

## فاعلية برنامج إرشادي قائم على المنحى الأدلري في تنمية كشف الذات وإدارة الصراع لدى عينة من المعلمين الخاطبين في محافظة الزرقاء

زياد الخزاعلة\* و محمد بني يونس\*\*

تاريخ قبوله 2016/9/29

تاريخ تسلم البحث 2016/5/21

### The Effectiveness of a Counseling Program Based on Adlerian Approach in Improving Self-Disclosure and Conflict Management Among a Sample of Engaged Male Teachers in Zarqa District

Ziad M. Alkhazaleh, Hashemite University,  
Mohammad Bani Younes, Faculty of Educational Sciences,  
University of Jordan

**Abstract:** The study aimed to identify the effectiveness of a counseling program based on the Adler theory in improving self-disclosure and conflict management among a sample of engaged male teachers at schools that belong to: Zarqa Governorate, Educational Zarqa First Directorate, Educational Zarqa Second Directorate, and Educational Roseifa Directorate. The study sample consisted of (30) engaged male teachers. The sample was distributed equally into (15) teachers who represented the experimental group, and (15) teachers who represented the control group. In order to achieve the study aims, the scales of the self-disclosure, conflict management, and a counseling program were constructed based on the Adlerian approach. The program consisted of (14) sessions. After testing the psychometric characteristics of the study tools, the study was applied on the sample individuals. The results revealed statistically significant differences between the individuals of both groups in improving self-disclosure and conflict management in favor of the experimental group. Moreover, after implementing the follow up scale beyond a one month period, the study showed that the experimental group retained the effect of the program.

**(Keywords:** Adlerian Approach; Self-Disclosure; Conflict Management; Engagement).

وفي بعض الأحيان، نجد أن الشباب المقبلين على الزواج لا يملكون النضج الانفعالي بدرجة كافية، حيث يعمد العديد منهم إلى إخفاء ضعفهم، وجوانب نقصهم، ويعيوبهم، ويرون أنه من المناسب ألا يكشفون عنها في مرحلة الخطبة مع الشريك، ولكن عندما يتزوج الشابان سرعان ما يكتشف كل منهما عيوب الآخر، ولا يجد فيه ما كان يتوقعه، عندها سيشكلان معاً ثنائياً سلبياً غير متوافق (كفاقي، 1999). وقد يعاني الأفراد قبل الزواج من مشكلات، فنجدهم قد اعتادوا في أسرهم الأصلية على ممارسة سلوكيات معينة، ولكن بعد الزواج قد تظهر الحاجة لأن يقوموا بتغيير بعض أفكارهم وسلوكياتهم. وقد يسبب هذا التغيير نوعاً من إساءة الفهم، وبذلك تبدأ المجادلات، ثم الخصومات (سليمان، 2005).

ملخص: هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي جمعي قائم على نظرية أدلر في تنمية كشف الذات، وإدارة الصراع لدى عينة من المعلمين الخاطبين العاملين في مديريات تربية محافظة الزرقاء: الأولى، والثانية، والرصيفة. أجريت الدراسة على عينة مكونة من (173) معلماً خاطباً، ومنهم أفراد الدراسة وعددهم (30). تم توزيعهم بشكل متكافئ إلى المجموعة التجريبية (15)، والمجموعة الضابطة (15). قام الباحثان بتطوير أدوات الدراسة: مقياس كشف الذات، ومقياس إدارة الصراع، إضافة إلى البرنامج الإرشادي المكون من (14) جلسة، وبعد التأكد من خصائصها السيكومترية تم تطبيقها على أفراد الدراسة. كما تم إعادة تطبيقها على المجموعة التجريبية بعد مرور شهر على القياس البعدي.

كشفت نتائج الدراسة وجود فروق بين أفراد المجموعتين في كشف الذات، وإدارة الصراع، وذلك لصالح أفراد المجموعة التجريبية، وأظهرت النتائج من خلال قياس المتابعة احتفاظ أفراد المجموعة التجريبية بأثر البرنامج الإرشادي بعد انتهائه بفارق زمني مدته شهر. (الكلمات المفتاحية: المنحى الأدلري، كشف الذات، إدارة الصراع، الخطبة).

### مقدمة:

تشكل الخطبة مرحلة مهمة من حياة الشركاء؛ لما توفره من قرار ناجح نحو الاستمرار في الرابطة الزوجية، كونها تساعد الخاطبين على تحري ومعرفة الصفات الخاصة لكل منهما. ويتطلب الإقدام على الزواج ترويضاً نفسياً لتقبله، لأنه يمثل رابطة حيوية مهمة تقوم على الحب والمودة والتراحم والتعاون؛ مما يجعل أرضية الزواج أصلب أمام النزاع الطارئة التي كثيراً ما توسوس بها النفس (أدلر، 1996).

وعند إعداد أنفسنا للزواج، لا ينبغي لنا أن نبحت عن أعداء، أو طرق لتجنب المسؤوليات، فعلاقة الزواج لا يمكن أن تزدهر في ظل وجود الشكوك، كما أن التعاون يتطلب نوعاً من الولاء والإخلاص الكامل، فالزواج لا يؤدي وظيفته إلا إذا حافظ الطرفان على عهودهما دون انتقاص أو تحوير (أدلر، 2005).

\* قسم علم النفس التربوي والإرشاد النفسي، كلية العلوم التربوية، الجامعة الهاشمية، الزرقاء، الأردن.

\*\* قسم علم النفس، كلية الآداب، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

© حقوق الطبع محفوظة لجامعة اليرموك، إربد، الأردن.

ويركز العلاج الأدرلي على تنمية الاهتمام الاجتماعي لدى الأفراد من خلال تثقيفهم وتعليمهم كيفية التعامل مع المشكلات التي تنتج من العلاقات البينشخصية، على اعتبار أن الإنسان شخص متفرد ومسؤول وحر وقادر على الاختيار. ويتم ذلك من خلال تغيير الأهداف والغايات الخاطئة وصولاً إلى أسلوب حياة سوي، يترجم الجهد الكبير الذي يبذله المعالج مع المسترشدين. وهذا لن يتأتى إلا إذا وصل الفرد إلى حالة من الوعي بذاته، ودوافعه، وسلوكاته، وحاجاته (Sharf, 2012; King & Shelley, 2008).

ونظراً لأن الأدرلين مهتمون بالتثقيف والتعليم ومنع المشاكل من الحدوث، فإن أكثر من خمسين مركزاً للتثقيف الزواجي تم تأسيسها في أنحاء الولايات المتحدة، ويأخذ المنهج الأدرلي جانباً تعليمياً وتثقيفياً في طبيعته. كما تعد فنيات تقييم أسلوب الحياة والفنيات الموجهة نحو العمل أبرز معالم هذا المنهج (علاء الدين، 2013).

وتقدم نظرية أدلر تطبيقات رائدة في الإرشاد الزواجي، إذ يقوم أتباعها بتقييم معتقدات الزوجين وسلوكياتهم، باستخدام تكنيكات متنوعة وفعالة، وتتم عملية الإرشاد من خلال تقييم التوافق في أسلوب الحياة بين الزوجين (Corey, 2009). ومما لا شك فيه أن المبادئ الأساسية لعلم النفس الفردي لها تأثير كبير في تفسير سلوك الأفراد، لا سيما في مرحلة ما قبل الزواج. بالإضافة إلى ذلك، فهناك مفهوم أسلوب الحياة الذي يمكن توظيفه في تفسير السلوك الإنساني، وهو ما يتسم بالفردي لدى العديد من البشر، ويسهم في تشكيل معتقدات الأفراد، واتجاهاتهم نحو الحياة (McCurdy, 2007).

وينسجم ذلك مع ما قام به كيو تشنز (Kutchins, 2002) في دراسته حول أثر الأنماط السلوكية للأفراد في مرحلة ما قبل الزواج على التكيف الزواجي لاحقاً، وهل هناك حاجة لتثقيف الخاطبين حول الزواج، على عينة مكونة من (200) خاطباً متطوعاً من كلا الجنسين، أظهرت نتائجها أن أسلوب الحياة السوي يرتبط إيجاباً بالرضا الزواجي.

ومنذ عام 1931، أضحى أتباع الاتجاه الأدرلي اهتماماً واضحاً بتقديم خدمات الإرشاد ما قبل الزواج من خلال تنمية الاهتمام الاجتماعي لدى الأفراد حول مهارات الحياة المختلفة، لا سيما في مجال العمل، والصداقة، والعلاقات الحميمة، إذ عادة ما يتم تدريبهم من المتخصصين على مهارات الاتصال، وحل النزاع (Groom, 2001).

وقد تنوعت الدراسات التجريبية التي تقصصت أثر المنحى الأدرلي مع الخاطبين، ففي دراسة قام بها ديوت (De Witt, 1982) هدفت التعرف إلى أثر برنامج إرشادي وقيائي ما قبل الزواج قائم على المنحى الأدرلي في تنمية مهارات الاتصال، وإدارة الصراع لدى الشركاء. اشتملت العينة على (30) زوجاً من المجموعتين التجريبية والضابطة. قام الباحث بتصميم برنامج إرشادي مكون من

وهناك مراحل يمر بها الشركاء في حياتهم الأسرية بدءاً من التعرف والخطبة حتى الأسرة في أواخر العمر. وتعد مرحلة الخطبة من الفترات المهمة في التنوُّ ببطبيعة العلاقة الزوجية لاحقاً (Halford & Markman, 1997). وقد أولى الباحثون في مجال الأسرة والزواج اهتماماً كبيراً بمراحل تطور الأسرة، حيث يستند المتخصصون في عملهم إلى مرحلة الخطبة لرسم التوجهات العامة للعلاقة الناجحة، التي تفيده في تقديم مؤشر عملي على مدى الرضا الزواجي لأطول وقت ممكن من الزمن (Askari, Noah, Hassan & Baba, 2012).

ففي دراسة قام بها هاملتون (Hamilton, 1998) هدفت التعرف إلى الأمور التي يمكن تناولها في برامج تحضير ما قبل الزواج على عينة عدد أفرادها (371) طالباً جامعياً على مقاعد التخرج في ولاية فلوريدا. أظهرت نتائجها اهتماماً كبيراً من الشباب في البحث عن المصادر الرسمية والهامة حول مفهوم الزواج، ومهارات حل المشكلات، والصراع. وفي ذات الاتجاه، سعى لامبرت (Lambert, 2006) في دراسته إلى الوصول لنموذج مقترح لبرنامج تحضير للمقبلين على الزواج.

ومن بين الجهود التي بذلت على صعيد العالم في مجال الإرشاد الأسري والزواجي، الاهتمام بإعداد برامج تأهيل الخاطبين، والمقبلين على الزواج باعتبارها خطوة وقائية من شأنها أن تحد من الخلافات والصراعات التي قد تظهر لاحقاً عبر مراحل تطور العلاقة الزوجية، حيث تُعرف برامج تأهيل الزواج في مواقع كثيرة ببرامج الإرشاد الزواجي الوقائي، أو تثقيف ما قبل الزواج (Premarital education)، وإرشاد ما قبل الزواج (Premarital preparation) (غيث، 2014).

أما على صعيد الاتجاهات النفسية التي اهتم القائمون عليها في تثقيف وإعداد الخاطبين للزواج، فهناك المنحى الأدرلي الذي يدرس الفرد في الإطار الاجتماعي الخاص به، وليس بمعزل عنه. كما يُعنى بالكشف عن اتجاهاته في علاقاته بالآخرين، وبالأشياء المحيطة به (الريحاني وآخرون، 2010).

ويؤكد أدلر صاحب هذا الاتجاه أننا لا يمكننا فهم الفرد إلا من خلال السياق الاجتماعي الذي ينتمي له. فالأهداف التي يضعها البشر لأنفسهم هي من تسيير دوافعهم ثم سلوكهم. إضافة إلى ذلك، فالأفراد الأسوياء عادة ما يكونون على علم بماذا ولماذا يسلكون (Eslamie & Mazandrani, 2015). ويجد أدلر أن أهداف الإنسان الرئيسية تتلخص في التوافق الاجتماعي، والنجاح المهني، والإشباع العاطفي، والارتواء الروحي (أدلر، 1996).

وعادة ما يقوم أتباع نظرية أدلر بتثقيف العملاء حول الطريقة التي ينظرون بها إلى أنفسهم، والآخرين، والحياة من حولهم، من خلال تزويدهم بخارطة معرفية جديدة تشكل فهماً أساسياً للهدف وراء سلوكياتهم؛ مما يساعدهم على تغيير إدراكاتهم السلبية إلى نحو أكثر إيجابية (كوري، 2013).

المدرجات، أم المشاعر، أم الدوافع، أم القيم، أم السلوك (Kitayama & Cohen, 2007).

وتنقسم عملية الكشف عن الذات مع مفاهيم العلاج النفسي وأدبياته، أمثال أدلر (Adler)، وجورارد (Jourard)، وماسلو (Maslow)، الذين أولوا هذه العملية التفاعلية وزناً كبيراً في نجاح أي عملية علاجية تنطوي على اتصال واضح بين المعالج والحالة دون زيف أو قناع (Tomson, 1996).

ومن جهة أخرى، وجد أن كشف الذات يسهم في زيادة أثر العلاج النفسي، إذ يتطلب ذلك جهداً كبيراً في عملية إعادة وتوجيه وبناء علاقة فاعلة مع المسترشدين؛ بغية فهم دوافعهم، وأنماطهم السلوكية المختلفة (Farber, 2004 et al; Tantillo, 2004; Goidfried, 2003).

أما على صعيد المنحى الأدلري، فإن الاهتمام بكشف الذات، ورواية القصص يرجع في بداياته إلى أعمال أدلر الكبيرة والمتنوعة مع العديد من الأسر المضطربة. لذا، فإن أتباع هذا المنحى يرون أن كشف الذات يعدّ محوراً أساسياً لأية عملية تواصلية ناجحة، الأمر الذي يقود إلى فهم الأفكار والمشاعر والأهداف والأنماط السلوكية الخاطئة، بما يسمح بتنمية الوعي بها لدى المسترشد (Bitter & Byrd, 2011).

وترتبط عملية كشف الذات بعدة أبعاد، منها الولاء، والانتماء، والاهتمام، والتعاون. وهناك خمس وظائف يمكن استنتاجها من هذه العملية التفاعلية، هي: التعبير العاطفي، وتوضيح الذات، والصدق الاجتماعي، وتطوير العلاقات، والضبط الاجتماعي (Derlega, et al., 1993).

وعادة ما يظهر كشف الذات في كثير من المجالات في ظل العلاقة بين الشركاء، فمنها المشاعر، والحاجات كالتقدير والإعجاب، والأهداف، والمعتقدات، وأخيراً النتائج التي تترتب على عملية كشف الذات من حيث تطور أو انهيار العلاقة (Waring, et al., 1998). ويرتبط كشف الذات بالحب والرضا عن العلاقة بين الزوجين، حيث يظهر ذلك في تقديرهم لذواتهم من خلال الاستجابات الفاعلة بينهم (Finkenauer & Hazam, 2000).

وقد تنوعت الدراسات التي أظهرت أهمية كشف الذات في الرضا الزوجي، فمنها دراسة طولية لسبرجير وهندريك (Sprecher & Hendrick, 2004) امتدت عبر مرحلتين: قبل الزواج على عينة مكونة من (202) فرداً، وبعد الزواج (101) زوجاً، معظمهم من طلاب الجامعات المتطوعين. وقد كان الهدف من الدراسة التعرف إلى كشف الذات، ومدى ارتباطه بعوامل مهمة (الرضا، والالتزام، والحب). أظهرت نتائج الدراسة أن الكشف عن الذات يرتبط إيجاباً مع الحب والالتزام والرضا. كما يرتبط إيجاباً مع السمات الشخصية كتقدير الذات الإيجابي.

تسع جلسات موزعة على ثلاثة محاور (العلاقة، والاتصال، وحل الصراع). أظهرت نتائج الدراسة فاعلية كبيرة للبرنامج في تنمية مهارات الاتصال، والحوار، وإدارة الصراع لدى أفراد المجموعة التجريبية.

وأما ليتي (Litty, 1988) فقد قام بدراسة لفحص أثر برنامج إرشادي تعليمي قائم على نظرية أدلر لرفع مستوى التكيف الزواجي. شملت العينة (45) زوجاً في مرحلة ما قبل الزواج، تم توزيعهم في مجموعتين: ضابطة وتجريبية. أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الرضا الزواجي.

وفي المقابل، قام سيورهيبر وبيتر (Sauerheber & Bitter, 2013) بدراسة للتعرف إلى أثر برنامج إرشادي ما قبل الزواج بالاستناد إلى الاتجاه الأدلري الذي تم تقديمه في حينها للخاطبين المتدينين. تكون البرنامج من اثنتي عشرة ساعة تدريبية، قدمت على شكل جلسات تثقيفية للمشاركين على محورين: التعاون، وتصحيح التوقعات السلبية حول العلاقة الزوجية، ومناقشتها معاً، أظهرت نتائجها أن الدراسة شكلت أنموذجاً حيوياً لدور الاتجاه الأدلري في الإرشاد الزواجي.

ومن جهة أخرى، تعد الخدمات التي يقدمها الموجهون الأدلريون في مرحلة ما قبل الزواج منارة تعليمية تجعل الأزواج أكثر استبصاراً حول سلوكياتهم مع الشركاء (Dinkmeyer, 2007). وعادة ما تركز برامج إرشاد ما قبل الزواج في المقام الأول على النواحي الإيجابية التي يملكها الشركاء، ومنها كشف الذات والصدق، لكي يحافظ كل منهما عليها بما يخدم العلاقة الزوجية إلى أبعد وقت ممكن (Williams, 2008).

وما يزيد من فعالية كشف الذات، مقدار الوقت الحقيقي الذي يقضيه الشركاء معاً، الذي يتضمن تفاعلات ودية تخلو من أوجه الغموض أو التصنع، بما يضمن للشركاء مناقشة العديد من الموضوعات المهمة، التي عادة ما تثير غضبهم، أو تقودهم لتجنب الكشف عن مكنوناتهم (Zarei & Sanaeimanesh, 2014).

ويُعد كشف الذات من الأنماط السلوكية الاجتماعية المؤثرة في أي عملية تفاعلية بين الأفراد، حيث ينطوي هذا الشكل من الاتصال على المعلومات الشخصية التي يبوح بها الفرد للآخر (AL-Azzam, 2014).

ويرى كفاقي (2012) أن الإفصاح الذاتي يعتمد على درجة القرب بين الأفراد، وهو أن يقوم الفرد بالتعبير عن أفكاره ومشاعره بدرجات متفاوتة، إذ عادة ما يبوح الفرد عن الأمور الخاصة به إلى أصدقائه الحميمين والمقربين منه.

ويتحدد مستوى كشف الذات لدى الشركاء وفقاً لأسلوب الحياة الذي يتبعونه، إذ عادة ما تؤثر الثقافة المحلية في تنمية، أو إعاقة البوح عن الذات في جميع المجالات؛ سواء أكانت في جانب

ومن بعض هذه الاستراتيجيات أ- التسوية: وفيها تظهر فيها الأطراف المتنازعة اهتماماً متوسطاً بالذات والآخر. ب- التجنب: حيث يظهر الأفراد في هذه الاستراتيجية انخفاضاً متديناً بالذات والآخر. ج- الاسترضاء: حيث يظهر لدى الأفراد اهتمام منخفض بالذات، وإعطاء الأولوية لحاجات الآخرين. د- التعاون: ويعبر عن اهتمام عال بالذات وبالآخرين. هـ- الهيمنة: وفيه يسعى الفرد جاهداً لكي يحقق الفرد حاجاته وأهدافه بالقوة على حساب الطرف الآخر (Byadgi et al., 2014; Rahim, 2001).

أما على صعيد الصراع الذي قد يحدث بين الأزواج، فقد تنوعت الدراسات التي تناولت سلوكياتهم في مرحلة ما قبل الزواج وما بعده، حيث أبدى الباحثون اهتماماً بدراسة العلاقة بين سلوك الخاطبين والمتزوجين. ففي دراسة قام بها هينكوت وود وفونتوت (Honeycutt, Woods & Fontenot, 1993) هدفت إلى فحص قواعد الاتصالات القائمة على الصراع بين الخاطبين والمتزوجين على عينة مكونة من (43) خاطبا و(56) متزوجا موزعين في مجموعتين (أزواج تقليديون، وأزواج معاصرون). أظهرت نتائج الدراسة أن الأزواج التقليديين يميلون إلى اتباع الصراع من خلال مبدأ الإيجاب لحسم الخلاف. أما الأزواج المعاصرون (المستقلون) فلم يظهر بينهم الصراع؛ نظراً لامتلاكهم مبادئ السلوك التوكيدي، لذا فهم الأكثر نجاحاً وفاعلية في إدارة صراعاتهم مع الشريك.

فيما هدفت بعض الدراسات إلى التنبؤ بنجاح واستقرار الزواج استناداً إلى أنماط السلوك التي يتبعها الشركاء في مرحلة ما قبل الزواج. فقد قام فورز ومونتيل وأولسون (Fowers, Montel & Olson, 1996) بالكشف عن العلاقة بين أربعة أنماط سلوكية قد يتبعها الشركاء في مرحلة ما قبل الزواج، وهي: المرن والحيوي، والتقليدي، والمنسجم، والمعارض، لدى عينة حجمها (393) زوجاً. أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة قوية بين نمط الأفراد المعارضين، واحتمالية حدوث الطلاق. أما الأفراد الذين كانوا أكثر مرونة وحيوية فهم الأكثر رضا عن العلاقة الزوجية.

وتحظى فئة الأزواج برعاية كبيرة من المعالجين الزوجيين، إذ ينصب اهتمام أتباع نظريات الإرشاد الزوجي والأسري على المكون النفسي الأسري ودينامياتها خلال مراحل التطور، فالمنهج الأدلري يقدم نموذجاً فريداً في دراسة الأفراد، وخصائصهم، وأنماطهم السلوكية من جهة، وأهدافهم وأساليبهم في الحياة من جهة أخرى. علاوة على ذلك، فأتباع المنحى الأدلري قدموا إسهامات كبيرة في مجال الإرشاد الزوجي والأسري، فعلى سبيل المثال لا الحصر تناولت الدراسات ذات الارتباط بالمنحى الأدلري مهارات إدارة الصراع، وحل المشكلات، والاتصال، والإدارة في مرحلة ما قبل الزواج، وفي الفترة المبكرة منه (Sauerheber & Bitter, 2013; Watts, 1997; Bishop, 1993; Moschetta & Moschetta, 1987; Huber, 1993). وبما ينسجم مع مبدأ عمل أدلر في الإرشاد الزوجي، فكثيراً ما يهتم المعالجون في مرحلة ما قبل

أما في البيئة الأردنية، فقط قام العمري (2009) بدراسة للتعرف إلى العلاقة الارتباطية بين كشف الذات، والتوافق الزوجي لدى معلمي تربية إربد الأولى في ضوء بعض المتغيرات (الجنس، وعمر الزوج، وعدد الأبناء). تكونت عينة الدراسة من (222) معلماً ومعلمة. أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة طردية موجبة بين كشف الذات، والتوافق الزوجي.

ومما يجدر ذكره إن كشف الذات المرتفع يرتبط بشكل موجب مع القدرة على حل الصراعات بين الشركاء عبر مراحل تطوره (بداية ووسط ونهاية)؛ مما يسهم في تقوية العلاقة، وتحسينها (Vito, 1998). ووفقاً للمنحى الأدلري، فإن الصراع بين الأفراد يظهر نتيجة لتفاعلهم الاجتماعي، فهم يديرون صراعاتهم وفقاً لأسلوبهم في الحياة الذي قد يشكل في وقت سابق من عمرهم (Corey, 2009). ويُعد الصراع أحد المظاهر الاجتماعية والإنسانية الموجودة على مستوى الأفراد والجماعات، وقد يتخذ الصراع أشكالاً عدة منها: الصراع الداخلي، مثل صراع الدوافع، والصراع اليبينشخصي (العنوم، 2007).

وهناك من ينظر إلى الصراع باعتباره سلوكاً حتمياً يظهر بين البشر كافة، لا سيما المقربين منهم كالأزواج؛ نظراً لطبيعة العلاقة التفاعلية الدائمة بينهم، حيث تتأثر هذه العلاقة بالأهداف التي يضعها كل شريك. وقد يصل الشركاء إلى مستوى عال من إدارة صراعاتهم إذا استطاعوا أن يميزوا بين حاجاتهم الملحة، ومتطلبات الكمالية (Zarei, Sadeghifard & Adli, 2013).

وهناك ارتباط وثيق بين مهارات حل الصراع، والرضا الزوجي، إذ تشير نتائج العديد من الدراسات إلى وجود علاقة وثيقة بين ضعف إدارة الصراع، وارتفاع نسب الطلاق، إضافة إلى عدم كفاية مهارات الاتصال، الأمر الذي يقود إلى انخفاض الرضا الزوجي (Samani, 2008; Schneewind, Klaus & Gerhard, 2002; Greef & De Bruyne, 2000; Christensen & Shenk, 1991).

ويذكر دالدار وسابتوت وياسين (Dildar, Sitwat, & Yasin, 2013) أن هناك أساليب مختلفة يتبعها الأزواج لحل صراعاتهم مع الشريك، منها: التجنب، والتسامح، والتسوية، والتعاون، والإجبار. وتكشف هذه الأساليب وجود ارتباط وثيق بين استخدامها وانخفاض الرضا الزوجي أو ارتفاعه.

وفي حال حدوث خلاف بين الشركاء، فإنهم إما أن يعبروا عن مشاعرهم، ويحققوا حاجاتهم بالطريقة التي يجدونها مناسبة، وإما أن يتجنبوا مواجهة الطرف الآخر (كمون الصراع)، ويحتفظوا به لأنفسهم، وفي كلتي الحالتين، فإن الطريقة التي يتبعونها في حل صراعاتهم تسمى "استراتيجية سلوك" (Marchand & Hock, 2000).

وتقوم الاستراتيجيات التي يتبعها الأفراد في إدارة صراعاتهم مع الآخر على بعدين هامين: الاهتمام بالذات، والاهتمام بالآخرين.

## فرضيات الدراسة

تتمثل فرضيات الدراسة الحالية في الآتية:

**الفرضية الأولى:** "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha=0.05$ ) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية، ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس كشف الذات، تعزى للبرنامج الإرشادي".

**الفرضية الثانية:** "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha=0.05$ ) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية، ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس إدارة الصراع، تعزى للبرنامج الإرشادي".

**الفرضية الثالثة:** "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha=0.05$ ) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية، في القياس البعدي وقياس المتابعة على مقياس كشف الذات، تعزى للبرنامج الإرشادي".

**الفرضية الرابعة:** "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha=0.05$ ) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية، في القياس البعدي وقياس المتابعة على مقياس إدارة الصراع، تعزى للبرنامج الإرشادي".

## أهمية الدراسة

تبدو أهمية الدراسة الحالية من كونها محاولة للتعرف إلى قدرة الشركاء الرجال في كشفهم ذاتهم، وإدراهم للصراعات الينشخصية مع شركائهم النساء، وإعداد برنامج إرشادي جمعي لتنمية هذه المتغيرات عند الشركاء الخاطبين من الرجال، حيث تبين أن النساء المتزوجات يملن إلى كشف ذاتهن مع الآخر بشكل أسهل وأكبر مما عليه الرجال المتزوجون (Hindes, 1997; Allen, 1992; Dindia & Murstein & Adler, 1995). ومن جهة أخرى، نلاحظ أن العديد من الرجال، وبعض النساء مقتنعون أن دور الرجل هو الحكم والإدارة، وأن ما على المرأة سوى الخضوع والطاعة، وهذا هو سبب الكثير من الزوجات غير السعيدة (أدلر، 2005). ومن هنا نستطيع القول إن الدراسة الحالية تزداد أهمية في تناولها للمفاهيم النظرية التي أشار إليها أدلر، لا سيما أسلوب الحياة الذي يمكننا الاستناد إليه في فهم الخاطبين وقضاياهم.

إضافة إلى ذلك، تشكل الدراسة الحالية إضافة نوعية في الاستناد إلى المنحى الأدلري في مواجهة مشكلات الأسرة والزواج، إذ تبين من خلال مراجعة الأدب السابق ندرة الدراسات العربية التي تتبع هذا المنحى عند تناول مشكلات الخاطبين، حيث اعتمدت معظمها على الاتجاه المعرفي السلوكي.

ويعدُّ الأردن أحد الدول التي تنطبق عليها حالة الزيادة المطردة في معدلات الطلاق قبل الدخول (دائرة قاضي القضاة، 2014). وتندر الدراسات المتعلقة ببرامج الإرشاد الخاصة بهذه

الزواج بتقييم نمط حياة الأفراد باعتبارها أداة وجزءاً هاماً من الإطار العام للعمل مع الأزواج (Shurts & Kuehn, 2008).

وقد أظهرت نتائج بعض الدراسات، أهمية برامج إرشاد ما قبل الزواج (Premarital Counseling) في تجاوز الصعوبات والمشاكل الزوجية المحتملة بين الشريكين كالعنف، والطلاق (Caldwell & Woolley, 2008; Neuger, 2002; Silliman & Schumm, 2000). وتسعى برامج تعليم أو إرشاد ما قبل الزواج إلى تقديم إرشادات وقائية وتعليمية للأدوار المحتملة للشريك، وتتضمن مثل هذه البرامج مهارات الاتصال، ومهارات التكيف، ومهارات حل الصراع، ومهارات الإدارة الناجحة (Blair & Cordova, 2009; Larson, et al., 2008; Carroll & Doherty, 2003; Holman, 2001).

## مشكلة الدراسة

بالنظر إلى الإحصاءات والدراسات المتنوعة التي أشارت إلى ازدياد معدل الخلافات الزوجية، وارتفاع نسب الطلاق في الأردن قبل الدخول (دائرة قاضي القضاة، 2014)، ووفقاً للبيانات التي أوردها الدليل السنوي لدائرة قاضي القضاة (2013) ضمن منشوراته عن أنواع الطلاق التراكمي من عام (2009-2013م)، والذي يكشف تصاعد نسب الطلاق قبل الدخول، فقد بلغت في عام 2009 (4397) حالة طلاق، وفي عام 2010 (6462) حالة، وفي عام 2011 (6355) حالة، وفي عام 2012 (7227) حالة، وفي عام 2013 (7831) حالة، وفي عام 2014 (8408) حالات. إضافة إلى ازدياد عدد حالات الطلاق والخلافات بين الأزواج، وتحديدًا في الفترة الأولى من الزواج. وعلاوة على ذلك، يلاحظ من خلال اطلاع الباحثين على المصادر البحثية عدم وجود برامج إرشادية وقائية إثرائية في مرحلة ما قبل الزواج أجريت على أفراد المجتمع الأردني، أو عدم وجود اهتمام بمثل هذه البرامج؛ الأمر الذي يتطلب القيام بالدراسة الحالية.

ومن جهة أخرى، تعدُّ فئة المعلمين من أكبر شرائح المجتمع التي تشتمل على شباب مقبلين على الزواج، أو في مرحلة الخطبة، لذا قد نجدهم مهتمين بمشاركة شركائهم قضاياهم الخاصة، وهذا ما قد يزيدهم رضاً عن العلاقة، أو قد يعرضهم للصراع الذي ينتج عن عملية كشف الذات. وفي المقابل، قد يُظهرون عكس ذلك؛ فنجدهم متمركزين حول ذاتهم، وغير مبادرين في الحديث عن أنفسهم أمام الشريك. واستجابة لهذه المؤشرات البحثية، سعت الدراسة الحالية إلى فحص مدى فاعلية برنامج إرشاد جمعي باستخدام الاستراتيجيات الإرشادية القائمة على المنحى الأدلري، في تنمية القدرة على كشف الذات، وإدارة الصراع لدى عينة من المعلمين الخاطبين، ولعل ذلك يساهم في تجاوز هذه المشكلة.

**كشف الذات:** عملية تفاعلية تنطوي على علاقة الفرد بالآخر. وغالباً ما يحكمها عدة عوامل، منها خارجية كثقافة المجتمع، ومنها داخلية كدوافع الشخص وأهدافه وأفكاره وانفعالاته. وعادة ما تتحدد مساحة كشف الذات لدى الفرد بمفهومه وتقديره لذاته. ويعد جوارارد (Jourard) أفضل من تناول هذا المفهوم في كتاباته. ويعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس كشف الذات المعتمد في الدراسة الحالية.

**إدارة الصراع:** لا يعني بالضرورة تجنب، أو إنهاء، أو خفض الصراع، بل التعامل مع مصادره بكل موضوعية للحد من الآثار العاطفية والسلوكية المترتبة عليه. ومن جهة أخرى، ينظر لإدارة الصراع على أنها وسيلة لتعلم التفكير الإبداعي في حل المشكلات بحث يتم تحويل موقف الصراع من مصدر الهدم إلى البناء والتطور وفقاً للأهداف التي يسعى إليها أطراف الصراع (Rahim, 2001). ويعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس إدارة الصراع المعتمد في الدراسة الحالية.

**المعلمون الخاطبون:** مجموعة من المعلمين العاملين في المدارس التابعة لمديرية تربية الزرقاء الأولى، وتربية الزرقاء الثانية، وتربية الرصيفة، الذين أتموا عقد القران بما توافرت لهم أسبابه وظروفه، ومنم أتاحت لهم الفرصة الكافية ليتفاعلوا بشكل مباشر مع شركائهم دون معوقات اجتماعية تذكر.

#### الطريقة والإجراءات

**أفراد الدراسة:** تم اختيار أفراد الدراسة بالطريقة القصدية من المعلمين الخاطبين في محافظة الزرقاء، بلغ عددهم (30) معلماً خاطباً، منهم (15) معلماً خاطباً ضمن المجموعة التجريبية، ممن خضع معظمهم للبرنامج الإرشادي الجمعي، وعددهم (12) فقط، و(15) معلماً خاطباً ضمن المجموعة الضابطة من عينة إجمالية بلغت (173) معلماً خاطباً. وبناء على نتائج مقياسي (كشف الذات، وإدارة الصراع)، تم الأخذ بأدنى الدرجات لثلاثين معلماً خاطباً، وقد عدوا حينها أفراد الدراسة.

وللتحقق من تكافؤ المجموعتين تم الاعتماد على طريقة التعيين العشوائي لأفراد الدراسة في مجموعتين (ضابطة وتجريبية)، ومقارنة المتغيرات الديموغرافية المتعلقة بهم. والجدول (1) يوضح توزيع أفراد الدراسة (ن=30) حسب المجموعة التجريبية والضابطة تبعاً لقائمة المعلومات الأولية.

المشكلة. إضافة إلى ذلك فقد اقتصر كثير من الدراسات السابقة على الجانب الوصفي دون التجريبي. لذا، فإن هذه الدراسة تطمح إلى أن تكون إسهاماً في هذا المجال، بحيث تكون نواة للبرامج الإرشادية التجريبية في حقل الأسرة والزواج. ومن هنا يمكن القول إن الدراسة الحالية تعد إضافة نوعية وإثراء للأدب النفسي التجريبي المتعلق بإرشاد ما قبل الزواج. إضافة إلى توفير أدوات للدراسة ذات معاملات صدق وثبات مقبولة ومناسبة في المجتمع الأردني.

#### حدود الدراسة ومحدداتها

اشتملت الدراسة على الحدود والمحددات الآتية:

الحدود البشرية: تم تطبيق الدراسة على المعلمين الخاطبين في محافظة الزرقاء.

الحدود المكانية: تحدد الإطار الجغرافي للدراسة في مدارس تربية الزرقاء (الأولى، والثانية، والرصيفة).

الحدود الزمانية: ارتبطت الحدود الزمانية بفترة تطبيق أدوات الدراسة خلال الفصل الدراسي الثاني 2014\2015م.

كما تتحدد إمكانية تعميم نتائج الدراسة الحالية تبعاً لأدوات الدراسة، وخصائصها السيكمترية، وهما: مقياسا كشف الذات، وإدارة الصراع، والبرنامج الإرشادي.

#### التعريف الإجرائية

**البرنامج الإرشادي الجمعي:** مجموعة من الإجراءات المنظمة التي تستند إلى أسس الإرشاد النفسي ونظرياته، وتتضمن كماً كبيراً من المعلومات والخبرات والمهارات والأنشطة المتنوعة التي تقدم للأفراد خلال فترة زمنية محددة، بهدف مساعدتهم على اكتساب أنماط ومهارات سلوكية جديدة تؤدي بهم إلى تحقيق التوافق النفسي، والتغلب على مشكلاتهم (حسين، 2012). ويعرف إجرائياً بأنه: مجموعة من الجلسات الإرشادية وعددها (14)، تم تطويرها بالاستناد إلى المنحى الأدلري في الإرشاد النفسي. اشتملت هذه الجلسات على مجموعة متنوعة من الأنشطة والتمارين المهمة ذات الصلة والموجهة لمجموعة ما من المعلمين الخاطبين في محافظة الزرقاء لتنمية قدراتهم على كشف الذات، وإدارة الصراع مع الشريك.

**المنحى الأدلري:** وهو من الاتجاهات النفسية، الذي طوره العالم أدلر Adler تحت مسمى "علم النفس الفردي"، حيث اعتمد في تفسيره للسلوك الإنساني على مبدأ الكلية، فهو لا يؤمن بتقسيم الفرد إلى وظائف مجزأة، بل يركز على وحدة التفكير، والشعور، والفعل، والموقف، والقيم، والعقل الواعي وغير الواعي (الريحاني وطنوس، 2012).

جدول (1): توزيع أفراد الدراسة تبعاً لمتغيري العمر والمستوى التعليمي.

العمر	المجموعة التجريبية	المجموعة الضابطة
الفئة العمرية	العدد	العدد
30-25	7	6
35-31	5	8
45-36	3	1
المجموع	15	15
المستوى التعليمي	العدد	العدد
دبلوم	1	0
بكالوريوس	9	10
ماجستير	3	4
دكتوراة	2	1
المجموع	15	15

### معاملات الثبات

#### ثبات الإعادة

تم تطبيق مقياس كشف الذات على عينة مكونة من (18) فرداً، ثم أُعيد تطبيقه بعد أسبوعين على العينة نفسها. بلغ معامل ارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية لمرتي التطبيق (0.79). وتعد هذه القيمة مناسبة لأغراض الدراسة الحالية. كما قام الباحثان بإيجاد معامل الارتباط بين الأبعاد على مقياس كشف الذات، حيث تراوحت بين (0.62-0.76)، وهي معاملات ارتباط مقبولة لأغراض الدراسة الحالية. هذا وقد تكون المقياس الحالي في صورته النهائية من (47) فقرة موزعة على ستة أبعاد، هي:

- 1- البعد الاجتماعي: يتكون من 9 فقرات.
- 2- البعد الانفعالي: يتكون من 8 فقرات.
- 3- البعد الاقتصادي: يتكون من 8 فقرات.
- 4- البعد المعرفي: يتكون من 8 فقرات.
- 5- البعد السلوكي: يتكون من 8 فقرات.
- 6- البعد الصحي والجسمي: يتكون من 6 فقرات.

تصحيح المقياس: تم استخدام تدرّج ليكرت الخماسي، بحيث يعطى البديل دائماً (5) درجات، وغالباً (4) درجات، وأحياناً (3) درجات، ونادراً درجتان، وأبداً درجة واحدة. هذا فيما يتعلق بالفقرات الموجبة، أما الفقرات السالبة ذات الأرقام: (1، 2، 10، 16، 18، 23، 26، 40، 43، 46، 47) فقد أعطيت لها الدرجات الآتية: دائماً درجة واحدة، وغالباً درجتين، وأحياناً (3) درجات، ونادراً (4) درجات، وأبداً (5) درجات.

#### تحديد مستوى كشف الذات

تم تحديد مستوى كشف الذات تبعاً للدرجات، حيث تشير الدرجات المرتفعة على المقياس الكلي إلى مستوى مرتفع من كشف الذات، والدرجات المنخفضة إلى مستوى منخفض من كشف الذات. وقد صنفت الدرجات في ثلاثة مستويات، كما في الجدول (2).

### أداتا الدراسة

استخدم في الدراسة الحالية أداتين: مقياس كشف الذات، ومقياس إدارة الصراع، هذا إضافة إلى برنامج إرشادي جمعي.

مقياس كشف الذات: تم تطوير مقياس كشف الذات على النحو الآتي:

تم إجراء مسح للأدب النظري السابق الأجنبي والعربي ذي الصلة بمفهوم كشف الذات، كالدراسات العربية (العمري، 2009؛ أبو جدي، 2008؛ المومني، 1998؛ جرادات، 1995)، والدراسات الأجنبية (1998). واستناداً إلى الأدب السابق، قام الباحثان بتحديد الأبعاد، وصياغة الفقرات المهمة التي تم تضمينها في المقياس.

صدق المحتوى: تم عرض المقياس الذي يتكون من (61) فقرة بعد إعداد الصورة الأولية على (15) من أعضاء هيئة التدريس في مجال الإرشاد النفسي، والصحة النفسية، وعلم النفس الإكلينيكي في الجامعات الأردنية، لإبداء آرائهم في صدق المضمون، وانتماء العبارات للمقياس. وقد تم اعتماد معيار اتفاق (12) محكماً لبيان صلاحية الفقرة. وبناءً على آراء المحكمين، تم تعديل بعض الفقرات، وحذف (14) فقرة؛ لتشابهها، وقرب مدلولها مع فقرات أخرى، وعدم مناسبة بعضها للبعد التي تنتمي إليه. وبالنتيجة، أصبح المقياس بصورته النهائية يتألف من (47) فقرة موزعة على ستة أبعاد، واعتبر هذا الإجراء مؤشراً على أن المقياس يتمتع بدلالات صدق تمثلت باتفاق (80%) على الأقل من المحكمين على مناسبة فقراته.

فاعلية الفقرات: تم حساب دلالات صدق البناء للمقياس من خلال حساب ارتباط درجة الفقرة بالبعد الذي تنتمي إليه، لدى عينة استطلاعية من خارج أفراد الدراسة الحالية، بواقع (20) معلماً خاطباً، وتم استبعاد اثنين من العينة الاستطلاعية، لعدم اكتمال الإجابة لتصبح العينة المعتمدة لأغراض استخراج الصدق (18) معلماً، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية بين (0.83 - 60.0). وتعد مؤشرات جيدة للحكم على صدق البناء للمقياس.

**جدول (2): درجات تحديد مستوى كشف الذات**

110-47	كشف ذات منخفض
172-111	كشف ذات متوسط
235-173	كشف ذات مرتفع

ولأغراض الدراسة الحالية، تم احتساب الدرجة الكلية على المقياس التي تراوحت ما بين (47 - 235) درجة، مع ملاحظة أنه تم اعتبار الدرجة (110) فما فوق درجة القطع ومؤشراً لمستوى كشف الذات.

**2- مقياس إدارة الصراع:** تم تطوير مقياس إدارة الصراع على النحو الآتي :

تم إجراء مسح للأدب النظري العربي والأجنبي ذي الصلة بمفهوم إدارة الصراع، كالدراسات العربية (المشاقبة، 2014؛ الكركي، 2005؛ البداينة، 2004)، والدراسات الاجنبية (Sauerheber & Bitter, 2013; Thompson, 2003; Stanley, et al., 2002; Sharah, 1988). واستناداً إلى الأدب السابق، قام الباحثان بتحديد الأبعاد، وصياغة الفقرات المهمة التي تم تضمينها في المقياس.

**صدق المحتوى:** تم عرض المقياس الذي يتكون من (51) فقرة بعد إعداد الصورة الأولية، على (15) من أعضاء هيئة التدريس في مجال الإرشاد النفسي والصحة النفسية في الجامعات الأردنية؛ لإبداء آرائهم في صدق المضمون، وانتماء العبارات للمقياس، ومدى ملاءمتها لقياس ما وضعت لقياسه، ودرجة وضوحها، ومن ثم اقتراح التعديلات المناسبة. وقد تم اعتماد معيار اتفاق (12) محكماً ليبيان صلاحية الفقرة. وبناءً على آراء المحكمين، تم تعديل بعض الفقرات من ناحية الصياغة اللغوية لزيادة وضوحها، وتم حذف فقرتين بسبب تشابههما وقرب مدلولهما مع فقرات أخرى. وبالنتيجة، أصبح المقياس بصورته النهائية يتألف من (49) فقرة موزعة على خمسة أساليب، وعد هذا الإجراء مؤشراً على أن المقياس يتمتع بدلالات صدق تمثلت باتفاق (80%) على الأقل من المحكمين على مناسبة فقراته.

**فاعلية الفقرات:** تم حساب دلالات صدق البناء للمقياس من خلال حساب ارتباط الفقرة بالأسلوب الذي تنتمي إليه، لدى عينة استطلاعية من خارج أفراد الدراسة الحالية، بواقع (20) معلماً خاطباً، تم استبعاد اثنين من أفراد العينة الاستطلاعية، لعدم اكتمال الإجابة، لتصبح العينة المعتمدة لأغراض استخراج الصدق (18) معلماً. وتبين أن قيم معاملات الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية تراوحت بين (0.61 - 0.82)، وتعد هذه مؤشرات جيدة للحكم على صدق البناء للمقياس.

**معاملات الثبات:** تم تطبيق مقياس إدارة الصراع على عينة مكونة من (18) فرداً، ثم أعيد تطبيقه بعد أسبوعين على العينة نفسها، وقد بلغ معامل ارتباط بيرسون (0.80). وتعد هذه القيمة مناسبة لأغراض الدراسة الحالية. كما تم حساب معامل الارتباط بين الأساليب على مقياس إدارة الصراع، وقد تراوحت بين (0.66-0.86)، وهي معاملات ارتباط مقبولة لأغراض الدراسة الحالية. وقد تكون المقياس في صورته النهائية من (49) فقرة موزعة على خمسة أساليب، هي:

- 1- التعاون: يتكون من 9 فقرات.
- 2- الاسترضاء: يتكون من 10 فقرات.
- 3- المساومة: يتكون من 10 فقرات.
- 4- التجنب: يتكون من 10 فقرات.
- 5- الإجبار: يتكون من 10 فقرات.

**تصحيح المقياس:** تم استخدام تدرج ليكرت الخماسي، بحيث يُعطى البديل: أوافق بدرجة كبيرة جداً (5) درجات، وأوافق بدرجة كبيرة (4) درجات، أوافق بدرجة متوسطة (3) درجات، وأوافق بدرجة قليلة (2) درجة، وأوافق بدرجة قليلة جداً (1) درجة واحدة، هذا فيما يتعلق بالفقرات الموجبة للأساليب الثلاثة الأولى (التعاون، والاسترضاء، والمساومة). أما الفقرات السالبة للأساليب (التجنب، والإجبار) التي تضمنتها الفقرات (30-49) فقد أعطيت لها الدرجات الآتية: أوافق بدرجة كبيرة جداً (1) درجة واحدة، وأوافق بدرجة كبيرة (2) درجة، وأوافق بدرجة متوسطة (3) درجات، وأوافق بدرجة قليلة (4) درجات، وأوافق بدرجة قليلة جداً (5) درجات.

**البرنامج الإرشادي الجمعي المستند إلى المنحى الأدلري:** يهدف البرنامج الحالي الى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي قائم على المنحى الأدلري في كشف الذات، وإدارة الصراع لدى عينة من المعلمين الخاطيين في محافظة الزرقاء. تألف البرنامج من أربع عشرة جلسة إرشادية، تراوحت مدة كل جلسة بين (90-120) دقيقة. طبق البرنامج على المعلمين الخاطيين بمعدل جلستين أسبوعياً بناءً على رغبتهم في الاشتراك بالجلسات الإرشادية ممن سجلوا أدنى الدرجات على مقياسي كشف الذات، وإدارة الصراع. استغرق تطبيق البرنامج مدة زمنية مقدارها (7) أسابيع. والجدول (3) يوضح جلسات البرنامج الإرشادي من حيث العنوان، والأهداف، والفنيات.

جدول (3): وصف للجلسات الإرشادية وأهدافها وفنياتها

رقم الجلسة	عناوين الجلسات	الهدف	الفنيات المستخدمة
1	التعارف والتهيئة	- إتاحة المجال للتعارف بين الأعضاء أنفسهم والمرشد - بيان حدود وقواعد العلاقة الإرشادية - التعرف إلى توقعات الأعضاء من العملية الإرشادية	-الحوار والنقاش -لعب الدور -تمارين (عنتر وعبلة)
2	معنى الحياة	- تعريف الأعضاء بمعنى "الحياة" وفق فلسفة أدلر - مساعدة الأعضاء على فهم جوانب الحياة في الزواج - تبصير الأعضاء بوجهة نظر أدلر عن المهام الحياتية	-الحوار والنقاش -الأسئلة -تمارين (عنتر وعبلة)
3	الأهداف والغايات	- تعريف الأعضاء بمعنى الأهداف والغايات عند أدلر - تعريف الأعضاء بوجهة نظر أدلر عن مشاعر النقص - مساعدة الأعضاء على التبصر بالأهداف المرتبطة بالزواج	-الحوار والنقاش -تمارين (عنتر وعبلة) -التكليف بالمهام والالتزام بها
4	أسلوب الحياة 1	- تعريف الأعضاء بمعنى أسلوب الحياة - تعريف الأعضاء على أنماط أساليب الحياة عند أدلر - تبصير الأعضاء بأساليب حياتهم وأثرها في سلوكياتهم	-الأسئلة -تمارين (عنتر وعبلة) -التخيل
5	أسلوب الحياة 2	- تقييم أسلوب حياة الأعضاء من خلال الترتيب الولادي - تقييم أسلوب حياة الأعضاء من خلال (الذكريات الأولى)	-الاسئلة -التكليف بالمهام
6	أسلوب الحياة 3	- تقييم أسلوب الحياة عند الأعضاء من خلال (الأحلام) - تقييم أسلوب حياة الأعضاء من خلال (أساطير الشخصية) - تغيير الاحكام السلبية المتعلقة بأساطير الشخصية وتحديدها	-تمارين (عنتر وعبلة) -التشجيع -الفورية
7	الاهتمام الاجتماعي	- تعريف الأعضاء بالاهتمام الاجتماعي - توعية الأعضاء بحاجات الآخرين مع الشريك (الخطيبة) - تشجيع الأعضاء على التغلب على مشاعر الدونية	-التشجيع -البصق في الحساء -الإمسك بالنفس
8	الاتصال	- توعية الأعضاء حول الاتصال مع الشريك (الخطيبة) - تعريف الأعضاء بمهارات الاتصال الناجح - مساعدة الأعضاء على تطوير مهاراتهم الاتصالية	-لعب الدور -التشجيع -الفورية
9	كشف الذات 1	- تعريف الأعضاء بقواعد الاتصال الناجح - زيادة وعي الأعضاء حول سلوكيات من خلال (هنا والآن) - - تعليم الأعضاء كيف يعون مشاعرهم الشخصية - تعليم الأعضاء طرق طرق التعبير عن المشاعر	-لعب الدور -التشجيع -الفورية -القصص المتناقض ظاهريا
10	كشف الذات 2	- تعريف بحدود كشف الذات - توعية الأعضاء بأثر المشاعر في السلوك - تشجيع الأعضاء للتعبير عن المشاعر	-ضغط الأزرار -التصرف كما لو -الفكاهة
11	إدارة الصراع 1	- تعريف الأعضاء إلى أهمية كشف الذات في الصراع - تعريف الأعضاء إلى مفهوم حل النزاع - تعريف الأعضاء إلى أهمية حل النزاع	-الإمسك بالنفس -ضغط الأزرار -البصق في الحساء
12	إدارة الصراع 2	- تعريف الأعضاء إلى استراتيجيات إدارة الصراع - تدريب الأعضاء على إدارة الصراع من الفنيات	-فنية (المخطوطة) DESC -الإمسك بالنفس -فنية الإصغاء التوكيدي
13	إدارة الصراع 3	- تعريف الأعضاء إلى أهمية التعاون لإدارة الصراعات - تدريب الأعضاء إلى إدارة الصراع من خلال الفنيات	-التصرف كما لو -القصص المتناقض ظاهريا
14	الختامية	- تلخيص ما دار بالجلسات السابقة - معرفة مدى تحقيق اهداف البرنامج (تطبيق القياسات البعدية على أفراد المجموعه التجريبية) - الاتفاق مع الأعضاء على موعد تطبيق القياس التتبعي	-الحوار والنقاش -التشجيع -التكليف بالمهام والالتزام بها

قام الباحثان بالاطلاع على العديد من المراجع والدراسات التي تناولت العلاج الأدلري، ومنها كتاب أدلر المترجم (2005)، وكتاب كوري (Corey, 2009)، ودراسة ليتي (Litty, 1988)،

إعداد البرنامج: تم إعداد البرنامج للتطبيق وفقاً للخطوات

الآتية:

المدارس والمعلمين الخاطبين موضعاً لهم هدف الدراسة، وبعدها طلب إلى الأعضاء الإجابة عن فقرات مقياسي الدراسة (كشف الذات، وإدارة الصراع). أخيراً، قام الباحثان بتفريغ درجات المقياسين التي أجاب عنها المعلمون، وبناءً على نتائج مقياسي (كشف الذات، وإدارة الصراع)، تم الأخذ بأدنى الدرجات لثلاثين معلماً خاطباً، وقد اعتبروا حينها أفراد الدراسة. وبعدها، تم توزيع أفراد الدراسة عشوائياً في مجموعتين، الأولى: تجريبية، وعددها (15) الذين أبدوا رغبة في الانضمام للبرنامج الإرشادي، والثانية: ضابطة، وعددها (15).

وبعدها، قام الباحث الأول بزيارة أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في مدارسهم، وبالنسبة لأعضاء المجموعة التجريبية تمت محاورتهم حول إمكانية المشاركة في جلسات البرنامج الإرشادي، والسير بإجراءات تطبيق البرنامج الإرشادي، حيث تم الاتفاق على موعد الجلسة الأولى ومكان اللقاء. ثم طلب الباحث من أفراد المجموعتين الإجابة عن فقرات مقياسي الدراسة (القبلي).

وفي الجلسة الأولى، حضر جميع الأعضاء، وعددهم (15) معلماً خاطباً، ولكن بعد مضي أول جلستين تلقى الباحث الأول اتصالاً هاتفياً من ثلاثة أعضاء في المجموعة التجريبية يعبرون عن أسفهم من عدم استطاعتهم الاستمرار في البرنامج الإرشادي مسوغين ذلك بالتحاقهم غير المخطط له بعمل جزئي بعد انتهاء وقت العمل الرسمي لهم. وبذلك أصبح العدد النهائي للأعضاء الذين استمروا في البرنامج الإرشادي حتى انتهاء الجلسات (12) عضواً فقط. وفي آخر جلسة من البرنامج الإرشادي، تم إجراء التطبيق البعدي لمقياسي كشف الذات، وإدارة الصراع للمجموعة التجريبية، وأفراد المجموعة الضابطة. وبعد شهر من انتهاء جلسات البرنامج التجريبي، تم إجراء قياس المتابعة لقياس كشف الذات، وإدارة الصراع على أفراد المجموعة التجريبية فقط.

#### منهج الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة الحالية، ولفحص فرضياتها، تم اعتماد المنهج شبه التجريبي. وقد استخدمت الدراسة الحالية لفحص أثر المتغير المستقل، وهو (البرنامج الإرشادي) على المتغير التابع، وهو الدرجة على مقياس كشف الذات، ومقياس إدارة الصراع، والجدول (4) يبين ذلك.

ودراسة سيورهيبر وبيتر (Sauerheber & Bitter, 2013). بعدها قاما بالاطلاع على العديد من المصادر والدراسات التي تناولت الصراع في العلاقات الزوجية الصراع، ومنها كتاب ثومسون (Thompson, 2003)، ودراسة ويليامز (Williams, 2008)، ودراسة كارامبولدجي وفولهاجي وزاري (Karamiboldaji, Fallachai & Zarei, 2012)، ودراسة دالدار وسائتوت وياسين (Dildar, Sitwat, & Yasin, 2013)، بالإضافة إلى الأدلة التي يوفرها المركز الوطني لتنمية الموارد البشرية.

كما اطلع الباحثان على العديد من المراجع والدراسات التي أخذت كشف الذات متغيراً هاماً في العلاقات الزوجية، منها دراسة العمري (2009)، ودراسة زاريا وسانايماناش (Zarei & Sanaeimanesh, 2014)، ودراسة تانغ بنسمان وهاتفلد (Tang, Bensman & Hatfield, 2013). بعدها قاما بوضع تصور أولي عن البرنامج الإرشادي متضمناً أهدافه، وعناوين جلساته، وأنشطته، وفنياته التي تتبع للاتجاه الأدلري، ثم عرضا البرنامج الإرشادي على (13) من المحكمين المتخصصين في مجال علم النفس، والإرشاد النفسي والزواج والأسري. وتم الأخذ بملاحظاتهم.

#### إجراءات الدراسة

بعد ان حصل الباحثان على تسهيل مهمة من الجامعة الأردنية موجهة للمعلمين في مديريات التربية والتعليم الآتية: تربية الزرقاء الأولى، وتربية الزرقاء الثانية، وتربية الرصيفة، وإلى مركز التوعية والإرشاد الأسري، قام الباحث الأول بتوجيه دعوة لجميع المعلمين الخاطبين في أماكن عملهم ضمن محافظة الزرقاء، من خلال إعلان مكتوب يمثل رغبته في تطبيق برنامج إرشادي مدرجاً فيه فكرة البرنامج، بالإضافة إلى وسيلة الاتصال المناسبة. عندها قام المعنيون بالأمر بإيصال الدعوة لجميع المدارس (الذكور)، وتعميمها عبر البريد الورقي والإلكتروني. علاوة على ذلك، سعى الباحثان إلى اتباع طرق أخرى للوصول إلى المعلمين الخاطبين؛ فعلى سبيل المثال قاموا بوضع إعلان في مباني المديريات الثلاث يوضح للقارئ فكرة البرنامج، كما قاما بالاتصال الهاتفي مع مديري المدارس كافة للتأكيد على متابعة البريد. وخلال هذه الفترة؛ أي خلال أسبوعين، تلقى الباحث الأول اتصالات هاتفية من مديري المدارس والمعلمين الخاطبين ليستفسروا عن الهدف من هذا الإعلان. ثم قام بزيارة جميع المعلمين الخاطبين في المدارس المحددة من مختلف المديريات الثلاث، وقابل كلاً من مديري

#### جدول (4): تصميم الدراسة شبه التجريبي

المجموعة	القياس القبلي	المعالجة	القياس البعدي	قياس المتابعة
RGA	O1	O2	O1	O2
RGB	O1	O2	O1	O2

الاختبار (القبلي والبعدي)، وإجراء تحليل التباين المشترك (ANCOVA) للكشف عن فاعلية برنامج إرشادي قائم على المنحى الأدلري في كشف الذات وإدارة الصراع لدى عينة من المعلمين الخاطبين، وإجراء اختبار (t-test) للعينات المترابطة

#### المعالجة الإحصائية

لفحص فرضيات الدراسة، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء المجموعتين: التجريبية والضابطة على

القياس البعدي على مقياس كشف الذات، تعزى للبرنامج الإرشادي". ولاختبار صحة هذه الفرضية تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة الدراسة في المجموعة الضابطة (التي لم تخضع للبرنامج الإرشادي القائم على المنحى الأدرلي)، والمجموعة التجريبية على مقياس كشف الذات البعدي، والجدول (5) يبين ذلك.

للكشف عن مدى احتفاظ المجموعة التجريبية باستمرارية التحسن في كشف الذات، وإدارة الصراع.

### النتائج

أولاً: النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha = 0.05$ ) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية، ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في

جدول (5): المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد الدراسة على مقياس كشف الذات البعدي تبعا للمجموعة وعلى كل بعد من أبعاده.

البعدي	المجموعة	القياس القبلي		القياس البعدي	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
اجتماعي	ضابطة	15.93	3.43	16.21	3.51
	تجريبية	11.58	3.35	33.58	5.46
انفعالي	ضابطة	13.13	2.38	14.11	3.45
	تجريبية	16.50	2.23	31.50	4.23
اقتصادي	ضابطة	11.87	1.88	12.21	2.65
	تجريبية	14.17	3.44	30.17	5.92
معرفي	ضابطة	13.47	2.74	12.41	1.09
	تجريبية	14.42	2.85	31.42	3.91
سلوكي	ضابطة	12.33	2.44	13.21	2.84
	تجريبية	14.08	3.18	29.08	5.10
جسمي وصحي	ضابطة	13.80	3.64	14.01	4.01
	تجريبية	16.58	2.62	25.58	1.62

البعدي الصحي والجسمي فكان الأقل لأداء الأفراد في المجموعة التجريبية، فقد بلغ (25.58)، وهو أعلى من المتوسط الحسابي لأداء الأفراد على المقياس في المجموعة الضابطة الذي بلغ (14.01). وللتحقق من دلالة الفروق، تم إجراء اختبار ولكس لامبدا (Wilks Lambda) للكشف عن وجود أثر للبرنامج في درجات المعلمين الكلية على المقياس كما في الجدول (6).

يتضح من الجدول (5) وجود فرق ظاهري بين متوسطي أداء الأفراد في مقياس كشف الذات البعدي نتيجة تعرضهم للبرنامج الإرشادي. ويشكل متوسط البعد الاجتماعي الأكثر ارتفاعاً مقارنة بالأبعاد الأخرى لأداء الأفراد في المجموعة التجريبية، فقد بلغ (33.58)، وهو أعلى من المتوسط الحسابي لأداء الأفراد على المقياس في المجموعة الضابطة الذي بلغ (16.21). أما متوسط

جدول (6): نتائج اختبار ولكس لامبدا (Wilks Lambda) للكشف عن وجود أثر للبرنامج في الأبعاد الفرعية على مقياس كشف الذات

المتغيرات المستقلة	اختبار احصائي Wilks Lambda	ف	مستوى الدلالة
القبلي	0.55	0.48	0.53
المجموعة	0.34	408.08	0.000

البعدي ( $\alpha=0.05$ ). ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية، تم إجراء تحليل التباين المشترك (ANCOVA)، كما في الجدول (7).

يتضح من الجدول (6) وجود فروق في المجالات الفرعية لمقياس كشف الذات، حيث بلغت قيمة (0.34 Wilks Lambda)، وقيمة "ف" (408.08)، وهي دالة إحصائية عند مستوى الدلالة

جدول (7): تحليل التباين المشترك (ANCOVA) لدلالة الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس كشف الذات (البعدي).

البعدي	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	الدلالة الإحصائية	مربع إيتا Square
اجتماعي	القياس القبلي	160	1	160	0.008	0.931	0.77
	المجموعات	2049.31	1	2049.31	99.62	0.000	
انفعالي	الخطأ	493.69	24	20.57			
	الكلية	2570.66	26				
	القياس القبلي	5.50	1	5.50	.48	0.492	

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	الدلالة الإحصائية	مربع إيتا Eta Square
	المجموعات	2199.75	1	2199.75	194.64	0.000	0.87
	الخطأ	271.22	24	11.30			
	الكلية	2525.63	26				
اقتصادي	القياس القبلي	57.59	1	57.59	3.65	0.068	
	المجموعات	2131.77	1	2131.77	135.41	0.000	0.71
	الخطأ	377.86	26	15.742			
	الكلية	2668.00	26				
	القياس القبلي	6.13	1	6.13	.54	0.466	
	المجموعات	02099.2	1	2099.27	187.63	0.000	0.76
معرفي	الخطأ	268.512	24	11.188			
	الكلية	2422.66	26				
	القياس القبلي	1.89	1	1.89	.12	0.728	
سلوكي	المجموعات	1836.50	1	1836.50	119.65	0.000	0.81
	الخطأ	368.352	24	15.34			
	الكلية	2240.66	26				
جسمي وصحي	القياس القبلي	6.75	1	6.75	.77	0.387	
	المجموعات	898.41	1	898.41	103.38	0.000	0.76
	الخطأ	208.56	24	8.690			
	الكلية	1140.96	26				

تنمية كشف الذات؛ أي أن البرنامج الإرشادي فسر حوالي (80%) من التباين الكلي في رفع مستوى كشف الذات لدى أفراد الدراسة.

**ثانياً: النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية** "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha=0.05$ ) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية، ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس إدارة الصراع، تعزى للبرنامج الإرشادي". ولاختبار صحة هذه الفرضية، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة الدراسة في المجموعة الضابطة (التي لم تخضع للبرنامج الإرشادي القائم على المنحى الأدلري)، والمجموعة التجريبية (التي خضعت للبرنامج الإرشادي القائم على المنحى الأدلري) على مقياس إدارة الصراع البعدي، والجدول (8) يبين ذلك.

تشير نتائج تحليل التباين المشترك في الجدول (7) إلى وجود أثر ذي دلالة إحصائية ( $\alpha=0.05$ ) لمتغير البرنامج الإرشادي على مقياس كشف الذات البعدي، وعلى جميع الأبعاد، حيث بلغت قيمة "ف" للبعد الاجتماعي (99.62)، وللبعد الانفعالي (194.64)، وللبعد الاقتصادي (135.41)، وللبعد المعرفي (187.63)، وللبعد السلوكي (119.65)، وللبعد الجسمي والصحي (103.38)، وهذه القيم جميعها دالة عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ ). وقد جاءت الفروق لصالح المجموعة التجريبية التي تلقت البرنامج الإرشادي. وتعني هذه النتيجة أن البرنامج ساعد في رفع مستوى كشف الذات لدى المجموعة التجريبية؛ مما يشير إلى رفض الفرضية الصفرية الأولى، وقبول الفرضية البديلة. وقد تم حساب حجم الأثر (Effect Size)، باستخدام مربع إيتا (Eta Square)، الذي يتراوح بين (0.71 - 0.87). وهذا يعني أن البرنامج الإرشادي أحدث تبايناً كبيراً في المتغير التابع المتعلق في

**جدول (8): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد الدراسة على مقياس إدارة الصراع البعدي تبعاً للمجموعة وعلى كل أسلوب من أساليبه.**

الأسلوب	المجموعة	القياس القبلي		القياس البعدي	
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي
التعاون	ضابطة	3.20	15.11	2.49	16.73
	تجريبية	5.31	14.32	4.11	29.00
الاسترخاء	ضابطة	2.76	13.32	2.99	14.86
	تجريبية	4.69	12.39	7.6	31.75
المساومة	ضابطة	1.20	17.54	3.44	18.53
	تجريبية	5.21	17.27	7.18	33.00
التجنب	ضابطة	2.49	38.47	2.03	40.00
	تجريبية	3.91	39.01	2.35	18.42
الإجبار	ضابطة	2.09	40.33	2.18	43.73
	تجريبية	5.11	42.08	2.61	18.50

أقل من المتوسط الحسابي لأداء الأفراد في المجموعة الضابطة الذي بلغ (40.00)، وبلغ المتوسط الحسابي لأداء الأفراد في المجموعة التجريبية على أسلوب الإيجار (18.50)، وهو أقل من المتوسط الحسابي لأداء الأفراد في المجموعة الضابطة الذي بلغ (43.73). ولتحقق من دلالة الفروق، تم إجراء اختبار ولكس لامبدا (Wilks Lambda) للكشف عن وجود أثر للبرنامج في درجات المعلمين الكلية على المقياس كما في الجدول (9).

يتضح من الجدول (8) وجود فرق ظاهري بين متوسطي أداء الأفراد في مقياس إدارة الصراع البعدي نتيجة تعرضهم للبرنامج الإرشادي. وقد بلغ المتوسط الحسابي لأسلوب المساومة (33.00)، حيث يعد متوسط هذا الأسلوب الأكثر ارتفاعاً مقارنة بمتوسطات الأساليب الإيجابية الأخرى (التعاون، والاسترضاء) لأداء الأفراد في المجموعة التجريبية، وهو أعلى من المتوسط الحسابي لأسلوب المساومة لأداء الأفراد في المجموعة الضابطة الذي بلغ (18.53). أما متوسطات الأساليب السالبة، فقد بلغ لأداء الأفراد في المجموعة التجريبية على أسلوب التجنب (18.42)، وهو

جدول (9): نتائج اختبار ولكس لامبدا (Wilks Lambda) للكشف عن وجود أثر للبرنامج على مقياس إدارة الصراع

المتغيرات المستقلة	اختبار احصائي Wilks Lambda	ف	مستوى الدلالة
القبلي	0.65	0.43	0.44
المجموعة	0.12	356.45	0.000

الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية تم استخدام تحليل التباين المشترك (ANCOVA)، والجدول (10) يبين ذلك.

يتضح من الجدول (9) وجود فروق في المجالات الفرعية لمقياس إدارة الصراع، حيث بلغت قيمة ولكس لامبدا (0.12)، وقيمة ف (356.45)، وهي دالة إحصائية ( $\alpha=0.05$ ). وليبيان دلالة

جدول (10): تحليل التباين المشترك (ANCOVA) لدلالة الفروق بين أداء المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس إدارة الصراع (البعدي).

الأسلوب	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	الدلالة الإحصائية	مربع ايتا Eta Square
التعاون	القياس القبلي	20.250	1	20.250	1.92	0.178	
	المجموعات	1018.060	1	1018.060	96.696	0.000	0.88
	الخطأ	252.684	24	10.528			
الاسترضاء	القياس القبلي	191.750	1	191.750	7.87	0.100	
	المجموعات	1975.135	1	1975.135	81.138	0.000	0.76
	الخطأ	584.233	24	24.343			
المساومة	القياس القبلي	184.089	1	184.089	8.03	0.090	
	المجموعات	1459.107	1	1459.107	63.711	0.000	0.75
	الخطأ	549.644	24	22.902			
التجنب	القياس القبلي	16.406	1	16.406	3.84	0.062	
	المجموعات	3059.952	1	3059.952	716.404	0.000	0.78
	الخطأ	102.510	24	4.271			
الإيجار	القياس القبلي	17.102	1	17.102	3.28	0.082	
	المجموعات	4187.757	1	4187.757	805.138	0.000	0.78
	الخطأ	124.831	24	5.201			
الكلية		4386.741	26				

(716.404)، ولأسلوب الإيجار (805.138)، وهذه القيم دالة عند مستوى ( $\alpha=0.05$ ). وقد كانت الفروق لصالح المجموعة التجريبية التي تلقت البرنامج الإرشادي. وهذه النتيجة تعني أن البرنامج أسهم في رفع مستوى إدارة الصراع لدى المجموعة التجريبية، للأبعاد (التعاون، والاسترضاء، والمساومة)، بينما ساهم في خفض مستوى

تشير نتائج تحليل التباين المشترك كما في الجدول (10) إلى وجود أثر ذي دلالة إحصائية ( $\alpha=0.05$ ) لمتغير البرنامج الإرشادي على مقياس إدارة الصراع البعدي بين بعض الأبعاد، حيث بلغت قيمة ف لأسلوب التعاون (96.696)، ولأسلوب الاسترضاء (81.138)، ولأسلوب المساومة (63.711)، ولأسلوب التجنب

المجموعة التجريبية في القياس البعدي وقياس المتابعة على مقياس كشف الذات، تعزى للبرنامج الإرشادي".

ولاختبار صحة هذه الفرضية، تم استخدام اختبار (ت) للعينات المترابطة لدرجات المجموعة التجريبية (التي خضعت للبرنامج التدريبي) على المقياس البعدي والمتابعة، والجدول (11) يبين ذلك.

إدارة الصراع لدى المجموعة التجريبية، لبعدي (التجنب، والإجبار)؛ مما يشير إلى رفض الفرضية الصفرية الأولى، وقبول الفرضية البديلة، وقد تم حساب حجم الأثر (Effect Size)، باستخدام مربع إيتا (Eta Square)، الذي يتراوح بين (0.75 - 0.88). وهذا يعني أن البرنامج الإرشادي أحدث تبايناً كبيراً في المتغير التابع .

**ثالثاً: النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة** "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha= 0.05$ ) بين متوسط درجات أفراد

**جدول (11):** المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لتحديد دلالة الفروق بين القياس البعدي وقياس المتابعة وفقاً لدرجات المجموعة التجريبية على مقياس كشف الذات.

البعدي	القياس البعدي		قياس المتابعة		قيمة t	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
الاجتماعي	33.58	5.46	33.00	5.17	0.288	0.77
الانفعالي	31.50	4.23	31.33	4.20	1.48	0.166
الاقتصادي	30.17	5.92	29.67	6.38	1.91	0.082
المعرفي	31.42	3.91	30.75	4.07	1.60	0.136
السلوكي	29.08	5.10	28.50	4.62	0.85	0.409
الجسمي والصحي	25.58	1.62	24.67	1.61	2.03	0.067

ولاختبار صحة هذه الفرضية، تم استخدام اختبار (ت) للعينات المترابطة لدرجات المجموعة التجريبية (التي خضعت للبرنامج التدريبي) على المقياس البعدي والمتابعة، والجدول (12) يبين ذلك.

تكشف نتائج الجدول (11) اختبار (t) للعينات المترابطة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha=0.05$ ) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية، على مقياس كشف الذات في القياس البعدي والمتابعة، وعلى جميع الأبعاد.

**رابعاً: النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة** "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha= 0.05$ ) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي وقياس المتابعة على مقياس إدارة الصراع، تعزى للبرنامج الإرشادي".

**جدول (12):** المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لتحديد دلالة الفروق بين القياس البعدي وقياس المتابعة وفقاً لدرجات المجموعة التجريبية على مقياس إدارة الصراع.

الأسلوب	القياس البعدي		قياس المتابعة		قيمة t	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
التعاون	29.00	4.11	28.42	3.89	0.38	0.70
الاسترضاء	31.75	7.68	30.58	7.12	1.46	0.171
المساومة	33.00	7.18	30.33	10.84	1.05	0.313
التجنب	18.42	2.35	18.25	2.63	0.56	0.586
الإجبار	18.50	2.61	18.33	3.31	0.43	0.674

التجريبية، ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة على مقياس كشف الذات في القياس البعدي، تعزى للبرنامج الإرشادي".

يتضح من النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية قبل تنفيذ البرنامج التدريبي وبعده مباشرة، مما يؤكد أثر البرنامج في تنمية القدرة على كشف الذات. وتفسر هذه النتيجة في ضوء الأثر الإيجابي للعلاقة الفاعلة التي كوَّنها الباحث الأول مع الأعضاء، إذ ظهر ذلك جلياً في الجلسات الإرشادية، إذ كان الأعضاء مندفعين في أكثر من

تشير نتائج اختبار (t) للعينات المترابطة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha=0.05$ ) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية، على مقياس إدارة الصراع في القياس البعدي والمتابعة، وعلى جميع الأبعاد.

#### مناقشة النتائج

أولاً: مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha= 0.05$ ) بين متوسط درجات أفراد المجموعة

(2009) التي هدفت الى قياس أثر برنامج تعليم ما قبل الزواج على عينة من البالغين الخاطبين المقبلين على الزواج.

كما تتفق نتائج الدراسة الحالية حول المنحى الأدلري مع نتائج دراسة ديوت (De Witt, 1982) حول استقصاء أثر برنامج إرشادي وقائي قائم على المنحى الأدلري في تنمية مهارات الشركاء في الاتصال ما قبل الزواج، ومع نتائج دراسة سيورهيبر وبيتر (Sauerheber & Bitter, 2013) التي هدفت إلى وصف برنامج إرشادي ما قبل الزواج موجه للخاطبين استناداً للاتجاه الأدلري. فيما تختلف مع نتائج دراسة ليتي (Litty, 1988) لفحص أثر برنامج إرشادي تعليمي ما قبل الزواج قائم على نظرية أدلر لرفع مستوى التكيف الزواجي. أظهرت النتائج عدم وجود فروق بين المجموعة التجريبية والضابطة على مقياس الرضا الزواجي.

ثانياً: مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha = 0.05$ ) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية، ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة على مقياس إدارة الصراع في القياس البعدي، تعزى للبرنامج الإرشادي".

يتضح من النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية قبل تنفيذ البرنامج وبعده مباشرة، مما يؤكد أثر البرنامج في تنمية القدرة على إدارة الصراع. وتفسر هذه النتيجة التي تبين فيها أن متوسطات أفراد المجموعة التجريبية في الأساليب التالية (المساومة، والاسترضاء، والتعاون) كانت أكثر ارتفاعاً مقارنةً بياقي المتوسطات لاسلوبى (الانسحاب والإجبار) التي شهدت انخفاضاً في متوسطاتها. وقد يعزى ذلك للأثر الإيجابي للجود والامن الذي وفره الباحث الأول للأعضاء، والذي كان يتسم بالدفع، والامن، والاحترام المتبادل، والأصالة، والعفوية، والدقة في التعبير عن المشاعر. بالإضافة إلى سيادة جو من التسامح والتساهل أثناء الجلسات. فقد تمكن المعلمون آنذاك من التعبير عن مشاعرهم وأرائهم وأفكارهم بكل صراحة ووضوح، ما أسهم في نقل خبرات إيجابية مع الآخرين كالشريك. وتتسجم هذه النتيجة مع ما يؤكد عليه أدلر، إذ إن الدرجة التي يتمتع بها الفرد من الشجاعة والقدرة على التعاون تتضح في الطريقة التي يسلكها لمعالجة أموره مع الآخر. فلكل فرد سلوكه المميز في التعامل مع الشريك خلال مرحلة الخطبة. وهذا ما يتفق دائماً مع أسلوبه في الحياة، فالطريقة التي يتصرف بها الفرد تكشف ما إذا كان يؤمن بالآخر وحاجاته، أو إذا كان يؤمن ويهتم بنفسه دون غيره. ومن جهة أخرى، قد يبرز خلال دورة حياة الأسرة العديد من الخلافات بين الشركاء، فمنها ما يكون امتداداً لخلافات وصراعات في مرحلة الخطبة، ومنها ما يتعلق بمدى الانسجام والتكيف بين الزوجين في ضوء سماتهما الشخصية، وخصائصهما الاجتماعية (المركز الوطني لتنمية الموارد البشرية، 2014).

مناسبة للكشف عن زواتهم أمام القائد والحضور وقد يعود ذلك إلى حرص الباحث على تقديم أ نموذج حيوي لعملية كشف الذات مع الأعضاء في الأفكار والمشاعر والخبرات؛ إذ عادة ما يُطلب من قائد المجموعة أن يكون لديه الاتصال الفعال مع الأعضاء، بما يضمن مشاركتهم في المشاعر والأفكار الخاصة بهم (روبرت، 2015). ويبدو أن هذه التجربة الفريدة التي مر بها الأعضاء أسهمت بشكل أو بآخر في نقل هذه الخبرات الإيجابية إلى علاقتهم مع شريكاتهم الخاطبات.

ووفقاً لنتائج الفرضية، فقد جاء متوسط البعد الاجتماعي في المرتبة الأولى في كشف الذات مقارنة مع الأبعاد الأخرى، وهذا ما ينسجم تماماً مع وجهة نظر أدلر نحو البشر، فهو يرى أن الإنسان مخلوق اجتماعي بطبعه، وبالتالي، فإن مشاركة الأعضاء في البرنامج الحالي وتفاعلهم مع بعضهم بعضاً، يبدو أنه عائد إلى قناعاتهم بأهمية العلاقة مع الشريك. فالزواج هو الحاضن للامن والداعم الرئيس لفرص التفاعل الاجتماعي، إذ يمنح كلاً من الزوجين النصح والتكامل، وتحقيق الذات (أدلر، 1996). ومن هنا، فإن كشف الذات في الإرشاد الجمعي من القائد للأعضاء وبين الأعضاء أنفسهم ذو أهمية كبيرة في نقل الخبرة الاجتماعية مع الشريك، حيث يذكر جواراد (Jourard) في كتابه (كشف الذات) أنه عندما يكشف الرجل خبراته بشكل تام وصادق للآخر، ومن تلقاء نفسه، فإن الغموض الذي كان سائداً آنذاك في العلاقة سيتناقص إلى حد كبير (Wakefield, 2009).

كما يمكن أن تفسر هذه النتيجة في ضوء الأثر الإيجابي للفنيات التي تعود إلى الاتجاه الأدلري، إذ يؤكد أتباعه على تشجيع الوعي بالذات والاستبصار لدى الأفراد حول اتجاهاتهم في الحياة، وأهدافهم، ومنطقهم الخاص، وسلوكهم الحاضر، فإذا ما أخذنا هذا التفسير كأحد الاستراتيجيات المستخدمة ضمن هذا المنحى، فإنها تقوم على فهم الدوافع الخفية التي تقف وراء السلوك وتحركه (Corey, 2009). ومن جهة أخرى، فإن ما يؤكد هذه النتيجة هو المسار الذي يسير وفقه أتباع المنحى الأدلري، إذ يُعد منهجاً تعليمياً وتثقيفياً في طبيعته. كما تعد فنياته في تقييم أسلوب الحياة أبرز معالم هذا المنحى. وبالإضافة إلى ذلك، يولي الأدلريون اهتماماً كبيراً بالكشف والاعتراف عن الأهداف الحياتية التي يضعها الأفراد في حياتهم، بما يسهل الوصول إلى الدوافع التي تقف وراء سلوكياتهم (علاء الدين، 2013). ومن هنا، يبدو أن الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة كانت واضحة. فقد تعرّضت المجموعة التجريبية لخبرات تدريبية نوعية في البرنامج الإرشادي، أسهم في زيادة وعيهم بسلوكياتهم وأنماط تواصلهم من جهة، وبمستوى كشفهم لذواتهم مع الشريك من جهة أخرى.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة لامبيرت (Lambert, 2006)، ودراسة ويليامز (Williams, 2008) في كيفية مساعدة الخاطبين من كلا الجنسين للوصول إلى الزواج الناجح. كما تتفق مع دراسة بلير وكوردوفا (Blair & Cordova)

المجموعة التجريبية، على مقياس كشف الذات في القياس البعدي وقياس المتابعة، تعزى للبرنامج الإرشادي".

يتضح من النتائج عدم وجود فروق عند مستوى الدلالة الإحصائية ( $\alpha = 0.05$ ) بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج والاحتفاظ به بعد شهر، مما يؤكد أثر البرنامج في تنمية القدرة على كشف الذات. وتفسر هذه النتيجة في ضوء الأثر الإيجابي للنشاطات والتمارين التي طبقت في البرنامج الحالي، فيبدو أن مضمون الجلسات الإرشادية من حيث عناوينها، وأهدافها، وأنشطتها، وواجباتها ساهمت في الوصول إلى الأهداف العامة للبرنامج الحالي، وهو تشكيل أسلوب حياة جديد يقوم على كشف الذات مع الشريك في جميع المجالات.

ومما يؤكد هذه النتيجة مهارات المرشد خلال الإرشاد الجمعي، إذ يمكنه أن يستخدم الكشف عن الذات كمنهج فعال أمام المجموعة بما يضمن المزيد من المشاركة الشخصية عن الأحداث الماضية والحاضرة. لذا، يعد الكشف عن الذات إشارة واضحة لسمة الإنسانية لكل مرشد مهني فعال، فهناك مجموعات عديدة للإرشاد الزوجي: مجموعات الإثراء الزوجي، ومجموعات الإرشاد النفسي قبل الزواج، ومجموعات العلاقات المسيئة (روبرت، 2015).

ويبدو أن للمدة الزمنية التي تراوحت بين (90-120 دقيقة) للجلسة الواحدة الأثر الكبير في تحقيق أهداف البرنامج الإرشادي، فالوقت الزمني للجلسة الواحدة كان كافياً لإشراك جميع الأعضاء بالنشاطات والمهارات والتدريبات التي وضعها الباحثان في البرنامج الإرشادي، مما أسهم في تعزيز طرق التفاعل الإيجابي بين الأعضاء أنفسهم ومع الباحث الأول معاً، حيث ظهرت جلسات البرنامج الإرشادي بشكل عملي ومنهجي، بما أسهم في توفير بيئة آمنة وحاضنة لحاجاتهم المتنوعة. وقد أتيت للأعضاء الفرصة الكافية ليناقدوا قضاياهم الخاصة مع الباحث بكل وضوح وصراحة، ما ساهم في إطالة الأثر الإيجابي لعملية كشف الذات في البرنامج الحالي لدى الخاطبين مع شريكاتهم.

**رابعاً:** مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha = 0.05$ ) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية، على مقياس إدارة الصراع في القياس البعدي وقياس المتابعة، تعزى للبرنامج الإرشادي".

يتضح من النتائج عدم وجود فروق عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.05$ ) بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج والاحتفاظ به بعد شهر، مما يؤكد أثر البرنامج في تنمية القدرة على إدارة الصراع.

وتفسر هذه النتيجة في ضوء الأثر الإيجابي للخبرات الإرشادية الغنية التي مرّ بها الأعضاء، التي ساهمت في تشكيل فلسفة حياة جديدة لدى كل منهما، قامت على تطوير علاقات ثابتة وهادفة مع الشركاء. فقد ازداد حينها الشعور بالسعادة والراحة

وجدير بالذكر أن الباحث الأول قد أخذ بالاعتبار الطبيعة البشرية للأعضاء، ولاحظ الفروق الفردية بينهم، فتعرض المجموعة التجريبية لخبرات تدريبية نوعية في سياق مراحل تطور البرنامج الإرشادي الجمعي، أسهم في وعيهم بالأنماط السلوكية ذات الصلة بعلاقتهم مع الخاطبات، ما زاد من قدرتهم على إدارة صراعاتهم مع الشريك. كما إن الواجبات المنزلية التي كانت توكل للأعضاء تعد بمثابة تجارب حية وغنية في فهم الشريك وأسلوب حياته، إذ حرص الباحث على متابعة الواجب البيتي، ومناقشته في الجلسة اللاحقة، ما أسهم في جعل الأعضاء أكثر سوية عما قبل من حيث إدارتهم للصراع مع الشريك. ووفقاً لأدلر، فإن الصراع يأتي نتيجة للعلاقات الإنسانية المضطربة، فالعلاقات المبنية على وضاعة أحد الأطراف تميل إلى خلق نوع من عدم الانسجام؛ لأن مشاعر النقص غالباً ما تكون مصحوبة بتنافس هدام، وعندما يظهر الشعور بالتنافس بدلاً من التعاون، فإن الاتفاق بين الأطراف يصبح مستحيلاً، فكل قرار يخضع لمبدأ القوة والتنافس (العزة، 2010).

ومن هنا، يبدو أن العلاج الأدلري يشكل نموذجاً ناجحاً في الإرشاد الزوجي، فقد تناول أدلر في كتاباته عن مرحلة ما قبل الزواج (الخطبة) بالإشارة إلى دور الحب في نجاح العلاقة الزوجية. كما اهتم أدلر بإرشاد ما قبل الزواج من خلال التثقيف والتعليم الزوجي ودوره في نجاح العلاقة الزوجية (أدلر، 2005). ومما يؤكد هذه النتيجة تركيز أدلر على الاحترام المتبادل والتعاون بين الزوجين الذي يمكن إرساء قواعده من خلال برامج إرشاد ما قبل الزواج (Britzman & Sauerheber, 2014).

وتفسر هذه النتيجة أيضاً في ضوء الأثر الإيجابي والكبير للدور الذي قدمه مركز التوعية والإرشاد الأسري من دعم مادي ومعنوي، فقد بادر القائمون على المركز بتوفير ما يلزم لتطبيق جلسات البرنامج الإرشادي، بما يضمن تنفيذ الأنشطة والتمارين ذات الصلة بإدارة الصراع دون عوائق تذكر، حيث أسهم إداريو المركز في توفير (قاعة متعددة الوسائط)، بالإضافة إلى تأمين المواصلات، والوجبات، والمشروبات، وغيرها للأعضاء، ما أسهم في إيجاد بيئة تعاونية لتشجيع هؤلاء الشباب على مزاوله النشاطات التي تدرّبوا عليها خلال فترة تطبيق البرنامج، مما وفر لهم مصدراً للتغذية الراجعة الإيجابية فيما بينهم.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة هاملتون (Hamilton, 1998)، من حيث الأمور التي يجب مراعاتها عند إعداد برامج تحضير ما قبل الزواج، ومع نتائج دراسة كيوتشنز (Kutchins, 2002) التي تناولت العلاقة بين الأنماط السلوكية للأفراد في مرحلة ما قبل الزواج وأسلوب الحياة، وأثره في التكيف الزوجي. كما تتفق مع نتائج دراسة ديوت حول فاعلية المنحى الأدلري في إدارة الصراع (Sauerheber & Bitter, 2013; De Witt, 1982).

**ثالثاً:** مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha = 0.05$ ) بين متوسط درجات أفراد

## المراجع

أبو جدي، أمجد. (2008). الإدمان على الهاتف النقال وعلاقته بالكشف عن الذات لدى عينة من طلبة الجامعتين الأردنية وعمان الأهلية. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*، 4(2)، 137-150.

أدلر، ألفرد. (1996). *سيكولوجيتك في الحياة: كيف تحياها*، ترجمة: عبد العلي الجسماني، (ط1)، بيروت، لبنان: الدار العربية للعلوم.

أدلر، ألفرد. (2005). *معنى الحياة*، ترجمة عادل بخيت بشري، القاهرة: المجلس الأعلى للثقافة، المشروع القومي للترجمة.

البدائية، نياب. (2004). *الاطار الوطني لحماية الأسرة الأردنية من العنف داخل الأسرة*. المجلس الوطني لشؤون الأسرة: عمان، الأردن.

جرادات، عبد الكريم. (1995). *كشف الذات لدى طلبة جامعة اليرموك وعلاقتة ببعض المتغيرات*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن.

حسين، عبد العظيم. (2012). *الإرشاد النفسي*، (ط4)، عمان، الأردن: دار الفكر.

دائرة قاضي القضاة. (2014). *التقرير الاحصائي السنوي*، العدد 19. عمان: الأردن.

روبرت، هارفرد. (2015). *الإرشاد الجمعي التدخل والفنيات*، ترجمة سهام أبو عيطة ومراد سعد، (ط1)، عمان، الأردن: دار الفكر.

الريحاني، سليمان والزيقات، إبراهيم وطنوس، عادل. (2010). *إرشاد ذوي الحاجات الخاصة وأسرهم*، (ط1)، عمان، الأردن: دار الفكر.

الريحاني، سليمان وطنوس، عادل. (2012). *العلاقة بين أساليب الحياة وكل من القلق والاكتئاب*، *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*، 4(3)، 183-194.

سليمان، حسين. (2005). *السلوك الانساني والبيئة الاجتماعية بين النظرية والتطبيق*، (ط1)، بيروت، لبنان: المؤسسة الجامعية.

الشامسي، ميثاء. (2013). *دليل الزواج الناجح*، صندوق الزواج، الامارات العربية المتحدة.

العتوم، عدنان. (2007). *علم النفس الاجتماعي*، الشارقة، الإمارات العربية المتحدة: مكتبة الجامعة.

العزة، سعيد. (2010). *الإرشاد الجماعي العلاجي*، (ط2)، عمان، الأردن: دار الثقافة.

والرضا عن طبيعة العلاقات القائمة في علاقاتهم مع الشريك. وتعد مثل هذه التغيرات في السلوك مؤشرات كبيرة على تقدم البرنامج في تحقيق أهدافه. فقد تم تطبيق البرنامج الإرشادي الجمعي ضمن هذه الدراسة من خلال (14) جلسة إرشادية باستخدام أسلوبين متكاملين، يقوم أحدهما على الشرح والتوضيح وإعطاء الأمثلة والتدرب على المهارات خلال الجلسة الإرشادية، فيما يشمل الآخر على تدريبات تتعلق بكل مهارة تتضمنها كل جلسة على شكل واجب بيتي يؤديه المسترشد، وممارسة ما تعلمه خلال الجلسة الإرشادية، وتطبيقه على أرض الواقع. وتساعد مثل هذه الواجبات البيتية على انتقال أثر التدريب والتعلم إلى مواقف الحياة اليومية. وتجدر الإشارة إلى المفهوم المحوري في فعالية البرنامج الإرشادي الحالي الذي يعود إلى "أسلوب الحياة"، حيث يشكل هذا المفهوم بالنسبة لاتباع المنحى الأدلري حلقة وصل مهمة لترجمة واقع الأفراد من حيث سلوكهم ومشاعرهم واتجاهاتهم وقيمهم وتوقعاتهم وإفادتهم من خلال الوعي بأنماط سلوكهم لتطوير علاقات دينامية سوية مع الشريك. فعندما يملك الشركاء مهارات عدة كالإصغاء والتعاطف وغيرها، فإن ذلك سيمكّنهم من مهارات حل الصراع بالشكل المناسب، وإدارة خلافاتهم في جميع المواقف. إضافة إلى ذلك، فمن الضروري أن يملك الشركاء قدراً كافياً من مهارات تأكيد الذات في عملية الاتصال القائمة بينهم. وهذا ما يقدم إشارة تنبؤية واضحة على إمكانية الاستقرار والرضا عن العلاقة إلى أبعد وقت ممكن (Olson & Miller, 2007; Kurdek, 2002; Larson & Holman, 1994). ويقدم المنحى الأدلري أسهماً كبيراً في مهارات إدارة الصراع، وحل المشكلات والاتصال والإدارة في مرحلة ما قبل الزواج، وفي الفترة المبكرة منه (Sauerheber & Bitter, 2013; Watts, 1997; Bishop, 1993).

ومن هنا يبدو أن هناك أثراً واضحاً للجلسات الإرشادية الثلاثة التي حملت عنوان "إدارة الصراع"، والتي تضمنت تمارين كثيرة ومفيدة تم توظيفها بشكل فعال ومنسجم مع فنيات العلاج الأدلري. فقد بادر الأعضاء بالمشاركة في تطبيق التمارين بكل عفوية، إضافة إلى التغذية الراجعة التي قدمت لهم في تلك التمارين، ما زاد من احتمالية بقاء أثر هذه التمارين مدة أطول لدى الأعضاء.

وفي ضوء النتائج التي تم التوصل إليها، يمكن التوصية بالإفادة من البرنامج الإرشادي الحالي في تنمية كشف الذات، وإدارة الصراع لدى الخاطبين من فئات المجتمع الأخرى، وتنمية الاهتمام الاجتماعي لدى الإناث الخاطبات.

- Journal of Individual Psychology*, 17, 73-79. Available online at: connection.ebscohost.com.
- Bitter, J., & Byrd, R. (2011). Human conversations: Self-Disclosure and Storytelling in Adlerian family therapy. *The Journal of Individual Psychology*, 67(3), 305-323.
- Blair, J. M., & Cordova, J. V. (2009). Commitment as a predictor of participation premarital education. *Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 17(2), 118-125. Abstract Available online at: connection.ebscohost.com.
- Britzman, M., & Sauerheber, J. (2014). Preparing couples for an enriched marriage: A model in individual psychology. *The Family Journal: Counseling Therapy for Couples and Families*, 22(4), 428-436.
- Byadgi, S., Yadav V., & Hiremath, U. (2014). Styles of conflict management among dual earner couples. *Karnataka J. Agric. Sci*, 27(1), 63-66.
- Caldwell, B. E., & Woolley, S. R. (2008). Marriage and family therapists endorsement of myths about marriage. *The American Journal of Family Therapy*, 36, 367-387. Available online at: <http://scn612final.wikispaces.com/file/view/Marriage+Myths.pdf>.
- Carroll, J. S., & Doherty, W. J. (2003). Evaluating the effectiveness of premarital prevention programs: A meta-analytic review of outcome research. *Family Relation*, 52(2), 105-118.
- Christensen, A., & Shenk, L. (1991). Communication, conflict, and psychological distance in non-distressed, clinic, and divorcing couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, (59), 458-463. Abstract Available online at: <http://psycnet.apa.org/index.cfm?fa=buy.optionToBuy&id=1991-27215-001>.
- Corey, G. (2009). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. (8th ed) Pacific Grove, CA: Books-Cole/Wadworth.
- De Witt, D. (1982). *A combined Premarital and Early Marital Counseling Program Based on Adler's Individual Psychology*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Dissertations and Theses Database. (8217262).
- Derlega, V., Metts, S., Petronio, S., & Margulis, S. (1993). Self-Disclosure. CA: Sage Publications. Abstract Available online at: <http://psycnet.apa.org/index.cfm?fa=search.displayRecord&id>.
- علاء الدين، جهاد. (2013). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، (ط1)، عمان، الأردن: الاهلية للنشر والتوزيع.
- العمرى، واصل. (2009). العلاقة بين كشف الذات والتوافق الزوجي لدى عينة من معلمي ومعلمات تربية إربد الأولى. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، إربد، الأردن.
- عودة، أحمد. (2014). القياس والتقويم في العملية التدريسية، (ط5)، إربد: دار الأمل.
- غيث، سعاد. (2014). الطلاق من منظور الإرشاد الزوجي والأسري، عمان، الأردن، المجلس الوطني لشؤون الأسرة.
- الكركي، نسرین. (2005). العلاقة بين اساليب حل الصراعات الزوجية والعنف ضد الاطفال في محافظة الكرك. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة، الكرك، الأردن.
- كفافي، علاء الدين. (1999). الإرشاد والعلاج النفسي الأسري، (ط1)، القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
- كفافي، علاء الدين. (2012). الصحة النفسية والإرشاد النفسي، (ط1)، عمان، الأردن: دار الفكر.
- كوري، جيرلاد. (2013). النظرية والتطبيق في الإرشاد والعلاج النفسي، ترجمة سامح الخفش، (ط2)، عمان، الأردن: دار الفكر.
- المركز الوطني لتنمية الموارد البشرية. (2014). دليل تدريبي حول إدارة الصراع وتوكيد الذات، مستخرج من موقع المنار: [www.almanar.com](http://www.almanar.com). بتاريخ 2014\12\1.
- المشاقبة، زينب. (2014). أساليب إدارة الصراع التنظيمي وعلاقتها بمستوى الاداء الوظيفي لدى مديري المدارس الثانوية في لواء الرصيفة. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الهاشمية، الزرقاء، الأردن.
- المومني، مأمون. (1998). العلاقة بين كشف الذات ومركز الضبط ومدى تأثر كل منهما ببعض المتغيرات الديمغرافية لدى عينة من طلبة جامعة اليرموك. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، إربد، الأردن.
- AL-Azzam, A. (2014). The level of self-disclosure for irbid university college female students and its relation with some special variables. *Journal of Education and Practice*, 5(8), 76-82.
- Askari, M., Noah, S., Hassan, S., & Baba, M. (2012). Comparison the effects of communication and conflict resolution skills training on marital satisfaction. *International Journal of Psychological Studies*, 4(1), 182-195.
- Bishop, R. (1993). An evaluation of premarital counseling from an Adlerian perspective. *The*

- Hamilton, K.L. (1998). *Premarital Preparation Programs: Sources Used and Preferred by Young Adults*. (Master dissertation). Retrieved from ProQuest Dissertations and Theses Database. (EP24131).
- Hindes, R. A. (1997). *Relationships: Adialectical Perspective*. Hove, UK: Psychology Press. Abstract available online at: <http://journals.cambridge.org/action/displayAbstract?fromPage>.
- Holman, T. B. (2001). *Premarital Prediction of Marital Quality or breakup: Research, Theory and Practice*, Kluwer Academic: Abstract Available online at: <http://www.parentinguk.org/resources>.
- Honeycutt, M., Woods, L., & Fontenot, K. (1993). The endorsement of communication conflict rules as a function of engagement, marriage, and marital ideology. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10, 285-304. Available online at: <http://spr.sagepub.com/content/10/2/285>.
- Huber, C. (1987). Premarital counseling using time for a better marriage. *Individual Psychology*, 43(2), 202-205. Available online at: [connection.ebscohost.com](http://connection.ebscohost.com)
- Karamiboldaji, R., Fallachai, S., & Zarei, E. (2012). The relationship between measures of attachment in adults and the marital conflicts resolution styles among the married teachers of Bandar Abbas. *Academic Journal of Psychological Studies*, 1(1), 8-16.
- King, R., & Shelley, C. (2008). Community feeling and social interest: Adlerian parallels, synergy and differences with the field of community psychology. *Journal of Community and Applied Social Psychology*, 18, 96-107.
- Kitayama, S., & Cohen, D. (2007). *Handbook of Cultural Psychology*. New York, NY: Guilford. Available online at: <https://books.google.jo/books?>
- Ko, D. (2009). *To Talk or Type?: Internet and Cultures Affect on Self-Disclosure and Social Support Seeking*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Dissertations and Theses Database. (3390757).
- Kurdek, A. (2002). Predicting the timing of separation and marital satisfaction: An eight-year prospective longitudinal study. *Journal of Marriage and Family*, 64, 163-179. Abstract Available online at: [connection.ebscohost.com](http://connection.ebscohost.com).
- Kutchins, C. (2002). *The Relationship Between Premarital Coupl Types and Lifestyle as Related to Couple Adjustment*. (Doctoral dissertation).
- Dildar, S., Sitwat, A., & Yasin, S. (2013). Intimate enemies: Marital conflicts and conflict resolution Styles in Dissatisfied married couples. Middle-East *Journal of Scientific Research*, 15(10), 1433-1439.
- Dindia, K., & Allen, M. (1992). Sex differences in self-disclosure. *A metaanalysis. Psychological Bulletin*, 112(1), 106-124. Abstract Available online at: [connection.ebscohost.com](http://connection.ebscohost.com).
- Dinkmeyer, D. (2007). A systematic approach to marriage education. *The Journal of Individual Psychology*, 63(3), 316-321 .
- Eslamie, R., & Mazandrani, H. (2015). An investigation of Adlerian psychoanalytic feminism in a Doll's House. *Journal of Scientific Research and Development*, 2(1), 96-104.
- Farber, B., Berano, K., & Capobianco, J. (2004). Clients' perception of the process and consequences of self-disclosure in psychotherapy. *Journal of Counseling Psychology*, 51(3), 340-346.
- Finkenauer, C., & Hazam, H. (2000). Disclosure and secrecy in marriage: Do both contribute to marital satisfaction?. *Journal of Social and Personal Relationship*, 17, 245-263. Abstract Available online at: [connection.ebscohost.com](http://connection.ebscohost.com).
- Forkner, A. (2013). *And Do You Take This Stranger To Be Your Lawfully Wedded Wife?: The Usefulness of Social Penetration Theory within Premarital Counseling*. (Master dissertation). Retrieved from ProQuest Dissertations and Theses Database. (1536102).
- Fowers, B., Montel, K., & Olson, D. (1996). Predicting marital success for premarital couple type based on prepare. *Journal of Marital and Family Therapy*, 22(1), 103-119.
- Goidfried, M., Burckell, L., & Eubanks-Carter, C. (2003). Therapist self-disclosure in cognitive-behavioral therapy. *Journal of Clinical Psychology*, 59(5), 555-568. Abstract available online at: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/jclp>.
- Greef, P., & De Bruyne, T. (2000). Conflict management style and marital satisfaction. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 26, 321-334. Abstract available online at: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/009262300438724>.
- Groom, J. (2001). What works in premarital counseling? *Journal of Pastoral Counseling*, 36, 46-62.
- Halford, W., & Markman, H. (1997). *Clinical Handbook of Marriage and Couples Intervention*, New York. Wiley, Chichester.

- Program: A longitudinal Follow-Up Study.* Available online at: <http://www.prepare/enrich.com>.
- Rahim, M.A. (2001). *Managing Conflict in Organizations*, (3rd ed.), Westport: Greenwood Publishing Group, INC. Available online at: [http://www.untagsmd.ac.id/fils/Perpustakaan\\_Digital](http://www.untagsmd.ac.id/fils/Perpustakaan_Digital).
- Samani, S. (2008). The important factors of in marital conflict between married students in Shiaraz university of Iran. *Journal of Family Research*, 3(3), 657-668.
- Sauerheber, J & Bitter, R (2013). An Adlerian approach in premarital counseling with religious couples. *The Journal of Individual Psychology*, 69, (4), 305-327.
- Schneewind, K., Klaus, A., & Gerhard, A. (2002). Relationship personality, conflict resolution, and marital satisfaction in the first five years of marriage. *Family relations*, 51(1), 63-72. . Abstract available online at: [connection.ebscohost.com](http://connection.ebscohost.com).
- Sharah, H. (1988). *The Relationship of Conflict Management Styles of Jordan High School Principals to Their Personality and Training of Conflict Management*. Unpublished Doctoral Dissertation, University of Colorado.
- Sharf, R (2012). *Theories of Psychotherapy and Counseling*, (5th).CA:Books- Cole/ Wads worth.
- Shurts, W., & Kuehn, K. (2008). *Premarital Counseling: Toward an Adlerian Model for Practice*. New Jersey Journal of Professional Counseling, 60, 39-45.
- Silliman, B., & Schumm, W. (2000). Marriage preparation programs: A literature review. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 8(2), 133-142.
- Sprecher, S., & Hendrick, S. (2004). Self-disclosure in intimate relationships: Associations with individual and relationship characteristics over time. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(6), 857-877.
- Stanley, S., Markman, H.J., & Whitton, S. (2002). Communication, conflict, and commitment: Insights on the foundations of relationships success from a national survey. *Family Process*, 41(4), 659-675. available online at: [connection.ebscohost.com](http://connection.ebscohost.com).
- Tang, N., Bensman, L., & Hatifield, E. (2013). Culture and sexual self-disclosure in intimate relationship. *An International Journal on Personal Relationships*, 7(2), 227-245.
- Retrieved from ProQuest Dissertations and Theses Database.(3045982).
- Lambert, K.C. (2006). *Development of a Faith Community Premarital Program*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Dissertations and Theses Database.(3249646).
- Larson, H., & Holman, B. (1994). Premarital predictors of marital quality and stability. *Family Relations*, 43, 228-237. Abstract Available online at: [connection.ebscohost.com](http://connection.ebscohost.com).
- Larson, H., Kigin, L., & Holman, B. (2008). Increasing the awareness of risks and need for premarital intervention of individuals at risk for relation dysfunction: An exploratory study. *Journal of Couple and Relationship Therapy*, 7(4), 281-296. . Abstract Available online at: [connection.ebscohost.com](http://connection.ebscohost.com).
- Litty, (1988). *An Investigation of the Effects of an Adlerian Group Couple on Premarital Adjustment*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Dissertations and Theses Database.(8825628).
- Marchand,J., & Hock, E. (2000). Avoidance and attacking conflict-resolution strategies among married couples: Relations to depressive symptoms and marital satisfaction. *Family Relations*, 49(2), 201-206. Abstract available online at: [connection.ebscohost.com](http://connection.ebscohost.com).
- McCurdy, G. (2007). Making love or making love work: Integrating the crucial Cs in the games couples play. *The Journal of Individual Psychology*, 63(3), 279-293. available online at: [connection.ebscohost.com](http://connection.ebscohost.com).
- Moschetta, P., & Moschetta, E. (1993). Encouraging social interest between married partners. *Individual Psychology*, 49(3), 399-405.
- Murstein, B., & Adler, R. (1995). Gender differences in power and self-disclosure in dating and married couples. *Personal Relationships*, 2, 199-209. Abstract available online at: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111./>
- Neuger, C. (2002). Premarital preparation: Generating resistance to marital violence. *Journal of Religion and Abuse*, 4(3), 43-59. Available online at: <https://books.google.jo/books>. ?
- Ohlson, E. L. (1970). *The Effects of the Female-Based Family and Birth Order on the Ability to Self-Disclose*. Available online at: <https://shareok.org/bitstream/handle/11244/2856/70239>.
- Olson, H., & Miller, S. (2007). *Integration Prepare/Enrich and Couple Communication*

- Tantillo, M. (2004). The therapist's use of self-disclosure in a relational therapy approach to eating disorders. *Eating Disorders*, 12, 51-73. Abstract available online at: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16864304>.
- Thompson, R. (2003). Conflict mediation and conflict resolution techniques. In R.Thompson(Ed.), 44 *Counseling Techniques: Improving Relationships With Others, Ourselves, Our Families and Our Environment*. 2<sup>nd</sup> ed., New York.
- Tomson, D. (1996). *Self-Disclosure and Healthy Personality: A Historical and Conceptual Analysis*. (Master dissertation). Retrieved from ProQuest Dissertations and Theses Database. (1383979).
- Vito, D. (1998). *Effectives Self-Disclosure, Conflict Resolution and Marital Qulity*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Dissertations and Theses Database.(0-612-36799-1).
- Wakefield, C. (2009). *Self-Disclosure and Cohesion in the Religious Classroom*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Dissertations and Theses Database.
- Waring, E., Holden, R., & Wesly, S. (1998). Development of the marital self-disclosure (MSDQ). *Journal of Clinical Psychology*, 54(8), 817-842. available online at: [connection.ebscohost.com](http://connection.ebscohost.com).
- Watts, E. (1997). Using family-of-origin recollection in premarital and marriage counseling. *Individual Psychology*, 53(4), 429-434. available online at: [connection.ebscohost.com](http://connection.ebscohost.com).
- Williams, C. (2008). *Mentors PREP and Prepare Engaged Couples for Marriage*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Dissertations and Theses Database.(3405212).
- Zarei, E., & Sanaeimaneh, M. (2014). The effect of self-disclosure skill training on communication patterns of referred couples to counseling clinics. *Iran J Psychiatry Behav Sci*, 8(3), 50-57
- Zarei, E., Sadeghifard, M., & Adli, M. (2013). Effectiveness of Ellis marriage therapy training(Rational-Emotional-Behavioral Approach) on decreasing marital conflicts of spouses in Bander Abbas. *Journal of Educational and Management*, 3(4), 496-499.