

أساليب العلاج الزوجي مع الزوجات المنذرات بالطاعة
Methods of marital therapy with Wives A Warning Obey

تاريخ التسليم ٢٠٢٠/٨/٣٠
تاريخ الفحص ٢٠٢٠/٩/٩
تاريخ القبول ٢٠٢٠/٩/١٨

إعداد

ولاء عبد الحليم محمد عبد المجيد

باحثة بقسم خدمة الفرد
كلية الخدمة الاجتماعية - جامعة أسيوط

أساليب العلاج الزوجي مع الزوجات المنذرات بالطاعة

اعداد

ولاء عبد الحليم محمد عبد المجيد

باحثة بقسم خدمة الفرد

كلية الخدمة الاجتماعية - جامعة أسيوط

ملخص الورقة البحثية:

لأعتماد على نموذج العلاج الزوجي في الخدمة الفرد للتخفيف من الإساءة الاجتماعية الموجهة للزوجات المنذرات بالطاعة، وذلك لتعدد العوامل المتفاعلة وتعقدها والتي أدت إلى حدوث المشكلة حيث تتيح خدمة الفرد انتقاء ما يتناسب مع المواقف وأساليب ومدخل ويتم الانتقاء من هذه المداخل والأساليب، والتي سوف يتم التعامل معها لتحقيق الهدف النهائي وهو التخفيف من الإساءة الاجتماعية للزوجات المنذرات بالطاعة.

Abstract

To rely on the marital therapy model in the individual service to mitigate the social abuse directed at the wives warning of obedience, due to the multiplicity of interacting factors and their complexity that led to the occurrence of the problem, where the service of the individual allows the selection of what is commensurate with the situations, methods and entrance and selection is made from these approaches and methods, which will be dealt with To achieve the ultimate goal of reducing the social abuse of obedient wives .

أولاً: مفاهيم البحث:

١- مفهوم العلاج الزوجي: The concept of Marital therapy

يقصد "قاموس الياس العصري" بمصطلح (couple زوجان , زوج , أثنان , قرن , وصل , ربط , جامع , ساند (الياس انطون الساس وأدورد الياس , ٢٠٠٠, ٧٠٧).

يقصد "قاموس المورد" couple الزوجان : ذكر وأنثى متزوجان أو مخطوبان أو راقصان معاً. الزوج : أثنان من نوع واحد (, رباط , رابط , وصلة ,) يربط , يقرن , يقرن , يُزوج , يضم ,) يتزوج , يتكاح . (منير البعلبكي ورمزي منير البعلبكي, ٢٠٠٨ , ٢٨٢).

كما تعرف "موسوعة الطب النفسي" للعلاج الزوجي بأنه علاج الزوج أو الزوجين marital therapy , couple therapy , therapy , marriage therapy والذي يتوجه إلى تحسين العلاقة الزوجية وتغيير أو تعديل الديناميات للزوجين أو سلوكهما , وقد يفضل المعالج أن يعالج الزوجين الواحد بعد الآخر أو يسير علاجهما معاً في جلسات منفصلة كلاً على حدة (العلاج المتزامن Concurrent therapy) أو يجمع بينهم في الجلسة الواحدة (العلاج الموحد Conjoint therapy) أو في جلسات مرة مشتركة ومرة مفردة (علاج مركب Combined therapy) وقد يعالج كل زوج معالجاً مختلف ثم يتفق المعالجان على اللقاء معاً للتشاور (العلاج المتعاون therapy Collaborative) أو يلتقى المعالجان والزوجان معاً في جلسات مشتركة رباعية , أو ينضم الزوجين إلى أزواج مثلها في جلسات جماعية بأشراف معالج واحد أو عدة معالجين , أو قد يكون العلاج عن طريق العلاج العائلي باعتبار أن الزوجين

(عبد المنعم الحفني, ١٩٩٩ , ٢٤٣:٢٤٥).

تعريف العلاج الزوجي اصطلاحياً يعرف علي أنه مجمل العمليات والخطوات التي تتبع في مساعدة الزوجين علي مواجه المشاكل والصعوبات التي يوجهونها".

(حسايم أمينة دينة, ٢٠١٣, ١٦).

يقصد "قاموس الخدمة الاجتماعية والخدمات الاجتماعية" بالعلاج الزوجي marital therapy إجراءات للتدخل يستخدمها الاخصائيون الاجتماعيون , والمعالجون الأسريون ومهنيون آخرون , لمساعدة زوجين على حل مشاكلهم في علاقاتهم الاتصالية أو الجنسية أو الاقتصادية أو أيه مشاكل أسرية آخري , ويوجد العديد من التوجهات النظرية الرئيسية التي يستخدمها كثير من الأخصائيين الاجتماعيين تشمل الأسلوب النفسي والاجتماعي , والسلوكي ونظرية الأنساق ومن الأساليب التي يذكرها روبرت باركر (أحمد شفيق السكري , ٢٠٠٠ , ٣١٠).

يعتبر العلاج الزوجي أسلوباً حديثاً في مساعدة الزوجين على حل الخلافات بينهما , ويقوم به أخصائي متخصص في علومه ومدرب على فنونه وأساليبه , ويستخدم لإرشاد المتزوجين والمخطوبين والمطلقين , ويقوم العلاج الزوجي السلوكي على مبادئ مستفاد من نظرية التبادل Exchange Theory أو ما يسمى نظرية التبادل الاجتماعي Social Exchange Theory وتقوم النظرية على مدى تبادل المكافآت والرضا بين الزوجين باعتبارهما معززات للعلاقة الزوجية.

(داليا مؤمن , ٢٠٠٥ , ٣٢)

كما يعرف العلاج الزوجي بأنه لون من ألوان العلاج الاسرى يهدف الى زيادة الرضا الزوجي بشكل يضمن مزيداً من الاستقرار والسعادة في الحياة الزوجية. فهو أحد أكثر الطرق المتوافرة فعالية، لحل المشكلات وتحسين العلاقة الزوجية التي تحتاج إلى جهود كثيرة وأساليب متنوعة

(رياض نايل العاصمي, ٢٠١٥ , ٢٢).

أن كلها تتشارك في هدف مزدوج وهو تعديل أنماط التفاعل السلبية للزوجين وتعزيز ودعم التفاعل الإيجابي في جوانب العلاقات الديناميكية بينهما.

Barbato, A&D'Avanzo. B, 2008,

(121).

تعرف (فاطمة النزر) العلاج الزوجي أسلوباً حديثاً في مساعدة الزوجين على حل الخلافات بينهما، ويقوم به أخصائي متخصص في علومه ومدرب على فنونه وأساليبه، ويستخدم لإرشاد المتزوجين والمخطوبين والمطلقين، ويقوم العلاج الزوجي على مبادئ مستقاة من نظرية التبادل أو ما يسمى نظرية التبادل الاجتماعي وتقوم النظرية على مدى تبادل المكافآت والإثبات بين الزوجين باعتبارهما معززات للعلاقة الزوجية (فاطمة النزر، ٢٠١٦، ٣٢).

ومما سبق تستطيع الدراسة تحديد مفهوم العلاج الزوجي نظرياً في هذه الدراسة بأنها "تعتمد على مجموعة من الأساليب والاستراتيجيات العلاجية التي يمكن من خلالها التخفيف من الإساءة الاجتماعية للزوجات المنذرات بالطاعة".

ثانياً: مبررات استخدام العلاج الزوجي:

توجد عددة من المبررات يجب أن تؤثر على القرار حول ما إذا كان علينا العلاج الزوجي وهي:
(Berta,V,etal,2015,224)

١- عندما يوافق كلا الزوجين طوعاً على المشاركة في العلاج ويرغباً في البقاء معاً.

٢- عندما يريد كلا الزوجين وضع حد للمشكلات.

٣- عندما يكون الخلاف بين الزوجين متبادل.

ثالثاً: أهمية العلاج الزوجي:

تحدد أهمية العلاج الزوجي كما يحددها فيما يلي:
(Michele,S,2017,2)

١- العلاج الزوجي موجه للمعالج لأنه يتحرك من خلال فرضيات محددة.

٢- يتعامل العلاج الزوجي مع مشكلات الزوجين من خلال تدخلات مختلفة.

يعرف كلا من استنولد وسيشي العلاج الزوجي بأنه واحد من أكثر الأساليب المدروسة جيداً لعلاج المشكلات والضغط الزوجية لدى الزوجين، وقد اثبتت التجارب فعالية النموذج، حيث يقوم نموذج العلاج الزوجي على نظريتي التعلم الاجتماعي والتبادل الاجتماعي والتي تعتمد فرضية أساسية هي أن سلوك الفرد يؤثر في بيئته ويتأثر بها، وتشير هذه الفرضية أن كل طرف يتأثر ويؤثر على سلوك وتصرفات الطرف الآخر يركز العلاج الزوجي عادة على جانبين من جوانب هذا العملية وهما: تبادل السلوكيات الإيجابية والسلبية، مهارات الاتصال التي تؤثر على عملية التفاعل والتواصل بين الزوجين.
(Eastvold.A & Suchy.Y, 2011, 727).

عرف (كيفين وأخرون) العلاج الزوجي بأنه " نموذج علاجي يؤكد على دور الاتصالات والدعم المتبادل بين الزوجين ويفترض أن تجارب الضغوطات الطفيفة المزمنة (أي، المضايقات التي تحدث على أساس يوماً بعد يوماً قد تثير غضب الزوجين مع مرور الوقت) غالباً ما تؤدي إلى سلوكيات غير سارة من الزوجين، والتي يمكن بعد ذلك أن تؤدي إلى توتر العلاقة وبالتالي فإن هدف العلاج الزوجي هو مساعدة الزوجين على فهم أفضل لردود الفعل الناتجة عن الإجهاد الفردي والمشارك وتعلم التعامل مع الضغوطات اليومية على نحو أكثر فعالية، والتي يمكن أن تحسن بشكل ملحوظ أداء علاقتهما". (Kevin K. H. et al, 2016, 1).

كما عرف العلاج الزوجي بوصفه شكل من أشكال التدخل العلاجي التي تنطوي على وجود فرص متساوية للشركاء في جلسات العلاج والتدريب، على الرغم من أن هناك العديد من النماذج للعلاج الزوجي، الناتجة عن المنهج السلوكي المعرفي، الشاملة أو الموجهة البصيرة، إلا

٣- التدخل المخطط للتعامل مع المشكلات المشتركة بين الزوجين كما يوضح الآثار المتناقضة من أفعال وردود أفعال الزوجين.

٤- حل النزاعات المختلفة بين الزوجين.

٥- يستخدم مع القضايا المتنوعة بما في ذلك حالات الخيانة الزوجية، والغيرة، والعلاقة الحميمة، وأكثر من ذلك.

رابعاً: أهداف العلاج الزوجي:-

وتحدد أهداف العلاج الزوجي فيما يلي:
(رياض نايل العاصمي، ٢٠١٥، ٣٢)

١- تعليم الأزواج كيفية تحديد وزيادة عدد السلوكيات الإيجابية.

٢- تعليم الأزواج مهارات الاتصال النوعية (استراتيجيات تقديم الذات) من أجل تحسين الاتصال والتواصل، الذي ينتج عنها في الغالب التقارب والألفة لدي الأزواج.

٣- تعليم الأزواج كيفية تحديد وتعديل المعتقدات غير الواقعية التي يمكن أن تساهم في الضيق والتعاسة بين الزوجين.

٤- تعليم الأزواج الأدوار المناطة بكل شريك في الحياة الزوجية، وتقبل هذا الدور ومناقشة المشكلات التي تظهر على السطح فور ظهورها.

٥- تعليم الأزواج قبول التغييرات الفسيولوجيا والمادية والنفسية لكل شريك نتيجة للمرحلة العمرية التي يمر بها، مثل الدخول في مرحلة سن اليأس، والأمراض النفسية والعضوية وغيرها.

خامساً: الحالات التي يمكن استخدام العلاج

الزوجي معها:

العلاج الزوجي على المدى القصير والذي يجمع بين التقنيات المعرفية والسلوكية وكذلك العلاج الزوجي مع التدخل في الأزمات كدليل على العلاج فإنها تقبل علامات الأزمة الظاهرة في كل من

الزوجين أو أحدهما هذه علامات الأزمة هي الشعور باليأس، وعدم الكفاية، وزيادة مستوى القلق والإحباط وعدم القدرة على التعامل بفعالية مع الوضع مثل غيرها من المعالجات تعلق أهمية كبيرة على تحفيز كلا من الزوجين والذي يتم تقييمه على أساس إكمال المهام والاضطلاع بمختلف الإجراءات المصممة لتخفيف التوترات الحالية والحالات التي يمكن استخدامها العلاج الزوجي معها وهي:

(Malgorzate Wolsko,2011,p60)

١- عندما يحاول كلا من الزوجين تحسين العلاقات بينهما من خلال إتقان الاتصالات وحل المشكلات بشكل فعال.

٢- عندما يكون الأزواج ذو التجارب السلبية للعلاقات الفاشلة لأبائهم أو علاقاتهم السابقة.

٣- عندما يرغب الأزواج خوفاً من تفكك العلاقة، في منع تراكم الصعوبات وإعادة بناء الروابط.

٤- عندما يكون الأزواج في محاولة للتواصل إلي أنفاق قبل إتخاذ قرار نهائي بشأن الطلاق أو الانفصال.

٥- عندما يكون الأزواج قد أرتكبوا بالفعل فراق ولكنهم يرغبون في تجنب التوتر أو الإيجاد حل للمشاكل القائمة في علاقاتهم.

٦- عندما يرغب الأزواج في إجراء العلاج كشكل من أشكال الدعم مع حل المشكلات الأخرى على سبيل المثال يكون العلاج الزوجي جزء من العلاج الأسري الذي يتم إجراؤه بسبب مشكلة طفل على وشك الظهور.

سادساً: خطوات التدخل في العلاج الزوجي:

عندما نتحدث عن خطوات التدخل في العلاج الزوجي يتضح لنا أن هناك ست خطوات رئيسية ونكرها كما حددها. (Clair Rabin,2014,55)

الخطوة الأولى: إذا كانت الأزواج في بداية العلاج لا يكونا جاهزاً لتواصل مشكلهما التي تتعلق بالعلاقة الزوجية بينهم وقد يحتاجون إلي التشجيع والاتصال بحبهم الأصلي لبعضهم البعض، كما يحتاج المعالج

مسئولة المث الي.

(Bryant,F,B&Veroff,J,2007,p88)

الخطوة السادسة: بناء نقاط القوة تتضمن رؤية نقاط القوة للشريك الأقوي وعوامل التنبؤ بعمر العلاقة، ويدركون تماماً، الصفات الإيجابية في شركائهم حتى الصفات التي يفشل الآخرون في تحقيقها، كما يساعد التركيز علي نقاط القوة المعالج في استكشاف أسئلة مثل كيف يمكنك استخدام قوة الفضول أو الأبداع، أو الأصالة للمساعدة في حل هذه المشكلة.

(Seligman,M,E,P,2002,p198)

ونستخلص مما سبق أن هناك ستة خطوات أساسية للتدخل المهني بالعلاج الزوجي وهي:

- ١- معرفة الزوجين المشاكل المتعلقة بعلاقتهم.
- ٢- توضيح المفاهيم المفيدة و الضارة في علاقتهم.
- ٣- التركيز علي تحقيق التوازن بينهم.
- ٤- تعزيز المشاعر الإيجابية بين الزوجين.
- ٥- توزيع المسؤوليات بينهم لتحقيق المستقبل المثالي.
- ٦- توضيح نقاط القوة والضعف لدي كل شريك.

سابعاً: مبادئ العلاج الزوجي:

نظرة عامة واسعة حول مبادئ العلاج الزوجي التي يركز علي التدخلات بين الزوجين وتحسين نوعية العلاقات كما نذكر خمس مبادئ وهي:

- ١- وضع تصور تحويل الزوجين من المشاكل الفردية إلي التفاعل.

(Stephenson K,R,Sullivan K,and :p368)

(Christensen A,2016,

يتضمن العلاج الزوجي بعض المحاولات لزيادة إدراك سلوكيات كل شخص وعواطفه بتأثير تصرفاته وأن أنماط السلوك الخاطئة عادة يعززها كل من الزوجين وتصميم هذا التغيير في الانتباه والوعي للحد من إلقاء اللوم علي الزوجة والسماح للزوج بتحويل تركيزهم إلي أهداف يمكنهم من مواجهتهم كفريق واحد.

إلي توضيح الزوجين عن المشاكل المتعلقة بعلاقتهم أو كفاءتهم، ومعرفة الزوجين العلاقة بين أوصاف المشاكل والهوية الفردية للزوجين.

الخطوة الثانية: إذا بدأ يشعرون بألم والجروح الغير مكشوفة، فقد يحتاجون إلي تدخل ويربط الأهمم بتاريخهم، ويجب علي المعالجين تقييم ما إذا كانت مفاهيم الأزواج مفيدة أو ضارة لأهدافهم في العلاقة بينهم، وتوفير العلاقات العلاجية واحدة من وجهات نظر كثيرة بشأن مجموعة من المشاكل.

الخطوة الثالثة: كل زوجين يختلف في طريقة تطابق ما يجب علي المعالج أن يعطيه علي طول الطريق وردود الزوجين، ويقوم المعالجون بدمج المعرفة المحلية في جلسة العلاج عن طريق دعوة الآخرين للأضمام ودمج هذه المنظورات في الحوار.

الخطوة الرابعة: التركيز علي تحقيق التوازن يتضمن في هذه الخطوة استخدام نموذج العلاقة من أجل قياس تقدم الزوجين نحو أداء أكثر إيجابية،ويمكن للمعالج التفكير في أسئلة مثل: كم الحماس في هذه العلاقة؟ هل هناك أي عناصر في تعزيز النمو؟ تقييم مكونات نموذج العلاقة هذا رسمياً مع مؤشر صحة العلاقة وهو أداء سليم بشكل سيكولوجي، كما أن من المهم أيضاً تطوير الزوجين تركيزاً أكثر توازناً) Sheldon,K,M&Lyubomirsky,S,2006,p28

(الخطوة الخامسة: تعزيز المشاعر الإيجابية ويطلب المعالج من الزوجين التركيز علي الأحداث الإيجابية التي حدثت في الماضي القريب، ويمكن للزوجة أيضاً تعزيز العاطفة الإيجابية من خلال النظر في الأحداث الإيجابية التي قد تحدث في المستقبل، كما يطلب من الأزواج أن يتخلوا أنفسهم في المستقبل وأن يفترضوا أن كل شيء قد ذهب إلي ما هو ممكن لقد عملوا بجد وأنجزوا جميع أهدافهم وأحلامهم في علاج الأزواج وقد يكون من المفيد تعزيز التأثير الإيجابي، كما يساعد علي توضيح أهداف العلاقة، ويحث كل من الزوجين علي تحمل نصيب من المسؤولية عن تحقيق

٢- تعديل الأنماط السلوكية الخاطئة التي تحركها العاطفة.

Stephenson K,R,Sullivan (370)
(K,and Christensen A,2016,p

الأزواج الذين يبحثون عن العلاج دائما يفيدون عن أنماط السلوك الخاطئة ويمكن أن تتراوح هذه السلوكيات من الإساءة البدنية واللفظية إلى الحجب اللفظية المتكررة إلى أفعال أكثر دقة مثل المسافة والاتسحاب من الخطوات المبكرة الهامة في العلاج الزوجي وهو تحديد هذه الأنماط السلوكية من أجل تقليلها أو تعديلها بطريقة أو بأخرى.

٣- استخلص المشاعر الخاصة والعاطفية.

ويتم التعبير عن المشاعر الأكثر مرونة والتي تكتشف الضعف مثل الخوف أو الأذى أو الرفض وقد لا يتم ملاحظتها أو حتى الاعتراف بها بشكل خاص على سبيل المثال عدم الرغبة في قبول شعور الزوجة بالاعتماد على الزوج وخوفها وخلق بيئة آمنة تزرع الوعي للتعبير عن المشاعر الناعمة والذي يشجع الإدارة الفعالة للمشاعر بشكل عام، غالباً ما يكون مكوناً أساسياً في العلاج الزوجي.

٤- تعزيز التواصل المنتج.

Stephenson K,R,Sullivan K,and :P 373)

(Christensen A,2016,

عادة ما تكون أنماط الأتصال العامة هدفاً رئيسياً للعلاج الزوجي ويتم التعامل مع كل من مهارات التعبير ومهارات الأستماع، وكذلك مهارات حل المشكلات مع الأهداف العامة المتمثلة في تعزيز قدرات الزوجين على التعبير عن أنفسهم بطرق أكثر ثراءً وعاطفياً وكذلك الاستماع إلي بعضهم البعض بطرق تسمح بزيادة التفاهم لتطوير حلول ملموسة لمشاكلهم.

٥- التأكيد على نقاط القوة وتشجيع السلوك الإيجابي.

المهمة الرئيسية للأخصائيين المعالجين للأزواج هي فهم كل مايريد من الزوجين أكثر من ذلك واستخدام نقاط القوة الحالية للزوجين لزيادة السلوك المطلوب.

في النهاية نوضح أن مبادي العلاج الزوجي:

- ١- التركيز على المشاكل التفاعلية بين الزوجين.
- ٢- إستخلاص وأكتشاف المشاعر العاطفية.
- ٣- تحسين التواصل البناء.
- ٤- التركيز على فهم نقاط القوة والضعف.
- ٥- معالجة السلوكيات العاطفية الخاطئة.
- ٦- تحقيق الكفاءة للعلاقة الزوجية الناجحة.
- ٧- التركيز على كلا من الزوجين معاً في التفاعل.

ثامناً: استراتيجيات العلاج الزوجي:

١- إستراتيجية الاتصال: (Worthington)

(Jr,El,2009,240

من أهم الاستراتيجيات التي تساعد الزوجين على حل المشاكل بينهم فهناك بعض الأزواج لا يعربون عن مشاعرهم خوفاً من الاستهزاء بهم أو الغضب الطرف الآخر وعدم الرضا وذلك يخلق تباعد عاطفياً بين الزوجين. دور المعالج في استراتيجية الاتصال التركيز على التواصل وهو الأكثر ملائمة لهؤلاء الأزواج ويساعد الزوجين لماذا يعتبر التعبير عن مشاعرهم لطرف الآخر أمر حاسماً لعلاقتهم وكيف يعبران عن نفسيهما بشكل صحيح، حتي لا يؤذي اشريكهما أو يزعجانه أو يغضبه. فهي تساعد على تجديد نظام التفاعل بين الزوجين وسد الفراغ العاطفي في علاقتهم، يساعد الزوجين على أن يكون أكثر تركيزاً، مساعدة الزوجين على تغيير أنماط اتصالاتهم الراسخة.

٢- استراتيجية تقديم المشورة للأزواج:

وعندما يتصرف أحد الزوجين أو كلاهما بطريقة غير عقلانية إلي حد ما في علاقة ما، فمن المحتمل أن تحدث صراعات. والسبب وراء تعديل السلوك اللاعقلاني أو المختل يمكن أن يكون تجربة الطفولة غير سارة أو بعض الاضطراب النفسي الطفيف. فهؤلاء الأشخاص لديهم آراء مشوهة عن علاقتهم، لذلك فهم عاجزون عن التصرف بعقلانية طوال الوقت.

ومن خلال هذه الاستراتيجية يستطيع المعالج مساعدة هؤلاء الأشخاص بتحديد نمط سلوكهم وفك رموز السبب وراء السلوك الغريب وتقديم المشورة إلي الشخص المتضرر وشريكة بشأن تصحيح ذلك السلوك وتحقيق زواج أفضل.

٣- استراتيجية العلاج النفسي الإيجابي:

Carrère, S., Buehlman, K. T., Gottman, J. M., Coan, J. A., & (Ruckstuhl, L, 2000, 155).

وتساعد استراتيجية العلاج النفسي الإيجابي الأزواج علي تذكر الأشياء الجيدة التي تحدث في علاقاتهم اليومية والاعتراف بها، ويلعب المعالج دور في جعل الزوجان يلاحظان الأمور والمواقف التي جعلتها يبتسمان ويشعران بالسعادة. وهذا ما يجعل الزوجين يشعران بالإيجابية ويجلب بعض الحماس في علاقتهما.

٤- استراتيجية الحضور: (التواجد)

محاولة التحدث مع شخص مشتت أو غير مهتم كونك حاضر يعني أنك تعطي الزوجين كامل اهتمامك الكامل، فأنت تصغي وتتجاوب بشكل جيد والحضور ينقل الاحترام ويرسل رسالة مفادها. أنتم مهمون لي، أن يكون المرء حاضرا يعني أن يكون موجودا بدنيا وذهنيا اغلق الهاتف، اغلق التلفاز، أرسل الاولاد إلي بيت جدتك الليلة إذا أردت فعندما يشعر رفيقك أنك موجود معهم، يزداد احتمال سماعك لهم.

٥- استراتيجية المحايد:

في بعض الأحيان تغييرا للمناظر يمكن أن يمهد الطريق لمحادثة ذات مغزي أكبر. ويصح ذلك خصوصا إذا كان هناك الكثير من الخلافات في بيئتك العادية. فالدوافع القديمة أو الذكريات أو الإلهاء هناك قد تجعل من العصب محاولة اتباع نهج جديد. فكرا بالذاهب لمكان محايد اتباع نهج جديد. فكرا بالذهاب لمكان محايد حيث تشعران بالراحة قد تكون الحقيقة، مهني مفضل أو مكان هادئ تتشاركان فيه يجد بعض

الأزواج أن المشي والكلام مفيد جدا الشيء المهم هو العثور علي مكان لطيف يمكنك الاسترخاء والتواصل.

٦- استراتيجية كن لطيفا:

(Holman, T. B., & Jarvis, M. O. Hostile, types. Personal Relationships,

2003, 164) يمكن استخدام الثلاث دقائق

الأولي من المجادلة المثالية بين المتزوجون حديثا للتنبؤ باستقرار الزواج مقابل الطلاق بعد ست سنوات فالعلاقات المستقرة تظهر المشاعر الإيجابية أكثر من المشاعر السلبية اقل خلال الدقائق الأولى من المناقشة لذلك عندما تبدأون بمناقشة مع الشخص الذي تحبونه، اسعوا إلي اللطف والبد بنعومه.

٧- استراتيجية التعبير والتوضيح:

عندما ترغب في مناقشة أمر ما مع أحد احبائك، يمكن أن تساعدك هذه الارشادات علي التعبير عن مشاعرك بوضوح وفعالية أكبر ويستطيع الأزواج اتباع هذه المبادي والتوجيهية

أ- استخدموا عبارة يستخدم الزوجين عبارات تصف مشاعرهم وأفكارهما بحيثوا لا يشعروا الطرف الآخر بسخرية أنتقاء الكلمات التي تعبر عن مشاعرهم وأفكارهم.

ب- كن محدد: ناقش فكرة رئيسية واحدة في كل مرة.

ج- اختر الوقت والمكان المناسب للتعبير.

٨- استراتيجية الاستماع والانصات:

(https://www.hprc- Online.org)

تعد استراتيجية الاستماع والانصات مهمة بين الزوجين لكي يسمعوا ويتفهموا مشاعر كل منهم ولكي تنجح هذه الاستراتيجية يمكن تطبيق الإرشادات الآتية:

أ- الأختصار في الكلام.

ب- عدم التشكيك فيما يقوله الطرف الآخر والتجاوب معاه وتقديم الحلول أو تفسير المعاني.

ج- تقييم نبذة الصود وتعيرات الوجه والمواقف حتي لاتظهر شخص متفهم وليس مندفع.

د- ضع نفسك مكان المتحدث.

و- عندما يتحدث أحد الزوجين عن قضية محددة والاصغاء إليها يقوم الزوجين بتبديل الأدوار.
٩- استراتيجية التقبل الاختلاف.

يعد الصراع من أهم المشاكل التي تدمر العلاقة بين الزوجين وهذا يرجع إلى عد تقبل وفهم الأختلافات للطرف الآخري ومن أهم الصفات المدمرة للعلاقة الزوجية والتي وتتنبا بعد الرضا الزوجي والطلاق مثل الانتقاد والسخرية أو التقليل من الطرف الآخري، والأنسحاب والمماطلة وأنكار المسؤولية وتقديم الحلول السلبية من أحد الطرفين.

تاسعاً: أساليب العلاج الزوجي:

من المهم للمعالجين كمدرسين لكلا الزوجين في وقت واحد وإعطاء كل الأهتمام علي قدم المساواة بينهما ولكي يستطيع الأخصائي الاجتماعي القيام بهذه الأدوار يستعين بمجموعة من الأساليب والأدوات أهمها ما يلي:

١- أسلوب الاتصال الثنائي: (عبد الناصر عوض أحمد جبل، ٢٠١٨، ١٩٥)

ينصب هذا الأسلوب علي تحسين وتغيير شكل العلاقة بين الزوجين لتصبح أقوي وأنفع وأكثر ترابطاً، ويجب تغيير شكل العلاقة بين الزوجين كلما تطلب الأمور ذلك من حيث مكان العمل ومواعيده وكم الأعباء الوظيفية والإجهاد الناتج عن العمل، ويجب علي طرفي العلاقة الزوجية أن يتفهم كل منهما احتياج الطرف الأخر نفسياً واجتماعياً وصحياً وعاطفياً وروحياً ومالياً، وأن يعمل علي إشباع هذه الاحتياجات بقدر الإمكان.

وفقاً لهذه الدراسة يقوم المعالج بمساعدة الزوجات الذين تعرضوا للإساءة الاجتماعية أيتفهم كل منهما احتياج الآخر نفسياً واجتماعياً وصحياً وعاطفياً وروحياً ومالياً، وأن يعمل علي إشباع هذه الاحتياجات بقدر الإمكان.

٢- أسلوب طرح الأسئلة. (Wine)

(K,jonl,2009,194

أحد الأساليب المهمة في العلاج الزوجي الذي يساهم في التخفيف من حدة الإساءة الاجتماعية بين الزوجين حيث يساعد هذا الأسلوب كلا الزوجين علي فهم رغباتهم واحتياجاتهم كل منهما الطرف الآخر حتي يصبح كلا الطرفين سعيداً بعلاقته.

يستخدم المعالج أسلوب طرح الأسئلة بالطريقة التالية:
- ماذا تتوقع شكل العلاقة الزوجية في المستقبل، في حين أن كلا الزوجين قد يعطياً إجابة لاتزال مفيدة إذا تتم ممارسة في سياق العلاج الزوجي، ويمكن للمعالج أن يتعمق أكثر في طرح الأسئلة علي الزوجين.

- تساعد هذه المناقشة الزوجين علي تصور مستقبل إيجابي يتم فيه معالجة المشكلات والتخفيف من حدة الإساءة وعلي المعالج أن يتعلم كيف يقدم أفضل حلول لزوجين الجلسة.

- استخدام هذه المناقشة كفرصة لتعليم شيئاً جديد للزوجين والتخطيط لمستقبل الزوجين.

٣- أسلوب التأمل الروحي.

هو أسلوب مكثف يساعد الزوجين علي التواصل الزوجي علي مستوي أعمق، ويمكن أن يكون له تأثير كبير علي أحساس الزوجين بترابط ويركز هذا الأسلوب علي الأتصال بعين لمدة ثلاث إلي خمس دقائق والإمتناع عن الكلام حتي لو كانت محرجة في البداية، وإذا كان الصمت غير مريح.

٤- أسلوب العناق.

(<https://www.eomega.org>)

هو أحد الأساليب التي ترتكز عليها العلاج الزوجي لتحسين الحالة النفسية للزوجين وهو أسلوب يعزز العلاقة الحميمة والعاطفية ويخفف من حدة المشكلات ويعزز الألفة بين الزوجين.

٥- أسلوب الاسترخاء.

هو أسلوب يعتمد علي جلوس الزوجين أمام بعضهم والنظر كل منهم إلي الآخر دون الحديث وأخذ الأنفاس ببط.

٦- أسلوب الأنصتات. (Jordan

Gray, 2014, 150)

هو أسلوب بسيط ولكنه فعال يعتمد علي الأنصات أحد الطرفين إلي الآخر دون مقاطعة، فنحن جميعاً نحتاج أن نشعر بأن أحد يسمنا ويفهمنا ويهتم بنا وممارسة هذا الأسلوب يساعد الزوجين علي ذلك والشخص المنصت يجب أن يمنح الطرف الآخر التشجيع الغير الشفوي والتعاطف مع الطرف الآخر من خلال لغة الجسد وتعبير الوجه.

٧- أسلوب تخصيص الوقت للزوجين.

هو أسلوب يعتمد علي أن تخصص الزوجين وقت لهما من الأسبوع دون مرافقة الأطفال وخلال ذلك الوقت أن يتحدثوا عن أجمل المواقف والصفات التي تجمع بين الزوجين والتحدث عن الخطط المستقبلية وما يتمناه كل من الزوجين في الآخر ومصير الأسرة في الأيام المقبلة.

٨- أسلوب التعزيز الإيجابي للسلوك. (ممدوح

سلامة، ١٩٩١، ٥٤)

يساعد هذا الأسلوب الزوجين علي مهارات ضبط النفس بحيث يمكنهم مواجهة التوترات التي كثير ماتصاحب الحياة الزوجية ولهذا يمكن تدريب الزوجات علي تعزيز سلوكهما بأنفسهم حتي يستطيعا التغلب علي الإساءة الاجتماعية.

٩- العلاج الزوجي الجماعي.

وهذا الأسلوب يتكون علي شكل جماعات تتكون من (٣) إلي (٤) أسر (زوج، وزوجة) فقط في هذا العلاج يتعلم كل طرف كيف ينصت للطرف الآخر وكيف يعبر عن أفكاره وآرائه ويشارك الآخر تلقائياً، وهذا من شأنه يزيد التواصل بين الطرفين ويبعد الخلافات التي يمكن أن تنشأ في المستقبل.

١٠- عقد الاتفاق. (علاء الدين

كفافي، ١٩٩٩، ٦٨)

هذا الأسلوب يقوم فيه الاتفاق بين الزوجين عادة في الأسرة التي تعاني الصراع والتوتر علي أساس أن يحترم كل طرف حق الآخر في التصرف بل وفي أن

يجد التقبل أيضا وتسجيل بنود الاتفاق وتحريرها علي أن يلتزم كل زوج بالبنود مقابل أن يلتزم الطرف أيضا، وعندما يجد كل طرف أن الطرف الآخر يلتزم بالعقد، يطيب نفسا ويقبل الالتزام وتقدم تدعيمات مناسبة، وحتى ينجح العقد يجب أن يتوفر فية الوصف التفصيلي والواضح للسلوك المطلوب أداءة من كل فرد وأن توضع شروط أو بنود العقد كما يجب أن يتضمن العقد فقرة أو بند ينص علي منح مكافأة إضافية متدعيم إضافي للطرف الذي يظهر روح الالتزام الكاملة عند التنفيذ ويجب الاستعادة في عملية التدعيم الفوري بمعنى.

عاشراً: أدوار العلاج الزوجي:-

ونحدد دور المعالج في العلاج الزوجي فيما يلي:

Lornal.Hecker,josephL.Wetchler,2013.5

(7)

١- دور مغير السلوك: هناك تباين منظم للحوار بين الأزواج في علاج العلاقة حيث يسأل أحد الزوجين علي وجه التحديد عما يحتاج الشريك من الشريك الأخر.

٢- دور متبادل السلوك: يقوم بتوجيه الجهود لتحديد وتغيير الفعل الذي يتم من خلاله تعزيز السلوكيات ومعاقبتها أو غالباً ما يتم استخدامها مبكراً في عملية العلاج بهدف زيادة التفاعلات الإيجابية وتقليل السلوكيات السلبية.

٣- دور محسن مهارات التواصل: يركز علي علاج الزوجين يعتمد علي نظرية التعلم الاجتماعي التي يحاول من خلالها تحسين مهارات التواصل الفعال وتعزيز التفاعلات الإيجابية بين الزوجين.

٤- دور مطور الاتصال الفعال : وتوجيه الجهود لتعليم ومساعدة الأزواج علي تطوير مهارات الاتصال الفعالة، مع التركيز علي أشياء مثل الاستماع النشط واستخدام رسائل أنا.

٥- دور تجنب الصراع: نوع من العلاقة خارج نطاق الزواج التي تحدث للأزواج الذين يشعرون بالرعب لأن يكونوا ممتعين ولطيفين، ويفشلون

٣- دور مغير التفاعلات السلبية: تم تطبيق هذا الدور أثناء تواجد الزوجين في جلسات البرنامج وتعزيز الروابط العاطفية وتغيير أنماط التفاعل السلبي.

٤- دور تعزيز العلاقات : وتم استخدام هذا الدور من خلال تعزيز العلاقات بين الزوجين أثناء الجلسات وخصوصاً أنهم لم يواجهوا صعوبة جديد في العلاقة.

أحد عشر: معوقات العلاج الزوجي:-

هناك العديد من المعوقات التي يعاني منها الكثير من المعالجين في العلاج الزوجي وفيما يلي بعض المعوقات الشائعة التي نذكرها فيما يلي:

(Rabin,Claire,2014,33)

١- من الصعب معرفة القضايا التي تم النجاح فيها باستخدام العلاج الزوجي وخاصة عندما تكون المشكلة تتعلق بالمشاكل الجنسية وخاصة بالمجتمع الشرقي.

٢- في بعض الأحيان تكون الأزواج لهن ماضي يؤثر في مراحل العلاج الزوجي.

٣- العلاج الزوجي صعب للغاية لأنه يصعب علي الزوجات تحديد ماهية الصدمة "الإساءة" التي تعرضن لهن أمام المجتمع ، وإيجاد لمشاركتها والثقة مهمة.

٤- العمل مع الأزواج أصعب نوع في العلاج الزوجي لأنهن لا يريدون قول الأحداث في وجود بعضهن ويحاول المعالج أن يكون محايد لكن هذا الأمر ليست سهل دائم.

٥- يقول الأزواج أن الوقت الوحيد الذي يتحدثون فيه مع المعالج لا يشعر بالراحة مع هذا المستوي من الأعتياد.

٦- تأتي الزوجات إلي المعالج بعد فوات الآوان.

٧- هناك أنواع معينة من الزوجات يصعب التعامل معها باستخدام العلاج الزوجي بعضهن يحاولون جاهدين الحصول علي إيجاد حلول. ويأتي البعض الآخر من الزوجات تتظاهر لك أنه من المستحيل إيجاد حلول.

في تطوير طرق لحل الأختلافات في العلاقة بين الأزواج.

٦- دور مغير أنماط الصراع: نادراً ما يجادل هؤلاء الأزواج ويعيشون حياة هادئة وممتعة وغالباً ما يظهرون مستويات أقل من المشاركة، ويقدمون الانفصال والمساحة الشخصية أو المصالح ، ونوع من الزوجين الناجحين علي المدى الطويل.

٧- دور معزز حوار الأزواج: وتمارين الاتصالات المنظم في علاج العلاقة بين الزوجين ويستدعي افتراض أدوار المرسل والمستقبل.

٨- دور النقد: اللقاء اللوم علي شخصية الزوج بدل من سلوك معين.

٩- دور مغير التفاعلات السلبية: العلاج الزوجي تشدد علي العواطف والتعليق بين الأزواج والهدف منها هو الوصول إلي المشاعر الأولية وتعزيز الرابطة العاطفية وتغيير أنماط التفاعل السلبي.

١٠- دور تعزيز التقارب : لبعض القيود الإنسانية للزوجة مثل الخوف والأذي أو خيبة الأمل التي تعبر عن الضعف والأرجح أن تعزيز التقارب بين الزوجين.

١١- دور تعزيز العلاقات : وهو برامج جماعية منظمة (مثل لقاء الزوج للأزواج الوظيفين نسبياً الذين لم يواجهوا صعوبة جديد في العلاقة، بهدف تعزيز العلاقة.

وبناءً علي ماسبق أن المعالج الزوجي يمكن في حالات الإساءة الاجتماعية للزوجات المنذرات بالطاعة أن يطبق مايلي:

١- دور مغير السلوك: وتم تطبيق هذا الدور من خلال معرفة سلوكيات كلا من الزوجين ومعرفة أسباب ممارسة هذا السلوك التي يؤدي إلي خلل ف العلاقة بين الطرفين .

٢- دور محسن مهارات التواصل: ويتم استخدام هذا الدور في تحسين مهارات التواصل بين الزوجين وتعزيز التفاعلات الإيجابية أثناء تطبيق البرنامج .

- وويتوقع البحث علي مجتمع صعيد مصر أن تواجه الباحثة ببعض المعوقات من الطرفين مثل :
- ١- من الصعب معرفة السبب الرئيسي عن المشكلات بين الزوجين.
 - ٢- رفض الزوجة التحدث بمشكلات وخصوص بمشكلة التي تتعلق بجانب الجنسي .
 - ٣- يصعب أكتساب الثقة بين الزوجين مرة أخرى.
 - ٤- أصرار المحامي علي عدم أجتماع الزوجين لحل المشكلة.
 - ٥- أصرار أهل الزوجه بعد إعطاء فرصة ثانية لمناقشة المشكلة بين الشريكين.

- Batoul Nafeth Obaid: Extent and -٩
Dimensions of violence Against
women in Jordan, the 34th
Annual conference on
population and Development,
Cairo Demographic center,19-
22 December,2004.
- Berta.v.et; Dominance and ١٠
Dialogue in couple therapy for
psychological Intimate partner
violence,Autono Mous University
of spain;Barcelona,2015.
- ١١ فاطمة عبد الرحمن النوايسة: الإرشاد
النفسي والتربوي، عمان، دار الحامد للنشر
والتوزيع، ٢٠١٣.
- Claire Rabin:Winnicott and -١٢
'Good Enough' Couple Therapy,
LONDON AND NEW YORK, 2014.
- Savoring :Bryant,F.B,&Veroff,J -١٣
Anew Model of positive
exprienes.Mahwah,2007.
- :Sheldon,K.M.&Lyubomirsky,S -١٤
How To increase and sustain
positive emotion; The effects of
expressing gratitude and visualizing
best possible selves,journal of
positive ppositiv psychology,2006.
- Authentic :Seligman,M.E.P -١٥
happiness, New York ,free
press,2002.
- Stephenson K,R,Sullivan K,and -١٦
Couple therapy :Christensen A
In,Howard S.Friedman(Editorin
chief) Encyclopedia of mental

قائمة المراجع:

- ١- الياس انطوان وأدور الياس: قاموس الياس
العصري، القاهرة، شركة دار الياس
العصرية للطباعة والنشر، ٢٠٠٠.
- ٢- منير البعلبكي: قاموس المورد، إنجليزي-
عربي، بيروت، دار العلم للملايين، ١٩٨٤.
- ٣- عبد المنعم الحنفي: موسوعة الطب النفسي،
المجلد الثاني، ط٢، القاهرة، مكتبة
مدبولي، ١٩٩٩.
- ٤- حسايم أمنية دينة: أنماط غزو الصراع
الزوجي وعلاقتها بإختيار نوع العلاج)
تقليدياً وحديث) عند المرأة القبائلية، رسالة
ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الإنسانية
والاجتماعية، قسم علم النفس وعلوم التربية
والأرطوفنيا، جامعة مولد معمري تيزي
وزو، ٢٠١٣.
- ٥- أحمد شفيق السكري، قاموس الخدمة
الاجتماعية والخدمات الاجتماعية،
الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية، ٢٠٠٠.
- ٦- رياض نايل العاسمي: العلاج الزوجي، كلية
التربية، قسم الإرشاد النفسي، جامعة
دمشق، ٢٠١٥.
- Eastvold . A & Suchy.Y : -٧
University of Utah Salt Lake, UT,
USA .Encyclopedia of Clinical
Neuropsychology,2011.
- Kevin. K. H, et al: Coping- -٨
Oriented Couple Therapy.in J.
Lebow et al. (eds.),
Encyclopedia of Couple and
Family Therapy, 2016, on-line,
available: www .eulc.edu.eg.

Health, 2nd edition
, voll, Waltham, MA; Acedemic
press, 2016.

17- Claire Rabin: Winnicott and
'Good Enough' Couple Therapy,
LONDON AND NEW YORK, 2014.

/18= Malgorzate Wolsko: Marital therapy
Couple therapy Indications and
contraindications. Archives of
Psychiatry and By chotherapy, 2011.
19- <https://www.eomega.org>.

٢٠- عبد الناصر عوض أحمد جبل: مهارات وتطبيقات
الممارسة في خدمة الفرد، ط٢، القاهرة، دار
السحاب، ٢٠١٨.

٢١- ممدوح سلامه: الإرشاد النفسي منظور إنمائي،
مصر، مطابع جامعة الزقازيق، ١٩٩٩.

٢٢- علاء الدين كفاقي: الإرشاد والعلاج النفسي
الأسري المنظور النسقي الاتصالي، القاهرة، دار
الفكر العربي، ١٩٩٩.