطة ما يحدث ، دون الحكم عليه ، ودون القيام بأي شيء حيال ذلك ، ويؤدي ذلك إلى إيجاد فرص لإعادة البناء المعرفي وتأخر الاستجابة ، وتعد بمنزلة استجابة معكسة للاندفاع السائد في هذه السلوكيات (Harvey & Rathbone, ٢٠١٣, ٢٣٥)

وهي المهارة الأكثر تأثيرا على الأفراد وأكثر المهارات أهمية في التطبيق لما لها من فاعلية عميقة على الفرد تجعله في حالة إدراك مستمر لكل ما يحصل معه من مواقف ، والقدرة على كيفية التعامل مع الظروف بشكل واعي وبإيجابية دون أحكام يغلب عليها معتقدات سلبية. ومن أهم أعمال اليقظة الذهنية : (قبول المشاعر، تحمل حالات الألم والضيق، وعي متوازن يجنبه النقيضين، عدم الإفراط في الهوية الذاتية، إتباع رؤية واضحة للقبول النفسي والانفعالي، الاهتمام بالانفتاح على المشاعر والأحاسيس المؤلمة والخبرات غير الجيدة، إتخاذ أسلوب متوازن في التعامل مع الانفعالات السلبية، التأمل وفق خطوات محددة، مراقبة الأفكار والمشاعر السلبية) .

ويتم استخدام مهارات ( "ماذا" و "كيف" ) فيقصد بمهارة "ماذا" ما المواقف التي يتعرض لها المريض وطريقة تقييمه وملاحظته لها، أما مهارة "كيف" فتشير إلى كيفية تعامل المريض مع تلك المواقف، و بالتالي يتم تدريبه على عدم إصدار الأحكام العاطفية، وتجنب طرق التفكير المتطرف (محروم، الخوالدة، ٢٠٢١).

أهم ما صرحت به مارشا لينهان بأن مهارات اليقظة الذهنية هي عبارة عن أوجه نفسية نتيجة التدريبات الروحية في الشرق ظهر أثرها على السلوكيات والممارسات التأملية، وأن المهارات كثيرا ما تتوافق ما بين الغرب الفكري والشرق التأملي. ورغم أن الممارسات يستطيع تطبيقها جميع من أراد ذلك حيث أنها لا تحمل في طياتها أي معتقدات دينية أو إيمانية ولكن على الجميع الإهتمام

== المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٧ ج ٢ المجلد (٣٥) -ابريل ٢٠٢٥ (٤٥٥)=====

**يفاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية**  
لصفات اللطف والرحمة والإتساع والسكون والقدرة على تعميق ممارسات اليقظة الذهنية، كما ذكر  
أيضا علاء الشريف أن العقل ثلاث أصناف للتعامل معها في مهارات اليقظة الذهنية : (العقل  
العاطفي : هو المسؤول عن التأثير الوجداني للموقف، العقل المنطقي : هو المسؤول عن تحليل  
المواقف، العقل الحكيم : هو المسؤول عن الإعتناء بالذات والتصرف بفاعلية).

### ٣- تنظيم الانفعال Emotion Regulation

وهي المهارات التي تساعد الفرد في التعرف بشكل أكثر وضوحاً على ما يشعر به ، ومن ثم  
مراقبة كل المشاعر وتقليل الحساسية لها والقدرة على تعديل المشاعر المؤلمة دون الاستجابة لها  
بطريقة تفاعلية مدمرة وكذلك تعديل الأسباب التي تزيد من قابلية التأثر بالمشاعر  
السلبية (Chapman & Rosenthal, ٢٠١٦)

ويمكن القول بأن المشاعر هي تلك الإشارات الكهربائية التي تحدث داخل الإنسان لتنبهه عما يدور  
حوله من أحداث ومواقف عن طريق الحواس الخمس لتصل للعقل فيقوم بدوره بالاستجابة على  
حسب الموقف الذي تعرض له . وليكن الإنسان على علم أن المشاعر هامة جداً كأهميتها من أجل  
البقاء على قيد الحياة والسعي إلى المتعة وتجنب الألم والتعايش مع المواقف وايضا التواصل مع  
الآخرين وتذكر المواقف والأشخاص وكذلك التعايش اليومي مع المواقف.

كما يمكن التوضيح بأن مهارة تنظيم الانفعالات تضم تسعة مهارات تعمل على تنظيم المشاعر  
وإكسابها القدرة لتنظيم سلوكياتها الخاصة بها في العلاج الجدلي السلوكي وهي:

- التغلب على التحديات للوصول إلى مشارك صحي
- العمل على حل مشاكل الضعف الجسدي لدى المسترشد
- العمل على تقليل الضعف المعرفي لدى المسترشد
- العمل على مضاعفة المشاعر الإيجابية لدى المسترشد
- العمل على جعل المسترشد أكثر يقظة لمشاعره دون أن يصدر الاحكام
- الكشف عن مشاعر المسترشد
- القيام بفعل عكس ما تمليه عليه مشاعر المسترشد
- العمل على حل المشكلات

### ٤- العلاقات الفاعلة Interpersonal Effectiveness

تهدف هذه المهارة إلى تدريب المسترشد على التعرف على الاحتياجات الشخصية والاجتماعية  
وفهمها ثم العمل على تحقيق التوازن بينها ، وبالتالي يصبح بإمكانه إقامة علاقات اجتماعية ناجحة

== أ.م.د/ هاجر عادل عبد الرازق & عمرية مصلح صالح & بثينة فوزي أبو سع.==  
بالإضافة إلى إدارتها بشكل فعال وبكفاءة عالية (A , Frederic , 2008)

تشمل هذه المهارات ثلاث فنيات تعمل جميعها على إكساب الفرد المهارات اللازمة لإقامة علاقة صحية مع الآخرين وهي كالتالي :

(DEARMAN) : هذه المهارة تهدف إلى تحقيق أقصى قدر من الفرص للمسترشد وكل حرف منها له شرح يميزه عن غيره من الكلمات الأساسية والهادفة للوصول لتحقيق أعلى مصلحة مفيدة للمسترشد

ويشير كل حرف من هذه الكلمة على معنى معين كما هو موضح في الجدول التالي:

D	Description	الوصف (صف ماتريده وبشكل محدد من الطرف الآخر)
E	Express	تعبير ( عبر عن مشاعرك )
A	Assert	تأكيد ( أكد على ماتريده وبشكل صريح)
R	Reinforce	تعزيز ( عزز لماذا يجب أن يقول نعم وما نفعه للطرفي العلاقة )
M	Mindful	البقطة (كن يقظا لردة فعل الطرف الآخر عند طرح طلبك)
A	Assertive	الثقة (اطلب بنبرة واضحة ومسموعة وبنقة)
N	Negotiate	التفاوض ( كن مرنا مع البدائل في الموقف)

**GIVE : حيث تشمل هذه المهارة معاني كثيرة كالتالي:**

G	Goodness	اللطف: اللطف في المعاملة يكسبك المحبة والاحترام
I	INTEREST	الاهتمام: هو بداية المحبة العميقة
V	VERIFICATION	التأكيد: هو أجمل شعور لمن يقف معنا ويشعر بمشاعرنا
E	EASY	السهولة: الحياة سهلة لماذا نعاملها بجدية أكثر من اللازم

**FAST: حيث تشمل هذه المهارة مجموعة معاني يمثلها كل حرف من حروف الكلمة**

كالتالي:

F	FAIR	كن على حق وعادلا في تفسيراتك
A	Apologies	لا تبالغ في الاعتذار ولا تعتذر عن حقوقك
S	Stick to values	تمسك بقيمك ومبادئك
T	Truthful communication	كن وفيًا وصادقا في تواصلك

وبهذا تعمل هذه المهارات الثلاثة (FAST)+(GIVE)+(DEARMAN) على إكساب الفرد

**يفاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية**  
المهارات اللازمة لإقامة علاقة فعالة وبشكل متوازن مع الطرف الآخر ، وتعتقد الباحثات بأن هذه المهارات سيكون لها دور بارز في موضوع الدراسة أي في تعزيز التوافق الزوجي بإذن الله .  
استراتيجيات العلاج الجدلي السلوكي:

يتضمن العلاج الجدلي السلوكي أربع استراتيجيات أساسية ، ولتطبيق العلاج لايلزم استخدام جميع هذه الاستراتيجيات في كل خطوة ، بل يمكن الاعتماد على البعض منها بحسب طبيعة الحالة التي تتعامل معها ، وتتمثل هذه الاستراتيجيات على النحو التالي:

١- الاستراتيجيات الجدلية: حيث يعتمد العلاج الجدلي السلوكي على تدريب العميل على التخلص من التفكير المتطرف والنظرة الجامدة للحياة ، ومن الأمثلة على هذه الاستراتيجية (تفعيل العقل الحكيم ، استخدام الاستعارة والمجاز، الدخول في مفارقة وغيرها ) (Pederson٢٠١٥).

٢- استراتيجيات حل المشكلات: وتكون عبر مرحلتين ، الأولى : فهم وقبول المشكلة وتوظيف التحليل السلوكي ثم تقديم معلومات توجيهية عن مبادئ السلوكيات والقواعد والمعايير وغيرها ، أما المرحلة الثانية: فتهدف إلى التغيير من خلال التحليل وإيجاد الحل المناسب.

٣- استراتيجيات الأسلوب :وتمثل شكل التواصل في العملية العلاجية ويمكن استخدام أساليب متنوعة كالفكاهة أو الصياغة غير التقليدية وغيرها .

٤- استراتيجيات إدارة الحالات:تعتمد على نظرية التعلم الاجتماعي والأساليب التي يتعلم العميل من خلالها والتشاور معه حول كيفية إدارة شبكاتهم الاجتماعية أو المهنية (محروم،الخالدة،٢٠٢١).

#### مراحل العلاج الجدلي السلوكي :

- مرحلة ما قبل العلاج: ويكون فيها التهيئة والالتزام المبدئي وكذلك الموافقة على العلاج وأهدافه.
- المرحلة الأولى : يتم فيها التركيز على تقليل السلوكيات الخطيرة أو المميتة أو التي تهدد الحياة، وكذلك السلوكيات التي تتداخل في سير العملية العلاجية ، بالإضافة إلى أنه يتم في هذه المرحلة خفض السلوكيات التي تؤثر سلبا على جودة الحياة وزيادة المهارات السلوكية (عمر، الشرکسي، صابر، ٢٠١٩)

- المرحلة الثانية: ويطلق على هذه المرحلة (تهدة اليأس) حيث يتم فيها السيطرة على الفعل وليس على الانفعال ويتم تشجيع العميل على الخبرة والشعور الكامل بالانفعالات وغالبا ما

== (٤٥٨): المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٧ ج٢ المجلد (٣٥) - إبريل ٢٠٢٥ ==



== أ.م.د/ هاجر عادل عبد الرازق & عمرية مصلح صالح & بثينة فوزي أبو سع.==

- يستفيد من فنيات هذه المرحلة من يعاني من أعراض كرب ما بعد الصدمة.
- المرحلة الثالثة: يتم فيها محاولة تقليل مشكلات الحياة اليومية وزيادة احترام الذات وتحقيق الأهداف الفردية
- المرحلة الرابعة: يتم العمل على زيادة مشاعر الاستمتاع والبهجة وحل الشعور بالنقص وزيادة الشعور بالحرية . (محروم، الخوالدة، ٢٠٢١)

### دراسات سابقة:

أعدت (جودة، ٢٠٠٩) دراسة هدفت إلى تقصي فعالية برنامج إرشادي مقترح لتعزيز التوافق الزوجي عن طريق فنيات الحوار ، على عينة من الأزواج في مدينة غزة بلغ قوامها (٣٠) زوج منها (١٥ زوج و١٥ زوجة ) عبر استخدام مقياس التوافق الزوجي من إعداد (إيمان مصطفى اللدعة، ٢٠٠٢) ، وقد اعتمدت على استخدام المنهج التجريبي وذلك بتصميم برنامج إرشادي يتكون من (٢١) جلسة إرشادية منها (١٢) جلسة مشتركة و(٩) جلسات فردية وطبقت على مجموعة تجريبية فقط، وقد تضمن البرنامج العديد من الفنيات منها (الحوار ، السيكوندرا ، التنفيس الانفعالي، المساندة الدينية، التعزيز، حل المشكلات) وقد استغرق تطبيقه مدة شهر ونص ، وشهر آخر لمعرفة الأثر البعدي . وجاءت أبرز النتائج على النحو التالي: خلصت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع الأبعاد بين التطبيق القبلي والبعدي مما يدل على وجود أثر للبرنامج الإرشادي ، وأوصت على توعية المقبلين على الزواج بموضوع الحوار الأسري وأهميته في العلاقة الزوجية .

أعد (المناحي، ٢٠١٦) دراسة هدفت إلى الكشف عن فعالية برنامج إرشادي نفسي قائم على العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي لتعديل الأفكار غير العقلانية وأثره في تحسين التوافق الزوجي ، لدى عينة من الأزواج بمدينة الرياض بلغ قوامها (٢٢) زوجاً وقد تراوحت أعمارهم ما بين (٢٧-٤٦) سنة وقد قسمت بالتساوي إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، عبر استخدام مقياس التوافق الزوجي (تعريب: عبدالله الشمراني، ٢٠١٦) ومقياس الأفكار غير العقلانية (تعريب: عبدالكريم جرادات، ٢٠٠٦) وقد اعتمد على استخدام المنهج شبه التجريبي بتصميم برنامج إرشادي طبق على المجموعة التجريبية فقط ، بواقع (١٦) جلسة بمعدل (جلستان أسبوعياً) تتراوح ما بين (٤٥-٥٠) دقيقة ومن ثم تطبيق المقياس التتبعي للمقياسين بعد شهرين من تطبيق البرنامج ، ودلت أبرز النتائج على وجود فروق في متوسطات درجات المجموعة التجريبية في مقياسي الأفكار غير العقلانية والتوافق الزوجي لصالح القياس البعدي ، وكذلك في مقياس التوافق الزوجي بين

**يفاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية**==  
المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية ، كما كشفت الدراسة عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات المجموعة التجريبية في التوافق الزوجي بين القياس البعدي والتتبعي

أعد (البجاري، ٢٠١٨) دراسة هدفت إلى التعرف على أثر برنامج إرشادي وفق أسلوب التنظيم الذاتي في تعزيز التوافق الزوجي ، لدى عينة من طلبة كلية التربية في جامعة الموصل -العراق، الذين يشكون من ضعف التوافق الزوجي وبلغ قوامها (١٦) طالبا وطالبة ، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين بالتساوي (تجريبية وضابطة) ، عبر استخدام مقياس التوافق الزوجي من إعداد الباحث ، وقد اعتمدت على استخدام المنهج التجريبي وذلك بتصميم برنامج إرشادي قائم على أسلوب التنظيم الذاتي (من إعداد الباحث) حيث تكون البرنامج من (١٢) جلسة بواقع جلسة واحدة أسبوعيا بزم قدره (٣٠) دقيقة ، متضمنا الأساليب (الملاحظة الذاتية للسلوك ، تقديم السلوك، النمذجة لعب الدور، التعزيز الاجتماعي، التغذية الراجعة ، الواجب المنزلي) ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية وبدلالة بلغت (٠,٠٥) وأوصت الدراسة على أهمية إقامة البرامج الإرشادية للمقبلين على الزواج وعلى أهمية المراكز الإرشادية المتخصصة في الإرشاد الأسري والزوجي.

أعدنا (الغامدي و أبو العنين، ٢٠٢٠) دراسة هدفت إلى تقصي فعالية برنامج إرشادي متعدد الوسائل لتحسين التوافق الزوجي وقياس أثره على التحصيل الأكاديمي ، لدى عينة من الطالبات المتزوجات بكلية التربية -نجران من اللاتي تم تشخيصهن على أنهن يعانين من انخفاض في مستوى التوافق الزوجي بلغ قوامها (٢٤) طالبة متزوجة ، وتم تقسيمهن إلى مجموعتين متساويتين (مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة) ، عبر استخدام أدوات الدراسة (المقابلة، الملاحظة، مقياس التوافق الزوجي من إعداد (عبدالله الشمراني، ٢٠١٦) ، البرنامج الإرشادي باستخدام فنيات الإرشاد متعدد الوسائل (إعداد الباحثات) حيث تكون من عشر جلسات (جماعية -فردية) بواقع جلستين أسبوعيا لمدة ٤٥ يوما وتراوحت مدة الجلسة (٤٥-٦٠) دقيقة ، وقد اعتمدت الدراسة على المنهج شبه التجريبي وتوصلت نتائج الدراسة إلى فعالية البرنامج الإرشادي في تحقيق التوافق الزوجي ، وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين التوافق الزوجي والتحصيل الأكاديمي.

أعد شيلتون وآخرون (Shelton et al. 2011) دراسة هدفت إلى معرفة فعالية الإرشاد السلوكي الجدلي في خفض السلوك الاندفاعي والسلوك العدواني ، لدى عينة بلغ قوامها (٢٦) من المراهقين الذكور ، حيث تراوحت أعمارهم ما بين (١٦-١٩) سنة ، وقد اعتمدت الدراسة على استخدام

== أ.م.د/ هاجر عادل عبد الرازق & عمرية مصلح صالح & بثينة فوزي أبو سع.==

المنهج التجريبي ، واستخدمت الدراسة مقياس السلوك العدوانى وقائمة للسلوك الاندفاعى وبرنامج للإرشاد السلوكى الجدلى وقد استخدم الفنيات بغرض التدريب على المهارات (اليقظة العقلية-تحمل الضغوط- تنظيم الانفعالى- فعالية البين شخصية ) ، وتم تطبيق البرنامج لمدة (١٦) أسبوع ، وتوصلت الدراسة إلى فعالية الإرشاد السلوكى الجدلى في خفض السلوك الاندفاعى والعدوانى.

أعد (A.D. Neacsiu et al.(2014) دراسة هدفت إلى تقصي فاعلية مهارات العلاج الجدلى السلوكى في علاج عدم انتظام العاطفة في اضطرابات المزاج (القلق والإكتئاب) ، لدى عينة بلغ قوامها (٤٤) شخص ، وقد اعتمدت على استخدام المنهج التجريبي ذو المجموعة الواحدة بمقياس قبلى وبعدي وذلك بتطبيق البرنامج لمدة ٤ شهور ، واستخدمت الجلسات المهارات التالية : (اليقظة الذهنية ، مهارات التحمل وتجاوز الأزمة ومهارات تنظيم الانفعالات والقليل من مهارات العلاقات الفاعلة ) ، وجاءت أبرز النتائج على النحو التالي : زيادة المهارات المكتسبة لدى المشاركين بنسبة ١٦% ، كما أظهرت فروق ذات دلالة إحصائية في تأثير مهارات العلاج الجدلى السلوكى في تنظيم العاطفة للعينة.

أعد توملينسون (Tomlinson (2015) دراسة هدفت إلى تقصي فاعلية برنامج الإرشاد السلوكى الجدلى في خفض العدوان والغضب والسلوك العدائى ، لدى عينة قوامها (١٧) طالبا ، حيث تضمنت (٣ذكور-٤إناث)، تراوحت أعمارهم ما بين (٢٢-٦١) عاما ، عبر استخدام مقياس للعدوان وقائمة للغضب ومقياس لاضطراب المزاج وبرنامج للإرشاد السلوكى الجدلى ، وكشفت النتائج عن وجود فعالية للإرشاد السلوكى الجدلى في خفض مستوى كل من العدوان والغضب والعدائية.

أعدت (شمائلة ،٢٠١٧) دراسة هدفت إلى التحقق من فعالية الإرشاد الجمعي المستند للعلاج السلوكى الجدلى في خفض الاندفاعية والسلوك التخريبي ، لدى عينة من طالبات الصف العاشر في محافظة الزرقاء ، بلغ قوامها (٢٩) طالبة وتم تقسيم عينة البحث إلى مجموعتين تجريبية قوامها (١٤) طالبة ، وضابطة قوامها (١٥) طالبة ، عبر استخدام مقياس للسلوك الاندفاعى والسلوك التخريبي ، وبرنامج الإرشاد الجمعي المستند إلى مهارات العلاج الجدلى السوكى وهي (اليقظة العقلية ، فاعلية العلاقة مع الآخرين والتسامح ، الحفاظ على العلاقة ، تعرف الرابطة العاطفية وتنظيمها ) ، والذي كان بواقع (١٥) جلسة ، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى فعالية البرنامج المستخدم في خفض الاندفاعية والسلوك التخريبي.

أعدت (الشافعي،٢٠١٨) دراسة هدفت إلى بناء برنامج إرشادي سلوكي جدلي والتعرف على فعاليته

== المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٧ ج٢ المجلد (٣٥) -ابريل ٢٠٢٥ (٤٦١)==

**يفاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية**==

في خفض الحساسية الانفعالية السلبية بأبعادها (عدم الاتزان الانفعالي، التفكير اللاعقلاني، الابتعاد العاطفي)، لدى عينة من طلاب جامعية المنيا بلغ قوامها (١٠) طلاب ، عبر استخدام مقياس للحساسية الانفعالية السلبية من إعداد (الباحثة) والبرنامج الإرشادي السلوكي الجدلي من إعداد (الباحثة) حيث تكون البرنامج من (١٦) جلسة بواقع (جلستين أسبوعيا) لمدة (٨ أسابيع تقريبا) ، تجمع بين الجلسات (الفردية والجماعية) ، وتمثلت الفنيات المستخدمة (التدريب على اليقظة العقلية، دفاع الشيطان، المجاز، الفصل بين المتناقضات الظاهرية، المراقبة الذاتية، فنية التعريض، الاسترخاء العضلي، التخيل الذاتي، الواجب المنزلي) وقد اعتمدت الدراسة على المنهج التجريبي المعتمد على التصميم شبه التجريبي ، وجاءت أبرز نتائج الدراسة على النحو التالي: إثبات فعالية برنامج الإرشاد السلوكي الجدلي في خفض الحساسية الانفعالية السلبية ، وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين الجنسين في فعالية البرنامج الإرشادي ، واستمرار فعالية البرنامج في فترة المتابعة .

أعد تيموري وآخرون (Timouri et al. 2018) دراسة هدفت إلى تقصي فعالية العلاج الجدلي السلوكي على الرضا الزوجي في حالة النزاع ، لدى عينة من الأزواج المحالين إلى مراكز الاستشارة في مدينة مشهد ، إيران ، بلغ قوامها (٢٤) زوجا وتم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين (تجريبية وضابطة) بلغ قوام كل منها (١٢) زوج وزوجة ، تراوح متوسط الأعمار (٣١,٠٨) ، عبر استخدام مقياس الرضا الزوجي من إعداد (Favers, Elson) ، وقد اعتمدت على استخدام المنهج التجريبي بتصميم برنامج إرشادي تكون من (٨) جلسات لمدة (٩٠) دقيقة ، حيث استخدم مهارات (إدارة الأزمة -تنظيم المشاعر وإدارتها - مهارات العلاقات الفاعلة ) ، توصلت الدراسة إلى فعالية العلاج الجدلي السلوكي في تحسين العلاقات الشخصية وتحسين جودة الحياة الزوجية بالنسبة للأزواج المتنازعين .

أعد (عبدالله، ٢٠١٩) دراسة هدفت إلى تقصي فاعلية التدريب على اليقظة العقلية كمدخل سلوكي جدلي ومعرفة أثره في تحسين التوجه نحو الحياة وخفض أعراض اضطراب الشخصية التجنبية لدى عينة من المطلقات في مدينة الاسكندرية بلغ قوامها (١١) مطلقة تراوحت أعمارهن (٢٤-٤٨) عبر استخدام استبيان اليقظة العقلية للعوامل الخمس من إعداد (Bear, Smith, Hopkins, Toney, ٢٠٠٦) (تعريب الباحث) ومقباسي التوجه نحو الحياة ومقباس اضطراب الشخصية الحدية من إعداد (الباحث) ، واعتمدت الدراسة على المنهج شبه التجريبي من خلال التصميم التجريبي المكون من مجموعة تجريبية قوامها (٦) مطلقة، ومجموعة ضابطة قوامها (٥) مطلقات، بقياس قبلي وبعدي وتتبعي ، وتم تدريب العينة على مهارات اليقظة (الملاحظة ، الوصف، التصرف الواعي، عدم الحكم ، عدم رد الفعل) ، بواقع (١٩) جلسة، توصلت الدراسة إلى

== أ.م.د/ هاجر عادل عبد الرازق & عمرية مصلح صالح & بثينة فوزي أبو سع.==

فعالية البرنامج في تحسين التوجه نحو الحياة وخفض أعراض اضطراب الشخصية الحدية ، وأوصت الباحثة على ضرورة التركيز في الفترة المقبلة على العلاجات التي تبنتها الموجة الثالثة من العلاج المعرفي السلوكي .

أعد (أحمد، ٢٠٢٠) دراسة هدفت إلى بناء برنامج إرشادي سلوكي جدلي وتعرف فاعليته في خفض اجترار الذات ببعديه (اجترار الحزن ، اجترار الغضب) ، على عينة من طلبة جامعة عين شمس ، بلغ قوامها (١٠) طلاب، بمتوسط عمري (٢٠،٣٠) عام وانحراف معياري (٨،٠٣) ، عبر استخدام مقياس اجترار الذات من إعداد الباحث ، وبرنامج الإرشاد السلوكي الجدلي من إعداد الباحث أيضا ، وقد اعتمد على استخدام المنهج التجريبي حيث كان البرنامج يتكون من (١٦) جلسة وذلك بواقع جلسيتين في الأسبوع، وقد تمثلت أبرز الفنيات المستخدمة في البرنامج (الاسترخاء العضلي، الحوار الجدلي ، البقطة الذهنية ، التخيل الذاتي ، فنية التعريض، المراقبة الذاتية ، الواجب المنزلي) وجاءت النتائج على النحو التالي: توجد فروق بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على المقياس القبلي والبعدي لصالح المقياس البعدي، لا توجد فروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في المقياس البعدي والمقياس التتبعي على مقياس اجترار الذات ، والتي تثبت فاعلية واستمرارية البرنامج المعمول ، وجاءت أبرز وصايا الباحث في محاولة تطبيق البرنامج الإرشادي في العيادات النفسية ومراكز الإرشاد النفسي وأوصى على تنظيم دورات تختص بالإرشاد الجدلي السلوكي لطلاب الجامعة.

أعدت (قاسم، ٢٠٢٢) دراسة هدفت إلى تقصي فعالية الإرشاد السلوكي الجدلي في تحسين مستوى التفكير الإيجابي والشفقة بالذات وخفض مستوى الاكتئاب لدى المراهقين ، لدى عينة من طلاب جامعة قناة السويس بلغ قواها (٢٠) طالب وتم تقسيمهم لمجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة بلغ قوام كل منها (١٠) طلاب ، وتم التطبيق بشكل فردي وجماعي ، وقد اعتمدت الدراسة على استخدام المنهج شبه التجريبي ، تكونت أدوات الدراسة من مقياس للتفكير الإيجابي والشفقة بالذات والاكتئاب والبرنامج الإرشادي (إعداد الباحثة) ، حيث تكون البرنامج من (٢٣) جلسة بمعدل (٣) جلسات أسبوعيا) ، وقد استخدمت الفنيات المتمثلة (الاسترخاء، المناقشة والحوار الجدلي، العصف الذهني، الواجب المنزلي، تنمية مهارات الاهتمام والقبول والإقناع، لعب الأدوار ، التعزيز، التغذية الراجعة) ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى التالي: وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي والشفقة بالذات والاكتئاب في القياسين القبلي والبعدي، توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي والشفقة بالذات والاكتئاب في القياس البعدي،

== المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٧ ج ٢ المجلد (٣٥) -ابريل ٢٠٢٥ (٤٦٣) ==

**يفاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية**==  
لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي والشفقة بالذات والاكتئاب في القياسين البعدي والتتبعي .

أعد (سليمان ، ٢٠٢٢) دراسة هدفت إلى التعرف على الفروق بين العلاج السلوكي المعرفي والعلاج الجدلي السلوكي في تخفيف كل من أعراض اضطراب الوسواس القهري والشعور بالوصمة الاجتماعية الناجمة عنه ، لدى عينة من طالبات جامعة جنوب الوادي بلغ قوامها (١٨) طالبة ، تراوحت أعمارهم ما بين (٢٠-٢٣) سنة ، بمتوسط عمري (٢١،١١) سنة ، وانحراف معياري قدره (١،٧١) ، وتم تقسيمهن إلى ٣ مجموعات تجريبية ، بلغ قوام كل منها (٦) طالبات ، ومجموعة ضابطة قوامها (٦) طالبات، عبر استخدام مقياس اضطراب الوسواس القهري من إعداد (أبو هندي ، مؤمن، ٢٠٠٦) ، ومقياس الوصمة الاجتماعية من إعداد (مسرح، ٢٠١٨) ، واستمارة المستوى الاقتصادي والاجتماعي (عبدالعزيز، ٢٠٠٦) قائمة المعايير التشخيصية لاضطراب الوسواس القهري في الدليل التشخيصي الإحصائي الخامس للاضطرابات النفسية (ترجمة الباحث)، والبرنامج المعرفي السلوكي ، البرنامج الجدلي السلوكي (من إعداد الباحث) والذي تكون من (٣٥) جلسة بواقع ثلاث جلسات أسبوعيا واعتمد على عدد من المهارات وهي (مهارة تحكم في عقلك ، مهارات الفاعلية بين الشخصية ، مهارة الحصول على ماتريد ، مهارة الحفاظ على العلاقة ، مهارة تحمل الضغط ، مهارة توقف) وعلى عدد من الفنيات مثل ( التدريب على اليقظة العقلية ، مهارة الإقناع الجدلي، أسلوب التسلسل وتحليل السلوك ، التخيل أو التصور، التنظيم والتحكم بالانفعالات ، التفكير الجدلي ، التحويل )، وجاءت نتائج الدراسة على النحو التالي: عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب درجات المجموعات التجريبية الثلاث، والمجموعة الضابطة قبل تطبيق البرامج العلاجية ، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بينهما بعد تطبيق البرامج العلاجية ، وجود فروق دالة إحصائية في متوسطي أداء المجموعات التجريبية الثلاث بين القياسين القبلي والبعدي ، والقياسين القبلي والتتبعي ، وعدم وجود فروق بين القياس البعدي والتتبعي ، عدم وجود فروق ذات دلالة بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياسات (القبلي -البعدي -التتبعي) على كل من مقياس اضطراب الوسواس القهري ومقياس الوصمة الاجتماعية .

### التعليق على الدراسات السابقة:

من حيث المداخل الإرشادية لتعزيز التوافق الزواجي وطبيعة العينة: ذهبت الدراسات إلى الاهتمام بالأزواج من الطلبة في الكليات والبعض الآخر اهتم بالأزواج بشكل عام ممن يعاني من انخفاض في التوافق الزواجي وأما المداخل الإرشادية المستخدمة في تعزيز التوافق الزواجي فقد تمثلت بالمدخل الإرشادي متعدد الوسائل (الغامدي وابو العنين ،٢٠٢٠)، والبرنامج الإرشادي وفق أسلوب التنظيم الذاتي (البجاري،٢٠١٨)، وأما دراسة (المناحي،٢٠١٦) فقد استخدم البرنامج الإرشادي القائم على العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي ، كما اعتمدت دراسة (جودة، ٢٠٠٩) على برنامج إرشادي مقترح عن طريق فنيات الحوار .

التعليق على الدراسات التي اعتمدت العلاج الجدلي السلوكي كمدخل علاجي: من حيث الموضوعات الإرشادية: اختلفت الدراسات السابقة في طرح الموضوعات الإرشادية حيث استخدمت (سليمان،٢٠٢٢) لخفض السلوك القهري و(شيلتون وآخرون،٢٠١١) لخفض السلوك الاندفاعي و A.D. Neacsiu et al (٢٠١٤) لعلاج خلل انتظام العاطفة : ٤ موضوعات إرشادية وهي تجاوز المحنة ، الفاعلية بين الشخصية ،تنظيم الانفعالات ، اليقظة الذهنية ، بينما (قاسم،٢٠٢٢) فقد اعتمد على مهارة تجاوز المحنة لتحسين مستوى التفكير الإيجابي ، أما (أحمد،٢٠٢٠) و(الشافعي ،٢٠١٨) استخدمتا مهارة اليقظة الذهنية وتجاوز المحنة لخفض اجترار الذات والحساسية الانفعالية ،بينما ( Timouri et al ،٢٠١٨) فقد استخدمت (مهارات إدارة الأزمة ومهارات تنظيم العاطفة وإدارة العلاقات الفاعلة ) لتحسين جودة الحياة الزوجية ، أما(عبدالله،٢٠١٩) فقد اعتمد بشكل كبير على مهارة اليقظة الذهنية لخفض أعراض اضطراب الشخصية التجنبية ،بينما (شمايلة،٢٠١٧) استخدم اليقظة الذهنية ومهارة تنظيم المشاعر والفاعلية بين الشخصية لخفض الاندفاعية والسلوك التخريبي ،وأما (توملينسون،٢٠١١) فقد استخدم مهارة تنظيم المشاعر لخفض السلوك العدائي.

- من حيث المهارات الشخصية المعتمدة على الموضوعات الإرشادية:أغلب الدراسات السابقة اعتمدت على المهارات الأربع للعلاج الجدلي السلوكي ( اليقظة الذهنية ، مهارات تجاوز المحنة وتقبل الواقع ، وتنظيم الانفعالات ، إدارة العلاقات بين الشخصية ) فيما اعتمدت بعض الدراسات على البعض منها فقط.
- من حيث الفنيات الإرشادية المستخدمة: في كل برنامج إرشادي تم استخدام فنيات متنوعة

**يفاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية** وعديدة وذلك تبعا لهدف الجلسات والمخرج النهائي للبرنامج وكانت ما بين الحوار الجدلي، الاسترخاء، التخيل، المراقبة الذاتية، مهارات اليقظة ، وغيرها من الفنيات .

▪ من حيث فعالية العلاج الجدلي السلوكي: أثبتت الدراسات الأثر الإيجابي للعلاج الجدلي السلوكي حيث أظهرت فاعليته بتنوع مواضيعه الإرشادية في علاج المشكلات النفسية وخفض الاضطرابات السلوكية ، مما يؤكد للباحثان بأنه قد يكون مدخلا إرشاديا فاعلا في تعزيز التوافق الزوجي.

### **فروض الدراسة:**

- ١- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب القياسين القبلي والبعدي في المجموعة التجريبية على مقياس التوافق الزوجي.
- ٢- يوجد أثر دال إحصائي للبرنامج الإرشادي في تعزيز التوافق الزوجي لدى العينة.
- ٣- لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب القياسين البعدي والتتبعي في المجموعة التجريبية على مقياس التوافق الزوجي.

### **منهج وإجراءات الدراسة**

**أولا منهج الدراسة:** اعتمدت الدراسة الحالية على استخدام المنهج التجريبي بمحدداته وإجراءاته المعروفة، وذلك باعتبارها تجربة تهدف إلى التعرف على فعالية برنامج علاجي جدلي سلوكي في تعزيز التوافق الزوجي لدى عينة من المتزوجات، حيث تعرضت المجموعة التجريبية للمتغير المستقل المتمثل (بالبرنامج العلاجي)، وذلك من خلال التصميم التجريبي لمجموعة واحدة بالقياسين القبلي - البعدي.

### **ثانيا :عينة الدراسة**

- ١- وصف عينة الدراسة:  
١. عينة حساب الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة : والتي بلغت ٤٢ سيدة من مجتمع الدراسة تراوحت أعمارهن ما بين (٢٥-٦٠) سنة، حيث تم من خلالها استخراج مؤشرات الصدق والثبات لأدوات الدراسة (مقياس التوافق الزوجي)
  ٢. العينة الأساسية: هي العينة التي قامت عليها الدراسة للتحقق من الفروض، وقد تكونت من ٨ نساء متزوجات .
- ٢-خطوات اختيار العينة التجريبية:



## == أ.م.د/ هاجر عادل عبد الرازق & عمرية مصلح صالح & بثينة فوزي أبو سع.==

١. تم تطبيق مقياس التوافق الزوجي على عينة الدراسة والبالغ عددها ٤٢ متزوجة .
٢. تم انتقاء عينة الدراسة الأساسية من خلال حصر العينات اللواتي حصلن على درجات منخفضة على مقياس التوافق الزوجي ، حيث بلغ عددهن ٢٠ نساء متزوجات.
٥. حصلت الباحثات على موافقة العينات للاشتراك بالبرنامج العلاجي .
٨. حصلت الباحثات على الموافقة الأخلاقية من جامعة الفجيرة لتطبيق البرنامج.

### مبررات الاختيار:

- تم اختيار عينة البحث من النساء المتزوجات لعدة أسباب ، منها:
١. عدم وجود دراسة سابقة في البيئة الإماراتية تناولت برامج علاجية قائمة على المدخل الجدلي السلوكي لتعزيز التوافق الزوجي.
  ٣. تشترك هذه العينة بعدم التوافق الزوجي باختلاف مظاهره .
  ٥. تتميز هذه العينة بوجود سلوكيات متعلمة خاطئة وانفعالات غير متزنة.
  ٨. يساعد تحسين التوافق الزوجي لهذه العينات على تجاوز الكثير من العقبات ولتحقيق سعادة أسرية أكبر .

### ثالثاً: أدوات الدراسة وخصائصها السيكمترية :

- ١- مقياس التوافق الزوجي من إعداد (الدعة، ٢٠٠٢)
١. وصف المقياس: يتكون المقياس من (٥٦) فقرة تهدف إلى قياس التوافق الزوجي لدى الأزواج وتقدير الذات ، حيث توزعت الفقرات على ثمانية أبعاد وذلك على النحو التالي : (أولاً: الاستقرار الزوجي، ثانياً: المعاملة الإنسانية ، ثالثاً: النضج الانفعالي العاطفي ، رابعاً: الرضا والسعادة الزوجية، خامساً: العلاقات الزوجية، سادساً: تحمل المسؤولية، سابعاً: التعامل مع الأبناء ، ثامناً: الخلافات الزوجية ) ، ويمكن الاستجابة على المقياس من خلال الاختيار لبديل من خمس بدائل لكل بند ، وفق تدرج ليكرت الخامس (دائماً: ٥ درجات - غالباً: ٤ درجات - أحياناً: ٣ درجات - نادراً: درجتان - أبداً: درجة واحدة ) هذا وتعتمد درجة اتسام المستجيبة بانخفاض التوافق الزوجي، على متوسط درجات استجابتها على الدرجة الكلية للمقياس وفق درجات الحسم ( ١,٠٠ ≤ توافق زوجي منخفض ≤ ٢,٣٣ ) ، ( ٢,٣٣ < توافق زوجي متوسط ≤ ٣,٦٦ ) ، ( ٣,٦٦ < توافق زوجي مرتفع ≤ ٥,٠٠ ) ، وذلك اعتماداً على تقسيم ليكرت الثلاثي (مرتفع - متوسط - منخفض).
  ٢. مؤشرات صدق الاستجابة على مقياس التوافق الزوجي: قامت الباحثات بحساب صدق

**يفاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية**  
المقياس عبر التحقق من الصدق البنائي كما يلي :

صدق الاتساق الداخلي لمقياس التوافق الزوجي: تم استخراج مؤشرات الاتساق الداخلي لمقياس التوافق الزوجي عبر استخدام معامل ارتباط بيرسون باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS)، وذلك عن طريق حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وفق ما توضحه الجداول (١-٧)، وحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل بعد من أبعاد الإستبانة والدرجة الكلية للإستبانة، وفق ما يوضحه الجدول (٨)

**جدول (١): معامل ارتباط الاتساق الداخلي لكل فقرة من فقرات بعد الاستقرار الزوجي مع الدرجة الكلية للبعد الأول (ن=٢٠٤)**

الرقم	الفقرة	معامل الارتباط
2	أعمل ما أستطيع لإقامة حياة زوجية ناجحة	0.698**
9	أحاول أن أبدو مرحلة بشوشة في البيت حتى وإن كان هنالك ما يضايقني	0.359*
16	استمتع أنا وزوجي سوية في وقت الفراغ	0.585**
18	أنصت لزوجي جيدا عند حديثه عن همومه ومشاكله في العمل	0.711**
32	أوفر لزوجي الجو الملائم حين يكون مشغولا بعمل ما	0.619**
33	أقوم بواجباتي اتجاه زوجي والأولاد والبيت	0.535**
40	اسامح زوجي إن أخطأ في حقي	0.617**
41	أنتظر حتى يهدأ زوجي لمعاتبته إن كان غاضبا	0.462**
43	أحاول التخفيف عن زوجي عندما يكون متعبا أو مهموما من العمل	0.796**
54	يفهم كل منا الآخر	0.603**
55	يغلب على زواجنا علاقات المحبة والصدقة	0.578**

\* تشير الى مستوى دلالة ٠,٠٥

\*\* تشير الى مستوى دلالة ٠,٠١

يوضح الجدول السابق معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات البعد الأول والدرجة الكلية لفقراته، وقد تم حذف الفقرة (٨) من هذا البعد لكونها غير دالة فتكون عدد فقرات هذا البعد بعد التعديل (١١) فقرة و يتضح أن معاملات الارتباط دالة عند مستوى الدلالة (٠,٠٠٠) ، وأن معاملات الارتباط محصورة بين المدى (٠,٣٥٩-٠,٧٩٦) مما يشير إلى صدق فقرات البعد الأول لما وضعت لأجله .

**=(٤٦٨): الدجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٧ ج٢ المجلد (٣٥) - ابريل ٢٠٢٥**

== أ.م.د/ هاجر عادل عبد الرازق & عمرية مصلح صالح & بثينة فوزي أبو سع.==

جدول (٢): معامل ارتباط الاتساق الداخلي لكل فقرة من فقرات بعد المعاملة الإنسانية مع الدرجة الكلية للبعد. (ن = ٤٢)

الرقم	الفقرة	معامل الارتباط
19	تتسم المعاملة بيني وبين زوجي بالمودة والرحمة	0.784**
26	يحترم زوجي رأيي	0.822**
27	يؤثرني زوجي على نفسه	0.688**
28	يهتم زوجي بسماع رأيي في اي موضوع	0.827**
29	أعتمد الفرصة لأمتمدح ذوق زوجي في اللباس والطعام	0.622**
30	المزاح والضحك جزء أساسي من حياتنا الزوجية	0.735**
34	أشارك زوجي في اتخاذ قرارات متعلقة بالعمل (عملي أو عمله خارج المنزل)	0.655**
37	أرى في حديثي مع زوجي تساميا ورفعة.	0.813**

\*\* تشير الى مستوى دلالة ٠,٠١ \* تشير الى مستوى دلالة ٠,٠٥

يوضح الجدول السابق معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات البعد الثاني والدرجة الكلية لفقراته، و يتضح أن معاملات الارتباط دالة عند مستوى الدلالة (٠,٠٠٠) ، وأن معاملات الارتباط محصورة بين المدى (٠,٦٢٢-٠,٨٢٧) مما يشير إلى صدق فقرات البعد الثاني لما وضعت لأجله

جدول (٣): معامل ارتباط الاتساق الداخلي لكل فقرة من فقرات بعد النضج الانفعالي العاطفي مع الدرجة الكلية للبعد (ن = ٤٢)

الرقم	الفقرة	معامل الارتباط
13	أفقد تفهم زوجي لمشاعري	0.679**
14	يوجد تناسق بين الإحساس والحالة النفسية لدينا قبل الجماع	0.646**
15	الإشباع الجنسي من أسباب سعادتنا الزوجية	0.395**
17	يحترم كلانا الآخر ويعامله معاملة إنسانية	0.734**
20	أشعر أن العلاقة بيني وبين زوجي لا يسودها التفاهم والإنسجام	0.811**
21	لا يفهم أحدا لغة الآخر الخاصة (الإيماءات والإيحاءات)	0.730**
22	نتبادل الحديث أنا وزوجي	0.577**
23	زوجي غير صريح معي	0.640**
24	يصعب على زوجي تقبلي كما أنا	0.535**
53	لا استطيع التعبير عن عواطفى تجاه زوجي باستمرار	0.567**

\*\* تشير الى مستوى دلالة ٠,٠١ \* تشير الى مستوى دلالة ٠,٠٥

== المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٧ ج ٢ المجلد (٣٥) -ابريل ٢٠٢٥ (٤٦٩) ==

**يفاعلية برنامج إرشادي جذلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية**

يوضح الجدول السابق معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات البعد الثالث والدرجة الكلية لفقراته، وقد تم حذف الفقرة (٤) من هذا البعد لكونها غير دالة فتكون عدد فقرات هذا البعد بعد التعديل (١٠) فقرة و يتضح أن معاملات الارتباط دالة عند مستوى الدلالة (٠,٠٠) ، وأن معاملات الارتباط محصورة بين المدى (٠,٣٩٥-٠,٨١١) مما يشير إلى صدق فقرات البعد الثالث لما وضعت لأجله .

**جدول (٤): معامل ارتباط الاتساق الداخلي لكل فقرة من فقرات بعد الرضا والسعادة الزوجية مع الدرجة الكلية للبعد (ن = ٤٢)**

الرقم	الفقرة	معامل الارتباط
1	أشعر بالسعادة لأنني تزوجت	0.652**
10	أشعر بالسعادة في علاقتي الجنسية	0.792**
11	أشعر بالرضا في علاقتي الجنسية	0.848**
12	هناك تجاوب جنسي بيننا	0.876**

\*\* تشير الى مستوى دلالة ٠,٠١ \* تشير الى مستوى دلالة ٠,٠٥

يوضح الجدول السابق معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات البعد الرابع والدرجة الكلية لفقراته، ويتضح أن معاملات الارتباط دالة عند مستوى الدلالة (٠,٠٠) ، وأن معاملات الارتباط محصورة بين (٠,٦٥٢-٠,٨٧٦) مما يشير إلى صدق فقرات البعد الرابع لما وضعت لأجله .

**جدول (٥): معامل ارتباط الاتساق الداخلي لكل فقرة من فقرات بعد العلاقات الزوجية مع الدرجة الكلية للبعد. (ن = ٤٢)**

الرقم	الفقرة	معامل الارتباط
44	تمسكي بالقيم والمبادئ الدينية تساعدني على النجاح في زوجي	0.564**
45	أسعى إلى تحقيق مصالحتي وإن تعارضت مع مصالح زوجي	0.600**
47	ابادر بتقديم الخير لزوجي	0.482**
50	تسير حياتي الزوجية على وتيرة واحدة تبعث الملل	0.760**
51	أتمتع بعلاقات طيبة مع زوجي	0.673**
56	يحاول كل منا منح الآخر العطف والحنان	0.741**

\*\* تشير الى مستوى دلالة ٠,٠١ \* تشير الى مستوى دلالة ٠,٠٥

**(٤٧٠): الدجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٧ ج ٢ المجلد (٣٥) - ابريل ٢٠٢٥**

== أ.م.د/ هاجر عادل عبد الرازق & عمرية مصلح صالح & بثينة فوزي أبو سع.==

يوضح الجدول السابق معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات البعد الخامس والدرجة الكلية لفقراته، و يتضح أن معاملات الارتباط دالة عند مستوى الدلالة (٠,٠٠) ، وأن معاملات الارتباط محصورة بين المدى (٠,٤٨٢-٠,٦٧٣) مما يشير إلى صدق فقرات البعد الخامس لما وضعت لأجله.

جدول (٦): معامل ارتباط الاتساق الداخلي لكل فقرة من فقرات بعد التعامل مع الآباء والابناء مع الدرجة الكلية للبعد. (ن = ٤٢)

الرقم	الفقرة	معامل الارتباط
31	أتفق أنا وزوجي حول المبادئ والقيم الدينية الأساسية	0.821**
35	أتفق مع زوجي حول طريقة تربية الأولاد	0.783**
36	يراعي كلانا الآداب الإسلامي عند تعامله مع الآخر	0.763**
38	أتفق أنا وزوجي في كيفية التعامل مع الآباء (أبائي وأباؤه)	0.661**

\*\* تشير الى مستوى دلالة ٠,٠١ \* تشير الى مستوى دلالة ٠,٠٥

يوضح الجدول السابق معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات البعد السابع والدرجة الكلية لفقراته، و يتضح أن معاملات الارتباط دالة عند مستوى الدلالة (٠,٠٠) ، وأن معاملات الارتباط محصورة بين المدى (٠,٦٦١-٠,٨٢١) مما يشير إلى صدق فقرات البعد الخامس لما وضعت لأجله.

جدول (٧): معامل ارتباط الاتساق الداخلي لكل فقرة من فقرات بعد الخلافات الزوجية مع الدرجة الكلية للبعد. (ن = ٤٢)

الرقم	الفقرة	معامل الارتباط
5	يقوم زوجي بإدخال أهله في أمورنا الشخصية	0.789**
6	يسبب تدخل الآخرين في شؤون حياتنا الخاصة الكثير من المشاكل	0.708**
39	المال الخاص بزوجي ملكا عاما لنا	0.767**
49	زوجي ميالا لأن يكون بمفرده	0.604**
52	أشعر أن زوجي يهملني	0.816**

\*\* تشير الى مستوى دلالة ٠,٠١ \* تشير الى مستوى دلالة ٠,٠٥

يوضح الجدول السابق معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات البعد الثامن والدرجة الكلية

**يفاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية** لفقراته، و يتضح أن معاملات الارتباط دالة عند مستوى الدلالة (٠,٠٠) ، وأن معاملات الارتباط محصورة بين المدى (٠,٦٠٤-٠,٨١٦) مما يشير إلى صدق فقرات البعد الثامن لما وضعت لأجله، أما بالنسبة لبعد تحمل المسؤولية فقد قامت الباحثات بحذفه لاحتوائه على أقل من ٣ عبارات.

وللتحقق من صدق الاتساق الداخلي للأبعاد قامت الباحثات بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية له كما هو موضح في الجدول (٨) على النحو التالي:

**جدول (٨): جدول معاملات ارتباط كل بعد من أبعاد المقياس مع باقي الأبعاد ومع الدرجة الكلية (ن = ٤٢)**

الدرجة الكلية للمقياس	الخلافات الزوجية	التعامل مع الآباء والأبناء	العلاقات الزوجية	الرضا والسعادة الزوجية	النضج الإنفعالي العاطفي	المعاملة الإنسانية	الأبعاد
0.813**	0.492**	0.670**	0.732**	0.506**	0.672**	0.651**	الاستقرار الزوجي
0.863**	0.567**	0.762**	0.592**	0.583**	0.775**	1	المعاملة الإنسانية
0.928**	0.743**	0.771**	0.685**	0.733**	1		النضج الإنفعالي العاطفي
0.756**	0.529**	0.657**	0.562**	1			الرضا والسعادة الزوجية
0.835**	0.732**	0.716**	1				العلاقات الزوجية
0.872**	0.629**	1					التعامل مع الآباء والأبناء
0.792**	1						الخلافات الزوجية

\*\* تشير الى مستوى دلالة ٠,٠١ \* تشير الى مستوى دلالة ٠,٠٥

يوضح الجدول السابق أن جميع المعاملات الخاصة بأبعاد المقياس دالة عند مستوى دلالة إحصائية (٠,٠٠)، كما تشير البيانات إلى أن ارتباطات الأبعاد مع بعضها البعض قد تراوحت ما بين (٠,٤٩٢-٠,٧٧٥)، بينما البيانات التي تشير إلى ارتباط الأبعاد مع الدرجة الكلية للمقياس قد تراوحت ما بين (٠,٧٥٦-٠,٩٢٨)، مما يدل على أن المقياس ككل يتمتع بتكوين بنائي متسق وصدق اتساق داخلي عالي.

ج. مؤشرات ثبات الاستجابات على مقياس التوافق الزوجي بطريقتين:

● الثبات عبر مُعامل ألفا كرونباخ: تم حساب معامل الثبات عن طريق حساب معاملات

== أ.م.د/ هاجر عادل عبد الرازق & عمرية مصلح صالح & بثينة فوزي أبو سع.==

الارتباط بين كل بعد من أبعاد استبانة التوافق الزوجي ومن ثم حساب معامل الارتباط للمقياس ككل مع الدرجة الكلية ، وقد جاءت البيانات وفق ما يوضحه الجدول (٩).

- الثبات بطريقة التجزئة النصفية: حيث تم تقسيم بنود كل بعد من الأبعاد وقياس معامل الثبات لها ثم تم تقسيم مقياس التوافق الزوجي ككل إلى مجموعتين متجانستين . وقد قامت الباحثات باستخراج معامل الثبات للدرجة الكلية للمقياس الموضحة بالجدول (٩)

الجدول (٩): قيم معاملات ألفا كرونباخ وقيم معاملات الارتباط بين نصفي كل بعد من أبعاد المقياس وقيم المعاملات للمقياس ككل بالطريقتين. (ن=٤٢)

معامل ثبات التجزئة النصفية		معامل ثبات ألفا كرونباخ		
معامل الثبات	معامل ارتباط النصفين	قيمة معامل ألفا	عدد الفقرات	البعد
0.764	0.618	0.810	11	الاستقرار الزوجي
0.877	0.782	.8790	8	المعاملة الإنسانية
0.832	0.712	0.826	10	النضج الانفعالي العاطفي
0.809	0.688	.8030	4	الرضا والسعادة الزوجية
0.653	0.523	.7020	6	العلاقات الزوجية
0.795	0.662	.7430	4	التعامل مع الآباء والأبناء
0.717	0.576	0.784	5	الخلافات الزوجية
0.916	0.850	0.955	48	الدرجة الكلية للمقياس

يوضح الجدول السابق قيم معاملات ألفا كرونباخ للدلالة على الثبات حيث تراوحت ما بين (٠,٧٠٢-٠,٨٧٩)، بينما تشير قيم معاملات الارتباط بطريقة التجزئة النصفية إلى أن القيم تراوحت ما بين (٠,٧١٧-٠,٨٧٧) ، مما يدل على أن المقياس يتمتع بتجانس الفقرات واتساقها مع بعضها البعض وتمتعها بثبات استجابات تجعل الباحثات مطمئنات إلى تطبيقها على عينة الدراسة.

## رابعاً: البرنامج الإرشادي:

### مقدمة:

دلت الدراسات السابقة والكتابات في الأدب النفسي على أن مظاهر سوء التوافق الزوجي تتمثل في (سيادة الأفكار اللاعقلانية، قصور في الاتصال والتواصل، ضعف القدرة على إدارة الضغوط والانفعالات، تندي تقدير الذات، ضعف في مهارات تأكيد الذات، عدم القيام بالدور الوظيفي وتحمل المسؤوليات) وتفترض الباحثات أن مهارات برنامج الجدلي السلوكي (اليقظة الذهنية، التحمل وتجاوز الأزمات، تنظيم الانفعالات، والعلاقات الفاعلة) إذا ما قدمت بالتوافق مع استراتيجيات هذا البرنامج

== المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٧ ج ٢ المجلد (٣٥) -ابريل ٢٠٢٥ (٤٧٣) ==

**يفاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية==**

(الجدلية، حل المشكلات، الأسلوبية وإدارة الحالة ) فإنها قد تعزز من مستويات التوافق الزوجي أسوة بنتائج الدراسات التي استخدمت هذا المدخل العلاجي في خفض العدوانية والسلوك الفوضوي والمرونة النفسية وغيرها ، لذا ستقوم الباحثات بإعداد برنامج إرشادي يستهدف عينة من المتزوجات .



**رسم توضيحي ١: يبين المخطط الهيكلي لمتغيرات الدراسة وفق نتائج الإطار النظري والدراسات السابقة**

#### **أسس بناء البرنامج:**

الأسس النظرية: بينت نتائج الإطار النظري والدراسات السابقة مجموعة من المعطيات التي انطلقت منها الباحثات كأساس لبناء البرنامج الإرشادي

- سوء التوافق الزوجي مشكلة لها جوانب انفعالية وسلوكية ومعرفية تؤثر على حياة كلا الطرفين.
- يتسم من يعاني من سوء التوافق الزوجي بضعف في مهارات إدارة العلاقات الفاعلة.
- يظهر لدى من يعاني من هذه المشكلة صعوبة في التكيف مع السياق والتعامل معه بمنطلق العقل الحكيم .
- يحتمل أن يكون سوء التوافق الزوجي ناتج عن تعرض أحد طرفي العلاقة في مراحل نمائية سابقة إلى نموذج والدي غير جيد مما اكتسب صورة غير جيدة للعلاقة الزوجية.
- يظهر لدى من يعاني من هذه المشكلة الحاجة الماسة لحدوث التوافق النفسي والتعامل مع الذات أولاً قبل التعامل مع الآخر والقدرة على ضبط انفعالاته والتعرف على مشاعره .
- يفتقر من يعاني من هذه المشكلة لمهارات التواصل وإدارة الحوار الفعال.

**=(٤٧٤)؛ الدجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٧ ج٢ المجلد (٣٥) - إبريل ٢٠٢٥==**



### الأسس المنهجية الإرشادية

- اعتمدت الباحثات على العلاج الجدلي السلوكي بمهاراته الأربع (اليقظة الذهنية، إدارة الأزمات، تنظيم الإنفعالات والعلاقات الفاعلة)
- الفنيات الإرشادية هي التي تتوافق مع الموضوع الإرشادي ومخرجات الجلسة الإرشادية، وستعتمد الباحثات على الفنيات (لماذا، كيف، الإلهاء، تهدئة الذات، تحسين اللحظة، القبول الجدلي، اقلب العقل، اشعر بمشاعرك، أعكس مشاعرك، من فضلك PLEASE، ابني تجربة جديدة، FAST)، DEARMAN، GIVE.
- الإرشاد جمعي بكل الجلسات الإرشادية، وقد تكون جلسات إرشادية فردية إذا تطلب الأمر.
- أن تتمتع العلاقة الإرشادية بجو نفسي واجتماعي آمن تتيح لأعضاء المجموعة الإرشادية المشاركة الإيجابية والتفاعل المثمر.
- اتسام البرنامج الإرشادي بالمرونة والتنوع لزيادة التشويق ومنع تسرب العينة.

### غاية وأهداف البرنامج الإرشادي:

الغاية: العمل على رفع مستوى التوافق بين الزوجين من خلال التدريب على المهارات المطلوبة في هذا السياق.

### الأهداف:

- ١- التعرف على مظاهر عدم التوافق الزوجي كمشكلة نفسية والوعي والاستبصار بالمشكلة.
- ٢- تحديد حالات العقل التي تنطلق منها سلوكيات عدم التوافق الزوجي.
- ٣- التحكم بالانتباه والدفع نحو التوقف عن القلق عبر زيادة الوعي باللحظة الراهنة والشعور المتسم بالإيجابية.
- ٤- رفع مستوى القدرة على ضبط الانفعالات وتنظيمها الناتجة عن صعوبة التكيف مع السياق.

### المبررات:

- ندرة الدراسات التي اعتمدت على المدخل الجدلي السلوكي كمدخل علاجي لتعزيز التوافق الزوجي.
- تأثير التوافق الزوجي على بناء الأسرة وتماسك أعضائها .
- علاقة المهارات الشخصية لكل طرف وتأثيرها على التواصل مع الطرف الآخر فكلما زادت المهارات زاد تمكنه من تحسين العلاقة.
- أهمية التوافق النفسي كخطوة أولى لتعزيز التوافق الزوجي .



### ٣- مخرجات البرنامج

#### • المخرجات المعرفية:

- a. رفع مستوى تأكيد الذات
- b. تقييد الأفكار اللاعقلانية
- c. القبول الجدلي لما لا يمكن تغييره
- d. إدراك الموقف من منطلق العقل الحكيم
- e. إدراك مداخل الطرف الآخر والتأثير فيه

#### • المخرجات السلوكية:

- a. القدرة على إقامة تواصل فعال
- b. إدارة الموقف والاستجابة التكيفية مع السياق
- c. معايشة اللحظة والتركيز على الحاضر
- d. إدارة احتياجات الطرفين بما يحقق التوازن في العلاقة
- e. التمكن من إعداد خطة لتهدئة الذات

#### • المخرجات الوجدانية:

- a. تنمية الكفاءة الانفعالية ( ضبط وتنظيم الانفعالات)
- b. القدرة على إدارة المشاعر الانفعالية بالمواقف الصعبة
- c. خفض مشاعر القلق والتوتر
- d. القدرة على استشعار المشاعر وإدراكها
- e. القدرة على التعبير عن المشاعر

### مراحل تطبيق البرنامج

- مرحلة التهيئة: تهدف هذه المرحلة على خلق أواصر الألفة والثقة بين المرشدين والمسترشدين ، حيث ستكون في الجلسة الأولى من البرنامج والتي سيتم من خلالها التعارف بين المرشدين والمسترشدين ، كما سيتضمن تعريفهم في البرنامج الإرشادي وأهدافه وماهيته وكذلك توقعاتهم نحوه ، وستكون هذه المرحلة كتمهيد وتأسيس للدخول في عمق الجلسات الإرشادية القادمة.
- مرحلة الانتقال: ستركز هذه المرحلة على عملية التنقيف النفسي حيث سيتم التعرف على مشكلة عدم التوافق الزوجي ومظاهرها وأسبابها وآثارها على العلاقة الزوجية والأسرة ككل ، كما سيتم التوضيح حول فلسفة العلاج الجدلي السلوكي وعلاقته بالتوافق الزوجي.

**يفاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية==**

- مرحلة الإرشاد والتوجيه: وهي المرحلة التي يتم فيها العمل من خلال استخدام مجموعة الفنيات الإرشادية والأساليب والاستراتيجيات التدريبية التي تعمل على تنمية المعارف والمهارات والقدرات المتعلقة بالموضوعات الإرشادية ، من خلال استخدام الفنيات والأساليب الإرشادية ، بهدف فهم كيفية الوصول إلى حالة العقل المتزن والحكيم ، وتنمية مهارات اليقظة الذهنية للاستفادة من الخبرات وتكييف الاستجابة اللازمة نحو الاستجابات التوافقية والأبعاد عن الاستجابات اللاتوافقية ورفع مستوى القدرة على ضبط الانفعالات وتنظيمها الناتجة من صعوبة التكيف مع السياق وتحسين قدرة المسترشد على إدارة العلاقات مع الذات والآخر وبناء علاقات سليمة وصحية .
- مرحلة غلق البرنامج : وهي المرحلة قبل الأخيرة والتي يتم فيها التأكد من تحقيق الأهداف الخاصة للبرنامج والوصول لمخرجات البرنامج الإرشادي إلى درجة مقبولة من اكتساب المهارات والقدرات والفنيات المستخدمة لتعديل السلوكيات الانسحابية ، وذلك باستخدام وسائل وأساليب التقييم المناسبة ، وتم تطبيق القياس البعدي في هذه المرحلة.
- مرحلة المتابعة: وهي المرحلة النهائية التي تهدف إلى التحقق من مدى استمرارية النتائج الإيجابية التي تم التوصل إليها بعد تطبيق البرنامج ، عبر تطبيق القياس التتبعي بعد أسبوعين من تطبيق القياس البعدي.

#### **أساليب التقييم في البرنامج:**

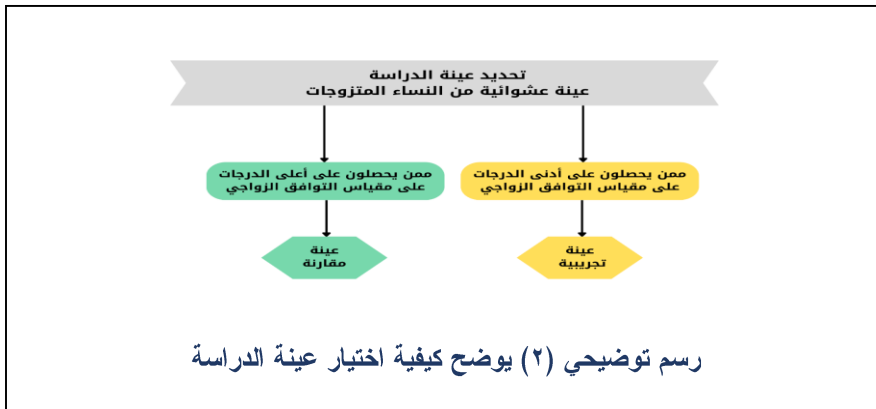
١. تقييم قبلي : قبل بدء تنفيذ البرنامج الإرشادي من خلال مقياس التوافق الزوجي.
٢. تقييم مرحلي: بعد كل موضوع إرشادي سيتم التحقق من مستوى امتلاك المسترشدين للمهارة المطلوبة.
٥. تقييم بعدي: بعد انتهاء البرنامج الإرشادي يتم تطبيق مقياس التوافق الزوجي.
٨. تقييم تتبعي : يتم استخدام مقياس التوافق الزوجي بعد مرور أسبوعين على انتهاء البرنامج.

#### **إجراءات ضبط البرنامج:**

- ضبط المحتوى: سيتم عرض البرنامج على مجموعة من المحكمين ، لإبداء آرائهم وتعليقاتهم حول مدى تنظيم البرنامج بالصورة التي عليها ، ومكوناته وأهدافه ومحتوى الأنشطة ومدى خدمتها للأهداف ، والفنيات المستخدمة لتحقيق الأهداف ، وكذلك مدى صلاحية تطبيق البرنامج على العينة من المتزوجات.
- ضبط المتغيرات الدخيلة : سيتم ضبطهم عن طريق تحليل التباين إحصائياً.

#### إجراءات تحديد وجمع العينة المستهدفة:

- توزيع مقياس التوافق الزوجي على مجموعة من النساء المتزوجات .
- فرز الدرجات الناتجة عن المقياس إلى ثلاث مجموعات (أعلى درجة - الدرجات الطبيعية - أدنى درجة).
- استهداف الحاصلين على أدنى الدرجات على مقياس التوافق الزوجي كعينة تجريبية.
- استهداف الحاصلين على أعلى الدرجات على مقياس التوافق الزوجي كعينة معيارية.



#### إجراءات تطبيق البرنامج والتحقق من الفعالية

١. التصميم التجريبي: سيتم الاعتماد على تصميم المجموعة الواحدة (التجريبية) بالقياسين القبلي والبعدي.
٢. القياس القبلي من خلال : حساب متوسطات درجات العينة للمجموعة التجريبية، على مقياس التوافق الزوجي
٥. معالجة المجموعة التجريبية من خلال: تقديم الفنيات والأساليب الإرشادية لكل موضوع إرشادي (اليقظة الذهنية- العلاقات الفاعلة - إدارة الأزمات - تنظيم الإنفعالات) بما يضمن اكتساب المهارات المساعدة في تعزيز التوافق الزوجي.
٨. القياس البعدي من خلال: تطبيق مقياس التوافق الزوجي على العينة التجريبية والحصول على المتوسطات لتكون القياس البعدي للبرنامج الإرشادي- مقارنة متوسطات القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية - تطبيق مقياس (التوافق الزوجي) على العينة التجريبية - مقارنة القياس القبلي مع القياس البعدي للمجموعة التجريبية على مقياس التوافق الزوجي

**يفاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية**==  
للحكم على أثر رفع مستوى التوافق الزوجي.

٢٦. القياس التتبعي من خلال: تطبيق مقياس التوافق الزوجي على العينة التجريبية بعد مرور أسبوعين من انتهاء البرنامج - مقارنة متوسط درجات المجموعة التجريبية على القياسين البعدي والتتبعي لمقياس التوافق الزوجي للتحقق من الاحتفاظ بالأثر للبرنامج.

### المكان والزمان المخصص للبرنامج:

سيتم تطبيق البرنامج المعد والمجهز في مركز شباب عجمان وذلك بعد أن يتم إستيفاء متطلبات التطبيق الإدارية والفنية للبرنامج الإرشادي وأن يكون الوقت مناسباً مع أوقات السيدات المتزوجات حيث ستكون مدة الجلسة ٦٠ دقيقة بواقع جلستين في الأسبوع بمدة زمنية تقارب الخمسة أسابيع وتزيد في حال اقتضت المصلحة العامة لذلك.

### ملخص

### شكل (٣) : رسم توضيحي للتصميم التجريبي للبرنامج العلاجي

الجلسة	الهدف	الموضوع الإرشادي	الفنيات/الأساليب	المخرج
الأولى	جلسة تعارف بين المرشدين والمسترشدين، والتعرف على البرنامج الإرشادي، أهدافه، أهميته، توقعاتهم منه، طبيعة الجلسات القادمة)	التقييم القبلي	التهيئة النفسية للدخول في الجلسات الارشادية والحفيز لها	
الثانية	التعرف على مظاهر سوء التوافق الزوجي وعلاقتها بحالات العقل التي تنطلق منها السلوكيات والاستجابات الخاطئة.	المحاضرة	الثانية	
الثالثة	الفاعلية في المواقف عبر جمع المعلومات لفهم الموقف واتخاذ القرار المخطط	اليقظة الذهنية	مهارات لماذا: -المراقبة -الوصف -اتخاذ القرار	خلق استجابة معاكسة للاستجابة السائدة
الرابعة	زيادة الوعي باللحظة الراهنة لتجنب الحكم بالمشاعر والآراء		مهارات كيف: -عدم الاقصاء -التيقظ -الفاعلية	
السادسة	استبدال الأحداث السلبية بأحداث أكثر إيجابية	إدارة الأزمة	تحسين اللحظة	تكييف الاستجابة اللازمة نحو الاستجابات التوافقية والابتعاد عن الاستجابات اللاتوافقية
السابعة	التفريق بين الألم والمعاناة وقبول ما لايمكن تغييره	تقبل الواقع	القبول الجدلي	
الثامنة	إدراك المشاعر وملاحظتها واختبارها	تنظيم الانفعالات	اشعر بمشاعرك	الشعور بالمشاعر والتعبير عنها دون إخفائها أو التمسك بها

الجلسة	الهدف	الموضوع الإرشادي	الفنيات/الأساليب	المخرج
التاسعة	التخلص من المشاعر المؤلمة وخلق شعور جديد	وإدارتها	اعكس مشاعرك	كسر حلقة المشاعر
	تقليل الضعف الوجداني بالاعتناء بالصحة العامة وموازنة المشاعر بفعل تجربة جديدة		تكنيك من فضلك (PLEASE)	الشعور بالراحة والرضا
العاشر	تصحيح الأفكار والمعتقدات الخاطئة	العلاقات الفاعلة	الحوار والنقاش	تصحيح الأفكار الغير عقلانية
الحادية والثانية عشرة	حل الصراعات القائمة على إدارة ما يحتاجه الفرد والقدرة على التعامل مع مقاومة الآخر		DEARMAN (ثم تفاوت)	اكتساب المتطلبات والحقوق بالعلاقة
الثالثة عشرة	حل الصراعات القائمة على إدارة ما يحتاجه الآخر		GIVE (تملاً)	إقامة علاقة هادفة وداعمة في الحياة
الرابعة عشرة	حل الصراعات القائمة على العلاقات بين شخصية		FAST (أتمو)	إدارة العلاقة بين شخصية
الخامسة عشرة	تلخيص مهارات العلاقات بين الشخصية والتحقق من اكتسابها.		الحوار والنقاش	تطبيق المهارات وتميمها في الحياة اليومية
السادسة عشرة	إغلاق البرنامج الإرشادي		تقييم بعدي	التحقق من فعالية البرنامج المقدم

#### خامساً: الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

- معامل ارتباط بيرسون (Pearson) لتحديد العلاقة الارتباطية بين كل فقرة من فقرات المقاييس المستخدمة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ، وعلاقة الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس وكذلك حساب الثبات بطريقة معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية.
- معامل ألفا كرونباخ لحساب ثبات المقاييس المستخدمة في الدراسة وذلك بعد حذف درجة المفردة من الدرجة تم تفريغ البيانات الواردة في استجابات أفراد العينة.
- اختبار ويلكسون لإشارة الرتب (Wilcoxon signed-rank test)، للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي (مجموعتين مرتبطتين)، وتم التحقق من دلالتها عن طريق قيمة (Z) المناظرة.
- معادلة حجم التأثير (حساب قوة تأثير البرنامج) Effect size قوة تأثير البرنامج العلاجي القائم على المدخل الجدلي السلوكي في تعزيز التوافق الزوجي.

#### نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها:

**نتائج الفرض الأول:** الذي ينص على أنه " توجد فروق بين رتب متوسطات القياسين القبلي والبعدي في المجموعة التجريبية على مقياس التوافق الزوجي لصالح القياس البعدي"

**==** **فاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية**

وللتحقق من هذا الفرض ، استخدمت الباحثات اختبار ويلكسون لإشارات الرتب ( signed-rank test Wilcoxon ) وذلك للكشف عن الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التوافق الزوجي ، ويوضح الجدول (١٠) قيمة Z ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطي رتب درجات عينة الدراسة الممثلة بالمجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لمقياس التوافق الزوجي.

**جدول (١٠): قيمة Z ودلالاتها الإحصائية لاختبار ويلكسون لإشارات الرتب للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لمقياس التوافق الزوجي (ن=٨)**

الأبعاد	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
التوافق الزوجي	السالبة	0	0.00	0.00	-2.371	.0180
	الموجبة	7	4.00	28.00		
	المتعادلة	1				
	المجموع	8				

تشير البيانات في الجدول (١٠) إلى أن متوسط رتب الحالات الموجبة (٤,٠٠) بينما كان متوسط رتب الحالات السالبة (٠,٠٠) ، وأن قيمة (Z=-٢,٣٧١) ، وهي دالة إحصائية عن مستوى (٠,٠١ > α) وكذلك عدم وجود حالات سالبة ( سوء التوافق الزوجي) في مقابل (٧) حالات موجبة ( زيادة التوافق الزوجي) و حالة واحدة متعادلة في الدرجة الكلية لمقياس التوافق الزوجي ، مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التوافق الزوجي لصالح القياس البعدي ، والذي يشير إلى تأثير البرنامج العلاجي الجدلي السلوكي وبشكل إيجابي في زيادة التوافق الزوجي لدى عينة الدراسة .

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى المهارات المتعلمة خلال جلسات البرنامج الإرشادي الذي استخدم المهارات الرئيسية للعلاج الجدلي السلوكي (مهارات اليقظة الذهنية ومهارات التحمل وتجاوز المحنة ومهارات تنظيم الانفعالات وإدارتها ومهارات العلاقات الفاعلة ) وذلك بتنوع الاستراتيجيات لهذا العلاج (إدارة الحالة والأسلوبية والجدلية وكذلك أسلوب حل المشكلات)، فقد حرصت الباحثات أن تكون جلسات البرنامج الإرشادي متناغمة ومتسلسلة الأفكار والمهارات وأن ينتقل بالمسترشدة خطوة بخطوة نحو التحسين ، فقد جاءت الجلسات منظمة مرتبة بأهدافها كالتالي:

ابتدت الجلسات الأولى بالتركيز على احتواء المسترشدات وبناء علاقة طيبة معهن وقد أشارت (مارشا لينهان) ضرورة إقامة علاقة ودية مبنية على التقبل والاحترام لتمثل جسرا تمر من خلاله



== أ.م.د/ هاجر عادل عبد الرازق & عمرية مصلح صالح & بثينة فوزي أبو سع.==

جميع المهارات التي تود الباحثات إيصالها للمسترشدة وهذا ما سهل عملية الجلسات اللاحقة ، ثم تطرق البرنامج لحالات العقل الثلاثة وكيف تؤثر هذه الحالات الثلاثة على مشاعرنا وسلوكياتنا وأنه لا بد لنا التحقق من حالة العقل الحكيم وأن نزن الأمور من خلاله ، وأيضا يمكن إرجاع هذه النتيجة إلى مهارات اليقظة الذهنية التي عرفت المسترشدات بضرورة التركيز في الحاضر ومعايشة اللحظة الراهنة وجمع المعلومات عن الموقف عبر تفعيل المهارات (المراقبة والوصف والمشاركة) حتى يتسنى لهن فهم الموقف واختيار الاستجابات المناسبة بدلا عن السلوكيات التلقائية التي اعتدن عليها ، بالإضافة إلى إتقان مهارات (عدم الإقصاء -التيقظ - الفاعلية) التي ساعدتهن في اتخاذ القرارات الفاعلة عبر إعمال العقل الحكيم لا بالحكم عبر المشاعر والآراء وقد جاءت هذه النتيجة متوافقة مع دراسة (عبدالله، ٢٠١٩) التي اعتمدت على مهارات اليقظة الذهنية في خفض أعراض اضطراب الشخصية الحدية ودراسة ( أحمد، ٢٠٢٠) في خفض اجترار الذات ببعديه (الحزن والغضب).

كما يمكن إرجاع هذه النتيجة إلى مهارات التحمل وتجاوز المحنة عبر تفعيل فنيات ( الإلهاء - تهدئة الذات - تحسين اللحظة - نصف ابتسامة) والتي ساعدتهن في إدارة الأزمة وكيفية تشتيت الطاقة الإنفعالية السالبة بعمل خطة طوارئ لتهدئة الذات ثم تعليمهن على بعض الأنشطة التي تعمل على تحسين اللحظة وتبديل الأجواء السلبية لأجواء أكثر إيجابية ، بالإضافة إلى دور الجانب الآخر من هذه المهارات وهي مهارات تقبل الواقع عبر تفعيل فنيات (القبول الجدلي - الإرادة مقابل العناد) التي جعلتهن أكثر قدرة على إدارة الموقف الضاغط بعقلانية وتوجيه الذات لقبول ما لا يمكن تغييره والتركيز على ما يمكن تغييره والعمل على إحداث سلوكيات تكيفية مع السياق ، وجاءت هذه النتائج متوافقة مع نتائج دراسة (Tomlinson، ٢٠١٥) ودراسة (Shelton et al، ٢٠١١) في دور مهارات إدارة الأزمة وتقبل الواقع بخفض السلوكيات الإنفعالية والعنادية وتبديلها بسلوكيات أكثر تكيفية مع السياق.

وأیضا يمكن إرجاع هذه النتيجة إلى مهارات تنظيم الانفعالات وإدارتها عبر تفعيل فنيات (أشعر بمشاعرك- أعكس مشاعرك- تكنيك من فضلك PLEASE) والتي ساعدت المسترشدات على إدراك مشاعرهن وملاحظتها بدلا من تجاهلها والهروب منها بهدف تقبل الألم وليس بتقبل المعاناة ثم العمل على التخلص من هذه المشاعر بخلق مشاعر جديدة وكسر حلقة المشاعر المفرغة التي تبدأ بمشاعر أولية ثم المشاعر الثانوية، بالإضافة إلى تعليمهن أهمية الاعتناء بالضعف الوجداني عن طريق الاهتمام بالصحة العامة ونمط الحياة الصحي والتغذية السليمة وأثرها على الفرد ، وجاءت هذه النتيجة متوافقة مع دراسة (الشافعي، ٢٠١٨) في تأثير العلاج الجدلي السلوكي بتفعيل

== المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٧ ج ٢ المجلد (٣٥) -ابريل ٢٠٢٥ (٤٨٣)==

**يفاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية**==  
مهارات تنظيم الانفعالات بخفض الحساسية الانفعالية السلبية ، كما جاءت متوافقة مع دراسة  
A.D. Neacsu et al (٢٠١٤) في دور هذه المهارات في علاج عدم انتظام العاطفة في  
اضطرابات المزاج (القلق والإكتئاب)، وأيضاً دراسة (قاسم، ٢٠٢٢) في فعالية العلاج الجدلي ودور  
مهارات إدارة الأزمة في تحسين مستوى التفكير الإيجابي والشفقة بالذات وخفض مستوى الاكتئاب  
لدى المراهقين.

والجدير بالذكر في أن أكثر المهارات تأثيراً على عينة الدراسة كانت مهارات العلاقات الفاعلة  
بفنياتها (DEARMAN- GIVE- FAST) حيث اعتنت هذه المهارات بإكساب العينة مهارات  
التواصل مع الزوج وكيفية إدارة ما تحتاجه الزوجة من زوجها ، وكيفية إدارة ما يحتاجه الزوج من  
زوجته ، بالإضافة إلى تدريبهن حول أساليب التعامل مع مقاومة الزوج ورفضه وكيفية إقامة علاقة  
صحية متوازنة بين ما يريد كل طرف من الآخر مع الحفاظ على المبادئ والقيم ، وجاءت هذه  
النتيجة متوافقة مع نتائج دراسة ( Timouri et al . ٢٠١٨) في تأثير مهارات العلاقات الفاعلية  
في تحسين العلاقات الشخصية وتحسين جودة الحياة الزوجية بالنسبة للأزواج المتنازعين.

ويمكن أن تلخص الباحثات القول بأن البرنامج الإرشادي الذي تم تقديمه للمتزوجات عينة الدراسة  
بالمجموعة التجريبية قد ساهم في تعزيز التوافق الزوجي لديهن ، وأن الجلسات الإرشادية وما  
تحتويه من مهارات إرشادية بفنيات مختلفة إلى جانب الاستراتيجيات الإرشادية كان لها الأثر  
الكبير في تحسين جودة الحياة الزوجية وبالتالي تعزيز التوافق الزوجي لدى المجموعة التجريبية  
وبذلك يمكن قبول الفرض الأول.

**نتائج الفرض الثاني:** الذي ينص على أنه " يوجد تأثير دال إحصائياً لبرنامج العلاج الجدلي  
السلوكي في تعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات عينة الدراسة "

وللتحقق من هذا الفرض استخدمت الباحثات اختبار ويلكسون لإشارات الرتب ( Wilcoxon  
signed rank – test ) ، للحصول على قيمة (Z) الناتجة عن الفروق بين متوسطي رتب درجات  
القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ( مجموعتين مترابطتين ) ، على مقياس التوافق  
الزوجي، وذلك لحساب حجم الاثر اعتماداً على معادلة كوهين ( $r = \frac{Z}{\sqrt{n}}$ ) حيث تم الاستعانة  
بمحكات كوهين للحكم على حجم تأثير البرنامج الإرشادي في تعزيز التوافق الزوجي وفق :

- حجم أثر صغير:  $R \geq 0.10$  ،  $0.30 < R$
- حجم اثر متوسط :  $R \geq 0.30$  ،  $0.50 < R$
- حجم أثر كبير :  $R \geq 0.50$  ،  $1.00 < R$

وكانت نتائج حجم التأثير كما هو موضح في الجدول (١١)

**جدول(١١): حجم تأثير البرنامج الإرشادي الجدلي السلوكي في تعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بالقياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (ن = ٨)**

المقياس	العدد	قيمة Z	حجم التأثير $r = \frac{z}{\sqrt{n}}$
التوافق الزوجي	8	2.371	0.838

يتضح من نتائج جدول(١١) أن حجم تأثير البرنامج الإرشادي الجدلي السلوكي في تعزيز التوافق الزوجي لدى أفراد المجموعة التجريبية بلغ (٨٤%) ، من تعديل مؤشرات التوافق الزوجي يرجع إلى أثر البرنامج والباقي إلى عوامل أخرى مما يدل على حجم تأثير كبير .

كما تفسر الباحثات هذه النتيجة لكون أن جلسات البرنامج الإرشادي هدفت إلى تدريب المسترشدات على زيادة الوعي في أنفسهن وبالصراعات التي تحدث بدواخلهن وبالبينة من حولهن ، والتي تحتاج منهن إلى التعامل بفاعلية بعيدا عن التطرف في التفكير (أبيض أو أسود) بل النظر للأمور باللون الرمادي (بريدسون، ٢٠١٥)، وقد ساهمت التمرينات والأنشطة التي احتوتها الجلسات بتعميق هذه الفكرة حيث تنوعت التدريبات والأدوات المستخدمة والقصص الرمزية والألعاب التدريبية وذلك من أجل إشراك كل فرد في استشعار التغيير الحاصل من وراء تعلم هذه المهارات الجديدة وكيفية تبديل الأفكار السلبية بأفكار أكثر عقلانية تزامنا مع اليقظة الذهنية والعمل على التقييم الموضوعي للموقف وتجنب الحكم بالمشاعر أو العقل العاطفي، بالإضافة لمهارات العلاقات الفاعلة وطرق إدارة الصراعات بين الشخصية . ويمكن إرجاع النتيجة كذلك إلى علاقة الباحثات بالمسترشدات التي ساهمت في إضفاء جو من الألفة والأريحية والتفاعل بالمشاركة والرغبة بطرح الآراء والمناقشة وذكر تجاربهن الشخصية بتعزيز أثر المهارات المكتسبة في تحسين علاقاتهن الشخصية . وأيضا يمكن إرجاع هذه النتيجة إلى دور الإرشاد الجماعي وأثره بترسيخ المهارات المتعلمة من خلال العلاقة المتبادلة بينهن والتي كان لها دور في تبادل الخبرات التي تعود بالفائدة على الجماعة ككل (Shertzer&stonl، ١٩٨١)، مما ساهم في زيادة حماسهن في الحضور للجلسات ورؤية أثر المهارات المتعلمة على بعضهن البعض الأمر الذي جعلهن يتطلعن لتعلم المزيد من المهارات .

**يفاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية=**

**نتائج الفرض الثالث:** الذي ينص على أنه " لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب القياسين البعدي والتتبعي في المجموعة التجريبية على مقياس التوافق الزوجي"

للتحقق من هذا الفرض استخدمت الباحثات اختبار ويلكسون لإشارات الرتب ( Wilcoxon signed rank – test) للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطي رتب المتزوجات في المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي لمقياس التوافق الزوجي ، وجاءت النتائج كما يوضحها جدول (١٢) على النحو الآتي:

**جدول(١٢): قيمة Z ودلالاتها الإحصائية لاختبار (ويلكسون لإشارات الرتب) للفرق بين متوسطي رتب المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس التوافق الزوجي (ن=٨)**

الأبعاد	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية للمقياس	السالبة	6	4.67	28.00	1.404	0.1600
	الموجبة	2	4.00	8.00		
	المتعادلة	0				
	المجموع	8				

يتضح من جدول(١٢) ، أن عدد الحالات السالبة (٦) ، بينما الموجبة كانت (٢)، فيما بلغت المتعادلة (٠) حالات ، وبلغت قيمة ( $Z=1,404$ ) وهي قيمة غير دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) . وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدي والتتبعي على مقياس التوافق الزوجي ، مما يدل على أن البرنامج حافظ على أثره في تعزيز التوافق الزوجي بعد مرور أسبوعين من إنتهاء التطبيق ، الأمر الذي يطمئن الباحثات بأن المهارات المكتسبة خلال البرنامج الإرشادي قد أصبحت جزءا من شخصياتهن وسلوكياتهن وبالتالي الحفاظ على استمرارية الأثر الذي خلفه البرنامج الإرشادي على المنظومة المعرفية للمشاركات وكذلك على سلوكياتهن.

كما تفسر الباحثات هذه النتيجة في ضوء الأثر الإيجابي لبرنامج العلاج الجدلي السلوكي في أسلوب الحياة الذي يعتمد على زيادة الوعي والإدراك الموضوعي للأمور المختلفة وهو ما اكتسبته المشاركات خلال جلسات البرنامج الإرشادي الذي لا يعتمد على فكرة التغيير فقط بل يعتمد على الاهتمام بالمسترشد وقبوله للمشكلة ثم إشراكه في التدريبات والممارسات أثناء الجلسات الإرشادية حتى تصبح جزءا لا يتجزأ من سلوكياتهن مما جعل المشاركات يكتسبن توليفة معرفية وسلوكية جيدة تعمل على تعزيز التوافق الزوجي وإزالة الفجوات والعقبات في التواصل والحوار مع الأزواج . كما أن الواجبات المنزلية التي كانت تتضمنها الجلسات وتكرارها لضمان عدم نسيان المهارات المتعلمة ، كانت عوناً كبيراً في نقل الأثر المكتسب إلى المواقف الحياتية للمشاركات

== أ.م.د/ هاجر عادل عبد الرازق & عمرية مصلح صالح & بثينة فوزي أبو سع.==

وتعميمها على مواقف حياتهن مما جعلهن يتعودن على هذه المهارات فتحل الاستجابات التوافقية محل الاستجابات اللاتوافقية السابقة .

ويمكن إرجاع النتيجة كذلك إلى استشعار المشاركات التحسن في حياتهن الزوجية وردود فعل الأزواج، فكثير من المشاركات صرحن باختلاف تعامل أزواجهن معهن بعد تطبيق المهارات المتعلمة وخاصة مهارات العلاقات الفاعلة ، فتشير إحدى المشاركات بقولها : ( قبل حضوري للبرنامج الإرشادي لم أكن أعرف الطرق الصحيحة للتواصل مع زوجي ولم أكن أعرف كيف لي أن أطلب ما أحتاجه منه رغم حاجتي الشديدة ولكن بعد تعلمي مهارات (DEARMAN) أصبحت قادرة على إدارة ما أحتاجه وأن أطلب ما أريده من دون قلق أو خوف من الرفض ) ، وتضيف إحدى المشاركات كذلك بقولها ( إن مهارات FAST جعلتني أعي باحتياجاتي واحتياجات زوجي وكيف أوازن بينهما وأن أصل لحل وسطي يرضيني ويرضيه وهذا ما كنت أفقده قبل حضوري للجلسات ) .

يمكن للباحثتان القول بعد هذه النتائج بأن البرنامج الإرشادي قد حقق فعاليته وترك أثره الإيجابي على المجموعة التجريبية وحافظ على استمرارية الأثر حتى بعد إنتهاء البرنامج ، لذلك يمكننا القبول بالفرض الثالث .

### توصيات الدراسة :

- في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة يمكن صياغة بعض التوصيات على النحو التالي:
- ١- محاولة تطبيق البرنامج الإرشادي موضع الدراسة في المراكز الإرشادية المتخصصة والمعنية بالأسر وتطبيقها على عينة أخرى من الأزواج .
  - ٢- عمل دورات توعية للمقبلين على الزواج وتنقيفهم بالمهارات اللازمة لإقامة تواصل فعال مع الشريك.
  - ٣- تفعيل فنيات العلاج الجدلي السلوكي لعلاج المشكلات الزوجية والخلافات بين الأزواج.
  - ٤- بناء برامج إرشادية قائمة على العلاج الجدلي السلوكي وتطبيقها في مراكز الإصلاح والتوجيه الأسري.
  - ٥- العمل على توفير استشارات هاتفية مبنية على فنيات العلاج الجدلي السلوكي لمن يستصعب عليه حضور الجلسات أو الالتقاء بالمرشد.
  - ٦- تدريب المرشدين وتنمية مهاراتهم وقدراتهم وتعليمهم الفنيات الخاصة بالعلاج الجدلي السلوكي والأساليب الإرشادية الخاصة به.

== المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٧ ج ٢ المجلد (٣٥) -ابريل ٢٠٢٥ (٤٨٧) ==

فاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية==  
٧- عمل نادي إرشادي يتبنى استراتيجيات العلاج الجدلي السلوكي ومهاراته.

### بحوث مقترحة:

بناء على ما سبق يمكن اقتراح البحوث التالية:

- ١- فعالية برنامج إرشادي جدلي سلوكي في تعزيز التوافق الزوجي لدى الأزواج (الذكور).
- ٢- فعالية برنامج إرشادي جدلي سلوكي في تنظيم الانفعالات وإدارتها لدى الزوجات العاملات.
- ٣- برنامج إرشادي قائم على العلاج الجدلي السلوكي في خفض حساسية الذات لدى المطلقين والمطلقات.
- ٤- برنامج إرشادي وقائي قائم على مهارات العلاج الجدلي السلوكي للمقبلين على الزواج.

### أولاً: المراجع العربية

- أبو عطية، سهام درويش والشمالية، آلاء.(٢٠١٧). فاعلية الإرشاد الجمعي المستند إلى العلاج الجدلي السلوكي في خفض الاندفاعية و السلوك التخريبي لدى طالبات الصف العاشر. المجلة الأردنية في العلوم التربوية،مج. ١٣، ع. ٤، ص ص. ٤٣٣-٤٤٨.
- أبو عيطه، سهام (٢٠١٩). الإرشاد الزوجي والأسري مفاهيم ونظريات ومهارات، الطبعة الأولى، الاردن: دار الفكر للنشر والتوزيع.
- أحمد، معتز(٢٠٢٠). فاعلية برنامج إرشادي سلوكي جدلي في خفض حدة اجترار الذات لدى عينة من طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية،عين شمس، ٤٤(٤).
- الشهري، وليد بن محمد (٢٠٠٩). التوافق الزوجي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة من المعلمين المتزوجين بمحافظة جدة، رسالة ماجستير غير منشورة.
- البجاري، أحمد يونس محمود. ٢٠١٨. أثر برنامج إرشادي في تعزيز التوافق الزوجي لدى طلبة كلية التربية. مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية،مج. ٢٥، ع. ٥، ص ص. ٤٥١-٤٨٩.
- بلميهوب،كلثوم(٢٠٠٩).الإستقرار الزوجي دراسة في سيكولوجية الزواج،الطبعة الأولى ،المكتبة العصرية للنشر والتوزيع.
- جودة، سهير حسين سليم، و الطهراوي، جميل حسن عطية. (٢٠٠٩). برنامج إرشادي مقترح لتعزيز التوافق الزوجي عن طريق فنيات الحوار (رسالة ماجستير غير منشورة).
- == (٤٨٨)؛ المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٧ ج٢ المجلد (٣٥) - إبريل ٢٠٢٥ ==

== أ.م.د/ هاجر عادل عبد الرازق & عمرية مصلح صالح & بثينة فوزي أبو سع.=====

الجامعة الإسلامية (غزة)، غزة.

الحطمانى، سلوى (٢٠١٨). الذكاء الوجداني والتوافق الزوجي، الطبعة الأولى، مركز الكتاب الأكاديمي.

حنتول، عبد العظيم، أبو الفتوح (٢٠١٨). التوافق الزوجي والمرونة الأسرية (آليات واستراتيجيات الوصول إلى السعادة الحقيقية)، الطبعة الأولى، دار شهرزاد للنشر والتوزيع، عمان.

الخولي، سناء (١٩٨٨). الزواج والأسرة في عالم متغير، الطبعة الأولى، دار المعرفة الجامعية للطباعة والنشر والتوزيع.

سليمان، محمد (٢٠٢٢). الفروق بين العلاج السلوكي المعرفي والعلاج الجدلي السلوكي في تخفيف كل من أعراض اضطراب الوسواس القهري والشعور بالوصمة الاجتماعية الناجمة عنه لدى طالبات الجامعة، مجلة كلية الآداب بقنا، مصر، ٥٧.

سليمان، سناء (٢٠٠٥). التوافق الزوجي واستقرار الأسرة من منظور إسلامي نفسي اجتماعي، الطبعة الأولى، عالم الكتب، مصر.

الشافعي، نهلة فرج علي (٢٠١٨). فعالية الإرشاد السلوكي الجدلي في خفض الحساسية الانفعالية السلبية لدى طلاب الجامعة. دراسات عربية في التربية و علم النفس، مج. ٢٠١٨، ع. ١٠٤، ص ص. ١٦٧-٢١٠.

عبد اللا، محمد الصافي عبد الكريم. (٢٠١٩). فاعلية التدريب على اليقظة العقلية كمدخل سلوكي جدلي في تحسين التوجه نحو الحياة وخفض أعراض اضطراب الشخصية التجنبية لدى المطلقات، مجلة الإرشاد النفسي. (60) 60

عبدالله، أحمد عمرو، و الشركسي، أحمد صابر. (٢٠١٩). العلاج الجدلي السلوكي بين النظرية والتطبيق. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، مج ١١، ع ٢٩٤، ١٤٤ - ١٢٦

عبدالهادي، آية (٢٠٢٠). التوافق الزوجي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى عينة من المتزوجين حديثاً، مجلة المناهج المعاصرة وتكنولوجيا التعليم، بنك المعرفة المصري، طنطا.

العزة، سعيد (٢٠١٥). الإرشاد الأسري نظرياته وأساليبه العلاجية، الطبعة الأولى، دار الثقافة للنشر والتوزيع، الأردن.

== المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٧ ج ٢ المجلد (٣٥) -ابريل ٢٠٢٥ (٤٨٩)=====

**فاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية** عقيلة، قبيل (٢٠١٥). أثر الذكاء الوجداني على التوافق الزوجي دراسة حالات (دراسة مقارنة) ، رسالة ماجستير ، أم البواقي، الجزائر.

علي أحمد الغامدي، رحمة، & عثمان محمد أبو العنين، حنان. (٢٠٢٠). فاعلية برنامج إرشادي متعدد الوسائل لتحسين التوافق الزوجي وقياس أثره على التحصيل الأكاديمي لدى عينة من الطالبات المتزوجات بكلية التربية -جامعة نجران البحث مدعوم من عمادة البحث العلمي بجامعة نجران تحت رقم ١٨١/١٦/NU/SHED. المجلة التربوية لكلية التربية بسوهاج، ٧١(٧١).

العيسى، وداد(٢٠٠٦). مثلث التوافق الزوجي، الطبعة الأولى، مطابع الوطن، ١٨٩صفحة.

قاسم، سالي صلاح عنتر. (٢٠٢٢). فاعلية الإرشاد السلوكي الجدلي في تحسين مستوى التفكير الإيجابي والشفقة بالذات وخفض مستوى الاكتئاب لدى المراهقين من طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، ٤٦(٤).

القحطاني، ظافر بن محمد بن حمد الشرمي. (٢٠١٧). التوافق الزوجي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية. مجلة جامعة الباحة للعلوم الإنسانية، ع ١١ ، 67 - 107

الكراطي، ونيس محمد حسين. (٢٠١٨). التوافق الزوجي وعلاقته بالتنشئة الاجتماعية. مجلة العلوم الإنسانية والعلمية والاجتماعية، ع ٥ ، ١ - ١٨.

ماثيو، مكاي(٢٠٢٠). كتاب عملي لمهارات العلاج الجدلي السلوكي، الطبعة الأولى، إيتراك للطباعة والنشر والتوزيع.

محروم، مريم، الخالدة، صالح.(٢٠٢١). العلاج الجدلي السلوكي: مدخل علاجي واعد، مجلة علوم الإنسان والمجتمع، ١٠(٢).

المناحي، عبدالله بن عبدالعزيز مناحي. (٢٠١٧). فاعلية برنامج إرشادي نفسي في تعديل الأفكار غير العقلانية لزيادة التوافق الزوجي لدى عينة من الأزواج بمدينة الرياض. رسالة التربية وعلم النفس، ع ٥٧ ، ٢٥ - ٥٠.

الهندي، حياة بنت علي(٢٠١٦). مهددات الاستقرار الأسري في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، الطبعة الأولى ، دار ابن الجوزي.



- Abu Atiah, Sihem Darwish, and Al-Shamayleh, Alaa. (2017). The effectiveness of group counseling based on dialectical behavior therapy in reducing impulsivity and disruptive behavior among tenth-grade female students. *Jordanian Journal of Educational Sciences*, Vol. 13, No. 4, pp. 433-448.
- Abu Aita, Sihem (2019). *Marital and Family Counseling: Concepts, Theories, and Skills*, First Edition, Jordan: Dar Al-Fikr for Publishing and Distribution.
- Ahmed, Moataz (2020). The effectiveness of a dialectical behavioral guidance program in reducing the severity of self-rumination among a sample of university students, *Journal of the Faculty of Education, Ain Shams*, 44(4).
- Al-Shahri, Walid bin Muhammad (2009). *Marital compatibility and its relationship with some personality traits among a sample of married teachers in Jeddah Governorate*, unpublished master's thesis.
- Al-Bajari, Ahmad Younis Mahmoud. 2018. The Effect of a Counseling Program on Enhancing Marital Adjustment Among College of Education Students. *Tikrit University Journal for Humanities*, Vol. 25, No. 5, pp. 451-489.
- Belmihoub, Kalthoum (2009). *Marital Stability: A Study in the Psychology of Marriage*, First Edition, Al-Oasriah Publishing and Distribution.
- Joudah, Suhair Hussein Saleem, and Al-Tahrawi, Jamil Hassan Atiyah. (2009). A proposed counseling program to enhance marital compatibility through dialogue techniques (unpublished master's thesis). Islamic University (Gaza), Gaza.
- Al-Hatmani, Salwa (2018). *Emotional Intelligence and Marital Compatibility*, First Edition, Academic Book Center.
- Hantoul, Abdel Azim, Abu Al-Fotouh (2018). *Marital Compatibility and Family Resilience (Mechanisms and Strategies for Achieving True Happiness)*, First Edition, Shahrazad Publishing and Distribution House, Amman.
- El-Khuli, Sana'a (1988). *Marriage and Family in a Changing World*, First Edition, Dar Al-Ma'arifa Al-Jami'ia for Printing, Publishing, and Distribution.

- Suleiman, Mohamed (2022). The differences between cognitive-behavioral therapy and dialectical behavior therapy in alleviating both the symptoms of obsessive-compulsive disorder and the social stigma resulting from it among university female students, Journal of the Faculty of Arts in Qena, Egypt, 57.
- Suleiman, Sana (2005). Marital Adjustment and Family Stability from an Islamic Psychological-Social Perspective, First Edition, Dar Al-Kutub, Egypt.
- Al-Shafei, Nahla Farag Ali (2018). The effectiveness of dialectical behavioral therapy in reducing negative emotional sensitivity among university students. Arab Studies in Education and Psychology, Vol. 2018, No. 104, pp. 167-210.
- Abdullah, Mohammed Al-Safi Abdul Karim. (2019). The effectiveness of mindfulness training as a dialectical behavioral approach in improving life orientation and reducing symptoms of avoidant personality disorder among divorced women, Journal of Psychological Counseling 60(60).
- Abdullah, Ahmad Amro, and Al-Sharkasi, Ahmad Saber. (2019). Dialectical Behavioral Therapy Between Theory and Practice. Journal of Al-Quds Open University for Educational and Psychological Research and Studies, Vol. 11, No. 29, pp. 126 - 144.
- Abdulhadi, Aya (2020). Marital Adjustment and Its Relationship with Life Satisfaction Among a Sample of Newly Married Couples, Contemporary Curricula and Educational Technology Journal, Egyptian Knowledge Bank, Tanta.
- Al-Izza, Saeed (2015). Family Counseling: Its Theories and Therapeutic Methods, First Edition, Dar Al-Thaqafa for Publishing and Distribution, Jordan.
- Aqila, Qabeel (2015). The Impact of Emotional Intelligence on Marital Adjustment: A Case Study (Comparative Study), Master's Thesis, Oum El Bouaghi, Algeria.
- Ali Ahmed Al-Ghamdi, Rahma, & Othman Mohamed Abu Al-Ainin, Hanan. (2020). The effectiveness of a multimedia counseling program to improve marital compatibility and measure its impact on the academic achievement of a sample of married female students at the College of Education - Najran University. The research is supported by the Deanship of Scientific Research at Najran University under the

== أ.م.د/ هاجر عادل عبد الرازق & عمرية مصلح صالح & بثينة فوزي أبو سع.==  
number NU/SHED/16/181. The Educational Journal of the Faculty of  
Education in Sohag, 71(71),

Al-Eissa, Widad (2006). The Marriage Compatibility Triangle, First Edition,  
Al-Watan Press, 189 pages.

Qassem, Sally Salah Antar. (2022). The effectiveness of dialectical behavioral  
therapy in improving positive thinking, self-compassion, and reducing  
depression levels among university students. Journal of the College of  
Education in Psychological Sciences, 46(4).

Al-Qahtani, Dhafir bin Mohammed bin Hamad Al-Sharmi. (2017). Marital  
Compatibility and Its Relationship with Irrational Thoughts. Journal of  
Al-Baha University for Humanities, Vol. 11, pp. 67 – 107

Al-Karati, Wanes Muhammad Hussein. (2018). Marital compatibility and its  
relationship to socialization. Journal of Human, Scientific, and Social  
Sciences, Vol. 5, pp. 1-18.

Matthew, McKay (2020). A Practical Guide to Dialectical Behavior Therapy  
Skills, First Edition, Itrac for Printing, Publishing, and Distribution.

Mahroom, Maryam, Al-Khawaldeh, Saleh. (2021). Dialectical Behavioral  
Therapy: A Promising Therapeutic Approach, Journal of Human and  
Social Sciences, 10(2).

Al-Munahi, Abdullah bin Abdulaziz Al-Munahi. (2017). The effectiveness of  
a psychological counseling program in modifying irrational thoughts  
to increase marital compatibility among a sample of couples in  
Riyadh. Journal of Education and Psychology, Vol. 57, pp. 25-50.

Al-Hindi, Hayat bint Ali (2016). Threats to Family Stability in Light of Some  
Demographic Variables, First Edition, Dar Ibn Al-Jawzi.

### ثالثاً المراجع الأجنبية:

Frederic, A. (2008). Effectiveness of dialectical behavior skill group for the  
treatment of self injurious behavior and eating disorder symptoms in  
patients with borderline personality disorder. Doctor of Philosophy,  
The Faculty of Graduate Studies, York University.

Abdullah, A. A., & Alsharkasy, A. S. (2019). Dialectical Behavioral Therapy:  
Between Theory and Practice. Journal of Al-Quds Open University

for Educational & Psychological Research & Studies, 11(29).

Chapman, A. L., & Rosenthal, M. Z. (2016). Managing therapy-interfering behavior: Strategies from dialectical behavior therapy. American Psychological Association.

Dimeff, L., & Linehan, M. M. (2001). Dialectical behavior therapy in a nutshell. The California Psychologist, 34(3), 10-13.

E. Lowell Kelly (1941) Marital Compatibility as Related to Personality Traits of Husbands and Wives as Rated by Self and Spouse, The Journal of Social Psychology, 13:1, 193-198, DOI: [10.1080/00224545.1941.9714069](https://doi.org/10.1080/00224545.1941.9714069)

Gratz, K. L., Chapman, A. L., Tull, M. (2011). The Dialectical Behavior Therapy Skills Workbook for Anxiety: Breaking Free from Worry, Panic, PTSD, and Other Anxiety Symptoms. المملكة المتحدة: New Harbinger Publications.

Harvey, P. & Rathbone, B. H. (2013) . Dialectical behavior therapy for at-risk adolescents: A practitioner's guide to treating challenging behavior problems. Oakland, CA: New Harbinger Publications, Inc.

Linehan, M. M. (2020). Dialectical behavior therapy in clinical practice. Guilford Publications.

Linehan, M. M. (2015). *DBT® skills training handouts and worksheets* (2nd ed.). Guilford Press

Lynch, T. R., Chapman, A. L., Rosenthal, M. Z., Kuo, J. R., & Linehan, M. M. (2006). Mechanisms of change in dialectical behavior therapy: Theoretical and empirical observations. Journal of clinical psychology, 62(4), 459-480.

Neacsiu, A. D., Eberle, J. W., Kramer, R., Wiesmann, T., & Linehan, M. M. (2014). Dialectical behavior therapy skills for transdiagnostic emotion dysregulation: A pilot randomized controlled trial. Behaviour research and therapy, 59, 40-51.

Pederson, L. D. (2015). Dialectical behavior therapy: A contemporary guide for practitioners. John Wiley & Sons.

Semple, D., & Smyth, R. (2019). Oxford handbook of psychiatry. Oxford university press.

Shelton, D. Kesten, K. Zhang, W. & Trestman, R. (2011). Impact of a dialectic behavior therapy corrections modified (DBT-CM) upon behaviorally challenged incarcerated male adolescents. Journal of

== أ.م.د/ هاجر عادل عبد الرازق & عمرية مصلح صالح & بثينة فوزي أبو سع.==

Child and Adolescent Psychiatric Nursing. 24 (2):105–113

teimory, S., ghafariyan, G., & yazdanpanah, F. (2018). The Effectiveness of Dialectical Behavioral Therapy on Marital Satisfaction in Couples Conflict. Research in Clinical Psychology and Counseling, 8(2), 101-115. doi: 10.22067/ijap.v8i2.66503

Tomlinson, Monica F., "The Impact of Dialectical Behaviour Therapy on Aggression, Anger, and Hostility in a Forensic Psychiatric Population" (2015). Electronic Thesis and Dissertation Ontario, Canada Wachtel, Ellen, We Love Each Other, But 2010, Jarir Bookstore, 1.

يفاعلية برنامج إرشادي جدلي سلوكي لتعزيز التوافق الزوجي لدى المتزوجات بدولة الامارات العربية

## **The effectiveness of a dialectical behavioral counseling program to enhance marital compatibility among married women in the United Arab Emirates**

*Hajar Adel Abdelrazek Mohammed & Amriah Musleh Saleh Ghaleb*

& ,

*Buthina Abusadeh*

### **Abstract**

The objective of the present study was to build a dialectical behavioral guidance programme and to identify its effectiveness in promoting marital compatibility in a sample of married women in the United Arab Emirates. The sample consisted of eight married women. The marriage compatibility measure developed by Iman Mustafa Ida 'ah (2002) and the behavioral dialectical guidance programme developed by the two researchers was based on an experimental method with a single experimental set on both tribal and post scales. The dimensionality in the experimental group on the matrimonial compatibility scale favors the dimensionality. There is also a statistical effect of the behavioural dialectical guidance programmed on promoting marital compatibility among married women. There are no statistically significant differences between the mean of the two dimensional and sequential scales in the pilot group on the marital compatibility measure. The most prominent recommendations are as follows: To try to apply the guidance programme under study in the specialized guidance centers for families and apply it to another sample of couples; to build guidance programmes based on dialectical behavioral therapy and apply it in reform and family guidance centres; and to train counsellors, develop their skills and abilities and teach them techniques relating to dialectical behavioral therapy and the relevant guidance methods.

**Key words:** Marital compatibility, behavioral dialectical counseling.