

الأسس النفسية المفسرة للعنف ضد الزوجة ودور ضبط الذات فيها

إعداد

أ. د. طريف شوقي محمد فرج
أستاذ علم النفس – كلية الآداب
جامعة بنى سويف

نهى جمال عبد الحفيظ
مدرس مساعد – كلية الآداب
جامعة بنى سويف

ملخص البحث:

تهدف الورقة البحثية الراهنة إلى توضيح الأسس النفسية المفسرة للعنف ضد الزوجة ودور ضبط الذات فيها. كما تهدف إلى فحص محتوى ضبط الذات، وأبعاده، والعوامل المؤثرة فيه. ومن ثم أساليب تنميته، وعرض أشكال العنف ضد الزوجة والآثار النفسية التي تعود عليها نتيجة تعرضها للعنف؛ وذلك لتوضيح العوامل التي تسهم في ظهور العنف ضد الزوجة وإبراز دور ضبط الذات للحد منها.

الكلمات المفتاحية: ضبط الذات، أبعاد ضبط الذات، العنف الأسري، العنف ضد الزوجة.

* * * * *

مقدمة تمهيدية:

يعد العنف ضد الزوجة أحد أهم القضايا التي تبرز على الصعيدين العربي والعالمي؛ وعلى وجه الخصوص في ميدان الدراسات النفسية فهي لا تخص مجتمعاً بعينه أو ثقافة أو منطقة معينة، كما أنها ظاهرة مرشحة للتفاقم في ظل ظروف محلية وعالمية صعبة ومعقدة، إذ تزداد حدة الفقر والتخلف والإرهاب والهجرة وارتفاع تكاليف المعيشة والرعاية الصحية والاجتماعية (ألفت حسن المعصوبي، ٢٠١٥).

حين يحدث العنف لا ينجو عضو من الأسرة عادة من آثاره بحيث إن الجميع يصبحون ضحايا له بصور ودرجات متباينة، فالعنف يعوق حركة الأسرة ويجعل من الصعب عليها القيام بوظائفها (طريف شوقي فرج، ٢٠٠٢)، ومن ثم كان لابد من إيجاد وسائل وأساليب يمكن من خلالها خفض معدلات العنف ضد الزوجة لحسم الخلافات بينهما مما يعود عليهما وعلى الأبناء بالنعف والخير، ونظراً لأننا نعيش في عصر سريع التغير مما يتطلب من الأفراد التعامل مع المواقف الحياتية التي تواجههم بمستوى عالٍ من ضبط الذات وتحمل المسؤولية والتوجه نحو الضبط الداخلي بدلاً من التوجه نحو الضبط الخارجي (وجيه محمد الغدران، ٢٠٠٧).

ومن هنا تتمثل دواعي الاهتمام بالبحث الحالي في:

(١) تعد ظاهرة العنف الزوجي من الظواهر التي تتسم بالشيوع، وتشير أرقام منظمة العفو الدولية إلى أن هناك مليار امرأة في العالم يتعرضن للعنف، مما يؤكد أنه عنف يشيع في مجمل الثقافات الإنسانية والتي ترفض المساواة في الحقوق مع الرجال، إلا أن اهتمام المجتمع الدولي بالمشكلة يسّر للدارسين الاهتمام بالقضية ومحاولة الكشف عن أبعادها، وفي مصر نشرت دراسة أعدها المجلس القومي للسكان (١٩٩٧) طبقت على سبعة آلاف زوج في الريف والحضر، أظهرت النتائج أن ٣٥% من المصريات المتزوجات تعرضن للضرب من قبل أزواجهن مرة واحدة على الأقل منذ زواجهن، ولا يحمي الحمل المرأة من العنف. وأن ٦٩% من الزوجات تعرضن للضرب في حال رفضهن المعاشرة الزوجية، كما تبين أن المرأة الريفية تتعرض للضرب أكثر من المرأة الحضرية (إجلال إسماعيل حلمي، ١٩٩٩). ومن الجدير بالذكر التأكيد على علاقة العنف ضد الزوجة بالصحة النفسية بشكل خاص؛ حيث أظهر عددٌ من البحوث والدراسات تأثير الصحة النفسية بأشكال العنف الذي غالباً ما يحدث خلالاً في نسق القيم، واهتزازاً في نمط الشخصية خاصة عند الزوجات والأطفال؛ مما يؤدي في النهاية وعلى المدى البعيد إلى خلق أشكال مشوهة من العلاقات والسلوك، وأنماطاً من الشخصية المتصدعة نفسياً وعصبياً، وهذا ما يستدعي لنا معرفة خصال شخصية الزوج الممارس للعنف لكي يساهم في وضع التدابير اللازمة لمعالجتها والتي تتمثل في الآتي:

- سرعة الغضب والشك.

- متقلب المزاج ومتوتر.

- شديد الامتعاض والحساسية.

- لديه شعور بخيبة الأمل والخوف والشعور بعدم الأمان.

- انخفاض ضبط الذات ويتغلب عليه الشعور بعقلية الخاسر.

- مفرط في غيرته.

- غير قادر على تحمل الوحدة.

- يلقى باللوم على الآخرين ويرفض تحمل المسؤولية.

- يتصرف بالتسلط وحب التملك.

- ينظر للمرأة نظرة دونية من منطلق ذكوري.

- لا يستطيع التعامل مع المواقف الضاغطة.

- لديه إحساس بأنه ضحية، وفي العادة ينشأ في بيئة تتصف بسوء المعاملة (Epsten, 2003).

وحتى تتمكن الباحثة من عرض التراث المتراكم من المادة العلمية المتوفرة حول هذا الموضوع فإنها سوف تعرض بشكل مفصل نسبياً للعناصر التالية:

أولاً: ضبط الذات:

أ- تعريف ضبط الذات.

ب- مكونات و أبعاد مهارات ضبط الذات.

ج- العوامل التي تسهم في تشكيل مهارات ضبط الذات (محددات ضبط الذات).

د- أساليب تنمية مهارات ضبط الذات.

ثانياً: العنف ضد الزوجة

أ- تعريف العنف ضد الزوجة.

ب- تنوع أشكال العنف ضد الزوجة.

ج- الآثار النفسية والاجتماعية للعنف على صحة الزوجة.

د- أساليب مواجهة العنف ضد الزوجة.

ثالثاً: التوجهات النظرية لضبط الذات والعنف ضد الزوجة.

وسوف نعرض بشيء من التفصيل لكل عنصر مما سبق علي النحو التالي:

أولاً : ضبط الذات^(١)

١- تعريف ضبط الذات:

ظهر الاهتمام بفكرة ضبط الذات في العديد من الثقافات، فنجد أن الإغريق نظروا إلى ضبط الذات على أنه مرادف للعيش في تناغم مع المجتمع، أما الثقافة الكنفوشوسية فتري أن ضبط الذات يعني ثقة الفرد في قدرته على تحقيق ما يريد من خلال تنظيم الذات، كما جاءت فكرة ضبط الذات في العديد من تعاليم الديانات، فضبط الذات في المسيحية تعني قدرة لمرء على التحكم في شهواته، ويطلق الإسلام على ضبط الذات "الأدب مع النفس"، وقد وضع الإسلام أربع وسائل للأدب مع النفس وهي:

١- التوبة: وهي ما يعرف في علم النفس المعاصر بالامتناع عن ممارسة الفعل.

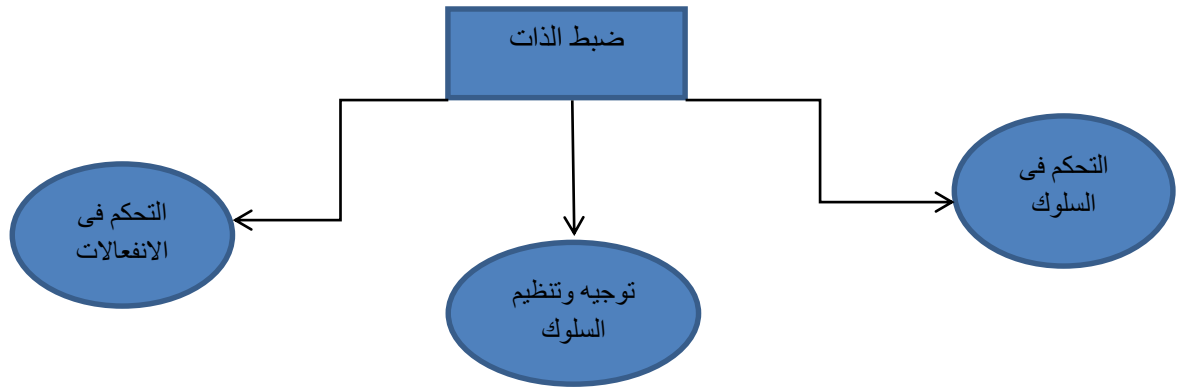
٢- المراقبة: تعني مراقبة المسلم نفسه والالتزام بتعاليم الله تعالى.

٣- المحاسبة: تتوافق مع ما يعرف في علم النفس المعاصر بنقد الذات.

٤- المجاهدة: تعني أن يجاهد المسلم نفسه ويسير على درب الصالحين (نهي عبد الحفيظ، ٢٠١٦).



(1) Self control.



شكل (١) ضبط الذات

اتفق الباحثون على أن تعريف ضبط الذات هو عبارة عن التحكم بالمشاعر (Bertrams & Dickhäuser, 2009) (أسعد رزق، ١٩٧٩). في حين اتفق باحثون آخرون على أن ضبط الذات هو التحكم في السلوك (يحيى حسن درويش، ١٩٩٨). أما البعض الآخر فقد رأوا أن ضبط الذات لا يشمل عملية التحكم فقط ولكن امتد ليشمل عملية توجيه وتنظيم السلوك مثل (Dickhäuser, Bertrams, 2009)، وأكد على ذلك "ويلسون وأوليري" (Oleary, Wilson, 1980) (محمد محروس الشناوى، و عبد الرحمن محمد العيسوي، ١٩٩٨). كما يعد تعريف "سشويتزر وجينو وماريلي" أكثر شمولاً وذلك لأنه تعدى عملية التوجيه ليشمل التغيير والتعديل في الدوافع وتوابعها السلوكية (Schweitzer, Gino, 2011). Mead & Ariely وافق باحثون آخرون على أن ضبط الذات هو التحكم في الانفعالات (جيل، ٢٠٠٠؛ من خلال دينا زيد موفق، ٢٠٠٧)، وهو أيضاً التحكم في المواقف (حنان عبد الحميد العناني، ٢٠٠٥).

التعريف الإجرائي المقترح لضبط الذات :

هذه التعريفات لضبط الذات تتضمن عدداً من العناصر الرئيسية التي تواترت بمعدل أعلى من غيرها ولاقت اتفاقاً بين الباحثين؛ لذا تقترح الباحثة من خلال عرض التعريفات السابقة تعريفاً لضبط الذات قوامه "الأساليب التي يستخدمها الفرد في تنظيم سلوكه والتحكم في انفعالاته عندما يكون مستثاراً، وتحمل مسؤولياته وإدارة الضغوط التي تواجهه؛ وذلك لتحقيق شخصية متكاملة متوازنة تتماشى مع المعايير الإيجابية للذات، وتحافظ على الانسجام مع الجماعة" (نهي جمال عبد الحفيظ، ٢٠١٦).

تتفق هذه التعريفات لضبط الذات مع تعريف البحث الحالي في أن كليهما تناول مفهوم ضبط الذات، وتختلف عنها في أن التعريفات السابقة اقتصرت على مفهوم الضبط الذي يتعلق بالانفعالات والسلوكيات الغير مرغوب فيها وإذا تعدى تلك السلوكيات فإنه يشمل التعديل أو التغيير في السلوك، أما تعريف البحث الحالي أوضح المفهوم الإيجابي لضبط الذات؛ وذلك لأنه لا يشير إلى أن ضبط الذات يتمثل في أن يضبط الشخص أو يمنع نفسه من أشياء، لكن يفعل أشياء أخرى، يكون نتيجة فعلها هو أن يجد ما يوجد بداخله ليسيطر على نفسه في الأشياء التي يريد السيطرة عليها بالمنع أو الزهد أو الاعتدال وهذا ما يتمثل في أبعاد ضبط الذات التي تستفيد منها الباحثة في وضع برنامج ضبط الذات لخفض العنف ضد الزوجة.

(ب) أبعاد ضبط الذات

مكونات ضبط الذات : حتى تتمكن الباحثة من التوصل إلى مبيان للمهارات الفرعية المستخدمة في عمليات ضبط الذات، قامت بالاطلاع على أبعاد ضبط الذات للباحثين السابقين، وتم التوصل نتيجة لذلك إلى مجموعة من المكونات المهمة والتي بلغ عددها لديهم جميعاً (١٨) مكوناً لضبط الذات، وفيما يلي عرض موجز لأهمها:

جدول (١) أبعاد ضبط الذات

م	الأسم	السنة	أبعاد ضبط الذات
١	موفيت، دي رايدر وآخرون	٢٠١١	(١) تهذيب السلوك (٢) ضبط الانفعالات (٣) التوافق الداخلي (٤) التوافق الخارجي (٥) الاخلاص مع الذات (٦) التحكم في الرغبات
٢	ميلدروم، دايموند	٢٠١٣	(١) التحكم في التصرفات والمواقف (٢) توقع العواقب
٣	توماس وآخرون	٢٠١٦	(١) التحكم في السلوك (٢) السيطرة الذاتية في الاندفاع (٣) التنظيم العاطفي
٤	كاميليا وآخرون	٢٠١٧	(١) السيطرة على الدوافع (٢) التعامل مع الإجهاد والضغط (٣) التحكم في الرغبات وإشباع الحاجات
٥	الكسندر و جبريلا	٢٠١٨	(١) التحكم في العلاقات (٢) التحكم في المواقف (٣) التحكم في الاندفاع (٤) تنظيم الذات

ومن خلال استعراض مكونات ضبط الذات للباحثين السابقين، تقوم الباحثة بحصر عدد من الأبعاد والتي يتم تقديمها في البرنامج الإرشادي كجانب مهاري من شأنه الاسهام في خفض معدلات العنف ضد الزوجة وهم كالتالي:

- محاسبة الذات.

- إدارة الأفكار الذاتية.

- الالتزام الأخلاقي.
- ضبط الانفعال.
- الحفاظ علي العلاقات الوثيقة.
- التحكم في إشباع الحاجات والرغبات.
- توقع العواقب.
- إدارة الضغوط.
- تقبل النقد

(ج) العوامل المؤثرة في ضبط الذات:

سنركز في هذا المقام على الكشف عن طبيعة المتغيرات التي تؤثر في ضبط الذات وتسهم في تحديد مستواه والتي يطلق عليها محددات ضبط الذات. وتتمثل أهمية تلك المتغيرات في أن إدراك وتقييم دورها يمكننا من تحديد أسباب انخفاض أو ارتفاع مهارات ضبط الذات لدى الفرد، ومن ثم يتسنى لنا توظيف تلك المعرفة في بناء برامج تنمية مهارات ضبط الذات من خلال استبعاد أو تقليص تأثير فئة من تلك المتغيرات من جهة، وتعظيم تأثير فئة ثانية من المتغيرات من الجهة الأخرى (طريف شوقي فرج، ٢٠٠٦).

جدول (٢) العوامل المؤثرة في ضبط الذات

العوامل المؤثرة في ضبط الذات			
عوامل مرتبطة بالفرد			عوامل محيطية بالفرد
عوامل حيوية	تقييم ذاتي	عوامل بيئية	التحكم في الانفعال
العمر	التعزيز	المدرسة	حسن التصرف
مستوى تعليم الفرد	العقاب	الأصدقاء	تنظيم الذات
النوع		المهنة	التروى
			مقاومة المحاولات المغرية
			التخطيط لأموال حياته

تنقسم العوامل التي تؤثر في ضبط الذات إلى عوامل خاصة بالفرد وعوامل محيطية بالفرد، وفيما يلي عرضاً موجزاً لهذه العوامل :

أولاً : عوامل مرتبطة بالفرد :

أشار بعض العلماء والباحثين إلى أن خصال الأشخاص الذين لديهم قدرة على ضبط ذواتهم تتمثل في الآتي:

- يفكرون قبل أن يفعلوا.
- يسيطرون على مزاجهم وانفعالاتهم.
- يتابعون خططهم ومهامهم.
- يحسنون التصرف حتى لو لم يرههم أحد.
- يمتلكون السيطرة على عواطفهم وكلماتهم وأفعالهم ونوازعهم ورغباتهم ويظهرون التحفظ والالتزام لتحقيق الأهداف وتأجيل إشباع الحاجات (حسن مصطفى حسن، ٢٠١٦).
- يبذلون جهداً أكبر من غيرهم.
- لديهم قدرة على إعادة ترتيب أنفسهم وتنظيمها.
- يقاومون المحاولات المغرية للتأثير عليهم (فؤادة محمد هدية، ١٩٩٤).

ثانياً: عوامل محيطية بالفرد :

يعتقد "كانفر" أن هناك ثلاث فئات من العوامل المحيطة بالفرد والتي تؤثر على ضبط ذاته :

الفئة الأولى: تتعلق بتأثير العوامل البيئية مثل المدرسة والأصدقاء ونوع المهنة.

الفئة الثانية: تتعلق بالتقييم الذاتي وما يرتبط به من تعزيز ذاتي أو عقاب.

الفئة الثالثة: تتعلق بالعوامل الحيوية للفرد وتشمل هذه المتغيرات (الديموجرافية) كل من عمر الفرد ومستوى تعليمه ونوعه (kanfer& Goldstein, 1984).

وبعد الوقوف على طبيعة العوامل التي تسهم في تشكيل مستوى مهارات ضبط الذات سواء كانت متغيرات مرتبطة بالفرد أو محيطه به، وكيفية استثمار ذلك في تصميم برنامج لتنمية مهارات ضبط الذات فلا بد من معرفة أساليب تنمية تلك المهارة، فمثلما تستعين شركات البناء بمعدات ميكانيكية متنوعة لكي تتمكن من القيام بمهامها الإنشائية كذلك فإننا بحاجة، كعلماء نفس، إلى استخدام العديد من الآليات لكي نتمكن من إنجاز تلك المهمة المحورية ألا وهي إتمام عملية تنمية المهارة موضع البحث (طريف شوقي فرج، ٢٠٠٩).

(د) أساليب تنمية مهارة ضبط الذات :

يتفق المعالجون النفسيون على أن أساليب ضبط الذات تكتسب من خلال عملية تعلم اجتماعي، بالإضافة إلى قدرة الفرد على أن يضع نفسه في شروط بيئية وحيوية قادرة على إحداث تغيرات مطلوبة (عبد الستار إبراهيم، ١٩٩٤)، ويستخدم أسلوب ضبط الذات في مواجهته العديد من المشكلات مثل الصراعات الاجتماعية والاندفاع ومشكلات السلوك الوالدية والغضب والعنف (محمد محروس الشناوي، ١٩٩٦)، وتتمثل أشهر أساليب ضبط الذات في الآتي :

١- التعليمات الذاتية.

٢- المراقبة الذاتية.

٣- التقييم الذاتي.

٤- التعاقدات الذاتية.

٥- أسلوب حل المشكلات.

٦- أسلوب التوقف والتفكير قبل القيام بالسلوك.

وفيما يلي الحديث عن كل أسلوب من هذه الأساليب على حدة :

١- التعليمات الذاتية^(١)

يعتبر أسلوب التعليمات الذاتية من أفضل الأساليب التي ينصح به المتخصصون في مجال الصحة النفسية ؛ وذلك لأنه يؤثر على تغيير طريقة تفكير الفرد وانفعالاته وتصرفاته، بالإضافة إلى ذلك فيعتبر هذا الأسلوب أحد الأساليب في ضبط العنف والغضب (Stratton & Reid,2000).

٢- المراقبة الذاتية^(٢)

يشتمل هذا الأسلوب على وصف وتحديد دقيق لسلوك الفرد ؛ حيث يقوم الفرد بالانتباه بشكل متعمد لسلوكياته، وجمع معلومات حول الأسباب التي توجه سلوكه وخاصة السلوك الذي يرغب في تعديله (أسعد عبد الله أبو هاشم، ٢٠٠٧).

٣- التقييم الذاتي^(٣)

يقوم الفرد في هذه المرحلة بوضع توقعات وأهداف للسلوك الذي يجب أن يكون عليه وفقاً للمعلومات التي حصل عليها الفرد من خلال مراقبته لسلوكه (مرحلة المراقبة الذاتية)، ثم يقوم بعمل مقارنة بين سلوكه الذي قام به وبين المعايير والأهداف لتى وضعها لهذا السلوك إضافة إلى أن الفرد يحصل على تغذية راجعة حول سلوكه يستفيد منها في تقييم سلوكه إذا كان بحاجة إلى تعديل (عفاف شكري حداد، بهجت عبد المجيد أبو سليمان، ٢٠٠٣).

٤- التعاقدات الذاتية^(٤):

- (1) Self - Instructions
- (2) Self-monitoring
- (3) Self evaluation
- (4) Self-contracting

تشير العقود الذاتية إلى اتفاق يعقده الفرد مع نفسه يحدد فيه السلوك المراد تغييره، ومدة هذا العقد، والوسائل التي سيتم استخدامها، سواءً كانت ثواباً أو عقاباً، ويعتمد ذلك على مدى وعي الفرد بمكافأته لذاته إذا وصل إلى الهدف الذي وضعه لنفسه، أو حرماً نفسه من المكافأة في حالة عدم تحقيق هذا الهدف، ويتم ذلك من خلال أسلوبين :

- الأسلوب المادي.

- الأسلوب المعنوي، سواءً للمكافآت، أو العقاب (Lopez, 2000).

٥- أسلوب حل المشكلات^(١)؛

يعتبر أسلوب حل المشكلات أسلوباً فعالاً في ضبط الذات وزيادة الوعي والثقة بالنفس والتكيف مع مواقف الحياة المختلفة، ويتضمن هذا الأسلوب خطوات تعمل على تخفيف وتلطيف حالة الضغط النفسي، وإعادة تقييم للحالة الانفعالية، وحل المشكلة بوعي وموضوعية، وهذا ما أكده " بلاي وتومبل " في النموذج الذي أعداه للتعامل مع حالات الضغط النفسي والذي يولد الكثير من المشكلات (حسن مصطفى حسن، ٢٠١٦).

٦- أسلوب التوقف والتفكير^(٢)

يلجأ الفرد إلى أسلوب التوقف والتفكير عندما يجد نفسه في سلسلة من الأحداث والمواقف التي قد تستثيره وتجعله يفقد السيطرة على ذاته وبالتالي فإن استجابته لهذه الأحداث والمواقف تكون متسارعة، مع عدم وجود الوقت الكافي ليفكر بما تعرض له من أحداث ؛ لذا على الفرد أن يدرّب نفسه على أن يتوقف لفترة من الزمن ويعطي نفسه فرصة التفكير قبل قيامه بالرد على أي موقف يستثيره فتوقف الفرد لمدة دقيقة أو دقيقتين أو أن يعد للعشرة للتفكير في استفزاز الآخرين له، يساعده على أن يتجنب الوقوع في المشاكل التي هو في غنى عنها، وتكون استجابته للمواقف أكثر منطقية وعقلانية (أسعد عبد الله أبو هاشم، ٢٠٠٧).

وحتى يكون أسلوب ضبط الذات فعالاً فإنه لا بد من توافر العناصر الأساسية لمثل هذا الأسلوب، وتتمثل هذه العناصر في الآتي :

- إدراك الأحداث: والذي يتمثل في زيادة معرفة الفرد للأمور والتقليل من الإدراك المتشائم لهذه الأحداث، الأمر الذي يحدد جدوى الفرصة المتاحة ليحدث ضبط الذات.

- تحليل الملاحظات: ويتضمن التحليل تقييم النشاطات، وتحديد أسباب الأحداث التي تم ملاحظتها.

(1) Method of problem solving

(2) Method of stopping and thinking

- تعريف المرشد للفرد أساليب السيطرة على ذاته، ويقوم بتدريبه على المهارات الفكرية والتحليلية والتفاعلات التعاملية بين الفرد والآخرين، إضافة إلى توفر إرادة التغيير لدى الفرد وتنمية الحافز والإرادة نحو هذا التغيير في نفسه (عفاف شكري حداد، بهجت عبد المجيد أبو سليمان، ٢٠٠٣).

ثانياً : العنف ضد الزوجة

(١) تعريف العنف ضد الزوجة

اتفق معظم الباحثين على أن العنف ضد الزوجة هو أفعال وممارسات وتصرفات تسلطية يستخدمها الزوج ضد زوجته وينتج عنها أضرار جسمية ونفسية وجنسية ؛ حيث تعرف " حلوى " العنف ضد الزوجة بأنه تلك الأفعال التي تتضمن عنفاً جسدياً ضاراً موجهاً نحو النساء بوساطة أزواجهن ويشمل الإيذاء الجنسي والاعتصاب الزوجي (إجلال إسماعيل حلوى، ١٩٩٩، ٢٧)، واتفق معها " سفيان أبو إنجيله " الذي عرفه بأنه أي فعل يقترفه الزوج وينجم عنه أو يحتمل أن ينجم عنه أذى، أو معاناة نفسية، أو جسمية، أو مالية، أو جنسية للزوجة بما في ذلك التهديد باقتراف مثل هذا الفعل، أو الإكراه، أو الحرمان التعسفي من الحرية (إيمان عبد الوهاب موسى، ٢٠٠٧)، وأكد على ذلك " أمال بو عيشة، وفريدة بولسنان " اللتان تريان أن العنف ضد الزوجة هو ذلك العنف المرتكب ضد الشريك في إطار علاقة حميمة يسبب ضرراً وآلاماً جسمية، أو نفسية أو جنسية لأطراف تلك العلاقة ويتعلق الأمر بالتصرفات التالية :

- أعمال الاعتداء الجسدي كالكلمات والصفعات والضرب بالأرجل.

- أعمال العنف النفسي، كاللجوء إلى الإهانة والحط من قيمة الشريك وإشعاره بالخجل ودفعه للانطواء وفقدان الثقة بالنفس.

-العنف الذي يشمل مختلف التصرفات السلطوية كعزل الشريك عن محيطه العائلي وأصدقائه، ومراقبة حركاته وأفعاله والحد من إمكانية حصوله على المساعدة (أمال بو عيشة، فريدة بولسنان، ٢٠١٥).

ويعرف أيضاً العنف ضد الزوجة بأنه أي فعل عنيف مبني على النوع الاجتماعي - الجنس - ويترتب عليه أو يرجح أن يترتب عليه أذى أو معاناة للمرأة سواء من الناحية الجسمانية أو الجنسية أو النفسية بما في ذلك التهديد بأفعال من هذا القبيل، أو القسر، أو الحرمان التعسفي من الحرية سواء حدث ذلك في الحياة العامة، أو الخاصة (أحمد زكي، نيفين سليمان، هويدا الرفاعي، ٢٠٠٧).

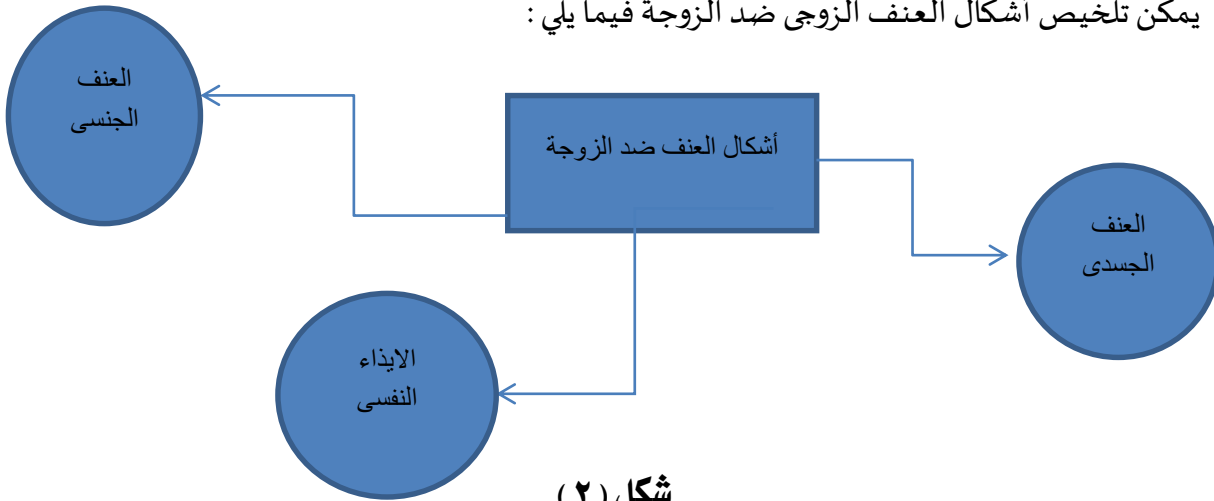
من خلال هذه التعريفات ترى الباحثة أن العنف ضد الزوجة يتخذ أشكالاً مختلفة نجدها في إطار العلاقة الزوجية " عنف جسدي، إيذاء نفسي، عنف جنسي...." وهدفه الأساسي هو إيذاء الطرف الآخر وهي الزوجة.

وجدير بالذكر أن نوضح الفرق بين العنف الزوجي والعنف الأسري، باعتبارهما مفهومين متداخلين، فالعنف الأسري هو ذلك العنف الممارس على الأفراد في إطار الأسرة كما يعرف على أنه "كل استخدام للقوة بطريقة غير شرعية من قبل شخص بالغ في العائلة ضد أفراد آخرين من هذه العائلة، ومن أوجه العنف

الأسري، عنف الآباء الممارس على الأبناء أو عكسه، والعنف الممارس من طرف الأزواج على الزوجات وعكسه. إذا يمكن القول بأن العنف الأسري أشمل من العنف الزوجي أو بتعبير آخر العنف الزوجي هو جزء من العنف الأسري الذي يشمل شبكة من العلاقات (العلاقة بين الزوجين، علاقة الآباء بالأبناء، علاقة الأطفال بالأطفال) (أمال بوعيشة، بفريدة بولسنان، ٢٠١٥).

(ب) تنوع أشكال العنف ضد الزوجة :

يمكن تلخيص أشكال العنف الزوجي ضد الزوجة فيما يلي :



شكل (٢)

أشكال العنف ضد الزوجة

(١) العنف الجسدي^(١) ويعتبر أكثر أنواع العنف الأسري وضوحاً، وذلك لإمكانية ملاحظته واكتشافه، نظراً لما يتركه من أثار وكدمات ورضوض على الجسم، وتتمثل مظاهر العنف الجسدي والإساءة البدنية للمرأة في عدة صور منها : الضرب باليد، والضرب بأداة حادة، والقذف بأشياء، والدفع بعنف، والخنق، والعض، والبصق، والدهس، والمسك بعنف، وشد الشعر، والحرق خاصة بالسجائر وتهديدها بالسلاح، ويكون العنف الجسدي ضد الفتيات بالتمييز الغذائي أي تخصيص الطعام السيئ لهن دون الذكور، ويكون التمييز أيضاً على مستوى الرعاية الصحية وإساءة التعامل الجسدي معهن، كما يصل في بعض المجتمعات إلى حد القتل كالإجهاض بغية التخلص من النوع غير المرغوب فيه أو قتل المواليد من الإناث (شكوة نوابي نزاد، ٢٠٠١).

(٢) الإيذاء النفسي^٢: ويظهر هذا النوع في شكل إيذاء نفسي أو لفظي والهدف منه إلحاق الإيذاء المعنوي بالمرأة والتسبب في معاناتها نفسياً، ويعتبر من أخطر أنواع العنف لأنه غير محسوس ولا يترك أثراً واضحة مادية، وبالتالي يصعب إثباته والاعتراف بوجوده من الناحية القانونية (رجاء مكي، سامي عجم، ٢٠٠٨).

(1) physical violence

(2) Psychological abuse

٣) العنف الجنسي: إضافة إلى الأشكال السابقة من العنف الذى يوجه ضد المرأة داخل الأسرة من قبل الرجل، فهناك العنف الجنسي وهو اللجوء إلى الاستدراج بالقوة والتهديد، ويعتبر أحد مظاهر العنف المزعجة والخطيرة خاصة وأنه غالباً ما يبقى طى الكتمان نتيجة خجل الضحية وخوفها من انتقام المعتدى من جهة، ومن جهة ثانية إدراكها أن المجتمع سيوجه اللوم إليها. وتكون الإساءة الجنسية للمرأة داخل أسرتها عن طريق:

تعبيرات لفظية أو تعليقات جنسية عن المرأة وجسدها.

التحرش الجنسي والشتيم بالفاظ نابية.

إجبار الزوجة على الممارسة الجنسية بأشكال شاذة ومنحرفة خارجة عن قواعد الخلق والدين (مرجع سابق، ٢٠٠٨).

** أسباب الاعتداء على الزوجة :

- ١- الخلاف حول أساليب تربية الأبناء.
- ٢- إسراف الزوجة.
- ٣- رفض الزوجة تنظيم الأسرة.
- ٤- عدم طاعتها للزوج.
- ٥- إهمال شئونه الخاصة أثناء الحمل.
- ٦- إفشاء الأسرار العائلية.
- ٧- الشعور بالدونية مقارنة بها خاصة حين تكون أكثر ذكاء وتعليماً ومكانة (طريف شوقي فرج، ٢٠٠٢).

ج) الآثار النفسية للعنف على صحة الزوجة:

تتعرض المرأة المعنفة لواحدة أو أكثر من الأعراض الآتية، والتي تترك آثارها على مختلف جوانب الحياة النفسية والصحية لديها، وتختلف شدة هذه الأعراض بناء على درجة حدة وتكرار واستمرارية العنف الموجه ضدها:

- ١- الإحساس بالعجز والضعف والاعتمادى.
- ٢- الشعور بالإحباط والاكتئاب.
- ٣- عدم الاستقرار والشعور بعدم الأمان.
- ٤- الإحساس بالإذلال والإهانة.

٥- اختلال الثقة بالنفس، والنظرة الدونية للذات.

٦- الاضطرابات المختلفة في الصحة النفسية.

٧- فقر الشعور بالسلام النفسي والعقلي.

٨- الشعور بالذنب وجلد الذات.

٩- فقدان القدرة على المبادأة واتخاذ القرارات.

مما سبق يتضح أن هذه الآثار أو بعضها يفضى إلى أمراض نفسية وجسدية متنوعة، كفقدان الشهية، واضطرابات الدورة الدموية، واضطرابات المعدة، وآلام وأوجاع، وصداع، والآلام الجسدية المختلفة... إلخ (ألفت حسن المعصومي، ٢٠١٥)، فحين يزداد معدل حدوث العنف ضد المرأة فهذا يعنى وجود اتجاهات سلبية نحوها، وبالتالي فإنه يجب أن نعمل على تغيير تلك الاتجاهات نحوها إذا أردنا إحراز نجاح على جبهة المواجهة (طريف شوقي فرج، ٢٠٠٢).

د) أساليب مواجهة العنف ضد الزوجة

تعتبر الضغوط المجتمعية وما حملته من مشكلات وأزمات ضاعفت من مشقة الحياة، وتوتر الأفراد ولجؤهم للعنف كإحدى وسائل التعبير عن السخط وعدم الرضا عن الواقع الاجتماعي، وقد انتقلت للأسرة فتحول الاستقرار في الأسرة إلى توتر، وقد أصبح العنف متبادلاً بين الأزواج والزوجات، والآباء والأبناء، والأخوة والأخوات، وهو منتشر في مختلف الأسر بين المتعلمين وغير المتعلمين وفي كل المستويات الاجتماعية والاقتصادية (رأفت عبد الرحمن محمد، ٢٠٠٥). ونعرض في هذا البحث ما يخص العنف الزوجي ضد الزوجة، وفيما يلي موجز لأهم أساليب مواجهة العنف ضد الزوجة ودور ضبط الذات فيها :

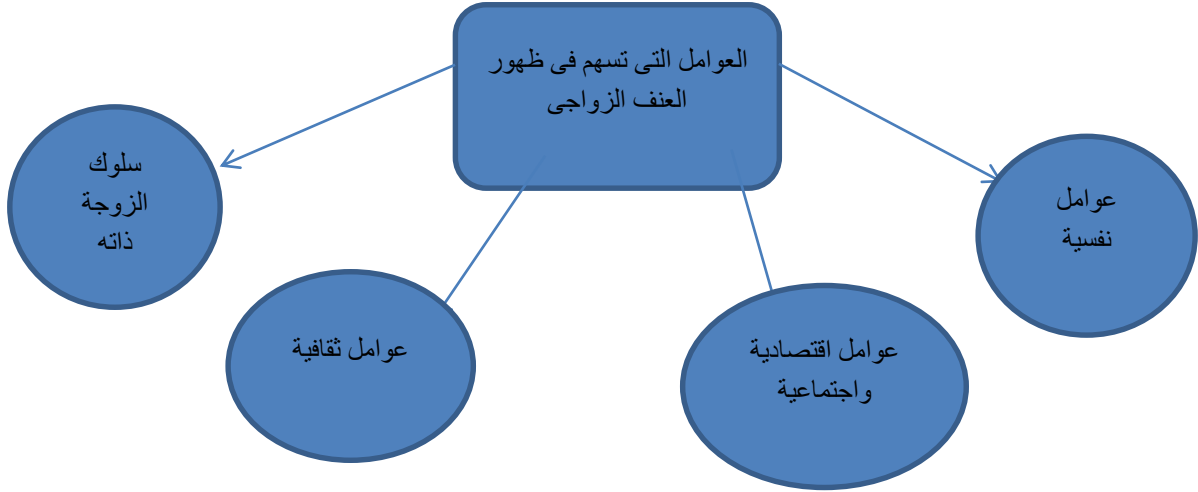
١- توعية الأزواج بحقوقهم وواجباتهم في ظل وسطية وعدالة الإسلام، وحثهم على اتباع الالتزام الأخلاقي عند معاملتهم لزوجاتهم.

٢- قيام الأطباء وعلماء الدين بالتوعية بمخاطر وأضرار الممارسات الجنسية الشاذة والوافدة على مجتمعاتنا والمحرمة في الشريعة الإسلامية، وذلك من خلال ممارستهم القدرة على التحكم في الرغبات وإشباع الحاجات.

٣- التوسع في إنشاء مكاتب التوجيه والاستشارات الأسرية في القرى والمدن لتمارس دوراً رئيسياً في الوقاية والعلاج من العنف الزوجي، سواء بما تقوم به من اختبارات قبل الزواج، أو بإرشادات وتوجيهات في حالة التعرض لمشاكل بعد الزواج (حسن مصطفى حسن، ٢٠١٠). وهنا يأتي أهمية برنامج ضبط الذات في خفض معدلات العنف ضد الزوجة، من خلال تعليم الأزواج أبعاد ضبط الذات التي تساعد على كيفية التحكم في الانفعالات وردود الأفعال، وتقبل النقد من الشريك، وإدارة الأفكار الذاتية، وتحمل وكيفية إدارة الضغوط الحياتية، وبالتالي يعيش الزوج مع زوجته حياة متزنة ويتجنب المشكلات التي تؤدي به العنف ضد زوجته.

ثالثاً: التوجهات النظرية لضبط الذات والعنف ضد الزوجة

يتفق الباحثون على عدم وجود عامل واحد يبرر حدوث العنف ضد الزوجة، وإنما هي عدة عوامل متشابكة تتفاعل في سياق اجتماعي وثقافي محدد ويمكن إجمال هذه العوامل وتقسيمها إلى :



شكل (٣) العوامل التي تسهم في ظهور العنف ضد الزوجة

١- العوامل النفسية: منها ما يلي :

- تتعرض المرأة في طفولتها للعنف من قبل الوالدين أو الإخوة يجعلها تتحمل العنف الزوجي، وتسكت عنه، فالعنف بالنسبة لها ليس تجربة جديدة، فقد عاشته وتحملته من قبل كأسلوب للعيش (حنان عبد الحميد العناني، ٢٠٠٥)

- الغيرة الشديدة: كثيراً ما تؤدي إلى العنف ضد الزوجة ولا يتعلق الأمر بالغيرة بقدر ما يتعلق بأسلوب التعبير عنها كالنقد، الشك، الاستجواب، المضايقة، النكد، وفقدان الاحترام. كالزوج الذي يعمل في سلك الأمن واطلاعه على حالات خيانة تقوده هذه الأخيرة إلى ارتفاع درجة شكوكه، فيحرم على زوجته وأبنائه أي اتصال بالغرباء وإذا فعلن ترتسم في مخيلته صورة الخيانة، مما يؤدي إلى القيام بثورات العنف عليهم.

- اعتقاد الزوج أنه رب العائلة، وأن على الجميع الخضوع لأوامره وأن له حق العقاب بأي وسيلة شاء على الجميع ولا يمكن مخالفة أفراد أسرته في هذا الاعتقاد.

- اعتقاد الزوج أن العنف هو السبيل لحل مشكلاته مع زوجته وخاصة إذا كان قد مر بتجربة في محيط عائلته تؤكد من خلالها أن العنف هو الحل.

- الشعور باحترام الذات، كالفتاه التي شاهدت العنف الوالدي، أو التي وقع عليها العقاب الصارم، تكون أكثر عرضة أن تصبح في مرحلة الرشد ضحية وبالتالي تعلمت واتخذت فكرة وقوع الاعتداء من شخص تحبه كالزوج، أمر مقبول ومشروع (عبد الرحمن محمد العيسوي، ٢٠٠٤).

- شعور الزوج بالإحباط في عمله، وعدم قدرته على التعبير عن هذا الغضب أمام رئيسه أو الذى تسبب في إغضابه (أمال بوعيشة، فريدة بولسنان، ٢٠١٥).

وهذا ما تفسره النظرية النفسية الاجتماعية والتي يرى أصحابها أن للضغوط النفسية والاجتماعية دوراً بارزاً في ارتكاب العنف؛ بحيث يربطون بين العنف الزوجي ضد الزوجة والإحباط والظلم الذى يتعرض له الزوج في مجال عمله مما يؤدي به إلى عدم القدرة على ضبط ذاته والتحكم في سلوكياته، وبالتالي يمارس العنف ضد زوجته في المنزل، كما يؤكدون على دور البطالة والفقر وانعدام فرص الحياة الكريمة في تشكيل الضغوط على الشخص، مما يزيد بدوره من احتمالية ممارسته للعنف، ويؤكد بعض المؤيدين لهذه النظرية على وجود نوعين من الضغوط هما:

١- ضغوط أحداث الحياه وضغوط العمل والأدوار المختلفة كمثيرات قد تدفع إلى السلوك العدواني وممارسة العنف وتؤكد الدراسات الحديثة على الأثر السلبى للضغوط الحياتية المؤلمة التى يتعرض لها الفرد وبين العنف الزوجي ضد الزوجة، وذلك في ضوء متغيرات وسيطة تتمثل في الاستعداد الوراثي، والخبرات المتعلمة في الماضى وطبيعة إدراك الشخص للموقف وما يتضمنه من أخطار.

٢- الضغوط البيئية المتمثلة في الضوضاء والازدحام والتلوث والطقس... الخ، وضغوط أخرى كاختراق الحدود الشخصية والاعتداء على الحيز الشخصى... الخ؛ حيث تؤدي هذه المؤثرات البيئية إلى زيادة العنف من خلال ما تحدثه من آثار نفسية أو سلوكية ويتم ذلك وفقاً لمستوى استثارة الشخص، وحالة التشبع بالمثيرات، والإحباط الناجم عن هذه الضغوط والقدرة على ضبط الذات ودرجة القلق (WWW. social. team. com).

٣- العوامل الاقتصادية والاجتماعية منها ما يلي:

- التنشئة الاجتماعية وأثر التعلم الاجتماعى، من خلال التقليد والمحاكاة، وتوفير النموذج الذى يقلده، كمشاهدة أو ملاحظة العنف الوالدى الزوجى.

- منع المرأة من العمل مع عدم إعطائها إلا قليلاً من النقود وإخضاعها لمراقبة صارمة لمصاريفها

- التمييز في مستوى الرعاية الصحية والخدمات الدراسية المبدولة لفتيات بالمقارنة مع الذكور.

- منع المرأة من الوصول إلى مواردها المادية.

- حرمانها من حقها في الميراث.

- استعمال وصراف راتبها دون أذنها وعلمها أين تصرف أموالها.

- الاستيلاء على ممتلكاتها الشخصية مثل: الحلى..الخ.

وإذا طالبت بالحصول على حقوقها أو تلبية حاجاتها، يثور ضدها الرجل ويتهمها بأنها مبذرة، أو أنها غير قادرة على استعمال أموالها، وقد يتعدى عليها بالضرب حتى لا تعود مرة أخرى إلى مطالبته بزيادة مصروفها أو استعادة راتبها (ريحاني الزهرة، ٢٠١٠).

- المرأة غير العاملة لا تستطيع ترك منزلها لعجزها إعالة نفسها وأولادها فتقبل بعنف الزوج من دون احتجاج أو رفض ترك المنزل (عبد الرحمن محمد العيسوي، ٢٠٠٤). وهذا ما يؤكد عليه دراسة (يحيى حسن درويش، ٢٠٠١) والتي تبين أن أحد أسباب العنف هي الأسباب الاقتصادية، وأهمها:

١. الظروف الاقتصادية الصعبة والأعباء المادية الكثيرة مما يدفع رب الأسرة إلى محاولة تفرغ تلك الضغوط تجاه أهله وأسرته.

٢. الضغوط النفسية الشديدة التي يتعرض لها الزوج خارج بيته وخاصة في العمل من شأنها أن ترفع درجة التوتر والعصبية بما يؤدي إلى حالات العنف.

٣. خروج الزوجة للعمل مسئول أحياناً عن بعض أشكال العنف لما قد يتضمنه ذلك من إهمال الأبناء والزوج.

٤. قد يقود الفرق في المستوى الاقتصادي بين الزوجين إلى خلافات بينهما (منذر عرفات زيتون، ٢٠٠٥).

وهذا ما تفسره نظرية (رؤية) المدرسة الاقتصادية؛ حيث يشير "السمري" إلى أن كل التفاعلات والعلاقات الاجتماعية داخل الأنساق الاجتماعية تعتمد إلى حد ما على القوة المادية، أو على التهديد بها، فكلما زادت موارد ومصادر الشخص التي يستطيع أن يستخدمها في أي لحظة قلت درجة ممارسته الفعلية للعنف وعلى العكس فإنه يلجأ إلى استخدام العنف عند شح الموارد والمصادر التي يمتلكها.

وهذا يدل على أن مرتكبي جرائم العنف يرتبطون أكثر بأوضاع اقتصادية متدنية في السلم الاجتماعي الاقتصادي في مجتمع معين، ومعنى ذلك أن الأسر قليلة الدخل تخرج مرتكبي جرائم العنف أكثر من الأسر ذات الدخل المرتفع (السمري، ٢٠٠٠ من خلال ميسر محمد أبو صافية، ٢٠١٢).

٣- العوامل الثقافية : ومنها ما يلي:

- حصول المرأة على نصيب أوفر من التعليم، يخلق جو من التوتر وعدم التوازن مما يؤدي إلى رد فعل من قبل الزوج مصحوب بشعور بالنقص الذي يعوضه باستخدام القوة.

- جهل الزوج وعدم معرفته بكيفية التعامل مع زوجته، وعدم احترامها، يعتبر عامل أساسى للعنف، بالإضافة إلى ذلك تدنى المستوى الثقافي للأسرة، والاختلاف الثقافي الكبير بين الزوجين بالأخص إذا كانت الزوجة هي الأعلى في المستوى، مما يولد التوتر وعدم التوازن لدى الزوج كرد فعل له، فيحاول تعويض هذا النقص باحثاً عن المناسبات التي يمكن انتقاصها واستصغارها بالشتيم أو الإهانة أو حتى الضرب. وتبقى

العوامل المولدة للعنف ضد الزوجة كثيرة ومتعددة وما تم ذكره يبقى جزء فقط منها، فيمكن لعامل واحد أن يفجر هذه الظاهرة أو تتفاعل فيما بينها فيحدث العنف من قبل الزوج (أمال بو عيشة، فريدة بولسنان، ٢٠١٥).

وترى الباحثة أن التوقف على الجوانب التي تنطلق منها تلك النظريات ليس الهدف من البحث الحالي، ولكن سنهتم الآن برصد الأمر والواقع الخاص بالعلاقة بين ضبط الذات والعنف ضد الزوجة؛ حيث أوضحت نظرية "كولى" أنه كلما انخفض ضبط الذات زاد احتمال ميل الفرد الى العنف والانحرافات والسلوكيات المحظورة، وتتفق هذه النتيجة مع ما جاء في النظرية العامة للجريمة "لجترفردسون وهيرشي" بأن الذين يتسمون بضبط ذات منخفض، وبالإضافة إلى ميلهم للجريمة فإنهم يميلون الى السلوك الطائش مثل استعمال المخدرات والكحول والتهور وممارسة العنف؛ وذلك لأنهم متهورون ويستسلمون للإغراء وعدم إدراك العواقب ويخاطرون بسبب عدم تقدير النتائج والعواقب وجميع هذه السلوكيات تتنافى مع العادات والتقاليد والأعراف المجتمعية. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج "جيبس وجيفر" Gibbs, Giever, Kerr في دراسة لفحص مستوى ضبط الذات والانحراف (Gibbs, Giever, Kerr, 1998) والتي أظهرت نتائجها وجود علاقة بين ضبط الذات المنخفض وباقي أنواع السلوك المنحرف والعنف كما تتفق مع دراسة "مين" (Minn, 1994) التي أظهرت نتائجها إلى أن الأحداث ذوي ضبط الذات المنخفض هم أكثر احتمالية من غيرهم لارتكاب الجريمة والانحراف وممارسة العنف وغيرها. وقد افترضت "جترفردسون وهيرشي" أن البشر يسعون إلى تحقيق مصالحهم بكل الوسائل المتاحة ما لم تتم تنشئتهم على عكس ذلك، وفي ضوء ذلك يمكن التنبؤ بسلوكيات الأفراد.

وتقترح نظرية "جترفردسون وهيرشي" أن الأفراد ذوي ضبط الذات المرتفع لديهم القدرة على إدراك أن ممارسة العنف، والجرائم، والسلوك الأحمق يقدم فوائد قليلة على المدى البعيد ويستطيعون ترويض النفس على عدم الاستسلام؛ وذلك لأن ضبط الذات يزيد من قدرتهم على تقدير العواقب مقارنة بالأفراد ذوي ضبط المنخفض الذين يستسلمون سريعاً لارتكاب مثل هذه الجرائم والسلوكيات التي لا يرتضها المجتمع (ذياب البداينة، ٢٠٠٧).

وأكدت على ذلك نظرية القوة الدافعة للعدوان "لوليمجود" والتي ترى أنه كلما زادت المصادر الخارجية المتاحة للفرد كلما زادت قوته وقل ميله نحو استخدام العنف، بينما يلجأ الفرد إلى استخدام العنف عندما يدرك أن مصادره الأخرى غير كافية، وانتهوا إلى أن الأزواج أصحاب المصادر الخارجية المنخفضة أكثر ميلاً لاستخدام العنف الجسدي ضد زوجاتهم، ومن ثم فالعنف الناتج عن الحرمان المادي أشد قسوة لأنه يؤدي إلى الإيذاء الجسدي للزوجة (أمال الطنطاوي، منى عباس، فضل العكري، ٢٠٠٥).

وتؤكد النظرية الظاهرية المعرفية على أهميه إدراك الفرد لذاته أى يكون واعياً بقدراته وسلوكياته ومعتقداته، ليكون عنده القدرة على التحكم فيها وذلك لتجنب السلوكيات المحظورة والتي يعتبر من أهمها العنف؛ حيث تركز هذه النظرية على السياق النفسي والاجتماعي للشخص الذي يمارس العنف، وعلى

الظروف والتغيرات التي أدت به إلى إعاقة نموه و إلى استخدام العنف، ومن هنا تظهر الحاجة إلى الإرشاد النفسي والأسرى والذي يهدف إلى مساعدة الأفراد على التكيف مع البيئة، وتزويد الأزواج بالمهارات التي تجعلهم قادرين على التحكم في أنفسهم ومواجهة وحل المشاكل الزوجية (أسعد النمر، ١٩٩٥).

تعقيب عام علي التوجهات النظرية

ترى الباحثة أن أصحاب المدارس الذين تناولوا تفسير العنف، قد فسروها من زوايا متعددة؛ حيث أرجعوا سبب انتشار تلك الظاهرة إلى عوامل مساعدة كثيرة فالنظرية النفسية والاجتماعية ترى أن ضغوط الحياه تعمل بمثابة مثيرات خارجية تؤثر على بعض العمليات النفسية للزوج مما يدفعه إلى السلوك العنيف ضد زوجته، وأوضحت المدرسة الاقتصادية أن للعطالة والمساكن المزدحمة والتفكك الأسري والفقر والجهل وتدني التحصيل العلى دوراً في ازدياد وتفاقم ظاهرة العنف.

ومن خلال ماسبق ترى الباحثة تكامل النظريات في تفسير العنف؛ حيث لايمكن الاعتماد على نظرية دون أخرى بشكل قاطع، بل يجب النظر بشكل شمولي للعوامل السابقة مجتمعة؛ لتحديد وتفسير السلوك العنيف عندالأفراد؛ حيث يتم التعامل مع موضوع العنف من النواحي التحليلية والمنطقية والنفسية للفرد، دون إغفال المحتوى المعرفي والثقافي والاجتماعي،بالإضافة إلى التصور البيولوجي والكيميائي للدماغ البشرى.

أما عن نظرية كولى، ونظرية العامة للجريمة لجتفردسون و هيرشى، ونظرية القوة الدافعة للعدوان، والنظرية المعرفية فهم أوضحوا علاقة ضبط الذات بالعنف؛ حيث بينت هذه النظريات أن كلما انخفض ضبط الذات زاد احتمال ممارسة الأشخاص للعنف والعدوان والجرائم بصورة عامة والعكس صحيح.

المراجع العربية والأجنبية:

أحمد زكي، ونيفين سليمان وهويدا الرفاعى (٢٠٠٧). *العنف ضد المرأة في مصر*. القاهرة: مركز المحروسة للنشر والخدمات الصحفية والمعلومات.

إجلال إسماعيل حلمى (١٩٩٩). *العنف الأسرى*. القاهرة: دار قباء.

أسعد النمر (١٩٩٥). *في سيكولوجيه العدوان*. بيروت: المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع.

أسعد رزق (١٩٧٩). *موسوعة علم النفس*. بيروت: المؤسسة العربية للدراسات والنشر.

أسعد عبد الله أبو هاشم (٢٠٠٧). *فعالية التدريب على الضبط الذاتى فى خفض السلوك العدوانى لدى عينة من الأحداث فى دار الملاحظة الاجتماعية*. رسالة ماجستير غير منشورة، قسم الارشاد والتربية الخاصة، جامعة مؤتة.

لفت حسن المعصوبي (٢٠١٥). العنف الزوجي الممارس ضد الزوجة ومستوى تقبله وعلاقته بالصحة النفسية لدى نساء محافظة غزة. رسالة ماجستير منشورة، جامعة الأزهر، كلية التربية، محافظة غزة، قسم علم نفس.

أمال بو عيشة، وفريدة بولسنان (٢٠١٥). التصورات الاجتماعية للعنف الزوجي مظاهر سلبية وتطلعات ايجابية دراسة على عينة من اسر المجتمع الجزائري. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، (٢١).
أمال الطنطاوى، ومنى عباس، وفضل العكري (٢٠٠٥). العنف الموجه ضد المرأة في مملكة البحرين. مركز البحرين للدراسات والبحوث.

إيمان عبد الوهاب موسى (٢٠٠٧). انعكاس الوضع الحال على العلاقات الأسرية (العنف ضد الزوجة). بحث ميداني في مدينة الموصل، كلية الاداب، قسم علم اجتماع، (١٧).

حسن مصطفى حسن (٢٠١٠). اساليب مواجهة العنف الاسري ضد الزوجة : دراسة مقارنة بين الريف والحضر. مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الانسانية: مصر، ١٩٧٦-٢٠٢٠.

حنان عبد الحميد العناني (٢٠٠٥). الصحة النفسية. عمان، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، ط ٣

دينا موفق زيد (٢٠٠٧). مفهوم الذات وعلاقته بالتكيف الاجتماعى دراسة مقارنة لدى طلبة شهادة الثانوية العامة بفرعيها العلمى والادبى. مشروع تخرج مقدم لنيل درجة الاجازة فى الارشاد النفسى، دمشق، كلية التربية، جامعة دمشق.

ذياب البدانية (٢٠٠٠). سوء معاملة الأطفال الضحية المنسية، مجلة الفكر الشرطى، المملكة العربية السعودية، ١١ (١١).

رأفت عبد الرحمن محمد (٢٠٠٥). رعاية الأسرة والطفولة من منظور الخدمة الاجتماعية. القاهرة، دار العلوم للنشر والتوزيع.

رجاء مكى، وسامي عجم (٢٠٠٨). إشكالية العنف. بيروت: المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر.

ريحانى الزهرة (٢٠١٠). العنف الأسرى ضد المرأة وعلاقته بالاضطرابات السيكوسوماتية (دراسة مقارنة بين النساء المعنفات وغير المعنفات). رسالة ماجستير، جامعة محمد خيضر، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم العلوم الاجتماعية.

شكوة نوابي نزار (٢٠٠١). علم نفس المرأة. بيروت، ترجمة زهراء طيورى بكانة، دار الهادى.

طريف شوقي فرج (٢٠٠٢). العنف في الأسرة المصرية. دراسة نفسية استكشافية: القاهرة، المركز القومي للبحوث الاجتماعية والجنائية.

-(٢٠٠٦) *المحاجة طرق قياسها وأساليب تنميتها*. مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث- كلية الهندسة -جامعة القاهرة.
-(٢٠٠٩) تنمية التفكير متعدد الرؤي كاستراتيجية لمواجهة التطرف الفكري، بحث *ألقي في المؤتمر الأول للأمن الفكري*، جامعة الملك سعود- الرياض - المملكة العربية السعودية.
- عبد الرحمن محمد العيسوي (٢٠٠٤). *الجريمة بين البيئة والوراثة، دراسة في علم النفس الجنائي وتفسير الجريمة*. مصر، منشأة المعارف.
- عبد الستار إبراهيم (١٩٩٤). *العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث*. القاهرة: دار الفجر للطباعة والنشر والتوزيع.
- عفاف شكري حداد، وبهجت عبد المجيد أبو سليمان (٢٠٠٣). فاعلية برنامج إرشادي جمعي في التدريب على الضبط الذاتي في خفض الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية. *مجلة العلوم التربوية*.
- فؤادة محمد هدية (١٩٩٤). دراسة لمصدر الضبط الداخلي والخارجي لدى المراهقين من الجنسين. *مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب*، (٣٢)، ٨٢: ٩٥.
- محمد محروس الشناوي (١٩٩٦). *العملية الإرشادية والعلاجية*. القاهرة، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.
- منذر عرفات زيتون (٢٠٠٥). *الصحة والعنف*. المجلس الوطني لشؤون الأسرة، منظمة الصحة العالمية.
- ميسر محمد أبو صفية (٢٠١٢). مدى فاعلية برنامج نفسي إرشادي للحد من سلوكيات العنف لدى تلميذات المرحلة الأساسية في قطاع غزة. *رسالة ماجستير*، قسم علم نفس، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة.
- نهى جمال عبد الحفيظ (٢٠١٦). أبعاد مفهوم ضبط الذات لدى المراهقين "بحث على عينة من طلاب محافظة بنى سويف". *رسالة ماجستير*، قسم علم نفس، كلية الاداب، جامعة بنى سويف.
- وجيه محمد الغدران (٢٠٠٧). أثر برنامج إرشادي جمعي قائم على المهارات الحياتية في تنمية مفهوم الذات ومركز الضبط لدى أعضاء المراكز الشبابية، *رسالة ماجستير غير منشورة*، جامعة اليرموك.
- يحيى حسن درويش (١٩٩٨). *معجم مصطلحات الخدمة الاجتماعية*. القاهرة، دار نوبار للطباعة.
- Bertrams, A., & Dickhäuser, O. (2009). High-school students' need for cognition, self-control capacity, and school achievement. *Testing a mediation hypothesis Learning and Individual Differences*, 135–138.

Epstein, S. (2003). Cognitive-experiential self-theory of personality. In: Millon, T., & Lerner, M. J. (Eds), *Comprehensive Handbook of Psychology, Volume 5: Personality and Social Psychology*. 159-184. Hoboken, NJ: Wiley & Sons.

Kanfer, F.H. & Goldstein. (1984). *Helping people change: a text book of methods*. Inc: pergramon Press.

Lopez, L. (2000). Self-Control skills as applied to occupational safety, *Revisit de Psychologies de la Universidad de Chile*, 9(1): 61-74.

Stratton, A., & Reid, M. (2000). *The Incredible years classroom Management teacher training program*, Washington, university of Washington.

Wilson, G. T., & O'Leary, K. D. (1980). *Principles of Behavior Therapy*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 349.

The Psychological Reasons Explaining The Wife_Abuse and The Role of Self_ Control Therein

Noha Gamal Abdel Hafeez

Tarif Shawky Mohamed Farag professor/

Abstract:

The present research paper aims to clarify the psychological explanations of violence against the wife and the role of self-control therein. It also aims to examine the content, dimensions and factors influencing self-control. And then methods of development, and the presentation of forms of violence against the wife and the psychological effects on them as a result of exposure to violence; In order to clarify the factors that contribute to the emergence of violence against the wife and highlight the role of self-control to reduce.

key words: Self-control, dimensions of self-control, domestic violence, violence against the wife

العلاقة بين الوظائف التنفيذية والشعور بطيب الحال: المخرجات والأليات