

العفو كمتغير معدل للعلاقة بين الخلافات الزوجية وأعراض الاكتئاب

لدى الزوجات العاملات وغير العاملات

د. هدي إبراهيم عبد الحميد

قسم علم النفس - جامعة حلوان

ملخص

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الخلافات الزوجية وأعراض الاكتئاب، كما استهدفت أيضا معرفة دور العفو كمتغير معدل للعلاقة بين الخلافات الزوجية وأعراض الاكتئاب لدى المتزوجات العاملات وغير العاملات، بالإضافة إلى معرفة درجة إسهام العفو ومكونيه الفرعيين في التنبؤ بكل من الخلافات الزوجية والاكتئاب لدى المتزوجات العاملات وغير العاملات، بالإضافة إلى التعرف على الفروق بين الزوجات العاملات وغير العاملات في متغيرات الدراسة. وقد تكونت عينة الدراسة من (ن=٢٠٢) من المتزوجات العاملات وغير العاملات، تراوحت أعمارهم ما بين ٢١ إلى ٤٤ عاماً، بمتوسط عمري قدره ٣٤,٢١ سنة وانحراف معياري قدره ٥,٩٠ سنة، وطبق عليهم قائمة البيانات الأساسية، ومقياس العفو إعداد الباحثة، ومقياس الخلافات الزوجية من إعداد الباحثة، ومقياس بيك للاكتئاب ترجمة غريب عبد الفتاح (٢٠٠٠)، وقد توصلت نتائج الدراسة إلي عدم وجود فروق بين الزوجات العاملات والزوجات غير العاملات في العفو ومكونيه الفرعيين، بينما توجد فروق بينهن في الخلافات الزوجية في اتجاه الزوجات العاملات، وبالمثل توجد فروق بينهن في الاكتئاب والفروق كانت في اتجاه الزوجات غير العاملات، كما توصلت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط موجب دال احصائيا بين الخلافات الزوجية والاكتئاب، ووجود ارتباط عكسي دال احصائيا بين العفو ومكونيه الفرعيين، وكل من الخلافات الزوجية والاكتئاب، كما أشارت النتائج إلى أن العفو ومكونيه الفرعيين يُعدان متغيراً معدلاً يخفف من العلاقة بين الخلافات الزوجية وأعراض الاكتئاب، كما توصلت النتائج إلي أن العفو ومكونيه الفرعيين أسهموا في التنبؤ بكل من الخلافات الزوجية والاكتئاب.

الكلمات المفتاحية: العفو - المتغيرات المعدلة - الخلافات الزوجية - أعراض الاكتئاب - الزوجات العاملات وغير العاملات.

مقدمة

السعادة الزوجية مطلب أساسي لكل من الزوجين، فمن خلالها يتحقق لهما الاستقرار النفسي الاجتماعي، ومع ذلك لا تخلو أي علاقة زوجية من الخلافات البسيطة، التي تزول بزوال المسبب لها، لان الخلافات البسيطة أمر طبيعي في الحياة الزوجية بل إنها مفيدة أحيانا للزوجين حيث تكسبهما مزيدا من الخبرة والتفهم للحياة الزوجية، وقد تكون مجالا لتنفيس شحنات انفعالية ضارة تتحسن وتقوى بعدها العلاقة الزوجية لأنها تؤدي إلي إزالة سوء الفهم أو الشكوك وحسم العديد من المشكلات بين الطرفين، ولكن عندما تستمر الخلافات الزوجية (خيانة- خيبة أمل- ظلم-إساءة وغيرها) فترات طويلة، فإنها تؤثر مشاعر سلبية قوية (دافع الانتقام- دافع التجنب) لها القدرة على إحداث خلل أو اضطراب في العلاقة الزوجية، الأمر الذي يجعل المساء إليه محتفظاً بمشاعر وأفكار وسلوكيات سلبية عن المسئ والتي بدورها

تؤدي إلى تفاقم الغضب والانزعاج (Fincham et al., 2004; Ghaemmaghami et al., 2011) عزت، ٢٠٠٠، الجهني، ٢٠٠٥).

وهذا ما أكده جوردن وزملاؤه (Gordon et al (2005) من أن الخلافات الزوجية قد تهيئ لمدى واسع من النواتج السلبية، ومنها الاكتئاب، فالخلافات الزوجية والصراعات تسبق ظهور المشكلات النفسية كأعراض الاكتئاب، بل تسبق ظهور كثير من المشكلات الصحية بما في ذلك التأثير سلباً على الجهاز المناعي (Whisman et al., 2004).

وقد أوضح ويسمان (Whisman (2015) ويسمان وزملاؤه (Whisman et al (2001) أن هناك ارتباطاً وثيقاً وعلاقة تبادلية بين الخلافات الزوجية والاكتئاب، فهما وجهان لعملة واحدة، أي أن الخلافات الزوجية يمكن أن تؤدي إلى الاكتئاب، كما أن الاكتئاب يمكن أن يؤدي إلى الخلافات الزوجية، ولما كانت الخلافات الزوجية أمر لا مفر منه وهو جزء لا يتجزأ من الحياة الزوجية، وأحياناً يؤدي إلى الغضب والاستياء والألم، والجرح والمشاعر السلبية كالقلق والاكتئاب التي تخلق دورات من العدائية والرغبة في الانتقام (Rijavec et al., 2010). لذا ظهرت الحاجة إلي ما يساعدنا على تجاوز الصراعات والخلافات وما يترتب عليها من آثار نفسية، فبدلاً من التركيز على الجوانب السلبية ونقاط الضعف والضعف في العلاقات الزوجية كالصراعات والخلافات والطلاق، يتم التركيز على الجوانب الإيجابية ومداخل القوة كالعفو والتسامح والتعاطف والامتنان، وهذا ما يدعم التوجهات المعاصرة لعلم النفس الإيجابي، الذي يهدف إلى تحفيز العلماء وتغيير توجهاتهم، من الاستغراق التام في علاج الاضطرابات النفسية، إلى الاهتمام بدراسة جوانب القوة لدى الفرد والانفتاح على الموارد المتاحة لتحقيق أقصى إفادة من الاستعدادات الكامنة. وبهذا يتجسد الإسهام الحقيقي لعلم النفس الإيجابي في دعوة الباحثين لمناصرة الموضوعات النفسية الإيجابية، بحيث تصبح هي السائدة في علم النفس كله طوال القرن الحادي والعشرين واستخدام مناهج متقدمة لدراساتها (أنور وعبد الصادق، ٢٠١٠).

ويرى علم النفس الإيجابي إنه يمكن تجنب الآثار السلبية للخلافات الزوجية بصورة جزئية في حالة وجود متغيرات وسيطة أو متغيرات وقائية أسرية وزوجية في مواجهة الخلافات، وهي متغيرات نفسية واجتماعية من شأنها التخفيف من تأثير الأحداث الضاغطة على الجوانب المعرفية والانفعالية والاجتماعية للفرد وتساعده على الاحتفاظ بصحته الجسمية والنفسية رغم تعرضه للضغوط، وهذه المتغيرات تؤدي دوراً مهماً في إدراك الخلافات وفي مواجهتها (مخيمر، ١٩٩٥؛ Rutter, 1990:181).

ومن هذه المتغيرات متغير العفو الذي يشكل آلية وقائية تعمل كمتغير معدل^(١)، في حالة توجيه إساءة إلى شخص ما، حيث أن العفو يؤدي إلى تحسن الحالة الصحية والعقلية للمساء إليه، ويجعله يشعر بالراحة والرضا نتيجة تحرره من المشاعر السلبية كالعدائية، والرغبة في الانتقام، أو التجنب، وما يترتب عليهم من قلق، واكتئاب (Maltby et al., 2005: 5).

ويُعد العفو خطة يمكن أن تساعد الزوجات على الاستفادة من أعلى مستويات مهارات التواصل الإيجابي، وانخفاض مستوى العلاقات السلبية والصراعات السلوكية (Asil et al., 2014).

وذلك لأن العفو يحدث تغييرات إيجابية في الصحة الانفعالية والبدنية، بالإضافة إلى أنه يخلق شعوراً بالتمكن ويعيد التوافق والمصالحة بين المُسئ والمساء إليه، ويساعد الأشخاص على نسيان الخبرات الأليمة في ماضيهم، ويبسر التصالح في العلاقات (صابر، ٢٠١٢)، حيث يصبح الفرد بالعفو قادراً على تعديل استجاباته السلبية تجاه الاعتداءات والانتقامات ويصبح أكثر دافعية للتصرف بطرق إيجابية (McCullough & Witvliet, 2000)، وهذا ما أيدته دراسة كل من جوردن ومكنلتى (McNulty, 2008: 171 Gordon et al., 2005) والتي أشارت إلى أن العفو يقلل ويحد من الصراعات الزوجية، بالإضافة إلى أنه يعزز الإدراك الإيجابي لدى الزوجين لأهمية العلاقة التي تربط بينهما.

كما ترى الباحثة أن العفو أمر مهم لحماية الفرد من مشاعر الكراهية والحقد والحزن، لأن عدم قدرة الفرد على العفو تكون بداية للفشل في العلاقات الاجتماعية، مما قد يؤدي إلى العديد من الأمراض النفسية.

مشكلة الدراسة

الخلافات الزوجية أمر لا مفر منه وهي جزء لا يتجزأ من الحياة الزوجية، وأحياناً يؤدي إلي الغضب والاستياء والألم، والجرح والمشاعر السلبية كالقلق والاكتئاب التي تخلق دورات من العدائية والرغبة في الانتقام (Rijavec et al., 2010)، مما يؤثر بشكل سلبي على الصحة النفسية والجسمية خاصة لدى النساء (عزت، ٢٠٠٠). فالمرأة لها وضع خاص مع اضطراب الاكتئاب حيث ثبت على مدى سنوات طويلة من الدراسات والأبحاث والملاحظات الاجتماعية أن المرأة - ولسبب ما - أكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب من الرجل، فهناك من الإحصاءات ما يُثبت أن نسبة تعرض المرأة للاكتئاب تصل إلى حد أربعة أو خمسة أضعاف الرجل (النيل، ٢٠٠٧)، الأمر الذي يشكل مشكلة نفسية وأسرية واجتماعية خطيرة ليس على المستوى الفردي فقد ولكن على مستوى المجتمع ككل، فالمرأة هي نصف المجتمع وتقوم بإعداد النصف الآخر، لذا كان لابد من التعرف على المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد المرأة على الاستفادة من أعلى مستويات مهارات التواصل الإيجابي، وانخفاض مستوى العلاقات السلبية والصراعات السلوكية (Asil et al., 2014)، والتخفيف من حدة الخلافات الزوجية وما يترتب عليها من مشكلات نفسية كالاكتئاب. ويُعتبر العفو من أهم المصادر النفسية والاجتماعية التي تخفف من حدة الخلافات الزوجية، على اعتبار أن العفو أحد جوانب القوى الإنسانية ذات النواتج الإيجابية في حياة الإنسان وذلك لأن العفو يحدث تغييرات إيجابية في الصحة الانفعالية والبدنية، بالإضافة إلى أنه يخلق شعوراً بالتمكن ويعيد التوافق والمصالحة بين المُسئ والمساء إليه، ويساعد الأشخاص على نسيان الخبرات الأليمة في ماضيهم، ويبسر التصالح في العلاقات (صابر، ٢٠١٢).

وعلى ضوء ما سبق فإن مشكلة الدراسة الحالية تنثير مجموعة من التساؤلات ، هي:

١- ما حجم العلاقة بين درجات العفو وكل من درجات الخلافات الزوجية ودرجات الاكتئاب لدى الزوجات العاملات وغير العاملات؟.

٢- إلى أي مدى يسهم العفو ومكونيه الفرعين في التنبؤ بكل من الخلافات الزوجية والاكتئاب لدي الزوجات العاملات وغير العاملات.

٣- إلى أي درجة يمكن أن يؤثر العزل الإحصائي لمتغير العفو في العلاقة بين الخلافات الزوجية والاكتئاب؟.

٤- هل توجد فروق بين الزوجات العاملات وغير العاملات في كل من العفو والخلافات الزوجية والاكتئاب؟.

أهمية الدراسة

تستمد الدراسة أهميتها من أهمية المتغيرات التي تناولتها، ويمكن توضيحها فيما يلي:

١- تتمثل الأهمية النظرية لهذه الدراسة في أنها تسهم في توفير إطار نظري للباحثين، يساعد في التعرف على متغيرات الدراسة، والاستفادة منها، إذ أن الباحثة وجدت ندرة شديدة في الدراسات التي تناولت موضوع العفو كعامل معدل أو ملطف، وتبين مدى ارتباطه بكل من الخلافات الزوجية، والاكتئاب، وكذلك إثراء البحوث في هذا المجال، والتحقق فيما إذا كانت هناك نتائج مشابهة لما توصلت إليه الدراسات في البيئة الأجنبية. الأمر الذي يمكننا من معرفة موقع المجتمع المصري في متغيرات الدراسة من المجتمعات الأخرى وذلك من خلال المقارنة عبر الحضارية.

٢- تسلط الضوء على أهمية العفو في مجال الصحة النفسية والجسمية للفرد والذي يعد عاملاً مخففاً وملطفاً من الآثار السلبية للخلافات الزوجية، الأمر الذي يعمل على تحقيق الاستقرار النفسي والعائلي.

٣- كذلك تتضح أهمية الدراسة في أهمية الشريحة التي تناولتها ألا وهي شريحة الزوجات باعتبارهن شريحة مهمة من المجتمع، حيث يُعانين من كثرة الضغوط الواقعة على عاتقهن نتيجة للأدوار المتعددة اللاتي يُمارسها، الأمر الذي يؤدي إلي زيادة نسبة الطلاق بين المكتئبات.

٤- أما عن الأهمية التطبيقية لهذه الدراسة فتتمثل في الاستفادة من نتائج الدراسة في إمكانية إعداد برامج إرشادية وعلاجية ووقائية للزوجات لتنمية العفو، لما له من آثار إيجابية، حيث يمثل حلاً للكثير من العلاقات الاجتماعية المتصدعة بشكل عام، والعلاقات الزوجية بشكل خاص وذلك تجنباً للوقوع في دائرة الاكتئاب النفسي والذي يؤثر بدوره على حياتهن ويُهدد استقرارهن العائلي والوظيفي.

مفاهيم الدراسة والإطار النظري

أولاً: مفهوم العفو^(١)

على الرغم من أهمية العفو إلا أن الباحثين في مجال العلوم الاجتماعية قد تجاهلوا هذا المفهوم على مدار القرون الثلاثة الماضية، حتى أنه لم يتم كتابة ملاحظة واحدة فقط عن هذا المفهوم، وفي العقدَيْن الأخيرين من القرن العشرين بدأ علماء الاجتماع في دراسة مفهوم العفو، إلا أن البداية الحقيقية لهذا المفهوم في مجال علم النفس الاجتماعي جاءت مع اهتمام هايدر في نهاية الخمسينيات بسلوكيات العلاقات الشخصية والتأكيد على أهمية عوامل العزو التي تؤثر على الرغبة في الانتقام بعد حدوث الإساءة من جانب الآخرين، ومع بداية الثمانينيات ظهرت الدراسات الإمبريقية للعفو، وتعددت مجالات الاهتمام به، وحدث تقدم في تعريفه وطرق قياسه، وأهميته للصحة النفسية (فتح الباب، ٢٠١٣: ٢؛ McCullough&Witvliet,2000; Mead,2008).

ويُعتبر ماك كولوف (McCullough, 2000) ممن ساهموا بشكل فعال في وضع أساس نظري للعفو، حين وضح النظرة النفسية للعفو، وذلك من خلال افتراضه أن الناس يميلون إلي أن يكون لديهم ثلاثة دوافع أولية (تجنب المسيء نفسياً وشخصياً - النزعة إلي الخير تجاه المسيء - السعي للانتقام من المسيء) تنشأ نتيجة تعرضهم للإساءة.

ويُعد العفو من الركائز الأساسية لعلم النفس الإيجابي، فهو يمهد لحدوث الانفعالات الإيجابية كالأمن، والتفاؤل، والابتكار والحب، كما يسهم بدرجة كبيرة في تحقيق التوافق النفسي وتكامل الذات والشعور الذاتي بالسعادة والحب والإيثار (عبد العال، ومظلوم، ٢٠١٣: 40; Seligman, 2002).

وقد وجدت الباحثة تبايناً في ترجمة الباحثين لمصطلح العفو من اللغة الانجليزية إلي اللغة العربية، حيث ترجمه البعض بالتسامح (أنور وعبد الصادق، ٢٠١٠، إسماعيل وفؤاد، ٢٠١٢، محمد، ٢٠١٣، سعيد، ٢٠١٤، محمود، ٢٠١٥)، وترجمه بعضهم الآخر بالعفو (البهاص، ٢٠٠٩، الشربيني، ٢٠٠٩، صابر، ٢٠١٢، فتح الباب، ٢٠١٣). وستتناول الباحثة هذا المصطلح في الدراسة الحالية بمعنى العفو، وذلك لأن العفو أعم وأشمل من التسامح، والتسامح هو أحد معاني العفو.

ولقد تناول الباحثون تعريف العفو من عدة جوانب تتمثل في:

الجانب المعرفي: وفقاً لهذا الجانب يعرف العفو على أنه "تعديل الإدراكات السلبية المتعلقة بفعل الإساءة وإعادة صياغتها، بحيث تتحول الإدراكات السلبية إلي إدراكات إيجابية"، وتتضمن الإدراكات السلبية استجابة المساء إليه تجاه من أساء إليه، وفعل الإساءة ذاته، والعواقب المترتبة على فعل الإساءة، فمثلاً قد ينظر المساء إليه لفعل الإساءة على أنه حادث غير متحكم فيه كأن يتعامل معه على أنه كارثة طبيعية أو حادث قذري أو مرض أو ابتلاء (أنور وعبد الصادق، ٢٠١٠).

الجانب الوجداني: وفيه يتم تعريف العفو على أنه عملية داخلية لدى الفرد تعمل في اتجاه تقليل المشاعر السلبية نحو الآخرين الذين أساءوا إليه، مما يسمح بزيادة القدرة على الاحتفاظ بعلاقات إيجابية مع الآخرين.

الجانب السلوكي: ويرى العفو على أنه اختيار حر للبعد عن إصدار الاستجابات السلبية نحو المعتدى (كالرغبة في الانتقام منه، والشعور بالغيظ، والأحكام القاسية حول صفاته الشخصية)، والعمل في اتجاه تنمية الاستجابات الإيجابية نحو الشخص المسيء مثل اللطف والشفقة والتعاطف والفهم (فتح الباب، ٢٠١٣).

الجانب الدافعي: يفترض هذا الجانب أن الدافعية المحتملة بعد مرور الفرد بخبرة الإساءة تتضمن ثلاثة أبعاد هي (تجنب المسيء، أو الرغبة في الانتقام منه، أو انخفاض الدافعية لإظهار الإحسان اتجاه المسيء). وهذه الدافعية أيضاً هي ما يحدث فيها العفو، حيث يرى هذا الجانب أن العفو هو تغيرات اجتماعية إيجابية في دافعية المساء إليه، وهذا يعني أنه حينما يعفو الفرد، فإن الدافعية التي تسببها مشاعر الإساءة تصبح أقل، ومن ثم تنخفض الدافعية في الرغبة للتجنب، وتنخفض الدافعية للرغبة في الانتقام، وأخيراً زيادة الدافعية للرغبة في إظهار الاستحسان والتصالح مع المسيء (Ghaemmaghami et al., 2011).

وهناك من الباحثين من نظر إلي العفو على أنه يشتمل الأربعة جوانب معاً ووفقاً لهذا يعرف العفو على أنه تعديل المشاعر والأفكار والدوافع والسلوكيات السلبية المتمسكة بالعدائية اتجاه المسيء، بأخرى

إيجابية نحو الذات والآخرين، وبهذا يتم إعادة تشكيل البناء المعرفي للفرد حتى تتحول مشاعر الانتقام إلى مشاعر العفو والصفح والتسامح، مما يسمح بزيادة القدرة على الاحتفاظ بعلاقات إيجابية مع الآخرين (Berry et al., 2001:183; Thompson et al., 2005, 317-318; Harris, 2006; Crandell, 2008:11; Gustavson, 2009; Davis et al., 2011: 1).

كما قام كل من حسيب وعبد الرؤوف (٢٠٠٨: ١٣٦-١٣٧) بتعريف مفهوم العفو على أنه مجموعة من المتغيرات المعرفية والوجدانية والسلوكية الإيجابية داخل الفرد نحو المسيء إليه تتمثل في تناقص المدركات والانفعالات السلبية، وتناقص التجنب والدافعية للانتقام وتزايد في النزعة لعمل الخير بصورة واضحة. أما في حالة عدم القدرة على العفو فإن الفرد المساء إليه يكون لديه دافعان، دافع التجنب، ودافع الانتقام (Rijavec et al., 2010).

ونشير في هذا الصدد إلى أنه على الرغم من أهمية العفو في تعزيز فهم الحياة الزوجية ما حل بها من صراعات، إلا أنه لا يوجد تعريف متفق عليه لمفهوم العفو، وأن العنصر المشترك بين هذه التعريفات المختلفة هي فكرة التحول أو التخفيف من دافع الانتقام والتغاضي والمصالحة التي تعيد العلاقة، حيث يمثل العفو الرغبة في الخروج من دائرة الانفعالات السلبية (Fincham et al., 2004).

وتعرف الباحثة العفو إجرائياً بأنه "عملية نفسية يتم من خلالها تحول الأفكار والمشاعر والسلوكيات السلبية تجاه المسيء إلى أخرى أكثر إيجابية" وذلك كما تعكسه مجموع الدرجات التي يحصل عليها الفرد على مقياس العفو المستخدم في الدراسة.

وفي هذا الإطار نشير أن هناك ثلاثة مظاهر أساسية للعفو تتمثل في:

- ١- الاستياء المستمر: ويتمثل في صعوبة التخلص من حالة العفو، بالانتقام من المسيء أو مسامحته مثلاً، أو اختيار أية أشكال أخرى من السلوك.
- ٢- الحساسية للأحداث: وتظهر في تأثير المساء إليه للضغط الذي يمارسه الآخرون عليه للعفو عن المسيء إليه، أو عدم العفو عنه، أو الاستجابة لاعتذاره له.
- ٣- ميل عام للعفو أو للتأثر والانتقام من المسيء (أنور وعبد الصادق، ٢٠١٠).

ويجب أن نفرق بين العفو وبعض المفاهيم التي تتداخل معه، مثل: النسيان^(١)، والذي يعني زوال الوعي بالإساءة من ذاكرة المساء إليه بإرادة حرة منه، والإنكار^(٢)، ويقصد به عدم الرغبة في إدراك الأذى والإساءة التي ارتكبتها شخص ما، والصفح^(٣)، ويتضمن الكف عن التفكير في فعل الإساءة بتبرير الذنب المرتكب، وإبداء الحاجة إلى التسامح، والتصالح^(٤)، وهو استعادة العلاقة التي قُطعت بسبب الإساءة، وذلك بعد قيام الطرفين المتنازعين بسلوكيات مُتبادلة أعادت الثقة تجاه بعضهما بعضاً مرة أخرى، كما يختلف العفو عن

التمسّاس العذر^(٥)، والذي يعني عدم تحمل الفرد مسئولية حدوث الإساءة (McCullough & Witvliet, 2000; Philpot & Hornsey, 2006).

- 1- Forgetting
- 2- denial
- 3- Condoning
- 4- Reconciliation
- 5- Excusing

كما يختلف مفهوم العفو عن مفهوم التسامح^(١)، والذي يعني السماح وبدل على السلاسة والسهولة والاتساع،

فيقال سمح له بالشئ، ورجل سمح أي جواد، وسمح بكذا، أي وافق على ما أريد منه، وعلى ذلك فإن التسامح هو السهولة في التعامل، وعدم التضيق على الناس. ويعتبر التسامح أحد معاني العفو، والعفو أعم، لأنه يدل على معان غير موجودة في التسامح (جبرين، ٢٠١١: ١١).

كما يستخدم التسامح في اللغة العربية ليدل على السياسة التي يتجمل بها الفرد في التعامل مع كل ما لا يوافق عليه، ويصبر عليه، ويجادل فيه بالتالي هي أحسن، ويتقبل وجوده بوصفه حقاً من حقوق المخالفة، ولازمة من لوازم الحرية التي يقوم عليها معنى المواطنة في الدول المدنية الحديثة (عبد الوهاب، ٢٠٠٥: ٦٧).

أما عن مراحل العفو فيري كل من مالكونم وجرنبرج (2000) Malcolm & Greenberg أن العفو يمر بعدة مراحل تتمثل في قبول الانفعالات الشديدة التي تتاب الفرد كالغضب، والتخلي عن الاحتياجات التي لم يستطع الآخر تنفيذها سابقاً، والتحول في رؤية المساء إليه للمسيء، ونمو المشاعر والانفعالات الحميمة تجاه الشخص المسيء، بالإضافة إلى بناء علاقة جديدة بناءة بين المساء إليه والمسيء.

وفي هذا الصدد أيضاً نجد أن العفو يمر بأربع مراحل تبدأ بمواجهة الألم الانفعالي الناتج عن الإساءة، ثم التعامل مع هذا الألم وإدراك الشخص المساء إليه أن قرار العفو ربما يكون مفيداً، والمرحلة الثالثة وفيها يتم تحديد العوامل التي تعمل في اتجاه الميل للعفو (كالتعاطف-الشفقة-الحنو)، ثم تأتي المرحلة الرابعة والأخيرة وفيها تزداد الشفقة والتعاطف اتجاه الشخص المسيء (Hodgson & Wertheim, 2007).

وفي نفس السياق يري البهاص (٢٠٠٩) أن العفو يمر بخمس مراحل تبدأ بإنكار الإساءة مؤقتاً كآلية وقائية للجهاز العصبي من مشاعر الألم والغضب والخوف، وهذا الإنكار لا يستمر طويلاً حيث تبدأ مرحلة الغضب الناتجة عن الإثارة الزائدة، وتظهر تعبيرات الغضب على وجه المساء إليه وتهدد اتجاهه نحو العفو، وفي المرحلة الثالثة تكون المساومة وفيها يكون التلاقي بين المساء إليه، والمسيء حيث يطلب المساء إليه من المسيء تقديم اعتذار ومحاولات الإرضاء ثمناً للعفو، أما المرحلة الرابعة فيظهر الاكتئاب لدى الشخص الذي وقعت عليه الإساءة نتيجة حزنه لفقد العلاقة مع من أساء إليه، أما المرحلة الخامسة فتتمثل في القبول من المساء إليه لكل أخطاء ونواقص المسيء، كما يعترف بالمعاناة والضغط التي تعرض لها قبل اتخاذ قرار العفو.

أما عن أبعاد العفو، فنجد أن هناك العفو السلبي ويتضمن الدرجة التي يستمر عندها الفرد في الاحتفاظ بمشاعر الاستياء تجاه الشخص المسيء، والرغبة في الانتقام منه. كما يوجد العفو الإيجابي ويتضمن الدرجة التي يشعر عندها الفرد بالرغبة في العفو وزيادة التعاطف وانخفاض مستويات الغضب تجاه السلوكيات السيئة، والشعور بالسلام الداخلي (Fincham et al., 2004; Worthington et al., 2007).

كما يوجد العفو الأجوف^(٢)، وفيه يعبر المساء إليه عن العفو لفظياً، ولكنه يظل يشعر بالإساءة، والعفو الصامت^(٣)، وفيه يتخلى المساء إليه عن مشاعر الاستياء نحو المسيء ولكنه لا يعبر عن العفو للمسيء، والعفو الكلي^(٤)، وهو يتضمن النوعين السابقين حيث يتخلى المساء إليه عن مشاعر الاستياء وفي الوقت

1 - Tolerance

2- Forgiveness Hollow

3- Forgiveness Silent

4- Total Forgiveness

نفسه يعبر عن العفو للمسيء، وعدم العفو⁽¹⁾، وفيه يظل المساء إليه محتفظاً بمشاعر الإساءة، بالإضافة إلى أنه لا يعبر عن العفو للمسيء (Wernli,2006).

ويوجد أيضاً بعد العفو عن الذات⁽²⁾، ويقصد به "الميل لتجنب اللوم الذاتي المفرط، والشعور بالذنب. فالفرد الذي يعفو عن ذاته يعترف بأخطائه، ويتوقف عن الاستياء والنقد الذاتي المؤلم". كما يعرف على أنه "اعتراف الفرد بأخطائه، والانصراف الذهني عن الاستياء الذاتي مع الاعتراف بالخطأ، وتعزيز مشاعر الحب والعطف والسماحة تجاه الذات".

كما يوجد بعد العفو عن الآخر⁽³⁾، ويعرف بأنه عملية تسوية نزاع، يتم بمقتضاها العفو عن طرف آخر، قد يكون حاضراً أثناء تسوية النزاع، أو لا يكون حاضراً. ويتضمن العفو عن الآخر مجموعة من التغييرات الوجدانية والمعرفية والسلوكية للمساء إليه تجاه فعل الإساءة والفرد المسيء، ويتفعلان معاً من جديد، وذلك عندما يعفو المساء إليه، ولا يظهر أية سلوكيات سلبية تجاه المسيء، وعندما يحدث العفو عن الآخر، يحدث العفو عن الذات كعملية داخلية (أنور وعبد الصادق، ٢٠١٠).

وهناك أيضاً بعد العفو المباشر وفيه يقوم الشخص المساء إليه بإخبار الشخص المسيء بوضوح أنه قد سامحه وعفا عنه وتفهم موقفه. والعفو غير المباشر وفيه لا يخبر الشخص المساء إليه الشخص المسيء له أنه عفا عنه، ولكن يكون العفو في هذه الحالة مفهوماً من خلال سلوك الشخص المساء إليه مع الشخص المسيء كالتواصل بالعين والدعابة والرجوع للتعامل مع المسيء بالصورة المعتادة. أما بعد العفو المشروط فيه يقوم الشخص المساء إليه بإخبار المسيء بأنه عفا عنه ولكن هذا العفو يقترن بشروط معينة يحددها له، ويتم غالباً في الحالات التي يرغب فيها المساء إليه في توصيل معلومة مباشرة للشخص المسيء وهي أن تكرار السلوك السلبي لن يقابل بالعفو (فتح الباب، ٢٠١٣).

تفسير العفو في ضوء بعض النماذج:

النموذج الفسيولوجي: والذي يركز على وظيفة الجهاز العصبي في التعامل الفعال مع آثار الإساءة من خلال نشاط الجهاز العصبي الباراسمبثاوى مؤدياً إلى حدوث تحسن فسيولوجي يتضمن: خفض معدلات ضربات القلب، وانخفاض مستويات القلق، والاكتئاب، والعدائية، والغضب، فيحدث الاسترخاء (فتح الباب، ٢٠١٣).

النماذج الشخصية وهي تهتم بالعمليات الداخلية للعفو، وكيفية التعبير عن العفو اتجاه المسيء، وتتضمن عدة نماذج تتمثل في: نماذج المصالحة، ونماذج الاعتماد المتبادل بين الطرفين، ونماذج اتخاذ القرار، والنماذج المعرفية، النماذج التي تؤكد على التغيير عبر الزمن، ونماذج العمليات والتي تركز على المعرفة والانفعال والسلوك، ونماذج العزو، ونماذج الضغط النفسي والمواجهة (Miller et al., 2008; Rijgave et al., 2010).

مرحلة اتخاذ القرار، وفيها يتخذ المساء إليه قراراً بالعفو، وإدراك الخطوات التي يجب أن يقوم بهامن أجل أن يتحرك

1-No Forgiveness
2-Self Forgiveness
3-Other Forgiveness

بهذا الاتجاه. **مرحلة العمل**، وتتضمن ممارسة عملية العفو من خلال إعادة النظر إلى الحدث المؤلم من جانب المساء إليه حتى يستطيع تقبل الأذى الواقع عليه، ويتحول شعوره بالانتقام إلى شعور بالتعاطف. **مرحلة النتيجة**، بعد إدراك الفرد للحدث المؤلم وتحليله وتفسيره يستطيع أن يصل إلى الشعور بالرضا المصاحب لعملية العفو. وخلال هذه المراحل يدرك الفرد أن التمسك بمشاعر الغضب والسخط إزاء المسئ قد يكون تأثيره سلبياً عليه، لذلك فعملية العفو تتطلب منه تجاوز المشاعر السلبية اتجاه المسئ وإدراكها بشكل إيجابي، ويتطلب ذلك من المساء إليه كثيراً من الوقت والجهد لكي يصل لهذه المرحلة (علام، ٢٠١٥).

وهناك نموذج بوميستر **Baumeistr's Model** والذي يقوم على بعدين أساسيين هما: **البعد النفسي** الذي يتضمن الانفعالات الصادرة عن المساء إليه وما يصاحبها من اضطرابات معرفية وسلوكية، وبعد **العلاقات المتبادلة** بين المسئ والمساء إليه والتي تهئى المجال للعفو أو عدمه. وفي إطار هذين البعدين تحدد مصفوفة من احتمالات العفو على النحو التالي: العفو الخادع (عدم العفو وحدوث التصالح)، والعفو الصامت (العفو وعدم حدوث التصالح)، والعفو التام (العفو والتصالح)، وعدم العفو (عدم العفو وعدم التصالح) (الشربيني، ٢٠٠٩).

بالإضافة إلى نموذج ساتو (Sato (2005) والذي يعرف بنموذج الصراع الداخلي، وفي هذا النموذج تم ربط العفو بمفاهيم وموضوعات عدد من التوجهات النظرية في علم النفس منها النفسية الدينامية والإنسانية، فقد جمع نموذج الصراع الداخلي للعفو عند ساتو بين العفو وأساليب المواجهة والأنا العليا والاستئارة الإيجابية والسلبية التي تساعدنا في فهم الخبرات الانفعالية للفرد، فحينما تكون رغبات الفرد متسقة مع ظروف الحياة، فإن الفرد يشعر بالراحة والطمأنينة، أما حينما تكون هذه الرغبات غير متسقة مع الظروف التي يعيش فيها الفرد، فيصبح الفرد قلقاً ومهتماً بالإضافة إلى ذلك أعتقد ساتو أن العفو يحرر الفرد من صراعاته الداخلية، وعلى ذلك، فإن عدم العفو يشير إلى رفض الفرد التخلي عن الرغبات الشخصية التي تسبب الصراعات الداخلية مما يتسبب في حدوث الاضطراب النفسي والجسمي للفرد (إسماعيل وفؤاد، ٢٠١٢).

ثانياً: مفهوم الخلافات الزوجية^(١)

قد لا تخلو الحياة الزوجية من الخلافات التي قد لا تضر العلاقة الزوجية (Proulx, 2006: 12-14). ولكن عندما تستمر هذه الخلافات والمشكلات في العلاقة فإنها تؤدي أدواراً سلبية في نشأة وتطور واستمرار الاضطراب النفسي، ويمكن أن تصبح ضاغطة رئيسياً يربك قدرات الزوجات على مواجهة حاجات الطرف الآخر (الصبوة ويوسف، ٢٠٠٦: ٣٤٥).

وتعرف الخلافات الزوجية بأنها تعارض وجهات النظر في أمور الحياة المختلفة بين الزوجين الأمر الذي يؤدي إلى خصومة أو مشاجرة بين الزوجين (محمود، ٢٠١٠).

وتعرف الباحثة الخلافات الزوجية على أنها "شحنة انفعالية سلبية تنشأ نتيجة سوء التواصل وعدم التفاهم والشك و افتقاد الدعم والمساندة والجمود العاطفي واللامبالاة، وتؤدي إلى المعاناة والألم النفسي". وهناك عديد

من المصطلحات التي يتم استخدامها للدلالة على الخلافات الزوجية مثل الاختلالات الزوجية^(١)، والكدر الزوجي^(٢)، وسوء التوافق^(٣)، والمشكلات الزوجية^(٤)، وهي وإن اختلفت في الدرجة والشدة إلا أنها متفقة في المضمون.

ونذكر في هذا الصدد أن الصراع أمر محتوم في العلاقة الزوجية أو أية علاقات أخرى ذات طابع طويل الأمد. لذا لا يخلو أي زواج من الخلافات. وتنقسم الخلافات إلى بناء وهدامة، الخلافات البناءة^(٥)، ويُقصد بها خلافات لا تفسد الود بين الزوجين ولا تؤدي إلى الخصام والنفور فهي خلافات جزئية لا يزال فيها أخذ ورد ونقاش وتبادل للرأي، وسميت بناء لأنها تقوي الروابط الزوجية وتجعل كل من الزوجين يُصح من أساليب توافقه مع الآخر، حتى يزداد قرباً منه وتعاوناً معه وتجعله يغير من أرجاعه أو استجاباته حتى تكون في مستوى ما هو متوقع منه، والخلافات الهدامة^(٦)، ويُقصد بها خلافات تؤدي إلى الخصام والعداوة والصراع والانتقام؛ فهي خلافات مطلقة ليس فيها تفاوض ولا تفاهم ولا حلول وسط، تخلو فيها العلاقات الزوجية من الود والرحمة وتجعل مواقف التفاعل الزوجي مواقف بغيضة إلى نفس كل من الزوجين وتدفعهما إلى التوافق السيئ (سلامة، ١٩٨٦ : ١٧٠).

وتنشأ الخلافات الزوجية لا عن سبب واحد بل عن تراكم عدة أسباب مجتمعة، والتدهور قد يحدث في مجال علاقة الزوجين ببعضهما، أو قد يحدث في مجال علاقة أحدهما أو كليهما بالأبناء أو بأحد الأبناء، أو قد يحدث بين الأشقاء وبين بعضهم بعضاً، أو بين الزوجين والأصهار، أو بسبب تغييرات جذرية في نمط الحياة المعتاد للأسرة كقدوم طفل جديد، أو إقامة أحد الأصهار (أم الزوج، أم الزوجة، أم الوالد) بصفة دائمة مع الأسرة، ولكن المؤكد أنه بمجرد أن يبدأ التدهور في أحد جوانب العلاقات الأسرية، فإنه يمتد إلى جميع جوانب الحياة الأسرية، وبمجرد أن تسوء العلاقة فإنها تزداد سوءاً ربما بسبب استمرار التفاعل بالاحتكاك بين أفراد الأسرة أو ربما لضعف الاتصال بين الطرفين المختلفين أو المتصارعين ومن ثم ضعف التفاهم والفهم المتبادل بينهما (سلامة، ١٩٨٦ : ١٧٠ - ١٧١).

كما ترى الباحثة أن الخلافات الزوجية قد تنشأ بسبب سوء التواصل وعدم التفاهم، واللوم، والنقد، والمقارنة، والشك، والغيرة، وافتقاد الدعم والمساندة، والجمود العاطفي واللامبالاة، والمنافسة القوية. ويوجد عديد من الآثار النفسية الاجتماعية الناجمة عن الخلافات الزوجية كالقلق والتوتر والاكتئاب والتقلبات المزاجية وضعف الثقة بالنفس والعجز عن اتخاذ القرار، وانخفاض تقدير الذات والأرق واضطرابات النوم ومشكلاته.

الخلافات الزوجية بين التوجهات النظرية: وفقاً لنظرية التحليل النفسي فإن شخصية الفرد كراشد تحددتها الخبرات المختلفة التي تتعلق بكيفية إشباع حاجاته ودوافعه الفطرية في الطفولة المبكرة، إذ تستند النظرية على مفهوم النشئية (نسبة إلى مراحل النشأة أو النمو)، وهذا المفهوم معناه أننا نحكم على السواء والمرضى بالرجوع إلى مراحل النمو فالأمراض النفسية والعقلية إنما هي توقف النشأة والنمو (نكوص إلى) مرحلة من

- 1- Marital dysfunctions
- 2- Marital distress
- 3-Marital maladjustment
- 4-Marital problems
- 5-Constructive fight style
- 6- Destructive fight style

مراحل النمو كان من المفروض أن يكون الشخص قد تخطاها بحكم تقدم عمره الزمني (سلامة، ١٩٩٧: ٢٣-٢٤).

وبالنسبة لوجهة النظر المعرفية، فهي ترى أن هناك علاقة وثيقة بين المعرفة والسلوك والانفعال، وأن وراء كل سلوك أو انفعال بناء معرفي ينتج عنه **مخططاً معرفياً**^(١)، يؤثر على انفعال الفرد وسلوكه وقراراته وإدراكه وتقديره وتفسيره للمواقف المختلفة، كما أنها تنظم خطط مواجهة الفرد للضغوط حيث يستدعي الفرد نماذج التصورية السابقة لكي يحكم بها على الأحداث ويواجهها، مما يساعد الفرد على الاحتفاظ بوجهات نظر متماسكة تجاه الذات والآخرين والمستقبل (Collins&Read,1990) فإدراك الفرد وتفسيره للحدث لا يؤثر على انفعاله وسلوكه فقط، ولكن أيضاً على نظراته لذاته ولعالمه ومستقبله، بل إنها تحدد مدى صحته النفسية أو المرضية، ويتوقف الأمر هنا على المخطط الذي يستقبل به الفرد الأحداث، وهذا المخطط يتكون من خلال خبرات الطفولة (مخيمر، ١٩٩٥: ١٨-١٩).

ومن خلال هذه النظرية يمكن تفسير الخلافات الزوجية، حيث ترجع إلى فشل أي الزوجين في الاستجابة للآخر بوصفه منبها اجتماعيا، وترجع أيضاً إلى عدم كفاءته في معالجة المعلومات الاجتماعية الموجودة في موقف التفاعل الزوجي، وبالتالي يزداد التوتر بين الزوجين مما يؤدي إلى كثرة الخلافات التي تؤدي إلى هدم العلاقة بين الزوجين (محمود، ٢٠٠٠: ٢٧).

وأيضاً هناك نظرية التعلم الاجتماعي، والتي ترى أن ملاحظة سلوك الآخرين وما يترتب عليه من نتائج سوف تؤدي بنا إلى تعلم واكتساب ذلك السلوك، ف رؤية الطفل للحب والاحترام المتبادل بين والديه وما يترتب عليهما من سعادة أسرية وتوافق زواجي يجعل الطفل يتقبل فكرة أن الحب والاحترام بين الزوجين يؤدي إلى حياة أسرية مستقرة، بينما ملاحظة الطفل لنموذج معتد (أب - أم) ورؤية الطفل لهذا النموذج وأنه يحقق مكاسب من وراء عنفه كالسيطرة مثلاً، فإن الطفل يتعلم أن العنف ضد الآخرين هو وسيلة فعالة للحصول على مكاسب وفرض السيطرة والشعور بالقوة، ويشعر الطفل أن العنف يكون - أحياناً - أسلوباً ضرورياً وفعالاً في الحياة والعلاقات الحالية وأيضاً المستقبلية مثل صداقة أو زواج أو عمل (مخيمر، ٢٠٠٥).

ثالثاً: مفهوم الاكتئاب^(١)

أصبح الاكتئاب ظاهرة منتشرة في جميع المجتمعات، ولا يقتصر على مجتمع دون سواه. ووفقاً لإحصاءات منظمة الصحة العالمية^(٢) لسنة ٢٠١٢، كان هناك أكثر من (٣٥٠) مليوناً من الأفراد في العالم مصابين بالاكتئاب، أي ما يقارب من (٥%) من أفراد المجتمع الواحد، لذا فهو اضطراب شائع يمنع الأفراد من أداء مهامهم ومواصلة حياتهم بشكل جيد (قاسمي، ٢٠١٤). لذا حظي موضوع الاكتئاب باهتمام العديد من الباحثين في جميع دول العالم قديماً وحديثاً، ووضعت لهذا الاضطراب العديد من التفسيرات (Kazdin,2000:471).

ويعرف الاكتئاب وفقاً لمنظمة الصحة العالمية على أنه أحد الاضطرابات النفسية الشائعة والتي تتميز بالحرز الشديد، وفقدان الاهتمام، والشعور بالذنب، واحتقار الذات، وتقلبات في النوم، والشهية، والشعور بالتعب، وضعف التركيز (Mathers et al., 2008).

1-Depression

2-World Health Organization(WHO)

كما يُشير مفهوم الاكتئاب إلى خبرة وجدانية تتبدى في أعراض الحزن ، والتشاؤم، والشعور بالفشل، وفقدان الاستمتاع، والشعور بالذنب، وعدم حب الذات، ونقد الذات، والأفكار الانتحارية ، والتهيج ، والاستثارة، وفقدان الاهتمام، والتردد، و انعدام القيمة، وفقدان الطاقة ، وتغيرات في نمط النوم ، والقابلية للغضب، و تغيرات في الشهية ، وصعوبة التركيز، والإرهاق والإجهاد، وفقدان الاهتمام بالجنس(عبد الفتاح، ٢٠٠٠ : ٩).

أما عن أعراض الاكتئاب فهي تتمثل في أربعة أعراض هي:

الأعراض الانفعالية: وتشتمل على التغيرات في مشاعر الفرد أو في سلوكه الظاهر الذي يعزى بشكل مباشر إلى حالاته الوجدانية، فيشير الفرد بأنه مكتئب ومنقبض، وحزين، ويأس، ومثبط. وغالبا ما يشعر الشخص المكتئب بأنه منعزل ومرفوض، وغير محبوب (الرشيدي و زملاؤه ، ٢٠٠٠ : ٥٨).

ويحدد بيك(16- 21 : 1977) Beck من نتائج دراسته المتعددة، عدة أعراض يتسم بها الاكتئابى تتمثل في: -**المظاهر الانفعالية:** وتتمثل في المزاج المعتم، والمشاعر السلبية نحو الذات، و فقدان الشعور بالرضا أو الابتهاج، و نوبات البكاء، وفقدان الإحساس بالمرح، وشلل الإرادة، وفقدان التعلق الانفعالي، وشلل يصيب الإرادة والرغبة في الانتحار وتزايد الرغبات الاتكالية.

-**الأعراض الدافعية:** وتمثل الأشكال السلوكية التي تشير إلى التوجه نحو الهدف، حيث يعاني الأفراد المكتئبون غالباً من العجز في هذا المجال، وقد يجد بعضهم الآخر صعوبة شديدة في القيام بالأعمال الروتينية (عبد الوهاب، ٢٠٠٩).

- **الأعراض الجسمية:** وتشير إلى التغيرات الجسمية التي قد تصاحب الاكتئاب، وتشمل التغيرات في عادات النوم والشهية والاهتمامات الجنسية، وسرعة الإجهاد (Beck , 1977 : 254) .

- **الأعراض المعرفية:** وتشير إلى انخفاض تقدير الذات، والتوقعات السلبية، وكثرة لوم ونقد الذات، والتردد، وعدم الحسم، وتشوه صورة الجسم، والمبالغة في تقدير المشكلات، وبطء عمليات التفكير، وصعوبات في الذاكرة، وتركيز الانتباه (الرشيدي و زملاؤه ، ٢٠٠٠).

ويلاحظ من عرض الفئات الأربع السابقة لأعراض الاكتئاب أنها أغفلت جانب العلاقات الاجتماعية في حياة الفرد المكتئب. وهذا ما تم معالجته بواسطة سترونجمان Strongman عام ١٩٩٦ م الذي نظر إلى الاكتئاب على أنه متضمن خمس مجموعات من السمات، هي: مزاج حزين وفتور الشعور، ومفهوم سلبي عن الذات، ويتضمن تأنيب الذات ولومها ، ورغبة في تجنب الأشخاص الآخرين ، وفقدان الشهية العصبي والرغبة الجنسية، وتغير في مستوى النشاط عادة في اتجاه الكسل، وأحيانا في شكل استثارة (فايد، ٢٠٠١ :

٩٨ . النظريات المفسرة للاكتئاب

تفسر نظرية التحليل النفسي الاكتئاب على أنه استجابة للفقد، وهذا الفقد قد يكون فقد فعلي لشخص عزيز، أو فقد للمكانة أو احترام الذات، أو فقد لتأييد معنوي أو انفعالي من شخص أو مجموعة أشخاص. وبغض النظر عن طبيعة الفقد الحالي فإن الشخص الذي يعاني من الاكتئاب يستجيب لهذا الفقد بنفس الشدة التي استجاب بها للموقف الصدمي في طفولته الباكرة، والذي يتعلق في أغلب الأحيان بفقد موضوع حبيب لديه. فالفقد الحالي يجعل الفرد ينكص إلى حالة العجز والاعتمادية التي مر بها حين حدث الفقد

الأصلي للموضوع الحبيب. ويمثل بعض سلوك الشخص المكتئب صرخة من أجل الحب وإظهار للعجز ونداء للمحبة والأمن (سلامة وعسكر، ١٩٩٢: ١٠٧).

وتشير سلامة (١٩٨٧) إلى إدوارد بيبينج Edward Bibring، وهو من أكثر المنظرين تأثيراً في مجال التحليل النفسي، يرى أن الاكتئاب ينشأ عن وعي الأنا المفاجئ بضعفها وجوانب ضعفها في مواجهة طموحاتها بمعنى أن الاكتئاب لا ينشأ عن الصراع داخل مكونات الشخصية وإنما ينشأ عن فقد اعتبار الذات في المواقف المتعلقة بالبيئة الخارجية.

النظرية المعرفية للاكتئاب ويمثلها نموذج بيك Beck والذي قدم نموذجاً معرفياً لتفسير نشأة الاكتئاب يقوم على ثلاثة مفاهيم أساسية هي: ١- الثالوث المعرفي ويشير إلى اتجاهات الفرد السلبية وتصورات المشوهة نحو الذات والعالم والمستقبل؛ ٢- المخططات أو الصيغ، وتشير إلى الأنماط المعرفية الثابتة التي تستخدم لتفسير مجموعة معينة من المواقف؛ ٣- الأخطاء المعرفية، وتتمثل في مجموعة من الأخطاء المنظمة في تفكير الشخص المكتئب تؤدي إلى استمرار اعتقاده في صدق تصورات السلبية، ومن ذلك التأويل الجزافي والإفراط في التعميم. ويقوم نموذج بيك على افتراض أن الخبرات والأحداث المبكرة التي يتعرض لها الفرد في حياته تعد بمثابة المتغيرات المهيئة التي تقدم الأساس الذي يعتمد عليه في تكوين التصورات السلبية نحو الذات والعالم والمستقبل، ثم يأتي دور المتغيرات المرسبة المتمثلة في مجموعة من الظروف وأحداث الحياة السلبية، حيث تقوم بتنشيط هذه التصورات السلبية وإثارتها، ومن ثم ينشأ الاكتئاب (رضوان وأبو عبا، ٢٠٠٢).

الدراسات السابقة

تم تقسيم الدراسات السابقة إلى أربعة محاور؛ المحور الأول للدراسات التي تتعلق بالعلاقة بين العفو والاكتئاب، والمحور الثاني يتناول الدراسات التي تتعلق بالعلاقة بين العفو والخلافات الزوجية، والمحور الثالث اهتم بالعلاقة بين الخلافات الزوجية والاكتئاب، والمحور الرابع والأخير يتعلق بالدراسات التي اهتمت بالعفو كمتغير معدل وذلك على النحو التالي:

أولاً: الدراسات التي اهتمت بدراسة العلاقة بين العفو والاكتئاب:

وفي هذا الصدد نجد دراسة كل من لولر وبيفري (Lawler & Piferi 2006) والتي هدفت إلى دراسة الشخصية التي تتصف بالنزعة للعفو، ودور بعض العوامل الوسيطة في العلاقة بين العفو والصحة النفسية كالقلق والاكتئاب والتدين والرضا عن الحياة، وتكونت عينة الدراسة من (٤٢٥) من الراشدين الذكور والإناث تراوحت أعمارهم ما بين ٥٠-٩٥ سنة. وقد أسفرت الدراسة عن عدة نتائج أهمها أن الأفراد الأعلى عفواً أقل اكتئاباً وقلقاً وأكثر تديناً وإحساساً بالسعادة والصحة النفسية، كما أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين العفو والعمر الزمني، حيث يزداد العفو مع التقدم في العمر الزمني، مع وجود فروق دالة إحصائية في العفو بين الجنسين لصالح الإناث.

كما أجرى توسنت وزميله (Toussaint & Friedman 2008) دراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين العفو وكل من الاكتئاب واليأس، وقد تكونت عينة الدراسة من (ن=١٤٢٣) من الراشدين تراوحت أعمارهم ما بين (١٨ سنة فما فوق)، وقد طبق الباحثون كل من مقياس العفو، ومقياس الاكتئاب، ومقياس اليأس، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود ارتباط عكسي بين العفو وكل من الاكتئاب واليأس.

وفي إطار العلاقة بين العفو والاكتئاب جاءت دراسة ريجافيتسن وزملاؤه (Rijavec et al (2010) بهدف فحص العلاقة بين العفو والسعادة، وقد تكونت عينة الدراسة من (ن= ٦٠٠) من طلاب الجامعة، ٣٠٠ طالب، و ٣٠٠ طالبة، تراوحت أعمارهم ما بين ١٩-٢٨ سنة، وقد طبق الباحثون كلا من مقياس التقرير الذاتي للعفو (الدافع للانتقام- الدافع للتجنب)، ومقياس السعادة/الاكتئاب، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود ارتباط إيجابي بين الدافع للانتقام والاكتئاب، كما توصلت النتائج إلى أن الدافع للانتقام منبئ دال للاكتئاب لدى الإناث.

وتختلف دراسة ديزتر وزملائه (Dezutter et al (2014) في العينة المستخدمة، حيث هدفت إلى فحص العلاقة بين العفو والاكتئاب لدى المسنين، وقد تكونت عينة الدراسة من (ن= ٢٨٠) من المسنين المقيمين مع ذويهم بمتوسط عمري قدره ٧٥,٩٨ سنة، وانحراف معياري قدره ٤,٧٦، (ن=٢٠٥) من المسنين المقيمين في دور الرعاية بمتوسط عمري قدره ٨٣,٢٠ سنة، وانحراف معياري قدره ٦,٩٤ سنة، وقد طبق الباحثون كلاً من مقياس العفو، ومقياس الاكتئاب، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن العفو يرتبط سلبياً بالاكتئاب.

وتدعيماً للعلاقة بين العفو والاكتئاب، أجرى إيلينور (Eleanor(2014) دراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين العفو عن الذات والاكتئاب، وقد تكونت عينة الدراسة من (ن=٤٣) من طلاب الجامعة تراوحت أعمارهم ما بين ١٨-١٩ سنة، وقد طبق الباحث كل من مقياس العفو، ومقياس الاكتئاب، ومقياس الشعور بالمسئولة، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة سالبة بين العفو عن الذات والاكتئاب.

ثانياً: الدراسات التي اهتمت بفحص العلاقة بين العفو والخلافات الزوجية:

قام فنشام وزملاؤه (Fincham et al (2002) بدراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين العفو والقدرة على حل الخلافات الزوجية، وقد تكونت عينة الدراسة (ن= ١٧١) من المتزوجين ٧٩ زوجاً، و ٩٢ من الزوجات، بمتوسط عمري قدره ٤٨,٧ سنة وانحراف معياري قدره ٥,٤ سنة للأزواج، و متوسط عمري قدره ٤٥,٧ سنة، وانحراف معياري قدره ٥,١ للزوجات، وقد طبق الباحثون كلاً من مقياس جودة الزواج، ومقياس العزو السببي، ومقياس العفو، ومقياس التعاطف، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أهمية العفو في حل الخلافات الزوجية، فهو يرتبط بالتصرف بإيجابية في العلاقات الزوجية، كما أوضحت النتائج أن العفو له أثر على قرارات الأزواج ومدى رضاهم عن حياتهم الزوجية.

وفي السياق نفسه أجري فنشام وزملاؤه (Fincham et al (2004) دراسة بهدف فحص العلاقة بين العفو وحل الصراعات الزوجية، وقد تكونت عينة الدراسة من (ن=٥٢) زوجاً وزوجة بريطانيين بمتوسط عمري قدره ٣٢,٦ سنة، وانحراف معياري قدره ٧,٧ سنة بالنسبة للأزواج، أما الزوجات فقد بلغ متوسط أعمارهن ٣٠,٧ سنة وانحراف معياري قدره ٦,٢ سنة، وقد طبق الباحثون كل من مقياس الرضا الزوجي، ومقياس العفو، ومقياس الصراع الزوجي، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن أن العفو يساهم في حل الخلافات والصراعات الزوجية بين الزوجين.

كذلك قام ستيفن (Stephen(2010) بدراسة هدفت إلى التعرف على مدى فعالية العفو كأسلوب علاجي لبعض المشاكل الزوجية من خلال إجراء دراسة تجريبية على مجموعة من الأزواج، وقد أسفرت نتائج

الدراسة عن أن العفو يساعد على حل الصراعات الزوجية، وبناء الثقة والشعور بالأمان بين الأزواج، الأمر الذي يؤدي إلى زيادة الشعور بالرضا عن العلاقة.

كما أجري أسيل وزملاؤه (Asil et al (2014) دراسة هدفت إلى التعرف على فعالية برنامج إرشادي قائم على العفو في خفض حدة الخلافات والصراعات الزوجية على مدار ثماني جلسات، وقد أجريت الدراسة على (٣٠) زوجة تراوحت أعمارهن ما بين ٢٥-٣٧ سنة، وقد طبق الباحثون مقياس الصراع الزوجي، ومقياس العفو، وقد توصلت الدراسة إلى أن العفو يقلل مشاعر الغضب والانتقام والكراهية والانزعاج، ويشجع على المشاعر الإيجابية، والسلوكيات البناءة، ويزيد من الثقة والتكيف ويحسن الصحة البدنية والعقلية ويخفض المشاعر والعواطف السلبية.

ثالثاً: الدراسات التي اهتمت بفحص العلاقة بين الخلافات الزوجية والاكتئاب:

أجرى كارين ونيل (Karen&Neil(1990) دراسة هدفت لفحص ودراسة الخصائص التفاعلية للأزواج والزوجات المصابة بالاكتئاب. وتكونت عينة الدراسة من أربع مجموعات من الأزواج والزوجات حيث اشتملت المجموعة الأولى على (٣٢) زوجاً وزوجة تكون فيها الزوجة مصابة بالاكتئاب وتكون علاقتها الزوجية مضطربة، أما المجموعة الثانية فقد اشتملت على (٣٤) زوجاً وزوجة على أن تكون الزوجة مصابة بالاكتئاب ولكن علاقتها الزوجية غير مضطربة، أما المجموعة الثالثة فقد اشتملت على (٣٦) زوجاً وزوجة وفيها لا يُعاني كلا الزوجين من الاكتئاب ولكن علاقاتهم الزوجية مضطربة، أما المجموعة الرابعة والأخيرة فقد اشتملت على (٢٤) زوجاً وزوجة وفيها لا يُعاني كلا الزوجين من الاكتئاب ولكن علاقاتهم الزوجية كانت غير مضطربة، وقد كان متوسط عمر الزوجات غير المصابات بالاكتئاب (٣٢،٣) سنة ومتوسط عمر الأزواج في هذه العينة (٣٤،٣٨) سنة، أما متوسط عمر الزوجات المصابات بالاكتئاب (٤١،٤٨) سنة ومتوسط عمر الأزواج في هذه العينة (٤٣،١٥) سنة. وقد استخدم الباحثان كلاً من مقياس التوافق الزوجي، وبطارية بيك للاكتئاب، والمقابلة التشخيصية، ومقياس هاميلتون لقياس الاكتئاب. وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة موجبة بين العلاقات الزوجية المضطربة والاكتئاب عند الزوجات حيث يؤدي اضطراب العلاقة الزوجية بين الزوجين إلى ظهور الأعراض الاكتئابية.

وعلى غرار الدراسة السابقة أجرى فينشام وزملاؤه (Fincham et al (1997) دراسة هدفت إلى فحص العلاقة السببية بين الخلافات الزوجية وأعراض الاكتئاب لدى الأزواج والزوجات المتزوجين حديثاً، كما هدفت إلى دراسة الفروق بين الجنسين في الإصابة بالاكتئاب. وتكونت الدراسة من عينة قوامها (١٥٠) من الأزواج والزوجات المتزوجين حديثاً حيث تراوحت مدة زواجهم ما بين (٣-٤) شهور، وكان متوسط عمر الأزواج (٢٧،٨) سنة بانحراف معياري قدره (٦،٦) بينما كان متوسط عمر الزوجات (٢٦،٦) سنة بانحراف معياري قدره (٦،٣)، وقد تراوح مستوى تعليم الزوجين ما بين تعليم متوسط وتعليم عالي. وقد استخدم الباحثون كلاً من مقياس التوافق الزوجي، وبطارية بيك للاكتئاب. وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة سالبة دالة بين الرضا الزوجي وأعراض الاكتئاب حيث يؤدي الانخفاض في معدل الرضا الزوجي إلى الزيادة في ظهور أعراض الاكتئاب، وجود فروق جوهرية بين الأزواج والزوجات في الإصابة بالاكتئاب وقد كانت الفروق في جانب الزوجات حيث كانت الزوجات أكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب من الأزواج.

كذلك أجرى كل من ويسمان وبروس (Whisman&Bruce, 1999) دراسة هدفت إلى مقارنة المضطربين زواجياً والمتوافقين زواجياً في كل من القلق والاكتئاب وتقدير الذات، وقد أجريت الدراسة على (ن = ٩٠٤) من المتزوجين، وقد طبق مقياس القلق، ومقياس الاكتئاب، ومقياس تقدير الذات، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق بين المضطربين زواجياً والمتوافقين في كل من القلق والاكتئاب في اتجاه المضطربين زواجياً، كما أوضحت نتائج الدراسة أن المضطربين زواجياً كانوا أكثر احتمالاً ثلاثة مرات من المتوافقين زواجياً لظهور نوبة الاكتئاب، وأن عدم الرضا الزوجي هو سبباً لحدوث الاكتئاب.

أما دراسة كانو وزملاؤه (Cano et al, 2002) فقد هدفت إلى التعرف عن مقدمات ونواتج الأحداث الضاغطة الزوجية في دراسة طولية استمرت لمدة ١٦ شهراً، وقد تكونت عينة الدراسة من (ن = ٤١) زوجة يخضعن للعلاج النفسي تراوحت أعمارهن ما بين (٢٢-٤٤) سنة، وقد طبق الباحثون كل من مقياس الخلافات الزوجية، ومقياس الاكتئاب، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن الخلافات الزوجية الشديدة ترتبط باضطراب العلاقات الزوجية، كما تزيد من أعراض الاكتئاب لدى الزوجات.

وفي السياق نفسه نجد دراسة كانو وزملاؤه (Cano et al, 2004) والتي هدفت إلى فحص الآثار قصيرة المدى للضغوط الزوجية على معاناة الزوجات من أعراض القلق والاكتئاب، وقد تكونت عينة الدراسة (ن = ٥٠) زوجة تم تقسمهم على مجموعتين الأولى (ن = ٢٥) زوجة تعرضت لأحداث زوجية (خيانة زوجية- عنف جسدي- طلاق) خلال السنة شهور الماضية. والمجموعة الثانية تكونت من (ن = ٢٥) ولم تتعرض لأي ضغوط زوجية خلال الستة شهور الماضية، وقد طبق الباحثون مقياس التوافق الزوجي المتبادل، ومقياس القلق، ومقياس الاكتئاب، ومقياس الأحداث الزوجية الضاغطة، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق بين المجموعتين في أعراض القلق والاكتئاب إلى جانب الزوجات المتعرضات للضغوط الزوجية، كما أسفرت النتائج أيضاً عن أن الضغوط الزوجية (خيانة- ضرب- انفصال) ترتبط بأعراض القلق والاكتئاب.

وفي هذا الصدد أجرت صفاء مرسى (٢٠٠٤) دراسة بهدف استكشاف منظومة العلاقات الارتباطية والسببية بين بعض المتغيرات النفسية الاجتماعية وهي التعاطف وإدراك الآخر والاندفاعية والعدائية والوحدة النفسية والقلق والاكتئاب، كل منها على حدة، ودرجة الاختلال الزوجي. وتكونت الدراسة من عينة قوامها (١٠١) زوجاً وزوجة وزعت كما يلي: مجموعة الأزواج والزوجات وشملت (٢٨) زوج وزوجة (٥٦ مشاركاً) ، ومجموعة الأزواج وشملت ٢٤ زوجاً ، مجموعة الزوجات وشملت (٢١) زوجة تراوحت أعمار العينة ما بين ٢٤-٥٠ سنة ، وقد شملت الدراسة جميع المستويات التعليمية بدءاً من مستوى الأمية وحتى مستوى الدراسات العليا، على أن يكون لدى الزوجين طفل واحد على الأقل، وأن يكون الحد الأدنى لمدة الزواج عاماً كاملاً . وقد استخدمت الباحثة الأدوات الآتية استخبار مظاهر الاختلالات الزوجية ، واستخبار عواقب الإختلالات الزوجية ، واختبار التعاطف مع شريك الحياة ، واختبار إدراك الآخر كشريك حياة واختبار الاندفاعية لدى الأزواج والزوجات ، وقائمة بيك للاكتئاب، وقائمة سيبيلبرجر للقلق ، ومقياس العدائية واتجاهها ، ومقياس الشعور بالوحدة. وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود ارتباط موجب جوهري بين الإختلال الزوجي وكل من الاندفاعية والاكتئاب والقلق والعدائية والوحدة النفسية، وأن الزوجات أكثر معاناة من الاختلال الزوجي مقارنة بالأزواج .

كما قام جوردون وزملاؤه (Gordon et al (2005) بدراسة هدفت إلى فحص دور العزو الزوجي في العلاقة بين الخلافات الزوجية والاكتئاب، وقد تكونت عينة الدراسة من (ن=١١٣) من المتزوجين ٨٥ أنثى، ٢٨ ذكر، تراوحت أعمارهم ما بين ١٨-٦٤ سنة، وقد طبق الباحثون مقياس الاكتئاب، ومقياس التوافق الزوجي، ومقياس العزو الزوجي، وقد توصلت الدراسة إلى عدة نتائج أهمها وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الخلافات الزوجية والاكتئاب.

كذلك أجرى هوليس وزملاؤه (Hollist et al (2007) دراسة هدفت إلى اختبار العلاقة الطولية بين الرضا الزوجي والاكتئاب، وقد تكونت عينة الدراسة من (ن=٩٩) امرأة برازيلية بمتوسط عمري قدره ٢٥,٩ سنة، وقد طبق الباحثون مقياس الرضا الزوجي، ومقياس الاكتئاب، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن أن الرضا الزوجي يعد منبئاً بالاكتئاب، وأن الخلافات الزوجية ترتبط بشكل قوى بالاكتئاب.

وفي إطار العلاقة بين الخلافات الزوجية والاكتئاب أجرت هبة علي (٢٠١٣) دراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين إدراك الضغوط الزوجية وأعراض الاكتئاب، وقد تكونت عينة الدراسة من (ن=٣١٤) من الأزواج وزوجاتهم، تراوحت أعمارهم ما بين ٢٥-٥٧ سنة بمتوسط عمري قدره ٤١,٤٨ سنة وانحراف معياري قدره ٨,٦٦ سنة بالنسبة للأزواج، أما بالنسبة للزوجات فقد تراوحت أعمارهن ما بين ٢٠-٥٥ سنة بمتوسط عمري قدره ٣٥,٦٥ سنة وانحراف معياري قدره ٨,٦٩ سنة، وقد طبقت الباحثة مقياس الضغوط الزوجية، ومقياس الثقة المتبادلة بين الأزواج، ومقياس الاكتئاب، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود ارتباط موجب بين الضغوط الزوجية والاكتئاب.

كما أجرى ويسمان وزملاؤه (Whisman et al (2015) دراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين الخلافات الزوجية والاكتئاب، وتكونت عينة الدراسة من (ن=٥٠٢) من الأزواج والزوجات تراوحت أعمارهم ما بين (٥٥-٧٥) سنة، بمتوسط عمري قدره ٦٥,٣ سنة للذكور، وانحراف معياري قدره ٤,٢ سنة. أما بالنسبة للإناث فقد كان متوسط أعمارهن ٦٣,٦ سنة وانحراف معياري قدره ٤,٢ سنة، وقد طبق الباحثون مقياس الخلافات الزوجية ومقياس الاكتئاب، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية دالة بين الخلافات الزوجية والمستويات المرتفعة للاكتئاب.

رابعاً: الدراسات التي اهتمت بدراسة العفو كمتغير معدل:

أجري فينهولت (Finholt(2011) دراسة هدفت إلى فحص الدور الذي يقوم به العفو كمتغير معدل في العلاقة بين الخيانة الزوجية والاكتئاب، وقد تكونت عينة الدراسة من (ن=٣١١١) من الراشدين تراوحت أعمارهم ما بين (١٨-٨١ سنة)، وقد طبق الباحث مقياس العفو لهارتلاند، ومقياس الاكتئاب، ومقياس اضطراب ما بعد الصدمة، ومقياس الخيانة الزوجية، وقد توصلت الدراسة إلى عد نتائج أهمها أن العفو يتوسط العلاقة بين الخيانة الزوجية والاكتئاب، وأن العفو منبئ جيد بانخفاض الاكتئاب.

كما أجرى هايرسش وزملاؤه (Hirsch et al (2011) دراسة هدفت إلى فحص دور العفو في العلاقة بين الاكتئاب والسلوك الانتحاري. وتكونت عينة الدراسة من (١٢٣) من طالبات الجامعة بمتوسط عمري قدره ١٩,٥٨ سنة وانحراف معياري قدره ٣,١٦ سنة. وقد طبق الباحثون مقياس بيك للاكتئاب، ومقياس العفو، ومقياس السلوك الانتحاري. وقد أسفرت الدراسة عن أن زيادة العفو مرتبط بانخفاض الاكتئاب والذي بدوره يؤدي إلى تقليل السلوك الانتحاري.

وفي هذا الصدد أيضاً أجرى دومي (2012) Dome دراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين العفو وكل من المعاناة الاقتصادية واضطراب العلاقة الزوجية، ومعرفة دور العفو كمتغير معدل في هذه العلاقة، وقد تكونت عينة الدراسة من (ن=343) من الأزواج والزوجات، بمتوسط عمري قدره 46,46 سنة وانحراف معياري قدره 6,15 بالنسبة للأزواج، ومتوسط عمري قدره 43,49 سنة وانحراف معياري قدره 5,43 سنة بالنسبة للزوجات، وقد طبق الباحث مقياس العفو، ومقياس الخلافات الزوجية، ومقياس المعاناة الاقتصادية، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط عكسي بين العفو واضطراب العلاقة الزوجية، وأن العفو يؤدي دوراً مهماً في العلاقة بين اضطراب العلاقة الزوجية والمعاناة الاقتصادية.

كذلك أجرى سوكل (2015) SucII دراسة هدفت إلى معرفة دور كل من العفو والرغبة في الانتقام والتمسك بالإسلام كمتغيرات معدلة في العلاقة بين الصحة النفسية والاكتئاب، وقد تكونت عينة الدراسة من (ن=220) من الناجين من الغزو العراقي للكويت عام 1990، تراوحت أعمارهم ما بين 29-77 سنة، بمتوسط عمري قدره 35 سنة، وانحراف معياري قدره 9,06 سنة، وقد طبق الباحث مقياس العفو، ومقياس الاكتئاب، ومقياس الالتزام بالإسلام، ومقياس الصحة النفسية، بالإضافة إلى مقياس الانتقام (التجاوز في العلاقات البيئية)، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين العفو والاكتئاب والرغبة في الانتقام، وأن العفو يؤدي دوراً مهماً في العلاقة بين الصحة النفسية والاكتئاب.

كما قام واي (2015) Wei بدراسة هدفت إلى معرفة دور العفو في العلاقة بين التعلق الوجداني الآمن والاكتئاب، وقد تكونت عينة الدراسة من (ن=403) من طلاب الجامعة، وقد طبق الباحث مقياس العفو، ومقياس الاكتئاب، ومقياس التعلق الآمن، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن أن العفو يؤدي دوراً مهماً في العلاقة بين التعلق الوجداني الآمن والاكتئاب.

يتضح من عرض الدراسات السابقة ما يلي:

- أن الدراسات التي تناولت المتغيرات الثلاثة موضع الاهتمام مجتمعة معاً تكاد تكون نادرة.
- ركزت بعض الدراسات، من مثل دراسة الينور (2014) Eleanor على دراسة جانب واحد فقط من جوانب العفو وهو العفو عن الذات وهو ما يختلف عن الدراسة الحالية والتي ركزت على كل من العفو عن الذات والعفو عن الآخر.
- بالنسبة لعينة الدراسة نجد أن بعض الدراسات أجريت على عينات من الناجين من الغزو العراقي، كما جاء في دراسة سوكل (2015) SucII، أو على عينة من المسنين، كما جاء في دراسة ديزتر (2014) Dezutter et al.، أو على طلاب الجامعة مثل دراسة واي (2015) Wei، هايرسش (2011) Hirsch et al.، وهو ما يختلف مع العينة المستخدمة في الدراسة الحالية وهي عينة المتزوجات.
- أن الدراسات التي تناولت العفو كمتغير معدل تختلف بشكل تام عن هدف الدراسة الحالية؛ حيث تناولت العفو كمتغير معدل للعلاقة بين الخيانة الزوجية والاكتئاب، كما جاء في دراسة فينهولت (2011) Finholt، أو معدل للعلاقة بين الاكتئاب والانتحار، كما جاء في دراسة هايرسش وزملائه (2011) Hirsch et al.، أو معدل للعلاقة بين اضطراب العلاقة الزوجية والمعاناة الاقتصادية، كما جاء في دراسة دومي (2012) Dome، أو معدل للعلاقة بين الصحة النفسية والاكتئاب، كما جاء في دراسة سوكل (2015) SucII، أو معدل للعلاقة بين التعلق الوجداني والاكتئاب والانتحار، كما جاء في دراسة وي (2015) Wei. وهو ما

يختلف عن هدف الدراسة الحالية في تناولها للعفو (الذات- الآخر) كتغير معدل للعلاقة بين الخلافات الزوجية والاكنتاب.

أما عن أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة فتمثل في طرح الفروض، واستخلاص المفاهيم الإجرائية، وانتقاء وإعداد الأدوات، فضلاً عن تعزيز النتائج عند مناقشتها لاحقاً. وبناء على ما سبق، يمكن صياغة فروض الدراسة على النحو التالي:

فروض الدراسة

- ١- يوجد ارتباط سالب دال إحصائياً بين درجات العفو ومقاييس الفرعيين ودرجات كل من الخلافات الزوجية والاكنتاب، في حين يوجد ارتباط موجب دال إحصائياً بين درجات الخلافات الزوجية ودرجات الاكنتاب لدى المتزوجات (العاملات وغير العاملات).
- ٢- يسهم العفو ومقاييسه الفرعية في التنبؤ بكل من الخلافات الزوجية والاكنتاب لدى الزوجات العاملات وغير العاملات.
- ٣- أن العزل الإحصائي لتأثير درجات العفو ومقاييسه الفرعية عن العلاقة بين الخلافات الزوجية والاكنتاب يعدل من قوة هذه العلاقة لدى المتزوجات (العاملات وغير العاملات).
- ٤- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المتزوجات (العاملات- وغير العاملات) في كل من العفو والخلافات الزوجية والاكنتاب.

المنهج وإجراءات الدراسة

اعتمدت الباحثة في هذه الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، الذي أمكن من خلاله دراسة العلاقة بين المتغيرات موضع البحث وهي العفو والاكنتاب والخلافات الزوجية.

تصميم الدراسة

اعتمدت الدراسة على التصميم المستعرض لمجموعة الحالة في مقابل مجموعة المقارنة.

عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (ن=٢٠٢) زوجة، مقسمة إلى (٩٦) زوجة عاملة و(١٠٦) زوجة غير عاملة، تراوحت أعمارهن ما بين ٢١ إلى ٤٤ سنة بمتوسط عمري قدره ٣٤,٢١ سنة وانحراف معياري قدره ٥,٩٠. ومتوسط عمري قدره ٣٤,٩٦ وانحراف معياري قدره ٥,٨٥ بالنسبة للزوجات العاملات، ومتوسط عمري قدره ٣٣,٩٣ وانحراف معياري قدره ٦,٨٢ بالنسبة للزوجات غير العاملات.

ويوضح جدول (١) توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً للخصائص الديموجرافية.

مستوى التعليم		عدد سنوات الزواج		عدد الأطفال		السن			الزوجات	
مرتفع	متوسط	أكثر من	سنة وحتى	ثلاثة	طفل أو	٣٧ إلى	٢٩ إلى	٢١	غير	عاملات
		عشر سنوات	١٠ سنوات	أطفال فأكثر	طفلان	٤٤	٣٦	إلى ٢٨	عاملات	
١٠٣	٩٩	١١٢	٩٠	١٠٨	٩٤	٧١	٩٢	٣٩	١٠٦	٩٦

أدوات الدراسة:

تضمنت أدوات الدراسة ثلاثة مقاييس أساسية بالإضافة إلي مقابلة مبدئية لجمع البيانات، تضمنت بيانات خاصة بأفراد العينة حيث الاسم، والسن، ومدة الزواج، والمستوى التعليمي، وفيما يلي عرض لأدوات الدراسة:

١- اختبار العفو للمتزوجات (إعداد الباحثة)

مر إعداد هذا المقياس بعدة مراحل، نوجزها فيما يلي:

١-الإطلاع على الأطر النظرية المتاحة للوقوف على طبيعة عملية العفو، ومكوناتها وأنواعها، ثم تحديد ما سيتم دراسته من بينها.

٢-الإطلاع على عدد من المقاييس المتاحة بالانتاج النفسى، وهى: مقياس هارتلاند للعفو^(١)، وقائمة إنزرايت للعفو^(٢)، ومقياس التقرير الذاتى للعفو^(٣).

وبناء على الخطوتين السابقتين، تم صياغة عبارات الاختبار. وقد بلغ عدد عبارات الاختبار ٢٢ عبارة موزعة على مقياسين فرعيين على النحو التالي :

مقياس العفو عن الذات: يتكون هذا المقياس الفرعي من (٩) بنود منهم(٤) عبارات موجبة، و(٥) عبارات سالبة. وتقيس عباراته الشعور بالذنب، ولوم الذات، والاستياء الذاتى.

مقياس العفو عن الآخر: يتكون هذا المقياس الفرعي من (١٣) بنوداً، منها (٦) عبارات موجبة، و(٧) عبارات سالبة، وتقيس عباراته مدى الإحساس بالأسى، والمشاعر والأفكار اتجاه الزوج. ويتم الاستجابة لكل عبارة وفقاً لمقياس (ليكرت) وفقاً لأربعة بدائل، بحيث يعطى المشارك فرصة لتحديد درجة موافقته على البند من بين عدة درجات تتكون من أربعة مستويات هي: أبداً = ١، نادراً = ٢، أحياناً = ٣، دائماً = ٤. هذا باستثناء مجموعة من العبارات تصحح في الاتجاه العكسي، وهى البنود أرقام (١-٢-٣-٧-٨-١٠-١٤-١٥-١٧-١٨-٢٠-٢١) أي توضع لكل منها درجة واحدة إذا كانت الإجابة دائماً، ودرجتان إذا كانت الإجابة أحياناً، وثلاث درجات إذا كانت الإجابة نادراً، وأربع درجات إذا كانت الإجابة أبداً، حيث تُشير هذه العبارات إلى غياب الموقف وفقاً للبعد الذي تنتمي إليه: دائماً = ١، أحياناً = ٢، نادراً = ٣، أبداً = ٤.

٢-اختبار الخلافات الزوجية (إعداد الباحثة)

ويهدف الاختبار إلى الحصول على تقدير كمي للأحداث أو المواقف التي قد تصبح مشكلة أو مصدر للخلاف كما تدركها الزوجة، على أنها تجعل الحياة الزوجية مضطربة. ولإعداد الاختبار قامت الباحثة بالإطلاع على المقاييس المتاحة بالتراث، وهما اختبار الخلافات الزوجية إعداد صالح، (١٩٨٩)، واختبار السنوسي المتعدد الأوجه الزوجي، من إعداد السنوسي، (١٩٧٣).

الأداة في صورتها المبدئية بعد الإطلاع على المقاييس السابقة، وأدبيات مفهوم الخلافات الزوجية، تم صياغة عبارات الاختبار، وتحديد مصادر الخلافات، لدى الأفراد في الحياة الزوجية، والتي تمثلت في: سوء التواصل وعدم التفاهم، الشك، انتقاد الدعم والمساندة، والجمود العاطفي واللامبالاة.

وبناء على الخطوات السابقة تم صياغة عبارات الاختبار. وقد بلغ عدد عبارات الاختبار ٣٩ عبارة

موزعة على أربعة مجالات فرعية على النحو التالي :

-سوء التواصل وعدم التفاهم: ويقصد به إلى أي مدى ترى الزوجة زوجها على أنه غير متفاهم، وغير متعاون، ومدى الاختلاف بينهم في وجهات النظر، ويتضمن هذا البعد من ١١ عبارة وهي كالتالي (١-٥-٩-١٣-١٧-٢١-٢٥-٢٩-٣٣-٣٧-٣٩)، ومن أمثلتها: "يسئ زوجي تفسير حقيقة مشاعري تجاهه".
-الشك: ويقصد به الكذب والغيرة وعدم حفظ الأسرار، ويتضمن هذا البعد ٩ عبارات وهي كالتالي (٢-٦-١٠-١٤-١٨-٢٢-٢٦-٣٠-٣٤)، ومن أمثلتها: "زوجي يكذب علي".
-افتقاد الدعم والمساندة: ويشير إلى أي مدى تعاني الزوجة من عدم مشاركة ومساندة زوجها لها في مواقف الأزمات والمواقف العادية، ويتضمن هذا البعد ١٠ عبارة (٣-٧-١١-١٥-١٩-٢٣-٢٧-٣١-٣٥-٣٨)، ومن أمثلتها: "يحملني زوجي مسؤوليات تفوق طاقتي وقدراتي".
-الجمود العاطفي واللامبالاة: ويقصد به عدم الإشباع العاطفي والبرود والإهمال من الزوج، ويتضمن ٩ عبارات (٤-٨-١٢-١٦-٢٠-٢٤-٢٨-٣٢-٣٦)، من أمثلتها: "زوجي شديد البرودة في مشاعره اتجاهي".

٣- مقياس بيك الثاني للاكتئاب BDI-II

عرب هذا المقياس عبد الفتاح (٢٠٠٠)، ويعتبر مقياس بيك الثاني للاكتئاب BDI-II هو أحدث صورة مطورة لمقياس بيك للاكتئاب BDI مستخدماً أسلوب التقرير الذاتي لقياس شدة أعراض الاكتئاب، ويعتبر من أكبر أدوات قياس الاكتئاب استخداماً، واستخدمت الباحثة الصورة المختصرة منه، وهي تتكون من ١٣ مجموعة من العبارات ويتم تصحيح العبارات. من ٠ - ٣ حيث تتراوح شدة الأعراض من غياب العرض (٠) إلى الدرجة الأشد وهي (٣)، وبذلك تتراوح الدرجات على هذا المقياس ما بين صفر إلى ٣٩ درجة، وقد قام معرب المقياس بحساب الثبات من خلال إعادة التطبيق: فقد طبق المقياس مرتين بفواصل زمني مقداره أسبوعين على عينة قوامها (٥٥)، وبلغت معاملات الثبات ٠,٧٥ لدى الطلاب، و٠,٧٤ لدى الطالبات، و٠,٧٤ لدى العينة الكلية. كما تم حساب ثبات المقياس باستخدام طريقة ألفا كرونباخ حيث بلغ لدى الطلاب (ن=٧٠) ٠,٧٩، ولدى الطالبات (ن=٤٤) ٠,٨٨، ولدى العينة الكلية (ن=١١٤) ٠,٨٣.
كما تم التحقق من صدق المقياس من خلال حساب الصدق التلازمي: حيث تم حساب الارتباط بين المقياس الحالي وبين الصورة الأولى المعدلة لمقياس بيك للاكتئاب، ومقياس توكيد الذات، ومقياس القلق، وبلغ معامل الارتباط ٠,٦٨، و-٠,٣٨، ٠,٦١، على التوالي لدى الذكور، و ٠,٨٧، و-٠,٣٧، و ٠,١٩، على التوالي لدى الإناث، و ٠,٧٦، و-٠,٣٧، و ٠,٤٢، على التوالي لدى العينة الكلية.
وتجدر الإشارة هنا إلى أن هذا المقياس يتمتع بخواص سيكومترية جيدة (ثبات وصدق)، حيث استُخدم في عديد من الدراسات التي أجريت في البيئة المصرية، على سبيل المثال لا الحصر دراسة سلامة (١٩٩١)، ودراسة فايد (٢٠٠٤) ودراسة كاظم والأنصاري (٢٠٠٨)، ودراسة محمود (٢٠٠٨)، ودراسة علي (٢٠١٣).

الكفاءة القياسية النفسية لاستخبارات الدراسة

قامت الباحثة بإجراء الثبات والصدق لاستخبارات الدراسة على عينة بلغ عددها (ن=١٥٥) من الزوجات، تكونت من (٧٠) من الزوجات العاملات و (٨٥) من الزوجات غير العاملات، تراوحت أعمارهن

- 1-Heartland Forgiveness scale
- 2-Enright Forgiveness inventory
- 3-Forgiveness self report measure

العفو كمتغير معدل للعلاقة بين الخلافات الزوجية وأعراض الاكتئاب

ما بين ٢١ إلى ٤٤ سنة بمتوسط عمري تقري ٣٣,٧٠ سنة وانحراف معياري قدره ٦,٥٠ سنة.

أولاً: الثبات

تم إيجاد التجانس الداخلي للاستخبارات بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية لمكونه الفرعي الذي ينتمي إليه، ثم إيجاد معامل الارتباط بين مجموع درجات كل مقياس فرعي ومجموع درجات المقياس ككل، وكذلك معاملات الارتباط المتبادلة للمقاييس الفرعية.

جدول (٢) معاملات الارتباط بين درجة البند والدرجة الكلية لمكونه الفرعي لاستخبار العفو لدى الزوجات العاملات

وغير العاملات (ن=١٥٥)

رقم البند	مجموعة الزوجات العاملات (ن=٧٠ زوجة)		مجموعة الزوجات غير العاملات (ن=٨٥ زوجة)	
	العفو عن الذات	العفو عن الآخر	العفو عن الذات	العفو عن الآخر
١	٠,٤١٤		٠,٤٥٢	
٢		٠,٦٧١		٠,٥٣٧
٣	٠,٥٧٧		٠,٤٦٨	
٤		٠,٤٨٧		٠,٤٤٦
٥	٠,٥٢٩		٠,٤٧٢	
٦		٠,٥٥٣		٠,٦١٩
٧	٠,٣٩١		٠,٥٩٥	
٨		٠,٣٣٤		٠,٤٠٩
٩	٠,٥٢٢		٠,٦٤١	
١٠		٠,٤٢١		٠,٣٩٢
١١	٠,٣٣١		٠,٦٠٢	
١٢		٠,٣٧٧		٠,٤٢٩
١٣	٠,٤٣٢		٠,٤٥٣	
١٤		٠,٥٠٠		٠,٦٢٧
١٥	٠,٤٨٠		٠,٥١٦	
١٦		٠,٦١٨		٠,٤٣٤
١٧	٠,٤٠١		٠,٥٦٧	
١٨		٠,٤٣٥		٠,٥٠٨
١٩	٠,٥٦٠			٠,٤١٤
٢٠		٠,٦٢٦		٠,٤٣٢
٢١	٠,٥٤٧			٠,٦٦٢
٢٢		٠,٣٦٤		٠,٣٤٩

يتضح من الجدول (٢) أن معاملات الارتباط بين الدرجة على البند والدرجة الكلية لمكونه الفرعي

تراوحت بين ٠,٣٣١ إلى ٠,٦٧١ وذلك لدى الزوجات العاملات، كما تراوحت الدرجة على البند والدرجة الكلية لمكونه الفرعي ما بين ٠,٣٣١ إلى ٠,٦٧١ لدى الزوجات غير العاملات.

جدول (٣) معاملات الارتباط بين أبعاد استخبار العفو وبعضها بعضاً ثم بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للاستخبار (ن=١٥٥)

المتغيرات	مجموعة الزوجات العاملات (ن=٧٠ زوجة)			مجموعة الزوجات غير العاملات (ن=٨٥ زوجة)		
	١	٢	٣	١	٢	٣
١-العفو عن الذات	-----	٠,٤٥٠	٠,٥٤٢	-----	٠,٤٧٠	٠,٥٣٠
٢-العفو عن الآخر	-----	-----	٠,٧٩٤	-----	-----	٠,٨٧٢
٣-الدرجة الكلية للعفو	-----	-----	-----	-----	-----	-----

ويوضح الجدول (٣) أن معاملات الارتباط المتبادلة بين درجات الأبعاد الفرعية لاستخبار العفو وبعضها بعضاً والدرجة الكلية للاستخبار تراوحت ما بين ٠,٤٥٠ إلى ٠,٧٩٤ لدى الزوجات العاملات، وتراوحت ما بين ٠,٧٩٤ إلى ٠,٨٧٢ لدى الزوجات غير العاملات، وهي معاملات ثبات مقبولة تشير إلى أن مفردات المقياس تقيس المضمون نفسه.

جدول (٤) معاملات الارتباط بين درجة البند والدرجة الكلية لمكوناته الفرعية لاستخبار الخلافات الزوجية لدى الزوجات العاملات وغير العاملات (ن=١٥٥)

رقم البند	الزوجات العاملات (ن=٧٠ زوجة)			رقم البند	الزوجات غير العاملات (ن=٨٥ زوجة)		
	سوء التواصل وعدم التفاهم	الشك	افتقاد الدعم		سوء التواصل وعدم التفاهم	الشك	افتقاد الدعم
١	٠,٧٦٢			١	٠,٧٦١		
٢	٠,٨٢٢			٢	٠,٦٦٢		
٣	٠,٦١٣			٣	٠,٥٤٤		
٤	٠,٦٠٠			٤	٠,٦٩٠		
٥	٠,٥٢٣			٥	٠,٦٦٠		
٦	٠,٨٥٢			٦	٠,٧٨٨		
٧	٠,٤٩٢			٧	٠,٥٠٨		
٨	٠,٧٦٢			٨	٠,٦٢٦		
٩	٠,٦١٣			٩	٠,٧٤٠		
١٠	٠,٥٣٥			١٠	٠,٣٧٧		
١١	٠,٧٨٣			١١	٠,٧٠١		
١٢	٠,٨٢٣			١٢	٠,٦٩٩		
١٣	٠,٤٠٠			١٣	٠,٦١٦		
١٤	٠,٣٩٢			١٤	٠,٣٩٦		
١٥	٠,٥٠١			١٥	٠,٥٢٩		
١٦	٠,٨١٨			١٦	٠,٧٤٠		
١٧	٠,٧٦٩			١٧	٠,٧٢٦		
١٨	٠,٨٧١			١٨	٠,٧٧٦		
١٩	٠,٦١٦			١٩	٠,٥٥٣		
٢٠	٠,٨٧٩			٢٠	٠,٨١٠		
٢١	٠,٦٤٠			٢١	٠,٤٦٢		

العفو كمتغير معدل للعلاقة بين الخلافات الزوجية وأعراض الاكتئاب

تابع جدول (٤)

٢٢	٠,٧١٤	٢٢	٠,٧٣٥		
٢٣	٠,٦٣٦	٢٣	٠,٦٧١		
٢٤	٠,٧٤٧	٢٤	٠,٦٦٧		
٢٥	٠,٣٩٣	٢٥	٠,٥٣٢		
٢٦	٠,٨٤٥	٢٦	٠,٥٢٧		
٢٧	٠,٦١٨	٢٧	٠,٥٣٤		
٢٨	٠,٥٠٩	٢٨	٠,٥٨٢		
٢٩	٠,٥٢١	٢٩	٠,٥٤١		
٣٠	٠,٧٤٧	٣٠	٠,٧٣٨		
٣١	٠,٨٠٨	٣١	٠,٦٨٠		
٣٢	٠,٨١٥	٣٢	٠,٥٨٣		
٣٣	٠,٥٤١	٣٣	٠,٦٣١		
٣٤	٠,٦٥٩	٣٤	٠,٨٢٨		
٣٥	٠,٦٥٩	٣٥	٠,٤٩٧		
٣٦	٠,٧٥٧	٣٦	٠,٧٥٤		
٣٧	٠,٥٩١	٣٧	٠,٦٨٧		
٣٨	٠,٥٥٣	٣٨	٠,٦٥٠		
٣٩	٠,٦٧٤	٣٩	٠,٤٩١		

يتضح من الجدول (٤) أن معاملات الارتباط بين الدرجة على البند والدرجة الكلية لمكونه الفرعي تراوحت بين ٠,٣٩٢ إلى ٠,٨٧٩ وذلك لدى الزوجات العاملات، كما تراوحت الدرجة على البند والدرجة الكلية لمكونه الفرعي تراوحت بين ٠,٣٧٧ إلى ٠,٨٢٨ لدى الزوجات غير العاملات، الأمر الذي يشير إلى ارتباط تلك البنود بمكوناتها الفرعية.

جدول (٥) معاملات الارتباط بين أبعاد اختبار الخلافات الزوجية وبعضها بعضاً ثم بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للاختبار (ن=١٥٥)

الزوجات العاملات (ن=٧٠ زوجة)					الزوجات غير العاملات (ن=٨٥ زوجة)					المتغيرات
١	٢	٣	٤	٥	١	٢	٣	٤	٥	
٠,٧٧٣	٠,٨٣٥	٠,٨٤١	٠,٩٣٥	٠,٩٣٥	٠,٧٦٥	٠,٨٢٦	٠,٩٢٨	٠,٩٢٨	٠,٩٢٨	١- سوء التواصل وعدم التفاهم
٠,٧٩٣	٠,٧٩٣	٠,٧٥٤	٠,٨٩٠	٠,٨٩٠	٠,٧٢٣	٠,٨٠٥	٠,٩٠٥	٠,٩٠٥	٠,٩٠٥	٢- الشك
٠,٨١٨	٠,٨١٨	٠,٩٣٦	٠,٩٣٦	٠,٩٣٦	٠,٨٢٩	٠,٨٢٩	٠,٩٠٥	٠,٩٠٥	٠,٩٠٥	٣- افتقاد الدعم
٠,٩٣٠	٠,٩٣٠	٠,٩٣٠	٠,٩٣٠	٠,٩٣٠	٠,٩٣٠	٠,٩٣٠	٠,٩٣٠	٠,٩٣٠	٠,٩٣٠	٤- الجمود العاطفي
٠,٩٣٠	٠,٩٣٠	٠,٩٣٠	٠,٩٣٠	٠,٩٣٠	٠,٩٣٠	٠,٩٣٠	٠,٩٣٠	٠,٩٣٠	٠,٩٣٠	٥- اختبار الخلافات الزوجية

ويوضح الجدول (٥) أن معاملات الارتباط المتبادلة بين درجات الأبعاد الفرعية لاختبار الخلافات الزوجية وبعضها بعضاً والدرجة الكلية للاختبار تراوحت ما بين ٠,٧٧٣ إلى ٠,٩٣٦ لدى الزوجات العاملات،

وتراوحت ما بين ٠,٧٢٣ إلى ٠,٩٤١ لدى الزوجات غير العاملات، وهي معاملات ثبات مقبولة تشير إلى أن مفردات المقياس تقيس المضمون نفسه.

٢- ثبات ألفا كرونباخ: وذلك لحساب الاتساق الداخلي لإجابات المشاركين. وتشير البيانات الواردة في جدول (٦) إلى النتائج التي أسفرت عنها تلك الإجراءات.

جدول (٦) معاملات ثبات ألفا كرونباخ لجميع استخبارات الدراسة لدى مجموعتي الدراسة

م	المتغيرات المقاييس	مجموعة الزوجات العاملات (ن= ٧٠ زوجة)	مجموعة الزوجات غير العاملات (ن= ٨٥ زوجة)
		ألفا كرونباخ	ألفا كرونباخ
١	استخبار العفو		
أ	العفو عن الذات	٠,٥٧٢	٠,٦٣٣
ب	العفو عن الآخر	٠,٦٢٢	٠,٦٥١
ج	الدرجة الكلية	٠,٧٤٣	٠,٦٦٧
٢	استخبار الخلافات الزوجية		
أ	سوء التواصل وعدم التفاهم	٠,٧٩١	٠,٨٠٥
ب	الشك	٠,٨٧٨	٠,٨١١
ج	افتقاد الدعم	٠,٨٢٧	٠,٧٨٨
د	الجمود العاطفي واللامبالاة	٠,٩٠٠	٠,٨٥٣
هـ	الدرجة الكلية	٠,٩٥٤	٠,٩٤٤
٣	قائمة بيك المختصرة للاكتئاب	٠,٧٦	٠,٧٨

تشير بيانات الجدول (٦) إلى اتسام المقاييس الثلاثة بمعاملات ثبات مقبولة حيث بلغت معاملات ثبات ألفا ٠,٥٧٢ في العفو عن الذات، و ٠,٦٢٢ في العفو عن الآخر، أما ألفا لاستخبار العفو ككل، فقد بلغت ٠,٧٤٣، كذلك بلغت معاملات ثبات ألفا ٠,٧٩١ في سوء التواصل وعدم التفاهم، و ٠,٨٧٨ في الشك، و ٠,٨٢٧ في افتقاد الدعم والمساندة، و ٠,٩٠٠ في الجمود العاطفي واللامبالاة، و ٠,٩٥٤ لاستخبار الخلافات الزوجية ككل، و ٠,٧٦ في قائمة بيك المختصرة للاكتئاب. هذا بالنسبة لعينة الزوجات العاملات، أما بالنسبة لعينة الزوجات غير العاملات فقد بلغت معاملات ثبات ألفا ٠,٦٣٣ في العفو عن الذات، و ٠,٦٥١ في العفو عن الآخر، أما ألفا لاستخبار العفو ككل فقد بلغت ٠,٦٦٧، كما بلغت معاملات ثبات ألفا ٠,٨٠٥ في سوء التواصل وعدم التفاهم، و ٠,٨١١ في الشك، و ٠,٧٨٨ في افتقاد الدعم والمساندة، و ٠,٨٥٣ في الجمود العاطفي واللامبالاة، و ٠,٩٤٤ لاستخبار الخلافات الزوجية ككل، و ٠,٧٨ في قائمة بيك المختصرة للاكتئاب، وهي معاملات ثبات مقبولة تشير إلى أن الاستخبار الواحد يعبر عن مضمون واحد.

*تتقدم الباحثة بالشكر والتقدير للسادة المحكمين للمقاييس: د/ عزة صديق؛ د/ نهاد عبد الوهاب؛ د/ هبة محمود؛ د/ شيماء عزت؛ د/ نسرين جرجس.

بعض الكلمات التي تزيد الفقرة وضوحاً أو حذف بعضها وذلك حسب مقترحات المحكمين.

ثانياً:الصدق.

١-صدق المضمون

تم عرض استخبارات العفو والخلافات الزوجية على خمسة من المحكمين من أعضاء هيئة التدريس بكلية الآداب جامعة حلوان. وذلك بهدف التأكد من دقة صياغة البنود في ضوء التعريف الإجرائي لكل مجال فرعي، وإمكانية تعديل صياغة بعض العبارات. وقد أفضت هذه الخطوة إلى: الحصول على نسبة اتفاق بين المحكمين للعبارات بين ٨٠ إلى ١٠٠ %، وتم تعديل صياغة بعض العبارات إما تعديلاً لغوياً أو بإضافة بعض التعديلات.

٢- الصدق التلازمي

تم حساب الصدق التلازمي لاستخبار العفو من خلال إيجاد معامل الارتباط بين درجات استخبار العفو ومقاييسه الفرعيين، وبين درجات استخبار التسامح من إعداد شقير (٢٠١٠)، وقد بلغ معامل الارتباط بينهما ٠,٤٢١، في العفو عن الذات، و ٠,٣٥٢، في العفو عن الآخر، و ٠,٣٩٨، للدرجة الكلية لاستخبار العفو هذا بالنسبة لعينة الزوجات العاملات، أما بالنسبة لعينة الزوجات غير العاملات فقد جاءت معاملات الارتباط كالتالي ٠,٤٥٠، في العفو عن الذات، و ٠,٤٦٤، في العفو عن الآخر، و ٠,٤٧١، للدرجة الكلية للاستخبار .

كما تم حساب الصدق التلازمي لاستخبار الخلافات الزوجية من خلال إيجاد معامل الارتباط بين درجاته ودرجات استخبار تقييم الزوجات للعلاقة الزوجية، من إعداد محمود (٢٠٠٨)، وقد بلغ معامل الارتباط بينهما ٠,٥٥٠، في سوء التواصل وعدم التفاهم، و ٠,٤٥١، في الشك، و ٠,٣٩٨، و ٠,٤٢٣، في افتقاد الدعم والمساندة، و ٠,٣٢٢، في الجمود العاطفي واللامبالاة، و ٠,٥٨٢، للدرجة الكلية للاستخبار ككل. هذا بالنسبة لعينة الزوجات العاملات، أما بالنسبة لعينة الزوجات غير العاملات فقد جاءت معاملات الارتباط كالتالي ٠,٥١٠، في سوء التواصل وعدم التفاهم، و ٠,٣٩٢، في الشك، و ٠,٣٥٩، و ٠,٣٤٩، في افتقاد الدعم والمساندة، و ٠,٣٩١، في الجمود العاطفي واللامبالاة، و ٠,٤٩٩، للاستخبار ككل.

٣-الصدق العاملي

تم إجراء التحليل العاملي للاستخبارات الآتية (العفو، والخلافات الزوجية) على عينة الزوجات العاملات (ن=٧٠ زوجة) وعينة الزوجات غير العاملات (ن= ٨٥ زوجة)، كل منهما على حدة، بطريقة المكونات الأساسية لهوتلنج، والتي تعد من أكثر طرق التحليل العاملي دقة.

جدول (٧) العوامل المستخرجة بعد التدوير لعبارات استخبار العفو لدى الزوجات

العوامل (ن= ٧٠)

المتغيرات	العامل الأول	العامل الثاني	معامل الشيوخ
١٥- أشعر بالندم بعد أي فعل خاطئ أقوم به.	٠,٧٥٤		٠,٦٨٤
٥-أسامح نفسي بعد ارتكابي لخطأ ما .	٠,٦٦٧		٠,٥٩٨
٧-أعفو عن نفسي بسهولة إذا كانت الأضرار الناتجة عن أفعالي بسيطة .	٠,٦٤٣		٠,٧٠٣

تابع جدول (٧)

٠,٥٨٣	٠,٦٣٤	٢- أشعر بالضيق والتوتر عندما أخطئ .	
٠,٦٨٨	٠,٦١٨	٩- يصعب علي أن أسامح نفسي عندما أخطئ .	
٠,٤٣٥	٠,٥٩٣	١٧- أتجاوز بسهولة عن أخطائي مهما كانت حجمها.	
٠,٧٥٢	٠,٥٦٥	١- أحمل نفسي مسئولية أي فعل يحدث .	
٠,٦٠٨	٠,٥٤٨	٣- ألوم نفسي بسبب ما فعلته من أشياء سلبية أو خاطئة .	
٠,٦١١	٠,٥١٤	٤- أعفو عن زوجي مهما كان حجم الخلافات بيننا.	
٠,٤٧٤	٠,٤٨٥	١١- أجد صعوبة في أن أعفو عن زوجي حتى لو اعتذر لي .	
٠,٦١١	٠,٤٦٨	١٤- عندما يسيئ لي زوجي أظل محتفظة برأيي سيئ عنه.	
٠,٧٨٥	٠,٤٤٦	٨- عندما يخطئ زوجي فأني أتجاوز عن ذلك بسهولة .	
٠,٥٥١	٠,٧٥٤	١٠- بالرغم من إيذاء زوجي لي في الماضي، إلا أنني الآن أراه شخصاً طيباً.	
٠,٦٣٥	٠,٧٥٤	٢٠- أحمل زوجي مسئولية أي فعل خاطئ قد يحدث.	
٠,٥٢٦	٠,٦٨٠	١٦- أجد صعوبة في أن أعفو عن زوجي حتى ولو توسل لي.	
٠,٦٥٧	٠,٦١٨	٢١- أعنف زوجي بشدة عندما يرتكب خطأ ما حتى لو كان بسيطاً.	
٠,٦٩٤	٠,٦١٧	١٩- يمكنني أن أعفو عن زوجي مهما تكررت أخطاؤه.	
٠,٦٣٤	٠,٦١٠	١٨- ألوم زوجي على أي فعل خاطئ يرتكبه .	
٠,٤٥٨	٠,٥٩٨	٦- أستمر في معاقبة زوجي عندما يرتكب خطأ ما في حقي.	
٠,٧٤٥	٠,٥٢٦	١٢- أعفو عن زوجي إذا توسل إلي .	
١٢,٤٣٢	١,٧٥٠	١٠,٦٨٢	الجذر الكامن
٥٦,٥٠٨	٧,٩٥٤	٤٨,٥٥٤	نسبة التباين الارتباطي

تشير النتائج الواردة بالجدول (٧) إلى أن التحليل العاملى أسفر عن وجود عاملين قد استقطبوا ٥٦,٥٠٨% من تباين المصفوفة الارتباطية، استقطب العامل الأول منها ٤٨,٥٥٤% وتشبع عليه ١٢ عبارة تقيس العفو عن الذات، واستقطب العامل الثاني ٧,٩٥٤% وتشبع عليه ٨ عبارات تقيس العفو عن الآخر.

جدول (٨) العوامل المستخرجة بعد التدوير لعبارات اختبار العفو لدى الزوجات غير العاملات (ن=٨٥)

المتغيرات	العامل الأول	العامل الثاني	معامل الشيع
١٥- أشعر بالندم بعد أي فعل خاطئ أقوم به.	٠,٨٤٩		٠,٤٧٦
٥- أسامح نفسي بعد ارتكابي لخطأ ما .	٠,٨٠٤		٠,٦٨٨
٧- أعفو عن نفسي بسهولة إذا كانت الأضرار الناتجة عن أفعالي بسيطة .	٠,٧٢٨		٠,٧٤٠
٢- أشعر بالضيق والتوتر عندما أخطئ .	٠,٨٣٦		٠,٧٣١
٩- يصعب علي أن أسامح نفسي عندما أخطئ .	٠,٤٣٧		٠,٧٢٦
١٧- أتجاوز بسهولة عن أخطائي مهما كانت حجمها.	٠,٧٥٧		٠,٤٩٧

تابع جدول (٨)

٠,٤٢٣		٠,٤٢٥	١- أحمل نفسي مسئولية أي فعل يحدث .
٠,٧٥٢		٠,٦٥٧	٣-ألوم نفسي بسبب ما فعلته من أشياء سلبية أو خاطئة .
٠,٥١٤		٠,٥٦١	٤-أعفو عن زوجي مهما كان حجم الخلافات بيننا.
٠,٧٠٢		٠,٥٧١	١١- أجد صعوبة في أن أعفو عن زوجي حتى لو اعتذر لي .
٠,٥٨٠		٠,٧٩٤	١٤-عندما يسئ لي زوجي أظل محتفظة برأي سيئ عنه.
٠,٤٩٧	٠,٤٣٧		٨-عندما يخطئ زوجي فإنني أتجاوز عن ذلك بسهولة .
٠,٧٣٩	٠,٥٤٧		١٠-بالرغم من إيذاء زوجي لي في الماضي، إلا أنني الآن أراه شخصاً طيباً.
٠,٧٢١	٠,٥٦١		٢٠-أحمل زوجي مسئولية أي فعل خاطئ قد يحدث.
٠,٦٧٥	٠,٨٤٣		١٦-أجد صعوبة في أن أعفو عن زوجي حتى ولو توسل لي.
٠,٦٨٧	٠,٦٣٥		٢١-أعنف زوجي بشدة عندما يرتكب خطأ ما حتى لو كان بسيطاً.
٠,٦٨٦	٠,٧٩٤		١٩-يمكنني أن أعفو عن زوجي مهما تكررت أخطاؤه.
٠,٦٢١	٠,٤٢٣		١٨-ألوم زوجي على أي فعل خاطئ يرتكبه .
٠,٥٥٨	٠,٣٣٢		٦-أستمر في معاقبة زوجي عندما يرتكب خطأ ما في حق.
٠,٥٢١	٠,٤٦٢		١٢-أعفو عن زوجي إذا توسل إلي .
١٢,٥٣٤	٤,٢٥٨	٨,٢٧٦	الجذر الكامن
٥٦,٩٧٢	١٩,٣٥٤	٣٧,٦١٨	نسبة التباين الارتباطي

انتهى التحليل العاملي عند ثلاثة عوامل تم حذف العامل الثالث والذي تشبعت عليه أقل من ثلاثة بنود وعباراتهم هي (١٣-٢٢). وتشير النتائج الواردة بالجدول (٨) إلى أن التحليل العاملي أسفر عن وجود عاملين استقطبوا ٥٣٤, ٥٦% من تباين المصفوفة الارتباطية، استقطب العامل الأول منها ٦١٨, ٣٧% وتشبع عليه ١١ عبارة تقيس العفو عن الذات، واستقطب العامل الثاني ٣٥٤, ١٩% وتشبع عليه ٩ عبارات تقيس العفو عن الآخر.

ومن حساب الصدق العاملي تبين أن جميع عبارات الاستخبار تشبعت على جميع عوامل المصفوفة الارتباطية فيما عدا البنود (١٣-٢٢) وتم استبعادهم، وبذلك يصبح عدد عبارات الاستخبار في صورته المعدلة (٢٠) عبارة عند مستوى التحليل العاملي، موزعة على مقياسين فرعيين: مقياس العفو عن الذات (٨) بنود، ومقياس العفو عن الآخر (١٢) بنوداً، وبذلك تتراوح الدرجة على الاستخبار ككل ما بين ٢٠ - ٨٠ درجة، وتتراوح الدرجات على المقياسين الفرعيين ما بين ٨ - ٣٢ لمقياس العفو عن الذات، وما بين ١٢ - ٤٨ لمقياس العفو عن الآخر، وكلما ارتفعت الدرجة كان ذلك مؤشراً على زيادة القدرة على العفو.

جدول (٩) العوامل المستخرجة بعد التدوير لعبارات استخبار الخلافات الزوجية لدى الزوجات

العاملات (ن = ٧٠)

العوامل	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	قيم الشبوع
١- التفاهم بيني وبين زوجي يكاد يكون معدوماً.	٠,٨١٧				٠,٧٩٨
٩- قرار الزواج من زوجي يعد قراراً خاطئاً.	٠,٦٩٤				٠,٦٨٣
١٧- يتعمد زوجي القيام بأفعال تضايقتني وترزعجني.	٠,٧٩٨				٠,٨٠٧

تابع جدول (٩)

٠,٦١٥				٠,٥٥٦	٢١- يتلفظ زوجي بألفاظ تجرح مشاعري.
٠,٧٧٥				٠,٥٢٥	٣٣- يتجاهل زوجي وجهة نظري في أمور الأسرة.
٠,٦٥٤				٠,٦٦١	٣٧- يسمح زوجي بتدخل الآخرين في أمورنا الخاصة.
٠,٧٧١				٠,٦٣٣	٣٩- زوجي عنيد و متمسك برأيه.
٠,٧٠١				٠,٧٧٣	٢٩- زوجي دائم الانشغال بوسائل التكنولوجيا (فيس-نت-واتس-بلاي استاشن).
٠,٧٧٣				٠,٧٥٤	٦- يعتمد زوجي إخفاء كثير من الأمور عنى (الشخصية- المالية- الاجتماعية-..).
٠,٨١١				٠,٥٢٠	١٠- يشك زوجي في أي شيء أقوله أو أفعله.
٠,٧٨٧				٠,٧٥٣	٢٥- ينتهي الخلاف بيني وبين زوجي بتبادل الشتائم والإهانات.
٠,٨٢٥				٠,٦٥٤	٣- ينفرد زوجي باتخاذ القرارات.
٠,٧٨٩				٠,٨٣٢	٧- زوجي كثير الطلبات.
٠,٧٩٦				٠,٧٢٦	١٩- يعتمد زوجي قضاء وقت طويل خارج المنزل.
٠,٧٣٣				٠,٦١٥	٤- زوجي لا يبادلني مشاعر الحب والعواطف النبيلة.
٠,٦٧٧				٠,٦٥٨	٨- زوجي متبلد المشاعر.
٠,٧٩٧				٠,٦٦٨	١٢- أفنقد العلاقة الودودة مع زوجي.
٠,٦٣١				٠,٦٥٢	٢٨- زوجي يقف مع الآخرين ضدي.
٠,٦١٩				٠,٦٥٠	٥- يعاملني زوجي معاملة سيئة.
٠,٧٤٠				٠,٦٠٤	٣٨- زوجي بخيل في الإنفاق على الأسرة.
٠,٨١٩		٠,٨٢٤			٣٤- الثقة غير متبادلة بيني وبين زوجي.
٠,٥٩٨		٠,٥٣١			٢- زوجي غير صريح معي.
٠,٦٢٥		٠,٤٨٦			١٨- زوجي يكذب على.
٠,٦١٤		٠,٧٠٣			٢٢- يفشى زوجي أسرارنا الخاصة للآخرين.
٠,٧٢٢		٠,٧١٢			٢٦- زوجي لا يأتمني على أسراره.
٠,٦٦٩		٠,٧٨١			٣٠- زوجي لا يحترم خصوصياتي.
٠,٧٦٣	٠,٨٧٦				١١- يحملني زوجي مسؤوليات تفوق طاقتي وقدراتي.
٠,٨٤٠	٠,٦٦٩				١٥- يرفض زوجي مساعدتي في أعمال المنزل.
٠,٨١٥	٠,٥٣٥				٢٣- زوجي لا يقف بجانبني في السراء والضراء.
٠,٧٧٨	٠,٧٢٦				٢٧- زوجي يعامل أفراد أسرتي بإهمال وتعالى.
٠,٧٦١	٠,٧٤٨				٣١- زوجي أناني يفكر في نفسه فقط.
٠,٧١٠	٠,٦١٤				٣٥- يعتمد زوجي على راتبني في إدارة شئون الأسرة.
٠,٧٧٥	٠,٥٠٨				٢٠- زوجي غير متعاطف معي.
٠,٣٥٢	٠,٥٧٤				٢٤- زوجي شديد البرودة في مشاعره تجاهي.
٠,٧٠٣	٠,٥٨٠				١٦- يتجاهل زوجي مشاعري وأحاسيسي.
٠,٦٨٤	٠,٤٥٣				٣٢- زوجي لا ينظر إلي عندما أتحدث إليه.
٠,٦٥١	٠,٤٩٣				٣٦- زوجي لا يراعى حالتي المزاجية والنفسية.
٢١,٠٩٥	٢,٤٩٣	٥,٣٤٦	٥,٤٨٩	٧,٧٦٧	الجذر الكامن
٥٤,٠٩٠	٦,٣٩٢	١٣,٧٠٩	١٤,٠٧٣	١٩,٩١٦	نسبة التباين الارتباطي

أسفر التحليل العاملي عن وجود ستة عوامل وتم حذف عاملين تشبعت عليهم أقل من ثلاثة بنود، وهما العاملان الخامس والسادس وعباراتهم هي (١٣-١٤)، وتشير النتائج الواردة بالجدول (٩) إلى أن الأربعة

العفو كمتغير معدل للعلاقة بين الخلافات الزوجية وأعراض الاكتئاب

عوامل قد استقطبت ٥٤,٠٩٠% من تباين المصفوفة الارتباطية، استقطب العامل الأول منها ١٩,٩١٦% وتشبع عليه ٢٠ عبارة تقيس سوء التواصل وعدم التفاهم، واستقطب العامل الثاني ١٤,٠٧٣% وتشبع عليه ٦ عبارات تقيس الشك، واستقطب العامل الثالث ١٣,٧٠٩% وتشبع عليه ٦ عبارات تقيس افتقاد الدعم، واستقطب العامل الرابع ٦,٣٩٢% وتشبع عليه ٥ عبارات تقيس الجمود العاطفي واللامبالاة.

جدول (١٠) العوامل المستخرجة بعد التدوير لعبارات استخبار الخلافات الزوجية لدى الزوجات غير

العاملات (ن=٨٥)

قيم الشبوع	العامل الرابع	العامل الثالث	العامل الثاني	العامل الأول	العوامل البنود
٠,٥٩٨				٠,٦٧٤	١- التفاهم بيني وبين زوجي يكاد يكون معدوماً.
٠,٥٧٤				٠,٤٧٣	٩- قرار الزواج من زوجي يعد قراراً خاطئاً.
٠,٧٢٦				٠,٧٨٧	١٧- يعتمد زوجي القيام بأفعال تضايقتني وتزعجتني.
٠,٥٩٦				٠,٧٠٥	٢١- يتلفظ زوجي بألفاظ تجرح مشاعري.
٠,٦٧٠				٠,٧٩٨	٣٣- يتجاهل زوجي وجهة نظري في أمور الأسرة.
٠,٦٢٢				٠,٦٩١	٣٧- يسمح زوجي بتدخل الآخرين في أمورنا الخاصة.
٠,٥٨١				٠,٧١٨	٣٩- زوجي عنيد ومتمسك برأيه.
٠,٧٢٠				٠,٧٤٢	٢- زوجي غير صريح معي.
٠,٦٦٠				٠,٨٢٨	٦- يعتمد زوجي إخفاء كثير من الأمور عنى (الشخصية- المالية- الاجتماعية).
٠,٧٥١				٠,٥٨٧	٢٠- زوجي غير متعاطف معي.
٠,٦٥٢				٠,٧٤٢	٧- زوجي كثير الطلبات.
٠,٧٦٨				٠,٧٥٢	١٥- يرفض زوجي مساعدتي في أعمال المنزل.
٠,٧٣٥				٠,٦٨٥	٢٨- زوجي يقف مع الآخرين ضدي.
٠,٧٦٧				٠,٥٧٦	٣٠- زوجي لا يحترم خصوصياتي.
٠,٧٥٠				٠,٥٩٩	٣٤- الثقة غير متبادلة بيني وبين زوجي.
٠,٧٠٤				٠,٦٢١	٣- يفرد زوجي باتخاذ القرارات.
٠,٧٥٠				٠,٦٤٩	١٢- أفقد العلاقة الودودة مع زوجي.
٠,٧٢٥				٠,٥١٩	٣٨- زوجي بخيل في الإنفاق على الأسرة.
٠,٥١٧				٠,٦٠٣	٥- يعاملني زوجي معاملة سيئة.
٠,٦٤٣				٠,٧٠٦	٢٧- زوجي يعامل أفراد أسرتي بإهمال وتعالى.
٠,٦٧٧				٠,٦٦٥	٣١- زوجي أناني يفكر في نفسه فقط.
٠,٧٤٠				٠,٦٦٥	٣٦- زوجي لا يراعي حالتي النفسية والمزاجية.
٠,٦٧٦			٠,٧٠٤		١٠- يشك زوجي في أي شيء أقوله أو أفعله.
٠,٧٨٦			٠,٤٢٦		١٨- زوجي يكذب على.
٠,٧١٢			٠,٥٩٨		٢٢- يفشى زوجي أسرارنا الخاصة للآخرين.
٠,٦٧٨			٠,٨٤٥		٢٦- زوجي لا ياتمنني على أسراره.
٠,٨٣٠		٠,٨١٢			١١- يحملني زوجي مسؤوليات تفوق طاقتي وقدراتي.
٠,٦٣٢		٠,٨٦٦			١٩- يعتمد زوجي قضاء وقت طويل خارج المنزل.
٠,٥٧٦		٠,٨٣٦			٢٣- زوجي لا يقف بجانبني في السراء والضراء.
٠,٦٩٢		٠,٧٤٩			٢٥- ينتهي الخلاف بيني وبين زوجي بتبادل الشتائم والإهانات.
٠,٦٥٢	٠,٥٩٨				٤- زوجي لا يبادلني مشاعر الحب والعواطف النبيلة.

تابع جدول (١٠)

٠,٧٠٤	٠,٧٠٨				١٦- يتجاهل زوجي مشاعري وأحاسيسي.
٠,٨٥٨	٠,٧٥٢				٨- زوجي متبادل المشاعر.
٠,٧١٤	٠,٦٩٦				٢٤- زوجي شديد البرودة في مشاعره تجاهي.
٢٢,٥٨١	١,٧٥٩	٤,١٣٢	٧,٠١٧	٩,٦٧٣	الجزر الكامن
٥٧,٩٠١	٤,٥١٠	١٠,٥٩٥	١٧,٩٩٣	٢٤,٨٠٣	نسبة التباين الارتباطي

أسفر التحليل العاملي عن وجود سبعة عوامل وتم حذف ثلاثة عوامل تشبعت عليهم أقل من ثلاثة بنود وهما العوامل الخامس والسادس والسابع، وعباراتهم هي (١٣-١٤-٢٩-٣٢-٣٥)، وتشير النتائج الواردة بالجدول (١٠) إلى أن الأربعة عوامل قد استقطبت ٥٧,٩٠١% من تباين المصفوفة الارتباطية، استقطب العامل الأول منها ٢٤,٨٠٣% وتشبع عليه ٢٢ عبارة تقيس سوء التواصل وعدم التفاهم، واستقطب العامل الثاني ١٧,٩٩٣%، وتشبع عليه ٤ عبارات تقيس الشك، واستقطب العامل الثالث ١٠,٥٩٥% وتشبع عليه ٤ عبارات تقيس افتقاد الدعم، واستقطب العامل الرابع ٤,٥١٠% وتشبع عليه ٤ عبارات تقيس الجمود العاطفي واللامبالاة.

ومن حساب الصدق العاملي تبين أن جميع عبارات الاختبار تشبعت على جميع عوامل المصفوفة الارتباطية فيما عدا البنود (١٣-١٤-٢٩-٣٢-٣٥) وتم استبعادهم، وبذلك يصبح عدد عبارات الاختبار في صورته المعدلة (٣٤) عبارة عند مستوى التحليل العاملي، موزعة على أربعة مقاييس فرعية: مقياس سوء التواصل وعدم التفاهم: ٩ عبارات، ومقياس الشك: ٨ عبارات، ومقياس افتقاد الدعم والمساندة: ٩ عبارات، ومقياس الجمود العاطفي واللامبالاة: ٨ عبارات. وقامت الباحثة بتصحيح المقياس في اتجاه الخلافات بمعنى أن الدرجة المرتفعة على الاختبار تشير إلى الاتجاه السلبي وهو إدراك الخلافات. تتراوح الدرجة على الاختبار ككل ما بين ٣٤-١٣٦ درجة، وتتراوح الدرجات على المقاييس الفرعية ما بين ٩-٣٦ لسوء التواصل وعدم التفاهم، وما بين ٨-٣٢ للشك، وما بين ٩-٣٦ لافتقاد الدعم والمساندة و ما بين ٨-٣٢ للجمود العاطفي واللامبالاة.

ويشير التركيب العاملي للاختبارين (العفو والخلافات الزوجية) إلى صدق مضمونه واتساق بنوده وكفائها في قياس ما وضعت لقياسه. وهكذا وبعد إتمام إجراءات التحقق من الخصائص السيكومترية للاختبارين تبين صلاحيتهم للاستخدام.

الإجراءات

تم تثبيت أدوات الدراسة، بالإضافة إلى مقابلة جمع البيانات، وطبقت جميعها على أفراد العينة، وتم استبعاد (٢٥) مقابلة مقننة لعدم استكمال الإجابة عنها. وقد تم اختيار العينة حسب الاتاحة من محافظة القاهرة، والقلوبية. وقد روعي في اختيار العينة أن لا تقل مدة الزواج عن سنة، وأن يكون لديهم من الأطفال طفل واحد على الأقل، وتم تصحيح الإجابات وفقاً لتعليمات كل أداة من الأدوات.

نتائج الدراسة

نتائج الفرض الأول

للتحقق من صحة الفرض الأول قامت الباحثة باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجات الزوجات العاملات وغير العاملات في أبعاد العفو ودرجاتهم في كل من أبعاد الخلافات الزوجية والاكنتاب. ويوضح

العفو كمتغير معدل للعلاقة بين الخلافات الزوجية وأعراض الاكتئاب

الجدولان (١١)، (١٢) معاملات الارتباط المتبادلة بين متغيرات الدراسة لدى مجموعتي الزوجات العاملات وغير العاملات كل على حدة.

جدول (١١) معاملات الارتباط البسيط بين متغيرات الدراسة وبعضها بعضاً لدى الزوجات العاملات (ن=٩٦ زوجة)

المتغيرات	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩
١- العفو عن الذات	_____	**٠,٣١٩	**٠,٥٤٢	**٠,٥٣٥-	**٠,٤١٧-	**٠,٤٥٥-	**٠,٤٤٣-	**٠,٣٨٩-	**٠,٥٤٢-
٢- العفو عن الآخر	_____	_____	**٠,٤٢١	**٠,٥٢١-	**٠,٤٢١-	**٠,٣٩٠-	**٠,٤١٠-	**٠,٣٢٩-	**٠,٣٥١-
٣- الدرجة الكلية لاستخبار العفو	_____	_____	_____	**٠,٣٤١-	**٠,٣٩٨-	**٠,٣٦٣-	**٠,٣٤٩-	**٠,٣٧١-	**٠,٤٥٩-
٤- سوء التواصل وعدم التفاهم	_____	_____	_____	_____	**٠,٧٧٣	**٠,٨٣٥	**٠,٨٤١	**٠,٦٣٤	**٠,٦٠٣
٥- الشك	_____	_____	_____	_____	_____	**٠,٧٩٣	**٠,٧٥٤	**٠,٨٩٠	**٠,٥٧٨
٦- افتقاد الدعم والمساندة	_____	_____	_____	_____	_____	_____	**٠,٨١٨	**٠,٨٣٦	**٠,٦٣٨
٧- الجمود العاطفي واللامبالاة	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	**٠,٧٣٠	**٠,٦٢٣
٨- الدرجة الكلية لاستخبار الخلافات الزوجية	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	**٠,٦٦٣
٩- الاكتئاب	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____

** دال عند مستوى ٠,٠٠١.

يتضح من جدول (١١) ما يلي:

١- توجد علاقة سالبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٠١ بين العفو عن الذات وكل من الخلافات الزوجية (ر=-٠,٣٨٩) وأبعاده الفرعية سوء التواصل وعدم التفاهم (ر=-٠,٥٣٥)، الشك (ر=-٠,٤١٧)، افتقاد الدعم والمساندة (ر=-٠,٤٥٥)، الجمود العاطفي واللامبالاة (ر=-٠,٤٤٣)، والاكتئاب (ر=-٠,٥٤٢).

٢- توجد علاقة سالبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٠١ بين العفو عن الآخر وكل من الخلافات الزوجية (ر=-٠,٣٢٩) وأبعاده الفرعية سوء التواصل وعدم التفاهم (ر=-٠,٥٢١)، الشك (ر=-٠,٤٢١)، افتقاد الدعم والمساندة (ر=-٠,٣٩٠)، الجمود العاطفي واللامبالاة (ر=-٠,٤١٠)، والاكتئاب (ر=-٠,٣٥١).

٣- توجد علاقة سالبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٠١ بين الدرجة الكلية للعفو وكل من الخلافات الزوجية (ر=-٠,٣٧١) وأبعاده الفرعية سوء التواصل وعدم التفاهم (ر=-٠,٣٤١)، الشك (ر=-٠,٣٩٨)، افتقاد الدعم والمساندة (ر=-٠,٣٦٣)، الجمود العاطفي واللامبالاة (ر=-٠,٣٤٩)، والاكتئاب (ر=-٠,٤٥٩).

٤- توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٠١ بين الخلافات الزوجية والاكتئاب (ر=٠,٦٦٣).

جدول (١٢) معاملات الارتباط البسيط بين متغيرات الدراسة وبعضها بعضاً لدى الزوجات غير العاملات (ن=١٠٦ زوجة)

المتغيرات	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩
١- العفو عن الذات	_____	**٠,٣٩٠	**٠,٥٣٠	**٠,٤٥٠-	**٠,٤٣٢-	**٠,٣٩٣-	**٠,٤٠٢-	**٠,٣٥٢-	**٠,٤٨١-
٢- العفو عن الآخر	_____	_____	**٠,٤٣٢	**٠,٤٩١-	**٠,٤٠٢-	**٠,٣٤٤-	**٠,٣٢٩-	**٠,٣٥٣-	**٠,٣٩٥-
٣- الدرجة الكلية لاستخبار العفو	_____	_____	_____	**٠,٤٥١-	**٠,٣٧٩-	**٠,٣٤٤-	**٠,٣٤٤-	**٠,٤٢٠-	**٠,٤٤٣-

تابع جدول (١٢)

**٠,٧٨٧	**٠,٧٣٤	**٠,٨٢٦	**٠,٧٦٥	**٠,٨١٩	_____	_____	_____	_____	٤- سوء التواصل وعدم التفاهم
**٠,٧٨٣	**٠,٦٣٣	**٠,٨٠٥	**٠,٧٢٣	_____	_____	_____	_____	_____	٥- الشك
**٠,٧٣٣	**٠,٦٤٥	**٠,٨٢٩	_____	_____	_____	_____	_____	_____	٦- افتقاد الدعم والمساندة
**٠,٦٥٢	**٠,٨٧٢	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	٧- الجمود العاطفي واللامبالاة
**٠,٦٤٤	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	٨- الدرجة الكلية لاستخبار الخلافات الزوجية
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	٩- الاكتئاب

** دال عند مستوى ٠,٠٠١.

يتضح من جدول (١٢) ما يلي:

- ١- توجد علاقة سالبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٠١ بين العفو عن الذات وكل من الخلافات الزوجية (ر=٠,٣٥٢) وأبعاده الفرعية سوء التواصل وعدم التفاهم (ر=٠,٤٥٠)، الشك (ر=٠,٤٣٢)، افتقاد الدعم والمساندة (ر=٠,٣٩٣)، الجمود العاطفي واللامبالاة (ر=٠,٤٠٢)، والاكتئاب (ر=٠,٤٨١).
- ٢- توجد علاقة سالبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٠١ بين العفو عن الآخر وكل من الخلافات الزوجية (ر=٠,٣٥٣) وأبعاده الفرعية سوء التواصل وعدم التفاهم (ر=٠,٤٩١)، الشك (ر=٠,٤٠٢)، افتقاد الدعم والمساندة (ر=٠,٣٤٤)، الجمود العاطفي واللامبالاة (ر=٠,٣٢٩)، والاكتئاب (ر=٠,٣٩٥).
- ٣- توجد علاقة سالبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٠١ بين الدرجة الكلية للعفو وكل من الخلافات الزوجية (ر=٠,٤٢٠) وأبعاده الفرعية سوء التواصل وعدم التفاهم (ر=٠,٤٥١)، الشك (ر=٠,٣٧٩)، افتقاد الدعم والمساندة (ر=٠,٣٤٤)، الجمود العاطفي واللامبالاة (ر=٠,٣٤٤)، والاكتئاب (ر=٠,٤٤٣).
- ٤- توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٠١ بين الخلافات الزوجية والاكتئاب (ر=٠,٦٤٤).

الفرض الثاني

يسهم العفو ومكونيه الفرعيين العفو عن الذات والعفو عن الآخر في التنبؤ بكل من الخلافات الزوجية والاكتئاب لدى المتروجات (العاملات وغير العاملات). وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب معاملات الانحدار المتدرج بين متغيرات الدراسة، حيث يعد العفو بوجه عام والعفو عن الذات والعفو عن الآخر متغيرات مستقلة أو منبئة، والخلافات الزوجية والاكتئاب متغيرات استجابة أو تابعة، وذلك لدى الزوجات العاملات وغير العاملات كل مجموعة منها على حدة. ويوضح الجدولان (١٤،١٣) نتائج هذه الخطوة.

جدول (١٣) تحليل الانحدار المتدرج في التنبؤ بالخلافات الزوجية لدى مجموعتي الزوجات العاملات والزوجات غير العاملات

القيمة الثابتة	الدالة	قيمة "ت"	الدالة	قيمة "ف"	معامل الانحدار المعياري Beta	معامل الانحدار B	نسبة الإسهام	المتغيرات (المنبئة)	متغيرات الاستجابة
١٢٣,٠٧٨	٠,٠٠١	١٤,٤١٤	٠,٠٠١	٥٤,٦٥٦	٠,٦٠٦	٣,٣٥٤	٠,٣٦١	العفو عن الذات	خلافات زوجية عاملات (ن=٩٦)
١٤٩,١٧٤	٠,٠٠١	٩,٥٣٣	٠,٠٠١	٣١,٩٦٩	٠,٦٥٤	١,٦٤٤	٠,٢٤٦	العفو عن الآخر	
١٢٩,٨٥٣	٠,٠٠١	١٥,١٩٤	٠,٠٠١	٢٩,٩٠١	٠,٣٦١	٢,١٩٣	٠,١٢٦	العفو عن الذات	خلافات زوجية غير عاملات (ن=١٠٦)
١٤٩,٩١٠	٠,٠٠١	١٣,٠٤٤	٠,٠٠١	١٨,٦٦٤	٠,٣٩٧	٢,١٣٢	٠,١٠٨	العفو عن الآخر	

معامل الانحدار المعياري Beta

معامل الانحدار B

يتضح من جدول (١٣) أن العفو عن الذات والعفو عن الآخر أسهموا دالاً في التنبؤ بالخلافات الزوجية لدى الزوجات العاملات وغير العاملات.

جدول (١٤) تحليل الانحدار المتدرج في التنبؤ بالاكتئاب لدى مجموعتي الزوجات العاملات والزوجات غير

العاملات

المتغير المحكى أو الاستجابة	المتغيرات المنبئة	نسبة الإسهام	معامل الانحدار B	معامل الانحدار المعياري Beta	قيمة "ف"	الدلالة	قيمة "ت"	الدلالة	القيمة الثابتة
الاكتئاب عاملات (ن=٩٦)	العفو عن الذات	٠,٣١٤	٠,٧٣٨	٠,٥٦٧	٤٤,٥٠٨	٠,٠٠١	٩,٥٣٤	٠,٠٠١	١٩,٨٤٥
الاكتئاب غير عاملات (ن=١٠٦)	العفو عن الذات	٠,١١٧	٠,٥١٧	٠,٣٤٩	٢٧,٦٦٧	٠,٠٠١	٩,٦٢٠	٠,٠٠١	٢٠,١٥٧

معامل الانحدار المعياري Beta

معامل الانحدار B

يتضح من جدول (١٤) أن العفو عن الذات هو البعد الوحيد الذي تنبأ بالاكتئاب بنسبة إسهام ٠,٣١٤ لدى الزوجات العاملات، و١١٧, لدى الزوجات غير العاملات، بينما لم يكن للعفو عن الآخر دور في هذا التنبؤ.

الفرض الثالث

إن العزل الإحصائي لتأثير درجات العفو عن العلاقة بين الخلافات الزوجية والاكتئاب يعدل من قوة هذه العلاقة لدى الزوجات (العاملات وغير العاملات). وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط البسيط بين متغيرات الدراسة الأساسية، ثم بعد ذلك تم استخدام الارتباطات الجزئية لفحص دور متغير العفو كعامل معدل في العلاقة بين الخلافات الزوجية والاكتئاب لدى الزوجات العاملات وغير العاملات كل مجموعة منها على حدة. ويوضح الجدول (١٥) نتائج هذه الخطوة.

الجدول (١٥) معاملات الارتباط البسيط والجزئي بين درجات الزوجات العاملات وغير العاملات كل مجموعة منها على حدة على اختبار الخلافات الزوجية والاكتئاب بعد عزل تأثير درجات العفو عن الذات والعفو عن الآخر

المتغيرات	النوع	معاملات الارتباط		قيمة "ت" لدلالة الارتباط الجزئي	مستوى دلالة معامل الارتباط الجزئي
		البسيط	الجزئي		
الخلافات الزوجية /الاكتئاب	عاملات	٠,٦٦٣	(١)٠,٤٩٢	٥,٤٧٩	٠,٠٠١
	غير عاملات	٠,٦٤٤	(١)٠,٤٢١	٤,٧٣٣	٠,٠٠١
			(٢)٠,٥٢١	٥,٩١٧	٠,٠٠١
			(٢)٠,٥٢٤	٦,٢٧٤	٠,٠٠١

٢- بعزل تأثير العفو عن الآخر

*الخلافات الزوجية والاكتئاب بعزل ١-تأثير العفو عن الذات

يتضح من جدول (١٥) وجود ارتباط إيجابي بين الخلافات الزوجية والاكتئاب (ر=٠,٦٦٣) لدى الزوجات العاملات. وعند العزل الإحصائي لتأثير درجات كل من العفو عن الذات، والعفو عن الآخر عن العلاقة بين الخلافات الزوجية والاكتئاب تناقصت قيمة معامل الارتباط من (ر=٠,٦٦٣) إلى (ر=٠,٤٩٢)، (ر=٠,٥٢١)، على التوالي وإن ظل دالاً عند مستوى ٠,٠٠١.

كما يتضح أيضاً من الجدول (١٥) وجود ارتباط إيجابي بين الخلافات الزوجية والاكتئاب (ر=٠,٦٤٤) لدى الزوجات غير العاملات، وعند العزل الإحصائي لتأثير درجات كل من العفو عن الذات، والعفو عن الآخر، عن العلاقة بين الخلافات الزوجية والاكتئاب تناقصت قيمة معامل الارتباط من (ر=٠,٦٤٤)

إلى (ر=٠,٤٢١)، (ر=٠,٥٢٤) على التوالي وإن ظل دالاً عند مستوى ٠,٠٠١. الأمر الذي يعكس أن العفو عن الذات، والعفو عن الآخر يؤدي دوراً معدلاً في العلاقة بين الخلافات الزوجية والاكنتاب.

الفرض الرابع

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المتزوجات (العاملات- وغير العاملات) في كل من العفو ومكونيه الفرعيين والخلافات الزوجية والاكنتاب. وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار "ت" للمجموعات غير متساوية العدد لمعرفة الفروق بين متوسط درجات الزوجات العاملات وغير العاملات في متغيرات الدراسة، والجدول التالي يوضح هذه الفروق.

جدول (١٦) الفروق بين الزوجات العاملات وغير العاملات في متغيرات الدراسة

م	المتغيرات	العاملات (ن = ٩٦)		غير العاملات (ن = ١٠٦)		قيمة ت	الدلالة
		ع	م	ع	م		
١	العفو عن الذات	٤,٠٥٣	١٧,٤٣	٣,٤٥٦	١٧,٤٣	٠,٨٠٠	غير دالة
٢	العفو عن الآخر	٥,٩٥٩	٣٥,٦٥	٨,٠٣٢	٣٥,٦٥	٠,٦٥٩	غير دالة
٣	الدرجة الكلية للعفو	٦,٨٦٩	٥٣,٠٨	٩,٢٦٣	٥٣,٠٨	٠,٢٥١	غير دالة
٤	سوء التواصل وعدم التفاهم	٥,٨٢٢	٢٠,٧١	٥,٠٨٠	٢٠,٧١	٦,٠٤١	٠,٠٠١
٥	الشك	٥,٥١١	١٨,٣٨	٥,٤٢٧	١٨,٣٨	٧,٥٢٢	٠,٠٠١
٦	افتقاد الدعم والمساندة	٦,٢٤٢	٢٣,٥٢	٤,٨٩٢	٢٣,٥٢	٧,٠٤١	٠,٠٠١
٧	الجمود العاطفي واللامبالاة	٦,٣٠٢	١٩,٥٨	٤,٨٣٦	١٩,٥٨	٦,١١١	٠,٠٠١
٨	الدرجة الكلية للخلافات الزوجية	٢٢,٤١٩	٨٢,١٨	١٧,٥٦٦	٨٢,١٨	٧,٣٦٢	٠,٠٠١
٩	الاكنتاب	٥,٢٧٥	١٢,٠٩	٥,١٥٨	١٢,٠٩	٧,٩١٤	٠,٠٠١

يتضح من بيانات جدول (١٦) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الزوجات العاملات وغير العاملات في مقياس العفو ومكونيه الفرعيين، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٠١ بين متوسط درجات الزوجات العاملات وغير العاملات في متغير الخلافات الزوجية وأبعاده الفرعية (سوء التواصل وعدم التفاهم- الشك- افتقاد الدعم والمساندة- الجمود العاطفي واللامبالاة) والفروق إلى جانب الزوجات العاملات، في حين توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٠١ بين متوسط درجات الزوجات العاملات وغير العاملات في متغير الاكنتاب والفروق إلى جانب الزوجات غير العاملات.

تفسير النتائج ومناقشتها

نحاول في هذا الجزء تفسير ومناقشة نتائج الدراسة وفقاً لفروضها، للوقوف على دلالتها النفسية، وذلك في ضوء الإنتاج النفسي المتاح.

بالنسبة لنتائج الفرض الأول فقد أشارت في مجملها إلى وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين العفو ومكونيه الفرعيين وبين كل من الخلافات الزوجية والاكنتاب، ووجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين الخلافات الزوجية والاكنتاب وذلك لدى الزوجات العاملات وغير العاملات. ويمكن تفسير العلاقة بين العفو والخلافات الزوجية في ضوء ما أشار إليه التراث النظري من أن العفو فضيلة بشرية تؤدي دوراً مهماً في الحفاظ على التفاعلات الاجتماعية، كما يعد فعالاً في عملية التعافي النفسي، فالعفو يشكل عاملاً مهماً

لاستعادة العلاقات المتصدعة، فهو يسهم في حل العديد من المشكلات القائمة ويقلل من حدوث المشكلات المستقبلية، كما ييسر حدوث الثقة والتعاون والانتماء، ويُمكن الأفراد من تغيير الانفعالات والسلوكيات والأفكار السلبية تجاه من أساء إليهم بأخرى أكثر إيجابية، حيث يوفر العفو استجابة إيجابية في العديد من مواقف الصراع مقابل بدائل حمل الضغينة والسعي للانتقام (Rainey,2008; Rijavec et al.,2010). و يُعد العفو خطة يمكن أن تساعد الزوجات على الاستفادة من أعلى مستويات مهارات التواصل الإيجابي، وانخفاض مستوى العلاقات السلبية والصراعات السلوكية (Asil et al., 2014).

وفي هذا الصدد يفترض بعض المهتمين في شئون العلاقات الزوجية أن جزءاً مهماً من عملية التعافي بالنسبة للتجاوزات الكبيرة في العلاقة هو العفو، والذي يعمل على إكساب الزوج المعرض للإساءة لرؤية متوازنة أكثر عن المسمى، مع انخفاض المشاعر السلبية نحو المسمى وزيادة التعاطف (علام، ٢٠١٥؛ Ozgun,2010:95). فالعفو من شأنه أن يعطى للأفراد الفرصة للتخلص من مشاعر الذنب والقلق والخوف والغضب، ويقلل من مشاعر الانتقام ضد الشخص المسمى، فضلاً عن أن العفو كتدخل إرشادي من الممكن أن يكون مفيداً أيضاً في التقليل من العدائية واللوم والانتقام لدى كل من المسمى والمساء إليه. كما أشار العديد من الدراسات إلى أن الأشخاص الذين يمارسون العفو أكثر قابلية لنسيان التصرفات السيئة، وأقل قابلية للشعور بالاستياء المتمركز حول الانتقام (صابر، ٢٠١٢).

وهذا ما أيدته دراسة كل من جوردين ومكنلتى (Gordon et al., 2005 ; McNulty, 2008: 171) والتي أشارت إلى أن العفو يقلل ويحد من الصراعات الزوجية، بالإضافة إلى أنه يعزز الإدراك الإيجابي لدى الزوجين لأهمية العلاقة التي تربط بينهما. كما تتفق هذه النتيجة مع دراسة فينهام (Fincham et al.,2002) والتي أكدت على أن العفو يرتبط بالتصرف بإيجابية في العلاقة الزوجية وإدراكهم لماهية العلاقة بينهم.

كما أشارت نتائج هذا الفرض إلى وجود علاقة سالبة بين العفو والاكتئاب.ويمكن تفسير ذلك وفقاً لما أشار إليه التراث النظري من أن الأفراد الأكثر عفواً أقل في الاكتئاب والقلق والعدائية، وأكثر تعاطفاً، بالإضافة إلى أنهم يميلون إلى تأييد السلوكيات المرغوبة والاتجاهات الاجتماعية المقبولة، كما نجدهم يتسمون بالهدوء والسكينة وبالصحة الجسمية والنفسية والعقلية، وذلك لأنهم قادرين على التفاعل مع الآخرين، وباستطاعتهم التحرر من الضغوط والقلق والاكتئاب (إسماعيل وفؤاد، ٢٠١٢). وذلك لأن العفو يساعد على استبدال الانفعالات السلبية بالانفعالات الإيجابية كالتعاطف والحنو والشفقة والحب، وبالتالي فإن العفو يشكل خطة مواجهة تركز على الانفعالات والتي تساعد المساء إليه على تعديل الانفعالات السلبية التي يسببها عدم العفو، وبالتالي يقلل من الاكتئاب. وفي المقابل نجد أن عدم القدرة على العفو ترتبط باستجابات اللوم والاستياء والعدائية، ويقلل من القدرة على مواجهة الضغوط الداخلية والخارجية والتي تؤدي في النهاية إلى الاكتئاب. فعدم قدرة الشخص عن العفو عن المسمى إليه، يظل محتفظاً باستجاباته المعرفية والانفعالية والسلوكية تجاه المسمى إليه كما هي، وذلك نتيجة أن الشخص غير القادر على العفو يميل إلى اجترار الأفكار المستمر، وعدم القدرة على نسيان أفعال من أخطأ في حقه، وقد ينتج عن ذلك إحساس بعدم الراحة، ويصاحب هذا الإحساس نواتج نفسية سيئة منها الاكتئاب (محمود، ٢٠١٥).

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من (Enright & Coyle, 1998; Brown,2003; Gordon et al., 2005;Dezutter et al.,2014; Lawler&Piferi, 2006;Mcnulty, 2008; Toussaint& Friedman,2008; Hirsch et al., 2011) والتي توصلت إلي وجود علاقة سالبة بين العفو والاكنتاب،

وأن العفو يساعد المُساء إليه على الشفاء من الألم الانفعالي، والاكنتاب والقلق والحزن والغضب.

أما عن علاقة الخلافات الزوجية بالاكنتاب، فيمكن أن نعزو ذلك إلي ما أشار إليه التراث النظري من أن النساء يميلن إلى الإنعزال والوحدة في مواقف الألم، وهذا الميل يرتبط بمعدلات الاكنتاب العالمية لديهن، فالخلافات الزوجية قد تهيئ لمدى واسع من النواتج السلبية، ومنها الاكنتاب، فالخلافات الزوجية والصراعات تسبق وتلي ظهور المشكلات النفسية كأعراض الاكنتاب وتناول الكحوليات، بل تسبق ظهور كثير من المشكلات الصحية بما في ذلك التأثير سلبياً على الجهاز المناعي (Gordon et al.,2005;Whisman et al.,2004). وذلك لأن الخلافات الزوجية تُثير مشاعر سلبية قوية (دافع الانتقام و دافع التجنب) لها القدرة على إحداث خلل أو اضطراب في العلاقة الزوجية، الأمر الذي يجعل المساء إليه محتفظاً بمشاعر وأفكار وسلوكيات سلبية عن المسئ والتي بدورها تؤدي إلى تفاقم الغضب والانزعاج، وتُصبح الحياة لا أمل فيها ويُصبح كل شيء أسود وكنيباً يُجلب التعاسة والقلق والإحباط (Whisman,2001; Fincham et al., 2004; عزت، ٢٠٠٠، الجهني، ٢٠٠٥). حيث تشبع الخلافات الزوجية الاضطراب النفسي، ويشيع الشعور بعدم الأمان والقلق والاكنتاب وعدم الاتزان النفسي، لأن معظم حالات الاكنتاب خاصة لدي النساء تنطوي على فقد لعلاقة حميمة أو تهديد بفقدائها أو اضطراب العلاقات (بلميهوب وزملاؤه، ٢٠٠٩).

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة كل من (Karen&Neil,1990; Fincham et al., 2004;Gordon et 1997; Hollist et al., 2007; wishman et al., 2015; al.,2005; مرسى، ٢٠٠٤)، والتي توصلت إلي وجود علاقة موجبة بين الخلافات الزوجية والاكنتاب، وأن الخلافات الزوجية تمثل عامل خطورة لحدوث الاكنتاب. كما تتفق هذه النتيجة مع ما أوضحه ويسمان (Whisman,2001)، وما أشارت إليه (عزت، ٢٠٠٠) من أن العلاقة الزوجية المضطربة تعتبر مؤشراً قوياً لاحتمال الإصابة بالاكنتاب خاصة بالنسبة للنساء، كما تتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه دراسة ويسمان وبروس (Whisman&Bruce,1999) من أن عدم الرضا الزواجي يرتبط بالاكنتاب، كذلك تتفق هذه النتيجة مع دراسة فاليرا وبرنبوم (Valera&Berenbaum,2003) والتي توصلت إلى وجود ارتباط إيجابي بين الاختلال الزواجي وكل من الاكنتاب والقلق.

وقد أشارت نتائج الفرض الثاني، إلى أن العفو عن الذات والعفو عن الآخر يؤديان دوراً مهماً في التنبؤ بكل من الخلافات الزوجية والاكنتاب. وذلك لدى الزوجات العاملات وغير العاملات. فيما يتعلق بتنبؤ العفو عن الذات والعفو عن الآخر بالخلافات الزوجية فيمكن أن نعزو ذلك إلي أن العفو يحدث تغييرات في الصحة الانفعالية والبدنية، بالإضافة إلى أنه يخلق إحساساً بالتمكن ويعيد التوافق والمصالحة بين المُسئ والمساء إليه، ويساعد الأشخاص على نسيان الخبرات الأليمة في ماضيهم، ويبسر التصالح في العلاقات (صابر، ٢٠١٢). كما يساهم العفو في إعادة بناء بيئة آمنة، وإنهاء العدائية بين الأفراد وبين بعضهم

بعضاً، ويزيد من رفاهية الشخص الذي يعفو بتدعيم الرغبة لديه في الإيثار بهدف تدعيم الأمن والسلام والبعد عن الخصومة والمجافاة بينه وبين من أساء إليه.

ويصبح الفرد بالعفو قادراً على قمع استجاباته السلبية تجاه الاعتداءات والانتقامات ويصبح أكثر دافعية للتصرف بطرق إيجابية (Mccullough&Witvliet,2000). وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Fincham et al.,2004;Stephen,2010) والتي توصلت إلى أن العفو يساهم في حل الخلافات والصراعات الزوجية. كما تتفق هذه النتيجة مع دراسة أسيل وآخرين (Asil et al.,2014) والتي توصلت إلى أن العفو يقلل من حدة الخلافات الزوجية.

أما فيما يتعلق بتنبؤ العفو عن الذات بالاكتئاب فيمكن أن نعزو ذلك إلي ما أشار إليه التراث النظري من أن العفو عن الذات أكثر أهمية من العفو عن الآخر، وذلك لأنه عملية على قدر كبير من التعقيد، حيث إنه يتضمن اقرار المُسئ لفعل الإساءة، ووعي الذاتى باقترافه فعل الإساءة، والشعور بالذنب أو الخزي الذاتى، كما يتضمن أحياناً تعهد المُسئ بالتغيير الشخصى للأفضل لاستعادة الآخرين، ولهذا ييسر حدوث العفو عن الذات تحقيق العفو عن الآخر (أنور، وعبد الصادق، ٢٠١٠).

ولهذا كان منطقياً أن يكون العفو عن الذات أكثر تنبؤاً بالاكتئاب، وذلك بالمقارنة بالعفو عن الآخر، لأن الفشل في العفو عن الذات، يجعل الفرد أكثر استعداداً للإصابة بالقلق والاكتئاب (Martin,2008:10). وهو ما يتفق مع دراسة كل من (Maltby et al.,2001;Thompson et al.,2005) والتي أسفرت عن أن العفو عن الذات كان منبئاً جيداً بانخفاض الاكتئاب. كما تتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة كل من (Thompson, et al.,2005;Finholt,2011; Rijavec et al.,2010) ، والتي توصلت إلى أن العفو المرتفع ينبئ بانخفاض مستوى الاكتئاب.

أما نتائج الفرض الثالث، فقد أشارت إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين الخلافات الزوجية والاكتئاب لدى الزوجات العاملات وغير العاملات، وعند العزل الإحصائي لتأثير درجات العفو وأبعاده الفرعية من خلال الارتباط الجزئي تناقصت قيمة معامل الارتباط، مما يشير إلى أن العفو يؤدي دوراً مهماً في تعديل العلاقة بين الخلافات الزوجية والاكتئاب لدى الزوجات العاملات وغير العاملات، ويمكن تفسير ذلك في ضوء أن الاستجابات الوجدانية والسلوكية واضطراب العلاقات الزوجية تعتمد في الأساس على المعتقدات الفكرية الخاطئة عن الذات والآخر والعالم، فالمكتئبين يعتقدون أنهم معيبون وأقل من الآخرين، وأنه لا يوجد شيء ذو قيمة في حياتهم، وأن مستقبلهم لا يحمل شيئاً ماعدا البؤس. ومثل هذا الرأي السلبي هو بالتأكيد تشويه لتفكير الشخص، لذلك يعتقد الشخص المكتئب باستمرار في أفكار سلبية عن نفسه وعن عالمه ومستقبله. لذا كان من الضروري تغيير هذه المعتقدات وإعادة تشكيل المدركات والتي تؤدي إلى تطوير سلوكيات إيجابية لتحل محل السلوكيات السلبية، مما يزيد من كفاءة العلاقة الزوجية (علام، ٢٠١٥).

ولكي يتم تغيير هذه المعتقدات، فنحن بحاجة إلى عامل ملطف أو مخفف يقلل من التأثير السلبي للضغوط التي تواجهها الزوجات. وهنا يأتي دور العفو باعتباره يشكل آلية وقائية تعمل كمتغير معدل في حالة توجيه إساءة إلى شخص ما، فعندما يتجه هذا الشخص للعفو عن المُسئ فإن حالته الصحية والعقلية

تتحسن، ويشعر بالراحة والرضا نتيجة تحرره من المشاعر السلبية كالعنادية والاكنتاب، والقلق ، (Maltby et al., 2005: 5).

فالعفو يمثل رغبة في الخروج من دائرة الانفعالات السلبية، والتقليل من دافع الانتقام، والتغاضي والمصالحة التي تعيد العلاقة، ومن ثم يتحقق الشعور بالراحة والطمأنينة. حيث يعمل العفو على تعديل الإدراكات السلبية المتعلقة بفعل الإساءة، وإعادة صياغتها، بحيث تتحول الإدراكات السلبية تجاه من أساء إليهم، وتجاه فعل الإساءة ذاته إلى إدراكات إيجابية. وبذلك يحدث لديهم نوع من الانصراف الذهني عن الانفعالات السلبية، كالغضب والاستياء، وعن الأفكار السلبية كالرغبة الملحة في الانتقام ممن أساء إليهم. وتدرجياً تحل محل هذه الأفكار والانفعالات السلبية، أفكار وانفعالات إيجابية كالشفقة والحنو (Fincham et al., 2004؛ أنور، وعبد الصادق، ٢٠١٠).

كذلك فإن عفو الفرد عن ذاته وعن الآخرين يكون قد تحرر تماماً من المشاعر السلبية تجاه المُسئ والموقف ومن الصراعات الداخلية المرتبطة به ، وذلك نتيجة لرغبة الفرد واتخاذ قراراً فورياً باستعادة حالة الاتزان النفسي الداخلي والخارجي وحالة الطمأنينة التي كان يفقدها ومن ثم تقل حدة الخلافات الزوجية وما يترتب عليها من آثار نفسية كالاكتئاب (إسماعيل وفؤاد، ٢٠١٢).

ويتفق هذا مع ما توصلت إليه دراسة علام، (٢٠١٥)، من أن العفو هو التغيير الإيجابي في الحالة النفسية، وهو ما يستتبع بالضرورة تغييراً إيجابياً في العلاقات الإنسانية والاجتماعية، وأن العفو يحول الشعور بالمرارة إلى الشعور بالطمأنينة، ويساعد على تعديل الأفكار والسلوك بشكل عام. كما تتفق هذه النتيجة جزئياً مع دراسة فينهولت (Finholt, 2011)، والتي توصلت إلي أن العفو يتوسط العلاقة بين الخيانة الزوجية والاكنتاب.

وتشير نتائج الفرض الرابع، إلى الفروق بين متوسط درجات المتزوجات (العاملات وغير العاملات) في كل من العفو والخلافات الزوجية والاكنتاب. وبفحص النتائج المتعلقة بهذا الفرض تبين عدم وجود فروق بين الزوجات العاملات وغير العاملات في الدرجة الكلية لاستخبار العفو وأبعاده الفرعية، بينما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين الزوجات العاملات وغير العاملات في كل من الخلافات الزوجية والاكنتاب، وكانت الفروق إلى جانب الزوجات العاملات في الخلافات الزوجية، وفي الاكنتاب كانت الفروق إلى جانب الزوجات غير العاملات.

وفيما يتعلق بعدم وجود فروق بين الزوجات العاملات وغير العاملات في العفو ومكونيه الفرعيين، العفو عن الذات والعفو عن الآخر، فيمكن أن نعزو ذلك إلى التنشئة الاجتماعية التي تدعم وتغرس فيهن العفو بوصفه قيمة دينية والتي تحثهن على العفو والصفح عن الذات وعن الآخرين، وهي تعاليم ديننا الإسلامي، وكافة الأديان السماوية، فعوامل التنشئة الاجتماعية تتدخل في تربية الإناث على التحمل وقبول معظم الأشياء التي ترضى والتي لا ترضى عنها، مما يجعلها تسائر معايير المجتمع، ويتحول هذا بفعل التكرار والزمن والحدة والشدة في المواجهات مع هذه المعايير، وما يستثيره ذلك من تفاعلات وتنشيط للبناءات الشخصية الموروثة والمتعلمة إلى أن يكون هذا السلوك أو الأسلوب أقرب للثبات، وعليه لا توجد فروق بين الزوجات العاملات وغير العاملات في العفو (زيان، ٢٠٠٥؛ إسماعيل وفؤاد، ٢٠١٢). بالإضافة إلى أن اتخاذ قرار العفو يرتبط بالجانب العاطفي أكثر من الجانب المعرفي، فالعفو في كثير من الأحيان يتم بطريقة آلية وبشكل عاطفي دون إمعان التفكير خاصة مع الأشخاص الذين تربطهم علاقات حميمة بالشخص المُساء إليه (Fincham et al., 2004).

وترى الباحثة في هذا الصدد أن عدم وجود فروق بين الزوجات العاملات وغير العاملات في العفو يمكن أن نعزو ذلك إلى سمات شخصية الإناث بوجه عام، لأنهن قد تربين على أن يخجلن ولا يجهرن بالقول، أو يظهرن عدائياتهن تجاه غيرهن، حيث يبدين خاصية التصالح مع ذواتهن، قدرات على الصبح وتلمس الأعذار للغير، فلا تترك الإساءة التي يتعرضن لها من الآخرين في أنفسهن مشاعر الضيق والرفض والرغبة في رد الإساءة، إنما يتخلصن أول بأول من المشاعر السلبية الناتجة عن هذه الإساءة، ولهذا يُروضن أنفسهن على تقبل الإساءة وتجاوز أثارها السلبية فلا يغضبين ولا يُضمرن في قلوبهن العداة للآخرين، ويتمتعن بمرونة أكثر في مواقف الإساءة ويعفين عمن أساء في حقهن (عبد العال ومظلوم، ٢٠١٣).

وفيما يتعلق بالفروق بين الزوجات العاملات وغير العاملات في الخلافات الزوجية، والتي أشارت إلى وجود فروق بينهما إلى جانب الزوجات العاملات، وتعني هذه النتيجة أن الزوجات العاملات كن أكثر إدراكاً للخلافات الزوجية من الزوجات غير العاملات، فيمكن أن نعزو ذلك إلى أن الزوجة العاملة لديها إحساس عميق بضيق الوقت الناتج عن الأدوار المتعددة التي تقوم بها، سواء داخل المنزل كزوجة وأم أو خارج المنزل، وهي أدوار متباينة في مطالبها، فما تدركه المرأة من كثرة واستمرار المطالب والالتزامات التي تقع على عاتقها، وإدراكها لعدم وجود الوقت، أو الجهد الكافي للوفاء بتلك المتطلبات، يزيد إحساسها بالضغط النفسية المتعلقة بأدوارها كزوجة وأم وربة منزل وسيدة عاملة، وإنها تواجه تلك الضغوط بالاعتماد على النفس، وباستخدام أساليب معرفية، وانفعالية، لمواجهة الصراعات الناتجة عن تعدد تلك الأدوار (صديق، ٢٠١٠).

وفي هذا الصدد ترى الباحثة أن هذه الأساليب المعرفية والانفعالية قد تكون ذات طبيعة سلبية تؤدي إلى تأخير قرار العفو، نتيجة شعورها بالضعف الاجتماعي في أدائها للأدوار، فقد يستغرق أحد الأدوار مجهوداً كبيراً يترتب عليه إحساسها بالاحتراق النفسي والجسمي، والذي يعوق أداءها لأدوارها الأخرى بالشكل الذي يتسق مع توقعاتها عن نفسها، وتوقعات المحيطين بها، مما يجعلها تشعر بالذنب أو الخزي الذاتي، والذي يترتب عليه عدم قدرتها على العفو عن ذاتها والذي بدوره يؤدي إلى عدم قدرتها عن العفو عن الآخر. وهذا ما يتفق مع ما ذكره أوزجن (Ozgun,2010:95) من أن عدم القدرة على العفو تجعل هناك صعوبة في مواجهة الخلافات. وذلك لما يترتب على عدم العفو من انفعالات سلبية، كالغضب والاستياء، والرغبة في الثأر، وإيقاع الأذى، الأمر الذي يجعل المرأة العاملة أكثر معاناة من الخلافات الزوجية. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (محمد، ٢٠٠٢) والتي توصلت إلى أن الزوجات العاملات يُدركن الخلافات الزوجية بشكل أكبر من الزوجات غير العاملات.

أما فيما يتعلق بالفروق بين الزوجات العاملات وغير العاملات في الاكتئاب والتي أشارت إلى وجود فروق بينهما إلى جانب الزوجات غير العاملات، وتعني هذه النتيجة أن الزوجات غير العاملات كن أكثر اكتئاباً من الزوجات العاملات، فيمكن أن نعزو ذلك إلى ما أشار إليه التراث النظري من أنه على الرغم من التغير الاجتماعي فإن معظم النساء يضعن أهمية على الأدوار التقليدية للزوجة والأم المتعلقة بالمستقبل المهني. ولعل ذلك ما يجعل بعض النساء أكثر عرضة للاكتئاب، فقدت وجدت الدراسات المسحية أن ربات البيوت يشكلن الجانب الأكبر من النساء المكتئبات، ويبدو أن احتمال إصابة النساء اللاتي لا يعملن خارج المنزل يتضاعف بالمقارنة بمن يعملن خارج المنزل (سلامة، ١٩٩٣: ١٣٠).

وفي هذا الصدد تري الباحثة أن عمل المرأة له آثار إيجابية فهو يحدث تطور في شخصيتها وخبراتها ومستوى ثقافتها، ويساعد على ارتفاع تقديرها لذاتها، ويجعلها تشعر بالقوة، والمكانة، والسيطرة، والسيادة، بالإضافة إلى أن العمل يوفر لها مصادر المساندة الاجتماعية من قبل زميلات العمل، كما أنه يساعد في تعلمها لأساليب معرفية وانفعالية تؤدي إلى التخلص من الشحنات الانفعالية السلبية، وتحسين قدراتها وتجعلها تتحمل المسئوليات، وتواجه الصراعات، ويجعلها أكثر عفواً وتسامحاً، وهذا ما لا يتوافر للمرأة غير العاملة والتي تقع فريسة للعديد من الأمراض النفسية وخاصة الاكتئاب.

وقد اتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة كل من أبو النيل (٢٠٠٧)؛ ومحمود (٢٠٠٨) والتي توصلت إلى أن الزوجات غير العاملات أكثر اكتئاباً وتشاؤماً من الزوجات العاملات. بينما اختلفت هذه النتيجة مع نتائج دراسة (Zamarripa,et al,2003) والتي أشارت إلى أن الزوجات العاملات أكثر اكتئاباً من الزوجات غير العاملات، وأن صراع الزوجة بين عملها وأسرتها يُعد من أكثر المنبئات بالقلق والاكتئاب.

المراجع

أولاً : مراجع باللغة العربية

- أبو النيل، هبة (٢٠٠٧). المترتبات الصحية لعمل المرأة وتعليمها وأسلوب حياتها، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ١٧ (٥٤)، ٣٦٠-٣٩٦ .
- إسماعيل، بشري؛ فؤاد، فينك (٢٠١٢). التسامح والسعادة: دراسة عبر حضارية على طلبة الجامعة في كل من مصر والعراق، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٢٢ (٧٦)، ١٧٥-٢٢١ .
- البهاص، سيد (٢٠٠٩). العفو كمتغير وسيط بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والشعور بالسعادة لدى طلاب الجامعة. *مجلة الإرشاد النفسي*، ٢٣، ٣٢٧-٣٧٨ .
- الشربيني، السيد (٢٠٠٩). العفو وعلاقته بكل من الرضا عن الحياة والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية والغضب. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، ٣ (٢)، ٢٩-١٠١ .
- الصبوة، محمد؛ يوسف، جمعة (٢٠٠٦). دليل عملي تفصيلي لممارسة العلاج النفسي المعرفي في الاضطرابات النفسية. القاهرة: إيتراك للنشر والتوزيع.
- أنور، عبير؛ عبد الصادق، فاتن (٢٠١٠). دور التسامح والتفاهل في التنبؤ بنوعية الحياة لدى عينة من الطلاب الجامعيين في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية. *مجلة دراسات عربية في علم النفس*، ٩ (٣)، ٤٩١-٥٧١ .
- بلميهوب، كلثوم؛ بدوي، مسعودة؛ مادي، ليديا (٢٠٠٩). أثر اضطراب العلاقة الزوجية على الصحة النفسية للأبناء. *مجلة شبكة العلوم النفسية العربية*، (٢١-٢٢)، ٨-١٦ .
- جبرين، أيمن (٢٠١١). العفو في الفقه الإسلامي ضوابط ومجالاته: دراسة مقارنة. رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية دار العلوم، جامعة القاهرة.

- حسيب، عبد المنعم ؛ عبد الرؤف، نبيلة (٢٠٠٨). العفو وعلاقته بالضبط الانتباهي والذكاء الاجتماعي لطلاب الجامعة. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ١٨ (٥٩)، ٣٢-١٨١.
- رضوان، شعبان؛ وأبو عباة، صالح. (٢٠٠٢). مظاهر التشويه المعرفي لدى الفصاميين والاكنتائبين، *دراسات عربية في علم النفس*، ١ (٢)، ١١-٤٥.
- زيان، شحاتة (٢٠٠٥). التسامح وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية والجامعية. رسالة دكتوراه (غير منشورة)، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة.
- سعيد، هاني (٢٠١٤). الإسهام النسبي للتسامح والامتنان في التنبؤ بالسعادة لدى طلاب الجامعة: دراسة في علم النفس الإيجابي. *دراسات نفسية*، ٢٤ (٢)، ١٤٣-١٨٤.
- سلامة، ممدوحة (١٩٨٦). الإرشاد النفسي منظور إنمائي. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- سلامة، ممدوحة (١٩٨٧). الاكتئاب وجوانب التشويه المعرفي. *مجلة الصحة النفسية*، ٢٨، ٣-٣٢.
- سلامة، ممدوحة (١٩٩٣). قراءات مختارة في علم النفس. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- سلامة، ممدوحة، وعسكر، عبد الله (١٩٩٢). علم النفس الإكلينيكي. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- شقير، زينب (٢٠١٠). مستويات التسامح لدى شرائح عمرية متنوعة من الجنسين: مدخل لعلم النفس الإيجابي وجودة الحياة. المؤتمر العلمي السابع، كلية التربية، جامعة كفر الشيخ، في الفترة من ١٣-١٤ ابريل ١٢٧-١٣٧.
- شقير، زينب (٢٠١٠). مقياس تشخيص التسامح. طنطا: الكتاب الجامعي.
- صابر، هيام (٢٠١٢). تنمية العفو وضبط الغضب لدى عينة من المراهقين بطيئي التعلم. *دراسات نفسية*، ٢٢ (٢)، ٢٢٥-٢٦٨.
- صالح، عواطف (١٩٨٩). دراسة لبعض المتغيرات النفسية لدى المتزوجين والمطلقين. رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية الآداب، جامعة الزقازيق.
- صديق، عزة (٢٠١٠). الاحتراق النفسي وعلاقته بالأدوار المنوطة بالمرأة، *دراسات عربية في علم النفس*، ٩ (٣)، ٤٣٧-٤٩٠.
- عبد العال، تحية؛ مظلوم، مصطفى (٢٠١٣). الاستمتاع بالحياة في علاقته ببعض متغيرات الشخصية الإيجابية: دراسة في علم النفس الإيجابي. *مجلة كلية التربية*، جامعة بنها، ٩٣ (٢)، ٧٨-١٦٥.
- عبد الفتاح، غريب (٢٠٠٠). مقياس بيك الثاني للاكتئاب، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

- عبد الوهاب، أشرف (٢٠٠٥). التسامح الاجتماعي بين التراث والتغير، تقارير التراث والتغير الاجتماعي، مركز البحوث والدراسات الاجتماعية، كلية الآداب، جامعة القاهرة.
- عبد الوهاب، نهاد (٢٠٠٩). الفعالية الذاتية: متغير وسيط بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب والقلق لدى المراهقين. رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية الآداب، جامعة حلوان.
- عزت، داليا (٢٠٠٠). فاعلية برنامج إرشادي في حل بعض المشكلات الزوجية لدى عينة من المتزوجين حديثاً. رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية الآداب جامعة عين شمس.
- علام، سحر (٢٠١٥). فاعلية برنامج تدريبي لتنمية التسامح والامتنان لتعزيز مقومات الزواج الناجح. *حوليات مركز البحوث والدراسات النفسية*، كلية الآداب، جامعة القاهرة، الحولية الحادية عشر.
- على، هبة (٢٠١٣). الثقة المتبادلة بين الزوجين كمتغير وسيط بين إدراك الضغوط الزوجية وأعراض الاكتئاب. *دراسات نفسية*، ٢٣ (١)، ٣٩-٨٤.
- فايد، حسين (٢٠٠١). الاضطرابات السلوكية، القاهرة، طيبة للنشر والتوزيع.
- فايد، حسين (٢٠٠٤). المشكلات النفسية الاجتماعية. القاهرة: مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع.
- فتح الباب، صفية (٢٠١٣). العفو عن الآخرين وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طلاب الجامعة، *دراسات عربية في علم النفس*، ١٢ (١)، ٣٦-١.
- قاسمي، آمال. (٢٠١٤). بعض أنماط التشويه المعرفي كمنبئات بكفاءة أداء كل مكون من مكونات الذاكرة العاملة لدى مريضات الاكتئاب الأساسي والسويات. *المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي*، ٢ (٤)، ٤٣٣ - ٤٧٤.
- كاظم، على؛ الأنصاري، بدر (٢٠٠٨). الخصائص القياسية لقائمة بيك الثانية للاكتئاب لدى طلبة الجامعة في عمان والكويت. *دراسات نفسية*، ١٨ (٢)، ١٩٧-٢٤٦.
- محمد، رشا (٢٠١٣). نوعية الحياة وعلاقتها بكل من الامتنان، والسعادة والتسامح، دراسة نمائية. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية الآداب، جامعة طنطا.
- محمود، الطاهرة (٢٠٠٠). التدين في العلاقات الزوجية والتوافق الزوجي. *دراسات نفسية*، ١٤ (٤)، ٢٠-٣٣.
- محمود، حاتم (٢٠١٠). الخلافات الزوجية وانعكاساتها على الأسرة، دراسة ميدانية في مدينة الموصل. *دراسات موصلية*، ٣٠، ١١٥-١٥٤.
- محمود، هبة (٢٠٠٨). أعراض الاكتئاب والتوافق الزوجي لدى الزوجات العاملات وغير العاملات. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية الآداب، جامعة حلوان.
- محمود، هبة (٢٠١٥). التسامح كمتغير معدل للعلاقة بين التعبير عن الغضب والتفكير الانتحاري لدى طلاب الجامعة من الجنسين. *حوليات مركز البحوث والدراسات النفسية*، كلية الآداب، جامعة القاهرة، الحولية الحادية عشر.

- مخيمر، عماد (١٩٩٥). تقدير الذات ومصدر الضبط: خصائص نفسية وسيطة في العلاقة بين الضغوط الحياة وأعراض القلق والاكتئاب. رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية الآداب، جامعة الزقازيق.
- مخيمر، عماد (٢٠٠٥). أنماط الوالدية المنبئة بأنماط العلاقة الزوجية. *مجلة كلية الآداب، جامعة الزقازيق*، ١، ٤٨ - ٩٤.
- مرسي، صفاء (٢٠٠٤). بعض المتغيرات النفسية الاجتماعية المرتبطة بالاختلالات الزوجية. رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية الآداب، جامعة القاهرة.

References

ثانياً : مراجع باللغة الإنجليزية

- Ainsworth,P.(2000). **Understanding Depression**. Jackson-City: University press.
- Asill,M., Abadi ,A., Ganji,S.,& Bahrainian,A. (2014). The Effectiveness of Forgiveness Based Consultancy on Marital Conflicts of Women with Severe Conflicts Referring to Court in Koohdasht Town. **Bulletin of Environment, Pharmacology & Life Sciences**, 3 (4), 13-19.
- Baharudin.D.,Amat,M.,Jailani,M.,&Sumari,M.(2011). The Concept of Forgiveness as a Tool in Counseling Intervention for Well-being Enhancement. **Perkama International Convention**.
- Beck,A.(1977). **Depression causes and treatment**. Philadelphia: University of Pennsylvania press.
- Berry,J.,&Worthington,E.(2001). Forgiveness, relationship quality, stress while imagining relation events, and physical and mental health. **Journal of Counseling psychology**,48,447-455.
- Brown, R. (2003). Measuring individual differences in the tendency to forgive: Construct validity and links with depression. **Journal of Personality & Social Psychology Bulletin**, 29(6), 759-771.
- Cano,A., Herman,C., & Oloery.,R.,.(2002). Antecedents and consequences of negative marital stressors. **Journal of Marital Family therapy**,28(2),145-151
- Cano,A.,oloery.,K.,&Heinz,W.(2004). Short-term consequences of severe marital stressor. **Journal of Social &Personal Relationship**,21(4),419-430.
- Collins, N., & Read, S. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. **Journal of Personality & Social Psychology**, 54(4), 644-663.
- Crandell,A.(2008). **Lifetime victimization among university undergraduate students: Associations between forgiveness, physical**

- well –being and depression.** Unpublished master dissertation, University of Massachusetts Lowell.
- Davis, D. ,Hook,J.,Tongerren,D.,& Worthington,E. (2011). Sanctification of Forgiveness. **Journal of Psychology of Religion & Spirituality**, 4(1), 31-39.
 - Dezutter, J., Toussaint, L., & Leijssen, M., (2014). Forgiveness, ego-integrity, and depressive symptoms in community-dwelling and residential elderly adults. **Journals of Gerontology, Series , Psychological Sciences & Social Sciences**,71(5),786-97.
 - Dome,L.(2012). **The Role of Trait Forgiveness in Moderating the Relationship between Materialism and Relationship Instability in Couples.** Unpublished master dissertation,. University of Brigham.
 - Enright, R., & Coyle, C. (1998). **Researching the process model of forgiveness within psychological interventions.** In E. L. Worthington Jr. (Ed.), Dimensions of forgiveness: Psychological research and theological perspectives (pp. 139–161). Philadelphia: Templeton Foundation Press.
 - Fincham, F., Beach,S., Harold,G. ,&Osborne, L.(1997).Marital dsatisfaction and depression: Different causal relationships for men and women. **Journal of American Psychological Society**, 8,(5), 351-357.
 - Fincham, F., Paleari, G., & Regalia.C.(2002). Forgiveness in marriage: the rade of relationship quality, attributions and empathy . **Journal of Personal Relationships**,9,27-37.
 - Fincham, F., Beach,S.,& Davila,J.(2004).Forgiveness and Conflict Resolution in Marriage. **Journal of Family Psychology**, 18, (1), 72–81.
 - Finholt, D. (2011). **Romantic Partner Betrayal, Attachment, Dependency, and Forgiveness as Predictors of Trauma and Depression** .Unpublished doctoral dissertation, University of Alliant International.
 - Ghaemmaghami,P.,Allemand,M.,&Martin,M.(2011). Forgiveness in younger,Middle-Aged and older adults:Age and gender matters. **Journal of Adult Development**,18,192-203.
 - Gordon, K., friedman, M., & Miller, I.,&Gaertner,L. (2005).Marital attributions as moderators of the marital discord – depression link. **Journal of Social &Clinical Psychology**, 24(6),876-893.
 - Gustavson,N.(2009). **The relationship among anger treatment readiness coping skills, forgiveness and locus of control.** Unpublished doctoral dissertation, University of Hempstead.
 - Harris,A.,Luskin,F.,Norman,S.,&Sandard,S.(2006). Effects of a group forgiveness intervention on forgiveness, perceived stress and trait anger. **Journal of Clinical Psychology**,62(6), 715-733.

- Hirsch, J., Webb, J. & jeglic, E.(2011).forgiveness, depression, and suicidal behavior among a diverse sample of college students. **Journal of Clinical Psychology**, **67**(9), 896-906 .
- Hodgson,L.,&Wertheim,E.(2007). Dose good emotion management aid forgiving?. Multiple dimensions of empathy, emotion management and forgiveness of self and other. **Journal of Social &Personal relationships**,**24**(6),931-949.
- Hollist,C.,Miller,R.,Falceto,O.,&Fernandes,C.(2007). Marital satisfaction and depression: A replication of the marital discord model in a Latino sample. **Journal of Family Process**, **46**(4),485-498.
- Karen, B., & Neil, S. (1990). Marital interaction and depression, **Journal of Abnormal Psychology**, **99**(3),35-42.
- Kazdin,A.(2000). Encyclopedia of psychology,7,Oxford: University press.
- Lawler, K. & Piferi, L. (2006). The Forgiving Personality: Describing a Life Well Lived?. **Journal of Personality & Individual Differences**, **41**(2), 1009- 1020.
- Maltby, J., Day L. & Barber, L. (2005). Forgiveness and happiness. The differing contexts of Forgiveness using the distinction between hedonic and eudemonic happiness. **Journal of Happiness Studies** , **6**, 1–13.
- Maltby, J., Macaskill, A., & Day, L. (2001). Failure to forgive self and other: A replication and extension of relationship between forgiveness, personality, social desirability and general health. **Journal of Personality & Individual Differences**,**30**,881-885.
- Martin, A., (2008). **Exploring forgiveness: The relationship between feeling forgiveness by good and self forgiveness for an interpersonal offense**. Unpublished doctoral dissertation, University of Western Reserve.
- Mathers,C.,Fat,D.,&Boerma,J.(2008). The global burden of disease: 2004 update.**World Health Organization**.
- McCullough, M. (2000). Forgiveness as human strength: Theory, measurement and links to well-being. **Journal of Social & Clinical Psychology**, **19**(1), 43–55.
- McCullough, M.,&Witvliet,CH. (2000). **The psychology of forgiveness**.In **C.R.Snyder&S.J.Lopez** (Eds.), Handbook of positive psychology.New York :Oxford.
- McNulty, James K. (2008). Forgiveness in Marriage: Putting the Benefits Into Context. **Journal of Family Psychology**, **22**(1), 171- 175.
- Mead,B.(2008). **When do we forgive?:An examination of relational and apologetic factors that are influential in forgiveness with in friendship relationships**. Unpublished doctoral Dissertation, university of Brigham young.

- Miller,A.,Worthington,E.,&Mcdaniel,M.(2008). Gender forgiveness: A meta-analytic review and research agenda. **Journal of Social & Clinical Psychology,27(8),843-876.**
- Ozgun,S.(2010). **The predictors of the traumatic effect of extramarital infidelity on married women: Coping strategies, resources and forgiveness.** Unpublished doctoral dissertation, University of Middle east technical.
- Philpot,C.,& Hornsey,M.(2010). Memory for intergroup apologies and its relationship with forgiveness, **Journal of Social Psychology,41(1),96-106.**
- Rainey,C.(2008). **Are individual forgiveness intervention for adult more effective than group intervention?: A meta analysis.** Unpublished doctoral dissertation, University of Florida .
- Rijavec, M., Jurcec, L., & Mijocevic. I.(2010). Gender differences in the relationship between forgiveness and depression/happiness, **Psihologijske teme,19,1,189-202.**
- Proulx,C.(2006). **A contextual process model of associations among family vulnerability, life stressors, marital behavior marital satisfaction and personal well-being.** Unpublished doctoral dissertation, University of North caroling.
- Rutter,M.(1990). **Psychological resilience and protective mechanisms.**In: J.Rolf., Masten, D.Cicchetti, K.Nuechter Lein.,&S.,Weintraub.,(Eds.). Risk and protective factors in the development of psychopathology.(pp.181-214). New York: Cambridge University press.
- Sato,T.(2005). The internal conflict: A theoretical framework for integration. **Journal of Humanistic Psychologist,33(1), 33-44.**
- Seligman. M. (2002). Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment. **Cognitive BehavioraThearpy.1(8),1-22.**
- Scull,N.(2015). Forgiveness, revenge, and adherence to Islam as moderators for psychological wellbeing and depression among survivors of the 1990 Iraqi invasion of Kuwait. **Journal of Muslim Mental Health,9(1),41-64.**
- Thompson, L., Synder, C., Hoffman, L., Michael, S., Rasmussen,L., Michael, S., Rasmussen, H., Billings, L., Heinz, L., Noufeld, J., Shorey, H., Roberts, J., & Roberts, D. (2005). Dispositional Forgiveness of Self. Others and Situations. **Journal of Personality, 73(2).** 313-360.
- Toussaint,L.,&Friedman.P.(2008). Forgiveness, Gratitude, and well-Being: The mediating role of affect and Beliefs. **Journal of Happiness Stud,10(7).1-10.**
- Valera,E.,&Berenbaum,H.(2003). Brain injury in battered women. **Journal of Consulting & Clinical Psychology,71(4),697-804.**

- Wei,M.(2015). Insecure attachment and depressive symptoms: Forgiveness of self and others as moderators. **Journal of Personal Relationships**, **22**(2).10-35.
- Wernli,M.(2006). **Interpersonal forgiveness in close peer relationship during adolescence: An examination of the role of relational self-worth and transgression history**. Unpublished doctoral Dissertation, University of Nebraska.
- Whisman,A.(2001).Marital adjustment and outcome following treatments for depression. **Journal of Consulting & Clinical Psychology**, **69**,125- 129.
- Whisman,M.,&Bruce,M.(1999). Marital dissatisfaction and incidence of major depressive episode in a community sample, **Journal of Abnormal Psychology**,**108**(4),674-678.
- Whisman, M., Robustelli, B., Beach, S., Snyder, D., & Harper, J. (2015). Marital discord and depression in middle-aged and older couples: Is taxon status associated with depression?. **Journal of Social & Personal Relationships**,. **32**(7) 967–973.
- Worthington,E.,Witvliet,C.,&Miller,P.(2007). Forgiveness, health and well-being: A review of evidence for emotional versus decisional forgiveness, dispositional forgiveness, and reduced unforgiveness. **Journal of Behavioral Medicine**,**30**.291-302.

Forgiveness as a Moderator of the Relationship Between Marital Discord and Depression Symptoms Among Working And Non Working Wives

Huda I. Abdul-Hamied

Dept. psychology-Helwan University

Abstract

The purpose of this study was to investigate the relationship between marital discord and depression symptoms, Forgiveness as Mediator Variable between Marital Discord and Depression Symptoms, In addition to reveal the differences between among working and non working wives in Forgiveness, Marital Discord, and Depression Symptoms. The sample consisted of (202) wives. Their ages ranged between 21-44 years with a mean age of 34,21 years and standard deviation 5,90 years. The study used data collection sheet, Forgiveness scale, marital discord scale, Both of them were prepared by the researcher, in addition to Beck depression inventory(B.D.I. prepared and adapted by (Ghareeb Abdul-Fattah after Beck). The study found out that there were significant positive relationships between marital discord and depression. Negative correlation existed between forgiveness, with both of their sub components, and Marital Discord, Depression, when the effect of forgiveness was partial led out the association between marital discord and reported symptoms of depression slightly decreased in magnitude but still remained significant. As well as the results of regression analysis showed that the forgiveness with both of their sub components predict Marital Discord and Depression.

Key words: Forgiveness –Mediator Variable - Marital Discord - Depression Symptoms.