

"مدى فاعلية برنامج إرشادي عبر شبكة الانترنت في تنمية بعض المهارات
لدى المقבלات على الزواج"

معلومات الباحث

ندى معتق الظاهري

إشراف/ أ.د. ماجدة حسين محمود

بحث مقدم لنيل درجة الماجستير في علم النفس - تخصص إرشاد نفسي

كلية الآداب والعلوم الإنسانية - جامعة الملك عبد العزيز - جدة - المملكة العربية السعودية

المستخلص

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مدى فعالية برنامج إرشادي عبر شبكة الإنترنت في تنمية بعض المهارات لدى المقبلات على الزواج، والتحقق من استمرارية أثر البرنامج بعد انتهاء الجلسات الإرشادية وأثناء فترة المتابعة و تكونت عينة الدراسة من (20) طالبة مقبلة على الزواج من طالبات جامعة الملك عبد العزيز بجدة - تخصص علم نفس وإدارة واقتصاد - تم اختيارهن وتقسيمهن إلى مجموعتين مجموعة ضابطة تكونت من (10) طالبات ومجموعة تجريبية تكونت أيضاً من (10) طالبات بعد التأكد من تجانس المجموعتين، واعتمدت الدراسة على المنهج شبه التجريبي واستخدمت الأدوات التالية: مقياس المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة إعداد: (الشخص، 2006) لضبط المتغيرات الوسيطة، ومقياس مهارات المقبلات على الزواج إعداد (الحربي، 2010)، والبرنامج الإرشادي في تنمية مهارة حل المشكلات من إعداد الباحثة، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة الضابطة والتجريبية على مقياس مهارات المقبلات على الزواج بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين (القبلي-البعدي) لدى المجموعة التجريبية على مقياس مهارات المقبلات على الزواج لصالح القياس البعدي، وأيضاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين (البعدي-التتبعي) لدى المجموعة التجريبية على مقياس مهارات المقبلات على الزواج لصالح القياس التتبعي وأوصت الدراسة ضرورة تشجيع الشباب المقبلين على الزواج من الجنسين في الالتحاق ببرامج تثقيفية حول مفاهيم الزواج بالإضافة إلى المهارات التي تقيد في الحياة الزوجية، أن تكون البرامج التأهيلية للزواج مجانية وبدعم حكومي لأن فيها المحافظة على وحدة المجتمع.

الكلمات المفتاحية: برنامج إرشادي، شبكة الانترنت، تنمية المهارات، المقبلات على الزواج، المملكة العربية السعودية.

المقدمة

يرتبط نجاح الفرد بأدائه الصحيح لدوره الاجتماعي، وهذا الأداء يتطلب من الإنسان أن يمتلك مهارات معينة، تساعد على شغل دوره في الحياة، وحين يتخذ الفرد قرار الزواج فإنه يستعد لاكتساب دور جديد في حياته، فقد كان بالأمس ابناً وسيصبح في الغد زوجاً ثم تستمر دورته في اكتساب الأدوار، وهنا يقول Kaufman "لم تعد الأدوار جاهزة للعيش" ويعني بذلك أن مسؤوليات الأدوار في الزمن الحاضر لم تعد سهلة كما كانت، وهنا تقول Maria kefales "في السنوات السابقة كان زواج الإنسان دليلاً على أنه أصبح ناضجاً، أما اليوم فإن الإنسان لا بد أن يصبح ناضجاً كي يتزوج" (الجويسر، 2010: 20).

والزواج مشروع حياة وهو من النظم الاجتماعية المهمة، فهو الطريق الشرعي لقيام الأسرة وكذلك يعد الرباط الشرعي بين الرجل والمرأة، له قواعده وأحكامه، والحياة الزوجية تقوم على المودة والرحمة والتآلف بين الزوجين، ويعتبر تحقيق الانسجام والتوافق في العلاقة بين أطراف الأسرة أمراً مهماً، فهو يحدد بدرجة كبيرة نوعية حياة الإنسان ودرجة شعوره بالسعادة، مما يعد مطلباً لكلا الزوجين، فمن خلاله يتحقق لهما الاستقرار النفسي والأسري (الجهني، 2008: 1).

والنجاح في الحياة الزوجية يعتمد على المهارات التي يمتلكها الزوجان في تعاملهما مع بعضهما، وهي مهارات قابلة للتعليم والتعديل مثل تعلم القراءة والكتابة، وتعد المرأة الصالحة المزودة بالخبرات والمهارات ركيزة التربية القوية وبناء الأسرة ودعامة الإصلاح الاجتماعي، ومع أن نجاح الحياة الزوجية مسئولية كلا الطرفين، إلا أنه يمكن تحقيقه بتعديل سلوك أحدهما، لأن القيام بذلك ستقابلته استجابة من الطرف الآخر، وبالتالي الوصول إلى الهدف المنشود وهو بناء أسرة ناجحة سعيدة ومترابطة (العويضي، 2009: 30).

وبما أن المجتمع يعيش في فلك المتغيرات السريعة، والتي ظهرت على المجتمع السعودي، حيث أن هناك بعضاً من أفراده لم يتوافق مع تلك المتغيرات، ونتج عن ذلك وجود مفاهيم خاطئة في طبيعة العلاقات الزوجية بين الزوجين، وأثرت تلك المفاهيم الخاطئة على تفكك الأسر، وهدم البيوت، وانحراف الأبناء ومن هذا المنطلق اهتمت الباحثة بالمساهمة بزيادة الوعي الاجتماعي تجاه العلاقات الزوجية، وذلك بتركيزها على تنمية بعض المهارات لدى المقبلات على الزواج كمهارة التعامل مع الزوج، وحل المشكلات، ومهارة الحوار، وكذلك التعبير عن المشاعر كوسيلة هامة لتحقيق أنماط التواصل الجيد والتي تؤدي بدورها إلى الرحمة والمودة بين الزوجين في الحياة الزوجية، إذ يعد التواصل الجيد مفتاح سحري لكل علاقة زوجية إيجابية فهو يساعد على التماسك بين أفراد الأسرة الواحدة، والتواصل السيئ يؤدي إلى مشكلة الطلاق (مرسي، 1991: 110).

وقد زاد الاهتمام في السنوات الأخيرة ببرامج تأهيل المقبلين على الزواج، إذ يمكن من خلالها زيادة معارف الزوجين وتنمية مهارتهما لمساعدتهما على حل المشكلات التي قد تتعرض لها الأسرة مستقبلاً، من خلال إرشادهم إلى الأساليب المثلى لحسن المعاشرة والاحترام المتبادل والثقة وتحمل المسؤولية وتفهم احتياجات كل من الزوجين ومعرفة الطرق السليمة في تنشئة الأبناء (الجهني، 2008: 14).

وفي هذا المجال يؤكد أبو بكر باقادر (٢٠٠٣، ٥٤٦-٥٤٧) أن هناك حاجة متزايدة إلى جهود التوعية التي تحد من حدوث الطلاق أو تحول الأسر إلى أسر مفككة وغير سعيدة، فبالرغم من أن الزواج هدف في حد ذاته لأنه إكمال لنصف الدين، إلا أن استمرارية تحقيق الأهداف المقصودة من الزواج يتطلب توعية وفهم لمعاني الحياة الأسرية المستقرة والسعيدة، والعمل على تحسين نوعية الحياة الأسرية، وإنجاحها سواء ما يتعلق منها بالعلاقات بين الزوجين، أو بالأطفال أو بإدارة شؤون الأسرة بشكل عام، لذا فإن الأمر يحتم على مؤسسات المجتمع التحرك ومحاولة إيجاد حلول وذلك عن طريق الاهتمام بالتوعية والإرشاد والتوجيه الاجتماعي.

ومع التغير الاجتماعي السريع الذي أحدثته وسائل الاتصال ومنها شبكة الانترنت التي حولت العالم إلى قرية صغيرة فإن المجتمع السعودي لم يكن بمنأى عن هذه التغيرات والتطورات، فتعد الشبكة العنكبوتية (الانترنت) وسيلة عظيمة، وهي إحدى أهم الأدوات والوسائل الدعوية والتنقيفية المعاصرة بها امتزجت الثقافات وتعلم الخير فأصبح من السهل جداً تقديم الفائدة والنفع إلى محتاجيها من أقصى البقاع لأقصاها وفي وقت يسير وبدون مواجهة لموانع وعراقيل وتكاليف زمان ومكان، الأمر الذي حدا وأغرى كثير من الباحثين لأن يبادروا ويسارعوا إلى استغلال هذه الوسيلة العظيمة لطرح ما لديهم من خبرات نالت ولاقت استحساناً وانتشاراً لم يكونوا بالغيه إلا بشق الأنفس وعلى مستوى حدودي وجغرافي بسيط (الخضر، 2006: 1).

ونظراً لكون المرحلة الجامعية مرحلة نمو حيوية، وأن تحقيق الصحة النفسية فيها والتكيف النفسي والاجتماعي الأكاديمي للطالب الجامعي يتجاوز أثرها الطالب ذاته إلى الأسرة والمجتمع بمؤسساته المختلفة، تجري الباحثة هذه الدراسة للتحقق من مدى فعالية البرنامج الإرشادي المقدم باستخدام شبكة الإنترنت في تأهيل المقبلات على الزواج من طالبات الجامعة، ولتكن محاولة في المساهمة في التقليل من نسب الطلاق.

مشكلة الدراسة:

تشير آخر إحصائية لمعدل الطلاق في المملكة العربية السعودية والصادرة عن وزارة العدل بلغ إجمالي صكوك الطلاق والخلع والفسخ المثبتة في محاكم المملكة 34490 صكاً بمعدل 96 صك يومياً منها 30030 حالة طلاق بنسبة 87 % و 1135 حالة خلع بنسبة 3 % و 3325 حالة فسخ نكاح بنسبة 10 % من إجمالي الطلاق وهذا آخر ما توصلت إليه الباحثة وفي حدود علمها (وزارة العدل السعودية، 2012: 231).

توصلت العديد من الدراسات والبحوث أن من أسباب الخلافات والطلاق في المجتمع السعودي هو عدم وعي الشباب من الجنسين بأهمية الزواج، ودوره في تماسك المجتمع، كذلك أن معظم الشباب ليست لديهم معلومات كافية عن الحياة الزوجية، ومسئولياتها، وأصول الحياة الزوجية، وعدم معرفتهم بالوسائل المناسبة في مواجهة وحل المشكلات بوعي وإدراك، كذلك انتشار فكر العولمة الذي أدى إلى تغير كبير في المفاهيم المرتبطة بالزواج (الغامدي، 2013، العويضي، 2009، العسكر، 2008).

ومن هذا المنطلق كان من الضروري الاهتمام بتأهيل الفتيات المقبلات على الزواج وإرشادهم إلى بعض المهارات باستخدام كافة الوسائل المساعدة على ذلك، ومن بين تلك الوسائل شبكة الانترنت، حيث أنه لا توجد مراكز كثيرة تهتم بتأهيل المقبلين على الزواج، وصعوبة الوصول لها من قبل البعض خاصة في القرى والمناطق النائية، فالتواصل عبر الانترنت أصبح أكثر سهولة وميسر، ويمكن من الوصول إلى شريحة كبيرة من المجتمع مما يسهم بدوره في التقليل من الانهيار المتسارع الذي يؤثر على الاستقرار الاجتماعي وعلى البنية الأخلاقية والأمنية للمجتمع بسبب التفكك الأسري، إذ تعد الأسرة هي القاعدة والبذرة الرئيسية في خلق المواطنة غير الصالحة في المجتمع، لأنها من أهم الأنساق الاجتماعية التي تأثرت بالانفتاح الثقافي والطفرة الاقتصادية التي تعرض لها مجتمعنا السعودي في السنوات الأخيرة.

ونظراً لأهمية تنمية المهارات لدى المقبلين على الزواج لكل فئات وشرائح المجتمع إلا أن المرحلة الجامعية تعتبر عتبة الرشد، ومرحلة التفاعل وتوحيد أجزاء الشخصية والتنسيق فيما بينها، حيث أن الطالب يتعرض لعدد من المشكلات التي تختلف في حداثتها ونوعها عن مشكلات المراحل الأخرى منها مشكلات تتعلق بالزواج وصعوباته (عقل، 2000: 401).

وهذا مما يجعلهم عرضة للشعور بالعجز والدونية، وضعف التركيز، وانخفاض مستوى الدافعية والنشاط مما يؤدي إلى مزيد من المشكلات الدراسية والاجتماعية (حمدي، 1998: 90).

ومن هنا ترى الباحثة بأن تنمية المهارات الزوجية في هذه المرحلة يكون أكثر فعالية عندما يتخذ من الإرشاد النفسي منهجاً لها. وبذلك يمكن تحديد مشكلة الدراسة في التساؤل التالي: ما مدى فاعلية برنامج إرشادي عبر الإنترنت في تنمية بعض المهارات لدى المقبلات على الزواج لدى عينة من طالبات جامعة الملك عبد العزيز بجدة؟

فروض الدراسة:

- 1-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية على مقياس مهارات المقبلات على الزواج بعد تطبيق البرنامج.
- 2-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين (القبلي_ البعدي) لدى المجموعة التجريبية على مقياس مهارات المقبلات على الزواج لصالح القياس البعدي.
- 3-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين (البعدي _التتبعي) لدى المجموعة التجريبية على مقياس مهارات المقبلات على الزواج لصالح القياس التتبعي.

أهداف الدراسة:

- 1- التعرف على مدى فاعلية برنامج إرشادي عبر الانترنت في تنمية بعض المهارات لدى المقبلات على الزواج لدى عينة من طالبات جامعة الملك عبد العزيز .
- 2- تصميم برنامج يزود المقبلات على الزواج بما يحتاجون إليه من معلومات ومهارات مرتبطة بما قبل الزواج.
- 3- التحقق من فعالية البرنامج الإرشادي المستخدم في الدراسة في تنمية بعض المهارات لدى عينة الدراسة من خلال المعالجة الإحصائية للمجموعة الإرشادية.
- 4- التعرف على مدى استمرارية أثر البرنامج الإرشادي في تنمية بعض المهارات لدى أفراد المجموعة التجريبية (القياس التتبعي).

أهمية الدراسة:

تبرز أهمية الدراسة الحالية في أهمية موضوعها ,حيث أنها تتناول دراسة فاعلية برنامج إرشادي عبر الإنترنت في تنمية بعض المهارات لدى المقبلات على الزواج ,وبالتالي فإن هذا الموضوع ينطوي على أهمية من الناحية النظرية والناحية التطبيقية:

الأهمية النظرية:

- 1- إثراء المكتبة السعودية بالدراسات المتعلقة بمجالات وجوانب الإرشاد.
- 2- تعود أهمية الدراسة إلى تناولها فئة مهمة من فئات المجتمع وهنَّ الفتيات المقبلات على الزواج من طالبات جامعة الملك عبد العزيز من السنة التحضيرية ,وكذلك طالبات من كلية الآداب قسم علم النفس بالإضافة إلى طالبات كلية الإدارة والاقتصاد قسم الإدارة العامة , وتقديم الخدمات المساندة لهن لما لها من أثر كبير في نجاح الحياة الزوجية واستقرارها من خلال تخطيط وتنفيذ برنامج إرشادي يقدم عن طريق شبكة الانترنت .
- 3- تعد هذه الدراسة بمثابة استجابة للعديد من توصيات البحوث والدراسات السابقة التي بحثت في موضوع البرامج التأهيلية للزواج .

-الأهمية التطبيقية:

- 1- الإشارة إلى أهمية موضوع تنمية المهارات لدى المقبلات على الزواج، وأهمية الدراسات التي تعتمد على المنهج شبه التجريبي.
- 2- التحقق من مدى فعالية استخدام شبكة الانترنت في الإرشاد الزواجي بوصفه أداة يمكن الاستفادة منها في مراكز الإرشاد الأسري .

2- محاولة هذه الدراسة تقديم برنامج يساعد في تنمية بعض المهارات للمقبلات على الزواج من طالبات جامعة الملك عبد العزيز بجدة ، والذي يمكن من خلاله دعم الأسرة السعودية من خلال إعداد الزوجة المزودة بالخبرة اللازمة لإنجاح الحياة الزوجية .

مصطلحات الدراسة:

-**الفاعلية Effectiveness** : يعرفها اللقاني (1999) هي القدرة على التأثير وبلوغ الأهداف، وتحقيق النتائج المرجوة. والفاعلية هي القدرة على انجاز الأهداف أو التدخلات لبلوغ النتائج المرجوة والوصول إليها بأقصى حد ممكن (زيتون، 1998: 57).

وتقصد الباحثة بالفاعلية في هذه الدراسة مقدار التحسن الذي يمكن أن يحدثه استخدام البرنامج الإرشادي عبر الانترنت في تنمية بعض المهارات لدى المقبلات على الزواج، وتقاس مقدار الفاعلية من خلال القياس البعدي لمقاييس مهارات المقبلات على الزواج.

-**البرنامج الإرشادي Counseling program**: يعرف بأنه "برنامج مخطط منظم في ضوء أسس علمية، لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة فرداً، وجماعاً، لجميع من تضمهم المؤسسة بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو السوي، والقيام بالاختيار الواعي المتعلق ولتحقيق التوافق النفسي داخل المؤسسة وخارجها، ويقوم بتخطيطه وتنفيذه وتقييمه لجنة وفريق من المسؤولين المؤهلين " (زهران، 2005: 499).

- "هو مجموعة من الخطوات المحددة والمنظمة تستند في أساسها على نظريات وفتيات ومبادئ الإرشاد النفسي، وتتضمن مجموعة من المعلومات والمهارات والأنشطة المختلفة، والتي تقدم للأفراد خلال فترة زمنية محددة بهدف مساعدتهم في تعديل سلوكياتهم، إكسابهم سلوكيات ومهارات جديدة تؤدي بهم إلى تحقيق التوافق النفسي وتساعدهم في التغلب على المشكلات التي يعانون منها في معترك الحياة " (حسين، 2013: 283).

وفي ضوء ما سبق تحدد الباحثة المفهوم الإجرائي للبرنامج الإرشادي المستخدم في الدراسة بأنه "برنامج مخطط منظم مبني على ضوء الأسس العلمية لتقديم الخدمات الإرشادية وما يرتبط بها من أنشطة تدريبية وتعليمية تقدم في صورة جلسات جماعية في فترة زمنية محددة، ويتم تقييم ذلك المخطط من خلال مدى فاعليته وجدواه في تنمية بعض المهارات لدى الفتيات المقبلات على الزواج ."

-**شبكة الانترنت The Internet Network**: هو شبكة ضخمة من أجهزة الحاسب الآلي المرتبطة ببعضها البعض والمنتشرة حول العالم كما أن الانترنت تعرف عند البعض بخط المعلومات السريع (الموسى، 2007: 600).

وتقصد بها الباحثة " شبكة خدمات معلوماتية يسهل من خلالها الاتصال والحصول على المعلومات من المصدر بحيث تستخدم شبكة الانترنت كوسيلة يتم من خلال تقديم خدمات الإرشاد الزواجي والذي يتمثل في صورة تنمية بعض المهارات لدى المقبلات على الزواج ."

-المهارات **Skills**: "هي القدرة على القيام بالأعمال المعقدة والسريعة بسهولة ودقة مع القدرة على تكييف الأداء للظروف المتغيرة، وهناك درجات مختلفة للمهارة يمكن التعرف عليها عن طريق اختبارات المهارات اللازمة لممارسة مهنة معينة" (العجلاني، 2005: 5).

ويعرف كوتريل (Cottrell, 1999:21) المهارة بأنها: "القدرة على الأداء والتعلم الجيد وقتما نريد. والمهارة نشاط متعلم يتم تطويره خلال ممارسة نشاط ما تدعمه التغذية الراجعة، وكل مهارة من المهارات تتكون من مهارات فرعية أصغر منها، والقصور في أي من المهارات الفرعية يؤثر على جودة الأداء الكلي".

وبناء على ما سبق تحدد الباحثة المفهوم الإجرائي لمهارات المقبلات على الزواج بأنه "مجموع الدرجات التي تحصل عليها المقبلات على الزواج على مقياس مهارات المقبلات على الزواج".

-الزواج **Marriage**: "هو الرابطة الشرعية أو القانونية أو الاجتماعية التي تعترف بها ثقافة المجتمع" (المعبي، 2010: 127).

وتقصد الباحثة بالزواج بأنه "اتفاق رجل وامرأة على علاقة شرعية يقرها الدين والمجتمع، وتترتب عليها مجموعة من الحقوق والواجبات".

-المقبلات على الزواج **Pre-marriage girl**: هن الطالبات المقبلات على الزواج والملتحقات بصورة منتظمة في المرحلة الجامعية في جامعة الملك عبد العزيز بجدة خلال العام الدراسي (1435-1436) من كافة التخصصات والمستويات تتراوح أعمارهن بين 19-23 سنة.

حدود الدراسة :

-حدود موضوعية: تقتصر الدراسة على تصميم برنامج إرشادي لتنمية بعض المهارات وتطبيقه على عينة من المقبلات على الزواج لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز بجدة من خلال شبكة الإنترنت.

-حدود نوعية: طبقت هذه الدراسة على الفتيات المقبلات على الزواج من جامعة الملك عبد العزيز بجدة، واللاتي تتراوح أعمارهم بين 19 - 23.

-حدود زمنية : طبقت هذه الدراسة في الفصل الدراسي الثاني 1435-1436هـ.

الإطار النظري

فيما يلي عرض لمفاهيم الدراسة

مفهوم الإرشاد النفسي:

عرفت رابطة علماء النفس الأمريكية لعلم النفس الإرشادي APA (1987) علم النفس الإرشادي بأنه "مجموعة الخدمات التي يقدمها أخصائيو علم النفس الإرشادي الذين يعتمدون في تدخلهم على مبادئ ومناهج وإجراءات لتسيير سلوك الإنسان بطريقة إيجابية وفاعلة خلال مراحل نموه المختلفة، ويقوم الأخصائي بممارسة عمله مؤكداً على الجوانب الإيجابية للنمو والتوافق من منظور إنمائي، وأن هذه الخدمات تهدف إلى مساعدة الأفراد

على اكتساب المهارات الشخصية والاجتماعية وتحسين توافقيهم لمطالب الحياة المتغيرة، وتعزيز مهاراتهم للتعامل مع البيئة المحيطة بهم، واكتساب المهارات والقدرة على حل المشكلات واتخاذ القرارات" (أبو أسعد، 2011: 24).

ويعده House بأنه "عملية مساعدة الفرد على استخدام جميع إمكانياته وقدراته استخداماً سليماً للتكيف مع الحياة وهو عملية مساعدة العملاء لكي يتعلموا أساليب عيش جديدة ينتج عنها الرضا عن الذات والآخرين والتوافق مع متطلبات الحياة" (العاسمي، 2008: 33).

أما صديق فعرفه بأنه "عملية نفسية مخططة علمياً، وتتم من خلال جلسات دورية بين المرشد المتخصص والمدرّب وبين شخص أو أكثر ممن يعانون من مشكلات لم تصل إلى حد المرض أو الاضطراب، بهدف مساعدتهم على التغلب على تلك المشكلات وإعدادهم وتهيئتهم مستقبلاً لاختيار أساليب مناسبة في التعامل مع المشكلات ومواجهتها" (صديق، 2005: 17).

كما يعرفه حامد زهران بأنه "عملية بناءة تهدف إلى مساعدة الفرد لكي يفهم ذاته ويدرس شخصيته ويعرف خبراته ويحدد مشكلاته وينمي إمكانياته في حل مشكلاته، في ضوء معرفته ورغبته وتعليمه وتدريبه، لكي يصل إلى تحديد وتحقيق أهدافه وتحقيق الصحة النفسية، والتوافق شخصياً وتربوياً ومهنياً وأسياً وزواجياً" (زهران، 2005: 22).

ومن خلال الطرح المتقدم ترى الباحثة بأن الإرشاد النفسي هو عملية مساعدة الفرد أو الجماعة في التغلب على مشكلاتهم وذلك بزيادة قدرتهم على السلوك الإيجابي الذي يحقق لهم التوافق والرضا النفسي ومن ثم الصحة النفسية.

ماهية الإرشاد النفسي عبر الإنترنت:

يعرف بلوم Bloom الإرشاد النفسي عبر الإنترنت على أنه "ممارسة الإرشاد النفسي

بصورة مهنية، والتي تحدث عندما يكون المرشد النفسي والعميل في أماكن مختلفة وبعبء باستخدام التكنولوجيا للتواصل بين بعضهم البعض" (Bloom, 1998: 53).

ويعرف (Alleman, 2002: 200) إلى أن الإرشاد النفسي عبر الإنترنت على أنه "تواصل مستمر، متفاعل، مبني الرسائل بين العميل والمتخصص الذي يقدم خدمة الصحة النفسية وذلك بهدف تنمية سلوكية أو نفسية"

في حين عرف مالين وفوجل (Mallen and Vogel: 2005, 770) "الإرشاد النفسي عبر الإنترنت بصورة أكثر اتساعاً على أنه "تقديم لخدمات الصحة النفسية والسلوكية، التي تتضمنها وذلك عن طريق ممارس مرخص يتعامل مع العميل من خلال طريقة لا تعتمد على المقابلة وجها لوجه بينما تعتمد على التواصل تكنولوجياً عن بعد مثل التليفون، البريد الإلكتروني، اللامتزامن، غرف المحادثة المتزامنة، والمقابلة عبر الفيديو"

إيجابيات استخدام الإنترنت في مجال الإرشاد:

- 1- يوفر فرصة للتواصل بين المرشد والعميل ولا سيما عند الشعور بالخل أو الذنب لدى العميل.
- 2- يصلح استخدامه في عدة حالات والتي يكون فيها الشخص غير قادراً على أن يترك منزله بسبب الخوف، أو يكون معاقاً جسدياً ولا يستطيع التحرك، ولا يمكنه أن يجد مرشداً يأتي إليه.
- 3- عندما يكون الفرد مشغولاً ولا توجد لديه فرصة للذهاب إلى المرشد.
- 4- هذا النوع من الإرشاد غير مرتبط بمكان ولا زمان .
- 5- يكون مجدياً في حالة ندرة المرشدين في المكان المقيم به العميل.
- 6- قلة التكاليف مقارنة بتكاليف الإرشاد النفسي التقليدية (حسين، 2013: 272).

سلبات استخدام التكنولوجيا في مجال الإرشاد :

- 1- مشاكل تقنية لها علاقة بخدمات الإرشاد الأخرى لدى العميل أو المرشد مثل ضعف إشارات الإنترنت، انتهاء شحن بطارية الحاسب، انقطاع التيار المفاجئ.
 - 2- عدم توافر وسائل التواصل اللفظي في بعض التقنيات مثل حركات الجسد، والإيماءات، وتعبيرات الوجه مما يؤثر على كفاءة العملية الإرشادية ككل .
 - 3- ضعف الإمكانيات المادية لبعض العملاء، وبالتالي عدم توفر الحواسيب.
 - 4- الإرشاد عبر الإنترنت متاح للعملاء من مستوى علمي ومعرفي معين، حيث يصعب على بعض العملاء استخدام الحاسب الآلي، وبرامج الشات، أو إرسال البريد الإلكتروني (مخير، 2013: 600).
 - 5- غير ملائم استخدامه مع العملاء ممن لديهم ميول انتحارية، وفي حالات عدم الاتزان الانفعالي، وفي حالة الاضطرابات النفسية الخطيرة مثل الشيزوفرينيا، وكذلك من لديهم ميول إجرامية (حسين، 2013: 272).
- وكما نعرف فإن شبكة الإنترنت غنية بالتقنيات ووسائل التواصل العديدة، إلا أن ما يهمنا هو تقنية الفصول الافتراضية وذلك لاستخدام الباحثة لها في مجال دراستها .

مفهوم الإرشاد الزواجي:

يقصد به "مجموعة الخدمات الإرشادية التي تقدم للراغبين في الزواج بهدف اختيار الشريك المناسب، ومن ثم تحقيق التوافق والاستقرار وحل المشكلات التي تعترض الحياة الزوجية قبل الزواج، وأثناءه وبعده" (النعيم، 2008: 41).

وتعرفه (مؤمن، 2004: 84) بأنه أسلوب حديث في مساعدة الزوجين على مواجهة مشكلاتهما بطريقة أكثر فعالية، ويقوم به أخصائي متخصص ومدرب على فنونه وأساليبه

ومما سبق يتضح للباحثة أن الإرشاد الزواجي أحد الأساليب لتقديم خدمات وقائية وعلاجية لمساعدة الأفراد للتعامل مع الحياة الزوجية بكل أبعادها بدءاً من أسس الاختيار، واتخاذ القرار مروراً بالمشكلات التي تعترض الحياة الزوجية، وتنمية المهارات الزوجية في التفاعل والتواصل وكل ما من شأنه أن يعمل على الاستقرار والسعادة الزوجية.

إن دراسة الحياة الزوجية والسلوك الزوجي، وما يحدث فيها من مشكلات زواجية تتراوح ما بين البسيطة التي تنغصها والكبيرة التي تقوضها، تلفت النظر إلى أهمية وإلحاح الحاجة إلى الإرشاد الزوجي، ويلاحظ أهمية الإرشاد الزوجي في التوافق الشخصي والاجتماعي والنفسي بصفة عامة، فالحياة الزوجية المستقرة السعيدة من أهم ما يكون في حياة الإنسان، والإعداد للحياة الزوجية والاستقرار فيها والتغلب على ما قد يعترضها من مشكلات، يحتاج إلى خدمات الإرشاد الزوجي (أبو أسعد، 2008: 47).

أهداف الإرشاد الزوجي:

أصبح الإرشاد الزوجي موجه نحو تحقيق أهداف معينة حيث تتمثل هذه الأهداف فيما يلي :

- 1- مساعدة الأزواج على معرفة الخلل في العلاقات الأسرية .
- 2- مساعدة الزوجين على تبني طرق جديدة في التعبير عن الانفعالات بينهما تقوم على الفهم والحب .
- 3- مساعدة الزوجين على تحقيق النمو النفسي والجنسي والأخلاقي .
- 4- مساعدة الزوجين على تقبل الفروق المختلفة فيما بينهم .
- 5- اضاء جو نفسي مريح بين الزوجين لتحقيق النجاح والتوافق في المحيط الأسري والاجتماعي.
- 6- مساعدة الزوجين على الابتعاد عن القلق والخوف والاكتئاب المسئول عن عدم التوافق الزوجي .
- 1- مساعدة الزوجين على التعامل مع الضغوط التي يمارسها أعضاء الأسرة (أبو أسعد ، 2008: 47).

المهارات الزوجية

يتم التركيز على المواضيع التالية عند اعداد البرامج التأهيلية وهي:

أولاً: مهارة التعامل مع الزوج:

تعتبر المرحلة الأولى من الزواج أدق أدوار الزواج فهي مرحلة قلقة، وذلك للاحتكاك الفعلي بين الزوجين ولتبادل مشاعرهما وأحاسيسهما بصورة جديدة بعيدة عن الافتعال والمداهنة، وتقوم هذه المرحلة على تقرير الحقائق تقريراً صائباً بعيداً عن عواطف المجاملة والخجل وهي تمثل امتحاناً شاقاً يجتازه كلا من الزوجين فإما أنانية وأثره تنفك الحياة الزوجية، وإما إيثار وتعاون يدعمان الحياة الزوجية ويطيلان أمدّها (حقي وحسن، 2009: 75).

ثانياً: مهارة التعبير عن المشاعر (التواصل الوجداني):

من المؤكد أن الوقوع في الحب هو أوضح الأمثلة على علاقة سعيدة، إذ هو أشد العلاقات وأكثرها عمقاً وهو الذي يستثير المشاعر الإيجابية هذا بالإضافة إلى بعض المشاعر السلبية، إن الصحة النفسية هي المقدرة على الحب الكامل الأصيل، ويعتبر واحداً من مكونات الزواج الأصيل الناجح، والعلاقة الزوجية المتزنة تمد الزوجين بالإحساس بقيمة الذات والاستمتاع مما يزيد الشعور بالتقدير والأمان، والتقارب بين الزوجين (مؤمن، 2004: 21).

ثالثاً: مهارة الحوار والإنصات الجيد:

والقصد بالحوار الزوجي هو الحديث الذي يدور بين كل زوجين يعيشون حياة مشتركة، ويواجهون حياتهم معا دون تدخل الآخرين وترجع أهمية الحوار في الحياة الزوجية إلى:

- 1- إخراج ما في نفوس الزوجين من المشاعر، السلبية والإيجابية منها، وهذا من الأهمية بمكان حيث أن عملية التنفيس تلك تعمل على راحة النفس وهدوء القلب واطمئنان البال.
- 2- الحميمة والتقريب بين الزوجين، فالزوجان اللذان يداومان على جلسات المصارحة ويتبادلان الحوار دائماً، نراهما أسعد حالاً، ويتمتعان بالدفع العاطفي.
- 3- التغلب على المشاكل قبل بدايتها، فمبدأ الحوار يتيح للزوجين التعرض لما يضايق كل طرف، وبالتالي العمل بهدوء في التغلب على تلك المشاكل، كما أن فرص الاعتذار أثناء الحوار تكون قوية.
- 4- التلاحم والتقارب الفكري، إن التعرض للقضايا العامة القريبة منها والبعيدة والتحدث مع الطرف الآخر عن آرائه فيه يخلق نوع من الصداقة الفكرية، والتي يكون لها دور كبير على علاقتهما من حيث ارتفاع مؤشر الحب والتقدير.
- 5- زيادة الاحترام، وتقدير كل طرف للآخر، وخاصة الزوجة التي تشعر بعظم تقدير زوجها لها واحترامه إياها.
- 6- زرع الثقة بين الزوجين وإشاعة الأمان بينهما (الشاذلي، 2009: 70).

مهارة حل المشكلات الزوجية واتخاذ القرارات:

لا يوجد منزل على وجه الأرض إلا وتهب عليه ريح الخلاف، ولا يوجد زوجين متفقان كلياً، وقد وضع الدكتور Terman الأستاذ بجامعة ستانفورد وعدد من زملائه قائمة تضم ما يقرب من ستين منقصاً من المنقصات التي ينسبها الأزواج والزوجات لبعضهم البعض، ولكن ليس في هذا ما يدعو للانزعاج والخوف بل أن أي حياة زوجية لا تحدث فيها خلافات تستوجب منا الدراسة والبحث (الشاذلي، 2009: 92).

وإن كانت الحقيقة تؤكد على أن المشكلات الزوجية جزء من حياتنا اليومية إلا أن تعامل الأزواج والزوجات لبعضهم البعض هو مبحث حديثنا، فالخلافات الزوجية يمكن أن تبدأ صغيرة وباستمرارها وعدم حلها بطريقة سليمة يمكن أن يؤدي إلى انفصالهما وظهور مشكلات جديدة تزداد تعقيداً، ولكي نستطيع حل الخلافات الزوجية علينا أن نبدأ بمعرفة مفهوم الخلافات الزوجية لأنه يحدد ما إذا كانت لدينا مشكلة أو خلاف من عدمه.

الدراسات السابقة

تعتبر الدراسات السابقة من المرجعيات الهامة التي ترجع إليها الباحثة وذلك للمساعدة في تحديد المشكلة المراد دراستها، وفيما يلي استعراض أهم الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الدراسة.

المحور الأول: دراسات تناولت الإرشاد النفسي عبر الإنترنت:

1-دراسة أندريا شيلستر وكارولين جلاس (Andrea Chester &Carol:2006): بعنوان الإرشاد النفسي عبر الإنترنت: تحليل وصفي للخدمات العلاجية عبر الإنترنت، فعلى الرغم من أن الطريقة التقليدية تتضمن خدمات الإرشاد النفسي وجهاً لوجه إلا أن عدد كبير من المرشدين النفسيين شرع في تقديم خدمات الإرشاد النفسي عبر الإنترنت، وتكونت عينة الدراسة من 67 مرشداً يستخدمون الإرشاد النفسي عبر الإنترنت، واستخدمت الدراسة استبيان يتضمن معلومات عن الخلفية العلمية، والخدمات المقدمة، والتكلفة، وطرق التواصل لدى المرشدين النفسيين الذي يقدمون خدمات الإرشاد النفسي عبر الإنترنت، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن المرشدين النفسيين المستخدمين للإرشاد النفسي عبر الإنترنت هم من ذوي الخبرة، ويستخدمون البريد الإلكتروني في العملية الإرشادية، وأوضحت النتائج أيضاً أن أغلبية العملاء كانوا من الإناث ويطلبون تدخل قصير المدى، وبالرغم من تزايد ونجاح خدمات الإرشاد عبر الإنترنت، هناك بعض الجوانب الأخلاقية التي تحتاج لأخذها في الاعتبار عند تقديم الإرشاد النفسي عبر الإنترنت.

2- دراسة تيري هانيلي (hanley ,terry:2009): بعنوان طرق العمل في استخدام العلاج عبر الإنترنت مع صغار السن ، وهدفت الدراسة إلى اختبار مدى كفاءة العمل التعاوني في العلاقة الإرشادية في الإرشاد النفسي عبر الإنترنت عند استخدامه مع صغار السن ، وبلغ عدد أفراد العينة 100 واستخدمت الدراسة عدة مناحي بحثية وتكونت أدوات الدراسة من مقياس كمي للتقرير الذاتي بعنوان : مقياس كفاءة التعاون العلاجي ، كما استخدمت الدراسة منحنى كفي عن طريق إجراء مقابلات مع العملاء المستخدمين للإرشاد النفسي عبر الإنترنت عبر موقع كووث البريطاني ، وقد أوضحت نتائج الدراسة أن ثلاثة أرباع الإجابات كانت متوسطة إلى مرتفعة في تقييمها لكفاءة التعاون العلاجي خلال الإرشاد النفسي عبر الإنترنت مما دعم فاعلية الإرشاد النفسي عبر الإنترنت .

3- دراسة زينب شقير (2009): بعنوان من أجل جودة الحياة برنامج إرشادي تدريبي لخفض بعض المتغيرات السلبية لدى سمنة المفرطة عبر الدردشة بالإنترنت، وكانت عينة الدراسة فتاة خليجية تعاني من السمنة المفرطة وتبلغ من العمر 30 عاماً ، وكانت أدوات الدراسة تنقسم إلى قسمين :أدوات تشخيصية تشمل مقياس قلق الموت، مقياس صورة الجسم، والأدوات العلاجية وهي البرنامج الإرشادي عبر الدردشة عن طريق الإنترنت، والبرنامج الغذائي، بالإضافة للمقابلات المباشرة، ولقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود كفاءة عالية للبرنامج الإرشادي وفعاليتها، حيث انخفضت حدة متغيرات الدراسة جميعها.

4- دراسة تيري هانيلي (hanley ,terry:2012): بعنوان فهم الأثر العلاجي عبر الإنترنت من خلال وجهة نظر مستخدميه من المراهقين ، وقد هدفت الدراسة إلى اختيار التعاون العلاجي عند استخدام خدمات الإرشاد النفسي لصغار السن من المراهقين 0 وتكونت عينة الدراسة من 15

مراهم ومراهمه ، وكانت أدوات الدراسة عبارة عن مقابلة شخصية عبر الإنترنت باستخدام طرق متنوعة في المقابلات الشخصية ، وكشفت نتائج الدراسة عن فئة رئيسية يتم من خلالها توفير خدمات مخصصة لعمل بعينه ، و3 فئات فرعية كانت السبب وراء بناء علاقة إرشادية ذات كفاءة عالية وهم كالتالي : مدى انخراط العميل في العملية الإرشادية ، وتطور العلاقة الإرشادية ، وأخيراً تنمية القدرة على التحكم خلال العملية الإرشادية وأوضحت الدراسة عدم وجود اختلافات في العملية الإرشادية وجهاً لوجه عن العملية الإرشادية عبر الإنترنت.

5 -دراسة الشعلان (2013): بعنوان: فاعلية الإرشاد النفسي عبر الإنترنت في خفض أعراض الخوف الاجتماعي لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن وهدفت الدراسة إلى: التحقق من مدى فاعلية الإرشاد النفسي عبر الإنترنت في خفض أعراض الخوف الاجتماعي لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن مما يدعم من درجة التوافق النفسي والأكاديمي لديهن واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ، وشكلت طالبات كلية التربية بجامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن المجتمع الأصلي للبحث أما عينة البحث فقد تألفت من (50) طالبة من اللاتي يعانين من الخوف الاجتماعي ، تم اختيارهن عشوائياً وتم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة كل منهما (25) طالبة ، وقد استخدمت الباحثة مقياس الخوف الاجتماعي من إعداد الرويتع (2004) ، بالإضافة إلى البرنامج الإرشادي عبر الإنترنت وقد توصلت الدراسة إلى وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طالبات المجموعتين التجريبية والضابطة في جميع الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الخوف الاجتماعي في القياس البعدي وذلك لصالح متوسط درجات المجموعة التجريبية ، ووجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طالبات المجموعتين التجريبية في جميع الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الخوف الاجتماعي قبل تطبيق الإرشاد النفسي عن طريق الإنترنت وبعده لصالح متوسط درجات القياس البعدي وعدم وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية في جميع الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الخوف الاجتماعي في القياسين البعدي والقبلي.

المحور الثاني: دراسات البرامج الإرشادية وبرامج التأهيل للزواج:

1-دراسة إيلانا سندير (Iliana Snyder:2007): بعنوان : احتياجات اللاتينيين و اهتماماتهم فيما يخص برامج التأهيل للزواج وهذه الدراسة هي جزء من مشروع بدأ عام 2004 في مقاطعة يوتا، شاركت فيه مؤسسات المجتمع المحلي المؤيدة للاتجاه الوقائي للبرامج التثقيفية والعلاجية في ما يخص الزواج وهدفت الدراسة إلى التعرف على العناصر المهمة في برامج التأهيل للزواج من حيث: محتواها، تكلفتها، الأماكن المناسبة لتنفيذها، مصادر معلوماتها، أسباب عدم الالتحاق بها إضافة إلى ما يحفز الآخرين على الالتحاق ببرامج التأهيل للزواج، واقتصرت عينة الدراسة على المستفيدين الذين هم من أصول لاتينية و قد تم اختيارها عبر طريقة العينة الثلجية إضافة إلى استخدام الدعاية والإعلان عبر المطويات والصحف و الإذاعة الموجهة لذوي الأصول اللاتينية و الذين يعيشون في مقاطعة يوتا وقد اختلفت الخصائص الاجتماعية، التعليمية والعمرية للعينة ،لذا تم تقسيم المستفيدين لـ11 مجموعة:الأولى تكونت من متخصصين في الخدمة الاجتماعية، التعليم، قسيسين و مسؤولين حكوميين، و الأخرى تكونت من غير المتزوجين و المتزوجين من الذكور و الإناث الذين لديهم أطفال و الذين ينتظرون مولودهم الأول، وتراوحت الفئة العمرية لهم (15-30) عاماً، تمت مقابلة الذكور و الإناث كل على حدة، و حاولت أسئلة المقابلة التعرف على: مخاوف المستفيدين من الزواج، قنوات المستفيدين عن تقوية الزواج و المحفزات التي يمكن أن تشجع الآخرين على حضور برامج الثقافة الزوجية من وجهة نظر المستفيدين، وتم تسجيل المقابلات عن طريق الأشرطة السمعية بعد موافقة المشاركين احتوت على 14 سؤالاً مفتوحاً. و بعد انتهاء المقابلة تم توزيع استبانة تحتوي على

البيانات الأولية للمبجوثين احتوت على: العمر، مسقط الرأس، التعليم و الديانة، و ذلك بقصد ربط النتائج بهذه المتغيرات. وتوصلت الدراسة إلى أن أغلب الإناث كن مهتمات بموضوعي العنف والخيانة لتناولها في برامج التأهيل للزواج. بينما كان الرجال أكثر اهتماماً بالمواضيع: الأمان المادي، تطوير مهارات التواصل و زيادة مهارات التربية.

2-دراسة الحربي(2010): بعنوان فعالية برنامج إرشادي معرفي في تنمية مهارات المقبلين على الزواج بمحافظة جدة

هدفت الدراسة إلى التعرف على المعلومات والمهارات التي يجب أن يلم بها الشباب المقبلون على الزواج ،بالإضافة إلى تخطيط وتنفيذ برنامج إرشادي يعالج جوانب القصور في معلومات ومهارات الشباب المرتبطة بالحياة الزوجية ،حيث تم اختيار صدقية عددهن 50 شابا تم تقسيمهم إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية بلغ عددهم في كل مجموعة على حدة 20 شابا وتم تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية ،حيث طبقت عليهم مقياس مهارات الشباب المقبلين على الزواج ،ومن أهم النتائج التي تم التوصل لها وجود فعالية للبرنامج الإرشادي في تنمية مهارات المقبلين على الزواج.

3 - دراسة العساف (2011): دراسة تقويمية بعنوان : فاعلية البرامج الإرشادية للمقبلين على الزواج ابن باز الخيري لمساعدة الشباب على الزواج وهدفت الدراسة الى التعرف على مدى فاعلية البرامج الإرشادية للمقبلين على الزواج ابن باز الخيري لمساعدة الشباب على الزواج وذلك من خلال معرفة مدى فاعلية البرامج الإرشادية للمقبلين على الزواج ابن باز الخيري لمساعدة الشباب على الزواج في مساعدة الأزواج في حسن الاختيار لشريك الحياة (الجانب الإنمائي) والتعرف على مدى فاعلية البرامج الإرشادية للمقبلين على الزواج ابن باز الخيري لمساعدة الشباب على الزواج في تبصير كل من الزوجين بواجباته وحقوقه وحدوده وأدواره (الجانب الوقائي)واعتمدت الباحثة في هذه الدراسة المنهج التقويمي ويشمل مجتمع الدراسة الملحقين بالبرامج الإرشادية للمقبلين على الزواج بمشروع ابن باز الخيري لمساعدة الشباب في مدينة الرياض سواء الذكور أو الإناث وهناك صعوبة في حصر عدد مفردات مجتمع الدراسة ونظراً لذلك قامت الباحثة باختيار عينة قوامها (400) مفردة من المشتركين في البرنامج سواء المقبلين على الزواج أو متزوجين ، أو عقد قرانه ، وهناك عدد من الاستبانة ، لذا بلغ عدد المستردة والصالحة للتحليل (311) استبانة، حيث اعتمدت الباحثة في جمع البيانات على الاستبانة وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن غالبية أفراد عينة الدراسة من الإناث ، وأن برامج التأهيل كانت لها فاعلية في الاختيار للزواج ،بالإضافة لتنمية المهارات.

4- دراسة الحربي(2012): بعنوان فعالية برنامج إرشادي أسري للفتيات المقبلات على الزواج في تعديل الاتجاه نحو العلاقات الأسرية وهدفت الدراسة إلى التعرف على أثر فعالية برنامج إرشادي أسري للفتيات المقبلات على الزواج في تعديل الاتجاه نحو العلاقات الأسرية وعلى اتجاهات الفتيات المقبلات على الزواج نحو العلاقات الأسرية قبل وبعد تطبيق البرنامج الأسري للعينة الكلية واستخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي، وقامت الباحثة بأخذ عينة بلغت نحو(532) من مجتمع البحث من طالبات جامعة طيبة والبالغ عددهن(53234) طالبة تم اختيارهن بالطريقة العشوائية ،وقامت الباحثة باستخدام أداة البحث وهي عبارة عن استبيان اتجاهات الفتيات المقبلات على الزواج نحو العلاقات الأسرية ،بالإضافة للبرنامج الإرشادي ، وقام البحث على استخدام الأساليب الإحصائية التالية : المتوسطات الحسابية ، الانحرافات المعيارية ، واختبار (ت) لعينتين

مرتبطتين لحساب دلالة الفرق بين المتوسطين، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الاتجاه نحو العلاقات الأسرية للمجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج وهذه الفروق لصالح القياس البعدي .

5- دراسة الغامدي (2012) : بعنوان البرامج التأهيلية للزواج وتأثيرها في الحياة الزوجية : دراسة ميدانية على عينة من الشباب السعودي المتزوجين بمحافظة جدة وهدفت الدراسة إلى الكشف عن مدى تأثير برامج الدورات التأهيلية للزواج على استقرار وتماسك الأسرة وكذلك الكشف عن مدى استفادة أفراد العينة من البرامج و الدورات التأهيلية للزواج واستخدم الباحث المنهج التحليلي الوصفي وكان الاستبيان هو الأداة المناسبة لجمع البيانات وقد بلغ حجم العينة الأولية للدراسة 300 مفردة إلا أن العينة النهائية بلغت (270) مفردة بعد استبعاد 30 حالة وقد تم اختيار أفراد العينة من خلال أسلوب العينة العشوائية وتم التوصل معهم وإرسال صحيفة الاستبانة لهم إما عن طريق البريد الإلكتروني أو الاتصال المباشر بهم وكان من أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة وجود فاعلية لبرامج التأهيل للزواج حيث أن 91.8% من أفراد العينة استفادوا من الدورات التأهيلية للزواج، وأن 8.2 لم يستفيدوا منها.

من خلال استعراض الباحثة للدراسات السابقة اتضح ما يلي:

1-نظراً للتغيرات الحاصلة في المجتمع من ظهور خدمة الإرشاد النفسي عبر الإنترنت، وأيضاً لحاجة المجتمع لبرامج التأهيل للزواج، فقد لاحظت الباحثة وفي حدود علمها قلة الدراسات العربية التي قدمت الإرشاد النفسي عبر الإنترنت، مما ساهم في تشجيع الباحثة للإقدام على عمل برنامج يساعد المقبلات على الزواج في تنمية بعض المهارات عبر شبكة الإنترنت.

2-حظي أفراد المجتمع بالنصيب الأكبر من البحوث والدراسات فقد بلغ عدد الدراسات، في حين جاءت المرحلة الجامعية في المرتبة الثانية حيث بلغ عدد الدراسات مما ساهم في قناعة الباحثة بأن المرحلة الجامعية تستحق من الجهد البحثي ما يليق بها، لاسيما أنها مرحلة اعداد للزواج واتخاذ قرارات هامة في حياة الأفراد، وفترة السعي إلى بلوغ الاستقلال والاعتماد على النفس.

3-ترى الباحثة أهمية الاهتمام بتنمية مهارات المقبلين على الزواج نتيجة لما أشارت إليه بعض الدراسات وأكدت على أهميتها، وأثرها في التوافق الزوجي، بالإضافة إلى الاهتمام بمحتواها وذلك بالرجوع للدراسات التي درست هذا الجانب بالإضافة إلى وجود بعض الدراسات التي أشارت إلى عدم وجود فعالية لبرامج التأهيل نظراً لمحتواها بما يحقق أهداف الإرشاد النفسي.

إلا أن الدراسة الحالية تميزت عن الدراسات السابقة بما يلي:

-استخدمت الدراسة المنهج الشبه التجريبي، واهتمت ببناء برنامج إرشادي يقدم عبر شبكة الإنترنت و يطبق على عينة من الطالبات الجامعيات .

-تناولت هذه الدراسة الطالبات المقبلات على الزواج في جامعة الملك عبد العزيز بجدة كحد نوعي لتمييز هذه المرحلة بالاستعداد للزواج، وفترة السعي إلى بلوغ الاستقلال والاعتماد على النفس.

-استخدمت الدراسة في البرنامج الإرشادي الإرشاد النفسي عبر شبكة الإنترنت، وأيضاً كان الإرشاد جماعي عن طريق استخدام الفصول الافتراضية.

-الدراسة الحالية لا تعتمد على استخدام نظرية معينة إنما سيتم استخدام الإرشاد الانتقائي وذلك باستخدام فنيات متعددة من نظريات إرشادية مختلفة، لإقناع الباحثة بأن كل نظرية تتكون من مجموعة من الفنيات والأساليب التي تصلح لاستخدامها في البرنامج الإرشادي، ومن أجل الاستفادة من كل الإسهامات الجادة والفعالة في تحقيق الأهداف الإرشادية العامة والخاصة بالبرنامج، ومواجهة الاختلافات والفروق الفردية في المواقف والمشكلات وأعضاء المجموعة الإرشادية فكل نظرية من النظريات قد أسهمت بشكل أو بآخر في الإرشاد النفسي، وبالتالي يمكن توظيف كل هذه النظريات، فليس هناك اتجاه إرشادياً قادراً بمفرده على التعامل بنفس الدرجة من الكفاءة مع الجوانب المتعددة والمختلفة لمشكلات المسترشدين.

إجراءات الدراسة

يتناول هذا الجزء وصفاً للإجراءات المنهجية، ومجتمع الدراسة وعينتها وأدواتها، ثم يلي ذلك عرض لخطوات الدراسة التجريبية، والتي تتضمن مراحل القياس القبلي، ثم يلي ذلك تطبيق البرنامج التدريبي المقترح لتنمية بعض المهارات لدى المقبلات على الزواج، ثم التطبيق البعدي، ومن ثم الأساليب الإحصائية المستخدمة، وفيما يلي عرض لهذه الإجراءات.

منهج الدراسة:

يعتمد البحث الحالي على المنهج شبه التجريبي ويعرف بأنه المنهج الذي يعتمد على التطبيق الميداني البرنامج، ويستخدم للمفاضلة بين طريقتين أو أسلوبين لاختيار أحدهما للتطبيق مباشرة أو التطبيق بعد التعديل حسبما تدعو إليه النتائج أو الحاجة (أبو علام، 2007: 197).

مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من الطالبات المنتظمات في الدراسة والمقبلات على الزواج في جامعة الملك عبد العزيز بجدة من طالبات السنة التحضيرية فرع السليمانية وبلغ عددهن 100 طالبة بالإضافة إلى طالبات كلية الآداب والعلوم الإنسانية وبلغ عددهن 32 طالبة وكذلك طالبات كلية الاقتصاد والإدارة وبلغ عددهن 30 طالبة وتم اختيار العينة التي تنطبق عليها الشروط من خلال استمارة المعلومات الأولية، وقد كان لاختيار الباحثة لهذه الفئة العمرية عدة أسباب من أهمها:

- 1- أهمية هذه المرحلة في اتخاذ القرارات، ومن أهمها قرار اختيار المهنة أو الزواج، واختيار القيم التي يرتضيها.
- 2- تعتبر مرحلة تكثر فيها الصراعات نتيجة الاستقلال عن الأسرة، والسعي إلى بناء شخصية مستقلة في كيانها، ومشاعرها، وأفكارها.
- 3- تعتبر هذه المرحلة مهمة لتطبيق البرامج الإرشادية لاهتمام الطالبة في هذه الفترة بالجماعة، وتحمل المسؤولية، والاهتمام بتقهم الآخرين بطريقة موضوعية، والقدرة على الاتصال العقلي، واستخدام المناقشة المنطقية (العنبي، 2013: 113).

عينة الدراسة:

بلغ حجم عينة الدراسة (20) طالبة بعد التحقق، من تجانس العينة، وقد تم تعيين أفراد العينة عشوائياً إلى مجموعتين :

- عينة تجريبية وعددها (10) طالبات.

- عينة ضابطة وعددها (10) طالبات.

وقد قامت الباحثة بتحقيق شرط التجانس بين المجموعتين وقد تبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية للعينة الأساسية في متغير (العمر، المستوى العلمي، والمستوى الاقتصادي، وكذلك مقياسي المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة، ومقياس مهارات المقبلين على الزواج).

أدوات الدراسة:

قامت الباحثة باستخدام الأدوات التالية:

1- مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة (الشخص، 2006).

2- مقياس مهارات المقبلين على الزواج (الحري، 2010).

3- البرنامج الإرشادي (إعداد الباحثة).

1- مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة (الشخص، 2006).

يقصد به الدرجة التي تحدد وضع الأسرة بالنسبة للمستوى العام للأسرة (عينة الدراسة) ويتم اشتقاق تلك الدرجة باستخدام معادلة تنبؤية تتضمن خمس مؤشرات هي: مستوى التعليم للجنسين، ومستوى المهنة أو الوظيفة للجنسين، مستوى دخل الفرد في الشهر، ويتم تحديد درجات المؤشرات على النحو التالي:

- مستوى تعليم (رب الأسرة أو ربة الأسرة): ويتم تحديد درجته في ضوء ثمانية مستويات :

- مستوى المهنة أو الوظيفة للجنسين (رب الأسرة أو ربة الأسرة): ويتم تحديد درجته في ضوء تسعة مستويات.

- مستوى دخل الفرد في الشهر: ويتم تحديد درجته في ضوء سبعة مستويات.

ويمكن تقدير المستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة عن طريق استخدام المعادلة التنبؤية التالية:

ص=0.073+0.264س1+0.284س2+0.102س3+0.160س4+0.125س5 حيث أن:

س1:متوسط دخل الفرد في الشهر.

س2: وظيفة رب الأسرة .

س3:مستوى تعليم رب الأسرة .

س4: وظيفة رب الأسرة .

س5: مستوى تعليم رب الأسرة.

2- مقياس مهارات المقبلين على الزواج (الحربي, 2010)

المقياس في صورته الأولى من (62) مفردة أو فقرة يوجد أمام كل منها ثلاث اختيارات هي "نعم", "لا", "إلى حد ما", ويتطلب من المفحوص أن يختار واحدة منها والتي تعبر عن تطابق هذه العبارة على حالة المفحوص.

لقد كان توزيع المقياس على (خمس محاور) مهارات التعامل مع الزوجة، مهارات التعبير عن المشاعر، مهارات الحوار والاندفاعات الجيدة، مهارات ترشيد القرارات المالية، مهارات حل المشكلات الزوجية، ولقد قامت الباحثة بإجراء بعض التغييرات على المقياس بما يتناسب مع عينة الدراسة وهن الفتيات المقبلات على الزواج، وقامت بعرضها على عدد من المحكمين من أعضاء هيئة التدريس بجامعة الملك عبد العزيز، وأصبحت الصورة النهائية عدد مفرداتها (48) عبارة، وأصبحت أبعاد المقياس كالتالي:

جدول (1) أبعاد المقياس في صورته النهائية

م	المحاور	توزيع الأسئلة	عدد الأسئلة
1	مهارات التعامل مع الزوج	1-12	12
2	مهارات التعبير عن المشاعر	13- 21	9
3	مهارات الحوار والاندفاعات الجيدة	22-34	13
5	مهارات حل المشكلات الزوجية	35- 48	14
	المجموع		48

يتم تصحيح العبارات الموجبة (نعم=3، إلى حد ما=2، لا=1)، وتعكس في العبارات السلبية (لا=3، إلى حد ما=2، نعم=1)

جدول (2) الفقرات الموجبة والسالبة لأبعاد المقياس

البعد	الفقرات الموجبة	الفقرات السالبة
مهارات التعامل مع الزوج	2، 3، 4، 6، 7، 8، 9، 10	1، 5، 11، 12
مهارات التعبير عن المشاعر	13، 14، 16، 17، 18، 19، 20، 21	15
مهارات الحوار والاندفاعات الجيدة	23، 25، 26، 28، 34	22، 24، 29، 30، 31، 32، 33
مهارات حل المشكلات الزوجية	38، 44	35، 36، 37، 39، 40، 41، 42، 43، 45، 46، 47، 48

وبذلك يتراوح المجموع الكلي للمقياس ما بين (48) و (144) درجة.

ولقد تم تقسيم مستويات تصحيح المقياس على النحو التالي:

المستوى المرتفع	المستوى المتوسط	المستوى المنخفض	البعد
أكثر من 33	33-28	أقل من 28	مهارات التعامل مع الزوج
أكثر من 27	27-23	أقل من 23	مهارات التعبير عن المشاعر
أكثر من 37	37-31	أقل من 31	مهارات الحوار والانصات الجيد
أكثر من 42	42-34	أقل من 34	مهارات حل المشكلات الزوجية
أكثر من 135	135-119	أقل من 119	مهارات المقبلات على الزواج

إجراءات الصدق والثبات في الدراسة الحالية:

صدق المقياس:

فيما يلي الخطوات التي اتبعتها الباحثة للتحقق من صدق الأداة طبقاً لكل طريقة من الطريقتين:

أولاً: الصدق الظاهري:

وهو الصدق المعتمد على المحكمين، حيث تم عرض المقياس على مجموعة من السادة أعضاء هيئة التدريس أساتذة علم الاجتماع واخذ اقوالهم وأخذ آرائهم حول صياغة العبارات ومدى صدقها في قياس مهارات المقبلات على الزواج، ولم يتم تغيير عبارات المقياس، والتي أجمع عليها غالبية المحكمين. وبذلك تكون الأداة قد حققت ما يسمى بالصدق الظاهري أو المنطقي.

ثانياً: صدق الاتساق الداخلي لأداة البحث:

وكانت إجراءات الوقوف على الاتساق الداخلي على النحو التالي:

أ) صدق الاتساق الداخلي:

تم حساب صدق الاتساق الداخلي بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه العبارة وقد تبين أن معاملات ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه العبارة جاءت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، وجاءت جميع قيم معاملات الارتباط قيم عالية حيث تراوحت في البعد الأول (مهارات التعامل مع الزوج) بين (0.459-0.873)، أما البعد الثاني (مهارات التعبير عن المشاعر) فقد تراوحت معاملات الارتباط بين (0.435-0.765)، وللبعد الثالث (مهارات الحوار والانصات الجيد) تراوحت معاملات الارتباط بين (0.449-0.856)، وللبعد الرابع (مهارات حل المشاكل الزوجية) تراوحت معاملات الارتباط بين (0.537-0.737)، مما يدل على توافر درجة عالية من صدق الاتساق الداخلي للمقياس.

ب) الصدق البنائي:

قامت الباحثة بإيجاد معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من الأبعاد الرئيسية والدرجة الكلية للمقياس وقد تبين أن قيم معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من الأبعاد الرئيسية الأربعة للمقياس والدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (0.588 و 0.953) وهي قيم مرتفعة وجميعها دالة عند مستوى دلالة (0.01) وهذه النتيجة تشير إلى الاتساق الداخلي المرتفع للمقياس وإمكانية استخدام المقياس في الدراسة الحالية باطمئنان.

ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات مقياس مهارات المقبلات على الزواج وقد تبين أن قيمة معامل الثبات بطريقة الفا كرونباخ بلغت (0.735)، وكانت قيمة ثبات سبيرمان-براون (0.833)، أي أن المقياس يتمتع بدرجة ثبات جيدة، وهذه النتيجة تشير إلى إمكانية استخدام المقياس في الدراسة الحالية باطمئنان.

-البرنامج الإرشادي:

قامت الباحثة بإعداد برنامج إرشادي ليكون الأداة الرئيسة التي تم إعدادها لتحقيق أهداف الدراسة الحالية، وهو برنامج مخطط ومنظم في ضوء المبادئ والأسس العلمية التي تقوم عليها البرامج الإرشادية.

1-التخطيط للبرنامج:

استعرضت الباحثة الدراسات والأبحاث التي اهتمت بدراسة موضوع الدراسة الحالية: ومنها (الحري، 2010)، (الغامدي، 2012)، (الحري، 2012)، (الشعلان، 2011)، (شقيز، 2009)، (العساف، 2011)، كما تم الاستفادة من المؤلفات العلمية في مجال الإرشاد النفسي ومنها (حسين، 2013)، (الداهري، 2001)، (زهران، 2005)، (كفاي، 1999).

2-الإطار النظري للبرنامج:

أعدت الباحثة البرنامج اعتماداً على النظرية الانتقائية، لاقتناع الباحثة بأن كل نظرية تتكون من مجموعة من الفنيات والأساليب التي تصلح لاستخدامها في البرنامج الإرشادية حيث أن كل فنيات الإرشاد النفسي مكمل لبعضها البعض، وهذا ما أشار إليه لازروس Lazarus (1989) من المرشد النفسي بحاجة أن يكون قادراً على تطبيق أساليب مختلف من مختلف طرائق التدخل لمساعدة مسترشديه (أبو عبادة ونيازي، 2000: 59).

إن البرنامج الحالي يركز على مجموعة من الأسس والمبادئ التي ذكرها المهتمون بالإرشاد النفسي، والتي تمت مراعاتها في بناء البرنامج الإرشادي وهي:

الأسس العامة: انطلقت الباحثة من الحاجة الماسة لتنمية مهارات المقبلات على الزواج، وذلك استناداً على مبدأ تميز السلوك الإنساني بالمرونة وقابليته للتعديل، ومن حاجة الطالبات المقبلات على الزواج، وحقهن في تلقي المساعدة في جميع مراحل حياتهن المختلفة.

الأسس النفسية: راعت الباحثة المرحلة العمرية عند بناء البرنامج نظراً لكون المرحلة الجامعية مرحلة استعداد للزواج، واتخاذ قرارات هامة في حياة الطالبات، كما أنها مرحلة استقلال عن الوالدين وتكوين الأسرة، واختيار المهنة.... الخ، كما حرصت الباحثة على مراعاة الفروق الفردية بين الطالبات وهذا ما تدعو إليه جميع التوجهات النظرية.

الأسس الاجتماعية: استخدمت الباحثة طريقة الإرشاد الجماعي عبر الإنترنت اسناداً على مبدأ أن السلوك الإنساني فردي وجماعي يتأثر في جميع أحواله بالجماعة التي ينتمي إليها.

الأسس الأخلاقية: راعت الباحثة أخلاقيات العمل الإرشادي من خلال الاهتمام والحرص على بذل أكبر قدر من الجهد في البرنامج، وإقامة العلاقة الإرشادية على أساس الثقة المتبادلة والاحترام، والمحافظة على سرية المعلومات المتداولة أثناء الجلسات.

3-أهداف البرنامج:

تعتبر هذه الخطوة من الخطوات الهامة عند بناء البرنامج الإرشادي، بحيث تتضمن وضع تخطيط مكتوب للبرنامج، يتم فيه تقديم الخبرات النظرية والخلفيات العلمية لخدمة أهداف البرنامج، من خلال ترجمة الأهداف العامة إلى أهداف إجرائية، واختيار الأساليب المناسبة الملائمة لتحقيق الأهداف وتنقسم الأهداف إلى أهداف عامة، وأهداف خاصة.

الهدف العام:

في ضوء البرنامج الإرشادي الحالي فإن الباحثة تحدد الهدف العام الذي تسعى إلى تحقيقه من خلال البرنامج الإرشادي هو تنمية بعض المهارات عبر شبكة الإنترنت لدى المقبلات على الزواج.

الأهداف الخاصة:

يهدف البرنامج الإرشادي إلى تنمية بعض المهارات وتدعيم معارف الفتيات المقبلات على الزواج ومن هذه المهارات

1-مهارة التعامل مع الزوج.

2-مهارة الحوار والإنصات.

3-مهارة التعبير عن المشاعر.

4-مهارة حل المشكلات واتخاذ القرارات.

-مراحل تطبيق البرنامج:

يمر البرنامج الحالي بأربع مراحل هي:

مرحلة البدء:

هي المرحلة التي سيتم من خلالها التعارف وتطبيق المقياس والتدريب على برنامج البلاك بورد بالإضافة إلى بدء العلاقة الإرشادية، وتحقيق الألفة بين الباحثة، وأعضاء المجموعة الإرشادية، ويتم فيها شرح أهداف البرنامج وماهيته، وعدد جلساته، والمدة الزمنية، وتوقعات المشاركات، ويتم ذلك في الجلسة الأولى .

مرحلة التنفيذ:

في هذه المرحلة يكون الحديث عن المهارات وشرح مفهومها وأهميتها وخطواتها، والتدريب على الارتقاء بمستوى مهاراتهم وذلك من خلال الفنيات المختلفة مثل التقويم الذاتي للسلوك، الواجبات المنزلية، التعزيز، النمذجة، المميزات والعيوب، المناقشات الجماعية، الفهم السفلي، الاستفهام السقراطي، واستخدام الفنيات العامة في الإرشاد النفسي.

مرحلة الانتهاء وتقييم البرنامج:

ويتم في هذه المرحلة تلخيص ما تم عرضه خلال الجلسات السابقة، والوقوف على الأهداف التي حققها البرنامج، وتطبيق مقياس مهارات المقبلات على الزواج على أفراد المجموعة التجريبية (المقياس البعدي) لمعرفة أثر البرنامج الإرشادي عبر شبكة الإنترنت في تنمية مهارات المقبلات على الزواج لدى العينة التجريبية.

مرحلة المتابعة:

ويتم في هذه المرحلة التأكد من استمرارية أثر وفعالية البرنامج الإرشادي عبر الإنترنت في تنمية بعض المهارات لدى المقبلات على الزواج بعد مرور فترة زمنية تصل إلى نحو شهرين

وذلك من عن طريق تطبيق مقياس مهارات المقبلات على الزواج (المقياس التتبعي).

5-الفترة الزمنية للبرنامج:

تم تطبيق البرنامج الإرشادي على مدار (11) جلسة إرشادية بواقع جلستين كل أسبوع، مدة كل جلسة ساعتين، وقد استغرق تطبيق البرنامج مدة ستة أسابيع في الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي 1436هـ.

6-المستفيدون من البرنامج:

البرنامج الإرشادي موجه إلى عينة من طالبات جامعة الملك عبد العزيز المقبلات على الزواج في المرحلة الجامعية، وتتراوح أعمارهن بين (19-23) سنة، والعدد الفعلي الذي سيخضع للبرنامج (10) طالبات والتي تعرف بالمجموعة التجريبية، وسيتم تطبيق البرنامج الإرشادي عن طريق الفصول الافتراضية عبر شبكة الإنترنت.

7-الأسلوب الإرشادي المستخدم:

الإرشاد الجماعي عبر الإنترنت.

8-الفنيات والأساليب الإرشادية المستخدمة في البرنامج:

وبما أن النظرية الانتقائية لا تقوم على فنيات محددة بل تنتقي فنيات من النظريات الأخرى، وتعمل على دمجها بما يتناسب وأهداف العملية الإرشادية، وطبيعة المسترشدين بشرط أن لا يكون هناك تعارض بين فنية وأخرى، سوف تذكر الباحثة بعض الفنيات التي استندت عليها في البرنامج كما يلي:

1- المحاضرات، والمناقشة الجماعية:

2-التعزيز:

3-النمذجة:

4-الواجبات المنزلية:

5-التقويم الذاتي للسلوك:

6-الاستفهام السقراطي:

7-الفهم السفلي:

-محتوى البرنامج الإرشادي:

قامت الباحثة بإعداد ملخص يتضمن محتوى البرنامج وموعد كل جلسة، والفنيات المستخدمة، والزمن المقترح والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (3) محتوى جلسات البرنامج والهدف من كل جلسة والفنيات المستخدمة، والزمن المقترح

الجلسات	أهداف الجلسة	الفنيات المستخدمة	الجدول الزمني
الجلسة الأولى (مرحبا بالجميع)	أن يتم بناء علاقة إرشادية بين الباحثة و الطالبات تتميز بالألفة والتقبل والمشاركة والتعاون. أن تتعرف الفتيات الغرض من ضمهم للجلسات الإرشادية والفائدة التي سوف تعود عليهم . أن تتعرف الفتيات على الخطوط الرئيسية للبرنامج وأهدافه ونظام الجلسات الإرشادية . أن تتعاقد الباحثة مع الطالبات على الالتزام بإجراءات البرنامج.	المحاضرة، المناقشة، التدريب على المهارات الاجتماعية.	ساعتان
الجلسة الثانية مهارة التعامل مع الزوج (أدم وحواء)	تعريف الفتيات بمعلومات عن أهم الفروق بين الرجل والمرأة .	المحاضرة، المناقشة ، القصة الرمزية، التعزيز .	ساعتان
الجلسة الثالثة مهارات التعامل مع الزوج (أدم وحواء)	أن تكون الفتيات اتجاهها صحيحا حول طبيعة الرجل وخصائصه. تزويد الفتيات بطرق التعامل السليم مع الزوج عند تعرضه للضغوط والإجهاد.	المحاضرة والمناقشة، النمذجة، التعزيز، الواجب المنزلي.	ساعتان
الجلسة الرابعة مهارات الحوار (لغة التواصل)	تعريف الفتيات بمعلومات حول مفهوم التواصل الفعال بين الزوجين. تعريف الفتيات بأهمية الحوار ودوره في تحقيق التوافق بين الزوجين . تعريف الفتيات بطرق إجراء الحوار الفعال مع الزوج .	المحاضرة، المناقشة، التعزيز، النمذجة، التقويم الذاتي للسلوك، المميزات والعيوب ، الواجب المنزلي.	ساعتان
الجلسة الخامسة مهارة الإنصات (الاستماع الفعال)	التعريف بأهمية ودور الاستماع النشط في عملية التواصل. التعرف على أنواع الاستماع ومظاهره. التعرف على مهارات الاستماع الفعال والتدريب على ذلك.	المحاضرة، المناقشة والحوار ، القصة الرمزية، النمذجة، الواجب المنزلي.	ساعتان
الجلسة السادسة مهارة التعبير عن المشاعر (هيا إلى الوضوح)	التعريف باحتياجات الرجل العاطفية توضيح أهمية التعبير عن المشاعر والإفصاح عنها في العلاقة الزوجية التعرف على الأفكار السلبية والتحريفات المعرفية لديهن عن التعبير عن المشاعر . تدريب الفتيات على التعبير عن انفعالاتهم الإيجابية، والسلبية بطريقة سليمة	المحاضرة، الحوار ، المناقشة ، الفهم السلفي، الواجب المنزلي.	ساعتان
الجلسة السابعة مهارة حل المشكلات (إبحار ضد التيار)	التعريف بمفهوم المشاكل الزوجية وأشكالها و فوائدها. التعرف على الأفكار السلبية والتحريفات المعرفية لديهن عن المشاكل الزوجية .	المحاضرة والمناقشة، التعزيز، الاستفهام السقراطي، الواجب المنزلي.	ساعتان
الجلسة الثامنة تابع مهارة حل المشكلات (إبحار ضد التيار)	التعريف بالمشكلات التي تواجه البعض في التعامل مع المشكلات الزوجية. التعرف على خطوات حل المشكلات وتدريب الفتيات عليها.	المحاضرة والمناقشة، التعزيز، النمذجة، الواجب المنزلي	ساعتان
الجلسة التاسعة اتخاذ القرارات (بين القرار والتنفيذ)	التعريف بمفهوم القرارات وأنواعها ومستوياتها. التعرف على أهمية وفوائد المشاركة في القرارات الأسرية.	المحاضرة ، المناقشة، التعزيز، التقويم الذاتي للسلوك، الواجب المنزلي.	ساعتان
الجلسة العاشرة تابع اتخاذ القرارات (بين القرار والتنفيذ)	التعريف بالخطوات العلمية لاتخاذ القرارات تدريب الفتيات على الخطوات العلمية لاتخاذ القرارات.	المحاضرة والمناقشة، التعزيز، المميزات والعيوب، الواجب المنزلي.	ساعتان
الجلسة الحادية عشر الجلسة الأخيرة	استعراض كافة وحدات البرنامج الرئيسية التي تمت دراستها في هذا البرنامج . تقييم البرنامج الذي تم تقديمه. تطبيق المقياس البعدي. تحديد موعد القياس (التتبعي) وإنهاء العلاقة	مناقشة وتعزيز.	ساعتان

	الإرشادية.	معا نحو السعادة
--	------------	-----------------

تقييم البرنامج:

تم تقييم البرنامج عن طريق ثلاث مراحل:

يتم تقييم البرنامج الإرشادي الحالي عن طريق ثلاث مراحل:

1-تقييم الجلسات:

عن طريق استمارة يطلب من أعضاء المجموعة التجريبية إبداء آرائهم في موضوع الجلسات، ومدى الاستفادة منها، ومقترحاتهم في الجلسات وهذه الاستمارة تفيد الباحثة في المراجعة المستمرة وتقييم الأداء، وهي أيضاً إشعار لأعضاء المجموعة التجريبية بأهمية ما يقدم من آراء واقتراحات وهذا يساعد في الإقبال على العملية الإرشادية.

2-التقييم البعدي:

وذلك بتطبيق مقياس مهارات المقبلات على الزواج، على عينة المجموعة التجريبية لمعرفة فعالية البرنامج الإرشادي.

3-التقييم التبعي :

وذلك بتطبيق مقياس مهارة حل المشكلات على أعضاء المجموعة التجريبية بعد شهرين من إنهاء البرنامج للتأكد من استمرار فعالية البرنامج الإرشادي.

-تحكيم البرنامج :

قامت الباحثة بعرض البرنامج الإرشادي المستخدم في الدراسة الحالية على عدد من المحكمين المتخصصين في الدراسات النفسية والإرشاد النفسي لتحكيم البرنامج وإبداء ملاحظاتهم، حول بناء البرنامج وتنفيذه وتقويمه، حيث تم توزيع البرنامج (14) محكماً من أعضاء هيئة التدريس، وقد تفضل (5) محكمين منهم بتحكيم البرنامج وإعادة البرنامج للباحثة .

وبعد عرضه على المحكمين تم تعديل بعض الملاحظات مثل:

1-زيادة عدد الجلسات.

2-إطالة المدة الزمنية .

3- تغيير بعض الأنشطة .

4- أهمية تطبيق البرنامج على عينة استطلاعية قبل التطبيق الأساسي.

تكافؤ المجموعتين

للتحقق من تكافؤ المجموعتين لزم القياس القبلي للعينة الضابطة والتجريبية للتأكد من عدم وجود فروق بينهما قبل تطبيق البرنامج:

جدول (4) نتائج اختبار مان ويتني (Mann-Whitney) للفروق بين متوسطي درجات المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية على المقياس القبلي لمهارات المقبلات على الزواج

البعد	المجموعة	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
مهارات التعامل مع الزوج	التجريبية	6.20	31.00	9.000	-0.764	0.548
	الضابطة	4.80	24.00			
مهارات التعبير عن المشاعر	التجريبية	3.60	18.00	3.000	-2.003	0.056
	الضابطة	7.40	37.00			
مهارات الحوار والانصات الجيد	التجريبية	5.00	25.00	10.000	-0.542	0.690
	الضابطة	6.00	30.00			
مهارات حل المشكلات الزوجية	التجريبية	5.70	28.50	11.500	-0.211	0.841
	الضابطة	5.30	26.50			
الدرجة الكلية لمقياس مهارات المقبلات على الزواج	التجريبية	4.90	24.50	9.500	-0.638	0.548
	الضابطة	6.10	30.50			

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية للعينة الاستطلاعية في الدرجة الكلية لمقياس مهارات المقبلات على الزواج بجميع أبعاده، و يتضح من ذلك التكافؤ بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس القبلي لمهارات المقبلات على الزواج، وعليه يمكن إرجاع الفروق في القياس البعدي إن وجدت لأثر المتغير المستقل وهو البرنامج الإرشادي.

إجراءات الدراسة:

لكي تتحقق الباحثة من صحة فروض الدراسة قامت باتتباع الخطوات الإجرائية التالية:

١- مراجعة الدراسات السابقة والأدبيات المرتبطة بموضوع المقبلات على الزواج والبرامج الإرشادية .

٢- إعداد أدوات الدراسة ومعالجتها إرشادياً وإحصائياً والتأكد من كفاءتها السيكمترية حتى

يمكن الوثوق والاعتماد على نتائجها.

3- إعداد البرنامج الإرشادي الانتقائي المستخدم في الدراسة وتحديد أهدافه ومحتوى جلساته

و فنياته ومدة تنفيذه اعتماداً على الإطار النظري والدراسات السابقة والمرحلة النمائية

لعينة الدراسة، وتم عرضه على عدد المحكمين المتخصصين في الإرشاد النفسي والدراسات النفسية، وقاموا مشكورين بإجراء التعديلات اللازمة للبرنامج.

2- قامت الباحثة باختيار عينة الدراسة وهم الطالبات المقبلات على الزواج بجامعة الملك عبد العزيز.

3- قامت الباحثة بحضور دورة تدريبية لمدة يومين عن برنامج البلاك بورد والتي قدمها مركز التطوير الجامعي.

4- قامت الباحثة بإجراء دراسة تجريبية استطلاعية بهدف الاطمئنان والتأكد من صلاحية البرنامج وكفاءته وفعاليتيه ، وتدريب الباحثة على كيفية تطبيق البرنامج وإدارة الجلسات بأفضل أداء إرشادي ممكن وتقليل أخطاء التطبيق في الدراسة الأساسية.

5- تم تقسيم عينة الدراسة الأساسية إلى مجموعتين المجموعة الأولى التجريبية وتضم (10) طالبات والثانية الضابطة وتضم (10) طالبات بعد التحقق من تجانس العينة والتكافؤ بين المجموعتين.

6- ابتدأ التطبيق بفترة تجريبية مدتها يومان غير محسوبة ضمن التجربة الفعلية حيث تم من خلالها تدريب الطالبات على التجربة من الناحية النفسية والتقنية.

7- قامت الباحثة بتطبيق البرنامج الإرشادي الانتقائي على أعضاء المجموعة التجريبية

بطريقة جماعية في شكل جلسات إرشادية متتالية بواقع جلسة واحدة أسبوعياً

8- قامت الباحثة بإعادة تطبيق مقياس مهارات المقبلات على الزواج بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج الإرشادي (قياس بعدي) على كل من المجموعة التجريبية التي تم تطبيق البرنامج عليهم والمجموعة الضابطة التي لم تتعرض للبرنامج الإرشادي.

9- بعد فترة انقضاء شهرين تقريباً من التطبيق البعدي الأول قامت الباحثة بإعادة تطبيق المقياس المستخدم في الدراسة على أعضاء المجموعة التجريبية بهدف التحقق من استمرار فعالية البرنامج الإرشادي وهو ما يمثل القياس التتبعي (تتبعي).

10- قامت الباحثة بعمليات التصحيح وجدولة البيانات وإجراء المقارنات ومعالجة النتائج واختبار صحة الفروض واستخلاص النتائج ومناقشتها باستخدام برنامج SPSS، وتفسيرها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة ثم صياغة التوصيات.

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

لتحقيق أهداف الدراسة وتحليل البيانات التي تم جمعها، تم استخدام برنامج الجداول الالكترونية (Excel) لتفريغ البيانات من المقاييس وإعداد ملف البيانات، ثم تمت مراجعتها والتحقق من صحة التفريغ، وبعد ذلك تم إدخال البيانات وتحليلها باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Statistical Package for Social Sciences) والتي يرمز لها اختصاراً بالرمز (SPSS)، وقد استخدمت الأساليب الإحصائية التالية:

1. معامل ألفا كرونباخ، لقياس ثبات أداة الدراسة.

2. اختبار مان ويتني (Mann-Whitney) للتعرف على ما إذا كانت هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس مهارات المقبلات على الزواج.

3. اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon) للتعرف على ما إذا كانت هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي وكذلك في القياسين البعدي والتتبعي لمقياس مهارات المقبلات على الزواج.

نتائج الدراسة ومناقشتها

يتناول هذا الجزء تحليل نتائج هذا البحث، وذلك من خلال عرض استجابات أفراد العينة على تساؤلات البحث، ومعالجتها إحصائياً باستخدام مفاهيم الاحصاء الوصفي وأساليبه الاحصائية، وصولاً إلى النتائج وتحليلها وتفسيرها في ضوء الأطر النظرية للدراسة المتعلقة بفعالية برنامج ارشادي عبر الإنترنت لتنمية بعض مهارات المقبلات على الزواج.

أولاً: نتائج الفرض الأول ومناقشتها:

ينص الفرض الأول على " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية على مقياس مهارات المقبلات على الزواج بعد تطبيق البرنامج " وللكشف عن الدلالة الاحصائية للفروق بين متوسطي درجات المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية على مقياس مهارات المقبلات على الزواج بعد تطبيق البرنامج، تم استخدام اختبار مان ويتني (Mann-Whitney) والجدول التالي يوضح ملخص النتائج:

جدول (5) نتائج اختبار مان ويتني (Mann-Whitney) للفروق بين متوسطي درجات المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية

على مقياس مهارات المقبلات على الزواج بعد تطبيق البرنامج

البعد	المجموعة	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
مهارات التعامل مع الزوج	التجريبية	14.60	146.00	19.000	-2.561	0.010*
	الضابطة	7.73	85.00			
مهارات التعبير عن المشاعر	التجريبية	14.00	140.00	25.000	-2.148	0.032*
	الضابطة	8.27	91.00			
مهارات الحوار والانصات الجيد	التجريبية	14.30	143.00	22.000	-2.411	0.016*
	الضابطة	8.00	88.00			
مهارات حل المشكلات الزوجية	التجريبية	14.55	145.50	19.500	-2.542	0.011*
	الضابطة	7.77	85.50			

0.000*	-3.532	5.000	160.00	16.00	التجريبية	الدرجة الكلية لمقياس مهارات المقبلات على الزواج
			71.00	6.45	الضابطة	

* وجود دلالة عند مستوى 0.05

يتضح من الجدول السابق: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الكلية لمقياس مهارات المقبلات على الزواج بجميع أبعاده بعد تطبيق البرنامج لصالح طالبات المجموعة التجريبية.

وبناء على ذلك يتم قبول الفرض الصفري الذي ينص على " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية على مقياس مهارات المقبلات على الزواج بعد تطبيق البرنامج

-وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات (الحربي, 2010) أحمد (2012), الحربي(2012) و (Ted Fruis and John Epp, 2005) و (P. J , Doherty, 1997) التي أشارت إلى فعالية البرامج الإرشادية والتدريبية في تنمية مهارات المقبلين على الزواج لأفراد المجموعة التجريبية التي تم تطبيق البرامج المختلفة عليهم مقارنة بنتائج أفراد المجموعة الضابطة الذين لم يطبق عليهم أي برامج ولم يطرأ عليهم أي تغيير أو تطور. وتتفق أيضاً مع دراسة (شقيز, 2009) و(الشعلان, 2013) التي أشارت إلى فاعلية الإرشاد النفسي عن طريق الإنترنت في تنمية بعض الجوانب لدى أفراد المجموعة التجريبية.

وتفسر الباحثة هذه النتائج التي تشير إلى كفاءة البرنامج الإرشادي وفاعليته في تنمية مهارات المقبلات على الزواج إلى تعدد جلسات البرنامج الإرشادي القائم على النظرية الانتقائية، واحتوائه على العديد من الأنشطة المتكاملة والمتنوعة، والعديد من الوسائل التعليمية، كل هذا أدى إلى التفاعل الإيجابي المثمر بين أعضاء المجموعة التجريبية وأيضاً ساهم هذا التنوع والتكامل في النظريات وفناتها في التعامل بكفاءة مع أعضاء المجموعة الإرشادية، والجوانب المتعددة لمشكلاتهم وشخصياتهم، وهذا ما يؤكد ملحم بأن "التطبيق العملي لأسس وتقنيات الإرشاد تؤخذ من مجالات المعرفة العلمية المتوافرة في المعالجات النفسية من أجل رسم استراتيجية علاجية منظمة تكون مناسبة للحالة التي وضعت لها" (ملحم, 2007: 179)، وأيضاً تتميز النظرية الانتقائية عن بقية النظريات الإرشادية بمرونتها وتفتحها على النظريات الأخرى، وأنها تنتقي الفنيات المناسبة للمشكلة، والتي تتلاءم مع خصائص المسترشدين من الناحية العمرية، أو الشخصية وغير ذلك، وبما يتناسب مع أهداف البرنامج ويتفق ذلك مع ما أشار إليه (كفاي, 2003: 261) من "أن الإرشاد الانتقائي طريقة لها جاذبيتها التي تجذب كثير من المرشدين إليها وهم يفعلون ذلك للنتائج الإيجابية التي يحققونها من وراء تطبيقها إضافة إلى شعور المرشد بالحرية والانفتاح على كل ما هو في الميدان وشعوره بأنه لا يحرم نفسه من أية ميزة تكون موجودة في إحدى الطرق".

وكما أستخدم في البرنامج الإرشاد الجماعي الذي يعتبر أكثر طرق الإرشاد النفسي فعالية، ويعطي نتائج أفضل بوقت ومجهود أقل، كما يوفر الإرشاد الجماعي البيئة النفسية الآمنة والدعم النفسي من الجماعة، والتنفيس الانفعالي، ويتفق هذا مع ما أشار إليه (سمارة والنمر والحسن, 1991: 121) "يمتلك الإرشاد الجماعي مجموعة من المميزات التي ينفرد بها عن غيره من أنواع الإرشاد الأخرى ومن هذه المميزات: وجود

الاطمئنان، وقلة اليأس، وجود السند الانفعالي، والتنفيس الانفعالي، وكما يعتبر جو التفاعل الاجتماعي والعلاقات بين جماعة الإرشاد جواً مناسباً لتغيير وتعديل السلوك والاتجاهات "

حيث اتضح أن الإرشاد الجماعي أتاح لأعضاء المجموعة الإرشادية الفرصة لتعلم مهارات جديدة، والثقة بالنفس، واستغلال قدراتهم في الحياة الزوجية، كما ساهم أيضاً في تهيئة البيئة الاجتماعية التي تشعر الأعضاء بالانتماء والقيمة الشخصية والاجتماعية، والتواصل الإيجابي سواء من الباحثة أو بقية أعضاء المجموعة، وتكوين العلاقات، والتخلص من شعور الاختلاف من خلال التفاعل والتأثير المتبادل، وهذا ما يؤكد عبد المقصود من أن " الإرشاد الجماعي من الأساليب الإرشادية الناجحة في علاج الكثير من المشكلات حيث يجد الفرد في وجود الإرشاد الجماعي التأييد المتبادل، والتشجيع الذي يسهل له مناقشة مشكلاته بصراحة حيث يتبين أبعادها وينمي لديه الثقة في التصرف تجاهها، والتخفيف من حدة هذه المشكلات، فالناس يقضون أوقاتهم وأنشطتهم في تفاعل جماعي كما أن أغلب المشكلات التي توجد لدى الناس لا توجد بينما هم في عزلة، ولكن في الإطار الاجتماعي للعلاقات مع الآخرين (عبد المقصود، 2005: 245).

حيث ساهمت فنية المناقشات الجماعية المستخدمة في الإرشاد الجماعي في إقبال أعضاء المجموعة الإرشادية على المشاركة الفعالة، وتبادل الآراء والتأثير الإيجابي، وزيادة الثقة في أنفسهم عندما يشعرون أن الآخرين يطلبون مشورتهم في المشكلات في مناقشة مفتوحة وصريحة ويتفق ذلك مع ما أشار إليه ربيع "من أن المناقشات تؤدي إلى أفضل النتائج في تغيير اتجاهات العملاء تجاه أنفسهم ونحو الآخرين، وتغير نظرتهم نحو المشكلات" (ربيع، 2005: 32).

ومما ساهم أيضاً في نجاح هذه المناقشات الجماعية استخدام الفنيات الإرشادية المختلفة مثل الإنصات وعكس المشاعر والتساؤل والتغذية الراجعة والتلخيص.

وترجع الباحثة أيضاً السبب إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات المجموعتين التجريبية الضابطة لصاح الأولى، إلى إصدار أفراد المجموعة التجريبية أحكاماً ذاتية عن امتلاكهم لبعض المهارات، أدى إلى تهميتها والمشاركة الفعالة في تعلم خطوات جديدة في اكتساب المهارات، والتعهد بتنفيذ هذه الخطوات حتى تتحقق لهم السعادة والتوافق النفسي، وهذا ما نادى به جلاسر مؤسس الاتجاه الواقعي "من أن الصحة النفسية لا تؤدي إلى السلوك المسئول إنما السلوك المسئول هو الذي ينتج عنه الصحة النفسية وبالمثل فإن التعاسة والمعاناة هي نتيجة لعدم المسئولية وليست سبباً لها" (الشناوي، 1994: 222).

كما تعزو الباحثة هذه النتائج إلى كفاءة الإرشاد النفسي عبر الإنترنت في تنمية بعض المهارات لدى أعضاء المجموعة التجريبية حيث يرجع إلى المميزات التي توفرت للطالبات كالسهولة والمرونة في الوصول إلى الموقع الإلكتروني، والحصول على الجلسات الإرشادية في يسر وهن في منازلهن، إضافة إلى ما وفره لهن النظام الإلكتروني من خصوصية، وأيضاً يعود إلى عامل رضا الطالبات عن العلاقة مع الباحثة خاصة أنها توفرت على التقبل غير المشروط وهذا يتفق مع ما أشار إليه (شعبان وتيم، 1999: 111) "من شروط نجاح العملية الإرشادية المهنية القائمة على

الاحترام والثقة المتبادلة بين المرشد والمسترشد، وتقبل المرشد كما هو عليه، وحسن الإصغاء إليه، وتهيئة المكان المناسب واختيار أنسب الطرق والأساليب الإرشادية المناسبة، وطريقة الإنهاء الصحيحة".

ونتيجة لذلك فقد أدى ذلك إلى التزام وانتظام المجموعة الإرشادية بالمواعيد والمهام، ورغبتهم الكبيرة في المشاركة والاستفادة من خبرة الإرشاد النفسي ويتفق هذا مع ما أكدته الداهري من أن "الالتزام رحلة للاندماج وتحمل المسؤولية وتحقيق النجاح، ومع استمرار هذا الالتزام يكتسب المسترشد إحساساً بقيمته وأهميته الذاتية" (الداهري، 2005: 531).

إن فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية بعض المهارات لدى المقبلات على الزواج من طالبات الجامعة يتوافق مع الحاجة الماسة إلى الإرشاد وهذا يتفق مع ما ذكره زهران من أن الفرد والجماعة يحتاجون التوجيه والإرشاد، كل فرد خلال مراحل نموه يمر بمشكلات عادية وفترات حرجية يحتاج فيها إلى إرشاد، وذلك نظراً لأن الحاجة إلى التوجيه والإرشاد من أهم الحاجات النفسية مثل الحاجة إلى الأمن والنجاح والحب والإنجاز (زهران، 2005: 34).

وبناءً على ذلك فمن الطبيعي ارتفاع مستوى مهارات المقبلات على الزواج لدى أفراد المجموعة التجريبية مقارنة بمستوى مهارات المقبلات على الزواج لدى أفراد المجموعة الضابطة التي لم تتعرض لهذه التدخلات الإرشادية، وعليه يمكن قبول الفرض الأول.

ثانياً: نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:

ينص الفرض الثاني على "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين (القبلي-البعدي) لدى المجموعة التجريبية على مقياس مهارات المقبلات على الزواج لصالح القياس البعدي"، لبحث هذا الفرض، وللكشف عن الدلالة الإحصائية للفروق بين متوسطي درجات القياسين (القبلي-البعدي) لدى المجموعة التجريبية على مقياس مهارات المقبلات على الزواج، تم استخدام اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon) والجدول التالي يوضح ملخص النتائج:

جدول (6) نتائج اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon) للفروق بين متوسطي درجات القياسين (القبلي-البعدي) لدى المجموعة التجريبية على مقياس مهارات المقبلات على الزواج

البعد	المتغير	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
مهارات التعامل مع الزوج	الرتب السالبة	1	1.00	1.00	-2.706	0.007*
	الرتب الموجبة	9	6.00	54.00		
مهارات التعبير عن المشاعر	الرتب السالبة	1	3.50	3.50	-2.033	0.042*
	الرتب الموجبة	7	4.64	32.50		
مهارات الحوار والانصات الجيد	الرتب السالبة	1	2.50	2.50	-2.390	0.017*

		42.50	5.31	8	الرتب الموجبة	
0.011*	-2.537	3.00	3.00	1	الرتب السالبة	مهارات حل المشكلات الزوجية
		52.00	5.78	9	الرتب الموجبة	
0.005*	-2.807	0.00	0.00	0	الرتب السالبة	الدرجة الكلية لمقياس مهارات المقبلات على الزواج
		55.00	5.50	10	الرتب الموجبة	

* وجود دلالة عند مستوى 0.05

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين (القبلي-البعدي) لدى المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس مهارات المقبلات على الزواج بجميع أبعاده بعد تطبيق البرنامج لصالح القياس البعدي.

وبناء على ذلك يتم قبول الفرض الصفري الذي ينص على " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين (القبلي-البعدي) لدى المجموعة التجريبية على مقياس مهارات المقبلات على الزواج لصالح القياس البعدي "، وبوضح الشكل (4-2) الفرق بين متوسطي درجات القياسين (القبلي-البعدي) لدى المجموعة التجريبية في مهارات التعامل مع الزوج.

وتشير هذه النتيجة إلى فعالية البرنامج الإرشادي المستخدم في الدراسة في تنمية بعض المهارات لدى المقبلات على الزواج لأفراد المجموعة التجريبية .

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات (الحربي, 2010) محمد (2009), أحمد (2012), الحربي(2012) و (Ted Fruis and John Epp 2005), و (P.J , Doherty(1997) التي أشارت إلى فعالية البرامج الإرشادية والتدريبية في تنمية مهارات المقبلين على الزواج لأفراد المجموعة التجريبية .

وتتفق أيضاً مع دراسة (شقيير, 2009) و(الشعلان, 2013) التي أشارت إلى فاعلية الإرشاد النفسي عن طريق الإنترنت في تنمية بعض الجوانب لدى أفراد المجموعة التجريبية .

وتفسر الباحثة هذه النتيجة في ضوء أهمية ودور البرامج المعدة وفق أسس علمية، والتي تركز على الجوانب العلاجية والوقائية والنمائية في مساعدة أعضاء المجموعة الإرشادية على فهم ذاتهم واستغلال قدراتهم إلى أقصى حد في الترحيب بالخبرات الجديدة، وتكوين نظرة سليمة وإيجابية للحياة وتنمية المرونة والإيجابية في تنمية المهارات، وكذلك استغلال قدراتهم في التوافق الاجتماعي، والتفاعل مع الآخرين والشعور بالانتماء، والتقبل وهذا ما يؤكد زهران من أن الإرشاد النفسي " عملية بناءة تهدف إلى مساعدة الفرد لكي يفهم ذاته ويدرس شخصيته، يعرف خبراته ويحدد مشكلاته، وينمي إمكاناته ويحل مشكلاته في ضوء معرفته، ورغبته وتعليمه وتدريبه لكي يصل إلى تحديد وتحقيق الصحة النفسية، والتوافق شخصياً ومهنياً وتربوياً وأسرياً" (زهران, 2005: 13).

وكذلك اعتماد البرنامج الإرشادي على مجموعة من النظريات الإرشادية من أجل الاستفادة من كل الإسهامات الجادة والفعالة في تحقيق الأهداف الإرشادية العامة والخاصة بالبرنامج ومواجهة الاختلافات وهذا ما يسمى بالإرشاد الانتقائي، فكل نظرية من النظريات أسهمت بشكل أو بآخر في الإرشاد النفسي، وبالتالي يمكن توظيف كل هذه النظريات، فليس هناك إرشاداً قادراً بمفرده على التعامل بنفس الدرجة من الكفاءة مع الجوانب المختلفة لمشكلات المسترشدين، وهذا ما أشار إليه لازروس من أن المرشد النفسي بحاجة إلى أن يكون قادراً على تطبيق أساليب مختلفة من مختلف طرائق التدخل لمساعدة مسترشديه (أبو عباة ونيازي، 2000: 59)، وأيضاً يتفق مع ما أشار إليه (capuzzi, 2000: 204) "أفضل عمل إرشادي هو الذي يؤثر وينجح، والإرشاد الانتقائي التكاملي اتجاه عملي يرفض الأحادية".

وتعزو الباحثة هذه النتيجة في ضوء تنوع الأساليب والفنيات المستخدمة في البرنامج الإرشادي، فقد ساهمت المناقشات الجماعية في إقبال أعضاء المجموعة الإرشادية على المشاركة الفعالة وتبادل الآراء والتأثير الإيجابي، وزيادة الثقة في أنفسهم عندما يشعرون أن الآخرين يطلبون رأيهم ومشورتهم في مناقشة مفتوحة وصريحة يطرحون فيها تصورهم لأسباب المشكلات ومظاهرها، ووضع الحلول لها، ويتفق ذلك مع ما أشار إليه ربيع من أن "المناقشات تؤدي إلى أفضل النتائج في تغيير اتجاهات العملاء تجاه أنفسهم ونحو الآخرين وتغير نظرتهم نحو مشكلاتهم" (ربيع، 2005: 32).

ومما ساهم أيضاً في نجاح هذه المناقشات استخدام الفنيات الإرشادية العامة مثل الإنصات، وعكس المشاعر والتساؤل، والتغذية الراجعة والتلخيص.

كما ساهمت فنية النمذجة في عرض نماذج عن طريق مقاطع الفيديو لمشكلات واقعية وطرق مواجهتها وتحديدها، ووضع البدائل والحلول لها مما أتاح الفرصة لأعضاء المجموعة في المشاهدة والمشاركة والتأثر من هذه النماذج، واكتساب الخطوات في تنمية المهارات لديهم، وهذا ما أشار إليه (ضمرة، 2007: 74) "من أن النماذج السلوكية توفر لنا المعلومات التي يمكن عن طريقها اكتساب أنماط السلوك المختلفة، وبالتالي تعتمد فعالية النمذجة على خصائص كل من النموذج والسمات المعرفية والشخصية للفرد الملاحظ".

كما ساهمت فنية التعزيز على زيادة تنمية وتعلم المهارات عن طريق تقسيم المهارات إلى خطوات متتابعة وتدعيم كل خطوة بنجاح، وهو ما ذهب إليه زهران من أن السلوك يتعلم ويقوى ويدعم ويثبت إذا تم تعزيزه" (زهران، 2005: 104) وأيضاً ساهم بقيامهم بالواجبات المنزلية وتطبيق ما يطلب منهم من أنشطة ومشاركات وعلى تنمية الثقة بالنفس، والشعور بالرضا النفسي، وعلى تدعيم الاتجاهات الصحيحة.

كما ساهمت فنية التقويم الذاتي للسلوك بإصدارهم أحكاماً على سلوكياتهم هل تنسم بالمسؤولية أم لا، ومن ثم العمل على تغييرها وتعديلها وهذا ما أشار إليه الخطيب من أن "الإرشاد بالواقع يتطلب من كل مسترشد أن يصدر حكماً على سلوكه، بمعنى أن يجري تقويماً من حيث اتسامه بالمسؤولية، ومدى فائدته، وهذا التقويم يساعد في عملية تغيير السلوك" (الخطيب، 2003: 447).

وساهمت فنية الفهم السفلي والاستفهام السقراطي في تحديدهم لأفكارهم اللاتكيفية والتي لا تساهم في تطوير مهاراتهم، وكشف الأفكار التي تؤدي إلى هزيمة الذات، ومن ثم العمل على تعديلها وهذا التعديل يصاحبه تطور في مهاراتهم.

وساهمت فنية الواجبات المنزلية في استفادة أعضاء المجموعة الإرشادية من الخبرات التي مروا بها، والخطوات التي تدربوا عليها ونقلها من الموقف الإرشادي إلى مواقف الحياة عامة، وهذه الفنية عملت على تحقيق مبدأ هام في الإرشاد النفسي والمتمثل في استمرارية العملية الإرشادية وعدم انفصالها.

كما تعزو الباحثة فاعلية البرنامج إلى التزام وانتظام المجموعة التجريبية بالمواعيد، المهام ورغبتهم الكبيرة في المشاركة والاستفادة من خبرة الإرشاد النفسي الجماعي، ويتفق هذا مع ما أكدته الداهري من أن "الالتزام رحلة للاندماج وتحمل المسؤولية وتحقيق النجاح، ومع استمرار هذا الالتزام يكتسب المسترشد إحساساً بقيمته وأهميته الذاتية" (الداهري، 2005: 531) وأيضاً يفسر الالتزام المجموعة الإرشادية إلى ما حققه لهم الإرشاد النفسي عبر الإنترنت من سهولة الوصول، والاطمئنان بالإضافة للخصوصية.

وبناءً على ذلك فإن تعلم المهارات هو موقف يمكن أن يخضع إلى التعليم، ويكون ذلك عن طريق تقسيم أجزائه وعناصره إلى خطوات يسير فيها المتعلم خطوة خطوة، ويجد لكل خطوة معياراً للنجاح فيها، وعندما يتحقق ذلك ينتقل إلى الخطوة التالية.

ثالثاً: نتائج الفرض الثالث ومناقشتها:

ينص الفرض الثالث على "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين (البعدي-التتبعي) لدى المجموعة التجريبية على مقياس مهارات المقبلات على الزواج لصالح القياس التتبعي"، لبحث هذا الفرض، وللكشف عن الدلالة الإحصائية للفروق بين متوسطي درجات القياسين (البعدي-التتبعي) لدى المجموعة التجريبية على مقياس مهارات المقبلات على الزواج، تم استخدام اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon) والجدول التالي يوضح ملخص هذا النتائج:

جدول (7) نتائج اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon) للفروق بين متوسطي درجات القياسين (البعدي-التتبعي) لدى المجموعة التجريبية على مقياس مهارات المقبلات على الزواج

البعد	المتغير	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
مهارات التعامل مع الزوج	الرتب السالبة	0	0.00	0.00	-2.877	0.004*
	الرتب الموجبة	10	5.50	55.00		
مهارات التعبير عن المشاعر	الرتب السالبة	0	0.00	0.00	-3.162	0.002*
	الرتب الموجبة	10	5.50	55.00		
مهارات الحوار والانصات الجيد	الرتب السالبة	0	0.00	0.00	-2.828	0.005*
	الرتب الموجبة	8	4.50	36.00		
مهارات حل المشكلات الزوجية	الرتب السالبة	0	0.00	0.00	-3.162	0.002*
	الرتب الموجبة	10	5.50	55.00		
الدرجة الكلية لمقياس مهارات المقبلات على الزواج	الرتب السالبة	0	0.00	0.00	-2.762	0.006*
	الرتب الموجبة	9	5.00	45.00		

* وجود دلالة عند مستوى 0.05

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين (البعدي-المتبعي) لدى المجموعة التجريبية الدرجة الكلية لمقياس مهارات المقبلات على الزواج بجميع أبعاده، بعد تطبيق البرنامج لصالح القياس المتبعي.

وبناء على ذلك يتم قبول الفرض الصفري الذي ينص على " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين (البعدي-المتبعي) لدى المجموعة التجريبية على مقياس مهارات المقبلات على الزواج لصالح القياس المتبعي "، ويوضح الشكل (3) الفرق بين متوسطي درجات القياسين (البعدي-المتبعي) لدى المجموعة التجريبية في مهارات المقبلات على الزواج.

وتشير هذه النتائج إلى استمرار أثر فاعلية البرنامج الإرشادي وإحداثه تغييرات إيجابية مستمرة في مهارات المقبلات على الزواج لدى أعضاء المجموعة الإرشادية بعد فترة المتابعة والتي استمرت ما يقارب الشهرين.

وانتقلت هذه النتيجة مع العديد من الدراسات منها دراسة (David Olson and Sherod Miler, 2007)، ودراسة (العساف, 2011) التي أشارت إلى استمرار فاعلية برامج التأهيل للزواج في تنمية المهارات بعد مرور فترة المتابعة.

وتفسر الباحثة استمرار فاعلية البرنامج الإرشادي لدى أفراد المجموعة التجريبية بعد فترة من المتابعة إلى الممارسة الإرشادية ودورها في تعرض أعضاء المجموعة الإرشادية لخبرات جديدة تشعرهم بالثقة والفهم الواعي، وتنمي مستوى الإدراك لديهم، واستغلال ما لديهم من قدرات وتوظيفها، كما ساهمت الأجواء الإيجابية التي سادت الجلسات الجماعية، والمناخ النفسي الآمن الذي أشعرهم بالتقبل والانتماء الاجتماعي إلى نمو الطاقة الإيجابية لدى أعضاء المجموعة الإرشادية، واستغلالها لتحقيق التوافق النفسي مع المواقف والأحداث، وهذا ما ذهب إليه روجرز من "أن الإرشاد النفسي يعتبر في الواقع هو تحرير الطاقة التي توجه وتنظم وتضبط ذاته بشرط توفر شروط معينة ومحددة، وفي غياب هذه الشروط يصبح الفرد في حاجة إلى أن يكون هناك ضبط وتنظيم من خارجه، وعندما تتاح للفرد ظروفاً معقولة للنمو فإنه سينمي طاقته بشكل بناء تماماً" (الشناوي, 1994).

كما تعزو الباحثة فاعلية البرنامج إلى التزام وانتظام المجموعة التجريبية بالمواعيد، المهام ورغبتهم الكبيرة في المشاركة والاستفادة من خبرة الإرشاد النفسي الجماعي، ويتفق هذا مع ما أكدته الداهري من أن الالتزام رحلة للاندماج وتحمل المسؤولية وتحقيق النجاح، ومع استمرار هذا الالتزام يكتسب المسترشد إحساساً بقيمته وأهميته الذاتية " (الداهري, 2005: 531) وأيضاً تعزو الباحثة التزام المجموعة الإرشادية إلى ما حققه لهم الإرشاد النفسي عبر الإنترنت من سهولة الوصول، والاطمئنان بالإضافة للخصوصية.

وتعزو الباحثة أيضاً استمرار فاعلية البرنامج إلى تعرض المجموعة الإرشادية إلى مجموعة من الخبرات والمواقف التي أتاحت لهم رؤية أنفسهم ومشكلاتهم، ورؤية الآخرين من جوانب متعددة وبمنظرة أوسع وأشمل، والتدريب على المهارات، وترحيل هذه الخبرة والتدريب عليها من الموقف الإرشادي إلى الحياة الواقعية سواء في الإطار الأسري أو الأكاديمي أو الاجتماعي في ظل الدعم والتعزيز الذاتي، والاجتماعي من الباحثة

وأعضاء المجموعة الإرشادية، وهذا ما يؤكد (الحبشي، 2006: 106) من "أن التحسن الحادث في الجلسات التدريبية احتمال استمراره ضئيل، إذا لم يتم ممارسة المهارات التي تم التدريب عليها في مواقف الحياة الواقعية".

كما ترجع الباحثة استمرار فعالية البرنامج البيئية النفسية الآمنة، الثقة والاحتواء، والمشاركة وحب التعاون .

وكما ترجع الباحثة استمرار فاعلية البرنامج في تنمية بعض المهارات لدى المقبلات على الزواج بعد نهاية البرنامج إلى مرونة السلوك الإنساني وقابليته للتعديل، وهو مبدأ أساسي من مبادئ الإرشاد، والذي يجب على كل منتمي للعمل الإرشادي سواءً الفردي أو الجماعي أن يضعه في اعتباره عند التعامل مع السلوك الإنساني في مظاهره المتنوعة، ويؤكد سوغان على أن وضع وتصميم البرامج الإرشادية لا بد وأن يتم في ضوء مرونة السلوك الإنساني القابل للتعديل، لأن السلوك المرن قابل للتعديل، والسلوك القابل للتعديل في الإرشاد النفسي هو السلوك المكتسب الذي تم تعلمه. (سوغان، 2005: 31).

تعليق عام على نتائج الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة مدى فاعلية برنامج إرشادي عبر الإنترنت في تنمية بعض المهارات لدى المقبلات على الزواج، واستمرار أثر البرنامج الإرشادي في تنمية المهارات بعد انتهاء البرنامج الإرشادي، ولتحقيق أهداف الإرشاد النفسي عامة، وأهداف البرنامج الإرشادي خاصة، تم تصميم برنامج يعتمد على النظرية الانتقائية ويضم مجموعة من الفنيات الإرشادية التي تم تطبيقها على عينة من المقبلات على الزواج من طالبات جامعة الملك عبد العزيز بجدة .

وقد جاءت نتائج الدراسة لتؤكد فاعلية البرنامج الإرشادي عبر الإنترنت في تنمية بعض المهارات لدى المقبلات على الزواج لدى أفراد المجموعة التجريبية مقارنة بالقياس القبلي لأفراد المجموعة التجريبية، وأيضاً مقارنة بأفراد المجموعة الضابطة التي لم تتعرض للبرنامج الإرشادي، كما جاءت النتائج لتؤكد على استمرار أثر فاعلية البرنامج بعد تطبيق البرنامج وأثناء فترة المتابعة مما يشير إلى فاعلية البرنامج الإرشادي.

وتعزو الباحثة هذه النتائج إلى:

- إلى تنوع الأطر النظرية الإرشادية التي اعتمد عليها البرنامج، وبالتالي التنوع في الفنيات التي استخدمت في تنمية بعض المهارات لدى المقبلات على الزواج، حيث ساهم التنوع والتكامل بين النظريات وفنياتهما في التعامل بكفاءة مع أعضاء المجموعة الإرشادية .

- ساهم الإرشاد الجماعي عبر الإنترنت، وسهولة الوصول إلى الجلسات في خلق الأجواء الإيجابية التي سادت الجلسات، والمناخ النفسي الآمن الذي أشعرهم بالتقبل والانتماء والتفاعل الاجتماعي في نمو الطاقة الإيجابية لدى أعضاء المجموعة الإرشادية، واستغلالها لتحقيق التوافق النفسي مع المواقف والأحداث، وكل هذا أدى إلى التزامهم بحضور الجلسات.

- تعرض المجموعة الإرشادية إلى مجموعة من الخبرات والمواقف التي أتاحت لهم رؤية أنفسهم ورؤية الآخرين من جوانب متعددة وبمنظرة أوسع وأشمل، والتدريب على مواجهة المواقف، وترحيل هذه الخبرة من الموقف الإرشادي إلى الحياة الواقعية سواء في الإطار الأسري أو الأكاديمي أو الاجتماعي.

ملخص نتائج الدراسة:

أسفرت نتائج الدراسة توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية على مقياس مهارات المقبلات على الزواج بعد تطبيق البرنامج "حيث تفوقت المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي على المجموعة الضابطة في اكتساب بعض المهارات على عكس المجموعة التجريبية التي لم تتلقى أي تدريب مما أدى إلى عدم تغير في مستواها في مهارات المقبلات على الزواج، كما أسفرت نتائج الدراسة إلى توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين (القبلي-البعدي) لدى المجموعة التجريبية على مقياس مهارات المقبلات على الزواج لصالح القياس البعدي مما يشير إلى فاعلية البرنامج الإرشادي المقدم عن طريق الإنترنت في تنمية بعض المهارات لدى المجموعة التجريبية، وتغير مستواها في القياس البعدي، وأيضاً أسفرت النتائج توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين

(البعدي-المتبعي) لدى المجموعة التجريبية على مقياس مهارات المقبلات على الزواج لصالح القياس المتبعي " مما يدل على استمرار أثر وفاعلية البرنامج الإرشادي عبر الإنترنت في تنمية بعض المهارات لدى المجموعة التجريبية أثناء فترة المتابعة وتغير مستواها في القياس المتبعي .

توصيات الدراسة:

في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة وفي ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة قدمت الباحثة مجموعة من التوصيات من أهمها:

- ضرورة تشجيع الشباب المقبلين على الزواج من الجنسين في الالتحاق ببرامج تثقيفية حول مفاهيم الزواج بالإضافة إلى المهارات التي تقيد في الحياة الزوجية.

- النظر في إلزامية حضور الدورات التأهيلية للزواج من الجنسين، وأن يكون هذا شرطاً لإتمام النكاح ويعطى لصاحبها رخصة على أن تجدد هذه الرخصة بين فترة وأخرى.

- أن تكون البرامج التأهيلية للزواج مجانية وبدعم حكومي لأن فيها المحافظة على وحدة المجتمع.

- طرح موضوعات التربية الأسرية في المناهج الدراسية بما يتناسب مع المراحل المختلفة.

- إنشاء مزيد من المراكز الأسرية التي تهتم بالتأهيل والإرشاد النفسي.

- أن يتم بناء حقيبة تدريبية محكمة تشمل أهم المواضيع التي يحتاجها المقبلين على الزواج من أخصائيين نفسيين واجتماعيين وتعتمد , ويتم توزيعها على مراكز التأهيل للزواج , حتى يبتعد عن العشوائية في تقديم الخدمات الإرشادية , على أن تطور بين فترة وأخرى.

- أن تتجه جامعة الملك عبد العزيز إلى تبني برامج الإرشاد النفسي عبر الإنترنت لطلابها.

- بأن تكون خدمات الإرشاد عبر الإنترنت من ضمن الخدمات الإلكترونية التي تنظمها الجامعات السعودية , لدعم دور الجامعات في رفع مستوى التوافق النفسي والأكاديمي للطلبة .

- تطبيق أبحاث مشابهة على عينات عمرية وقطاعات مختلفة من المجتمع , للتأكد من فعالية وجدوى الإرشاد النفسي عبر الإنترنت في البيئة السعودية.

- من المهم نشر ثقافة الارشاد النفسي عبر الإنترنت في المملكة العربية السعودية , ومن الضروري أن يصاحب ذلك عقد دورات تدريبية لتأهيل الأخصائيين لتقديم الارشاد النفسي بحرفية وفاعلية , لتحقيق النتائج المرجوة منه.

- الاهتمام بالتدريب العملي والحديث لكافة العاملين في مجالات الإرشاد النفسي سواء كانوا طلبة جامعات أم مرشدين نفسيين حيث أن الفنيات والمهارات الإرشادية لا يمكن اتقانها إلا من خلال التدريب العملي والممارسة والمران , وأيضاً أن الإرشاد النفسي استعان بالتكنولوجيا في تقديم خدماته وذلك يستدعي المعرفة بكيفية تقديم الخدمات الإرشادية عن طريق التكنولوجيا.

- ضرورة تقديم المساعدة والخدمات الإرشادية اللازمة للطلاب والطالبات في جميع مراحل التعليم العام , والاكتشاف والتدخل المبكر لتقديم المساعدة الإرشادية في وقتها المناسب لتحقيق الصحة النفسية لهم .

- الاهتمام بتطبيق البرامج الإرشادية , التوسع في استخدامها بشكل جماعي في المرحلة الجامعية.

البحوث والدراسات المقترحة:

في ضوء ما أسفرت عنه النتائج فإن الباحثة تقترح إمكانية القيام بمزيد من البحوث , والدراسات في مجال الإرشاد النفسي والذي لازال في حاجة لمزيد من التناول والبحث.

ومن هذه البحوث المقترحة:

- فاعلية برنامج إرشادي عبر الإنترنت في تنمية بعض المهارات لدى الطلاب المقبلين على الزواج.

- القيام بدراسات مشابهة لكن مع عينات أشمل وأوسع.

- إجراء دراسة مسحية على مستوى المملكة لتحديد ماهي المهارات اللازمة لتأهيل الشباب المقبلين على الزواج.

- فاعلية الإرشاد النفسي عبر الإنترنت في تنمية المهارات الاجتماعية لطلبة الجامعة.
- فاعلية برامج الإرشاد النفسي عبر الإنترنت في تأهيل المقبلين على الزواج.
- القيام بدراسات طويلة لمعرفة أثر برامج الإرشاد النفسي عبر الإنترنت لتنمية مهارات المقبلين على الزواج.
- اتجاهات الطلبة نحو تقديم خدمة الإرشاد عن طريق الإنترنت.

قائمة المراجع

مراجع اللغة العربية

أبو أسعد , أحمد عبد اللطيف (2008) الإرشاد الزوجي الأسري , عمان :دار الشروق للنشر والتوزيع.

أبو أسعد, أحمد عبد اللطيف (2011) علم النفس الإرشادي , عمان :دار المسيرة.

أبو عباة, صالح بن عبد الله ونيازي, عبد المجيد بن طاش (2001) : الإرشاد النفسي والاجتماعي , الرياض :مكتبة العبيكان للنشر والتوزيع.

باقادر ,أبو بكر أحمد(2003)القضايا والمشكلات الزوجية في دول مجلس التعاون الخليجي دراسة تحليلية شاملة, الإمارات :مؤسسة صندوق الزواج بدولة الإمارات المتحدة.

الجهني, سميرة سالم (2008)عدم الاستقرار الأسري في المجتمع السعودي وعلاقته بإدراك الزوجين للمسؤوليات الأسرية ,رسالة ماجستير ,جامعة طيبة ,كلية التربية والعلوم الإنسانية .

الجويسر , غيداء عبد الله (2010) دور برامج الارشاد في التوعية بالتخطيط للزواج وبناء الأسرة ,رسالة ماجستير غير منشورة ,جامعة الملك عبد العزيز ,كلية الآداب والعلوم الإنسانية.

الحبشي, محمد سيف(2006)أثر استخدام بعض فنيات العلاج السلوكي المعرفي في تحسين الكفاءة الذاتية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ,رسالة دكتوراة ,كلية التربية ,جامعة المنصورة مصر .

الحربي , ريم رزيق , (2011) فعالية برنامج إرشادي أسري للفتيات المقبلات على الزواج في تعديل الاتجاه نحو العلاقات الأسرية , رسالة ماجستير , كلية التربية , جامعة طيبة , المدينة المنورة , المملكة العربية السعودية

الحربي, محمد دويس (2010)فعالية برنامج إرشادي معرفي في تنمية مهارات المقبلين على الزواج بمحافظة جدة ,رسالة ماجستير غير منشورة ,جامعة الملك عبد العزيز ,برنامج الدبلوم التربوي.

حسين, طه عبد العظيم (2013)الارشاد النفسي النظرية التطبيق التكنولوجيا ,ط5, عمان :دار الفكر للنشر والتوزيع.

حمدي, سعد بركي (2007)مهارات الاتصال ,جدة :جامعة الملك عبد العزيز .

الخضر ,رامي خالد(2006)زواج بلا مكياج, سوريا: مركز اليازة للتنمية الفكرية.

الخطيب, صالح أحمد(2003) الإرشاد النفسي في المدرسة ,العين :دار الكتاب الجامعي.

- الداهري، صالح حسن (2001) مبادئ الإرشاد التربوي، الأردن، دار الكندي ومؤسسة حمادة.
- الداهري، صالح حسن (2005) علم النفس الإرشادي، عمان دار وائل للنشر والتوزيع.
- الراشد، صلاح صالح (2001) الفرق بين الجنسين، الكويت، مركز الراشد للتنمية الاجتماعية والنفسية.
- ربيع، هادي مشعان (2005) الإرشاد التربوي والنفسي من المنظور الحديث، عمان: مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.
- زهران، حامد (2005) التوجيه والإرشاد النفسي، ط4، القاهرة: عالم الكتب.
- زيتون، كمال عبد الحميد (1998) التدريس نماذج ومهاراته، الإسكندرية، المكتب العلمي للكمبيوتر والنشر والتوزيع.
- سعفان، محمد أحمد (2005) العملية الإرشادية، القاهرة: دار الكتاب الحديث.
- سمارة، عزيز ونمر، عصام (1991) محاضرات في التوجيه والإرشاد، عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع.
- الشاذلي، كريم (2009) إلى حبيبين، كيف تسيطر على حياتك العاطفية وتكسب شريك العمر، المنصورة: دار اليقين.
- شعبان، كاملة الفرخ، وتيم عبد الجابر (1999) مبادئ التوجيه والإرشاد، عمان، الأردن: دار صفاء.
- الشعلان، لطيفة، (2013)، فاعلية الإرشاد النفسي عبر الإنترنت في خفض أعراض الخوف الاجتماعي لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، مجلة العلوم التربوية، المجلد 25، العدد 2، 327 - 356.
- شعلة، الجميل (2006)، أثر تفاعل الذكاء العاطفي والقدرة على اتخاذ القرار على فعالية التدريس لدى طلاب التدريب الميداني بكلية المعلمين بمكة المكرمة، مجلة التربية، كلية التربية جامعة بنها، ع65.
- شقيير، زينب محمود (2009) من أجل جودة الحياة برنامج إرشادي تدريبي لخفض بعض المتغيرات السلبية لدى سمنة مفرطة عبر الدردشة عبر الإنترنت، مصر: المؤتمر العلمي السنوي، كلية التربية بور سعيد، ج1، ص 133-147.
- الشناوي، محمد محروس (1994) نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، القاهرة: دار غريب.
- صديق، محمد (2005) دليل المرشد النفسي، مصر: مطبعة كلية العلوم.
- العاسمي، رياض (2008) أهمية برامج الإرشاد النفسي في تحقيق تفاعل الأدوار وتكاملها بين العاملين في معاهد الإعاقة العقلية وذوي المعوقين، كلية التربية - جامعة دمشق.

- عبد المقصود ،حسينة غنيمي(2005)دراسات وبحوث في علم نفس الطفل، القاهرة، عالم الكتب.
- العتيبي، سارة مطيع(2013)فاعلية برنامج إرشادي في تنمية مهارة حل المشكلات لدى عينة من طالبات الجامعة، رسالة ماجستير ،جامعة الملك عبد العزيز ،كلية الآداب والعلوم الإنسانية.
- العجلاني، عمر علي(2005)تقييم المهارات الاجتماعية عند الأخصائيين الاجتماعيين، رسالة ماجستير ،جامعة نايف للعلوم الأمنية.
- العساف ، عهود عبد العزيز ، (2011) فاعلية البرامج الإرشادية للمقبلين على الزواج ابن باز الخيري لمساعدة الشباب على الزواج: دراسة تقويمية ، رسالة ماجستير ، كلية الآداب ، جامعة الملك سعود ، الرياض.
- العسكر ،منصور عبد الرحمن (2008)اتجاهات الأسرة السعودية نحو الدورات التدريبية في العلاقات الزوجية، ورقة عمل قدمت في ندوة الأسرة السعودية والتغيرات المعاصرة التي عقدت في الجمعية السعودية لعلم الاجتماع والخدمة الاجتماعية بتاريخ 1429/5/57هـ، الرياض.
- عقل ،محمود عطا(2000) الإرشاد النفسي والتربوي، الرياض، دار الخريجي للنشر والتوزيع.
- العويضي ،الهام فريج (2009) فاعلية برنامج إرشادي منبثق عن دراسة مدى المام الفتاة الجامعية بالمهام الأسرية، رسالة دكتوراه ،جامعة الملك عبد العزيز ،كلية التربية للاقتصاد المنزلي والتربية الفنية.
- الغامدي ،محمد سعيد (2012)البرامج التأهيلية للزواج وتأثيرها على الحياة الزوجية، مجلة كلية الآداب :جامعة الزقازيق ، 279321.
- كفافي، علاء الدين(1999)الإرشاد والعلاج النفسي الأسري -المنظور النسقي الإتصالي، القاهرة :دار الفكر العربي.
- مخيمر ، سيهار صلاح(2013)الإرشاد النفسي عبر الإنترنت: ماهيته، أبعاده، ووسائل تطبيقاته في مصر والعالم العربي، مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، العدد 35، ص 591607.
- مرسي ،كمال إبراهيم (1991)العلاقة الزوجية والصحة النفسية في الإسلام وعلم النفس، الكويت :دار القلم.
- المعبي ،زهرة سعد (2010)العلاج والإرشاد النفسي، بيروت :دار الشفق.
- ملحم ،سامي محمد (2007)مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي، عمان ،دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- الموسى ،عبد الله عبد العزيز (2007)مقدمة في الحاسب والانترنت، الرياض :مؤسسة شبكة البيانات.
- مؤمن، داليا(2004)الأسرة والعلاج الأسري، القاهرة: دارالسحاب للنشر والتوزيع.
- النعيم، عبد الحميد أحمد(2008)أسس التوجيه والإرشاد النفسي، الإحساء :مركز التنمية الأسرية.

وزارة العدل (2012) التقرير الإحصائي السنوي لعام 1433, الرياض: وزارة العدل.

المراجع الأجنبية:

- Alleman ,J.R(2000).online counseling:the the internet and mental healthtreatmentpsychotherapy:theory,research,practice,traning,39)2),199-209.
- Bloom,J.W)1998).The ethical practice of web counseling.british journal of Guidance and counseling,26(1),53-59.
- Chester. Andrea, & Glass, A. Carolyn. (2006): Online counselling: a descriptive analysis of therapy services on the Internet, British Journalof Guidance & Counselling, 34:2,145-160
- Cottrell, S. (1999) : The study skills handbook. London: Macmillan press Ltd.
- David Olson and Sherod Miller,(2007) Integrating PrePare/Enrich Couple Communication Programs, Longitudinal Follow-Up Study, <http://www.couplecommunication.com/ArticleArchives/Study-PE-CC-2007.pdf>.
- hanley, terry . (2009): the working alliance and online therapy with young people : preliminary findings, british journal of guidance counseling37:3, 257- 269.
- hanley, terry(2012)understanding the online therapeutic alliance through the eyes of adolescent service users, , counseling, and psychotherapy researchlinking research with practice , 12 : 1, 35 - 43 .
- Ilana Snyder, (2007) Assessing perceived marriage education needs and interests of latino individuals in utah county, A thesis submitted to the faculty of, Brigham Young University, in partial fulfillment of the requirements for the degree of Master of Science Marriage and Family Therapy Program, Brigham Young University UTAH .
- Mallen ,Michael J:David L.Vogel(2005)Introduction to major Counseling Psychology and online Counsling.The counseling psychologist 33(6):761-775.
- Ted Fruis and John Epp , (2005) The Effectiveness of a Premarital Education Program on Single U.S Army Soldiers: Premarital Interpersonal Choices and Knowledge (P.I.C.K.) Program, Final Report, Deputysecretary of the army, operations research contract.

Efficiency of psychological Counseling Program Via-Internet Network on developing some skills of pre marriage girls

Abstract

The study aimed To reveal the effectiveness of counseling program in development some skills of pre-marriage students and investigate whether the effect of this program continues during the follow up period and after finishing the counseling sessions, The study sample comprised of (20) pre- marriage students from king Abdul Aziz in Jeddah. Their specialization in management and economy, and psychology. They were selected and categorized into two groups: a control group consisted of (10) pre- marriage student and an experimental group consisted also of (10) pre- marriage students ,after making sure that the two groups identical, and The study relied on the Quasi-experimental Design , and used the following tools: family socio-economic level scale : (Al Shakhs,2006) to adjust variables Middle. Skills of pre marriage girls scale :(Al-harbi,2010), And the counseling Program for development of skills of pre-marriage girls prepared by the researcher, and Results of the study showed there are differences of statistical significance between the mean scores of control group and the experimental group on the scale for skills of pre- marriage girls after applying of program in favor of the experimental group. There are differences of statistical significance between the mean scores of the two measurements (pre-post) in the experimental group on the scale for pre- marriage girls in favor of the post measurement. And there are differences of statistical significance between the mean scores of the two measurements (post(1)-post(2)) in the experimental group on the scale for pre- marriage girls in favor of the posttest measurement(2), The study recommendation It is highly recommended to encourage youths who are planning to get married to be in educational sessions about the principle of marriage ,and The marriage workshops should be free and subsidies by the government in order to protect both the unity and cohesiveness of society .

Keywords: mentoring program, internet, skills development, marriage appetizers, Saudi Arabia.