



**فعالية برنامج إرشادي قائم على التواصل الرحيم
(اللاعنف) في تخفيف حدة الاختلالات الزوجية وأثره على
الأمن النفسي للأبناء**

إعداد

د/ أمل أحمد جمعة

**أستاذ علم النفس الإرشادي المساعد بكلية الدراسات العليا
للتربية- جامعة القاهرة**

فعالية برنامج إرشادي قائم على التواصل الرحيم (اللاعنف) في تخفيف حدة الاختلالات الزوجية وأثره على الأمن النفسي للأبناء

أمل أحمد جمعة

قسم علم النفس الإرشادي، تخصص صحة نفسية، كلية الدراسات العليا للتربية، جامعة القاهرة، مصر.

البريد الإلكتروني: aml78ahmedgomaa@gmail.com

الملخص:

يهدف البحث للكشف عن فعالية برنامج إرشادي قائم على مبادئ التواصل اللاعنفي في التخفيف من حدة الاختلالات الزوجية وأثره على الأمن النفسي للأبناء، تم تطبيق مقياس الاختلالات الزوجية إعداد الباحثة، مقياس الأمن النفسي (شقيز، ٢٠٠٥)، برنامج إرشادي قائم على مبادئ التواصل اللاعنفي، تكونت عينة البحث الاستطلاعية من (٤٢) زوج ممن تتراوح أعمارهم ما بين (٤٠ - ٦٠) بينما العينة التجريبية بلغت (١٠) أزواج من واقع عينة كلية بلغت (٣٠) زوج، أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين مستوى الاختلالات الزوجية لدى عينة الدراسة ومستوى الأمن النفسي لدى أبنائهم، من خلال العلاقة الرياضية الآتية: الأمن النفسي للأبناء = $٠.٨٦ - ٢٥٢.٠٨ * \text{الاختلال الزوجي}$ ، وللتعرف على الإسهام النسبي لدرجة شعور كل من الزوج والزوجة بالاختلال الزوجي في التأثير على مستوى الأمن النفسي للأبناء بلغت قيمة معامل الانحدار المعيارية (β) لدرجة شعور الزوج بالاختلال الزوجي (-٠.٤٣)، بينما بلغت (-٠.٥١) لدرجة شعور الزوجة بالاختلال الزوجي، أي أن شعور الزوجة يؤثر سلباً على الأمن النفسي للأبناء بصورة أكبر مقارنة بشعور الزوج بالاختلال الزوجي، وتأكدت فعالية البرنامج ووجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي للاختلالات الزوجية لصالح القياس البعدي؛ بينما وجدت فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب القياسين القبلي والبعدي لدى أبناء ذوي الاختلالات الزوجية على مقياس الأمن النفسي.

الكلمات المفتاحية: التواصل الرحيم (اللاعنف)، الاختلالات الزوجية، الأمن النفسي.

The Effectiveness of a Guidance Program based on Compassionate (non-violent) Communication in Reducing the Severity of Marital Dysfunctions and its Impact on the Psychological Security of Children.

Amal Ahmed Gomaa

Department of Counseling Psychology, Faculty of Graduate Studies for Education, Cairo University.

E-Mail: aml78ahmedgomaa@gmail.com

Abstract:

The research aims to reveal the effectiveness of a counseling program based on the principles of nonviolent communication in alleviating the severity of marital dysfunctions and its impact on the psychological security of children. The marital dysfunctions scale prepared by the researcher, the Psychological Security Scale (Shuqair, 2005), an existing counseling program, was applied. Based on the principles of nonviolent communication, the exploratory research sample consisted of (42) couples between the ages of (40-60), while the experimental sample consisted of (10) couples from a total sample of (30) couples. The results showed the existence of a correlational relationship. Between the level of marital dysfunction among the study sample and the level of psychological security among their children, through the following mathematical relationship: Psychological security of children = $252.08 - 0.86 * \text{marital dysfunction}$, and to identify the relative contribution of the degree to which both husband and wife feel marital dysfunction in influencing the level of security. Psychologically for the children: The value of the standard regression coefficient (β) for the degree of the husband's feeling of marital dysfunction was (-0.43), while it was (-0.51) for the degree of the wife's feeling of marital dysfunction, meaning that the wife's feeling negatively affects the psychological security of the children to a greater extent compared to the feeling of The husband was affected by marital dysfunction, and the effectiveness of the program was confirmed and there were statistically significant differences between the average ranks of the experimental group in the pre- and post-measurement of marital dysfunction in favor of the post-measurement. While statistically significant differences were found between the average ranks of the pre- and post-measurements among children of people with marital dysfunction on the psychological security scale.

Keywords: Compassionate (Nonviolent) Communication, Marital Dysfunctions, Psychological Security.

فعالية برنامج إرشادي قائم على التواصل الرحيم (اللاعنف) في تخفيف حدة الاختلالات الزوجية وأثره على الأمن النفسي للأبناء

مقدمة ومشكلة الدراسة :

تعد المؤسسة الزوجية هي المؤسسة الأهم إجتماعياً، والتي ينعكس دورها على الصحة النفسية لكل أفرادها، وظهور أي خلل في تلك المنظومة يؤدي الى ضغوط نفسية ومشاكل لا حصر لها تعبر عن نفسها على هيئة اضطرابات نفسية مختلفة لدى جميع أعضائها.

والأسرة هي وحدة اجتماعية مكونة من الزوجين والأبناء وهي أهم المؤسسات التي تدور حولها حياة الإنسان فهي مجتمع صغير متكامل تتشابه وظائفه مع وظائف أنظمة المجتمع الأخرى، تؤثر وتتأثر بها؛ فإذا فشل أحد الأعضاء في الأداء الوظيفي له داخل الأسرة تأثر بقية الأعضاء وتعطلت مهامهم وتأثر المجتمع، ويرتبط الأمن النفسي للأبناء بنجاح العلاقة الزوجية وسلامتها من الاضطراب والتوتر الزوجي الذي يؤدي إلى السلبية وابتعاد الأزواج عن قضاء وقت أكبر مع بعضهم البعض ومع الأبناء؛ لهذا نجد أن نمط العلاقة الزوجية يؤثر سلباً أو إيجاباً على السمات النفسية والشخصية للأبناء (عبد الرحيم، ٢٠٢٢)، كما تعد العلاقة بين الأزواج هي المحور الأساسي لتنسيق العلاقات التي تقوم بين أفراد الأسرة ككل حيث تعكس الجو العائلي للأسرة والذي يؤثر على نمو الأطفال النفسي (الرشيد، ٢٠١٧).

ويشير الرفاعي (٢٠١٨) إلى أن أهم عوامل بناء العلاقات الاجتماعية بصفة عامة والزوجية بصفة خاصة؛ هي قدرة الفرد على التعبير عن انفعالاته وتنظيمها بالإضافة إلى قدرته على التعرف على انفعالات الآخرين وفهمها مما يساهم في بناء العلاقات الاجتماعية والزوجية الناجحة و تيسير عملية التواصل والتفاعل الاجتماعي، الأمر الذي ينتج عنه تكيف الفرد نفسياً واجتماعياً مع من حوله، هذا وتعد العلاقات المقلقة بين الزوجين أحد الأسباب التي تؤدي إلى تصدع وانهيار الأسرة وتفككها مما يؤثر سلباً على الأبناء، وهو ما أكدته نتائج دراسة عمر (٢٠٠٢) بأن هناك علاقة ارتباطية سالبة بين الاغتراب الزوجي ومهارات التواصل الاجتماعي، وهذا ما أكدته نتائج الحوراني والغريباوي (٢٠٢٠) من أن غياب التواصل بين الزوجين، وعدم القدرة على التوصل لحلول فعالة للمشكلات الحياتية والتعامل مع الضغوط هو من أهم أسباب الخلاف بين الزوجين.

كما أن الأسرة هي البيئة الاجتماعية التي تعمل على تكوين شخصية الفرد وتوجيه سلوكه والتي يُشبع من خلالها حاجاته المادية والنفسية والاجتماعية، فيشعر بالمحبة والاطمئنان ويصبح أكثر توافقاً مع نفسه ومع الآخرين فالتنشئة السوية تتم بمعاشرة الفرد لوسط أسري سليم بوجود أب وأم في جو يتسم بالأمان والعطف مما يساهم في تجنب الأبناء الاضطرابات السلوكية والوجدانية (شحاتة، ٢٠١١)، والأسرة هي الركيزة الأولى في إشباع الأمن النفسي لدى الابن (زهران، ٢٠٠٥)، مما يفسر اهتمام كثير من علماء النفس والاجتماع بأهمية مؤشر نجاح العلاقة الزوجية حيث إن غياب هذا المؤشر يؤدي إلى وجود توترات في الأسرة مما يترتب عليه نتائج ضارة بجميع أفراد الأسرة (سمكري، ١٤٣٠هـ).

وهذا ما أكدته نتائج دراسة حسنين (٢٠١٥) والتي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الاختلالات الزوجية بجودة الحياة والوقوف على الفروق الفردية طبقاً للعمر وعدد سنوات الزواج والمؤهل لدى عينة البحث المؤلفة من ١٦٦ زوجة وأكدت النتائج على وجود علاقة عكسية بين الشعور بجودة الحياة والاختلالات الزوجية، هذا ولم يعد الطلاق هو الخطر الأكبر الذي يهدد الأسرة والزوجين؛ بل أصبح

استمرار الزوجين تحت سقف واحد ولكل منهما حياته الخاصة خطراً أكبر على الأسرة بشكل عام والأبناء بشكل خاص؛ مما يسبب لهم ضغوط ومشاكل نفسية (خضير، ٢٠٢٣)، ويؤكد حجازي من أن نسبة عالية من حالات التصدع الأسري والطلاق هي لزوجين نشأوا في أسر متصدعة بدورها والعكس من الذين ينشئون في أسر مستقرة يتميز مناخها بالنضج والصحة النفسية.

ويرى Beck (1989) أن الزواج الناجح يتطلب قدراً كبيراً من الإيجابية وأن أهم أسباب الخلافات الزوجية والفهم الخاطئ لشريك الحياة والتحيز والإحباط والصمت هو اختلاف أسلوب التواصل، ويُعد التواصل أمراً جوهرياً فالتبادل الصريح للأفكار والمشاعر هو قوام الحياة في العلاقة الزوجية (ريسكوت، ٢٠٠١)، مما يتوافق مع ما يعبر عنه روزنبرج من أن التواصل اللاعنفى يتم بثلاثة طرق؛ أولها توضيح ما يجري في الذات (التعاطف الذاتي)، ثانياً؛ الاستماع بطريقة تأهيل الحوار والإقبال عليه مهما كان شكل التعبير للآخر، ثم التعبير بطريقة تشجع الحوار (Rosenberg, 2005).

ويمنح التواصل الرحيم مجموعة من الأفكار المنظمة التي تمكن من رؤية وقراءة معنى جديد في التواصل مع الآخرين وفي الحوارات التي نجريها مع أنفسنا، وقدرة أكبر على تعزيز التفاهم والتواصل والرحمة، ففي التواصل الرحيم يكون صوت الجميع مهماً، مع التأكيد على أربعة جوانب سواء كانت منظومة أم لا؛ الملاحظات والمشاعر والاحتياجات والطلبات (Rosenberg, 2017).

لذا فقد أوصت الخبيني (٢٠١٧) بضرورة تقديم البرامج العلاجية التي تنمي روح التواصل الجيد وتعديل من أنماط التواصل العنيف وتعمل على تنمية مهارات وسلوكيات إيجابية للزوجين لمواجهة أحداث الحياة الضاغطة الذي يؤدي لتحسين العلاقة بينهما مما يؤدي إلى تدعيم البناء النفسي للأسرة والأبناء.

كما أكدت بدر (٢٠١٩) على فعالية البرامج الإرشادية لتحسين مهارات التواصل بين الزوجين مما يساعد على علاج الخلل في الحياة الزوجية والتي تطال الأسرة والمجتمع، وأشار (Marlow, 2012) إلى فعالية التدريب على برنامج قائم على التواصل اللاعنفى والتعاطف في خفض العدوان لدى العينة التجريبية. وتحقيقاً للسعادة الزوجية التي يشير إليها كفاي (١٩٩٩) بأنها ليست عملية مصادفة أو عملية عشوائية ولكنها ثمرة سلوك قصدي في معظمه يصدر من كل زوج بهدف إسعاد الزوج الآخر، وأن الحياة الزوجية لا تسير على وتيرة واحدة؛ بل تشهد العديد من التغيرات والتحولات التي تطرأ على العلاقات الزوجية القائمة نتيجة لتغير أنماط التفاعل الزواجي، ومن هنا كان الحفاظ على الزواج الآمن مهمة صعبة حيث أنه عرضة للخلافات، فإذا تمكن الزوجين من مواجهة مشكلاتهم وتذليلها وإيجاد الحلول الملائمة لها فإن فرص استمرار الحياة الزوجية ستكون أفضل وتوفير حياة آمنة نفسياً للأبناء سيحظى بفرصة أكبر.

وأوضحت نتائج تطبيق برنامج اعتمدت جلساته الست، على محتوى التواصل اللاعنفى تم تطبيقها على عينة من ٣٠ طالب جامعي ممن لديهم مشكلات في التواصل والعلاقات الاجتماعية، وتحليل البيانات كانت هناك زيادات كبيرة في احترام الذات، والقدرة على التعاطف، والعلاقات الشخصية، وكفاءة الاتصال في المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة (Kweon and Sung, 2022).

كما وجدت الباحثة من خلال العمل الميداني أن أغلب الأزواج تعلموا أن يتكلموا لا أن يتواصلوا، مما أدى إلى كثير من الاختلالات الشخصية والاجتماعية، وأن لغة التواصل الرحيم لغة رائعة تغير طريقة التواصل بين الزوجين؛ فهي أداة فعالة للتواصل والمشاركة توضح كيف يمكن الإصغاء بتعاطف والتعبير عن المشاعر والاحتياجات الحقيقية، لذا فمن المتوقع أن يكون إعداد برنامجاً قائماً على التواصل اللاعنفى مفيداً

في الحد من الاختلالات الزوجية والتواصل العنيف بين الزوجين ومؤثراً على الأمن النفسي لدى الأبناء.

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن فعالية برنامج إرشادي قائم على مبادئ التواصل اللاعنفي في التخفيف من حدة الاختلالات الزوجية وأثره على الأمن النفسي للأبناء.

أهمية الدراسة :

الأهمية النظرية:

- إلقاء الضوء على أهمية برامج الإرشاد الزوجي القائمة على التواصل الرحيم لتخفيف حدة الاختلالات الزوجية وأثرها في تحسين الأمن النفسي للأبناء.

- عرض الخلفية النظرية لكل من التواصل الرحيم، الاختلالات الزوجية، الأمن النفسي.

الأهمية التطبيقية:

- تصميم مقياس الاختلالات الزوجية وتطبيقه على ذوي الاختلالات الزوجية.

- تصميم وتطبيق والتحقق من فعالية برنامج إرشادي قائم على التواصل الرحيم لتخفيف حدة الاختلالات الزوجية وأثره على الأمن النفسي للأبناء.

مصطلحات الدراسة:

التواصل الرحيم (اللاعنف): "مزيد من لغة وطريقة التفكير والمعرفة في استخدام الاتصال والوسائل المؤثرة، والتي تخدم الرغبة في خلق الربط بين الفرد وذاته، وبين الفرد والآخرين بطريقة تسمح له بالتعاطف والعطاء". (Rosenberg, 2017, P. 13)

الاختلالات الزوجية: "حالة من التوتر بين الزوجين تستمر فترة طويلة وهي أيضاً ذلك الصراع نتيجة عدم تقاربهما في السمات الشخصية مما يترتب عليه عدم إشباع بعض الحاجات وبالتالي اضطراب بالعلاقة وتختلف هذه الاضطرابات من حيث طبيعتها وحدثها وخطورتها على الزوجين وتتبدى هذه الاختلالات في عدد من الظواهر أهمها التواصل السلبي بين الزوجين وإهانة أحدهما للآخر واللامبالاة والعناد وعدم الاستقرار والعزلة المفرطة والعنف وعدم التسامح وتصلب الأدوار وغيرها" (السيد، ٢٠٠٥، ٤)

وتعرفها الباحثة بأنها "حالة من الصراع الناشئ نتيجة افتقاد التعبير العاطفي الإيجابي، وضعف المشاركة الوجدانية وانخفاض مستوى التوقعات الإيجابية المتبادلة بين الطرفين مصحوباً بعدم قدرة كل طرف على التعاطف وتقبل الآخر، مما يؤدي إلى اضطراب العلاقة الزوجية وارتفاع مستوى الكرب بين الزوجين".

الأمن النفسي: "الحالة النفسية التي يدرك فيها الفرد أنه محبوب ومتقبل من الآخرين مما ينعكس على تقبله للبيئة المحيطة به" (وتد، ٢٠١٦، ص. ١٠)

وتعرف شقير (٢٠٠٥) الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) بأنه "شعور مركب يحمل في طياته شعور

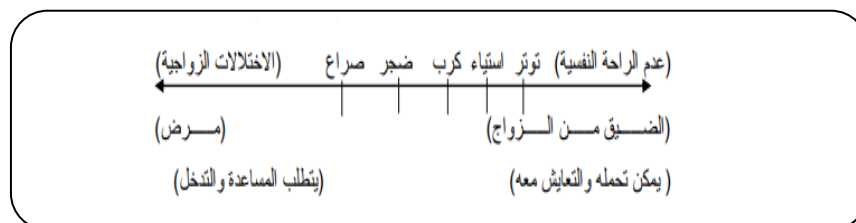
الفرد بالسعادة والرضا عن حياته بما يحقق له الشعور بالسلامة والاطمئنان وأنه محبوب ومتقبل من الآخرين بما يمكنه من تحقيق قدر أكبر من الانتماء مع ادراكه اهتمام الآخرين به وثقتهم فيه حتى يستشعر قدر من الدفء والمودة ويجعله في حالة من الهدوء والاستقرار ويضمن له قدر من الثبات الانفعالي والتقبل الذاتي واحترام الذات وتوقع حدوث الأحسن في الحياة مع إمكانية تحقيق رغباتي في المستقبل مع خلوه من خطر الإصابة بالاضطرابات النفسية أو الصراعات أو أي خطر يهدد أمنه واستقراره" (ص. ١٢)

الإطار النظري:

الأسرة هي عامل هام للضبط والأمن النفسي والاجتماعي كما تعد عامل وقاية لأبنائها من الانحرافات السلوكية، فهي تحصنهم من عوامل القلق والاكتئاب والعزو السلبي، كما تسهم في تشكيل اتجاهاتهم الايجابية نحو الحياة (بخاري، ٢٠٢١)، كما اشارت صادق وأبو حطب (١٩٩٩) إلى أن للتوافق الزوجي مظاهر هامة من أهمها التحكم الذاتي وضبط النفس والقدرة على إظهار العاطفة، والاعتبار نحو الآخرين، والقدرة على معالجة الإحباط والتحكم في الانفعالات، التقدير العالي للذات، المرونة، القدرة على التواصل بشكل صريح وأمين مع شريك الحياة.

مما يتوافق مع مبادئ وأساسيات التواصل الرحيم التي عبر عنها روزنبرج Rosenberg في مفهومه عن التعاطف Empathy والذي طوره بعد أستاذه كارل روجرز والذي يركز حول "الشخص" وبنى عليه فكرته والمتمثلة في التواصل اللاعنفي؛ حول لغة التفاعلات التي تعزز إلهام وقدرات الآخرين على الرغبة في العطاء وبلطف (Rosenberg, 2017)، وتُعد عملية التواصل اللاعنفي مزيج من لغة وطريقة التفكير والخبرة في مجال التواصل ووسائل التأثير من أجل التمكن من تحقيق الرغبة في اتصال لا عنفي وإحلال الحوار محل الصراع للوصول في النهاية ومن خلال التفاوض بعيداً عن الإكراه أو التهديد للحصول على ما نريد، كما يساعد الاتصال اللاعنفي على تحسين طريقة نظرة الفرد للعالم فهو يساعد على اكتشاف احتياجاته الحقيقية والتعبير عن عواطفه دون لبس، كما يساعده عن الابتعاد عن التفسيرات والأحكام الخاطئة والحد من التلاعب بالمعتقدات؛ لأن التواصل غير العنيف يسمح بإيجاد مساحة للتعبير عن الاحترام والهدوء مع شريك التواصل، كما يسمح بإقامة علاقات آمنة وبسيطة (بوكريسة، ٢٠١١)

بينما يؤدي أسلوب التواصل الرديء بين الزوجين إلى فشل تفاعلهم الثنائي (عمر، ١٩٨٨) كما أن الاختلال الزوجي يرجع إلى العجز عن التعبير الشفهي عن الأفكار لبعضهم البعض بوضوح، كما أن تجميد المناقشة وضعف قنوات التواصل يؤدي إلى إقامة حاجز بين الزوجين ويثير مجموعة مركبة من مشاعر التباعد والتعالي والنفور مما يؤدي في النهاية إلى تدمير سلامه العلاقة بين الطرفين.



(Gottman et al., 1999)

شكل (١) يوضح بعد الضيق/ الاختلالات الزوجية (السيد، ٢٠١٧)

وكما يتضح من الشكل السابق فإن الاختلالات الزوجية هي نوع من الاضطرابات ينشأ بين الزوجين نتيجة عجزهما عن مواجهة ما يعترضهما من مشكلات واختلافهما في أساليب حلها وتظهر آثار هذا الاضطراب في شكل انخفاض التواصل بين الزوجين وعدم اندماجهم في نشاط مشترك وعدم الرضا عن العلاقة الزوجية بشكل عام، وقد يسعيان طلباً لمساعدة الاختصاصيين في إصلاح الاختلال الزوجي. (السيد، ٢٠٠٤، ٢٠١٧)

وتتمثل الخلافات الزوجية في عدد من المظاهر أهمها تحول التصورات الإيجابية الجيدة عن شريك الحياة إلى تصورات سيئة، ونظرة كل شريك إلى الحدث نفسه بطريقة مختلفة وحدوث التوقعات الجامدة للأدوار والإحباط والغضب والفشل في التواصل والعداوة التي تبعد الزوجين عن بعضهما البعض. (Beck, 1989) وأضافت عبد الرحيم (٢٠٢٢) مظهرين آخرين وهما عدم الكفاءة في حل المشكلات والتواصل السلبي بين الزوجين، كما يحدث سوء التوافق الزوجي عندما لا يقوم مشاركة أحد الطرفين الآخر في نشاطاته وعدم تبادل العواطف، والإهانة واللامبالاة والعنف بأنواعه سواء النفسي أو البدني مما يعيق تحقيق التوافق النفسي لكل منهما وهو ما ينعكس بدوره على الأسرة ككل، ويؤثر على زعزعة الاستقرار الأسري وفقدان الأمان النفسي للأزواج والأبناء على حد سواء (علي، ٢٠٢٢؛ الرشيد ٢٠١٧)

وبشير Wing (2013) إلى الاختلالات الزوجية بأنها تبادل الزوجين لعمليات خلاف سلبية تجلب لهما مستويات مرتفعة من الشعور بالحزن والهم وقد تتصاعد مستويات الخلاف بينهما ليصبح هناك نمط من الشكوى أو الانسحاب من التفاعل، وتصنف الاختلالات الزوجية إلى أربعة مستويات تبعاً لدرجة التواصل؛ المستوى الأول؛ ويشمل الخلافات البسيطة والتي لا تستمر طويلاً ولا تؤثر على التفاعل الزوجي ويظل فيها التواصل بين الزوجين جيداً، المستوى الثاني؛ تشدد الخلافات بين الزوجين ومع هذا تظل قنوات الاتصال بين الزوجين مفتوحة والرغبة في التفاهم وحل الخلافات قائمة، المستوى الثالث؛ تستمر فيه الخلافات مدة كبيرة وتتسع الفجوة بين الزوجين ويضطرب التواصل بينهما وتصبح العلاقة بينهما في شكل هجوم وهجوم مضاد، المستوى الرابع؛ تشدد الخلافات الهدامة بدرجة أكبر ويتسم الاتصال بالنفور ويسعى كل منهما إلى الهروب من الآخر ويصبح التواصل ضعيفاً (السيد، ١٩٩١). (Mahmood & Najeeb, 2013;)

النظريات المفسرة للاختلالات الزوجية:

نظرية التعلم الاجتماعي: تؤكد هذه النظرية على أن الدعم المتبادل بين الزوجين يزيد من التفاعلات الإيجابية ويقلل من الأفعال السلبية بينهما، كما توضح أن أساسيات تعلم السلوكيات المرغوبة بين الزوجين تتمثل في التركيز على الوظائف الاجتماعية لهما في الأسرة وفي التفاعل بين السلوك الملحوظ منهما وفي وضوح وفهم كل شريك للآخر. (الجوهري، ٢٠٢٠)

نظرية معالجة المعلومات الاجتماعية: ترى هذه النظرية أن الاختلالات الزوجية تعود إلى فشل أي من الزوجين في الاستجابة للآخر بوصفه منبهاً اجتماعياً وعدم كفاءته في معالجة المعلومات الاجتماعية الموجودة في موقف التفاعل الزوجي وبالتالي يزداد توتر الزوجين. (أحمد، ٢٠١٧)

نظرية الدور وصراع الأدوار: يتأثر سلوك الشخص بالدور المتوقع منه في المجتمع، وتبين أن معظم

حالات الاختلالات الزوجية تكمن أسبابها في عدم معرفة الدور المتوقع؛ زوج، أب، زوج أم، ويختلف الأزواج في معتقداتهم حول أمور عديدة في علاقتهم بسبب غموض الدور المطلوب وعدم تيقنه مما هو متوقع منه فيقع عندئذ في صراع الدور الذي يعيقه عن القيام به، مما ينشأ عنه عدم فهمه لواجباته، وحقوقه، وعدم كفاءته في القيام بذلك. (مرسي، ٢٠٠٨)

نظرية التبادل الاجتماعي: طبقاً لهذه النظرية فإن الزوجين يستمران في التفاعل الاجتماعي ويشعران بالمودة والتعاون والتماسك عندما يجد كل منهما نفسه رابحاً من تفاعله مع الآخر، في حين أنهما يتوقفان عن التفاعل أو يأخذ تفاعلها شكلاً عدائياً عندما يجد أحدهما أو كلاهما نفسه خاسراً نفسياً من هذا التفاعل. (السيد، ٢٠٠٥، ٥)

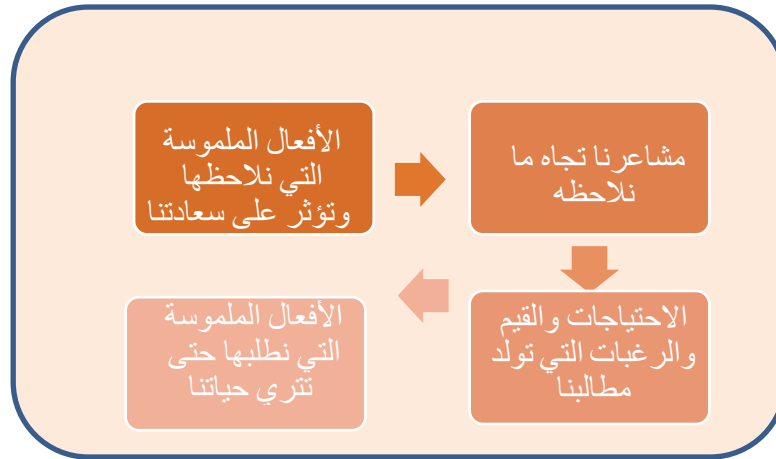
النظرية البنائية: تنظر هذه النظرية إلى الفرد صاحب المشكلة على أنه بمثابة مؤشر لبناء زواجي يعاني من خلل لدى الفرد، وينبغي أن يحدث التغيير ضمن بناء الأسرة وما يتضمن من أنساق فرعية ومن أهداف التوجه البنائي زيادة التفاعل بين أفراد الأسرة عن طريق فك الحدود الجامدة بين أعضاء النسق الزوجي، والعمل على خلق بناء هرمي فعال يتحمل فيه الوالدان مسؤولية أبنائهما مع إتاحة الفرصة لهؤلاء الأبناء للتعبير عن آرائهم وتحسين الأداء الوظيفي الزوجي عن طريق إحداث تغيير في بناء النسق الزوجي وتغيير النماذج التفاعلية، من خلال تغيير تنظيم الأسرة ووظائفها بحيث يمكن تنمية قدرتها على مواجهة مشكلاتها عن طريق تحديد العوامل التي تساهم في اضطراب الأداء الزوجي ثم توظيف الفنيات التي تساعد على تغيير الطرائق التي يتعاملون بها (أبو العلا، ٢٠١٦)

نظرية التواصل: تؤكد النظرية على أهمية الترابط الزوجي في نموذج أطلقت عليه الإرشاد الزوجي المشترك، وتؤكد هذه النظرية على التواصل والخبرة الانفعالية للأسرة والطلاق في التعبير وافتتاح الفرد على الآخرين مما يشكل محاور أساسية في نظرية التواصل، وتهتم النظرية بتدريب الأسر على السيطرة على المشاعر الشخصية والاستماع إلى بعضهم البعض، وإبداء الوضوح، وتدعيم الصلة، ومناقشة الاختلافات بموضوعية، فضلاً عن التأكيد على مهارات التواصل لمساعدة أعضاء الأسرة ليصبحوا أكثر وعياً، وبالتالي يتضح أن اتباع الأسرة تحسين العلاقات فيما بينهم يساهم في تكوين أسرة ذات تفاعل إيجابي يضيف على أعضائها مناخاً صحياً ينعكس على ذوات الأعضاء، ويرى أصحاب هذا الاتجاه أن الاستراتيجية الجوهرية لتعديل تفاعل أعضاء الأسرة يتم من خلال تحليل عملية التواصل والتركيز على كيفية إرسال واستقبال أعضاء الأسرة الرسائل وطرق التواصل داخل النسق الأسري ذاته، ويتضح الهدف الرئيسي لهذه النظرية على حث الأسرة على التواصل، وانتشار الوعي وتعزيز احتمالات النمو الصحيح وتقدير الذات والتوافق مع متطلبات الحياة وتسهيل عمليات التغيير (McCray, 2015; Rosenberg, 2015)

مقومات التواصل غير العنيف:

التواصل غير العنيف لغة فعالة للتعبير والمشاركة المتعاطفة؛ تعتمد على اللغة ومهارات التواصل التي ترشدنا إلى إعادة صياغة أسلوب التعبير عن الذات والإصغاء للآخرين، وتعتمد بقوة على أربعة مراحل؛ أولاً إدراك لما يلاحظه الفرد ويشعر به ويريده، ثانياً؛ التعبير عن نفسه بصدق ووضوح ومنح الآخرين الاهتمام الذي يغلفه التعاطف والاحترام، ثالثاً؛ التمكن من الإصغاء لاحتياجات الذات الأعرق واحتياجات

الآخرين من خلال الملاحظة بدقة واهتمام، رابعاً؛ تحديد السلوكيات والظروف التي تؤثر على عملية التواصل والتعبير بوضوح عما يريده الفرد فعلياً في أي موقف. (Rosenberg, 2017)، وهو ما توضحه الباحثة في الشكل التالي:



شكل (٢)

يوضح مقومات التواصل اللاعنفي، إعداد الباحثة

يتضح من شكل (٢) أن الاتصال اللاعنفي يتم وفق أربعة مراحل تخضع لترتيب زمني وهي الملاحظة ومراقبة الوضع بموضوعية، الإحساس والتعبير عن مشاعر الذات، توضيح الحاجة أو الطلب، تقديم الطلب (بوكريسه، ٢٠١١)، إلا أنه في كثير من الأحيان تبرز التقييمات مع الملاحظات، والأفكار بالمشاعر، والاستراتيجيات مع الاحتياجات، لينتهي الأمر مع التعبيرات التي تركز على الصواب/ الخطأ، الجيد/ السيئ، وتشخيص الخطأ والتحليل واللوم والنقد، والذي غالباً ما يترك تفاهات معطلة، واتصالات غير واضحة، وتواصل عنيف بين الجميع ضد الجميع. (Jeong and Lee, 2015)

فالمقومات الأربعة لعملية التواصل غير العنيف، هي الملاحظة، الشعور، الاحتياجات، الطلب، في البداية يتم ملاحظة ما يحدث فعلياً في الموقف ما يقول أو يفعله الآخر هل يجعله يشعر بمشاعر أفضل ويجعلها أكثر قيمة أم لا، ثم تتم صياغة هذه الملاحظة والتعبير عنها بدون إصدار أي حكم أو تقييم ثم تُحدد المشاعر عند ملاحظة هذا التصرف هل الشعور بالخوف، البهجة، القلق، الغضب، ثالثاً تُقرر الاحتياجات التي ترتبط بتلك المشاعر التي تم تحديدها، وسوف يتشكل حينها إدراك لهذه المقومات الثلاثة عندما يتم الانتقال إلى المكون الرابع وهو الطلب المحدد بدقة والذي سيجعل المشاعر أفضل ويثري الحياة ويتم التعبير عن هذه المعلومات الأربعة بمنتهى الوضوح سواء لفظياً أو أي طريقة أخرى والجانب الآخر من هذه الطريقة في التواصل هو تلقي نفس هذه المعلومات الأربعة من الطرف الآخر؛ فنحن نتواصل مع الآخرين بأن نستشعر ما يلاحظونه، وما يشعرون به، وما يحتاجون إليه، وذلك بأن نتلقى منهم المعلومة الرابعة وهي الطلب وفيما نُبقي انتباهنا مركزاً باستمرار على هذه الجوانب سنساعد الآخرين على فعل الشيء نفسه، فننشئ بذلك تياراً من التواصل يُظهر التعاطف بصورة طبيعية تتضمن ما ألاحظه، وأشعر به، وأحتاجه وما

أطلبه لتصبح حياتي أفضل وما تلاحظه وما تشعر به وما تحتاجه وما تطلبه لتصبح حياتك أفضل.
(Rosenberg, 2005; 2017; Francin et al., 2023)

ويتطلب التواصل غير العنيف نوعًا من التحول نحو الآخر، يتم عندما يكون الفرد على استعداد للاهتمام الواعي بوجود ومصير فرد آخر والتوجه نحوه، عندها تتم ممارسة التواصل الرحيم وتمكين هذه القوة الداخلية واكتشاف الفرد علاقته بنفسه والآخرين، ويتعلم أن يدير حياته اليومية بشكل متزايد وبفهم أكبر واتزان وتعاطف. (Azgın, 2018; Francin & Cassiane, 2023)

وتعد تلك القدرة التعاطفية من الكفاءات الأساسية لبناء علاقات آمنة مع الآخرين من وجهة نظر الزوجة، فتعاطف الزوج معيارًا مهمًا لتحديد الرضا عن الحياة الزوجية، لذلك، فإن قدرة الأزواج التعاطفية تؤثر على جودة العلاقات وتساهم في البناء النفسي الآمن للأبناء (Goo et al, 2022).

بالإضافة إلى ذلك، يُعد التعاطف ضروريًا للنمو الشخصي والرعاية الذاتية، فعندما يفتقر الزوجان إلى التعاطف، فإنهم لا يستطيعون التعرف بدقة على أفكارهم ومشاعرهم (Francin et al, 2023)، وافتقاد التعاطف قد يسبب مشاكل في العلاقات الزوجية (Barrett-Lennard, 1993)، وعندما تستمر مثل هذه المشكلات، تنخفض السلامة النفسية للفرد وجودة وكفاءة علاقته بالمحيطين (Rosenberg, 2005). لذلك، من الضروري مساعدة الزوجين على تعزيز تعاطفهم، سواء تجاه أنفسهم أو مع الشريك فذلك سينعكس بالضرورة على علاقة كليهما بالأبناء.

ويمكن تعزيز القدرة التعاطفية من خلال التدريب على التواصل الرحيم. ويؤكد (Jeong & Kim, 2022) على أهمية العلاقات بين الأشخاص، على أساس فهم الذات والتعاطف، من خلال التعليم الإنساني والاجتماعي، ولكي يتعامل الزوجان بشكل أكثر فعالية مع العلاقة الزوجية المختلفة، من الضروري تقديم التدريب الذي يعزز تعاطفهم. بالإضافة إلى ذلك، يتطور التعاطف بشكل متسلسل ومستمر من خلال سلسلة من المراحل ويتم الكشف عنه من خلال التفاعلات بين المكونات المعرفية والعاطفية والتواصلية (Gęsińska, 2020)، فالتواصل اللاعنفي (Nonviolent communication NVC) هو وسيلة اتصال تمكن الأفراد من بناء علاقات شخصية نوعية من خلال التفكير العميق والتعاطف مع البشر (Kweon & Sung, 2022).

ويسعى التواصل اللاعنفي إلى إحداث تغييرات في منظور الفرد أو تفكيره تجاه الآخرين بدلاً من مجرد تدريب مهارات الاتصال، بالإضافة إلى ذلك، يسلط الضوء بشكل منهجي على الخصائص التي تحدث دخل كل فرد أو بين الأفراد وبعضهم، من خلال عملية التعاطف ومحاولات الاتصالات التعاطفية التي تعكس فهم البشر وصداهم (Jolliffe, 2006). ولذلك، يعد التواصل غير العنيف وسيلة فعالة لتعزيز التعاطف متعدد الأبعاد (Barrett, 2013).

وتعتمد طبيعة العلاقات الزوجية على أنماط الاتصال التي يستخدمها الزوجان؛ فالعلاقات الصحية تعكس أنماطاً إيجابية ومناسبة في حين أن العلاقات غير الصحية تعكس أنماطاً سلبية، فالرضا عن أسلوب الاتصال وأسلوب مناقشة المشكلات، وإتقان فن التعبير عن الذات، وفن الإصغاء، من أهم مصادر العلاقات الزوجية الصحية (بدر، ٢٠١٩)

وتحل عملية التواصل غير العنيف محل أنماط التواصل التي تواجه الحكم أو الانتقاد بالدفاع أو الانسحاب أو الهجوم بالوصول إلى إدراك الذات وإدراك الآخرين، فتقل المقاومة والمواقف الدفاعية وردود الأفعال العنيفة عندما يتم التركيز على ما نلاحظه ونشعر به ونحتاج إليه بدلاً من تشخيص الآخرين والحكم

عليهم سنكتشف عمق تعاطفنا ورحمتنا من خلال تأكيدنا على الإصغاء العميق لأنفسنا وللآخرين، فعملية التواصل غير العنيف تعزز الاحترام واللفظ والتعاطف وتولد الرغبة المتبادلة في العطاء.

أشكال التواصل الزوجي:

التواصل غير اللفظي: ويتضمن استخدام جميع الأنماط السلوكية التي يمارسها الأفراد في أثناء تفاعلهم باستثناء الكلمات المنطوقة، مثل تعبيرات الوجه والتواصل البصري ولغة الجسد واللمس والمسافة والأصوات غير اللغوية، وله أهمية بالغة في تقوية العلاقة الزوجية وإثرائها.

التواصل اللفظي: وهو الجزء الحيوي في العلاقات الوثيقة والقوية وهو عامل مهم في تطور العلاقة بين الزوجين ويتم باستخدام اللغة المنطوقة لتوصيل الرسائل إلى الطرف المقابل، ويُعد كشف الذات من أهم المفردات التي تدل على التواصل الفعال ومشاركة المعلومات الشخصية بين الزوجين (Brehm, 2002)

أنماط التواصل الزوجي:

التواصل الإيجابي: وتظهر أنماطه من خلال فهم كل من الزوجين للآخر بالإضافة إلى إظهار الاهتمام والتعاطف والوضوح والحب.

التواصل السلبي: وتكون العلاقة بين الزوجين في هذا النمط على شكل أنماط عدائية وتجنبيه وصراع واتصال قائم على النقد واللوم والتوبيخ والذي يقابله الانسحاب من الطرف الآخر. (Holley et al., 2013)

وقد أوضح كلا من Key and Linda (2018) أن هناك فروقاً بين الرجال والنساء في أنماط التواصل والوعي العاطفي، والقدرة على التعاطف؛ مما يحدث إختلالاً في التواصل إذا لم يكن الطرفان على الوعي بتلك الفروق والاختلافات، واستخلصت الباحثة تلك الفروق سواء كانت نواحي قوة أو ضعف بالنقاط التالية، وإضافة ما يحتاج إليه كلا الطرفين من دعم وتواصل انفعالي.

جدول (١) أوجه اختلاف الوعي العاطفي بين الرجال والنساء

أوجه اختلاف الوعي العاطفي بين الرجال والنساء	
الرجال	النساء
نقاط القوة: • التركيز على الأفعال بشكل عملي • أفضل في استيعاب التجريدات والتفاصيل • قدرة أكبر على المنافسة في العلاقات مع الآخرين • يرى السعادة تأتي مما يفعله الناس ويحققونه، مثل النجاح أو الفشل الرياضي • ينظرون للعالم أكثر في نطاق سيطرته الخاصة.	نقاط القوة: • أكثر حساسية للمشاعر • أكثر حساسية تجاه العلاقات • أكثر تعاطفاً • أكثر تعبيراً لفظياً وتوضيحاً لمشاعرهم • أكثر قدرة على رؤية الروابط بين الأشياء • احتمال أكبر لرؤية السعادة تأتي من أنفسهم ومن الآخرين بدلاً من الممتلكات أو الإنجازات.

أوجه اختلاف الوعي العاطفي بين الرجال والنساء

الرجال	النساء
نقاط الضعف: • الميل إلى الغضب عند مواجهة الصعوبات • لديهم مشكلة في التحدث عن مشاعرهم والتعرف عليها سواء لأنفسهم أو الآخرين • زيادة الميل إلى الانتحار	نقاط الضعف: • تدني احترام الذات وقلة الثقة، أكثر تقلباً عاطفياً • أكثر عرضة لرؤية الأشياء على أنها خارجة عن إرادتهن • أكثر عرضة للمعاناة من القلق والاكتئاب وإيذاء النفس (ولكن ليس الانتحار) • أكثر سلبية وقلق عند مواجهة صعوبات
يحتاج إلى العمل على: • إدراك وفهم العلاقات، بما في ذلك العلاقات الإنسانية. • تطوير التعاطف والحساسية تجاه احتياجاتهم الشخصية واحتياجات الآخرين • القدرة على التعبير عن الحزن والقلق • التأكيد بدلاً من العدوانية • القدرة على رؤية الصورة الكاملة.	تحتاج إلى العمل على: • الشعور بالغضب والتعبير عنه من خلال اللهجة والتعبير اللفظي • * الثقة بالنفس واحترام الذات * التأكيد بدلاً من السلبية • القدرة على التركيز في التفاصيل

الاختلالات الزوجية والأمن النفسي لدى الأبناء:

يتعرض الزوجان في الاختلالات الزوجية لعدد من المشكلات مثل التوتر والاكتئاب والتقلبات المزاجية وضعف الثقة بالنفس، ومن ناحية أخرى يترتب على تلك العلاقة السلبية عواقب خطيرة على الأبناء فقد تبين أن الأطفال في الأسر التي تضطرب فيها العلاقة بين الزوجين يعانون من ظروف نفسية صعبة تعرضهم للحرمان والإحباط وتعيق نموهم النفسي وتعرقل نضجهم الاجتماعي والانفعالي وتجعلهم مهينين للأمراض النفسية والاضطرابات السلوكية كذلك عندما ينشأ الأبناء في أسر غير سعيدة يسودها الخلاف بين الوالدين فإنهم يكتسبون أساليب غير مناسبة للتفاعل ويتولد لديهم العديد من الاضطرابات النفسية، فيعانون من القلق والضيق، كما تؤدي الخلافات إلى أنماط أخرى من السلوك المضطرب لدى الأبناء كضعف الاتزان الانفعالي، والأبناء في البيوت غير السعيدة والمتوترة التي يسودها الصراع الزوجي يعانون قدراً مرتفعاً من التوتر والاكتئاب وعدم الشعور بالأمن؛ فضلاً عن أن اعتيادهم رؤية تلك النزاعات يقدم لهم نموذجاً للسلوك يفتقدون به عندما يصبحون أزواجاً وزوجات في المستقبل (السيد، ٢٠٠٤)

وهذا ما أكدته Brehm et al., (2002) من أن ارتفاع مستوى القدرة لدى الزوجين على تحديد انفعالاتهما وإدراكها وفهما وإدارتها يؤدي إلى زيادة التواصل الوجداني بينهما وإدارة انفعالات الذات وتنظيمها وتحويلها من انفعالات سلبية إلى أخرى إيجابية؛ مما يساهم في زيادة التفاعل بينهما ونمو مشاعر الرضا، وبالتالي فإن التواصل الرحيم بين الزوجين يساعد على إقامة تفاعلات طيبة والدخول في خبرات جديدة متممة بالرضا عن العلاقة الزوجية وتناغم الانفعالات الإيجابية بينهما مما يساعدهما على الاتزان الانفعالي (Hur, 2003)، وتلك العلاقة الإيجابية تنعكس على نمو علاقتهما كما تنعكس إيجابياً على الأبناء، فالأبناء الذين ينشأون في أسر تقوم فيها العلاقة بين الوالدين على أساس التفاهم المشترك والتفاعل الإيجابي

يكتسب فيها الأبناء سلوكيات تسهم في اتزان شخصيتهم وشعورهم بالأمن النفسي وغرس الانتماء للأسرة ومن ثم التوافق الشخصي والاجتماعي، وقد دلت الدراسات على أن العلاقات الأسرية السوية بين الوالدين والتي يسودها التعاطف والمشاركة والاتزان الانفعالي تؤدي إلى إشباع حاجات الأبناء النفسية والوجدانية والإحساس بالمزيد من الانتماء والأمن النفسي. (بخاري ٢٠٢١؛ عمر وآخرون، ٢٠٢٢؛ عطايا، ٢٠٢٠؛ Marlow, 2012; Suarez et al, 2014)

فالحياة الزوجية المتسمة بالمشكلات والخلافات الدائمة تحد من قدرة الزوجين على التفاعل والتواصل وتعمق لديهم الشعور بالحرمان والإحباط وإدراك التهديد وانخفاض الشعور بالأمن (علي، ٢٠٠٨)، فالأمن النفسي عامل مهم جدا في تنشئة شخصية الفرد التي تتبلور أساسا منذ الطفولة ومن البيئة التي نشأ فيها، ومن أكثر العوامل تأثيراً على الشعور بالأمن النفسي لدى الأفراد هو نوع العلاقة التي تربطه بالآخرين المهمين في حياته، والذين يتفاعل معهم باستمرار؛ كعلاقة الفرد بوالديه كونهما الخبرة الإنسانية الأولى في التفاعل مع البيئة (الشرعة، ٢٠٠٠)، وهو ما أكدته نتائج متولي وصالح (٢٠٢١) من أن الأسرة التي تتسم بعدم القدرة على إدارة خلافاتها الزوجية تؤثر سلباً وتنعكس على الأمن النفسي للأبناء.

فقدان التواصل بين الزوجين وعدم تبادل الاهتمام والتوافق بينهما يعكس جو الأسرة العام فيصعب شخصية الأبناء بسمات معينة تؤثر على ثقتهم بأنفسهم ونموهم النفسي (عمر وآخرون، ٢٠٢٢)، فإذا كانت العلاقة بين الزوجين خالية من التفاهم والتقارب النفسي فإن المشكلة الصغيرة تتصاعد ويتوغل الاغتراب العاطفي ويُفقد الأمن النفسي داخل الأسرة مما يهدد الأبناء بالضيق والتشرد. (عماد عبد الرازق، ٢٠١٦، ص. ١٨٩)، بينما الجو الأسري المستقر الذي يسوده التفاهم يساهم بشكل كبير في تدعيم الصحة النفسية لدى الأبناء، أما إذا كان هذا الجو يتسم بالاختلال والصراع وغياب الرفق واللين بين الشريكين وغياب الحوار بينهما فإنه ينعكس بشكل سلبي على الأبناء بظهور بعض الاضطرابات والمشكلات النفسية (عبد المجيد، ٢٠٠٦؛ عرجاوي، ٢٠٠١؛ عمر وآخرون ٢٠٢٢)

ويظهر الأمن النفسي في سلوكيات الفرد وممارساته التي تشكل أبعاد الأمن النفسي والتي أشار إليها أبو حطب وصادق (٢٠٠٥) بأنها الشعور بالمحبة والقبول من الآخرين، الشعور بالانتماء والمكانة الاجتماعية الشعور بالطمأنينة والبعد عن التهديد والمخاوف.

فروض الدراسة:

- ١- توجد علاقة ارتباطية بين مستوى الاختلالات الزوجية لدى العينة التجريبية ومستوى الأمن النفسي لدى أبنائهم.
- ٢- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية على مقياس الاختلالات الزوجية.
- ٣- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب القياسين القبلي والبعدي لدى أبناء ذوي الاختلالات الزوجية على مقياس الأمن النفسي.

٤- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب القياسين البعدي والتتبعي لأفراد المجموعة التجريبية من ذوي الاختلالات الزوجية على مقياس الاختلالات الزوجية.

٥- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب القياسين البعدي والتتبعي لأبناء ذوي الاختلالات الزوجية على مقياس الأمن النفسي.

المنهجية والإجراءات المتبعة في الدراسة:

عينة الدراسة: اعتمدت الباحثة على عينة استطلاعية من المتزوجين بلغ عددهم ٤٢ ممن تتراوح أعمارهم ما بين (٤٠ - ٦٠) عام وكان الهدف من استخدام هذه العينة التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة في حين تم انتقاء العينة التجريبية والمكونة من ١٠ أزواج من واقع عينة كلية ٣٠ زوج طبق عليهم مقياس الاختلال الزوجي والأمن الانفعالي على الأبناء، لاختبار الفرض الأول من الدراسة، وقد تم اختيار العينة التجريبية ممن يرتفع لديهم الاختلال الزوجي وينخفض لدى أبنائهم الشعور بالأمن النفسي، وروعي عند اختيار العينة أن مدة الزواج بين (٥-١٥) عام استناداً إلى نتائج الرشيد (٢٠١٧) من أن الأزواج الأقل في عدد سنوات الزواج هم الأكثر تسجيلاً لحالات الاختلالات الزوجية مقارنة بالأطول زواجا، وطُبق البرنامج الإرشادي المقترح عليهم والقائم على التواصل الرحيم مع مراعاة تجانس المشاركين في هذه المجموعة من حيث العمر والمستوى الاجتماعي والاقتصادي.

منهج الدراسة: تعتمد الدراسة على المنهج الوصفي، وكذلك المنهج شبه التجريبي ذو المجموعة الواحدة لتطبيق البرنامج الإرشادي المقترح على العينة التجريبية.

أدوات الدراسة:

مقياس الاختلالات الزوجية: إعداد الباحثة

تم إعداد المقياس باتباع عدد من الخطوات:

أولاً: الاطلاع على التراث النظري والدراسات السابقة المتعلقة بالاختلالات الزوجية من خلال الاطلاع على الدراسات والتراث استطاعت الباحثة التعرف على الجوانب المتعلقة بالاختلال الزوجي وأهم أبعاد ومجالات وطرق قياسه والمفاهيم المفسرة له وأهم المجالات والمكونات التي تسهم في تحديد درجة الاختلالات الزوجية.

ثانياً: الاطلاع على عدد من المقاييس السابقة التي تناولت الموضوعات المشابهة أو ذات الصلة وكانت كالتالي:

*مقياس الانفصال العاطفي (الشواشره، ٢٠١٨) وأبعاده ثلاثة متمثلة في المجال النفسي والمجال العاطفي والمجال الاجتماعي، مكون من ٣٧ عبارة وطريقة التصحيح موزعة على الأبعاد وفقاً لمقياس ليكرت الرباعي.

* مقياس الطلاق العاطفي (جمعة، ٢٠١٣)

* بطارية الاختلالات الزوجية: السيد (٢٠٠٥)

* مقياس الرضا الزوجي: البلاوي (١٩٨٧)

ثالثاً: تم صياغة البنود بشكل أولي بناءً على المحاور التي تم اختيارها بعد الاطلاع على الأدب النظري وبما يتلاءم مع موضوع الدراسة، وكان المقياس في صورته الأولية يحتوي على ٦٣ عبارة يتم الاستجابة عليها على مقياس ليكرت متدرج من ١-٥، وتعطي التقديرات للعبارة الموجبة على النحو التالي (موافق جداً: ٥، موافق إلى حد ما: ٤، محايد: ٣، غير موافق إلى حد ما: ٢، وغير موافق نهائياً: ١)، والعكس للعبارة السلبية، والدرجة الكلية للمقياس ٢٩٥ درجة، وكانت الأبعاد كالتالي:

الصراع الزوجي: يتمثل في ١٦ عبارة، وتعرفه الباحثة بأنه "الشقاق والنزاع بين الزوجين واستخدام كل طرف أساليب غير مقبولة في حل الخلاف مع الطرف الآخر، وتغليب كل منهم مصلحته الشخصية على دوام العلاقة الزوجية."

الاغتراب النفسي: يتمثل في ١٩ عبارة، وتعرفه الباحثة بأنه "احتمالات وقوع أحداث معينة ذات طبيعة غير توافقية بين الطرفين تؤدي إلى حدوث نتائج يظهر فيها عدم الالتقاء الفكري والتقبل والافتقاد إلى التعاطف والمشاركة".

التواصل غير الفعال: يتمثل في ٢٤ عبارة، وتعرفه الباحثة بأنه "عدم القدرة على استخدام التعبيرات العاطفية الإيجابية اللفظية وغير اللفظية للتعبير عن المشاعر، والنفور من الطرف الآخر، والإحساس بالضرر وفقدان الثقة ضعف الرغبة في مواصلة الحياة الزوجية "

الخصائص السيكومترية للمقياس:

صدق المقياس:

صدق المحكمين (الصدق الظاهري): تم التأكد من صدق المحتوى للمقياس من خلال عرضه على ثمانية من المحكمين المتخصصين بالإرشاد النفسي وذلك بهدف التأكد من مناسبة المقياس للعينات من حيث العمر والسمات والخصائص، ومناسبة عبارات المقياس للهدف المُعد له، ووضوح التعليمات؛ وبناءً على ملاحظاتهم أجريت التعديلات اللازمة حيث تم حذف ٤ عبارات، وتعديل الصياغة لخمس عبارات، وبقيت الأبعاد بدون تغيير فأصبحت المحصلة ٥٩ عبارة.

الصدق التمييزي: تم حساب الصدق التمييزي لمقياس الاختلالات الزوجية بتقسيم العينة الاستطلاعية (ن=٤٢) باستخدام الإرباعيات، وذلك لتحديد المجموعة العليا التي تتضمن الأزواج الحاصلين على أعلى الدرجات على المقياس والمجموعة الدنيا التي تتضمن الطالبات الحاصلات على أقل الدرجات في كل أسلوب، ومن ثم دراسة الفروق بين المجموعتين باستخدام اختبار مان ويتي Mann-Whitney، وقد جاءت النتائج كما هو موضح بالجدول (٢)

جدول (٢)

الصدق التمييزي لمقياس الاختلالات الزوجية

المجموع ة	العدد	متوسط الرتب	قيمة ((U	قيمة ((Z	الدلالة الإحصائية
العليا	11	17.00	0.00	-4.23	0.00
الدنيا	11	6.00			

يتضح من الجدول (٢) أنه بالنسبة للمجموعة مرتفعة الاختلال فإن قيمة (Z) بلغت (٤.٢٣) بدلالة احصائية قدرها (٠.٠٠)، وهو ما يعني وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين متوسطي درجات المجموعة العليا والمجموعة الدنيا على مقياس الاختلال الزوجي، وتشير هذه النتائج إلى الصدق التمييزي للمقياس وقدرته على التمييز بين مرتفعي ومنخفضي الاختلال الزوجي.

صدق المحك:

تم استخدام مقياس الانفصال العاطفي (الشواشره، ٢٠١٨) كمحك لصدق مقياس الاختلال الزوجي المستخدم في الدراسة الحالية، حيث تم تطبيق المقياسين على أفراد العينة الاستطلاعية البالغ عددهم (٤٢) زوج وزوجة وتم حساب قيم معاملات الارتباط الخطي لبيرسون بين درجات أفراد العينة الاستطلاعية على المقياس المستخدم في الدراسة الحالية وأبعاده الفرعية وبين درجاته على المقياس المحك، وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (٣)

قيم معاملات صدق الارتباط بالمحك لمقياس الاختلال الزوجي

1	الصراع الزوجي	0.89**
2	الاغتراب النفسي	0,73**
3	التواصل غير الفعال	0,82**

● دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) (*) دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١) (**)

يتضح من الجدول (٣) أن قيمة معامل الارتباط بالمحك للبعد الأول بلغت (٠,٩٨)، وأن قيمة معامل ارتباط المحك في البعد الثاني بلغت (٠,٧٣)، وقيمت ارتباط المحك في البعد الثالث بلغت (٠,٨٢)، وجميع

هذه القيم مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، مما يشير إلى اتصاف المقياس المستخدم في الدراسة الحالية بدرجة مناسبة من صدق الارتباط بالمحك.

الاتساق الداخلي:

جري التحقق من الاتساق الداخلي بتطبيق المقياس على عينة قوامها (٤٥) زوج من خارج عينة الدراسة تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات المقياس بالدرجة الكلية للبعد، وتراوحت معاملات الارتباط لفقرات بعد الصراع الزوجي ما بين (٠,٧٩٩ ، ٠,٩٨٧) (الاغتراب النفسي ما بين (٠,٦٧٩ ، ٠,٩٨٤)، والتواصل غير الفعال ما بين (٠,٦٤٥ ، ٠,٩٨٨)، وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، وتم حساب معامل الارتباط بين درجات كل بعد من أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس وكان معامل الارتباط للمقياس ببعد الصراع الزوجي ٠,٨٨٣.، الاغتراب النفسي ٠,٧٩٠، والتواصل غير الفعال ٠,٨٨٤ وجميعها كذلك دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) مما يشير إلى تمتع المقياس بالصدق العاملي، والنتائج موضحة بالجدول التالي:

جدول (٤) صدق الاتساق الداخلي لمقياس الاختلال الزوجي

البعد رقم العبارة	الصراع الزوجي	الاغتراب النفسي	التواصل غير الفعال	رقم العبارة	الصراع الزوجي	الاغتراب النفسي	التواصل غير الفعال
1	0.865 **	0.984 **	0.812 **	14	0.809 **	0.973 **	0.988 **
2	0.845 **	0.854 **	0.843 **	15	0.987 **	0.833 **	0.954 **
3	0.799 **	0.910 **	0.962 **	16	0.895 **	0.892 **	0.945 **
4	0.865 **	0.920 **	0.687 **	17		0.893 **	0.989 **
5	0.934 **	0.789 **	0.845 **	18		0.912 **	0.990 **
6	0.983 **	0.854 **	0.969 **	19		0.936 **	0.964 **
7	0.900 **	0.899 **	0.828 **	20			0.945 **
8	0.934 **	0.896 **	0.901 **	21			0.957 **
9	0.909 **	0.962 **	0.703 **	22			0.927 **
10	0.876 **	0.943 **	0.645 **	23			0.801 **
11	0.812 **	0.679 **	0.947 **	24			0.900 **
12	0.843 **	0.867 **	0.832 **				
13	0.876 **	0.866 **	0.887 **				
ارتباط البعد بالدرجة الكليّة					883. **	0.790 **	0.884 **

حساب ثبات المقياس:

تم حساب ثبات المقياس بطريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية وكانت نتيجة حساب معامل الارتباط باستخدام معادلة ألفا كرونباخ (٠,٨٩٥)، وهذا يدل أن المقياس يتمتع بدرجة ثبات جيدة، ثم حساب معامل الارتباط بينهما بطريقة التجزئة النصفية وكان (٠,٨٨٠)، وهو معامل يشير إلى درجة ثبات مرتفعة للمقياس.

جدول (٥)

حساب ثبات مقياس الاختلال الزوجي بطريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية.

البعد	التجزئة النصفية	ألفا كرونباخ
الصراع الزوجي	0.843	0.965
الاغتراب النفسي	0.887	0.913
التواصل غير الفعال	0.912	0.807
الدرجة الكلية	0.880	0.895

(٢) مقياس الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) للأبناء:

تم تطبيق مقياس الأمن النفسي إعداد شقير (٢٠٠٥)، محاور المقياس تمثلت في الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) المرتبط بتكوين الفرد ورؤيته للمستقبل متمثلاً في ١٤ بنداً؛ الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) المرتبطة بالحياة العامة والعملية للفرد ١٨ بنداً، الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) المرتبط بالحالة المزاجية للفرد، ١٠ بنود، الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) المرتبط بالعلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي للفرد ١٢ بنداً.

يتم الاستجابة على المقياس من خلال متدرج ليكرت الرباعي من موافق بشده حتى غير موافق بشدة وتعطى الدرجات (٣، ٢، ١، ٠) بالترتيب على أن يكون اتجاه العبارات نحو الأمن النفسي إيجابياً، بينما تعكس هذه التقديرات وتعطى في اتجاه عكسي (٠، ١، ٢، ٣) عندما يكون اتجاه التقديرات نحو الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) سلبية، يشتمل المقياس في مجمله على ٥٤ بنداً تقدر الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) لدى الفرد وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين صفر الى ١٦٢ درجة، قامت الباحثة مُعدة المقياس بحساب الصدق الظاهري للمقياس بعرضه على مجموعة من المتخصصين في مجال الصحة النفسية والارشاد النفسي وكذلك حساب صدق المحك بتطبيق المقياس على عينة قوامها ١٠٠ مناصفة من طلاب وطالبات كلية التربية وتطبيق مقياس الطمأنينة النفسية إعداد مستشفى الطائف وكان معامل الارتباط بين درجات المقياسين ٧٨%، ٨٢%، ٨٠% لكل من عينة الذكور والإناث والعينة الكلية على التوالي وهو ارتباط دال مرتفع مما يضمن صلاحية المقياس للاستخدام، كما قامت بحساب الصدق التمييزي لمقياس الأمن النفسي للكشف عن الفروق بين المجموعات وكانت قيم تجميعها دالة عند مستوى ٠.٠١ مما يدل على أن للمقياس قوة تمييزية مما يطمئن على صدقه، تم إعادة تقنين المقياس وحساب الخصائص السيكومترية له كالتالي:

الاتساق الداخلي للمقياس:

تم التحقق من الاتساق الداخلي لمقياس الأمن النفسي على عينة استطلاعية ضمت (٤٢) فرداً من أفراد مجتمع الدراسة المستهدف بغرض التأكد من ملائمة الأداة وصلاحيتها لجمع البيانات، وتم التعرف على مدى اتساق أداة الدراسة، وقد تم حساب قيم معاملات الارتباط الخطي لبيرسون بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس وكل من درجة البعد الذي تنتمي إليه المفردة والدرجة الكلية للمقياس، كما تم حساب قيم

معاملات الارتباط الخطي لبيرسون بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، وكانت النتائج كما هي موضحة في الجداول التالية:

جدول (٦)

الاتساق الداخلي لمقياس الأمن النفسي (ن=٤٢)

العلاقات الاجتماعية		الحالة المزاجية للفرد		الحياة العامة والعملية للفرد		تكوين الفرد ورويته	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
0.58**	1	0.68**	1	0.73**	1	0.66**	1
0.67**	2	0.52**	2	0.50**	2	0.61**	2
0.53**	3	0.60**	3	0.64**	3	0.58**	3
0.67**	4	0.42**	4	0.53**	4	0.73**	4
0.45**	5	0.63**	5	0.70**	5	0.69**	5
0.65**	6	0.52**	6	0.73**	6	0.51**	6
0.50**	7	0.67**	7	0.44**	7	0.61**	7
0.53**	8	0.69**	8	0.61**	8	0.77**	8
0.40**	9	0.67**	9	0.49**	9	0.72**	9
0.73**	10	0.53**	10	0.60**	10	0.71**	10
0.68**	11			0.42**	11	0.77**	11
0.57**	12			0.53**	12	0.64**	12
				0.52**	13	0.70**	13
				0.67**	14	0.40**	14
				0.40**	15		
				0.58**	16		
				0.47**	17		
				0.58**	18		
0.58**	ارتباط البعد بالدرجة الكلية	0.59**	ارتباط البعد بالدرجة الكلية	0.56**	ارتباط البعد بالدرجة الكلية	0.65**	ارتباط البعد بالدرجة الكلية

** قيمة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١).

يتضح من الجدول (٦) أن جميع عبارات مقياس الأمن النفسي ترتبط بالبُعد الذي تنتمي له بمعامل ارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١)، حيث تراوحت معاملات الارتباط من (٠.٤٠) إلى (٠.٧٧)، أي أن الارتباط يتراوح بين متوسط وقوي، كما أن جميع الأبعاد الفرعية ترتبط بالدرجة الكلية للمقياس بمعامل ارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١)، حيث تراوحت معاملات الارتباط من (٠.٥٦) إلى (٠.٦٥)، وهو ما يؤكد الاتساق الداخلي لمقياس الأمن النفسي.

ثبات المقياس:

تم حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ، حيث يُعتبر معامل ألفا كرونباخ أنسب الطرق لحساب ثبات المقاييس حيث يوجد مدى محدد من الدرجات المحتملة لكل مفردة أو عبارة، كما تم حساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية، ويوضح الجدول معامل الثبات لمقياس الأمن النفسي:

جدول (٧)

معامل الثبات لمقياس الأمن النفسي

المقياس	البُعد	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ	معامل التجزئة النصفية	مستوى الثبات
مقياس الأمن النفسي	الأمن النفسي المرتبط بتكوين الفرد ورويته للمستقبل	14	0.79	0.89	مرتفع
	الأمن النفسي المرتبط بالحياة العامة والعملية للفرد	18	0.91	0.79	
	الأمن النفسي المرتبط بالحالة المزاجية للفرد	10	0.88	0.87	
	الأمن النفسي المرتبط بالعلاقات الاجتماعية	12	0.81	0.75	
	إجمالي أبعاد الأمن النفسي	54	0.84	0.83	

يتضح من الجدول (٧) أن قيمة معامل ألفا كرونباخ لثبات مقياس الأمن النفسي قد بلغت (0.84)، أما فيما يخص معامل التجزئة النصفية فقد بلغ (٠,٨٣)، كما أن معاملات الثبات للأبعاد الفرعية جاءت جميعها مرتفعة.

البرنامج الإرشادي:

محاور البرنامج:

تحديد حالات ضعف الأداء العاطفي والاختلال لدى الزوجين، استخدام المعلومات المتعلقة بالعواطف للتخطيط ووضع سيناريوهات مختلفة لحل النزاع، التعرف على مشاعر الذات والتعبير عنها بوعي، الوعي

بمعوقات التفاعل والتواصل الإيجابي، تنمية استراتيجيات التواصل الفعال، تعلم إدارة المشاعر، الحزم وإدارة مشاعر الغضب، التمييز والفصل بين عمليتي الملاحظة وإصدار الأحكام، التعامل مع الرسائل السلبية من الطرف الآخر، إدراك ما وراء المشاعر من احتياجات والتعبير عنها بوعي، اكتساب التعاطف مع الذات والآخر، التعبير عن التقدير.

حدود البرنامج:

الحدود الزمنية: تم تطبيق البرنامج خلال الفترة الزمنية (مايو ٢٠٢٣ إلى أغسطس ٢٠٢٣) بمعدل جلسان أسبوعياً، تستغرق كل جلسة من (٦٠-٩٠) دقيقة.

الحدود المكانية: تم التطبيق بمركز أمان الأسري.

الحدود البشرية: طبق البرنامج على العينة التجريبية والمكونة من (١٠) من الأزواج ذوي الاختلالات الزوجية.

استراتيجيات وفنيات البرنامج: يعتمد البرنامج الإرشادي على المنهج الانتقائي باستخدام فنية التداعي الحر والتنفيس الانفعالي وهي تنتمي لنظرية التحليل النفسي التي تقوم على أساس إتاحة الفرصة أمام المسترشد كي يفصح عن كل شيء يدور في ذهنه من رغبات وأفكار ومشاعر، وكذلك بفنيات المدرسة السلوكية لتحديد سلوكيات محددة والعمل على تعديلها؛ كالتعزيز والواجبات المنزلية والكرسي الخالي ولعب الدور والنمذجة والصمت والإصغاء والتغذية الراجعة، والاستعانة بفنية تقبل المشاعر وتنتمي لنظرية التمرکز حول العميل لمساعدة المشاركين التعبير عن مشاعرهم وانفعالاتهم ومن ثم تقبلها والتعامل معها، فنية ABC والتي تنتمي للعلاج العقلاني الانفعالي باعتباره خطوة أولى نحو تغيير المعتقدات التي تعزي الاستجابات الانفعالية اللاتوافقية، وبناء الوعي الوجداني، وهو مكون رئيسي في تنظيم الانفعالات، والتمييز بين الانفعالات المختلفة، وتحديد العلاقة بين أفكار ومشاعر وسلوك المشاركين؛ وصولاً لفهم أن منظومة معتقداتهم ليست مقدسة وليست دقيقة بالضرورة، كما تضمن البرنامج التدريب على مهارات التفاوض وإبداء التقدير الذاتي وتقدير الآخر استناداً لنتائج دراسة أحمد وحسن (٢٠٢١) وما أكدته دراسة إبراهيم (٢٠١٢) على أهمية التفاوض لحل الخلافات والمشكلات الأسرية، كما تضمن البرنامج استراتيجيات تقبل المشاعر، المراقبة الذاتية، ABC للحزم والتحكم في قوة الغضب.

جدول (٨) مخطط يوضح جلسات البرنامج الإرشادي

رقم الجلسة	موضوع الجلسة	أهداف الجلسة	الفنيات الارشادية
الأولى	تمهيد وتعارف	* التعرف بين الباحثة وأفراد العينة. * التعرف بالبرنامج وأهدافه. * تحقيق الألفة والثقة بين الباحثة وأفراد العينة. * التعرف بالقواعد العامة للبرنامج من الالتزام بالمواعيد والواجبات، احترام آراء الآخرين،..	استراتيجية كسر الجليد، استراتيجية التعاقد- المحاضرة- المناقشة الجماعية
الثانية	اعرف نفسك	* التعرف على مشاعر الذات * تحفيز التفكير للبحث عن معرفة الذات بشكل أفضل. * تطبيق خريطة المفاهيم الشخصية. * تحديد حالات ضعف الأداء العاطفي لدى الزوجين	خريطة المفاهيم الشخصية. الاستبصار التداعي الحر

رقم الجلسة	موضوع الجلسة	أهداف الجلسة	الفنيات الارشادية
الثالثة	أين نحن؟	تحديد حالات ضعف الأداء العاطفي لدى الزوجين	استبيان الأداء العاطفي، التعبير الانفعالي، الاستبصار، تحليل SWOT
الرابعة والخامسة	استراتيجيات حل الصراع	*التعريف بالصراع وأنواعه. * مفهوم الصراع الإيجابي. * التعرف على أسلوب كل مشارك في إدارة الخلاف من خلال الاستجابة على استبيان استراتيجيات حل الصراع. *تحقيق التوازن بين الأهداف الشخصية والحفاظ على مستوى علاقة جيدة مع الآخر. *اكتساب استراتيجيات فعالة لإدارة الخلاف. * أخذ العوامل العاطفية في الاعتبار عند التخطيط لإدارة الخلاف.	العصف الذهني، المحاضرة والمناقشة، الاستبصار الانسحاب(السلحفاة)، الاجبار (سمك القرش)، المساومة(الثعلب)، التلطيف والتهنية (الدب اللطيف)، التعاون
السادسة	الوعي بمعوقات التواصل الفعال ومقوماته	* الوعي بمعوقات التواصل: إصدار الأحكام، عقد المقارنات، إنكار المسؤولية. * إضفاء مزيد من العمق في العلاقة الشخصية، من خلال الوعي باستراتيجيات التفاعل العاطفي.	لعب الأدوار، المحاكاة، النمذجة، العصف الذهني
السابعة	الملاحظة والتقييم	*التمييز والفصل بين عمليتي الملاحظة وإصدار الأحكام من خلال تجنب: -استخدام صيغ التقليل والتحقير -استخدام صيغ المبالغة -الإيحاء بأن استنتاجاتنا وحدها الصحيحة. -استخدام الكلمات الدالة على التأكيد. -استخدام صفات الإشارة	النمذجة والمحاكاة، المناقشة الجماعية، التدريب
الثامنة	التعبير عن المشاعر	*تنمية القدرة على التمييز بين المشاعر المختلفة *بناء حصيلة مفردات التعبير عنها. *التمييز بين المشاعر والأفكار. * الوعي بالمشاعر المحتملة عندما يتم تلبية احتياجاتنا وعندما لا تتم التلبية.	المحاضرة والمناقشة، النمذجة، التغذية الراجعة
التاسعة	إدراك حقيقة الاحتياجات	* إدراك ما وراء مشاعرنا من احتياج والتعبير عنه بوعي. *الوعي بمراحل الانتقال من العبودية العاطفية إلي التحرر العاطفي.	إعادة الصياغة، النمذجة، لعب الدور، الواجب المنزلي.
العاشر	التعامل مع الرسائل السلبية	*التعرف على الاحتياجات الكامنة وراء الرسائل السلبية. * تجنب الانتقاد ولوم الذات للتعامل مع الرسائل السلبية. * الموازنة بين ألم التعبير عن الاحتياج مقابل ألم عدم التعبير عنها. * التأكيد على الاستجابة لاحتياجات الآخر بدافع التعاطف وليس الذنب. *تطوير المسؤولية العاطفية.	المراقبة الذاتية، توكيد الذات
الحادية عشرة	الطلب مقابل الأمر	* اكتساب مهارة التعبير عن الطلب بوعي *استخدام لغة إيجابية وواضحة للتعبير عن الطلب. * التأكيد على تلقي الآخر الطلب بوصفه احتياجا وليس أمرا.	المحاضرة، تقبل المشاعر الحوار والمناقشة، النمذجة
الثانية عشر	الحزم	*موازنة احتياجات ذاتنا والآخر. *البحث عن حلول مريحة للجانبين في حالة النزاع. *إنشاء مستويات مناسبة من الثقة. * وضع حدود واضحة لذاتي مع الآخر.	تقبل المشاعر، المحاضرة والمناقشة الجماعية، المراقبة الذاتية، ABC لعب الأدوار الواجب المنزلي

رقم الجلسة	موضوع الجلسة	أهداف الجلسة	الغيات الارشادية
الثالثة عشر والرابعة عشر	التلقي المتعاطف	التعرف على العقبات التي تحول دون التلقي المتعاطف: النصح، إظهار التفوق، النبذة التعليمية، المواساة، قص الحكايات، الصد، الاستجواب،.. *إعادة الصياغة لتلقي أكثر تعاطفا *التمييز بين التلقي المتعاطف وغير المتعاطف *المواجهة وكيفية اكتسابها * القدرة على منح الاحترام * الامتناع عن إيذاء الآخر بدنيا أو نفسيا * محاولة رؤية الأمور من وجهة نظر الآخر	الكرسي الخالي التقبل غير المشروط، التعاطف، إعادة الصياغة
الخامسة عشر	استراتيجيات التعاطف مع الذات	*التعاطف مع الذات خطوة أولى للتعاطف مع الآخر *التعاطف عن سماع كلمة لا * تحويل "يجب أن" إلي "أحتاج أن" * ترجمة الأحكام الذاتية والأوامر الداخلية *تقييم أنفسنا في المواقف التي كنا فيها بعيدين عن المثالية. *تعزيز إدراكنا للدوافع الكامنة وراء أفعالنا	المراقبة الذاتية
السادسة عشر	التعبير عن الغضب	التفرقة بين المثير والسبب *خطوات التعبير عن الغضب. * التفرقة بين الاستخدام الوقائي والعقابي للقوة	توكيد الذات، التنفيس تقبل المشاعر
السابعة عشر	التعبير عن التقدير	*مقومات التعبير عن التقدير * مقاومة تقديم النصح الدائم *تلقي التقدير بطريقة متعاطفة.	
الثامنة عشر		*التطبيق البعدي لمقياس الاختلالات الزوجية. *التطبيق البعدي لمقياس الأمن النفسي للأبناء.	

نتائج الدراسة:

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

تم استخدام بعض الأساليب الإحصائية الوصفية والاستدلالية لتحليل استجابات عينة الدراسة، والتي تضمنت ما يلي:

- ١- المتوسط الحسابي Mean: للتعرف على متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الاختلالات الزوجية ومقياس مستوى الأمن النفسي لدى أبنائهم.
- ٢- الانحراف المعياري Standard deviation: لتحديد مدى تشتت درجات أفراد العينة حول متوسطها الحسابي.
- ٣- معامل ارتباط بيرسون: Pearson Correlation لدراسة العلاقة الارتباطية بين متغيرات الدراسة (الاختلالات الزوجية لأفراد العينة والأمن النفسي لدى أبنائهم).
- ٤- اختبار ويلكسون Wilcoxon: للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في كل من القياس القبلي والبعدي للاختلالات الزوجية والأمن النفسي لدى أبنائهم، وكذلك دراسة الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في كل من القياس البعدي والتتبعي، وتكون الفروق بين المتوسطين معنوية إذا كانت الدلالة الإحصائية لقيمة (Z) أقل من أو تساوي (٠.٠٥).
- ٥- قيمة مربع إيتا (η^2): وذلك كمؤشر لحجم التأثير حجم الأثر Effect Size للبرنامج الإرشادي في مساعدة ذوي الاختلالات الزوجية وأثره على الأمن النفسي للأبناء، وقد تم حساب حجم الأثر للبرنامج باستخدام مربع إيتا (η^2)، وذلك باستخدام العلاقة: (Fritz & Richler, 2012)

حيث يتم حساب قيمة من اختبار مان-ويتني و N إجمالي حجم العينة.
وقد تم تفسير قيم تلك المؤشرات في ضوء المستويات التي اقترحها كوهين Cohen's effect size benchmarks (Ellis, 2010) ، والموضحة بالجدول (٩).

جدول (٩) معايير الحكم على مستوي حجم التأثير

المؤشر	مستوى حجم التأثير		
	ضعيف	متوسط	كبير
قيمة مربع إيتا (η^2)	0.01	0.06	0.14

البرامج المستخدمة في المعالجات الإحصائية: تم تحليل البيانات الخاصة بالدراسة باستخدام الإصدار السابع والعشرين لعام ٢٠٢٠م من البرنامج الإحصائي IBM SPSS Statistics ، كما تم استخدام برنامج الإكسيل Microsoft Excel في تنسيق الجداول والرسوم البيانية.

نتائج الدراسة ومناقشتها :

يتم فيما يلي عرض وتفسير النتائج التي تم التوصل إليها، من خلال عرض النتائج الوصفية لمتغيرات الدراسة، ومن ثم عرض وتفسير النتائج الخاصة باختبار فروض الدراسة على العينة التجريبية كما يلي:

١ - النتائج الوصفية لمتغيرات الدراسة

يوضح الجدول (١٠) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ونسبة التحقق المناظرة لدرجات عينة الدراسة حول مستوى كل من الاختلال الزوجي والأمن النفسي للأبناء.

جدول (١٠) النتائج الوصفية لمتغيرات الدراسة (ن=٣٠)

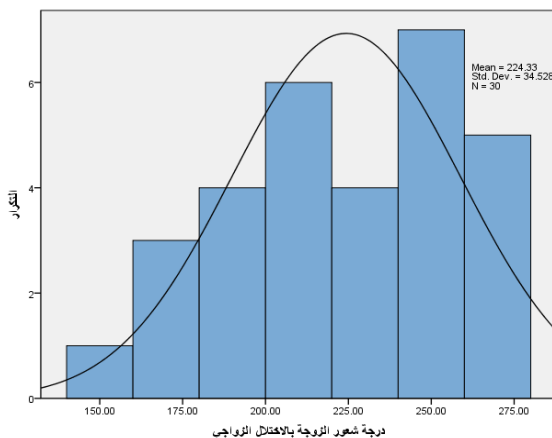
المتغير	المتوسط الحسابي	فترة الثقة للمتوسط عند مستوى ثقة ٩٥ %		الانحراف المعياري	نسبة التحقق	المستوى
		الحد الأدنى	الحد الأعلى			
الاختلال الزوجي	209.40	195.41	223.39	37.48	70.98%	مرتفعة
	224.33	211.44	237.23	34.53	76.05%	مرتفعة
	216.87	205.44	228.30	30.61	73.51%	مرتفعة
الأمن النفسي للأبناء	64.57	52.29	76.84	32.87	39.86%	منخفضة

يتضح من النتائج بالجدول (١٠) ما يلي:

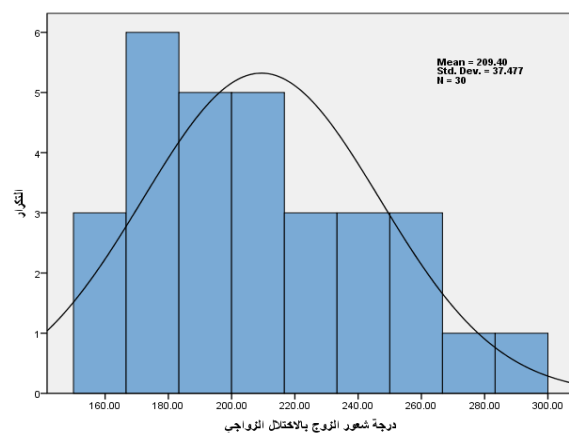
- جاءت درجة التحقق مرتفعة إجمالي الاختلال الزوجي بمتوسط حسابي (٢١٦.٨٧)، وهو ما يعني نسبة تحقق بلغت (٧٣.٥١%)، وأوضح حساب فترة الثقة للمتوسط الحسابي لمجتمع الدراسة عند مستوى ثقة ٩٥% أنه يتراوح بين (٢٠٥.٤٤) و(٢٢٨.٣٠)، وهو ما يؤكد أن الاختلالات الزوجية مرتفعة، وقد يرجع ذلك إلى اختلاف أسلوب التواصل، وهو ما يتفق مع دراسة (تركي، ٢٠٠٨؛ الرشيد، ٢٠١٧؛ الخيني، ٢٠١٧)

كما يوجد تفاوت في درجة شعور الزوجين بالاختلال الزوجي، حيث جاءت درجة شعور الزوجة بالاختلال الزوجي في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (٢٢٤.٣٣) بنسبة تحقق (٧٦.٠٥%)، بينما درجة شعور الزوج بالاختلال الزوجي جاءت بمتوسط حسابي (٢٠٩.٤٠) بنسبة تحقق (٧٠.٩٨%)، وهو ما يتفق مع ما أوضحه كلا من Key and Linda (٢٠١٨) من أن الزوجات مقارنة بالزواج أكثر تقلباً عاطفياً، أكثر عرضة لرؤية الأشياء على أنها خارجة عن إرادتهن، أكثر عرضة للمعاناة من القلق والاكتئاب وأكثر سلبية وقلق عند مواجهة الصعوبات وهو ما يفسر ارتفاع مستوى الاختلال الزوجي لديهن مقارنة بالزواج.

- ويوضح الشكل (٣، ٤) توزيع درجات كل من الزوج والزوجة على مقياس الاختلال الزوجي.

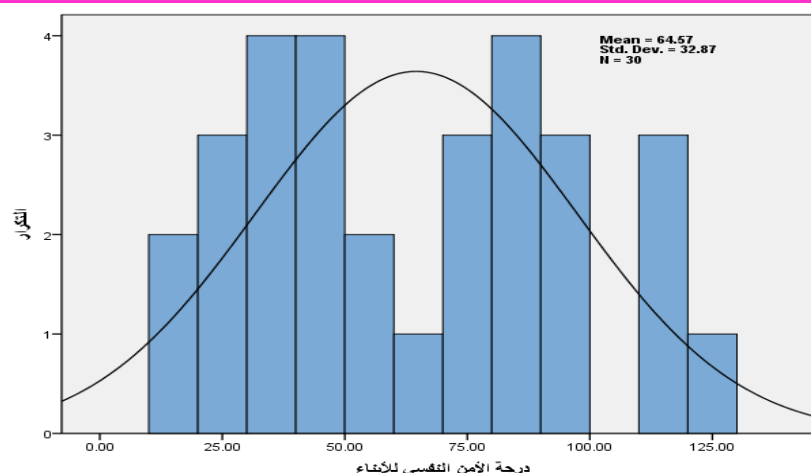


شكل (٤) درجة شعور الزوجة بالاختلال الزوجي



شكل (٣) درجة شعور الزوج بالاختلال الزوجي

- جاءت درجة التحقق منخفضة فيما يتعلق بالأمن النفسي للأبناء بمتوسط حسابي (٦٤.٥٧)، وهو ما يعني نسبة تحقق قدرها (٣٩.٨٦%)، وأوضح حساب فترة الثقة للمتوسط الحسابي لمجتمع الدراسة عند مستوى ثقة ٩٥% أنه يتراوح بين (٥٢.٢٩) و(٧٦.٨٤)، وهو ما يؤكد أن الشعور بالأمن النفسي للأبناء يقع في مستوى منخفض، وقد يرجع ذلك إلى فقدان التواصل بين الزوجين وعدم تبادل الاهتمام والتوافق بينهما الأمر الذي يعكس جو الأسرة العام فيصعب شخصية الأبناء بسمات معينة تؤثر على ثقتهم بأنفسهم ونموهم النفسي، وهو ما يتفق مع نتائج دراسة عمر وآخرون (٢٠٢٢)، ويوضح الشكل (٥) توزيع درجات عينة الدراسة على مقياس الأمن النفسي للأبناء.



شكل (٥) درجة الأمن النفسي للأبناء

٢- نتائج اختبار فروض الدراسة

يمكن عرض نتائج اختبار فروض الدراسة على النحو الآتي:

١- نتائج اختبار الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه "توجد علاقة ارتباطية بين مستوى الاختلالات الزوجية لدى عينة الدراسة ومستوى الأمن النفسي لدى أبنائهم" لاختبار هذا الفرض تم دراسة الارتباط بين الاختلال الزوجي والأمن النفسي للأبناء باستخدام معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation، وذلك في ضوء درجات عينة الدراسة الوصفية التي تضمنت (٣٠) زوج، وجاءت النتائج كما هو موضح بالجدول (١١).

جدول (١١) معاملات الارتباط بين الاختلال الزوجي والأمن النفسي للأبناء (ن=٣٠)

درجة الأمن النفسي للأبناء	الاختلال الزوجي			المتغيرات	
	الدرجة الكلية للاختلال الزوجي	درجة شعور الزوجة بالاختلال الزوجي	درجة شعور الزوج بالاختلال الزوجي		
-0.66	0.86	0.44	1.00	معامل الارتباط (r)	درجة شعور الزوج بالاختلال الزوجي
0.00	0.00	0.01	—	الدالة الإحصائية	
-0.71	0.84	1.00	0.44	معامل الارتباط (r)	درجة شعور الزوجة بالاختلال الزوجي
0.00	0.00	—	0.01	الدالة الإحصائية	
-0.81	1.00	0.84	0.86	معامل الارتباط (r)	الدرجة الكلية للاختلال الزوجي
0.00	—	0.00	0.00	الدالة الإحصائية	

يتضح من الجدول (١١) أنه توجد علاقة ارتباط سالبة ودالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين الاختلال الزوجي والأمن النفسي للأبناء بمعامل ارتباط (-٠.٨١)، كما أن أنه توجد علاقة ارتباط سالبة ودالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين درجة شعور الزوج بالاختلال الزوجي والأمن النفسي للأبناء

بمعامل ارتباط (-0.66)، كما أن أنه توجد علاقة ارتباط سالبة ودالة احصائياً عند مستوى دلالة (0.01) بين درجة شعور الزوجة بالاختلال الزوجي والأمن النفسي للأبناء بمعامل ارتباط (-0.71)، وبالتالي يمكن قبول الفرض الأول، أي أنه توجد علاقة ارتباطية بين مستوى الاختلالات الزوجية لدى عينة الدراسة ومستوى الأمن النفسي لدى أبنائهم، وفي ضوء ذلك تم دراسة معنوية تأثير الاختلال الزوجي على الأمن النفسي للأبناء باستخدام تحليل الانحدار الخطي البسيط Simple Linear Regression، وجاءت النتائج كما هو موضح بالجدول (١٢).

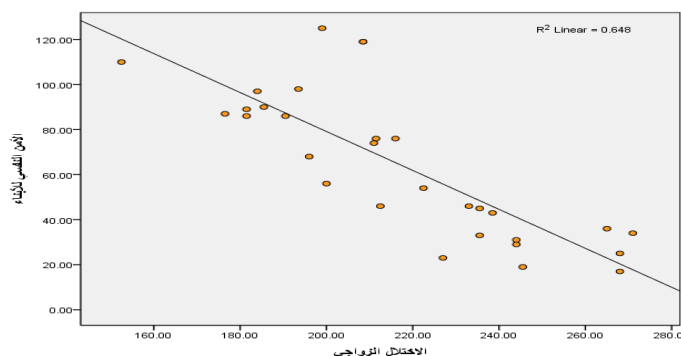
جدول (١٢) نموذج الانحدار لأثر الاختلال الزوجي على الأمن النفسي للأبناء (ن=٣٠)

المتغير التابع	المتغير المستقل	المعاملات غير المعيارية		معامل الانحدار المعياري (β)	اختبار التاء (t)		اختبار الفاء (F)		معامل التحديد (R^2)
		قيمة (B)	الخطأ المعياري		قيمة (t)	الدلالة الإحصائية	قيمة (F)	الدلالة الإحصائية	
الأمن النفسي للأبناء	الاختلال الزوجي	-0.86	0.12	-0.81	-7.18	0.00	51.60	0.00	0.65
	ثابت الانحدار	252.08	26.35	—	9.57	0.00			

يتضح من الجدول (١٢) أن قيمة الفاء (F) لاختبار معنوية نموذج الانحدار قد بلغت (51.60) بدلالة احصائية قدرها (0.00) وهو ما يشير إلى معنوية النموذج، كما أن قيمة معامل التحديد (R^2) بلغت (0.65) وهو ما يشير إلى قدرة نموذج الانحدار على تفسير نسبة (65%) من التباين في الأمن النفسي للأبناء بناء على التباين في الاختلال الزوجي. كما أوضح اختبار التاء (t) أن قيم معامل الانحدار وثابت الانحدار جاءت معنوية عند مستوى دلالة (0.01)، وبالتالي يمكن وضع العلاقة الرياضية لأثر الاختلال الزوجي على الأمن النفسي للأبناء على الصورة الآتية:

$$\text{الأمن النفسي للأبناء} = 252.08 - 0.86 \times \text{الاختلال الزوجي}$$

أي أنه عند ارتفاع مستوى الاختلال الزوجي بمقدار درجة واحدة فإن الأمن النفسي للأبناء ينخفض بمقدار (0.86) درجة، وباستخدام وحدات الانحراف المعياري وحيث أن قيمة معامل الانحدار المعيارية (β) تساوي (-0.81) فإنه عند ارتفاع مستوى الاختلال الزوجي بمقدار وحدة معيارية فإن الأمن النفسي للأبناء ينخفض بمقدار (0.81) وحدة معيارية، ويوضح الشكل (٦) مخطط الانتشار والخط الأمثل للعلاقة بين الاختلال الزوجي والأمن النفسي للأبناء.



شكل (٦) مخطط الانتشار والخط الأمثل للعلاقة بين الاختلال الزوجي والأمن النفسي للأبناء

وللتعرف على الإسهام النسبي لدرجة شعور كل من الزوج والزوجة بالاختلال الزوجي في التأثير على مستوى الأمن النفسي للأبناء تم استخدام تحليل الانحدار الخطي المتعدد Multiple Linear Regression وذلك بعد التأكد من عدم وجود ازدواج خطي Multicollinearity بين المتغيرات المستقلة، إذ بلغت قيمة معامل تضخم التباين (VIF) من (١.٢٥). وقد جاءت نتائج تحليل الانحدار كما هو موضح بالجدول (١٣).
جدول (١٣) نموذج الانحدار لأثر شعور الزوج والزوجة بالاختلال الزوجي على مستوى الأمن النفسي للأبناء (ن=٣٠)

المتغير التابع	المتغير المستقل	المعاملات غير المعيارية		معاملات الانحدار المعيارية (β)	اختبار التاء (t)		اختبار الفاء (F)		معامل التحديد (R ²)
		قيمة (B)	الخطأ المعياري		قيمة (t)	الدلالة الإحصائية	قيمة (F)	الدلالة الإحصائية	
الأمن النفسي للأبناء	درجة شعور الزوج بالاختلال الزوجي	-0.38	0.11	-0.43	-3.43	0.00	25.31	0.00	0.63
	درجة شعور الزوجة بالاختلال الزوجي	-0.49	0.12	-0.51	-4.06	0.00			
	ثابت الانحدار	254.23	26.97	—	9.43	0.00			

يتضح من الجدول (١٣) أن قيمة الفاء (F) لاختبار معنوية نموذج الانحدار قد بلغت (٢٥.٣١) بدلالة إحصائية قدرها (٠.٠٠) وهو ما يشير إلى معنوية النموذج، كما أن قيمة معامل التحديد (R²) بلغت (٠.٦٣) وهو ما يشير إلى قدرة نموذج الانحدار على تفسير نسبة (٦٣%) من التباين في الأمن النفسي للأبناء بناء على التباين في شعور الزوج والزوجة بالاختلال الزوجي. كما أوضح اختبار التاء (t) أن قيم معامل الانحدار جاءت معنوية عند مستوى دلالة (٠.٠١)، وبلغت قيمة معامل الانحدار المعيارية (β) لدرجة شعور الزوج بالاختلال الزوجي (-٠.٤٣)، بينما بلغت (-٠.٥١) لدرجة شعور الزوجة بالاختلال الزوجي، أي أن شعور الزوجة بالاختلال الزوجي يؤثر سلباً على الأمن النفسي للأبناء بصورة أكبر مقارنة بشعور الزوج بالاختلال الزوجي.

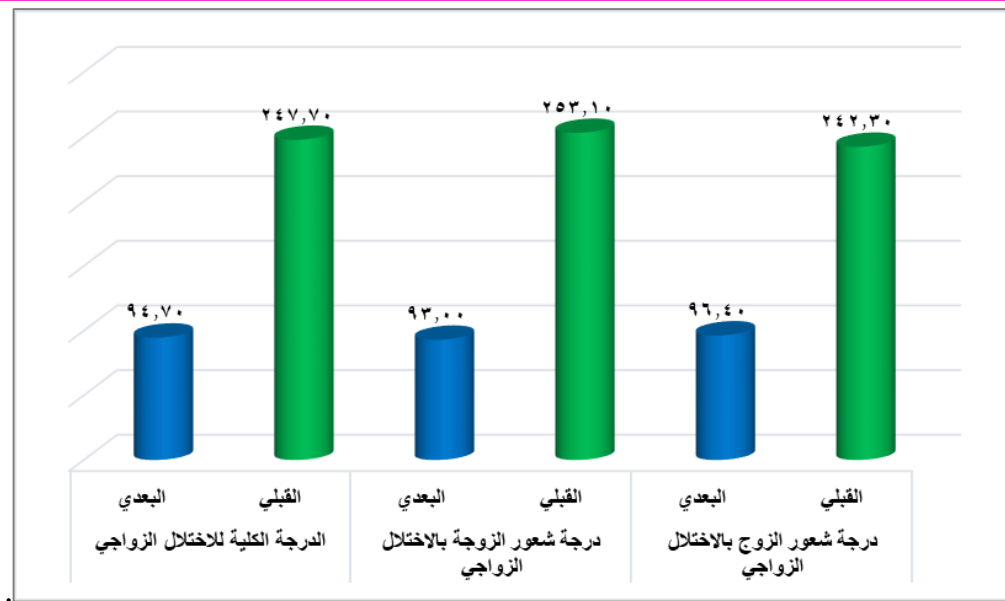
٢- نتائج اختبار الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية على مقياس الاختلالات الزوجية"، واختبار هذا الفرض تم دراسة معنوية الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي للاختلالات الزوجية؛ وذلك باستخدام اختبار ويلكسون Wilcoxon، وقد جاءت النتائج كما هو موضح بالجدول (١٤).

جدول (١٤) الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي للاختلافات الزوجية (ن=١٠)

المتغير	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الرتب (البعدي-القبلي)		قيمة "Z"	الدلالة الإحصائية
				الرتب الموجبة	الرتب السالبة		
درجة شعور الزوج بالاختلال الزوجي	القبلي	242.30	24.28	0.00	5.50	-2.80	0.01
	البعدي	96.40	20.03				
درجة شعور الزوجة بالاختلال الزوجي	القبلي	253.10	22.66	0.00	5.50	-2.80	0.01
	البعدي	93.00	17.13				
الدرجة الكلية للاختلال الزوجي	القبلي	247.70	13.96	0.00	5.50	-2.80	0.01
	البعدي	94.70	15.59				

يتضح من الجدول (١٤) أنه بالنسبة للدرجة الكلية للاختلال الزوجي فإن قيمة (Z) قد بلغت (٢.٨٠) بدلالة إحصائية قدرها (٠.٠٠) وهو ما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي، حيث بلغ المتوسط الحسابي لدرجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي (٢٤٧.٧٠)، بينما بلغ المتوسط الحسابي لدرجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي (٩٤.٧٠)، وهو ما يعكس التحسن في مستوى الاختلافات الزوجية لدى أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي، كما جاءت قيمة (Z) دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) فيما يتعلق بدرجة شعور الزوج والزوجة بالاختلال الزوجي وكانت تلك الفروق لصالح القياس البعدي، وفي ضوء تلك النتائج يمكن قبول الفرض الثاني، أي أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية على مقياس الاختلافات الزوجية"، ويوضح الشكل (٧) المتوسط الحسابي لدرجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي درجة شعور الزوج بالاختلال الزوجي.



شكل (٧) المتوسطات الحسابية لدرجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي للاختلالات الزوجية

في ضوء قبول الفرض الثاني من فروض الدراسة، وما يؤكد من وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي للاختلالات الزوجية لصالح القياس البعدي؛ فقد تم حساب حجم الأثر للبرنامج الإرشادي القائم على التواصل اللاعنفي في مساعدة ذوي الاختلالات الزوجية، وذلك باستخدام مربع إيتا (η^2)، وقد بلغت قيمة مربع إيتا (٠.٧٩) وهي قيمة مرتفعة، تؤكد الفعالية الكبيرة للبرنامج، وتفسر الباحثة ذلك لتضمين البرنامج التدريب على مهارات التفاوض وإبداء التقدير الذاتي وتقدير الآخر استناداً لنتائج دراسة أحمد وحسن (٢٠٢١) من أن استراتيجيتي التفاوض والتقدير كانتا أعلى نسبة بين استراتيجيات إدارة الخلافات الزوجية المرتبطة إيجاباً مع التآلفية الزوجية بنسبتي ٣٤.٥%، ٣١.٩% على الترتيب، كما أكدت دراسة إبراهيم (٢٠١٢) على أهمية التفاوض لحل الخلافات والمشكلات الأسرية، كما توصلت Insabella (2000) إلى أن الأسر التي تتسم بعدم القدرة على التفاوض بشكل سليم يتفشى فيها العداء مما يؤدي إلى سوء التوافق لدى الأبناء وتوصلت Flora (2000) إلى أن التفاوض بين الأزواج يستخدم في المشاركة العاطفية بينهم وبين الأبناء، كما أكدت نتائج عبدالمجيد (٢٠٢٠) من وجود علاقة دالة موجبة بين اجترار الغضب والاختلالات الزوجية كما أن الجانب المعرفي المتضمن في الغضب يفعل الانفعالات ويحدث خلا في ضبطها وقصوراً في عمليات التفكير فتتفاقم نوبات أخرى من الغضب وتؤدي لحدوث الاختلالات الزوجية (Contreras et al., 2020) لذا فقد تضمن البرنامج استراتيجيات تقبل المشاعر، المراقبة الذاتية، ABC للحزم والتحكم في قوة الغضب، ونتائج دراسات كل من (Nosek et al., 2014; Suarez, 2014; Yang et al, 2018) على فعالية التواصل الرحيم في إضفاء التعاطف عند التواصل بين الأفراد.

٣- نتائج اختبار الفرض الثالث:

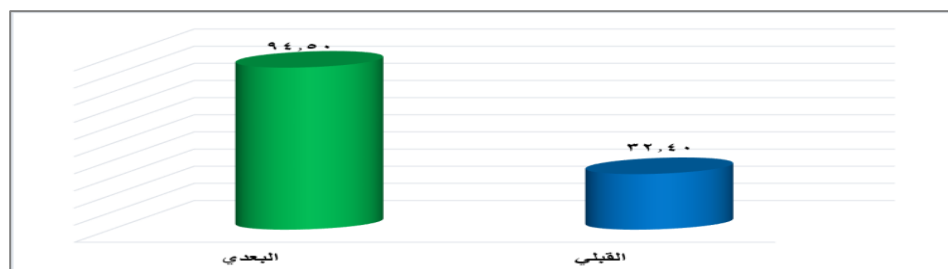
ينص الفرض الثالث على أنه "توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب القياسين القبلي والبعدي لدى أبناء ذوي الاختلالات الزوجية على مقياس الأمن النفسي"، ولاختبار هذا الفرض تم دراسة معنوية الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي للأمن النفسي للأبناء؛

وذلك استخدام اختبار ويلكسون Wilcoxon، وقد جاءت النتائج كما هو موضح بالجدول (١٥).

جدول (١٥) الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي للأمن النفسي للأبناء (ن=١٠)

المتغير	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الرتب (القبلي)		قيمة "Z"	الدلالة الإحصائية
				الرتب الموجبة	الرتب السالبة		
الأمن النفسي للأبناء	القبلي	32.40	10.30	5.50	0.00	-2.80	0.01
	البعدي	94.50	15.39				

يتضح من الجدول (١٥) أن قيمة (Z) قد بلغت (٢.٨٠) بدلالة احصائية قدرها (٠.٠٠) وهو ما يعني وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي، حيث بلغ المتوسط الحسابي لدرجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي (٣٢.٤٠)، بينما بلغ المتوسط الحسابي لدرجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي (٩٤.٥٠)، وهو ما يعكس التحسن في مستوى الأمن النفسي للأبناء لدى أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي، وفي ضوء هذه النتائج يمكن قبول الفرض الثالث، أي أنه "توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب القياسين القبلي والبعدي لدى أبناء ذوي الاختلالات الزوجية على مقياس الأمن النفسي"، ويوضح الشكل (٨) المتوسط الحسابي لدرجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي للأمن النفسي للأبناء.



شكل (٨) المتوسطات الحسابية لدرجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي للأمن النفسي للأبناء

في ضوء قبول الفرض الثالث من فروض الدراسة، وما يؤكده من وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي للأمن النفسي للأبناء لصالح القياس البعدي؛ فقد تم حساب حجم الأثر للبرنامج الإرشادي التكاملي القائم على التواصل اللاعنفي على الأمن النفسي للأبناء، وذلك باستخدام مربع إيتا (η^2)، وقد بلغت قيمة مربع إيتا (٠.٧٩) وهي قيمة مرتفعة، تؤكد الفعالية الكبيرة للبرنامج، وهو ما يشير إلى أن الأبناء الذين ينشأون في مناخ أسري آمن يتسم بالروابط والتواصل القوي فإن ذلك يخفف عنهم مشاعر الألم والضيق ويساعدهم على مواجهة المواقف والمشاكل التي قد تعترضهم مما يدعمهم نفسياً واجتماعياً ويحافظ على أمنهم النفسي وهذا ما يتفق مع نتائج دراسة الجوهري

(٢٠٢٢)؛ وعبدالرحيم (٢٠٢٢)

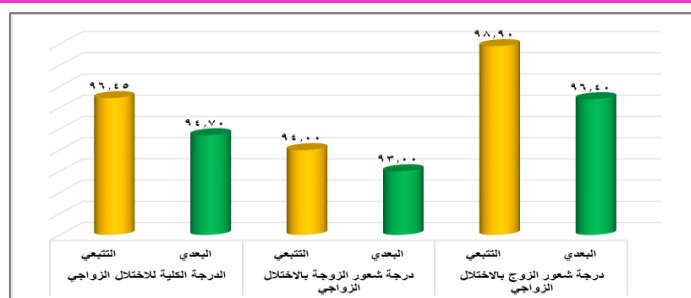
٤- نتائج اختبار الفرض الرابع:

ينص الفرض الرابع على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب القياسين البعدي والتتبعي لأفراد المجموعة التجريبية من ذوي الاختلالات الزوجية على مقياس الاختلالات الزوجية"، ولاختبار هذا الفرض تم دراسة معنوية الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي للاختلالات الزوجية؛ وذلك باستخدام اختبار ويلكسون Wilcoxon، وقد جاءت النتائج كما هو موضح بالجدول (١٦).

جدول (١٦) الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي للاختلالات الزوجية (ن=١٠)

المتغير	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الرتب (التتبعي- البعدي)		قيمة "Z"	الدلالة الإحصائية
				الرتب الموجبة	الرتب السالبة		
درجة شعور الزوج بالاختلال الزوجي	البعدي	96.40	20.03	5.79	4.83	-1.33	0.18
	التتبعي	98.90	19.19				
درجة شعور الزوجة بالاختلال الزوجي	البعدي	93.00	17.13	5.92	4.88	-0.82	0.41
	التتبعي	94.00	14.78				
الدرجة الكلية للاختلال الزوجي	البعدي	94.70	15.59	6.29	3.67	-1.69	0.09
	التتبعي	96.45	14.64				

يتضح من الجدول (١٦) أنه بالنسبة للدرجة الكلية للاختلال الزوجي فإن قيمة (Z) قد بلغت (١.٦٩) بدلالة احصائية قدرها (٠.٠٩) وهو ما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي، حيث بلغ المتوسط الحسابي لدرجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي (٩٤.٧٠)، بينما بلغ المتوسط الحسابي لدرجات المجموعة التجريبية في القياس التتبعي (٩٦.٤٥)، وبالنسبة لدرجة شعور كل من الزوج والزوجة بالاختلال الزوجي فقد جاءت قيمة (Z) غير دالة احصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، وبالتالي يمكن قبول الفرض الرابع، أي أنه "لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب القياسين البعدي والتتبعي لأفراد المجموعة التجريبية من ذوي الاختلالات الزوجية على مقياس الاختلالات الزوجية"، ويوضح الشكل (٩) المتوسط الحسابي لدرجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي للاختلالات الزوجية.



شكل (٩) المتوسطات الحسابية لدرجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي للاختلالات الزوجية

نتائج اختبار الفرض الخامس:

ينص الفرض الخامس على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب القياسين البعدي والتتبعي لأبناء ذوي الاختلالات الزوجية على مقياس الأمن النفسي" واختبار هذا الفرض تم دراسة معنوية الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي للأمن النفسي للأبناء؛ وذلك باستخدام اختبار ويلكسون Wilcoxon، وقد جاءت النتائج كما هو موضح بالجدول (١٧).

جدول (١٧) الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي للأمن النفسي للأبناء (ن=١٠)

المتغير	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الرتب (التتبعي- البعدي)		قيمة "Z"	الدلالة الإحصائية
				الرتب الموجبة	الرتب السالبة		
الأمن النفسي للأبناء	البعدي	94.50	15.39	3.25	7.00	-1.49	0.14
	التتبعي	93.10	13.10				

يتضح من الجدول (١٧) أن قيمة (Z) قد بلغت (١.٤٩) بدلالة إحصائية قدرها (٠.١٤) وهو ما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي، حيث بلغ المتوسط الحسابي لدرجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي (٩٤.٥٠)، بينما بلغ المتوسط الحسابي لدرجات المجموعة التجريبية في القياس التتبعي (٩٣.١٠)، وبالتالي يمكن قبول الفرض الخامس أي أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب القياسين البعدي والتتبعي لأبناء ذوي الاختلالات الزوجية على مقياس الأمن النفسي"، يوضح الشكل (١٠) المتوسط الحسابي لدرجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي للأمن النفسي للأبناء.

التوصيات:

- اعتماد البرنامج الإرشادي بمراكز الإرشاد الزوجي المتخصصة والتي تقدم خدمات للأزواج

والأسر.

- عقد ورش وعمل دورات تدريبية لأكساب الأزواج والمقبلين علي الزواج وتدريبهم على مبادئ التواصل الرحيم لإنجاح العلاقة الزوجية بينهما

البحوث المقترحة:

- إجراء برامج ارشادية مماثلة للبحث الحالي قائمة على التواصل الرحيم على فئات مختلفة (ما قبل الزواج، حديثي الزواج، الآباء والأبناء، أبناء المعنفين،..)

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- أبو العلا، تركي حسن عبد الله. (٢٠١٦). دور برنامج الارشاد الاسري الهاتفي في تعديل أساليب التنشئة الاجتماعية الخاطئة للأطفال. *مجلة الخدمة الاجتماعية، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين*.
- أبو حطب، فؤاد؛ صادق، أمال. (٢٠٠٥). *علم النفس التربوي، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية*.
- أحمد، إنتصار عبد العزيز؛ حسن، ايمان احمد سيد. (٢٠٢١). استراتيجيات إدارة الخلافات الأسرية وعلاقتها بالتأليه الزوجية لدى عينة من الزوجات بمحافظة الشرقية. *مجلة كلية التربية النوعية، ع ٤*.
- أحمد، رعدة محمود. (٢٠١٧). استراتيجيات إدارة الاختلاف بين المتزوجين حديثاً وعلاقتها بدافعية الزوجة للإنجاز المؤتمر الدولي الخامس العربي التاسع عشر، *مجلة الاقتصاد المنزلي، مجلد ٢٧*.
- البلاوي، فيولا. (١٩٨٧). *مقياس الرضا الزوجي، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية*.
- بخاري، مجدي نجم الدين. (٢٠٢١). أثر العلاج الزوجي على جودة الحياة الزوجية وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى الزوجين. *المجلة العربية الآداب والدراسات الإنسانية، ٥ (١٨)*.
- بدر، أمل محمد. (٢٠١٩). فاعلية برنامج تدريبي إرشادي جماعي في تحسين مهارات الاتصال الزوجي لدى الزوجات. *المجلة التربوية بكلية التربية، العدد ٦٢*.
- بوكريسة، عائشة. (٢٠١١). الاتصال اللاعنفي: وقفة عند نظرة مارشال روزنبوغ. *مجلة دراسات الطفولة، ١٤ (٥١)*، ٧٥ - ٨٥. مسترجع من <http://search.mandumah.com/Record87>
- جمعة، أمل أحمد. (٢٠١٣). برنامج إرشادي لتنمية تميز الذات لدى أبناء أمهات الطلاق العاطفي [رسالة دكتوراه غير منشورة]. جامعة القاهرة.
- الجوهري، شيماء عبد السلام عبد الواحد. (٢٠٢٠). استراتيجيات إداره الخلافات الزوجية لدى الزوجة المؤنثة وعلاقتها بالأمن الأسري للأبناء. *المجلة المصرية للاقتصاد المنزلي، مج ٣٦*.
- حجازي، مصطفى. (٢٠٠٤). *الصحة النفسية منظور تكاملي للنمو في البيت والمدرسة*. ط٢، الدار البيضاء: المركز الثقافي العربي.
- حسنين، نادية عبدالعزيز. (٢٠١٥). الاختلالات الزوجية وعلاقتها بجودة الحياة لدى عينة من المعلمات بمدينة مكة المكرمة. *مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، ع ٤١*.
- الحوارني، محمد عبد الكريم؛ غرباوي، فاطمه. (٢٠٢٠). الطلاق العاطفي بين الزوجين من منظور الزوجة في الأسرة الإماراتية تطبيق نظرية العمل العاطفي لدى هوشلاند. *مجلة الآداب، ع ١٣٣*.
- خضير، ميرفت ابراهيم ابراهيم. (٢٠٢٣). التتمرد ضد الزوجة وعلاقته بالعجز المكتسب والصمت الزوجي لدى عينة من الزوجات في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. *مجلة الدراسات التربوية والإنسانية، كلية التربية جامعة دمنهور، ١٥ (٣)*.
- الخنيني، منى عبد العزيز. (٢٠١٧). أنماط التواصل الزوجي وعلاقته بإدارة ضغوط الحياة لدى الزوجة العاملة. *مجلة الاقتصاد المنزلي، جامعه الاميره نوره بنت عبد الرحمن، ٢٧ (١)*.
- الرشيد، ملك جاسم. (٢٠١٧). الاختلالات الزوجية في الكويت؛ دراسة اجتماعية للفروق النوعية وتأثير العوامل الديموغرافية. *مجلة العلوم الاجتماعية، الكويت، ٤٥ (٢)*.

- الرفاعي، صباح قاسم سعيد. (٢٠١٨) فعالية برنامج إرشادي زواجي للتخفيف من العلاقة المقلقة والعمى الانفعالي لدى الزوجات ضحايا الخيانة الزوجية. *المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة سوهاج*.
- ريسكوت، شيري كارت. (٢٠٠١). *إذا كان الحب لعبة فهذه هي قوانينها*، ترجمة مايا شوقي، ٢٠١٠ مكتبة جرير، ط٧.
- زكي، علي حسام محمود. (٢٠٠٨). *الإنهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الزوجي وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من معلمي الفئات الخاصة في محافظة المنيا* (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة المنيا.
- زهران، حامد عبد السلام. (٢٠٠٥). *الصحة النفسية والعلاج النفسي*. ط٤، القاهرة: عالم الكتب الدولية للطباعة.
- سمكري، أزهار ياسين. (١٤٣٠هـ). *الرضا الزوجي وأثره على بعض جوانب الصحة النفسية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية والاجتماعية لدى عينة من المتزوجات في منطقة مكة المكرمة* (رسالة ماجستير). جامعة أم القرى.
- السيد، صفاء اسماعيل. (٢٠٠٤). *بعض المتغيرات النفسية الاجتماعية المرتبطة بالاختلالات الزوجية* (رسالة دكتوراه غير منشورة) كلية الآداب، جامعة القاهرة.
- السيد، صفاء اسماعيل. (٢٠٠٥). *بطارية اختبارات الاختلالات الزوجية*. القاهرة: دار غريب.
- السيد، صفاء اسماعيل. (٢٠١٧). *فنيات الإرشاد الزواج وأساليبه*، القاهرة: إدارة انتاج الكتاب.
- شحاتة، محمد مبروك شحاتة. (٢٠١٥). *مدخل انتقائي للتخفيف من الاغتراب الزوجي لمستخدمي الانترنت من المتزوجين حديثا*. مجلة الخدمة الاجتماعية، ٥٤ (٢).
- الشرعة، حسين محمد. (٢٠٠٠). *الأمن النفسي وعلاقته بوضوح الهوية المهنية*. مجلة مؤتم للبحوث والدراسات والعلوم الانسانية والاجتماعية، الأردن: جامعة مؤتة.
- شقير، زينب. (٢٠٠٥). *مقياس الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية)*. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- الشواشره، عمر؛ عبد الرحمن، هبه. (٢٠١٨). *الانفصال العاطفي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين*. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*، ١٤ ع ١.
- صادق، أمال؛ أبو حطب، فؤاد. (١٩٩٩). *نمو الإنسان من مرحلة الجنين إلى مرحلة المسنين*. القاهرة: مكتبة الانجلو.
- عبد الرازق، عماد علي مصطفى. (٢٠١٦). *الاغتراب الزوجي وعلاقته بالنظرة للحياة والكفاية الشخصية لدى الزوجات*. مجلة الإرشاد النفسي. 46.
- عبد الرحيم، أمل محمد أحمد. (٢٠٢٢). *العوامل الأسرية المرتبطة بالاغتراب الزوجي وعلاقتها بأساليب الرعاية الوالدية للأبناء*. *المجلة العلمية للخدمة الاجتماعية*. ٢ (١٨).
- عبد المجيد، نصره منصور. (٢٠٢٠). *دور أنماط الغيرة واجترار الغضب في التنبؤ بالاختلالات الزوجية لدى عينة من الزوجات*. *مجلة دراسات عربية*، ١٩ (٦٣٥٣)، مسترجع من <http://search.mandumah.com/Record1207>
- عبد المجيد، رانيا مرتضى محمد. (٢٠٠٦). *الطلاق العاطفي كما يدرسه الأبناء في مرحلة الطفولة المتأخرة وعلاقته بالدنوانية*. (رسالة ماجستير). معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.
- عرجاوي، مصطفى. (٢٠٠١). *الطلاق العاطفي وأثاره المدمرة على الأسرة*. مجلة الوعي الإسلامي، ع ٤٢.
- عطايا، عمرو رمضان معوض أحمد. (٢٠٢٠). *التواصل الرحيم بين الآباء والأبناء في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية*. مجلة كلية التربية، ١٧ (٩٠)، ٣٠٣ - ٣٢٧. مسترجع من <http://1209120Record/com.mandumah.search://h>
- عقيل، عبدالرحمن عقيل. (٢٠١٧). *الخلافات الزوجية؛ الأسباب وسبل العلاج*، جامعة نايف العلوم الأمنية المملكة العربية السعودية.
- علي، شيماء كامل محمد. (٢٠٢٢). *المرونة النفسية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى الزوجات العاملات وغير العاملات*. مجلة مستقبل العلوم الاجتماعية، ١ (١١).
- عمر، عمرو رفعت، أبو سليمة، نجلاء فتحي محمد، و ربحان، شيماء محمد إبراهيم. (٢٠٢٢). *الاغتراب الزوجي كما يدرسه الأبناء وأثره على مهارات التواصل الاجتماعي في المرحلة الجامعية*. مجلة كلية التربية، ع ٤٠، ٧٠١ - ٧٣٠. مسترجع من <http://search.mandumah.com/Record1333923>
- عمر، ماهر محمود. (١٩٨٨). *سيكولوجية العلاقات الاجتماعية*. الاسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- كفاي، علاء الدين. (١٩٩٩). *الإرشاد والعلاج النفسي الأسري*. القاهرة: دار الفكر العربي.

كفاي، علاء الدين. (٢٠١٢). الإرشاد والعلاج النفسي الأسري المنظور النسقي الاتصالي. القاهرة: دار الفكر العربي.
كوردوفا، جيمس؛ جاكوبسون، نيل. (٢٠٠٢). الكدر الزوجي، ترجمة هدى جعفر، تحرير صفوت فرج، دليل علاجي
تفصيلي. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
المالكي، موزة عبد الله. (٢٠٠٥). الإرشاد الزوجي والأسري واتجاه المواطنين القطريين نحوه، مجلة التربية، قطر،
٣٤ (١٥٢).
متولي، دعاء عمر، صالح، أمنية محمد. (٢٠٢١). استراتيجيات التفاوض لإدارة الخلافات الزوجية كما تدركها الزوجات
وانعكاسها على الأمن النفسي للأبناء. مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية، ٧ (٢٣).
مرسي، صفاء اسماعيل. (٢٠٠٨). الاختلالات الزوجية الأسباب والعواقب والوقايه والعلاج. القاهرة: ايتراك للطباعة
والنشر والتوزيع.
وتد، روان ياسين حسن. (٢٠١٦). الأمن النفسي وعلاقته بتقدير الذات و الشخصية الارتياحية لدى طلبة المرحلة
الاعدادية في مدينة باقه (رسالة ماجستير)، كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان العربية، الأردن.
ثانيًا: المراجع الأجنبية:

- Azgin, B. (2018). A Review on "Non-Violent Communication: A Language of Life" by Marshall B. Rosenberg. *Journal of History Culture and Art Research*, 7(2), 759-762. doi:http://dx.doi.org/10.7596/taksad.v7i2.1550.
- Barrett-Lennard G.F. (1993). The phases and focus of empathy. *Br. J. Med.Psychol.* 1993;66:31doi: 10.1111/j.2044-8341.1993.tb01722.x. [CrossRef] [Google Scholar].
- Beck, A. (1989). Love is never enough , How couples can overcome misunderstandings , Resolve conflicts , and solve relationship problems , through cognitive therapy , *perennial library* . , New York : Harper & Row publishers.
- Brehm , S. , Miller , R. , Perlman , D. , & Campbell , S. (2002) . *Intimate relationships* . New York : McGraw – Hill.
- Contreras , LM . , Kosiak . K. , Hardins , K.M. & Novaco , R.W. (2020) . Anger rumination of context of high anger and forgiveness . *Personality and Individual Differences* , 171 , 110531-110536.
- Flora, J. Segrin, C.(2000). *Affect and Behavioral Involvement in Spousal Compliments J.Of Family Psychology.* 14(4)641-657.
- Francin, R., Dagani, M., Cassiane.S.(2023). Non- violent communication and education for peace *Aplicada, Blumenau*, V.17, nº 2, p.14-34.
- Gęsińska, Hanna. (2020). *Marshall Rosenberg's nonviolent communication as the language of life in a doctor-patient relationship*. Nicolaus Copernicus University in Toruń, Collegium Medicum in Bydgoszcz, Poland.
- Goo, Churl Jeong; Hyo, Min Gu. (2022). Development and Verification of Integrated Communication Enhancement Program using Non violent Communication Model. *Institute of Future Society and Christianity.* 3:159-171
- Gottman , J. , Swanson , C. Murray , J. (1999) The mathematics of marital conflict : Dynamic mathematical nonlinear modeling of newly wed marital interaction. *Journal of family psychology* , vol , 13 , No , 1,3-19
- Hill, R.(2010). *Compassion, quality and standards of care.* 8, 99–100. [CrossRef]
- Holley , R. S. , Haase , M. C. , & Levenson , W. R. (2013) . Age - related changes in demand - withdraw communication behaviors . *Journal of Marriage and Family* , 75 , 822-836 .
- Hur G.H.(2003). Construction and validation of a global interpersonal communication competence scale. *Korean J. Commun. Stud.* ;47:380–408. [Google Scholar]
- Jeong J.O., Kim S. The effect of an empathy education program on nursing students' empathy ability, interpersonal ability, and caring. *J. Korean Acad.*

- Soc.Nurs.Educ. 2019;25:344356.doi: 10.5977/jkasne.2019.25.3.344. [[CrossRef](#)] [[Google Scholar](#)]
- Jeong, H.S.; Lee, K.L. (2015). Empathy and clinical practice stress in student. *J. Korea Acad.-Ind. Coop. Soc.*, 16, 6044–6052. [[CrossRef](#)].
- Jolliffe D., (2006). Farrington D.P. Development and validation of the basic empathyscale. *J.Adolesc.* ;29:589611.doi: . [[PubMed](#)][[CrossRef](#)] [[Google Scholar](#)]
- Key, Lynda, (2018). Searching for Dumbledore: A reflection upon the outcomes of a tailored emotional literacy program, Support for Learning, *Blackwell Publishing Ltd.* United Kingdom: Oxford. 122-141.
- Kim, H.Y.; Kim, J.M.; Lee, M.Y. (2016).Development and its effective empathy training program based on cognitive behavior therapy. *Cogn. Behav.*, 16, 567–594.
- Kweon, Y.; Sung, J. (2022). Effects of a Nonviolent Communication-Based Empathy Education Program: A Quasi-Experimental Pilot Study. *National Institutes of Health*.
- Mahmood, K & Najeeb, Z. (2013). Personality traits, Infidelity and Marital Satisfaction among Married men and women. *International Journal of Scientific & Engineering Research*, 4 (12), 386-391.
- Marlow E., Nyamathi A., Grajeda W.T., Bailey N., Weber A., Younger J. (2012). Nonviolent communication training and empathy in male parolees. *J. Correct. Health Care.* 18:8–19. doi: 10.1177/1078345811420979. [[PMC free article](#)] [[PubMed](#)] [[CrossRef](#)] [[Google Scholar](#)]
- Marlow, E.; Nyamathi, A.; Grajeda, W.T.; Bailey, N.; Weber, A.; Younger, J. (2-12). Nonviolent communication training and empathy in male parolees. *J. Correct. Health Care*, 18, 8–19. [[CrossRef](#)]
- McCray, M. (2015). *Infidelity, Trust, Commitment, and Marital Satisfaction Among Military Wives During Husbands' Deployment*. PhD, Walden University
- Nosek, M.; Gifford, E.; Kober, B. (2014). Non violent communication (NVC) training increases empathy in baccalaureate students: A mixed method study. *J. Nurs. Educ. Pract*, 4, 1–15[[CrossRef](#)]
- Rosenberg M. (2015). *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton University.
- Rosenberg M.B., Chopra D. (2017). *Nonviolent Communication: A Language of Life*. 3rd ed. PuddleDancer Press; Encinitas, CA, USA. [[Google Scholar](#)].
- Rosenberg, M. B. (2005). *Speak Peace in a World of Conflict: What you say next will change your world*. Encinitas, CA: PuddleDancer.
- Suarez A., Lee D.Y., Rowe C., Gomez A.A., Murowchick E., Linn P.L.(2014). *Freedom project: Nonviolent communication and mindfulness training in prison*. SAGEOpen. ;4:2158244013516154.doi: 10.1177/2158244013516154. [[CrossRef](#)] [[Google Scholar](#)].
- Wing, K. (2013). *Sexual dysfunctions in marriage : A qualitative study of the couples perspectives* . PhD , Hong Kong.
- Yang J.W., Kim S.J. Integrative review of nonviolent communication intervention studies. *Perspect.Nurs.Sci.* 2016;13:3647.doi: 10.16952/pns.2016.13.1.36. [[CrossRef](#)] [[Google Scholar](#)]
- Yeo J.Y. (2012). Validation of the Korean version of the empathy quotient-short form. *J. Korea Acad.-Ind. Coop. Soc.* 2012;13:5356–5563. [[Google Scholar](#)].
- Yun, J.Y.; Kim, K.H.; Joo, G.J.; Kim, B.N.; Roh, M.S.; Shin, M.S.(2018). Changing characteristics of the empathic communication network after empathy-enhancement program. *Sci. Rep.*, 8, 15092. [[CrossRef](#)]