

البحث الرابع :

فعالية العلاج الأسري متعدد الأبعاد في تعزيز التسامح لدى أسرة
مهتدة بالانفصال. "دراسة حالة"

المصادر :

د. إبراهيم يونس محمد يونس
اختصاصي الصحة النفسية
دكتوراه في علم النفس من جامعة عين شمس

فعالية العلاج الأسري متعدد الأبعاد في تعزيز التسامح لدى أسرة مهددة بالانفصال. "دراسة حالة"

د. إبراهيم يونس محمد يونس

اختصاصي الصحة النفسية

دكتوراه في علم النفس من جامعة عين شمس

• المستخلص:

هدفت الدراسة إلى التدخل مع أسرة مصرية (زوجان وثلاثة أبناء) مهددة بالانفصال والتفكك الأسري وتعاني من الصراع الزوجي المرتبط بالإساءات المتبادلة بين الزوجين، وبعض التحالفات السلبية بين بعض الأنساق الأسرية، الأمر الذي أدى إلى تطورات سلبية على مستوى التواصل وأداء الحقوق والواجبات المتبادلة، وقصور في قيام الزوجين بأدوارهما تجاه بعضهما البعض وتجاه الأبناء وصولاً إلى ترك الزوجة بيت الزوجية اضطرارياً وبدء إجراءات الطلاق للضرر. وبالاعتماد على العلاج الأسري متعدد الأبعاد (التكاملي) متضمناً مدخل العلاج الأسري القائم على نظرية الأنساق والعلاج الزوجي المعرفي السلوكي والعلاج الزوجي القائم على التسامح في مقابل الإساءات التي شكلت عوأملاً مهيباً ومرسبة لصراع زوجي وتهديد لاستمرار الحياة الزوجية. واشتملت أدوات الدراسة الحالية على مقياس "التسامح الزوجي" إعداد كل من: فهمي، وشحتو (٢٠١٢)، وقائمة "الأفكار الإيجابية والسلبية" إعداد: الصبوة، بجانب المقابلة الإكلينيكية والملاحظة. وقد قام الباحث بتحديد قائمة المشكلات لدى الزوجين والأسرة ووضع صياغة الحالة بمشاركة الزوجين، وحدد خطة التدخل وتم تنفيذها وفقاً لقواعد العلاج الأسري والزوجي ومدخل التسامح الزوجي. وكشفت الدراسة عن النتائج التالية: تحسن مؤشرات التسامح الزوجي جوهرياً عند مقارنة القياس القبلي بالبعدي، بجانب التقارير الذاتية والأدلة الواقعية التي تؤكد هذا التحسن متمثلاً في توقف إجراءات الطلاق، واستعادة الحياة الزوجية والأسرية. كما أن المتابعة الأولى بعد شهرين أفادت بعدم حدوث انتكاسة، وفي المتابعة الثانية بعد عامين من التدخل استمر التوافق والاستقرار الأسري والزوجي، الأمر الذي يشير إلى كفاءة التدخل بالعلاج الأسري متعدد الأبعاد ومدخل العلاج القائم على التسامح ومدخل نظرية الأنساق، بجانب عوامل أخرى متعددة الأبعاد ومدخل الزواجي الذي تمتع به الزوجان، وارتباطهما بالأبناء. ونوقشت النتائج في ضوء بعض الدراسات السابقة ونموذج التدخل القائم على التسامح.

الكلمات المفتاحية: الإرشاد والعلاج الزوجي، العلاج الأسري، العلاج التكاملي، التسامح الزوجي، الصراع الزوجي.

The Efficacy of Multi-dimensional Family Therapy to Promote Forgiveness for a Threatened Family with Separation (Divorce).

Case Study

Dr. Ibrahim Younes Mohammad Yunus

Abstract

The study aimed to treat an Egyptian family (a couple and three children) that is threatened by separation and family disintegration and suffers from marital conflict related to mutual abuse between the spouses, and some negative unions (alliances) between some family systems, which led to negative developments in the level of communication and the performance of mutual rights and duties, and a lack of performance by the spouses in their roles towards the children leading to the wife leaving the marital home Compulsory initiation of divorce procedures for harm. For case assessment purposes, three Tools: The "Marital Forgiveness" scale was prepared by: El-Sayed Fahmy and Samah Shehto (2012), Beliefs inventory "Positive and Negative" prepared by: Najeeb Al-Sabwa, in addition to diagnostic interview and Observation were used. By relying on the multi-dimensional (integrative) Family Therapy, including the Behavioral Cognitive Marital Therapy, Family

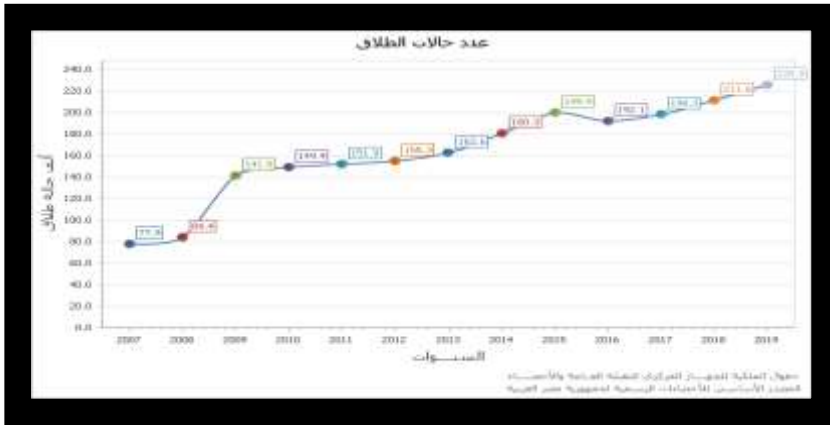
Therapy based on Systems theory, and Marital Therapy based on Forgiveness in exchange for abuses that formed Predisposing Factors for marital conflict and a threat to the continuation of married life. and test the efficacy of Marital Therapy with repeated measures of assessment (Pretreatment, post treatment, and 2 Years Months then 2 Years follow -up) was used. The post Therapy assessments and follow- up assessments revealed clear and significant positive Therapy efficacy with Marital Forgiveness for the case. The indicators were stopping the divorce procedures and restoring marital and family life. The first follow-up after two months stated that there was no Relapse, and in the second follow-up after two years of intervention, family and marital stability, which indicates the efficiency of the intervention, along with other auxiliary factors such as the marital commitment, and they were related with their children. The results were discussed in light of some previous studies and a tolerance-based intervention model.

Keywords: Multidimensional Marital Therapy - Integrative Counseling- Marital Forgiveness - Marital Conflict -Divorce.

• مقدمة الدراسة:

الأسرة هي وحدة بناء المجتمع والمؤسسة الأولى والأهم من بين مؤسسات التنشئة الاجتماعية التي تتيح فرصاً لأفرادها للتعلم والتعليم والتفاعل، وبناء هذه الأسرة واستمرارها هو مؤشر إيجابي على مستوى الصحة النفسية لأفراد المجتمع، بل ودالة على فلسفة الحضارة السائدة.

والارتفاع المفاجئ في نسب الطلاق أمر قد ميز العقود القليلة الماضية حيث تشير الإحصاءات - وفقاً للجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء - إلى أن أكثر من ٢٠٠٠٠٠ حالة من الزيجات تنتهي بالطلاق في عام ٢٠١٩م، هذا بجانب الحالات غير المبلغ عنها أو الأزواج الذين يختارون عدم الطلاق ويعيشون وهم يعانون من صراع وكرب مزمنين.



شكل (١) عدد حالات الطلاق وتزايدها زمنياً بمصر (*)

• الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء https://www.capmas.gov.eg/Pages/IndicatorsPage.aspx?ind_id=1089#

ولأن الصراع الزوجي والخلل الوظيفي في العلاقات أمر له أهميته وآثاره، وليس بعيدا عن إمكانية أن يتسبب في تطور اضطرابات نفسية أو مصاحبتها لها، فقد تضمنه المحور الرابع بالدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية للأخصائين في نسخته الخامسة والأخيرة DSM-V، ويشير الوصف للفئة (Z63.0) التي تعبر عن مشكلة (الاحباط والمشقة في العلاقة مع الزوج أو الشريك الحميم) إلى: "ارتباط مشكلات العلاقات مع ضعف الأداء في المجالات السلوكية والمعرفية أو الوجدانية، ومن أمثلة المشكلات السلوكية: صعوبة حل الخلاف، والانسحاب withdrawal أو الانخراط الزائد overinvolvement، ومن أمثلة المشكلات المعرفية يمكن أن تظهر في العزو السلبي المزمن للمقاصد chronic negative attributions وإهمال السلوكيات الإيجابية، ومن أمثلة المشكلات الوجدانية الحزن المزمن sadness واللامبالاة apathy و/ أو الغضب من الزوج". وفي نفس المحور تعبر الفئة (Z63.5) بعنوان (تمزق الأسرة بسبب الانفصال أو الطلاق) عن الزوجين اللذين يعيشان بعيدا عن بعضهما بسبب مشكلات في العلاقة أو يسعيان قدماً في إجراءات الطلاق (DSM-5, 2013, p. 716).

ويتيح العلاج الزوجي بمداخله المختلفة مثل العلاج المعرفي السلوكي متعدد الأبعاد الموجه للأزواج مع إمكانية استخدام مدخل العلاج الأسري القائم على نظرية النظم والأنساق بخاصة في حالة استدعاء الأبناء، بجانب العلاج الزوجي القائم على التسامح - فرصة التدخل لخفض الصراع والكرب الزوجي المحتمل في التفاعلات الزوجية والأسرية.

ومن المهم تكامل إجراءات العلاج الزوجي السلوكي التقليدي لتعديل أنماط التفاعل المدمرة لدى الأزواج مع مفاهيم وإجراءات العلاج المعرفي لتغيير المعارف التي تسبب الصراع والكرب في العلاقات ومفاهيم أنساق الأسرة التي تعني بأداء الزوجين وأعضاء آخرين في الأسرة (ايبشتين، ٢٠٠٥، ص. ٣٤٦).

ويشير مدخل العلاج الزوجي المعرفي السلوكي إلى ضرورة التركيز على العوامل السلوكية (أنماط التواصل ومهاراته والتبادلات الإيجابية وحل المشكلات)، والعوامل المعرفية Cognitive factors (كالتوقعات والافتراضات والمعتقدات والأفكار)، والعوامل الوجدانية في العلاقات الزوجية (كالكبت وتراكم الخبرات والمشاعر غير المكتملة أو غير المحلولة) (ايبشتين، ٢٠٠٥؛ كوردوفا، وجاكوبسون، ٢٠١٥).

ورغم أن هناك العديد من الدراسات التي أوضحت نتائجها أن العلاج الزوجي المعرفي السلوكي مفيد للأزواج المكروبيين، فإنه لا توجد سوى محاولات قليلة لتوضيح أنواع الشكاوى الحالية التي تتعلق بفعالية العلاج الزوجي المعرفي - السلوكي، والحالات التي تكون فيها التدخلات العلاجية أقل نجاحا (كوب، وآخرون، ٢٠١٥، ص. ٤٢٣) وهناك حوالي ٥٠٪ فقط من جميع الأزواج الذين مروا بتجربة العلاج السلوكي وحدث لهم تغيير طويل الأجل بلغ عامين، وهذا يعني أن هناك نسبة مماثلة لا تستفيد من العلاج السلوكي، مما أدى إلى ظهور العلاج

الزواجي السلوكي التكاملي. ويعد التركيز على تعزيز التسامح بين الأزواج عاملاً مهماً في فاعلية العلاج الزواجي خاصة في التعامل مع بعض المواقف التي ترتبط بالخيانة والخذلان. (Cordova et al., 2006, p.192)

وعلى الرغم من أن التوجه المستقبلي للعلاج الزواجي المعرفي السلوكي قد يكون ملائماً لعلاج عدد من السلوكيات السلبية، إلا أن هناك بعض الأحداث السلبية يكون لدى الأزواج صعوبة في تناولها من منظور الحل المباشر للمشكلات وتتضمن تلك الأحداث التي يكون أحد الزوجين قد أودى، أو جرح جرحاً شديداً من قبل شريك حياته، وفي مثل هذه الحالات لا يستطيع شريك الحياة المجروح أن يدع الألم جانباً ببساطة، ويفكر في كيفية حل هذه المشكلة في المستقبل، ولكن بدلاً من ذلك يشعر أنه مجبر على توجيه تفكيره نحو الإيذاءات الشخصية التي تعرض لها في الماضي، قبل أن يصبح قادراً على التوجه بتفكيره نحو المستقبل، وتتطلب هذه الأحداث السلبية في كثير من الأحيان التسامح (كوب وآخرون، ٢٠١٥، ص.ص. ٤١٦ - ٤١٧).

ويقترح كل من "ورثنجتون، وشيرار" أنه يمكن أن يكون التسامح استراتيجية مواجهة للمشكلة، ويساهم في حل مشكلة العلاقات الشخصية. وفي هذا المنحى هناك أربعة افتراضات نظرية رئيسة تتعلق بعدم التسامح والتجاوز عن السيئات، والتسامح العاطفي، والصحة:

« عدم التسامح والتجاوز عن السيئات يمثل إرهاقاً وضغطاً.
« آليات المواجهة جنباً إلى جنب مع التسامح يمكن أن تقلل من حالة عدم التسامح.

« التسامح يقلل من الإجهاد الناتج عن عدم التسامح.
« يرتبط التسامح كإستراتيجية مواجهة بالصحة (Worthington & Scherer, 2004, p.388).

وانطلاقاً من هذا الأساس العلمي فقد راعت الدراسة صياغة الحالة في ضوء هذه العوامل المعرفية والسلوكية والوجدانية، وارتبطت بها الفنيات التكاملية التي استهدفت قائمة المشكلات التي كان جوهرها الإساءة المتبادلة بين الزوجين والرغبات الملحة في الانتقام ورد الإساءة بإساءات كحيل وخطط تعويضية غير تكيفية، حيث استهدف العلاج الزواجي المعرفي السلوكي مراعاة العوامل المعرفية والسلوكية، بينما التدخل القائم على التسامح يهتم بمعالجة شعور الإيذاء من الإساءات السابقة، وفيما يخص الأنساق الأسرية ومشكلات الأبناء المرتبطة بصراعات الزوجين فكانت تطبيقات نظرية النظم والأنساق هي المدخل المناسب لذلك. وفيما يلي عرض الإطار النظري للمداخل العلاجية التي استند إليها الباحث.

• العلاج الزواجي المعرفي السلوكي: (CBMT) Cognitive Behavioral Marital Therapy
يركز هذا العلاج على رصد السلوكيات وأنماط التواصل المختلفة، والمشكلات المرتبطة بنقص المهارات، كما يركز على رصد وتفسير المعارف المشوهة

(معتقدات، وافتراضات، وقواعد، وتوقعات، وأفكار...) والعمل على تعديلها من خلال الفنيات السلوكية والمعرفية المناسبة.

والعلاج الزواجي المعرفي السلوكي هو تطور حديث لما يعرف بالعلاج الزواجي السلوكي (التقليدي) (behavioral marital therapy (BMT)، فيشير بنون (٢٠٠٠) إلى أن هذا العلاج عبارة عن التطبيق الاكلينيكي للتعلم الاجتماعي ومبادئ تعديل السلوك في علاج الخلافات الزوجية، وأن الصياغة السلوكية للكدر الزواجي وعدم الانسجام الزواجي عبارة عن تقديرات منخفضة للسلوكيات المتبادلة، ومهارات حل المشكلات وتقديرات مرتفعة للصراع والسلبية المتبادلة. كما يتسم أيضا بمهارات تواصل ضعيفة وتقديرات منخفضة للأنشطة الترفيهية المشتركة. وأكثر التطورات النظرية شمولاً في إطار العلاج السلوكي الزواجي هي الاعتراف بالعمليات المعرفية والإدراكية وتضمينها في العلاج بوصفها محددات للتفاعل الزواجي، واعتبارها وسائط (متغيرات وسيطة) في الرضا - الكدر الزواجي (ص. ٣٣٠). ويركز العلاج الزواجي المعرفي السلوكي على مهارات إدارة الصراع في البيئات التفاعلية عالية المخاطر في المنزل (Behrens et al., 1990, p. 442).

ويمكن تلخيص الأهداف الرئيسية للعلاج الزواجي فيما يلي:

« دعم الزوجين في تحديد مصادر الصراع ونسبه مساهمة كل زوج ومسئولياته فيه.

« مساعدة الزوجين في تحقيق التوقعات المتبادلة.

« مساعدة الزوجين في تحديد الأدوار المنوطة بهما والقيام بها.

« تحديد الحدود *boundaries* الداخلية (الفردية) والخارجية (فصل العلاقة عن العالم المحيط).

« تحسن في التواصل اللفظي المتبادل (لتجنب المزيد من سوء الفهم) والتواصل غير اللفظي (لجعله أسهل وأكثر وضوحاً للتعبير عن المشاعر).

« المساعدة في حل النزاع بشكل بناء

« المساعدة في تقرير استمرار العلاقة الزوجية بشكل كلي أو جزئي. (Wolska, 2011, p.58)

وتتضمن تدخلات العلاج الزواجي المعرفي السلوكي مرحلتين كالآتي:

• مرحلة التقييم:

وتغطي الجلستين أو الثلاث الأولى وفي هذه الجلسات يتم تقييم المجالات

الستة التالية :

« ما درجة الكدر بين هذين الزوجين ؟

« ما درجة التزام الزوجين بالعلاقة بينهما ؟

« ما الموضوعات محل الخلاف بينهما ؟

« كيف تظهر هذه الموضوعات نفسها خلال العلاقة بينهما ؟

« ما عوامل القوة التي تربط الزوجين معا ؟

« ماذا يمكن للعلاج أن يقدمه لمساعدة الزوجين ؟

• **مرحلة تصميم خطة العلاج:**

وتعتمد على صياغة مشكلات الزوجين التي تم تعريفها في مرحلة التقييم. وتختلف خطة العلاج الأولية بناء على قرار المعالج في بدء العلاج أما بالتركيز على التغيير أو التقبل. وفي أغلب الأحيان فإن خطة العلاج تتألف من مزيج من استراتيجيات التقبل واستراتيجيات التغيير. وتشمل استراتيجيات التقبل: (الارتباط العاطفي حول المشكلة، تعرف أنماط الزوجين، تنمية التقبل العاطفي عن طريق بناء التسامح، الاستعداد للانتكاس، تأكيد الاختلافات المكملة لبعضها البعض...)، أما استراتيجيات التغيير فتتضمن (تبادل السلوك، الاتصال والتدريب على حل المشكلات). (كوردوفا، وجاكويسون، ٢٠١٥، ص.ص. ١١٥٥: ١٢٠٠) وقد انصبت أغلب جلسات دراسة الحالة تنصب على رصد قائمة المشكلات المعرفية والسلوكية وتعديلها من خلال الضيقات المناسبة المختلفة.

• **العلاج الأسري القائم على نظرية الأنساق Family Therapy Based on Systems Theory :**

يعتبر العلاج الأسري الذي يشار إليه أيضاً باسم العلاج الزوجي والعلاج الأسري، وهو أحد فروع العلاج النفسي الذي يعمل مع الأسر والأزواج لإحداث تغيير وتطوير في العلاقات الحميمة والألفة. ويعمل هذا العلاج على التغيير من خلال التدخل في أنظمة التفاعل بين أفراد الأسرة. ويؤكد على العلاقات الأسرية كعامل مهم في الصحة النفسية (Amory, 2013, p.25)

والإرشاد والعلاج الأسري ينظر إلى الأسرة باعتبارها وحدة متكاملة يشكل الفرد فيها عنصراً من عناصرها وتعاون الأسرة يضمن لعملية الإرشاد فرص نجاح أكبر (حواشين وحواشن، ٢٠٠٥، ص. ١٩٧). ويمكن تعريفه بأنه عملية مساعدة أفراد الأسرة (الوالدين والأولاد والأقارب) فرادى أو كجماعة في فهم الحياة الأسرية ومسئولياتها لتحقيق الاستقرار والتوافق الأسري وحل المشكلات الأسرية (زهرا، ٢٠١١، ص. ١٠٣).

وحسب نظرية النظم systems theory فإن كل سلوك له قيمة ورسالة، وكل رسالة هي سلوك يمكن أن يكون قابلاً للتعديل ولا يتم فهم النظام من خلال فحص مستقل عن العناصر التي يتكون منها، وفهم الأنظمة من الضروري النظر إلى العلاقات بين العناصر الفردية والقواعد الأساسية التي تحكمها (العاسمي، ٢٠١٦، ص. ٣٣١).

ويتفق المعالجون النظاميون على وضع خريطة (مخطط) تحدد المؤسسة والأدوار والقواعد الخاصة بالأسرة والزوجين اللذان يعالجان. وتتحدد أبرز الخصائص النظامية لعلاقات الزوجين والأسرة فيما يلي :

« الأسر عبارة عن نظم لها سمات أكثر من مجرد مجموع خصائصها أو أجزائها ويتضمن النظام الأسري نظم فرعية تشكل مع العلاقات الأسرية، والزوجان أحد هذه النظم الفرعية.

« لكل نظام، ونظام فرعى مجموعة من الحدود تميزه عن بقية النظم والنظم الفرعية وتحدد هذه الحدود تدفق الاتصالات، وردود الفعل فى نطاق المؤسسة، وتفرد كل عضو فيها.

« النماذج السببية الدائرية وليس الخطية هى التى تتطبق لفهم نشوء واستمرارية الأسرة ومشكلات الزوجين (بنون، ٢٠٠٠، ص. ٣٣٢)

حيث من المرجح أن تكون بعض التحالفات قادرة على التكيف. على سبيل المثال، عندما تكون سلطة الوالدين في اتساق وتحالف داخل الأسرة، فهذا يساعد بشكل أفضل على إدارة سلوكيات ومشكلات المراهقين، بينما عندما يتشكل تحالف بين أحد الوالدين وأحد الأبناء ضد الوالد الآخر، فمن المرجح أن تواجه الأسرة مشكلة، ولذلك من أهداف العلاج الأسري إعادة تنظيم التحالفات غير المتكيفة (Amory, 2013, p.68)

وفي دراسة الحالة كان من بين المشكلات المهمة التي توجه المختص نحوها بعد تحسن الحالة الزوجية هي إعادة تنظيم الحدود والتحالفات السلبية التي كانت بين الأب والأبن الأكبر ضد الأم، وفي وقت سابق كانت بين الأم والأبن الأكبر، كذلك غياب دور الأب في القرارات المهمة ووضوح ذلك أمام الأبناء. واعتمد المختص في جلستين على مدخل الأنساق الأسرية لتحسين التوافق بين الآباء والأبناء ووضع مخطط لطبيعة العلاقات بين الزوجين والأبناء وتوضيح أكثر الأنساق المتحددة ضد أنساق أخرى داخل نظام الأسرة، وكذلك في ترتيب خطة الرجوع للحياة الزوجية والأسرية. ومن أبرز الفنيات التي اعتمد عليها المختص في التدخل مع الحالة، التثقيف النفسي فيما يخص التفاعلات بين الأنساق الأسرية، والارتباط العاطفي حول المشكلة، والتعديل المعرفي.

• العلاج الزواجي القائم على التسامح:

يعد حل النزاعات جزءاً لا يتجزأ من العلاقة الناجحة، ويمكن القول إن الاستياء الناجم عن تجاوزات الشريك (أحد الزوجين) من المرجح أن يوجب الصراع بينهما ويعيق حل النزاع بنجاح. على النقيض من ذلك، فإن مسامحة الشريك في المخالفة هي إحدى الوسائل المحتملة لتوفير الإغلاق فيما يتعلق بحدوث علاقة مؤلمة أو مزعجة وتمهيد الطريق للمصالحة مع الإساءة. وبالتالي قد يكون للتسامح آثار كبيرة على نتائج العلاقة طويلة الأجل وكذلك على المدى القصير في أنماط التفاعل (Fincham et al., 2004, p.73).

وتتضمن عملية التسامح نسخ قصة جديدة عن الذات والآخر ويستلزم ذلك أن يحدث تحول في فهمنا لذاتنا والآخر والعالم من حولنا، وفي علاقتنا بهم، وإدراك متضمنات الموقف الأصلي من منظور جديد، وفي النهاية يدرك الشخص المسيء كشخص يمتلك مواطن قوة ومواطن ضعف، ويدرك الشخص المتسامح ذاته على أنه تصرف التصرف الأقوى والأفضل خلال جهاده للوصول إلى التسامح، ويدرك ذاته على أنها أكثر قوة، ويدرك المتسبب في الإساءة أو الصدمة على أنه أقل تهديداً (ماكولم، وجرينبيرج، ٢٠١٥، ص. ٣٦٦).

وهناك نظريات أكثر تفصيلاً في التسامح قدمت افتراضات واستبصارات فيما يتعلق بكيفية حدوث التسامح بين الأزواج والأسر، فبعضها يعتبر التصالح ضمن عملية التسامح، وبعضها الآخر يفصل بينهما، وبعض النظريات يضع اتخاذ الفرد قراراً بالتسامح في مرحلة مبكرة من عملية التسامح، بينما يضعه بعضها الآخر قريباً من النهاية، تتسق معظم النظريات اتساقاً تاماً في تعريفاتهم للحالة النهائية للتسامح، ويوضحوا أن هناك ثلاثة عناصر شائعة لهذه الحالة النهائية للتسامح هي: اكتساب إدراك أكثر اتزاناً للمساء، ولحدث الإساءة، وتناقص الانفعال السلبي تجاه المسيء، وتخلي المساء إليه عن حقه في أن يعاقب المسيء عقاباً إضافياً. (كوب وآخرون، ٢٠١٥، ص.ص. ٤٢٨- ٤٢٧)

ويفترض بعض الباحثين أن فشل الزوج في مسامحة الشريك في التجاوزات التي حدثت في وقت مبكر من الزواج يرتبط بالاستخدام الحالي لاستراتيجيات الصراع غير الفعالة أو أساليب مواجهة غير صحيحة كالخطط التعويضية. (Fincham et al., 2004, p.73)

والتسامح يتوقف على متغيرات أخرى هي التي يمكن أن تعزز التسامح والميل لاتخاذ القرار أو تكون سبباً في ضعف الميل للتسامح ومن هذه المتغيرات: اعتراف المسيء بالخطأ وتحمل المسؤولية، وإبداء المسيء الاعتذار، وإدراك المساء إليه تعمد وقصد المسيء أم عدم تعمده وقصده، ودرجة القرابة بين المسيء والمساء إليه، وحجم العواقب السلبية المترتبة على الإساءة، واستمرار آثار العواقب، وإمكانية تعويض المساء إليه، وتوقعات المحيطين من المساء إليه (موليت، وجيرارد، ٢٠١٥، ص.٢٦٠).

وهذا يعني أن كل معلومة تقدم للمساء إليه يمكن أن تعزز الميل للتسامح أو تعطله. وهذا يعني أن التسامح يحدث بتراكم هذه المعلومات وأن الوقت يعتبر أحد المتغيرات التي تبدو فيها الحقائق للمساء إليه وتتراكم فيها، فربما يزداد الميل للتسامح مع الوقت ومع تراكم المعلومات واتساع المدارك وانخفاض حدة الانفعال السلبي، وجهود المختص النفسي الذي يعالج الأفكار والمشاعر السلبية لدى المساء إليه.

وقد تبني الباحث تعريف فهمي، وشحتو (٢٠١٢)، وكذلك المقياس الذي أعدها وفقاً لهذا التعريف ومكوناته، حيث عرفا التسامح الزوجي بأنه صفح الزوجة (الزوج) وتسامحها كلية عن إساءات زوجها، وما يترتب على ذلك من تجنب التعبير عن غضبها إزاء تلك الإساءات أو الرغبة في الانتقام منه لما ينالها من أضرار معنوية ونفسية على وجه الخصوص. أما الأبعاد الثلاثة التي يتكون منها التسامح الزوجي فتم تحديدها كالتالي:

«التسامح مع إساءات الزوج: يقصد بهذا البعد، المحاولات التي تبذل من قبل الزوجة (الزوج) من أجل تسوية الأمور بينها وبين زوجها، وذلك عندما يقوم بالإساءة لها.

«عدم التسامح مع إساءة الزوج/ الانتقام من الزوج: يتضمن تعريف هذا البعد النظر إليه من جانبين، الأول يقصد به عدم قبول اعتذار الزوج أو أسفه، وليس

هذا فقط بل يتضمن أن الزوجة لا تصفح عن زوجها ولا تنسى إساءاته لها. وعلى الجانب الثاني أن عدم التسامح لا يقف عند هذا الحد، بل إن الزوجة تفكر في الانتقام من الزوج ورد الإساءة بإساءة.

«التعبير عن الغضب من الزوج: يقصد بهذا أن إساءات الزوج لزوجته - أو العكس - لا تجعلها تقف مكتوفة الأيدي، فهي تظل تفكر في عدة وسائل أو طرق تتمكن من خلالها من إحداث الشعور بالندم لديه على ما يفعله تجاهها، وهي في سبيل ذلك تقع تحت وطأة تملكها الرغبة في أن توضح لزوجها مقدار غضبها منه، ومقدار معاناتها معه أيضا.

وقد اعتمد المختص في التدخل مع هذه الحالة على نموذج طرحه "إيفرت ورثنجتون" Everett Worthington ويتضمن عملية من خمس خطوات تختصرها كلمة Reach أي "وصول" كما يلي:

«الاستدعاء (Recall) استدعاء عملية الإيذاء والقيام بالتذكرون إصدار أحكام.

«التفهم (Empathy) محاولة فهم لماذا حاول أن يؤذيك؟ من وجهة نظر مرتكب الإيذاء وليس من وجهة نظرك.

«الإيثار (Altruism) تذكر متى تلقى المساء إليه عفا عن إساءة سابقة، ويمكنه اعتبارها هدية لا تقف عنده، بل يمنحها للمسيء.

«الالتزام: (Commitment) إعلان الالتزام بالتسامح علانية حتى يكون وعدا مع التقيد به.

«التمسك (Hold) التسامح ليس مجرد محو الحادث من الذاكرة مثلا ولكنه تغيير في الخطوط العريضة الراسخة في الذاكرة. ووجود الذكريات لا تعني عدم التسامح (Worthington, 2006)

ولاشك أن التكامل بين الفنيات المعرفية والسلوكية يحقق فاعلية حيث إن الدمج الصريح للعوامل المعرفية (مثل، العزو، والامباتية، واتخاذ منظور، والتأمل) يبدو أنه يؤثر في التسامح، ويمكن ان يحسن فاعلية هذه التدخلات القائمة على التسامح. (ماككولو وآخرون، ٢٠١٨، ص. ٤٥٨).

مما سبق يبدو أن هناك تحولات كبيرة في التدخلات الإرشادية والعلاجية، نتيجة عمليات تقييم فعالية وتأثير البرامج والخطط العلاجية، وتنوع النظريات والفرصيات، أدت إلى تكامل التوجهات النظرية، وانتقاء الفنيات التي تناسب الحالة ومشكلاتها وخصائصها والسياق الذي يتم فيه التدخل، وهذا كله يعطينا دلالة على أهمية المرشد والمعالج الحكيم، ويؤسس لمفهوم الحكمة الإرشادية والعلاجية، حيث يتم استخدام الفنية المناسبة مع العميل المناسب في الوقت المناسب والسياق النفسي المناسب.

• أولا: تقدير الحالة وجمع البيانات

تمثل هذه الخطوة المرحلة الأولى في عملية التدخل حيث يكون هدفها فهم المشكلة وتقدير التوتر والكدر وحجم المشكلات، وتحديد مخطط السلوك الحالي

المسبب للتوتر والعوامل المعرفية والانفعالية وملاحظة التفاعل السلوكي وأنماط التواصل الخاصة بالزوجين وقياس مدى الالتزام الزوجي وحرص الزوجين على استمرار العلاقة. وتحديد عوامل القوة والحماية وعوامل الضعف والخطورة، بجانب توقع مآلات المشكلة ونتائج التدخل، وصولاً لفهم وصياغة الحالة وهذا يساعد في وضع خطة التدخل المناسبة. وفيما يلي عرض للحالة وخلفياتها من واقع المقابلات والملاحظة وأدوات القياس والتقييم:

يتعلق الأمر بزوجين حيث الزوج هو السيد (أ) ويبلغ من العمر ٤٥ عاماً وذو مستوى تعليمي متوسط (دبلوم) والزوجة هي السيدة (ب) وتبلغ من العمر ٤٣ عاماً وذات مستوى تعليمي متوسط (دبلوم) وهي ربة منزل. والحالة الاجتماعية والاقتصادية للزوج يمكن أن نصفها بأنها جيدة جداً حيث يعمل رجل أعمال في التجارة. وكانت فترة الزواج مستمر طوال ٢٤ عاماً، إلا أن الانفصال وقع منذ خمسة عشر يوماً بمغادرة الزوجة للمنزل مع رفع قضية لطلب الطلاق للضرر بالمحكمة.

وكان الأبناء ثلاثة، الأول وهو الابن الأكبر (س) يبلغ عمره (٢٠) عاماً طالب بالكلية بالسنة الأولى، والأوسط (ص) يبلغ عمره (١٧) عاماً طالب بالصف الأول الثانوي، والأصغر (ع) يبلغ عمره (١٤) عاماً تلميذ بالصف السادس الابتدائي.

كان سبب الإحالة إلى المختص (الباحث) هو توجيه إحدى صديقات الزوجة - مرت بخبرة إرشاد سابقة مع المختص - بالذهاب لمختص نفسي وأسري لمساعدتها في حل المشكلة التي بينها وبين زوجها لاتخاذ القرار المناسب فيما يتعلق بالاستمرار في إجراءات قضية الطلاق للضرر أو التفكير في استمرار الحياة الزوجية رغم صعوبة ذلك بعدما حدث بينهما حيث كانت ترى صعوبة في العيش معه، لكن في نفس الوقت فكرت الزوجة أنه ربما الاستعانة بمختص مهني لأول مرة والبحث عن العلاج المشترك يكون الشيء الصواب الذي يمكن فعله في ضوء التاريخ الطويل للزوجين معاً والتدخلات غير المنظمة من المحيطين، وتجنباً للكرب وضياح حقوق الأبناء. وكان الزوج "أ" راغباً في بدء عملية الإرشاد الزوجي، لأنه كان معارضاً للانفصال ويأمل في التصالح.

أثناء الجلسة المشتركة الأولى، طلب المختص (١) من الزوجين الحديث عن المشكلة من وجهة نظره، فكانت الشكوى الأساسية من وجهة نظر الزوجة أن حياتهما بدأت تتغير منذ خمس سنوات حيث صار الزوج - على لسان الزوجة - شبه مجنون، لديه غير مجنونة، حب بجنون غير طبيعي، وعندما لا يأخذ ما يريد من اهتمام وعاطفة يكسر الأبواب ويمارس العنف والضرب والإهانة، وآخر المواقف التي حدثت أن قام بطردها بطريقة مهينة من المنزل أمام الجيران سكان العمارة وحارس العمارة والمحلات المجاورة، وبصق عليها ومنع الأولاد من مساندتها، وكان

^١ حفاظاً على خصوصية وسرية العلاقة المهنية فقد تم عرض الأحداث المتتابعة في أثناء جلسات العلاج والمعلومات المهمة دون الكشف عن هوية الزوجين.

قد سبق أن أخرجها من بيت الخلوة - الحمام - وهو يجذبها من شعرها أمام بعض أبنائها، وفي مواقف أخرى كان يشدها من قدمها ليزيد من معاناة الجراحة التي أجرتها في ظهرها ومفصل الحوض. وأنها مستاءة جدا مما حدث ولا تفكر في العودة غير أنه حريص على عودتها كما أنها تخشى أن تخسر أولادها. لكن الجرح البدني والنفسي الذي تعرضت له كان فادحا، وعلى حد تعبيرها "الوحيد الذي أهانني هو زوجي رغم أن مكانتي بين عائلتي كبيرة".

وكانت الشكوى الأساسية من وجهة نظر الزوج أنه يشعر بالحب من طرف واحد، وعلى حد قوله: "عدم احتياجها لي رغم أنني موفر لها كل ما تتمناه أي زوجة، وأنا أريدها عشيقا لي، لكنها تهمل احتياجاتي العاطفية، تهملني كزوج في تحضير إفطار قبل خروجي للعمل، واستقبالي عند عودتي وانتباهها لي وتناولها الطعام معي، كما أن ثقتي فيها قلت خاصة بعدما حدث أن اكتشفت بالدليل وجود حوارات هاتفية بينها وبين رجل آخر - هو مدرس للابن الأصغر - فحينها جن جنوني لأنني أحبها وفي نفس الوقت لا أعرف لماذا لا تعطيني ما أريد"، كما اتضح للباحث أنه لا توجد عوائق في العلاقة الحميمية من حيث رغبة الزوج أو قدرته أو الأداء وتم التاكيد بسؤال وإقرار الزوجة.

ولاحظ الباحث على الزوجة اهتمامها بمظهرها ونفسها وأنها تتجنب الحديث عن أخطائها، كما أنها تستخدم لغة الجسد وخاصة الوجه في التعبير عن الرفض والانتقاد والانتقاص لكلام الزوج وهي تعبيرات وجهية سلبية (تبدو من العين والجيبة والضم) تبين غضبها وعدم رضاها، وهي التي اعتبرها المختص نوعا من السلوك غير التكيفي البديل عن الحوار والاستمرار فيه بطريقة لفظية وعقلانية. كما أنها تتجنب ذكر الحديث عن الابن الأكبر. وتبين بعد ذلك أن الابن الأكبر كان يريد خطبة فتاة، الأم توافق عليها لكنها ترفض الخطبة بسبب معرفتها بأم هذه الفتاة وأسرتها وأنها أم غير جيدة وغير مناسبة وكان لها تصرفات سيئة في حق الزوجة السيدة (ب) وأرادت الوقيعه بينها وبين زوجها، فقررت حينها رفض فكرة ارتباط ابنها بهذه الفتاة والأسرة تماما وأكدت على الزوج عدم تقديم أي مساعدة مالية للابن في هذا الشأن، في حين أن المشكلات التي كانت بين الزوجين سابقا يتدخل الابن الأكبر منحازا لوالدته وداعما لها كما أنها تقف بجانبه وتستميله دائما لدرجة أن يتعجب الأب من الخصوصية والسرية التي بينهما (الزوجة - الابن الأكبر)، إلا أن الموقف الأخير من الخلاف بين الزوجين ومغادرة الزوجة للبيت قسرا، قد انحاز الابن الأكبر للأب وأيد موقفه، وبعدها بأيام من مغادرة الأم للمنزل أخذ والده لطلب يد الفتاة - التي سبق أن رفضتها الأم - وخطبها أثناء فترة غياب الأم، لأنه يعلم رفض الأم لهذا الارتباط. وكتب على صفحات التواصل الاجتماعي "أمننا ماتت ولا نقبل العزاء"، وفي مشهد آخر طلبت الأم من ابنها الأكبر أن تأتي في غياب الأب من على باب المسكن لأخذ حقيبة صغيرة فيها متعلقات شخصية أو حتى يرسلها لها عند خالته، لكنه رفض طلبها وقال: صاحب البيت لم يسمح، رغم أن الشنطة لم يكن بها أشياء

ثمينة وبالتالي صار الخلاف بين الأم والابن الأكبر واقعا وأصبح الابن الأكبر طرفا ثالثا. وقبل مجيء الزوجين للعيادة كانت فترة الخصام ١٥ يوما ومستمرة لحين انتهاء فترة ومحاولات العلاج، وكانت الزوجة تقدمت برفع قضية طلاق للضرر، وتقيم مع أختها وزوج أختها وتلقى منهما الدعم والمساندة نظرا لتعرضها للضرب والإهانة من الزوج.

كذلك كان من بين جوانب المشكلة أن الزوجة عندما غادرت البيت جاءت ببعض الأقارب وكسرت باب الشقة عنوة بعد أن قام الزوج بتغيير كالمون (قفل الباب) وأخذت حاجاتها الضرورية بهذه الطريقة، فأخبر الزوج الحارس والجيران بعدم السماح لها بدخول العمارة، وكذلك كان الزوج أهدى لزوجته سيارة خاصة، فعند الخصام ومغادرتها سحب منها المفتاح وغادرت بسيارة أجرة، فأرادت الزوجة أن تحصل عليها، فبحثت عنها في الجراجات التي يمكن أن تكون فيها فلم تجدها، وكان الزوج قد أرسلها عند بيت أخيه ولا يعرف هذا الأمر سوى الأب والعم والابن الأكبر وشخص رابع عرف عن طريق الابن الأكبر، وانتهت الأمور إلى أن الزوجة تمكنت بمساعدة أقاربها من معرفة مكانها وكسر زجاجها والحصول عليها بهذه الطريقة أثناء فترة الخلاف، في حين قام الأب بتغيير عقد الملكية لنفسه من خلال توكيل سابق، وحصول الزوجة على السيارة بهذه الطريقة جعلت الابن الأكبر في حالة غضب وشعر بأنه السبب لأنه أخبر الشخص الرابع، ويظن أن الأم عرفت منه وأن هذا جعله صغيرا في عين أبيه وغير مؤتمن، وكتب على صفحات التواصل الاجتماعي بعد وقعة السيارة "اللهم انتقم من الظالم الحرامي" والأم على دراية بما ينشره علنا، ومن يعرف المشكلة من الأقارب والمعارف يفهمون سياق الكلام والمقصود منه. بينما الابن الأوسط مرهق منشغل مع نفسه، يتابع دراسته ببطء، يدخل ويكتب الشعر ويشعر بحفاء علاقته مع أبيه، بينما الابن الأصغر مستاء من الوضع ويشعر بالحرمان لغياب أمه ولا يتكلم كثيرا في هذا الشأن.

ولاحظ المختص وجود انشغال لدى الزوج بأفكار تدور حول "الشعور بالحب من طرف واحد، وبعدم احتياجها لي، هي مهمة لا احتياجاتي العاطفية، ولا أثق فيها" بجانب افتراضات تتمثل في "مادامت غير محتاجة لي، فهناك من تحتاج له وتهتم به غيري" وقواعد أبرزها "يجب أن تعشقني بنفس درجة عشقي لها".

أما الأفكار التي لدى الزوجة فكانت تتمثل في "قرارتي دائما صح وكل ما أراه صواب، لذلك من حقي أن أقرر دائما، ولكل فعل رد فعل مضاد، وزوجي يتجمل بالمبالغيات أمام الآخرين ويدعي أنه خريج جامعة" و"لا يهتم بملابسه" زوجي في أوقات يكون مجنونا في انفعالاته نحوي". وافتراض: أن تلبية احتياجات الزوج بعد أزمة "التواصل الهاتفي" تعني ضعفي وخضوعي وانكساري وصحة الاتهام، بجانب بعض التشوهات المعرفية مثل قراءة الأفكار والتعميم.

وفيما يتعلق بطريقة التواصل بينهما فالزوجة يغلب عليها نمط الانسحاب والزوج يمثل النمط المطالب، فكثيرا ما تغلق الهاتف في وجهه أو تؤجل الرد عليه لأنها منشغلة هاتفيا مع صديقاتها، والزوجة كثيرا ما تقرر أمام الأولاد والمواقف

المهمة في البيع والشراء، فصار الأولاد يتوجهون بمطالبهم حتى المادية من الزوجة (الأم) وليس الأب، وهذا يسبب خللا في الأنساق الأسرية. بجانب اهتمام الزوج بالزوجة أكثر من الأولاد جعل الأبناء يشعرون بأنهم درجة ثانية عند أبيهم، فعندما أتى بتورته وحاول الابن الأوسط استكشاف هذا، فقال له لا تقرب منها إنها لأمك فقط"

خلاصة القول في تقدير الحالة أن الزوجين يعانون من كدر زواجي مرتبط بشدة بمواقف الإساءة السابقة وعدم قدرتهما على التفاهم في حل الخلافات، بجانب أن أنساق الأسرة غير متوازنة وتفاعلاتها غير وظيفية ويلجأون لحيل وخطط تعويضية كثيرة، وأن الأسرة تعاني من التفكك والانفصال العاطفي والمكاني، وتقرب من مرحلة الانفصال الفعلي بإجراءات المحكمة، إلا أن هناك جوانب إيجابية وعوامل حماية وهي إرادة الزوج لتصحيح الوضع، مع رغبة الزوجة وإن كانت ضعيفة إلا أن حساب تكلفة المكاسب والخسائر تجعل رغبتها في الإلتزام الزواجي تسيير نحو تحسن.

• تاريخ المشكلة وخلفياتها:

جانب آخر مهم في فهم ودراسة الحالة بعد التعرف على المشكلة من وجهة نظرهما هو البحث في تاريخ المشكلة، بما في ذلك تطورها بمرور الوقت والطرق التي حاول الزوجين والأبناء من خلالها حل مشكلاتهم حتى هذه المرحلة؛ والتعرف على أي أحداث تؤثر على العلاقات بين أفراد الأسرة.

تعود المشكلة الزوجية لمراحل سابقة في مستقبل حياة الزوجين، حيث كان الزوج حريص على الارتباط في سن مبكرة، وكان متعلقا بزوجته و متمسكا بها بشدة رغم أن قرار ارتباطها به مبني على العقل أكثر من العاطفة وصاحبه تردد، وكان الزوج متيم بها، كريم مع أهلها، وحريص على تلبية كل طلباتها منذ الزواج.

وكان تاريخ بداية الخلافات الزوجية منذ خمس سنوات حيث وقعت مشكلة تمثلت في تواصل الزوجة مع رجل غريب (مدرس الابن الأصغر) تواصل غير لائق ثقافيا واجتماعيا في بيئتنا الشرقية، وقام الزوج بتفسير سبب الإهمال بهذا الاهتمام والتواصل مع الآخر، ومن بعدها بدأت دائرة شك وريبة ومراقبة، فأحيانا يتصل بالهاتف من العمل ليطمئن، ثم يعود فجأة أثناء النهار على غير عادته ويفتح باب الشقة بالمفتاح في سرية لعله يكتشف شيئا أو يتأكد من شكوكه في محلها أم لا. كما أن تذكيرها دائما بهذا الموقف يجعلها تشعر بالإهانة والعناد مما يجعلها تمتنع عن الاهتمام أكثر بزعم أنها لا تخضع وتثبت تهمة لا تريد أن تأخذ حجما أكبر من حجم الخطأ الصغير.

تبع ذلك تدخلات للأهل من طرف الزوجين وكان تدخلهم سلبيًا وانحيازيًا، فالزوجة حزينة لتشويه صورتها أمام أهل الزوج، وأهل الزوجة قرروا الخصام ومعاداة الزوج وقاموا بتحريضها على التصدي له بالمحكمة وأخذ حقوقها بأي طريقة مشروعة أو غير مشروعة لدرجة أنها أتت لطلب المساعدة وتجاوبت مع

محاولات الأصدقاء وتواصل وإلحاح الزوج هاتفيا وحضرت جلسات العلاج دون إخبار أهلها؛ لأنها لا تدري كيف ستوضح لهم تفكيرها ومحاولاتها الرجوع ولا تريد - في تصورها - أن تفقد مساندتهم لها في أول الأزمة، وهذا يشكل نوعا من الضغط الاجتماعي والعائقي النفسي، من المهم الانتباه له في خطة رجوع الزوجين لحياتهما الزوجية والأسرية.

ومن خلفيات هذه المشكلة أن تعرضت الزوجة للضرب والإهانة عدة مرات على مسمع من بعض الجيران، وهذا جعل الزوجة في حالة قلق ورفض للعودة لنفس المسكن مرة أخرى، وكيف ستواجه هؤلاء الشهود على إهانتها والإساءة إليها من زوجها وانجراف كبرياتها، بجانب تأكيد الزوج للأبناء اتهامات للزوجة (أهمهم) وأخطأها الفادحة في حقه وحقهم.

• التقييم النفسي المعرفي:

لكي نتأكد من ملامح هذا الكدر الزوجي وفرضية ارتباطه بمواقف الإساءة التي تعرض لها الزوجان وبخاصة الزوجة فقد تم الاستعانة بالأدوات التالية:

• المقابلة العيادية:

تضمنت المقابلة العيادية تتضمن اللقاء المباشر مع الأطراف الأساسية للمشكلة، وكانت مقابلات نصف مقننة (موجهة)، حيث تتضمن جوانب محددة وجوانب حرة من النقاش، بقصد جمع المعلومات في مرحلة التقييم والتقدير، وبقصد المعالجة والتدخل في مرحلة الإرشاد والعلاج وكانت المقابلات تنقسم إلى:

◀ مقابلات فردية مع أحد الزوجين: لتقييم المشكلات التي لا يستطيع أي طرف أن يناقشها بصراحة أمام الطرف الآخر والتأكد منها مثل التأكد من درجة الالتزام الزوجي، ومدى التوافق والرضا عن الحياة الجنسية، وحجم الإيذاء النفسي والبدني الواقع فعليا، ودرجة الثقة والشك في العلاقات غير المشروعة. وفي توجيه كلام خاص للزوجة وتحميلها قدر أكبر من المسؤولية، لأنها مفتاح القوة والتأثير، وفي توجيه كلام خاص بالزوج وتنبيهه ليتمسك بحقه دون غضب، ويستخدم وسائل أخرى للحصول على حقوقه مع تأكيد مشاركته في القرارات، وتقليل التفويض المطلق للزوجة مع الأبناء، والتنبيه على التفرقة في المعاملة المدركة لدى الأبناء بين الأم والأبناء.

◀ مقابلات مع الزوجين: سمحت بملاحظة كيف تسير الأمور بين الزوجين وأنماط التواصل بينهما، ومدى صراحة الزوجين في مناقشة مشكلاتهما أمام المختص، وتدريبهما على بعض مهارات التواصل والاهتمام المتبادل، وتنشيط الانفعالات الإيجابية والتأثير العاطفي.

◀ المقابلات الجماعية للزوجين والأبناء: وفيها تم لقاء مفتوح ومشترك ليرسم الزوجين آراء أبنائهم فيما حدث ويدركوا مدى وعي الأبناء واحتياجهم للاستقرار، ومعالجة الخلافات الحادثة بين الأنساق الأسرية خاصة الأم والأبن الأكبر.

واشتملت المقابلات على أوراق عمل من إعداد المختص تتمثل فيما يلي:

« ورقة عمل أولية باسم صياغة المشكلة الزوجية، وتتضمن البيانات الأساسية للزوجين والأبناء، وتساعد في صياغة المشكلة الزوجية من وجهة نظر الزوجين، حيث يتم رصد شكوى واتجاهات وأفكار كل زوج.

« ورقة عمل تتضمن قائمة أخرى لصياغة المشكلات في صورتها النهائية تمثل المشكلات الفعلية التي اتفق عليها المختص مع الزوجين وتتضمن المشكلات ذات الصلة بالأبناء والأقارب والمحيطين من أفراد المجتمع.

• مقياس التسامح الزواجي

المقياس يهدف لتقييم استعدادات واتجاهات الأزواج نحو التسامح عن الإساءات ومدى ممارسة التسامح في المواقف المختلفة ودرجة التعبير عن الغضب انفعاليا وسلوكيا، والمقياس من إعداد كل من فهمي، وشحتو (٢٠١٢) وقد تم تقنينه على البيئة المصرية على عينة من المتزوجات والمطلقات وطالبات الطلاق وطالبات الخلع، وأعد المقياس ليكون صالحا للتطبيق على الجنسين من الأزواج. ويتكون من ١٤ عبارة حيث يتضمن المقياس ثلاثة أبعاد فرعية هي: التسامح مع إساءات الزوج، وعدم التسامح مع إساءة الزوج/ الانتقام من الزوج، والتعبير عن الغضب من الزوج.

• الخصائص السيكومترية للمقياس:

أما الخصائص السيكومترية للمقياس فقد قام الباحثان بحساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية وكانت جميع قيم معاملات الارتباط لمقياس التسامح الزواجي، بأبعاده الثلاثة دالة إحصائيا عند مستوى (٠,٠١) حيث كانت وفقا لمعامل سيبرمان على عينة طالبات الطلاق وطالبات الخلع تتراوح بين (٠,٦٤) و (٠,٧٦) وهي معاملات ثبات مقبولة. كما تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس وكانت جميع معاملات الارتباط بين كل بند من بنود مقياس التسامح الزواجي والدرجة الكلية ارتبطت بمستوى دال إحصائيا عند (٠,٠١) تراوحت قيم معاملات الارتباط على عينة طالبات الطلاق وطالبات الخلع ما بين (٠,٦٤ إلى ٠,٨١) وهي قيم دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠١) وهي معاملات ثبات مقبولة. كما تم حساب الصدق بطريقتين هما التحليل العاملي الذي أسفر عن الأبعاد الثلاثة، وصدق المقارنة الطرفية وكانت قيمة (ت) (٧,٦٨) وهي دالة عند مستوى (٠,٠٠١) لدى عينة طالبات الطلاق، بينما قيمة (ت) (٦,٧٩) وهي دالة عند مستوى (٠,٠٠١) لدى عينة طالبات الخلع.

وقد تم تطبيق المقياس في الجلستين الأوليين وكانت درجات الزوجة قبل التدخل العلاجي الكلية تمثل ٣٤ درجة، وكانت درجة الزوج الكلية تمثل ٤٣ درجة من أصل ٨٤ على مقياس التسامح، وكانت درجات الأبعاد وفق الجدول (١): يتضح من الجدول (١) أن الزوجة تعاني من بعض الإساءات واستعدادتها للتسامح معها وبذل جهود للتسوية ضعيفة حيث كانت أقل من المتوسط، بينما درجاتها على البعد الثاني والثالث تدعم وتؤكد ما كان في المقابلات الفردية والثنائية من ضعف دافعية الزوجة وانخفاض ثققتها في استعادة الحياة بدون التعرض للإيذاء

جدول (١): درجات الزوجين على مقياس التسامح الزوجي وأبعاده قبل التدخل والعلاج

المتغير	الحالة لدرجة	الدلالة والمعنى
التسامح مع إساءات الزوج	الزوج ٢٧ الزوجة ١٠	استعداد عام ورغبة في التسوية
عدم التسامح مع إساءات الزوج / الانتقام من الزوج	الزوج ١٢ الزوجة ١٠	استعدادات عدم التسامح مع مواقف الإساءة والانتقام
التعبير عن الغضب من الزوج	الزوج ٥ الزوجة ٤	التعبير السلبي عن الغضب مرتفع
المجموع الكلي	الزوج ٤٤ الزوجة ٢٤	استعدادات التسامح الزوجي متوسطة
		استعدادات التسامح الزوجي منخفضة

مستقبلاً ومعاناتها الشديدة من التجريح والإهانة التي تعرضت لها ورغبتها في الانتقام أو ضمان عدم تكرار ما حدث. كما يتضح أن لديها سمات الشخصية المعبرة عن الغضب والتي تقابل كل فعل بما يماثله حتى لو كان عنفاً لفظياً أو بديناً بمفردها أو بالاستعانة بالآخرين.

كما يتضح من نتائج تطبيق المقياس أن الزوج لديه استعداد أكثر لتجاوز مرحلة الخلاف، وأن درجته المرتفعة في التسامح تشير لقدرته على الاعتذار عند الخطأ عندما يقوم بالإساءة لها، وربما يرتبط بندمه وإدراكه لحجم الإيذاء النفسي والبدني الذي مارسه على الزوجة، واستعداده لبذل محاولات لتسوية الأمور مع زوجته، في حين أن درجته على البعد الثاني تشير إلى أنه مازال محتفظ بمواقف إساءات الزوجة، وما اتضح من إساءات بدرت منه يعبر عن السلوك الانتقامي، كذلك التعبير عن الغضب يمثل درجة مقارنة لما حصلت عليه الزوجة وهو أمر يرتبط بسمات الشخصية ويعرقل عمليات التفاهم والحوار الهادئ. لذلك سيكون مستهدفاً في خطة العلاج.

• قائمة الأفكار الإيجابية والسلبية:

القائمة تهدف لاستكشاف الأفكار والمعتقدات السلبية المختلفة، وما يقابلها من أفكار ومعتقدات إيجابية تدور حول الذات والآخرين والحياة والعالم من حولنا وهي من إعداد/ محمد نجيب الصبوة، (٢) وتتكون قائمة الأفكار الإيجابية من ٣٠ عبارة وقائمة الأفكار السلبية من ٣٠ عبارة أخرى. واستفاد منها المختص في رصد أبرز الأفكار السلبية لفحصها ومحاولة مناقشتها وتعديلها إن كانت خاطئة ومشوهة عن الواقع، ورصد أبرز الأفكار الإيجابية للبناء عليها وتوظيفها في عوامل القوة والحماية.

وكان من أبرز الأفكار الإيجابية لدى الزوجة: أصحابي يحترموني - لدي خفة دم ولباقة - أنا سعيدة بمنظري ويعجبني شكلي - أعلن آرائي بثقة. بينما كان من أبرز الأفكار الإيجابية لدى الزوج: أنا إنسان محظوظ، ولا يوجد مشكلات بلا حل، وحياتي في تحسن مستمر.

^٢ استفاد الباحث من القائمة التي كانت ضمن المادة التدريبية في دورة تدريبية حول أساسيات العلاج المعرفي السلوكي بالجمعية المصرية للمعالجين النفسيين ٢٠١٦، وكان المدرب هو ذاته معد القائمة ويستخدمها في عمله العملي.

وكان من أبرز الأفكار السلبية لدى الزوجة: التفكير في المستقبل واحد من المشكلات، ولقد ارتكبت أخطاء كثيرة في الماضي، نادمة على بعض الأشياء التي فعلتها. بينما كان من أبرز الأفكار السلبية لدى الزوج: في حياتي أشياء سيئة، أنا منهك، أفكاري تشطح، التفكير في المستقبل واحد من المشكلات، نادم على بعض الأشياء التي فعلتها.

• **ثانياً: فهم وصياغة الحالة**

في هذه المرحلة التي تمثل الجلسة الثالثة يتم تقديم العائد (التغذية الراجعة) للزوجين عما تم جمعه من بيانات كافتراضات يقبلها الزوجين أو يقدمان ملاحظتهما وكان العائد كالتالي:

عدم تمكنكما كزوجين من بعض المهارات الأساسية في التواصل والوعي بالحقوق والواجبات أدى إلى صعوبات في إشباع احتياجاتكما بشكل تبادلي سليم، ومع هذا القصور في أداء الواجبات الزوجية والوالدية، ومع استدعاء الأهل للتدخل وكانت تدخلاتهم سلبية تفتقد للحكمة فهذا أدى لترك رواسب واستعدادات لانفجار المشكلات، وإثبات أخطاء الطرف الآخر في أي فرصة وتنبية الأقارب لها.

ثم حدثت أزمة "ثقة" والمتمثلة في مكالمات تليفونية مع معلم الطفل الأصغر، فنتج عن ذلك اتهامات وإحساس بعدم الوفاء وتفسيره كسلوك خيانة على الأقل على المستوى العاطفي المشاعري، وبدأت ردود فعل الزوج تتمثل في الاتهام والتهديد الضمني والتصعيد بهذا الموقف وتوقع أنها فرصة لاستخدامه في طلب حقوقه كاملة، وأن الوقت مناسب للضغط لتلبية كل طلباته لأنها في موقف المخطيء الضعيف. لكن كانت ردود فعل الزوجة هي رفض الاتهام ضمناً بعدم تلبية طلباته واحتياجاته بلغة أنني لن أنكسر لك بهذه الطريقة، لأن انكساري وخضوعي لطلباتك يعني صحة الاتهام ولن أخسر بسبب هذا الموقف المكاسب الكبيرة في الحياة الزوجية والأسرية (شخصية مؤثرة - لك رأي وكلمة - أنا لست كذلك أي امرأة سيئة..)، فأدى هذا إلى أن التبادلات الايجابية أصبحت منخفضة بينكما، وأن معدل التبادلات المنفرة ارتفع نسبياً، وانشغال الزوجة بأمور خارجة عن أولوياتها كزوجة، الأمر الذي أدى لسلسلة من ردود الأفعال المرتبطة بالتشكيك من الزوج في مقابل تقدير الذات الدفاعي لدى الزوجة (العناد والتبرير بغرض الدفاع عن الذات وحمياتها)، بجانب اتسام الزوج بالاندفاعية وسهولة الاستثارة الذي أدى لتطورات في ممارسة الزوج للعنف والإساءات البدنية والنفسية، فصار هناك أزمة إساءة أدت لمشكلة أساسية في الشعور بعدم الأمان وتهديد السلامة الجسدية للزوجة، وارتبط هذا بتكوين سلسلة أفكار سلبية وافتراسات وقواعد وتشوهات معرفية واللجوء لخطط تعويضية مثل استعراض جوانب المشكلة على وسائل التواصل (الفييس بوك)، وتجاهل الحقوق والواجبات، وطلب الخلع بالمحكمة، والانتقام بأخذ السيارة عنوة، وانحياز الأب لطلبات الأبناء لاستقطابهم أثناء المشكلة بالإسراع في خطبة الفتاة للابن الأكبر،... بجانب تفاعلات سلبية أمام الأبناء فشكل هذا ضغطاً على الأبناء، فبدأ الزوجان يحتكمون

إليهم بطريقة غير مباشرة، وترتب على ذلك أن بدأ الأبناء ينحازون، بل ويتجاوزون على وسائل التواصل الاجتماعي، فهذا دعم الأفكار السلبية خاصة لدى الزوجة نحو الأبناء - وخاصة الأفكار التي تدور حول الابن الأكبر - بأنهم تخلوا عنها وخذلوا، وفقا لقول الزوجة: (ولادي باعوني - سؤا لهم عني متقطع - ابني الكبير رفض طلبي أن آخذ شنطتي من البيت ..) بجانب ضغوط الأهل حيث علموا بما حدث فصار لدى الزوجين أفكار تدور حولهم والرغبة في الدفاع عن الصورة الذاتية (ضغوط على الزوجين: من الصواب؟ من على حق؟ والمعارف على الفيس....)

بجانب هذه المشكلات التي سيتم استعراضها في قائمة مرتبطة بأهداف علاجية محددة فلديكما كزوجين وكأسرة نقاط ضعف تمثل عوامل خطورة، ونقاط قوة تمثل عوامل حماية تساعد في نجاح خطة التدخل والإصلاح وعودة المياه النقية لمجاريها والحياة السوية لطبيعتها تتمثل وفق الجدول (٢) فيما يلي:

جدول (٢): رصد عوامل القوة والحماية وعوامل الضعف والخطورة لدى الزوجين

عوامل الضعف والخطورة	عوامل القوة والحماية
<ul style="list-style-type: none"> - من سلبيات الزوج أنه سريع الاستشارة - التواصل السلبي (المطالب - المنسحب) خاصة الزوجة التي تمارس الانسحاب ولغة الجسد التعبيرية بشكل سلبي. - (زوجة عنيدة - زوج عنيف) حيث العناد والكبرياء من الزوجة والعنف من الزوج. العنف يتعارض مع الرحمة والعند يتعارض مع المودة. - الشجار أمام الأبناء. - تدخلات الأهل وتحريضهم وتوظيف الأبناء في الخلافات. 	<ul style="list-style-type: none"> - من إيجابيات الزوج حبه الشديد للزوجة ومصلي ولديه قدر مقبول من القيم (الكرم - المروعة...). ولديه التزام زواجي مرتفع جدا، كما أنه يندم ويعتذر عند الخطأ، وتقر الزوجة أنه كريم جدا معها ومع أهلها "بيشرفني" - وجود أبناء وروابط قوية - تاريخ أسري متماسك يتجاوز العشرين عاما - توافر عوامل الراحة المادية - الزوجة لديها رغبة مبدئية مشروطة في خوض تجربة الإصلاح. - استفادتهما من الخطأ خصوصا الزوجة، لأنها مفتاح القوة والنسق المؤثر في الأسرة ويمكن توظيف هذا التأثير بشكل إيجابي. - بعض خسائر الأزمنة على الزوجين تشكل دافعا لطلب وتلقي المساعدة

وبناء على مواقف الإساءة المتبادلة فإن الزوجين في حاجة إلى تحسين درجة التقبل باستخدام تدخلات التسامح الزواجي بخاصة فيما يتعلق بمواقف الإساءة البالغة بدنيا ونفسيا وعاطفيا، مع تقييم الأفكار والافتراضات المعرفية وتحديد المشوه منه وتعديله، وتحديد الواقعي منه واستخدام أسلوب حل المشكلات واستراتيجيات التغيير كتحسين نمط التواصل وتحسين السلوك الوظيفي بين الأنساق الأسرية، وعند تجاوب الزوجين واهتمامهما بما يترتب على الجلسات، فإن احتمالات استعادة الحياة الأسرية كبيرة.

وافق الزوجان على التصور والتفسير المقترح لمشكلتهما ونقاط القوة والضعف، فأكمل المختص هذا العائد بتوضيح خطة التدخل المقترحة والتي تمثلت فيما يلي:

- ◀ تحسين حالة التقبل والاستعداد للتغيير.
- ◀ تدريب على التواصل الفعال.

« تقييم الأفكار والمعتقدات وتعديل المختل منها، وحل المشكلات الواقعية.
« معالجة أبرز المشكلات الانفعالية والمشاعر غير المكتملة في أزمة الثقة من خلال التسامح.

« عمل تعاقد سلوكي زواجي.
« خطة عودة تتضمن (الأبناء – الأهل – المسكن والجيران – المجتمع)

مما سبق يمكن أن نقول أن المختص قد افترض في هذه الحالة أن نقص بعض المهارات وبعض الافتراضات المعرفية الخاطئة مع وجود تاريخ من الإساءات المتبادلة يحتاج إلى ممارسة التفهم والتسامح والتعديل المعرفي مع تدعيم بعض المهارات السلوكية. وبعد هذا التقديم وجمع البيانات أصبحت قائمة المشكلات المتفق عليها بين المختص والزوجين وفقا لورقة العمل كما يلي:

• قوائم المشكلات النهائية:

مشكلات الزوجين معا	مشكلات الزوج	مشكلات الزوجة
- ضعف التواصل حول الخلافات - نمط التواصل السائد (الزوج الطالب- الزوجة المنسحب) - الزوج العاطفي – الزوجة المنطقي (البارد)	المشكلات المعرفية، وتتضمن مراجعة بعض الأفكار والمعتقدات الوسيطة والأساسية مثل: - أفكار الاستثارة والاستفزاز بسهولة - أشعر بالحب من طرف واحد (فكرة) أريدها عشيقتي (معيار وقاعدة) - أشعر بعدم احتياجها لي لذلك فهي تهملني (افتراض)	المشكلات المعرفية: وتتضمن مراجعة بعض الأفكار والمعتقدات الوسيطة والأساسية مثل: - لكل فعل رد فعل مضاد (اتجاه) - أنا على صواب دائما وقررتي هي الصواب (تعميم) - يجب أن يترك ابني خطيئته كي أرضى عنه (قاعدة ومعيار) - إذا امتنعت عن أداء حقوق الزوج فأنا أحفظ كرامتي (افتراض)
التصعيد المتتابع من الطرفين يتمثل في التلاسن بينهما: الزوج: أنا جي؟ الزوجة: مش فارق معايي الزوج: رد فعل ضرب الزوجة: اللي يضرب مش راجل الزوج: مزيد من الإهانة	مشكلات سلوكية وانفعالية واجتماعية: - صعوبة التسامح مع خطأ الزوجة - مشاعر الغيرة والقلق وضعف الثقة - سلوك المراقبة والاتهام والشك - ممارسة نمط التواصل الضاغط والمطالب - التجاوز الجسدي في لحظات الانفعال - وكسر أبواب وممتلكات وسماع الجيران - ترك مساحة كبيرة لتدخلات الأهل - تجاوز حقوق الأبناء من أجل إرضاء الزوجة - الببالفة في تجميل الذات أمام الآخرين	مشكلات سلوكية وانفعالية واجتماعية: - صعوبة التسامح مع إساءة الزوج (أجرح من تجاوزه نظفيا ويدنيا وأمام الآخرين. - جفاف المشاعر وإهمال الزوج - إهمال احتياجه العاطفي والجنسي - ممارسة نمط المنسحب كثيرا - تعبيرات الوجه السلبية - انشغال بالحياة والأصدقاء بدون توازن ومراعاة الأولويات - الانشغال بالوبايل ووسائل التواصل على حساب الزوج - تمرد رد الإساءة بالامتناع عن التجاوب الإيجابي مع الزوج والأبناء - عدم الرغبة في العودة لنفس المسكن

قائمة مشكلات الأبناء والأهل والأقارب

مشكلات الأهل والأقارب والمحيطين	مشكلات الأبناء
معرفة الأهل بخطأ الزوجة مكالمات التليفون – وخطأ الزوج في ضرب الزوجة	خطوية الابن الأكبر بدون حضور الأم وموافقها وتمسكه
إهانة الزوجة أمام الجيران وحارس العمارة وأصحاب المحلات المجاورة للمسكن.	إساءات الابن الأكبر نحو الأم
	معرفة الأبناء ببعض التفاصيل واستمالتهم
	اعتقاد الأبناء أن الأم هي أهم منهم عند الأب.. زوجتي أولاً.. (يحضر للأم.. لا أحد يقترب منها الا أمك)

• قائمة أهداف التدخل:

• الأهداف العلاجية الخاصة بالزوجين والأبناء (الأسرة):

« التنقيف النفسي وتفسير أسباب مشكلاتهما، وتحسين مستوى التقبل والاستعداد للتغيير.

- ◀◀ الوعي بأنماط التواصل السائدة والتدريب على التواصل الفعال.
- ◀◀ تقييم الأفكار والمعتقدات وتعديل المختل منها، وحل المشكلات الواقعية.
- ◀◀ تحسين عملية التقبل والتجاوز عن إساءات الماضي.
- ◀◀ وضع خطة للعودة للحياة الأسرية تراعي التعامل مع المتغيرات: (الأبناء - الأهل - المسكن والجيران - المجتمع)

• الأهداف العلاجية الخاصة بالزوج:

- ◀◀ تقييم الأفكار والمعتقدات وتعديل المختل منها، خاصة التي تدور حول الحب من طرف واحد، وعدم احتياج الزوجة له، بإعادة البناء المعرفي ومراقبة وفحص الأفكار.
- ◀◀ تحسين حالة تفاعل الأب مع الأبناء بتوضيح الأدوار المناسبة التي يمكن أن يلعبها والأنساق الأسرية السوية.
- ◀◀ التدريب على ضبط الذات والتحكم في ثورات الغضب من خلال فنيات التحكم.

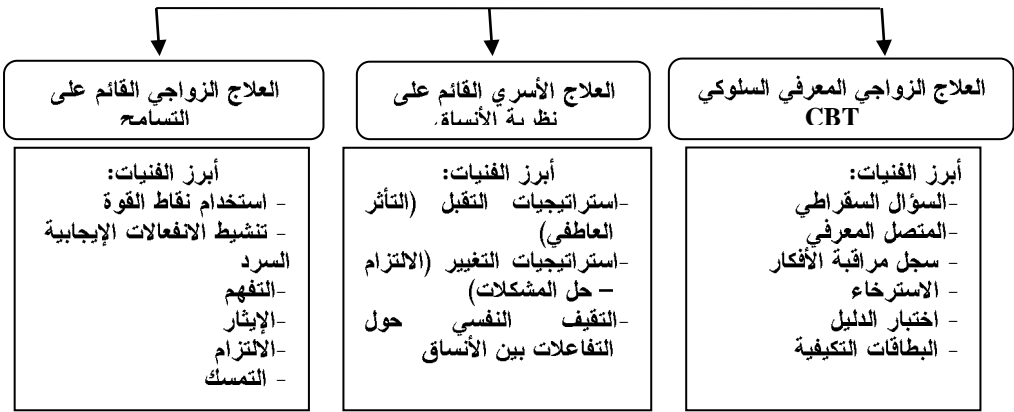
• الأهداف العلاجية الخاصة بالزوجة:

- ◀◀ تدعيم حالة الالتزام الزوجي.
- ◀◀ تحسين التواصل الفعال وخفض السلوك الانسحابي والسلوك المجافي للمشاعر.
- ◀◀ تحسين التفهم وتدعيم التسامح في المشكلات الانفعالية والمشاعر غير المكتملة الخاصة بالإساءة البدنية والنفسية.
- ◀◀ تحسين حالة تقبل الزوج والاهتمام باحتياجاته.
- ◀◀ حل المشكلات الواقعية التي تتمثل في الإهمال المتعمد منها في احتياجاته والقرارات المهمة.

ولتحقيق هذه الأهداف فإن المختص توجه لحزمة أساليب تكاملية منتقاه تتوافق مع طبيعة الأهداف وتناسب طبيعة الحالة وتتمثل في فنيات العلاج الأسري في مراعاة الأنساق الأسرية والعمل المشترك مع الأسرة، والعلاج الزوجي في تقدير المشكلات واستخدام استراتيجيات النقب والتغيير، والعلاج الزوجي السلوكي في تدريب الزوجين على مهارات التواصل وحل المشكلات، مع العلاج الزوجي المعرفي في تعديل الأفكار والأخطاء والتشوهات المعرفية والقواعد والافتراضات المختلة، والعلاج القائم على التسامح في تفهم مواقف الإساءة السابقة وحل المشاعر غير المكتملة المرتبطة بهذه المواقف وفي الشكل (٢) يوضح المختص نموذج العلاج التكاملي الذي اعتمد عليه:

• ثالثاً: جلسات الإرشاد والعلاج الأسري والزوجي

وفيما يلي عرض لوصف مختصر لما دار في الجلسات الفردية والثنائية مع الزوجين ومع الأم والابن الأكبر، ومع الأب والابن الأوسط، والجلسات الجماعية مع الزوجين والأبناء:



شكل (٢) يوضح نموذج الإرشاد والعلاج التكاملي الخاص بدراسة الحالة

- الجلسة الأولى (١-٢): التقييم وتقدير المشكلات
- أهداف الجلسة:

- ◀ بناء علاقة إيجابية موثوقة مع الزوجين.
- ◀ جمع البيانات وفهم الحالة.
- ◀ تحديد قائمة المشكلات والأهداف العلاجية.

- الفنيات المستخدمة:

المقابلة - الأسئلة والمناقشة - التقبل العاطفي - الواجب المنزلي.

- إجراءات الجلسة:

بدأت الجلسة الأولى بحوار عام بعيد عن المشكلات وسؤال عن الطريقة والوصول بسلامة ويسر بغرض تهيئة الجو المريح للحديث، ثم ماذا حدث خلال الفترة بين الاتفاق على الموعد وقبل المجيء مباشرة بهدف قياس استعداداتهم الإيجابية للتغيير، وتحديد الدافعية.

ثم توالت النقاشات بالإجابة عن الأسئلة: ما سبب الحضور وما الشكوى الأساسية؟ حيث حرص الزوج على بدء الحديث بتأكيد أنه يعيش زوجته وحريص عليها لكنه لا يجد منها ما يتوقعه. وفي أثناء ذلك كان المختص يراقب التواصل الجسدي لدى الزوجة حيث كانت ملامح الوجه تعبر عن الدهشة من طريقة الكلام والاستغراب.

ونفس السؤال أجابت عنه الزوجة بأن لديها رفضاً داخلياً من الحضور لكن حرصه وإصراره على الصلح وابتعاد أولادي عنها جعلها مترددة لدرجة أن أهلها لا يعرفون أنها أتيت معه إلى المختص في العيادة.

ثم سأل المختص الزوجين عن الموضوعات محل الخلاف وتم تحديدها وفق ورقة عمل مجهزة مسبقاً وكانت إجاباتهم كالتالي:

م	المشكلات من وجهة نظر الزوجة	المشكلات من وجهة نظر الزوج
١	التلفظ السلبي المهين	أشعر بالحب من طرف واحد
٢	الضرب والإهانة	عدم احتياجها لى
٣	عدم الضبط الانفعالي جنون العصبية	أريدها عشيقة لى
٤	يتجمل بالمبالغات أمام الآخرين اللبس لا يهتم به (هندام الزوج)	إهمالها لاحتياجاتي العاطفية والعلاقة الحميمة
٥	يوم العمل عند زوجي طويل ١٠ - ١٢ ساعة	إهمالي كزوج (إفطار- استقبال - انتباه لى) حيث تسهر ليلا فأضطر أنام وحدي وأستيقظ ليلا قلقا لأن لدي شكوك لأرى ماذا تفعل، وأستيقظ وهي نائمة حيث تستيقظ بعد الظهر فلا أجد إفطار فأذهب للعمل وأفطر به، وأعود من العمل آخر اليوم فلا تستقبلني، وأكل وحدي لأنها سبقتنى في تناول طعامها
٦	الثقة قلت من ساعة موقف خطأ عابزة ارجع الثقة ومش عارفة	بتعاقبني بعدم التعبير عن مشاعرها عقاب عاطفى
٧	عدم تسامح نهائي مع هذا الخطأ ويبنى كل تصرفاته عليه	كل ما تراه صواب تصمم عليه، وتقول أنا محربة وعارفة قراءة المستقبل
٨	محتاجة سند وظهر لى، نفسي يكون أمان	تتعامل معى بندية
٩	الوحيد الذي أهانني هذه الإهانات	تعمل دايت ولا أكل معها عندما أعود أنام وهي تسهر وأقوم صباحا وهي نائمة
١٠	مش عابزة أعطيه ومش قادرة أكون بنفس مشاعره	تهتم بالفيس - الآخرين أصدقائها وأقاربها.... أكثر منى و تكون مبتهجة معهم وأنا لا . لماذا؟
١١	الغيرة الشديدة	

ومن عرض هذه المشكلات استفاد منها المختص في استخلاص قائمة المشكلات النهائية باتفاق المختص والزوجين التي سبق ذكرها في تقدير وتقييم المشكلات.

ثم طلب المختص جلسة منفردة مع الزوجة ليتأكد من عدم وجود مشكلة في التوافق الجنسي تتعلق بالأداء والكفاءة والقدرة (هل أنت راضية عن العلاقة الخاصة؟ بنسبة كم؟ هل هناك حاجة لتحسين الزوج لأدائه في العلاقة الحميمية؟) وكان الهدف الثاني قياس مدى الالتزام الزواجي لديها (هل العلاقة يمكن إنجاحها وإنقاذها؟ هل لديك رغبة في إنجاح العلاقة بأي ثمن؟) وكانت إجابتها بالرضا التام عن الأداء الجنسي وأنه صحيح الذكورة، وأنه لا يرى غيري في حياته، وكانت درجة التزامها الزواجي أقل نوعا ما من الزوج أو يشوبه التردد نتيجة الضغط الاجتماعي والتشهير الذي تم عليها من الزوج والأبن الأكبر وفي نفس وقت الجلسة الفردية مع الزوجة، طلب المختص من الزوج الإجابة عن ورقة العمل والتي تتمثل في السؤالين:

• ما أكبر المشكلات التي كنت تعاني منها مع الزوجة خلال ٦ سنوات؟ وكانت إجابته مكتوبة كالتالي:

« الإهمال

« الكبرياء الشديد

« تجاهل مشاعري نحوها

« اتهامى بانى سبب إحباط دائم لها

- « هي تحب الخصام الطويل على عكسي تماما
- « تمنح وقتها لأشياء كثيرة ما عدا أنا
- « دائما تتحجج بالتعب أمامي وعلى العكس أمام الآخرين
- « تستبعدني دائما من قائمة أولوياتها

- ما توقعك لما يجب أن تقوم به الزوجة تجاهك؟ تجاه الأبناء؟
- « مع الزوج: الحب والعطف والحنان والرحمة والاهتمام.
- « مع الأبناء: تستمع لهم كما تستمع لأصدقائها وتساعد في حل مشكلاتهم بطريقة سليمة.

وهذه القائمة تتفق بنسبة كبير مع ما ورد في الحديث المشترك. ثم تم عكس الدور وتم اللقاء الفردي مع الزوج ليقاس مدى ثقته في إخلاص الزوجة والتزامه الزوجي وكان مرتفعا وإيجابيا رغم تعجبه وعدم تفهمه لسبب نفورها المتقطع وتجاهل عاطفته نحوها. وكانت إجابات الزوجة عن السؤالين:

- ما أكبر المشكلات / المواقف السلبية التي كنت تعاني منها مع الزوج خلال ٦ سنوات؟
- « الشك
- « الإيذاء بكل معانيه نفسيا
- « بدنيا
- « معنويا - جسديا

- ما توقعك لما يجب أن يقوم به الزوج تجاهك؟ تجاه الأبناء؟
- أكد اللي جاي أحسن إن شاء الله

مع الأبناء: يا رب يفهمهم (تقصد الزوج) إن أمكم مینفحش تتحط في مقارنة معاهم.

ويبدو من إجابات الزوجة عن التوقعات "الرد الموجز"، الذي ربما يشير لضعف دافعيته في الرجوع لولا أن المصلحة والمنفعة وتقليل الخسائر كي لا تفقد كل شيء في حياتها الأسرية فحسبة العقل تستوجب ذلك، وهذا مرتبط بحجم الإساءة والمرارة النفسية نتيجة الانجراف النفسي والبدني الذي تلقته، مما يستدعي مزيد من الوقت المنفرد مع الزوجة وضرورة الاستفادة من تدخلات التسامح في تحسين دافعيته وتقبلها لخطة العمل والرجوع.

بعد مراجعة إجاباتهم عن الأسئلة واتضح عدم اختلافها عما دار في الجلسة المشتركة وعدم وجود سبب أو ناتج سلبي لإخفاء المكتوب من كل منهما تبادليا تم تقديم المكتوب من الزوجة للزوج والعكس، وتم مناقشة هذه المشكلات والتوقعات لمزيد من فهم أبعادها.

كما قام المختص بمحاولة ترتيب أولويات هذه المشكلات وتحجيمها قدر الإمكان بأن طلب من الزوجين تحديد أي المشكلات التي يمكن قبولها نوعا ما، وأي المشكلات التي يمكن تأجيل العمل عليها فهي مهمة ولكنها غير عاجلة، وأي

المشكلات التي ينبغي التخلص منها وتغييرها ولا يمكن استمرار الحياة بدونها فكانت إجاباتهم على ورقة عمل التقبل والتغيير كالتالي:

• من وجهة نظر الزوج:

م	ما الذي لا يمكن تقبله	ما الذي يمكن تقبله	ما الذي يمكن تأجيله
	الإيذاء البدني	لا يمكن تقبل أي شيء مما سبق	
	الإيذاء النفسي		
	السب		

• من وجهة نظر الزوج:

م	ما الذي لا يمكن تقبله	ما الذي يمكن تقبله	ما الذي يمكن تأجيله
	الإهمال والتجاهل العاطفي والجنسي	بعض المواقف التي لا تريحني	
	أي سلوك يدعو للشك		

بهذا الإجراء تم تلخيص المشكلات الجوهرية التي يمكن العمل عليها وهي تتمثل في وقف نوبات غضب الزوج والعنف البدني، واهتمام الزوجة باحتياجات الزوج العاطفية بجانب استعادة الثقة لدى الطرفين حيث استعادة ثقة الزوج في التزام الزوجة نحوه، وثقة الزوجة في عدم تكرار الممارسات العنيفة مرة أخرى.

كما تم في هاتين الجلستين تطبيق مقياس التسامح قبل التدخل والعلاج – ملحق (١) – وكانت نتائجه وفقا لجدول (٢) الذي تم ذكره سابقا. تشير نتائج هذا المقياس إلى انخفاض معدل التسامح وهو في اتجاه الزوجة أكثر من الزوج، كما تم تطبيق قائمة الأفكار الإيجابية والسلبية لرصد أبرز الأفكار السلبية وتعديلها بجانب رصد الأفكار الإيجابية وتوظيفها كأفكار معتدلة في تدعيم الجانب الصحي والعلاقة الزوجية والأسرية.

ثم قام المختص بتنشيط انفعالات التقبل العاطفي كل لا يكون حديثا عن المشكلات فقط بسؤالهما عن كيف تم الارتباط بينكما؟ أفاد الزوج بأنه أعجب بها جدا، رغم وجود تقارب في السن واختيارات أخرى أمامه. في حين أجابت الزوجة بأنها كنت صغيرة (١٨ عاما) ومترددة، لكن أمام تمسكه بها وافقت، وكان مضمون كلامها أنها اختارت اختيارا متسرعا نوعا ما، وكان السؤال: ما أحسن شيء وافقت على أساسه؟ كانت إجابات الزوجة أنه استطاع أن يقدم لي اهتماما كبيرا وصادقا وكان كريما معي ومع أهلي ومازال يشرفني عند أي رحلة عمل يعود بأقيم الهدايا. وكانت إجابتهما عن السؤال: ما الأوقات الحلوة التي بينكما شعرتما فيه بالسعادة؟ أجاب الزوج ووافقت الزوجة أنهما في يوم إجازته يخرجان معا دون الأبناء ولهم تمشية ثابتة على كورنيش البحر ويتناولوا الغداء معا كأنهما في أيام الخطبة وكتب الكتاب "كناية عن مشاعر السعادة".

وكان الزوج يريد إنهاء الجلسة الثانية بالصلح بينهما وعودتها للبيت والتنازل عن قضية الطلاق، والزوجة ترفض هذا الرأي ولا ترغب بالعودة حتى تضمن تغيير الزوج في انفعالاته ويصحح ما فعل بجانب عدم رغبتها في العودة لنفس المسكن، وفي نهاية هذا الخلاف سألا المختص عن رأيه، والمختص أجابهما بأن هذا قراركما

الخاص، لكن عليكما أولاً أن تجيبا عن هذه الأسئلة: هل فهتم أسباب المشكلات التي حدثت؟ وكيف ستتصرفان إن تكررت؟ وبم ستخبرون الأهل والأقارب عما حدث؟ وبم ستخبرون الأبناء؟ وهل توصلتم لحل فيما يخص العودة لنفس السكن أم لا؟ وماذا عن موافقة الزوجة لخطبة الابن الأكبر؟ وهل ستعود دون حل الخلاف بينهما؟ واجبي المهني يتوجب علي أن أفيدكم أنني فهمت مشكلتكما فقط لكن لم أبدأ مرحلة المساعدة الحقيقية.. حينها وافق الزوجان على التعامل أولاً مع قائمة المشكلات التي تم تحديدها ولكن طلب الزوج اختصار الفترة الزمنية، فوعده المختص بذلك وأنه يتوقف على التعامل بجدية مع ما نتفق عليه، لأن الأصل هو أن تتفقا أنتما أولاً على عدم حاجتكما للمساعدة.

وفي نهاية الجلسة الثانية أفادهما المختص أنه بنسبة كبيرة تم الانتهاء من مرحلة التقدير وجمع البيانات وفهم المشكلة بأبعادها ووضع تصور للتدخل الإصلاحي، وأن ما سبق هو مرحلة تشخيص وتقدير وتفسير طبيعة المشكلة وسيكون هذا واضحاً لكم في معلومات "العائد" بالجلسة القادمة. واقترح على الزوجة أن تطلب من المحامي أن يتوقف عن استكمال إجراءات الطلاق وأن يكون الأمر محاطاً بالخصوصية والسرية عن الأهل والأقارب، وتم الاتفاق على ذلك.

• وطلب منهما المختص القيام بالآتي:

- ◀ قيام الزوجة بمخاطبة المحامي بما تم الاتفاق عليه.
- ◀ اهتمام الزوج بالأبناء وطمأنة الأم عليهم.
- ◀ التواصل هاتفياً كل يوم نصف ساعة والحديث عن الحياة والاطمئنان على الأبناء وعدم الحديث عن موضوعات الخلاف.
- ◀ وأنهيت الجلسة بأن قام المختص بمراجعة ما تم الاتفاق عليه والقياس بالتقدير الذاتي درجة الاستفادة والثقة في فائدة العلاج وأداء التدريبات.

• الجلسة الثالثة والرابعة (٣-٤): تقديم العائد وخطة العلاج وتحسين التواصل الأهداف:

- ◀ تقديم ومناقشة "فهم وصياغة الحالة" للزوجين.
- ◀ شرح خطة وطريقة التدخل العلاجي والإصلاحي.
- ◀ الوعي بأنماط التواصل وتحسينها بلعب الأدوار.
- ◀ التدريب على النموذج المعرفي بالربط بين المواقف والأفكار والانفعالات.

• الفنيات:

التثقيف النفسي - المناقشة - لعب الدور - السؤال الرئيس - السهم الهابط - الواجب المنزلي

• إجراءات الجلستين:

في هذه الجلسة تم الترحيب بهما ومتابعة ما تم الاتفاق عليه هو إيقاف إجراءات الطلاق، والتواصل الهاتفي وعدم إفادة الأهل والأقارب بخطوات العلاج. وقد تم هذا بشكل جيد.

ثم قام المختص بشرح ما تم تنظيمه وترتيبه في فهم الحالة وصياغتها على سبيل الاقتراح والافتراض وليس الحتمية، وتفسير أسباب ونتائج ما حدث. وكان تقبلهما كبير لصياغة الحالة. ثم تم الانتقال لتحديد الأهداف وقائمة المشكلات واستعراض نقاط القوة والضعف ونتائج تطبيق المقاييس. وتم التأكيد على أن التدخلات الأولى ستكون خاصة بكما كزوجين ثم في مرحلة لاحقة سنشارك الأبناء معنا في الحوار.

كان من المهم تناول بعض السلوكيات التي يُعتقد أنها مصدر للكرب بين الزوجين. مثل نمط التواصل السائد الذي يتمثل في الضاغط والمنسحب، والعاطفي واللامبالي حيث تم شرح نمط التواصل وأقر الزوجان بتحقيقه في أغلب حواراتهما، وكان من ضمنها مواقف مضحكة وتم تمثيل مواقف انسحبت فيها الزوجة، وتم إجراء حوار عكسي ليكون الزوج هو المنسحب لتدرك الزوجة عواقب هذه الطريقة على نفسية الزوج، ثم التأكيد على طريقة التواصل الذاتي بالحديث بلغة "الأنا" وليس "الأنت" وتم إجراء حوارات بينهما تبدا بلغة أنا أرى.. من وجهة نظري.. لقد توقعت..أنا شعرت (حسيت) وقتها ب..... أنا فهمت....كي يتجنبون لغة الاتهام للأخر واستعدائه.

واكتفى المختص بهذا التدريب السلوكي وانتقل إلى شرح النموذج المعرفي والوعي بالأفكار والربط بين المواقف والأفكار والانفعالات المترتبة عليها. وتم ضرب أمثلة بالمواقف التي مروا بها.

◀ مثال: حين علمت بأن الزوجة تواصلت هاتفيا مع شخص آخر ما الذي كان يدور في ذهنك وكيف شعرت؟

◀ مثال آخر: حينما تعرضت لموقف تعدي من الزوج ما الذي كان يدور في ذهنك وكيف شعرت؟

وطلب المختص في نهاية الجلسة منهما تسجيل أبرز المواقف التي شعورا فيها الغضب والحزن والمواقف التي شعروا فيها بالرضا والسعادة في علاقتهم الزوجية مع الإجابة عن السؤال: ما الذي كان يدور في ذهني حينها وحول من؟ وفقا لورقة عمل مخصصة لذلك.

كما تم الاتفاق على استكمال التدريب على التواصل يوميا بلغة الأنا وتقليل الزوجة لنمط المنسحب، وتقليل الزوج لنمط الضاغط، وتحسين الزوجة لتجاوبها العاطفي. وتسجيل ملاحظاتها نهاية كل تواصل (ماذا لاحظت عن نفسك - عن الآخر؟)

وأنهيت الجلسة بأن قام المختص بمراجعة ما تم الاتفاق عليه والقياس بالتقدير الذاتي درجة الاستفادة والثقة في فائدة العلاج وأداء التدريبات.

- الجلسة الخامسة والسادسة: التدريب على التعديل المعرفي للأنكار والتصورات
- أهداف الجلسة:

◀ التدريب على التعديل المعرفي للأفكار المختلة

«التدريب على سلوكيات الاهتمام بالآخر وتوقعاته.

• الفنيات:

المناقشة - السؤال السقراطي - السهم الهابط - بطاقات التكيف - التمثيل ولعب الأدوار - الواجب المنزلي.

• إجراءات الجلسة:

في هذه الجلسة تم الترحيب بهما ومتابعة ما تم الاتفاق عليه وتسجيل المواقف الساخنة إيجابا وسلبا وربطها بالأفكار التلقائية، كما تم الاطمئنان على طريقة التواصل ومناقشة ملاحظاتهم واستفادتهم من طريقة التعبير عن المشاعر والأفكار الجديدة. وتقبل استمرار بعض الأخطاء مع التأكيد على أن الوعي بها والتأمل هو الأهم في هذه المرحلة الأولية.

وتم تناول مجموعة من الأفكار وتدريبهم على الأسئلة السقراطية وفحص الأفكار بالأدلة المؤيدة والأدلة المضادة والتعامل معها كفرضيات يمكن أن تكون صحيحة أو خاطئة بنسبة ما .

وتم تطبيق هذا مع الزوج منفردا من خلال بعض الأفكار الساخنة التي سجلها في واجب الجلسات السابقة وكان من بينها هذه الأفكار التي طلب المختص منه أثناء الجلسة فحصها بما تم التدريب عليه بالأسئلة السقراطية وكانت ما قام بتسجيله في ورقة عمل مخصصة لذلك كما يلي:

الموقف	العاطفة	الفكرة	الأدلة المؤيدة	الأدلة العكسية	الفكرة البديلة	العاطفة
عدم الاهتمام بنزولي من المنزل	سيئة للغاية ٩٠%	مش فارق معاهما اذا كنت محتاج افطر أولا	اللامبالاة التحجج بالتعب عدم الاهتمام	من الممكن أنها تعاني من التعب أو الإرهاق البدني	يمكن أحاول أن أيقظها بلطف	٤٠%
إغلاق خط التليفون عند المناقشة	محيط جدا ١٠٠%	تتسحب بشكل مستفز جدا يؤثر اعصابي	عدم الرد على تليفونات مني الاستهانة الشديدة	من الممكن اني كنت حاد معاهما او استفزتها طريقته كرد فعل مقابل طريقته للهدوء وتجنب الحوار السلبي	من الممكن أن أنتظر أنها تكلمني مرة أخرى	٥٠%
اهتمامها بالأقارب والأهل والأصدقاء واهمالي	حزن شديد ١٠٠%	تهتم بأدق تفاصيلهم وتحب التقرب منهم. تهملني ولا تقدرني	عدم الجلوس معي وعدم التحدث وعدم الهزار	من الممكن اني السبب في أني لا أعرف أصعب ودها وضعفها الايذاء البدني جفاء في المشاعر	أحاول التقرب منها وأحسسها بالأمان	٤٠%

رغم أن الزوج هنا حاول أن يقدم ما يدل على أن لديه المرونة في تقبل بعض جوانب تقصير الزوجة، حيث إن الانفعال السلبي انخفض إلى ٥٠% أو ٤٠% وهي غير كافية لحدوث التعديل المعرفي، لأنها ترتبط بمشكلات واقعية أكثر من كونها أخطاء معرفية إلا أن جانباً من هذا التعديل المعرفي - يغلب على الأدلة المضادة

والأفكار البديلة التي توصل إليها لوم الذات - يساعد في تفهم أسباب تقصير الزوجة وإيجاد مبررات حتى وإن كانت غير منطقية فهي أساس داعم لمرحلة التسامح والتقبل لبعض الأمور، وهذا مناسب في مرحلة تسهيل التسامح ونتيجة الإساءة البدنية التي تعرضت لها الزوجة.

ومع مناقشة المختص للزوج تبين أنه كان بحاجة لاستخدام السهم الهابط للوصول إلى الأفكار الحقيقية المشحونة انفعاليا وليس أفكار سطحية، فماذا يعني اهتمام الزوجة بالأقارب بالنسبة لك؟ يعني أنها لا تحبني وتفضلهم عني. وبالتالي هذه الفكرة هي التي ربما تسبب له الحزن أكثر وكذلك الغضب، وتم إعادة تدريبه على اكتشاف الأفكار خاصة باستخدام السهم الهابط لأن تعديل هذه الأفكار سيخفف من حدة غضب الزوج في كثير من المواقف، وفي نفس الوقت أخذ المختص في الحسبان تناول هذه المشكلات والسلوكيات مع الزوجة لأنها تحتاج لوعي وجهود الزوجة. لذلك عندما لم تفضل الزوجة التجاوب مع هذا التمرين (التعديل المعرفي لبعض الأفكار باستخدام السجل) وفضلت واكتفت بالمناقشة، كما جانباً من الجلسة فردياً مع الزوجة تضمن ما يلي:

◀ المختص: لم لا تبادل الزوج المشاعر؟

◀ الزوجة: مش عارفة ومش قادرة.

◀ المختص: يبدو أنك تجددين صعوبة في التعبير تجاه الزوج عن مشاعر حب واهتمام. مؤكّد لديك مبرر وسبب يمنعك.

◀ الزوجة: بصراحة مش مالي عيني

◀ المختص: ما المقصود بـ "مش مالي عيني"؟

◀ الزوجة: مش زوج كلاس - تقصد لا يبدو كزوج راق اجتماعياً أمام الناس - في ملابسه في طريقة كلامه.

◀ المختص: ما الدليل الذي يؤيد فكرتم عن زوجك؟ وما أسوأ شيء فيه؟

◀ الزوجة: عصبيتته وقت غضبه وانفعالاته وعاطفته أكثر من طاقتي. ومشاعره أوفر أوي (زائدة عن الحد المعقول).

◀ المختص: ما هي مميزات وأحسن شيء فيه من وجهة نظرك؟

◀ الزوجة: سخي وكريم وبيحبني

◀ المختص: أي واحدة (امراة أخرى) مكانك ممكن تعمل فيه ايه لتحسين مظهره وسلوكه الملبسي؟

◀ الزوجة: ممكن تغيره وتخليه شيك.

◀ المختص: هل هناك سيدات يتمنين مثله؟

◀ الزوجة: فعلاً أصدقائي يقولون عنه وسيم جداً وشعره حلو وحيوي.

◀ المختص: كيف يكون موقفه معك لحظات تعبك أو مرضك؟

◀ الزوجة: أكون أهم شيء في حياته، ويخدمني دائماً بنفسه في لحظات التعب.

◀ المختص: كيف تجددين زوجاً محباً بإخلاص كهذا وتتجاهليه؟! .. أيكما أكثر تأثيراً في البيت أنت أم الزوج؟

- « الزوجة: أومأت بالموافقة " أنا"
 « المختص: أنت مفتاح القوة والعنصر المؤثر، لذلك هل تتقبلين فكرة أن عليك
 المسؤولية الأكبر فيما حدثت من أزمات لأن باستطاعتك كسب الزوج بإشباع
 احتياجاته؟
 « الزوجة: صحيح ممكن.. زوجي معايها مثل الطفل الذي يفعل أي شيء إن
 تعاملت معه برضا وحب.
 « المختص: في مسألة اتخاذ القرارات المهمة هل أنت تتخذين القرارات وتعودتي
 على ذلك.. ولا تتركي له مساحة؟
 « الزوجة: صحيح لأنني أفكر بطريقة عملية أفضل منه. وكثير من القرارات
 تثبت أنني على صواب دائما.
 « المختص: لاحظت في حوارك انك تتخذين قرارات وبلغة الحسم والتهديد "اللي
 بقول عليه هيتيم" وهذا يجعله يشعر بضعف أمامك وأمام الأبناء فيكبت ذلك،
 مع إهمال لاحتياجاته، وإحباط لطلباته فيتراكم فيخرج الغضب منفجرا في
 شكل إيذاء لك. لذلك أفكر معاك هل من الممكن أن تشركي الزوج في القرار
 بذكاء أكثر؟
 « الزوجة : كيف؟
 « المختص: هل من الممكن مثلا أن يوقع بالإمضاء على القرار أمام نفسه والأبناء
 والمحيطين.. هل من الممكن أن تشركيه حتى في غيابه أمام الأبناء في القرارات
 ويكون بالاتفاق بينكما. بمعنى تتفقين مع الزوج على القرار وتوجهين الأبناء
 لأخذ القرار من أبيهم، وحتى بينك وبينه طريقة الحوار والاقتراح تجعلك
 تتخذين القرار المناسب بمشاركته وموافقته، وحينها ستعدلين النسق الأسري
 وسيستفهم دوره كزوج وأب بصورة أفضل.
 « المختص: فيما يتعلق بالشك، الشك يسبب إحباط خاصة للمحب، وغالبا ما
 يثير أفكار تؤدي للعدوان، وعندما تقولين للزوج عند إساءته لك: - وهذا غير
 مبررله - أنت مش راجل مثلا. كم تحملين نفسك مسئولة عن الشك
 لدى الزوج؟
 « الزوجة: فعلا في تصرفات أنا السبب فيها والخطأ الذي لا ينسأه، لكن هو غيرته
 فظيعة.
 « المختص: لكن ربما بعض التصرفات منك تزيد من ثقته وبعض تصرفات
 التجاهل والإهمال يربطها بالخطأ وتثير الشك.
 « الزوجة: صحيح يمكن بإيذاء حقوق الزوج أن نتجاوز هذا الأمر.
 « المختص: هل هذا يعني أنك تتخلين عن فكرة العناد والامتناع يؤدي لحل
 المشكلة،
 « الزوجة: الامتناع عن الاهتمام به كان ييزود المشكلة لكن طريقته بتضغط
 علي.
 « المختص: الاهتمام بقدر مناسب والحد الأدنى لا غنى عنه في حياتكم. هل
 توافقيني؟

- ◀◀ الزوجة: نعم.
- ◀◀ المختص: فيما يتعلق بسلوك الانسحاب من الحوار وغلق الهاتف في وجهه وعدم الرد عليه في الحوار وتأجيل التواصل معه: من وجهة نظرك كيف لزوجة أخرى تتعامل معه وتعيش معه؟
- ◀◀ الزوجة: كثير من يمتنى الحياة التي أعيشها وزوجي خاصة كما ترى لا يبدو عليه السن كأنه شاب!
- ◀◀ المختص: ممتاز. لكن لاحظت أنك تقارنين بينه وبين أزواج الأصدقاء خاصة المتعلمين (دكتور - مهندس) هل هي مقارنات كاملة في كل شيء أم في بعض الجوانب؟
- ◀◀ الزوجة: صحيح مقارنة مش في محلها ويمكن مميزات زوجي تغلب عليهم.
- ◀◀ المختص: ربما تطلعاتك لمستوى اجتماعي وثقافي معين جعلتك لا ترضين عن الطبيعة الشخصية لزوجك فكان سببا للإهمال. لاحظي ان لديك ذكاء اجتماعي وشخصية تجعلك قادرة على التعامل مع الطبقة الاجتماعية والثقافية المرتفعة ولديهم أزواج مختلفين في هذا الجانب عن زوجك لكنك لا تعلمين عيوبهم وماذا يفعلون في بيوتهم، وكل أسرة لديها مشكلاتها وحينها ستكون مقارنتك مختزلة في جانب أو اثنين وحينها سيقبل مستوى رضاك.
- ◀◀ الزوجة: التجربة والأزمة الأخيرة جعلتني أرى الأمور بمنظور أفضل يجعلني أَرْضَى بحياتي وأحافظ عليها. لكن لا آمن على نفسي من غضبه.
- ◀◀ المختص: ذكرت أن زوجك مثل الطفل معك وكأنك الأم، وفي هذه الحالة ربما تكوني أنت موضوع الحب والكراهية في ذات الوقت، إن أشبعتي احتياجاته رضي وإن أحبطته غضب بشدة (شرح نظرية الإحباط والعدوان) والإشباع المتتالي غير المتقطع يخفض درجة الحب المتطرف ويمنع الإحباط وعدم الإشباع يؤدي إلى إحباط وكراهية وربما يؤدي استمرار هذا الإحباط إلى تغيير الهدف ومصدر الإشباع والبحث عن بديل غيرك. ولذلك من المهم أن تهتمى بالحياة الهادئة .. اجعلي حياتك الأسرية لها نصيب من وقتك وجهدك لزوجك والأبناء وأقل انفتاحا. ماذا لو انفتح الزوج واهتم بنفسه من أجل الآخرين أو الأخريات؟ ربما لا تتحملي لحظات يهتم فيها بغيرك.
- ◀◀ الزوجة: في لحظة تأمل أومأت بالموافقة.
- ◀◀ المختص: دعينا نلخص ما اتفقنا عليه بأنك مسئولة بنسبة عن ازالة الشك وعليك التفكير فيم تفعلين لاستعادة الثقة؟ هل بمزيد من الاهتمام (وبعض الصبر ومع بعض ردود فعل الشك خاصة في البداية - تقديم هدية - تعبير عن الحب - ندم على السلوك الخاطئ..) وأنت مسؤولة لأنك الأكثر تأثيرا، ويمكنك أن تطلبي منه إعطاء بعض المشاعر لأبنائك وسيجواب مع هذه الفكرة.
- ◀◀ المختص: هل يمكنك تلخيص ما استنتجتيه حول علاقتك بزوجك خلال الفترة الماضية بإيجابيتها وسلبياتها:

«الزوجة: ممكن نقول أنه له طلبات خاصة في الناجية العاطفية والاهتمام أو أكثر من توقعاتي، لكنه أبو أولادي وشخص كريم وخدم، لو تخلى عن العصبية وثورات الغضب سيكون أفضل بكثير.

«المختص: هل يمكن أن أضيف وعندما أهتم بحاجاته وأمنحه التقدير الصادق أمام نفسه والمحيطين أكثر يمكن أن تقل ثورات غضبه، ويجعل حياتنا أكثر استقراراً. وكان من جملة ما تم توثيقه بالبطاقات التكميلية:

«المظاهر مميزة جيدة ما لم تؤثر على علاقتنا ومستوى رضانا.

«زوجي يمتاز بالسخاء والكرم والحمد لله لا توجد مشكلات في الناحية المادية.

«صاحب مروءة فهو يخدمني دائماً عند لحظات التعب ووقت الأزمات أنا اهم شيء في حياته.

«الزوجة: أوامات بالموافقة. وطلب المختص منها كتابة هذا في بطاقة تكميلية وتعيد قراءتها عدة مرات. ثم قدم المختص ورقة عمل لهذا الغرض تتضمن كتابة ما يحتاجه الزوج ويتوقعه وتم ملئها بالتعاون مع المختص وكانت تتضمن الآتي:

• ما الذي يريده الزوج منك	• ما الذي يمكن أن تقدميه من احتياجاته
• الاستيقاظ المبكر	• هحاول
• الاهتمام	• هحاول
• الشعور بالحب المفرط	• هحاول
• الاتصال كل شوية	• هحاول
• شعوره بأني أضعف منه	• هحاول
• احتياجي له دائماً	• هحاول

حاول المختص الاستفادة من حالة الدافعية اللحظية وتحمل المسؤولية في محاولة تدريب سلوكي على تقديم وتبادل الحقوق بعمل مخطط لتجربة سلوكية تم تحديد موقف التجربة وتوقعات الزوج في هذا الموقف وبعض الصعوبات والتحديات المحتملة التي قد تؤثر في تحقيق التوقعات، وكيف يمكن تجاوزها، وصولاً للنتائج المرجوة وفقاً لورقة عمل كالتالي:

التجربة	التوقع	صعوبات	تجاوز الصعوبات	النتائج
الزوج يعود من العمل والزوجة في استقباله	- استقبال شاور - أكل مشترك - تحكي لي أتوقع أن يحدث ذلك بنسبة ٩٠%	أن يكون مزاجي سيئ او موقف من الاولاد مش كويس	احاول احتواء الموقف احكي في أي موضوع عادي	ممكن تطبيق الفكرة دي يساعد في تجاوز العصبية عند الزوج ويرضيه

انتهينا من هذا اللقاء الفردي بجلسة مشتركة تتضمن التدريب على سلوكيات الاهتمام من الزوجين لبعضهما خاصة في الإفطار ومغادرة الزوج للمنزل متوجها لعمله، وفي المساء عند عودته، والتفكير في كيفية توديعه واستقباله، وتم تحديد تفاصيل لتوقعات الطرفين، وترك غرفة العيادة لتمثيل الموقف دون وجود المختص لتكون الانفعالات ودرجات التقارب طبيعية لمدة خمس

دقائق، حيث شمل التدريب تمثيل مواقف (حسن الاستقبال بالترحاب حيث موعد عودته ثابت، والابتسام والحضن، وتجهيز الحمام للاغتسال، بالتزامن مع تقديم الطعام تخليلاً والجلوس بجواره، والحديث معه، حتى مصاحبته قبل النوم) وأنهينا الجلسة على ذلك.

• **وطلب المختص في نهاية الجلسة ما يلي:**

« من الزوجة أن تقوم بعمل مخطط لتجربة سلوكية على موقف " حوار بنفس طويل" بدون انسحاب وتطبيقه في التواصل الهاتفي والمباشر مع الزوج.
« من الزوج: ان يتدرب على التنفس العميق خاصة في لحظات الانفعال وتم عمل نموذج لطريقته.

وأنهت الجلسة بأن قام المختص بمراجعة ما تم الاتفاق عليه والقياس بالتقدير الذاتي درجة الاستفادة من الجلسة والثقة في فائدة العلاج وأداء التدريبات.

• **الجلسة السابعة والثامنة: التدريب على التسامح**
• **أهداف الجلسة:**

« التعلم من الخبرات السابقة.
« تحسين التواصل العاطفي لدى الزوجة.
« تحسين القدرة على التفهم وفهم ما وراء السلوك.

• **الغيات:**

المناقشة - السؤال السقراطي - السرد - التفهم - الإيثار - الواجب المنزلي

• **إجراءات الجلستين :**

تم الترحيب بهما ومتابعة ما تم الاتفاق عليه وهو تحديد الزوجة لمخطط التجربة السلوكية على موقف " حوار بنفس طويل" بدون انسحاب وتطبيقه في التواصل الهاتفي والمباشر مع الزوج، وتم الحوار في عدد من الموضوعات (حوار حول الابن الأكبر "س" وموضوع خطوبته، وحوار حول السيارة وعقد الملكية، وحوار حول المعاملة بينهما، وحوار حول الشقة والعودة لها) كما تم التأكد من قيام الزوج بممارسة التنفس العميق خاصة في لحظات الانفعال.

تم إعادة تدريب الزوج على التنفس لحظات الانفعال وصراف البصر عن موضع الشخص المثير لانفعالاته وغضبه والعد من ١ إلى ٧ قبل اتخاذ أي موقف وفي ذات الوقت قد طلب المختص من الزوجة الاستجابة لورقة عمل تتضمن التعلم من الخبرات السابقة حيث طلب منهما تسجيل الخبرات والاستفادة منها وكانت من نتائج ذلك ما يلي:

تجربة (موقف) كسرت شقتي وأخذت سيارتي عنوة:

• **ماذا تعلمت من هذه التجربة (الموقف)**

الزوجة: ما يؤخذ بالقوة لا يسترد إلا بالقوة. ارتياح فظيع إنني قدرت أنفذ الموضوعين بنجاح بالنسبة لي.

• إذا تكرر الموقف "التجربة" كيف تتصرف مستقبلاً؟
الزوجة: مش عارفة أكيد مش هينفع أتصرف نفس التصرف لأن في تصرفات ما ينفعش تتكرر.

ثم قام المختص باستكمال نقاش بعض الأفكار لدى الزوجة وتعديلها خاصة المتعلقة بمعنى التواصل العاطفي بالنسبة لها وأنه ليس ضعفاً وإنما أساس من أساسيات الحياة الزوجية، وأن أي فعل له رد فعل، ليس بالضرورة الردود السابقة تكون هي المناسبة، فأحياناً مقابلة الإساءة بالإحسان يمكن أن تكون الأنسب، وأن تفهم احتياجات الآخر ومحاولة التعامل معها كاحتياج إنساني يؤدي لعلاقة هادئة... لحين إتمام الزوج لنفس ورقة العمل "التعلم من الخبرات" وكانت من نتائج التالي:

• تجربة (موقف) كوابية المية:
(كان الزوج ياكل وحصل حشرجة للطعام (ازورار) فطلب من الزوجة مياه وهي بجانبه فلم تتحرك لنجدته).

• ماذا تعلمت من هذه التجربة (الموقف):
الزوج: مهما كان الخلاف مطلوب الرحمة عشان لما الواحد يفكر الموقف ميعزلش من نفسه

• إذا تكرر الموقف "التجربة" كيف تتصرف مستقبلاً؟
الزوجة: أكيد التصرف هيكون مختلف تماماً

• تجربة (موقف) لغة جسد الزوجة:
(تتميز الزوجة بلغة جسد خاصة الوجه معبرة وعند الغضب أو الانزعاج تستخدمها للتقليل من شأن من يواجهها فيؤدي لاستثارة غضب الزوج)

• ماذا تعلمت من هذه التجربة (الموقف):
الزوج: الغضب ليس هو الحل، والأفضل أن يتعامل كل منا بتقدير.

• إذا تكرر الموقف "التجربة" كيف تتصرف مستقبلاً؟
الزوج: أحاول أن أركز على الحوار ولا أغضب وأقلل من ردة فعلي.

تم شرح معنى التسامح وأن الشخص المتسامح شخص ذكي ويحسب الأمور لصالح نفسه والمهمين في حياته. وأن أي علاقة معرضة لحدوث إساءة وأن التسامح هو ما يمكن أن يمحو أثر الإساءة ويجعلنا نذكر موقف التسامح على أنه موقف فيه امتنان وإيثار.

والحياة الزوجية والعلاقات الأسرية تقوم وتبنى على المودة والرحمة والتسامح، ولا يعني التسامح الضعف أو الطيبة الساذجة أو تمرير المواقف قهراً واضطرار وإنما عدم الشعور بالتهديد من المسيء وأن خطأ المسيء لا يعني أنه مذنب ومخطيء طوال الوقت، وأن بدء صفحة جديدة والتعلم من المواقف السابقة هو أحد الحلول مثل العناد أو الانفصال يعتبر اختيار وحل آخر أو العيش ونحن أسرى

مواقف الإساءة طوال الوقت وتبادل العقاب والسلوكيات الانتقامية هي حلول أخرى، والتسامح أمر لا يمكن أن يفرضه أحد على الآخر، وإنما نصل إليه سوياً وقد يكون بدرجة ما (نسبياً). وبدأ المختص في العمل وفق منهجية التسامح من خلال الخطوات التالية:

• **الوصف والتعبير عن المشاعر:**

هي مرحلة استدعاء ما حدث وذكره بالتفصيل وتنشيط الانفعالات السلبية المصاحبة بطريقة غير عدائية والتركيز على التعبير اللفظي لما حدث دون إصدار أحكام تعطل التفكير.

« طلب المختص من الزوج الحكيم والحديث أمام الزوجة عن أكثر موقف إساءة "خطأ الهاتف" دون إصدار أحكام والحديث عن أفكاره ومشاعره، بم شعور وكيف فكر حينها، وماذا كنت تود أن تفعل كرد فعل غاضب؟ وماذا تحتاج منها؟
« طلب المختص كذلك بعدها مباشرة من الزوجة الحكيم والحديث أمام الزوج عن أكثر موقف إساءة "الإيذاء البدني واللفظي" دون إصدار أحكام والحديث عن أفكارها ومشاعرها، بم شعرت وكيف فكرت حينها، وماذا كنت تودين أن تفعلي كرد فعل غاضب؟ وماذا تحتاجين منه؟ (صاحب حديث الزوجة وشكواها بكاء نظراً للخسائر النفسية غير المتوقعة التي حدثت). وهذا جعل الزوج يتأثر عاطفياً أكثر بشكل إيجابي.

• **التفهم والتفسير:**

حاول المختص توجيه نظر الزوجين للتفكير فيما وراء السلوك وليس سلوك الإيذاء نفسه، والتأكيد على أن لعب دور البحث عن أسباب للإساءة ليست اتهامات للذات، وليست تبريراً للمسيء إنما هي محاولة التفكير بعقله وظروفه وتفهم حيثياته حتى وإن لم نوافق غالباً عليها، لكنها مرحلة مهمة في التفكير وتقليب الأفكار.

« المختص موجهها الحديث للزوج: في رأيك ما المبررات التي تفسر سلوك الإساءة نحوك من الزوجة؟ (كرسي خالي).

« المختص موجهها الحديث للزوجة: في رأيك ما المبررات التي تفسر سلوك الإساءة نحوك من الزوج؟ (كرسي خالي).

• **الإيثار:**

في هذه المرحلة يقوم بتنبيه الزوجين إلى أن الأخطاء البشرية هي حقيقة مستمرة وخاصة لدى شخصين في تفاعلات مستمرة وبينهما مهام وواجبات وحقوق، لذلك أحياناً يحتاج أحدنا للعضو في مرة ليعطي ويقدم هذا العضو في مرة أخرى لنفس الشخص أو لغيره، وهذا لا يعني أن الأخطاء لها نفس الوزن والحجم، ثم سأل الزوج هل أسأت للزوجة من قبل؟ فقال نعم. هل تريد أن تسامحك؟ قال نعم. إذن عليك أن تسمحها أولاً كي تسامحك، ودار نفس الحوار مع الزوجة أمام الزوج، وأنه يمكن عمل مقايضة بينكما، هل يمكن اعتبار هذا التسامح المقدم

هدية منك له ومنك لها وللأبناء بالتبادل؟ أو ما الزوجان بالموافقة وكانت موافقة الزوج أوضح.

• الالتزام:

في هذه المرحلة أكد المختص على ضرورة الالتزام بهذا القرار التسامحي وأقترح الإقرار للطرف الآخر بكتابة كلمة على هذه البطاقة تفيد بالمسامحة، وبالفعل ترك لكل منهما دقيقة للكتابة، قام الزوج برسم صورة قلب وعليه كلمة سامحتك لأنني أحبك، وكذلك الزوجة كتبت كلمة قررت أن أسامحك، فطلب المختص أن يقرأ كل منهما للأخر الورقة التي كتبها ثم يعطيها له ويحتفظا بها، وأكدت لهما أن هذا إقرار موثق بالمسامحة ولا يعود الكريم فيما أعطى ولا يستخدم مواقف الإساءة السابقة في التذكير بها عند أي خلاف لاحق محتمل.

• التمسك:

في ختام جلسة التسامح يؤكد المختص لهما أن عدم نسيان مواقف الإساءة لا يعني أنك لم تسامح لأن التسامح هو قرار اتخذته الآن، فتمسك بقرارك، وأي خلاف يحدث لاحقاً لا يعني أن هذا الخطأ يتراكم مع أخطاء سابقة.

انتهينا من هذه الجلسة وقد طلب المختص من الزوج الإجابة عن ورقة العمل التي تتضمن سؤالاً واحداً هو: ما الأدلة التي تؤيد ثقتك في الزوجة كزوجة مخلصه؟ في حين تم الحديث مع الزوجة في تفهم حجم الإساءة البالغة وطمأنتها بأن سنفكر في كل مخاوفك لاحقاً منها مشكلة الابن الأكبر وارتباطه في غيابك، ومشكلة الأهل والأقارب والجيران والمسكن، ثم أنهى الزوج التدريب وكانت إجابات الزوج عن السؤال السابق كالآتي (وقد طلبت من الزوج قراءتها أمام الزوجة بعدما طالعتها سريعاً وودت مضمونها إيجابياً تعزيزاً لموقف الزوجة وتدعيمها لموقف التسامح:

« اهتمامها بتغيير مظهرها الخارجي بصورة مستمرة.

« إحساسي أنها تحاول إرضائي على قدر المستطاع.

« المحافظة على الصلاة بشكل منتظم وقراءة القرآن.

« اهتمامها بشئون المنزل والأولاد والسؤال عنهم.

« حبها الشديد أننا نتواجد سوياً خارج المنزل.

« الآن تخوض معي تجربة إصلاح بصورة علمية وده يدل على أنها تريد المحافظة على علاقتنا بصورة سليمة.

« تحاول جاهدة في السيطرة على عصبيتها الشديدة بغرض إرضائي مع العلم أنها عصبية بالفعل.

« خلال الفترة (يقصد فترة العلاج): اتصالتها الدائم بي ومحاولة إرضائي وإشراكي في شئون يومها وإطلاعي على أي تغيير (قبل ذلك كانت لا ترد إلا بعد إجراء مكالماتها الشخصية)

« التعبير عن حبها ورغبتها لي عن طريق الكومنتات والاتصال الهاتفي

«إحساسي أنها تحاول تغيير طريقة التعامل معي بطريقة مباشرة... للأفضل طبعاً.

في نهاية الجلسة طلب المختص منهما زيادة درجة التقارب والتواصل وتبادل المكافآت المعنوية. وأنهيت الجلسة بأن قام المختص بمراجعة ما تم الاتفاق عليه والقياس بالتقدير الذاتي درجة الاستفادة من الجلسة والثقة في فائدة العلاج وأداء التدريبات.

- الجلسة التاسعة والعاشر: الاسترخاء والتقييم البعدي ووضع خطة الرجوع
- أهداف الجلسة:
- الفنيات:

المناقشة - الاسترخاء - تنشيط الانفعالات الإيجابية - السؤال السقراطي - حل المشكلات - الواجب المنزلي

• إجراءات الجلستين:

تم الترحيب بهما ومتابعة ما تم الاتفاق عليه وهو زيادة التبادلات الإيجابية بينهما وقد حدث أكثر مما يتوقع المختص. ثم قام المختص بتطبيق مقياس التسامح الزوجي وكانت نتائجه تشير لفروق جوهرية خاصة لدى الزوجة في بعد التسامح والتجاوز عن السيئات حيث ارتفعت درجاتها، بينما انخفضت درجاتها في بعد الرغبة في الانتقام، وفي نتائج الدراسة ومناقشتها ويوضح جدول (٤) درجات الزوجين على مقياس التسامح الزوجي قبل وبعد التدخل.

وقام المختص بتدريبهما على مهارة الاسترخاء التنفسي والاسترخاء العضلي المتقدم خاصة أن الزوج بدا عليه في قائمة الأفكار أنه يواجه ضغوطاً مهنية وساعات عمله طويلة كما أن الزوجة في حاجة لضبط انفعالاتها وقت الخلافات وتقليل الانسحاب من الحوار.

ثم تم تناول أهمية الاستمتاع بالحياة وتوليد انفعالات إيجابية مشتركة بينهما ومع الأبناء وأن هذا يذيب كثيراً من الضغوط والمشكلات، وشرح فكرة وأهداف تمرين "الأشياء الثلاثة الجيدة" المحدد بورقة العمل.

أفاد الزوجان أن آخر الأخبار هي أن الزوج اقترح رحلة سياحية لمدة أسبوع مع الزوجة قبيل الرجوع والزوجة ما زالت مترددة في خطوة الرجوع في ضوء بعض الظروف، وهذا ساعد المختص في فتح ملف خطة الرجوع ومراعاة بعض الأبعاد والمتغيرات كالأبناء والأهل والأقارب، وتم الاتفاق على ما يلي:

الرحلة السياحية فكرة ممتازة فقط يمكنكما اختيار التوقيت المناسب بعد ترتيب بعض تفاصيل الرجوع.

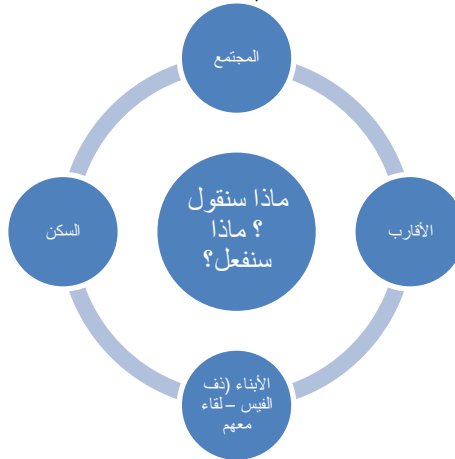
وفي نهاية الجلسة التاسعة شجعهما المختص على الحفاظ على المكاسب العلاجية في الحياة الزوجية والأسرية التي حدثت لهما لتحسين نوعية حياتهم والأبناء، وأكد عليهما ضرورة التمسك بمبدأ التسامح وتأكيد الثقة وعدم

الخوض في تفاصيل الحياة الزوجية والأسرية مع أحد من الأقارب والأصدقاء إلا عند الضرورة القصوى وأن اللجوء للمختصين يكون قبل استشارة ذوي الخبرات أو أهل الثقة، وتم التأكيد على الزوجة في جلسة منفردة لتأكيد مكاسب العلاج الخاصة بها كالتالي:

- ◀◀ الأولويات الأسرية والزوجية تحتاج لإعادة ترتيب لأنك عماد هذه الأسرة.
- ◀◀ أدوارك كزوجة تستدعي الاهتمام بالزوج واحتياجاته النفسية والعاطفية.
- ◀◀ دورك كأم تستدعي استخدام لغة الحوار وليس التهديد مع الأبناء.
- ◀◀ إن تذكرت أي إساءة سابقة فتذكري أن التسامح كان الاختيار الأمثل للتصالح والحفاظ على مكاسب أهم من الأسى على خسائر.
- ◀◀ الاهتمام بأسرتي ووجودي على رأسها مع زوجي أهم من تعليقات وكلام الآخرين.
- ◀◀ لأن دوري مؤثر ولدي مهارات فيمكن استخدامها لصالح الزوج والأسرة وليس ضده خاصة أن زوجي يحبني.

وتم التأكيد على الزوج في جلسة منفردة لتأكيد مكاسب العلاج الخاصة بها كالتالي:

- ◀◀ تفعيل دوري كاب بدرجة اكبر
 - ◀◀ الغضب الموقفي ليس هو الحل، وصرف الانتباه عن موضع الغضب ربما يكون أنسب لمرور ثورة الغضب.
 - ◀◀ وقت الإحباط يمكن أن تتكلف الغضب ليكون أهم من الغضب الحقيقي في حل المشكلات.
 - ◀◀ اطلب وحدد احتياجاتك قبلها بوقت قصير كي تستعد الزوجة لتلبيةها.
- وقام المختص برسم يوضح محاور جلسة اليوم في خطة الرجوع:



فيما يخص الأهل والأقارب تم الاتفاق على تحسين صورة كل طرف برسالة مفادها " أن قرار العودة والصالح هو الأنسب لاعتبارات كثيرة، وقد أرضاني الطرف

الأخر، واتفقنا على تحمل المسؤولية أكثر تجاه بعضنا وأبنائنا، ودعواتكم ربنا يصلح الحال" ويمكن عمل عزومة غداء لأهل الزوج مرة ولأهل الزوجة مرة أخرى خاصة المقربين الذين تداخلوا بالحسنى في هذه المشكلة، وفيما يخص الأقارب من درجة ثانية وثالثة والمعارف لكل من يسأل عما جرى وطريقة العودة، تنقل لهم رسالة مختصرة مفادها "الحمد لله، ودعواتكم ربنا يصلح الحال" ولا نتجاوب في تناول أي تفاصيل أو أحاديث تخص الموضوع، كي لا ندخل في دفاعات عن الذات وتقديم تبريرات لسنا مضطرين لها خاصة أن الزوجين وقت المشكلة يقدمون الطرف الآخر بأسوأ صورة له، فنتيجة تناقض الموقف بين الشكوى وبين التصالح والرجوع يقدم الشخص تبريرات وتنشط جوانب تم معالجتها.

فيما يخص "المسكن" طلبت الزوجة تغيير الشقة، وافق الزوج وقدم حلين، الاول الانتظار لحين إيجاد مسكن مناسب يدفع قيمته، والآخر العودة لمكان آخر ولو بالإيجار، لكن الزوجة رفضت الحلين.

ناقش المختص فكرة مخاوفها من العودة لنفس المسكن فتبين حبها لهذه الشقة ولها ذكريات وأن نظامها لن تجد مثله في مكان آخر، وأن ما يقلقها هو صورتها أمام الجيران وحارس العمارة وأصحاب المحلات الشهود على وقعة الطرد ومغادرة المسكن قسرا، واستخدمنا أسلوب حل المشكلات في تحديد المشكلة أنها في ترك المسكن أم كيفية التعامل وتصحيح الصورة واسترداد الكرامة أمامهم، وهل يمكن التفكير في حل العودة بطريقة تتفق عليها كحل مؤقت تحت التجربة، ونضع السيناريو البديل، فكانت نتائج البدائل هي إمكانية دخول الزوج بصحبة الزوجة لشراء أشياء من المحلات وذكرها بتقدير واحترام أمامهم، وطلب مساعد الحارس لحمل حقيبة الزوجة وذكرها بتقدير أمامهم، ودعوة المقربين من الجيران للاحتفال بعودتها وتقديرها أمامهم، والسيناريو الثاني هو مسكن آخر، وانتهت الجلسة بترك هذا الأمر وتقديره بينهما.

في نهاية الجلسة طلب المختص منهما الاستجابة لتدريب الأشياء الثلاثة الجيدة بهدف توجيه الوعي والانفعالات لتوليد المشاعر الإيجابية. وحصل الزوجان على مخطط لاتخاذ القرار فيما يخص الشقة يتضمن سؤال ما أحسن ما يترتب على رجوعنا المسكن ذاته؟ وما أسوأ ما يمكن أن يترتب عليه؟

وأخيرا الترتيب في الجلسة القادمة لحضور الأبناء لمناقشة رأيهم وبعض مشكلاتهم. وأنهت الجلسة بأن قام المختص بمراجعة ما تم الاتفاق عليه والقياس بالتقدير الذاتي درجة الاستفادة من الجلسة والثقة في فائدة العلاج وأداء التدريبات.

- الجلسة الحادية عشرة والثانية عشرة: اللقاء الأسري بوجود الأبناء
- أهداف الجلسة:

- ◀ تهيئة الأبناء لاستعادة الحياة الأسرية.
- ◀ حل الخلاف بين الأم والأبن الأكبر.

« تحسين التواصل والأنساق الأسرية.

• الفنيات:

المناقشة الجماعية، السؤال السقراطي، التعديل المعرفي، الواجب المنزلي.

• إجراءات الجلسات:

تم الترحيب بهما ومتابعة ما تم الاتفاق عليه وهو اتخاذ قرار مناسب لهما في شأن المسكن، وكان هو الرجوع بطريقة تحفظ كرامة الزوجة وتعيد تقديرها رغم صعوبة الموقف عليها. كذلك الاستجابة لتدريب الأشياء الثلاثة الجيدة حيث استجابات الزوجة له وانشغل الزوج عن أدائه وكانت إجابات الزوجة كالتالي:

صباحا	ما الأشياء الجيدة التي سأفعلها اليوم؟	لماذا تعتبرها جيدة؟
	- اتفدى مع اخواتي وأولادي - اروح السينما	عشان أكيد حنبسط
وسط اليوم	ما الأشياء الجيدة التي سأفعلها اليوم؟	لماذا صارت بشكل جيد؟
	- وجود أبويا وأمي - وجود ولادي بصحة جيدة - ووجود جوزي	مش جيد أوي بس موجودة
قبل النوم	ما الأشياء الجيدة التي حدثت لك اليوم؟ إني خرجت أنا وأولادي وأخواتي وأكيد زيارة الدكتور	لماذا صارت بشكل جيد؟ مش جيد

وتم مناقشة الإجابات وتوضيح الهدف أكثر من التفكير فيما وراء النشاط والتعبير عن ما وراء الانفعالات الجيدة فبدلاً "عشان أكيد حنبسط مثلاً" يكون التفكير في تفاصيل اللمة الحلوة، والشعور بالأمان، والرضا، وأن هذا يجدد طاقتي النفسية.

بدأت هذه الجلسة بحضور الأبناء جميعهم على دائرة مستديرة وتم التعارف بين المختص والأبناء، وطلب من كل واحد منهم تعريف نفسه وكيف شعر أثناء هذه المشكلة ورأي كل واحد فيهم، دار حديث مفتوح وسماع رأي كل ابن في المشكلة، وكانت مشاعرهم أننا لا نريد هذا الوضع يتكرر، وقال الابن الأكبر: "اللي يغلط يتحمل نتائج خطئه" في إشارة عدائية نحو الأم، والأوسط قال: "أنا اللي محتارين بينهم وغير مستقرين"، والأصغر قال: "أنا ذنبي ايه أكون بعيد عن أمي".

ظهرت المشكلة الكبيرة في الابن الأكبر بدافع احتياجه الشخصي (تمسكه بالفتاة والخطبة التي ترفضها الأم) وانحيازه لأبيه، حيث أصر أثناء الأزمة على التقديم للخطبة وشراء شبكة بدون حضور الأم ومعرفته برفضها الارتباط وذهب مع الأب والأب كان مستاء وغير سعيد لدرجة أن قال للحضور في حفل الخطبة: "أنا هنا بدون زوجتي وأم ابني" وبكى أمام الحضور، وأكد لهم أن الاتفاق بين أهل العروسين سيكون على خمس سنوات لأنه طالب بالكلية مراعاة لترك مساحة

لعودة الأم وربما تكون التجربة "غير ناجحة" وكانت الفتاة كتبت على الفيس يوم خطوبتها على الابن الأكبر "اللي يجي أهلا به واللي ميسألش براحته مش محتاجينه ففهمت الأم أنها المقصودة لكن وضع الابن الأكبر مدافعا أنها قصدت أقاربها .

«المختص: يوجه الحديث نحو الابن الأكبر هل ما كتبتة على الفيس بوك أثناء الأزمة "أمنا ماتت ولا نقبل العزاء" اللهم انتقم من الظالم الحرامي مناسب؟

«الابن الأكبر "س" : الخطأ يترد عليه بخطأ»

«المختص: فهمت من كلامك أنك ترى أن الأم أخطأت وأنتك رددت عليها بخطأ مقابل؟

«الابن الأكبر "س" : أيوة.

«المختص: هذا يعني أنك جعلت نفسك ندا لأمك؟ واستفدت من فرصة غيابها وقررت مسرعا الارتباط ولم تتمهل لحين حل المشكلة. هل هذا مناسب أم يستوجب الاعتذار؟

«الابن الأكبر "س" : هي تعرف أنني كنت دائما أقف في صفها وانحاز لها لكن ما فعلته لا يمكن أن أدافع عنها.

«المختص: بالطبع استفدت من فرصة غيابها وقررت مسرعا الارتباط ولم تتمهل لحين حل المشكلة هل هذا يستوجب الاعتذار؟

«بيدي الابن الأكبر رفض الاعتذار لأمه ويقول أنا متمسك بخطيبتني وكل واحد بيقدم اللي يحبه بابا يقدم كل شيء من أجل زوجته التي يحبها.

«المختص: ليس لديك أي إساءة تجاه والدتك؟

«الابن الأكبر "س" : أيوة

«المختص: ما أسوأ موقف فعلته أمك معك كي تكتب على الفيس "أمنا ماتت ولا نقبل العزاء" اللهم انتقم من الظالم الحرامي ؟

«الابن الأكبر "س" : أمي طلعتني صغير.

«المختص: كيف؟

«الابن الأكبر "س" : طلبت من شخص يعرف مكان السيارة .. لأنني قلت لشخص على مكانها وهي تعرفه فعرفت منه وبالتالي فأنا خنت الأمانة مع أبويا؟

«المختص: هذه فكرة غير دقيقة ينبغي التحقق منها. ما دليلك على أن أمك عرفت من خلال هذا الرجل؟

«الابن الأكبر "س" : أنا متأكد.

«المختص موجهها الحديث للأم: هل عرفت من خلال هذا الشخص؟

«الأم: لا

«المختص: أنت غير متأكد .. الأمر الثاني هل انت اللي قلت للشخص؟

«الابن الأكبر "س" : أيوه

«المختص موجها الحديث للابن الأكبر: هل أمك أجبرتك على أن تفشي السر.. أنت المسئول عن الخطأ.. والمفروض أن الأب يزعل منك وليس أنت تزعل من والدتك. أنت ضيقت الأمانة (السر) وبتلوم الأم، وصاحب الأمانة لا يلومك الآن على ذلك ويطلب منك أن تحسن لوالدتك. أنت اللي غلطان وطلعت نفسك صغير مش ماما.. حتى ماما لو فعلت ذلك مش قاصدة الإهانة. فهل ما كتبته على الفيس له ما يبرره؟

«الابن الأكبر "س": صمت وخجل.

«المختص: هل تريد أن تتحدث إلى أمك؟

«الابن الأكبر "س": لا.. كل واحد منا خطأ.. وهذا رد فعل.

«هل تساوي بين خطئك وخطأ بين أبيك وأمك.

«الأم: هو مش فارق معي الان؟ ولا يتحدث معي حتى يترك هذه الفتاة لأنني غير موافقة عليها ولن يحصل على شيء.. يعتمد على نفسه.

«الابن الأكبر "س": سأعتمد على نفسي.

«المختص: (عندما احتدم الحديث وأبدى الابن الأكبر قسوة وتمسك بموقفه، حاول توجيه الحديث نحو العاطفة) هل كنت تتخيلين انه يكبر ويخطب بدونك؟ هل تتذكرينه وهو طفل رضيع؟ احكي عن الخواطر؟

«الأم: لا شيء همني، دي خالته كانت تعبانة أكثر مني. ثم مر على ذهني كل صور ابني عشرين سنة (انخرطت الأم في بكاء كانت لحظات صمت كلما مرت شعر الابن الأكبر بالانضغاط، وتعاطف أفراد الأسرة معها، وتركها المختص تبوح بمشاعرها صمتا).

«المختص موجها الحديث للابن الأكبر: هل كان يمكن تأجيل الخطية؟ هل تسرعت وحرمت الأم من فرحتها؟

«الابن الأكبر: ممكن يكون كذلك.

«المختص: موضوع الارتباط من اختيارك لكن ماذا عن مراعاة السياق والظرف؟ هل زرت أمك طوال الفترة الماضية.. اتصلت بها تطمئن؟.. على افتراض حصل الانفصال كيف سيكون دورك معها؟

«الابن الأكبر: لحظات صمت وخجل ومراجعة للذات وشعور بالذنب.

«سؤال للأم: ما توقعاتك من ابنك الكبير؟

«أسرع الابن الأكبر بالرد: في مواقف سابقة أنا كنت بجانبها.. لكن الأمور زادت عن حدها.

«المختص: لعبت دور المنحاز وهذا لا يحق للأبناء وكنت قاسيا.

«الابن الأكبر: من حقها أن تزعل مني وأن أعتذر لها لكن موضوع الخطبة أمر شخصي.

«بعدها أخذنا فاصل وتركنا الابن الأكبر مع الأم وحدهما يتناقشا وشجعناه على تقديم الاعتذار للأم والحديث سويا. وفي ذات الوقت كنا نتحدث مع الابن الأوسط -الذي يدخن السجاير - في وجود الأب، وأبدى الأب رغبته في امتناعه عن التدخين، فقال الابن الأوسط: مش عايز ابطلها.

«المختص: لماذا؟»

«الابن الأوسط: في واحد قال "لو خفت ما تعملش ولو عملت ماتخافش"
«المختص: انت عملت وقلت خلاص، وعموما هذا أمر شخصي والقرار يعود لك
ولأسرتك وسلطة والديك عليك، لكن خرينا ن فكر فقط هل تتصور نفسك
في اللياقة البدنية/ أسنانك.. رئين.. هل خايف على نفسك من آثارها في
المستقبل؟
«الابن الأوسط: نعم خايف.

«المختص: طيب ليه بتعمل، مادمت خايف "لو خايف ماتعملش"
«وتناولنا الأمر بفكاهة وانتقلنا للحديث عن رأيه ومدى تقاربه مع أبيه ومهاراته
فقال "انا عندي مهارات الناس كلها تقدرها (يكتب أشعار يغنيها أصدقاءه) إلا
ابويا مش مهتم ومش شايفها ومش فارق معاه، هم بالنسبة لي اهم كلمة
تشجيع تكون منهم مش الناس، لكنه غير قريب مني.. وعن سؤاله ايه أكثر
حاجة محتاجها من أبيك؟ قال: من فترة قريبة قال هات بوسة لبابا.. كنت
فرحان جدا، ثم اختتمت كلامه بحكمة توصيفية لوضع التفكك الأسري كيف
يحدث وتعبر عن نظرية الفوائد والتكاليف، "احنا عاملين زي كوب به خرم
وفيه سائل كل شوية يتحرك الكوب من مكان لمكان والسائل يتسرب.. السائل
هيخلص"

«المختص موجها الحديث للابن الأصغر: ما هي احتياجاتكم؟»

«الابن الأصغر: يكونوا جنبنا.

«(كان هذا الحوار في توجيه الأب لضرورة تفعيل نسقه الأسري مع الأبناء وعدم
التمركز حول مشاعره نحو الأم فقط).

«بعد ذلك انتقلنا للأم والابن الأكبر حيث قدم الاعتذار وتحاورا إلى أن الأم
قبلت الاعتذار مشروطا بترك خطيبته. فتوقف الأمر بينهما عند ذلك. وقدم
تبريرا لكتابات الفيس وتم الاتفاق على مسحها الآن،

«طلب المختص من الابن الأكبر تقديم فهمه لما حدث وما تم استفادته والقيام
بالتفكير في ورقة العمل "ماذا تعلمت" وكانت إجاباته" كالتالي:

• موقف السيارة:

تعلمت: عدم اللاستهزاء بعقول الآخرين وإنما نفترض حسن الظن

قررت: عدم تكرار الخطأ الذي حدث في المرة الأولى

• موقف: عدم وجود أمي في مواقف معينة:

تعلمت: وجودها هام جدا في الصغيرة قبل الكبيرة

قررت: عدم ترك أمي غاضبة مهما كانت الأسباب

• موقف: قسوتي على أمي

تعلمت: أنني لا قيمة لي بدونها.. ولا يجب أن تبكي أمي من أجلي لأنني لا
يساوي شيئا لكي أبكيها

قررت: لا أقسو على أمي مهما كانت الأسباب لأنها تعتبر أهم شيء في حياتي كلها

في حين كان الحديث مع الأم والأب (الزوجين) فقط وتم تنبيه الأم إلى أن التدخل في قرار الخطبة يحتاج إلى حصة للمترقبات، فالفتاة التي خطبها محل اختبار والابن الأكبر في مرحلة عمرية تجعل هناك تمسك، والأصل أنه يتأكد من اختياره دون السيطرة عليه، لأن هذا قد يؤدي إلى غلق باب العودة للتصحيح إن اكتشف ان اختياره غير مناسب. وأن العلاقة مع الابن أهم من أي اختيار، ويمكن وضع إطار محدد للعلاقة مع أهل الفتاة، لأنك تقرين بأن الفتاة جيدة لكنك ترفضين أهلها، وربما تكون الفتاة مناسبة تماما له ومصدر سعادته هذا احتمال، وننصحك بترك موضوع الخطبة لله وللزمن .. فلن نسيطر على كل شيء حولنا، ويمكن أن تسألني نفسك ما أسوأ ما سيترتب على هذا الارتباط؟ أليس من الأولى أن نكسب ابنا حتى لو خسرنا وجهة نظرنا، ترددت في قبول هذا الحديث رغم أن الزوج حاول طمأنتها بأنه سيوقف دعمه ماديا إن أصر، لكن الأم تعودت أن قرارها نافذ ولديها أمل في ذلك، لإنهينا الحوار بأن الموضوع الأهم هو لم شمل الأسرة وان هناك اختيارات في الحياة لن نسيطر عليها جميعا.

وأنهينا الجلسة بالاتفاق بحضور الأسرة كلها أن هذه الخلافات واردة وتحدث في بيوت كثيرة ولا تقلل من قيمة احد وأن عودة أمكم للبيت قريبة جدا، ومن المهم ألا تتناولوا الحديث في هذا الشأن مع أي من الأقارب.

بعد أسبوع رجعت الأم لمسكنها، وقضوا رحلتها السياحية، وعادت الحياة لطبيعتها، وطلب الزوجان تقديم الدعم والإرشاد للابن الأوسط في جلسات لاحقة.

وقام المختص بعملية متابعة استمرار التحسن هاتفيا حيث منعت انشغالات الزوجين وعودتهما لمسئوليات الحياة الحضور مجددا وتم الاطمئنان على سير الأمور بسلام على مدار شهرين. ثم بعد مرور عاملين أجرى المختص اتصالا بالزوج يطمئن على الحال فكان الأمر مستقرا وطيبا بفضل من الله وحرص من الزوجين.

• رابعا: نتائج دراسة الحالة وتفسيرها ومناقشتها:

إن البرنامج العلاجي التكاملي المستخدم في دراسة الحالة تكون من ١٢ جلسة علاجية مدة الجلسة الواحدة ساعة وكان المعالج يجمع بين كل جلستين في زيارة واحدة بينهما فاصل زمني استراحة حرصا لعدم التسرب وإتمام خطة التدخل، واستمرت الجلسات على مدار شهر ونصف، بينما كانت المتابعة التي طلب المعالج أن تكون مرة شهريا، اقتصرت على مكالمات هاتفية على مدار شهرين للاطمئنان على تحسن الوضع واستمرار المكاسب العلاجية، وفي متابعة ثانية بعد عامين تم التاكيد من استمرار المكاسب العلاجية.

وقد كان القياس الكمي لنتائج دراسة الحالة من خلال تطبيق مقياس التسامح الزوجي في الجلسة التاسعة من برنامج التدخل، وكانت النتائج في

الاتجاه الإيجابي لصالح استعادة الحياة الزوجية والأسرية كما يتضح من الجدول التالي:

جدول (٤): درجات الزوجين على مقياس التسامح الزوجي وأبعاده قبل وبعد التدخل والعلاج

المتغير	الحالة	الدرجة في القياس القبلي	الدرجة في القياس البعدي	الدلالة والمعنى في القياس البعدي
التسامح مع إساءات الزوج	الزوج	٢٧	٢٨	تسامح مرتفع
	الزوجة	١٠	٢٦	تسامح مرتفع
عدم التسامح مع إساءات الزوج/ الانتقام من الزوج	الزوج	١٢	٢٥	استعدادات عدم التسامح والانتقام منخفضة ومقبولة
	الزوجة	١٠	٢٣	استعدادات تجاوز الإساءات والانتقام منخفضة ومقبولة
التعبير عن الغضب من الزوج	الزوج	٥	٨	التعبير السلبي عن الغضب مرتفع وتحتاج لمزيد من التدخل
	الزوجة	٤	٤	التعبير السلبي عن الغضب مرتفع وتحتاج لمزيد من التدخل
المجموع الكلي	الزوج	٤٤	٦١	استعدادات التسامح الزوجي متوسطة
	الزوجة	٢٤	٥٣	استعدادات التسامح الزوجي طبيعية ومقبولة

يتضح من الجدول السابق أن حالة التسامح لدى الزوج والزوجة تحسنت في الدرجة الكلية وفق مقياس التسامح الزوجي وبعض أبعاده (التسامح مع إساءات الزوج، عدم التسامح مع إساءات الزوج/ الانتقام من الزوج) وكان هناك فروق جوهرية. ولم تكن هناك فروق كبيرة في بعد (التعبير عن الغضب من الزوج) في القياس القبلي عنه في القياس البعدي، وهذا يعني إن إساءات الزوج لزوجته - أو العكس - لا تجعلها تقف مكتوفة الأيدي، فهي تظل تفكر في عدة وسائل أو طرق تتمكن من خلالها إحداث الشعور بالندم لديه على ما يفعله تجاهها.

وغالباً ما يعمل الإنسان بنشاط للحفاظ على علاقات ايجابية تعاونية مع بعض الأفراد في شبكته الاجتماعية عقب العدوان والتصادم. وإحدى أدوات تحقيق ذلك هو التسامح، فالبشر لديهم الاستعداد للصفح تحت ظروف معينة، وهذا الميل الإنساني للصفح تظهره بصورة ثابتة العوامل الاجتماعية والبيئية التي تقود الضحايا لأن يروا أن المعتدين عليهم يستحقون الرعاية، وأنهم يمكن أن يكون لهم قيمة للضحية في المستقبل، وأنهم مسالمون (ماككولو وآخرون، ٢٠١٨، ص.ص. ٤٤٧-٤٤٨).

والتركيز على التسامح في تدخلات العلاج الزوجي قد يساعد الأزواج على التغلب على الشعور بالأذى والخيانة، ويسمح للمعالج بالاستفادة من التقنيات

العلاجية السلوكية من علاجات الجيلين الثاني والثالث بطريقة قد تزيد من النتائج العلاجية. وعملية التسامح عبارة عن مزيج متوازن من القبول والتغيير للزوجين في العلاج. (Cordova et al., 2006, p.209) وقد أشارت نتائج دراسة (Fincham et al., 2004) إلى ارتباط التسامح بإمكانية حل الصراع بين الأزواج، كما توصلت نتائج دراسة (He et al. 2018) لوجود علاقة بين التسامح والاستقرار الزوجي، على المدى الطويل. وتوصلت نتائج دراسة شحتو (٢٠١٢) إلى أن هناك فروق بين المتزوجات وبين طالبات الطلاق وطالبات الخلع في التسامح الزوجي لصالح المتزوجات، بينما الفروق في العدوان والغضب (كسمة - كحالة) في اتجاه طالبات الخلع والطلاق.

وتعرض بحوث التدخل فوائد دمج التسامح في العلاج النفسي وأن تدخلات التسامح باعتبارها عملية جماعية لها حجم تأثير مرتفع عن كونه عملية فردية أو باعتباره اتخاذ قرار بالتسامح (ماككولو وآخرون، ٢٠١٨، ٤٥٧ - ٤٥٨). وهذا يعني أن مشاركة الزوجين معا يجعل هناك نجاح أكبر وفرص أفضل لتحقيق أهداف التدخل من العمل على تعزيز التسامح في مجموعات.

كما وجد كل من (Lundahl et al., 2008) في تحليل بعدي لنتائج دراسات التدخل العلاجي meta-analysis أن هناك فعالية وتأثير لتدخلات التسامح المصممة لمساعدة الأفراد الذين عانوا بسبب الخيانة أو التجاوزات والإساءات أو الإيذاء. وخلال دراستهم التحليلية لأربعة عشر دراسة منشورة في الفترة (١٩٩٣ - ٢٠٠٦) تستخدم تدخلات التسامح باعتبار التسامح عملية فكانت الفروق جوهرية لصالح المجموعات التي تعرضت لهذا النوع من التدخل وانعكست الفروق في مجالات التسامح وتقدير الذات وزيارة الآثار الإيجابية مثل الأمل وانخفاض الآثار السلبية مثل الاكتئاب بينما في مجال جودة العلاقة مع الجاني أو المسيء فإن حجم التأثير كان صغيرا.

وفي دراسة أخرى من دراسات التحليل التلوي أو البعدي قام كل من Baskin (2004) and Enright لتسعة دراسات منشورة بحثت في فعالية تدخلات التسامح في الإرشاد النفسي وتوصل إلى أنه لم تظهر التدخلات القائمة على القرار أي تأثير، وأظهرت تدخلات المجموعة القائمة على العملية تأثيرات كبيرة، وأظهرت التدخلات الفردية القائمة على العملية نتائج أفضل من التدخلات الجماعية القائمة على العملية.

وقد توصلت نتائج دراسة (Behrens et al., 1990) إلى فاعلية العلاج الزوجي المعرفي السلوكي في خفض التواصل اللفظي السلبي وزيادة الأفكار الإيجابية المدركة للزوجين حول بعضهم. وكذلك توصلت نتائج دراسة (Bollinger, 2000) إلى فاعلية العلاج الزوجي المعرفي السلوكي في تحسين مهارات الاتصال، ومهارات حل المشكلات وزيادة التعاطف والرضا الزوجي.

أما ارتفاع درجة الزوجين على بعد التعبير عن الغضب من الزوج فربما يرجع ذلك إلى أنها ترتبط بسمات الشخصية التي تحتاج لتدخلات فردية مكثفة

ومستمرة، وهذا يشكل عامل خطورة في حدوث انتكاسات خاصة في مجال التواصل والتفاهم والتعبير الصحي عن المشاعر والانفعالات والأفكار بدلا من عدم التحكم في الغضب أو الكبت وسلوكيات وخطط تعايش تعويضية لا تكيفية، الأمر الذي يشير إلى أن نمط التواصل الغالب هو نمط انفعالي ويحتاج لمزيد من التدخلات الفردية، رغم أن المقابلة العيادية ومراجعة طريقة التواصل بين الزوجين أفادت بتحسنه، وأفاد الزوج بأنه راض بنسبة ٨ من عشرة عن الوضع الحالي ويرجو استمراره. لذلك أوصى المختص الزوجين بأهمية جلسات التعزيز والمتابعة اللاحقة والاهتمام بتدعيم حالة الصحة النفسية للأسرة.

وربما يكون لسلوك التعبير عن الغضب الذي لم يتغير كثيرا كان له مكاسبه، وهذا ما عبرت عنه الزوجة من قدرتها على الانتقام بالحصول على السيارة عنوة أو دخول الشقة بكسر الباب قد ساعدها على الدخول في عملية التصالح والتسامح لأنها اعتبرته رد اعتبار وإعادة توازن، وحقق لها ارتياجا نفسيا، فأحيانا رد الإساءة بإساءة يساعد على التسامح لأن النتيجة النهائية لا منتصرو ولا مهزوم.

فالتسامح التام ليس بالضرورة حلا سحريا أو يؤدي دائما إلى نتائج إيجابية على طول الخط؛ لأن الميل إلى التعبير عن التسامح قد يؤدي إلى شعور الجناة أو المسيئين بالحرية في الإساءة مرة أخرى عن طريق إزالة العواقب غير المرغوب فيها على سلوكهم (مثل الغضب والانتقاد والرفض والوحدة) التي من شأنها أن تثبط من إعادة تقديم الإساءة. وتمشيا مع هذا الاحتمال فقد كشفت دراسة طولية (McNulty, 2011) عن وجود علاقة إيجابية بين تقارير الزوجين عن ميلهم للتعبير عن التسامح والعضو لشركائهم وتقارير هؤلاء الشركاء عن العدوان النفسي والجسدي. وتبين أن الأزواج الذين ذكروا أنهم أكثر تسامحا نسبياً تعرضوا للعدوان النفسي والجسدي الذي ظل ثابتاً على مدار السنوات الأربع الأولى من الزواج، بينما الأزواج الذين أبلغوا عن أنهم أقل تسامحا نسبياً قد تعرضوا للانخفاض في كل من أشكال العدوان بمرور الوقت. كذلك توصلت نتائج دراسة (Ikiz et al. 2015) إلى أن التسامح عملية مشروطة في سياق التعامل مع الآخرين، وأن هناك بعض العوامل التي تؤثر في قرار التسامح مثل: أثر اعتذار المسيئ وإدراكه لخطئه.

وفي حالة الزوجين موضع الدراسة يمكن تفسير ما حدث من إساءات بالغة من الزوج جعل الشعور بالندم والاعتذار يتوفر، وما حدث من سلوك انتقامي من طرف الزوجة باقتحام الشقة والحصول على السيارة عنوة، جعل هناك حالة من الشعور بالتوازن النفسي لديها ونوعاً من الرضا الذي شكل دافعا لفكرة التصالح والتسامح.

وقد يدرك شريك الحياة المجروح أن ميزان القوة في العلاقة قد اختل، فالطرف المسيء قد يبدو الآن على أن لديه قوة أكبر، خاصة في قدراته أو قدرتها على إيذاء شريك الحياة المجروح، ولهذا قد يندفع في سلوكه تجاه الطرف

المساء متبعا أساليب هدامة، فى محاولة لتصحيح عدم توازن القوة بينهما، أو يطالبه بأداء مهمات غير عادية، بهدف إحداث المساواة بينهما، أو أن يعوضه عما حدث (كوب وآخرون ، ٢٠١٥، ص.ص. ٤٣٥).

ويمكن تفسير النتائج الكلية والتحسين الملحوظ والفروق بين القياسين القبلي والبعدي، بأنه قد تم تقديم الجلسات بشكل مهني يتضمن كل جلسة أهدافا علاجية وجدول أعمال بنوده مرتبطة بالتقييم وقائمة المشكلات والأهداف العلاجية وصياغة الحالة، وكان الزوجان على التزام مقبول بأداء التدريبات والواجبات المنزلية والمهام المطلوبة منهما حتى وأن سقطت منهما بعض المهام فكان يتم تداركها في بداية الجلسات.

وكان من أبرز هذه المهام المطلوبة منهما التدريب على الاسترخاء وتسجيل أبرز الأفكار الساخنة التي تدور حول العلاقة الزوجية والأبناء والتدريب على التواصل العاطفي واستمرار الحوار بدون ضغط أو انسحاب، وفي ضوء المقابلات العيادية تبين أن تقدما ملحوظا في جانب الالتزام الزوجي حدث من خلال استجابة الزوجة لمقترح عدم استكمال المحامي الخاص بها حتى إجراء طلب الطلاق للضرر. كما أن تحسنا ملحوظا طرأ على الزوجين وهو دخولهما في خطوات التسامح الزوجي في مقابل الإساءات المتبادلة بينهما فيما سبق ووفقا لأرادتهما على اختيار التسامح الزوجي تبين أن هناك فروق جوهرية بين القياس القبلي (خط الأساس) والقياس البعدي.

كما أن استجابتهما لبطاقات التكيف الناتجة عن تعديل بعض الأفكار وتدعيم الثقة تؤيد هذا التحسن بجانب بعض الأدلة الواقعية في الاتفاق على تفاصيل خطة الرجوع والترتيب لرحلة سياحية ترفيهية للزوجين بمناسبة عودة الحياة الزوجية لهما، كذلك اهتمام الزوجين بحضور ومشاركة الأبناء ضمن خطة العلاج على مدار جلستين والاتفاق معهم على بعض تفاصيل خطة الرجوع للحياة الزوجية الأسرية.

وطوال فترة المتابعة الأولى التي امتدت شهرين من خلال الاطمئنان بالاتصال الهاتفي تبين أن المكاسب العلاجية مستمرة أثرها وأن حالة الرضا العام متوفرة. ثم قام المختص بعد عامين كاملين بمتابعة ثانية قبيل نشر الدراسة بمراجعة الأسرة هاتفيا وتقييم حالة التوافق والرضا والاستقرار الزوجي والأسري بالتقرير الذاتي فكانت النتائج في الاتجاه الإيجابي، وأن الحياة الأسرية مستقرة، وفيما يخص مشكلة الابن الأكبر فقد سادت حالة توافق وانتهت الأزمة بتركه للفتاة وارتباطه بفتاة أخرى.

ورغم هذه المكاسب وهذا التحسن إلا أن جانب التعبير عن الغضب في التقرير الذاتي كان إيجابيا لكن في مقياس التسامح الزوجي كان سلبييا خاصة لدي الزوجة وهذا يعني أنها في حاجة إلى جلسات إضافية لكن رغبة الزوجين في مزيد من الجلسات قد انطفت وشعرا باستعدادهما لاستعادة الحياة الزوجية والعودة

للبيت وهذا جعل المختص يكتفي بتوصيتهما بما يعلنانه عند ظهور أي مؤشرات سلبية.

دليل واقعي آخر من التقارير الذاتية اللفظية للزوجين في المقابلات الثنائية والضرورية توضح ثقتهما في استعادة الحياة الزوجية وأنهما ملتزمين بالتسامح – ويمكن تسميته مزيج من التسامح والتصالح – أو تسامح يتضمن تصالحا، لأن التسامح ممزوج بالحرص على المكاسب والفوائد المتبادلة بينهما. وأشارت التقارير الذاتية في نهاية كل جلسة بما تضمنه من تلخيص ما تم الاتفاق عليه وقياس درجات الاستفادة بأنها كانت درجات تقريرة تتراوح بين ٧ - ١٠ من ١٠.

وبملاحظة ومراجعة الجوانب السلوكية أفاد الزوج أن التواصل والاهتمام مرض لكلاهما وأن انسحاب الزوجة من الحوار لم يعد سوى بعض إشارات الجسد وتوقف غلق الهاتف في وجه الزوج أو الامتناع عن الكلام، وأن استمرار الوضع الحالي يعد مكسبا يرجو الحفاظ عليه.

وكان من أهم العوامل المؤثرة في نتائج هذه الحالة هو تعاون الزوجين وحماس الزوج في إجراء الصلح ودافعية الزوجة لخفض الخسائر الأسرية وكان لذلك تأثير كبير في نجاح وتحقيق نتائج الحالة، بجانب بعض الفنيات والأساليب التي استخدمها المختص وعليها أدلة علمية وبراهين في علاج وخفض الكرب والصراع الزوجي.

وما كان يمكننا به تدعيم نتائج مثل هذه التدخلات وتقييمها هو استخدام أدوات أخرى لقياس فاعلية التدخل مثل مقاييس الكرب والكدر الزوجي، وأدوات لقياس كفاءة وتأثير التدخل من خلال تطبيقها على الأبناء والأقارب المقربين من الأسرة ولكن هذا لم يحدث في دراسة الحالة الحالية. كذلك يمكن تصميم قوائم للعوامل المعرفية أكثر ارتباطا بالمشكلات الزوجية والأسرية.

• الخلاصة: Conclusion

يقدم العمل المشترك مع الأزواج بعض المميزات والتحديات، فمن مميزاته أنه يتيح للمختص الفرصة لملاحظة التفاعلات لدى الزوجين وأنماط التواصل الفعلية بجانب التحقق من الالتزام الزوجي لكليهما، كما أن التدريبات السلوكية المشتركة على مهارات التواصل وحل المشكلات تحقق نتائج يمكن قياسها وتحسينها. كذلك قدرة المعالج على ملاحظة أنماط التواصل وتبصير الزوجين بها وبدورها في تطور المشكلات، مع طرح أمثلة وتدريب على طرق تواصل أكثر فعالية، بجانب التوقف عند العوامل المعرفية ورصدها كالاقتراضات والإعزازات والتوقعات والقواعد يجعلهما يدركون حجم الأخطاء التي تسهم في تطور التواصل السلبي والتفاعلات غير الفعالة، وكذلك يفيد التدخل مع الزوجين في حالات الإساءة بهدف تعزيز التسامح والتفهم وتعظيم فرص التصالح، كما أن فرص تنمية التقبل والتعاطف تزداد من خلال إدارة الحوار والأفكار والمشاعر بين الزوجين وأفراد الأسرة. وقد يحتاج الزوجان للمعالج في حالات

الإساءة كوسيط وجسر يعبران من خلاله إلى بر التسامح والتصالح بمزيد من فهم أنفسهما وإذابة حواجز الكبرياء والخوف من الانكسار.

ولعل إحدى الصعوبات التي يمكن أن تقابل المعالج هي محاولات تدخل الأهل والأقارب عكس ما هو مخطط له في العلاج، أو تعجل أحد الزوجين في إنهاء جلسات العلاج قبل الأوان، أو عرض مشكلات ترتبط بالظروف المادية والقرار يرجع لتقديرات الزوجين معا.

كما أن النجاح في حل الخلاف الزوجي والأسري يتأثر بمتغيرات أخرى غير كفاءة العلاج والمختص، كالتزام الزوجين نحو العلاقة، وتقديرهما لمسئولياتهما نحو الأبناء، والعمر الزمني للأبناء وتدخلات الأهل السابقة، وإطلاع الجيران والمحيطين بتفاصيل الإساءات، وانحياز الأبناء لأحد الزوجين، وحرص الزوجان على استقطاب الأبناء واستخدامهم في الخلاف، وكذلك المقارنات الاجتماعية الخاطئة التي يمكن أن يقع فيها أحد الزوجين. لذلك العلاج الزوجي والأسري يتطلب اهتماما برصد المتغيرات المؤثرة في العلاقات الزوجية والأسرية وحجم تأثير كل متغير، وكيفية التعامل معه، كذلك ترتيب أولويات التدخل وفقا لقائمة المشكلات الخاصة بكل حالة.

وسيحتاج الباحثون والمختصون مزيدا من تطبيق بعض التدخلات لتطويرها والتأكد من فاعليتها وتحديد الظروف والشروط التي تناسب هذه التدخلات، خاصة تدخلات التسامح والامتنان كمناحي جديدة وداعمة للعلاجات الزوجية جنبا إلى جنب مع التدخلات القائمة على أدلة وبراهين راسخة كالعلاج الزوجي السلوكي والعلاج الزوجي المعرفي السلوكي، والتحقق من فاعلية هذه التدخلات الحديثة للزوجين معا ولطرف واحد، والتدخلات الجماعية.

• قائمة المراجع

• أولا- المراجع العربية:

- أيبشتين، نورمان. (٢٠٠٥). الصراع الزوجي. (جمعة سيد يوسف، ومحمد نجيب الصبوة، ترجمة). في: روبرت ليهي (تحرير)، دليل عملي تفصيلي لممارسة العلاج النفسي المعرفي في الاضطرابات النفسية (ص ص ٣٤٣- ٣٧٢). إيتراك للنشر.
- بنون، إيان. (٢٠٠٠). علاج الصراعات الزوجية. (صقوت فرج، ترجمة). في: س. ليندزاي، ج. بول (تحرير). مرجع في علم النفس الاكلينيكي للراشدين (ص. ص ٣٢٩-٣٤٠). مكتبة الانجلو المصرية.
- الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء :: (١٠-٢٠٢١) https://www.capmas.gov.eg/Pages/IndicatorsPage.aspx?ind_id=1089
- حواشين، ومفيد، وحواشن، زيدان. (٢٠٠٥). خصائص واحتياجات الطفولة المبكرة. دار الفكر.
- زهران، سناء حامد. (٢٠١١). الصحة النفسية والأسرة. عالم الكتب.
- شحتو، سماح. (٢٠١٢). الأمل والتسامح وعلاقتها ببعض أبعاد الغضب والعدوان لدى عينت من المتزوجات والمطلقات وطالبات الطلاق والخلع. رسالة ماجستير. جامعة المنصورة.
- الصبوة، محمد نجيب. (٢٠١٦). الدورة التأسيسية في العلاج المعرفي السلوكي متعدد المحاور والأبعاد الجمعية المصرية للمعالجين النفسيين (جمعن) في الفترة من ١٦-٧ إلى ٢٧-٧-٢٠١٦.
- العاسمي، رياض. (٢٠١٦). العلاج النفسي. منشورات كلية تربية - جامعة دمشق.

- موليت، إيتين، و جيرارد، ميشيل. (٢٠١٥). **التصور الارتقائي المعرفي للتسامح**. (عبير محمد أنور، ترجمة). في: ميشيل إماكلو، كينث آبارجمنت، و كارل إثورسين ميشيل (تحرير). **التسامح: النظرية والبحث والممارسة** (ص. ص ٢٢٩-٢٧٣). المركز القومي للترجمة.
- كوب، كريستينا، وبوكم، دونالد، وسيندر، دوجلاس. (٢٠١٥). **استخدام التسامح في العلاج الزوجي**، (عبير محمد أنور، ترجمة). في: ميشيل إماكلو، كينث آبارجمنت، و كارل إثورسين ميشيل (تحرير). **التسامح: النظرية والبحث والممارسة** (ص. ص ٤٠٩-٤٥٦). المركز القومي للترجمة.
- كوردوفا، جيمس، وجاكوبسون، نيل. (٢٠١٥). **الكلد الزوجي**. (هدى جعفر حسن، وصفوت فرج، ترجمة) في: ديفيد بارلو (تحرير). مرجع إكلينيكي في الاضطرابات النفسية: دليل علاجي تفصيلي (ص. ص ١١٤٥-١٢٠٨). مكتبة الأنجلو المصرية.
- ماككولو، مايكل، ومروت، ليندزي، و أ. تاباك، بنجامين، ويتفليت، شارلوت. (٢٠١٨). **الصفح (العفو)**. (صفاء الأعسر، ترجمة). في: شين لوبيز، س.ر.سنيدر (تحرير)، دليل علم النفس الإيجابي (ج٢) (ص. ص ٤٤٧-٤٧٠). المركز القومي للترجمة.
- ماككوم، وانداء، وجرينبيرج، ليزلي. (٢٠١٥). **التسامح بوصفه عملية تستهدف إحداث تغيير في إطار العلاج النفسي الفردي**. (عبير محمد أنور، ترجمة). (عبير محمد أنور، ترجمة). في: ميشيل إماكلو، كينث آبارجمنت، و كارل إثورسين ميشيل (تحرير). **التسامح: النظرية والبحث والممارسة**. (ص. ص ٣٦٣-٤٠٨). المركز القومي للترجمة.

• **ثانيا- المراجع الأجنبية:**

- Amory,D. (2013). **An Introduction to Family Therapy**. Edgard Adriaens, Belgium.
- Baskin T. W &. Enright R. D. (2004). Intervention Studies on Forgiveness: A Meta-Analysis. **Journal of Counseling & Development**, VO 82. pp. 79-90
- Behrens, B. C., Sanders, M. R., & Halford, W. K. (1990). Behavioral marital therapy: An evaluation of treatment effects across high and low risk settings. **Behavior Therapy**, 21(4), 423-433. [doi:10.1016/S0005-7894\(05\)80356-9](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(05)80356-9).
- Bollinger, L. W. (2000). Case Study of a Cognitive Behavioral Intervention for the Problem of Marital Division of Labor. **doctoral dissertation**. Philadelphia College of Osteopathic Medicine.
- Cordova, J., Cautilli, J., Simon, C., & Sabag, R. A. (2006). Behavior analysis of forgiveness in couples therapy. **International Journal of Behavioral Consultation and Therapy**, 2(2), 192. [DOI: 10.1037/h0100776](https://doi.org/10.1037/h0100776)
- DSM-IV.(2013). **Diagnostic and statistical manual of mental disorders**. (5 th ed.). Washington: American Psychiatric Association (APA)
- Fincham, F. D., Beach, S. R. H., & Davila, J. (2004). Forgiveness and Conflict Resolution in Marriage. **Journal of Family Psychology**, 18(1), 72-81.
- Ikiz, F. E., Otlu, B. M., & Asici, E. (2015). Beliefs of Counselor Trainees about Forgiveness. **Educational Sciences: Theory & Practice**, 15(2). 463-479. [DOI 10.12738/estp.2015.2.2205](https://doi.org/10.12738/estp.2015.2.2205)

- Lundahl, B. W., Taylor, M. J., Stevenson, R., & Roberts, K. D. (2008). Process-based forgiveness interventions: A meta-analytic review. **Research on Social Work Practice**, 18(5), 465-478. <https://doi.org/10.1177/1049731507313979>
- McNulty, J.K..(2011). The Dark Side of Forgiveness: The Tendency to Forgive Predicts Continued Psychological and Physical Aggression in Marriage. **Pers Soc Psychol Bull.**; 37(6): 770–783. [doi:10.1177/0146167211407077](https://doi.org/10.1177/0146167211407077).
- He, Q., Zhong, M., Tong, W., Lan, J., Li, X., Ju, X., & Fang, X. (2018). Forgiveness, Marital Quality, and Marital Stability in the Early Years of Chinese Marriage: An Actor–Partner Interdependence Mediation Model. **Frontiers in psychology**, 9, 1520. [doi: 10.3389/fpsyg.2018.01520](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01520)
- Wolska, Małgorzata (2011). Marital Therapy/Couples Therapy: Indications and Contraindications. **Archives of Psychiatry and Psychotherapy**,3: 57–64.
- Worthington, E. L., & Scherer, M. (2004). Forgiveness is an emotion-focused coping strategy that can reduce health risks and promote health resilience: Theory, review, and hypotheses. **Psychology & Health**, 19(3), 385-405.
- Worthington Jr, E. L. (2006). The path to forgiveness: Six practical sessions for becoming a more forgiving person. Unpublished manual, available online at <http://www.people.vcu.edu/~eworth>.

