

فاعلية برنامج إرشادي جمعي يستند إلى العلاج الجشتالتي في تحسين مهارات التواصل الزوجي عند الأزواج من الرجال

د. أحمد عبداللطيف أبو أسعد

أستاذ مساعد - قسم الإرشاد والتربية الخاصة - كلية العلوم التربوية
جامعة مؤتة - الأردن

الملخص

هدفت الدراسة الحالية للكشف عن فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى العلاج الجشتالتي في تحسين مهارات التواصل الزوجي بين الأزواج من الرجال، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٤) زوجاً، ممن مضى على زواجهم بين (٣-١٠) سنوات، وقد اعتبرت علاماتهم في مقياس مهارات التواصل، قياساً قبلياً، ثم وزعوا عشوائياً إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية تلقى أفرادها التدريب على مهارات التواصل، ومجموعة ضابطة لم يتلق أفرادها أي نوع من أنواع التدريب، وقد تم تدريب أفراد المجموعة التجريبية لمدة (١٠) جلسات إرشادية، مدة كل جلسة ساعة ونصف تدريبية، وبعد انتهاء التدريب مباشرة أخذ القياس البعدي للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، وبعد أسبوعين من انتهاء البرنامج أخذ القياس المؤجل (الاحتفاظ) للمجموعة التجريبية.

وباستخدام اختبار (T-test) أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha \geq 0,05)$ في المجموعة التجريبية نفسها قبل وبعد التدريب، في الأداء ككل وفي الأبعاد الأربعة للمقياس ولصالح التدريب، كما أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha \geq 0,05)$ بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في تحسين مهارات التواصل في الأداة ككل وفي أبعاد: مهارات الاستماع والتحدث والتحكم بالانفعالات، ولصالح المجموعة التجريبية، ولم يثبت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مهارة فهم الآخرين. كما لم يثبت وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha \geq 0,05)$ في المجموعة التجريبية بين الاختبار البعدي والمؤجل.

المقدمة

الإنسان اجتماعي بطبعه يميل لتكوين العلاقات وبناء الصداقات، ولا يتم ذلك دون التواصل مع الآخرين، وكلما ارتبط الفرد مع الآخرين كلما زادت حاجته للتواصل الفعال معهم، حتى يتمكن من توضيح ما يريده من ناحية وفهمهم من ناحية أخرى، ويعد الزواج مكانا خصبا لهذا التواصل، حيث يحدث التواصل يوميا بين الزوجين معا من ناحية، وبينهما وبين أطفالهما من ناحية أخرى، وبينهما وبين المجتمع الخارجي من ناحية ثالثة.

ويشير عبد الحميد (١٩٩٧) إلى أن التواصل هو: العملية الاجتماعية التي بمقتضاها تبادل المعلومات والآراء والأفكار في رموز ذات معنى بين الأفراد والجماعات داخل المجتمع وبين الثقافات المختلفة لتحقيق أهداف معينة. والتواصل قد يكون لفظيا أو غير لفظي، فالتواصل اللفظي Verbal Communication قد يكون مكتوبا أو شفويا، ويظهر عن طريق الألفاظ والكلمات والعبارات والأصوات، وتتمثل أسس نجاحه في: المجاملات، التشجيع، الإنصات، الوضوح، الإعادة، الأسئلة، الإقناع، والإيحاء.... (أبو أسعد، ٢٠٠٩) أما التواصل غير اللفظي Non Verbal Communication فهو كما تعرفه سن (Sen, 2004) طريقة لإيصال مشاعرنا وعواطفنا واتجاهاتنا وآرائنا ووجهات نظرنا باستخدام حركات جسدية، ويكون من خلال لغة العيون، لغة الجسد، الإيماءات، تعبيرات الوجه، ولغة المسافة.

ويحتاج الأزواج لتعلم مهارات التواصل من خلال تبادل الأفكار، وعرضها على الطرف الآخر، والتعبير عن الاهتمامات والأمور المزعجة والحاجات الشخصية للطرف الآخر، كما يتطلب استماع الزوج إلى شريكه، والتحدث إليه بطرق بناءة (Rice, 1993). وفي هذا الإطار فتعد لغة التخاطب أو التواصل اللفظي بين الزوجين من أهم أشكال التواصل بينهما، ومن المقومات الأساسية لبناء العلاقة الزوجية السليمة، واستمرارها، كما أن القدرة على التعبير من قبل الزوجين أمام بعضهما البعض تجعل كل منهما يفسر سلوك الآخر تفسيراً صحيحاً (كفاية، ١٩٩٩).

وبالتالي فالتواصل بين الزوجين يشمل التحدث والحوار والتفاعل والمشاركة والتعليقات وردود الفعل... الخ، كما يتضمن التواصل في الحياة الزوجية تبادل وتقاسم المشاعر والتحدث والإنصات المتبادل (الرشيدي والخليفي، ١٩٩٧). كما يتأثر التواصل بعوامل عدة منها: العوامل الاجتماعية والثقافية كوظيفة الزوج. والعوامل النفسية كالحالة الوجدانية ودرجة انفعالات الأزواج (عبد العال، ١٩٩٥)، كما يتأثر التواصل بالدافعية والاهتمام والتوقعات والرغبة في كشف الذات، والتشئة والخلفية الأسرية للزوجين، كما يتأثر بعوامل ديمغرافية كعدد سنوات الزواج ومستوى دخل الأسرة وحجم الأسرة، وأخيرا يتأثر بعوامل جسمية كمشاكل البصر والسمع والإرهاق الجسدي (مبيض، ٢٠٠٠).

وقد يحدث الفشل في مهارات التواصل مما يترتب عليه تأثيرا سلبيا على العلاقات بين الزوجين، وقد يبرز الخلل في مهارات التواصل باستخدام واحدة من الأساليب التواصلية الفاشلة كأسلوب المسترضي أو اللائم أو فوق المعقول أو غير المتوازن، كما قد يستخدم الزوج (أو الزوجة) أكثر من أسلوب، حسب الموقف، ولكنها غير فعالة وتحول دون قدرة الزوجين على النمو (الرشيدي والخليفي، ١٩٩٧). لذا فإن الفشل في التواصل الزوجي سيؤدي إلى مشكلات زواجية كثيرة، وعندما ينشأ خلاف معين تكون الفرصة الوحيدة لحله من خلال التواصل الجيد حول المشكلة (Cox, 1981). ومن هنا تبرز أهمية تعليم مهارات التواصل من أجل المساهمة في تحسين العلاقة بين الأزواج، وبالتالي المساهمة في نجاح الزواج واستمراره وتطوره.

وتبرز فعالية برامج الإرشاد الجمعي في كونها قد تكون وقائية تساعد الأفراد في التغلب على الصعوبات قبل أن تصبح مشكلة حقيقية، أو علاجية تساعد الأفراد الذين يعانون من مشاكل حقيقية تتطلب تغيير السلوك والتوافق مع الآخرين، كما يتميز الإرشاد الجمعي بفعاليته وتأثير الأعضاء بعضهم على بعض، نتيجة الحوار والمناقشة الهادفة والموجهة نحو مشكلات أعضاء الجماعة الإرشادية، ومن خلاله يتعلم الأعضاء السلوك الاجتماعي المقبول من مهارة

التواصل الاجتماعي الديناميكي بأسلوب سهل، ويتقبل الأعضاء آراء الآخرين ويحققوا الشعور بالانتماء للجماعة (أبو عيطة، ١٩٩٧).

مشكلة الدراسة وأهميتها:

إن الأسرة هي نواة المجتمع، فإذا كانت قادرة على التواصل الفعال بين أعضائها فإنها ستسهم في نجاحها واستمرارها وتطورها، وقد تزايد الاهتمام بالآونة الأخيرة من قبل الباحثين والمهتمين في شؤون الأسرة بدور مهارات التواصل القائمة بين الزوجين في المشكلات التي تحدث بينهم، فكثيرا ما تحدث كتب علم النفس العائلي، وعلم الاجتماع عن كيفية تحسين التواصل وإثرائه بين الزوجين، كما لاحظ الباحثون أن مشكلة انقطاع الحوار بين الزوجين كثيرا ما تؤثرهما. والمتأمل فيما يعانيه المجتمع من نسب طلاق مرتفعة، وحالات عنف متزايدة يستدل أهمية مساعدة الزوجين بشكل عام في إقامة تواصل بينهما لكي يكون معينا لهم في حل مشكلاتهم اللاحقة، فعلى سبيل المثال فقد راجع مركز التوعية والإرشاد الأسري الكائن في محافظة الزرقاء عام ٢٠٠٤ فقط أكثر من ٤٣٩ حالة عنف مختلفة (مركز التوعية والإرشاد الأسري، ٢٠٠٥).

كما قام الباحث بعمل استطلاع أولي للمتزوجين فتبين أن معظمهم يفتقر إلى وجود مهارات تواصل فعالة، وأن نقص هذه المهارات هو السبب الرئيسي في حدوث الخلاف مع الآخرين بشكل عام ومع الشريك بشكل خاص، ومن هذا المنطلق فقد بات من الضروري على المختصين بشؤون الأسرة على وجه الخصوص الإسهام بتدريب الزوجين على مهارات تواصل فعالة، واستبدال المهارات القديمة التي تسبب خلافا متزايدا. ويعتقد الباحث أنه ربما يمكن - في حالة استخدام برامج إرشادية علاجية للتدخل في تحسين مهارات التواصل - التصدي للضعف الحاصل في مهارات التواصل الزوجي الفعال، وما يترتب على ذلك من خلل في الحياة الزوجية تطال الأسرة والمجتمع.

كما تبرز مشكلة الدراسة من كون العديد من البرامج الإرشادية

المستخدمة لتحسين مهارات التواصل قد ركزت على التأكد من مدى تحسن الأعضاء بعد انتهاء فترة التدريب مباشرة، ولكنها أهملت المتابعة للتأكد من استمرار امتلاك الأفراد لمهارات التواصل، وهذا مما قد يسبب خللا في فعالية البرامج الإرشادية، ومن أجل كل ذلك، فقد سعت هذه الدراسة إلى الكشف عن فاعلية برنامج إرشاد جمعي في تحسين مهارات التواصل لدى عينة من المتزوجين. وتتحدد أهمية الدراسة الحالية في أنها:

١ - تستهدف فئة هامة من فئات المجتمع وهم الأزواج، وتهتم بمرحلة لها أهميتها وخطورتها وهي بين ٢٥-٤٥ سنة، حيث أشار إريكسون إلى أن هذه المرحلة يمر بها الناس في أزمة الإنتاجية مقابل الركود، وفيها إما شعور الفرد بالإنتاجية والنجاح في الحياة الزوجية والأسرية والمهنية، وإما الاهتمام بالذات والركود.

٢ - تعمل على تدريب الأزواج على مهارة مهمة يفتقر لها أبناء مجتمعنا، نظرا لأنها لا تدرس بمدارس، ولا يدرّبها الآباء بالشكل الصحيح لأبنائهم، والخلل فيها رغم تفوق الفرد بالقدرات العقلية والذكائية لا يسهم في نجاحه في المجتمع ولا يسهم في استمرار علاقاته الاجتماعية مع الآخرين.

٣ - تساعد في إكساب الأزواج الذكور مهارة التواصل والتي ستؤثر في مختلف جوانب حياتهم، ليس فقط في الحياة الزوجية، وإنما أيضا في الحياة الأسرية والمهنية والاجتماعية. وصولا إلى قدرة الفرد على تأكيد ذاته أمام الآخرين، والرضا عن علاقاته بشكل عام.

٤ - تقدم اختبارا لبرنامج إرشادي يمكن للمرشدين الاستفادة منه، ويمكن للمختصين في المراكز الإرشادية أيضا الاستفادة منه، وقد يكون نواة بحيث يطبق أيضا لتعليم الزوجات والأبناء فيما بعد.

٥ - كما تأتي أهمية هذه الدراسة في كونها تخضع مقياس حديث تم تقنيته واستخراج صدقه وثباته، على البيئة العربية، ويتكون من أربعة أبعاد

- أساسية وهي: الاستماع والتحدث ومهارة فهم الآخرين والتحكم بالانفعالات.
- ٦ - وتأتي أيضا أهمية هذه الدراسة في استنادها لعمل برنامج إرشادي من أساس نظري حيث انطلقت من العلاج الجشتالتي، وهي إحدى النظريات التي اهتمت بمهارات التواصل اللفظي وغير اللفظي.
- ٧ - وتأتي أهميتها من كونها تتابع فعالية البرنامج الإرشادي بعد انتهاء تطبيق البرنامج بعد فترة أسبوعين، حتى تتأكد من فعالية البرنامج الإرشادي.
- ٨ - قلة الدراسات العربية المتعلقة بهذا الموضوع، وخاصة المتعلقة منها بفئة الأزواج الذكور - في حدود علم الباحث - وبالتالي فإن هذه الدراسة صممت للبحث في موضوع مهم لا يمكن الاستغناء عنه في ضوء التكنولوجيا والتطورات التي غزت المجتمع فأثرت على تواصل الناس معا وتكيفهم.

هدف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى:

- ١ - فحص فعالية برنامج إرشادي مستند لنظرية الجشتالت في تحسين مهارات التواصل لدى الأزواج من الرجال.
- ٢ - معرفة دور البرنامج في تحسين التواصل على المدى البعيد في الاختبار المؤجل.

أسئلة الدراسة:

وبالتحديد فإن هذه الدراسة حاولت الإجابة عن الأسئلة التالية:

- ١ - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha \geq 0,05)$ في مهارات التواصل بين الأزواج (أفراد المجموعة التجريبية) على مقياس

مهارات التواصل الزوجي بين القياسين القبلي والبعدي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي؟

٢ - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \geq 0.05$) في مهارات التواصل بين الأزواج الذين تلقوا برنامجا إرشاديا في مهارات التواصل (المجموعة التجريبية) والأزواج الذين لم يتلقوا ذلك (المجموعة الضابطة)؟

٣ - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \geq 0.05$) في مهارات التواصل بين الاختبار المباشر والاختبار المؤجل (الاحتفاظ) لدى الأزواج الذين خضعوا لبرنامج مهارات التواصل (المجموعة التجريبية)؟

مصطلحات الدراسة:

البرنامج الإرشادي: Counseling Program

يرى (زهران) أن البرنامج الإرشادي بشكل عام هو برنامج مخطط منظم في ضوء الأسس العلمية لتقديم الخدمات الإرشادية فرديا وجماعيا لجميع من تضمهم المؤسسة بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو السوي والقيام بالاختيار الواعي المتعل ولتحقيق التوافق النفسي داخل المؤسسة وخارجها. (زهران، ١٩٨٠، ٤٣٩) وإجرائيا يمكن تعريف البرنامج الإرشادي بأنه: مجموعة من الجلسات الإرشادية وعددها ١٠ يطبق فيها إجراءات وأساليب إرشادية مستمدة من العلاج الجشثالتي بهدف تحسين مهارات التواصل لدى الأزواج.

مهارات التواصل: Communication Skills

عملية نقل المعلومات والرغبات والمشاعر والتجارب، إما شفويا أو باستعمال الرموز والكلمات والصور والإحصائيات، بقصد الإقناع أو التأثير على السلوك، وأن عملية النقل هي بحد ذاتها هي عملية التواصل (الجردي، ١٩٨٤، ١٩٨). وإجرائيا: الدرجة التي يحصل عليها الزوج المشارك في هذه العينة على مقياس مهارات التواصل المستخدم في الدراسة الحالية.

العلاج الجشثالتي: Gestalt Therapy

إحدى أساليب الإرشاد والعلاج النفسي والتي ترى أن الكائنات الإنسانية تعمل دائما ككل، ويركز على جعل المسترشد يختبر أنا وأنت من خلال هنا والآن، وهو يركز كذلك على الخصائص الحالية لسلوك المسترشد. ومن خلال العلاج الجشثالتي يتعلم المسترشد كيف يعيش في الحاضر، ويركز تفكيره على كل ما له علاقة بالأعمال غير المنتهية، ومن نتائجه تعلم الوعي بالميول والاهتمامات والحاجات إلى أن تصبح ضمن الإدراك. ويهتم المعالج الجشثالتي لتحقيق ذلك باستخدام تمارين وتكنيكات وألعاب متنوعة أثناء العلاج (الخوaja، ٢٠٠٢، ١٨٤). وإجرائيا: مجموعة من الأساليب والتمارين والأنشطة المستخدمة في الجلسات الإرشادية من أجل تحسين مهارات التواصل لدى الأزواج.

الإطار النظري:

يعرف التواصل أنه: العملية التي يقوم بها شخص ما في موقف ما بنقل رسالة تحمل المعلومات أو الآراء أو الاتجاهات أو المشاعر للآخرين، لتحقيق هدف ما باستخدام اللغة أو التعابير بأشكالها المختلفة، وبغض النظر عن الوسيلة التي يتم انتقال الرسالة بها وما قد يعترضها من تشويش أثناء انتقالها (أبو أصبع وأبو عرجة، ١٩٩٦). كما يعرف التواصل أنه: ظاهرة اجتماعية تتم غالبا بين طرفين لتحقيق هدف أو أكثر لأبي منهما أو لكليهما، ويتم ذلك من خلال نقل معلومات وحقائق أو آراء بينهما بصورة شخصية أو غير شخصية وفي اتجاهات متضادة بما يحقق تفاهما متبادلا بينهما ويتم ذلك من خلال عملية اتصالية (الطنوبي، ٢٠٠١).

كما يمكن النظر للتواصل بأنه معالجة ديناميكية تربط بين طرفين مرسل ومستقبل، ويتم من خلاله نقل رسالة تعتبر محور عملية التواصل والتي قد تكون كلمات مكتوبة أو محكية أو تعبيرا جسديا كالابتسام والعبوس، أما قناة التواصل فهي القناة التي تنتقل بها الرسالة من المرسل إلى المستقبل كالحديث الشخصي أو المكالمات الهاتفية والمذكرات والتقارير (الحموي، ٢٠٠٤).

ويلاحظ من هذه التعريفات أن بعضها يركز على أن التواصل يعمل على نقل الأفكار والمعلومات من شخص لآخر، كما أن البعض يرى أن التواصل عملية تفاعل ومشاركة في الخبرات، بينما تؤكد تعريفات أخرى على أهمية العلاقة الإنسانية الاجتماعية القائمة في التواصل.

ويحقق التواصل عدة حاجات للناس كالحاجة إلى الانتماء، والحاجة إلى الطمأنينة والاستقرار، والحاجة إلى تأكيد الذات، كما أن هناك العديد من مهارات التواصل التي تساهم في نجاح عملية التواصل ومنها مهارة الاستماع والإصغاء والتعاطف وعكس المشاعر والتوضيح وإعادة الصياغة (أبو أسعد، ٢٠٠٩). وفي هذا الصدد يرى سكوت (Scott, 1987) أن الحديث حتى يكون مؤثراً لا بد وأن يتصف بمجموعة من الصفات منها:

- مهارات الاستهلال والبداية: المقصود هنا تقنيات الترميز التي توظف لتبدأ عن طريقها التعبير عن نفسك، وتتطلب أن تستخدم مهارات أنا للتعبير عن مشاعرك.
- مهارات الاستماع: يعني حل الرموز الواردة من الشخص الآخر وقد يكون الاستماع: سلبياً يركز على شيء آخر كالتلفاز، أو إيجابياً يقدم تغذية راجعة إيجابية وسلبية.
- مهارات الاستجابة: وتتطلب استخدام جمل بسيطة كمعرفة لما تم سماعه.
- ويعد التواصل الزوجي مهما للأزواج حيث أجرى كاسلو وروبسون (Kaslow & Robison, 1996) دراسة طولية عن الرضا الزوجي وتوقعات الأزواج عن العوامل المساهمة في نجاحه، وطبق الدراسة في الولايات المتحدة على أزواج بأعمار بين ٢٥-٤٦ سنة، وقد تبين فيها أن مما يساعد ما يلي على الرضا الزوجي هو: توفر مهارة التواصل الجيد لدى الزوجين، ومهارات حل المشكلة، ووجود تفكير مرن وتعاوني في حل المشكلات، والقيام بنشاطات معينة، والمناقشة المفتوحة للقضايا واتخاذ القرارات الفعالة.

كما يساعد التواصل الزوجي على الفهم المتبادل، ومعرفة كل شريك للآخر، وعلى تحقيق السعادة الزوجية وتخفيض المشكلات الزوجية إلى الحد

الأدنى، فالتواصل الفعال هو حجر الأساس لأية علاقة (Cox,1981). وفي هذا المجال؛ فإن الكيفية التي يتواصل بها الأزواج مع بعضهم تلعب دورا مهما في علاقاتهم ورضاهم عن زواجهم، فقد توصلت ستير (Stair) إلى أن تصورات الأزواج بشأن اتصالاتهم الزوجية وتصوراتهم للطرف الآخر، كانت ذات أهمية في تقدم أو تدهور علاقاتهم، وأشارت بأنه كلما زادت الفجوة بين ما يتصور الزوج وجوده وبين ممارسات التواصل اللفظية وغير اللفظية لزوجته وما تتصوره الزوجة لهذه الممارسات، كلما زاد احتمال أن تكون علاقاتهم غير مرضية (Houck& Daniel,1994).

وأشار (الخوري، ١٩٨٨) في إطار تحقيق تواصل زوجي أكثر نجاحا إلى أهمية تشجيع الطرف الآخر على البوح بحقيقة ما يشعر به، وتعلم كيفية الإصغاء، وأهمية استخدام لغة الجسم والتي تعتبر جزءا من الحوار، كما نوه لأهمية معالجة المشكلات عند حدوثها حتى لا تتفاقم ويمتد تأثيرها إلى النواحي الأخرى. بينما اقترح برودريك (Broderick,1984) مجموعة من التوصيات المساعدة في نجاح التواصل الزوجي وكان من أهمها: استخدام نبرة ناعمة ومباشرة، واستخدام التواصل بلغة العيون وبشكل مباشر، والتعامل مع الشريك على أنه شخص محترم يشاطرك رغبتك في حل المشكلات.

وقد تعددت النظريات الإرشادية التي تحدثت عن أهمية التواصل الزوجي، ومن أهمها ما ذكرته فريجينا ساتير Satir والمشار لها في (أبو أسعد، ٢٠٠٨) حول أهمية مهارات التواصل لمساعدة أعضاء الأسر ليصبحوا أكثر وعياً، كما كانت ترى - لفهم كيفية تفاعل أعضاء الأسرة معا - لا بد من تحليل عملية التواصل بين أعضاء الأسرة. ويذهب ميرو وكوتمان Kottman& Murro والمشار له في (أبو أسعد، ٢٠٠٨) في هذا الإطار إلى أن اتجاه ساتير يهدف إلى إعادة بناء أساليب التواصل الأسرية السالبة، المتمثلة في أسلوب المصلح، اللوام المحلل للمسئولية، المثير للريكة .. والتي توصف بأنها غير فعالة، وتعوق التواصل المباشر المفتوح، وحث الأسرة على تقليل الرسائل الخفية.

كما اهتمت نظرية بيرلو (Berlo Theory) والمشار لها في (Dervin & Roight, 1994) حيث تتكون النظرية من مرسل ورسالة ووسيلة ومستقل، وتسمى كذلك بنظرية (S.M.C.R) وهي الحروف الأولى من العناصر الأربعة المكونة للنظرية، حيث يرى بيرلو أننا نتصل مع الآخرين كي نؤثر بهم، وأن عملية التواصل لا بد أن يكون لها هدف تسعى لتحقيقه، فالتناس يسعون دائماً للتأثير في بعضهم وفي البيئة التي يعيشون فيها، كذلك كان على القوائم بالتواصل (المرسل) معرفة الهدف الذي يرغب في تحقيقه، وأن يضع هذا الهدف نصب عينيه، ويرجع الفشل في التواصل إلى فقدان الإحساس بالهدف، وعدم الكفاءة في إيصال الرسالة في حين يتوقف نجاح التواصل على مهارة المرسل، واتجاهاته نحو نفسه ونحو الوسيلة التي يستخدمها، وكذلك نحو المستقبلين الذين يسعى للتأثير فيهم.

كما اهتمت نظرية العلاج الجشتالتي لفريدريك بيرلز Fredrick Perls باستخدام التواصل بشكل عام، حيث نظر بيرلز لسلوك الإنسان نظرة كلية فالعقل والجسم ليسا منفصلين بل كل واحد، كما رأى أن الإنسان مسؤول عن نفسه وأفعاله وخبراته، وركز على ماذا يختبر الفرد في المواقف المباشرة وكيف يختبرها، وهذا مما يقود لزيادة الوعي في الحاضر (Corey, 2004). ويرى الجشتاليون في هذا الإطار أن الاضطراب قد يحدث بسبب: نقص الوعي لدى الأفراد، أو عدم تحملهم للمسؤولية، أو نقص القدرة على التواصل والتفاعل، أو وجود أعمال غير منتهية أو غير مكتملة، أو بسبب ثنائية النفس، أي رؤية النفس من جهة واحدة فقط كأن يراها قوية أو ضعيفة (Shilling, 1984).

وعلى صعيد آخر، فإن المرشد الجشتالتي يهتم كثيراً بالتواصل مع المسترشدين والاهتمام بمشاعرهم والرسائل الجسمية الصادرة عنهم من أجل مساعدتهم في زيادة وعيهم، كما أنه يتجنب الكلام المفرط والتفسير والتشخيص (Burks and Steffire, 1979). كما يهتم العلاج الجشتالتي بالعمل من خلال المجموعات الإرشادية (الإرشاد الجمعي) حيث يعمل المعالج فيه مع مجموعة من

الأفراد (Patterson, 1986). حيث أن معظم العلاج الجشطالتي عبارة عن تدريبات أو تمارين يمكن تطبيقها خلال الجلسة الإرشادية الجماعية ومنها: الكرسي الساخن والكرسي الفارغ، واستخدام ماذا وكيف، وتغيير السؤال إلى جملة خبرية، والتعبير عن الإعجاب والاستياء (Paterson, 1986; Corey, 2004; Hansen, 1976).

ومما يدعم فعالية العلاج الجشطالتي في تحسين التواصل ما قام به سوليفان (Sullivan, 1997) حيث أجرى دراسة على (٣٠) شخصا من ولاية أوهايو اشتركوا جميعا في برنامج ارشاد جشطالتي لمدة خمسة شهور، وقد استخدمت في البرنامج تمارين وفنيات جشطالتي مثل لعب الدور والكرسي الساخن وتمارين تحمل المسؤولية ورواية القصة، التي تعتمد على ذكر حوادث سابقة حدثت مع المشتركين بلغة الحاضر (هنا والآن). وأظهرت النتائج أن البرنامج الجشطالتي شجع الإتصال بالذات وبالآخرين.

وفي ضوء ما سبق يتضح أن نظرية الجشتالت لها إسهامات في التواصل، وتتميز عن بقية النظريات باستخدام كم هائل من التمارين والأنشطة التطبيقية المهمة في تحسين التواصل بشقيه اللفظي وغير اللفظي، ومن هذا المنطلق فسوف يتم استخدامها أثناء تنفيذ البرنامج الإرشادي.

الدراسات السابقة:

أجريت دراسات عربية وأجنبية حول موضوع مهارات التواصل والزواج، وسيتم تلخيص أهم هذه الدراسات فيما يلي:

قامت عارف (٢٠٠٢) بدراسة هدفت إلى التعرف على مدى فعالية برنامج إرشادي في تحسين التواصل اللفظي بين الأزواج كمحاولة لتحفيز الإيجابيات وتجاوز السلبيات، وأظهرت النتائج أنه كلما زاد عدد أفراد الأسرة قل اهتمام الزوج في التواصل اللفظي مع الزوجة، الأمر الذي ينعكس على

الاستقرار الزوجي. كما أظهرت أن المستوى الاقتصادي المنخفض يعد عاملاً إيجابياً للتواصل اللفظي عند كل من الزوجة والزوج.

وفي دراسة أخرى أجرت بنات (٢٠٠٤) دراسة هدفت إلى قياس أثر التدريب على مهارات التواصل ومهارة حل المشكلات في تحسين تقدير الذات والتكيف والعنف الأسري، وقد أشارت الدراسة إلى فعالية التدريب على مهارات التواصل وحل المشكلات ولصالح المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في تحسين تقدير الذات ومستوى التفكير وتقليل العنف.

أجرى (Jessee & Guerny, 1981) دراسة لمقارنة طريقة العلاج الجشتالتي مع طريقة تحسين العلاقات للأزواج المتزوجين، حيث طبقت الدراسة على 36 متزوجاً في الولايات المتحدة الأمريكية، اختيروا بطريقة عشوائية وقسموا إلى مجموعتين: واحدة لتحسين العلاقات بشكل عام، وأخرى لتيسر العلاقة انطلاقاً من العلاج الجشتالتي، وتم تدريب كل مجموعة بواقع ساعتين أسبوعياً ولمدة ١٢ أسبوعاً. أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة لصالح المشاركين في كلا المجموعتين وعلى جميع متغيرات الدراسة: (التكيف الزوجي، التواصل، الثقة والتألف، ودرجة التغير الإيجابي في العلاقة، والرضا عن العلاقة، والقدرة على التعامل مع المشكلات)، وبالمقارنة بين المجموعتين فقد أظهر المشاركون الذين خضعوا لتحسين العلاقات بشكل عام تحسناً أكبر في علاقاتهم من المشاركين الذين طبق عليهم العلاج الجشتالتي سواء في: التواصل والرضا عن العلاقة والقدرة على التعامل مع المشاكل.

كما أجرى (Wampler, 1982) مراجعة لعدة بحوث حول فعالية برنامج تواصل زوجي، حيث قام بمراجعة ١٩ بحثاً، وتوصل بأن برنامج التواصل الزوجي يقدم تأثيراً إيجابياً فورياً في السلوك التواصل والرضا عن العلاقة، كما تبين أن هذه البرامج لم تقدم تأثيراً في مستويات اكتشاف الذات وتقدير الذات، كما تبين أن التغير الإيجابي في برامج التواصل الزوجي يعود للاستمرارية في المتابعة في بعض الدراسات، لكن هناك بيانات تفيد باحتمالية

تدهور التواصل الزوجي بعد أسبوع، واقتُرحت الدراسة أنه في البحوث اللاحقة بحاجة لبحث كيفية المحافظة على تأثير البرامج.

وقام آلن (Allen, 1987) بدراسة هدفت إلى التعرف على أثر برنامج يهدف إلى التعرف على أثر تحسين التواصل بين الأزواج في الرضا الزوجي، وتكونت عينة الدراسة من (٣٤) زوجا وزعوا عشوائيا إلى مجموعتين، المجموعة الأولى تلقت برنامجا إرشاديا يهدف إلى تحسين التواصل بين الأزواج، في حين لم تتلق المجموعة الثانية أي برنامج، أظهرت نتائج الدراسة أن أفراد المجموعتين التجريبية أظهروا تحسنا كبيرا في مهاراتهم الاتصالية وقد انعكس ذلك على رضاهم الزوجي.

كما قام (James, 1991) بدراسة تناولت تأثير مهارات التواصل على العلاج الزوجي الانفعالي، ففي هذه الدراسة عمل على تدريب الأزواج على مهارات تواصلية في أربعة جلسات، مضافة للعلاج الزوجي الانفعالي في ثمانية جلسات، حيث تكون البرنامجين من ١٢ جلسة تدريبية، فحصت فيما إذا كان تدريب مجالات التواصل يحسن فعالية العلاج الانفعالي بشكل مركز، وفي كلا المعالجتين تم مقارنة المجموعتين مع مجموعة ضابطة لم تتلقى أي تدريب، وقد أظهرت النتائج بأن كلتا المجموعتين حققت تحسنا أفضل بعد العلاج مقارنة بالمجموعة الضابطة على مقياس التكيف الزوجي Marital Adjustment وتحسين الشكوى المقصودة Target Complaint Improvement، بالإضافة لكون المجموعة التجريبية أصبحت أفضل في التواصل.

ودرس دينتون وآخرون (Denton, Burleson, & Sprenkle, 1994) كل من الدافعية في التواصل الزوجي: دراسة مقارنة عند وجود الضيق وعدم وجوده للأزواج والزوجات، وافترضوا بأن الزوجات في حالة الضيق سيكون أكثر سلبية مما سيؤثر في تواصلهن، ومارنوا ذلك في حالة عدم حدوث الضيق لديهن ولدى الأزواج في حالة حدوثه أو عدم حدوثه. وطبقوا لذلك الدراسة على ٦٠ زوجا وزوجة، واستخدمت مقياس التكيف الزوجي ومقياس المشاركة في مناقشة

المشكلات من خلال التواصل، وتوصلت الدراسة أن الضيق لدى الزوجات أثر وبشكل دال على مهارات التواصل أكثر مما أثر لدى الأزواج، وأكدت الافتراض بأن مهارات التواصل لدى الزوجات عند عدم وجود الضيق، والأزواج في حالة حدوث أو عدم حدوث الضيق لا يختلفوا بشكل ذي دلالة.

وأجرى بورلسن ودينتون (Burlison & Denton, 1997) دراسة حول العلاقة بين مهارات التواصل والرضا الزوجي، هدفت لفحص العلاقة بين مهارات التواصل والرضا الزوجي، واقترحوا بأن العلاقة بينهما ليست بسيطة وإنما متداخلة بشكل كبير، واهتمت بمتغيرات وظيفية تدخل في هذه العلاقة كنمط المهارة، والضيق الزوجي، والنوع الاجتماعي، المشاركين كانوا ٣٠ زوجا يعانون من الضيق و٣٠ زوجا لا يعانون من الضيق، وقد طبقت عليهم أربع مهارات تواصل ومظهرين من الرضا الزوجي، وأظهرت نتائج التحليل بأن هناك علاقة كبيرة مرتبطة بين المتغيرات التي تمت دراستها، وبشكل خاص فإن مهارات التواصل والرضا الزوجي كانا مرتبطتين وبشكل إيجابي بين الأزواج الذين لا يعانون من الضيق الزوجي، وبالمقابل هناك علاقة سلبية مرتبطة بين الأزواج الذين يعانون من الضيق ما بين مهارات التواصل والرضا الزوجي.

وفي مراجعة لبترلر وومبلر (Bulter, & Wampler, 1999) تناول تحليلًا مختصرًا حديث للبحوث والدراسات التي تطرقت لعمل برامج تواصل زوجي، حيث كان عددها ١٦ دراسة، تبين أنها تناولت برامج تدريبية للأزواج تهتم بالممارسة المباشرة لمهارة التواصل ومهارات الاستماع، ومهارات الوعي الذاتي، ومهارات اتخاذ القرارات لحل النزاعات، وقد قسمت الإجراءات المستخدمة للتأكد من مهارات التواصل إلى نوعين: إما الملاحظة أو الاتجاهات، حيث تم التعرف على الاتجاهات من خلال مقياسي الرضا الزوجي ومهارات التواصل. وأشارت النتائج المطبقة في الملاحظة والاتجاهات تحسن في مهارات التواصل بعد تطبيق البرامج التدريبية، وفي المقارنة بين طريقة الملاحظة والاتجاهات تبين أن نتائج الملاحظة كانت أكثر تأثيرًا من طريقة الاتجاهات المستمدة من

المقاييس، وخلصت هذه الدراسة أن تدريب مهارات التواصل لدى الأزواج فعال في تحسين هذه المهارات، لكن من خلال المتابعة البعيدة تبين تدهور في مهارات التواصل المتعلمة بشكل واضح.

كما قام هاهلوج Hahlweg بتدريب ٨٨ زوجاً في برامج تدريبية على مهارات التواصل اللفظية، وقد وجد بأنه بعد التدريب بثمانية شهور استخدم الأزواج مهارات لفظية ايجابية مثل التعبير المباشر عما يرغبون به، وتقديم تغذية راجعة ايجابية وبشكل أكثر تكراراً من الأزواج الذين كانوا في المجموعة الضابطة، وبعد سنة من البرنامج كانت علاقات الأزواج الخاضعين للتدريب أكثر لطفاً وهذوءاً، وقد وجد بأن البرامج التدريبية تبدو كأنها مؤثراً قوياً لدى الأزواج الذين يعيشون معا (Chatterjee, 1999).

كما قام تموثي (Timothy, 2002) بدراسة هدفت إلى التعرف على أثر برنامج إرشادي للتواصل بين الأزواج في تحسين التوافق الزوجي والانفتاح الذاتي وعمل نماذج للتواصل بين الزوجين، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٨) من الأزواج اشتركوا في برنامج إرشادي لمدة ستة شهور، أظهرت نتائج الدراسة أن الأشخاص الذين اشتركوا في البرنامج أصبحوا أكثر قدرة على التواصل بفعالية وأكثر انفتاحاً وتوافقاً زوجياً.

وأجرى رونان ودرير ودولارد ورونان (Ronn, Dreer, Dollard & Ronan, 2004) دراسة حول عنف الأزواج: التعامل معه ومهارات التواصل، حيث طبقوا الدراسة على اثنا عشر متزوجاً، طُلب منهم حضور برنامج معالجة تخفيض العنف، وقد استخدم معهم إجراءات التقرير الذاتي ومهارات حل المشكلات الاجتماعية واستراتيجيات التعامل مع النزاعات المرتفعة، وقد صوروا بالفيديو وهم يناقشون ثلاثة مواقف مختلفة، وقد أظهرت النتائج ما يلي:

١ - لم يكن هناك اختلافات تعزى للجنس في درجة التقرير الذاتي ومهارات التواصل.

- ٢ - عندما كان هناك مواقف توتر منخفضة لدى الأزواج استفادوا من المهارات المتعلمة بشكل كبير وقاموا باستخدامها.
- ٣ - عندما كان هناك مواقف توتر عالية فإن الأزواج لم يستفيدوا من المهارات المتعلمة بالشكل المطلوب.

كما أجرى (Tara, Glen, & Ryan, 2007) دراسة تجريبية لمعرفة تأثير تدريب مهارات التواصل بوجود الزوجين معا، وقد طبقت الدراسة على عينة من ٣٠ زوجا، واستندت الدراسة إلى فرضية (et, al Gottman) والتي مفادها بأن أساليب التواصل (الاستماع والتحدث) ستقود إلى تحسين الرضا الزوجي إذا ناقش الزوج مشكلاته بوجود طرف ثالث، وقد قارنت هذه الدراسة بين تأثير مهارات التواصل (الاستماع والتحدث) عندما يناقش الزوجان مشكلاتهم بوجود طرف ثالث، أو عندما يكونوا وحدهم، وقد وجدت بأنه لا يوجد فروق ذات دلالة بين المجموعتين في مستوى الرضا الزوجي أو مهارات التواصل لديهم، وبالتالي لم يتم دعم الفرضية التي تم الاستناد إليها.

مناقشة الدراسات السابقة:

لمعرفة علاقة الدراسة الحالية بالدراسات السابقة سيتم تحليل هذه الدراسات وفق المتغيرات الآتية:

أولاً - الأهداف:

تعددت أهداف الدراسات السابقة، ويمكن حصرها في:

- ١ - دراسات ركزت على المقارنة بين طرق مرتبطة بالتواصل كالمقارنة بين طرق العلاج الجشتالي مع طرق عامة.
- ٢ - دراسات اهتمت بمراجعة بحوث حول فعالية تدريب مهارات التواصل.
- ٣ - دراسات ركزت على ربط مهارات التواصل مع متغيرات أخرى كالدافعية والرضا الزوجي.

٤ - دراسات ركزت على ربط التدريب على مهارات التواصل ومتغيرات أخرى كحل المشكلات.

٥ - دراسات ركزت على تدريب مهارات تواصل محددة كمهارات التواصل اللفظي.

أما الدراسة الحالية فقد اختلفت من حيث أنها هدفت لمراجعة فعالية برنامج إرشادي مستند للعلاج الجشتالتي وهو ما لم تتطرق له أي من الدراسات السابقة، واتفقت مع معظمها في تنمية مهارات التواصل.

ثانياً - العينة:

تراوحت عينات الدراسات التدريبية التي اهتمت بمهارات التواصل بين ١٢-٦٠ متزوجاً. أما الدراسة الحالية فقد بلغت عينتها (٢٤) فرداً من الأزواج الرجال فقط.

ثالثاً - الأداة:

تنوعت الأدوات المستخدمة في الدراسات السابقة كمقياس التكيف الزوجي، تحسين الشكوى، المشاركة في مناقشة المشكلات، مهارات التواصل، والملاحظة والتقرير الذاتي. أما الدراسة الحالية فقد استخدمت مقياس حديث وهو مقياس مهارات التواصل والذي لم يستخدم من قبل.

رابعاً - النتائج:

اختلفت نتائج الدراسات السابقة باختلاف أهدافها والعينة، ويمكن إيجاز أهم النتائج بما يلي:

- ١ - يفيد العلاج الجشتالتي في تحسين مهارات التواصل.
- ٢ - يفيد التدريب في تحسين مهارات التواصل والتواصل اللفظي وبشكل فوري.
- ٣ - يبدأ التواصل بالتدهور بعد فترة إذا لم يتابع.

- ٤ - يرتبط التواصل الزوجي مع الرضا الزوجي.
- ٥ - تتحسن مهارات التواصل عندما يكون مستوى العنف منخفضاً بين الزوجين، بينما لا يستفاد منه عندما يكون هناك مستوى عنف مرتفع.
- ٦ - لا تختلف ممارسة مهارات التواصل عندما يكون الزوجان وحدهم أو بوجود طرف ثالث.

أما الدراسة الحالية فتمتاز عن الدراسات السابقة من حيث النتائج: بكونها أظهرت فعالية البرنامج الإرشادي على المدى القصير وبعد فترة في الاختبار المؤجل، حيث لم تظهر هناك فروق ذات دلالة إحصائية بعد تطبيق المقياس مباشرة وبعد تطبيقه بفترة أسبوعين.

الطريقة والإجراءات:

مجتمع الدراسة وعينتها:

تكون مجتمع الدراسة من المتزوجين والقاطنين في محافظة الزرقاء/الأردن، تم اختيارهم بحيث تتوفر لديهم شروط الدراسة، وهي: ذكور، ومضى على زواجهم بين ٣-١٠ سنوات، ولديهم الرغبة في المشاركة في تنفيذ البرنامج الإرشادي المعد لهذه الدراسة، ويقدر عدد أفراد المجتمع الذي تنطبق عليه شروط الدراسة بواقع ٣٣٠٠٠ ألف رجل.

أما عينة الدراسة فقد تألفت من ٢٤ زوجاً، تم اختيارهم من المجتمع بطريقة العينة الملائمة لأهداف الدراسة، وتم اختيارهم من خلال التعاون مع مركز التوعية والإرشاد الأسري، حيث قام المركز بعرض فكرة البرنامج على مجموعة من المتزوجين، والذين أبدوا موافقة على المشاركة في البرنامج، وروعي في العينة الشروط التالية حتى تتوافر فرصة الانسجام بين أعضاء المجموعة:

- ١ - أن يكون قد مضى على زواجهم مدة تتراوح بين ٣-١٠ سنوات.
- ٢ - أن يتراوح المستوى التعليمي بين التوجيهي والجامعي.
- ٣ - أن يتراوح المستوى الاقتصادي بين ٢٠٠ دينار ولغاية ٥٠٠ دينار.

٤ - أن لا يقل العمر عن ٢٥ سنة ولا يزيد عن ٤٥ سنة.

وبالتالي فقد تم ضبط المتغيرات الدخيلة التالية: العمر، المستوى التعليمي، المستوى الاقتصادي، مدة الزواج.

وقد تم توزيع أفراد العينة إلى مجموعتين متساويتين بالطريقة العشوائية البسيطة، إذ أعطي أفراد العينة وبشكل عشوائي الأرقام (١، ٢)، ثم اعتبر الأفراد الذين أعطوا الرقم (١) المجموعة التجريبية التي تلقى أفراد التدريب على مهارات التواصل، واعتبر الأفراد الذين أعطوا الرقم (٢) المجموعة الضابطة التي لم يتلق أفرادها أي نوع من أنواع المعالجة، وقد بلغ عدد أفراد كل مجموعة (١٢) زوجاً. وبعد حساب الدلالة الإحصائية بين متوسطي المجموعتين التجريبية والضابطة على الاختبار القبلي لمقياس مهارات التواصل باستخدام اختبار (ت) والذي أشارت نتائجه إلى عدم وجود فرق دال إحصائياً بين المتوسطين حيث كان الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (٢,٧٨) وللمجموعة الضابطة (٣,١١) وبلغت قيمة (ت) (-١,٥٤) لدرجات حرية (٢٢)، وهذا يؤكد عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج الإرشادي، وبالتالي فإن الفروق ستعزى للبرنامج الإرشادي.

أدوات الدراسة:

أولاً - مقياس مهارات التواصل:

بغرض تحقيق أهداف الدراسة تم الاستعانة بمقياس مهارات التواصل والتي قامت ببنائه وتقنيه على المجتمع الأردني الحميدات (٢٠٠٧). ويتألف المقياس من ٣٢ فقرة، يقيس أربعة أبعاد وهي: مهارات الاستماع، التحدث، فهم الآخرين، التحكم بالانفعالات. وقد قامت بتقنيه من خلال تطبيقه على عينة مقدراتها (٢٠٠٠) طالب وطالبة من طلبة الجامعات الأردنية، وقد أظهرت نتائج التطبيق مؤشرات صدق وثبات جيدة للمقياس، حيث تم إيجاد معامل الصدق التلازمي بتطبيق مقياسين محكمين بلغ معامل ارتباطهما مع المقياس (٠,٦٨، ٠,٧١) أما

الثبات فقد تم تقديره بطريقتين هما الثبات بمفهوم الاستقرار وبلغت قيمته (٠,٧٨)، والثبات بمفهوم الاتساق الداخلي وبلغت قيمته (٠,٧٢)، ولذلك تم استخدام هذا المقياس.

ويتكون مقياس مهارات التواصل من (٣٢) فقرة موزعة على أربعة مجالات هي:

أ - مجال مهارات الاستماع: Listening وقيس القدرة على الاستماع أثناء التواصل مع الآخرين بفعالية وتقيسها الفقرات ٤، ٥، ١٠، ١١، ١٧، ٢١، ٢٢، ٢٣.

ب - مجال مهارات التحدث: Speaking يقيس القدرة على إيصال الرسالة بنجاح أثناء التواصل اللفظي، وتقيسها الفقرات ٦، ٧، ١٢، ١٣، ١٦، ٢٤، ٣١، ٣٢.

ج - مجال مهارة فهم الآخرين: Emotional Others يقيس مهارة الفرد على فهم الرسائل الموجهة إليه لفظياً أو باستخدام الإيماءات، وتقيسها الفقرات ٨، ٩، ١٤، ١٨، ٢٠، ٢٨.

د - مجال التحكم بالانفعالات: Emotional Management يقيس القدرة على إظهار المشاعر المناسبة والتحكم بهذه المشاعر، والقدرة على التعامل مع مشاعر الآخرين. وتقيسها الفقرات ١، ٢، ٣، ١٥، ١٩، ٢٦، ٢٧، ٢٩، ٣٠.

ووضع أمام كل فقرة سلم من خمس درجات حسب أسلوب ليكرت تعبر عن درجة انطباق مضمون الفقرة على المفحوص، هي: (بدرجة كبيرة جداً، وبدرجة كبيرة، وبدرجة متوسطة، وبدرجة قليلة، وبدرجة قليلة جداً) تقابلها العلامات (٥، ٤، ٣، ٢، ١) على الترتيب، علماً أن الأداة تم إعادة التحقق من صدقها وثباتها بسبب اختلاف العينة المستخدمة من طلبة الجامعة لدى الحميدات، إلى الأزواج لدى الباحث في الدراسة الحالية.

حيث قام الباحث بعرض المقياس على لجنة من (١٠) من أعضاء الهيئة التدريسية في كلية العلوم التربوية في جامعة مؤتة، وتم مراعاة الملاحظات التي

أجمع عليها ثلاثة من المحكمين، حيث عدلت بعض الفقرات لتناسب التواصل الزوجي. كما قام الباحث باستخراج ثبات المقياس باستخدام طريقة إعادة الاختبار على عينة عددها (٢٠) زوجاً من المجتمع المحلي المناسب لشروط العينة، من غير العينة التي تم تطبيق الدراسة عليها، حيث كانت قيمة معامل الثبات لبعد التحكم بالانفعالات (٠,٨٤)، ولبعد الاستماع (٠,٧٩)، ولبعد فهم الآخرين (٠,٧٧)، ولبعد التحدث (٠,٧٠)، وللمقياس الكلي (٠,٨١). وهو معامل ثبات مناسب، وبعد ذلك تم استخدام المقياس على عينة الدراسة.

ولتصحيح المقياس فإن العلامة تتراوح ما بين (١٦٠-٣٢)، حيث يعتبر الشخص الذي يحصل على علامة تقترب من (١٦٠) بأن لديه مهارات تواصل عالية، والشخص الذي تقترب علامته من (٣٢) لديه مهارات تواصل منخفضة، وعلامة القطع هي (٩٦).

ثانياً - برنامج الإرشاد الجمعي المستند للعلاج الجشتالتي:

أولاً - أهداف البرنامج:

الهدف العام للبرنامج: تحسين التواصل الشخصي والاجتماعي لدى الأزواج في البرنامج.

الأهداف الخاصة للبرنامج:

- ١ - توفير فرصة للتفاعل والمشاركة بين الأعضاء عند تطبيق التمارين والأنشطة المختلفة.
- ٢ - مساعدة الأعضاء في تحسين تواصلهم بحياتهم بشكل عام ومع زوجاتهم بشكل خاص.

ثانياً - بناء البرنامج وصدقه:

بعد القراءة والاطلاع على الأدب النظري في مهارات التواصل والعلاج الجشتالتي، مستفيداً مما تضمنه من فنيات وتمرين لها علاقة بالجشتالت

وتسهم في تحسين مهارات التواصل، قام الباحث ببناء البرنامج، وللتأكد من صدق البرنامج تم عرضه بنسخته الأولى على (١٠) محكمين من جامعة مؤتة للإطلاع على جلساته، وقد قام الباحث بأخذ الرأي إذا اتفق ثلاثة من المحكمين في هذا الرأي، وبعد ذلك تم تطبيق المقياس على المفحوصين. وقد استعان الباحث أثناء اختيار الجلسات بمراجع مختلفة وهي:

(Corey, 2004; Patterson,1986; Burks and Steffire,1979; Shilling, 1984)

ثالثاً - محتوى البرنامج:

تكون البرنامج من (١٠) جلسات إرشادية، مدة كل منها ساعة ونصف، وتضمنت كل جلسة مجموعة من الأهداف والتمارين والأنشطة وواجب بيئي، وقد صيغت الأهداف بحيث تعمل على تحسين التواصل لدى الأزواج، وقد تم الاكتفاء ب (١٠) جلسات إرشادية للاعتقاد أن هذا العدد كاف لتغطية المهارات المختلفة، وبسبب صعوبة حضور الأزواج لأكثر من هذا العدد من الجلسات بسبب عملهم وانشغالاتهم. وفيما يلي نبذة مختصرة عن كل جلسة:

الجلسة الأولى: التعارف وتعريف بهدف البرنامج وهدفها التعارف بين المرشد والأعضاء والاتفاق على معايير الإرشاد وحقوق وواجبات كل عضو.

الجلسة الثانية: ما مهارات التواصل وما أهميتها؟ وهدفها تقديم معلومات بسيطة عن مهارات التواصل واستعراض حالات اجتماعية ناجحة، والحديث عن تواصل الأعضاء في حياتهم.

الجلسة الثالثة: دور اللغة في التواصل وهدفها التعرف على دور اللغة في التواصل واستبدال العبارات السلبية التي تبعد الأعضاء عن الوعي بالذات، والتعرف على طريقة السؤال التي تزيد من الوعي الذاتي.

الجلسة الرابعة: اللغة غير اللفظية وأهميتها في التواصل وهدفها تحدث الأعضاء عن خبراتهم اللفظية، وتعليم الأعضاء الوعي بأعضاء الجسم، وتعريفهم على أهمية التواصل البصري وتطبيقه.

الجلسة الخامسة: الوعي بالأنا الأعلى والأنا السفلى وهدفها أن يذكر الأعضاء خبرات عاشوها وإيجابيات وسلبيات في حياتهم ولأنفسهم، وأن ينظروا لأنفسهم من جانب القوة ومن جانب الضعف.

الجلسة السادسة: الأعمال غير المنتهية هدفها أن يتعلم الأعضاء أهمية التعبير عن المشاعر غير المنتهية، وأن يتحدثوا بصيغة الحاضر.

الجلسة السابعة: زيادة إحساس العضو بالذات والآخرين ويهدف التدريب في هذه الجلسة على زيادة إحساس العضو بذاته من خلال استخدام تكتيك الكرسي الفارغ، وزيادة إحساسه بالآخرين من خلال استخدامه تكتيك الكرسي الساخن.

الجلسة الثامنة: طبقات العصاب والتواصل وتهدف للتعرف على طبقات العصاب التي تحول دون التواصل الصحيح، وتعريف الأعضاء بموقعهم في هذه الطبقات، ومساعدتهم على الانتقال للوصول للتفجر الخارجي وزيادة تواصلهم مع الآخرين دون خوف.

الجلسة التاسعة: تكامل الشخصية والتواصل وتهدف لمساعدة الأعضاء على أن يفكروا بصوت مرتفع، وأن يتحدثوا عن خيالاتهم بطريقة مختلفة، وأن يتحملوا مسؤولية سلوكهم بشكل أفضل.

الجلسة العاشرة: الإنهاء وتطبيق المقياس وتهدف هذه الجلسة لإنهاء ما تبقى لدى الأعضاء ومناقشة الخبرات التي تعلموها في الجلسات، كما تهدف لأن يتحدث كل عضو عن خبراته في التواصل الجديدة مع الآخرين.

تطبيق أدوات الدراسة:

بعد تحديد عينة الدراسة التي تمثل المجموعة التجريبية والضابطة، قام الباحث بتطبيق مقياس مهارات التواصل على المجموعتين، وتم ترصيد نتائج كل زوج (قياس قبلي) ثم قام الباحث بتطبيق برنامج تحسين مهارات التواصل المستند إلى العلاج الجشثالتي على أعضاء المجموعة التجريبية، وتركت

المجموعة الضابطة بدون أية معالجة، وبعد الانتهاء من تطبيق البرنامج الإرشادي تم تطبيق أداة الدراسة على المجموعتين التجريبية والضابطة، ورصدت الدرجات (قياس بعدي) وبعد أربعة عشر يوماً، أعيد تطبيق مقياس مهارات التواصل على أعضاء المجموعة التجريبية كاختبار مؤجل. وقد نفذ البرنامج تحت إشراف الباحث المباشر.

التصميم التجريبي والتحليل الإحصائي:

تعد الدراسة الحالية دراسة تجريبية هدفت إلى التعرف على أثر برنامج إرشادي مستند إلى العلاج الجشتالتي في تحسين مهارات التواصل لدى الأزواج، وقد استخدمت الدراسة لفحص أثر برنامج الإرشاد الجمعي على الدرجة التي يحصل عليها الزوج على مقياس مهارات التواصل للتصميم التالي:

مجموعة تجريبية	قياس قبلي	برنامج الإرشاد الجمعي مهارات التواصل	قياس بعدي	قياس مؤجل
مجموعة ضابطة	قياس قبلي	لا معالجة	قياس بعدي	لا قياس

وقد قام الباحث باستخدام اختبار (T-test) للعينات غير المستقلة (المترابطة) لاختبار السؤال الأول والثالث، واستخدام اختبار (T-test) للعينات المستقلة (غير المترابطة) للتحقق من صحة السؤال الثاني.

نتائج الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية لمعرفة فعالية برنامج إرشادي مستند إلى العلاج الجشتالتي في تحسين مهارات التواصل لدى الأزواج.

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

وللإجابة عن السؤال الأول والذي ينص على ما يلي (هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha \geq 0,05)$ في مهارات التواصل بين الأزواج (أفراد المجموعة التجريبية) على مقياس مهارات التواصل الزوجي بين

القياسين القبلي والبعدي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي؟ وللإجابة عن هذا السؤال قام الباحث باستخدام اختبار (T-test) للعينات غير المستقلة (المترابطة) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس مهارات التواصل ككل وعلى الأبعاد الأربعة، والجدول رقم (١) يوضح ذلك.

الجدول رقم (١)

نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس مهارات التواصل الزوجي

الأبعاد	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
مهارات الاستماع	القبلي	٢,٨١	٠,٦٨	٤,٠٣-	٠,٠٠٢
	البعدي	٣,٥٦	٠,٤٠		
مهارات التحدث	القبلي	٢,٨٢	٠,٦٧	٣,٧٤-	٠,٠٠٣
	البعدي	٣,٥٥	٠,٣٠		
مهارة فهم الآخرين	القبلي	٢,٦٨	٠,٦٦	٣,٨١-	٠,٠٠٣
	البعدي	٣,٣٩	٠,٦٠		
التحكم بالانفعالات	القبلي	٢,٧٧	٠,٧٧	٣,٦٦-	٠,٠٠٤
	البعدي	٣,٤٣	٠,٣٩		
الأداة ككل	القبلي	٢,٧٨	٠,٦٢	٤,٥٤-	٠,٠٠١
	البعدي	٣,٤٨	٠,٣١		

يتضح من الجدول رقم (١) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية في المقياس ككل، وفي الأبعاد الأربعة، حيث بلغت قيمة (ت) -٤,٥٤- للأداة ككل، كما بلغت قيمة (ت) للأبعاد الأربعة مهارات الاستماع ومهارات التحدث ومهارة فهم الآخرين والتحكم بالانفعالات على الترتيب (-٤,٠٣، -٣,٧٤، -٣,٨١، -٣,٦٦) وهي قيم دالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \geq ٠,٠٥$). مما يشير إلى اختلاف متوسطات درجات أفراد

المجموعة التجريبية على مقياس مهارات التواصل ككل وعلى الأبعاد الأربعة باختلاف القياسين القبلي والبعدي.

كما يتضح من الجدول رقم (١) أيضا أن الفروق كانت لصالح القياس البعدي، حيث بلغ متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية على الأداة ككل في القياس البعدي (٣,٤٨)، مقابل متوسط حسابي قدره (٢,٧٨) للقياس القبلي، كما بلغ قيمة متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في بعد مهارات الاستماع في القياس البعدي (٣,٥٦)، مقابل متوسط حسابي قدره (٢,٨١) للقياس القبلي، كما بلغ متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في بعد مهارات التحدث في القياس البعدي (٣,٥٥)، مقابل متوسط حسابي قدره (٢,٨٢) للقياس القبلي، وهذا يدل على فاعلية البرنامج الإرشادي مع المجموعة التجريبية في هذه الأبعاد.

كما يفيد جدول رقم (١) أن مهارة فهم الآخرين تحسنت من (٢,٦٨) إلى (٣,٣٩) وكان الفرق ذو دلالة، وهذا يدل على فاعلية البرنامج الإرشادي مع المجموعة التجريبية نفسها في هذا البعد.

النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

ينص السؤال الثاني على: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) في مهارات التواصل بين الأزواج الذين تلقوا برنامجا إرشاديا في مهارات التواصل (المجموعة التجريبية) والأزواج الذين لم يتلقوا ذلك (المجموعة الضابطة)؟

وللإجابة عن هذا السؤال قام الباحث باستخدام اختبار (T-test) للعينات المستقلة (غير المترابطة) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس مهارات التواصل ككل وعلى الأبعاد الأربعة، والجدول التالي رقم (٢) يوضح النتائج المتعلقة بذلك.

جدول رقم (٢)

نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس مهارات التواصل الزوجي

الأبعاد	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
مهارات الاستماع	التجريبية	٣,٥٦	٠,٤٠	٢,٧٢	٠,٠١٣
	الضابطة	٣,٠٩	٠,٤٤		
مهارات التحدث	التجريبية	٣,٥٥	٠,٣٠	٣,٤٢	٠,٠٠٢
	الضابطة	٣,٠٦	٠,٣٩		
مهارات فهم الآخرين	التجريبية	٣,٣٩	٠,٦٠	٠,٧٧	٠,٤٥
	الضابطة	٣,٢٢	٠,٤٤		
التحكم بالانفعالات	التجريبية	٣,٤٣	٠,٣٩	٢,٧٤	٠,٠١٢
	الضابطة	٢,٨٨	٠,٥٧		
الأداة ككل	التجريبية	٣,٤٩	٠,٣١	٣,١٤	٠,٠٠٥
	الضابطة	٣,٠٥	٠,٣٧		

ويتضح من الجدول السابق رقم (٢) وجود فروق دالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي في الأداة ككل، وفي الأبعاد: مهارات الاستماع، مهارات التحدث، والتحكم بالانفعالات، حيث بلغت قيم (ت) لبعد التحكم للأداة ككل (٣,١٤)، ولبعد مهارات الاستماع (٢,٧٢)، ولبعد مهارات التحدث (٣,٤٢)، ولبعد التحكم بالانفعالات (٢,٧٤)، وجميع تلك القيم دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \geq 0,05$). مما يشير إلى أنه تختلف متوسطات درجات القياس البعدي على مقياس مهارات التواصل على الأداة ككل وعلى الأبعاد الثلاثة باختلاف المجموعتين (التجريبية والضابطة)، وهذا يشير إلى تحسن في مهارات التواصل في المقياس ككل وفي الأبعاد الثلاثة، مما يدل على فاعلية البرنامج الإرشادي مع المجموعة التجريبية من خلال الفرق بين المجموعتين في الأداة ككل وفي هذه الأبعاد.

ويفيد جدول رقم (٢) كذلك أن متوسط مهارة فهم الآخرين عند المجموعة التجريبية لا يختلف كثيرا عن متوسط المجموعة الضابطة، حيث بلغت قيم (ت) لبعد مهارة فهم الآخرين (٠,٧٧) وهذه القيم غير دالة إحصائيا عند مستوى دلالة ($\alpha \geq 0,05$)، وهذا يدل على تحسن مهارة فهم الآخر عند المجموعتين: التجريبية والضابطة في فترة التدريب، مما يشير إلى أن تحسن هذه المهارة عند المتزوجين لا يعتمد على الإرشاد وحده.

النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث:

ينص السؤال الثالث على: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \geq 0,05$) في مهارات التواصل بين الاختبار المباشر والاختبار المؤجل (الاحتفاظ) لدى الأزواج الذين خضعوا لبرنامج مهارات التواصل (المجموعة التجريبية)؟

وللإجابة عن هذا السؤال قام الباحث باستخدام اختبار (T-test) للعينات غير المستقلة (الترابطة) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والمؤجل على مقياس مهارات التواصل ككل وعلى الأبعاد الأربعة، والجدول رقم (٣) يوضح ذلك.

الجدول رقم (٣)

نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والمؤجل على مقياس مهارات التواصل الزوجي

الأبعاد	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
مهارات الاستماع	البعدي	٣,٥٦	٠,٤٠	٠,٧٥	٠,٤٧
	المؤجل	٣,٤٨	٠,٣٣		
مهارات التحدث	البعدي	٣,٥٥	٠,٣٠	٠,٤٥	٠,٥٣
	المؤجل	٣,٤٩	٠,٣٨		
فهم الآخرين	البعدي	٣,٣٩	٠,٦٠	١,٦٠	٠,١٤
	المؤجل	٣,٢٧	٠,٤٣		

تابع/ الجدول رقم (٣)

نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والمؤجل على مقياس مهارات التواصل الزوجي

الأبعاد	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
التحكم بالانفعالات	البعدي	٣,٤٣	٠,٣٩	١,٦٦	٠,١٣
	المؤجل	٣,٢٩	٠,٣٨		
الأداة ككل	البعدي	٣,٤٩	٠,٣١	٢,٠٨	٠,٠٦
	المؤجل	٣,٣٨	٠,١٩		

يتضح من الجدول رقم (٣) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعدي والمؤجل لأفراد المجموعة التجريبية في المقياس ككل، وفي الأبعاد الأربعة، حيث بلغت قيمة (ت) ٢,٠٨ للأداة ككل، كما بلغت قيمة (ت) للأبعاد الأربعة مهارات الاستماع ومهارات التحدث ومهارة فهم الآخرين والتحكم بالانفعالات على الترتيب (٠,٧٥، ٠,٤٥، ١,٦٠، ١,٦٦) وهي قيم غير دالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \geq ٠,٠٥$). مما يشير إلى عدم اختلاف متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس مهارات التواصل ككل وعلى الأبعاد الأربعة باختلاف القياسين البعدي والمؤجل.

المناقشة والتوصيات:

استهدفت الدراسة الحالية التعرف على فعالية برنامج إرشادي يستند إلى العلاج الجشتالتي في تحسين مهارات التواصل لدى الأزواج، وقد أظهرت النتائج وجود فروق في المجموعة التجريبية قبل وبعد التدريب، كما أظهرت أن هنالك فرقا بين المجموعة التجريبية والضابطة بالأداة ككل وفي أبعاد التحكم بالانفعالات ومهارات التحدث ومهارة الاستماع، ولم يظهر فروق ذات دلالة في بعد مهارة فهم الآخرين، وأظهرت كذلك عدم وجود فروق بين الاختبار البعدي والاختبار المؤجل في المجموعة التجريبية.

فبالنسبة للسؤال الأول تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المجموعة التجريبية قبل التدريب على البرنامج الإرشادي وبعد التدريب في الأداة ككل وفي الأبعاد الأربعة، ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن التمارين والأنشطة المستخدمة في العلاج الجشتالتية أتاحت للأزواج فرصة لتنمية مهارات التواصل لديهم، وظهر ذلك في المجموعة التجريبية نفسها، والتي تحسن أداؤها عما كانت قبل التدريب من حيث مهارات التواصل، ويعزى ذلك للبرنامج التدريبي الإرشادي، ويبدو أن الاستراتيجيات المستخدمة في هذا البرنامج كالتمارين اللغوية، والانتباه للغة الجسدية، والمواجهة مع الذات وأساليب أخرى والتي ركزت بشكل جوهري على زيادة وعي الأعضاء بأنفسهم أثناء تواصلهم مع الآخرين، وتحميلهم مسؤولية سلوكهم وأفكارهم ومشاعرهم، قد ساعدت هذه الاستراتيجيات في تحسن أفراد المجموعة التجريبية عما كانوا سابقاً في مهارات تواصلهم وبشكل ذي دلالة.

ويمكن تفسير ذلك أيضاً من خلال تفاعل الأعضاء معاً، فالإرشاد الجمعي يسمح للأعضاء بأن يتفاعلوا معاً، وهذا الأمر قد يكون انعكس على طريقة تواصلهم، وتغيرت مهاراتهم التواصلية سواء ما تعلق بها بالاستماع أو التحدث أو فهم الآخرين أو التحكم والسيطرة على انفعالاتهم، ويعتقد أن يساعد ذلك لاحقاً في حسن تعاملهم مع زوجاتهم، وفي استخدام أساليب تواصلية أكثر فعالية من السابق. ويمكن القول من خلال إجابة هذا السؤال فقط أن البرنامج الإرشادي قد حقق الهدف منه في تحسين مهارات التواصل لدى الأزواج.

أما بالنسبة للسؤال الثاني فقد تبين أيضاً وجود فروق ذات دلالة بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي على الأداة وعلى الأبعاد الثلاثة وهي: الاستماع والتحدث والتحكم بالانفعالات، وعدم وجود دلالة في البعد الرابع والمتعلق بمهارة فهم الآخرين، وتبين النتائج أنفة الذكر أن البرنامج الإرشادي المعد لهذا الغرض قد ساعد في تحسين مهارات التواصل لدى

الأزواج، ويعزو الباحث هذا التحسن إلى طبيعة التمارين والواجبات والأنشطة التي دار حولها البرنامج الإرشادي؛ والمستند إلى العلاج الجشتالتي؛ حيث ركزت الجلسات على التمارين اللفظية وغير اللفظية والوعي والأعمال غير المنتهية.

وللتعليق على البعد الرابع والمتعلق بمهارة فهم الآخرين، فقد أشار السؤال الأول إلى تحسن في متوسط درجات المجموعة التجريبية في الإجراء البعدي في مهارة فهم الآخرين، وكانت الفروق دالة إحصائياً، وهذا يدل على أن نفس أعضاء المجموعة التجريبية قد تحسّنوا في هذه المهارة. أما السؤال الثاني فقد أظهر عدم وجود فروق بين متوسط درجات المجموعة الضابطة والتجريبية في الإجراء البعدي، وقد تكون هذه المهارة تحسّنت عند المجموعتين ويعزو الباحث ذلك بسبب عدم التكافؤ بين المجموعة الضابطة والتجريبية في مهارة فهم الآخرين قبل التجربة، ولا سيما أنه تم تقديم التكافؤ بين المجموعتين في الدرجة الكلية وليس للمتوسطات للمقاييس الفرعية. وبشكل عام فإن نتائج هذه الدراسة تتفق مع نتائج دراسات كل من (Jessee & Guerny, 1981; Wampler, 1982; James, 1991; Bulter, & Wampler, 1999; عارف، ٢٠٠٢؛ بنات، ٢٠٠٤) والتي أشارت كلها إلى فعالية التدريب على مهارات التواصل للأزواج.

وبالنسبة للسؤال الثالث فقد تبين عدم وجود فروق في المجموعة التجريبية بعد تطبيق المقياس مباشرة وبعد فترة (١٤) يوماً من انتهاء البرنامج أي التطبيق المؤجل، سواء على الأداة ككل وعلى الأبعاد الأربعة، وكان هدف السؤال هو معرفة مدى التغير في مهارات التواصل بعد فترة من الزمن، حيث أشارت العديد من الدراسات إلى أن تدريب مهارات التواصل يتدهور مع الزمن ويبدأ بالتراجع ومنها دراسة (Wampler, 1982; Bulter, & Wampler, 1999) ودراسة (Ronn, Dreer, Dollard & Ronan, 2004) والتي أشارت إلى أنه وفي حالة المواقف الصراعية المرتفعة يبدو أن الأزواج لم يستفيدوا من المهارات التواصلية، وقد جاءت نتائج هذا السؤال معارضة لهذه الدراسات فقد تبين أنه لا توجد فروق ذات دلالة في المجموعة التجريبية بعد القياس المباشر للأداء

وبعد القياس المؤجل، وربما يعزى استقرار مستوى مهارات التواصل لدى استفادة الأزواج من البرنامج التدريبي، ويبدو أيضاً أن الأزواج خلال تواجدهم في البرنامج قد امتلكوا مهارات فعلية ولم يمتلكوا معلومات فقط، وعلى صعيد آخر قد يعود حصول الأزواج على نتائج متقاربة لاحتفاظهم بمعلومات عن المقياس المطبق عليهم في القياس القبلي والبعدي والمؤجل، وربما يدعونا ذلك إلى عمل متابعة طويلة المدى للبرنامج بعد ستة شهور مثلاً، للتأكد من استمرار الأفراد في امتلاك مهارات تواصلية، كما قد يدفع ذلك للبحث في المرات القادمة عن أساليب جديدة لقياس مهارات التواصل وذلك من خلال المحيطين بالفرد الخاضع للبرنامج كالزوجات مثلاً.

إن نتائج السؤال الأول والثاني تظهر وبشكل جلي أهمية التدريب على اكتساب مهارات التواصل وحاجة الأفراد لها عموماً، والأزواج بشكل خاص، وهذا ما تؤيده نتائج دراسات (Burleson & Denton, 1997) والتي أشارت إلى العلاقة بين الرضا الزوجي ومهارات التواصل، ودراسة (بنات، ٢٠٠٤) والتي أشارت أيضاً أن التدريب على مهارات التواصل يساعد في تحسين تقدير الذات ومستوى التفكير وتقليل العنف. لذا يبدو أنه من الضروري العمل باستمرار من أجل تدريب مهارات التواصل لدى الأزواج.

وبشكل عام توصي نتائج الدراسة الحالية بما يلي:

- ١ - اعتماد البرنامج التدريبي الذي أسفر عنه هذا البحث في المراكز الإرشادية، التي تقدم خدمات للأزواج وللأسر.
- ٢ - فتح مراكز إرشادية أسرية متخصصة لتطوير الإرشاد الزوجي والأسري
- ٣ - العمل على متابعة الأزواج في جميع المهارات قبل الزواج وأثناءه وعلى فترات مختلفة وحسب المرحلة التي يمر بها الأزواج.

The Effect of using a Group Counseling Program Based on Gestalt Theory to Improve Marital Communication Skills among Husbands

D. Ahmed A. Abu-Asaad

Dept. of Counseling and Special Education - Faculty of Education
Mu'ta University
K.H.J

Abstract

This study aimed to investigate the effect of using a group counseling program based on Gestalt theory to improve Marital communication skills among husbands. The Sample of the study consisted of (24) husbands married between (3-10) years. As a pre test, an indicator of the level of communication between husbands was achieved by their scores on the communication skills scale. Subjects were randomly distributed equally in two groups: a control group and an experimental group.

The communication skills training program has been applied on the individuals of the experimental group. The experimental group was trained for ten sessions of one and half hour each. The treatment was immediately followed by a post of the communication skills scale. Another testing was taken two weeks later after the completion of the treatment. T-test analysis results indicated significant differences ($\alpha \geq 0.05$) in the total communication skills scale, and its dimensions between experimental group on pre and post test for the benefit of the post test.

The study also indicated significant differences ($\alpha \geq 0.05$) between the experimental group and the control group, on the post test, the experimental group showed improvement in the total communication skills scale, listening skills, speaking skills, and emotional management skills, Compared with control group. But didn't reveal any significant differences related in understanding others skills. The results also showed that there were no significant differences ($\alpha \geq 0.05$) between total communication skills scale, and its dimensions for experimental group on post test and follow-up.

المراجع

أولاً - المراجع العربية:

- ١ - أبو أسعد، أحمد (٢٠٠٨). الإرشاد الزواجي الأسري. عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع.
- ٢ - أبو أسعد، أحمد (٢٠٠٩). المهارات الإرشادية. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- ٣ - أبو عيطة، سهام درويش (١٩٩٧). مبادئ الإرشاد النفسي. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
- ٤ - أبو أصبع، صالح وأبو عرجة، تيسير (١٩٩٦). التواصل والعلاقات العامة. عمان: منشورات جامعة القدس المفتوحة.
- ٥ - بنات، سهيلة محمود صالح (٢٠٠٤). أثر التدريب على مهارات التواصل وحل المشكلات في تحسين تقدير الذات والتكيف لدى النساء المعنفات وخفض مستوى العنف الأسري. رسالة دكتوراه غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان: الأردن.
- ٦ - الجبردي، نبيل (١٩٨٤). المدخل لعلم الاتصال. ط٣، مكتبة الإمارات: الإمارات العربية المتحدة.
- ٧ - الجميلي، خيرى (١٩٩٦). التواصل ووسائله في المجتمع الحديث. الإسكندرية: المكتب العلمي للكمبيوتر والنشر والتوزيع.
- ٨ - الجناحي، عائدة (١٩٨٣). المتغيرات الاجتماعية والثقافية لظاهرة الطلاق. العراق: دار الشؤون الثقافية والنشر.
- ٩ - الحموي، شريف (٢٠٠٤) مهارات التواصل. عمان: دار يافا العلمية للنشر والتوزيع.
- ١٠ - الحميدات، روضة سليمان أحمد (٢٠٠٧). بناء وتقنين مقياس مهارات

- التواصل لدى طلبة الجامعات الأردنية. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة مؤتة، الكرك: الأردن.
- ١١ - الخواجا، عبد الفتاح محمد سعيد (٢٠٠٢) الإرشاد النفسي والتربوي. عمان: الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ودار الثقافة للنشر والتوزيع.
- ١٢ - الخوري، توما (١٩٨٨). سيكولوجية الأسرة. بيروت: دار الجيل.
- ١٣ - زهران، حامد عبد السلام (١٩٨٠) التوجيه والإرشاد النفسي. عالم الكتب: القاهرة.
- ١٤ - الرشدي، بشير صالح والخليفي، إبراهيم محمد (١٩٩٧) سيكولوجية الأسرة والوالدية. الكويت: ذات السلاسل.
- ١٥ - الطنوبي، محمد محمد (٢٠٠١) نظريات التواصل. الإسكندرية: مكتبة الإشعاع الفنية.
- ١٦ - عارف، نجوى (٢٠٠٢). برنامج إرشادي مقترح لتحسين التواصل اللفظي بين الأزواج في المجتمع الأردني في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة القاهرة، القاهرة: مصر.
- ١٧ - عبد العال، تحية (١٩٩٥). مدى فاعلية برنامج إرشادي في تحقيق الرضا الزوجي. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الزقازيق، القاهرة: مصر.
- ١٨ - عبد الحميد، أحمد (١٩٩٧) الاتصال والاتصال الإداري. بيروت: دار الرضا للنشر.
- ١٩ - كفاي، علاء الدين (١٩٩٩). الإرشاد والعلاج الأسري، المنظور النسقي التواصللي. القاهرة: دار الفكر العربي.
- ٢٠ - مبيض، مأمون (٢٠٠٠). التفاهم في الحياة الزوجية. عمان: المكتب الإسلامي.
- ٢١ - مركز التوعية والإرشاد الأسري (٢٠٠٥) المسيرة. عمان: مؤسسة الأندلس للطباعة والتجليد.

ثانياً - المراجع الأجنبية:

- 22 - Allen, C.(1987).A Comparison of the Effects of the Couple Communication Program and Family of Origin Workshop on Marital Satisfaction and Individual (Doctoral Dissertation, The College of William And Mary, 1986). **Dissertation Abstract International**, 47, L3311.
- 23 - Broderick, C.B.(1984). **Marriage and the family**.(2nd ed). New Jersey: Prentice-Hall, INC.
- 24 - Bulter, M H & Wampler, K S.(1999). Research on the Couple Communication Program. **American.Journal of Family Therapy**,27 (3), 223-237.
- 25 - Burks and Steffle(Ed).(1979). **Theories of Counseling**, N.Y: Negraw Hill.
- 26 - Burlsom, B. R & Denton, W. H.(1979). The relationship between communication skill and marital satisfaction. **Journal of Marriage and the Family**, 59(4), 884-902.
- 27 - Chatterjee, C. (1999). Stopping Spats.**Psychology Today**, 32(2),12-14.
- 28 - Corey, G (2004) **Theory and Practice of Counseling and Psychology**, N. Y: Brooks/Cole publishing com. N. J: Englewood.
- 29 - Cox, F.(1981). **Human Intimacy: Marriage, the Family and its Meaning** (2nd ed).St. Paul Minnesota: West Publishing Co.
- 30 - Denton, W. H; Burleson, B. R; and Sprenkle, D. H.(1994). Motivation in Marital Communication: Comparison of Distressed and Nondistressed Husbands and Wives. **The American Journal of Family Therapy**,.22(1), 17-26.
- 31 - Dervien, B& Roight, M.(1994). **Progress in Communication Science**. New Jersey: Alex Publishing Corporation.
- 32 - Hansen, J.W and Smith, E. (1984). **Group Counseling Theory and Process**, NY: Rand McNally Publishing, Company.
- 33 - Houck, J & Daniel, R.(1994). Husbands and Wives Views of the communication in their marriage. **Journal of Humanistic Counseling, Education & Development**. 33(1),21-31.
- 34 - James, P S.(1991). Effects of a Communication Training Component Added to an Emotionally Focused Couples Therapy. **Journal of Marital and Family Therapy**, 17(3) , 263 - 275.

- 35 - Jessee, R. E & Guernsey, B. G. (1981). A comparison of gestalt and relationship enhancement treatments with married couples, **The American Journal of Family Therapy**, 9(423),31-42.
- 36 - Kaslow, F & Robison, J. (1996). Long-term satisfying marriages: Perceptions of contributing factors. **American Journal of Family Therapy**, 24(2), 153-170.
- 37 - Patterson C. (1986) **Theories of Counseling and Psychotherapy**. N.Y: Harper and Row.
- 38 - Rice, P. Philp. (1993). **Intimate Relationship, Marriage and the families**. 2ed, London: Mayfied Publishing Company.
- 39 - Ronan, G. F., Dreer, L. E., Dollard, K. M. & Ronan, D. W. (2004). Violent Couples: Coping and Communication Skills. **Journal of Family Violence**, 19(2), 131-137.
- 40 - Scott, B. (1987). **The Skills of Communication**. 3th ed. England: Wild Wood House Limited.
- 41 - Sen, L. (2004). **Communication Skills**. 2nd ed. India: Prentice-Hall of India Private Limited LTD.
- 42 - Shilling, (1984). **Perspectives on Counseling Theories**. N.Y: Prentice Hall, Inc.
- 43 - Sullivan, M. (1997). Creating Common Group For Collaborative Learning: A Gestalt Perspective on Experimental Learning (Dissertation Abstract, Case Western Reserve University, (1996). **Dissertation Abstract International**, 58, L3996.
- 44 - Tara L. C., Galen A., Ryan C. S. (2007). The Effectiveness of Communication Skills Training With Married Couples: Does the Issue Discussed matter? **The Family Journal**, 15(2), 124-132.
- 45 - Timothy, V. (2002). Effects of the Couple Communication Program on the Marital Adjustment, Self-disclosure, and Communication Style of Therapy (Doctoral dissertation, the University of North Carolina At Greensboro, 2001). **Dissertation Abstract International**, 49, L 1715.
- 46 - Wampler, Karen Smith. (1982). The Effectiveness of the Minnesota Couple Communication Program: A Review of Research. **Journal of Marital and Family Therapy**, 8(3), 345 - 355.