الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر –بسكرة–

كلية العلوم الإنسانية و العلوم الاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

شعبة علم النفس

موضوع الدراسة:

الشفقة بالذات لدى المرأة المعنفة من طرف الزوج

دراسة حالة بمدينة بسكرة

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في تخصص

علم النفس العيادي

لجنة المناقشة

أعضاء اللجنة	الرتبة	الصفة
- د. بوعيشة أمال	- بروفيسور	رئيسا
- د. خولة دبلة	- دكتورة	مشرفا
- د. ريحاني زهرة	- دكتورة	مناقشا

إعداد الطالبة:

زراري ملاك

إشراف الأستاذة:

د.خولة دبلة

الموسم الجامعي: 2022 /2023

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر –بسكرة–

كلية العلوم الإنسانية و العلوم الاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

شعبة علم النفس

موضوع الدراسة:

الشفقة بالذات لدى المرأة المعنفة من طرف الزوج

دراسة حالة بمدينة بسكرة

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في تخصص

علم النفس العيادي

لجنة المناقشة

أعضاء اللجنة	الرتبة	الصفة
- د. بوعيشة أمال	- بروفيسور	رئيسا
- د. خولة دبلة	- دكتورة	مشرفا
- د. ريحاني زهرة	- دكتورة	مناقشا

إعداد الطالبة:

زراري ملاك

إشراف الأستاذة:

د.خولة دبلة

الموسم الجامعي: 2022 /2023

شكر وعرفان

الحمد والشكر الله سبحانه وتعالى الذي بفضله ورحمته تم هذا العمل، فالحمد الله الذي بنعمته تتم الصالحات

كل الشكر والعرفان والامتنان للأستاذة الفاضلة : **خولة دبلة** على إشرافها ودعمها وتشجيعها فدمت سيدتي ذخرا للعلم وطلبة العلم ، و كذلك الشكر الجزيل للجنة المناقشة.

نرجوا من الله تعالى ان يرفعنا بهذا العمل، ويرفع تحل خادم للعلم والدين والوطن.

ملخص الدراسة:

جاءت الدراسة لمعرفة مستوى الشفقة بالذات لدى الزوجة المعنفة . انطلاقا من التساؤل التالي : ما مستوى الشفقة بالذات لدى المرأة المعنفة من طرف الزوج ؟

كإجابة مؤقتة للتساؤل كانت الفرضية "مستوى الشفقة بالذات لدى الزوجة المعنفة من طرف الزوج منخفض "

و لمعالجة موضوع الدراسة تم اتباع المنهج العيادي مع تقنية دراسة الحالة و استخدمت المقابلة نصف الموجهة و الملاحظة مقياس العنف الزوجي لجودي" فاتن" و مقياس الشفقة بالذات ل "نيف" ، كأدوات جمع البيانات . تم تطبيقها على ثلاثة حالات لزوجات معنفات .

بينت النتائج بأن مستوى الشفقة بالذات مرتفع لدى كل حالات الدراسة و منه لم تتحقق الفرضية العامة . و تبقى نتائج الدراسة محصورة على حالات الدراسة .

Abstract :

The study came to find out the level of self-compassion of the battered wife. Based on the following question: What is the level of self-compassion for the wife who is abused by her husband?

As a provisional answer to the question, the hypothesis was "the level of self-compassion of the abused wife by the husband is low."

To address the subject of the study, the clinical approach was followed with the case study technique, and the semi-guided interview and observation, the spousal violence scale of Judy "Faten" and the self-compassion scale of "Neef" were used as data collection tools. It was applied to three cases of abused wives.

The results showed that the level of self-compassion is high in all study cases, and from it the general hypothesis was not fulfilled. The results of the study are limited to case studies.

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات	الصفحة
الفصل الأول: إشكالية الدراسة	
1- مقدمة- إشكالية	1
2- فرضيات الدراسة	2
3- دوافع اختيار الموضوع	2
4- أهمية و أهداف الدراسة	2
5- الدراسات السابقة	3
6- التعريف الاجرائي لمتغيرات الدراسة	4
الجـــــانب النظـــــري	
الفصل الثاني: الشفقة بالذات	
1- مفهوم الشفقة بالذات	7
2- الشفقة بالذات و تقدير الذات	7
3- أنواع الشفقة بالذات	8
4- النظريات المفسرة للشفقة بالذات	8
5- عناصر و أبعاد الشفقة بالذات	10
الفصل الثالث: العنف الزواجي	
1- تعريف العنف	13
2- أشكال العنف	13

3-العوامل المؤدية للعنف	14
4-المقاربات النظرية المفسرة للعنف ضد المرأة	15
5-تعريف العنف ضد المرأة	16
6-أشكال العنف الزواجي	18
7-العوامل المؤدية للعنف الزواجي	20
8-المخاطر الناجمة عن العنف الزواجي	22
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع: الدراسة الميدانية	
أولا:-الإجراءات المنهجية	24
1-الدراسة الاستطلاعية	24
2-منهج الدراسة	24
3-أدوات الدراسة	25
4-حالات الدراسة	27
ثانيا:-عرض و مناقشة النتائج	27
1-الحالة الأولى	27
2-الحالة الثانية	30
3-الحالة الثالثة	32
4-مناقشة النتائج على ضوء الفرضية	35
5-الخاتمة	39
6-قائمة المراجع	42
7-الملاحق	45

قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	نتائج مقياس العنف الزواجي للحالة الأولى	30
02	نتائج مقياس الشفقة بالذات للحالة الأولى	30
03	نتائج مقياس العنف الزواجي للحالة الثانية	32
04	نتائج مقياس الشفقة بالذات للحالة الثانية	32
05	نتائج مقياس العنف الزواجي للحالة الثالثة	33
06	نتائج مقياس الشفقة بالذات للحالة الثالثة	35
07	جدول تلخيص الدراسة	38

الفصل الأول :

إشكالية الدراسة

1\ مقدمة- إشكالية:

للفرد سلوكيات غير محببة إذ نشهد اليوم الكثير من السلوكيات غير سوية و المظاهر العدوانية من بينهم العنف الذي أصبح قضية رئيسية من القضايا الصحة العمومية في عصرنا كما يعتبر مشكلة عالمية واسعة الانتشار ،و يتخذ أشكالا عديدة ، و يؤثر على كل مجالات المجتمع و كل أشكال النمو و التطوير الانساني ،فحسب احصائيات مسؤول جهاز الدرك حول العنف المسجل ضد المرأة خلال الأشهر الثمانية الأولى من 2021 التي تشير الى مصالحة مالا يقل عن 7994 قضية حول الظاهرة بارتفاع بلف 0.56 في المئة مقارنة بالفترة ذاتها من 2020، تتوزع بين 51% منها تتعلق بأفعال الاهانة و التهديد ، و 38 % تتمثل في الاعتداء الجسدي ، و أظهرت الاحصائيات حسب مؤشر السن أن 31 % من النساء ضحايا العنف التي يزيد أعمارهم على 42 سنة و 28 % تتراوح أعمارهم بين 30و 42 سنة و 24 % تتراوح بين 18 و 30 سنة (علي ياحي ، 2022) ، لا سيما الموجه ضد الزوجة الذي أدى انعدام التوازن و استقرار في العلاقة الزوجية د فقد يكون العنف إما جسدي كالضرب و الجرح و التعذيب أي الأذى من الناحية الجسدية أو جنسي كالاعتداء والتحرش و ممارسة الجنس بالتعذيب ، الذي يترتب عنه آثار صعبة تنعكس على صحة المرأة و جسدها ، بحيث العنف الذي تتعرض له الزوجة يعتبر مشكلة خطيرة لكافة طبقات الاجتماعية و الاقتصادية التي تعتبر أن التعريف المحدد لدور الرجل والمرأة في المجتمع يعزز الإحساس بالدونية للمرأة يشعرها بالإحباط و الكآبة و فقدان الثقة بنفسها بشكل كبير ، فهناك حاجة ماسة الى تعديل المدركات الخاصة بالعنف (عبير الصبان ،2019 ، ص 158)، و الذي عرفته موسوعة علم النفس : " استجابة انفعالية ينتج عنه سلوك تدميري ، موجه ضد الأفراد أو البيئة أو حتى ضد الفرد نفسه نتيجة الشعور بالتوتر و الاضطراب ، أو الإحباط و الكره و المقت للآخرين ، أو نحو الذات" .و جاءت دراسات حول العنف بكثرة من بينها دراسة ليلى عبد الوهاب حول حوادث العنف التي وقعت على المرأة حيث وجدت أن هناك صورا من العنف ترتكب ضد المرأة في المجال الأسري و أن الضرب يمثل أعلى نفسه .

بالمقابل هناك وجهة مضيء لعلم النفس يترجم في الحركة التي تعرف بعلم النفس الإيجابي ويذكر سليمان أنه يمكن أن يضطلع بأدوار مهمة في كل من البحوث والتطبيقات كالعلاج والوقاية. ويقع في مجالا لبحوث موضوعات مثل: الرضا عن الحياة، والسعادة ، والأمل ،والتفاؤل ، ومواجهة الضغوط، ونوعية الحياة. ويندرج في مجال العلاج المهارات الاجتماعية، الشجاعة، الاستبصار، الواقعية ، القدرة على الاستمتاع، التوجه نحو المستقبل من أهم المتغيرات التي فرضت نفسها بقوة مؤخرا هو متغير الشفقة بالذات ، على يد العالم الأمريكية **كريستين نيف** التي نظرت إليه على أنه يتضمن بعدا أساسيا من أبعاد البناء النفسي للفرد و سمة مهمة من السمات الشخصية الإيجابية و حاجزا نفسيا من الآثار السلبية لأحداث الحياة الضاغطة فهو عبارة عن معايشة الخبرة الذاتية المؤلمة بيقظة عقلية دون مبالغة انفعالية ، فالشفقة بالذات هي الانفتاح و التحرك نحو معاناة الشخص ذاته ، و عدم الحكم على فشله و ما يعتريه من نقصان ، بل

التعرف على خبراته و التعرف عليها و النظر اليها على أنها تمثل جانبا من الخبرات البشرية المشتركة ، و الانفتاح و التحرك نحو معاناة الاخرين ، مع الاقرار بأن جميع الناس يخطئون ، و يعتريهم النقصان .

فالشفقة بالذات كذلك هي : هي اتجاه إيجابي نحو الذات في المواقف والاحداث الضاغطة ،والمشكلات التي يمر بها الفرد، ولطفه بذاته عند تعامله مع تلك المشكلات وعدم انتقاده لها، وأيضا إدراكه أن ما يمر به من مشكلات هو جزء من مشكلات المجتمع، وقدرتهً على التفكير بإيجابية وضبط انفعالاته ، و فسرت نظرية تنظيم الذات التي قدمها باندورا أن مفهوم الشفقة بالذات على أساس متغير الكفاءة و خطط تنظيم الذات ، فان عملية تنظيم الذات هي المحدد الأساسي لعملية بالذات فعند الاخفاق في تحقيق المعايير الصعبة أو صعبة المنال قد يلجأ الى اعادة تنظيم ذاته من خلال عملية الشفقة بها.

و من بين اهم الدراسات دراسة خرنوب بمعرفة العلاقة بين الشفقة بالذات و كل من تقدير الذات و العوامل الخمسة الكبرى للشخصية و تحديد مساهمتها في التنبؤ للشفقة بالذات أظهرت بعض النتائج وجود علاقات ايجابية دالة احصائيا بين الشفقة بالذات و كل من تقدير الذات و الانفتاح على الخبرة و اليقظة و الضمير.

و من هنا نطرح التساؤل التالي : " ما مستوى الشفقة بالذات لدى المرأة المعنفة من طرف الزوج ؟ ".

2\ فرضية الدراسة :

- مستوى الشفقة بالذات لدى المرأة المعنفة من طرف الزوج منخفض.

3\ دوافع اختيار الموضوع :

- متغير الشفقة بالذات متغير جديد على حد علم الطالبة بالمقابل متغير العنف الزواجي .

-على الرغم التغير الحاصل و خروج المرأة للعمل و استقلاليتها المادية و لكن لحد الساعة مازلت النساء تعاني من العنف الزواجي هذا ما كان الدافع للبحث في كل من المتغيرين .

-كل من المتغيرين لا يخرج عن اختصاص علم النفس .

-كل من المتغيرات قابلين للدراسة الميدانية.

4\ أهمية و أهداف الدراسة :

- **الأهمية:**

تكمن الأهمية النظرية في استخدام متغيرين هما العنف الزواجي و الشفقة بالذات، و هما متغيرين حيويين في اختصاص علم النفس العيادي حيث أن متغير الشفقة بالذات هو متغير جديد نسبيا و بالتالي توفير إطار نظري حوله ومحاولة تزويد المكتبة الجزائرية و خاصة على مستوى جامعة محمد خيضر بسكرة .

أما الأهمية التطبيقية سيتم تطبيق مقياسين العنف الزواجي ، الشفقة بالذات اللذان سيفتحان الباب للدراسات التطبيقية الأخرى مستقبلا.

- **الأهداف:**

يسعى أي بحث علمي للوصول لأهداف محددة ، الأهداف الأساسية في دراستنا هي :

-التدرب على أساليب البحث من خلال استخدام الأدوات الخاصة في علم النفس منها ، المقابلة ، الاختبارات النفسية .

-تسليط الضوء على فهم أكثر لمتغير الشفقة بالذات.

- معرفة مستوى الشفقة بالذات لدى المرأة المعنفة.

-تقديم بعض الاقتراحات على ضوء نتائج الدراسة .

5\1 الدراسات السابقة :

نظرا لقلة الدراسات المرتبطة بعنوان الدراسة ، أرادت الطالبة أن تضع لكل متغير للدراسة السابقة الخاص به و التي تسمى بالدراسات المشابهة ، و هي كالتالي :

* متغير الشفقة بالذات :

1- أبو زيد (2019) : فاعلية برنامج إرشادي قائم على الشفقة بالذات لخفض الوحدة النفسية

كانت العينة 40 أرملة (20 أرملة خضعت للبرنامج الإرشادي و 20 أرملة لم تخضع للبرنامج الإرشادي) و المكان في جمعية دار اليتيم الفلسطيني بمحافضة رفح حيث تمثلت الأدوات في مقياس الشفقة بالذات ل (ناف ، 2003) ، مقياس الوحدة النفسية ، البرنامج الإرشادي .

تبين نتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي و البعدي على مقياسي الشفقة بالذات و الوحدة النفسية لصالح القياس البعدي في تحسين مستوى الشفقة بالذات وخفض مستوى الوحدة النفسة .

2- عبد المعطي و عبد الغابيركاسي (2018) : الشفقة بالذات كمتغير وسيط في العلاقة بين الخلل الوظيفي و الشعور بالوحدة الاجتماعية و العاطفية لدى المطلقات .

كانت العينة 100 سيدة مطلقة(45 مطلقة تتراوح أعمارهن بين 25-35 و 55 مطلقة تراوحت أعمارهن بين 36 -45). في مصر حيث تمثلت الأدوات في مقياس الشفقة بالذات و مقياس الوحدة الاجتماعية و العاطفية للبالغين ، مقياس الخلل الوظيفي

جاءت نتائج كما يلي أن الشفقة بالذات تلعب دور متغير وسيط في العلاقة بين الخلل الوظيفي و الشعور بالوحدة الاجتماعية و العاطفية لدى المطلقات (و جود علاقة سالبة بين الخلل الوظيفي و الشفقة بالذات كذلك و جود علاقة سالبة بين الشعور بالوحدة و الشفقة بالذات).

* متغير العنف الزواجي :

1- أسماء عزيز عبد الكريم (2020) : أنواع العنف الزوجي الممارس ضد الزوجة .

كانت العينة:40 طالبة متزوجة في جامعة القادسية للعام الدراسي 2017 /2018 . في جامعة القادسية حيث تمثلت الأدوات في مقياس العنف الموجه ضد الزوجة .

جاءت نتائج الدراسة كما يلي أن مستوى العنف الموجه للزوجات موجود بمجتمع العينة أكثر أنواع العنف الممارس ضد الزوجة هو العنف الاقتصادي ، ثم يليه العنف النفسي ، ثم العنف الجسدي .

2- المعصوابي (2015) : العنف الزوجي ضد الزوجة و مستوى تقبله .

كانت العينة:192 سيدة متزوجة . في محافظة غزة. حيث تمثلت الأدوات في مقياس العنف و مقياس تقبل العنف .

بينت نتائج الدراسة كما يلي وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد مقياس تقبل العنف الزواجي و الدرجة الكلية للمقياس .

- **التعليق على الدراسات السابقة :**

من الملاحظ بان أغلبية الدراسات السابقة التي تم استخدامها اتبعت المنهج الوصفي الارتباطي و أنه لم تكن هنالك دراسة جمعت بين العنف الزواجي و الشفقة بالذات و الاكيد أن الدراسات السابقة ساهمت بفعالية في اختيار منهج الدراسة و في صياغة الفرضيات و في التأكد من توفر مقياس خاص بكل من المتغيرين أغلبية الدراسات اتبعت المنهج الوصفي و لهذا وقع اختيار الطالبة على المنهج العيادي

6\ التعريف الاجرائي لمتغيرات الدراسة :

الشفقة بالذات : هي تلك العمليات التي يقوم بها الفرد ليقدم الدعم المعنوي في ذاته في لحظات المعاناة و يستدل عليه و يستدل عليه "نيف" الشفقة بالذات يظهر في أبعاد (اليقظة العقلية ، اللطف بالذات ، الانسانية المشتركة) .

العنف الزواجي : هو السلوك الموجه الى المرأة على وجه الخصوص سواء كانت زوجة أو أختا أو ابنة و يتسم بدرجات متفاوتة من التمييز و الاضطهاد و القهر و العدوانية الناجم عن علاقات القوة غير المتكافئة

بين الرجل و المرأة في المجتمع و الاسرة على حد سواء .و يستدل عليه ميدانيا بمقياس جودي فاتن و يظهر في أبعاده (العنف النفسي ، العنف اللفظي ، العنف الجسدي ، العنف الاقتصادي ، العنف الجنسي).

ولمعالجة موضوع الدراسة بطريقة أقرب للموضوعية ولخطوات البحث العلمي كان تقسيم خطوات البحث العلمي إلى أربعة (4) فصول:

كان الفصل الأول إشكالية الدراسة أين تمت فيه محاولة التقرب من كل العناصر الكفيلة بوضع صورة واضحة عن موضوع لدراسة من خلال مقدمة تحديد إشكالية بحث، دوافع اختيار الموضوع، أهداف البحث والدراسات السابقة وتحديد إجرائي لمتغيرات الدراسة.

وكان الجانب النظري مقسم إلى فصلين : فصل ثاني (الشفقة بالذات) وفصل ثالث (العنف الزواجي) وبذلك التقرب من متغيرات البحث ضمن الفصول النظرية ومنه الجانب التطبيقي وبه كان الفصل الرابع الخاص بعرض ومناقشة النتائج قسم بدوره إلى قسمين : قسم يتناول أهم الخطوات المنهجية للدراسة وقسم اخر لمناقشة وعرض النتائج ومنه قائمة المراجع والملاحق.

الفصل الثانـي :

الشفقة بالذات

الشفقة بالذات:

1: مفهوم الشفقة بالذات:

يعد مفهوم الشفقة بالذات من المفاهيم الحديثة نسبيا في الدراسات النفسية و السلوكية ، و هو يشمل ادراك الفرد لمشاعر المعاناة التي يمر بها و كيفية التعامل معها بصورة متزنة .

و قد اختلفت وجهات نظر الباحثين في تحديد مفهوم الشفقة بالذات حيث ينظر اليها البعض على انها قدرة الفرد على ادراك أوجه القصور أو الفشل التي يمر بها و تحمل مشاعر المعاناة الناتجة عن هذا القصور بما لا يترتب عليه شعور الفرد بالإجهاد النفسي.

تعد "نوف" هي أول من طرحت مصطلح الشفقة بالذات و هي تزى أن الفرد لا يشعر بالسعادة النفسية الا اذا شعر بالشفقة بالذات , فالشفقة بالذات هي مصدر كل سعادة نفسية حقيقية للفرد , و هي تمثل موقف راض و متقبل للجوانب غير المرغوبة في ذات الفرد و حياته. (عفراء العبيدي , 2017 .ص 45)

كما تعرف الشفقة بالذات بأنها قدرة الفرد على تحمل مشاعر المعاناة في المواقف و المشكلات، و خاصة عندما يعاني من بعض الاضطرابات و منها الاكتئاب و القلق .

و تعد الشفقة بالذات هي احدى مؤشرات الصحة النفسية للفرد و منبئا عن التفكير الايجابي ، اي انها قدرة الفرد على مواجهة الأفكار السلبة و اللاعقلانية.(مروة عمارة، 2018،ص382).

حيث قدم كل من ماكي و فتنج تصورا يتضمن 3 مراحل لتطوير حالة الشفقة بالذات و هي :

- مرحلة التفهم .
- مرحلة القبول.
- مرحلة التسامح . (زهير عبد الحميد ، 2018 ، ص 219).

2- الشفقة بالذات و تقدير الذات :

على الرغم من أن مفهوم الشفقة بالذات و تقدير الذات قد يتدخلان الى حد ما حيث يمثل كلا منهما موقفا انفعاليا ايجابيا نحو الذات و أن مقياس الشفقة بالذات يرتبط ايجابيا مع مقاييس تقدير الذات المختلفة الا أنهما يختلفان في وجوه عديدة منها أن الشفقة بالذات تعتمد على مشاعر العناية بدون اصدار أحكام و التي تربط الذات بالأخرين بينما يستند تقدير الذات الى التقييمات الايجابية للذات التي تميل الى فصل الذات عن الاخرين أيضا تكون الشقة بالذات مناسبة بالضبط عندما يميل تقدير لذات الى التعثر و الاخفاق أو الاضطراب أو عندما يفشل الفرد أو يشعر بالنقائص و عند اذ تظهر الشفقة بالذات التي تزود الفرد بالمرونة

الانفعالية بشكل يفوق ما يقدمه تقدير الذات .(محمد السيد ، 2015 ، ص 4).

أضاف السيد كامل أن النرجسية ترتبط مع تقدير الذات بينما لا ترتبط مع الشفقة بالذات ، و ترتبط الشفقة بالذات مع الغضب بينما لا يرتبط مع تقدير الذات و يرتبط القلق مع الشفقة بالذات بينما لا يرتبط مع تقدير الذات.(بدوية محمد ، 2019 ، ص 119).

3: انواع الشفقة بالذات:

صنف (بويمو و مارتين) الشفقة بالذات الى ثلاثة انواع و هي :

1-الشفقة على الأخرين : و تتضمن توجيه الشفقة اتجاه الأفراد الأخرين.

2- الشفقة مع الأخرين : و تتضمن الاخبار و تقبل الشفقة من الأخرين .

3- الشفقة بالذات : و التي تهتم برعاية و تنمية الشفقة داخل الفرد ، و توجيه الشفقة الى أجزاء مختلفة عديدة تجاه الذات .(وصال العتال ، 2020، ص18).

4 : النظريات المفسرة للشفقة بالذات :

للتعرف على مفهوم الشفقة بالذات و فهمه بطريقة علمية افضل ، تطرح الباحثة مجموعة من النظريات التي تناولت المفهوم بالتفسير على أسس علمية و منهجية صحيحة ، و من أهم هذه النظريات :

4-1 نظرية التحليل النفسي :

تعد مدرسة التحليل النفسي الشفقة بالذات حالة من الحالات التمركز حول الذات يستغرق الشخص فيها بشكل مفرط عالمه الداخلي، و يعد نفسه و أراءه، أو شؤونه الهدف الأكثر من بين الأهداف الأخرين جميعها، و لذلك ينظر اليها الشخص على الأكثر أهمية في تشكيل أحكامه مقارنة بالأفكار التي يطرحها الأخرون عنه أو المعلومات المرتبطة للأخرين.

ان الشفقة بالذات هي حالة عقلية يمر بها الفرد نتيجة لتعرضه للمواقف المكروهة والبغيضة التي تجعله غير راضٍ عن تلك المواقف، ولا يمتلك الثقة ولا القدرة على التعامل معها، وتجعله يؤمن بأنه ضحية لتلك المواقف والحداث؛ لذلك فإنه يستحق المواساة والشفقة، وعلى الرغم من أن مدرسة التحليل النفسي عدت الشفقة بالذات من الانفعالات السلبية الناتجة عن حالة التقمص فعالً في التعامل الفعال مع الموقف البغيض، إلا أنه قد يكون ذا فائدة في التعامل الانفعالي الذي يساعد مع الفشل في بعض السياقات الاجتماعية، لذا فهو حالة سوية وصحيحة في بعض المواقف، إذ أنه يؤدي إما إلى تقبل الموقف على ما هو عليه، أو حدوث التغيرات التي يفرضها الموقف؛ لذلك تعد الشفقة بالذات في منظور التحليل النفسي حالة من

حالات مؤازرة الذات التي يستخدمها الشخص في بعض الظروف لتجنب وقوع الذات صريعة الاكتئاب، فضلا عن أنها استراتيجية تعامل مع الضغوط عن طريق توجيه انتباه الشخص إلى ذاته إن كان سلبياً.

2-4 نظرية السلوكية:

يركز أنصار هذه النظرية على سؤال مهم يتعلق بتأثير بالبيئة التي يعيش فيها الفرد في تشكيل سمات الشخصية و خصائصها ومدى تعزيزها وتقويتها لهذه الخصائص ، ومنها سمة الشفقة بالذات، فعلى سبيل المثال تؤكد وجهة النظر السلوكية على أن حياة الطفل تتأثر في وقت مبكر بنمط التربية والبيئة التي ينشأ فيها، وما تحتويه من خبرات مختلفة تصب فيا تجاه تعزيز هذه السمات والخصائص وتطورها من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد.

وقد أكد ستولورو وآخرون أن قدرة الفرد وانتباهه إلى حالته الانفعالية الداخلية ترتبط ارتباطا مباشرا بعملية الشفقة التي يتلقاها الطفل من القائمين على تربيته في وقت مبكر من حياته، ما يعني أن الافراد الذين يتعرضون إلى خبرات الدفء العاطفي والعلاقات الودية الداعمة من والديهم في أثناء طفولتهم المبكرة يدركون والديهم على أنهم أكثر تفهماً وعطفاً، ما يؤدي بهم إلى أن يكونوا أكثر شفقة بذواتهم في المراحل اللاحقة في حياتهم، بخلاف أولئك الذين يدرك آباؤهم أنهم باردون انفعالياً، أو على درجة عالية من النقد، أو أنهم سيئون في تعاملهم معهم، أو على نحو ما عليه الحال عند الأطفال الذين يتعرضون إلى الاساءة الجسدية والجنسية والنفسية في مراحل طفولتهم المبكرة، ما يؤدي إلى أن يكونوا أقل شفقة بذواتهم.

وتأكيدا لوجهة النظر السلوكية ترتكز معظم الدراسات التي انتهجت هذا المنظور على سؤال مهم يتعلق بوجود فروق في الشفقة بالذات اعتمادا على بعض المتغيرات بين الأفراد أو عدم وجود هذه الفروق كمتغير (العمر، الجنس، النظافة)، فالبيئات التي يتربى فيها الأبناء تربية جيدة غالباً ما تأخذ بالاعتبار الإحساس المتبادل بالذات بين أعضائها، والتشجيع على التعاطف ولا سيما لدى الاناث، و فسرت نظرية التعلم الاجتماعي لالبرت بندورا مفهوم الشفقة على أساس متغير الكفاءة ،، وخطط تنظيم الذات، إذ إن لكل واحدة هنا قواعد واستجابات معينة خاصة بأدائها، وفي غياب المحددات الخارجية أو ما يراقب سلوكنا، فإننا نحقق أهداف الأداء ونضعها أنفسنا، وعندما نخفق في تحقيقها، فإننا نقوم بنقد ذواتنا على أساس عدم القدرة على الوصول إلى مستوى هذه ذاتياً، من خلال الرضا عن الذات المعايير، فإن تكريمنا يكون والاقتناع بأنفسنا، وعلى أساس هذه النظرية، فإن عملية تنظيم الذات هي المحدد الأساسي لعملية بالذات، فعند الاخفاق في تحقيق المعايير الصعبة أو صعبة المنال، قد يلجأ إلى إعادة تنظيم ذاته من خلال عملية الشفقة بها، واستبعاد المعايير السابقة، وتحديد معايير جديدة للأداء ، تتمكن الذات من تحقيقها والوصول إليها، وبذلك نحقق الرضا على ذواتنا والاقتناع بها، كما هو الحال حينما يفشل الشخص في دراسة الطب ثم يتجه إلى دراسة الهندسة.

4-3النظرية الانسانية:

يستخدم مفهوم الشفقة بالذات في أعمال العديد من علماء المدرسة الانسانية أمثال ماسلو و روجرز.

اكد ماسلو أهمية مساعدة الناس في تقبل آلامهم و اخفاقاتهم، والوعي بهما بوصفهما ضرورة من ضرورات النمو النفسي السليم، ويؤكد أن السبب الرئيسي في تعاظم المرض النفسي يكمن في الخوف من معرفة الفرد بذاته، وانفعالاته، واندفاعاته، وذكرياته، وقابلية مكاناته، وبالعموم فإن هذا النوع من الخوف يكون من النوع الدفاعي يعني أنه يقي ويشجع الاخرين على اتخاذ موقف الشفقة تجاه إخفاقاتهم ومعاناتهم من اتخاذ أو تبني طريقة لزيادة فهم الذات، و يساعد في تقويم ما يصطلح عليه ماسلو بالإدراك بالنمط (ب)،الذي يقصد به النظرة غير الناقدة نحو الذات، والغفران، والحب الموجه نحو ها تقبل وجودها. ويرى ماسن حاجات الفرد ومنها النمو والسعادة الا يمكن تلبيتها إلا بإشباع:

1- الحاجة الأساسية في الاتصال الانساني.

2- روابط الحب والعاطفة مع الأخرين التي بدونها لا يستطيع الاستمرار للوصول إلى إنسانيتنا الكامنة، وقد افترض أن الانتماء يعد من الحاجات الأساسية للذات.

يتضح مما تقدم من طرح للنظريات التي فسرت متغير الشفقة بالذات الأمور التالية:

1- فسرت مدرسة التحليل مفهوم الشفقة بالذات بأنها حالة شعورية من الاستغراق المنظم للذات والتمركز حولها، تجعل الفرد قادرا على مواجهة المواقف الضاغطة و مواقف الفشل ، و تذليلها و التعايش معها.

2-كما عدت المدرسة السلوكية الشفقة بالذات من عمليات التعلم التي قدمت نتائج نفسية ايجابية للشخص، بل تحسين أسلوب تعامل الذات مع الشدائد النفسية.

3-في حين عدت المدرسة الانسانية أن الشفقة بالذات تعتمد على مشاعر تقبل الذات و الاحساس بالصفات الانسانية المشتركة ،بشكل يتسق مع القيم التي طرحتها المدرسة الانسانية لتقبل الذات ، من دون التركيز المفرط على الذات كحالة فردية، و انما هي حالة انسانية (وصال العتال ،2020،ص 14).

5 : عناصر و أبعاد

الشفقة بالذات : تمثل كالتالي :

5-1 اللطف بالذات:

" حالة من فهم الفرد لنفسه في مواقف عدم الكفاءة الذاتية او المعاناة بدلا من اصدار أحكام قاسية

عليها " كما يتضمن هذا البعد الفهم و الدفء العاطفي نحو الذات خصوصا عندما يواجه الفرد معاناة ما أو فشل في تحقيق أمر ما و ذلك بدلا من نقد الذات ، فالأفراد على سبيل المثال الذين لديهم شفقة بالذات يعترفون بأنهم غير كاملين ، و قد يفشلون في تحقيق أهدافهم في الحياة ، لذلك يميلون الى أن يكونوا لطيفين مع أنفسهم عندما يواجهون خبرات مؤلمة بدلا من لوم الذات أو انتقادها، و بالمقابل نجد الفرد الذي يرفض الواقع ، و ينتقد ذاته بقسوة عندما يمر بالخبرات غير السارة ، و تزداد معاناته التي تتخذ أشكالا من التوتر و النقد الذاتي.

5-2 الانسانية المشتركة :

" عبارة عن رؤية الفرد لخبراته الخاصة كجزء من الخبرة الانسانية الكبيرة بدلا من رؤيتها معزولة منفصلة عن رؤية الاخرين " و ترى نيف أن البشر جميعهم يعانون ، و هذه معاناته هده تعني : الموت ، أو العزلة و تصبح رؤية الفرد لخبراته الخاصة جزء من الانسانية الكلية بدلا من رأيتها في سياق منفصل .(أحمد سيد .149).

5-3 اليقظة العقلية :

هي الوعي المتوازن الذي يجنب الفرد النقيضين من التوحد الكامل في الهوية الذاتية ، و عدم الارتباط بالخبرة ، و يتبع رؤية واضحة لقبول الظاهرة النفسية و الانفعالية كما تظهر ، و تعني أيضا الانفتاح على العالم الأفكار و المشاعر و الخبرات غير السارة لدى الفرد ، و معايشة الخبرة في اللحظة الحاضرة بشكل متوازن ، و هي مجال مرن للقدرة العقلية يكون غير مرتبط بوجهة نظره الخاصة ، و يسمح برؤية جيدة و منفتحة على خبرات الشخص العقلية و الحسية كلها ، و من دون اصدار أحكام .(فتيحة عبيد، ص240).

و ترى "نيف" أنها تساعد الفرد على خفض الأفكار السلبية على الذات كما تخفف تأثير الخبرات السلبية (85) neff ,2003 ,p)

الفصل الثالث :

العنف الزواجي

1- مفهوم العنف:

جاء في المعاجم العربية المختلفة ان العنف بالضم ضد الرفق، و هو الشدة, القوة, اعتنف الامر اي أخذه بشدة و بقوة و قسوة ,لامه : عتب عليه ،عنف به أو عليه ، أعتنف الشيء اي اكرهه و التعنيف هو التعبير عن اللوم و التوبيخ.

فالعنف من حيث الجذر اللغوي يعني "ممارسة للقوة على شيء ما او شخص ما" ,و ثمة طرق لا نهاية لها لممارسة القوة , لذا فلن تتحقق فائدة من هذا المفهوم اللغوي الا اذا عرفناه على نحو اكثر تحديدا , فالاستخدام القاموسي لكلمة العنف لا يقدم تعريفات تلم بالنطاق الواسع للاستخدامات الحديثة للعنف الذي اصبح يشير الى صور متعددة ,كالعنف الفردي و العنف الجماعي .(محمد فهمي,2012,ص 46).

***تعريف منظمة الصحة العالمية للعنف :**

هو الاستعمال المعتمد للقوة المادية و القدوة :

- بالتهديد بها.
- او الفعل بها .

و ذلك من قبل الشخص :

- ضد نفسه.
- او ضد شخص اخر .
- او ضد مجموعة او مجتمع .

بحيث يؤدي غالبا الى حدوث :

- اصابة جسمية ,او اصابة نفسية .
- او موت.
- سوء نمو.
- او حرمان.
- او بث رعب.(منى بحري,2015).

تعريف العنف :

هو استخدام الشدة و القسوة في المحيط الانسان و هذا يوضح أن سلوك للعنف هو ذلك السلوك الصادر من قبل انسان موجها ضد انسان آخر سواء كان ذكرا أم انُى (فتحي مسمار ، 2022 ، ص 108)

2 - أشكال العنف:

ان اختلاف التعريفات المستندة للعنف و اختلاف مؤسساته و درجاته ادى الى اختلاف تصنيفات العنف كل على حسب الاساس الذي يستند اليه:

*** على اساس انه مساس بالسلامة:**

العنف الحسي: هو المساس بالسلامة الجسمية .

العنف الجنسي: المساس بالسلامة الجنسية

العنف النفسي : و هو المساس بالسلامة النفسية

***على اساس العلاقة :**

يفترض في ممارسة العنف الدخول في علاقة و يمكن تصنيف العنف على هذا الاساس و حسب المنظمة الصحة العالمية كما يلي :

1- العنف الموجه ضد الذات :و يتمثل في الانتحار .

2- العنف بين الاشخاص: كالعنف الاسري و العنف المجتمعي بين الاشخاص لا تربطهم صله القرابة.

3-العنف الجماعي: يتم من طرف جماعة ضد جماعة اخرى سعيا لتحقيق اغراض اجتماعية او سياسية أو اقتصادية و يأخذ اشكال مختلفة كمظاهر و تمردات...الخ

*** على أساس الدرجة أو الشدة:**

-عنف بسيط.

- عنف متوسط.

عنف شديد: بدرجة كبيرة عندما يصل الى حد الجرائم.

*** على أساس المصدر:**

- عنف اسري و يتم داخل الاسرة.

-عنف مدرسي: و يتم داخل المدرسة.

-عنف سياسي : و يتم من طرف الدولة اتجاه الشعب ،أو العكس أي من طرف الشعب ضد الدولة .(جودي فاتن، 2021، ص 77).

3- العوامل المؤدية للعنف :

إن العوامل المؤدية للعنف متعددة و مختلفة باختلاف الأفراد و الظروف البيئية المحيطة بهم مما يؤدي إلى ظهور شكل من أشكال العنف دون آخر عند البعض و عدم ظهوره عند البعض الآخر مما يجعل من الصعب تحديد هذه العوامل و يمكن حصر أهمها في ما يلي :

عوامل ذاتية و أسرية و مجتمعية و نفسية :

3-1 العوامل الذاتية :

و يقصد بها العوامل التي تتبع من الذات الفرد و التي تكونت نتيجة ظروف داخلية و خارجية ،يمكن تقسيمها على ما يلي : .

3-2 - العوامل الأسرية: و يقصد بها أساليب التنشئة الخاطئة مثل (القسوة- الإهمال- الرفض العاطفي- التفرقة في المعاملة- فقدان الحنان- الشعور بعدم الاستقرار النفسيٍ.....)

3-3- العوامل المجتمعية: مثل ثقافة المجتمع، الهامشية، الفقر، عدم الاطمئنان و عدم توفر العدالة و المساواة

3-4- العوامل النفسية: الاحباط، الحرمان، الصدمات النفسية و الكوارث و الأزمات، النمذجة، تعرض الفرد للعنف، تأكيد الذات بأسلوب خاطئ (زيوش، د ت ، صفحة 6)

4-المقاربات النظرية المفسرة للعنف :

4-1-نظريات التفسير الوراثي:

وليس القصد هنا وراثة العنف بالمعنى الحرفي ، بل وراثة عامل أو مجموعة عوامل تجعل الفرد أكثر قابلية واستعداداً لانتهاج العنف ، ومن نظريات التفسير الوراثي :

.

4-1-1- النظرية السلوكية:

تنظر هذه النظرية إلى العنف والعدوان على إنه سلوك متعلم ، فإذا ضرب الولد شقيقه وحصل على ما يريد منه فإنه سيكرر سلوكه هذا كي يحقق هدفاً جديدا ويبدو إن عادة العنف تتكون لدى الفرد منذ وقت مبكر من حياته من خلال العلاقات الشخصية المتبادلة ، فتربية الطفل الخاطئة تجعله يعتقد أنه يعيش في عالم الكلمة الوحيدة فيه للعنف والقوة والاهتمام بمشاعر الآخرين نوع من الضعف لذا يتخذ العنف كوسيلة وحيدة لحل مشاكله أي أن استخدام العنف والقوة كاستجابة تحتل قمة هرم عائلة العادة كما يرى (دولارد و ميلر) بحيث تصبح هي الاستجابة المسيطرة و السائدة .

4-1-2. النظرية الفسيولوجية:

يربط علماء النفس الفيسيولوجيون العنف بتغيرات جسمية داخلية كيمياوية ووظيفية تنشأ من الجملة العصبية والغددة .(أسعد و الشمري ،2012،ص 230)

_تعريف العنف ضد المرأة:

لطالما اعتبر العنف الاسري انتهاكا واضحا لحقوق الانسان و ذلك بعد اتفاقية الامم المتحدة 1979 بشأن القضاء على جميع أشكال التمييز ضد المرأة و وضعت المفوضية الاوروبية برنامج يهدف الى دعم الاجراءات لمنع و مكافحة هذه الظاهرة (MARIE cloude hofner ; 2011 , p 04)

ويعرف العنف في الاعلان العالمي للقضاء ، العنف ضد المرأة و الذي وقعته الامم المتحدة سنة 1993 بانه اي فعل عنيف قائم على اساس الجنس ينجم عنه او يحتمل ينجم عنه اذى او معاناة جسمية او نفسية للمرأة , بما في ذلك التهديد باقتراف بمثل هذا الفعل او الاكراه او الحرمان التعسفي في الحرية ,سواء وقع هذا في الحياة العامة او الخاصة .

و يرى الضبعان العنف ضد المرأة هو تلك الافعال و السلوكيات التي تتسم بالعدوانية اتجاه الزوجة و الذي يتم داخل الاسرة ,و تتخذ هذه الافعال و تلك السلوكيات صورا و اشكالا مختلفة تأخذ شكلا تصاعديا بدءا من الاعتداء اللفظي بالسب و الشتائم و عدم الانفاق و الطرد من المنزل و الاعتداء عليها بالضرب باليد او

استخدام الة حادة ليصل اكثر اشكال العنف قسوة و هو القتل بمختلف صوره كالخنق و الحرق و الطعن بسكين و غيرها من الاشكال التي تسبب ضرر و اذى للمرأة سواء المادي او الفيزيقي او النفسي او المعنوي.(محمد فهمي ,2012,ص 96).

طبقا لوصف الاصدار الرابع من الدليل التشخيصي و الاحصائي للأمراض العقلية (1994) فان الاساءة لشريك الحياة تشير الى :تصرفات تدل على العدوان الجسدي مثل الصفع و الدفع و الركل تحدث لمرة واحدة على الاقل في السنة .كما تشير ايضا الى عدوان بدني ينتج عنه اذى يتطلب الاهتمام و الرعاية الطبية. ويشير اخيرا الى عدوان بدني يتضمن تهديدا او شعورا بالرعب او الخوف, كان تكون المرأة الضحية خائفة على الدوام من المعتدي .

و هكذا فان العنف ضد المرأة هو: أن سلوك عدائي موجه نحو المرأة بقصد الحاق الاذى و الضرر الجسمي او النفسي او المادي او الاجتماعي او الصحي او اللفظي ,و اخص بالذكر هنا العنف الموجه من الزوج ضد الزوجة .(سهيلة بنات,ص21.)

4-2 النظريات التي فسرت العنف ضد المرأة

<u>4-2-1 التحليل النفسي :</u>

يرى التحليليون ان العدوان يرجع الى ان لكل فرد غريزة لا شعورية هي غريزة الموت ,و تتضمن الرغبة في تدمير الذات , و لان الشخصية التي تتمتع بالصحة النفسية لا تقوم بتدمير ذاتها, فان هذا الاندفاع يمكن ان يتحول بطريقة لا شعورية نحو الخارج, اي نحو الاخرين عبر العدوان و العنف ضد الاخرين . و لكن فيما بعد اتجه بعض التحليليون الى الاحباط لتفسير العدوان يحدث كنتيجة لفشل او قمع محاولاتنا التي تهدف الى اشباع حاجاتنا او تحقيق رغباتنا.

لقد صنف فريد الدوافع الغريزية الى نوعين من الدوافع : دافع الحياة, و دافع الموت او التدمير (الدافع العدواني).و يرى فريد ان هدف الدافع العدواني هو دفع الكائن الحي نحو الموت ,و العودة به نحو حالة السكون الاولية, و يؤكد فريد ان العدوان عبارة عن طاقة تبنى داخل الفرد, و تعبر عن نفسها خارجيا على شكل عدوان على الاخرين و الممتلكات ,او داخليا على شكل تدمير الذات. ووفقا لذلك يمن فهم العدوان بشكل مفصل انه كل سلوك ينطلق من الداخل اي الخارج, و ليس بالضرورة ان تكون انجازات الدافع العدواني انجازات هدامة ما دام بقي مسيطر عليه من قبل دوافع الحياة .

و يرى فريد ان كل انسان يخلق و لديه نزعة نحو التخريب ,يجب التعبير عنها بشكل او باخر ,فاذا لم تجد هذه الطاقة منفذا لها الى الخارج (البيئة) ,فهي توجه نحو الشخص نفسه .و كما ان العدوان طاقة لا شعورية داخل الانسان, لذا لا بد ان يعبر عنها سلوكيا . و حتى يتم ذلك ,لا بد من وجود اثارة خارجية تجعل الطاقة العدوانية الغريزية ان تعبر عن نفسها ,و قد يكون العدوان :

- مباشرا : اي سلوك موجه نحو مصدر التهديد او الاثارة بشكل مباشر.
- عدوانا بديلا: اي سلوك موجه نحو مصادر بديلة لمصدر الاثارة في حالة تعذر الاعتداء عليه .

– عدوانا خياليا : و ذلك من خلال مشاهدة افلام العنف و الجريمة ,و التوحد مع شخصية المعتدي.

و من اهم الانتقادات الموجهة لنظرية فريد في الدافع العدواني ان مفاهيمها غير قابلة للتحقق العلمي, ففرضية ان كل سلوك يستهلك الطاقة العدوانية و الليبيدوية من الصعب برهانها.و الاهم من ذلك ,فان هذه الافتراضات غير مفيدة علاجيا , فهي لا تساعد المعالج على وضع خطط علاجية فعالة .

4-2-2 اما الاتجاه الانساني .

ان انصار الاتجاه الانساني ينكرون مسالة الاستعداد للعدوان ,و يرون ان الناس خيرون , و يكونون اكثر انسانية و مسالمة اذا وفرت البيئة الشروط المشجعة على النمو السوي . و يرون ان المشكلات تحدث عندما يتدخل عائق في طريق عملية النمو السليم ,فالأطفال العدوانيون يأتون من بيوت احبطت حاجاتهم الاساسية , فاذا طور الطفل صورة سلبية عن الذات , فانه يمكن ان يصطدم مع الاخرون نتيجة للإحباطات. و يكون الحل بتوفير بيئة تتصف بالثقة و القبول .

4-2-3 الاتجاه السلوكي:

يرى انصار النظرية السلوكية ان الناس يتعلمون العدوان بالطريقة نفسها التي يتعلمون بها انواع السلوك الاخرى. فقد يكون العدوان نتيجة تعزيز ما, فالسلوك الذي يكافا يتكرر في مواقف اخرى , فاذا كوفئ سلوك الطفل العدواني , فان النتيجة ستكون هي راشد عدواني في المستقبل.

و جاء في نظرية التعلم الاجتماعي ان السلوك العدواني ككل مركبات السلوك الاخرى, هو سلوك يمكن تعلمه من خلال اجراءات الاشراط الكلاسيكي ,و الاشراط الاجرائي, و التعلم وفق النموذج , وذلك عن طريق تقليد نماذج عدوانية , سواء كانت نماذج حية اي غير مباشرة , او غير مباشرة .

و قد برهن **باندورا و فالترز** ان العدوان الذي يظهر في سلوك الاطفال اثناء اللعب و الذي يؤدي الى امالاك لعبة ما (تعزيز), يزيد من احتمالية السلوكيات العدوانية للمعتدي, كما تعزيز نموذج يتم مراقبته بشكل عدواني .

و قد اشار **باندورا** (1977) الى امكانية تعلم العنف من خلال الملاحظة , و بين ان تعلم العنف يتأثر بجنس النموذج , حيث يتعلم الابن سلوك العنف من والده . و هذا ما اكدته **ستث و اخرون** (2000) , حيث ان الاطفال يتأثرون بمشاهدة الاساءة لأمهاتهم, و قد يؤثر ذلك عليهم بان يصبحون في المستقبل ممارسين للعنف على زوجاتهم , او ان يصبحوا هم انفسهم ضحايا للعنف . فقد قامت ستث و الاخرون بعمل تحليل حول النقل المتبادل عبر الاجيال لعنف الشريك ,حيث توصلوا لدعم الفرضية القائلة ان النمو في عائلة مسيئة يؤدي الى علاقة زوجية يسودها العنف , حيث يتعلم الاطفال كيف يتصرفون من خلال خبرة كيف يعاملهم الاخرون, او عن طريق مقابلة تعامل ابائهم مع الاخرين. ان نقل سلوك العنف يعتقد انه يحدث انه يحدث عن طريق الاقتداء ة التقليد.

4-2-3 الاتجاه المعرفي :

اما المعرفيون فيركزون على الطريق التي يحلل بواسطتها العدوانية المعلومات و يعالجونها . مثال على

ذلك , تخيل انك تسير وحيدا عبر حديقة , و تخيل وجود اثنين من الاولاد المراهقين يسيرون خلفك على بعد ثلاثين قدما و اقتربوا منك, فما هي ردود افعالك , ربما ان الاولاد في عجلة للوصول الى مكان ما , و ربما هم اكثر سرعة في طريقتهم في المشي من طريقتك, و ربما اسرعوا للوصول اليك ليسالوك عن اتجاه معين , او ربما يريدون الاساءة لك . اذا هناك احتمالات كثيرة للتفسير , و يرى المعرفيون ان كيفية استجابة للموقف تعتمد على كيفية تفسير الموقف , يكون التفسير للموقف ان مهدد او محايد , و بالتالي استنادا الى هذا التفسير ستستعد اما للقتال, او ان تحيد عن الطريق قليلا , او تهرب. و المهم في الامر ان بعض الناس لديهم نزعة اكثر من الاخرين لتفسير الامور الغامضة على انها مهددة , وهنا يكون لديهم نزعة عنف و عدوان اكثر في ردود افعالهم.(بنات,2005,ص 74).

5- اشكال العنف ضد المرأة:

ان المرأة تتعرض لأشكال مختلفة من العنف و من هذه الاشكال:

5-1 العنف الجسدي :

و يعني استخدام القوة الجسدية نحو الزوجة ,و هو من اكثر اشكال العنف وضوحا , و يتم باستخدام الايدي ,او الارجل, او اية اداة من شانها ترك اثار واضحة على جسد المعتدى عليه , مثل السكين او اية اداة ساخنة .

و يكون العنف الجسدي على شكل الضرب ,او الركل , او العض ,او الصفع ,او الدفع ,او اللكم ,او الحرق ,او شد الشعر ,او الطرح ارضا ,او الخنق ,او التهديد بالأسلحة او القتل , و تمر عملية الضرب قبل وقوعها بمراحل ,حيث يحصل جدال بين الزوجين ,يمتد و يتحول الى صراع ,ثم الى الشتم, و يتطور الى الضرب .ففي المناقشة بين الزوجين , يفشل الزوجان في الاصغاء لبعضهما بعضا و يلوم كل منهما الاخر ,و ينتقد كل منهما الاخر ,و هذا ما يميز العلاقات الزواجية المضطربة التي يسود فيها العنف, مؤديا الى نتائج جسدية و نفسية خطيرة خاصة للنساء.

5-2 العنف اللفظي:

يعد العنف اللفظي من اشد انواع العنف خطرا على الصحة النفسية للزوجة ,رغم انه لا يترك اثار واضحة ,و هو اكثر انواع العنف شيوعا في المجتمعات الغنية و الفقيرة .و يكون العنف اللفظي على شكل شتم الزوج لزوجته و احراجها امام الاخرين ,و نعتها بألفاظ بذيئة ,و عدم ابداء الاحترام و التقدير لها ,و اهمالها و ابداء الاعجاب بالأخريات في حضورها و تحقيرها و السخرية منها و الصراخ عليها .و يعتبر العنف اللفظي هداما بشكل كبير ,خاصة لصورة الذات لدى الزوجة , و قد تكون الاساءة لفظية غير واضحة فتكون الكلمات بحاجة لمهارة و براعة ليتم فهمها ,و المرأة لا تملك القدرة لمعرفة القصد من وراء الكلمات, و هذا ما يجعل الزوجات لا يدركن انهن يتعرضن للعنف اللفظي .

5- 3العنف النفسي:

ان العنف النفسي مقترن بالعنف الجسدي ,فالمرأة التي تتعرض للعنف الجسدي تصاب بمعاناة نفسية .فقد وجد فولينجستاد و اخرون قاموا بدراسة على النساء في الملاجئ معامل ارتباط يصل الى (0.86) بين مقياس الاساءة الجسدية و الاساءة النفسية. و يستعمل الازواج و سائل عديدة لجعل الزوجة تمر بمعاناة نفسية, منها اضافة ثقة الزوجة بنفسها من خلال التشكيك بسلامة عقلها و ذكائها, و التقليل من قدرتها و افكارها و ادائها.

5-4 العنف الاجتماعي:

و يعني حرمان الزوجة من ممارسة حقوقها الاجتماعية و الشخصية, و انصياعها لمتطلبات الزوج الفكرية و العاطفية, و محاولة الحد من انخراطها في المجتمع و ممارسة ادوارها, مما يؤثر في استقرارها الانفعالي, و مكانتها الاجتماعية. و تشير دراسات العنف ضد الزوجة الى ان الزوج يحاول حرمان زوجته من النمو و التقدم, بسيطرته و عنفه , و يظهر العنف الاجتماعي على شكل حرمان الزوجة من العمل او متابعة التعليم, و حرمانها من زيارة اهلها و اصدقائها و اقاربها, و التدخل في علاقاتها الشخصية ,و التدخل في اختيارها للأصدقاء ,و علاقاتها بالجيران, و حرمانها من ابداء الراي , و عدم اخذ رايها في قرارات الاسرة و التدخل في طريقة لباسها .كل ذلك من اجل الحد من نشاطاتها و عملها و ابقائها ضمن محيط البيت الذي يشكل مصدر الخطر الحقيقي عليها.

5- 5العنف الصحي:

و يقصد به حرمان الزوجة من الظروف الصحية المناسبة لها, و عدم مراعات الصحة الانجابية لها, التي تعني قدرة الزوجة على الحمل و الانجاب دون التعرض للأخطار المصاحبة لتقارب الاحمال , عن طريق المراجعات الطبية و اخذ المطاعيم الضرورية , و التغذية الجيدة للزوجة الحامل, و المباعدة بين الاحمال.

و يظهر العنف الصحي على شكل عدم سماح الزوج بزيارة الطبيب اثناء الحمل و بعده .و منعها من تحديد عدد مرات الحمل بناء على وضعها الصحي , و عدم سماح لها باستخدام و سائل منع الحمل , و اجبارها على الحمل المتتالي , و حرمانها من الغذاء اللازم لصحتها وصحة الوليد و ضربها و هي حامل .

5-6 العنف الجنسي :

و يكون عنف الزوج الجنسي ضد زوجته بإجبارها على المعاشرة الجنسية , دون مراعاة الوضع النفسي او الصحي لها, و لجوء الزوج الى استخدام قوته و سلطته لممارسة الجنس و من اشكال العنف الجنسي ايضا. سوء معاملة الزوجة جنسيا ,و عدم مراعاة رغبتها الجنسية , و استخدام الطرائق و الاساليب المنحرفة الخارجة على قواعد الخلق في اتصاله الجنسي بزوجته , و ذم اسلوبها الجنسي , لإذلالها و تحقير شانها ,و لومها على عجزه او تدني قدراته الجنسية .

ان حديثنا هذا يذكرنا بما حث الله عز جل من ضرورة المعاشرة الزوجة معاشرة حسنة , و هذا ما جاء في الآية الكريمة : " و عاشروهن بالمعروف فان كرهتموهن فعسى ان تكرهوا شيئا و يجعل الله فيه خيرا كثيرا". (سورة النساء , اية19).

5- 7العنف المادي او الاقتصادي :

قد تتعرض الزوجة لشكل اخر من اشكال العنف , الا و هو العنف المادي او الاقتصادي , و هي طريقة اخرى من طرق اساءة الزوج لزوجته و استغلال سلطته و رجولته, و يتمثل ذلك بالبخل و حرمان الزوجة من المصروف , و ذلك لإذلالها و زيادة شعورها بانها لا تستطيع العيش من دونه , خاصة اذا لم تكن الزوجة تعمل . و في حالة عمل الزوجة , قد يلجا الزوج لأشكال اخرى من العنف المادي تتمثل بان يحرمها من راتبها , او يتحكم هو بطريقة صرفه. و قد تختلف الاسباب التي تقف و راء سلوك الزوج بهده الطريقة , مثلا ق يعود ذلك الى :-

- الفقر و ضيق الحالة المادية بالنسبة للزوج .

- تسلط الزوج رغبته في السيطرة على الاسرة من خلال التحكم بمواردها المالية , و هذا قد يعود الى عوامل الزوج دون عمل , مما يضطره لان يتحكم براتب زوجنه .

-تحريض اهل الزوج , و من امه خاصة .(سهيلة بنات,2006, ص 22).

6_ العوامل المؤدية للعنف الزوج ضد الزوجة :

لقد تعددت الاسباب التي ذكرها الباحثون باعتبارها تؤدي الى ممارسة الزوج للعنف ضد زوجته . و من اهم الاسباب :-

- نشأة الفرد في اسرة يسودها العنف , فقد وجد الباحثون ان هناك علاقة بين ممارسة الاب للعنف على الام او على الابن و امكانية ان بصبح الابن في المستقبل ممارسا للعنف على زوجته , و ان الاطفال الذين يعيشون في اسر يسودها العنف , يتعلمون ممارسة العنف . و لقد قادت البيانات حول اثر العائلة الاصلية للرجل على سلوك العنف نحو الزوجة الى استنتاج بان العيش في منزل يسوده العنف هو علامة خطر على الزواج .
- قد تلعب الثقافة دورا في حصول اساءة للمرأة , فالثقافة التي تجعل من الرجل افضل من المراءة و تمنحه الحق في الراي و السلطة , هي ثقافة تؤيد ممارسة نحو المرأة باعتبارها ضربا من ضروب الرجولة. بل قد يصاب الرجل بالخجل اذا عرف عنه ان زوجته لا تخشاه و يوصف بالمحكوم او ضعيف .
- الغيرة و الشك . ان الازواج العنيفين لديهم غيرة و شك في ازواجهم . و قد تشغل الغيرة لأبسط الاسباب , فمثلا: قد يرى زوجته تتحدث الى شخص ما كزميلها في العمل , فيعتقد ان بينهما علاقة .
- ان الازواج الذين يستخدمون العنف ضد زوجاتهم يلجا له يقصد إظهار الهيمنة , و استغلال القوة البدنية للسيطرة على المرأة .
- الافتقار لمهارات الاتصال و حل المشكلات , و التعامل مع الخلافات و الصراعات بطريقة تزيد من حدتها . حيث يكون الزوجات غير قادرين على الاتصال و ادراك الصراع بشكل فعال , و يفشلان في الاصغاء لبعضهما , ولا يميلان لاقتراح حلول ممكنة للمشكلة , فقط يميل الزوج لانسحاب من الموقف

او التعامل مع المشكلات او الصراعات الزوجية باستخدام العنف .

- الضواغط قد تلعب الضواغط التي تمر بها الاسرة دورا في حصول العنف . و خاصة الضغط الذي يتعرض له الزوج , مثل ضغط العمل , او الضغط الناجم عن عدم الرضى الزواجي , او وجود زوج بلا عمل ,حيث توجد معدلات مرتفعة من العنف في الاسرة التي يعمل الزوج فيها بدوام جزئي , او يكون عاطلا عن العمل , مقارنة بالأزواج الذين يعملون بدوام كامل او لوقت اطول .
- تعاطي الكحول , في دراسة كانفر و ستراوس (1990) الواردة في عبد الرحمن (1999) على عينة مؤلفة من (2500) رجل و امرأة متزوجين او متعايشين , هناك علاقة خطية موجبة بين تعاطي الكحول و عنف الزوج ضد زوجته ضد زوجته اذا زاد معدل التعاطي عن ثلاث مرات فاكثر يوميا , كان ذلك عاملا حاسما في اساءة معاملة الزوجة .

ان معظم الرجال الذين يشربون الكحول يعتبرونه السبب في ممارسة العنف , و يفسرون ذلك كالتالي : " لا ادري ماذا حصل لي .. لا بد ان يكون الكحول " . اي ان امتناعهم عن شرب الكحول سيؤدي الى توقفهم عن ممارسة العنف ضد الزوجات .(بنات ,2005,ص26).

7- المخاطر الناجمة عن عنف الزوج:

يمكن تقسيم المخاطر الناجمة عن العنف و التي حددتها النساء المعنفات كجزء من تحليلهن للخطر الى سبعة فئات واسعة :

- الجروح الجسدية :

من اكثر المخاطر وضوحا لدى النساء المعنفات و تشمل كدمات في الوجه و الجسم , العيون , كسر العظام . فالزوج العنيف يستعمل مدى واسعا من الهجوم الجسدي لضبط زوجته و يشمل ذلك دفعها, صفعها ركلها, لكمها, سحبها من شعرها, حرقها , استعمال ادوات لضربها ,استعمال السلاح مثل البنادق و السكاكين للتهديد او ايلامها , و محاولة قتلها ,الهجوم الجسدي يشمل العنف الجنسي. و تواجه المرأة مدى من المشاكل الجسدية الثانوية المرتبطة بالاعتداء مثل الصداع, الدوار , وقلة النوم.

تهتم النساء المعنفات فيها اذا كان ترك العلاقة الزوجية سيزيد او يقلل من العنف الجسدي و الجنسي , بعض الضاربين يوضحون لزوجاتهم انهم سوف يجدونهن (في حالة الترك او الفرار) و يؤذونهن او يحاولون قتلهن .

- <u>الالم النفسي :</u>

الازواج العنيفون يستعملون وسائل مختلفة لإضعاف الثقة بالنفس لدى زوجاتهم و الاستقلالية لديهن ,هذه الوسائل تشمل الاهانة , التهديد , الهجوم, التقليل من شانهن, لومهن على اي شيء يسير بشكل خاطئ, النقد الشديد , يطلقون عليهن اسماء مهينة , يتساءلون حول ذكائهن, قدراتهن, افكارهن, اجسادهن, قدراتهن او ادائهن الجنسي.

ان التحليلات الخطر للصحة النفسية للمرأة تشمل البقاء او ترك العلاقة , اذا شعرت انها مجنونة عندما

تكون حول زوجها فان تركها له يقلل من هذا الشعور اذا كانت مدمنة على الادوية او الكحول فانها ستبقى تواجه هذا الادمان سواء وجد الزوج ام لا , ز برغم ذلك فإنها تركها له هو خطوة ضرورية نحو الشفاء.

- اضطراب ضغط ما بعد الصدمة:

هذا و يشير معظم الدراسات الى وجود علاقة ما بين تكرار و شدة الاساءة و ما بين شدة المعاناة النفسية , فقد وجد هوسكامب و فوي ان (60%) من النساء اختبرن مستوى عال من التهديد لحياتهن اظهرن اعراض ضغط ما بعد الصدمة مقارنة ب (14%) فقط ممن يتعرضن لمستوى منخفض من التهديد لحياتهن.

- الانتحار :

تعتبر النساء المعنفات في خطورة متزايدة للأقدام على الانتحار , و في دراسات على عينات متطوعة من المجتمع و الملاجئ وجدت ان (35%) من النساء المعنفات اجبن بانهن حاولن الانتحار مرة واحدة على الاقل . و في دراسة لفلتكرافت و ستارك المذكور حول الانتحار النساء المعنفات ,اجرياها على امرأة ممن راجعن خدمات الطوارئ في المستشفى مدني لمدة تزيد عن عام بسبب محاولة الانتحار , وجدا ان نصف النساء الامريكيات الافريقيات .

- الخطر الذي يشمل الاطفال :

واحدة من الاعتبارات الهامة في معظم تحليلات الخطر للنساء المعنفات مخاطر تشمل اطفالهن. فالزوج المعتدي حقيقة يضرب او يؤذي جسديا الاطفال , او ان الاطفال سيكونون متأثرين بالعنف الجسدي او اساءات سلوكية اخرى.

حيث ترتبط المعاناة الزواجية للآباء و الصراعات بينهما بالمشكلات التكيفية لدى الاطفال و شدة المعاناة بين الابوين, يؤثر الاختلاف و عدم الاتفاق بين الوالدين على الاطفال و مع ذلك قد يبدو الاباء مختلفين تماما في وجهات النظر, دون ان يترك ذلك اثرا سلبيا على الطفل.

و تلعب التنشئة الاجتماعية دورا كبيرا في هذا المجال , حيث ان الاناث و الذكور تتم تنشئتهم بطرق مختلفة خلال الطفولة ,فالإناث يجدن تشجيعا قويا لان يكن ضعيفات, غير قادرات على التعامل مع العنف ,و بالتالي لا يحاولن تطوير اساليب لإيقاف او تجنب العنف, و بدلا من التصرف بشكل مؤكد , فإنهن يخضعن للعنف على انه لا مفر منه و لا خيار غيره . اما للذكور فتتم تنشئتهم بطريقة تجعلهم يعتقدون انه يجب ان يكونوا فعالين , نشيطين , و عدوانيين, و مسيطرين على الاناث او النساء.(سهيلة بنات , 2006,ص 88). '

- الآثار الاقتصادية من نتائج انتشار العنف ضد الزوجة اعاقة متطلبات التنمية الاقتصادية بسبب عدم التمكن المرأة و اندماج في سوق العمل و زيادة التكلفة الاقتصادية الازمة لمعالجة المرأة المعنفة (حسينة صياد ، 2022 ، ص 36) .

الفصل الرابع :

الدراسة الميدانية

أولا:-الإجراءات المنهجية:

1- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر من أهم خطوات البحث العلمي فهي خطوة مهمة في مجال البحوث الميدانية، الغرض منها المساعدة في اكتشاف مجال الدراسة الأساسية وتحديد فروض الدراسة ، صياغة الإشكالية صياغة دقيقة، التعرف على الحالات التي سيتم التعامل معها واختيار نوع الاختبار الذي سيطبق في الدراسة .

تمت هذه الخطوة من اجل تحقيق الاهداف التالية:

- التحقق من توفر حالات الدراسة
- تحديد إجراءات التطبيق
- التأكد من إمكانية تطبيق المنهج و أدوات الدراسة
- الخصائص السيكومترية

2- منهج الدراسة:

إن اختيار المنهج المستخدم للدراسة يعتبر أمرا تحدّده طبيعة المشكلة ،المدروسة كون المنهج هو الطريقة التي يسلكها الباحث للوصول إلى نتيجة ما وبالتالي لكل منهج خصائصه ومميزاته التي يستفيد منها كل باحث. (أ.علي ، 2008)

اعتمدنا في بحثنا على المنهج الإكلينيكي أو العيادي الذي يتلاءم مع موضوع البحث الذي يسمح ، إذ يهتم الفاحص بفرد معين وكل ملاحظاته ترتكز على الحالة أي الفردية التي تمثل الظاهرة أو السمة المراد دراستها و هذا ما يسمى "دراسة حالة "حيث تعرف بأنها :(فاطمة الزهراء،2021)

الدراسة المعمقة للشخصية كحالة فردية عادية ام مرضية)، يستهدف فهم الحالة الراهنة لسلوك الفرد اعتمادا على معطيات تاريخه الماضي وادائه الحاضر، بغية تشخيص الحالة انيا مع التقدير او التنبؤ بتطورها مستقبلا، تم الانتقاء بعد ذلك الطرق العلاجية المناسبة.

3- أدوات الدراسة :

3-1 الملاحظة (observation)-

3-1-1 مفهوم الملاحظة:

هي الخطوة الأولى في البحث العلمي وهي من أهم الأدوات وذلك لأنها توصل الباحث إلى الحقائق وتمكنه من صياغة فرضياته ونظرياته وعندما يقوم الباحث بجمع بيانات لأغراض بحث علمي ما فإنه قد يحتاج لمشاهدة الظواهر بنفسه أو قد يستخدم مشاهدات الآخرين للظاهرة أو الظواهر .

إن البحوث القائمة على الملاحظة لا تعتمد في جمع البيانات على طرح الاستجابات على مجتمع البحث بشكل مباشر أو غير مباشر، بل تلجأ إلى مشاهدة السلوكيات التي تصدر عن أفراد المجتمع، وتعد هذه الأداة فعالة جدا عند تناول البحث مثلاً كيفية تعامل المعلمين مع طلابهم داخل الفصل، ففي هذا البحث مثلاً لا يعد الاستبيان ولا المقابلة بما توجهانه من أسئلة مباشرة وغير مباشرة أداتين ملائمتين، وإنما ملاحظة الباحث لما يدور في الفصل واقعياً هو الأنسب.

3-1-2 مواصفات الملاحظة العلمية :

لتكون الملاحظة علمية لا بد أن يتوافر بها ما يلي:

١ - ارتباطها بغرض بحثي معين.

٢ - إخضاعها للتخطيط والتنسيق والتنظيم.

٣ -تضمينها نظام واضح لتسجيل البيانات.

٤ - قابليتها للخضوع لعمليات الضبط للاطمئنان على صدقها وثباتها .

3-2 المقابلة العيادية:

هي موقف اتصال بين إثنين من الأشخاص أو أكثر بهدف الوصول إلى معلومات من أحد الطرفين (الحالة أو العميل) أو التعديل من جوانب معينة من سلوكه.

- المقابلة العيادية النصف موجهة:

وهي تلك التي تعتمد على دليل المقابلة و التي ترسم خطتها مسبقا بشيء من التفصيل و توضع لها تعليمة موحدة يتبعها جميع من يقوم بالمقابلة لنفس الغرض وفيها تتحدد الأسئلة و صياغتها و يرتب توجيهها و طريقة إلقائها بحيث تكون هناك مرونة تجعل هذه الطريقة بعيدة عن التكلف .

قسمت الطالبة المحاور كالتالي:

المحور الاول : البيانات العامة للحالة .

المحور الثاني :العنف الزواجي

المحور الثالث: الشفقة بالذات.

3-3 مقياس الشفقة بالذات:

طورت نيف مقياس خاص بالشفقة بالذات [68] يتكون من 26 فقرة موزعة على ستة مكونات : اللطف بالذات، الحكم على الذات، الانسانية المشتركة العزلة اليقظة العقلية، اثبات الهوية المفرط [8] ويتم تقدير الفقرات على هذه المكونات وفق مدرج خماسي يبدأ من (ابدأ) وينتهي بـ (دائما) ، إذ يعطى للبديل)ابدا : 1درجة) وللبديل) دائما : 5 درجة) وتحسب درجات المقاييس الفرعية من خلال اضافة درجات الفقرة، ففي النهاية يتم تجمع الدرجات الكلية الشفقة بالذات من خلال عكس فقرات المقاييس الفرعية السلبية، ومن ثم اضافة جميع درجات المقاييس الفرعية، ويتراوح مدى درجات الاجابة على المقياس من (26 الى 130 درجة) ، بثبات اتساق داخلي بلغ 0.91.

وعلى الرغم من استعمال بنية العامل الواحد للشفقة بالذات [6,8,10,17] فان بعض الدراسات فشلت في تأكيد بنية العامل الواحد ذو الرتبة العليا [20-18] واظهرت الادلة الاخيرة ان المقاييس الفرعية مستقلة ولا تقيس بنية واحدة للشفقة [21] . طور الباحثون بعد بناء هذا المقياس مجموعة من النسخ ، إذ طورت نيف مقياس الشفقة بالذات بالنسخة الهولندية [9] وقامت نيف بحذف فقرتان من هذه النسخة مقايسة بالنسخة الاصلية (الانجليزية) وذلك بسبب صعوبة ترجمتها الى اللغة الهولندية، كذلك تمت ترجمة مقياس الشفقة بالذات والتأكد من صدقه باللغة الإيطالية [19] والإسبانية [18] والتركية [23] ولدى عينات تايلاندية وتايوانية .[17] واجرى مانتزيوس وآخرون Mantzios et al بتكييف مقياس الشفقة بالذات باللغة اليونانية، وأكدت النتائج أن النسخ المترجمة تعادل التحليلات الأصلية للمقياس ، واثبتت صدقه وثباته في تعرف الشفقة بالذات لدى الافراد عبر الثقافات.

بعد ذلك قامت نيف باختزال مقياس الشفقة بالذات واعداد نسخة مختصرة مكونة من 12 فقرة ، يجاب عنها بخمسة بدائل (ابدا ،نادرا ، احيانا ،غالبا ،دائما) ويتكون مجال اللطف بالذات من فقرتان، ومجال الانسانية المشتركة من فقرتان، ومجال الحكم على الذات فقرتان، ومجال العزلة فقرتان، ومجال اليقظة العقلية فقرتان ومجال اثبات الهوية المفرط فقرتان.

تم تقنين المقياس في ولاية بسكرة وكانت الخصائص السيكومترية كالتالي:

- صدق و ثبات المقياس:

تم حسابه من خلال تطبيق الاختبار واعادة تطبيقه بعد 15 يوم على 200 طالب من كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية و تم التوصل الى معامل الارتباط (0.73) مما يدل على ثباته و تم حسابه حسب صدق المحتوى بحساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد و الدرجة الكلية وتراوحت معاملات الارتباط بين (0.13)و (0.9) بشكل ايجابي و دلالتها الاحصائية وافقت درجت.(0.01)

3-4 مقياس العنف الزواجي:

قامت الطالبة جودي فاتن بإعداد هذا المقياس اعتمادا على نتائج الدراسة الاستطلاعية وبعد الاطلاع على عدة مقاييس عربية مستخدمة في قياس العنف الزواجي وهي مقياس العنف الزواجي لأمل سالم العواودة (2002) ومقياس العنف لصفوت فرج وحصة الناصر (1999) ومقياس ستروس للعنف بين الأزواج (ستراوس – 1990) وصمم هذا الاخير لقياس خمسة أشكال من العنف التي

يمكن أن تقع بين الزوج والزوجة هي الإساءة اللفظية –الإساءة النفسية والعاطفية –العنف البدني– –العنف الجنسي– الاعتداء بالجرح أو الكسر أو الحرق إلا أنه بعد الاطلاع على هذا المقياس وجدنا أن معظم عبارات المقياس تقيس العنف الجسدي على حساب الأشكال الاخرى للعنف لذا قمنا بتصميم مقياس يقيس مختلف أشكال العنف) النفسي والجسدي واللفظي والاقتصادي والجنسي (معتمدين على نتائج الدراسة الاستطلاعية و اعتمادا على بعض العبارات الواردة في مقياس) ستراوس 1990(السابق الذكر، ويتكون مقياس العنف الزواجي المصمم من اعداد (الباحثة من 35) سؤال مقسمة الى خمسة أبعاد هي:

–1العنف النفسي: من 1الى 10

–2العنف اللفظي: من 11 إلى 14

–3العنف الجسدي: من 15 الى 27

– 4العنف الاقتصادي : من 28 الى 32

–5العنف الجنسي: من 33 إلى 35

أما مفتاح التصحيح فهو على النحو التالي:

0 يوضع حوله دائرة إذا لم يقع الحدث على الاطلاق.

1يوضع حوله دائرة إذا وقع الحدث مرة واحدة خلال العام الماضي.

2يوضع حوله دائرة إذا وقع الحدث مرتين خلال العام الماضي

3يوضع حوله دائرة إذا وقع الحدث (3–5مرات) خلال العام الماضي

4يوضع حوله دائرة إذا وقع الحدث 6)– 10(مرات خلال العام الماضي

5يوضع حوله دائرة إذا وقع الحدث) 11–20 مرة) خلال العام الماضي

مفتاح التصحيح :

طريقة حساب درجات المقياس بناءا على عدد مرات تكرار العنف بحيث تكون على النحو التالي (0:0) درجة.

مرة واحدة : درجة واحدة

مرتين درجتين

3-5مرات : 4 درجات

6-10مرات: 5 درجات

هذا عن العبارات الايجابية أما العبارات السلبية فتعكس الدرجات، وعليه تشير الدرجة العالية إلى مستوى عال من العنف.

- الصدق : هو أن يقيس الاختبار ما أعد لقياسه ولا يكون الاختبار صادقا إلا إذا توفر مايلي:

-أن يكون الاختبار قادرا على قياس ما وضع لقياسه.

-أن يكون الاختبار قادرا على قياس ما وضع لقياسه فقط.

4- حالات الدراسة

تتكون الدراسة الحالية من ثلاث حالات تم اختيارها بطريقة قصدية ، حيث يراعي فيها الباحث وجود شروط معينة تتوفر في الحالات المراد دراستها ، و من بين هذه الشروط :

- أن تكون الحالة متزوجة.

- أن تكون تعرضت للعنف من طرف الزوج . توصلنا الى ثلاث حالات تتراوح أعمارهم ما بين (50 - 60) سنة .

ثانيا: عرض و مناقشة النتائج:

الحالة الأولى:

1- تقديم الحالة

الاسم : م م .

الجنس: أنثى .

العمر : 52 سنة .

عدد الابناء: 3 أبناء .

الحالة العائلية : متزوجة .

المستوى الدراسي: 3 متوسط

المستوى الاقتصادي : متوسط.

الحالة الصحية : ضغط الدم .

المتابعة الطبية : لا يوجد متابعة .

2- نتائج المقابلة نصف الموجهة للحالة الأولى :

بعد قيامنا بالمقابلة مع الحلة و سردها لما تعانيه من زوجها الذي يعنفها كل ليلة على حسب قولها " كل ما يروح يبدا يعيط و باش يلقى حجج يضربني " و ذلك راجع لكونه مدمن يتعاطى الكحول مما يزيد من العنف خاصة في اليل بحيث يبدآ بالعنف اللفظي على أتفه الاسباب و ذلك راجع لغيابه عن الوعي بسبب الكحول وعند سردها للأحداث لاحظنا نوع من الرجفة في اليدين قد تعود الى الخوف من زوجها عند تذكر الاحداث، من خلال ما ورد تعتبر احد المؤشرات على العنف الزواجي ، ورغم ذلك الا انها تقوم بالهاء نفسها عند الشعور بالضيق و احساسها انها لديها استحقاق للعيش و المعاملة الحسنة فتقوم بأشياء تحبها بعد مدة قصيرة من العنف حسب قولها " كي نوض الصباح نطيب و مبعد نبدا كشما نخيط قنادر خطراه هاذي الحاجة لي نحبها و تفرحني " و كذلك تمسكها بالإيجابية خاصة من اجل اطفالها و خلق جو ايجابي بعيدا عن السلبية التي تعرضت لها في الليل و ذلك كما جاء في قولها " نحاول نكون إيجابية و منخممش ياسر علجال ولادي "

و من هذا المنطلق تكون مؤشر على حضور الشفقة بالذات.

3-جدول رقم(01): نتائج مقياس العنف الزواجي للحالة الأولى

ابعاد المقياس الحالة 01	نتائج أبعاد الحالة 01
العنف النفسي	38 درجة
العنف اللفظي	17 درجة
العنف الجسدي	51 درجة
العنف الاقتصادي	17 درجة
العنف الجنسي	11 درجة
المجموع	**117 درجة**

من خلال الجدول اتضح ان الدرجة الكلية التي تحصلت عليها الحالة الأولى في مقياس العنف هي 117 درجة وزعت على 51 درجة في بعد العنف الجسدي ثم 38 درجة في بعد العنف النفسي و 17 درجة في بعد العنف اللفظي و الاقتصادي و أخيرا 11 درجة في بعد العنف الجنسي.

4-جدول رقم(02) :نتائج مقياس الشفقة بالذات للحالة الاولى :

	الدرجة الكلية
المجموع	44 درجة

من خلال نتائج الجدول اتضح أن لها مستوى عال من الشفقة بالذات .

5-التحليل العام للحالة الأولى::

من خلال نتائج المقابلة نصف الموجهة و الملاحظة الضمنية و مقياس العنف الزواجي ومقياس الشفقة بالذات **تبين أن** هذه الحالة تعرضت للعنف الجسدي و المعنوي و الذي هو ظاهر في الضرب المبرح خاصة في الليل بعد شربه الكحول يصبح ليس في وعيه فيبدأ بالإساءة اللفظية حتى يصل الى

الضرب على أتفه الأسباب أمام الأولاد كما تتعرض للإساءة النفسية عن طريق سوء المعاملة التي تسبب نوع من تأثيرات نفسية عليها أو اضطرابات نفسية و هذا ما أكدته دراسة(زين الدين 2017) التي توصلت الى أن أكثر الاضطرابات السيكوسوماتية في العنف الزواجي هي التوتر ,الاكتئاب و القلق، و أكدنا حسب مقياس العنف أنها تعاني من العنف الجسدي كأعلى درجة (51 درجة) ، و يليه العنف النفسي في (38 درجة) ، إلا أنها تحاول مقاومة هذا الصراع بتحمل مشاعر المعاناة بدفء و حب و اهتمام اتجاه ذاتها التي تعد أحد أهم أبعاد الشفقة بالذات و هي اللطف بالذات و اعتمادا على نتائج المقياس اتضح أن لها نوع من الشفقة بالذات و تقبل جوانب غير مرغوبة في حياتها وهذا ما أكدته دراسة(أحمد سيد التيلاوي) على أنه درجة المرونة النفسية و العنف ضد المرأة يمكن أن يتنبأ بالشفقة بالذات.

الحالة الثانية:

1- تقديم الحالة:

الاسم : ب ب .

الجنس : أنثى .

العمر : 51 سنة .

الحالة العائلية : متزوجة .

المستوى الدراسي : بكالوريا .

المستوى الاقتصادي : متوسط .

الحالة الصحية : ضغط الدم .

متابعة طبية : لا يوجد متابعة.

2- نتائج مقابلة نصف الموجهة للحالة الثانية :

تمت المقابلة مع الحالة على نحو جيد حيث سردت مجموعة من الخبرات التي عاشتها والتي وقعت ضحية العنف من طرف الزوج الذي تمثل في العنف اللفظي أكثر من الجسدي على حسب قولها " كان يسبني على اتفه الأسباب " و مع مرور الزمن تحول ذلك العنف المعنوي الى تهديدات بالعنف الجسدي حسب قولها " كان ديما يهددني بالعنف و الطلاق قدام لولاد " الا انها مع كل ذلك حاولت الحالة ان تتناسى و تتعايش مع الوضع رغم مرورها بفترات ضعف أمام الاخرين على حسب قولها " ساعات نتغم و نبكي و

نفرغ قلبي و منبعد نسي روحي علاجال ولادي " إلا أن الحالة رغم ذلك تحاول أن ترى معاناتها كجزء من الحالة الانسانية و ذلك حسب قولها " ساعات نقول مش غير أنا لي صاريلي هاد الشيء الناس كل راهي تعاني "و استخدام التفريغ الانفعالي لأخواتها و محاولة ادخال أفكار إيجابية التي هي أحد أساسيات علم النفس الإيجابي التي تتضمن الشفقة بالذات.

3-جدول رقم(03): نتائج مقياس العنف الزواجي للحالة الثانية:

ابعاد المقياس للحالة الثانية	نتائج أبعاد مقياس الحالة الثانية
العنف النفسي	44درجة
العنف اللفظي	17درجة
العنف الجسدي	27درجة
العنف الاقتصادي	21درجة
العنف الجنسي	7درجات
المجموع	**116درجة**

من خلال الجدول اتضح ان الدرجة الكلية التي تحصلت عليها الحالة الثانية في مقياس العنف هي 116درجة وزعت على 44 درجة في بعد العنف النفسي ثم 27 درجة في بعد العنف الجسدي و 21 درجة في بعد العنف الاقتصادي و كذلك 17 درجة في بعد العنف اللفظي و أخيرا 7 درجات في بعد العنف الجنسي .

4-جدول رقم (04) : نتائج مقياس الشفقة بالذات للحالة الثانية :

	الدرجة الكلية
المجموع	38 درجة

من خلال نتائج الجدول اتضح أن لها مستوى عال من الشفقة بالذات .

5--التحليل العام للحالة الثانية :

من خلال نتائج المقابلة نصف الموجهة و الملاحظة الضمنية و مقياس العنف الزواجي ومقياس الشفقة بالذات اتضح أن الحالة تعرضت للعنف النفسي أكثر من الجسدي و هذا ما أكدته نتائج المقياس العنف الزواجي و يشمل هذا العنف إثارة الخوف عن طريق الترهيب و التهديد بالإيذاء و هذا ما أكدته الحالة بأنها تتعرض للتهديد من طرف الزوج بالطلاق و الضرب و الطرد من المنزل هي و أطفالها و قد يتبع هذا العنف أحيانا بالعنف الجسدي.

إلا أن الحالة رغم ذلك تحاول أن ترى معاناتها كجزء من الحالة الانسانية أي بعد الانسانية المشتركة فهي تدرك أن المعاناة جزء يشترك به مع الخبرة الانسانية بدلا من الاعتقاد بان هذه الخبرة تحدث لها فقط ،أي الدمج المتوازن بين الذات و الاخرين و هذا المكون و ادراك بين الصلة الشخصية و تجارب الاخرين فالبشر جميعهم يعانون فهي معاناة انسانية عامة و كذلك تستخدم آلية التناسي و في بعض الأحيان بالتفريغ الانفعالي لأخواتها عبر الهاتف للتخفيف من الضغط الذي تواجهه و هي من استراتيجيات التكيف الفعالة لتدعيم الصحة النفسية و هذا ما أكدته دراسة (نابت عبد العزيز ، 2009) أن الأشخاص الذين خضعوا لجلسات التفريغ الانفعالي عبروا عن ارتياحهم لوجود شخص يسمع معاناتهم و يشعر بهم ، و بالتالي ظهر متغير الشفقة بالذات بقوة في مؤشر الانسانية المشتركة .

الحالة الثالثة :

1- تقديم الحالة

الإسم: س.ب.

الجنس: أنثى.

العمر: 60 سنة.

الأبناء: 4 أبناء.

الحالة العائلية: متزوجة .

المستوى الدراسي : سنة ثالثة ابتدائي .

المستوى الاقتصادي : منخفض.

الحالة الصحية : الصدفية و ضغط الدم.

المتابعة الطبية : توجد متابعة طبية للصدفية.

2- مقابلة نصف الموجهة للحالة الثالثة :

تمت المقابلة نصف موجهة على الحالة فسردت لنا بعض من الأحداث الحياتية مع زوجها ووصفت لنا طريقة الضرر النفسي و الجسدي الذي تتعرض له ابتداء من اليوم الأول الذي كان (ليس في وعيه) نتيجة شربه للكحول فقام بصفعها على وجهها فكان يوما أسودا حسب قولها :" أول نهار معاه كان أكحل منجيش حتى نتفكروا ضربني بكف من الخلعة درتها على روحي "

من ذلك اليوم استمر العنف اللفظي و التهديدات بشكل دائم حتى في وجود الأولاد كذلك من الناحية الاقتصادية كان جد بخيل و لا يوفر لها احتياجاتها الخاصة و كذلك للمنزل و الأطفال لدرجة أنها كانت الأم هي التي تساعدها خفية عليه و ذلك جاء في قولها :" كان ميمدليش دراهم مع أنو كان عندو و كانت يما هي اللي تجيبلي قنادر تاع الدار باش نلبسهم "

حيث كانت في حالة انهيار شديد تمثل في البكاء و العزلة و كذلك في قلق و توتر دائم الى أن جاء اليوم بعد كبر أولادها بدأ يتغير تفكيرها حسب قولها: " كي شفت ولادي كبرو قولت علاه راني حاملة هاذ الشي " بدأت تظهر بعض المؤشرات الشفقة بالذات كالعناية بنفسها و التفكير في كيفية الخروج من هذه الحالة ومعايشة الخبرة في اللحظة الحاضرة بشكل متوازن و هذا يدل على و جود بعد اليقضة العقلية و إعادة بناء حياتها و أول ما فكرت فيه هو الطلاق من هذا الشخص.

3-جدول رقم(05) :نتائج مقياس العنف الزواجي للحالة الثالثة:

ابعاد المقياس للحالة الثالثة	نتائج أبعاد مقياس الحالة الثالثة
العنف النفسي	41 درجة
العنف اللفظي	15 درجة
العنف الجسدي	52 درجة
العنف الاقتصادي	20 درجة
العنف الجنسي	4 درجات
المجموع	132 درجة

من خلال الجدول اتضح ان الدرجة الكلية التي تحصلت عليها الحالة الثالثة في مقياس العنف هي 132 درجة وزعت على 52 درجة في بعد العنف الجسدي ثم 41 درجة في بعد العنف النفسي و 20 درجة في بعد العنف الاقتصادي و كذلك 18 درجة في بعد العنف اللفظي و أخيرا 4 درجات في بعد العنف الجنسي.

4-جدول رقم(06) :نتائج مقياس الشفقة بالذات للحالة الثالثة :

	الدرجة الكلية
المجموع	41 درجة

من خلال نتائج الجدول اتضح أن لها مستوى عال من الشفقة بالذات .

5- التحليل العام للحالة الثالثة:

من خلال نتائج المقابلة نصف الموجهة و الملاحظة الضمنية و مقياس العنف الزواجي ومقياس الشفقة بالذات و اعتمادا على نتائج المقياس اتضح أن الحالة تعرضت للعنف بجميع أبعاده منها العنف الجسدي كأعلى درجة كلما اعترضت طريقه يقوم بضربها بحيث كل هذا يسبب لها نوع من الحرمان نتيجة عدم اشباع حاجاتها المادية و المعنوية يسبب لها القلق لعدم توفر لها الدعم النفسي و الاجتماعي للتحقق من

الاثار المترتبة من العنف هذا ما أكدته دراسة (الشيخ 2004) لوجود ارتباط جوهري بين العنف اللفظي و الجسدي و من جهة متغيرات الاكتئاب و اضطراب الضغوط و مفهوم الذات من جهة أخرى إلا أنها في الآونة الأخيرة بدأت تتغير نظرتها للحياة خاصة بعد ملاحظتها لأولادها أصبحوا مستقلين ماديا و تغير تفكيرها إيجابيا و توصلت الى فهم نفسها في مواقف المعاناة و أصبح لها نوع من اليقظة العقلية و هي حالة من الوعي المتوازن و تحديد الأفكار و المشاعر المؤلمة بدلا من الإفراط في تحديد المشاعر السلبية و نوع من العطف بالذات حيث تحاول حاليا علاج نفسها بالرعاية و التقبل بدلا من الأحكام الذاتية القاسية كونها رأت أنها لا تستحق هذا النوع من المعاناة فتوصلت في الأخير إلى الرغبة في الطلاق .

11-مناقشة النتائج على ضوء الفرضية:

مناقشة النتائج على ضوء فرضية الدراسة بحيث جاءت فرضية الدراسة كما يلي :

مستوى الشفقة بالذات لدى المرأة المعنفة من طرف الزوج منخفض.

بعد التحليل العام للحالات و من خلال أدوات الدراسة تم استخدام الملاحظة والمقابلة العيادية نصف الموجهة و مقياس العنف الزواجي ومقياس الشفقة بالذات تحليل نتائج الحالات كالتالي :

الحالة :1 تعاني من العنف ذو البعد الجسدي كأعلى درجة و وجود احد مؤشرات الشفقة بالذات هو اللطف بالذات و ذلك ساعد في رفع مستوى الشفقة بالذات و بالتالي لم تتحقق الفرضية مع الحالة الأولى.

الحالة :2 تعاني من العنف ذو البعد النفسي كأعلى درجة و استخدام آلية التفريغ الانفعالي و بعد الانسانية المشتركة التي ساعدت على وجود شعور الشفقة بالذات بمستوى مرتفع و بالتالي لم تتحقق الفرضية مع الحالة الثانية .

الحالة :3 تتعرض من العنف ذو البعد الجسدي كأعلى درجة و استخدام مؤشرات الشفقة بالذات منها اليقظة العقلية و اللطف بالذات التي ساعدت على ارتفاع مستوى الشفقة بالذات مرتفع و بالتالي لم تتحقق الفرضية مع الحالة الثالثة.

على الرغم من معاناة حالات الدراسة الثلاث من العنف المترجم بشكليه المادي و المعنوي الا ان نتائج ادوات الدراسة بينت مستوى الشفقة بالذات مرتفع حيث ظهر في الابعاد التالية :

-بعد اللطف بالذات التي تشير الى تعامل مع الذات برفق و بشكل مبني على الفهم بدلا من قسوة النقد الذاتي و الحكم عليها و هذا البعد يتضمن الدفء العاطفي نحو الذات و الفهم و اظهار التأثير الايجابي نحو الذات و هذا ما ظهر على الحالة الاولى و الحالة الثالثة .

اما بعد الانسانية المشتركة يتضمن الدمج المتوازن بين الذات و الاخرين فهو ادراك الصلة بين تجارب الشخصية و تجارب الاخرين ان المعاناة الشخصية و عدم الكفاية الذاتية و هو جزء من التجارب الانسانية العامة المشتركة و هذا ما ظهر في الحالة الثانية ،و اخيرا بعد اليقظة العقلية التي تشير الى الوعي بالخبرات في اللحظة الحاضرة و ادراك الافكار و الانفعالات المؤلمة بشكل متوازن بدلا من الافراط في التوحد معها و هي حالة يكون فيها الفرد منتبها و واعيا بالذي يحدث في الوقت الحاضر اي الاهتمام المعزز للوعي بالواقع الحالي و هذا ما ظهر في الحالة الثالثة.

* توافقت دراستنا مع الدراسات السابقة في نوع العنف الزواجي ضد المرأة و مدى تقبله حيث توصلت دراستنا أن العنف المنتشر بكثرة هو العنف النفسي والجسدي و هذا ما أكدته نتائج مقياس العنف الزواجي حيث توافقت مع :

- دراسة) أسماء عزيز عبد الكريم ((2020) أنواع العنف الزواجي الممارس ضد الزوجة التي توصلت الى ان أكثر أنواع العنف الزواجي الممارس ضد الزوجة هو العنف النفسي و الجسدي.
- دراسة) المعصوابي ((2015) العنف الزواجي ضد الزوجة و مستوى تقبله التي توصلت الى ان هناك علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد مقياس تقبل العنف الزواجي.

توافقت دراستنا مع الدراسات السابقة في علاقة الشفقة بالذات بالجانب النفسي حيث توصلت دراستنا ان الشفقة بالذات تخفف الصراعات النفسية حيث توافقت مع :

- دراسة) أبو زيد ((2019) الشفقة بالذات لخفض الوحدة النفسية توصلت أن هناك علاقة بين الشفقة بالذات و العنف الزواجي .

توصلنا الى نتيجة الحالات الثلاث ان لديهم الشفقة بالذات مرتفعة و ذلك لتعايش الحالات مع خبرة المعاناة و هي العنف من طرف الزوج لعدم وجود سند خارجي للنجاة و عدم استطاعتها الطلاق للأسباب قد تعود الى غياب السكن و عدم وجود ملجئ أو غياب الاستقلالية المادية أو الخوف من نظرات المجتمع غيرها...

وهذه كلها من بين المسببات أدت مع الوقت تقبل حالات الدراسة للعنف كدراسة التي قام بها في 2018 (RAF et al)بدراسة هدفت الى تحديد العوامل الدافعة الى ممارسة العنف نحو المرأة و ما إذا كان تقبل المرأة للعنف يرتبط بشكل سببي بتعرضها له و مدى تأثير الوضع الاقتصادي و الاجتماعي و منه تجاوزه الى تبني ميكانيز مات دفاع إيجابية ترجمت وجود المستوى المرتفع للشفقة بالذات بين مؤشرات اللطف بالذات.

من جهة أخرى يجب التنويه بان النتائج تبقى محصورة في حالات الدراسة الحالية و لا تؤخذ على وجه الاطلاق و يمكن تلخيص نتائج الدراسة في الجدول التالي:

جدول رقم(07) : جدول تلخيص الدراسة

	الفرضية
الحالة الأولى	(-)
الحالة الثانية	(-)
الحالة الثالثة	(-)

-اشارة (–) تعني عدم تحقيق الفرضية.

الخاتمة

الخاتمة

جاءت الدراسة للتعرف على مستوى الشفقة بالذات لدى المرأة المعنفة من طرف الزوج.

و بالتالي حاولت التقرب من أحد أهم حركات علم النفس الايجابي الذي يعتبر من أهم فروع علم النفس البارزة حديثا ، اذ ال يميل الى التركيز على خلل وظيفي في عضو ما بالجسم ، انما يهتم بازدهار حياة الانسان و عيش حياة صحية و سعيدة ، و يركز على كل ما يساهم في سعادة الانسان و صحته العاطفية و النفسية ،و تعتبر الشفقة بالذات من أهم مفاهيمه التي تساعد في ظهور جوانب عديدة للرفاهية النفسية التي تزود بوجدان ايجابي و شعور قوي من القبول الذاتي ، و توجيه الفرد نحو ذاته من حيث الانتباه اليها، و الاهتمام بها و التعامل معها بلطف عند التعرض لمعاناة أليمة ، التي أصبحت لها دور كبير في حالات العنف و كيفية مواجهتها و بناء حصانة التي تساعد على مواجهة تلك المشاعر السلبية و مواجهة تلك المواقف المؤلمة و التعامل معها بأكثر عقلانية و مرونة و النظر للنفس نظرة رحمة و عطف ، تم تبني الفرضية القائلة فرضية الدراسة "مستوى الشفقة بالذات لدى المرأة المعنفة من طرف الزوج منخفض ". لاختبارها تم اتباع منهج العيادي مع تقنية الدراسة حالة و كانت الأدوات الملاحظة و المقابلة و كذلك مقياس الشفقة بالذات و مقياس العنف الزواجي، الا انها لم تتحقق و بينت نتائج أن مستوى الشفقة بالذات مع حالات الدراسة الثالثة مرتفعة ظهرت أكثر في أبعاد الشفقة بالذات التي تمثلت في اللطف بالذات و الإنسانية المشتركة و كذلك اليقظة العقلية.

يمكن تقديم بعض الاقتراحات على ضوء نتائج الدراسة

على ضوء نتائج الدراسة يمكن تقديم بعض الاقتراحات الدراسة:

*خلق برامج فعالة تساهم في الرفع من مستوى الشفقة بالذات.

*تصميم و تطبيق برامج ارشادية لرفع مستوى الشفقة بالذات كمدخل لتحسين الصمود النفسي

*التركيز على المتغيرات النفسية القرب الايجابية ، بالضافة لمتغير الشفقة بالذات ، و التي من شأنها

أن تزيد من قدرة الفرد على يعيش كريم و تبني لأسلوب صحي و ايجابي ، و مواجهة حالات اليأس و الإحباط ،و الاحتفاظ بصحته النفسية و الجسدية.

*جمعيات تتكفل بالمرأة المعنفة.

قائمة المراجع

قائمة المراجع

- **باللغة العربية:**

1) بدوية رضوان ، (2019): الشقة بالذات وعلاقتها بالصمود النفسي وقلق المستقبل لدى أمهات الأطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة ، مجلة كلية التربية ، العدد 6 الجزء الأول ، جامعة الإسكندرية، مصر.

2) جودي فاتن, التواصل الزواجي و علاقته بالعنف ضد المرأة, رسالة دكتورا, جامعة محمد خيضر، الجزائر.

3) حسينة صياد، (2022): سوسيولوجيا الصنف الموجه ضد المرأة ، مذكرة، جامعة العربي التعيسي ، الجزائر.

4) حاج سليمان فاطمة الزهراء، المنهج العيادي و دراسة حالة لسنة الثالثة ليسانس علم النفس، مطبوعة ، بدون طبعة.

5) زهير النواجحة، (2018) : الشفقه بالذات لده أمهات أطفال داون ،مجلة الجامعة الإسلامية ، جامعة القبرص فلسطين .

6) سهيلة محمود ، (2005): العنف ضد المرأة (أسبابه اثاره و كيفية علاجه) ، المعتز دار دجلة للنشر و التوزيع، الطبعة الأولى، عمان.

7) سامي مقلاني ، (2017): تفسير ظاهرة العنف في الجامعات الجزائرية من طرف هيئة التدريس، شهادة دكتوراه، جامعة العربي بن مهيدي ، الجزائر.

8) علي ياحي، (2022): تنامي ظاهرة العنف ضد المرأة في الجزائر، مجلة العربية ، الجزائر.

9) علي معمر عبد المؤمن، (2008) : مناهج البحث في العلوم الاجتماعية (الأساسيات، التقنيات، الأساليب)، جامعة 7 أكتوبر الإدارة العامة للمكتبات إدارة المطبوعات والنشر، الطبعة الأولى ، ليبيا.

10) عفراء العبيدي، (2017): الشفقة بالذات لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات، مجلة العلوم الاجتماعية، العدد 26 ، جامعة بغداد، العراق.

11) عبد الرازق محمود ، الشفقة بالذات و علاقتها بالمرونة النفسية و العنف ضد المرأة المطلقة، جامعة المانيا، المانيا.

12) عبير صبان ، العنف الزواجي و علاقته بالشفقة بالذات في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية ، كلية التربية جامعة أم القرى، السعودية.

13) عزيزة عنو، (2011): العنف الزواجي و علاقته بأبعاد الرضا عن الحياة وبعض المتغيرات النفسية لدى المرأة الجزائرية، مجلة العلوم الإنسانية، العدد 35، جامعا منتوره قسنطينة. الجزائر

14) فتحي مسمار، (2020): جرائم العنف ضد المرأة و اثارها على المجتمع من وجهة نظر العاملين في مراكز حماية الأسرة، المجلة العربية للنشر العلمي، العدد 22 الأردن.

15) فتحية عبيد، و اخرون، (2021): الشفقة بالذات و علاقتها بالصمود النفسي لدى طلاب كلية التربية جامعة طرابلس، مجلة كليات التربية، العدد 21، ليبيا.

16)

17) محمد فهمي ، (2012): العنف الأسري، دار الكتب و الوثائق القومية، الطبعة الأولى، ، مصر.

18) منى بحري، (2015): مشكلات الأسرة عنف الأزواج ضد الزوجات، الدار المنهجية للنشر و التوزيع، الطبعة الأولى.

19) محمد عبد الرحمان، (2015): مقياس الشفقة بالذات، دار الكتاب الحديث، الطبعة الأولى، القاهرة.

20) مروة محمود ، (2018) : الشفقة بالذات و علاقتها ببعض المشكلات النفسية و الاجتماعية الناتجة عن استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة، مجلة البحث العلمي في التربية، العدد التاسع عشر، جامعة الاسكندرية، مصر.

21) وصال العتال، (2020): الشفقة بالذات و الأمن النفسي و علاقتها بالتوجه نحو الحياة (لدى مطلقات في محافظات غزة) ، جامعة الاقصى، فلسطين.

- **باللغة الاجنبية**

1) neff,k self compassion .2003 : an alternative conceptualization of a healthy attitude, toward one self.self and identity (2) b.
2) marie claude hofner,2011 : 10ans de lutte contre la violence, canton de vaud, centre universitaire romand de medecin légale (CURML

الملاحق

1-أسئلة المحاور

1-1 أسئلة المحور الأول: العنف الزواجي:

1- متى أول مرة عنفني؟

2- هل العنف جسدي أم معنوي؟

3- هل يقوم بتهديدك؟

4- هل التهديد دائم أم لا ؟ و بماذا ؟

5- هل تعنفي أمام الأطفال أم لا ؟

1-2 أسئلة المحور الثاني: الشفقة بالذات:

1- كيف تكون ردة فعلك؟

2- كيف يكون احساسك بعد مدة من العنف؟

3- كيف يمر يومك ؟

4- هل تشعرين أنك الوحيدة التي تعانين من العنف؟

5- هل تتحكمين في انفعالاتك؟

6- هل تحاولي أن تتناسي أو تتذكري؟

7- هل تحاولي أن تكوني إيجابية (تفرحي نفسك) ؟

2-جداول المناقشة:

-جدول الشفقة بالذات:

العبارات	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما
1. عندما أفشل في شيء مهم بالنسبة لي, فاني أصبح منشغلا بمشاعر عدم الكفاءة.					
2. أحاول أن أكون متفهما و صبورا اتجاه الجوانب التي لا أحبها في شخصيتي .					
3. عندما أواجه الاشياء المؤلمة , فاني احاول تبني وجهة نظر متوازنة لهذا الموقف .					
4.عندما اشعر بالدونية , فاني اميل الى التفكير بان معظم الناس اكثر سعادة مني.					
5. احاول ان ارى اخطائي كجزء من الحالة الانسانية .					
6. عندما امضي عبر الاوقات الصعبة,فاني اعطي لنفسي الرعاية و الحنان الذي احتاجه.					
7. عندما يزعجني شيئا ما , فاني احاول الحفاظ على توازن انفعالاتي.					
8.عندما افشل في شيىء مهم بالنسبة لي , فاني اميل الى الشعور بالوحدة مع مشاعر فشلي.					
9. عندما اشعر بالدونية فاني اميل الى القلق و التثبت بكل ما هو خاطىء .					

10. عندما اشعر بعدم الكفاءة بطريقة ما , فاني احاول ان اذكر نفسي بان مشاعر عدم الكفاءة مشتركة لدى معظم الناس .					
11. احكم على نفسي من خلال عيوبي و ضعفي.					
12. انا غير متسامح و قليل الصبر تجاه المظاهر التي لا احبها في شخصيتي.					

- جدول العنف الزواجي:

العبارات	1	2	3	4	5
1- لا يعطيني زوجي العناية و الاهتمام.	1	2	3	4	5
2- لا يشرح لي زوجي وجهة نظره في موضوع لم نتفق حوله.	1	2	3	4	5
3 -لا يظهر زوجي الاحترام اتجاه احاسيسي حول موضوع ما.	1	2	3	4	5
4- سبق ان غضب زوجي و ترك الغرفة اثناء خلاف بيني و بينه.	1	2	3	4	5
5- سبق ان غضب زوجي و ترك البيت اثناء خلاف بيني و بينه.	1	2	3	4	5
6- يرفض زوجي التحدث الي لأيام.	1	2	3	4	5
7- يتجاهل زوجي رايي في أي موضوع نتناقش فيه.	1	2	3	4	5
8- يمنعني زوجي من زيارة الأقارب من الدرجة الأولى.	1	2	3	4	5
9 -سبق ان هددني زوجي بالضرب.	1	2	3	4	5
10- سبق ان هددني زوجي بالطلاق.	1	2	3	4	5
11- زوجي سبق ان دمر او اتلف شيئا خاصا بي.	1	2	3	4	5
12- زوجي سبق ان سبني و شتمني.	1	2	3	4	5
13- زوجي سبق ان ناداني بالسمينة و القبيحة.	1	2	3	4	5
14- زوجي سبق ان وصفني بالالفاظ غير اللائقة.	1	2	3	4	5

15- زوجي سبق ان صرخ في وجهي.	1	2	3	4	5
16- زوجي سبق ان قذف بعنف شيئا كاد ان يؤذيني.	1	2	3	4	5
17- زوجي سبق ان لوى بعنف يدي.	1	2	3	4	5
18- زوجي سبق ان لوى بعنف شعري.	1	2	3	4	5
19- سبق ان اصبت بجرح بسبب عراك مع زوجي.	1	2	3	4	5
20- سبق ان اصبت بالتواء في المفصل بسبب عراك مع زوجي.	1	2	3	4	5
21- زوجي سبق ان دفعني بشكل عنيف.	1	2	3	4	5
22- زوجي سبق ان استخدم القوة (كالضرب و الإيقاع على الأرض)	1	2	3	4	5
23- زوجي سبق ان استخدم السكين معي.	1	2	3	4	5
24- سبق ان ابتعدت عن ضربة عنيفة اثناء شجار بيننا.	1	2	3	4	5
25- سبق ان ذهبت الى الطبيب بعد عراك مع زوجي.	1	2	3	4	5
26- سبق ان دفعني زوجي الى الحائط.	1	2	3	4	5
27- سبق ان صفعني زوجي على وجهي.	1	2	3	4	5
28- يرفض زوجي اعطائي ما يكفي من المال لمصاريف المنزل حتى لو كان يملك مالا ينفقه على أمور أخرى.	1	2	3	4	5
29- يطلب زوجي كيفية صرفي للمال بالتفصيل.	1	2	3	4	5
30- يأخذ زوجي من مالي دون اذن مني.	1	2	3	4	5
31- يتصرف زوجي بأملاكي الخاصة.	1	2	3	4	5
32- يمنعني من العمل دون رغبتي.	1	2	3	4	5
33- سبق ان اصر زوجي على ممارسة الجنس معي بينما لم تكن لدي الرغبة.	1	2	3	4	5
34- سبق ان استخدم القوة كالضرب لجعلي اخضع لرغباته الجنسية.	1	2	3	4	5

35- سبق ان استخدم زوجي الترهيب و التخويف لجعلي اقبل ممارسة الجنس المحرم معه.	1	2	3	4	5
المجموع العام					