

نظريات العلاج الزوجي والعائلي

أ.د/ كلتوم بلميهوب

جامعة الجزائر2

تهديد

توجد عدة نظريات نفسية لتفسير الاضطراب في العلاقة الزوجية والأسرية وكيفية علاجه سنستعرض في هذا المقال أهم هذه النظريات و المتمثلة في نظرية التحليل النفسي ونظرية الارتباط لبولبي اللتين ركزتا على مرحلة الطفولة و تأثيرها فيما بعد على نتائج العلاقة الزوجية ثم نظرية النظم لبوان ونظرية ساتير اللتين ركزتا على اعتبار الاسرة نظاما واخيرا النظرية السلوكية والنظرية المعرفية اللتين اهتمتا بتفاعل الأزواج.

1 - نظرية التحليل النفسي

ترى نظرية التحليل النفسي أن اضطراب العلاقة الزوجية سببه الحب غير الناضج، والذي لا يتم اختياره بطريقة شعورية أو عشوائية من طرف الأفراد، ولكن هؤلاء الأفراد لم تتم مساعدتهم على النمو، فهم ملتصقون بهومات الطفولة، ومتأثرون بالأصوات العقابية الداخلية، ومضطرون إلى استخدام دفاعات غير متكيفة، للأسف فمصير الزواج محدد قبل حدوثه بوقت طويل. ولهذا من المهم للأزواج فهم تاريخ حياتهم. وكيف يؤثر ذلك بشكل كبير على حبهم غير الناضج للطرف الاخر.(بن يونس 1995)

فعندما يتزوج شخصان تعيسان مع بعضهما، كل واحد منهما يضيف مشكلاته لمشكلات

الأخر العصبية. فالمحللون النفسيون يرجعون الصعوبات الحالية في العلاقات إلى أصولها في التفاعلات الأولى بين الوالدين / طفل. يقول سترين (Strean 1985) أنه بعد خبرة ثلاثة عقود من التعامل مع الأزواج توصل إلى المبادئ التالية:

أن كل شكوى زوجية مزمنة هي رغبة لاشعورية. فقد لاحظ أن أغلب الشكاوي التي يتحدث عنها الأزواج، هي نفسها الخصائص التي يرغبونها لاشعوريا.

فالزوجة التي تشتكي دائما أن زوجها سلبي جدا وضعيف جدا، هي لاشعوريا تريد هذا الزوج. لأنه لو كان حيويا ويتسم بتأكيد الذات فإنها ستشعر بالتهديد بشكل كبير.

وبالتالي هي تمكث مع الرجل السلبي الضعيف، وتشتكي منه لسنوات دون أن تعي أن هذا الحل يحميها ويعززها.

نفس الشيء بالنسبة للرجل الذي يشتكي باستمرار أن زوجته باردة وغير معطاءة، فهولا شعوريا يرغب في هذه المرأة. فعلاقته غير المرضية بها تحميه، لأنها لو كانت دافئة ومعطاءة وشهوانية فإنها ستخيفه.

وعليه، فإنه من المهم مساعدة مثل هذا الرجل في العلاج على الوصول إلى معرفة سبب رغبته اللاشعورية في الارتباط بامرأة باردة وغير معطاءة.

إذا، اعترف المعالجون بأن كل شكوى زوجية مزمنة هي حقيقة رغبة لاشعورية، سيكون بإمكانهم تجنب الكثير من العقبات مع عملائهم.

وعندما يقبل المعالجون حقيقة أن الأزواج والزوجات يكتبون بطرق مختلفة سيناريو الزواج الخاص بهم، فحينها لن يشعروا أنهم مطالبين بالتحكم فيهم وتقديم النصح لهم، وبدلا من ذلك سيحاولون مساعدة عملائهم على فهم أنفسهم بشكل أفضل.

إن المعالجين الذين يعتقدون أن الزوج أو الزوجة تريد فعلا حلا لما تشتكي منه، فإنهم سيدركون تفاهة اقتراح الطلاق أو الفراق، أو بعض الأشكال الأخرى من تغيير السلوك.

هذه الاقتراحات تافهة، لأن العملاء آجلا أو عاجلا سيعترضون على نواحي معالجتهم الموجهة ضد رغباتهم اللاشعورية.

فإذا كان الزوج سلبيًا لا شعورياً، ويرغب أن تسيطر عليه زوجته، فإن كل نواحي العالم لتأكيد ذاته مهما كانت بطريقة حكيمة وبتعبير بليغ، فإنها ستجد أذانا صماء.

فمن أجل علاج جيد من الضروري الارتباط بالرغبات اللاشعورية للعميل، والأوامر اللاشعورية للأنثى الأعلى والدفاعات اللاشعورية.

فعلى العياديين أن يعترفوا بأن العديد من الأزواج التعساء يحتفظون بعلاقتهم ببساطة، لأن لكليهما رغبة لاشعورية للشجار وجرح الآخر.

فعندما يقوم الزوجان بمعركة قوة ولديهما لاشعورياً اهتمام بالتمسك بالمعركة، فالنصيحة حول كيفية التفاهم ستقاوم بشدة (سترين 1985 ص 1)

أبعد من ذلك فإذا كان الزوجان يرغبان لاشعورياً في الشجار، فإنهما سيجدان أسباباً عديدة لتجنب الفراق أو الطلاق. وإذا كانا مقتنعين بالطلاق، ولم تناقش رغبتهم اللاشعورية في الشجار ولم تحل، فإنهما سيواصلان الشجار بالرغم من إعادة كليهما الزواج مرة أخرى.

ويتساءل ستيرن عن الدوافع اللاشعورية التي تحرك مثل هؤلاء الأزواج؟

ويجب أنه بالنسبة لهؤلاء الأشخاص، فإن الحميمية والقرب تكون مؤلمة ومثيرة للقلق. فعندما لا تقبل الزوجة الحميمية، فهي تعتبر لاشعورياً الطرف الآخر بمثابة الوالد، وتشعر كأنها طفل مغمور أمام الطرف الآخر.

إن المبدأ الديناميكي الحرج في تشخيص وعلاج الصراعات الزوجية، هو الاعتراف «أنه داخل كل زوج طفل صغير وداخل كل زوجة طفلة صغيرة». حينها تصبح الصراعات الزوجية أكثر قابلية للفهم.

وعندما يعرف المعالج أن العجز الجنسي للزوج هو لاشعورياً يعتبر زوجته بمثابة أمه المحرمة عليه، كذلك المرأة الباردة جنسياً، تسلك سلوك الحسد والمنافسة تجاه زوجها الذي تعتبره لاشعورياً بالأخ الأكبر لها، فتصبح صراعاتها الجنسية أسهل للفهم.

أبعد من ذلك، تعتبر العديد من الزوجات التعيسات، لاشعورياً، أزواجهن بمثابة الوالدين المعاقين، بحيث يسقطن الأنثى الأعلى المتشددة على أزواجهن وغالباً ما يتوقعن منهم العقاب.

فعندما يحاول الممارسون مساعدة الأزواج على حل صراعاتهم بالتركيز على عدم توافق الأدوار المتوقعة، و الاتصال غير الفعال، والتعزيزات غير الملائمة، فمن الضروري إضافة، إلى كل ذلك، توضيح لهم كيف هم لاشعوريا يعملون على بقاء وتعزيز أهم المشكلات التي يريدون حلها

ويذهب ستيرن الى ابعد من ذلك ويقرر بناء على خبرته أن الأفراد السعداء هم الذين فقط بإمكانهم النجاح في زواجهم. فالزواج لا يمكنه أبدا أن يجعل من شخص تعيس شخصا سعيدا. كما لا يمكنه أن يجعل من شخص سعيد شخصا تعيسا.

فالأشخاص غير الناضجين يختارون بعضهم بعضا ليكونوا أزواجا تعساء. فتعاستهم بدأت قبل أن يتلاقوا بوقت طويل.

وعلى هذا الأساس تعتبر نظرية التحليل النفسي الصراعات الزوجية كأعراض عصابية، حيث يبدو أن الأفراد بطريقة غريبة قادرين على إيجاد الأقران الذين يدعمون عصابهم. فالمازوشي يختار السادي، والمدمن على الكحول يجد الزوجة التي تتحالف معه لاشعوريا للإبقاء على الكحول، والزوج الذي يشعر بالذنب وعديم الشخصية يجد الزوجة التي تسيطر عليه وتسيء معاملته وتقمعه.

بالرغم من عدم اتفاقهما، فإن الأزواج عادة ما يكونون على نفس المستوى من النضج، ولديهم مشكلات عصابية متكاملة، ويتقاسمون العديد من هومات الطفولة (المرجع السابق 1985 ص 1)

والهدف الأساسي من العلاج التحليلي، هو تغيير الأنماط اللاشعورية الموجودة في العائلة الأصلية وجعلها شعورية. ويتم ذلك بواسطة تفسير أنماط التحويل والتحويل المضاد والتي تؤدي إلى و زيادة الوعي والتخلص من المعوقات. العمل على فهم المقاومات والأساليب الدفاعية

لذلك تركز نظرية التحليل النفسي في حقل العلاج الزوجي على ضرورة التوضيح للأزواج عند مساعدتهم على حل مشاكلهم كيف أن تاريخهم، هوماتهم وأحلامهم هي جزء من صراعاتهم الزوجية وكيف يعبرون عنها من خلال العلاقة التحويلية بالمعالج فعندما يصل

الزوجان إلى الإستبصار بجهازهما النفسي فإنهما يدركان أن الصراعات الزوجية شبيهة إن لم تكن مطابقة للأعراض العصابية التي تعمل على حماية المرضى من الخطر وتعزز رغباتهم الطفولية. فالزوج التعيس في زواجه هو شخص عصابي ولذلك مشكلاته الزوجية تحل عندما تحل صراعاته.

2 - نظرية الارتباط لبولبي 1969 Bowlby

أن وظيفة نظام العلاقة، تتمثل في حماية الطفل من الخطر، والميل إلى الحفاظ على الحياة. ويرى أن السلوك الارتباطي يميز البشر من المهد إلى اللحد.

وبناء على نظرية بولبي اقترح شافير وهازان (Shaver & Hazan 1987) تطبيقها على العلاقات الرومانسية للراشدين. فقد وجدوا عدة تشابهات بين ارتباط الطفل بمن يعتني به، والحب الرومانسي عند الراشد. من حيث ما ينتج عنه من قلق الفراق، والبحث عن القرب في حالة الخوف.

إن العلاقات الأولى مع العائلة والأقران، تؤثر في بناء الشخصية والتوافق النفسي الاجتماعي والصحة العقلية، التي تؤثر كلها على الزواج.

إضافة إلى أن خبراتنا الأولى قد تؤثر على توقعاتنا فيما يخص أدوار الزوج والزوجة. وكذلك عدد الأطفال المرغوب فيهم. وكيفية التكفل بهم، وكيفية القيام بالأدوار الوالدية.

في نفس الوقت، اعترف الباحثان بالاختلافات العديدة بين الارتباط الرومانسي للراشدين، والارتباط عند الطفل، خاصة، تضمنين الحب عند الراشدين للجنس والعناية المتبادلة. هذان المكونان غير موجودين عند ارتباط الطفل بمن يعتني به. ومنه حددا مفهومهما للحب عند الراشدين كتكامل لثلاثة أنظمة سلوكية وهي: الارتباط والرعاية والجنس). سمبسون وآخرون (Simpson & al. 1996. p899)

كما أشارا إلى وجود الأنماط الأخرى في الارتباط العاطفي للراشدين :

فالأفراد الآمنون يشعرون بالراحة عند اعتمادهم على الآخرين واعتماد الآخرين عليهم. ويجدون سهولة في التقرب من الآخرين. ولا يقلقون كثيرا من رفض الآخرين لهم، أو شدة

قربهم منهم.

أفراد نمط التجنب : لا يشعرون بالراحة عند التقرب من الآخرين. ولا يثقون فيهم، ولا يحبون أن يعتمدوا عليهم.

أفراد القلق / الصراع : غالبا ما يريدون التقرب أكثر مما يريده الآخرون، ويقلقون من أن الآخرين لا يحبونهم، أو يهجرونهم.

الارتباط في الزواج :

هناك ارتباط بين الشعور بالأمن والراحة في العلاقة والرضا عنها. من جهة أخرى، يرتبط القلق الشخصي والخوف من الهجر، والذي هو من خصائص نمط القلق - التناقض الوجداني بالرضا المنخفض عن العلاقة.

نمط القلق - التناقض الوجداني، قد يكون أقل رضا من نمط التجنب، ولكن هذا الفرق قد يكون مضللا. حيث نمط التجنب يمكنهم أن يعتبروا زواجهم أكثر رضا، لأن لديهم توقعات أقل، فيما يخص الحميمية، أو يكونون دفاعيين فيما يخص نوعية علاقاتهم الزوجية.

استقرار العلاقة :

وجد جيفري وآخرون (al Jeffry & 1996) أن نمط الأمن أقل ميلا لطلب الطلاق. في حين نمط القلق - صراع يتزوجون بسرعة أكثر من نمط الأمن أو التجنب، لأنهم قد ينظرون إلى الزواج كطريقة لخفض مخاوفهم من الهجر، وطمأنة أنفسهم بأنهم محبوبون. حسب دراسة ليونارد وسينسك (Senchak & Leonard 1992).

إدراك العلاقات وأنماط التفاعل :

يرتبط الأمن بالاتصال البناء خلال الصراعات، في حين يرتبط اللأمن بالتجنب والعدوانية والانسحاب.

استقرار أنماط الارتباط :

استقرار الارتباط الرومانسي عموماً، يكون مرتفعاً بعد فترة 18 شهراً. حسب كروال وآخرون (Crowell et al 1995).

الرضا عن العلاقة :

- نمط الآمن هم أكثر رضا عن العلاقة الارتباطية.
- نمط التجنب من الرجال يجدون العلاقات الحميمة أقل إشباعاً.
- نمط القلق / التجنب من النساء، يكنّ اعتماديات بشكل كبير على أقرانهم. ويبحثن عن مستويات مرتفعة من الحميمة، مما يؤدي بهن إلى الإحباط في علاقاتهن.
- الرضا مرتبط بنمط ارتباط تعلق القرين. فالنساء عموماً أقل رضا من الرجال من نمط التجنب، ربما لأن هذا النمط من الرجال لديهم قابلية للاستقالة من العلاقة. كولينز وريد (Collins & Read 1990). هؤلاء الرجال قد يشعرون بالتهديد بالطلب والطبيعة الامتلاكية لنساء نمط القلق.
- نمط القلق / الصراع لديهم مستويات عالية من الاحتجاج واليأس عند الفراق (Fraley Davis 1994) بسبب الخوف العميق من الرفض.
- نمط التجنب من الرجال يخبرون توتراً أقل عند الفراق. وجد أوزنز Owens في دراسته سنة 1994، أن الأفراد الذين كانت لديهم نماذج آمنة للعلاقات الرومانسية، لديهم التزام أكثر بالعلاقة، وصراع أقل، مقارنة بمن كانت لديهم نماذج غير آمنة.
- يعترف بولبي (Bowlby 1989) وأصحاب نظرية الارتباط بأهمية كل من الظروف الماضية والحاضرة في تحديد السلوك.
- والأفراد من النموذج غير الآمن يكونون أكثر غير، ويميلون إلى إدراك الطرف الآخر أكثر غير، مقارنة بنموذج الآمن.
- تحاول نظرية الإرتباط في حقل العلاج الزواجي تزويده بمرجعية لفهم طبيعة المشكلة الزوجية من حيث جذورها وكيفية تغييرها. فعندما يكون الشخص منسحباً وغير متفتح في علاقته مع الطرف الآخر قد يعكس ذلك نمط التجنب والذي يعود الى التجارب الماضية عند لجوئه للآخرين.

فالمعالج من المنظور الإرتباطي يركز على فهم المعاني الضمنية للتفاعلات وخاصة عندما تبدو الإدراكات والتوقعات المشوهة ممتدة في الماضي. إن فهم ما حدث في العلاقات الماضية يساعد الفرد على تعلم كيف أصبح على ما هو عليه وكيف يمكنه ان يكون مختلفا عن ما كان عليه.

النظرية النظامية لبوان

عرف بوان العائلة 1978 بانها نظام ومن هذا المنطلق فإن أي تغير يحدث في جزء من هذا النظام، تتبعه تغييرات تعويضية في الأجزاء الأخرى. ويضيف، لقد اخترت أن أتصور العائلة بمفاهيم الأنظمة والأنظمة التحتية.

ويتدرج أداء الأنظمة على كل مستويات الفعالية من العمل التام إلى العطل أي الفشل التام. كما يمكن التفكير في مفهوم المبالغة في العمل sur fonctionnement. إن عمل أي نظام مرتبط بعمل الأنظمة الأكثر سعة التي ينتمي إليها والأنظمة التحتية.

الوحدة العائلية هي التي تشكل الموضوع الأساسي للعلاج، وليس الأفراد الذين تتكون منهم. حيث تمتد جذور الأعراض سواء كانت خاصة بالفرد أو مرتبطة بالعلاقة إلى عمليات processus تحدث في العائلة.

فالأعراض إذا، لا تعكس اضطرابا أو خلاا فرديا أو داخل علاقة، ولكن فقط، تدل على حدوث تغير في كامل الوحدة، أو في محيطها. مما يؤثر على ظروف عمل مختلف أجزاء النظام. وبصفة مفاجئة، تبدأ الأعراض في العمل بأقل فعالية، في حين تبالغ في العمل أجزاء أخرى.

كما يجب الإشارة إلى نقطتين هامتين :

من جهة، ليس فقط ظهور وزيادة خطورة الأعراض، ولكن أيضا انطفاؤها وزوالها مرتبط بهذه التغيرات. ومن جهة أخرى، مهما كان العرض يمكن معالجته، في حالة ما إذا أخذ بعين الاعتبار نظام العلاقة العائلية.

فالأعراض هي تعبير عن عملية طبيعية، أي النضال من أجل القضاء، أو تقليل الإعاقة التي تنشط بمجرد إصابة الوحدة العاطفية بخلل وظيفي. مثلما تدل الحمى على نضال العضوية

من أجل الشفاء.

إن ظهور عرض في وحدة عائلية، يبين ببساطة كيف تستجيب هذه الأخيرة للضغوط التي تهدد باضطراب وظائفها الطبيعية. فالعرض بهذا المعنى، هو مؤشر للجهود التلقائية التي تبذلها الوحدة العائلية لإصلاح قابليتها للحياة.

لقد أثرت نظرية بوان حقل العلاج العائلي بعدة مفاهيم من أهمها :

■ مفهوم تميز الذات

إن مفهوم التميز الذاتي يبرز عندما يتقرب شخص من شخص آخر أو عدة أشخاص في العلاج العائلي لإحداث ذات مشتركة. وعندما تحدث هذه الظاهرة في العائلة يسميها بوان الوحدة الانفعالية العائلية

■ مفهوم الكتلة الأنية العائلية غير المتميزة

حيث يعتبر أنا كل فرد من العائلة كعنقود متداخل لديه حدود تشكل أنا مشتركا. البعض يذوب تماما في الأنا المشترك والبعض الآخر بصفة أقل.

وبالعوض يذوب إلى أقصى حد في أوقات التوتر وبصفة أقل في الأوقات الأخرى

هذا الإمتزاج في الأنا يكون في أقصى حدوده عند العائلات غير الناضجة فمن الناحية النظرية يعتبر الشخص ناضجا عندما يكون وحدة إنفعالية كاملة والتي تستطيع التحكم في حدود الأنا دون الذوبان إنفعاليا في أنا الآخرين.

ويذهب بوان الى أن العلاقة الأولية التي تربط الطفل بوالديه تلعب دورا رئيسيا في تميز الذات

فمنذ لحظة الإخصاب يتتابع الافتراق الجسمي حسب مراحل سلوكية معروفة. كذلك الافتراق العاطفي، فإنه يخضع لسيناريو مماثل. إن الأطفال والوالدين يتقدمون مع بعضهم بشكل طبيعي نحو الاستقلالية الانفعالية *émotionnelle autonomisation*. وتتوقف المسافة التي يمكن قطعها في هذا الطريق على المسافة التي قطعها الوالدان من قبل للاستقلال

عن والديهما.

إذا لم تكن هناك عقبات, فإن الطفل يصل إلى أقصى درجات التميز في الذات, فقد يعوق السير الطبيعي لتمييز الذات عند الطفل القلق المزمن للوالدين, أو الأشخاص المهمين في حياة الطفل, وكذلك نقص تميز الذات لديهم.

فكلما شعر الوالدان بحاجتهما لطفلهما ملء الذات الجزئية *soi partiel* لديهما, كلما كان الطفل في حاجة إلى آخر ليكمل ذاته ويشعر بأنه كامل.

وفي الحالات المتطرفة, تكون العلاقة جد وثيقة. بحيث يصعب على الطرفين العيش بعيدا عن بعضهما البعض. فعلى سلم تميز الذات هناك تدرج من الارتباط الكلي إلى الاستقلالية.

ويسمى باوان الارتباط المتبقي بين الوالدين والطفل الارتباط العاطفي غير المحلول *Attachement émotionnel irrésolu*. والمرتبط بمفهوم آخر الذي هو الإسقاط العائلي *Projection familiale* والذي يعني أن الأطفال الأكثر تعرضا لقلق الوالدين المزمن, سيظهرون درجات من عدم التميز مساوية أو أكثر من درجات والديهم. بينما إخوانهم أو أخواتهم الأقل تعرضا لهذا القلق, سيكونون متميزين بوضوح وأقل قلقا. فكلما كان مستوى التميز الشخصي والعائلي مرتفعا, كلما قل عدم التميز *Indifférenciation*. وكلما كانت الارتباطات الانفعالية غير المحلولة أسهل للتعامل معها أثناء العلاقات بين الأفراد.

في حين تتحدد كمية الارتباط المتبقية بعدة عوامل :

- مدى تميز الأب والأم خلال تاريخهما العائلي.
- الطريقة التي يسير بها الوالدان ارتباطهما في علاقتهما الزوجية.
- شدة القلق التي تعرض لها الوالدان أو العائلة خلال الفترات الحرجة من حياتهم, وطريقتهم في التعامل مع هذا القلق.

■ مفهوم المثلث triangulation

لاحظ باوان Bowen أنه كلما تجاوز نظام عائلي حدا معيناً من القلق، فإن نظام علاقة جديد، يتشكل فالعلاقات الثنائية تصبح أكثر فأكثر اضطراباً وتستبدل بعلاقات ثلاثية على شكل مثلث أي البحث عن شخص خارج العائلة outsider.

■ مفهوم عبر الأجيال المتعددة transmission multidirectionnelle

هذا المفهوم يركز على انتقال القيم والتقاليد بين الأجيال المتعددة.

■ الصراع الزوجي Le conflit conjugal

يكون مختلف الشدة من المناوشات البسيطة إلى الاعتداء الجسدي.

هناك مرحلة الانسحاب التي تسبق غالبا هذه الأزمات والتي تعقبها فترات من الهدوء النسبي، حيث تعود عملية الانسحاب النسبي للظهور مرة أخرى. وتتضمن هذه الصراعات سلسلة من الهجوم ومن الهجوم المضاد، تماما كما يحدث في لعبة التنس.

■ الاختلال الوظيفي لأحد الزوجين : Le dysfonctionnement d'un des conjoints

يتخلى أحد الزوجين عن تحمل مسؤولياته للطرف الآخر، وإذا استمرت هذه العملية في التزود بالقلق بشكل كاف، فإن الزوج المتخلى عن مسؤولياته قد ينتهي إلى أن يصاب باختلال وظيفي انفعالي خطير، أو فيزيولوجي أو اجتماعي.

■ إسقاط المشكل على أحد الأطفال : La projection du problème sur un enfant

تبدأ العملية بقلق الأم الذي يستجيب له الطفل بالقلق، والذي تدركه الأم بشكل خاطئ وكأنه مشكل موجود عند الطفل. الأب يقلق ويبدل جهدا لإظهار تعاطفه واهتمامه، فيظهر حماية مفرطة، التي تكون محددة بقلق الأم أكثر من الحاجة الحقيقية للطفل، والذي سيصبح ضعيفا أكثر فأكثر، وفي نفس الوقت كثير الطلبات.

إن الهدف الرئيسي للعلاج العائلي يتضمن تعزيز التميز الذاتي عند الفرد أو النظام. لأن مجموع العائلة هو الذي يشكل المريض، وليس حامل العرض فقط.

لا يحب باوان Bowen استخدام كلمة المعالج للعيادي، ويفضل كلمة مدرب. فالعيادي يطبق طريقة في تسيير الذات، والتي ترتبط وتعزز العمليات الطبيعية الكامنة عند كل عائلة.

وللوصول إلى تحقيق هذا الهدف، يحاول الإجابة عن هذه الأسئلة :

■ أين ظهرت في البداية الأعراض ؟

- ما هي العمليات الفعالة حسب النظرية في هذه العائلة بالذات ؟
 - ما هي المؤثرات المحيطة التي تزيد من حدة القلق ؟
 - كيف حدث التثليث ؟ وما هي التفاعلات التي أعقبته ؟
 - هل المثلثات ما زالت فعالة اليوم ؟
 - هل يختلف رد الفعل العاطفي عند كل فرد عن الآخر من العائلة ؟ وما هي مساهمة رد الفعل العاطفي عند فرد في إثارة رد فعل عاطفي عند فرد آخر ؟
- من جهة أخرى يستطيع العيادي إقامة اتصال عاطفي Contact émotionnel إذا حقق الشرط التالي :

التحكم في المناطق الحساسة لديه لكي لا يصل إلى إحياء ردود فعل العائلة. لأن رد الفعل في السلسلة النظامية، لا يمكن أن يمر إلا إذا سمحنا أولاً للمرضى بالتعبير الكامل عن عواطفهم، ثم نخفف بالتدرج ردود الفعل المرتبطة بهذه العواطف. فلا شيء من هذا سيحدث إذا سمح العيادي لردود فعله الشخصية أن تتجاوزته.

إذا، لا بد أن يعرف بعمق ردود فعله هو العاطفية، وأن يتعرف عليها حين تظهر، وأن يحتفظ بتحكم كاف في نفسه حتى لا يضيف ثقل عواطفه الخاصة إلى المشكل العائلي. فعليه أن يحافظ على تميزه الذاتي وذلك بـ :

الحياد العاطفي :

البقاء خارج النظام العاطفي العائلي.

عدم التثليث : عليه أن يتميز عن النظام الانفعالي لعائلته هو، وعن النظام الانفعالي للعائلة التي يواجهها.

الوضعية المثالية للوصول إلى الحياد العاطفي، تتضمن النظر الدائم في الأوجه العديدة لما يقال، ثم التعليق على كل وجه من هذه الوجوه بجدية أو بدعابة.

إذا كان المعالج غير قابل أن يكون ضمن المثلث not to be triangulated, وتكون العائلة قابلة للتفاعل في جو يكون فيه القلق منخفضا، وكذلك ردود الأفعال، فإن التطور يكون ممكنا.

النظرية التطورية «لساتير»

تعطي ساتير أولوية لما وراء السلوك المشكل وليس للمشكلة في حد ذاتها وإعطاء الفرصة للمريض للتعبير عن أحاسيسه الماضية التي تعيق نموه الحالي مثلا التقدير الواطيء للذات بسبب عدم تلقي المحبة من الوالدين مقارنة بأخ آخر. وذلك من أجل التحرر من ثقل الماضي ومعرفة الأدوات الفعالة للمواجهة والتخلي عن التصورات المعيقة وترى ساتير ضرورة الإهتمام بالأحاسيس والأفكار والسلوك والتي ترتبط ببعضها البعض فالعملية العلاجية يمكن أن تبدأ بأي مستوى كان ولكن تقدير كل طبقة يبقى ضروريا. ومن خلال تجارب جديدة وإدراكات جديدة تنتج التغيرات في السلوك، إذ يجب البحث في مختلف المستويات وسؤال المريض عن شعوره في تلك اللحظة وعن توقعاته وماذا يجب تغييره لحل المشكلة.

الاتصال :

توصلت ساتير إلى نتيجة مفادها أن أحد مفاتيح العلاقات الإنسانية، تكمن في المرونة والاتصال الفعال. ففي النموذج التطوري لساتير، تبين أن الاتصال الذي يعاني من خلل وظيفي dysfunction، يؤدي أو يساهم في نمط من العلاقة، بدورها تعاني من اختلال وظيفي الذي يميز الأنظمة المغلقة.

والعكس، فإن الاتصال ذو الطابع الوظيفي fonctionnel يساهم في علاقة ذات طابع وظيفي، وهذا ما يميز الأنظمة المفتوحة.

ولهذا، لا بد من التأكيد على قدرة الفرد على الانفتاح على معلومات جديدة، وعلى تبادل الطاقة. فطريقة ساتير تتمثل في إضافة استراتيجيات، وليس الإنقاص منها. يرى «دربن 1981» أن الانفعالات حسب النظرية العامة للنظم، قادرة على فتح الحدود، بينما الفكر وظيفته غلقها.

يتضمن الاتصال شبكة معقدة من الإشارات اللفظية وغير اللفظية والنوايا والرموز ومعاني متعددة ونبرات الصوت والأحاسيس.

تعريف ساتير Satir1991 للاتصال :

هو قيام الأفراد بإرسال معلومات وإعطاء معاني لها والاستجابة لها على المستوى الداخلي والخارجي، وبمجرد أن تصبح المعاني غير متطابقة congruent non وغير أكيدة ومشوهة، فإن الاتصال يتعرض لخلل وظيفي. ويبقى كذلك ما لم يكن للأفراد المعنيين مناسبات كافية لإيضاحها. من جهة أخرى يتحقق أسلوب الاتصال الوظيفي أو المتطابق، عندما يكون هناك تناسب بين النية ونتيجة الاتصال.

إن الخوف أو الحاجة غير المعبر عنها، غالبا ما تكون حاضرة في التفاعلات الإنسانية. تتحدث ساتير عن التوقعات التي تعبر عن رغبة عميقة في التواصل وإقامة العلاقات : رغبة كل فرد في أن يكون محبوبا ومتقبلا validé et confirmé. فتوقع حب الذات وحب الآخرين ونيل حب الآخرين هي توقعات عالمية. (ساتير 1976).

1959»، فإن العلاقات تكون مرضية بالقدر الذي يتبادل فيه الطرفان فوائد، وتتوقف درجة الرضا على وزن الفوائد بالنسبة للمصاريف الملازمة للعلاقة.

فكل فرد مرتبط بالعلاقة يعرف حدا أدنى من المكافآت، مقارنة مع المتطلبات «التكاليف» التي تحدد درجة الرضا التي يخرج بها. من جهة أخرى، بما أن سلوك الأفراد مرتبط ببعضه، فإن توزيع المكافآت يكون بطريقة مشتركة متبادلة ودائرية. هذا التوزيع المتبادل يحدد درجة الرضا الذاتي لكل طرف مرتبط بالعلاقة. ويقصد بالتبادل ذلك الميل عند الزوجين للمكافأة المشتركة بنسب متساوية تقريبا. وقد بينت البحوث أن هذه الظاهرة هي بمثابة قانون عند الأزواج. حسب «جوتمان وآخرون 1979 Gottman et al».

وعندما تحدث تغييرات بيئية، وتصبح حلول أخرى أكثر جاذبية من العلاقة الزوجية لأحد الطرفين، يمكن للتوتر أن يظهر. «جاكسون ومارجولين 1979 Jacobson et Margolin». ومن بين العوامل الخارجية التي تؤثر على الاستقرار الزوجي، نسجل إمكان الارتقاء في العمل الذي يمكن أن يؤثر في الوقت المخصص للعلاقة، أو ظهور شخص ثالث الذي يمنح لأحد الطرفين إمكان حدوث علاقة جنسية مثلا.

إن ظهور صراع حول موضوع ما، سواء كان خاصا بالعلاقة أم خارجا عنها، فهذه ليست مسألة وقت. ففي هذه الحالة فإن القدرة على حل الصراع هي ضرورية للحفاظ على صحة العلاقة. إن الأزواج الذين لا يفاجئهم هذا الصراع، ليس فقط يمكنهم التحدث مباشرة، بشكل واضح ومباشر، بمجرد ظهور الصراع في الأوقات الأولى من علاقتهم، ولكن أيضا لا يهملونه. هذا النوع من الاستجابة يساعد على الوقاية من تراكم المشكلات غير المحلولة وبقاء الأحقاد.

إن الأزواج الذين يرون الصراع ككارثة، يعرفون بالضرورة صعوبات هامة للحفاظ على علاقة مرضية. وبالتالي، فإن الاعتراف بوجود صراع أو بعض الصعوبات، يعني بالنسبة لهم أن علاقتهم سيئة. فيتجاهلون كل صراع على أمل أن الوقت كفيل بشفاء الجراح.

بينما أزواج آخرون، يقررون الحديث في المجالات التي يحدث فيها الصراع، ولكن بطريقة عقيمة، والتي لا تؤدي إلا لتضخيم المشكلات الموجودة. ففي محاولاتهم لتغيير سلوكهم، يقوم هذا النوع من الأزواج باللجوء إلى استراتيجيات خاطئة، مثل الضغط، التهديدات، أو الإساءة اللفظية والجسدية. بالرغم من أن القدرة على حل المشكلات أو الصراعات، هي مهمة

للحفاظ على صحة العلاقة، فإن القدرة على الاتصال بطريقة ملائمة، هي التي تميز بين الأزواج المتوترين من الأزواج غير المتوترين، أكثر من كل أنواع سلوك العلاقة الأخرى.

على المدى الطويل، فإن القدرة على التواصل لها دور في مجالات أخرى من الزواج على المستوى الجنسي مثلا. فإنه على الأزواج مواصلة العلاقات الجنسية المرضية. وبشكل خاص عندما تفقد العلاقة جديتها. من جهة أخرى، هناك قدرات أكثر مادية تكون ضرورية. مثلا، معرفة كيفية تربية الأطفال، القيام بأشغال البيت، تسيير الميزانية، فهي قدرات غير ضرورية في بداية العلاقة، ولكنها تصبح ضرورية كلما تطورت العلاقة.

بالرغم ما لإمكانيات الزوجين من أهمية في تغيير السلوك، فإنه مهما كانت القدرات متنوعة، فإنها تبقى غير فعالة، إذا لم يكن أحدهما للآخر ذو قيمة تعزيزية. كما تكون القدرة التعزيزية في أقصى مستوى في بداية العلاقة، ولكنها عموما تتناقص شيئا فشيئا بسبب العادة.

ان العلاج السلوكي في حقل العلاج الزوجي يأخذ بعين الاعتبار العلاقات بين العائلة ولكن هذا لا يعني أنه ينتمي إلى مجال العلاجات النظامية كما يعتبر أن المشكلات السلوكية تظهر بعد الخلل الوظيفي لبنية السلوك بين الأفراد من نفس العائلة أو بين الزوجين، البنية التي ستكون مصدرا للتعلم المكتسب والمعزز. وبفضل أعمال ماهوني ومتشيمبوم تفتح المعالجون السلوكيون على تناول المعرفي فلم يعد إهتمامهم مقصورا على المثير إستجابة ولكن أصبحوا يولون الإهتمام بالبنى المعرفية وبماضي التعلم للزوجين كما في النظريات السابقة لمساعدتهم على فهم أفضل للمشاكل إضافة إلى أن بعض المعطيات حول ماضي الأزواج كالإستغلال الجنسي مثلا يجب معرفتها لوضع العلاج فيما بعد فإن المعالجين في هذا المنظور يركزون على الأحداث الحالية التي تؤثر بصفة مستمرة على التفاعلات بين الزوجين. من منطلق أن المعالجين بإمكانهم تغيير التعلم الماضي للفرد كما يمكنهم من جهة أخرى ممارسة التأثير على تفاعلات الحالية أو مستقبلية فالعلاج يهدف قبل كل شيء إلى تغيير الأحداث التي تنتج في المحيط الحالي للزوجين ولهذا السبب فإن المنظور السلوكي هو سياق وهذا ما يجعله في النواحي الأخرى قابلا للمقارنة مع التناولات العلاجية المشتقة من نظرية النظم.

ويتفق التناول السلوكي مع تناول ساتير بما أنه يعتبر أيضا التوتر الذي يعاني منه الأزواج من بين أسبابه عدم قدرة الزوجين على المحافظة على القدرات التي تسمح لهما بوجود

الشعور بالقرب في علاقتهما فمثلا عنصر أساسي لنجاح الزواج هو القدرة على حل الصراعات فقد يحدث أن يلجأ الأزواج المتوترون لتغيير الأمور إلى سلوكيات تتصف بالنفور مثلا التناوب بالألقاب أو التعزيز السلبي أو إنكار وجود الصراع عندما تتوتر العلاقة، إن النقص في مجال القدرة على حل الصراع وأيضا في مجال تغيير السلوك والإتصال يمكنها أن تشكل سوابق للتوتر، ربما بسبب غياب هذه القدرات منذ بداية العلاقة الزوجية أو بسبب عدم قدرة الزوجين على اللجوء إليها فيما بعد عندما تطلب الأمر ذلك. لذا أعطيت مكانة هامة وخاصة للقدرات الضرورية للقيام بالأدوار والوظائف في العلاقة الزوجية مع الملاحظة أنه بالنسبة لبعض الأزواج يعتبر نقص في مجال الأداء أكثر منه نقص في مجال القدرات.

النظرية المعرفية

تركز النظرية المعرفية للكدر الزوجي على الظواهر المعرفية من إدراكات حول أي الأمور تحدث وإعزاءات لسبب حدوثها وتوقعات حول ما سيحدث وإفتراضات حول طبيعة الأحداث ومعتقدات ومعايير حول ما يتعين أن تكون عليه الأمور والتي تختص كلها بالطريقة التي يتم بها معالجة المعلومات والتي تكون نشطة في سياق العلاقات الثنائية.

وتؤدي التدخلات المعرفية إلى تمكين الأخصائي الإكلينيكي من تعديل الظواهر المعرفية التي تشوه خبرة الزوجين حول تفاعلهم، والتي تؤدي إلى تفاقم كدرهما الزوجي وتؤدي بهما، إلى التفاعل بطرق تضر بحياتهما بصفة عامة.

حيث يكون الزوجان إدراكات خاصة حول الأحداث التي يمكن أن تعكس الواقع أو لا تعكسه ويتعين الكشف عن الطريقة التي تتطور بها هذه الإدراكات بهدف تقييم ما إذا كانت كل المعلومات الأساسية ذات الصلة بهذه الإدراكات متاحة وصادقة ومكتملة أم لا. فإذا عانى أحد الشريكين من خبرة التعرض للنقد معتبرا إياها رفضا فسيكون من الضروري فحص ما إذا كان هذا النقد يميل إلى أن يكون رفضا أم أنه اختبر على أنه كذلك. وغالبا ما يكون الشريكان إنتقائيين في إدراكاتهما ويميلان لتجاهل العوامل أو الدلائل المتعارضة مع فروضهما عن الأحداث التي يلاحظانها.

وتجدر الإشارة إلى التشابه بين مفهوم الصور لبيك و مفهوم بولبي النماذج العاملة

خلاصة

نخلص مما سبق إلى القول أن هناك تكاملا بين نظريات العلاج الزوجي أكثر من كونه إختلافا. ذلك ان النظريات التي تهتم بما يحدث الآن فقط مهملة الخبرات السابقة تكون نظرتها جزئية حيث لا يجدي تدريب الأزواج على مهارات الإتصال وأسلوب حل المشكلات إذا كانوا يعانون من إضطرابات تعود في أصولها إلى مرحلة الطفولة. كما أنه لا يجدي الإهتمام بخبرات الطفولة فقط وإهمال ما يحدث الان بين الأزواج من جدال مدمر وتبادل للشتم وعدم إعتبار لحاجات بعضهما البعض. فالأفضل الجمع بين كل النظريات حتى تكون لنا نظرة شمولية عند التعامل مع مشكلات الأزواج. وفيما يلي نقترح على الممارسين النفسيين الذين يتعاملون مع مشكلات الأزواج و الاسر برنامجا عمليا للوقاية ولعلاج الاضطراب الزوجي و العائلي بناء على ما تقدم من نظريات.

البرنامج المقترح للوقاية و العلاج من التوتر الزوجي

1 - مهارات التكم والإستماع :

تدريب الأزواج على ممارسة تقنيات الإتصال العاطفي:

■ البدء بـ « أنا» التي تعبر عن فكرة الفرد والابتعاد عن استخدام أنت لأنها تعبر عن

■ والتخطيط لاستراتيجيات بديلة تكون فعالة

3 - حل المشكلات :

تحديد مشكلة ما وإتباع خطوات لحلها، طرح كل الحلول الممكنة ووزن الإيجابيات والسلبيات ثم وضع خطة محددة يمكن متابعتها.

4 - التركيز على الإيجابيات :

القيام بواجبات منزلية للقيام بأشياء جميلة لبعضهما البعض كالقيام بذلك الطرف الآخر، الطبخ، الخروج في نزهة.

5 - توجيه المواضيع الضمنية للعلاقة:

إستخدام مهارات الإتصال لمناقشة مواضيع القرب/بعد، الإحساس بالحب والرعاية، السلطة، الإهتمام والإستجابية.

6 - التوقعات / الإفتراضات / الإعتقادات:

زيادة الوعي وتحدي الإعتقادات غير الواقعية في العلاقة ومناقشة التوقعات فيما يخص العلاقة.

7 - الأسرة الأصلية:

إستخدام مخطط العائلة لتحديد أنماط الإتصال والتوقعات والإعتقادات في العائلة الأصلية وتحديد العوامل التي تلعب دورا في العلاقة وكيفية الحفاظ عليها أو تغييرها.

8 - العلاقات الجنسية :

تحدي الأساطير حول الجنس والوصول الى معطيات تربوية ومساعدة الزوجين على إستخدام مهارات الإتصال لمناقشة الحميمة والقيام بأعمال حسية.

9 - الإلتزام والصدقة:

توفير معلومات حول أنواع الإلتزام في العلاقة يساعد الأزواج على زيادة الإلتزام والصدقة من خلال الإتصال.

10 - الضبط الذاتي:

مساندة الأزواج في ما يمكنهم القيام به لتقوية العلاقة من خلال الضبط الذاتي والتعزيز الذاتي.

التعرف على حاجات الفرد الخاصة وحاجات الطرف الآخر

السيطرة على حاجات الفرد. والإعتراف بها .

تقدير حاجة الآخر و محاولة إشباعها.

11 - التعاقد :

كتابة القواعد الكبرى للعلاقة في ورقة تتضمن الوصف للمواقف ذات الخطر الأكبر وما هي الاستراتيجيات الفعالة التي يمكن إستخدامها.

المراجع

بلميهوب كلتوم الاستقرار الزواجي دراسة في سيكولوجية الزواج المطبعة العصرية للنشر والتوزيع القاهرة جمهورية مصر العربية .2010

بن يونس عائشة محمد (1995)، العلاقة بين الأب والأم وآثرها على اختيار الأبناء لأزواجهن وزوجاتهم. رسالة ماجستير غيرمنشورة، القاهرة، جامعة عين شمس.

Beck A1988 Love is never enough. Haper&Raw.Newyork .U.S.A

Bowen murray 1984 la differenciation du soi les triangles et les systemes

émotifs familiaux ESF.paris

Carlson Jon ;Len Sperry ;Judith A.Lewis;1997.Family therapy ensuring

treatment efficacy ;Brooks/ Cole .USA..

Eiguer Alberto .1995.Le thérapeute familial psychanalytique .comme étranger .familier et parent adoptif ;processus évolutif du transfert .in Elkaim. Mony.panorama des thérapies familiales seuil ;paris

Epstein Norman b ;donald h .Baucom and anthony daulton ;cognitive-behavioral couple therapy .

Feeney Brooke C and Lee A.Kirkpatrick.1996 ;Effects of adult attachment and presence of romantic partners on physiological responses to stress in journal of personality and social psychology 1996 vol;70 no 2 255- 270.

Fincham Frank.1985;Attribution Processes in distressed and nondistressed couples :2.reseponsibility for marital problems .journal of abnormal psychology .vol 94 No;2,183- 190

Elkaim mony 1995 panorama des thérapies familiales Ed seuil. Paris

Floyd .Frank. J. &Howard j.Markman 1983:Observational bias in spouse observation :toward a cognitive /behavioral model of marriage.journal of consulting and clinical psychology . vol51.No 3;450- 457 APA .USA .

Gayla.Margolin1983 An untraxactional model for the behavioral assessment of marital relationships.behavioral assessment. USA

Gamori maria &jean Winter1995 .Le model évolutif de virginia Satir .les implications pratiques .in Elkaim. Mony .panorama des thérapies familiales 53 seuil ;paris

Gottman John and nan silver 1994, why marriages succeed or fail;simon&schuster USA

Halford W.Kim ,Adrian Kelley and Howard J.Markman.1997 ,the concept of a healthy marriage ;in clinical handbook of marriage and couples interventions Ed kim harford and howard markman john wiley &sons ltd.

Halford Kim and howard markman1997 ;clinical hand book of marriage and couples intervention ;library of congress USA

Karney Benjamin R. Thomas N.Bradbury Frank D.Fincham and Kieran

T.Sullivan.(1994) :The Role of Negative Affectivity in the Association Between Attributions and Marital Satisfaction. Journal of Personality and Social Psychology vol66 No 2 413- 424.APA .USA.

Pappero daniel 1995. La theorie Bowenienne des systemes familiaux; In Elkaim. Mony . .panorama des therapies familiales 53 seuil ;paris

Satir virginia 1967Conjoint family therapy ,science and behavior books californa USA.

Simpson .Jeffry A. W.Steven Rholes,and Dede Phillips: 1996 conflict in close relationships :an attachment perspective.journal of personality and social psychology. vol71,no;cinq 899- 914

Skinner- Warlrond.Sue.1981.Developments in family therapy ;theories and applications since 1948 routledge & kegan paul .London

Strean Herbert. S.;D.S.W ; 1985 Resolving marital conflicts a psychodynamics perspective ,john&sons new york USA.

Winter joan 1995.Le model evolutif de virginia satir ;les fondements theoriques .In Elkaim. Mony . .panorama des therapies familiales 53 seuil. ;paris