

التضحية الأسرية: مقارنة نظرية

Family Sacrifice: A Theoretical Approach

صباح عايش¹

Sabah Aiche¹

¹جامعة الشلف (الجزائر)، s.aiche@univ-chlef.dz

تاريخ الاستلام: 2020/12/31 تاريخ القبول: 2021/03/16 تاريخ النشر: 2021/03/31

ملخص:

اعتاد مفهوم التضحية أن يظهر أحياناً في بعض أدبيات العلوم الاجتماعية لكنه أصبح مهملًا لدرجة أن الأصوات أصبحت تتعالى من أجل "استعادة" التضحية، وبالمثل فإن التضحية بالنفس في خدمة أفراد الأسرة التي كانت تُنظر إليها سابقاً على أنها فضيلة عالية، أصبحت تُوصف بأنها سلوك انهزامي ولا يوجد لها مكانة كبيرة لها في عصر تهيمن فيه الفردية، وفي ثقافة نيوليبرالية تعزز التقدم الفردي من خلال المنافسة ليس من المستغرب أن نواجه أنفسنا كمواضيع منفصلة يتم حثها على تنفيذ مشروع تحسين ذاتي تلو الآخر، وأصبحنا متشابكين في خطاب الفرص الشخصية واللوم الشخصي، وأن ما ننجزه أو نفشل فيه يعتبر نتيجة للجهود الفردية. ونادراً ما تلعب التضحية بالنفس وحب الأسرة دوراً في نظرية الأسرة الحالية، وإن غياب لغة التضحية يقلل من فهمنا للعمليات الأسرية، ومن هذا المنطلق جاءت الدراسة الحالية لتقديم تصور نظري لمفهوم التضحية الأسرية حيث تم تقديم تعريف للتضحية الأسرية ثم أهم العوامل المؤثرة على التضحية الأسرية وأخيراً أهم التدخلات النفسية في التضحية الأسرية. كلمات مفتاحية: التضحية، الأسرة، التدخلات النفسية، مقارنة نظرية.

ABSTRACT:

The concept of sacrifice used to appear sometimes in some social science literature, but it has become so neglected today that the voices are being raised to "restore" the sacrifice. Similarly, self-sacrifice in the service of family members previously viewed as a high virtue, now is sometimes described as self-defeating and there is not much place for it in an era dominated by individual . In a neoliberal Western culture that promotes individual advancement through competition, it is no surprise that we encounter ourselves as separable subjects stirred to undertake one self-improvement project after another. We have become entangled in discourse of personal opportunity and personal blame, and that what we achieve or fail in is the result of individual efforts. Self-sacrifice and family love rarely play a role in the current family theory, and the absence of the language of sacrifice reduces our understanding of family processes, and from this standpoint the present study came to present a theoretical conception of the concept of family sacrifice where family sacrifice was presented then the most important factors affecting family sacrifice and finally the most important interventions Psychological family sacrifice.

Keywords: family, sacrifice, interventions Psychological, Theoretical Approach.

"في هذا العالم، ليس ما نأخذه، ولكن ما نتخلى عنه هو ما يجعلنا أغنياء"

هنري وارد بيتشير Henry Ward Beecher

اعتاد مفهوم التضحية أن يظهر من وقت لآخر في أدبيات العلوم الاجتماعية، لكنه أصبح مهماً اليوم لدرجة أن أصوات الباحثين أصبحت تتحدث عن الحاجة إلى "استرداد" مفهوم التضحية، وبالمثل فإن التضحية بالنفس في خدمة أفراد الأسرة التي كان ينظر إليها سابقاً على أنها فضيلة عالية تُصنّف أحياناً على أنها شخصية انهزامية أو سلوك انهزامي (Bahr & Bahr, 2009)، إذ غالباً ما ينظر إلى التضحية بالنفس في العلاقات الأسرية ضمن المجتمع التنافسي الحالي الذي يركز على الفرد أنه قد عفا عليها الزمن (Figuerres, 2008)، ومن هنا فإن التضحية في الأسرة نادراً ما كانت لها أهمية في الممارسات العلاجية والعمليات البحثية، وهذا الصمت قائم على أساس أيديولوجي أكثر مما يعكس عمليات الأسرة، وإن غياب لغة التضحية والحب يحد من قدرتنا على التعبير عن تجاربنا، كما أن إهمال هذه المفاهيم يقلل من فهمنا للعمليات الأسرية (Bahr & Bahr, 2009) وتشير البحوث إلى أن التضحية جزء لا يتجزأ من العلاقات الحميمة، على سبيل المثال وجد (Noller, 1996) أن الأشخاص يحددون التضحية، إلى جانب العناية والثقة والاحترام والولاء، كجزء من تصورهم لما يعنيه "الحب" الذي يدعم الزواج والحياة الأسرية، فيما توصلت دراسة (Stanley, Whitton, Sadberry, Clements, & Markman, 2006) إلى أن مواقف التضحية تتنبأ بالتكيف الزواجي مع مرور الوقت.

إن الحالات التي يكون فيها لدى أفراد الأسرة حاجات ورغبات متضاربة أمر لا مفر منه في العلاقات الأسرية، فما هو مفضل لشخص قد لا يتطابق دائماً مع اهتمامات بقية أفراد الأسرة والعكس صحيح، وقد تكون هذه المواقف عادية في بعض الأحيان مثل اختيار الفيلم الذي يرغب أحد الأفراد في مشاهدته أو اتخاذ قرار بتولي أحدهم مهمة ما؛ لكنها قد تكون مهمة في أوقات أخرى مثل اختيار مكان العيش لبناء الحياة وغيرها من المواقف، ويتطلب هذا من أن أفراد الأسرة أن يتعلموا كيفية التفاوض في هذه الأوقات من أجل بقاء ونمو علاقاتهم، وتعتبر التضحية إحدى الطرق التي يمكن أن يتعامل بها أفراد الأسرة مع المصالح المتضاربة والتي يتم تعريفها على أنها التخلي عن مصالح الشخص من أجل تعزيز رفاهية أفراد الأسرة أو العلاقات الأسرية (Impett & Gordon, 2008).

التضحية الأسرية هي ظاهرة أساسية لعمل معظم علماء النفس الأسري، ومع ذلك لا يوجد سوى عدد قليل من الأعمال النظرية أو التجريبية في هذا المجال، لذلك جاءت هذه الورقة البحثية لتوضيح مفهوم التضحية الأسرية وإثراء أدبيات المفهوم من خلال تصور نظري سوف نتطرق فيه إلى تعريف التضحية الأسرية، والعوامل المؤثرة على التضحية الأسرية والدعم الاجتماعي لتعزيز التضحية في العلاقات الأسرية.

2- تعريف التضحية الأسرية:

ما هي التضحية؟ What is sacrifice؟

تعرف التضحية غالباً بأنها التخلي عن شيء تحبه من أجل الصالح العام، كما يمكن تعريفها بأنها سلوك العطاء أو سلوك التخلي عن أحلامك حتى يتمكن شخص ما من تحقيق أحلامه، وإذا تأملنا جيداً سوف نجد أن كل شخص في هذه الحياة قد ضحى بشيء ما في حياته، وإذا سألتنا أنفسنا عما سنضحى به يوماً من أجل سعادة الآخرين وما تكلفه ذلك فإن الإجابة هي أن التضحية سوف تأتي بالألم والمعاناة مقابل فرح وسعادة شخص آخر.

كما يتم تعريف التضحية على أنها التخلي عن المصلحة الذاتية الفورية للفرد من أجل رفاهية الشريك أو تعزيز العلاقة، وبناءً على هذا التعريف، هل يعتبر أي تخل عن المصلحة الذاتية بمثابة تضحية؟، من دون الحصول على معلومات إضافية حول سبب انخراط الأفراد في هذه السلوكيات، وما كان عليهم التخلي عنه في هذه العملية، من الصعب معرفة ما إذا كانت أفعالهم تمثل تضحيات.

وهذا يسمح لنا بالتمييز بين التضحية والمساعدة، وهل التضحية هي مثل مساعدة الآخرين أو الإحسان إليهم أو تقديم خدمة لشخص ما؟، على الرغم من أن التضحية من أجل شريك أو علاقة قد يكون بالفعل بمثابة مساعدة، فإن التضحية والمساعدة ليسا الشيء نفسه، فسلوك المساعدة يوفر فائدة إيجابية لشخص آخر دون التخلي عن أهدافه الشخصية، من ناحية أخرى تتضمن التضحية توفير فائدة إيجابية لفرد آخر من خلال إخضاع أهدافه الشخصية واحتمال تراكم التكاليف الشخصية في هذه العملية، ويمكن اعتبار السلوك نفسه تضحية أو فعل مساعدة اعتماداً على ما إذا كان القائم بالسلوك يضع أهدافه أو اهتماماته الشخصية جانباً من أجل تقديم المساعدة، على سبيل المثال إذا طلب فرد من صديقه اصطحابه من المطار فقد يشعر الصديق أنه يساعده (بدلاً من التضحية لأجله) إذا لم يكن لديه أي خطط أو التزامات موجودة مسبقاً. ومع ذلك إذا اضطر إلى تفويت اجتماع مهم في العمل من أجل اصطحاب صديقه فقد يعتبر فعله تضحية، خاصة إذا تكبدت تكلفة شخصية في العملية (على سبيل المثال تم توبيخه من قبل رئيسه)، ويوضح هذا المثال كيف أن التضحية تنطوي على إخضاع الأهداف الشخصية بينما لا تتضمن المساعدة ذلك عادةً. (Impett & Gordon, 2008)

كانت الأبحاث التي أقيمت حول نظرية الاعتماد المتبادل (Rusbult & Van Lange, 2008) "theory interdependence" القوة الرئيسية المحركة للبحوث حول التضحية في العلاقات، وتنص هذه النظرية على أن بنية العلاقات نفسها تتطلب أحياناً من الأفراد التخلي عن أمورهم المفضلة من أجل العلاقة، وإذا كانت اهتمامات الزوجين وأفراد الأسرة متماثلة لا تكون التضحية ضرورية في مثل هذه الحالة، أما عندما تكون مصالح الزوجين وأفراد الأسرة غير متوافقة هنا قد يضطر الأفراد إلى الاختيار بين مصطلحهم الشخصية أو التضحية من أجل شريكهم أو أفراد أسرته (Figuierres, 2008)، وتعرف التضحية على أنه التخلي عن المصلحة الذاتية المباشرة للفرد من أجل تعزيز رفاهية الشريك أو العلاقة. (Impett & Gordon, 2008)

يمثل الدور الحاسم للدعم الاجتماعي في الحفاظ على مرونة الأسرة أحد أكثر الظواهر الموثقة في علم نفس الأسرة (Armstrong, Birnie-Lefcovitch, & Ungar, 2005; Pinkerton & Dolan, 2007; Plumb, 2011) خلال مساعدة شخص ما على التعافي من الاكتئاب أم اضطراب ما بعد الصدمة أم الحياة الصعبة أم الأزمات الصحية، وفي كل الحالات السابقة دائماً ما كان يُطلب من أفراد الأسرة تقديم الدعم المعلوماتي والعاطفي والمعونة الملموسة وتوفير الدعم الاجتماعي المطلوب، وغالباً ما يُطلب من الأفراد وكذلك النسق الأسري تقديم تضحيات تغير مسار حياة الأسرة وأفرادها الآخرين، وتكون التضحية على المستوى الشخصي من خلال التضحية بالوقت والموارد والقيم والأهداف والرعاية الذاتية، وعلى المستوى العام حينما تتعرض إنتاجية الأسرة والتكيف الأسري والطقوس الأسرية، وحتى التماسك الأسري لخطر شديد.

إن العثور على تعريف عملي أفضل للتضحية الأسرية ليس بالأمر اليسير، لكن تم اقتراح الشروط التالية قبل تصنيف ما يقوم به الفرد في سبيل الأسرة على أنه "تضحية أسرية" وهي:

- 1) يتخلى واحد أو أكثر من أفراد الأسرة عن مورد أو غرض أو نشاط ذي قيمة من أجل أحد أفراد الأسرة.
- 2) تؤثر الموارد أو القيم أو الأهداف أو الأنشطة التي تم التخلي عنها على أكثر من شخص واحد في الأسرة.
- 3) العمل كعامل ضاغط على تغيير بنية الأسرة وديناميكياتها.

4) إن المدة الزمنية أو الطبيعة المتكررة للعطاء تقلل من احتمالية أن يسترد أفراد الأسرة الموارد أو الأهداف أو النشاط المتخلى عنه.

5) لا يوجد توقع بالمعاملة بالمثل من عضو الأسرة المحدد.

مثل هذا التعريف من شأنه أن يساعد في تمييز التضحية الأسرية عن الإيثار المتكرر في كثير من الأحيان، فكل من الإيثار والتضحية هي أشكال من السلوك الاجتماعي الإيجابي، وهذا يعني أن كلاهما يشير إلى الإجراءات التي تفيد الآخرين دون أي توقع للجهد المبذول أو الفوائد التي ستعود عليه جراء هذا السلوك، ومع ذلك هناك اختلافات نظرية مهمة بين الإيثار والتضحية. (Berg-Cross, 2016)

فمفهوم الإيثار Altruism هو فعل يقوم به الفرد من تلقاء نفسه وتطوعاً برضا وقناعة مقدماً فيه مصلحة الآخرين على مصلحته الشخصية بهدف تخفيف آلامهم وزيادة سعادتهم دون مقابل أو مكافأة ينتظرها (حسن محمود والشريجي، 2012)، وعلى الرغم من أن الإيثار مدروس جيداً في علم النفس، وأن التضحية بالكاد تمت دراستها، (Berg-Cross, 2016) يميز بين العمليتين السلوكية والمعرفية في ستة طرق مهمة:

1- الدافع وراء الإيثار هو تحقيق رفاهية الآخرين بسبب التعاطف في كثير من الأحيان، أما الدافع وراء التضحية يمكن أن يكون الواجب والالتزام، والشعور بالذنب إلى جانب التعاطف.

2- الإيثار هو في الغالب وضع مريح للجانبين حيث الفوائد تفوق التكاليف، أما التضحية فغالباً ما تكون وضعاً يخسر فيه الجميع.

3- يعمل الإيثار غالباً على تعزيز الأداء العام للأسرة، فيما تزيد التضحية في معظم الأحيان الضغوط على أداء الأسرة بشكل عام.

4- يمكن أن يكون للإيثار أهداف قصيرة أو طويلة الأمد، فيما تتعلق التضحية بالأهداف طويلة المدى.

5- يتم تقدير الإيثار في معظم الأحيان من قبل المتلقي، فيما يمكن تقدير التضحية أو عدم تقديرها من قبل المتلقي.

6- غالباً ما تقلل التضحية من تماسك الأسرة وتزيد من المرونة، والإيثار غالباً ما يزيد من تماسك الأسرة ويقلل من المرونة.

وهكذا تعتبر التضحية الأسرية سلوكاً مهماً وإيجابياً يمكن استخدامه للحفاظ على العلاقات الأسرية بمرور الوقت، إذ لا تخلو أي علاقات أسرية من مواقف لا تتناسب فيها رغبات الأفراد أو احتياجاتهم مع مصالح شركائهم مما يستوجب التضحية، والتضحية تستوجب الالتزام بالعلاقة عندما يثق الأفراد بشركائهم، وعندما يشعرون بأن شركائهم سيكونون على استعداد للتضحية في المقابل.

وتعتبر التضحية في الغالب استراتيجية يستخدمها أفراد الأسرة لإظهار حميم لبعضهم البعض، وتعزيز السعادة، وضمان نجاح علاقاتهم، ومع ذلك عندما لا تكون التضحية متبادلة أو عندما يضحي الناس بجانب أساسي من أنفسهم، قد تكون التضحية ضارة بالفعل وفيما يلي سوف نتطرق إلى عدد من العوامل التي تؤثر على التضحية الأسرية.

3- العوامل المؤثرة على التضحية الأسرية:

هناك عدد من العوامل المتداخلة التي يمكننا استخلاصها من الأدبيات التجريبية، والتي من المرجح أن تؤثر على التضحية وأثرها على الأسرة وأدائها.

الشكل رقم 1: العوامل المؤثرة على التضحية الأسرية حسب تصور (Berg-Cross, 2016)



1-3- الانصهار العاطفي: Emotional Fusion

يتم تعريف الانصهار على أنه التوحد العاطفي أو الترابط العاطفي بين أفراد الأسرة، ويشير الانصهار المشترك في المقام الأول إلى سلسلة من التقاربات أو الترابطات بين الطفل والديه في الأسرة النووية، ويحدث الانصهار بين الفرد وأخواته، وبينه وبين أفراد الأسرة الممتدة، والبعض الآخر غير أسري، وتمثل وظيفة الانصهار في ضمان بقاء الأفراد داخل الأسرة النووية مرتبطين بالنواة العاطفية - وعادة ما يكون الوالدان -، وهي مثل قوة جاذبية المغناطيس التي تمنع جميع أفراد الأسرة من الابتعاد عن النواة العاطفية التي يتطلب بقاءها التعلق بها .

درجة الانصهار مع الأشقاء والزوج والأعضاء الآخرين في عائلة المنشأ والأسرة الموسعة الأكبر هي ثانوية بالمقارنة مع الارتباط العاطفي بين الطفل والديه. والأنماط السلوكية التي تعمل ألياً للتحكم في شدة الانصهار العاطفي والقلق داخل الأسرة النووية هي كالتالي: التعامل التبادلي المفرط بين الأزواج، عملية الإسقاط، المثلث، والصراع أو الابتعاد بين الزوجين. هناك تعابير محددة لا حصر لها للانصهار العاطفي نذكر منها التصرف كما لو كان بإمكان المرء قراءة عقل الآخر، والتعبير التلقائي عن الردود العاطفية أو الاجتماعية أو الجسدية (Titelman, 2014) وقد توصلت دراسة (Swann Jr et al., 2014) أن الانصهار العاطفي مع المجموعة التي ينتمي إليها الأشخاص يتخطى الرغبة في الحفاظ على الذات ويجبرهم على ترجمة معتقداتهم الأخلاقية إلى سلوك التضحية.

فحماية أو تعزيز أهداف الآخرين لا يمكن تمييزها عن حماية أو تعزيز أهداف الفرد، وفي أغلب الأحيان إذا كان الآخر أصغر سناً، أو أكثر قيمة، أو مجموعة (الأطفال مقابل الوالد الواحد)، فإن الحاجة للتضحية تكون أكبر من الحاجة إلى الرعاية الذاتية (Berg-Cross, 2016)، وقد وجدت دراسة (Nolle, Gulbas, Kuhlberg, & Zayas, 2012) أن المراهقين من أصل إسباني في كثير من الأحيان يضعون محاولاتهم الانتحارية في سياق عدم الرغبة في إجهاد عائلاتهم وهم يرون أن التضحية بحياتهم هي وسيلة لتحسين أوضاع عائلاتهم.

الأفراد الأكثر انصيهاراً عاطفياً مع بعضهم البعض أقل قدرة على الامتناع عن التضحية، لذلك على الفرد أن يكون لديه شعور بالذات، ومستقل عاطفياً عن الآخرين من أجل التقليل من الإفراط في الاستفادة منه من قبل الشخص المحتاج والآخرين في الأسرة. هذا هو أساس العمل مع الأسر خلال الجلسات الإرشادية، يجب على كل شخص أن يكون مسؤولاً عن نفسه، وإذا كنت تتحمل المسؤولية عن الآخر، في النهاية فإنك تسمح باستمرار سلوكه في عدم تحمل المسؤولية ولا تقوم بمساعدته. وإذا كان الانصيهار مرغوباً ثقافياً أو وجودياً، فإن تكلفة التضحية سوف تتقلص إلى حد كبير، أما إذا كان التمايز هو الهدف المنشود ودرجة الاندماج تثير الاستياء، فإن تكلفة التضحية تزداد (Berg-Cross, 2016).

2-3- التوجه بين الأشخاص Interpersonal orientation:

يشير التوجه بين الأشخاص بوجه عام إلى الفروق الفردية في تفضيل التفاعل الاجتماعي (Smith & Ruiz, 2007)، إذ لا يرغب الأفراد الذين لديهم ميول فردانية أن يتلقوا أو أن يقرروا بالتضحية ويستأثرون من التصرف بما يتعارض مع مصالحهم الخاصة أو أن يكونوا أعضاء في الأسرة التي تتحمل تكاليف التضحية، من ناحية أخرى فإن من هم أكثر جماعية سيجدون سهولة في الإقرار بأنهم بحاجة إلى مساعدة الآخرين، وسيجد كلا من الشخص الذي يقدم الخدمات وأفراد الأسرة الآخرين أنه من الأسهل تحمل التضحيات المطلوبة إذا كان لديهم توجه جماعي. وجدت دراسة (McClintock & Allison, 1989) أنه عند إرسال طلب بالبريد للتبرع من 0 إلى 10 ساعات لسبب جدير، ساهم الأفراد المتعاونون بشكل كبير بوقتهم في القضية أكثر من الأفراد المتنافسين. وتؤثر الثقافة على التوجه بين الأشخاص بشكل كبير، حيث توصلت دراسة (Kim, Sherman, & Taylor, 2008) أنه من أكثر السمات المميزة بين الثقافات تتعلق بكيفية اختلافها من الاستقلال إلى التعاون واستعدادها لقبول الدعم عند عرضه.

3-3- الالتزام Commitment:

العلاقة الموثقة بين الالتزام والتضحية تثير مسألة الأسبقية الزمنية لهما، حيث يشير "نموذج الاستثمار The investment model إلى أن الشعور بالالتزام يظهر كنتيجة للاستثمار (Rusbult, 1980)، ولأن التضحية تعتبر استثماراً في العلاقة (Whitton, Stanley, & Markman, 2002) يجب أن تتنبأ التضحية بالالتزام لاحق.

والتضحية يمكن أن تكون بمثابة استثمار في علاقة الشخص، وهذا بدوره قد يعزز الشعور بالالتزام، كما أن التضحيات قد تبني التزاماً لأنه وفقاً لنظرية الاعتماد المتبادل interdependence theory فإنه لاستمرار العلاقات المستقرة ينبغي أن تحدث بعض سلوكيات الصيانة الاجتماعية الإيجابية، مثل التضحية من أجل مصلحة الشريك والعلاقة (Monk, Vennum, Ogolsky, & Fincham, 2014)، وحسب (Le, Dove, Agnew, Korn, & Mutso, 2010) يُعد الالتزام أحد أقوى العوامل المنبئة بالجهود المستمرة لوضع احتياجات الشريك فوق الاحتياجات الخاصة وما إذا كان الشخص يختار التضحية من أجل العلاقة أو تركها. وهناك نموذج آخر وضع من قبل (Wieselquist, Rusbult, Foster, & Agnew, 1999) حيث يقدم ويختبر نموذجاً للارتباطات القائمة على الترابط بين الالتزام والسلوك المؤيد للعلاقة والثقة، وقد كشفت النتائج من دراستين طوليتين دعمًا

جيدًا لتنبؤات النماذج، وتوفر الأعمال المستوحاة من الالتزام مثل الانسجام والاستعداد للتضحية معلومات تشخيصية تتعلق بالدوافع المؤيدة للعلاقة مع الشريك، حيث يقبل الأفراد على الثقة بشركائهم عندما يرون أن شركاءهم قد أصدروا سلوكًا مؤيدًا للعلاقة تاركين مصلحتهم الشخصية المباشرة من أجل صالح العلاقة، وتتسق نتائج التحليلات مع النموذج التالي: (أ) يعزز الاعتماد الالتزام القوي، (ب) يتعزز الالتزام بالأفعال المؤيدة للعلاقات، (ج) يشكل الشركاء تصورا حول الأفعال المؤيدة للعلاقة، (د) يعزز مفهوم الأفعال المؤيدة للعلاقات ثقة الشريك، (هـ) تزيد الثقة من رغبة الشريك في الاعتماد على العلاقة. تؤكد هذه الدراسة أن هذا الالتزام ليس سوى الخطوة الثانية على طريق سلوك التضحية، وتتمثل الخطوة الأولى في التبعية الموجودة في أي علاقة حميمة حيث توجد تفاعلات متعددة علنية وسرية تعوق المبادرة الذاتية وتعزز الاعتماد المتبادل، قد يكون الأمر بسيطاً مثل معرفة أنني لا أتناول العشاء عندما أشعر بالجوع، ولكن تناول الطعام يتوقف على شريكي في المنزل، وقد يكون الأمر معقدًا مثل الحاجة إلى تعاون شريكك لدفع الفواتير، والوصول إلى العمل، وتجنب العبء. من هذه التبعية المفترضة ينشأ التزام - شعور، توقع - أن هذه الأنواع الكثيرة من التبعية سوف تستمر في المستقبل. في هذا النموذج، تكمن التضحية الأسرية في المستقبل المتوقع للعلاقة، عندما يشارك المرء في التضحية يتم تعزيز التبعية في العلاقة ويتم تعزيز دورة الحياة بأكملها.

لسوء الحظ تم عزل هذا النموذج في مجال البحث عن التضحية ولم يتم العمل عليه على مدار السنوات الماضية، وقد يرجع ذلك إلى أن مجال أبحاث الالتزام أصبح مكرسًا بالكامل للالتزام التنظيمي، وبالعامل انطلاقاً من نموذج "التضحية الأسرية" يفترض أن تنشأ العديد من العواقب السلبية للأعضاء الآخرين في الأسرة بسبب أنماط الاعتماد العاطفي بين الفرد المحتاج للتضحية والمضحى، والأسرة عبارة عن شبكات من الاعتمادات المتبادلة وعندما يتم تأمين أي نظام فرعي ثنائي في دورة تبعية يمكن أن يتوقف الآخرون من أي اعتمادات متبادلة مرضية ويصبحون معزولين أو متورطين بشكل مفرط في النظم الفرعية المتبقية. ويختلف الرضا في العلاقة باختلاف توقعات الشخص لتلك العلاقة، وطالما تم الوفاء بتوقعات العلاقة فمن المرجح أن يستمر المرء في التصرف بطريقة التضحية، وإذا لم يتم الوفاء بتوقعات العلاقة فستكون القدرة على المنافسة أكثر انفتاحاً لإعادة ترتيب أولوياته.

إن الرضى عن العلاقة هو مفهوم مهم للغاية في الأسر لأنه عندما يمكن زيادته ينخفض الضغط إلى حد كبير وتتعزيز مكافآت التضحية إلى حد كبير؛ وعندما ينقص الرضى يمكن أن يكون المعالج عاملاً مساعداً في تغيير بنية وطبيعة نظام الأسرة. على سبيل المثال إذا كانت الأم تستمتع حقاً بعلاقتها مع ابنها المتوحد، فإن التضحيات التي تقدمها في حياتها الشخصية للعناية به وأن تكون معه ليست مرهقة بشكل خاص، ويمكن الاعتراف بتضحياتها وتقليل التوتر بالنسبة للفرحة التي تحصل عليها من علاقتها. أخته، إذا كان لديها أيضاً علاقة جيدة معه لن تتأثر سلباً من فقدان وقت الأم وابنتها، قد تفوتها عدم الحصول على مزيد من الوقت، لكنها لن تشعر أن التضحية تجري دون النظر إليها إذا كانت لديها علاقة جيدة حقاً مع شقيقها. ومع ذلك إذا كانت العلاقة لا تعدو كونها مشكلة، فستكون هناك حاجة لإجراء تغييرات، كما يجب استكشاف طرق لإثراء العلاقة بين الطفل والوالد (Berg-Cross, 2016).

4-3- دعم المجتمع Community support:

ينبع الدعم الاجتماعي من العلاقات مع أفراد الأسرة والأصدقاء والزملاء والمعارف، ويشير رأس المال الاجتماعي إلى ميزات المجتمع التي تسهل التعاون من أجل المنفعة المتبادلة، مثل الثقة الشخصية والجماعية المدنية وغيرها (Kawachi, Kennedy, & Glass, 1999). ونحن نؤيد الجزء الخاص بنا من الدراما الأسرية، نريد أن يتم الاعتراف بدورنا وتقييمه، إن المحارب القديم الذي يحاول السير على الأطراف الاصطناعية يحتاج إلى مجتمع يعزز شجاعته وثباته، كما تحتاج الزوجة التي تعمل وتربي

الأطفال أيضا إلى الثناء والتقدير، ويحتاج الأطفال أيضًا إلى الشعور بقيمتهم وأنهم يقومون بدورهم من خلال الحفاظ على توحيد الأسرة وسيرورتها، مجتمع الجيران والمدرسين والأقرباء كلهم يساهمون في الحد من التكاليف السلبية للتضحية العائلية وتحقيق أقصى قدر من الفوائد الإيجابية الكامنة في مثل هذه السلوكيات. (Berg-Cross, 2016)

يساعد الدعم الاجتماعي الفردي والمجتمعات المترابطة الغنية بالموارد في حماية الصحة البدنية والعقلية وتيسير السلوكيات والخيارات الصحية (Braveman, Egerter, & Williams, 2011)، فيما يعاني الأفراد المعزولون اجتماعيا من مخاطر متزايدة لضعف النتائج الصحية (House, 2001)، حيث يتعرض الأفراد الذين يفتقرون إلى الدعم الاجتماعي الكافي بشكل خاص لآثار الإجهاد التي ترتبط بأمراض القلب والأوعية الدموية والسلوكيات غير الصحية مثل الإفراط في التدخين والتدخين لدى البالغين، والبدانة عند الأطفال والمراهقين. (Braveman et al., 2011)

عندما تكون شبكات الدعم الاجتماعي كافية فإن الاستخدام المفرط للتضحيات قد يكون ضارًا بالشخص المحتاج بالإضافة إلى المضحي وأفراد الأسرة الآخرين. إذا كان هناك العديد من الأشخاص الذين يمكنهم أخذ طفل إلى مدرب كرة القدم الخاص بهم، ولكن الأب يختار ترك وظيفته ليصبح السائق والمشرف على تدريب الطفل فإن التضحية لن تكون موضع تقدير ولن تجني الفوائد التي يرغب بها الأب، وبالمثل قد يشعر الأب بمزيد من الألم على تضحيته وأقل تحملاً إذا أدرك أن العديد من أفراد العائلة الآخرين وخدمات النقل العام يمكنها أن تأخذ ابنه بأمان إلى جلسات التدريب، عندما لا يكون هناك مصدر آخر للمساعدة من المرجح أن يقدر كل شخص قيمة التضحية ويشعر بفوائد التضحية كقيمة (Berg-Cross, 2016).

5-3- رغبة المتلقي للمساعدة: Desire of recipient for help

واحدة من أهم العوامل المؤثرة على ما إذا كان الدعم الاجتماعي والتضحية العائلية مفيدة هو ما إذا كان الشخص المحتاج لديه رغبة في هذه المساعدة أم لا. عندما يطلب الشخص المحبوب المساعدة ويقر بالتضحية، ستصل الاستفادة والمساعدة إلى أقصى إمكاناتها، ويمكن ملاحظة ذلك في مئات الأمثلة اليومية: قد يصاب الوالد الذي يضحي لإرسال ابنه إلى كلية مكلفة بخيبة أمل عندما لا يكون لدى الابن أي اهتمام بالدراسة، فيما سيكون الوالد الذي يضحي سعيداً لأن الابن قد توسل للمساعدة في تحقيق حلمه في استكمال الدراسة في كلية معينة. (Berg-Cross, 2016)

6-3- الاعتزاز: Pride

الاعتزاز هو حالة شعورية إيجابية قائمة على نجاح الفرد أو ارتباطه بنجاح الآخرين، ويشبه الشعور الذاتي المرتبط بالاعتزاز شعور الفرح أو الرضا أو السعادة، لكن يختلف عنه في أن الاعتزاز يحدث عندما يركز الأفراد على الذات وتقييم الأداء الذي يتجاوز ما هو متوقع داخلياً، ويعتمد بشكل خاص على تقييم النجاح المشروع أو الانتصار أو التفوق أو أي نوع من الإنجاز المستحق، كما يحدث في المواقف التي تنطوي على مقارنات اجتماعية مواتية، ويشعر الناس بالفخر عندما يفكرون في أنفسهم على أنهم يتمتعون بقدرات عالية أو مهارة في وضعية مقارنة بالآخرين (Harth, 2017). والاعتزاز هو تعزيز ذاتي، وفي بعض الأحيان تكون التضحية لأن الحكم على الهدف محفز، فمكسب الاعتزاز الشخصي يكفي لتجاوز أي خسائر شخصية أخرى مرتبطة بالتضحية، وعلى الرغم من أن هذا الشعور بالاعتزاز يمكن أن يأتي من نظام فلسفي شخصي إلا أنه غالباً ما يتم تضمينه في سياق ثقافي يتميز بتوقعات التضحية وهدفية الحياة (على سبيل المثال، دائماً ما يعتني المرء بالشيخوخة بغض النظر عن السبب)، وهذا بطبيعة الحال ليس بعيداً عن الوطنية التي يشعر بها رجال الخدمة المسلحة الذين يعد استعدادهم للموت من أجل بلد واحد مصدراً رئيسياً للفخر. (Berg-Cross, 2016)

7-3- أهداف الإقدام إحام Approach and Avoidance Motivations:

أهداف الإقدام إحام تكون حيث يتوجب على المرء أن يقرر إذا ما كان عليه أن يقترب من هدف سار يتضمن بلوغه احتمال مشاق كثيرة أو لا يقترب (أبو زعيزع، 2013). وتدعم أدبيات البحوث الافتراض القائل بأن وضع احتياجات الشريك في المقدمة والتخلي عن رغبات الفرد الخاصة يمكن أن يسفر عن العديد من التأثيرات الإيجابية على العلاقة، وقد ارتبط الاستعداد للتضحية مع زيادة الرضا الزوجي (Figuierres, 2008)، وبين الطلاب الجامعيين غير المتزوجين قد يتوقع استمرارية العلاقة (Wieselquist et al., 1999).

ومع ذلك، يؤكد الحس السليم والخبرة الحياتية أن النتائج السلبية يمكن أن تقترن بالتضحية، حيث تم إجراء دراسة مهمة في هذا الاتجاه من قبل (Impett, Gable, & Peplau, 2005) قدمت أول بحث تجريبي عن كيفية ارتباط مقاربة الإقدام والإحام Approach and Avoidance بالتضحية في العلاقات الحميمة والرفاهية الشخصية وجودة العلاقة، وقد ارتبطت دوافع الإقدام approach بشكل إيجابي مع التضحية والرفاه الشخصي وجودة العلاقة، وارتبطت دوافع الإحام avoidance بشكل سلبي مع التضحية والرفاه الشخصي وجودة العلاقة، وكانت التضحية من أجل دوافع الإحام ضارة بشكل خاص للحفاظ على العلاقات مع الوقت، وارتبط إدراك دافع الشريك للتضحية أيضاً برفاهيته وجودة علاقته. من المرجح أن يشعر الأفراد الذين تحركهم مخاوف حقيقية تجاه الآخر أو لأنهم يسعون إلى تقوية العلاقة (دوافع الإقدام) إلى تحقيقها عن طريق التضحية. ومن ناحية أخرى، فإن الأشخاص الذين يضحون من أجل تجنب الصراع أو يتجنبون الاستنكار المجتمعي أو لإيقاف طلبات شركائهم المزعجة (دوافع الإحام) ينتهي بهم الأمر إلى الشعور بالاستياء وعدم الرضا، كما يمكن لدوافع الإحام هذه أن تضعف العلاقة (Berg-Cross, 2016).

4- التدخلات النفسية للتضحية الأسرية:

1-4- نظرية مهارات المواجهة Coping Skills Therapy:

في بعض الأحيان تكون الحياة مرهقة وملبنة بالأحداث المزعجة التي تخلق الضيق والكرب، ومن أجل التعافي سيحتاج الأفراد إلى تعلم التعامل مع هذه المواقف المؤلمة والتركيز على تطوير مهارات تكيف جديدة، وإن الطاقة والموارد والرغبات الأولية للمرء يمكن أن تنضب بمرور الوقت من خلال التضحية الأسرية، إذ لا يوجد أحد لديه طاقات لم يمسه الاجتهاد بمرور الوقت، وقد تصبح مساعدة الطفل مع واجباته المدرسية كل ليلة روتيناً على مر السنين، ولكن قدرة الوالدين على الحفاظ على هذا النشاط تعتمد على مدى نجاحهما في تطوير استجابات التكيف التي تحد من تسرب الطاقة والموارد والدوافع.

إذا ما هي مهارات التأقلم الأكثر أهمية بالنسبة للأسرة؟

سوف تجد كل أسرة مهارات تكيف مختلفة، إلا أن أفضل الممارسات تقترح استجابات للتأقلم لأولئك الذين لا يملكون الكثير من الوقت ومع الموارد المالية المحدودة غالباً ما تشمل: تمارين روتينية مثل المشي، موسيقى، الصلاة والتأمل، الفكاهة، العلاج بالقراءة والسينما، مجموعات الدعم عبر الإنترنت، الاستمتاع بالطبيعة، وضع جداول يومية، المكافآت الذاتية، والتزام تجربة شيء جديد كل شهر. إن مساعدة العملاء في العثور على مهارات فعالة للتأقلم هي بمثابة فن، عليك أن تجد مهارات التأقلم الصحيحة للشخص المناسب في الوضع الصحيح في الوقت المناسب على المستوى الصحيح، قد تكون "الفكاهة" استجابة رائعة عندما تضطر إلى إلغاء عشاء طال انتظاره لأن أمك تواجه أزمة مع زملائها في العمل، لكنها ليست الاستجابة الصحيحة عندما تدخل أمك إلى الجراحة (Berg-Cross, 2016).

2-4- تدخلات الدعم الاجتماعي Social Support Interventions:

يشمل الدعم الاجتماعي الاعتقاد بأن الآخرين يحبون ويقدرّون ويهتمون ويرغبون في فعل أشياء معك، كما يعبر عن العلاقات والمعتقدات والتفاعلات التي تعزز التعامل مع الكرب العاطفي، وتقاسم المهام، والمشورة، وتنمية المهارات، والمساعدة المادية (Sifers, 2018)، سوف نكون جميعاً في مواقف تبعية في نقاط متعددة في حياتنا، سنحتاج إلى شخص ما للتضحية برغباته الخاصة من أجل مساعدتنا، وفي الوقت الذي نأمل أن يرتفع فيه أحيائنا إلى هذه المهمة وأن يكونوا مسانديننا الاجتماعيين، فإن المساعدين يحتاجون أيضاً إلى الدعم الاجتماعي، في الواقع يحتاج المساعد إلى المساعدة في كثير من الأحيان بقدر ما يحتاج الشخص الذي يحصل على المساعدة (Berg-Cross, 2016).

3-4- علاج القبول والالتزام (ACT) Acceptance and Commitment Therapy:

نموذج العلاج النفسي القائم على التقبل والالتزام أحد النماذج العلاجية الحديثة التي جذبت الانتباه في الآونة الأخيرة، ويمثل ما يعرف في أدبيات مجال الصحة النفسية والعلاج النفسي بالموجة الثالثة من التطور الحادث في العلاج السلوكي والعلاج السلوكي المعرفي، وعلى الرغم من التداخل الشديد بين الافتراضات التي ينطلق منها نموذج العلاج القائم على التقبل والالتزام مع افتراضات ما يعرف بالعلاج الجدلي السلوكي والعلاج القائم على التنبيه واليقظة الذهنية، إلا أن له طابعه الخاصة وتميزه الذاتي؛ لما يتضمنه من تأكيد على التقبل Acceptance أو قبول اللحظة الراهنة كما هي على اعتبار أن كل شخص منا موجود في مكانه الحالي الذي اسمه "هنا الآن"، فليستمتع به مهما كان شكله أو لونه أو واقعه دون توجه نحو رفض الواقع أو التحسر على الماضي أو في تخيل مستقبل أفضل، ودون غرق في دوامة الأفكار والمشاعر السلبية تأنيبا للذات وجلدا لها، بل بالتوجه نحو التعهد الذاتي والالتزام الشخصي Personal Commitment بفعل تغيير لمصادر تخليق ملامح الإزعاج والضيق النفسي، وهو أمر لا يتحقق إلى بتنمية ما يسمى في نموذج العلاج بالتقبل والالتزام بالمرونة النفسية ومهارات اليقظة الذهنية (أبو حلاوة، 2018). ويعرف Hayes et al (2006) العلاج بالتقبل والالتزام ACT أنه مقارنة علاجية تستخدم عمليات التقبل، وتقنيات اليقظة الواعية وعمليات الالتزام والتغيير السلوكي من أجل الوصول إلى مرونة نفسية، والهدف الرئيسي من هذا العلاج هو تحقيق المرونة النفسية ويقصد بها هنا هو ربط وعي الانسان بواقعه الحالي وباللحظة الآنية من خلال تقبل وجود الصعوبات، وأيضاً الالتزام بسلوكيات متسقة مع مبادئ يحددها العميل من خلال تلك الخطوتين (التقبل والالتزام) يفترض أنه تم التعامل مع مشكلتين تكون في أغلب المشاكل النفسية وهي الاندماج أو الانغراق في أفكار معينة والهروب من المشكلة. (حمودة، 2018) وفيما يتعلق بالتضحية الأسرية فإن المعالج يعمل على زيادة تقبل الأفكار والمشاعر السلبية الحتمية بشأن تضحيات الفرد بدلاً من محاولة إعادة صياغتها أو إنكار وجودها، وإذا كان شخص ما يشعر أن الحياة غير عادلة، فإن الهدف هو مراقبة وتجربة هذا الشعور والأفكار المرتبطة به دون حكم، ثم يعتمد المرء على قيمه الأساسية ليقرر كيفية التعامل مع الموقف (Berg-Cross, 2016).

5- الخاتمة:

إن التضحيات التي يتم تقديمها في الأسرة هائلة وطويلة الأمد، فأفراد الأسرة غالباً ما يغيرون مسار حياتهم وأحلامهم بشكل دائم وهم يضحون في سبيل بعضهم البعض بغض النظر عن التبعات التي قد تعزز روابطهم الأسرية أو قد تزيد من تعقيد الأمر والتورط في مشاكل أكبر سوف تعيق حياتهم الطبيعية، ولأن مفهوم التضحية الأسرية لم يلق الاهتمام الكافي في أدبيات علم النفس الأسري فقد تطرقنا إليه في هذا المقال من خلال تعريف التضحية الأسرية وما هي العوامل المؤثرة عليها حسب نموذج (Berg-Cross, 2016) وفي الأخير عرجنا على استراتيجيات التدخل التي يمكن أن تعزز التضحية الأسرية، ومن

خلال هذه الورقة البحثية نوصي بإدماج قضايا التضحية الأسرية في العلاجات النفسية والأسرية منها خاصة وكذا إثراء هذا المفهوم بدراسات حالات أو دراسات ميدانية تتناول المفهوم بمزيد من الدقة والتنظير.

6- قائمة المراجع:

- أبو حلاوة، محمد السعيد. (2018). نموذج العلاج النفسي القائم على التقبل والالتزام. إصدارات مؤسسة العلوم النفسية العربية. عدد 58.
- أبو زعيزع، عبد الله يوسف علي. (2013). دراسات معاصرة في الصحة النفسية. عمان. الأكاديميون للنشر والتوزيع.
- حسن محمود، أحلام والشروبي، سحر. (2012). الإيثار لدى الأطفال الصم والمكفوفين في مسقط والإسكندرية دراسة عبر ثقافية. أمارياك. مج 3. ع (6). 19-92.
- حمودة، سليمة. (2018). العلاج بالتقبل والالتزام ACT لعلاج المشكلات النفسية المصاحبة لمرض السيلياك. المؤتمر الدولي الأول حول: التطبيقات الحديثة لعلم نفس الصحة من أجل ترقية صحة الفرد و المجتمع. جامعة الجزائر 2.
- Armstrong, M. I., Birnie-Lefcovitch, S., & Ungar, M. T. (2005). Pathways between social support, family wellbeing, quality of parenting, and child resilience: What we know. *Journal of child and family studies*, 14(2), 269-281.
- Bahr, H. M., & Bahr, K. S. (2009). *Toward more family-centered family sciences: Love, sacrifice, and transcendence: Lexington Books.*
- Berg-Cross, L. (2016). *Family Sacrifice: Models, Research and Interventions. Psychology and Psychological Research International*. 1(1). 000107. <http://medwinpublishers.com/PPRIJ/PPRIJ16000107.pdf>.
- Braveman, P., Egerter, S., & Williams, D. R. (2011). The social determinants of health: coming of age. *Annual review of public health*, 32, 381-398.
- Figuerres, K. S. (2008). *Sacrifice in marriage: Motives, behaviors, and outcomes. All Theses and Dissertations. 1598.*
- Harth, N. (2017). *Pride. In V. Zeigler-Hill & T. K. Shackelford (Eds.), Encyclopedia of Personality and Individual Differences (pp. 1-3). Cham: Springer International Publishing.*
- House, J. S. (2001). Social isolation kills, but how and why? *Psychosomatic medicine*, 63(2), 273-274.
- Impett, E. A., Gable, S. L., & Peplau, L. A. (2005). Giving up and giving in: The costs and benefits of daily sacrifice in intimate relationships. *Journal of personality and social psychology*, 89(3), 327.
- Impett, E. A., & Gordon, A. (2008). For the good of others: Toward a positive psychology of sacrifice. *Positive psychology: Exploring the best in people*, 2, 79-100.
- Kawachi, I., Kennedy, B. P., & Glass, R. (1999). Social capital and self-rated health: a contextual analysis. *American journal of public health*, 89(8), 1187-1193.
- Kim, H. S., Sherman, D. K., & Taylor, S. E. (2008). Culture and social support. *American Psychologist*, 63(6), 518.
- Le, B., Dove, N. L., Agnew, C. R., Korn, M. S., & Mutso, A. A. (2010). Predicting nonmarital romantic relationship dissolution: A meta-analytic synthesis. *Personal Relationships*, 17(3), 377-390.
- McClintock, C. G., & Allison, S. T. (1989). Social Value Orientation and Helping Behavior 1. *Journal of Applied Social Psychology*, 19(4), 353-362.
- Monk, J. K., Vennum, A. V., Ogolsky, B. G., & Fincham, F. D. (2014). Commitment and sacrifice in emerging adult romantic relationships. *Marriage & Family Review*, 50(5), 416-434.
- Nolle, A. P., Gulbas, L., Kuhlberg, J. A., & Zayas, L. H. (2012). Sacrifice for the sake of the family: Expressions of familism by Latina teens in the context of suicide. *American Journal of Orthopsychiatry*, 82(3), 319-327.
- Noller, P. (1996). What is this thing called love? Defining the love that supports marriage and family. *Personal Relationships*, 3(1), 97-115.
- Pinkerton, J., & Dolan, P. (2007). Family support, social capital, resilience and adolescent coping. *Child & family social work*, 12(3), 219-228.
- Plumb, J. C. (2011). The impact of social support and family resilience on parental stress in families with a child diagnosed with an autism spectrum disorder.
- Rusbult, C. E. (1980). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of the investment model. *Journal of experimental social psychology*, 16(2), 172-186.
- Rusbult, C. E., & Van Lange, P. A. (2008). Why we need interdependence theory. *Social and Personality Psychology Compass*, 2(5), 2049-2070.
- Sifers, S. K. (2018). Social Support. In R. J. R. Levesque (Ed.), *Encyclopedia of Adolescence (pp. 3708-3714)*. Cham: Springer International Publishing.

- Smith, J. L., & Ruiz, J. M. (2007). *Interpersonal orientation in context: Correlates and effects of interpersonal complementarity on subjective and cardiovascular experiences*. *Journal of personality*, 75(4), 679-708.
- Stanley, S. M., Whitton, S. W., Sadberry, S. L., Clements, M. L., & Markman, H. J. (2006). *Sacrifice as a predictor of marital outcomes*. *Family Process*, 45(3), 289-303.
- Swann Jr, W. B., Gómez, Á., Buhrmester, M. D., López-Rodríguez, L., Jiménez, J., & Vázquez, A. (2014). *Contemplating the ultimate sacrifice: Identity fusion channels pro-group affect, cognition, and moral decisionmaking*. *Journal of personality and social psychology*, 106(5), 713.
- Titelman, P. (2014). *Emotional cutoff: Bowen family system theory perspectives*: Routledge.
- Whitton, S., Stanley, S., & Markman, H. (2002). *An Exploration of Relevant Research and Theory. Stability and change in relationships*, 156.
- Wieselquist, J., Rusbult, C. E., Foster, C. A., & Agnew, C. R. (1999). *Commitment, pro-relationship behavior, and trust in close relationships*. *Journal of personality and social psychology*, 77(5), 942.