



**فعالية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل لتحسين
التوافق الزوجي لدى معلمي مرحلة
التعليم الأساسي حديثي الزواج**

إعداد

د/ محمود مغازي العطار
أستاذ الصحة النفسية المساعد
كلية التربية - جامعة كفر الشيخ

فعالية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل لتحسين التوافق الزوجي لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج

د/ محمود مغازي العطار

أستاذ الصحة النفسية المساعد

كلية التربية جامعة كفر الشيخ

هدفت الدراسة الحالية إلى تحسين التوافق الزوجي لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج من خلال برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، وكذلك الكشف عن استمرارية فعالية هذا البرنامج على المجموعة التجريبية بعد فترة المتابعة، وتكونت عينة الدراسة من (١٦) من معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج، تراوحت أعمارهم ما بين (٢٩-٣٩) سنة بمتوسط قدرة (٣٢.٨١٢) سنة وانحراف معياري قدرة (٣.٧٢٧) سنة، وتم تقسيمهم بطريقة إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية (٨) من معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج، مجموعة ضابطة (٨) من معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج، وتكونت أدوات الدراسة من مقياس التوافق الزوجي إعداد/ الباحث، برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل إعداد / الباحث، وأظهرت نتائج الدراسة فعالية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تحسين التوافق الزوجي لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج، وكذلك استمرار وثبات فعالية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل لدى أفراد المجموعة التجريبية بعد فترة المتابعة.

الكلمات المفتاحية: - الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، التوافق الزوجي، معلمي

مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج.

The Effectiveness of a Solution-Focused Brief Counselling Program for Improving the Marital Adjustment of Newly Married Basic Education Teachers

Dr Mahmoud Moghazy El-Attar

Associate Professor of Mental Health

Faculty of Education at Kafrelsheikh University

Abstract

The present study aimed at improving the marital adjustment of newly married basic education teachers through a Solution-Focused Brief Counselling Program and revealing the effectiveness continuity of this program as conducted on an experimental group after the follow-up period. The study sample comprised 16 newly married basic education teachers of a 29-39 age range with an average of 23.812 years and a standard deviation of 3.727 years. The sample has been randomly divided into two groups: an experimental group of eight (8) teachers and a control group of eight (8) teachers. The study tools consisted of a Marital Adjustment Scale and a Solution-Focused Brief Counselling Program (both prepared by the researcher). The study findings have demonstrated the effectiveness of the Solution-Focused Brief Counselling Program in improving the marital adjustment of newly married basic education teachers as well as the continuity and constancy of such program effectiveness in relation to members of the experimental group after the follow-up period.

Keywords: Solution-Focused Brief Counselling; Marital Adjustment; Newly Married Basic Education Teachers

مقدمة :-

يعد المعلم بصفة عامة ومعلم مرحلة التعليم الأساسي بصفة خاصة، حجر الزاوية في العملية التعليمية فهو ما يقع علي عاتقه مهمة الإستثمار في أعظم الثروات؛ وهو الإستثمار في الثروة البشرية، ومعلم التعليم الأساسي هو أكثر من يترك أثر في نفوس تلاميذه سواء بالإيجاب أو السلب؛ فكثيراً ما يتذكر هؤلاء التلاميذ في مراحل عمرهم المختلفة الدور الذي مثله كل معلم منهم في حياة طلابه سواء بالإيجاب أو السلب، ولذا فإن معاناة هؤلاء المعلمين من مشكلات أسرية يكون له أثر بالغ في العلاقات الأسرية بين الزوجين وهو ما ينعكس على تكوين البناء النفسي لأبنائهم داخل الأسرة وتلاميذهم في الفصول الدراسية في كثير من الحالات.

ويعد التوافق الزوجي حالة من الانسجام والاتفاق النسبي بين الزوجين على الموضوعات الحيوية المتعلقة بحياتهما المشتركة، والمشاركة في أعمال وأنشطة مشتركة، وتبادل العواطف بحيث تشبع احتياجاتهم المختلفة، وتحقق لهم الاستقرار في حياتهم الزوجية (الغامدي ٢٠١٨، ٨-٩)، وهو يعني مدى الاتفاق النسبي بين الزوجين على غالبية الأمور والقضايا المختلفة التي تتعلق بجوانب الحياة الزوجية المشتركة بينهما، سعياً منهما إلى استمرار هذه الحياة الزوجية ونجاحها (مخيمر، ٢٠٠٧، ٦٨)، كما أنه السبيل إلى تحقيق الاستقرار النفسي والاجتماعي لكلا الزوجين ووسيلة للحفاظ على تماسك الأسرة، وخلق أجواء تساعد على النمو النفسي السليم للأبناء وتكامل شخصياتهم (المشيخي، ٢٠١٥، ٥٥٧).

ويرتبط هذا المصطلح مع العديد من المصطلحات الأخرى مثل "السعادة الزوجية" "الرضا الزوجي" و"الاستقرار الزوجي" بينما يُظهر كل مصطلح من المصطلحات السابقة بُعداً واحداً فقط من الزواج، فإن التوافق الزوجي هو مصطلح متعدد الأبعاد يوضح المستويات المتعددة للزواج، وهي عملية يتم إنشاؤها أثناء الحياة الزوجية لأن متطلباتها هي تعديل الأدوار والاعتراف بالسمات الشخصية، وخلق القواعد السلوكية وتشكيل أنماط تفاعلية ومن ثم فإن التوافق الزوجي هو عملية تطويرية بين الزوج والزوجة (Shirashiani, & Namani, 2017, 80).

ويؤدي التوافق الزوجي دوراً فعالاً في تحقيق الاستقرار الأسري، وهو ما ينعكس بالإيجاب على العلاقات الأسرية داخل الأسرة وخارجها وهو ما أشارت إليه نتائج بعض الدراسات السابقة مثل دراسة البري (٢٠١٣) والتي وتوصلت وجود علاقة إيجابية ذات دلالة

إحصائية بين بعض الأفكار العقلانية والتوافق الزوجي بين الزوجين، ودراسة السيد (٢٠١٥) والتي أظهرت أن الزوجات غير المنفصلات عاطفياً أعلى من الزوجات المنفصلات عاطفياً في التوافق الزوجي، والثقة المتبادلة بين الزوجين والتدين في العلاقة الزوجية، ودراسة رمضان (٢٠١٧) والتي أسفرت عن وجود علاقة دالة إحصائياً بين درجات معلمي ومعلمات المرحلة الابتدائية (الذكور - الإناث) كل على حدة في الذكاء الروحي بمكوناته الفرعية والتوافق الزوجي بمكوناته الفرعية، وكذلك دراسة الغامدي (٢٠١٨) والتي أظهرت وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد التوافق الزوجي ومقياس الثقة بالنفس، ودراسة محمد (٢٠١٩) والتي توصلت إلى وجود علاقة إيجابية دالة بين بعض أساليب الفكاهة والتعبير عن الإمتنان في العلاقة الزوجية ودرجة التوافق الزوجي بأبعاده المختلفة.

وكذلك نتائج دراسة حسن، وآخرون (٢٠١٩) والتي توصلت إلى وجود فروق بين المتوافقين وغير المتوافقين زواجياً في أساليب التفكير وحل الصراع الزوجي، ودراسة عبد العزيز، ومحمد (٢٠١٩) والتي توصلت إلى وجود علاقة ارتباط عكسية سالبة بين الجمود الفكري والتوافق الزوجي، ودراسة خفاجة (٢٠٢٠) والتي أظهرت وجود علاقة ارتباطية سالبة بين درجة الإفراط في استخدام الإنترنت ودرجة التوافق الزوجي لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة المتزوجين، ودراسة الطوخي (٢٠٢٠) والتي أظهرت وجود تأثير دال إحصائياً للتوافق الزوجي بمحاوره في تحقيق الكفاءة الوالدية بأبعاده، ودراسة علي (٢٠٢٠) والتي أظهرت وجود تأثير مباشر وغير مباشر بين التسامح والهناء النفسي والتوافق الزوجي لدى المتزوجين.

ولذا يعد إكساب معلمي مرحلة التعليم الأساسي بعض المهارات التي تساعدهم على تحقيق التوافق الزوجي؛ هدف له عظيم الأثر على مستوى الأسرة والأبناء والعمل، وهو ما ينعكس على مستقبل أي مجتمع، ويمثل الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل الصورة المثلي للممارسة الإرشادية المتخصصة في مثل هذه الحالات.

ولقد ارتبط الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في بداية الثمانينات من القرن العشرين بالعالم الأمريكي Steve de Shazer وزملاءه في معهد العلاج الأسري المختصر Brief Family Therapy Center بولاية ويسكنسن الأمريكية، والمنتبع لهذا النوع من العلاج يلاحظ أن de Shazer وزملاءه أستفادوا كثيراً من إسهامات Milton Erickson من خلال الأتي:-

١. التركيز على المستقبل بدلاً من التركيز على الماضي والأستغراق فيه.
٢. التركيز على الحلول بدلاً من التركيز على المشكلات.
٣. التركيز على قدرات العميل وإمكانياته بدلاً من التركيز على مواطن الضعف (رشوان، والقرني، ٢٠٠٤، ٢١٨).

ويتناسب هذا المدخل جيداً ويساهم كثيراً في علم نفس الأسرة لعدة أسباب:-
أولاً: تبني نظرية المعرفة للبناء الاجتماعي، فهو يركز على البناء المشترك للمعنى والحلول مع العميل في سياقاته، وبالتالي ينقل علم نفس الأسرة في عصر ما بعد الحداثة.
ثانياً: يركز على العلاقة المتبادلة بين العميل وسياقاتها الشخصية من خلال طرح الأسئلة التي تتناول تفاعلات وتصورات العميل؛ لذلك فهي قابلة للتعديل ليس فقط للفرد، ولكن أيضاً مع الأزواج والعلاج الأسري.

ثالثاً: لأنه شحيح وواقعي في تنظيره وسريريه التطبيقات، فهي فعالة للغاية وفعالة في مساعدة العميل في حل مشاكله (Cheung, 2009, 213).

كما أنه يعتمد على تزويد الفرد بنظام يستطيع من خلاله زيادة القوي الشخصية بالتركيز على الوسائل الفعالة والناجحة ليصبح له منهج واتجاه جديد في الحياة وتحدياتها (الشافعي، ٢٠٢٠، ٢٢٨٩).

وعلى خلاف الأساليب الإرشادية الأخرى، فإن هذا الأسلوب الإرشادي لا يستغرق في البحث عن الأعراض المرضية ولا عن العوامل التي ساهمت في نشأتها بقدر ما يتوجه مباشرة إلى الحلول التي تساهم في القضاء على المشكلة أو التخفيف من حدتها أو التكيف مع إفرازاتها، ومن هنا فإنه إرشاد موجه ومباشر نحو الهدف النهائي الذي يسعى له المسترشد وهو الوصول إلى التوافق النفسي والاجتماعي مع الذات ومع البيئة المحيطة (أبو أسعد، والأزيدة، ٢٠١٥، ٣٠٣).

ويمكن مقارنة النهج الذي يركز على الحل مع النهج الذي يركز على المشكلة، حيث يفترض النهج الذي يركز على المشكلة أنه من خلال فهم سببية هيكل صعوبة الشخص ستظهر مسارات عمل فعالة لها، في المقابل، يتجنب النهج الذي يركز على الحل استكشاف المسببات السببية، ويركز بدلاً من ذلك بشكل مباشر على كيفية إنشاء التغيير المطلوب في الواقع، ويرى

أن البحث عن المسببات السببية قد يكون عديم الجدوى، بل ويمكن أن يؤدي إلى تضيق الإجراءات الممكنة، وتقييد الكفاءة الذاتية في نهاية المطاف وانخفاض في الدافع والمرونة، وفي أقصى درجاته، قد يؤدي التفكير الذي يركز على المشكلة إلى حلقة منهكة من الاجترار - وهو اجترار مستمر من التركيز المعرفي على مشاكل المرء، جنباً إلى جنب مع المحاولات للتعرف على أسباب ومعاني ونتائج تلك التجارب أو المشاكل في المقابل؛ المعالجة المعرفية التي تركز على الحلول تتميز بأسلوب تفكير يتجنب التركيز المفرط على المشاكل وأسبابها، وتركز في تحديد الأهداف والموارد غير الملحوظة وإيجاد مسارات متعددة لتحقيق تلك الأهداف من خلال توسيع نطاق الإجراءات المحتملة المتاحة للعميل (Grant, et al., 2012, 335).

كما أن المهارات اللازمة لبناء الحلول تختلف اختلافاً كبيراً عن تلك اللازمة لحل المشكلات، حيث أنهم يؤمنون أن حل المشكلات يتضمن تعلم العميل مهارة أو طريقة جديدة لمعالجة مشكلة ما، وأن تعريف حل المشكلات يشمل (أ) وصفاً للمشكلة (المشكلات) وجمع البيانات، (ب) تقييم المشكلة، (ج) تخطيط التدخل، (د) التدخل، (هـ) التقييم والمتابعة، وفي المقابل؛ يشجع بناء الحلول العملاء على التركيز على المستقبل من خلال وصف كيف يريدون أن تكون حياتهم مختلفة فضلاً عن ذلك، يتطلب بناء الحلول من العميل البحث عن دليل على أن قطعاً من حياته يرغب فيها تحدث بالفعل وبالتالي؛ قد لا يكون الحل شيئاً جديداً بل قد يكون شيئاً غير مكتشف بعد، ويمكن أن يكون العثور على جزء موجود بالفعل من الحل أمراً مشجعاً للمعالج والعميل على حد سواء (Smock, et al., 2010, 500).

لذا تسعى الدراسة الحالية إلى تحسين التوافق الزوجي لدى معلمي التعليم الأساسي حديثي الزواج من خلال برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل والذي يمثل الصورة المثلي في التعامل مع المشكلات الأسرية حيث التركيز على بناء الحلول بدلاً من التركيز على المشاكل وهو ما يكون له المردود المثالي في مثل هذه الحالات.

مشكلة الدراسة:-

بدأ إحساس الباحث بمشكلة الدراسة من خلال ملاحظة زيادة حالات التفكك الأسري والطلاق كنتيجة منطقية لانخفاض وتدني مستوى التوافق الزوجي بل وفي حالات كثيرة سوء التوافق الزوجي، وإدراك الباحث لأهمية وقيمة ودور المعلم الفعال في التأثير في طلابه بصفة عامة، ومعلمي مرحلة التعليم الأساسي بصفة خاصة؛ ولذا فإن معاناة معلمي مرحلة التعليم

الأساسي من إنخفاض أو سوء التوافق الزوجي ينعكس بالسلب على الاستقرار الأسري والوظيفي لهم وهو ما ينعكس بدوره على الخصائص النفسية والاجتماعية والعقلية والجسمية لأبنائهم، والذي قد ينتقل بدوره إلى تلاميذهم في مرحلة التعليم الأساسي بشكل مباشر أو غير مباشر، والتي تعد من أهم المراحل التعليمية.

ووفقاً لنتائج دراسة تابعة للجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء عن تطور ظاهرة الطلاق في مصر خلال العقدين الأخيرين (١٩٩٦ - ٢٠٠٥)، (٢٠٠٦ - ٢٠١٥) فإن أعلى نسبة للطلاق تقع في الفئة العمرية (٢٠ - ٣٤) سنة، وذلك لكل من الذكور والإناث مع إرتفاع نسبة الإناث عن الذكور، كما أشارت إلى إرتفاع معدلات الطلاق بشكل لافت في السنوات الأخيرة، وبصفة خاصة حالات الطلاق بين الأزواج الشابة؛ حيث إقتربت النسبة من ٥٠% من إجمالي حالات الطلاق بمصر (الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء، أبحاث ودراسات، ٢٠٢٢).

كما أشارت إحصائيات الجهاز المركزي للتعبئة والإحصاء إلى إرتفاع نسبة الطلاق في المجتمع المصري في السنوات الأخيرة بصفة عامة كما هو موضح في الجدول التالي:-

جدول (١) معدل الزواج والطلاق لكل ألف من السكان

البيان	معدل الزواج لكل ألف من السكان	معدل الطلاق لكل ألف من السكان
٢٠٠٩م	٩.٩	١.٨
٢٠١٠	١١	١.٩
٢٠١١	١١.٢	١.٩
٢٠١٢	١١.٢	١.٩
٢٠١٣	١٠.٧	١.٩
٢٠١٤	١١	٢.١
٢٠١٥	١٠.٩	٢.٢
٢٠١٦	١٠.٣	٢.١
٢٠١٧	٩.٦	٢.١
٢٠١٨	٩.١	٢.٢
٢٠١٩	٩.٤	٢.٣
٢٠٢٠	٨.٧	٢.٢
٢٠٢١	٨.٦	٢.٥

(الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء، معدل الزواج - معدل الطلاق ، ٢٠٢٢).

ويتضح من جدول (١) إنخفاض معدل الزواج في الوقت الذي يزداد فيه معدل الطلاق وهو ما يشير إلى إرتفاع نسب الطلاق والتي أحد أهم أسبابها سوء التوافق الزوجي. ونظرا لأهمية عنصر التوافق الزوجي في استقرار الأسرة، تم تطوير مناهج علاج الأزواج بهدف زيادة التوافق الزوجي والحد من الخلاف والخلط في التواصل بين الأزواج، والتي تنطبق أيضًا على عدم توافق الأزواج، واحد من هذه الأساليب هي النهج قصير المدى الذي يركز على الحل، وهو أحد الأساليب العلاجية الفعالة لمساعدة الأفراد الذين يعانون من ضغوط زوجية، ووفقًا لذلك يميل هذا النهج إلى منح العملاء هذا الشعور بأنهم مسموعون وأنهم أشخاص فريديون؛ وأن الشخص لديه القدرة على النمو من جانبه، وأن العلاج الذي يركز على الحل له منظور غير مرضي تجاه العملاء ويساعدهم على إيجاد حل لمشاكلهم الحالية، وعلى عكس المنظور الذي يركز على المشكلة، ينصب التركيز على إيجاد حلول بدلاً من المشاكل لذلك يعتمد العلاج الذي يركز على الحل على صنع الحلول وليس حل المشكلات ويتم توجيهه من خلال اكتشاف القوى الحالية للعملاء والتفاوض بالمستقبل ولا يناقش القضايا القائمة وأسبابها في الماضي في الأساس، بل يعتمد العلاج قصير المدى الذي يركز على الحل على الافتراض أنه يجب أن يتغير تصور العملاء لمشاكلهم والحلول الممكنة، ويؤكد المعالجون في هذه المدرسة على التعاون بين المعالج والعميل في صنع روايات تركز على الحل، لذا فإن مساعدة وتدريب الأزواج للتعبير عن المشاكل التي تؤدي إلى عدم الرضا الزوجي وتقليلها تعتبر فعالة في استعادة وتعزيز العلاقة بين الزوجين (Shirashiani, & Namani, 2017, 80-81).

وباستقراء الباحث للأدبيات المتعلقة بالتوافق الزوجي والدور الفعال له في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لجميع أفراد الأسرة وإنعكاس ذلك على المجتمع بصفة عامة، ولدى ومعلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج بصفة أكثر تحديداً المنوط بهم بناء وتنشئة وإعداد التلاميذ في مرحلة التعليم الأساسي؛ تبين أهمية السعي لإعداد برامج لتحسين التوافق الزوجي، وهو ما حاول الباحث تداركه من خلال إعداد برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل لتحسين التوافق الزوجي لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي.

حيث يساعد هذا المدخل الإرشادي الأزواج في بناء رؤية لهم وهو نهج يعتمد على القوة ويركز على موارد الزوجين في تطوير رؤية مشتركة للزواج، ويوفر إطارًا لتطوير

استراتيجيات التدخل التي تركز على النهج الذي يركز على الحل، وتشمل التدخلات الموجهة لحل الأسئلة الموجهة لإيجاد الحلول، وتقديم الملاحظات، وخريطة موارد الزوجين (Murray, & Murray, 2004, 349).

ويُنظر إلى الإرشاد المتمركز حول الحل على أنه طريقة للتركيز على الحلول بدلاً من التركيز على المشكلة، وهو علاج قصير المدى يركز على الهدف الذي يساعد العملاء على التغيير من خلال بناء الحلول بدلاً من التركيز على المشاكل، وتتص المكونات النظرية له على أن عناصر الحل المطلوب غالباً ما تكون موجودة بالفعل في حياة العميل والتي تصبح أساساً للتغيير المستمر، ويتدخل المعالج فقط بالقدر اللازم لمساعدة العميل في تحديد الهدف والمستقبل المفضل، و الاستثناءات (Kyser, 2021, 28).

وخلص القول أن نشأة العلاج المتمركز حول الحل - على خلاف غيره من الأساليب العلاجية - رغم حداثة لاقته صدى كبيراً لدى الممارسين في مجال العلاج النفسي والخدمة الاجتماعية لعدة أسباب يمكن حصرها في الآتي:-

١. التركيز على المعطيات الحاضرة والتطلع إلى المستقبل.
٢. استغلال كل ما يحضره العميل للعلاج النفسي وعدم الإستغراق في الماضي.
٣. أنه علاج مباشر وموجه وفعال.
٤. سهولة تطبيقه في الواقع الاجتماعي وتدريب الممارسين عليه.
٥. يتعامل مع مشكلات الحياة اليومية بفاعلية ولا يجهد العملاء أو يستنفذ أوقاتهم في جلسات العلاج الطويلة (رشوان، والقرني، ٢٠٠٤، ٢١٩).

وهو تحول نموذجي من تركيز العلاج النفسي التقليدي على المشكلة وحل المشكلات التي تكمن وراء جميع مناهج العلاج النفسي تقريباً منذ فرويد، بدلاً من ذلك يعتمد على نقاط القوة والمرونة لدى العملاء من خلال التركيز على الحلول والاستثناءات السابقة أو المفاهيم الخاصة بمشاكلهم، وبعد ذلك؛ من خلال سلسلة من التدخلات، يتم تشجيع العملاء على فعل المزيد من تلك السلوكيات، ويمكن تطبيقه على عدد لا يحصى من المشكلات المتعلقة بالأسرة (De Shazer, et al., 2021, 14).

كما أنه يعد نهج تدخل موجز قائم على الأدلة ينتج عنه تغييرات إيجابية في غضون ثلاث إلى خمس جلسات في المتوسط، ويرى معالجوه أن العملاء خبراء في كل جانب من

جوانب حياتهم، وأن دورهم هو مساعدتهم على اكتشاف نقاط قوتهم ومواردهم وكفاءاتهم ونجاحاتهم من أجل إيجاد حلول، وأنه يمكن للعملاء تحديد أهداف العلاج وتحديد كيفية القيام بتحقيق هذه الأهداف؛ لأن لديهم الكفاءات والموارد اللازمة، وبالمقارنة مع العلاجات الأخرى، فإنه يدور حول إيجاد الحلول بدلا من تفسير المشاكل، وقد أظهرت نتائج الأبحاث فوائده في العلاج الأسري والزواجي عبر مختلف الفئات العمرية والخلفيات والثقافات المتنوعة (Jaradat, 144, 2021, & Ababneh).

وقد أشارت نتائج بعض الدراسات إلى فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل مع العديد من المتغيرات الأخرى مثل دراسة أبو السعود (٢٠١٥) وفعاليتها في تحسين مستوى تقدير الذات لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، ودراسة القواسمه (٢٠١٥) وفعاليتها في تنمية الدافعية للتعلم لدى أفراد المجموعة التجريبية، ودراسة جريش (٢٠١٨) وفعاليتها في تنمية إدارة الوقت وخفض التسويف الأكاديمي لدى طالبات الدراسات العليا بكلية التربية، ودراسة السعيد (٢٠٢٠) وفعاليتها في تنمية دافعية التعلم لطلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية بجامعة دمياط، ودراسة حسن (٢٠٢٠) وفعاليتها في تنمية المهارات المهنية لدى الأخصائيين الاجتماعيين العاملين مع الطفل التوحيدي، ودراسة الشافعي (٢٠٢٠) وفعاليتها في تنمية بعض مهارات تقرير المصير لدى المراهقين المكفوفين، ودراسة سيد (٢٠٢٠) وفعاليتها في تحسين فاعلية الذات البحثية وخفض القلق البحثي لطلاب الدبلوم الخاص، ودراسة (Chen 2020) وفعاليتها في تخفيف أعراض القلق أثناء تفشي COVID-19 لدى المراهقين.

وكذلك دراسة عبد العزيز (٢٠٢١) وفعاليتها في تحسين فاعلية الذات المهنية وخفض القلق قلق المستقبل المهني، ودراسة (Kyser 2021) وفعاليتها في خفض القلق وتحسين مستوى الراحة، ودراسة (Napier 2021) وفعاليتها في زيادة المرونة من خلال مساعدة المشاركين على الانخراط والحفاظ على التأقلم الصحي بمرور الوقت، ودراسة (Ma, et al., 2021) وفعاليتها في تخفيف الألم وتحسين حالة النوم وتحسين نوعية الحياة لدى المرضى الذين يعانون من سرطان الخلايا الكبدية، ودراسة (Jaradat, & Ababneh, 2021) وفعاليتها في تقليل الشعور بالملل وتعزيز التحفيز الذاتي، ودراسة (Indriani, et al., 2022) والتي أظهرت فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل والمقابلات التحفيزية في تحسين الإفصاح عن الذات.

كما أشارت نتائج بعض الدراسات الأجنبية إلى فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في التعامل مع المشكلات الأسرية مثل دراسة (Shirashiani, & Namani, (2017)، ودراسة (Abbasi, et al., (2017)، ودراسة (Dorche, et al., (2017)، ودراسة (Abusaidi, et al., (2018)، ودراسة (Dinmohammadi, et al., (2021) والتي سوف يتناولهم الباحث بقدر من التوضيح في تفسير نتائج الدراسة الحالية، بينما لم تتناول أي دراسة عربية فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل مع المشكلات الأسرية بصفة عامة ومع تحسين التوافق الزوجي بصفة خاصة في حدود علم الباحث، وهو ما تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيقه.

ومن ثم تتلخص مشكلة الدراسة الحالية في الأسئلة التالية:-

١. ما فعالية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تحسين التوافق الزوجي لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج؟
٢. ما استمرارية فعالية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تحسين التوافق الزوجي لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج بعد فترة المتابعة؟

أهداف الدراسة :-

هدفت الدراسة الحالية إلى تحسين التوافق الزوجي لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج من خلال استخدام فنيات وتطبيقات الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، والكشف عن مدى استمرارية فعالية هذا البرنامج على المجموعة التجريبية بعد فترة المتابعة.

أهمية الدراسة :

تتمثل أهمية إجراء الدراسة الحالية في ما يلي:-

أ- الأهمية النظرية:-

١. تناول متغير من المتغيرات ذات الصلة الوثيقة بجميع أفراد الأسرة بصفة خاصة والمجتمع بصفة عامة وهو التوافق الزوجي والذي يعبر عن الإنسجام والتفاعل الإيجابي بين الزوجين؛ وهو ما ينعكس على ما يقوم به معلمي مرحلة التعليم الأساسي من أدوار مختلفة على مستوى الأسرة والعمل والمجتمع ككل.

٢. تناول أسلوب و فنيات الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل وهو من الأساليب التي تركز على الحلول المختلفة بدلاً من التركيز على المشكلات من خلال استخدام فنياته المختلفة.

٣. تناول فئة معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج، وهم ما يقع على عاتقهم مسئولية تربية التلاميذ في مرحلة التعليم الأساسي والتي تمثل بداية أعظم ثروة وهي الثروة البشرية، بالإضافة كثرة حدوث المشكلات المتعلقة بسوء التوافق الزوجي وزيادة حالات الطلاق لدى حديثي الزواج بشكل أكبر كما تشير إحصائيات الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء.

ب- الأهمية التطبيقية:-

١. إمكانية الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في تحسين التوافق الزوجي لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي مما يكون له عظيم الأثر على مستوى التوافق النفسي والاجتماعي للزوجين والأبناء وجميع أفراد الأسرة، بالإضافة إلى التوافق المهني، وهو ما ينعكس بدوره على أداء أدوارهم التعليمية والتربوية على أكمل وجه، والتي تؤثر على المجتمع بأكمله.
٢. إمكانية الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في مواجهة مشكلة من المشكلات التي تعوق الأسرة والمجتمع ككل وهي مشكلة التفكك الأسري.
٣. إمكانية الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في دراسات أخرى ذات صلة.

المصطلحات الإجرائية للدراسة:-

١- التوافق الزوجي:-

ويعرفه الباحث بأنه نوع من الإنسجام والتفاعل الإيجابي بين الزوجين يظهر من خلال ما يقوم به الزوجان من إجراءات لمواجهة العوائق الداخلية والخارجية التي قد تؤثر بالسلب على العلاقة بينهما من أجل المحافظة على حالة التفاهم والإستقرار الأسري، والذي يظهر من خلال الرضا النفسي، التفاعل الزوجي، الاختيار الزوجي والعلاقات الخاصة، مسئولية الأبناء والنواحي المادية، إدارة الخلافات الزوجية، ويحدد إجرائياً من خلال الدرجة على المقياس المستخدم في الدراسة.

٢- الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل:-

ويعرفه الباحث بأنه أحد أهم المداخل الإرشادية المختصرة والحديثة التي تركز على بناء الحلول بدلاً من المشاكل، والتركيز على الحاضر والمستقبل بدلاً من الماضي، مع الإعتماد

على قدرات وإمكانات المسترشدين من خلال مساعدتهم على وضع الأهداف والسعي إلى تحقيقها، مع التأكيد على أن تحقيق التغيرات الصغيرة يؤدي إلى حدوث تغيرات أكبر فأكبر من خلال تطبيق الفنيات الخاصة بها المدخل، وهو من أكثر المداخل الإرشادية ملائمة مع المشكلات الأسرية من خلال استخدام بعض الفنيات مثل فنية تغيير ما قبل العلاج، سؤال المعجزة، أسئلة البحث عن الإستثناءات، إعادة التشكيل، كرة الثلج، توجيه النجاح، الحديث الخالي من المشكلات، أسئلة المقياس، وأسئلة المواجهة.

الإطار النظري:

أولاً: التوافق الزوجي: - Marital Adjustment

أ- مفهوم التوافق الزوجي:-

من خلال الإطلاع على بعض الأدبيات المرتبطة يمكن عرض مفهوم التوافق الزوجي

كما يلي:-

أ- مفاهيم تناولت التوافق الزوجي من خلال وصف ما يعبر عنه:-

التوافق الزوجي من نمط التوافقات الاجتماعية التي يهدف من خلالها الفرد أن يقيم علاقات منسجمة مع قرينه في الزواج، والتوافق الزوجي يعني أن كل من الزوج والزوجة يجدان في العلاقة الزوجية ما يشبع حاجاتهما الجسمية والعاطفية والاجتماعية، مما ينتج عنه حالة الرضا عن الزواج أو الرضا الزوجي وهو التعبير أو المصطلح الذي يستخدم أحياناً كبديل لمصطلح التوافق الزوجي، ولكن مصطلح الرضا الزوجي يشير إلى المحصلة النهائية، أما مصطلح التوافق فيشير إلى المحصلة كما يشير إلى العوامل والأسباب المؤدية إلى تحقيق التوافق أيضاً (كفافي، ١٩٩٩، ٤٣٠)، وهو مقدار الرضا لدى الزوج والزوجة عن اختيار الشريك الآخر بما يضمن تحقيق التوافق الأسري والنفسي والوجداني والجنسي بينهم ويساعدهم على تحمل صعوبات الحياة الاقتصادية ومتاعب تربية الأبناء للعبور بالأسرة نحو الحياة السعيدة والنجاح والرضا (مشعل، ٢٠١٦، ٢٥٨)، وهو التعبير عن المشاعر الوجدانية، التجانس الفكري والقيمي، التشابه في العادات، العلاقات الجنسية، السلام الأسري، الثقة المتبادلة، الأمور المالية، أساليب تربية الأبناء، الحرص على استمرار العلاقة، صورة الطرف الآخر، العلاقات مع أهل الطرف الآخر، الرضا عن العلاقة (البري، ٢٠١٦، ٤٤٠)، ويعد التوافق الزوجي بمثابة التوافق بين الوضع الحالي والوضع المتوقع، وبحسب هذا التعريف فإن

التوافق الزوجي يوجد عندما يكون الوضع الحالي للفرد في العلاقات الزوجية يتوافق مع توقعاته (Shirashiani, & Namani, 2017, 80).

ب- مفاهيم تناولت التوافق الزوجي من خلال ما يجب القيام به لتحقيق التوافق الزوجي:-

ويعرف بأنه استجابات كلاً من الزوجين الخاصة بقرارات كلاً منهما، حول وجود أو عدم وجود المشكلات الزوجية الشائعة، كمشكلات العلاقات الأسرية، والسيطرة، وإدارة الأمور المالية، والأطفال، وحول تحديد كل منهما للطرف الذي يعاني المشكلة سواء أكان الزوج أم الزوجة أم كليهما معاً (أبو غزالة، ٢٠٠٨، ٣٣٦)، كما يعرف بأنه الإجراءات التي يقوم بها الزوجان لمقاومة العوائق الداخلية أو الخارجية في طريق إشباع حاجات أسرتهما بصورة منظمة لإحداث نوع من التوازن بينهما وبين بيئتهما مما ينتج عنه الشعور بالأمن الشخصي والقبول الاجتماعي والتمتع بعلاقات اجتماعية مستقرة متضمنة ذلك قدرة كل منهما على تغيير السلوك والعادات عند مواجهة المشاكل المادية والاجتماعية والخلقية لمناسبة الظروف الجديدة (الحلي، ٢٠٠٩، ٣٨٧)، ويعرف بأنه استجابات الأزواج والزوجات الخاصة بقراراتهم، حول وجود التعبير عن مشاعر الحب والألفة والاحترام المتبادل بين الزوجين، وممارسة الحقوق والواجبات والمشاركة في تربية الأولاد والمهام المنزلية وإدارة الأمور المالية واتخاذ القرارات مع الحرص على استقرار الأسرة والشعور بالرضا والإشباع الجنسي والاتصال الإيجابي والتفاهم واستقلالية الزوجين في حل مشكلاتهما (البري، ٢٠١٣، ٥٩٢)، وهو محصلة المشاركة في الخبرات والاهتمامات والقيم واحترام حاجات ومزاج الطرف الآخر، والتعبير عن المشاعر وتوضيح الأدوار والمسئوليات، والتعاون في صنع القرارات وحل المشكلات، وتربية الأبناء والإشباع الجنسي (عبد الغفار، ٢٠١٧، ٧٥٦)، كما يعرف بأنه قدرة كلاً من الزوجين على حل المشكلات وإقامة علاقات نفسية اجتماعية بينهما، والمشاركة في الاهتمامات، وتبادل العواطف والمشاعر، والقدرة على حل الصراعات، والإشباع الجنسي، وتحمل مسئوليات أعباء الزواج بما يحقق لهما النجاح واستمرار الحياة الزوجية بينهما (ديبه، ٢٠١٧، ٩٩)، ويعرف بأنه قدرة كلاً من الزوجين على التكيف مع الآخر والاستعداد للتضحية من أجله مما يحقق الشعور بالسعادة والتراحم والاستقرار الأسري (الغامدي، وأبو العنين، ٢٠٢٠، ٦٠٥).

ت- مفاهيم تناولت التوافق الزوجي من خلال الدمج بين الوصف وما يجب القيام به لتحقيق التوافق الزوجي:-

ويعرف بأنه درجة الاتجاهات الإيجابية للزوج أو الزوجة نحو الآخر والزواج بصفة عامة وقدرته على التعاون والتفاهم في مواجهة ضغوط الحياة ومدى إدراك كل منهما بأن الزواج يحقق أهدافه ويشبع حاجاته ويساعده على النمو والتجديد (محمود، ٢٠٠٦، ٦١)، وهو نوع من التفاعل الإيجابي بين الزوجين تتبدى مظاهره في عدد من المجالات مثل تحمل المسؤولية الزوجية، ومواجهة المشاكل المادية والاجتماعية، وإشباع الرغبات الجنسية، ومن نواتج هذا التوافق ظهور الرضا عن العلاقة الزوجية، وتحقيق السعادة الزوجية (عبد الرحمن، وآخرون ٢٠١٦، ٦١)، وهو حالة نفسية واجتماعية من الرضا والإنسجام والتماسك التي يعيشها الزوجان في كنف الأسرة، ضمن علاقات يسودها الحب والتفاهم والاستقرار والتعاون والثقة والتواد والقدرة على مواجهة الأزمات والمشاكل (أسحق، ٢٠١٨، ٢٨٧)، كما يتضمن السعادة والرضا الزوجي والتوفيق في الاختيار المناسب للزواج، والاستعداد للحياة الزوجية والدخول فيها بحب ورضا تام والحب المتبادل بين الزوجين وتحمل المسؤوليات الزوجية والقدرة على حل ما يعترضها من مشكلات والتمتع بالاستقرار الزوجي (البلوي، ٢٠١٩، ٦٨)، وهو حالة المعلمة التي تتضمن الاستعداد للحياة الزوجية، والدخول فيها والحب المتبادل، وتحمل المسؤوليات، والقدرة على حل المشكلات، والاستقرار الزوجي، والرضا والسعادة الزوجية، والتصميم على مواجهة المشكلات وتحقيق الانسجام والمحبة المتبادلة (الغامدي، ٢٠١٩، ١٩٩)، ويعرف بأنه شعور الزوجة بالقناعة والرضا عن العلاقة الزوجية والشعور بالسكن والانتماء العاطفي والمودة والتعاون مع زوجها في حل المشكلات الحياتية والزوجية (الطوخي، ٢٠٢٠، ٦٥٩)، وهو مقدرة الزوجين على تكوين أسرة سعيدة في مجملها من خلال التعاون والتفاهم والتحمل لإستمرار الحياة الزوجية، وذلك لتحقيق هدفهم من الزواج وإشباع احتياجاتهم الزوجية ولبناء أسرة سعيدة تساعد على بناء مجتمعها (خفاجة، ٢٠٢٠، ٣٥١)، ويعرف بأنه قدرة الزوجين على التوافق فيما بينهم من الناحية الاجتماعية والاقتصادية والثقافية والمعرفية والنفسية والإشباع العاطفي والمشاركة في تربية الأبناء وإعدادهم للمستقبل (على، ٢٠٢٠، ١٤٢).

ويتبنى الباحث الحالي وجهة نظر المتعلقة بالدمج بين الوصف وما يجب القيام به لتحقيق التوافق الزوجي من خلال تعريف التوافق الزوجي بأنه نوع من الإنسجام والتفاعل

الإيجابي بين الزوجين يظهر من خلال ما يقوم به الزوجان من إجراءات لمواجهة العوائق الداخلية والخارجية التي قد تؤثر بالسلب على العلاقة بينهما من أجل المحافظة على حالة التفاهم والإستقرار الأسري، والذي يظهر من خلال الرضا النفسي، التفاعل الزوجي، الاختيار الزوجي والعلاقات الخاصة، مسئولية الأبناء والنواحي المادية، إدارة الخلافات الزوجية.

ب- النظريات المفسرة للتوافق الزوجي:

من خلال الاطلاع على بعض الدراسات السابقة مثل دراسة (الكبير، ودرويش ٢٠١٤ Shirashiani, & Namani, 2017؛ حسن، وآخرون، ٢٠١٩؛ الغامدي، وأبو العنين ٢٠٢٠) يمكن للباحث تناول النظريات المفسرة للتوافق الزوجي كما يلي:-

١. **النظرية السلوكية:** وترى أن السلوك متعلم أو مكتسب من البيئة المحيطة بالفرد وأن التعزيز يزيد من تكرار السلوك الإيجابي، وبالتالي فإن التوافق الزوجي متعلم من خلال البيئة المحيطة وأن التعزيز يؤدي إلى زيادة التوافق الزوجي.

٢. **نظرية التعلم الاجتماعي:** وترى أن التوافق الزوجي يتم من خلال الملاحظة والتقليد لما هو متواجد في البيئة المحيطة.

٣. **نظرية الذات:** وتؤكد على تطابق الخبرات الزوجية مع القيم المدركة عن الذات من أجل تحقيق التوافق الزوجي.

٤. **نظرية الدور:** وترى أنه من المتوقع أن يكون لكل طرف من العلاقة الزوجية دورًا في الإهتمام بالبيت والاطفال؛ فإذا حدث توافق في هذه التوقعات يحدث التوافق الزوجي بينما يحدث سوء التوافق الزوجي إذا كانت هذه التوقعات مثالية أو خاطئة عن الدور المتوقع لشريك الحياة.

٥. **نظرية التعلق:** وترى أن الأزواج الذين يتصفون بالثقة المتبادلة في مساندة شريك الحياة عند الحاجة تحت أي ظرف وفي أي وقت يكون لديهم مستوى مرتفع من التوافق الزوجي، والعكس صحيح.

٦. **النظرية التبادلية (الفائدة والتكلفة):** وتفترض أن العلاقة تتكون من التفاعل بين الزوج والزوجة، وأن كلاهما يتبادل المكافآت مع الآخر وهو ما يؤدي إلى زيادة التوافق الزوجي والعكس صحيح.

ج- العوامل المؤثرة في التوافق الزوجي:-

من خلال إستقراء الأدبيات المرتبطة بالتوافق الزوجي يمكن تحديد بعض العوامل المؤثرة في التوافق الزوجي كما يلي:-

١. نشأة وطفولة الزوجين
٢. الخبرات المرتبطة بالزواج
٣. الاختيار الزوجي
٤. تقارب الزوجين في السمات الشخصية
٥. السن عند الزواج
٦. فارق العمر بين الزوجين
٧. مدة الزواج
٨. المستوى التعليمي والثقافي والاجتماعي للزوجين
٩. النواحي المالية والاقتصادية
١٠. مسئولية تربية الأبناء
١١. أوقات الفراغ التي يقضيها الزوجان معا
١٢. الأشباع الجنسي
١٣. الغيرة المبالغ فيها
١٤. التعامل مع الخلافات الأسرية
١٥. تدخل أهل الزوجين
١٦. سفر او تواجد الزوج

د- أبعاد التوافق الزوجي:-

يمكن تحديد أبعاد التوافق الزوجي وفقاً للمقياس المستخدم في الدراسة الحالية كما يلي:-

١. **الرضا النفسي:** ويقصد به الشعور بالرضا عن الزواج والشعور بالدفء والأمان في وجود الطرف الآخر والشعور بالحب والإحترام والاهتمام المتبادل، والمشاركة في تحمل مسئوليات الأسرة.

٢. **التفاعل الزوجي:** ويقصد به تبادل العواطف والحديث بود وإهتمام والمشاركة في وضع خطط الحاضر والمستقبل وممارسة الأنشطة المشتركة، والحرص على قضاء معظم أوقات الفراغ معاً، والمحافظة على خصوصية الأسرة.
٣. **الاختيار الزوجي والعلاقات الخاصة:** ويقصد به الشعور بالتوفيق في إختيار شريك الحياة المناسب، والشعور بالرضا عن فترة الخطوبة وفرق العمر، والزواج في السن المناسب، والرضا عن المستوى التعليمي والثقافي لشريك الحياة والرضا عن العلاقة الجنسية وتقبل الحياة الزوجية.
٤. **مسئولية الأبناء والنواهي المادية:** ويقصد به التكامل في تحمل مسئولية تربية وتعليم ورعاية الأبناء، ووجود قدر كاف من التعاون والتفاهم في إدارة الأمور المادية وتحديد أوجه الإنفاق بما يتناسب مع دخل الأسرة ويحقق أهداف الأسرة الحالية والمستقبلية.
٥. **إدارة الخلافات الزوجية:** ويقصد به القدرة على تجاوز المشكلات الأسرية والوصول إلى حلول مرضية للطرفين بقدر الإمكان، والتخلي بالهدوء عند غضب الطرف الآخر وعدم الإستعانة بالأهل والأصدقاء في حل خلافات الأسرة مع إظهار حسن الظن والتسامح والتغافل بين الطرفين.

ثانياً: الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل:-

Solution-Focused Brief Counseling

أ- مفهوم الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل:-

هو نهج يركز على المستقبل وموجه نحو الهدف للعلاج الموجز، يستخدم الأسئلة المصممة لتحديد الاستثناءات (الأوقات التي لا تحدث فيها المشكلة أو يمكن أن تحدث بدرجة أقل في الحياة الواقعية للعميل)، الحلول (وصف لما ستكون عليه الحياة عندما تنتهي المشكلة أو يتم حلها) والمقاييس المستخدمة لقياس مستوى تقدم العميل الحالي نحو الحل، ويكشف عن السلوكيات اللازمة لتحقيق أو الحفاظ على مزيد من التقدم (Trepper, et al., 2006,) (134).

كما يحدد في العناصر التالية:-

١. يعتبر أسلوب علاجي من أحدث الأساليب العلاجية المختصرة.
٢. تعتمد تطبيقاته العملية على التقنيات التي تقدم وتتلائم مع الفئات الاجتماعية المختلفة ومنها: إعادة التشكيل وخريطة العقل وتوجيه النجاح الخ.

٣. هذا الأسلوب العلاجي لا يستغرق في البحث عن الأعراض المرضية للمشكلة ولا عن

العوامل التي ساهمت في نشأتها بقدر ما يتوجه مباشرة إلى حلول لها.

٤. تسهم هذه الحلول في القضاء على المشكلة أو التخفيف من حدتها أو التكيف مع

إفرازاتها.

٥. يعتبر علاج موجه ومباشر نحو الهدف النهائي.

٦. يسعى هذا العلاج في إطار الوصول إلى التوافق النفسي والاجتماعي للعملاء مع ذواتهم

أو البيئة المحيطة بهم.

٧. يقدم هذا العلاج عملية المساعدة بكفاءة وفاعلية في وقت قصير. (رشوان،

٢٠٠٧، ١١٢٩-١١٣٠).

وهو أحد أكثر الأساليب شيوعاً في الوقت الحالي بسبب تركيزه على وجهة النظر غير

المرضية للأفراد، وتركيزه على علاج موجز ومهارات سهلة التعلم، في تناقض مع العلاجات

التقليدية، ويؤكد على علاقة المساواة بين المعالج والعميل التي تساعد على تمكن العميل،

ويفترض كذلك أن اللغة هي الوسيلة الأساسية للتغيير، وبالتالي يشترك العميل في محادثة

علاجية من بداية العلاج لمساعدة العميل على استكشاف وبناء معاني جديدة في حياته؛ نظراً

لأنه يوفر إرشادات واضحة وملموسة للعلاج ، فقد حقق قبولاً جيداً على نطاق واسع

(Cheung, 2009, 212).

ويعرف بأنه:-

١. أحد الأساليب العلاجية المختصرة والحديثة.

٢. له مفاهيم وتكنيكات متعددة.

٣. يركز على الحلول بدلاً من التركيز على المشكلات وأعراضها.

٤. يركز على المستقبل بدلاً من التركيز على الماضي والاستغراق فيه.

٥. يركز الاهتمام على قدرات العميل بدلاً من التركيز على مواطن الضعف.

٦. يتم قياس مدى تأثيره من خلال تطبيق التكنيكات الخاصة به مع العينة

التجريبية (عثمان، ٢٠١٦، ١٣٦).

وهو نوع حديث نسبياً من الإرشاد النفسي، يهتم بالتركيز على الوقت الحاضر والتوجه

المتفائل نحو المستقبل بتفعيل موارد العميل وجوانب القوة لديه، وتنمية الأمل لديه باتخاذ

خطوات إجرائية للتركيز على الحلول بوضع الأهداف وتضمينها داخل خريطة ذهنية، ومتابعة تنفيذها بالمداومة على تحقيق التغيرات الصغيرة التي يترتب عليها حدوث التغيرات الأكبر فالأكبر فيما يسمي بكرة الثلج، موكلاً للعميل دور الخبير، ونجاحه يعتمد على مهارات الحوار والتساؤل والاستماع للعميل من خلال تفعيل فنيات الاستثناءات والسؤال المعجزة والمقاييس والمجاملات والرسالة والاستراحة (جريش، ٢٠١٨، ١٢٠)، ويعد المفهوم الأساسي في العلاج المختصر المتمركز حول الحل هو فكرة أن التغييرات الصغيرة يمكن أن يكون لها تأثيرات كبيرة؛ وهذا المبدأ يعمل على مستويين، المستوى الأول هو أن القرارات الجيدة تولد المزيد من القرارات الجيدة، والمستوى الثاني هو الطريقة التي يؤثر بها هذا على التغيير من خلال النظم الاجتماعية، عندما يتبنى العملاء سلوكيات جديدة، سيقوم الأفراد داخل أنظمتهم الاجتماعية بتعديل استجاباتهم وفقاً لذلك، وهذا بدوره سوف يدفع العميل إلى مزيد من السلوكيات الجديدة (Anderson, 2018, 22)، وهو نهج مختصر للعلاج لأن المعالج يركز على نقاط قوة العميل والحلول، بدلاً من السعي لاستكشاف مصدر المشكلة، يفترض معالج العلاج المختصر المتمركز حول الحل أن العملاء لديهم مواردهم الخاصة للتغلب على الصعوبات، وتعني كلمة "مختصر" أن العلاج يجب أن يكون له أقل عدد ممكن من الجلسات؛ ليس أكثر مما هو ضروري ونتيجة لذلك، عادة ما يستمر ست جلسات أو أقل وبعبارة أخرى، فإنه موجز ومصمم خصيصاً للنموذج الفردي، الذي يحركه العميل، والقائم على نقاط القوة (Ali, 2018, 15).

ويمثل الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل نوعاً إرشادياً حديثاً نسبياً يتبع فلسفة ما بعد الحداثة يقوم على وجهة نظر دي شازر وبيرج De-Shazer & Berg في التعامل مع الظواهر النفسية، حيث يهتم بالحاضر والتوجه المتقائل نحو المستقبل بتفعيل حديث الحل بدلاً من حديث المشكلة، وتنمية الانفعالات الإيجابية، إذ يركز على الاستثناءات واستحضار جوانب القوة والموارد الذاتية مع توجيهها لتحقيق الأهداف، وبناء الحلول الخاصة وتضمينها داخل خريطة ذهنية ومتابعة تنفيذها؛ بهدف إحداث التغييرات الإيجابية البسيطة والواقعية التي ما تلبث أن تعمم إلى الجوانب الأخرى في حياة العميل وصولاً لتحقيق الإنجازات الكبيرة، وذلك بالاعتماد على مهارات المحادثة والحوار والاستماع للعميل من خلال تفعيل فنياته المختلفة (الشافعي، ٢٠٢٠، ٢٢٩٣)، ويعرف بأنه أسلوب علاجي جديد نسبياً للتدخل قصير المدى والذي لا يستغرق في البحث عن الأعراض المرضية، ولا عن العوامل التي ساهمت في نشأتها بقدر ما

يتجه مباشرة إلى الحلول التي تساهم في القضاء على المشكلة أو التخفيف من حدتها أو التكيف مع آثارها، وذلك من خلال استخدام بعض الفنيات مثل إعادة التشكيل، الخريطة الذهنية، فنية الأسئلة وهي تتضمن (أسئلة القياس، أسئلة تطوير المهام، السؤال المعجزة، أسئلة المواجهة) (عبد العزيز، ٢٠٢١، ٣٢٨).

وهو تدخل يركز على الجوانب الإيجابية لمشكلة الفرد ويوجه الفرد لحل المشكلة عن طريق استكشاف القدرة المحتملة، ويعزز القدرة على الإدارة الذاتية وتقليل المشاعر السلبية، وهو طريقة بسيطة وفعالة واقتصادية (Wang, et al., 2021, 2)، وهو نموذج يعمل من خلال توجيه الفرد إلى البحث عن المشاكل وتحديد الأهداف ثم يحل المشاكل من خلال التركيز على الجوانب الإيجابية للفرد، له خصائص بسيطة وفعالة وبأسعار معقولة لعبت دوراً رئيسياً في مجموعة متنوعة من الأمراض مثل زيادة الوزن والسكري، واستكشاف إمكانات الأفراد من خلال توجيه الأفراد إلى صياغة علمية وخطط مجدية وتحفيز مبادراتهم الذاتية وتعزيز قدراتهم على إدارة أنفسهم بشكل صحيح وحل مشاكلهم وتحسين مستوياتهم المعيشية، بالإضافة إلى ذلك تؤثر أيضاً على الحالة النفسية من خلال تعبئة حماس الأفراد وتحسين كفاءة إدارة الذات ومعنى الحياة، والحد من العواطف السلبية، وتمكين الناس من تأسيس معتقدات جيدة وتحسين المرونة النفسية للأفراد، وهو نهج تدخل واعد يلعب دوراً مهماً في العلاج السريري (Ma, et al., 2021, 2)، وهو أحد أشهر نماذج العلاج في العالم لأنه يقوم على مفهوم المرونة وعلى حلول العملاء والاستثناءات السابقة الخاصة بهم لمشاكلهم الخاصة، فهي قابلة للتطبيق على الجميع المشاكل، وقد تم بالفعل تطبيقه على مجموعة واسعة من المشاكل (De Shazer, et al., 2021, 13)، وهو نهج يركز على مساعدة العميل حيث يتم مساعدة العملاء على تعيين الأهداف الخاصة ويتم تمكينها من خلال الأسئلة ذات الصلة لإحداث تغييرات مرغوبة حيث يساعد المعالج العميل على تحديد رؤية ملموسة لمستقبله المفضل (Niu, et al., 2022, 2).

ومن خلال التعريفات السابقة يعرفه الباحث بأنه أحد أهم المداخل الإرشادية المختصرة والحديثة التي تركز على بناء الحلول بدلاً من المشاكل، والتركيز على الحاضر والمستقبل بدلاً من الماضي، مع الاعتماد على قدرات وإمكانات المسترشدين من خلال مساعدتهم على وضع الأهداف والسعي إلى تحقيقها، مع التأكيد على أن تحقيق التغييرات الصغيرة يؤدي إلى حدوث

تغيرات أكبر فأكبر من خلال تطبيق الفنيات الخاصة بها المدخل، وهو من أكثر المداخل الإرشادية ملائمة مع المشكلات الأسرية.

ب- الافتراضات التي يقوم عليها الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل:-

من خلال الإطلاع على بعض الدراسات يمكن تحديد الافتراضات التي يقوم عليها الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل كما يلي:-

١. يتمحور الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل حول التركيز على ما يمكن تحقيقه وفقاً لمعطيات شخصية العميل والبيئة المحيطة، ويشير أنصاره إلى ذلك بمقولة Solution talk حديث الحل بدلاً من Problem talk حديث المشكلة، ومعنى ذلك أن عملية العلاج يجب أن توجه نحو الحل وكيفية الوصول إليه.

٢. يدور حول التأكيد على أن كل مشكلة لها إستثناءات (هي الأوقات التي لا تظهر فيها المشكلة) والتي يمكن تحويلها والتعامل معها على أنها حلول ممكنة للمشكلة

٣. يقوم على فكرة كرة الثلج Snow ball بمعنى أن التغيير البسيط في حياة العميل يؤدي إلى نجاح أكبر وصولاً إلى الهدف النهائي وهو التوافق النفسي والاجتماعي.

٤. الاعتراف بأن لكل عميل قدرات يستطيع إستخدامها للتغلب على ما يواجهه من صعوبات، وعلى هذا يجب على المسترشد أن يعطي إهتماماً كبيراً نحو اكتشاف قدرات العميل وتجنب التركيز على مواطن الضعف فيه.

٥. يدور حول ضرورة صياغة أهداف العميل بصورة إيجابية Positive goals بدلاً من صياغتها بصورة سلبية Negative goals لأن هناك فرقاً شاسعاً بين النظر إلى نصف الكوب المملئ بالماء وبين النظر إلى نصف الكوب الفارغ من الماء.

٦. كل عميل فريد من نوعه، هذا مأخوذ من النموذج البنائي ويؤدي إلى الاعتقاد بأن الحل يجب أن يكون خاصاً بالعميل الفردي.

٧. لا يمكن للمرء أن يغير الماضي، لذا يجب التركيز على الحاضر والمستقبل

٨. إذا لم ينكسر، فلا تصلحه

٩. إذا كان العمل، فافعل المزيد

١٠. إذا لم تنجح، افعل شيئاً مختلفاً.

١١. التغيير يحدث في كل وقت.

١٢. يتعاون مستخدمو الخدمة دائماً.

١٣. العملاء يحددون أهدافهم العلاجية ولا تفرض عليهم من المعالج.

١٤. استمرار التغيير يؤدي إلى زوال المشكلة أو على الأقل الحد من آثارها على العميل.

Teater, Yeung, et al., 1994؛ رشوان، والقرني، ٢٠٠٤؛ رشوان، ٢٠٠٧؛

(Ali, 2018؛ 2013)

ج- مراحل الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل:-

تبدأ هذه المراحل بفهم المشكلة من وجهة نظر العميل، ثم يساعد المرشد العميل في بناء حلوله، وتتضمن عملية بناء الحلول المراحل التالية:-

أولاً: في مرحلة وصف المشكلة، يسأل المعالج، "كيف يمكنني أن أكون مفيداً لك؟" و يستمع باحترام إلى الحديث العميل عن المشكلة.

ثانياً: يستخرج المعالج الأوصاف لما سيكون مختلفاً في حياة العميل عندما يتم حل مشاكله في مرحلة تطوير الأهداف المصاغة بشكل جيد.

ثالثاً: في مرحلة استكشاف الاستثناءات، يستفسر المعالج عن الأوقات في حياة العميل التي لا تحدث فيها مشاكله أو تكون أقل حدة، وهنا يطلب المسترشد معلومات محددة مثل ما يجب فعله لجعل هذا الاستثناء يحدث.

رابعاً: يبني المعالج و يقدم رسالة إلى العميل تتضمن مجاملات وبعض الاقتراحات في مرحلة التعليقات في نهاية الجلسة.

أخيراً: في مرحلة تقييم تقدم العميل، يطلب المسترشد من العميل تقييم تقدمه على مقياس من ٠ إلى ١٠. ويتم ذلك بانتظام طوال فترة العلاج (Bray, & Stanton, 2012, 215-216).

كما تشمل السمات المميزة لهذه المراحل ما يلي:-

- (١) في مرحلة ما من المقابلة الأولى ، سيسأل المعالج " سؤال المعجزة "
- (٢) مرة واحدة على الأقل خلال المقابلة الأولى وفي المقابلات اللاحقة سيطلب من العميل تقييم شيء ما على مقياس " ٠ → ١٠ " أو " ١ → ١٠ " .
- (٣) في مرحلة ما خلال المقابلة، يأخذ المعالج استراحة.

(٤) بعد هذه الاستراحة، سيقدم المعالج للعميل بعض المجاملات والتي في بعض الأحيان (بشكل متكرر) يتبعها اقتراح أو مهمة منزلية (تسمى غالبًا "تجربة") (De Shazer, & Berg, 1997, 123).

د- العلاقة بين المرشد والمسترشد في الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل:-

يقوم المرشد المستخدم لأسلوب الإرشاد المتمركز حول الحل بدور فاعل ونشط ويبدل جهدًا أكبر مقارنة بالأساليب الإرشادية الأخرى، ويتمحور الدور الكبر للمرشد حول مساعدة المسترشد في تحديد الأهداف الإرشادية والمحافظة على تركيزه في إنجاز تلك الأهداف، ومن المهارات التي يجب على المرشد أن يكتسبها في علاقته مع المسترشدين ما يلي:-

(١) التعاطف والمشاركة الوجدانية: وفيها يظهر اهتمام المرشد بالمسترشد من خلال فهمه لمشكلته وتقديره لمشاعره والمعاناة التي يشعر بها.

مثال: المرشد: أقدر مشاعر الألم التي تشعر بها الآن وأعلم مقدار المعاناة التي تمر بها.

(٢) الاستعداد لمناقشة كل شيء وأي شيء يود المسترشد مناقشته: ولكن هذا الأمر لا يعني بالضرورة أن المرشد يستطيع أن يعالج كل مشكلات المسترشد أو أن لديه إجابة لكل سؤال أو استفسار يطرحه المسترشد بل يعني أن المرشد لديه استعداد لبذل الجهد في محاولة مساعدة المسترشد.

(٣) الهدوء ورباطة الجأش: وتعني أن يكون المرشد مرتاحًا من علاقته بالمسترشد بغض النظر عن اعتقاداته وآراءه الشخصية وبغض النظر عن الفوارق الاجتماعية أو الاقتصادية، فالمسترشد في نهاية المطاف إنسان يجب إحترامه والاهتمام به، والهدوء هنا يجعل المعالج قادرًا على التركيز في كل ما يقوله أو يشعر به المسترشد.

(٤) التشجيع: وهو الإيمان الكامل بأن لكل مسترشد قدرات وإمكانيات يستطيع استثمارها إلى أقصى حد من أجل التغلب على المشكلات التي تعوق تكيفه النفسي والاجتماعي، وقيام المرشد بتشجيع المسترشد على تحمل المسؤولية يكسب الأخير الثقة بذاته وبقدراته كما أن ذلك يسهل عملية تقديم المساعدة.

(٥) الهدفيه: وتعني أن يكون المرشد هادفًا في عمله، فلكل نشاط يقوم به هدف وغاية يسعى إلى تحقيقها وتخدم مصالح مسترشديه، كما يجب عليه أن يسعى إلى توضيح ذلك للمسترشدين الذين يتعامل معهم، وكلما كانت تلك الأهداف واضحة لدى المرشد والمسترشد كلما

كان ذلك أدى لأن تصبح عملية المساعدة أكثر كفاءة وفاعلية (أبو أسعد، والأزيدة، ٢٠١٥، ٣٠٤-٣٠٥).

هـ - فعالية وتأثير العلاج المتمركز حول الحل:-

- ترجع فعالية هذا النوع من العلاج وتأثيره إلى العديد من العوامل منها:-
١. معظم الأفراد يلجأون لطلب العلاج لمشكلة محددة يواجهونها وليس من أجل الحصول على استبصار بتأثيرها فقط.
 ٢. معظم من يطلبون المساعدة يتوقعون النتائج العاجلة التي لا تستنزف الوقت والجهد.
 ٣. أن هذا العلاج محدود الوقت.
 ٤. أن هذا العلاج يتميز بالواقعية والتركيز على الحاضر والنشاط الموجه.
 ٥. أن هذا العلاج يتدرج في الوصول إلى الأهداف.
 ٦. التركيز على المستقبل بدلاً من التركيز على الماضي والاستغراق فيه.
 ٧. التركيز على الحلول بدلاً من التركيز على المشكلات.
 ٨. التركيز على قدرات العميل وإمكانياته بدلاً من التركيز على مواطن الضعف.
 ٩. الاهتمام بالجوانب الإيجابية في حياة العملاء واستثمارها إلى أقصى مدى حتى يتمكنوا من التغلب على الصعوبات التي تعوق أدائهم لوظائفهم الاجتماعية والقيام بأدوارهم الاجتماعية.
 ١٠. التركيز على الأوقات التي لا تحدث فيها المشاكل أو التي لا يتعرض العميل فيها للضغوط وذلك بحثاً للحلول المنشودة.
 ١١. عدم التركيز على المشكلة أو أعراضها بل التركيز على الحلول التي تساعد العملاء للتخلص من مشكلاتهم.
 ١٢. سهولة تطبيقه في الواقع وتدريب الممارسين عليه (رشوان، ٢٠٠٧، ١١٣٩).

و - فنيات الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل المستخدمة في البرنامج:-

١. فنية تغيير ما قبل العلاج:

خلال الجلسة الأولى يستمع المعالج بنشاط إلى الحديث قبل الجلسة، وعندما يسمع المعالج حديث العميل يصف كيف تحسنت الأمور إلى حد ما بين وقت تحديد الموعد والجلسة الأولى ثم يتم طرح "أسئلة تغيير ما قبل الجلسة"، ويتم تصميم هذه الأسئلة لتحديد ما هي

الأشياء التي حدثت لدى العملاء لتحسين الأمور بالنسبة لهم قبل الجلسة الأولى، ويمكن للمعالج أن يتدخل مع العملاء من خلال تطوير الأسئلة التي تقيد في حدوث تغيير ما قبل الجلسة من خلال تحديد أنماط جديدة من السلوك يقوم بها العملاء من تلقاء أنفسهم والتي تقودهم بعيداً عن مشاكلهم تجاه الحل، كما يمكن للمعالجين مساعدة العملاء في أن يتعرفون على الاختلافات الصغيرة التي لا يتعرفون عليها، وهي الاختلافات التي تحدث فرقا (Skidmore, 1993, 30).

في بعض الأحيان، قد يسهل تحديد موعد التغيير في حد ذاته للاستفادة من نقاط القوة والموارد الحالية للعميل، حيث يتم طرح سؤال مثل هذا: من تجربتنا أن الكثير من الناس يلاحظون أن الأمور تتحسن بين الوقت المحدد والوقت الذي يحضرون فيه للجلسة الأولى، هل لاحظت مثل هذه التغييرات في وضعك؟ يضع هذا السؤال توقعاً وافترضاً أنه أمر طبيعي ومتوقع تماماً أن مشاكلهم الخطيرة ربما تكون قد خفت قليلاً منذ أن حددوا الموعد بدلاً من التقيد الصارم بصيغة طرح سؤال مباشر على الفور حول أي من التغييرات ما قبل الجلسة في بداية الجلسة الأولى، هذا السؤال مثل أي أسئلة مفيدة، يجب أن يسأل بحكمة من أجل وصف مقابلة بناء الحل (Bray, & Stanton, 2012, 216).

٢. فنية سؤال المعجزة:

"السؤال المعجزة" هو عنصر مهم في نموذج الإرشاد المتمركز حول الحل. سؤال يبدأ بـ "نفترض أنه ذات ليلة، بينما كنت نائمًا، حدثت معجزة وتم حل هذه المشكلة. هل تعلم؟" ما الذي سيكون مختلفًا؟" يستخدم "سؤال المعجزة" في الجلسات الأولى، وهذا السؤال عبارة عن إطار عمل كما يصفه de Shazer لـ سلسلة كاملة من الأسئلة لمساعدة العميل والمعالج تصف على حد سواء كيف سيبدو الحل، ويبدأ العملاء في أغلب الأحيان في الحديث عن الشعور بالتحسن، أو الرغبة في الحصول على تواصل أفضل مع الزوج أو الزوجة أو زملاء العمل عن طريق سؤال العملاء بشكل غير مباشر عن الأهداف باستخدام أسئلة تسلسل المعجزة، ويمكن للمعالجين استخلاص أوصاف السلوكيات الملموسة والمحددة التي يمكن أن تحدث في إطار الواقع في حياة العملاء، وبالتالي يمكن للمعالجين مساعدة العملاء على تحديد أهداف العلاج وبالتالي وصف كيف سيعرفون متى تكون المشكلة تم حلها (Skidmore, 1993, 26).

وهو يحزر العمال من قيود رؤية الواقع بسلبية، فعندما تحدث معجزة كل شيء ممكن وعقبات الحياة اليومية التي تبدو مستعصية تتلاشى، هذا يساعد العمال على وصف حالة حياتهم اليومية بمجرد حدوث حل عن طريق تخطي العقبات التي عادة ما تعيق رؤيتهم للمستقبل، بدون مثل هذه الرؤية الواضحة والمرغوبة للحالة، لا يمكن أن نتحرك إلى الأمام لبناء الحل (Smock, et al., 2010, 500).

ويتم تقديم توصيات لتحسين تدريب المعالج على الاستخدام الفعال لسؤال المعجزة دعني أطرح عليك سؤالاً غريباً، افترض الليلة وأنت نائم، حدثت معجزة والمشاكل التي دفعتك إلى العلاج قد تم حلها أنت نائم بالطبع أنت لا تعلم أن المعجزة قد حدثت عندما استيقظت في اليوم التالي صباحاً، ما هو أول شيء يخبرك بحدوث معجزة؟ عادة ما يتم طرح السؤال المعجزة في وقت مبكر من العلاج لخلق أهداف علاجية ملموسة، بالإضافة إلى إخراج العمال من قيودهم، كما يساعدهم أيضاً على تطوير رؤية محددة ومفصلة لما ستكون عليه حياتهم في غياب المشكلة من خلال مطالبتهم بتخيل التفاصيل الدقيقة واليومية التي من شأنها إعلامهم بحدوث هذا التغيير في حياتهم، وبالإضافة إلى تحديد الهدف، هناك ثلاثة أسباب أخرى لطلب سؤال المعجزة الأول هو إنشاء تجربة افتراضية لكيف ستكون الحياة لو حدثت المعجزة، والثاني هو إعداد العمال للتعرف على الاستثناءات للمشكلة مما يدل على أن المشكلة ليست موجودة دائماً، أخيراً يساعد سؤال المعجزة في إنشاء قصة تقدمية، يُنظر فيها إلى حياة العميل على أنها أصبحت أفضل بدلاً من أن تكون أسوأ، يُطلب من العمال تصور أنها ليست مجرد أمنية بالنسبة للعميل والمعالج بل قد تكون الأرضية المشتركة التي يتفق عليها الاثنان في بناء أسس جديدة (Stith, et al., 2012, 380).

ويستخدم هذا السؤال لمساعدة المسترشدين على التصور والوصف بشيء من التفصيل كيف يريدون أن تكون الأمور ومتى يتم حل المشكلة المحددة بالإضافة إلى ذلك، فإنه يعطي إذن للمسترشدين للتفكير في نطاق غير محدود من الاحتمالات ويساعدهم على التفكير في التحرك وراء مشاكلهم الحالية لتحقيق أكثر قدر من الرضا عن الحياة، وقد استخدم في مجموعة متنوعة من السياقات العلاجية ومع ذلك، هناك بعض الإعدادات حيث قد يكون من المفيد التحدث عن ملف المستقبل المثالي أو المفضل أو حتى عن الحياة بدلاً من تناول سؤال معجزة (Ferraz, & Wellman, 2008, 39).

٣. فنية أسئلة البحث عن الاستثناءات:

وبحسب de Shazer ، "الغريب أن المعالجين يفعلون ذلك دون الحاجة حتى إلى معرفة ما هي المشكلة من أجل حلها طالما أنهم هم والعملاء يعرفون ما هو الهدف، يحدث هذا لأن العملاء كثيرا ما يخطئون في تصوير أنفسهم ومواقفهم الفردية، الاستثناءات غير موجودة هناك في العالم الحقيقي للعملاء بل اخترعها أو شيدها كل من العميل والمعالج أثناء الحديث عما يحدث عندما لا تحدث المشكلة وتتمثل مهمة المعالج في مساعدة العملاء على القيام بسلوك الاستثناء في الاختلافات التي تحدث فرقا، حيث أن اختراع استثناءات للمشاكل يساعد العملاء على رؤية مشكلاتهم بشكل مختلف مما يمنحهم فرصة للتعرف على أنهم منخرطون في هذا السلوك بطريقة تختلف عن الطريقة التي رأوها بها من قبل، ويمكن أن يكون العثور على استثناءات للمشكلات أمر صعب للغاية، عندما لا تحدث استثناءات يحتاج المعالج إلى مساعدة العملاء في فعل شيئا مختلفا حتى يصبح التغيير في السلوك ممكن، ويمكن بعد ذلك أن يؤدي بناء هذا التغيير في السلوك إلى حدوث فرقا للعميل (Skidmore, 1993, 30-31).

وفيها يتم البحث للحصول على دليل على أن العملاء قد اختبروا بالفعل جوانب من حياتهم المرجوة، والاستثناءات سابقة للحلول وهي جزء مهم في بناء الحلول لأن الحلول تحدث عندما تصبح هذه التجارب الإيجابية هي القاعدة بدلا من الانحرافات وبالتالي جعل العميل يتعرف على الأوقات التي تكون فيها الأشياء أفضل قليلا (استثناء) يظل مكونا مهما لبناء الحلول (Smock, et al., 2010, 500).

وهي الأوقات التي قد لا تحدث فيها المشكلة أو كانت أقل حدة مما كان متوقعا، وفيها يتم تشجيع العميل على وصف ما كان مختلفا عندما لا تحدث المشكلة، أو كيف حدثت بشكل مختلف، والهدف من ذلك هو أن يتعلم العميل التكرار أو القيام بالمزيد مما نجح في الماضي وتحقيق مكاسب الثقة في إجراء تحسينات للمستقبل، ويمكن أن يصبح العملاء بواسطة استكشاف الاستثناءات أكثر وعيا بنجاحاتهم الحالية والسابقة فيما يتعلق بهدفهم (Ferraz, & Wellman, 2008, 39).

٤. فنية إعادة التأطير أو التشكيل:

وهو أسلوب يستخدم من أجل مساعدة المسترشدين على تفهم مواقفهم وصياغة أهداف العميل العلاجية مثال: الطالب: لا أريد أن يوقفني المعلم أمام التلاميذ لأنني لم أقم بحل

الواجب؟ (هدف سلبي). هذا الطالب صاغ هدفه بطريقة سلبية تجعله لا يتقدم في العملية العلاجية والسبب أنه ربط الإيقاف في الفصل بعملية أنه لم يتم بحل الواجب، وهنا على المرشد مساعدة الطالب في تغيير هذا الهدف السلبي إلى هدف إيجابي كالآتي:

- المرشد: كيف يمكن للمعلم أن لا يوقفك أمام الطلبة؟
- الطالب: إذا قمت بحل الواجب فإن المعلم لن يوقفني أمام الطلبة (أبو أسعد، والأزيدة، ٢٠١٥، ٣٠٧).

٥. فنية كرة الثلج:

بمعنى أن التغيير البسيط في حياة العميل يؤدي إلى نجاح أكبر وصولاً إلى الهدف النهائي وهو التوافق النفسي والاجتماعي (رشوان، ٢٠٠٧، ١١٤٠).

٦. فنية توجيه النجاح:

ويعرف هذا التكنيك بأنه مساندة وتشجيع نجاح المسترشد من خلال إسماع المسترشد كلمات المدح والتثناء فالمسترشدين يحبون من يثني على ما يقدمون أو ما يقومون به من أفعال، وذلك إن حدث يمنحهم الثقة بالنفس ويعتبر بمثابة الوقود الذي يدفعهم للمشاركة الفاعلة في عملية المساعدة، ويمكن للمرشد أن يظهر هذا التكنيك من خلال:-

- رفع مستوى الصدق أثناء الحوار ليرى المسترشد كيف أن عملية المساعدة تتقدم.
- التعبير للمسترشد عن السرور عندما يقوم بمحاولة جادة للوصول إلى حل للمشكلة.
- إظهار الإعجاب بما يقدمه المسترشد من تفكير بناء ورشيد وناضح في المشكلة التي يواجهها.

مثال:

- المرشد: حقيقة فعلت ذلك.
- المرشد: أنا بالفعل معجب بما قمت به.
- المرشد: ما قمت به يستحق التقدير والاحترام. (أبو أسعد، والأزيدة، ٢٠١٥، ٣٠٨-٣٠٩).

٧. فنية الحديث الخالي من المشكلات:

الحديث الخالي من المشاكل هو الأسلوب الذي يسمح للمرشد بتحويل تدخل الاستشارة من بيئة تركز على المشكلة إلى بيئة مركزة على الحل، حيث أن الإعتقاد الأساسي لدى مستخدمي

الإرشاد المتمركز حول الحل أنه عندما يركز العملاء على المشاكل، يصبحون محبطين وغير قادرين، وأن إيجاد استثناءات وحلول للمشكلات تشجع العملاء وتمكنهم، مما يؤدي إلى الإجراءات والنجاحات (Erford, 2015, 2).

ويحول هذا الأسلوب التدخل الإرشادي من بيئة تركز على المشكلة إلى بيئة تركز على الحل، حيث يعتقد مستخدمو العلاج المختصر المتمركز حول الحل أنه عندما يركز الفرد على المشكلة سوف يصبح قليل العزيمة والقوة، وأن الاستبصار حول أصل ومصدر المشكلة لا يعتبر ذا قيمة علاجية، بعكس الاستثناءات التي تشجع الفرد وتقوده إلى اتخاذ إجراءات تؤدي إلى النجاح (عبابنه، وجرادات، ٢٠٢١، ١٩٧-١٩٨).

٨. فنية أسئلة المقياس (أسئلة التقييم المتدرج):

يُنظر إلى أسئلة القياس على أنها أداة مساعدة العميل في تحديد نموه وتقدمه، يتم طرح الأسئلة في الحوار العلاجي الذي يركز على الأوقات التي لم تكن فيها المشكلة مستمرة بشكل سلبي في حياة العميل، وتعرف هذه الأسئلة بالبحث عن الاستثناءات، وهي تسمح للعميل بالتركيز على الأوقات التي تمكنوا فيها من التغلب على المشكلة والموارد التي استخدموها وكيف قاموا بحل المشكلة، تساعد هذه الأسئلة العملاء من خلال تعزيز الحوار العلاجي الخالي من المشاكل (Kyser, 2021, 29).

ويمكن أن تساعد "أسئلة القياس" العملاء في تحديد جوانب مختلفة حول اهتماماتهم بالعلاج وأين يعتقدون أنهم في أي نقطة معينة في العلاج، بالنسبة إلى المكان الذي كانوا فيه عندما جاؤوا لأول مرة للعلاج بالإضافة إلى ذلك "أسئلة القياس" بدرجة دقيقة تسمح للمعالج بفهم حالة العميل فيما يتعلق بالمواقف المختلفة؛ على سبيل المثال: "على مقياس من صفر إلى ١٠، مع صفر تمثل عدم الرغبة الكاملة في فعل أي شيء لحل المشكلة و ١٠ تمثل استعدادك للقيام بذلك مهما كلف الأمر، ما هو الرقم الذي يمثل الاستعداد الخاص بك الآن؟ ما الذي سيحدث لتحسين استعدادك من ٥ إلى ٦؟ أسئلة حول تسلسل المواجهة مع العميل في الطرق التي تساعد المعالج والعميل على اكتشاف كيفية جعل العميل قادرًا على منع الأمور من أن تزداد سوءًا على سبيل المثال، يبدو أن المشكلة خطيرة للغاية" كيف تجعل الأمور ليست أسوأ؟ ما الذي تفعله أنت أو الآخرون لمنع الأمور من أن تزداد سوءًا؟ كيف كان ذلك مفيد؟ ماذا تفعل للاستمرار في العمل عندما تكون الأمور سيئة جدًا؟ (Skidmore, 1993, 29-30).

وهذه التقنية تساعد العملاء على قياس مدى قربهم من النتائج المرجوة، وعادةً ما يُطلب من العملاء تصور مقياس من صفر إلى ١٠، حيث ١٠ تعني أنهم وصلوا إلى مستقبلهم المعجزة أو النتيجة المرجوة والصفر يعني أنه لم يتم تحقيق أي من أهدافهم. حيث يقيم العميل المكان الذي يعتقد أنه موجود فيه الآن على هذا النطاق، فإذا كان العميل على سبيل المثال يضع نفسه في ٣، هذه المعلومات تخبر المعالج أن العميل بالفعل بطريقة ما نحو تحقيق أهدافه، ويمكن بعد ذلك أن يُسأل مثلاً: "كيف أصبحت في ٣، بدلاً من ٠، ١ أو ٢؟ وماذا تفعل الآن؟ قد يتحدث العميل بعد ذلك عن بعض الأشياء الإيجابية التي تحدث حالياً في حياته، وربما يفاجئ نفسه، نظراً لأن العملاء غالباً ما يستخدمون التحدث بشكل حصري تقريباً حول المشاكل، والسؤال التالي للمعالج لتشكيله هو "ما الخطوة الصغيرة التالية التي ستظهر على مستوى المقياس مثل؟ إذا كان العميل يستطيع الإجابة على هذا بسهولة مع بعض التفاصيل يمكن للمعالج أن يتابع "ما الذي تحتاجه أن تفعله للوصول إلى ٤؟" ما هو مهم هنا هو وصف الاختلافات والإجراءات الصغيرة التي يمكن أن تؤدي إلى هذه النتائج؛ يتم بعد ذلك استخدام هذه المعلومات لصياغة التدخلات من قبل المعالج (Ferraz, & Wellman, 2008, 39 -).

٩. فنية أسئلة المواجهة:

أسئلة المواجهة تطرح على مستخدمي الخدمة لتحديد الكيفية التي تمكنوا فيها من التعامل مع مشاكلهم؛ ويتيح ذلك لمستخدمي الخدمة اكتشاف نجاحاتهم السابقة والحالية في معالجة المشكلة وتحقيق أهدافهم (Teater, 2013, 481).

فروض الدراسة:-

١. في ضوء مشكلة الدراسة وأهدافها والدراسات السابقة تم صياغة الفروض كما يلي:-
١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين (التجريبية- الضابطة) على مقياس التوافق الزوجي بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية.
٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية للقياسيين (القبلي- البعدي) على مقياس التوافق الزوجي لصالح القياس البعدي.
٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية للقياسيين (البعدي- التتبعي) على مقياس التوافق الزوجي.

إجراءات الدراسة:-

أ- **مجتمع الدراسة:** تكون مجتمع الدراسة بصفة عامة من (٢٣٨) من معلمي مرحلة التعليم الأساسي بمدارس (اللواء عبدالعال السيد الابتدائية وعددهم "١٠٤" - الشهيد علي سالم الطوخي الإعدادية المشتركة وعددهم "٥٧" - الأشراف الإعدادية بنات وعددهم "٧٧") وجميعهم تابعين لإدارة دسوق التعليمية بمحافظة كفر الشيخ، في العام الدراسي ٢٠٢٢/٢٠٢٣.

ب- **عينة الدراسة:** تكونت عينة الدراسة من (١٦) من معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج، موزعين كالتالي (مدرسة اللواء عبدالعال السيد الابتدائية "٧" - مدرسة الشهيد علي سالم الطوخي الإعدادية المشتركة "٤" - مدرسة الأشراف الإعدادية بنات "٥") وقد تراوحت أعمارهم ما بين (٢٩-٣٩) سنة بمتوسط قدرة (٣٢.٨١٢) سنة وانحراف معياري قدرة (٣.٧٢٧) سنة، وتم تقسيمهم بطريقة إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية (٨) عبارة عن (٣) ذكور، ٥ إناث)، ومجموعة ضابطة (٨) عبارة عن (٢ ذكور، ٦ إناث)، مع التأكيد على أن تطبيق البرنامج تم بشكل فردي من أجل الوصول إلى أفضل النتائج الممكنة.

ويشترط في العينة ما يلي:-

- ١- أن تكون العينة من معلمي مرحلة التعليم الأساسي المتزوجون.
- ٢- إلا تزيد مدة الزواج عن عشر سنوات.
- ٣- وجود طفل واحد على الأقل.
- ٤- أن تكون العينة ممن حصلوا علي درجة منخفضة علي مقياس التوافق الزوجي "الربيع الأدنى".
- ٥- أن تخلو أفراد العينة من أي إعاقة أو مرض مزمن يمكن أن يؤثر بالسلب على مستوى التوافق الزوجي.

اختيار العينة :

تم اشتقاق العينة من مجتمع الدراسة طبقاً للشروط السابقة كما يلي :-

- ١- قام الباحث بتطبيق مقياس التوافق الزوجي إعداد/ الباحث، علي معلمي مرحلة التعليم الأساسي بمدارس (اللواء عبدالعال السيد الابتدائية - الشهيد علي سالم الطوخي الإعدادية المشتركة - الأشراف الإعدادية بنات) وجميعهم تابعين لإدارة دسوق التعليمية بمحافظة كفر الشيخ، في العام الدراسي ٢٠٢٢/٢٠٢٣، وكان مجموع عددهم (٢٣٨) معلم ومعلمة.

- ٢- تم اختيار (٤٠) منهم لحساب الخصائص السكومترية لمقياس التوافق الزوجي وبذلك أصبح العدد (١٩٨) معلم ومعلمة.
- ٣- تم اختيار المعلمين والمعلمات الذين تنطبق عليهم شروط إختيار العينة السابقة، وعددهم (١٦) معلم ومعلمة (٥ ذكور - ١١ إناث).
- ٤- تم تقسيم العينة بشكل إلي مجموعتين، مجموعة تجريبية قوامها (٨) عبارة عن (٣ ذكور، ٥ إناث) ومجموعة ضابطة قوامها (٨) عبارة عن (٢ ذكور، ٦ إناث).
- وقد تم إجراء التكافؤ بين المجموعتين وفقاً للمتغيرات التالية:
- ١- العمر الزمني:-

جدول (٢) التكافؤ بين متوسطي رتب درجات المجموعتين (التجريبية- الضابطة) في

متغير العمر الزمني

متغير التكافؤ	المجموعة	المتوسط	الانحراف المعياري	مجم الرتب	م الرتب	قيمة "U"	Z	مستوي الدلالة
العمر	التجريبية ن=٨	٣٣.١٢٥	٣.٨٧٠	٨.٦٣	٦٩	٣١	-	غير دالة
	الضابطة ن=٨	٣٢.٥٠٠	٣.٨١٧	٨.٣٨	٦٧			

يتضح من الجدول (٢):-

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة

في متغير العمر الزمني

٢- التوافق الزوجي:-

وللتأكد من تكافؤ المجموعتين (التجريبية - الضابطة) علي مقياس التوافق الزوجي قبل تطبيق البرنامج، استخدم أسلوب إحصائي لابارامتري متمثل في "اختبار كروسكال وليس Kruskal-Wallis Test" لدلالة الفروق بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعات المستقلة كما يلي:

جدول (٣) الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعتين (التجريبية - الضابطة)

علي مقياس التوافق الزوجي (الأبعاد الفرعية - الدرجة الكلية) قبل تطبيق البرنامج

التوافق الزوجي	المجموعة	المتوسط	الانحراف المعياري	مجم الرتب	م الرتب	قيمة "U"	Z	مستوي الدلالة
الرضا النفسي	التجريبية ن=٨	٢٤.٧٥٠	٢.٧١٢	٧.٩٤	٦٣.٥٠	٢٧.٥٠	-	غير دالة

مستوي الدلالة	Z	قيمة "U"	م الرتب	م الرتب	الانحراف المعياري	المتوسط	المجموعة	التوافق الزوجي
			٧٢.٥٠	٩.٠٦	٣.٠٥٩	٢٥.٢٥٠	الضابطة ٨=ن	
غير دالة	- ٠.١٥٩	٣٠.٥٠	٦٩.٥٠	٨.٦٩	٣.٧٣٩	٢٧.٣٧٥	التجريبية ٨=ن	التفاعل الزواجي
			٦٦.٥٠	٨.٣١	٢.٢٦٤	٢٦.٣٧٥	الضابطة ٨=ن	
غير دالة	- ٠.٧٩٣	٢٤.٥٠	٧٥.٥٠	٩.٤٤	٢.٩٢٥	٢٦.٦٢٥	التجريبية ٨=ن	الاختيار الزواجي والعلاقات الخاصة
			٦٠.٥٠	٧.٥٦	٢.٠٣١	٢٥.٨٧٥	الضابطة ٨=ن	
غير دالة	- ٠.٢٦٤	٢٩.٥٠	٧٠.٥٠	٨.٨١	٢.٨٠٠	٢٦.١٢٥	التجريبية ٨=ن	مسئولية الأبناء والنواحي المادية
			٦٥.٥٠	٨.١٩	٣.٠٥٩	٢٥.٧٥٠	الضابطة ٨=ن	
غير دالة	- ٠.٢٦٥	٢٩.٥٠	٧٠.٥٠	٨.٨١	٢.٤٩٣	٢٧.٢٥٠	التجريبية ٨=ن	إدارة الخلافت الزوجية
			٦٥.٥٠	٨.١٩	٢.٧٢٢	٢٦.٦٢٥	الضابطة ٨=ن	
غير دالة	٠.٠٠٠	٣٢.٠٠	٦٨.٠٠	٨.٥٠	٥.٤١٠	١٣٢.١٢٥	التجريبية ٨=ن	الدرجة الكلية
			٦٨.٠٠	٨.٥٠	٩.٦٢٨	١٢٩.٨٧٥	الضابطة ٨=ن	

يتضح من الجدول (٣):-

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج للمجموعتين (التجريبية - الضابطة) علي مقياس التوافق الزوجي (الأبعاد الفرعية - الدرجة الكلية) قبل تطبيق البرنامج؛ مما يشير إلي تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في درجاتهم علي مقياس التوافق الزوجي قبل تطبيق البرنامج.

أدوات الدراسة:

- ١- مقياس التوافق الزوجي. إعداد/ الباحث
 - ٢- برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل إعداد/ الباحث
- أولاً: مقياس التوافق الزوجي
إعداد/ الباحث
- الهدف من المقياس :-

قياس مستوي التوافق الزوجي لدي معلمي مرحلة التعليم الأساسي.

- المصادر التي تم الاستعانة بها في إعداد المقياس:-

قام الباحث بإعداد هذا المقياس بعد الاطلاع على بعض المقاييس والدراسات الخاصة بالتوافق الزوجي مثل دراسة عبد المعطي، ودموقي (١٩٩٣)، دراسة محمود (٢٠٠٦)، دراسة الداهري (٢٠٠٨)، دراسة شلبي (٢٠٠٩)، دراسة الحلبي (٢٠٠٩)، دراسة عامر (٢٠١٢)، دراسة أبو غالي (٢٠١٣)، دراسة البري (٢٠١٣)، دراسة الكبير، ودرويش (٢٠١٤)، دراسة عبيد (٢٠١٤)، دراسة قاسم (٢٠١٥)، دراسة إسماعيل (٢٠١٥)، دراسة مشعل (٢٠١٦)، دراسة سعد (٢٠١٧)، دراسة عبد الغفار (٢٠١٧)، دراسة الغامدي (٢٠١٨)، دراسة أسحق (٢٠١٨)، دراسة علي (٢٠٢٠)، دراسة الطوخي (٢٠٢٠).

- وصف المقياس:

ويتكون المقياس في صورته النهائية من (٧٠ عبارة) يجيب عليها المفحوص باستجابات خمسة هي (دائماً- غالباً- بدرجة متوسطة- نادراً- أبداً) وتغطي هذه الاستجابات الدرجات التالية (٥-٤-٣-٢-١) علي التوالي، ويتكون المقياس من خمس أبعاد كما يلي: (الرضا النفسي - التفاعل الزوجي - الاختيار الزوجي والعلاقات الخاصة - مسئولية الأبناء والنواحي المادية - إدارة الخلافات الزوجية)، وتم توزيع العبارات علي الأبعاد كما يلي:-

جدول (٤) توزيع عبارات مقياس التوافق الزوجي على أبعاده الخمسة

الدرجة	عدد العبارات	العبارات	أبعاد مقياس التوافق الزوجي
٧٠-١٤	١٤	١٤-١٣-١٢-١١-١٠-٩-٨-٧-٦-٥-٤-٣-٢-١	الرضا النفسي
٧٠-١٤	١٤	٢٧-٢٦-٢٥-٢٤-٢٣-٢٢-٢١-٢٠-١٩-١٨-١٧-١٦-١٥	التفاعل الزوجي
٧٠-١٤	١٤	٤٢-٤١-٤٠-٣٩-٣٨-٣٧-٣٦-٣٥-٣٤-٣٣-٣٢-٣١-٣٠-٢٩	الاختيار الزوجي والعلاقات الخاصة
٧٠-١٤	١٤	٥٥-٥٤-٥٣-٥٢-٥١-٥٠-٤٩-٤٨-٤٧-٤٦-٤٥-٤٤-٤٣	مسئولية الأبناء والنواحي المادية
٧٠-١٤	١٤	٦٩-٦٨-٦٧-٦٦-٦٥-٦٤-٦٣-٦٢-٦١-٦٠-٥٩-٥٨-٥٧	إدارة الخلافات الزوجية

وتم حساب الكفاءة السيكمترية للمقياس كما يلي:-

١- الاتساق الداخلي: تم حساب الاتساق الداخلي لمعرفة مدى تماسك قوام المقياس من الداخل، وذلك بحساب معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للبعد التي تنتمي إليه، وكذلك بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس علي عينة الكفاءة السيكمترية وقدرها (٤٠) من معلمي مرحلة التعليم الأساسي بمدارس(اللواء عبدالعال السيد الابتدائية - الشهيد علي سالم الطوخي الإعدادية المشتركة - الأشراف الإعدادية بنات) وجميعهم تابعين لإدارة دسوق التعليمية بمحافظة كفر الشيخ، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (٥) معاملات الارتباط بين درجة العبارة والبعد التي تنتمي إليه في مقياس التوافق

الزواجي

إدارة الخلافات الزوجية		مسئولية الأبناء والنواحي المادية		الاختيار الزوجي والعلاقات الخاصة		التفاعل الزوجي		الرضا النفسي	
**٠.٧١٢	عبارة ٥٧	**٠.٦٤٤	عبارة ٤٣	**٠.٧١٢	عبارة ٢٩	**٠.٦٦٢	عبارة ١٥	**٠.٧٤١	عبارة ١
**٠.٦١٩	عبارة ٥٨	**٠.٧٤٥	عبارة ٤٤	**٠.٧٣٦	عبارة ٣٠	**٠.٧٤٢	عبارة ١٦	**٠.٦٣٣	عبارة ٢
**٠.٧٢٦	عبارة ٥٩	**٠.٦٢٣	عبارة ٤٥	**٠.٦٥٣	عبارة ٣١	**٠.٥٣٢	عبارة ١٧	**٠.٦٢٥	عبارة ٣
**٠.٦٢٣	عبارة ٦٠	**٠.٥٩٢	عبارة ٤٦	**٠.٥٤٥	عبارة ٣٢	**٠.٥٦٢	عبارة ١٨	**٠.٧١٥	عبارة ٤
**٠.٦٤٥	عبارة ٦١	**٠.٦١٢	عبارة ٤٧	**٠.٧٢٥	عبارة ٣٣	**٠.٧٢٥	عبارة ١٩	**٠.٦٩٣	عبارة ٥
**٠.٧٦٢	عبارة ٦٢	**٠.٥٤٥	عبارة ٤٨	**٠.٦٣٦	عبارة ٣٤	**٠.٦٤٥	عبارة ٢٠	**٠.٦٨٩	عبارة ٦
**٠.٥٩٨	عبارة ٦٣	**٠.٦٧١	عبارة ٤٩	**٠.٦٥٨	عبارة ٣٥	**٠.٧٥٦	عبارة ٢١	**٠.٥٢٣	عبارة ٧
**٠.٦٢٦	عبارة ٦٤	**٠.٦٥٥	عبارة ٥٠	**٠.٦٨٣	عبارة ٣٦	**٠.٦٣٥	عبارة ٢٢	**٠.٧٥٨	عبارة ٨
**٠.٧٣٥	عبارة ٦٥	**٠.٥٦٥	عبارة ٥١	**٠.٧٣٩	عبارة ٣٧	**٠.٧١٢	عبارة ٢٣	**٠.٥٦٣	عبارة ٩
**٠.٥٥٦	عبارة ٦٦	**٠.٧٤٤	عبارة ٥٢	**٠.٦٢٥	عبارة ٣٨	**٠.٧٢٥	عبارة ٢٤	**٠.٦١٥	عبارة ١٠
**٠.٧٢٣	عبارة ٦٧	**٠.٦٦٨	عبارة ٥٣	**٠.٧٩٨	عبارة ٣٩	**٠.٥٦٣	عبارة ٢٥	**٠.٧٢٥	عبارة ١١
**٠.٦٤٥	عبارة ٦٨	**٠.٧٢٥	عبارة ٥٤	**٠.٦٦٥	عبارة ٤٠	**٠.٧٣٩	عبارة ٢٦	**٠.٦٦٢	عبارة ١٢
**٠.٦٢٨	عبارة ٦٩	**٠.٦٣٩	عبارة ٥٥	**٠.٥٣٨	عبارة ٤١	**٠.٦٦٨	عبارة ٢٧	**٠.٧١٨	عبارة ١٣
**٠.٧٤٦	عبارة ٧٠	**٠.٥٤٢	عبارة ٥٦	**٠.٦٢٥	عبارة ٤٢	**٠.٦٣٨	عبارة ٢٨	**٠.٥٣٩	عبارة ١٤

** دالة عند مستوي دلالة ٠.٠٠١

جدول (٦) معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس التوافق الزوجي والدرجة الكلية للمقياس

أبعاد التوافق الزوجي	الدرجة الكلية
الرضا النفسي	٠.٧٨٩**
التفاعل الزوجي	٠.٧٧٦**
الاختيار الزوجي والعلاقات الخاصة	٠.٧٨٣**
مسئولية الأبناء والنواحي المادية	٠.٧٨٧**
إدارة الخلافات الزوجية	٠.٧٨٢**

** دالة عند مستوي دلالة ٠.٠٠١

من الجدول (٥، ٦) يتضح أن جميع معاملات الارتباط دالة احصائياً، مما يؤكد على اتساق المقياس وتماسكه الداخلي.

٢- **ثبات المقياس:** تم حساب الثبات بطريقة إعادة التطبيق من خلال تطبيق المقياس مرتين بفارق زمني (١٥) يوماً على عينة الكفاءة السيكومترية وقدرها (٤٠) من معلمي مرحلة التعليم الأساسي بمدارس (اللواء عبدالعال السيد الابتدائية - الشهيد علي سالم الطوخي الإعدادية المشتركة - الأشراف الإعدادية بنات) وجميعهم تابعين لإدارة دسوق التعليمية بمحافظة كفر الشيخ، وتم إيجاد معامل الارتباط لأبعاد (الرضا النفسي- التفاعل الزوجي- الاختيار الزوجي والعلاقات الخاصة- مسئولية الأبناء والنواحي المادية - إدارة الخلافات الزوجية) والدرجة الكلية لمقياس التوافق الزوجي باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين، وقد بلغت قيم معامل الثبات (٠.٨٣٥ - ٠.٨٦٥ - ٠.٨٧٣ - ٠.٨٦٣ - ٠.٨٧٧ - ٠.٨٨٤) على التوالي، وهي معاملات ثبات مقبولة، مما يدل على ثبات المقياس.

٣- **صدق المقياس:**

تم حساب الصدق باستخدام:-

أ- **طريقة صدق المحكمين (اراء الخبراء):-** حيث تم عرض المقياس على بعض المحكمين من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في مجال الصحة النفسية وقد تم الإبقاء على العبارات التي حظيت على نسبة اتفاق (٨٠%) فأكثر، وتعديل صياغة بعض العبارات وفقاً لرأي المحكمين.

ب- طريقة صدق المحك الخارجي(الصدق التلازمي):- باستخدام مقياس التوافق الزوجي إعداد/ قاسم (٢٠١٥) على عينة الكفاءة السيكومترية وقدرها (٤٠) من معلمي مرحلة التعليم الأساسي بمدارس(اللواء عبدالعال السيد الابتدائية - الشهيد علي سالم الطوخي الإعدادية المشتركة - الأشراف الإعدادية بنات) وجميعهم تابعين لإدارة دسوق التعليمية بمحافظة كفر الشيخ، وتم ايجاد معامل الارتباط بين درجات المقياسين والتي جاءت مساوية (٠.٧٧٣) وهو معامل ارتباط دال احصائياً، مما يؤكد على صدق المقياس.

ثانياً: البرنامج الإرشادي المختصر المتمركز حول الحل: إعداد/ الباحث

▪ الهدف من البرنامج :-

يهدف البرنامج المستخدم في الدراسة إلى تحسين التوافق الزوجي لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي

▪ المصادر التي تم الاستعانة بها في إعداد البرنامج:-

دراسة رشوان (٢٠٠٧)، دراسة أبو غالي (٢٠١٣)، دراسة أبو السعود (٢٠١٥)، دراسة القواسمه (٢٠١٥)، دراسة عتمان (٢٠١٦)، دراسة (Shirashiani, & Namani, (2017)، دراسة (Abbusaidi, et al., (2018)، دراسة جريش (٢٠١٨)، دراسة حنور (٢٠١٩)، دراسة حسن (٢٠٢٠)، دراسة سيد (٢٠٢٠)، دراسة السعيد (٢٠٢٠)، دراسة (Arslan, & Ulus., (2020)، دراسة رضوان (٢٠٢٠)، دراسة الشافعي (٢٠٢٠)، دراسة عبد العزيز (٢٠٢١)، دراسة (Dinmohammadi, et al., (2021)، دراسة (Hsu, et al., (2022)، دراسة (Indriani, et al., (2022)

▪ الملامح الرئيسية للبرنامج :-

يتكون البرنامج من (١٣) جلسة لتحسين التوافق الزوجي لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج من خلال فنيات وتطبيقات الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، بمعدل جلستان أسبوعياً في الفترة من ٢٠٢٢/١٠/١٦ وحتى ٢٠٢٢/١١/٢٧، يعقبها فترة متابعة تصل إلى شهر ونصف، وتراوح زمن الجلسة الواحدة ما بين (٤٥-٦٠) دقيقة، وتم تطبيق الجلسات بطريقة فردية، مع العمل على نقل أثر التدريب لشريك العلاقة الزوجية من أجل تحقيق أقصى إستفادة ممكنة، وتم التقويم في جلسات البرنامج باستخدام فنية المهام، بالإضافة إلى استخدام فنية المقياس.

ملخص جلسات البرنامج:-

جدول (٧) ترتيب جلسات البرنامج

رقم الجلس	طريقة التطبيق	موضوع الجلسة	الهدف من الجلسة	الفنيات المستخدمة
١-	فردية	تغيير ما قبل الإرشاد	<ul style="list-style-type: none"> الإستفادة من نقاط القوة والموارد المتاحة لدى المسترشد التعارف المتبادل بين المرشد وأعضاء المجموعة كلاً على حده. 	الحوار والمناقشة- فنية الاستراحة- توجيه النجاح
٢	فردية	وصف المشكلة	<ul style="list-style-type: none"> الإستماع بإحترام لوصف المشكلة من وجهة نظر المسترشد. التعرف على كيف يكون المرشد مفيداً بالنسبة للمسترشد. 	الحوار والمناقشة- فنية الاستراحة- توجيه النجاح
٣-	فردية	وضع خطة الإرشاد لمتكيز حول الحل	<ul style="list-style-type: none"> استبصار الأفراد بخطة الإرشاد المختصر المتكيز حول الحل والتخطيط للبرنامج زيادة دافعيه المسترشد للإرشاد. 	الحوار والمناقشة- فنية الاستراحة- توجيه النجاح
٤-	فردية	تحديد أهداف الإرشاد لنسبة للمسترشد	<ul style="list-style-type: none"> دريب المسترشد على كيفية تخيل الموقف بعد حل المشكلة أو وصف شكل وصورة الحلول المقترحة. 	سؤال المعجزة أو إحتفاء المشكلة- فنية الاستراحة- توجيه النجاح
٥-	فردية	مساعدة لمسترشد على تحديد نموه وتقديمه	<ul style="list-style-type: none"> التدريب على كيفية تقييم المشكلة وتقييم مدى إنجازها خلال مراحل العملية الإرشادية. تحسين دافعية المسترشد للتغيير ورفع مستوى ثقته في قدرته على حل مشكلاته. 	فنية المقياس- فنية الاستراحة - توجيه النجاح
٦	فردية	التحول من التركيز على المشكلة إلى التركيز على الحل	<ul style="list-style-type: none"> التدريب على كيفية التركيز على الحل خلال مراحل العملية الإرشادية. تحسين دافعية المسترشد للتغيير ورفع مستوى ثقته في قدرته على حل مشكلاته 	فنية الحديث الخالي من المشكلات- فنية الاستراحة - توجيه النجاح
٧-	فردية	البحث عن الاستثناءات	<ul style="list-style-type: none"> دريب المسترشد على كيفية رؤية المشكلة بشكل مختلف 	فنية الاستثناءات - فنية الاستراحة - توجيه النجاح

رقم الجلسة	طريقة التطبيق	موضوع الجلسة	الهدف من الجلسة	الفنيات المستخدمة
٨	فردية	صياغة الأهداف بصورة إيجابية	• تدريب المسترشد على كيفية صياغة الأهداف المرتبطة بالمشكلة بصورة إيجابية.	فنية إعادة التشكيل - فنية الاستراحة - توجيه النجاح
٩	فردية	مواجهة المشكلات	• تدريب المسترشد على كيفية مواجهة مشكلاته	فنية أسئلة المواجهة- فنية الاستراحة- توجيه النجاح
١٠	فردية	فلسفة التغيير	• تشجيع نجاح المسترشد من خلال فنية كرة الثلج	فنية كرة الثلج - فنية الاستراحة - توجيه النجاح
١١	فردية	مساعدة المسترشد على تحديد نموه وتقديمه	• التدريب على كيفية تقييم المشكلة وتقييم مدى إنجازها خلال مراحل العملية الإرشادية. • تحسين دافعية المسترشد للتغيير ورفع مستوى ثقته في قدرته على حل مشكلاته.	فنية المقياس- فنية الاستراحة - توجيه النجاح
١٢	فردية	توجيه النجاح أو المجاملات	تشجيع نجاح الأعضاء من خلال كلمات المدح والثناء لهم	فنية الاستراحة - فنية المجاملات أو توجيه النجاح
١٣	فردية	ختام البرنامج	ختام البرنامج وإجراء التطبيق البعدي وتشجيع أفراد المجموعة على الاتصال بالباحث للمتابعة.	الحوار - المناقشة

نتائج الدراسة وتفسيرها :

• **الفرض الأول:** ينص هذا الفرض الأول على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج في المجموعتين (التجريبية - الضابطة) على مقياس التوافق الزوجي بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية "

لاختبار صحة الفرض الأول استخدم أسلوب إحصائي لابارامتري متمثل في "اختبار مان ويتي Mann - Whitney U " للدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعات المستقلة كما يلي :

جدول (٨) قيمة (ي) ودلالاتها الإحصائية للفرق بين متوسطات رتب درجات المجموعة

التجريبية ورتب درجات المجموعة الضابطة على مقياس التوافق الزوجي بعد تطبيق البرنامج

التوافق الزوجي	المجموعات	المتوسط	الانحراف المعياري	م الرتب	مج الرتب	قيمة U	Z	مستوى الدلالة	حجم التأثير (η^2)
الرضا النفسي	التجريبية ن=٨	٤٩.٠٠٠	١.٦٩٠	١٢.٥٠	١٠٠.٠٠	٠.٠٠٠	٣.٣٩٣-	دالة عند ٠.٠٠١	٠.٠٩٤
	الضابطة ن=٨	٢٤.٧٥٠	١.٥٨١	٤.٥٠	٣٦.٠٠				
التفاعل الزوجي	التجريبية ن=٨	٥٠.٠٠٠	٢.٠٠٠	١٢.٥٠	١٠٠.٠٠	٠.٠٠٠	٣.٣٧١-	دالة عند ٠.٠٠١	٠.٠٩٤
	الضابطة ن=٨	٢٥.١٢٥	١.٤٥٨	٤.٥٠	٣٦.٠٠				
الاختيار والعلاقات الخاصة	التجريبية ن=٨	٥٠.٦٢٥	٢.٢٠٠	١٢.٥٠	١٠٠.٠٠	٠.٠٠٠	٣.٣٧٦-	دالة عند ٠.٠٠١	٠.٠٩٤
	الضابطة ن=٨	٢٥.٢٥٠	١.٥٨١	٤.٥٠	٣٦.٠٠				
مسئولية الأبناء والنواحي المادية	التجريبية ن=٨	٤٩.٦٢٥	٢.١٣٤	١٢.٥٠	١٠٠.٠٠	٠.٠٠٠	٣.٣٧٣-	دالة عند ٠.٠٠١	٠.٠٩٤
	الضابطة ن=٨	٢٥.٨٧٥	١.٥٥٣	٤.٥٠	٣٦.٠٠				
إدارة الخلافات الزوجية	التجريبية ن=٨	٥١.٢٥٠	٢.١٢١	١٢.٥٠	١٠٠.٠٠	٠.٠٠٠	٣.٣٧٦-	دالة عند ٠.٠٠١	٠.٠٩٤
	الضابطة ن=٨	٢٦.٧٥٠	١.٢٨٢	٤.٥٠	٣٦.٠٠				
الدرجة الكلية	التجريبية ن=٨	٢٥٠.٥٠٠	٤.٠٣٦	١٢.٥٠	١٠٠.٠٠	٠.٠٠٠	٣.٣٦٣-	دالة عند ٠.٠٠١	٠.٠٩٤
	الضابطة ن=٨	١٢٧.٧٥٠	٣.٠١٢	٤.٥٠	٣٦.٠٠				

يتضح من الجدول (٨) ما يلي:-

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية ورتب درجات المجموعة الضابطة على مقياس التوافق الزوجي (الأبعاد الفرعية- الدرجة الكلية) بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية، فمن خلال حساب قيمة "ي" الصغرى وجد أنها مساوية (٠.٠٠٠)، وبالكشف عن دلالتها الإحصائية وجد أنهم دوال عند مستوى دلالة (٠.٠٠١)، وكانت قيمة (η^2) حجم التأثير (٠.٠٩٤) وهو حجم تأثير عالي جداً، مما يشير إلى حجم تأثير مرتفع جداً للبرنامج، أي أن الفروق بين المجموعتين (التجريبية - الضابطة) فروق جوهرية على مقياس التوافق الزوجي بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية مما يشير

إلى تحسن مستوى التوافق الزوجي لديهم بعد تطبيق البرنامج، وبالتالي تم قبول صحة الفرض الأول.

• **الفرض الثاني:** ينص الفرض الثاني على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج في المجموعة التجريبية للقياسيين (القبلي- البعدي) على مقياس التوافق الزوجي لصالح القياس البعدي" لاختبار صحة الفرض الثاني استخدم أسلوب إحصائي لابارامتري متمثل في "اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test " للدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعات المرتبطة كما يلي:

جدول (٩) دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج في المجموعة التجريبية للقياسيين (القبلي - البعدي) على مقياس التوافق الزوجي

حجم التأثير (N)	مستوى الدلالة	"Z"	الرتب السالبة		الرتب الموجبة		الانحراف المعياري	المتوسط	المجموعة التجريبية ن=٨	التوافق الزو
			م الرتب	مج الرتب	م الرتب	مج الرتب				
١.٠٠٠	دالة عند ٠.٠٠٥	٢.٥٢٤-	٠.٠٠٠	٠.٠٠٠	٤.٥	٣٦.٠٠٠	١.٦٩٠	٤٩.٠٠٠	بعدي	الرضا النفسي
							٢.٧١٢	٢٤.٧٥٠	قبلي	
١.٠٠٠	دالة عند ٠.٠٠٥	٢.٥٢٤-	٠.٠٠٠	٠.٠٠٠	٤.٥	٣٦.٠٠٠	٢.٠٠٠	٥٠.٠٠٠	بعدي	التفاعل الزوجي
							٣.٧٣٩	٢٧.٣٧٥	قبلي	
١.٠٠٠	دالة عند ٠.٠٠٥	٢.٥٥٥-	٠.٠٠٠	٠.٠٠٠	٤.٥	٣٦.٠٠٠	٢.٢٠٠	٥٠.٦٢٥	بعدي	الاختيار والعلاقات الخاصة
							٢.٩٢٥	٢٦.٦٢٥	قبلي	
١.٠٠٠	دالة عند ٠.٠٠٥	٢.٥٢٧-	٠.٠٠٠	٠.٠٠٠	٤.٥	٣٦.٠٠٠	٢.١٣٤	٤٩.٦٢٥	بعدي	مسئولية والنواحي المادية
							٢.٨٠٠	٢٦.١٢٥	قبلي	
١.٠٠٠	دالة عند ٠.٠٠٥	٢.٥٥٥-	٠.٠٠٠	٠.٠٠٠	٤.٥	٣٦.٠٠٠	٢.١٢١	٥١.٢٥٠	بعدي	إدارة الخلافت الزوجية
							٢.٤٩٣	٢٧.٢٥٠	قبلي	
١.٠٠٠	دالة عند ٠.٠٠٥	٢.٥٢٤-	٠.٠٠٠	٠.٠٠٠	٤.٥	٣٦.٠٠٠	٤.٠٣٦	٢٥٠.٥٠	بعدي	الدرجة الكلية
							٥.٤١٠	١٣٢.١٢٥	قبلي	

يتضح من الجدول (٩) ما يلي:

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج في المجموعة التجريبية للقياسيين (القبلي- البعدي) على مقياس التوافق الزوجي (الابعاد الفرعية - الدرجة الكلية) لصالح القياس البعدي، فمن خلال حساب مجموع الرتب السالبة والأقل تكراراً وجد أنها مساوية "صفر" وبالكشف عن دلالتها الإحصائية وجد أنها دالة عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، وكانت قيمة (η^2) حجم التأثير (١.٠) وهى حجم تأثير عالي جداً، مما يشير إلى حجم تأثير مرتفع جداً للبرنامج، وبذلك يتضح ارتفاع مستوى التوافق الزوجي لدى المجموعة التجريبية بعد تلقى البرنامج، مما يؤكد على فعالية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل لتحسين التوافق الزوجي لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج، بالتالي تم قبول صحة الفرض الثاني.

• تفسير نتائج الفرض الأول والثاني:-

أظهرت نتائج الفرض الأول والثاني للدراسة فعالية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل لتحسين التوافق الزوجي لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج، وذلك من خلال مقارنة متوسطات الرتب لدرجات أفراد المجموعتين (التجريبية - الضابطة) بعد تطبيق البرنامج، وكذلك من خلال مقارنة متوسطات الرتب لدرجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسيين (القبلي - البعدي)، مما يؤكد فعالية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل لتحسين التوافق الزوجي لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج.

ويفسر الباحث ذلك من خلال محتوى برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل، حيث اشتمل البرنامج على مجموعة من الفنيات والتطبيقات التي ساهمت في التحسن الذي طرأ على المجموعة التجريبية، والذي أدى بدوره إلى تحسين التوافق الزوجي لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج.

فمن خلال فنية تغيير ما قبل العلاج أمكن الإستفادة من نقاط القوة والوارد الموجودة لدى كل مسترشد وهو ما ظهر جلياً من خلال ملاحظة التغييرات التي حدثت في المشكلة بمجرد تحديد موعد للجلسة الأولى، وهو ما يؤكد على وجود الإمكانيات لدى المسترشدين والتي يمكن من خلال التعامل الإيجابي على المشكلة والتغلب عليها، بالإضافة إلى قيام المرشد

بالإستماع والإنصات الجيد لوصف المشكلة من وجهة نظر المسترشد والتعرف على كيف يكون المرشد مفيداً بالنسبة للمسترشد، وكذا استبصار المسترشد بخطة الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل والتخطيط للبرنامج، ومن خلال فنية سؤال المعجزة تم تحديد أهداف الإرشاد بالنسبة للمسترشد؛ وهى سلسلة كاملة من الأسئلة التي تساعد المرشد والمسترشد على حد سواء في كيف سيبدو الحل، وهو ما يؤدي إلى تحرر المسترشد من قيود رؤية الواقع بسلبية، وتصور ووصف كيف يريد المسترشد أن تكون الأمور ومتى يتم حل المشكلة، بالإضافة إلى التفكير في نطاق غير محدود من الإحتمالات لتحقيق أكبر قدر من الرضا عن الحياة.

ومن خلال فنية أسئلة المقياس أو التقييم المتدرج تم مساعدة المسترشد على تحديد نموه وتقدمه، وهو ما يساعد المسترشد على قياس مدى قربيه من النتائج المرغوبة، بالإضافة إلى وصف ما يحتاجه للوصول إلى مستوى أفضل مع وصف الاختلافات والإجراءات الصغيرة التي يمكن من خلالها الوصول إلى هذه النتائج، وهو ما تم الإعتماد عليه في جلستان من جلسات البرنامج، ومن خلال فنية الحديث الخالي من المشكلات تم التحول من التركيز على المشكلة إلى التركيز على الحل والتي ترى أنه عندما يركز المسترشد على المشاكل سوف يصبح محبط وقليل العزيمة والقوة، وأن التركيز على أصل ومصدر المشكلة لا يعتبر ذا قيمة في التغلب على المشكلة؛ بعكس الاستثناءات ومحاولة التركيز على الحلول التي تشجع الفرد وتقوده إلى إتخاذ قرارات تؤدي إلى النجاح.

ومن خلال فنية البحث عن الإستثناءات أمكن مساعدة المسترشد على رؤية مشكلته بشكل مختلف، حيث تم التوضيح للمسترشد أن كل مشكلة لها إستثناءات وبالحديث عن هذه الاستثناءات والتعرف على السياق الذي ظهرت فيه يمكن للمسترشد السيطرة على مشكلته، وكذا العمل على تحويل تلك الاستثناءات والتعامل معها على أنها حلول ممكنة للمشكلة، حيث يري الإرشاد المتمركز حول الحل أن العملاء يدركون خطأ أن مشكلاتهم ملازمة لهم على الدوام، بينما في الواقع لا يكون لتأثير المشكلة نفس القوة أو الشدة طول الوقت، بل قد يتلاشى ويعود مرة أخرى، كما أنهم يكونون غارقين في مشكلاتهم بدرجة تجعلهم لا يلاحظون الأوقات التي لم تكن موجودة فيها المشكلة أو التي تقل فيها حدتها بالقدر الذي يشعرون بتأثيرها حينما تعود، ومن خلال فنية إعادة التشكيل أمكن إعادة صياغة أهداف المسترشد بصورة إيجابية من خلال

التوضيح للمسترشد أن صياغة الأهداف المتعلقة بالمشكلة بصورة سلبية لا تجعله يحقق الهدف المطلوب وتدريبه على كيفية تحويل صياغة الأهداف إلى الصورة الإيجابية.

ومن خلال فنية أسئلة المواجهة مثل كيف فعلت ذلك؟ كيف أمكنك التعامل مع مشكلتك حتى الآن؟ تم مساعدة العميل على التركيز على ما ساعده على الاستمرار في ظل مشكلته حتى اللحظة الزاهنة، واستكشاف الطرق والأساليب التي استخدمها للتعامل مع الوضع الصعب وقد استطاع من خلالها تحقيق التقدم أو لم يزد الوضع سوءاً، ومن خلال فنية كرة الثلج تم توضيح فلسفة التغيير للمسترشد؛ والتي تعني أن التغيير البسيط في حياة المسترشد يؤدي إلى نجاح أكبر وأن التغيير يبدأ من الآن وليس بعد ذلك وصولاً إلى الهدف النهائي وهو تحقيق التوافق الزوجي ومن ثم تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي.

بالإضافة إلى الاعتماد على ممارسة فنية توجيه النجاح من خلال إعطاء المسترشد قدر من المدح والمجاملات التي ترسخ الإعتقاد لديه بأنه يمتلك القدرات والموارد اللازمة لتوفير حياة أفضل، والتي يتم تطبيقها في فترة الإستراحة في كل جلسة من جلسات البرنامج؛ وهي عبارة عن إستراحة قصيرة لمدة دقائق بسيطة تساعد المرشد والمسترشد على إعادة ترتيب أفكارهما لمعرفة ما ينبغي فعله من قبل المسترشد لتحقيق التغيير والتطوير من أجل الوصول إلى الهدف المطلوب، وعادة ما تتضمن تقديم بعض الإقتراحات بالإضافة إلى تقديم المجاملات والمدح كما سبق الإشارة إلى ذلك؛ وهو ما يزيد من فرص تحقيق الهدف، وكذلك الإعتماد على استخدام المهام المنزلية في جميع الجلسات الإرشادية نظراً لوجود الكثير من التدريبات والفنيات التي تتطلب ضرورة ممارسة هذه الفنيات والتدريبات في المنزل عن طريق ما يسمى بالمهام المنزلية.

كما كان لطريقة التطبيق الفردية رغم المجهود الأكبر في تنفيذها؛ الأثر الإيجابي في التعامل مع مشكلة التوافق الزوجي من خلال مدخل الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل. لذا كان الجمع في هذا البرنامج الإرشادي المختصر المتمركز حول الحل بين كل هذه الفنيات ذا أثر فعال في تحسين التوافق الزوجي لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج والذي يعد من أنسب المداخل الإرشادية في التعامل مع مثل هذه المشكلات.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (Shirashiani, & Namani, 2017) والتي أظهرت فعالية الجمع بين العلاج المتمركز حول الحل والعلاج السردى في تعزيز التوافق

الزواجي، ونتائج دراسة (Dorche, et al., (2017) والتي أظهرت فعالية الإرشاد المتمركز حول الحل في تحسين جودة العلاقات الزوجية بين الأزواج الذين ليس لديهم أطفال، بل ويزيد أيضاً تحسين التعبير العاطفي الثنائي والتماسك الثنائي والرضا الزوجي، ونتائج دراسة (Abbasi, et al., (2017) والتي أشارت إلى فعالية العلاج المختصر المتمركز حول الحل في الحد من الاكتئاب ورفع الرضا الزوجي لدى المتزوجات، ونتائج دراسة (Abusaidi, et al., (2018) والتي أظهرت فعالية العلاج المختصر المتمركز حول الحل في تحسين أنماط الاتصال والعلاقة الزوجية بين النساء المتزوجات، ونتائج دراسة (Dinmohammadi, et al., (2021) والتي أظهرت فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في خفض العنف وتحسين جودة الحياة لدى النساء اللائي تعرضن للعنف المنزلي.

كما تتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج بعض الدراسات التي استخدمت مداخل إرشادية أخرى وهدفت إلى تحسين التوافق الزوجي مثل دراسة زهران (٢٠١١) والتي كشفت عن فاعلية البرنامج الإرشادي الذي تم تطبيقه على تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب لدى المتزوجين، ودراسة أبو غالي (٢٠١٣) والتي أظهرت نتائج الدراسة فاعلية البرنامج الإرشادي العقلاني الانفعالي السلوكي في تحسين التوافق الزوجي لدى عينة من الطالبات المتزوجات، ودراسة فرغلي، والحلبي (٢٠١٦) والتي توصلت نتائج الدراسة إلى فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الوعي بمتطلبات التوافق الزوجي لدى عينة من الفتيات المقبلات على الزواج.

• **الفرض الثالث:** ينص الفرض الثاني على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج في المجموعة التجريبية للقياسيين (البعدي - التبعي) على مقياس التوافق الزوجي" لاختبار صحة الفرض الرابع استخدم أسلوب إحصائي لابارامتري متمثل في "اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test " للدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعات المرتبطة كما يلي:

جدول (١٠) دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج في المجموعة التجريبية للقياسيين (البعدي-التتبعي) على مقياس التوافق الزوجي

مستوي الدلالة	"Z"	الرتب السالبة		الرتب الموجبة		الانحراف المعياري	المتوسط	المجموعة التجريبية ن=٨	التوافق الزوجي
		م الرتب	مج الرتب	م الرتب	مج الرتب				
دالة عند ٠.٠٥	٢.٥٣٦-	٠.٠٠	٠.٠٠	٣٦.٠٠	٤.٥٠	١.٠٣	٤٢.٣٣	البعدي	الرضا النفسي
						١.٤١	٤٣.٠٠	التتبعي	
دالة عند ٠.٠٥	٠.٤٣١-	٨.٥٠	٤.٢٥	١٢.٥٠	٣.١٣	١.٦٧	٤٤.٠٠	البعدي	التفاعل الزوجي
						١.٠٥	٤٤.٥٠	التتبعي	
دالة عند ٠.٠٥	١.٠٦٩-	١٠.٥٠	٥.٢٥	٢٥.٥٠	٤.٢٥	١.٣٨	٤٤.٥٠	البعدي	الاختيار الزوجي والعلاقات الخاصة
						٠.٨٤	٤٥.٥٠	التتبعي	
دالة عند ٠.٠٥	٢.٥٣٣-	٠.٠٠	٠.٠٠	٣٦.٠٠	٤.٥٠	١.١٧	٤٤.٨٣	البعدي	مسئولية الأبناء والنواحي المادية
						٠.٩٨	٤٤.٨٣	التتبعي	
دالة عند ٠.٠٥	٢.٥٢٧-	٠.٠٠	٠.٠٠	٣٦.٠٠	٤.٥٠	١.١٧	٤٤.٨٣	البعدي	إدارة الخلافات الزوجية
						٠.٩٨	٤٤.٨٣	التتبعي	
دالة عند ٠.٠٥	٢.٥٢٧-	٠.٠٠	٠.٠٠	٣٦.٠٠	٤.٥٠	٣.٧٨	١٧٥.٦٧	البعدي	الدرجة الكلية
						٢.٥٦	١٧٧.٨٣	التتبعي	

يتضح من الجدول (١٠) ما يلي:

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج في المجموعة التجريبية للقياسيين (البعدي-التتبعي) على مقياس الرضا الزوجي في الأبعاد (الرضا النفسي-مسئولية الأبناء والنواحي المادية- إدارة الخلافات الزوجية) والدرجة الكلية لصالح القياس التتبعي، فمن خلال حساب مجموع الرتب السالبة والأقل تكراراً وجد أنها مساوية "صفر" وبالكشف عن دلالتها الإحصائية وجد أنها دالة عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، وعدم وجود فروق جوهرية في البعدين (التفاعل الزوجي-الاختيار الزوجي والعلاقات الخاصة)، وبذلك يتضح استمرار ارتفاع مستوى التوافق الزوجي لدى المجموعة التجريبية بعد فترة المتابعة في البعد الأول والرابع والخامس والدرجة الكلية وبقاء أثر فعالية البرنامج في البعد الثاني والثالث بعد فترة المتابعة، مما يؤكد على استمرار وثبات فعالية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل لتحسين التوافق الزوجي لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج، بالتالي تم قبول الفرض صحة الفرض الثالث جزئياً.

• تفسير نتائج الفرض الثالث:-

أشارت نتائج الفرض الثالث للدراسة إلى استمرار فاعلية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في زيادة التحسن الواضح والملحوظ لدى أفراد المجموعة التجريبية في أبعاد (الرضا النفسي - مسئولية الأبناء والنواحي المادية - إدارة الخلافات الزوجية) والدرجة الكلية للتوافق الزوجي، وثبات فاعلية البرنامج في أبعاد (التفاعل الزوجي - الإختيار الزوجي والعلاقات الخاصة) لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج بعد فترة المتابعة والتي تصل إلى شهر ونصف، وذلك من خلال مقارنة القياس التتبعي بالقياس البعدي للمجموعة التجريبية.

ويرجع الباحث استمرار وبقاء فاعلية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تحسين التوافق الزوجي إلى أن البرنامج المستخدم في الدراسة كان متضمناً لمجموعة من الفنيات والتي تم التدريب عليها خلال الجلسات الإرشادية بطريقة جيدة جعلت أفراد المجموعة التجريبية لديهم القدرة على التركيز على بناء المزيد من الحلول بدلاً من التركيز على المشكلات في مواقف الحياة الأسرية حتى بعد انتهاء فترة البرنامج، بالإضافة إلى رغبة أفراد المجموعة التجريبية في الوصول إلى أعلى مستوى ممكن من التوافق الزوجي؛ مما ينعكس على الجوانب المختلفة في حياتهم.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة أبو السعود (٢٠١٥) والتي أظهرت ثبات فاعلية برنامج العلاج المختصر المتمركز حول الحل في تحسين مستوى تقدير الذات لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم بعد فترة المتابعة، ودراسة جريش (٢٠١٨) والتي أشارت إلى إمتداد فاعلية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تنمية إدارة الوقت وخفض التسويف الأكاديمي لدى طالبات الدراسات العليا بكلية التربية بعد فترة المتابعة، ودراسة الشافعي (٢٠٢٠) والتي توصلت إلى إستمرار فاعلية برنامج الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تنمية بعض مهارات تقرير المصير لدى المراهقين المكفوفين أثناء فترة المتابعة، ودراسة سيد (٢٠٢٠) والتي أسفرت عن استمرار فاعلية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تحسين فاعلية الذات البحثية وخفض القلق البحثي لطلاب الدبلوم الخاص بعد فترة المتابعة، ودراسة عبد العزيز (٢٠٢١) والتي توصلت إلى ثبات فاعلية برنامج العلاج المختصر المتمركز حول الحل في تحسين فاعلية الذات المهنية وخفض القلق قلق المستقبل المهني لدى أعضاء المجموعة التجريبية بعد فترة المتابعة.

□ توصيات الدراسة:-

- يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية بوضع مجموعة من المقترحات التي قد تسهم في تحسين التوافق الزوجي لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي حديثي الزواج كما يلي:-
- ١- التوعية بأهمية السعي إلى تعزيز التوافق الزوجي من خلال توضيح التأثيرات السلبية المختلفة لإنخفاض وسوء التوافق الزوجي على مستوى الأسرة والمجتمع ككل.
 - ٢- توضيح أهم العوامل المؤثرة في تحقيق التوافق الزوجي من أجل الوصول إلى حسن الاختيار الزوجي.
 - ٣- عقد دورات عن الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل وكيفية الاستفادة منه في مجالات الحياة المختلفة.
 - ٤- تعزيز وتطوير مهارات الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل والتي من خلالها يتم التركيز على بناء الحلول بدلاً من التركيز على المشكلات.
 - ٥- العمل على الاستفادة من فنيات وأساليب الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في التعامل مع المشكلات المختلفة.

□ البحوث المقترحة:-

- ١- فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تخفيف قلق المستقبل.
- ٢- فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تحسين التوافق الزوجي وأثره على تخفيف العدوان لدى أبنائهم.
- ٣- فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تحسين التوافق الزوجي لدى فئات أخرى.
- ٤- فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تحسين التوافق الزوجي وأثره على الوصول إلى حالة التدفق النفسي لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي.
- ٥- التوافق الزوجي وعلاقته ببعض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي.

□ مراجع الدراسة:-

أولاً: المراجع العربية:-

أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف؛ الأزايذة، رياض عبد اللطيف (٢٠١٥). الأساليب الحديثة في الإرشاد النفسي والتربوي - الجزء الثاني، عمان، المملكة الأردنية الهاشمية، مركز ديونو لتعليم التفكير.

أبو السعود، شادي محمد (٢٠١٥). فعالية برنامج قائم على العلاج المختصر المتمركز حول الحل في تحسين مستوى تقدير الذات لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، مجلة التربية الخاصة، كلية علوم الإعاقة والتأهيل، جامعة الزقازيق، (١١)، ١-٥٥.

أبو غالي، عطف محمود (٢٠١٣). فاعلية برنامج إرشادي عقلاني إنفعالي سلوكي في تحسين التوافق الزوجي لدى عينة من الطالبات المتزوجات في جامعة الأقصى، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، رابطة التربويين العرب، ٣٨(١)، ١٣٧-١٦٦.

أبو غزالة، سميرة على (٢٠٠٨). فاعلية الإرشاد بالواقع في تحسين التوافق الزوجي بين الزوجين، مجلة دراسات نفسية، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية (رانم)، ١٨(٢)، ٣٣٣-٣٧٠.

أسحق، سميرة أحمد (٢٠١٨). الضغوط المهنية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى عينة من العاملات بالقطاع الحكومي في دولة الكويت، مجلة العلوم التربوية، كلية الدراسات العليا للتربية، جامعة القاهرة، ٢٦(١)، ٢٨٤-٣٠٤.

إسماعيل، حنان محمد (٢٠١٥). وجهة الضبط والطموح لدى الزوجات وعلاقتها بالتوافق الزوجي، مجلة كلية التربية، كلية التربية، جامعة بنها، ٢٦(١٠١)، ٤٣-٨٠.

البري، مروة عبد القادر (٢٠١٣). بعض الأفكار اللاعقلانية السائدة لدى الزوجان وعلاقتها بمستوى التوافق الزوجي، مجلة بحوث الشرق الأوسط، مركز بحوث الشرق الأوسط، جامعة عين شمس، (٣٢)، ٥٨٧-٦٢٢.

البري، مروة عبد القادر (٢٠١٦). بعض السمات الشخصية وعلاقتها بمستوى التوافق الزوجي لدى عينة من الزوجات السعوديات، مجلة بحوث الشرق الأوسط، مركز بحوث الشرق الأوسط، جامعة عين شمس، (٣٨)، ٤٣٣-٤٧٠.

البهوي، فهيمة بنت سليمان (٢٠١٩). قدرة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية على التنبؤ بالتوافق الزوجي لدى المتزوجات بمنطقة تبوك، مجلة القراءة والمعرفة، الجمعية المصرية للقراءة والمعرفة، كلية التربية، جامعة عين شمس، (٢٠٧)، ١٢٥-٥٣. الجهاز المركزي للتعبئة العامة والأحصاء (٢٠٢٢). معدل الزواج - معدل الطلاق - أبحاث دراسات،

https://www.capmas.gov.eg/Pages/IndicatorsPage.aspx?page_id

، ٢٤/١٢/٢٠٢٢ =6137&ind_id=2532

الحلبي، نجلاء فاروق (٢٠٠٩). السلوك الاستهلاكي لربة الأسرة وعلاقته بالتوافق الزوجي، مجلة بحوث التربية النوعية، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة، (١٥)، ٣٨٠-٤٢٤.

الداهري، صالح حسن (٢٠٠٨). التوافق الزوجي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى المعلمات المتزوجات في الأردن، مجلة الثقافة والتنمية، جمعية الثقافة من أجل التنمية، (٢٧)، ١٨-١.

السعيد، عمرو فؤاد (٢٠٢٠). فاعلية برنامج إرشادي مبني على العلاج المتمركز حول الحل "SFBT" في تنمية الدافعية للتعلم لطلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية بجامعة دمياط، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، (٨٩)، ٢٨-١.

السيد، فاطمة خليفة (٢٠١٥). التوافق الزوجي وعلاقته بالثقة المتبادلة بين الزوجين والتدين في العلاقة الزوجية لدى عينة من الزوجات السعوديات المنفصلات وغير المنفصلات عاطفياً، مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، (٤٢)، ٨١٢-٧٨٥.

الشافعي، نهلة فرج (٢٠٢٠). فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تنمية بعض مهارات تقرير المصير لدى المراهقين المكفوفين، المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة سوهاج، (٧٦)، ٢٣٦٢-٢٢٨٣.

الطوخي، نورا شعبان (٢٠٢٠). دور التوافق الزوجي في تحقيق الكفاءة الوالدية لدى عينة من المتزوجات "قاصرات وراشدات"، مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية، كلية التربية النوعية، جامعة المنيا، (٢٧)، ٧٠٠-٦٤٧.

- الغامدي، حصة سعد (٢٠١٨). التوافق الزوجي وعلاقته بالثقة بالنفس كما تدركه طالبات المرحلة الثانوية في محافظة العقيق، دراسات في الإرشاد النفسي والتربوي، مركز الإرشاد النفسي والتربوي، كلية التربية، جامعة أسيوط، (١)، ٣٧-١.
- الغامدي، رحمة على؛ أبو العنين، حنان عثمان (٢٠٢٠). فعالية برنامج إرشادي متعدد الوسائل لتحسن التوافق الزوجي وقياس أثره على التحصيل الأكاديمي لدى عينة من الطالبات المتزوجات بكلية التربية - جامعة نجران، المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة سوهاج، (٧١)، ٦١٩-٥٩٦.
- الغامدي، هديل بنت عبد الله (٢٠١٩). الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى المعلمات في الباحة، مجلة كلية التربية، كلية التربية، جامعة أسيوط، (٦)٣٥، ١٩٣-٢١٩.
- القواسمه، عاصم عادل (٢٠١٥). فاعلية برنامج إرشاد جمعي مبني على العلاج المتمركز حول الحل في تنمية الدافعية للتعلم لدى طلبة الصف العاشر في مدارس الخليل الحكومية، رسالة ماجستير، عمادة الدراسات العليا، جامعة القدس، فلسطين.
- الكبير، أحمد على؛ درويش، رمضان محمود (٢٠١٤). التوافق الزوجي وعلاقته بالوسواس القهري لدى عينة من الأزواج والزوجات، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، رابطة التربويين العرب، (٢)٥٥، ٣٦٨-٣٢١.
- المشيخي، غالب محمد (٢٠١٥). التوافق الزوجي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى طلاب الدراسات العليا في برنامج إدارة الأعمال التنفيذي بكلية العلوم الإدارية والمالية بجامعة الطائف، مجلة كلية التربية، كلية التربية، جامعة الأزهر، مجلة علمية محكمة للبحوث التربوية والنفسية والاجتماعية، (٣٤)١٦٥، جزء ٢) ٥٩٧-٥٥٥.
- جريش، إيمان عطية (٢٠١٨). فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تنمية إدارة الوقت وخفض التسويف الأكاديمي لدى طالبات الدراسات العليا بكلية التربية، مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، (٥٦)، ١١٣-١٩٧.
- حسن، آية محمد؛ أنور، عبير محمد؛ مرسى، صفاء إسماعيل (٢٠١٩). دور أساليب التفكير وحل الصراع الزوجي في التنبؤ بالتوافق الزوجي، مجلة دراسات نفسية، رابطة الأخصائين النفسيين المصرية (رانم)، (٤)٢٩، ٨٦٩-٩١٩.

حسن، سامية جمال (٢٠٢٠). فاعلية استخدام العلاج المتمركز حول الحل لتنمية المهارات المهنية لدى الأخصائيين الاجتماعيين العاملين مع الطفل التوحدي، *المجلة العلمية للخدمة الاجتماعية، دراسات وبحوث تطبيقية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة أسيوط،* ١٢(١)، ٢٣٧-٢٥٤.

حنور، قطب عبده (٢٠١٩). فعالية برنامج معرفي سلوكي إيجابي في خفض الشعور بالضغط النفسية للتخفيف من أعراض الاضطرابات النفسجسمية لدى الطالبات الأمهات العاملات، *مجلة كلية التربية، كلية التربية، جامعة بنها،* ٣٠(١١٩)، ١-٦٠. خفاجة، مي السيد (٢٠٢٠). مفراطي استخدام الإنترنت وعلاقته بالتوافق الزوجي لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة المتزوجين: دراسة إرتباطية- تنبؤية، *مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس،* (٦٣)، ٣٤٥-٣٧٢.

ديبه، فاتنة حماد (٢٠١٧). الإدراكات المتبادلة بين الزوجين نحو أبعاد الحياة الأسرية وعلاقتها بالتوافق الزوجي، *مجلة دراسات العلوم التربوية، عمادة البحث العلمي، الجامعة الأردنية،* ٤٤(٤)، ٩٥-١١٤.

رشوان، عبد المنصف حسن (٢٠٠٧). التدخل المهني باستخدام العلاج المتمركز حول الحل لتحقيق المساندة الاجتماعية لطلاب الجامعة: دراسة مطبقة على حالات بمرکز التوجيه والإرشاد بجامعة أم القرى بمكة المكرمة، *المؤتمر العلمي الدولي العشرون للخدمة الاجتماعية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان،* (٢)، ١١٢٥-١١٨٢.

رشوان، عبد المنصف حسن؛ القرني، محمد بن مسفر (٢٠٠٤). *المداخل العلاجية المعاصرة للعمل مع الأفراد والأسر، الرياض، المملكة العربية السعودية، مكتبة الرشد.*

رضوان، محمد صابر (٢٠٢٠). فاعلية برنامج إرشادي المتمركز حول الحل في تنمية الذكاء الاصطناعي وأثره في خفض السلوك العدواني لدى الشباب الجامعي، *مجلة الخدمة الاجتماعية، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين،* ٦٣(٢)، ٦٧-١٠٩.

رمضان، رهاب الحسيني (٢٠١٧). الذكاء الروحي وعلاقته بالتوافق الزوجي لمعلمي ومعلمات المرحلة الابتدائية، *مجلة بحوث عربية في مجالات التربية النوعية، رابطة التربويين العرب،* (٦)، ١٩٧-٢٣١.

زهران، محمد حامد (٢٠١١). فاعلية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزوجي وتقدير الذات وخفض حدة القلق والاكتئاب: دراسة سيكومترية - كLINيكية، *المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ٢١(٧٣)، ٤٩٧-٥٤٨.*

سعد، إبراهيم محمد (٢٠١٧). الدوجماتية وعلاقتها بالتوافق الزوجي والسعادة لدى عينة من المتزوجين، *مجلة العلوم التربوية، كلية الدراسات العليا للتربية، جامعة القاهرة، ٢٥(٤)، ١٤٠-١٧٤.*

سيد، سعاد كامل (٢٠٢٠). فعالية الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تحسين فاعلية الذات البحثية وأثره على خفض القلق البحثي لطلاب الدبلوم الخاص، *مجلة البحث العلمي في التربية، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس، ٢١(١١)، ٢٨٥-٣٢٧.*

شليبي، أمينة إبراهيم (٢٠٠٩). نمط السلوك "أ / ب" وعلاقته بالتوافق الزوجي لدى الجنسين، *المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ١٩(٦٢)، ١١٩-١٦١.*

عامر، أيمن (٢٠١٢). التشابه المدرك بين الزوجين في الأساليب المعرفية - الإبداعية وعلاقته بالتوافق الزوجي، *المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ٢٢(٧٤)، ٩٧-١٤٦.*

عبابنه، نور علي؛ جرادات، عبد الكريم محمد (٢٠٢١). فاعلية العلاج المختصر المركز على الحل في خفض الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي لدى عينة من اللاجنات السوريات في الأردن، *مجلة جامعة الخليل للبحوث، ١٦(١)، ١٩٢-٢٢٢.*

عبد الرحمن، سعد؛ زهران، سماح؛ المذكوري، سميرة (٢٠١٦). سيكولوجية البيئة الأسرية والحياة، القاهرة، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.

عبد العزيز، أسماء فتحي (٢٠٢١). فعالية العلاج المختصر المتمركز حول الحل في تحسين فاعلية الذات المهنية وخفض القلق المستقبل المهني لدى طلاب الدراسات العليا، *مجلة البحث العلمي في التربية، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس، ٢٢(٣)، ٣٢١-٣٦٦.*

عبد العزيز، سوزان بنت صدقة بن؛ محمد، تغريد بنت فريد بن (٢٠١٩). الجمود الفكري وعلاقته بالتوافق الزوجي لدى عينة من المتزوجات بمنطقة مكة المكرمة، *المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة سوهاج*، (٦٧)، ٨٦٧-٩٠٧.

عبد الغفار، غادة محمد (٢٠١٧). الوعي المزاجي وأساليب التعامل مع الغضب كمتغيرات معدلة للعلاقة بين الغضب والتوافق الزوجي، *مجلة كلية الآداب، كلية الآداب، جامعة طنطا*، (٢)٣١، ٧٣٤-٧٩٩.

عبد المعطي، حسن مصطفى؛ دسوقي، راوية محمود (١٩٩٣). التوافق الزوجي وعلاقته بتقدير الذات والقلق والاكتئاب، *مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب*، (٢٨)٧، ٦-٣٣.

عبيد، إيمان محمود (٢٠١٤). مقياس التوافق الزوجي، *مجلة البحث العلمي في التربية، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس*، (١)١٥، ٤٩١-٥٠٦.

عثمان، مروه محمد (٢٠١٦). استخدام العلاج المتمركز حول الحل في خدمة الفرد في تحقيق المساندة الاجتماعية للمطلقات في المجتمع السعودي، *مجلة الخدمة الاجتماعية، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين*، (٧)٥٦، ١٢٣-١٨٨.

علي، حنان أحمد (٢٠٢٠). النمذجة البنائية للعلاقات السببية بين التسامح والهناء النفسي والتوافق الزوجي لدى المتزوجين، *مجلة كلية الآداب، كلية الآداب، جامعة الفيوم*، (٢)١٢، ١٢٣-١٨٨.

فرغلي، منى مصطفى؛ الحلبي، حنان خليل (٢٠١٦). فاعلية برنامج إرشادي في تنمية الوعي بمتطلبات التوافق الزوجي لدى عينة من طالبات الجامعة المقبلات على الزواج، *مجلة كلية التربية، كلية التربية، جامعة طنطا*، (٤)٦٤، ١٨٩-٢٦٣.

قاسم، أماني محمد (٢٠١٥). الأفكار الإيجابية لخبرات الزوجين وعلاقتها بالتوافق الزوجي، *مجلة الخدمة الاجتماعية، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين*، (٥٣)، ١٧٥-٢١٩.

كفافي، علاء الدين (١٩٩٩). الإرشاد والعلاج النفسي الأسري: المنظور النفسي الاتصالي، القاهرة، دار الفكر العربي.

محمد، النايفة فتهي (٢٠١٩). أساليب الفكاهة والتعبير عن الإمتنان كمنبئات بالتوافق الزوجي لدى عينة من المتزوجين، مجلة دراسات نفسية، رابطة الأخصائين النفسين المصرية (رانم)، ٢٩(١)، ٩-٨٧.

محمود، عبد الله جاد (٢٠٠٦). التوافق الزوجي في علاقته ببعض عوامل الشخصية والذكاء الإنفعالي، مجلة كلية التربية، كلية التربية، جامعة المنصورة، ٦٠(١)، ٥٢-١١٠.
مخيمر، هشام محمد (٢٠٠٧). الذكاء الانفعالي وفاعلية الذات والتوافق الزوجي لدى عينة من المتزوجين، مجلة دراسات تربوية واجتماعية، كلية التربية، جامعة حلوان، ١٣(٣)، ٥١-١١٦.

مشعل، رباب السيد (٢٠١٦). التوافق الزوجي وعلاقته بالعنف الأسري: دراسة ميدانية مقارنة بين مصر والسعودية، مجلة بحوث التربية النوعية، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة، ٤٢(٤٢)، ٢٤٩-٢٩١.

ثانياً: المراجع الأجنبية:-

- Abbasi, A., Mohammadi, M., Zaharakar, K., Davarniya, R., & Babaeigarmkhani, M. (2017). Effectiveness of Solution-Focused Brief Therapy (SFBT) on reducing depression and Increasing marital satisfaction in married women. *Iran Journal of Nursing*, 30(105), 34-46.
- Abusaidi, E., Zaharakar, K., & Mohsenzadeh, F. (2018). Effectiveness of solution-focused brief couple therapy in improvement of communication patterns and marital intimacy in women. *Journal of Research and Health*, 8(6), 555-564.
- Ali, M. (2018). *Solution Focused Brief Therapy in Alcohol Dependence Syndrome* (Doctoral dissertation, Central Institute of Psychiatry (India)).
- Anderson, E. (2018). *Externalizing Behavioral Symptoms in Adjudicated Youth and Solution-focused Brief Therapy Delivered Through Video Conferencing* (Doctoral dissertation, University of Central Arkansas, Department of Psychology and Counseling.).
- Arslan, Ü., & Ulus, İ. Ç. (2020). Solution Focused Brief Therapy Training. Bartın University, *Journal of Faculty of Education*, 9(1), 1-12.
- Bray, J. H., & Stanton, M. (Eds.). (2012). *The Wiley-Blackwell handbook of family psychology*. John Wiley & Sons.
- Chen, S. (2020). An online solution focused brief therapy for adolescent anxiety during the novel coronavirus disease (COVID-19) pandemic: a structured summary of a study protocol for a randomised controlled trial. *Trials*, 21(1), 1-2.
- Cheung, S. (2009). *Solution-focused brief therapy*. In J. Bray & M. Stanton (Eds.), *Handbook of family psychology* (pp. 212-225). West Sussex, United Kingdom: Wiley-Blackwell Publishers.

- De Shazer, S., & Berg, I. K. (1997). 'What works?' Remarks on research aspects of solution-focused brief therapy. *Journal of Family therapy*, 19(2), 121-124.
- De Shazer, S., Dolan, Y., Korman, H., Trepper, T., McCollum, E., & Berg, I. K. (2021). *More than miracles: The state of the art of solution-focused brief therapy*. Routledge.
- Dinmohammadi, S., Dadashi, M., Ahmadnia, E., Janani, L., & Kharaghani, R. (2021). The effect of solution-focused counseling on violence rate and quality of life of pregnant women at risk of domestic violence: a randomized controlled trial. *BMC pregnancy and childbirth*, 21(1), 1-9.
- Dorche, K. P., Kimiaei, S. A., & Ghahramanzadeh, M. (2017). Evaluating the Effect of Solution-Focused Group Counseling on Improving Quality of Marital Relationships in Childless Couples, *International, Journal of Psychological Studies*, 9(1), 81-87.
- Erford, B. T. (2015). *40 Techniques every counselor should know*, Second edition, London: Pearson Education.
- Ferraz, H., & Wellman, N. (2008). The integration of solution-focused brief therapy principles in nursing: A literature review. *Journal of psychiatric and mental health nursing*, 15(1), 37-44.
- Grant, A. M., Cavanagh, M. J., Kleitman, S., Spence, G., Lakota, M., & Yu, N (2012). Development and validation of the solution-focused inventory, *The Journal of Positive Psychology*, 7(4), 334-348.
- Hsu, W. S., Chen, H. Y., & Chen, H. J. (2022). The Effectiveness of Solution-Focused Group Counseling for Taiwanese Unmarried Females' Post-Breakup Loss: A Pilot Study. *Journal of Solution Focused Practices*, 6(1), 51-69.

- Indriani, I., Wibowo, M. E., & Mulawarman, M. (2022). Effectiveness of Solution-Focused Brief Counseling and Motivational Interviewing in Improving Students' Self-Disclosure, *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 7(2), 81-88.
- Jaradat, A. K. M., & Ababneh, N. A. (2021). Reducing Boredom Proneness & Enhancing Intrinsic Motivation Through a Solution-focused Brief Therapy Program., *North American Journal of Psychology*, 23(1), 141-154.
- Kyser, T. L. (2021). *Using Solution Focused Group Therapy to Decrease Anxiety in Adolescent Students during COVID-19* (Doctoral dissertation, Texas Wesleyan University).
- Ma, C., Ma, Y., Lu, S., Li, D., Wang, Y., Xu, Y., .. & Wang, L. (2021). Clinical Study on Effect of Solution Focused Approach on the Complications, Pain, Sleep, and Quality of Life in Patients with Hepatocellular Carcinoma Undergoing TACE. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, (2021), 1-8.
- Murray, C. E., & Murray Jr, T. L. (2004). Solution-focused premarital counseling: helping couples build a vision for their marriage. *Journal of Marital and Family Therapy*, 30(3), 349-358.
- Napier, L. (2021). *Effect of Solution-Focused Therapy on Resilience in Athletes: An EEG Study* (Doctoral dissertation, George Fox University).
- Niu, S. J., Niemi, H., & Furman, B. (2022). Supporting K-12 Students to Learn Social-Emotional and Self-Management Skills for Their Sustainable Growth with the Solution-Focused Kids' Skills Method, *Sustainability*, 14(13), 1-16.
- Shirashiani, A., & Namani, E. (2017). Effectiveness of the combination of solution-focused therapy and narrative therapy in marital

- adjustment among incompatible Iranian women, *Open Journal of Psychiatry*, 7(2), 79-89.
- Skidmore, J. E. (1993). *A follow-up study of therapists trained in the use of the solution-focused brief therapy model*. University of South Dakota.
- Smock, S. A., McCollum, E. E., & Stevenson, M. L. (2010). The development of the solution building inventory, *Journal of Marital and Family Therapy*, 36(4), 499-510.
- Stith, S., Miller, M. S., Boyle, J., Swinton, J., Ratcliffe, G., & McCollum, E (2012). Making a difference in making miracles: Common roadblocks to miracle question effectiveness, *Journal of marital and family therapy*, 38(2), 380-393.
- Teater, B. (2013). Solution Focused Brief Therapy (SFBT). *The Blackwell companion to social work*, 480-483.
- Trepper, T. S., Dolan, Y., McCollum, E. E., & Nelson, T. (2006). Steve De Shazer and the future of solution-focused therapy, *Journal of marital and family therapy*, 32(2), 133-139.
- Wang, Y., Lin, H., Wang, L., Cao, J., Zheng, D., & Zhu, J. (2021). Clinical observation on the nursing effect of mindfulness-based stress reduction combined with solution-focused brief therapy in uremic peritoneal dialysis patients and influence on nutritional status. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 1-10.
- Yeung, K. C., Chu, C. K., & Ho, W. S. (1994). Solution-focused therapy in Hong Kong: Experience and reflections. *Hong Kong Journal of Social Work*, 28(2), 33-41.