

استراتيجية مواجهة الضغوط النفسية عند المرأة المعنفة *coping strategies of battered women*

تيغليت صلاح الدين

جامعة محمد لمين دباغين،

(الجزائر)

salaheddinedz@yahoo.fr

تاريخ القبول: ٢٠٢٢/٠٥/١٩ النشر ٢٠٢٤/٠١/٢٢

كوسة خلود*

جامعة محمد لمين دباغين،

(الجزائر)

dodo_liv@yahoo.fr

تاريخ الاستلام: ٢٠٢٢/٠١/٢٢

ملخص:

تندرج هذه الدراسة ضمن المقاربات السيكلولوجية حيث هدفت الى الكشف عن اهم استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى المرأة المعنفة، وتحديد نوع الإستراتيجية الأكثر استخداما لمواجهة الضغوط النفسية المترتبة عن العنف سواء الجسدي او النفسي . اذ تهم هذه الدراسة بالبحث المعرفي عن ماهية استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، وذلك بالاعتماد على المنهج الوصفي للبحث وتحليل النتائج، و اجريت هذه الدراسة بمدينة سطيف على ٤٣ حالة من النساء المعنفات، بالاعتماد على مقياس استراتيجيات المواجهة، ومقياس الضغوط النفسية. وهذا للإجابة عن تساؤل المشكلة البحثية القائل ب: ما هي استراتيجية مواجهة الضغوط النفسية التي تستخدمها المرأة المعنفة.

الكلمات المفتاحية: استراتيجية؛ مواجهة؛ ضغط نفسي؛ امرأة؛ عنف.

Abstract :

This study sheds light on strategies to confront the pressures of battered women, and aims to know the type of strategies most used by battered women to confront the psychological pressures resulting from the violence they are exposed to. This study was conducted in Setif on ٤٣ cases of battered women, and the descriptive approach was applied And the use of the coping strategies scale. One of the most important findings: that the coping strategies differ among battered women, and the most used strategy is the emotional coping strategies.

KeyWords: coping; strategies ; stress; battered; women .

المقدمة:

تمهيد:

مازلنا نشاهد ونسمع من خلال الوسائط الاعلامية والتقارير والإحصائيات أن وضع المرأة لا زال متأزما في بعض الدول اذ تتعرض لممارسات العنف بأشكاله المختلفة سواء الجسدي أو النفسي على المستوى الغربي أو العربي بصفة خاصة ،اذ تشير التقديرات لمنظمة الصحة العالمية في الفترة الممتدة بين ٢٠٠٠-٢٠١٨ أن واحدة من كل ٣ نساء أي بنسبة ٣٠% في أنحاء العالم تتراوح اعمارهم بين ١٥ و ٤٩ سنة يتعرضن في حياتهم للعنف الجسدي أو الجنسي ويكون من طرف الزوج أو أفراد العائلة أو حتى في مكان العمل أو الشارع. فالعنف يعتبر من الأحداث الحياتية الصادمة التي تترك آثارا سلبية عديدة على المرأة يصعب حصرها وذلك لان المظاهر التي يأخذها هذا الجانب كثيرة ومتعددة، حيث أن تعنيف المرأة يخلف جملة من الأعراض والاضطرابات النفسية منها الاكتئاب، نقص تقدير الذات، شعور الإحباط وعدم الثقة بالنفس، الشعور بالتوتر والضغط النفسي، الشعور بعدم الأمن، الأفكار الانتحارية، والعديد من الاضطرابات التي لا يمكن حصرها، وهذا بالطبع لا يعني أن المرأة تتعرض لجميع هذه الاضطرابات معا ،بل قد تتعرض لواحد من هذه الاضطرابات وذلك حسب درجة العنف الممارس ضدها ،وحسب بناء وقوة شخصيتها وطريقة استجابتها ومواجهتها للموقف العنيف الذي تتعرض له. اذ توصلت العديد من الدراسات إلى أن العنف يؤثر على الصحة النفسية للمرأة مثل دراسة (Sddiewanson ٢٠٠٠) (Weingourt et al. ٢٠٠١)، ودراسة "سبين عصام ٢٠١٣" تحت عنوان "الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالاكتئاب لدى النساء المعنفات" حيث أظهرت النتائج أن مستوى الاكتئاب لدى النساء المعنفات كان متوسطا. و حسب "Oddie" أن الشعور بالضغط النفسي لدى المرأة المعنفة هو شعور ناتج عن التعرض للعنف وأيضا عن عدم قدرتها على التكيف معه أو استجابتها للاتفاقية نحو أي موقف تواجهه. فالشعور بالضغط النفسي عبارة عن أحداث وسلوكيات معا . فلشخصية المرأة دور في نوعية الاستجابة لمصادر الضغوط، حيث أن الفروق الفردية ذات صلة وثيقة بالاستجابات للضغط النفسي، و تظهر استجابات المواجهة من خلال التفاعل بين العوامل الحالية لموقف ما و بين المزاج الشخصي. فهناك ارتباط بين أساليب مواجهة الضغوط و التوافق و الصحة النفسية و الجسدية، لذلك يظهر من المهم لفهم أثر الضغوط النفسية على الصحة الاهتمام بالعوامل الوسيطة للموقف الضاغط على الفرد التي تزيد من شدته و تفاقمه ،اذ تمثل سيرورات للتوافق لأنها تعمل على التخفيف من حدة الضغوط.

و في ضوء الاختلاف في التكوين الشخصي للأفراد الذي يحدث الفارق دائما في الاستجابات ،فإنهم يختلفون في ردود فعلهم للمواقف الضاغطة، اذ تعتبر عاملا وسيطا تخفف أو تزيد من حدة الموقف الضاغط على الفرد. فالأفراد ليسوا دائما ضحايا مستسلمين و سلبيين للمواقف الضاغطة التي يواجهونها فنجد بعضهم عادة ما يحاولون تخفيف الضغوط بواسطة التفكير والشعور أو السلوك بطرق محددة و بمعنى آخر مواجهتها. و ما يجعل موضوع إستراتيجية مواجهة الضغط بالنسبة للأفراد والمعنفات بصفة خاصة هو أنهم يواجهون الضغوط بطرق متنوعة

بعضها يكون فعالا ناجحا والبعض الآخر غير ذلك، و عندما يخفقون في استعادة حالة التوازن يبقون تحت الضغط و التوتر فتظهر عندهم اضطرابات متنوعة.

و هذا ما يراه " لازاروس و فولكمان Folkman & Lazarus " إذا كان الضغط النفسي مظهرا محتوما في أوضاع الفرد و من المتعذر عليه اجتنابه، فإن أسلوب المواجهة هو الذي يضع فرقا في عملية التكيف .

و من هنا استمدت فكرة هذه الدراسة التي تبحث في أنواع استراتيجيات المواجهة التي توظفها المرأة لمواجهة الضغوط والآثار النفسية الناتجة عن تعرضها للعنف، وذلك من خلال محاولة تحديد أهم الاستراتيجيات المستخدمة من قبل النساء المعنفات.

اشكالية الدراسة : من خلال هذا البحث نسعى إلى التعرف على استراتيجيات المواجهة التي تستعملها المرأة المعنفة عند تعرضها للعنف ومواقف ضاغطة، يمكن تحديد الإشكالية من خلال التساؤل الرئيسي التالي:

- ما هي استراتيجية مواجهة الضغوط النفسية التي تستخدمها المرأة المعنفة ؟

التساؤلات الفرعية

- هل توجد فروق دالة إحصائية في استخدام استراتيجيات المواجهة عند المرأة المعنفة تعزى لمتغير السن؟ .
- هل توجد فروق دالة إحصائية في استخدام استراتيجيات المواجهة عند المرأة المعنفة تعزى لمتغير العمل؟.

الفرضيات

- تلجأ المرأة المعنفة لاستخدام مختلف استراتيجيات المواجهة للتخفيف من الضغوط النفسية الناتجة عن التعنيف.

الفرضيات الجزئية

- توجد فروق دالة إحصائية في استخدام استراتيجيات المواجهة عند المرأة المعنفة تعزى لمتغير السن.
- توجد فروق دالة إحصائية في استخدام استراتيجيات المواجهة عند المرأة المعنفة تعزى لمتغير العمل.

أهمية الدراسة: تبرز أهمية الدراسة في الكشف عن استراتيجيات المواجهة التي تلعب دورا هاما في تكوين الصحة النفسية والجسدية، و عليه فإن التحكم في هذه الإستراتيجيات يسمح بالحفاظ على الصحة النفسية و العقلية للفرد، والوقاية من الاضطراب و المرض.

أهداف الدراسة : تهدف الدراسة إلى التعرف على أنواع استراتيجيات المواجهة التي تستخدمها المرأة لمواجهة سلوكيات العنف والضغوط الناتجة عنه. والتعرف الى الفروق في استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط وفقا لبعض

المتغيرات كمتغير السن ومتغير العمل. ومنه يمكن أن نستشف دور استراتيجيات المواجهة في التخفيف من حدة الضغوط النفسية وبالتالي الوقاية من الاضطرابات.

المصطلحات الاجرائية للدراسة

استراتيجيات المواجهة : تعرف اجرائيا بأنها مجموعة من درجات يحصل عليها الفرد على استبيان استراتيجيات المواجهة المستعمل في هذه الدراسة.

الضغط النفسي : هو مجموع المصادر الداخلية والخارجية الضاغطة التي يتعرض لها الفرد وينتج عنها ضعف قدرته على احداث الاستجابة المناسبة للموقف. وإجرائيا هو الدرجة التي يتحصل عليها الفرد في مقياس الضغط النفسي. **المرأة المعنفة :** هي كل امرأة تتعرض لأي شكل من اشكال العدوان و العنف سواء من العائلة او خارجها ويخلف اضرارا نفسية وجسمية.

I. الاطار النظري للدراسة:

١. تعريف استراتيجيات المواجهة

يعرف "راي" وآخرون (Ray et al ١٩٨٢) المواجهة على أنها: إستراتيجيات تشير إلى الطريقة المستعملة للتوافق مع الوضعيات الصعبة، ويتضمن هذا المفهوم من جهة تواجد مشكل حقيقي أو خيالي، ومن جهة أخرى الاستجابة لهذا الحدث الضاغطة. (مرازقة وليدة، ٢٠٠٨/٢٠٠٩، ص ٦١).

فمفهوم المواجهة برز في العصر الحديث، وظهر لأول مرة في كتاب (Psychological stress and coping process) ١٩٦٦ (Folkman & Lazarus) والذي يدل على مجموع الاستجابات والاستراتيجيات المختبرة من الفرد لمواجهة الوضعيات الضاغطة. (Bruchon-Schweitzer M & Quintard B، ٢٠٠١، p٧٢).

٢. تعريف الضغط النفسي

جاء في "معجم علم النفس والتحليل النفسي" أن الضغط هو مجموعة من العوامل الخارجية والداخلية الضاغطة على الفرد بدرجة تولد لديه إحساسا بالتوتر أو تشويها، وإذا ما زادت شدته تفقده توازنه. (بوزقاق سميرة، ٢٠٠٥، ص ٣٣).

أما DSM IV ١٩٩٤ فعرف الضغوط بأنها: أعباء ترهق الفرد وتتجاوز طاقة التحمل لديه بدءًا من أحداث الحياة القوية اليومية إلى أحداث الحياة القوية والحادة، حيث تمثل تلك الضغوط محورًا هامًا وأساسيًا عند تشخيص أي مرض نفسي. (أمل سليمان العنزي، ٢٠٠٤، ص ٢٥)

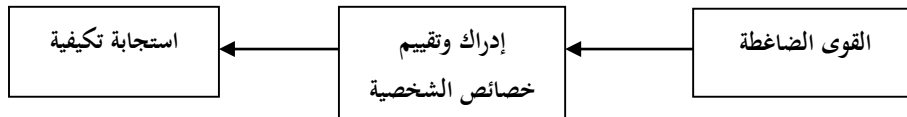
٣. مكونات الضغط النفسي: لها ٣ عناصر مترابطة هي:

أ/القوى الضاغطة أو عوامل الضغط: (Stressors) تتمثل في متطلبات موقفية تحتاج إلى التكيف الفردي معها كالصراع.

ب / إدراك الفرد وتقييمه لهذه القوى الضاغطة وطبيعتها و ديناميتها وآثارها ،وقدراته على التعامل معها والسيطرة عليها واحتوائها.

ج / الاستجابة الفردية للقوى الضاغطة حسب طبيعة إدراكها وتقييمها ،فغالبا ما تكون هذه الاستجابة مزيجا من ردود فعل نفسية وجسمية . (ابن زروال فتيحة ،٢٠٠١، ص ٣٣،٣٤).

الشكل رقم ٠١ :يوضح عناصر الضغط.



٤ . **خصائص المواجهة :** حسب "لازاروس" و"فولكمان" تتمثل خصائص المواجهة في :

*المواجهة عملية وليست سمة،فالعلاقة بين الشخص والبيئة علاقة متبادلة ودينامية .

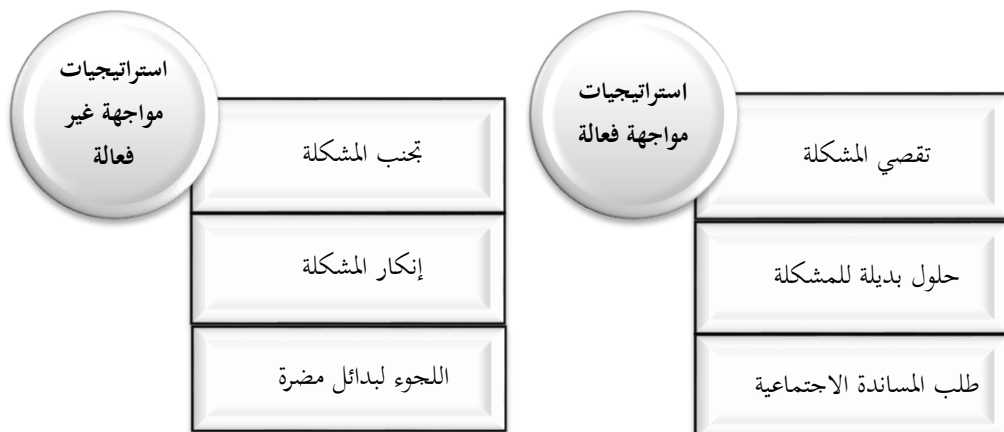
*المواجهة تتحدد من خلال نتائجها وليس من الافتراضات القبليّة التي تشكلها (توافقية /غير توافقية)،أي المواجهة قد تكون فعالة أو غير فعالة بناءا على نتائجها .

*هناك اختلاف بين المواجهة والسلوك التوافقي التلقائي .

*عملية المواجهة هي نوعية وموقفية وليست عامة. (طه حسين وسلامة حسين، ٢٠٠٦، ص ٨٠) .

٥. **أنواع أساليب المواجهة**

الشكل رقم ٠٢ : يبين مخطط لأنواع اساليب المواجهة



٦. تصنيف استراتيجيات مواجهة الضغط النفسي : من أبرز هذه التصنيفات :

الجدول رقم ٠١ : تصنيفات استراتيجيات مواجهة الضغط النفسي

العالم	التصنيف
أندلر وباركر ١٩٩٠	-استراتيجيات متمركزة حول المشكلة -استراتيجيات متمركزة على الانفعال -استراتيجيات التجنب
مارتن وزملاؤه ١٩٩٢	-استراتيجيات المواجهة الانفعالية -استراتيجيات المواجهة المعرفية
زيماردو وفير ١٩٩٧	-استراتيجيات موجهة نحو المشكلة -استراتيجيات موجهة نحو الانفعال

المصدر: (بن زروال فتيحة ، ٢٠١٠، ص ٢٧٠).

٧. تعريف العنف

تعرفه المنظمة العالمية للصحة " تهديد أو استعمال عمدي للقوة الجسدية أو القدرة ضد النفس أو الآخر ،الذي يؤدي أو يحتمل لحدوث صدمة،موت،آثار نفسية ،تطور سيء،أو نقائص. (OMS, ٢٠٠٢,p٥٠.)

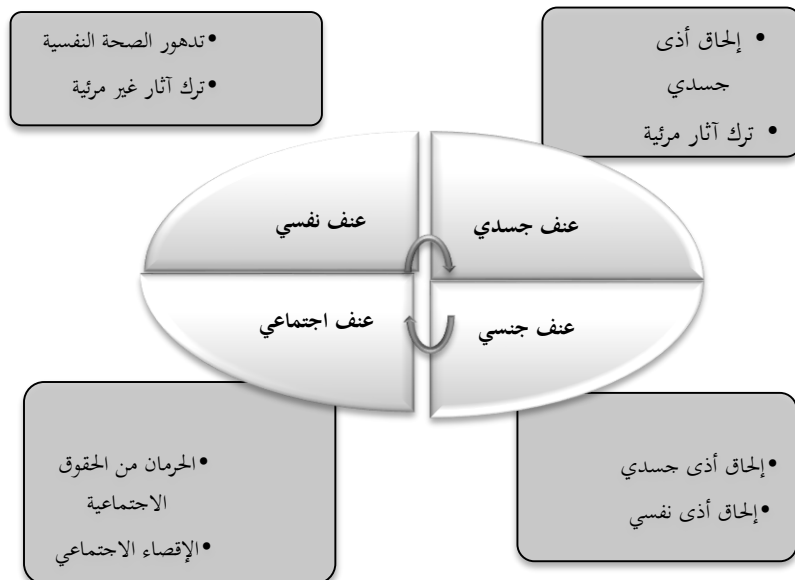
- فهو إحدى صور العدوان الذي يقصد به الإيذاء ،وليس العدوان غير المقصود ،أو للدفاع عن النفس،بل هو العدوان الصريح كإلحاق الأذى والضرر بشخص أو ممتلكاته ،ولذلك يصنف العدوان إلى كونه مباشرا وغير مباشر ،أما العنف فمباشر غالباً،فالعدوان سلوك يرمي إلى إيذاء الذات أو الغير بينما العنف يرمي إلى إيذاء الغير غالب. (محي الدين احمد حسين، ١٩٩٨، ص٣٠٢)

٨-تعريف العنف ضد المرأة:

تبنت الجمعية العامة للأمم المتحدة عام ١٩٩٣ تعريفا حدد بمقتضاه العنف ضد المرأة بأنه : أي فعل عنيف قائم على أساس النوع الاجتماعي ،ينجم عنه ،أو يحتمل أن ينجم عنه أذى أو معاناة جسمية أو جنسية أو نفسية للمرأة ،بما في ذلك التهديد باقتواف مثل هذا الفعل ،أو الإكراه أو الحرمان التعسفي من الحرية ،سواء وقع ذلك في الحياة العامة أو الخاصة . (منير كرادشة ، ٢٠٠٩ ، ص ٣٢).

٩. أشكال العنف الممارس ضد المرأة : فيما يلي أهم أشكال العنف التي تتعرض لها المرأة :

مخطط رقم ٠٣ : يوضح أهم أشكال العنف ضد المرأة



المصدر: بالاستناد على: (Dictionnaire le robert، ١٩٦٦، ١٨١٨ p)، (نعيمه رحمان، ٢٠١١، ص ٥٣)، (قاسم حسين صالح، ٢٠١٨، ص ٠٨)، (منير كرادشة، ٢٠٠٩، ص ٣٢).

١٠. آثار العنف على المرأة : تظهر الآثار المترتبة على العنف فيما يلي :

أ-الصحة الجسدية : يترك العنف الجسدي آثارا عميقة على جسد المرأة خاصة إذا كان باستعمال أدوات ما فينتج عنه : جروح وكسور ، كدمات ، تمزق الأنسجة ، خلل وظيفي ، صحة جسمية متدنية ، إعاقات دائمة ، ارتفاع بالمخ ، فقدان جزئي للسمع أو البصر ، هالات سوداء حول العينين ، أعراض آلام مزمنة ، واضطرابات هضمية.

ب-الصحة النفسية و العقلية : أهم هذه الآثار ضغط نفسي ناتج عن الحالة بعد الإصابة ، اكتئاب ، العجز الجنسي ، نقص في تقدير الذات ، فقدان الثقة بالنفس ، الشعور بالعجز عن تغيير مسار الحياة أو تجنب العنف وإيقافه ، الشعور بالذنب وإلقاء مسؤولية المشاكل و الاضطرابات التي تطرأ على الحياة الزوجية إلى عدم جدارتها في إدارة شؤون الأسرة ، الشعور بالإحباط و أحيانا التفكير في الانتحار. (أحمد زايد، ٢٠٠٣، ص ٢٥٠).

II. الإطار المنهجي للدراسة :

١. المنهج : تختلف مناهج الدراسة حسب طبيعة المواضيع المتناولة ، حيث تسعى هذه الدراسة لتقديم وصف ومعرفة الاستراتيجيات المستخدمة لمواجهة الضغوط من قبل النساء المعنفات ، ومنه ارتأينا اختيار المنهج الوصفي في هذه الدراسة.

٢. حدود الدراسة الزمانية والمكانية : تقتصر هذه الدراسة على فئة النساء المعنفات ، ب مصلحة الطب الشرعي لمدينة سطيف . شهري سبتمبر و أكتوبر من سنة ٢٠٢١ . وقدر حجم العينة ب ٤٣ حالة من النساء المتعرضات للعنف سواء من قبل الزوج أو فرد من أفراد العائلة.

٣. خصائص العينة

الجدول رقم (٢): يوضح خصائص عينة الدراسة حسب السن

الفئة العمرية	٣١-٢٥	٣٨-٣٢	المجموع
العدد	١٩	٢٤	٤٣
النسبة المئوية	٤٤,١٩%	٥٥,٨١%	١٠٠%

الجدول (٢) يوضح توزيع أفراد العينة حسب الفئة العمرية التي كانت من سن ٢٥ إلى ٣٨ عاما، وكما يتبين أن النسبة المئوية الأعلى ٥٥,٨١% كانت للفئة العمرية من ٣٨-٣٢ سنة، وتليها فئة ٣١-٢٥ سنة والمقدرة بـ ٤٤,١٩%.

الجدول رقم (٣): يوضح خصائص العينة حسب العمل

المستوى التعليمي	عاملة	غير عاملة	المجموع
العدد	١٧	٢٦	٤٣
النسبة المئوية	٣٩,٥٣%	٦٠,٤٧%	١٠٠%

الجدول (٣) يوضح توزيع أفراد العينة حسب العمل، بين نساء عاملات ونساء غير عاملات، وكما يتبين أن النسبة المئوية الأعلى كانت للنساء غير العاملات بنسبة ٦٠,٤٧%، أما النساء العاملات فكانت نسبتهن ٣٩,٥٣%.

٤. الأدوات المستعملة لجمع البيانات: تم الاعتماد على كل من الملاحظة، والمقابلة، مقياس الضغط النفسي، ومقياس استراتيجيات المواجهة، كتقنيات ووسائل لجمع البيانات.

١,٤. مقياس استراتيجية المواجهة

وضع لازاروس وفولكمان سنة ١٩٨٠ مقياس استراتيجيات المواجهة الذي تم تطويره عدة مرات من قبل مصمميهِ، يحتوي هذا المقياس على ٦٧ بند. وتم تعديل هذا المقياس من قبل فيتاليانو سنة ١٩٨٥ حيث قام بتقليص عدد البنود ليصبح ٤٢ بنداً. ثم تم تكيف هذا المقياس إلى اللغة الفرنسية من قبل كوسون وآخرون سنة ١٩٩٦ حيث عرضوا النسخة التي تحتوي ٤٢ بنداً على ٤٦٨ فرداً فرنسي راشداً، وقد سمح لهم هذا بإبراز ثلاثة عوامل هي:

* المواجهة المتمركزة حول المشكل بمعامل $\alpha = ٠,٧٩$ ، وتشمل ١٠ بنود هي ٧- ١٠- ١٣- ١٦- ١٩- ٢٢ -

*المواجهة المتمركزة حول الانفعال بمعامل $\alpha = 0,72$ وتشمل ٩ بنود هي ٢٣-٢٠ -- ٨ - ١١ - ١٤ - ١٧
٢٦٥-٢٨.

*المواجهة المتمركزة حول الدعم الاجتماعي بمعامل $\alpha = 0,73$ وتشمل ٨ بنود هي ٢٤-٩ - ١٢ - ١٥ - ١٨
٢١-٣-٦.

والإجابة على هذا المقياس تكون حسب سلم من أربع درجات : لا، بالأحرى لا، نعم، بالأحرى نعم.

أما فيما يخص التصحيح فيفترض وضع العلامات من ١ إلى ٤، لكل عبارة تبعا لنوعية الإجابة :

لا = ١، بالأحرى لا = ٢، نعم = ٣، بالأحرى نعم = ٤

٢,٤. صدق وثبات أداة الدراسة : اعتمد في حساب صدق المقياس على طريقة الاتساق الداخلي، وذلك بحساب معامل الارتباط "بيرسون" بين كل بعد وبنوده. وتم التوصل إلى أن عدد البنود الدالة عند مستوى الدلالة ٠,٠١ هو ١٨ بندا، في حين أن عدد البنود الدالة عند مستوى الدلالة ٠,٠٥ بلغ ٧ أما البنود غير الدالة فقد كان عددها ٢٤. أي أن عدد البنود الدالة هو ٢٥/٢٧ من المجموع الكلي للبنود، وهذا يدل على وجود نوع من الاتساق الداخلي للمقياس، ما يشير بدوره إلى تمتع المقياس بدرجة من الصدق يمكن الاعتماد عليها في هذه الدراسة. أما الثبات : اعتمد على طريقة التجزئة النصفية و كانت النتائج المتحصل عليها بعد التصحيح بواسطة تطبيق معادلة سبيرمان براون كالتالي (معامل الارتباط الموجهة المركزة على الشكل هو ٠,٧٦ حول الانفعال ٠,٤٢ حول الدعم الاجتماعي ٠,٥٧) يتبين لنا أن كل قيم الارتباط، هي قيم مقبولة و تدل على تمتع المقياس بالثبات الذي يسمح لنا باستعماله في هذه الدراسة.

٣,٤. وصف مقياس الضغط النفسي : مقياس إدراك الضغط أعد من طرف ١٩٩٣ (Levenstein & al) بهدف قياس مؤشر إدراك الضغط، من خلال ٣٠ عبارة مقسمة إلى بنود مباشرة وبنود غير مباشرة. ويضم أربع بدائل هي (تقريبا أبدا / أحيانا / كثيرا / عادة) حيث يتم تنقيط الإجابات في البنود المباشرة من ١ إلى ٤ نقاط أما البنود غير المباشرة فتتقنط من ٤ إلى ١ ثم تجمع الدرجات لإيجاد الدرجة الكلية للاختبار.

٤,٤. أساليب تحليل البيانات : تم اختيار الأساليب الإحصائية بما يتناسب مع طبيعة فرضيات الدراسة، حيث تم الاعتماد على المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري، والنسبة للفروق تم الاعتماد على T.test، وذلك باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS في تحليل البيانات التي تم جمعها لأغراض الدراسة .

٥. عرض النتائج ومناقشتها

١,٥ عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى : نصت الفرضية الأولى على تلجأ المرأة المعنفة لاستخدام مختلف

استراتيجيات المواجهة للتخفيف من الضغوط النفسية الناتجة عن التعنيف وجاءت النتائج كما يلي:

الجدول رقم(٤): يوضح المتوسطات والانحرافات المعيارية لاستراتيجيات المواجهة

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الاستراتيجيات
٣٠,٣٩	١٢,٥٧	الاستراتيجيات المركزة حول المشكل
٢٢,٥٧	١٣,٦٦	الاستراتيجيات المركزة حول الانفعال
١٧,٢٣	٩,١٢	الاستراتيجيات المركزة حول الدعم الاجتماعي

تشير النتائج في الجدول أعلاه أن استجابات المعنفات على استراتيجيات مواجهة الضغوط توزعت كالآتي: حيث تمثلت الاستراتيجيات الأكثر استخداما هي الاستراتيجيات المركزة حول الانفعال بمتوسط حسابي قدره ١٣,٦٦ وبانحراف معياري قدره ٢٢,٥٧، وهي الاستراتيجية الأكثر استخداما، ثم بعدها الاستراتيجيات المركزة حول المشكل بمتوسط حسابي قدره ١٢,٥٧ وانحراف معياري قدره ٣٠,٣٩، وإستراتيجيات المركزة حول الدعم الاجتماعي بمتوسط حسابي قدره ٩,١٢ وانحراف معياري قدره ١٧,٢٣ .

٢,٥ مناقشة الفرضية الأولى

أظهرت النتائج ان الاستراتيجية الأكثر استخداما من قبل النساء المعنفات لمواجهة الضغوط النفسية الناجمة عن العنف، هي الاستراتيجيات المركزة حول الانفعال، أكثر من استخدامهم للاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل او المتمركزة حول الدعم الاجتماعي، وهذا ما يدل على التوافق السيئ مع المشكلات التي تواجهها المرأة وعلى الارتباط بالضغوط النفسية والاضطراب النفسي الذي يخلفه التعرض المستمر للعنف. وهذا ما يؤكده (جمعة يوسف ٢٠٠٠) اذ يبين ان هناك علاقة بين الميل الى استخدام اساليب المواجهة المركزة على الانفعال والاضطراب النفسي. فكما هو متعارف عليه أن المرأة تنشئها اجتماعيا تكون أكثر تعبيرية عن انفعالاتها، أي أن لديها القدرة على التعبير عما تعانیه من خلال الكلمات، وتظهر عليها الأعراض الانفعالية بشكل واضح مقارنة بالرجل عند الاستجابة للضغوط النفسية. بالإضافة الى أن المرأة تقوم بأدوار اجتماعية كثيرة مما يملئ عليها أنواعا مختلفة من السلوك، وحتى لو تكون غير راضية عن بعض الأدوار والوضع الذي تعيشه بما في ذلك تعرضها للعنف ومحاولات تهميشها وعدم تقديرها في المجتمع، مما يجعلها أكثر عرضة للضغوط والاكتئاب. فحسب (أندلر وباركر ١٩٨٩) يؤكد أنه يوجد ارتباط قوي بين المواجهة المركزة على الانفعال و الأعراض السيكاترية، فالأشخاص المضطربين نفسيا يفضلون استعمال هذا النوع من المواجهة أكثر من الأسوياء. ففي هذه الدراسة الأغلبية من النساء المعنفات اعتمدن على أسلوب المواجهة المتمركز على الانفعال سعيا منهن للتخفيف من حدة الضغوط النفسية وتحمل الانفعالات والمشاعر السلبية التي يثيرها الموقف الضاغط والمتمثل في التعرض للعنف سواء من الزوج أو من أفراد العائلة.

فاختيار استراتيجية مواجهة معينة مرتبطة بطبيعة الوضعية الضاغطة ومختلف العوامل المؤثرة على الموقف، وفي هذا يؤكد (كومبس ١٩٨٧) أن مواجهة الموقف الضاغط يختلف باختلاف المواقف واختلاف الفروق الفردية وكذا

الاستعدادات البيولوجية والنفسية وكذا التنشئة الاجتماعية وخبرات الطفولة الأولى من حيث الأساليب التي يستجيب لها الأفراد، وهذا ما أشار اليه (لازاروس وفولكمان ١٩٩١) من أن هناك عدة عوامل تشارك في عملية المواجهة تشمل التجربة الشخصية الضاغطة و الأفكار و السلوكات اللازمة للتعامل مع مطالب التجربة. وهذا ما يفسر التقارب مع الاستراتيجية في المرتبة الثانية وهي المتركة حول المشكل، فمن جهة أخرى نجد أن مجموعة من النساء يستخدمن نوعا آخر من استراتيجيات المواجهة كالمحاولة لإيجاد حلول لمشكلاتها تكون فعالة للحد من تعرضها للعنف ومواجهته بطرق أكثر نجاعة وفعالية من اللجوء إلى الانفعال أو إلى محاولة الحصول على الدعم والسند الاجتماعي لمساعدتها على تخطي مشكلاتها والتخفيف من حدة الضغط النفسي الذي تواجهه.

٣,٥. عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية : حيث تنص الفرضية على وجود فروق دالة إحصائية في استخدام استراتيجيات المواجهة عند المرأة المعنفة تعزى لمتغير السن وجاءت النتائج كالتالي:

الجدول رقم (٥): يوضح الفروق حسب السن في أبعاد استراتيجيات المواجهة

قيمة ت	٣٨-٣٢	٣١-٢٥	الاستراتيجيات
	متوسط حسابي	متوسط حسابي	
٠,٦١	١٤,٩٧	١٣,٦٥	الاستراتيجيات المتركة حول المشكل
١,٦٢	١٧,٠٦	١٤,٥٧	الاستراتيجيات المتركة حول الانفعال
١,٥٩	١٢,١٠	٩,٩٨	الاستراتيجيات المتركة حول الدعم الاجتماعي

يتبين من خلال الجدول أعلاه أن الفروق بين الفئات العمرية المحددة في الدراسة غير دالة إحصائية في أبعاد استراتيجيات المواجهة، وهو ما يعبر عن عدم وجود فروق بين السن واستخدام إستراتيجية المواجهة في التعامل مع الضغوط النفسية .

٤,٥. مناقشة الفرضية الثانية:

من خلال النتائج المتحصل عليها جاءت مختلفة وغير متطابقة مع فرضيتنا التي نصت على وجود فروق دالة إحصائية في استخدام استراتيجيات المواجهة حسب متغير السن حيث أظهرت النتائج عدم وجود فرق بين أفراد العينة في استجاباتهم كما هو موضح بعدم وجود فروق في توظيف استراتيجيات المواجهة حسب السن، وهذا حسب رأينا راجع إلى تقارب الفئة العمرية التي شملتها العينة الدراسة وجاء هذا مخالفا لبعض النتائج التي جاءت في الدراسات السابقة التي اطلعنا عليها حيث أنها دراسات اعتمدت على فئة عمرية مختلفة ومتباينة بين شباب وكهول

وشيوخ، أما عن خصائص عينة دراستنا فكانت مكونة من فئة الشباب فقط حيث كانت أعمارهم متقاربة من سن ٢٥ إلى ٣٨ عاما، وهذا ما يفسر عدم وجود اختلاف في نتائج الفرضية.

وهذا ما يتوافق مع ما توصل اليه (Schooler & Pearlin ١٩٧٨) في دراستهما على عينة غير إكلينيكية تكونت من ٣٢٠٠ فرد من الجنسين تراوحت أعمارهم ما بين ١٨ و ٦٥ سنة إلى أن استعمال إستراتيجية المواجهة الفعالة ظهر عند أغلبية أفراد العينة فلم يكن للسن تأثيرا على استعمال استراتيجيات المواجهة. ويؤكد (Vaillant ١٩٨٦) أن استراتيجيات المواجهة تبقى ثابتة في سن الرشد، لكن في المراحل العمرية الموالية فالتغير يكون طفيف جدا. فالتغير في استراتيجيات المواجهة من المراهقة إلى سن الرشد واضح. و أثبتت دراسة (١٩٨١ Billings et Moos) أنه لا يوجد اختلافات ذات دلالة في استراتيجيات المواجهة المستعملة في مراحل عمرية مختلفة، فكل مرحلة عمرية تتميز باستعمال استراتيجيات مختلفة غير متناسقة.

وأوضحت الأعمال الإمبريقية أن استراتيجيات المواجهة تتغير قليلا فقط في سن الرشد، فالأشخاص المتكيفون و الذين يستعملون إستراتيجية المواجهة الفعالة للتعامل مع ضغوط الحياة اليومية في سن الثلاثين من الأرجح أن يبقوا كذلك في سن لاحقة حتى في سن الشيخوخة، أما الأشخاص الذين يستعملون استراتيجيات مواجهة غير فعالة في سن الثلاثين من المحتمل جدا أن يبقوا كذلك في سن الشيخوخة، و يحدث تغير في نوعية استراتيجيات المواجهة في حالة واحدة و هي إن وردت تدخلات جديدة تسببت في تغيير هذه الاستراتيجيات.

وفي ظل قلة الدراسات التي تتناول نفس متغيرات دراستنا ما يمكننا قوله أن إستراتيجية المواجهة لا تتأثر بالضرورة بعامل السن، و من الصعب معرفة تأثير متغير السن على استراتيجيات المواجهة وهذا ما يؤكد ما قلناه سابقا أن بناء الشخصية وخصائصها تعتبر عاملا مهما تخفف أو تزيد من شدة الموقف الضاغط. فالفروق الفردية والتنشئة الاجتماعية للأفراد هو ما يجعلهم يختلفون في ردود فعلهم نحو المواقف الضاغطة وهو ما يحدد طريقة وكيفية استجابتهم نحوها، فالفروق الفردية وثيقة الصلة باستجابات الضغط النفسي لأنها تلعب دور التغير أو تعديل الطرق التي يواجه بها الأفراد الحاجات والمواقف المحيطة، و تظهر استجابات المواجهة من خلال التفاعل بين العوامل الحالية للظرف و بين المزاج الشخصي.

٦,٥. عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة : حيث تنص الفرضية على وجود فروق دالة إحصائية في استخدام

استراتيجيات المواجهة عند المرأة المعنفة تعزى لمتغير العمل وجاءت النتائج كالتالي:

الجدول رقم(٦): يوضح الفروق حسب العمل في أبعاد استراتيجيات المواجهة

الاستراتيجيات	عاملة	غير عاملة	قيمة ت	الدلالة
	متوسط حسابي	متوسط حسابي		
الاستراتيجيات المتركة حول المشكل	١٦,٨٠	١٤,٢٩	١,٦٩	دال

الاستراتيجيات المتركزة حول الانفعال	١٣,٠٦	١٥,٢١	١,٢٥	غ دال
الاستراتيجيات المتركزة حول الدعم الاجتماعي	١٠,٤٣	١١,٤٩	١,١٢	غ دال

يتبين من خلال الجدول والنتائج الموضحة فيه أن الفروق بين النساء في ممارسة العمل من عدمه دالة إحصائية في أبعاد استراتيجيات المواجهة فيما وهو ما يعبر عن وجود فروق بين العاملة وغير العاملة في استخدام إستراتيجية المواجهة في التعامل مع الضغوط النفسية للمرأة المعنفة.

٧,٥. مناقشة الفرضية الثالثة:

من خلال الجدول أعلاه جاءت النتائج المتحصل عليها متطابقة مع ما نصت عليه فرضيتنا القائلة بوجود فروق دالة إحصائية في استخدام استراتيجيات المواجهة تعزى لمتغير العمل بالنسبة للمرأة المعنفة، حيث اظهرت النتائج وجود فرق بين أفراد العينة في استجاباتهم، ويرجع هذا الفرق حسب رأينا إلى أن ممارسة المرأة للعمل لمستواها الدراسي دور في بناء وتكوين شخصية المرأة، خاصة ذات المستوى التعليمي العالي، (حيث أن عينة الدراسة كانت في مجملها نساء عاملات كان مستواهن الدراسي في أغلبه مستوى جامعي) فهو عامل مهم في ارتفاع أو انخفاض مستوى الضغط النفسي الناتج عن التعرض للعنف، وهو العامل الذي بإمكانه أن يحدث فروقا في توظيف استراتيجيات المواجهة الفعالة لدى النساء المعنفات. وهذا يتماشى مع دراسة (Acker ٢٠٠٠) أجراها على عينة من الممرضات والممرضين فالممرضات المتخصصات ذوات الشهادات العليا يستعملن استراتيجيات مواجهة مركزة على حل المشكل أكثر من استراتيجيات المواجهة المركزة على الانفعال وهذا راجع الى مستواهن وتكوينهن العلمي، وهذا ما يؤكد أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين المؤهل العلمي وممارسة العمل واستعمال استراتيجيات المواجهة الفعالة التي تتطلب تحليلا للأحداث والمواقف الضاغطة وتقييمها من حيث امكانية ضبطها والتصدي لها أو التخفيف من حدتها. حيث كثيرا ما تظهر طريقة تعامل الأفراد من الأحداث والمواقف الضاغطة وردود أفعالهم نحوها تتأثر بالمستوى التعليمي، الذي يلعب دورا هاما في عملية النضج والوعي، كما ان خروج المرأة للعمل يجعلها في احتكاك مستمر مع المجتمع ويكسبها الكثير من الخبرة في التعامل مع المواقف الضاغطة المختلفة، فكلما كان المستوى التعليمي عالي كلما كان اختيار استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية فعالا ويتناسب مع الموقف وتخفف من حدته والعكس صحيح .

اما الدراسات التي جاءت نتائجها عكس ذلك اي القائلة بعدم وجود فروق في استراتيجيات المواجهة التي تعزى لممارسة نشاط عملي من عدمه فوجدنا انها اعتمدت على عينات افرادها ذوو مستوى تعليمي منخفض، وهذا ما فسر غياب الفروق في استعمال استراتيجيات المواجهة. فالمستوى التعليمي للفرد مهم وله دور كبير في اختيار استراتيجيات المواجهة المناسبة والملائمة للتعامل مع الضغوطات النفسية .

الخاتمة

هدف بحثنا الحالي هو محاولة التعرف على نوع استراتيجيات المواجهة الأكثر استعمالا لدى النساء المعنفات ، وعلاقة هذه الأساليب ببعض المتغيرات منها متغير السن والعمل فمن حيث ما سبق تناوله في الدراسة من جانب نظري ونتائج تم التوصل إليها يمكن اعتبار أن مواجهة الضغط النفسي هو طريقة أو محاولة من المرأة للتوافق مع الموقف الضاغط ، و التخفيف من حدته ، هذه المحاولة إما تكون فعالة و بالتالي تخفف من آثار الضغط ، و إما أن تكون غير فاعلة فتساهم في تفاقم الضغط النفسي مما يؤثر سلبا على صحة المرأة النفسية والجسدية ، وهذا الذي يتوافق مع ما تشير اليه النتائج التي انتهت إليها بعض الدراسات السابقة إلى أهمية استراتيجيات المواجهة في عمليات التوافق مع ضغوط الحياة ، بالإضافة إلى دورها في الحفاظ على الصحة النفسية والجسدية أو الوقاية من الإصابة بالاضطرابات والأمراض النفسية ، كما توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق في استخدام استراتيجيات المواجهة حسب السن وهذا ما فسرناه بالتقارب بين الفئات العمرية لعينة الدراسة حيث أنها تنتمي لفئة الشباب فقط، فالسن ليس متغيرا أساسيا في اختيار أساليب مواجهة الضغوط النفسية بل هنالك عوامل أكثر تأثيرا على اختيار اساليب المواجهة الأكثر فعالية ألا وهي بناء وتكوين شخصية الفرد وكذا الفروق الفردية بين الأفراد.

أما فيما يخص الفروق في استراتيجيات المواجهة حسب العمل من عدمه فكانت دالة أي وجود فروق في توظيف الاستراتيجيات ، فجاءت النتائج لصالح النساء اللاتي يمارسن عملا ويملكن مستوى تعليمي عالي . فالمستوى التعليمي والنشاط العملي للفرد مهم وله دور كبير في اختيار استراتيجيات المواجهة المناسبة و الملائمة للتعامل مع الضغوطات النفسية .

إن هذه الظاهرة المتعددة الأبعاد والرأى وفي ضوء قلة الدراسات التي تتناول هذا الموضوع تقتضي بالضرورة اجراء دراسات تكاملية تعنى بالجوانب القانونية والاجتماعية وبالأخص السيكولوجية لما لها من أهمية ولكونها المقاربة التي لم تأخذ حضاها الأوفر من الأبحاث والدراسات.

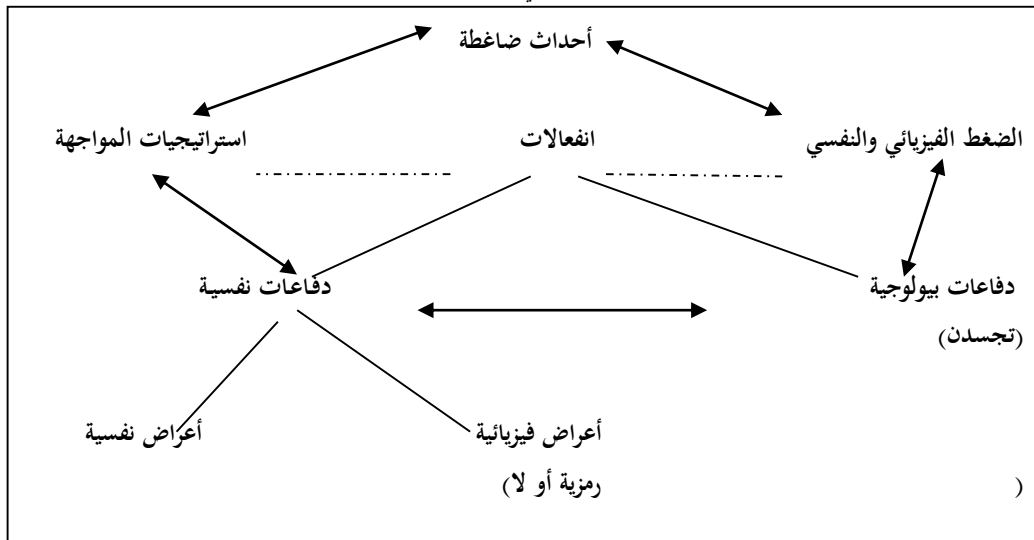
٦. قائمة المراجع :

- ١- أحمد زايد ، عليا شكري وآخرون، ٢٠٠٣ ، الأسرة والطفولة، ط ١ ، القاهرة، دار المعرفة الجامعية.
- ٢- طه عبد العظيم حسين وسلامة عبد العظيم حسين، ٢٠٠٦ ، استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية.

- ٣- محي الدين احمد حسين ، ١٩٩٨ ، التنشئة الأسرية والأبناء الصغار ، القاهرة.
- ٤- منير كرادشة ، ٢٠٠٩ ، العنف الأسري سوسيولوجية الرجل العنيف والمرأة المعنفة ، جامعة يرموك اربد الأردن ، عالم الكتب الحديث.
- ٥- بن زروال فتيحة ، جوان ، ٢٠١٠ ، الإجهاد على مستوى المنظمة ، المصادر ، والتأثيرات ، واستراتيجيات المواجهة ، مجلة دراسات ، جامعة عمار الثليجي بالأغواط ، العدد ١٤ .
- ٦- فتيحة زروال ، ٢٠٠١ - ٢٠٠٢ ، مصادر ومستويات الإجهاد لدى الأستاذ الجامعي واستراتيجيات المرشد النفسي في علاجه والوقاية منه ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الحاج لخضر ، باتنة ، الجزائر.
- ٧- أمل سليمان تركي العنزي ، ٢٠٠٤ - ٢٠٠٥ ، أساليب مواجهة الضغوط عند الصحاحات و المصابات بالاضطرابات النفسجسمية "السيكوسوماتية" ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الملك سعود ، المملكة العربية السعودية.
- ٨- سميرة بوزقاق ، ٢٠٠٥ - ٢٠٠٦ ، علاقة الضغوط النفس اجتماعية بتقدير الذات لدى المدمنين المسجونين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة ورقلة ، الجزائر
- ٩- قاسم حسين صالح ، ٢٠١٨ ، ٢٠٠٤ ، العنف ضد المرأة تحليل سيكولوجي ، صحيفة المثقف ، مؤسسة المثقف العربي ، العدد ٤٢٤٥ .
- ١٠- نعيمة رحمان ، ٢٠١١ ، العنف الزوجي الممارس ضد المرأة بتلمسان ، رسالة جامعية لنيل شهادة دكتوراه ، جامعة أبي بكر بلقايد تلمسان.
- ١١- مرازقة وليدة ، ٢٠٠٨ - ٢٠٠٩ ، مركز ضبط الألم وعلاقته باستراتيجيات المواجهة لدى مرضى السرطان ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الحاج لخضر ، باتنة ، الجزائر.
- ١٢- Dictionnaire le robert ١٩٦٦.
- ١٣- Bruchon-Schweitzer M & Quintard B ، ٢٠٠١ ، Personnalité et maladies ، stress ، coping et ajustement. Paris ، Dunod.
- ١٤- OMS ، ٢٠٠٢ ، Rapport mondial sur la violence et la santé ، organisation mondiale de la santé ، Genève..

ملاحق

العلاقات الدائرية بين الضغط النفسي والانفعالات والدفاعات



المصدر: ١٥٠, ١٤٥, P Trombini & Baldini, في: FranÇoise Patoizeau ٢٠٠٧\٢٠٠٨