

The Effectiveness of Group Counseling Program Based on Satier to Reduce the Level of Alexithymia of Abused Women

Baraa rawhi mahmoud*^{id}, Fawwaz Ayoub Momani^{id}

Department of Psychological Counseling, Yarmouk University, Irbid, Jordan

Received: 17/1/2024
Revised: 25/2/2024
Accepted: 27/3/2024
Published online: 20/2/2025

* Corresponding author:
baraa_rawhi@yahoo.com

Citation: mahmoud, B. rawhi, & Momani, F. A. (2025). The Effectiveness of Group Counseling Program Based on Satier to Reduce the Level of Alexithymia of Abused Women. *Dirasat: Human and Social Sciences*, 52(3), 6682.
<https://doi.org/10.35516/hum.v52i3.6682>

Abstract

Objectives: The study aimed to assess the effectiveness of a counseling program based on the Satir approach in reducing alexithymia levels among abused women.

Methods: The study used the experimental approach, and the researchers designed a counseling program based on the Satir approach, consisting of 14 sessions. The Toronto Alexithymia Scale (TAS-20) was developed and used.

Results: The study results showed that there were statistically significant differences between the arithmetic means of the experimental and control groups on the alexithymia scale in the post-test, and in favor of the experimental group, indicating the effectiveness of the counseling program. The results also showed that there were no statistically significant differences between the average responses of the experimental group members in follow-up measurement after one month.

Conclusions: Raising awareness among families and individuals about the importance of respecting women, their rights, appreciating their status, and the necessity of combating all forms of violence. Developing strategic plans to protect women from all forms of violence in collaboration with civil society institutions. Conducting further experimental studies based on other programs to reduce alexithymia and comparing their results with the current study. Implementing counseling programs involving both spouses together.

Keywords: counseling program, Satir approach, alexithymia, abused women.

فاعلية برنامج إرشادي مستند إلى منهج ساتير في خفض مستوى الألكسثيميا لدى النساء المُنْعَنَفَات

براءة روي محمود*، فوزي أيوب مومني

قسم علم النفس الإرشادي والتربوي، كلية التربية، جامعة اليرموك، إربد، الأردن

ملخص

الأهداف: هدفت الدراسة التعرف إلى فاعلية برنامج إرشادي مستند إلى منهج ساتير في خفض مستوى الألكسثيميا لدى النساء المُنْعَنَفَات.

المنهجية: استخدمت الدراسة المنهج التجريبي، وقام الباحثان ببناء برنامج إرشادي مستند إلى منهج ساتير والمكون من 14 جلسة، وتم تطوير واستخدام مقياس تورنتو للألكسثيميا (Toronto Alexithymia Scale (TAS-20).

النتائج: أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للمجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الألكسثيميا في الاختبار البعدي، ولصالح المجموعة التجريبية، مما يشير إلى فاعلية البرنامج الإرشادي، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط استجابات أفراد المجموعة التجريبية في قياس المتابعة بعد مرور شهر.

الخلاصة: نشر الوعي لدى الأسر والأفراد حول أهمية احترام المرأة وحقوقها وتقدير مكانتها وضرورة محاربة كل أشكال العنف، ووضع خطط استراتيجية لحماية المرأة من جميع أشكال العنف بالتعاون مع مؤسسات المجتمع المدني، إجراء المزيد من الدراسات التجريبية المستندة على برامج أخرى لخفض الألكسثيميا ومقارنة نتائجها بالدراسة الحالية، تنفيذ برامج إرشادية تضم الزوجين معاً.

الكلمات الدالة: برنامج إرشادي، منهج ساتير، الألكسثيميا، النساء المُنْعَنَفَات.



© 2025 DSR Publishers/ The University of Jordan.

This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY-NC) license
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>

المقدمة

تعد مشكلة العنف وخاصة ضد الزوجات من المشاكل الأسرية، وشكلاً من أشكال انتهاك حقوق الإنسان. وهي قضية مجتمعية، وتترك أثراً لا تقتصر على الزوجة المعتنة وحدها، بل تمتد لجميع أفراد أسرتها، فالعنف الزوجي يسهم بجعل الزوجة تعيش حالة من الضغط النفسي والتعاسة، وعدم الرضا عن زواجها، مما يُعيقها عن ممارسة أدوارها الحياتية بشكل صحي وفعال، وتتأثر علاقتها بأطفالها كمرية ومسؤولة عن تنشئتهم ورعاية نموهم، وصحتهم النفسية والانفعالية (Hou Yu, Fang & Epstein, 2016)، ويصاحب هذا العنف الذي يمارسه الزوج على زوجته العديد من الآثار السلبية ومن هذه الآثار ما هو مرتبط بتقدير الزوجة لذاتها (توهاي، 2015).

يبدو للوهلة الأولى أن مشاعر الفرد تكون واضحة لكن إذا ما تم تأملها، قد تكون غير واضحة في بعض الأحيان وعليه تُعد المشاعر تعبيراً عن نجاح الإنسان أو محنته، إذ أنها تقع في كل من العقل والجسد، فالمشاعر ليست مجرد حيلة تضاف على الانفعالات بحيث يمكن للمرء الاحتفاظ بها أو إخفاؤها أو نبذها، والمشاعر أمراً كاشفاً لحال الحياة داخل الإنسان باعتباره وحدة كاملة (فروش، 2015)، والانفعالات من أهم عوامل بناء العلاقات الاجتماعية، ويصعب على الفرد التكيف نفسياً واجتماعياً دون علاقات مع الآخرين، فالتواصل مع الآخرين وفهم مشاعرهم يلعب دوراً كبيراً في تسهيل التفاعل الاجتماعي، وقدرتنا على تنظيم مشاعرنا والتحكم فيها (داود، 2016).

وتلعب هذه القدرة دوراً أساسياً في تيسير حياتنا واتخاذ القرارات الشخصية. ونقص المعرفة بالمشاعر يكون مدمراً، تحديداً بما هو متعلق بالقرارات اليومية في حياتنا. ويواجه الكثيرون صعوبة في تحديد مشاعرهم بدقة أو التعبير عنها، مما يؤدي إلى تجاهلها أو قمعها، وعلى الرغم من أن الإنسان بطبيعته يملك القدرة على معرفة المشاعر والانفعالات وفهمها والتعبير عنها، إلا أن عدم قدرته على التعبير عنها بشكل لفظي يمكن أن يشكل عقبة أمام تحقيق الصحة النفسية (القطان، 2005).

وعدم قدرة الفرد على وصف حالته الانفعالية ومشاعره يؤدي لفقدان تعاطف الآخرين معه، وبالتالي يصبح غير قادر على فهم مشاعر الآخرين، وعدم القدرة على التعاطف وضعف الارتياح العاطفي، وبالتالي تتفاقم الضغوطات النفسية عليه، مما يؤثر سلباً على العلاقات الاجتماعية ويفقدنا المتعة في الاستمتاع بالحياة والأنشطة اليومية؛ والانشغال بأمور أخرى والتي تمنع الفرد من التركيز على الذات والمشاعر الشخصية، مما يسبب صعوبة في التعبير عن المشاعر وتداخلها مع الحواس الجسدية. وهذا ما يميز الأفراد الذين يعانون من اضطراب الألكسثيميا (خميس، 2014).

وتعرف الألكسثيميا بأنها اضطراب وظيفي في تعيين وتحديد الفرد لمشاعره، وتشير بشكل أكثر عمومية إلى أنها سمة وجدانية معرفية للشخصية تظهر نفسها بأكثر من طريقة، وتكون لدى الفرد الصعوبة في تعديل الانفعالات من خلال التخيلات (Taylor, 2000). وهي عملية تراكمية تبدأ في مرحلة الطفولة وتستمر وتقوى في مرحلة المراهقة والرشد، وتتأثر بمجموعة من العوامل منها النفسية والصحية والأسرية والثقافية والاجتماعية والاقتصادية، فالفرد المصاب بالألكسثيميا يعيش في عالم لوحده، وتتجمد عواطفه ويكون قائم على المصالح العلمية فقط دون الاهتمام بالمشاعر (Honkanen, Hintikka, Anti, Tanskanen & Viinamki, 2004).

وأكد مولر (Muller, 2000) بأن فقدان الشخص للقدرة على التعبير الانفعالي عن مشاعره الداخلية ناجم عن نقص في المفردات المناسبة للتعبير عن المشاعر. كما أنه يجب التركيز على تعليم الفرد عدة وسائل للتعامل مع مشاعره والتعبير عنها بطرق تكيفية، حتى لا يحتاج إلى اللجوء إلى الحيل الدفاعية من أجل تحقيق مستوى مناسب من الصحة النفسية وتجنبه الإصابة بأي اضطرابات نفسية (مشاعل، 2019).

ويُعد الوعي بالمشاعر والانفعالات دليلاً على كفاءة الفرد المهنية والاجتماعية والانفعالية، وأن القدرة على وصف الانفعالات هي واحدة من أهم أشكال السلوك الإنساني، ومن خلال هذا التعبير الانفعالي يُمكن الحكم على سلوك الشخص وشخصيته، وقدرته على التواصل مع من حوله وجذب انتباههم والتأثير بهم (Alfasi & Soffer-Dudek, 2018).

ويُعد مفهوم الألكسثيميا من المفاهيم الحديثة نسبياً، وتمثل هذه الحالة مجموعة من نقاط الضعف في قدرة الشخص على التعامل مع العمليات المعرفية المتعلقة بالانفعالات، كما تُعتبر عجزاً في تنظيم العواطف لديه، وتُعد واحدة من العوامل المهيئة للإصابة بالأمراض الجسدية والنفسية؛ فقد صنفت الألكسثيميا عدداً من التصنيفات أهمها (Taylor, Bagby & Parker, 2003):

الألكسثيميا الأولية والثانوية (Primary & Secondary Alexithymia): يشير مفهوم الألكسثيميا الأولية إلى أنها سمة ثابتة نسبياً ومستمرة، أو يعود إلى عوامل بيولوجية، وعصبية مصدرها الجانب الوراثي، وفقاً لهذا التصنيف؛ فإن الألكسثيميا تولد مع الفرد، وهي لا تظهر نتيجة لعوامل بيئية أو نفسية، ولا يمكن علاج هذا النوع بصورة نهائية، ولكن من الممكن التقليل من أعراضها، أما الألكسثيميا الثانوية فهي ناتجة عن صدمات وجدانية، تظهر كدفاع مؤقت ضد الصدمات المستقبلية، إن هذه الحالة تعد حالة مؤقتة، وتختفي عند انتهاء الموقف الضاغط على الفرد، وبالتالي فإن إمكانية العلاج تكون أفضل من الألكسثيميا الأولية (Valdespino, Antezana, Ghane & Richey, 2017).

العلاج المستند على منهج ساتير

يتضمن منهج ساتير عدد من الأدوات والأساليب والفنيات من أجل إحداث تغيير إيجابي للأفراد والأسرة، ويتضمن تغيير دائم من خلال رفع

مستوى الوعي والفهم الكامل لأنماط الاتصال والتواصل، بالإضافة لتوسيع مدى اكتشاف الذات والمسؤولية الشخصية، وتحقيق الانسجام والتعبير عن المشاعر والاستفادة من الموارد الداخلية الموجودة لدى الأفراد لإحداث تغيير خارجي (Caston, 2009).

وأكدت ساتير على مسؤولية الفرد، وعلى دوره بالتغيير للوصول إلى حياة أكثر توافقاً، ولهذا يجب تعزيز قدرة المسترشدين على أن يعملوا (Doing) والذي يعد جوهر نموذج ساتير في العلاج (Li & Vivian, 2010).

قدمت ساتير نظريتها من خلال أربع فئات وتمثلت بما يلي:

الفرضيات المسبقة: تتضمن منحنى البناء الذاتي للفرد والذي ركز على النظم العضوية في طريقتها، فأجزاء النظام الإنساني مترابطة ومتماثلة بشكل منظم سواء كانت أسرية أو عضوية غير بشرية، والأحداث يتم تفسيرها من خلال تفاعلات دائرية منظمة ومعقدة تنشأ مع مرور الوقت بدلاً من النظر لها بطريقة خطية (Caston, 2009).

وتتضمن الأبنية الأساسية لنموذج ساتير، الذات وهي جوهر الفرد، وتتكون من ثمانية أجزاء رئيسية وهي: الجانب الجسدي، والجانب الفكري، والجانب العاطفي، والجانب الحسي، والجانب التفاعلي، وجانب السياق، وجانب الغذاء، والجانب الروحي. والأسرة الممتدة تتكون من مجموعة من الأشخاص الذين يؤثرون في تكوينه خصوصاً في السنوات الخمسة الأولى، والمثلث الأول يضم الوالدين اللذين يعتبران المصدر الرئيسي لخبرات الطفل والتجارب التي يتعلم بها الطفل، والاتصال حيث تهتم ساتير كثيراً بالاتصال؛ لهذا سميت نظريتها نظرية الاتصال والانسجام، ويتحقق ذلك عندما يصل الفرد إلى مستوى التوازن مع ذاته وبيئته والسياس المحيط به. ويشمل السياق على الظروف السياسية، الاجتماعية، العرقية، الجنس، الطبقة الاجتماعية، الدين ووضع الأقليات، فمعرفة الفرد لسياقه تجعله قادراً على تقييم ذاته بشكل مناسب. أما عن مستويات الخبرة حددت ساتير ستة مستويات من الخبرة البشرية وتمثلت: بالسلوك، والشعور، والإدراك الحسي، والمشاعر، والتوقعات التي لم تتحقق، والتطلعات، وهذه المستويات تندرج من الخبرة والأسلوب الإكلينيكي التي تجعل الفرد ينخرط في عمليات داخلية (Gladding, 2002).

الأساليب: حددت ساتير مجموعة من الأساليب والأدوات لتمكين الناس من الاتصال بحب مع أنفسهم والآخرين، وهو نموذج شامل، يمكن الوصول إليه بشكل واضح، ومن أهم هذه الأدوات والأساليب ما يلي:

- **الجبل الجليدي (The personal Iceberg)** يعد من أبرز أدوات ساتير، حيث يستطيع المرشد الاتصال بالعالم الداخلي للفرد، ويتكون الجبل الجليدي من السلوكيات التي تطفو فوق الماء، ويندرج تحتها الذات والتوقعات والإدراكات والمشاعر، وكما يُمكن الجبل الجليدي الفرد من وعيه بخبرات عالمه الداخلي (Li & Vivian, 2010).

- **مجموعة أدوات تقدير الذات (Self-Esteem Kits)** تعد من أهم أدوات ساتير التي تعمل على تحسينها لدى الأفراد في الأسرة، وتحقيق التواصل الفعال بين الجسم والعقل، ومعرفة بقدراته وتطلعاته المستقبلية يحقق الفرد ذاته، وبالتالي يصبح الفرد قادر على تطوير نظام متكامل عن نفسه، وتقدير الذات المرتفع يساعد على توطيد العلاقات في الأسرة، وبين الزوجين (Springer & Wheeler, 2012).

- **أركان السعادة (Pillars of happiness)** هي مجموعة من الأركان التي تسبب السعادة، وتتضمن الركن الفكري الذي يحفز الدماغ، وينبغي طريقة التفكير وتمثل بحل الألغاز والاستماع لمحاضرة، أو حوار مع شخص حول موضوع يقدم لنا أفكار جديدة لتجنب الملل، أما عن الركن السياقي يضم المناطق الحيوية في السياق الذي نعيش فيه كالمزمل، أما عن الركن التفاعلي يتمثل في التفاعل الاجتماعي مع الآخرين وتمثل الخروج مع الأصدقاء أو العائلة، بالإضافة لاهتمامها بالركن الحسي والروحي والعاطفي.

قواعد الأسرة: تؤكد ساتير على ضرورة تطوير القواعد داخل الأسرة حيث يتم التعرف إليها من خلال سلوك الفرد في أسرته، ومعظم القواعد تكون مختلفة، فهناك قواعد تتصف بالجمود مما تولد مشاعر صعبة بين أفراد الأسرة، أو تسبب الألام في الأسرة. وأكدت ساتير أن القواعد الجامدة يمكن التعرف عليها بسهولة لما تسببه من أضرار، وتعمل على انخفاض القيمة الذاتية وظهور

أعراض جسمية وانفعالية بين أفراد الأسرة ككل. ومن هنا عملت ساتير على رفع القيمة الذاتية لأفراد الأسرة، وبناء قواعد أسرية جديدة وواضحة من خلال التعرف إلى أنظمة الأسرة (Satir, 1976).

العملية الإرشادية: يعد نموذج التغيير عن ساتير عنصراً من عناصر النظام، ويتكون من ست مراحل، ويصف أثار كل مرحلة على المشاعر، والتفكير على الأداء باستخدام المبادئ الواردة في هذا النموذج، وفيما يلي عرض لهذه المراحل كما ذكرتها (Caston, 2009):

- **الوضع الراهن:** يتم تطبيق النظام على حالة المسترشد الأصلية، وذلك يمكننا من عمل تنبؤات دقيقة حول كيفية عمل هذا النظام ومدى استجابته، فالنظام يجهز مجموعة واضحة من التوقعات وردود الأفعال من قبل المسترشدين وتكرارهم لأقوالهم يمكن أن تعد تعزيزاً ذاتياً لهم ويشعرهم بأن توقعاتهم صحيحة، عندما تكون العائلة في توازن صحي، فإن كل فرد في الأسرة يساهم أو يدفع كما يتلقى. أما في النظام الأسري غير المتوازن يعطي أكثر مما يأخذ ويكون تبادل القيم غير عادل ولكنه ثابت، والعائلات المترابطة تستمر حتى يحدث شيء مفاجئ ليعطي دافعاً لأحد أفراد الأسرة بطلب المساعدة، وهنا تتجلى مهمة العلاج في إيجاد الخيط الذي يقودنا لأي منحة أو مشكلة للعائلة الأصلية.

- تقديم عنصر غريب: تشير هذه المرحلة لإدخال عنصر إلى النظام العلاجي حيث يكون المرشد أو المعالج، وحتى يكون العلاج فعال يجب أن يكون الشخص الغريب مقبولا عند أغلب أفراد الأسرة .
- مرحلة الفوضى (اختلال التوازن): يبدأ النظام أو الفرد بالانتقال من مرحلة الوضع الراهن - الحالة قبل العلاج- إلى حالة عدم التوازن، وهنا يدخل المرشد في عالم مجهول، وتتخطم العلاقات، وتصبح التوقعات قديمة وربما غير صالحة.
- مرحلة التكامل: يتم إدخال تعاليم ومفاهيم جديدة حيث تبدأ الحالة بالتطور، أي دمج الأمور الجديدة التي تم تعلمها، وتصبح المجموعة متمحمة، وتظهر علاقات جديدة تتيح الفرصة للهوية والانتماء، ومع الممارسة يتحسن الأداء بسرعة .
- الممارسة (التطبيق): تكون الحالة الجديدة مدعومة بالممارسة أو تطبيق تعاليم جديدة، وفي هذه المرحلة يحتاج الفرد إلى أن يشعر بالأمان .
- الشخصية الجديدة: يصل إليها الفرد عندما يكون قادراً على تقديم رسائل واضحة منسجمة مع السلوك .

ونال نموذج ساتير اهتمام العديد من الباحثين لذلك أجريت عدة دراسات ذات صلة بموضوع الدراسة، إذ أجرت شيا سو ك هيا (Chia Sok Hia, 2007) دراسة هدفت لاختبار فاعلية برنامج إرشادي مستند على منهج ساتير في رفع مستوى التمكين النفسي لدى عينة من النساء المعنفات المقيمات في سنغافورة. حيث تكونت عينة الدراسة من (6) سيدات مُعتنفات. أظهرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي. وذلك يشير لوجود أثر للبرنامج في رفع مستوى التمكين النفسي لدى النساء المُعتنفات في سنغافورة. وأجرى بروباشر (Brubacher, 2014) دراسة هدفت لاختبار فاعلية برنامج إرشادي مستند على منهج ساتير ودمج التعاطف كأسلوب علاجي يهدف تحسين العلاقة بين الأزواج بشكل أساسي وذلك عن طريق التغيير في الأفكار والمشاعر، وأساليب الاتصال، ورفع تقدير الذات، وخلق التغيير في الفرد ونظام العلاقة بشكل عام، تكونت عينة الدراسة من (10) أزواج يعانون من تدني نوعية حياتهم الزوجية في محاكم الإصلاح والمعونة الأسرية في فرنسا، أظهرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي. وذلك يشير لوجود أثر للبرنامج الإرشادي.

وأجرى ساكومبانج وآخرون (Sakunpoog et al., 2016) دراسة هدفت إلى التحقق من فاعلية برنامج إرشادي مستند على منهج ساتير في تعزيز مستوى المرونة النفسية لدى النساء. وقد شملت عينة الدراسة (32) امرأة مُدمنة، وأشارت نتائج الدراسة لوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، مما يشير إلى وجود أثر إيجابي للبرنامج الإرشادي في تعزيز مستوى المرونة لدى النساء المُدمنات. وأجرت المشاقبة (Mashagbeh, 2016) دراسة للبحث عن تأثير برنامج إرشادي مستند على نظرية ساتير في تحسين جودة الحياة الزوجية لدى عينة من الزوجات اللواتي يواجهن مستوى منخفض من الرضا الزوجي. تكونت عينة الدراسة من (16) سيدة من محافظة الزرقاء الجديدة، تم تقسيمهن عشوائياً إلى مجموعتين: التجريبية والضابطة. أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للمجموعة التجريبية، مما يشير لوجود أثر للبرنامج الإرشادي في تحسين جودة الحياة الزوجية .

وأجرى بني سلامة وجردات (Bani salamah & Jaradat, 2016) دراسة هدفت لتأكد من فاعلية برنامج إرشادي مستند على منهج ساتير في تحسين التواصل الزوجي لدى عينة من الزوجات في محافظة الزرقاء، تكونت عينة الدراسة من (20) سيدة ممن يراجعن مركز التنمية المجتمعية التابع لمخيم الزرقاء، أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للمجموعة التجريبية، مما يشير لوجود أثر للبرنامج الإرشادي في تحسين التواصل الزوجي. أما العنزي (Alanzi, 2018) فقد أجرى دراسة للكشف عن فاعلية العلاج المرتكز على الانفعالات والعلاج الأدلري في خفض مستوى الألكسثيميا لدى اللاجنات السوريات اللواتي تعرضن للعنف، حيث تكونت عينة الدراسة من (45) لاجئة سورية من محافظة المفرق في الأردن، وتم توزيعهن عشوائياً إلى ثلاثة مجموعات: مجموعتين تجريبيتين، خضعت المجموعة التجريبية الأولى للبرنامج الإرشادي المرتكز على الانفعالات، وخضعت المجموعة الثانية للعلاج الأدلري، والمجموعة الضابطة لم تخضع لأي معالجة، أظهرت نتائج الدراسة إلى مستوى مرتفع من الألكسثيميا لدى اللاجنات السوريات، وأشارت أيضاً إلى وجود فاعلية للبرنامجين المستخدمين في خفض مستوى الألكسثيميا .

أما دراسة الزغول (alzghoul, 2019) فقد هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي مستند على منهج ساتير في تحسين تمايز الذات ومهارات الحياة الزوجية لدى عينة من الفتيات المقبلات على الزواج في محافظة عجلون (الأردن)، تكونت عينة الدراسة من (32) فتاة خاطبة، تم تقسيمهن عشوائياً إلى مجموعتين: التجريبية والضابطة. أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للمجموعة التجريبية، مما يشير لوجود أثر للبرنامج الإرشادي في تحسين تمايز الذات ومهارات الحياة الزوجية.

قامت السيوف (Alsyuf, 2020) بدراسة هدفت للكشف عن فاعلية العلاج بالرسم في خفض الألكسثيميا لدى اللاجنات السوريات، تكونت عينة الدراسة من (30) طالبة لاجئة في المدارس الأردنية في محافظة إربد في الأردن، وتم توزيعهن عشوائياً لمجموعتين: التجريبية والضابطة، أظهرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للمجموعة التجريبية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس البعدي وما بعد المتابعة وهذا يشير إلى احتفاظ المجموعة بأثر العلاج واستمرارية أثر البرنامج عليهن.

أما دراسة الشبول والشريفين (Alshboul& Alshrefeen, 2020) هدفت للتعرف على فاعلية برنامج إرشادي مستند إلى منهج ساتير في رفع مستوى التمكين النفسي والإحساس بالمعنى لدى عينة من المطلقات في محافظة إربد، الأردن. تكونت عينة الدراسة من (30) امرأة مطلقة، وتم توزيعهن عشوائياً لمجموعتين: التجريبية والضابطة، أظهرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للمجموعة التجريبية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس البعدي وما بعد المتابعة مما يشير إلى احتفاظ المجموعة بأثر العلاج، وهذا يدل على استمرارية أثر البرنامج.

أما دراسة مومني والفريحات (Momani& alfreiha, 2020) فقد هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي مستند على نظرية ساتير في خفض الضغوطات النفسية لدى عينة من اللاجئات السوريات، تكونت عينة الدراسة من (30) لاجئة سورية ممن يراجعن منظمة الجمعية الإسلامية للإغاثة العالمية في محافظة المفرق (الأردن)، وتم توزيعهن عشوائياً لمجموعتين التجريبية والضابطة، أظهرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للمجموعة التجريبية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس البعدي وما بعد المتابعة مما يشير إلى احتفاظ المجموعة بأثر العلاج، وهذا يدل على استمرارية أثر البرنامج.

أما دراسة غيث وأبو عمير (Ghith& Abuomeir, 2021) فقد هدفت إلى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي جمعي مستند إلى منهج ساتير في تحسين مستوى تقدير الذات والجو الأسري لدى عينة من الزوجات المعنفات في مدينة عمان، تكونت عينة الدراسة من (20) زوجة من مخيم الحسين، تم توزيعهن عشوائياً لمجموعتين: التجريبية والضابطة، وأشارت نتيجة الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للمجموعة التجريبية في القياس البعدي؛ مما يشير إلى وجود أثر للبرنامج كما أظهره القياس التتبعي.

من خلال استعراض الدراسات السابقة يتضح أن معظم الدراسات المستندة على منهج ساتير تناولت عدداً من المتغيرات ذات الصلة بالعلاقة الزوجية والأسرية بهدف تحسين العلاقة بين الأزواج، كتقدير الذات، والجو الأسري، ونوعية الحياة الزوجية، والرضا الزوجي، والتمكين النفسي، والإحساس بالمعنى، وتمايز الذات وخفض مستوى الألكسثيميا والعنف لديهن، وفي أغلب الدراسات كانت العينة المستهدفة هن السيدات والأزواج على اختلاف الحالة الاجتماعية والنفسية والانفعالية؛ وفي حدود علم الباحثين لاحظنا ندرة الدراسات العربية والأجنبية التجريبية المستندة على منهج ساتير في خفض مستوى الألكسثيميا لدى النساء المعنفات، وهو ما يميز الدراسة الحالية.

مشكلة الدراسة وفرضياتها:

يُعد العنف الذي يمارسه الزوج ضد زوجته من الظواهر المنتشرة في الوقت الراهن، وخاصة أن هذا السلوك يصاحبه الصمت من قبل بعض الضحايا مما يؤدي إلى زيادته والتمادي فيه (صابر، 2016)، وخط عليه العديد من الآثار النفسية والجسدية والصحية وقد تستمر لفترة طويلة، ويؤدي إلى آثار خطيرة على الصحة العامة. وتتضمن الآثار النفسية: الاكتئاب، القلق، وأعراض الصدمة، وهناك بعض ردود الفعل شديدة التوتر، مثل: الكوابيس واضطرابات في النوم والأكل والأفكار الانتحارية (Guruge, Roche,& Catallo, 2012)، ومن هنا جاءت فكرة البحث من قبل الباحثين بأن السيدات اللواتي يتعرضن للعنف من قبل الشريك لديهن مستوى منخفض من تقدير الذات والتمكين النفسي وصعوبة في الدفاع عن أنفسهن أو التعبير عما بداخلهن أو حتى صمد العنف المستمر عليهن، وفي حدود علم الباحثين لاحظنا قلة الدراسات العربية والأجنبية التي استخدمت برامج إرشادية مستندة على منهج ساتير في خفض مستوى الألكسثيميا لدى النساء المعنفات مما دفعهما للاهتمام بذلك والوقوف على أسباب هذه الظاهرة للتصدي لها ووضع الحلول الممكنة لمواجهتها؛ لذا حاولت الدراسة فحص الفرضيتين الآتيتين:

1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) في متوسطات القياس البعدي للألكسثيميا بين السيدات المعرضات للعنف من قبل الشريك في المجموعة التجريبية اللواتي طُبّق عليهن البرنامج الإرشادي المستند إلى نظرية ساتير، والسيدات المعرضات للعنف من قبل الشريك في المجموعة الضابطة اللواتي لم يُطبق عليهن أي برنامج إرشادي.
2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسطات أداء أفراد المجموعة التجريبية اللواتي طُبّق عليهن البرنامج الإرشادي المستند إلى نظرية ساتير على مقياس الألكسثيميا في القياس البعدي وبين متوسطات درجاتهن في القياس التتبعي بعد مرور شهر من انتهاء البرنامج.

الهدف العام

تعزيز نوعية الحياة الزوجية وتحسين أنماط الاتصال والتواصل بين الأزواج وخفض مستوى الألكسثيميا لديهن.

الأهداف الخاصة

- تعريف المشاركات بفلسفة منهج ساتير للوصول إلى معنى مشترك للحياة الزوجية من خلال تحسين عملية الاتصال والتواصل مع الشريك وخفض مستوى الألكسثيميا لديهن.

- إكساب المشاركات عدد من المهارات الشخصية والتي تنعكس على علاقتهن مع أزواجهن بشكل إيجابي مثل: (الاستعداد للتغير، الاستماع الفعال، رسائل أنا وأنت، التعبير عن المشاعر، حل المشكلات الزوجية).
 - تعريف المشاركات بالمفاهيم المتعلقة بالسلوكيات والأنماط السلبية والمدمرة للعلاقات الزوجية، والتي تستند على منهج ساتير .
- وبعد انتهاء الجلسات تم تقييم تحقق أهداف البرنامج الإرشادي، من خلال تطبيق مقياس الدراسة قياساً بعدياً على المجموعتين التجريبية والضابطة مباشرة بعد انتهاء البرنامج، ومن ثم تطبيق مقياس الدراسة تطبيقاً تتبعياً على المجموعة التجريبية فقط في نفس مكان إجراء البرنامج الإرشادي، بعد مرور فترة أربعة أسابيع على الانتهاء من تطبيق البرنامج الإرشادي.

أهمية الدراسة

تظهر الأهمية النظرية للدراسة الحالية من خلال تسليط الضوء على متغير الدراسة (الألكسثيميا) وهو من المتغيرات التي تتسم بالحدثة في مجال الدراسات النفسية، وتزويد المكتبة العربية بنتائج البرنامج الإرشادي المستند على منهج ساتير في خفض مستوى الألكسثيميا لأنه يتناول مجال مهم وهو الجانب الانفعالي للفرد والذي يؤثر على تواصل الفرد مع الآخرين بما فيها الأزواج بالإضافة لتناوله لشريحة مهمة من شرائح المجتمع وهي المرأة والتي تعد نصف المجتمع فهي الأخت والأم والزوجة والمربية والتي تعمل جاهدة على زيادة التماسك الأسري لأنها عماد الأسرة.

أما عن الأهمية التطبيقية، تكمن الأهمية بالتأكد من فاعلية البرنامج الإرشادي المستند على منهج ساتير في خفض مستوى الألكسثيميا وتزويد الباحثين بأداة بحث مقننة تساعد في دراسات الصحة النفسية والمتعلقة بمستوى الألكسثيميا وبناتج البحث، وتمهيد الطريق للمهتمين بمجال الرعاية الأسرية والإرشاد الزواجي والأسري لإعداد برامج موجهة للمتزوجين للحفاظ على استقرار الحياة الأسرية بالاستناد على برامج أخرى.

حدود ومحددات الدراسة

تقتصر الدراسة الحالية على النساء المعرضات للعنف من قبل الشريك في محافظة المفرق في الأردن، والمسجلات لدى جمعية النساء العربيات خلال الفترة الزمنية 2023/5/1 إلى 2023/8/31، مما يحد من إمكانية تعميم النتائج على عينات ومجتمعات مختلفة في الخصائص، بالإضافة إلى جدية المشاركات في المشاركة وتم تطبيق الأدوات عليهن وجاهياً .

التعريفات المفاهيمية والإجرائية

برنامج الإرشاد الجمعي (Group Counseling Program): يُعد أحد أساليب الإرشاد النفسي؛ والذي يستخدم مع مجموعة صغيرة من الأفراد بحيث يشتركون في مشكلة واحدة. ويتلقوا خلال الجلسات مجموعة من المهارات لكيفية التعامل مع الصعوبات التي يواجهونها (معالي، 2014). ويعرف إجرائياً: أنه مجموعة من الجلسات الإرشادية المخططة والمنظمة والمستندة إلى نظرية ساتير، وتتضمن فنيات النظرية التي سيتم توظيفها خلال البرنامج .

منهج ساتير (Satir approach): هو منهج يتضمن مجموعة من الأساليب والأدوات والفنيات الإيجابية، التي تدعم التغير الإيجابي لدى الأفراد، ونظام الأسرة، ويهدف النموذج إلى إحداث تغيير دائم لدى الأفراد عن طريق رفع مستوى الوعي والفهم لأنماط الاتصال والتواصل بين الأفراد، وتوسيع اكتشاف الذات والمسؤولية الذاتية، وتحقيق الانسجام والتواصل، والتركيز على التعبير عن المشاعر، والاستفادة من الخبرات الداخلية من أجل إحداث التغير الخارجي (Caston, 2009).

الألكسثيميا (Alexithymia): هي سمة وجدانية ومعرفية تصيب الفرد مما تفقده الوعي بالانفعالات، وتشير إلى عدم قدرة الفرد على تحديد الانفعالات، والمشاعر ووصفها، والتعبير عنها بشكل لفظي، أو لدى الآخرين، وصعوبة التمييز بين الانفعالات والأحاسيس الجسدية، بالإضافة إلى قلة الأحلام والتخيلات وتركيز نمط التفكير ذو التوجه الخارجي؛ حيث يكون التركيز على تفاصيل الأحداث الخارجية أكثر من التركيز على الخبرات الداخلية للفرد (Gilbert, McEwan, Catarino, Baiao & Palmeira, 2014)؛ وتُعرف إجرائياً بأنها: الدرجة التي حصلت عليها المشاركة على مقياس الألكسثيميا المستخدم في الدراسة الحالية.

العنف ضد الزوجات (Violence against Wives): هو أي سلوك أو فعل مسيء من المحتمل أن يؤدي الزوجة جسدياً، أو نفسياً، كما يشمل التهديد بارتكاب مثل هذا الفعل، أو الإكراه والإجبار، أو استخدام الزوج لقوته وسلطته ضد زوجته مُتعهداً (Bhatti, Jamali, Phulpoto, Mehmood, & Shaikh, 2011).

متغيرات الدراسة:

اشتملت الدراسة على المتغيرات الآتية:

المتغير المستقل: البرنامج الإرشادي المستند إلى منهج ساتير.

المتغير التابع: أداء المستجيبات على مقياس الدراسة (الألكسثيميا).

منهج الدراسة

استخدم في هذه الدراسة المنهج التجريبي بقياسات قبلية وبعديّة لمجموعتين تجريبية وضابطة وتتبعية للتجريبية فقط.

أفراد الدراسة

لاختيار أفراد عينة الدراسة قام الباحثان بما يلي:

- تم اختيار مركز خدمات جمعية النساء العربيات في محافظة المفرق، وهو مركز خدمات مجتمعية تابع لهيئة غير حكومية؛ لكونه يقدم خدماته لعدد كبير من النساء واللواتي يحضرن بشكل دوري للجمعية للمشاركة في أنشطتها.
- تم اختيار عدد من النساء اللواتي يتعرضن للعنف من قبل الشريك وفق ما أُشِرَ إليه في مقابلتهن الفردية، قبل تطبيق مقياس الألكسثيميا طبق المقياس في المرحلة الأولى للدراسة على عينة (100) سيدة بصورة قصدية، وتم تحديد النساء اللواتي حصلن على درجات مرتفعة على مقياس الألكسثيميا، وكان عددهن (65) سيدة. وتكونت عينة الدراسة بشكلها النهائي من (30) سيدة ممن لديهن الرغبة في الاشتراك في الدراسة وتم الحصول على موافقتهن الشخصية.
- اختيار (30) سيدة ممن حصلن على مستوى مرتفع على مقياس الدراسة (المتوسط الحسابي أعلى من 3.41)، ولديهن الرغبة في المشاركة في البرنامج الإرشادي، والحصول على موافقتهن خطياً.
- تم تقسيم العينة عشوائياً إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية مكونة من (15) سيدة (مجموعة البرنامج الإرشادي)، ومجموعة ضابطة مكونة من (15) سيدة (بدون أي تدخل إرشادي)، في حين خضع أفراد المجموعة التجريبية فقط للقياس التتبعي بعد مرور شهر على القياس البعدي من انتهاء تطبيق البرنامج.

أدوات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحثان الأدوات الآتية:

أولاً-مقياس الألكسثيميا

للكشف عن مستوى الألكسثيميا لدى السيدات المعرضات للعنف من قبل الشريك والمراجعات لجمعية النساء العربيات في محافظة المفرق؛ استخدمت الباحثة مقياس تورنتو للألكسثيميا ((Toronto Alexithymia Scale (TAS-20) المستخدم في دراسة سانثيز (Sánchez, 1996)، بعد ترجمته إلى اللغة العربية، وقد تكون المقياس بصورته الأولى من (20) فقرة موزعة على (3) أبعاد، هي: صعوبة تحديد الأحاسيس (Difficulty Identifying Emotions)، صعوبة وصف الأحاسيس (Difficulty Describing Emotions)، التفكير الموجه نحو الخارج (Externally Oriented Thinking).

ترجمة المقياس

قام الباحثان بعد الحصول على نسخة المقياس وقراءة دليل تعليماته قاما بترجمته والتأكد من سلامة التعبيرات المستخدمة. بعدها عرضت فقرات المقياس، وتم ترجمتها من اللغة الإنجليزية إلى اللغة العربية ومن اللغة العربية إلى اللغة الأجنبية، وتم عرضه على عدد من المختصين في مجال الترجمة والتعريب للحكم على دقة الترجمة، ثم عرض المقياس على اثنين من المختصين في اللغة العربية؛ للتأكد من السلامة اللغوية للفقرات. كما أبدت مجموعة من الملاحظات التي تمت مراعاتها في النسخة المعدلة.

دلالات الصدق والثبات للمقياس

دلالات الصدق الظاهري

تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس وأبعاده؛ من خلال عرضه بصورته الأولى المترجمة إلى اللغة العربية، على مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص في مجالات علم النفس التربوي والإرشاد النفسي، والقياس والتقويم والعاملين في الجامعات الأردنية والبالغ عددهم (11) مُحكم، بهدف إبداء آرائهم حول دقة الترجمة وصحة محتوى المقياس، ومدى مناسبتها للعينة المستهدفة في الدراسة من حيث: درجة قياس الفقرة للبعد، وضوح الصياغة اللغوية للفقرات، وإضافة أو تعديل أو حذف ما يرويه مناسباً من الفقرات أو الأبعاد.

وفي ضوء ملاحظات المحكمين أجريت التعديلات المقترحة على فقرات المقياس، حيث تم تعديل الصياغة اللغوية لجميع فقرات المقياس باستثناء الفقرتين (8،18).

مؤشرات صدق البناء

جدول (1): قيم معاملات الارتباط بين فقرات مقياس الألكسثيميا وبين الدرجة على البعد الذي تتبع له والدرجة الكلية على المقياس.

الترتيب	الارتباط مع:		الرقم	البُعد
	الكلي	البعد		
0.64	0.68	أجد صعوبة في وصف شعوري.	1	صعوبة تحديد الأحاسيس
0.51	0.66	أشعر بأحاسيس في جسدي حتى الأطباء لا يستطيعون فهمها.	2	
0.58	0.67	عندما أشعر بالضيق، لا أعرف ما إذا كنت حزناً أم خائفاً أم غاضباً.	3	
0.66	0.76	أجد نفسي في حيرة من الأحاسيس التي تنتابني.	4	
0.52	0.62	يصعب عليّ إيجاد الكلمات المناسبة لمشاعري.	5	
0.65	0.75	أجد صعوبة في معرفة ما يجول بخاطري.	6	
0.67	0.77	يصعب عليّ معرفة سبب شعوري بالغضب.	7	
0.61	0.68	يصعب عليّ إيجاد الكلمات المناسبة للتعبير عن مشاعري.	8	
0.57	0.72	أستطيع وصف مشاعري بسهولة. (سالية)	9	صعوبة وصف الأحاسيس
0.45	0.62	يصعب عليّ وصف مشاعري نحو الآخرين.	10	
0.51	0.71	يطلب مني الآخرون وصف مشاعري بشكل أكبر.	11	
0.40	0.48	يصعب عليّ البوح عن مشاعري العميقة حتى مع الأصدقاء المقربين.	12	
0.57	0.66	أفضل تحليل المشاكل بدلاً من مجرد وصفها. (سالية)	13	التفكير الموجه نحو الخارج
0.53	0.61	أفضل ترك الأمور تحدث كما هي بدلاً من محاولة فهم أسباب حدوثها.	14	
0.48	0.59	أهتم بمشاعري بشكل أساسي. (سالية)	15	
0.64	0.71	أفضل الحديث مع الناس بخصوص نشاطاتهم اليومية بدلاً من أن أتحدث معهم عن أحاسيسهم.	16	
0.54	0.62	أفضل مشاهدة البرامج الترفيهية بدلاً من الدراما النفسية.	17	
0.54	0.71	أشعر بالقرب من شخص ما، حتى في لحظات الصمت. (سالية)	18	
0.56	0.69	أرى بأن استكشاف مشاعري يُفيدني في حل مشاكل الشخصية. (سالية)	19	
0.51	0.57	أرى بأن محاولة البحث عن معنى خفي في الأفلام يقلل من المتعة في مشاهدتها.	20	

8

جدول (2): قيم معاملات ارتباط أبعاد الألكسثيميا مع المقياس ككل، ومعاملات الارتباط البينية لأبعاد المقياس

المتغير	صعوبة تحديد الأحاسيس	صعوبة وصف الأحاسيس	التفكير الموجه نحو الخارج
صعوبة وصف الأحاسيس	0.61		
التفكير الموجه نحو الخارج	570.	680.	
المقياس (ككل)	0.72	0.83	0.77

يتضح من الجدول (2) أن قيم معاملات الارتباط البينية بين أبعاد الألكسثيميا قد تراوحت بين (0.57-0.68)، وتراوحت بين (0.72-0.83) مع الدرجة الكلية للمقياس، وكانت جميعها ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$).

ثبات المقياس

لتقدير ثبات الاتساق الداخلي للمقياس وأبعاده؛ تم استخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha)، على بيانات التطبيق الأول للعينة الاستطلاعية والبالغ عددها (20) سيدة من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها، كما تم التحقق من ثبات الإعادة (T-test) للاستبانة ومجالاتها؛ من خلال إعادة تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية السابقة، بفارق زمني مقداره أسبوعين بين التطبيقين الأول والثاني، ومن ثم تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني على العينة الاستطلاعية، كما هو مبين في الجدول (3).

جدول (3): قيم معاملات ثبات الإعادة وثبات الاتساق الداخلي لمقياس الألكسثيميا وأبعاده

البعد	ثبات الإعادة	ثبات الاتساق الداخلي	عدد الفقرات
صعوبة تحديد الأحاسيس	0.83	0.79	7
صعوبة وصف الأحاسيس	0.81	0.78	5
التفكير الموجه نحو الخارج	0.84	0.80	8
الألكسثيميا (ككل)	0.86	0.83	20

يتضح من الجدول (3) أن قيم ثبات الإعادة لأبعاد مقياس الألكسثيميا قد تراوحت بين (0.81 – 0.84)، وبلغت للمقياس ككل (0.86)، وتراوحت قيم معامل ثبات الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس بين (0.78 – 0.80)، وبلغت للمقياس ككل (0.83).

تصحيح مقياس الألكسثيميا

تكون مقياس الألكسثيميا بصورته النهائية من (20) فقرة موزعة على (3) أبعاد، يُستجاب عليها وفق تدرج خماسي يشتمل البدائل التالية: (ينطبق علي بدرجة كبيرة جداً، وتعطى 5 درجات، ينطبق علي بدرجة كبيرة وتعطى 4 درجات، ينطبق علي بدرجة متوسطة وتعطى 3 درجات، ينطبق علي بدرجة منخفضة وتعطى درجتين، ينطبق علي بدرجة منخفضة جداً وتعطى درجة واحدة)، في حالة الفقرات ذات الاتجاه الموجب ويعكس التدرج في حالة الفقرات ذات الاتجاه السالب وهي الفقرات ذوات الأرقام (9، 13، 15، 18، 19)؛ وللوصول إلى حكم موضوعي على متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة، تم اعتماد التصنيف الآتي: مرتفع جداً (4.21-5.00)، مرتفع (3.41-4.20)، متوسط (2.61-3.40)، منخفض (1.81-2.60)، منخفض جداً (1.00-1.80).

ثانياً: برنامج الإرشادي الجماعي المستند إلى منهج ساتير

تم تطوير البرنامج الإرشادي الجماعي المستند إلى نظرية ساتير في تحسين عملية الاتصال والتواصل بين الأزواج لخفض مستوى الألكسثيميا لدى عينة من النساء المُعنفات واللواتي استفادوا من خدمات مركز جمعية النساء العربيات في محافظة المفرق، استناداً إلى إحدى نظريات الإرشاد الأسري؛ نظرية ساتير، باستخدام أسلوب الإرشاد الجماعي ومنظور التعليم النفسي، وهو خطة تدريبية ومجموعة من الإجراءات العلمية بنيت في ضوء أسس تربوية ونفسية. وتكون البرنامج الإرشادي من (14) جلسة إرشاد جماعي مدّة كلّ جلسة (90) دقيقة بواقع جلستين في الأسبوع، بالإضافة لجلسة أخيرة تخصص لتطبيق القياس بعد انتهاء البرنامج بشهر تم فيها تطبيق القياس التبعي على أفراد المجموعة التجريبية.

جدول (4): ملخص لجلسات البرنامج الإرشادي الجمعي المستند إلى نظرية ساتير

رقم الجلسة	عنوان الجلسة	الزمن	الأهداف
الأولى	التعارف	90 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • أن تتعرف المرشدة على المشاركات من خلال نشاط كسر الجمود. • أن تتعرف وتلتزم المشاركات بقواعد العمل في المجموعة. • أن يتم تحديد الهدف العام من البرنامج الإرشادي.
الثانية	الاستعداد للتغيير	90 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • أن تتعرف المشاركات على أهمية الوعي من أجل التغيير. • أن تتخلص المشاركات من القلق والتوتر والعيش بطاقة إيجابية.
الثالثة	تقدير الذات	90 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • أن تتعرف المشاركات على مفهوم الذات. • أن تتعاون المشاركات مع بعضهم البعض في رفع تقدير ذواتهن بالتقييم بالإيجابي.
الرابعة	الاستماع الفعال	90 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • أن تتعرف المشاركات على مهارة الاستماع الفعال. • أن يتم توضيح أنواع الاستماع الفعال، فوائده، أشكاله.
الخامسة	التعبير عن المشاعر	90 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • أن تدرك المشاركات أهمية التعبير عن المشاعر والإفصاح عن الذات. • أن تتعرف المشاركات على أنواع المشاعر الإنسانية. • أن تتعلم المشاركات خطوات التعبير عن المشاعر.
السادسة	التعاطف	90 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • أن تتعرف المشاركات على معنى التعاطف. • أن تتعرف المشاركات على الفهم التعاطفي وأجزائه .
السابعة	حقيقة المشاعر	90 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • أن تتعرف المشاركات على مصدر المشاعر. • أن تدرك المشاركات الجبل الجليدي الموجود داخل كل منا.
الثامنة	إعادة التفعيل/ التمثيل	90 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • أن تتعرف المشاركات على فنية إعادة التفعيل/ التمثيل. • أن تتدرب المشاركات على إعادة تمثيل الموقف بطريقة إيجابية.
التاسعة	رسائل أنا وأنت	90 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • أن تتعرف المشاركات على الفرق بين رسائل أنا وأنت. • أن تدرك المشاركات أثر رسائل أنا وأنت على العلاقة الزوجية. • أن تتعلم المشاركات مهارة الكشف الذاتي.
العاشرة	الاتصال اللفظي	90 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • أن تتعرف المشاركات على أهمية الحواس في الاتصال اللفظي . • أن تتدرب المشاركات على مهارات ساتير (الامتداد، الحضور، المرأة، الملاحظة) . • أن تتعرف المشاركات على مراحل التواصل عند ساتير .
الحادية عشر	عجلة التأثير	90 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • أن تدرك المشاركات أهمية عجلة التأثير في حياتنا. • أن تتعرف المشاركات على معنى التأثير الإيجابي والسلبي.
الثانية عشر	حل المشكلات	90 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • أن تتعرف المشاركات على أسلوب حل المشكلات، أهميته، خطواته . • أن تتعرف المشاركات على مهارة تحديد المشكلة، ومهارة توليد البدائل .
الثالثة عشر	حل المشكلات الزوجية	90 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • أن تتعرف المشاركات على أنواع المشكلات الزوجية . • أن تدرك المشاركات العوامل المساهمة في التخفيف من حدة الخلاف . • أن تتعرف المشاركات على الأساليب غير الصحية في حل المشكلات .
الرابعة عشر	إنهاء البرنامج وتقويمه	90 دقيقة	<ul style="list-style-type: none"> • أن تتعرف المشاركات على إيجابيات وسلبيات البرنامج. • أن تتعرف المشاركات عن مدى تحقيق أهداف البرنامج. • أن يتم الاتفاق مع المشاركات على موعد لتطبيق قياس المتابعة.

صدق البرنامج الإرشادي

تم التحقق من صدق البرنامج التدريبي المستند إلى منهج ساتير من خلال عرضه بصورته الأولى على (6) محكمين من الأساتذة المختصين في الإرشاد النفسي في الجامعة الهاشمية، وجامعة اليرموك، حيث طلب منهم إبداء الرأي حول أهداف البرنامج، والمواقف الإرشادية المكونة للبرنامج ومدى مناسبة الأنشطة والفترة الزمنية لكل جلسة إرشادية؛ وذلك بهدف الوقوف على دلالات صدق المحكمين للأدوات لتتناسب مع أغراض الدراسة .

إجراءات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة؛ قام الباحثان بالإجراءات الآتية:

- مراجعة الأدب النظري والدراسات السابقة المتعلقة بأداة الدراسة وبناءها بصورتها الأولى، والتحقق من الصدق الظاهري لها .
- التحقق من دلالات الصدق والثبات للأداة الدراسة في صورتها النهائية، بعد تطبيقها على العينة الاستطلاعية.
- التحقق من صدق البرنامج الإرشادي من خلال عرضه بصورته الأولى على (6) محكمين من الأساتذة المختصين في علم النفس التربوي والإرشادي.
- الحصول على موافقة من جمعية النساء العربيات في محافظة المفرق، وذلك بموجب كتاب تسهيل المهمة الموجه إليهما من جامعة اليرموك لكي يتم تسهيل مهمة تطبيق أدوات الدراسة من قبل الباحثان.
- اختيار جميع السيدات المعرضات للعنف من قبل الشريك والمراجعات لجمعية النساء العربيات في مدينة المفرق خلال الفترة الزمنية من 2023/5/1 الى 2023/9/28، والبالغ عددهن (100) سيدة، بصورة قصدية .
- تطبيق مقياس الدراسة الألكسثيميا على جميع أفراد هذه العينة، واختيار (30) سيدة ممن حصلن على مستوى مرتفع على مقياس الدراسة (المتوسط الحسابي أعلى من 3.41)، وكانت لديهن الرغبة في الاشتراك في البرنامج الإرشادي، بعد الحصول على موافقة خطية منهم .
- تقسيم العينة عشوائياً إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية مكونة من (15) سيدة (مجموعة البرنامج الإرشادي)، ومجموعة ضابطة مكونة من (15) سيدة (بدون أي تدخل إرشادي) .
- تطبيق جلسات برنامج الإرشاد الجماعي المستند إلى منهج ساتير على المجموعة التجريبية.
- تطبيق أداة الدراسة على مجموعات الدراسة بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج الإرشادي (القياس البعدي).
- تطبيق القياس المتعلق بالمتابعة على المجموعة التجريبية بعد مرور شهر من التطبيق.
- جمع الاستجابات على أدوات الدراسة وتفرغها وإدخالها إلى الحاسوب؛ لإجراء المعالجات الإحصائية باستخدام برنامج (SPSS) .

الأساليب الإحصائية المستخدمة

- تمت المعالجات الإحصائية للبيانات في هذه الدراسة باستخدام الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، وذلك على النحو الآتي :
- للإجابة على الفرضية الأولى؛ تم اختبار الفرضية؛ وتم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات السيدات المعرضات للعنف من قبل الشريك والمراجعات لجمعية النساء العربيات في محافظة المفرق في القياس القبلي والبعدي على مقياس الألكسثيميا، إضافة إلى استخدام تحليل التباين المصاحب (ANCOVA)، وتحليل التباين المصاحب المتعدد (MANCOVA) .
 - للإجابة على الفرضية الثانية؛ تم اختبار الفرضية؛ وتم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات السيدات المعرضات للعنف من قبل الشريك والمراجعات لجمعية النساء العربيات في محافظة المفرق في القياس البعدي والتتبعي على مقياس الألكسثيميا، إضافة إلى استخدام اختبار (ت) (T-test) لعينتين مرتبطتين (paired samples t-test) للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات القياس البعدي والتتبعي .

تصميم الدراسة:

يمكن التعبير عن تصميم الدراسة الحالية كما يلي :

المجموعة	التعيين	القياس القبلي	المعالجة	القياس البعدي	القياس التتبعي
EG المجموعة التجريبية	R	O ₁	X	O ₂	O ₃
CG المجموعة الضابطة	R	O ₁	-	O ₂	-

حيث: (EG): المجموعة التجريبية. (CG): المجموعة الضابطة. (R): توزيع عشوائي، (O1): القياس القبلي. (X): المعالجة. (-): بدون معالجة. (O2): القياس البعدي. (O3): قياس المتابعة .

نتائج الدراسة وتفسيرها

أولاً: النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى وتنص على: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) في متوسطات القياس البعدي للألكسثيميا بين السيدات المعرضات للعنف من قبل الشريك في المجموعة التجريبية اللواتي طبق عليهن البرنامج الإرشادي المستند إلى نظرية ساتير، والسيدات المعرضات للعنف من قبل الشريك في المجموعة الضابطة اللواتي لم يُطبق عليهن أي برنامج إرشادي؟".

للإجابة عن هذه الفرضية والذي تنص على "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) في متوسطات القياس البعدي للألكسثيميا بين السيدات المعرضات للعنف من قبل الشريك في المجموعة التجريبية اللواتي طبق عليهن البرنامج الإرشادي المستند إلى نظرية ساتير، والسيدات المعرضات للعنف من قبل الشريك في المجموعة الضابطة اللواتي لم يُطبق عليهن أي برنامج إرشادي؛ تم إيجاد قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للقياسات القبلي والبعدي والمعدلة للألكسثيميا (ككل)، لأعضاء المجموعتين التجريبية والضابطة، كما هو مبين في الجدول (5).

جدول (5): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للقياسات القبلي والبعدي والمعدلة للألكسثيميا (ككل) تبعاً لمتغير المجموعة

المجموعة	العدد	القبلي		البعدي		المعدل	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط المعدل	الخطأ المعياري
تجريبية	15	3.94	0.34	2.71	0.20	2.72	0.04
ضابطة	15	4.00	0.35	3.75	0.23	3.74	0.04

يتضح من الجدول (5) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية للقياس البعدي للألكسثيميا (ككل) بين المجموعتين التجريبية والضابطة، وتم التحقق من تكافؤ المجموعات، ومن ثم تم استخدام تحليل التباين الأحادي المصاحب (One way ANCOVA)، بعد الأخذ بعين الاعتبار درجات القياس القبلي للألكسثيميا (ككل)، لكل من المجموعتين، وذلك كمتغير مصاحب، كما هو مبين في الجدول (6).

جدول (6): نتائج تحليل التباين الأحادي المصاحب (One way ANCOVA) للقياس البعدي للألكسثيميا (ككل) لدى أفراد عينة الدراسة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F)	مستوى الدلالة	مربع أيتا (η^2)
القياس القبلي	0.580	1	0.580	1.774	0.451	
المجموعة	7.785	1	7.785	23.807	*0.000	0.469
الخطأ	8.829	27	0.327			
المجموع	17.514	29				

*دالة إحصائية عند مستوى (0.05)

يتضح من الجدول (6) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين المتوسطين الحسابيين للقياس البعدي للألكسثيميا (ككل) تعزى للمجموعة (تجريبية، ضابطة) لصالح المجموعة التجريبية التي تم تدريبها على البرنامج الإرشادي المستند إلى نظرية ساتير؛ وبلغ حجم التأثير الناتج عن استخدام البرنامج الإرشادي في خفض مستوى الألكسثيميا والذي تدل عليه قيمة مربع أيتا (η^2) (46.90٪) وتعد هذه القيمة مرتفعة وفقاً لما أشار له الكيلاني والشريفين (Al-kilani & Al-sharifin, 2014). وهذا يعني بوجه عام أن البرنامج الإرشادي قد ساهم بشكل كبير في خفض مستوى الألكسثيميا لدى أفراد عينة الدراسة من السيدات المعرضات للعنف من قبل الشريك المراجعات لجمعية النساء العربيات في مدينة المفرق.

كما جرى حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للقياسات القبلي والبعدي والمعدلة للأبعاد الفرعية للألكسثيميا تبعاً لمتغير المجموعة (التجريبية، الضابطة)، كما هو مبين في الجدول (7).

جدول (7): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للقياسات القبليّة والبعدية والمعدلة للأبعاد الفرعية للألكسثيميا تبعاً لمتغير المجموعة

البُعد	المجموعة	العدد	القبلي		البعدى		المعدل	
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الخطأ المعياري
صعوبة تحديد الأحاسيس	التجريبية	15	4.10	0.44	2.46	0.36	2.45	0.07
	الضابطة	15	4.04	0.58	3.77	0.33	3.78	0.07
صعوبة وصف الأحاسيس	التجريبية	15	3.97	0.49	2.79	0.28	2.81	0.08
	الضابطة	15	4.05	0.57	3.81	0.42	3.79	0.08
التفكير الموجه نحو الخارج	التجريبية	15	3.74	0.48	2.88	0.27	2.89	0.05
	الضابطة	15	3.89	0.39	3.68	0.19	3.66	0.05

يتضح من الجدول (7) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية للقياس البعدي للأبعاد الفرعية للألكسثيميا بين المجموعتين التجريبية والضابطة، وللتحقق من جوهرية الفروق الظاهرية، تم استخدام تحليل التباين الأحادي المصاحب المتعدد (One way MANCOVA)، لمعرفة أثر البرنامج الإرشادي المستند إلى نظرية ساتير على كل بُعد من أبعاد الألكسثيميا، بعد الأخذ بعين الاعتبار درجات القياس القبلي للأبعاد الفرعية للألكسثيميا، لكل من المجموعتين، وذلك كمتغير مصاحب، كما هو مبين في الجدول (8).

جدول (8): نتائج تحليل التباين الأحادي المصاحب المتعدد (One way MANCOVA) للقياس البعدي للأبعاد الفرعية للألكسثيميا لدى أفراد عينة الدراسة

مصدر التباين	البُعد	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	الدلالة الإحصائية	حجم الأثر (η^2)
القياس القبلي	صعوبة تحديد الأحاسيس	0.019	1	0.119	0.676	0.517	
	صعوبة وصف الأحاسيس	0.066	1	0.166	0.860	0.359	
	التفكير الموجه نحو الخارج	0.027	1	0.127	0.934	0.316	
المجموعة Hotelling's Trace= 11.246 Sig=0.000*	صعوبة تحديد الأحاسيس	6.848	1	6.848	38.909	*0.000	0.609
	صعوبة وصف الأحاسيس	3.830	1	3.830	19.845	*0.000	0.443
	التفكير الموجه نحو الخارج	2.263	1	2.263	16.640	*0.000	0.400
الخطأ	صعوبة تحديد الأحاسيس	4.400	25	0.176			
	صعوبة وصف الأحاسيس	4.825	25	0.193			
	التفكير الموجه نحو الخارج	3.400	25	0.136			
الكل	صعوبة تحديد الأحاسيس	13.361	29				
	صعوبة وصف الأحاسيس	10.520	29				
	التفكير الموجه نحو الخارج	7.523	29				

*دالة إحصائية عند مستوى (0.05).

يتضح من الجدول (8) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين المتوسطات الحسابية للقياس البعدي لجميع الأبعاد الفرعية للألكسثيميا لصالح المجموعة التجريبية التي تم تدريبها على البرنامج الإرشادي المستند إلى نظرية ساتير؛ وبلغ حجم التأثير الناتج عن استخدام البرنامج الإرشادي في خفض مستوى الأبعاد الفرعية للألكسثيميا والذي تدل عليه قيمة مربع آيتا (η^2) (60.90%) لبُعد صعوبة تحديد الأحاسيس (Difficulty Identifying Emotions) و(44.30%) لبُعد صعوبة وصف الأحاسيس (Difficulty Describing Emotions) و(40.00%) لبُعد التفكير الموجه نحو الخارج (Externally Oriented Thinking)، حيث جاء حجم الأثر لجميع الأبعاد في المستوى المرتفع، وفقاً لما أشار له الكيلاني والشرفين (Al-kilani & Al-sharifin, 2014) وهذا يعني أن البرنامج الإرشادي المتبع في هذه الدراسة قد ساهم في خفض جميع أبعاد الألكسثيميا لدى

أفراد عينة الدراسة من السيدات المعرضات للعنف من قبل الشريك المراجع لجمعية النساء العربيات في محافظة المفرق، وكانت أكثر تأثراً في بُعد صعوبة تحديد الأحاسيس، تلاها في بُعد صعوبة وصف الأحاسيس، وأقلها في بُعد التفكير الموجه نحو الخارج .

مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى: كشف نتائج الدراسة المتعلقة بالفرضية الأولى على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المشاركات في المجموعة التجريبية، ودرجات المشاركات في المجموعة الضابطة في القياس البعدي، وتتفق هذه النتيجة جزئياً مع نتائج العديد من الدراسات السابقة، ومن هذه الدراسات كل من: دراسة شيا هيا (Chia Sok Hia, 2007)؛ ودراسة المشاقبة (Mashagbeh, 2016)؛ بني سلامة وجرادات (Bani salama& Jardat, 2016)؛ العنزي (Alanzi, 2018)؛ الشرعة والزغول (Alzgoul, 2019)؛ السيوف (Alsyuf, 2020)؛ الشبول والشريفين (Alshboul& Alshrefeen, 2020)؛ غيث وأبو عمير (Ghith& Abuomeir, 2021)، والتي أشارت جميعها إلى فاعلية البرامج الإرشادية المستخدمة في خفض مستوى الألكسثيميا والعنف لدى النساء وخاصة المُنوعات ورفع مستوى تقدير الذات والتمكين النفسي والرضا الزوجي وتمايز الذات والتواصل الزوجي لديهن مما يجعلهن أكثر قدرة على التعبير عن مشاعرهن .

وربما تُعزى هذه النتيجة لعدة عوامل منها تقبل أفراد الدراسة لبعضهن البعض وشعورهن بالراحة مما سمح لهن بالكشف عن ذواتهن، بالإضافة إلى المنهج الذي استند عليه الباحثان وتضمن العديد من الفنيات والمهارات منها (الاستعداد للتغير، وتقدير الذات، والتعبير عن المشاعر، والتواصل الفعال، والاتصال اللفظي، وحقيقة المشاعر، ورسائل أنا وأنت، وحل المشاكل الزوجية) حيث وفرت هذه الجلسات للمشاركات فرصة للاستبصار بحاجتهن وتحديد أهدافهن، وزيادة الوعي لديهن بذواتهن (Wolfinger, 2005).

ومن أبرز المشكلات التي تواجه النساء المُنوعات هو انخفاض مستوى التمكين النفسي وخلال الجلسات أصبحن قادرات على التعبير عن مشاعرهن وعمّا يشعرن به اتجاه الزوج مما زاد ثقتهن بأنفسهن، بالإضافة إلى تدريبهن على استبدال بعض الكلمات التي تؤدي إلى هدم العلاقة الزوجية واستبدالها بعبارات أكثر ثقة مما كان له الأثر الواضح في خفض العنف وأصبح الزوج أكثر تفهماً لها؛ وتتفق هذه النتيجة الإيجابية التي توصلت لها هذه الدراسة مع نتائج العديد من الدراسات منها دراسة شيا هيا (Chia Sok Hia, 2007)؛ بروباشر (Brubacher, 2014)؛ بني سلامة وجرادات (Bani salama& Jardat, 2016)؛ العنزي (Alanzi, 2018)؛ ودراسة غيث وأبو عمير (Ghith& Abuomeir, 2021) والتي أكدت فاعلية البرنامج الإرشادي المستند على منهج ساتير في رفع مستوى التمكين النفسي وتقدير الذات وتحسين العلاقة بين الزوجين وخفض الألكسثيميا والعنف لدى النساء المُنوعات .

ثانياً: النتائج المتعلقة بفرضية الدراسة الثانية الذي نص على: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسطات أداء أفراد المجموعة التجريبية اللواتي طُبّق عليهن البرنامج الإرشادي المستند إلى نظرية ساتير على مقياس الألكسثيميا في القياس البعدي وبين متوسطات درجاتهن في القياس التتبعي بعد مرور شهر من انتهاء البرنامج؟ للإجابة على هذه الفرضية والذي تنص على "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين متوسطات أداء أفراد المجموعة التجريبية اللواتي طُبّق عليهن البرنامج الإرشادي المستند إلى نظرية ساتير على مقياس الألكسثيميا في القياس البعدي وبين متوسطات درجاتهن في القياس التتبعي بعد مرور شهر من انتهاء البرنامج"؛ تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للقياسين البعدي والتتبعي لأفراد المجموعة التجريبية على مقياس الألكسثيميا وتطبيق اختبار (T-Test) للعينات المرتبطة (T-Test for Paired Samples) للكشف عن دلالة الفروق بين القياسين البعدي والتتبعي للألكسثيميا لدى أفراد عينة الدراسة، كما هو مبين في الجدول (9) .

جدول (9): نتائج اختبار (t-test for Paired Samples) للكشف عن دلالة الفروق بين القياسين البعدي والتتبعي للألكسثيميا بدلالاتها

الكلية وأبعادها الفرعية لدى أفراد عينة الدراسة.

البُعد	القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (t)	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
صعوبة تحديد الأحاسيس	البعدي	2.46	0.36	-0.812	14	0.430
	المتابعة	2.54	0.42			
صعوبة وصف الأحاسيس	البعدي	2.79	0.28	-0.656	14	0.522
	المتابعة	2.87	0.40			
التفكير الموجه نحو الخارج	البعدي	2.88	0.27	-0.567	14	0.580
	المتابعة	2.95	0.39			
الألكسثيميا (ككل)	البعدي	2.71	0.20	-1.191	14	0.253
	المتابعة	2.79	0.23			

*دالة إحصائية عند مستوى (0.05)

"يتضح من الجدول (9) عدم وجود فرق دالٍ إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الألكسثيميا بدلالته الكلية وأبعاده الفرعية في القياس البعدي، وبين متوسطات درجاتهم في القياس التتبعي بعد مرور شهر من انتهاء البرنامج، ما يشير لاحتفاظ المشاركات بالمكاسب التدريبية للبرنامج الإرشادي في خفض مستوى الألكسثيميا بدلالته الكلية وأبعاده الفرعية لدى أفراد عينة الدراسة وهنَّ السيدات المعرضات للعنف من قبل الشريك والمراجعات لمركز جمعية النساء العربيات في محافظة المفرق .

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: تبين نتائج الدراسة عدم وجود فروق بين متوسطي درجات المشاركات في المجموعة التجريبية بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج مباشرة وبعد شهر من تطبيقه، مما يؤكد استمرار أثر البرنامج المستند على ساتير والذي أكد فعاليته بالعديد من الدراسات منها: بروباشر (Brubacher, 2014)؛ دراسة المشاقبة (Mashagbeh, 2016)؛ بني سلامة وجردات (Bani salamah & Jaradat, 2016)؛ الشبول والشرفيين (Alshboul & Alshrefeen, 2020)؛ غيث وأبو عمير (Ghith & Abuomeir, 2021)، ويمكن تفسير النتيجة الإيجابية أيضاً في ضوء معرفة ما تضمنه البرامج من أنشطة متنوعة، تساعد المشاركات أثناء الجلسات على رفع مستوى تقدير الذات وتأكيد الذات مما يساعدهنَّ على التعبير عن مشاعرهنَّ والتواصل بطريقة فعالة مع بعضهن البعض، ومن خلال أدوات ساتير ساهمت بإيصال الأفكار والمشاعر، وإحداث تغيير إيجابي، وبناء الثقة بالنفس، واحترام الذات، وتعزيز الوعي والفهم لأنماط الاتصال كما يرى سميث (Smith, 2010) .

ونظراً لكون هذا الأسلوب موجه للنساء المعنفات في هذه الدراسة، فيمكن النظر للنتائج الإيجابية من خلال ما يقدمه أسلوب ساتير للنساء المعنفات من عملية اتخاذ القرار المناسب بين مجموعة من البدائل، حيث أن المرأة المعرضة للعنف تواجه صعوبة في ذلك وهذا أكدته ولفنجر (Wolfiner, 2005) وانسجم أيضاً إلى ما أشار إليه كاستون (Caston, 2009) في منهج ساتير، حيث يركز هذا الأسلوب على تحمل المسؤولية والحرية في اتخاذ القرار بعد عملية الموازنة لاختيار القرار المناسب.

وأخيراً يعتقد الباحثان أنه ربما كان التزام المشاركات بالحضور وتطبيق الواجبات البيتية وإعطاء تغذية راجعة له دور مهم في استمرارية فعالية البرنامج، وتفاعلهنَّ خلال الجلسات الإرشادية الجماعية، ومساهمتنَّ في نقل وتطبيق المواقف التي تدرَّبوا عليها في الجلسات الإرشادية إلى المواقف الحياتية، الأثر في خفض مستوى الألكسثيميا لديهن متزامناً برفض العنف من قبل الزوج .

التوصيات

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة الحالية يمكن تقديم مجموعة من التوصيات التربوية التي يمكن الاستفادة منها في مجال التطبيق العملي في الإرشاد على النساء المعنفات:

- نشر الوعي لدى الأسر والأفراد حول أهمية احترام المرأة وحقوقها وتقدير مكانتها وضرورة محاربة كل أشكال العنف.
- ضرورة وضع خطط استراتيجية لحماية المرأة من جميع أشكال العنف، والاستعانة بمؤسسات المجتمع المدني لتنفيذها.
- إجراء برامج إرشادية قائمة على تدريب النساء المعنفات على كيفية تحسين جودة الحياة لديهنَّ.
- إجراء المزيد من الدراسات التجريبية وشبه التجريبية حول خفض مستوى الألكسثيميا لدى النساء المعنفات.
- إجراء المزيد من الدراسات التجريبية المستندة على برامج أخرى لخفض الألكسثيميا ومقارنة نتائجها بالدراسة الحالية.
- تنفيذ برامج إرشادية تضم الزوجين معاً.

المصادر والمراجع

- بني سلامة، م.، وجردات، م. (2016). فاعلية نموذج فرجينيا ساتير في تحسين أنماط الاتصال الزوجي لدى الزوجات. *مجلة العلوم التربوية*، 43، 1102-1055.
- توهاي، م. (2015). *دراسة نفسية عيادية للنساء المعنفات من طرف الزوج - دراسة حالة- بمدينة ورقلة. رسالة ماجستير غير منشورة*، جامعة قاصدي مرباح- ورقلة.
- خميس، إ. (2014). إسهام بعض المتغيرات في التنبؤ بالألكسثيميا لدى معلمات رياض الأطفال. *مجلة الطفولة والتربية*، 20(2)، 259-350.
- داود، ن. (2016). العلاقة بين الألكسثيميا وأنماط التنشئة الوالدية والوضع الاقتصادي الاجتماعي وحجم الأسرة والجنس. *المجلة الأردنية للعلوم التربوية*، 12(4)، 415-434.
- الزغول، ر. (2019). *فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى العلاج الخبراني لساتير في تحسين تمايز الذات ومهارات الحياة الزوجية لدى عينة من الفتيات المقبلات على الزواج في محافظة عجلون. رسالة دكتوراه غير منشورة*، جامعة العلوم الإسلامية العالمية، الأردن.

- السيوف، ف. (2020). فاعلية العلاج بالرسم في خفض الألكسثيميا لدى اللاجنات السوريات. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*.
- الشبول، ش.، والشريفين، أ. (2022). فاعلية برنامج إرشادي مستند إلى منهج ساتير في التمكين النفسي والإحساس بالمعنى لدى عينة من المطلقات في الأردن. *مجلة أريد للبحوث والدراسات الإنسانية*، 24(2)، 183-238.
- صابر، س. (2016). الألكسثيميا (Alexithymia) وعلاقتها بنوعية (جودة) النوم لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة. *مجلة الدراسات النفسية*.
- العززي، أ. (2018). فاعلية العلاج المركز على الانفعالات والعلاج الأدلري في خفض مستوى الألكسثيميا لدى اللاجنات السوريات اللواتي تعرضن للعنف. *مقبولة للنشر في مجلة دراسات عمادة البحث العلمي، الجامعة الأردنية، الأردن*.
- عودة، أ. (2010). *القياس والتقويم في العملية التدريسية*. دار الأمل.
- غيث، س.، وأبو عمير، حسين. (2021). فاعلية برنامج إرشاد جمعي يستند إلى المنهج الخبروي في تحسين تقدير الذات والجو الأسري لدى عينة من الزوجات المعنفات في مدينة عمان. *مجلة العلوم الاجتماعية*، 49(1)، 47-80.
- فروش، س. (2015). *المشاعر. المركز القومي للترجمة*.
- القطان، س. (2005). *النكاء الوجداني. مكتبة الانجلو المصرية*.
- الكيلاي، ع.، والشريفين، ن. (2014). *مدخل إلى البحث في العلوم التربوية والاجتماعية*. دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- مشاعل، ف. (2019). الأمية الانفعالية وعلاقتها بالميول العصبية لدى عينة من طلاب كلية العلوم بجامعة شرين. *مجلة جامعة شرين للبحوث والدراسات العلمية*، 41(2)، 12-32.
- المشاقبة، أ. (2012). أثر برنامج إرشاد جمعي مستند إلى نظرية ساتير في تحسين نوعية الحياة الزوجية لدى عينة من الزوجات اللواتي يعانين من انخفاض الرضا الزوجي. *رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الهاشمية، الأردن*.
- معالي، إ. (2014). أثر برنامج توجيه جمعي في تحسين الدافعية للدراسة وخفض قلق الامتحان لدى طلبة المرحلة الأساسية. *دراسات: العلوم التربوية*، 41(2)، 932-943.
- مومني، ف.، الفريحات، ع. (2020). فاعلية برنامج إرشاد جمعي مستند إلى نظرية ساتير في خفض الضغوط النفسية لدى عينة من اللاجنات السوريات المتزوجات. *مجلة الدراسات التربوية والنفسية*، 14(3)، 437-463.

References

- Alfasi, D., & Soffer-Dudek, N. (2018). Does alexithymia moderate the relation between stress and general sleep experiences *Personality and Individual Differences*, 122(2), 87-92. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.10.014>.
- Bhatti, N., Jamali, M., Philpot, N., Mahmoud, T., & Shaikh, F. (2011). Domestic violence against women a case study of district, Sindh Pakistan. *Asian Social Science*, 7(12), 146-162. <https://doi.org/10.5539/ass.v7n12p146>.
- Brubacher, L. (2014). Integrating emotion- focused therapy with the Satir model. *Journal of Marital and Family Therapy*, 32(2), 141-153. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2006.tb01596.x>.
- Caston, C. (2009). Using the stair family tools to reduce burnout in family caregivers. *The Satir Journal*, 3(2), 39-72.
- Chia Sok Hia, S. (2007). Self-empowerment for women experiencing spousal violence: A study of the residential program of the good shepherd center of Singapore. *The Satir Journal*, 1(2), 5-39. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2021.101585>.
- Gilbert, P., McEwan, K., Catarino, F., Baiao, R., & Palmeira, L. (2014). Fears of happiness and compassion in relationship with depression, alexithymia, and attachment security in a depressed sample. *British journal of Clinical Psychology*, 53, (2), 228-244. <https://doi.org/10.1111/bjc.12037>.
- Gladding, T. (2002). *Family therapy: History, theory and practice*. Columbus New York: Wiley.
- Guvensel, K., Dixon, A., Chang, C., & Dew, B. (2012). The relationship among gender role conflict, normative male alexithymia, men's friendship discords with other men. *The psychological well-being, The Journal of Men's Studies*, 26(1), 56-76. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/1060826517719543>.
- Honkalampi, K., Koivumaa-Honkanen, H., Hintikka, J., Antikainen, R., Haatainen, K., Tanskanen, A., & Viinamäki, H. (2004). Do stressful life-events or sociodemographic variables associate with depression and alexithymia among a general population?—a 3-year follow-up study. *Comprehensive psychiatry*, 45(4), 254-260. .
- Hou, J., Yu, L., Fang, X., & Epstein, N. (2016). The intergenerational transmission of domestic violence: The role that gender plays in attribution and consequent intimate partner violence. *Journal of family Studies*, 22(2), 121-139.

- <https://psycnet.apa.org/doi/10.1080/13229400.2015.1045923>.
- Li, Y., & Vivian, L. (2010). Applying the Satir model of counseling in mainland china: Illustrated with Case Studies. *Satir Journal*, 41, 24-52.
- Muller, R. (2000). When a patient has no story to tell: Alexithymia Psychiatric times. *Journal of clinical psychology*, 252-263.
- Sakunpong, N., Choochom, O., & Taephant, N. (2016). Development of resilience scale For Thai substance- dependent women: A mixed methods approach. *Asian journal of psychiatry*, 2(2), 177-181. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2015.10.011>.
- Satir, V. (1967). *Conjoint family therapy: A guide to theory and technique* (Rev. ed). Palo Alto, Calif., Science and Behavior Books.
- Smith, M.S. (2010). *Satir interaction model*. Agil Open Northwest. Retrieved from [http://stevenmsmith.com/AONW/Satir 20% Interaction 20%Model.pdf](http://stevenmsmith.com/AONW/Satir%20Interaction%20Model.pdf).
- Springer, P.R., & Wheeler, M. A. (2012). Relational Self- Esteem pot. *Satir Journal*, 51.
- Taruffi, L. (2017). *Why we listen to sad music: Effects on emotion and cognition*. Doctoral dissertation, Ferie Universidad Berlin]. Therapy: An overview. *Psychotherapy*, 24(3S), 552-560. <http://dx.doi.org/10.17169/refubium-12053>
- Taylor, G. (2000). Recent Developments in Alexithymia, theory and research. *Canadian Journal of psychiatry*. <https://doi.org/10.1177/070674370004500203>.
- Taylor, G. J., Bagby, R. M., & Parker, J. D. (2003). The 20-ItemToronto Alexithymia Scale. IV. Reliability and factorial validity in different languages and cultures. *Journal psychosomatic research*, 55(3), 277-283. [https://doi.org/10.1016/0022-3999\(94\)90005-1](https://doi.org/10.1016/0022-3999(94)90005-1).
- Valdespino, A., Antezana, L., Ghane, M., & Richey, J. (2017). Alexithymia as a transdiagnostic precursor to empathy abnormalities: the functional role of the insula. *Frontiers in psychology*, 8, 2234. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.02234>.
- Wolfinger, N. (2005). Understanding the divorce cycle: The children of divorce in their own marriage. *Journal of Social policy*, 36(3), 511-512.