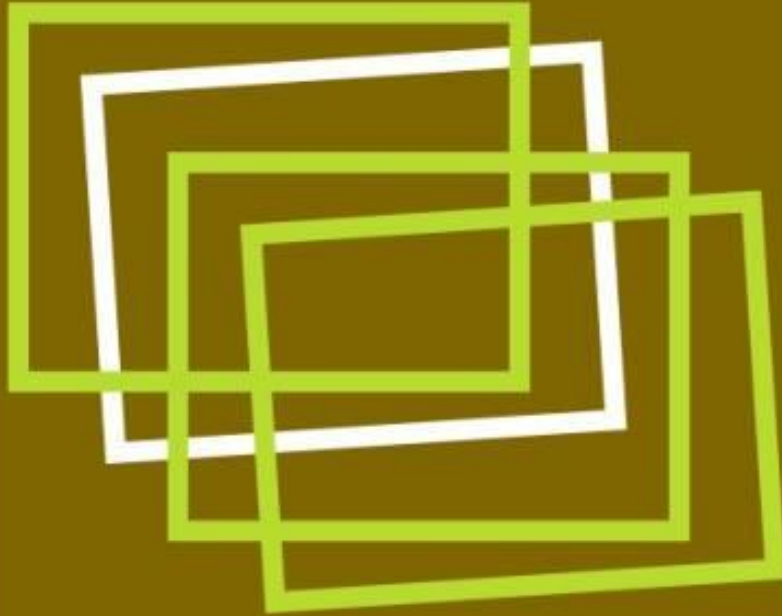


المركز الديمقراطي العربي؛ برلين - ألمانيا
مركز مؤشر للاستطلاع والتحليلات - ألمانيا

مجلة مؤشر للدراستات الاستطلاعية

دورية دولية محكمة
تعنى بنشر نتائج البحوث الاستطلاعية
في مجالات العلوم الاجتماعية والإنسانية



المجلد 3، العدد 08 جوان 2023

Issue 3, Vol.8, June 2023

ISSN: 2701 - 9233



مركز مؤشر
للدراستات الاستطلاعية

مجلة مؤشر للدراستات الاستطلاعية

المركز الديمقراطي العربي

DEMOCRATIC ARABIC CENTER, GERMANY

Journal (Index) of exploratory studies

International scientific periodical journal
Deals with the field of exploratory studies of social
and human sciences



مركز مؤشر
للدراستات الاستطلاعية



Germany: Berlin 10315

Gensinger- Str: 112

<http://democraticac.de>

<http://indexpolls.de>

مجلة مؤشر للدراسات الإستطلاعية

Journal Index For Exploratory Studies



دورية دولية محكمة
تعنى بنشر البحوث الميدانية والتطبيقية
في مجالات العلوم الإجتماعية والإنسانية
تصكر عز
المركز الديمقراطي العربي
ومركز مؤشر للإستطلاع والتحليلات بألمانيا



Director of the Index Center
for Survey and Analytics
SAAD Elhadj



President of the Democratic
Arab Center
Ammar Sharaan

Editor-in-chief
Dr. Viola Makhzoum
Deputy Editor-in-Chief
Dr. Leila CHIBANI
Chairman of the advisory committee
Dr. Rabih Baalbaki
managing editor
Dr. Sultan Nasser Eddin
Volume
03
Issue
08
Year
June 2023

ISSN: 2701-9233

Germany: Berlin 10315
<http://democraticac.de> <http://indexpolls.de>
Tel: 0049-code
030-89005468/030-89899419/030-57348845

رئيس الهيئة العلمية

د. محمد رمال

- | | |
|------------------------------------|---|
| د. هاجر المفضلتي (المغرب) | د. إيمان صالح (لبنان) |
| د. عدنان يعقوب (لبنان) | د. اياد بندر (فلسطين) |
| د. آلاء عبد الكريم (العراق) | د. محمد راضي (المغرب) |
| د. سوزان زمار (لبنان) | د. رشدي زعيتر (لبنان) |
| د. جمال مسلماني (لبنان) | د. إسماعيل حسونة (فلسطين) |
| د. قزوي ججيقة (الجزائر) | د. ريمار حرز (لبنان) |
| د. بيان كمال الدين (لبنان) | د. سليم سهلي (الجزائر) |
| د. محمد الحوش (المغرب) | د. حنان الطويل (لبنان) |
| د. غادة عزام (لبنان) | د. علي عبد الهادي عبد الأمير (العراق) |
| د. عبد الإله زنطار (المغرب) | د. وهيبه بوريعين (الجزائر) |
| د. حسن الدمان (المغرب) | د. غسان جابر (لبنان) |
| د. ميثم منفي كاظم العميدي (العراق) | د. عائشة بن النوي (الجزائر) |
| د. يحي زلزلي (لبنان) | د. محمد نعمة (لبنان) |
| د. أمين بري (لبنان) | د. أطلس فينيكس (الولايات المتحدة الأمريكية) |
| د. ريم القريوي (تونس) | د. فاطمة رحال (لبنان) |
| د. وفاء برتيمية (الجزائر) | د. ادريس الدعيفي (المغرب) |
| د. سماح رمضان (لبنان) | د. بياريت فريفر (لبنان) |
| د. هاجر البيدي (المغرب) | د. سميح عز الدين (لبنان) |
| د. زينب عجمي (لبنان) | د. راند محسن (لبنان) |

Chair of the Scientific Committee

Mohamad Rammal

- | | |
|---------------------------------|-----------------------------|
| Eman saleh (Lebanon) | Iyad Bandar (Palesstine) |
| Mohammed Radi (Morocco) | Rushdy zytr (Lebanon) |
| EsmailHassounah (Palestine) | RimazHerz (Lebanon) |
| Salim Sahli (Algeria) | Hanan Tawil (Lebanon) |
| Ali Abudlhadi Abudlameer (Iraq) | Wahiba Bourabaine (Algeria) |
| Ghassan Jaber (Lebanon) | Aicha Bennoui (Algeria) |
| MohammadNaameh (Lebanon) | Atlas Phoenix (Usa) |
| Fatima Rahal (Lebanon) | Driss Daifi (Morocco) |
| Pierrette Freyfer (Lebanon) | Samih Ezzedine (Lebanon) |
| Hajar Lamfadli (Morocco) | Yaakoub Adnan (Lebanon) |
| Alaa Abdulkareem (Iraq) | Suzan Zammar (Lebanon) |
| Jamal Meselmani (Lebanon) | Djedjiga Guezoui (Lebanon) |
| Bayan Kamal Eddine (Lebanon) | Mohammed Elhouch (Morocco) |
| Ghada Azzam (Lebanon) | Abdelilah Zentar (Morocco) |
| Hassan Edman (Morocco) | Maitham Al Amidi (Iraq) |
| Yahya Zalzali (Lebanon) | Amine Berry (Lebanon) |
| Rym Grioui (Tunisia) | Wafa Bertima (Algeria) |
| Samah Ramadan (Lebanon) | Hajar Elbadaoui (Morocco) |
| Raed Mohsen (Lebanon) | Zeinab Ajami (Lebanon) |

محددات النشر

- يجب أن تندرج المقالات العلمية ضمن واحدة من المجالات التالية: السوسيولوجيا والأنثروبولوجيا؛ علوم التربية؛ علم النفس؛ علوم الاعلام والتواصل؛ علم الإدارة؛ العلوم السياسية؛ الديموغرافيا؛ الجغرافيا الاجتماعية.
- تميل المجلة بشكل خاص إلى تفضيل الدراسات الميدانية على الدراسات النظرية (هذا لا يعني بالضرورة رفض المقالات النظرية)؛ إذ من المستحسن أن يعتمد الباحثون في مقالاتهم المرسلة على إحدى هذه المناهج: المنهج الكمي ممثلاً في استعمال الاستبيان وأدوات المعالجة الإحصائية، والمنهج الكيفي ممثلاً في التقنيات الأنثوجرافية من قبيل توظيف المقابلات وتحليل الخطاب والملاحظة بالمشاركة...
- تقبل المجلة المقالات المحررة باللغات العربية أو الإنجليزية أو الفرنسية.
- تحت المجلة الباحثين على اتباع الشروط والمعايير الواردة في دليل النشر الخاص بالجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA).
- تقبل المجلة المقالات بأحجام لا تزيد عن 20 صفحة.
- لا تقبل المجلة البحوث المنشورة سابقاً، أو التي هي قيد الدراسة للنشر في مجلة أخرى.
- يقدم العمل في ملف وورد فقط، ويرسل إلى البريد الإلكتروني التالي:
j.index@democraticac.de
- يجب الالتزام بالضوابط الشكلية للتحرير وفقاً للقالب الخاص بالمجلة (يمكن تحميل القالب من خلال الدخول على صفحة المجلة: <https://cutt.us/PrMYV>)
- حجم الخط (14) ونوع الخط "سكال مجلة" (Sakkal Majalla) بالنسبة للغة العربية، وحجم الخط 13 ونوع الخط "تايم نيو رومان" (Time New Roman) بالنسبة للغات الأجنبية؛ وأن تترك مسافة 1,15 بين الأسطر؛ وتفعيل روابط الويب بوضع خط تحتها، لكي يتم فتحها.
- نزرع الصور التوضيحية والجداول والأشكال حسب ورودها في النص، ولا توضع في آخره.
- عدم استخدام الهوامش، ويمكن استخدام التوضيحات في النص، كما يجب إضافة الوصف التفصيلي في ملاحق منفصلة.
- لا يجب أن ترد أسماء المؤلفين في متن النص أو قائمة المصادر؛ وإذا كان لزاماً فعل ذلك فيتم استبدالها بكلمة (المؤلف)؛ ويعتبر المؤلف مسؤولاً عن إعادة تصحيح هذه التغييرات في حال قبول المقالة للنشر.
- يتم رفض أو قبول البحوث اعتماداً على تقارير المحكمين الدوليين.
- عند قبول البحث يتسلم الباحث إشعاراً بالقبول، وفي حال طوّل بالتعديل يمنح مهلة لإتمام جميع التصويبات والإجراءات (إن وجدت).

INSTRUCTIONS FOR AUTHORS

- Scientific articles must fall within one of the following fields: Sociology and Anthropology; Educational Sciences; Psychology; Media and Communication sciences; Management Science; Political Science; Demography; Social Geography.
- The journal in particular tends to favor field studies over theoretical studies (this does not necessarily means rejecting theoretical articles); It is recommended that researchers rely on their articles on one of these methods: the quantitative approach represented by the use of questionnaires and statistical processing tools. The qualitative approach is represented in ethnographic techniques such as the use of interviews, discourse analysis, and participatory observation...
- The journal accepts articles written in Arabic, English or French. o the journal urges researchers to follow the terms and standards of the American Psychological Association (APA) Publication Guide. o The journal accepts articles of no more than 20 pages.
- The journal does not accept previously published research, or that is under study for publication in another journal .
- The work is submitted in«Word file»only, and sent to the journal's e-mail.
- The formal controls for editing must be adhered to the template of the journal .
- Font size (14) and font type Sakkal Majalla for the Arabic language, while font size 13 and font type Time New Roman must be adhered to for foreign languages; It should also leave a space of 1.15 between lines; Web links are activated by underlining them, to be opened.
- The illustrations, tables, and figures are planted as they appear in the text, and are not placed at the end of it .
- Margins are not used, explanations can be used in the text, and detailed descriptions should be included in separate appendices.
- The authors' names should not appear in the body of the text or the list of sources; If it is necessary to do so, it shall be replaced by the word (author); The author is responsible for re-correcting these changes if the article is accepted for publication.
- Research is rejected or accepted depending on the reports of international arbitrators .
- Upon acceptance of the research, the researcher receives a notification of acceptance, and if the amendment is requested, he is given a deadline to complete all corrections and procedures (if any).

تفاصيل ومعلومات | Details and information

j.index@democraticac.de	البريد الإلكتروني E-mail
00213660061297	الهاتف Phone
00213778725481	
Germany: Berlin 10315	العنوان Address
- الصفحة الرسمية على المركز الديمقراطي العربي - الموقع الخاص بالمجلة	الموقع الإلكتروني Website
https://www.facebook.com/MajallatIndex	مواقع التواصل الاجتماعي
https://www.facebook.com/groups/indexpolls?_rdc=1&_rdr	Facebook Accounts
المجلة مفهرسة ضمن The following is a list of the Indexing databases	

قاعدة بيانات المكتبة الوطنية الألمانية



قاعدة بيانات شمعنة توثق وتفهرس
المقالات التربوية للمجلة



شبكة المعلومات العربية التربوية
Arab Educational Information Network

قاعدة بيانات معرفة e-Marefa



قائمة المحتويات | Contents

الصفحات	عنوان المقال	مؤلف/مؤلفو المقال	
Page Range	Title	Author(s)	
11	Workspaces: the design facing the climatic constraints in Tunisia	Malek Nouri	01
25	دور المرأة في ضوء الدين والمجتمع وصولاً لرفاعة رافع الطهطاوي	نضال الأميوني دكاش	02
45	أثر الهندرة في تحقيق الميزة التنافسية "دراسة ميدانية في كليتي الهندسة والآداب في جامعة درنة فرع مدينة القبة"	د. عبد القادر صالح عيسى	03
72	السلوك القيادي لمديري التربية والتعليم ومساعدتهم في مديريات التربية والتعليم في الأردن	د. ابراهيم أحمد أبو جامع د. علي عودة الطراونة	04
98	دور تمكين المدراء من مهارات القرن الحادي والعشرين لمواجهة الأزمات المستجدة	حسام ناجي عبد الخليفي	05
110	أثر القيادة التحويلية الزائفة على الأداء الوظيفي للعاملين	دعاء خليل اسماعيل	06
125	دور بيئة مكان العمل السامة وضغوطه وانعكاسها على تطوير قدرات الموظفين	سيناء فؤاد عبد الوهاب	07
146	القيادة الاخلاقية ودورها في تعزيز سلوك الموظفين الاداريين	محمد نوري شاكور	08
163	دور تطبيق استراتيجيات المحيط الأزرق على تسويق المنتجات	نور عماد عبود	09
185	الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالتعلق العاطفي لدى	د. صالح يمينة	10

	المراهق عبر مواقع التواصل الاجتماعي	د. فنيش حنان	
193	مهارات الاتصال الزوجي وعلاقتها بالرضا الزوجي لدى المتزوجات حديثا	أ.د. رقية عزاق	11
222	الوعي بالصحة العاطفية في الخمس سنوات الأولى وكيفية بناء المرونة العاطفية والدواعي لذلك	د. مرسلينا شعبان حسن	12
241	أثر الجانب الديني في التعزيز الإيجابي للصحة العاطفية	د.سارة حجاب	13
249	الذكاء العاطفي في ضوء بعض المتغيرات خلال تفشي جائحة كوفيد-19	د. زواني نزيهة	14
264	الأنماط القيادية وعلاقتها بالإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين دراسة ميدانية بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير. -سطييف	د. ذياب لبني	15
279	الاستقرار العاطفي للطفل وفق نظريات التعلق	د.غربي مونية د.سعدى سامية	16
301	معوقات التواصل الأسري وأثرها على الصحة العاطفية للطفل	د. زيدان نعيمة	17
320	الرفاهية النفسية وعلاقتها بالذكاء الإنفعالي لدى المراهق المتمدرس	د.عليوي نوال	18
331	التأثيرات الخفية للمشاعر والعواطف على الصحة النفسية والجسدية	د. لزغد راضية د. محروق رقية	19
345	السيكودراما والصحة العاطفية	أ.د. عزوزهي حيزية د. بن عباد فتحي	20
356	الإنفعالات وتأثيراتها على الصحة العاطفية	ط.د. سلاطينية محمد أمين	21

360	الجسد الانثوي ونوادي اللياقة البدنية وعي صحي ام ضرورة ثقافية "قراءة انثربولوجية"	د. عبلة علاوة	22
370	التعلق العاطفي لدى المراهقين(الأسباب والومظاهر وطرق الوقاية)	د.عتيقة سعدي	23
379	أثر الهرمونات على الصحة العاطفية والإجتماعية للأفراد	د. أمينة القديم د.نامية عليك	24
391	المرونة النفسية وعلاقتها باستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى الطالب الجامعي	د. أسماء فيلاي ط.د.ياسمين عثمانى	25
401	تأثير العاطفة على صحة العلاقة الزوجية - العاطفة النبوية أنموذجا -	د. زيد مليكة	26
421	التعلق المرضي وعلاقته بالتبعية النفسية وأعراض الانسحاب	عباس إيمان أ.د. أغمين نذيرة د. بوتفنوشات حميدة	27
431	إدارة المشاعر ودورها في تعزيز المناعة النفسية	د. عبير عاطف محمد عبد الحلیم	28



إنّ العدد الثامن من مجلة مؤشر للدراسات الاستطلاعية يمثل إنجازًا جديدًا في رحلتنا المستمرة نحو تعزيز المعرفة وتبادل الأفكار العلمية. كما يسعدني أن أرحب بكم في هذا العدد الذي يتضمن مجموعة متنوعة من الأبحاث الأصيلة والدراسات الرائدة التي تغطي مختلف المجالات العلمية.

ومن خلال فريق عمل المجلة نحن نسعى إلى تعزيز التفاعل العلمي وتبادل المعرفة بين الباحثين والمهتمين بالمجالات العلمية المختلفة. كما أننا ملتزمون بتقديم محتوى عالي الجودة وموثوقية علمية محكمة، حيث يتم تقييم المقالات بواسطة خبراء محكمين من أجل ضمان الدقة والأهمية العلمية لكل مساهمة.

وعليه، أود أن أعبر عن امتناني العميق للمؤلفين الذين ساهموا في هذا العدد، وكذلك لفريق التحكيم الذي قام بتقييم الأوراق وتوجيه المؤلفين نحو تحسينها. بفضل هذا التعاون المثمر، نجاح مجلتنا يتزايد بشكل مستمر. متمنية لكم في الختام قراءة ممتعة ومثمرة، ونتطلع إلى استمرار تفاعلكم ومشاركتكم القيمة فيما هو قادم. ونعدكم بأننا ملتزمون بتطوير مجلتنا وتقديم محتوى ذو قيمة عالية لمجتمع البحث العلمي من خلال سعينا الدائم إلى استكشاف الحقائق والتطورات الجديدة، لنحقق معًا تقدمًا علميًا يعود بالفائدة على البشرية.

رئيس التحرير

د. فيولا مخزوم

Workspaces: the design facing the climatic constraints in Tunisia

Malek Nouri

School of Science and Design Technologies, Independence Avenue DenDen,
2011 Tunis (Tunisia)

nouri.malek.mn@gmail.com

 <https://orcid.org/0000-0003-1938-3913>

Abstract

Tunisia's particular climatic conditions, including the hot and dry Mediterranean climate and extremes of heat, cold and humidity, can affect employee performance and morale. Tunisian designers must nevertheless ensure a safe and productive working environment, which is very important for the economic and social development of Tunisia. This article highlights the importance of taking climatic constraints into account when designing workspaces in Tunisia. It discusses several aspects of design that can help improve employee well-being, increase productivity, and encourage creativity.

The article discusses the importance of thermal comfort for the well-being of workers and the need to consider ways to optimize thermal comfort in workspaces. It concludes with a reflection on the means to promote the well-being of workers and their productivity to meet the climatic constraints specifically to Tunisia.

Keywords: climate condition, work environment, design, thermal comfort, productivity

Espaces de travail : le design face aux contraintes climatiques en Tunisie

Malek Nouri

Ecole Supérieure Des Sciences et Technologies du Design, Avenue de l'indépendance DenDen, 2011 Tunis (Tunisie)

nouri.malek.mn@gmail.com

 <https://orcid.org/0000-0003-1938-3913>

Résumé

Les conditions climatiques particulières de la Tunisie, notamment le climat méditerranéen chaud et sec et les extrêmes de chaleur, de froid et d'humidité, peuvent affecter le rendement et le moral des employés. Les designers tunisiens doivent néanmoins assurer un environnement de travail sûr et productif, ce qui est très importants pour le développement économique et social de la Tunisie. Cet article souligne l'importance de la prise en compte des contraintes climatiques lors de la conception des espaces de travail en Tunisie. Il aborde plusieurs aspects du design qui peuvent contribuer à améliorer le bien-être des employés, à augmenter la productivité et à encourager la créativité.

L'article discute de l'importance du confort thermique pour le bien-être des travailleurs et de la nécessité de réfléchir aux moyens d'optimiser le confort thermique dans les espaces de travail. Il se conclut par une réflexion sur les moyens de promouvoir le bien-être des travailleurs et leur productivité pour répondre aux contraintes climatiques spécifiques à la Tunisie.

Mots clés: condition climatique, environnement de travail, design, confort thermique, productivité

1- Introduction

L'architecture d'intérieur est capable d'apporter du bien-être et du confort au quotient, voire d'améliorer la qualité de vie physique et émotionnelle des utilisateurs, afin de créer un équilibre optimal entre confort, bien-être et design dans la conception de nouveaux espaces de travail. Les employés aspirent de plus en plus à travailler dans un environnement professionnel porteur de sens et de valeurs, qui leur procure à la fois bien-être et reconnaissance, tout en préservant leur santé et leur qualité de vie (GERARD, 2021). La qualité de l'environnement intérieur est déterminée par la conception de l'espace, par les systèmes et les matériaux installés et par les pratiques d'exploitation et de maintenance appliquées. Des espaces bien conçus et entretenus fournissent non seulement un environnement sain et confortable, mais améliorent également la santé des occupants et la productivité (Bezzaa & Yadari, 2020).

L'environnement de travail joue un rôle important dans la vie quotidienne pour une grande partie de la population, les mauvaises conditions de travail sont la cause de grandes souffrances et de maladies et qu'elles ont aussi un coût important pour la société (Mustard et al., 2006). Un environnement de travail plus sain commence dès sa conception (NOURI, 2022). Les architectes intérieurs doivent prendre en compte les caractéristiques physiques des locaux, et peuvent également utiliser des solutions innovantes pour assurer le confort des utilisateurs. Lorsqu'il s'agit de créer des espaces de travail face au climat tunisien, il y a des défis supplémentaires qui doivent être pris en compte par les architectes intérieurs. Les données climatiques en Tunisie analysées pour les mois d'été et d'hiver par le Centre National de Météorologie entre 2010 et 2019 ont montré que la température moyenne annuelle varie entre 6,5°C et 28,5°C, avec une augmentation significative en été. L'humidité moyenne a également augmenté avec la température, avec une moyenne annuelle comprise entre 49 % et 83 %.¹ d'autre part les températures peuvent aller de 0 °C en hiver à plus de 40 °C en été. Les conditions climatiques et thermiques spécifiques pour la Tunisie dans lesquelles les employés évoluent sont déterminantes pour leur créativité et leur productivité. Ces conditions peuvent limiter le confort des travailleurs et rendre les espaces de travail peu pratique à utiliser. Les milieux de travail trop chauds ou trop froids peuvent entraîner une fatigue et une baisse de la concentration des employés. Une réflexion sur le design des espaces de travail en Tunisie est nécessaire pour assurer un milieu de travail adapté aux différentes conditions climatiques.

¹ Institut National de la Météorologie : (<https://www.meteo.tn/fr/donnees-climatiques>)

La question de l'optimisation du confort thermique, de l'amélioration du bien-être et de la qualité de vie au travail doit être abordée par les architectes intérieurs. Ils sont invités à prendre en compte les contraintes climatiques pour assurer un milieu de travail confortable et productif. Cet article démontre que le design peut avoir un impact significatif sur la productivité et la créativité des employés. De plus, il explique comment le design peut contribuer à l'amélioration du bien-être et de la qualité de vie au travail. Enfin, il souligne l'importance de prendre en compte les contraintes climatiques pour assurer le confort thermique des milieux de travail. L'article conclut en soulignant la nécessité de considérer le design comme une stratégie pour améliorer le bien-être et la productivité des travailleurs en Tunisie.

2- Le design au service du bien-être de la créativité et de la productivité

Le design est un processus intellectuel créatif, pluridisciplinaire et humaniste, dont le but est de traiter et d'apporter des solutions aux problématiques liées aux enjeux économiques, sociaux et environnementaux. Potentiellement présent partout, en adéquation avec les modes de vie, les valeurs et les besoins des êtres humains, utilisateurs ou publics, le design contribue à la création d'espaces, à la communication de messages visuels et sonores, d'interfaces, à la production de produits et de services, afin de leur donner un sens, une émotion et une identité, d'en améliorer l'accessibilité ou l'expérience. Cependant, lorsqu'il s'agit de concevoir des espaces, le design doit également tenir compte des contraintes climatiques pour créer des structures et des environnements qui sont plus sains et respectueux de l'environnement. Les concepteurs doivent prendre en considération le climat local et les caractéristiques de la région et utiliser des matériaux et des systèmes adaptés aux conditions climatiques. Le design, lorsqu'il est présent dès la phase de réflexion, permet donc aux entreprises d'être source d'innovation et de progrès. Le design et l'esthétique étaient traditionnellement perçus comme un luxe. Mais les recherches montrent aujourd'hui que la conception de notre lieu de travail nous influence bien plus que nous le pensions.

Les recherches de l'Université de l'État de l'Ohio et de l'Institut national de la santé mentale des États-Unis² ont montré que les employés sont davantage

² Le design au service du bien-etre, de la creativite et de la productivite :
(<https://www.kinnarps.fr/sujets-thematiques/le-design-au-service-du-bien-etre-de-la-creativite-et-de-la-productivite/>)

sujets au stress si leur environnement de travail n'a pas été correctement conçu. Cette étude compare des bâtiments rénovés au design plus réfléchi et à des

bâtiments anciens très mal conçus. Les personnes travaillant dans un cadre moins récent, où le design est quasiment inexistant, sont beaucoup plus stressées que les autres, même lorsqu'elles ne sont pas au travail. Leur niveau de stress est tel qu'elles développent un risque plus élevé de maladie. Le design intérieur que les entreprises adoptent aujourd'hui est de plus en plus lié à leur culture et à leurs objectifs. L'aménagement du lieu de travail n'est plus une question purement fonctionnelle. Au contraire, c'est l'un des outils utilisés par les entreprises pour communiquer leur philosophie et attirer de nouveaux talents. Ainsi, le choix du design intérieur d'une entreprise est un outil d'amélioration de la qualité de vie des employés. Le design du lieu de travail joue aussi sur notre capacité à être productif et créatif (Boutillier et al., 2020). Quand les espaces sont attrayants, confortables et fonctionnels, ces derniers sont plus productifs, plus créatifs, plus efficaces et plus motivés. En effet, savoir sortir du cadre est un atout de compétitivité et de pérennité pour une entreprise. Un environnement de travail au design affirmé, qui suscite un sentiment de bien-être, contribue à créer cette rupture nécessaire avec la routine. La productivité n'est pas seulement une question de motivation et de travail personnel. Elle est aussi le résultat d'un environnement de travail conçu de manière optimale. La motivation, la créativité et les innovations sont des facteurs de réussite organisationnelle qui ont pris de l'importance avec la concurrence accrue sur le marché mondial (Allvin et al., 2006). La prise de conscience que l'aménagement de l'espace de travail peut être un outil pour améliorer le bien-être, la créativité et la productivité s'est accrue pour les architectes intérieurs Tunisiens, mais il convient malgré tout de prendre en compte les contraintes climatiques.

3- Le Confort et le Climat tunisien : Une Combinaison indissociable

Au cours des dernières années, le climat tunisien a connu des fluctuations extrêmes entre des périodes très chaudes et très froides. Les conditions climatiques ont un impact important sur le confort des travailleurs, ce qui peut entraîner des conséquences négatives sur leur productivité et leur bien-être. Le confort est donc une source de bien-être pour les travailleurs et il est important de prendre des mesures pour améliorer la qualité de l'environnement de travail. Le confort à l'intérieur des bâtiments est la synthèse de perceptions multiples (lumineuse, thermique, aéraulique, sonore) qui répondent à la fois aux exigences physiologiques et aux aspects d'usage et de culture. L'approche du confort relève de trois champs disciplinaires : l'Architecture, les sciences de

l'ingénieur, les sciences humaines et sociales. « La notion de confort physiologique – hygrothermique, mais aussi lumineux et acoustique – est à

relever parmi les impératifs majeurs de la production architecturale. Dissimulés, incorporés, ou alors exposés, voire littéralement mis en scène, les dispositifs du confort occupent une place prépondérante dans le projet d'architecture. » (Graf & Marino, 2016). La notion de confort ne peut se limiter aux seules conditions physiques qui déterminent le confort sonore ou olfactif. Cette notion comprend aussi les paramètres esthétiques et psychologiques (qualité de la lumière, les espaces verts, le paysage, la sécurité, l'intimité, le prestige). Aussi, les conditions de confort ne sont pas figées dans le temps et dans l'espace elles varient socialement (selon le niveau de vie et les classes), géographiquement (selon les régions) et historiquement (selon les périodes). Une nouvelle forme d'intérêt au confort de l'utilisateur est apparue aujourd'hui associée à un souci d'économie d'énergie et à l'émergence de diverses approches respectueuses de l'environnement qui prennent en compte le changement climatique. Le confort au travail affecte aussi grandement le bien-être et la santé de chaque employé. Les dimensions du confort peuvent être décomposées en plusieurs parties. La dimension physiologique associée au besoin de chaleur, de son, d'odeur, de lumière, liée aux fonctions organiques de la vie. La dimension psychologique fait référence à l'état psychologique de l'utilisateur et à l'influence de l'environnement (perception des aspects visuels et non visuels de l'espace, intimité, contact avec le monde extérieur, etc.). Et la dimension physique concerne principalement l'environnement physique et le bon déroulement des activités spatiales dans le domaine de l'ergonomie. La combinaison de ces trois dimensions conduit à un bien-être optimal qui se traduit essentiellement par un confort thermique.

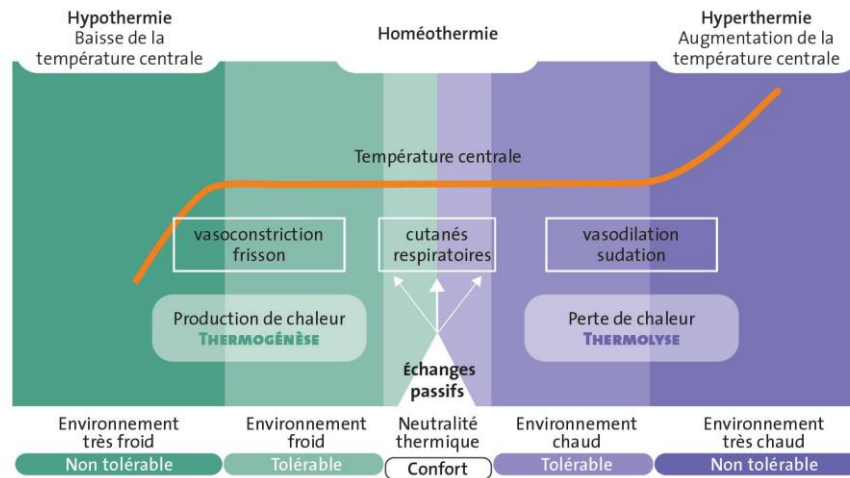
En effet, les changements climatiques extrêmes de la Tunisie imposent des contraintes thermiques importantes qu'il faut prendre en compte pour créer un environnement de travail sain et confortable. Certes, l'homme est un homéotherme c'est-à-dire qu'il dispose d'un système de thermorégulation lui permettant de garder sa température constante grâce à des phénomènes de régulation. Les conditions thermiques de l'environnement dans lequel il évolue jouent un rôle important dans la régulation thermique du corps humain. Mais l'exposition à la chaleur ou au froid peut déborder ces phénomènes de régulation et entraîner des effets sur la santé les performances et la productivité. Le confort thermique est souvent défini comme étant « l'état d'esprit qui exprime la satisfaction de l'environnement thermique et qui est estimé par une évaluation subjective » (Kelechava, 2021). La notion de confort

thermique d'un espace architectural désigne l'ensemble des multiples interactions entre l'occupant et son environnement où l'individu est considéré comme un élément du système thermique. Ce dernier a un impact sur notre bien-être, notre productivité et notre capacité de réflexion. Des études ont été menées concernant le lien entre la température d'un espace de travail et son influence sur la productivité d'un salarié. Une analyse de 26 études, portant sur le rapport température productivité, démontrait une baisse de productivité de 10% à des températures 'extrêmes' comme 15°C et 30°C (Plessier et al., 2021). Dans une étude menée dans des immeubles de bureaux à travers l'Europe, la principale plainte des employés était le confort thermique de leurs espaces de travail (Sakellaris et al., 2016). La plupart d'entre eux ont indiqué que la ventilation, le contrôle de la température et l'humidité étaient autant de facteurs qui contribuaient de manière significative à leur expérience au travail et à leur efficacité à réaliser les tâches demandées. Au niveau des conditions de travail, l'environnement thermique a une influence considérable sur la santé, la sécurité et le confort des travailleurs. Cette notion concerne également les situations de chaleur et de froid, elle est dépendante de l'aménagement de cet espace et des différentes sources de chaleur qui préexistent dans cet espace. Les réactions de régulation de la température sont physiologiques (chair de poule, frissons, transpiration, vasomotricité) et comportementales (mise à l'abri, mouvements). Elles agissent principalement en périphérie du corps (enveloppe thermique) en réduisant ou en augmentant les pertes de chaleur³.

Pour désigner de façon optimale la mesure de la température présente dans un environnement de travail, on fait toujours recours à la notion d'ambiance thermique. Dans les espaces de travail, on peut avoir trois types d'ambiances thermiques : Ambiance thermique neutre, froide ou bien chaude. Les différentes régulations pour maintenir cet équilibre entre les apports et les pertes de chaleur sont présentées dans la figure 1 (Robert et al., 2019).

³ Le bilan thermique du corps humain : (<https://www.lelivrescolaire.fr/page/7088738>)

Figure N° 1. L'équilibre des échanges thermiques



Source : (Robert et al., 2019).

Il ne faut pas confondre le confort thermique avec le stress thermique, qui désigne l'incapacité du corps humain à maintenir une température normale en raison de conditions telles qu'une température et humidité élevée. Le stress thermique se compose de deux éléments : le stress dû à la chaleur et le stress dû au froid, qui surviennent tous deux dès que le corps n'arrive plus à maintenir sa température entre 36 et 37 °C (Health (US) et al., 2018).

Les températures élevées provoquent un stress dû à la chaleur chez les travailleurs, puisque le corps réagit en tentant d'évacuer la chaleur excessive, ce qui le place en situation de fatigue thermique. À partir de 24-25 degrés, les études physiologiques montrent qu'il fait trop chaud pour travailler à un rythme normal (Tord Kjellstrom, 2019). Dans les environnements extrêmement chauds qui allient températures élevées et hauts taux d'humidité, la chaleur véritablement ressentie par le travailleur n'est pas la même, et ce dernier pourrait commencer à manifester des symptômes de stress dû à la chaleur. De fortes températures sont souvent causes de fatigue, lassitude, irritabilité, maux de tête et baisse des performances, de la coordination et de la vivacité. D'un autre côté, le travail dans un environnement froid augmente le risque de stress dû au froid lorsque la peau et la température interne commencent à descendre sous la barre des 36 ou 37 °C. Un lieu de travail où il fait trop froid détourne l'attention des salariés en les rendant agités et facilement distraits. La flexibilité, la dextérité et le jugement peuvent être altérés et ainsi provoquer des accidents.

Il est important, dans les bureaux, de maintenir des conditions de température stables qui est la neutralité thermique c'est l'état d'équilibre entre les caractéristiques physiologiques liées au métabolisme et à la thermorégulation de la personne et les caractéristiques thermiques de l'environnement. Plus on s'éloigne de la neutralité thermique, plus le risque pour la santé est important. Ce problème est posé en Tunisie puisque le climat est caractérisé par une grande variabilité, est souvent exposé à des extrêmes climats thermiques, parfois aigus. Ces événements extrêmes se manifestent soit par des anomalies thermiques positives très amples, traduisant une chaleur intense, soit par des anomalies négatives, synonymes de paroxysmes de froid. L'obtention d'un confort thermique à l'intérieur du bâtiment dans ce climat dépend de plusieurs facteurs, y compris les propriétés thermiques des murs et des plafonds.

4- Vers une réflexion sur l'optimisation des espaces de travail face au climat

Les espaces de travail en Tunisie sont soumis à des contraintes climatiques variées qui peuvent avoir des effets néfastes sur le bien-être et la productivité des employés. Il est important de faire attention aux solutions qui ne sont optimisées que pour l'hiver ou que pour l'été. Ainsi, comment assurer et optimiser le confort thermique à l'intérieur des bâtiments tout au long de l'année. L'environnement de travail est déterminant pour le niveau de bien-être des employés. Il est important que l'espace de travail soit soigneusement conçu, intelligemment organisé et optimisé afin que le travail puisse s'effectuer facilement dans les meilleures conditions. Il s'agit de mettre en œuvre des technologies, des astuces et des systèmes pour tirer le meilleur parti de l'environnement de travail d'une entreprise. Optimiser un espace de manière sensorielle et fonctionnelle permet de valoriser les espaces intérieurs en jouant sur les volumes, les formes, les dimensions et les matériaux pour pouvoir profiter pleinement du confort et du bien-être attendus par les utilisateurs de l'espace. Optimiser l'espace ne consiste pas seulement à gagner de la place, il s'agit de structurer et d'organiser au maximum l'intérieur pour en tirer le meilleur parti. Des solutions optimisées peuvent désormais offrir aux occupants de l'espace plus de confort et moins de consommation d'énergie, et maintenir ces propriétés dans le temps. Avec l'avènement des lieux ouverts pour faciliter la communication ou créer des espaces design plus grands qu'il s'agisse d'open space, ou encore d'espaces de coworking, la question de l'optimisation d'espace prend de plus en plus d'importance dans la qualité de travail et de vie des usagers. L'enjeu pour ces espaces est de pouvoir combiner des solutions techniques performantes et des aménagements modernes afin de créer de

nouveaux environnements de travail qui répondent sous tous les angles aux attentes des utilisateurs. Plusieurs facteurs entrent en jeu : le type de sol, le plafond et sa hauteur, la nature des murs et de leurs revêtements, et le sens et le volume de la pièce. À partir de ces éléments, des solutions de revêtement ou d'aménagement sont proposées pour optimiser l'espace intérieur. Afin d'optimiser le confort thermique des employés, de nombreux paramètres ont dû être pris en compte.

Tout lieu de travail est soumis à une ambiance thermique, qui peut être d'origine climatique ou technologique, chaude ou froide. Cette ambiance thermique peut-être bonne ou néfaste. « Les analyses de la littérature sur le domaine thermique montrent également que grâce à ces environnements variables, on peut aller plus loin qu'un simple état de neutralité vis-à-vis de l'ambiance, en procurant de la satisfaction et du plaisir thermiques » (Corbeel, 2021). L'optimisation de l'environnement thermique dans les espaces de travail doit être considérée comme un investissement judicieux et prioritaire. Pour apporter du confort thermique par la conception architecturale du projet, il est nécessaire de concevoir des ambiances intérieures variables dans le temps et l'espace. Pour assurer la satisfaction des employés, il faudra leur donner le contrôle des actions sur le climat. La solution consiste à proposer une grande variété d'environnements capables de solliciter tous les sens, et qui repose sur une conception qui ne se réduit pas à l'esthétique, qui s'appuie sur des outils a priori immatériels. Autant de facteurs essentiels pour accroître la créativité et l'engagement des travailleurs. Des actions préventives concernant la température sont donc très importantes au sein des espaces de travail. Parmi ces actions de prévention, on peut citer l'importance de la réduction de la vitesse de l'air et des ponts thermiques. Cela peut s'effectuer par la mise en place d'une isolation efficace au sein du bâtiment de l'entreprise. Il existe bien sûr d'autres moyens de réguler la température dans les espaces de travail et de renforcer l'action de l'isolation. Il est ainsi possible de jouer sur la lumière, la façon dont elle pénètre dans un intérieur et le chauffe – pour l'exploiter en hiver ou la réguler en été dans les zones de fortes chaleurs. Le confort thermique dépend de la qualité des matériaux intérieurs et principalement de leur capacité à réfléchir le ressenti thermique. Un bon confort thermique améliore sensiblement la qualité de vie au travail et rend les individus plus productifs en évitant le stress lié à la température ressentie. L'introduction des matériaux à changement de phase (MCP) (Borderon, 2012; Mehling & Cabeza, 2008) dans le bâtiment est une piste à fort potentiel lorsque les conditions climatiques, les besoins et les caractéristiques du matériau sont en adéquation.

L'optimisation du confort thermique dans les milieux de travail en Tunisie doit tenir compte des caractéristiques climatiques particulières du pays. En effet, le climat méditerranéen de la Tunisie implique des conditions climatiques plus chaudes et plus sèches que d'autres pays européens, et nécessite donc des solutions adaptées. Ainsi, les experts devront tenir compte de ces contraintes climatiques spécifiques et adapter les solutions proposées en conséquence. De plus, ils devront s'assurer que ces solutions ne dégradent pas les autres fonctions du bâtiment.

4- Conclusion

L'environnement climatique en Tunisie est un sujet de préoccupation important pour les concepteurs. Le climat tunisien étant généralement chaud et sec en été et froid en hiver. Les concepteurs doivent prendre en compte les contraintes climatiques en Tunisie lors de la conception d'espaces de travail pour garantir un bien-être et une productivité optimaux pour les travailleurs. Dans les lieux de travail, le confort thermique est un paramètre essentiel, que le concepteur doit prendre en considération dès les premières phases de conception, nécessaires au bien-être des usagers. Il convient de prendre en compte également des critères liés à l'environnement, à la santé et au confort pour parvenir à une architecture intérieure axée sur le bien-être. Les solutions innovantes et les technologies peuvent contribuer à créer des espaces de travail plus confortables et durables. Les travailleurs peuvent également profiter des avantages à long terme d'une telle approche, notamment une productivité améliorée, une meilleure santé et une meilleure satisfaction au travail. Des recherches et des études supplémentaires sont nécessaires pour développer des solutions plus efficaces pour répondre aux exigences climatiques en Tunisie et améliorer la conception des espaces de travail. Grâce à la croissance de l'intelligence artificielle (IA), de la fabrication additive, de l'automatisation et d'autres technologies, il est désormais possible de contrôler et de mesurer le confort des espaces intérieurs. L'enjeu est d'innover afin de proposer des solutions efficaces, recyclables, adaptables à tous les environnements et à faible impact environnemental.

Liste Bibliographique

- Allvin, M., Aronsson, G., Hagström, T., Johansson, G., & Lundberg, U. (2006). *Gränslöst arbete. : Socialpsykologiska perspektiv på det nya arbetslivet*. Liber. <http://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:su:diva-20018>
- Bezzaa, A., & Yadari, khalid E. (2020). Créativité, bien-être psychologique et performance individuelle : Esquisse d'un cadre

- théorique. *Alternatives Managériales Economiques*, 2(3), Article 3. <https://doi.org/10.48374/IMIST.PRSM/ame-v2i3.22189>
- Borderon, J. (2012). *Intégration des Matériaux à Changement de Phase comme système de régulation dynamique en rénovation thermique* [Phdthesis, ENTPE]. <https://hal.science/tel-01614879>
 - Boutillier, S., Capdevila, I., Dupont, L., & Morel, L. (2020). Espaces et nouvelles formes d'organisation du travail créatif. *Innovations*, 61(1), 5-13. <https://doi.org/10.3917/inno.061.0005>
 - Corbeel, E. (2021). *Comment intégrer le confort thermique dans la conception architecturale, afin d'apporter du plaisir thermique aux occupants ? Architecture et plaisir thermique.*
 - Gerard, j. (2021). *Améliorer le bien-être psychologique au travail des acheteurs par la mise en place d'achats responsables.*
 - Graf, F., & Marino, G. (2016). *Les dispositifs du confort dans l'architecture du XXe siècle : Connaissance et stratégies de sauvegarde.* Presses polytechniques et universitaires romandes.
 - Health (US), Control, C. for D., Prevention (US), & Dept (US), H. S. (2018). *NIOSH criteria for a recommended standard : Occupational exposure to heat and hot environments.* National Institute on Drug Abuse.
 - Kelechava, B. (2021, février 16). ANSI/ASHRAE 55-2020 : Thermal Environmental Conditions for Human Occupancy. *The ANSI Blog*. <https://blog.ansi.org/ansi-ashrae-55-2020-thermal-environmental-conditions/>
 - Mehling, H., & Cabeza, L. F. (2008). Heat and cold storage with PCM. *Heat and mass transfer*, 11-55.
 - Mustard, C., Lavis, J. N., & Ostry, A. (2006). Work and Health : New Evidence and Enhanced Understandings. In J. Heymann, C. Hertzman, M. L. Barer, & R. G. Evans (Éds.), *Healthier Societies : From Analysis to Action* (p. 0). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195179200.003.0008>

- NOURI, M. (2022). Repenser la conception architecturale des espaces intérieurs : La technologie fait partie intégrante du design. *Journal of cultural linguistic and artistic studies*, 26, 436-420.
- Plessier, S., Teisen, O., & Ryan, C. (2021). *Quality Management for Buildings : Improving Building Performance through Technical Monitoring and Commissioning*. Federation of European Heating, Ventilation and Air Conditioning associations (REHVA).
- Robert, L., Turpin, E., Shettle, J., Tissot, C., Aubry, C., & Bernard, S. (2019). Travailler dans une ambiance thermique chaude. *Références en santé au travail*, 158(158), 31-55.
- Sakellaris, I. A., Saraga, D. E., Mandin, C., Roda, C., Fossati, S., de Kluzenaar, Y., Carrer, P., Dimitroulopoulou, S., Mihucz, V. G., Sziget, T., Hänninen, O., de Oliveira Fernandes, E., Bartzis, J. G., & Bluyssen, P. M. (2016). Perceived Indoor Environment and Occupants' Comfort in European « Modern » Office Buildings : The OFFICAIR Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 13(5), 444. <https://doi.org/10.3390/ijerph13050444>
- Tord Kjellstrom, N. M. (2019). *Working on a warmer planet : The effect of heat stress on productivity and decent work* [Report]. [http://www.ilo.org/global/publications/books/WCMS_711919/lang--en/index.htm](http://www.ilo.org/global/publications/books/WCMS_711919/lang-en/index.htm)

Feminist Role within the Religious and Social Structure, as a Case Study: Rifa'a Rafi' al-Tahtawi

Nidale Al-Amyouni Daccache¹

¹Lebanese American University - LAU Lebanon

Email 1 : nidale.daccache@lau.edu.lb

Abstract

Women are not half of society, but rather the entire society, and the sister of man in building knowledge and civilization. Therefore, the feminist critical movement and female writers emerged in the literary arena, this call spread to the Arab world, and writing was practiced with the same thought and the same pen. And because every human being, not only women, has rights and has the right to revolve around freedom and reform, it was necessary to study feminism and see feminist thought within the religious and social structure. It infiltrates you easily through social networking sites, and you gain strength over the stupidity of the crimes of tradition that God has not revealed. It is a cultural movement in line with the requirements of life, due to the aura that such terms give. However, the paradox is that the term feminism itself is disputed among the feminists themselves. Moreover, distortions that entered religions and attached bad to women and mixed with myths. The most exciting point in feminism is the word gender and that this concept is the spark of homosexuality. It appears to us that Al-Tahtawi was not just an intellectual who enjoyed and luxuriated in thought and culture, and was not just a transmitter of the West's thought and civilization into the Arabic language, but rather he struggled and struggled to awaken the East from that long slumber that afflicted it. He was sincere in his call for women's education. Was he sincere in his other calls and in his stances on marriage and divorce? Al-Tahtawi spared no effort except for his efforts for this cause. The woman bears more than the man this strange situation that she has reached, because she is the mother who raises the male with less maintenance than the female, while she is morally required to instill virtuous values in both and protect them.

Keywords: feminism - rights - reform - religious structure - religions - gender - homosexuality – education.

دور المرأة في ضوء الدين والمجتمع وصولاً لرفاعة رافع الطهطاوي

نضال الأميوني دكاش¹¹الجامعة اللبنانية الأميركية - LAU لبنان

الايمل:1:nidale.daccache@lau.edu.lb

ملخص

المرأة ليست نصف المجتمع، لا بل المجتمع بأكمله، وشقيقة الرجل في بناء المعرفة والحضارة. لذا برزت في الساحة الأدبية الحركة النقدية النسوية وبرزت الأدبيات النسويات، وإمتدت هذه الدعوة إلى العالم العربي، ومارست الكتابة بالفكر نفسه وبالقلم ذاته. ولأن كل إنسان وليست المرأة فقط له حقوق وله أن يحوم حول الحرية والإصلاح، كان من الضروري دراسة النسوية، ورؤية الفكر النسوي داخل البنية الدينية والإجتماعية..وفي الزمن الذي تتصاعد فيه الكثير من الحركات الداعية لتحرير المرأة، أصبح من الصعب تجاهل مثل هذه الأمور التي تتسرب إليك بسهولة من خلال مواقع التواصل الاجتماعي وتتقوى على غباء جرائم التقاليد التي ما أنزل الله بها من سلطان. هي حركة ثقافية مجارية لمتطلبات الحياة، وذلك بسبب الهالة التي تضيفها مثل هذه المصطلحات. لكن المفارقة أن مصطلح النسوية بحد ذاته مختلف عليه بين النسويات أنفسهن. والتعريفات التي دخلت على الأديان وألصقت بالسوء بالمرأة واختلطت بالأساطير. أما أكثر نقطة اثاره في النسوية هي كلمة جندرية وأن هذا المفهوم هو شرارة انطلاق المثلية. ويظهر لنا أن الطهطاوي لم يكن مجرد مثقف يتمتع ويفترقه بالفكر والثقافة، ولم يكن مجرد ناقل لفكر الغرب وحضارته الى اللغة العربية، وإنما ناضل وكافح في سبيل ان يوقظ الشرق من ذلك السبات الطويل الذي أصابه. فكان صادقاً في دعوته الى تعليم المرأة. فهل كان صادقاً في دعواته الأخرى وفي مواقفه من الزواج والطلاق. لم يدخر الطهطاوي جهداً الا وبذله في سبيل هذه القضية. المرأة تتحمل أكثر من الرجل هذا الوضع الغريب الذي وصلت إليه لأنها هي الأم التي تربي الذكر تربية أقل صيانة من الأنثى في حين أنها مطالبة أخلاقياً بغرس القيم الفاضلة في كليهما وحمايتهما.

الكلمات المفتاحية: النسوية- الحقوق- الاصلاح- البنية الدينية - الأديان- جندرية- المثلية- التعليم.

مقدمة

لم يكن للمرأة عبر العصور دور جليّ واحد، بل كانت حبيسة التخبطات عبر المراحل الزمنية العديدة التي مرّت على البشرية. ففي البداية كانت الشمس، شخصاً اصيلاً مستقلاً، أمّا اليوم، فهي القمر، تعيش من خلال الآخرين وتعكس ألقهم. لذلك كان لا بدّ للمرأة الجديدة ان تلعب الأمس الذي جعلها جاهلة او أمية أو مجرد غانية في ظلّ تفشي الأنانية الذكورية. والمرأة الجديدة لاكتفي بتدمير الأخلاق والقوانين

القديمة التي نشأت عليها، بل يوماً بعد يوم تحاول ان تخلق مملكة جديدة حيث يطبق فيها جوهر الدين حاملاً أخلاقاً وقوانين جديدة. إنَّ هكذا مملكة هو في الحقيقة أمرٌ مهم للنساء والرجال على حدٍ سواء. فقد شغل موضوع المرأة في الآونة الأخيرة حيزاً كبيراً على الصعيد المحلي والعربي والعالم. وهذه الأمر لم يكن قصراً على دراسات الأنثروبولوجية كدراسة للإنسان مثلاً، بل إمتد كجزء من المجتمع. فما المرأة إلا نصف المجتمع، لا بل المجتمع بأكمله، كما هي شقيقة الرجل في بناء المعرفة والحضارة، لذلك برزت في الساحة الأدبية الحركة النقدية النسوية والأدبيات النسويات، وإمتدت هذه الدعوة إلى العالم العربي، ومارست الكتابة بالفكر نفسه وبالقلم ذاته. ولأن كل إنسان، وليست المرأة فقط، له حقوق، كان من الضروري دراسة النسوية ورؤية الفكر النسوي داخل البنية الدينية والإجتماعية. فمصطلح النسوية الذي ساد في العصر الحديث يمثل رد فعل الأنثى التي سحقتها الحضارات القديمة وصولاً إلى الديانات. والهدف هو وضع المرأة في وضعها الطبيعي. وللأديان الثلاث موقف متصلب تماماً في معارضة إخضاع كائن بشريٍ لآخر. تصرّ ثلاثها على أن الرجال والنساء خُلقوا على صورة الرب، وأن كلا الجنسين متساويان في الحقوق والواجبات أمام الله. كلها تحتفي بذكرى نساء ذوات بأسٍ وعلمٍ؛ لعين دؤراً محورياً في تاريخ الخلاص. ومع ذلك، فالمشترك بين أغلب عقائد العالم الكبرى هو أنها لم تعطي أيّ منها صورة واضحة بالنسبة للنساء، فثلاثها دفعت النساء نحو وضع هامشي متدنٍ على أرض الواقع، وذلك باستبعادهن من المشاركة الكاملة في الحياة الاجتماعية والسياسية والثقافية والدينية. فعلى الرغم من أن شخصيات محورية مثل المسيح، والقديس بولس، والنبي محمد، كانت لهم رؤية إيجابية تجاه النساء، اعتمدوا علمين، وعاملوهن كصحابات وذوات رأيٍ مقدّر؛ إلا أن بعضاً من أكثر الحكماء، ورجال الدين، والفقهاء قد بشّروا بكُره المرأة صراحةً. وفي السنوات الأخيرة، جابهت النساء هذه الهيمنة البطيركية في التقاليد الثلاثة. فالإضطهاد الديني للمرأة من خلال رجال الدين هو أحد أكبر عيوب العقائد التوحيدية رغم حقيقة أنها تنافي مبادئ جوهرية في إيمانها. فالرجال: اليهود، والمسيحيون، والمسلمون؛ اختطفوا الوعي تماماً، وجعلوه متوافقاً مع البطيركية الذكورية القديمة.

إتخذت الإتجاهات النسوية المعاصرة، في العالم العربي بشكل خاص، أهم خطواتها الاستراتيجية الأولية، من تقويض التفسيرات والشروح الذكورية التقليدية السابقة في مجالي التفسير والحديث، وصياغة تأويلات جديدة معاصرة من منظور أيديولوجي نسوي بحت، وذلك باستخدام آليات ومناهج الهرمنيوطيقا الغربية التي بزعمها أوجدت حاجز التمييز وإعلاء فوقية الرجل. كما قامت بإسقاط النصوص الشرعية التي تتناول قضايا المرأة وأحكامها وتأويلها بما يتوافق ويتلاءم مع متطلبات عصر التقدّم والمادة؛ وقد كان من أهم هذه المسائل التي عالجها الفكر النسوي، على سبيل المثال لا الحصر: المساواة في الخلق - القوامة - التعدد في الأديان السماوية والحياة الاجتماعية.

1- المرأة في الديانات السماوية الثلاث

صرخة جديدة من أجل تحرير المرأة هي هذه. وما اكثر الصرخات التي دوت حتى الآن حول هذا الموضوع، منها مؤلفات إختصاصيين ومؤرخين وعلماء اجتماع وعلماء نفس. ومنها الدراسات السياسية والاجتماعية ومنها رسالات لطلاب الماجستير واطروحات للدكتوراه. بعض هذه الاعمال إتسم تارة بالصفاء والرزانة وطوراً بالحماس والإنفعال. وهذه الوفرة في الإنتاج تشهد على أهمية الموضوع.

إلا أن التغيير ما زال محدود العمق في ذات المرأة وفي ذهنية الرجل ومواقفه، كما هو محدود الإنتشار بالنسبة الى القطاع النسوي. وما زال المجتمع العربي يسوده الإنغلاق فكراً وممارسة (بدران). تكتسب مثل هذه الدراسات أهمية يوماً بعد يوم وخاصة في البلدان النامية حيث تعظم الفوارق بين الرجل والمرأة، مما يطرح مشاكل إجتماعية على جانب كبير من الخطورة. لذا فإن هذه الدراسات ضرورة ملحة لدرء الخطر والنهوض بالمجتمع والسمو به.

لم تنجح المرأة حتى الآن في صراعها في أي مجتمع من المجتمعات. وإنه بالإمكان تشبيهه عدم نجاحها في إنهاء عبوديتها بعدم نجاح العالم في إنهاء الحروب الدامية بين البشر. وفي هذا الصدد يقول إيريك فروم - أن الحرب بين الجنسين قد إستمرت منذ الاف السنين، وان دعاية الرجال عنها في مثل سخافة دعايتهم عن الحروب بين الدول (المازني). فالمرأة ما زالت تشعر بالقيود من حولها والويل لها اذا ما أظهرت تفوقاً على زميلها الرجل، فإن صفة الذكورة هي أقل صفة تلصق بها. ولفظة "مسترجلة" دليل ساطع على ما ذهبت اليه. فتاريخ المرأة مثقل بما حمل من جهالة الوثنية وخرافة القرون الوسطى ومعارك الدين والدولة وتناقضات عصر النهضة وحروب القرن الواحد والعشرين، وليس بأهونها ولا أسلمها معركة النضال من أجل حرية الفكر وحرية الإنتخاب. ولكن العالم كله لا يعيش في هذا القرن، إذ ثمة أصقاع من كرتنا الأرضية تبدو طبيعتها كأنها خالدة. فبعض البلدان أحرز اسم البلدان المتطورة، والبعض الاخر ما زال يغط في نوم عميق.

طالما أن المرأة مصنع الرجال بل مصنع المجتمعات. فهي التي تصور العالم كيفما شاءت وفي القالب الذي تريده، هي سيدة الكون، وقالبه في طفولته ومرآته في صباه، وحكمته في شبابه، وراحته في شيخوخته (البستاني، 1850)، لذا كان من واجبنا أن نسلحها بالفضيلة لكي تحسن ادارة مملكتها الصغيرة. وما هذه المملكة الا الخلية الأولى التي تتفرع منها بقية خلايا المجتمعات

1.1- المرأة في اليهودية

ثمة حقيقة لا بد من الإعتراف بها وهي أن النوع العبري لم يشذ عن القاعدة السائدة في عصره، فعلى الرغم مما إتسم به من تميّز، فإننا نلمس عندهم ذلك الايقاع الثلاثي الذي طالما تكرر في تاريخ شعوب

أخرى. في البداية تتمتع المرأة بوضع مرموق، ثم تأتي مرحلة الإنزواء والإمحاء، وبعد ذلك يتحسن وضعها بالتدرج ويترقى، ولكن من دون أن يبلغ عتبة التحرر.

1,1,1- وضع مميز

في الصفحات الأولى من كتاب العهد القديم ورد النص المتعلق بخلق العالم، وفيه تظهر لنا المكانة المميزة للمرأة. ففي الإصحاح الأول من سفر التكوين نعرف أن الله خلق على صورته ومثاله، لا الرجل فقط بل المرأة أيضاً. هنا تتكرس المساواة بين الجنسين في علاقتهما أمام الله. "فقد خلق الله الإنسان على صورته، على صورة الله خلقه، ذكراً وانثى خلقه"، "خلق الرجل أولاً ثم المرأة كرفيق ومعين له من أحد أضلاعه"، "فهي ليست مُعينا للرجل فقط بل مكملة له، ويظهر لنا الأمر بوضوح في تفسير هنري ماتيوه "إذا كان الرجل هو الرأس فالمرأة هي التاج، تاج لرجلها، تاج للخليقة المنظورة، وقد كوّنت من ضلع من جنب آدم، ليست مأخوذة من رأسه لكي لا تتسلط عليه وليست من قدمه لكي لا يدوسها، ولكن من جنبه، لتكون مساوية له، ولتحى بذراعه، وقرب قلبه، لتكون محبوبته" (مجلة النور الأرثوذكسية، 1980). إذن في البداية، المرأة مساوية للرجل وتملك الطبيعة التي يملكها: "قال الله نعمل الإنسان على صورتنا كشبهنا، فيتسلطون على سمك البحر وعلى الهائم". وهو سبحانه يبدأ بالمفرد وينتهي بالجمع، أفلا يعني هذا أنه تعالى يقصد أن للجنسين، الذكر والأنثى، السطلة نفسها على جميع المخلوقات. نعم انها مساوية للرجل في " من ضرب أباه أو أمه يقتل قتلاً". و "من شتم أباه أو أمه يقتل قتلاً". أما على الصعيد العائلي فعدد كبير من الأمهات لهن ذكر شريف في التوراة والتلمود. والمرجع الأساسي لهن هو سيرة حياة الملوك المتتالية، وهي تشير الى أهميتهن كعناصر مؤثرة في حياة ابنائهن الملوك. كذلك على الصعيد الديني لهن وضع مميز إذ يظهرن المستقبلات للإعلان الإلهي.

"فتراءى ملاك الرب للمرأة (امرأة نوح) وقال لها: ها انت عاقر لم تلدي ولكنك تحبلين وتلدين ابناً". كذلك لو تصفحنا التاريخ العبري لوقفنا على الدور الخطير الذي لعبته مريم شقيقة موسى وهارون في مرحلة عبور الصحراء مما حمل النبي ميخا عندما أراد أن يذكر شعبه برعاية يهوه لشعبه في تلك المحنة الطويلة على القول: "تذكروا أن يهوه قد اعطاكم آنذاك موسى ومريم وهارون". كما نقف على نشيد ملحي قديم يتغنى ببطولة امرأتين هما صفورة ويثيل. فنستنتج أن المرأة قد لعبت دوراً هاماً في التاريخ العبري حتى أنه كان لها أن تشارك الرجال في سماع ناموس الله. "اجمع الشعب الرجال والنساء والأطفال والقريب الذي من أوبوك لكي يسمعوا ويتعلموا أن يتقوا الرب الهكم ويحرصوا أن يعملوا بجميع كلمات هذه التوراة". وفي اتخاذ القرارات الهامة، وفي تنفيذ المهام الكبرى، فقد شاركن علانية في الأعياد والاحتفالات الدينية والقومية مثل مريم النبيّة التي بعد عبور البحر الاحمر تزعمت الإنتقال الديني بالدق والرقص ورثمت مع جميع النساء: "رثمتوا للرب فانه قد تعظم". كما نلاحظ انهن يقدمن للرب تقدمات للعبادة "وجاء الرجال مع النساء كل سموح القلب بخزائن وأقراط وخواتم... تقدمة ذهب للرب". ونراهن يصلين للرب ويطلبن منه

طلبات مثل رفقة وحنة، ويهوديت، ونجد أن الله سبحانه يصغي لطلباتهن ويستجيب لها. ولو تصفحنا التوراة لوجدنا العديد من الأعمال الدينية التي كانت النساء تقوم بها جنباً إلى جنب مع الرجال.

أما على الصعيد الأخلاقي، فإن التشريع الإسرائيلي الأخلاقي لا يميز بين الرجل والمرأة في البداية، فالوصايا العشر لا تفرض أخلاقاً خاصة بالنساء لكنها تتوجه نحو الشعب كله: "فاحفظوا كلمات هذا العهد واعملوا بها لكي تفلحوا في كل ما تفعلون". نعم انهن بمساواتهن للرجل ملزمات أن يسمعن الناموس حتى يحفظنه، هكذا عاشت المرأة اليهودية في البداية وكان لها وضع مميز.

2,1,1- مرحلة الانزواء والامحاء

رغم هذه المساواة في مختلف المجالات فإن إله إسرائيل يسمى دائماً إله إبراهيم وأسحق ويعقوب، ولم يحصل أن أطلق عليه مرة واحدة: إله ساره ورفقة وراحيل. مما يدل دلالة واضحة على أن تفوق الرجل كان متأصلاً وعميق الجذور في العقلية العبرية في المرحلة الثانية، فقد تدمرت المساواة مباشرة بعد السقوط الأول الذي كان من نتائجه خضوع المرأة للرجل. فبعدما كانت المرأة سيدة بيتها، أصبحت اليوم ألعوبة لرغبات الرجل وآلة تناسلية لإنجاب الأولاد. فقد شوّه الإنسان المفهوم الإلهي والهدف من الزواج وأصبح الرجل يتزوج أكثر من امرأة واحدة، ويات البيت العبري يتكون من الرجل وعدد من السراري والزوجات والأولاد من الزوجات والسراري وزوجات الأولاد والأحفاد بالإضافة إلى العبيد. ويرأس هذا البيت الأب ويسمى "روش" أي رأساً، ويتمتع بسلطات قضائية مطلقة ويختار وريثه في حرية تامة ويستطيع التصرف في ابنائه كما يشاء، فله أن يبيع إبنته لمن يرغب في شرائها، وله أن يهب بكرتها أو يُخطبها في سن مبكرة، بل ويملك على أولاده حق الموت والحياة، يقتلهم إذا شاء أو يقدمهم قرباناً للرب.

لقد تدنت مرتبة المرأة العبرية إلى حد أن باتت الفرحة بمولد الابن أكبر منها عند مولد البنت. لقد تدهور وضع المرأة إلى حد أصبحت فيه سلعة تشتري وتباع، وأداة متعة ولذة يقبل عليها الرجل زوجة أو خليفة أو بنتاً له، فقد اضطجعت إبنتا لوط مع ابنيهما نفسه وحملتا منه، كما أن يعقوب جمع بين الأختين. لقد تشتت الآية القائلة "المرأة الصالحة لا تعتبر سلعة تجارية بل هبة الله". ولم تعد "الزوجة المتعقلة من عند الرب"، بل إستشرت عدوى تعدد الزوجات وأخذت تترسخ شيئاً فشيئاً. حتى أن الكهنة الذين كان قد فرض عليهم أن يتزوجوا امرأة واحدة عذراء أصبحوا يتزوجون كل فتاة تطيب لهم، وأصابته العدوى الملوك فتزوج داوود نساء كثرات. أما سليمان فقد تفوق على الجميع في هذا المضمار وتزوج سبعمئة امرأة عدا ثلاثمئة من السراري. ويقول نيو فلد صاحب كتاب قوانين الزواج عند العبرانيين الأقدمين أن التلمود والتوراة معا أباحا تعدد الزوجات على إطلاقه، وإن كان بعض الربانيين ينصحون بالقصد في عدد الزوجات (Neufeld).

هكذا في المرحلة الثانية، مرحلة الإنزواء والإمحاء، أبت السيطرة المذكورة إلا أن تعتبر البنت دون مرتبة أخمها. فهبطت بها حتى ساوتها بالخدم، فهي تخرج من ميراث أبيها إذا كان له صلب من الذكور، وما عدا هذا الحكم الصريح فهو من قبيل الهبة التي يختارها الأب في حياته، حيث لا يجب الميراث وجوب الحقوق الشرعية بعد الوفاة (العقاد، 1969). وهنا تظهر المرأة من خلال شريعة موسى مُلكاً لعشيرة الزوج، حتى إذا ما ترمّلت قبل أن تنجب وريثاً ذكراً، أرغمت على الزواج من أحد إخوة زوجها، وإذا ما ولد صبي من هذه العلاقة أعتبر ابن الزوج الراحل. ذلك هو تقليد زواج السلفة، وكان يحق للرجل أيضاً أن يطلق زوجته بمجرد تسليمها قراراً بالصرف. وكان يكفي كي يطلقها أن تكف عن نيل رضاه أو يكتشف فيها علة. نعم هكذا تشددت شريعة موسى في معاملة المرأة فحرمتها أشياء كثيرة. حتى إنها حرمتها من الزينة، فقد جاء في الإصحاح الثالث من سفر أشعيا: "أن الله سيعاقب بنات صهيون على تبرجهن والمباهاة برنين خلايلهن. بأن ينزع عنهن زينة... والبراقع والعصائب التي كانت تعتبر زينة المرأة اليهودية".

3,1,1- نحو الترقى

وأخيراً بدأ وضع المرأة يتحسن على نحو ملموس مع تعاقب القرون، فارتفع صوت رفقة رافضاً أن تذهب مع الرجل الذي إختاره لها والدها، إذ لم يعد يحق للأب خطب ابنته إلا إذا كانت دون الثانية عشر. كذلك ارتفعت اصوات بنات صلفحاد وهن يطالبن بحقوقهن من ورثة أبيهن. فقد أضحت الفتاة ترث في حال غياب الولد. لقد بات الزواج قضية اجتماعية لا علاقة لها بالدين. ففي حال الزواج، كانت تتم إتفاقية خطية بين الطرفين "أخذ بيمين إبنته ساره وسلمها الى يمين طوبيا قائلاً إله ابراهيم واسحق ويعقوب يكون معكما ويقرنكما"، ثم أخذ صحيفة وكتبوا فيها عقد الزواج، وقد وجدت اوراق في Elephanten في مصر حيث يوجد هيكل لليهود تدل على وجود إتفاقية خطية عند الزواج، وكان الرجل يدفع مهراً، وفي بعض الاحيان كان المهر يستبدل بالعمل كما حدث مع يعقوب. والمهر ليس معناه أن المرأة كانت تُشترى، إذ العبيد وحدهم كانوا يشترون ويبيعون في هذه المرحلة. فقد طرأ تحسن كبير على وضع المرأة العبرية وصار لها حق المهر والحق في إبداء رأيها في الزواج. كما صار للبنت العبرية أن ترث، لكن هذا لا يطبق على الزوجة، فهي محرومة كلياً من وراثه زوجها، وربما لانها تستطيع أن تتزوج ثانية فيخرج الإرث من سبط الى آخر، وهذا لا يجوز شرعاً. أو لانها كانت تعيش مما يجب أن يقدم لها اولادها، فإكرام الام متوجب على الأولاد، ولا يحل للرجل بيع امرأته أو استعبادها. "وان لم تسرّ بها فأطلقها لنفسها لا تبعها بيعة بفضة ولا تسرقها". وبانت الارامل يعتبرن تحت حماية الله الخاصة. فبعد ان كانت المرأة معرضة لكل أنواع الابتزاز بعد فقد زوجها، أصبحت بحاجة الى حماية الناموس الذي بات يعاقب الذين يسيئون اليها. "لا تسئ الى أرملة ما" لأن المرأة الفاضلة "تاج لرجلها" و"عطية الرب". كما انها "أثمن من اللأئ". فرغم كل شيء بقيت اليهودية الفاضلة نادرة من يجدها لان ثمنها يفوق اللأئ، بها يثق قلب زوجها فلا تحتاج الى غنيمة. تصنع له خيراً لا شراً كل ايام حياتها، تقوم اذا الليل بعد وتعطي أكلاً لأهل بيتها، سراجها لا ينطفئ في الليل.

2.1- المرأة في المسيحية

1,2,1- ثورة في قلب العام الجديد

مما لا شك فيه أن المسيحية أحدثت ثورة هائلة في قلب العالم القديم حين أعلنت عن المساواة الجوهرية للكائنات أمام الله، فقد كشفت للبشر عن كرامتهم السامية كأبناء لأب واحد، فكان هذا زوال كل تمييز جنسي أو عرقي أو اجتماعي، فلم يعد هناك رجل أو امرأة، أبيض أو أسود، سيد أو عبد "فأنتم جميعا واحد في المسيح يسوع" "جسد واحد فيه". ولكن لما كانت حواء هي التي غويت وسمعت للشيطان. أنت الباب الذي يقود الى الشيطان، أنت فتحت الطريق الى تلك. أنت أول من عصى أمر الله. أنت التي أغريته حين عجز الشيطان عن أن يغريه، أنت حطمت بسهولة صورة الرجل الالهية، أنت سبب الموت وبسببك يموت ابن الله (Beauvoir, 1994). فقد إختار الله له أمّا من بينهن حتى لا تفقد نساء الأرض الرجاء، فأحدث هذا الإختيار إنقلابا عاما في عالم الأفكار التقليدية الموروثة. ثم شرع المسيح ابن مريم بنشر تعاليمه، فتحدّى النواهي والمحرمات تحديه للرأي العام. فقد مكث طويلا الى جانب السامرية مثيرا إستنكار تلاميذه. وعلى الرغم من المفاهيم القديمة حول الطهارة والنجاسة، فقد سمح لامرأة ملوثة بدم حيضها بأن تلمسه، كذلك قبل أن تقوم امرأة عاهرة بغسل قدميه والإعتناء بهما، فيما راح الفريسيون يعبرون عن سخطهم بلفظهم. ورفض رجم الزانية، فوقف الواشون أمامه حيارى عاجزين لا يعلمون ماذا يفعلون، أليس من حقهم رجم الزانية أولاً، ألم تخولهم شريعتهم بأن يكونوا أول من يرحمها، وبحركة بسيطة وبقلب الكسرة فتحة، قلب المتهمين الى متهمين وقال: " من منكم بلا خطيئة فليرحمها بحجر". لذلك ردّ للخاطئة الإعتبار الذي كان يمنحه غفران الله، وأهم من هذا كله أن المسيحية تركت جانب التشريع في زمان ظهورها، ووجهت عنايتها الأولى الى الإصلاح الأدبي أي إصلاح الخلل في الضمائر والاخلاق.

الإمبراطورية الرومانية في الشرق والغرب على السواء، ومن يقرأ الأناجيل وحدها، يروّعه عدد المصابين بالأمراض الجلدية وما اليها من الأمراض التي تعرف اليوم بأسم الأمراض الجنسية. فلا جرم اذن اذا كانت المسيحية قد وجّهت عنايتها الأولى لتطهّر النفس الإنسانية من شرور هذا الفساد، وإن تشدد هذا الأمر في الحجر على الشهوات الجسدية والدعوة الى النفس والإعتصام عن مغريات الجسد على العموم. وهذه هي الحال التي نجم عنها الاكتفاء بزوجة واحدة. وتقييد الطلاق الذي كان قد بلغ في تفشيه يومئذ درجة لا تطاق. وقد حرّم السيّد المسيح علي الزوج أن يطلق زوجته متحديا بذلك الشرع الموسوي الذي كان قد سمح بالطلاق اذ كيف "يفرق الانسان ما جمعه الله". وذهب المسيح شأوا بعيدا أبعد من هذا كلّه متجاوزا أقصى حد يمكن لشرع أن يبلغه ذات يوم. فقد أدان الرجل الذي ينظر الى امرأة قريبة ويشتهيها، وقرن فعله هذا الفعل بالزنى. كذلك منح النسوة حق الشهادة، فأختارهن شاهدات على يوم القيامة، وكانت شهادة النسوة مرفوضة أسوة بشهادة الأولاد والرقيق والعجّز. كما عهد إلهن مهمة إعلام الرسل، فتراعى كلامهنّ لهم كالهذيان، فلأمهم السيّد المسيح فيما بعد على عدم تصديقهم.

2,2,1- الزواج في المسيحية

إن لم يكن في الأناجيل نص يحرم تعدد الزوجات، كذلك ليس فيها نص يبيح ذلك، بل "حسن للرجل أن لا يمس امرأة، ولكن لسبب الزنا ليكن لكل واحد امرأته، وليكن لكل واحدة رجلها، ليوف الرجل المرأة حقها الواجب وكذلك المرأة رجلها". كذلك أوصى المتزوجين بعدم الطلاق، فقال بولس الرسول في رسالته الأولى إلى أهل كورنثوس "لا تفارق المرأة رجلها، وإن فارقته، فلتلبث غير متزوجة أو لتصالح رجلها، ولا يترك الرجل امرأته" لأنه لا يمكن للرجل أن يعيش ناقصاً ولا للمرأة كذلك، فالرجل والمرأة جسد واحد في الانجيل "لذلك يترك الرجل أباه وأمه ويلتصق بامرأته ويكونان جسداً واحداً". وهذه الآية لا تشدد فقط على الزواج الأحادي، بل أيضاً على الوحدة غير المنفصلة، وعلى إرتباط حياة المرأة بحياة الرجل، والعكس.

3,2,1- المسيحية وجهها لوجه مع اعدائها (تعليم المرأة)

لا غرور اذا قلنا أن المسيحية كانت اول داعية لتعليم المرأة. "فإن كن يردن أن يتعلمن شيئاً فليسألن رجالهن في البيت"، لكن قد يطيب لأعداء المسيح أن يتساءلوا: أليس الرجل مسؤولاً عن تعليمها، أيعلمها ليزيدها إغراء. أليست هي التي إنجرفت وراء الإغراء وإرتكبت المخالفة، وبكلمة نعم يجيب بولس الرسول عن سؤالهم هذا، ويقرر لها الخلاص عندما أصبحت أمّاً، أم للسيد المسيح. ويتسألون من جديد: أليس الرجل رأس المرأة؟ ألم يطلب المعلم من النساء الخضوع لأزواجهن متغافلين عن أن هذه الطاعة جاءت مقرونة بحب الزوج؟ "أيها الرجال أحبوا نساءكم كما أحب المسيح الكنيسة واسلم نفسه لأجلها". وإن كان قد طلب منهن الخضوع لأزواجهن فقد خاطب الرجال أيضاً قائلاً "كذلك أيها الرجال اعطوا نساءكم الكرامة، فهن وارثات معكم نعمة الحياة". وهكذا نرى المسيحية من خلال سطور قد قامت بعمل جليل اذ تمكنت من إصلاح النفوس وهيأتها لتقبل النظم الجديدة، فكان لها أثرها في تصفية المجتمعات من الشوائب والموبقات، فارتفعت المرأة نتيجة زواج واحد مرسخ لتساوي الرجل في مختلف المجالات، لكن وقوف اعداء المسيحية في وجهها بصلاية وقوة حال دون نشر مبادئها. فبقية الزانية ترجم بالحجارة حتى الموت والخاطئة تنفى مؤبداً من المجتمع، لكن:

ولا بد للقيد أن ينكسر (حاوي)

لا بد لليل أن ينجلي

ولا بد لنور المعرفة من أن يسود العالم ويعم الأرض في يوم من الايام.

3.1- المرأة في الاسلام

1,3,1- انقلاب في الحياة الاجتماعية

وسقط الوحي على رسول الله محمد بن عبدالله، فشرع بنشر رسالة الاسلام، الأمر الذي أحدث إنقلاباً خطيراً في الحياة الاجتماعية، اذ إقتضت تعاليم الرسول تغييراً جذرياً أساسياً في اوضاع معيشة العرب، وفي

تقاليدهم التي درجوا عليها منذ قرون وقرون، فقد كان نظام العرب في الجاهلية يعطي الرجال الوصاية على النساء والتحكم بهن، وكان الاب يزوج ابنته على كره منها من أجل المال وكانت الزوجة اذا مات زوجها، جاء أكبر بنيه أو أخوه أو عمه وألقى ثوبه على زوجة المتوفي وقال: انا أحق بها، ثم أن شاء إستبقاها لنفسه (الألوسي، 1896)، وان شاء زوّجها غيره وقبض ثمنها، رضيت بذلك ام كرهت، وان شاء حرمها من الزواج. والعرب على العموم لا يرحبون بميلاد الأنثى، وذلك طبيعي في مجتمع قبلي لا تهدأ فيه الغارات، ولا تسكن خصومة الثأر، في الوقت الذي كانت فيه المرأة في نظر العدو غنيمة مطلوبة للخدمة أو الإستمتاع، الأمر الذي يضاعف عبء الرجال في صيانتها والمدافعة عنها، خوف ما يلحقها من عار وخزي اذا ما وقعت سبيا ذليلا في يد العدو. لهذا كان بعضهم اذا ولدت له الانثى عراه الهمة والغم وأخذ يعالج الأمر في نفسه، أيقظها فيديسها في التراب ويتخلص من عبئها وعارها، او يبقيها على مضض ومهانة.

2,3,1- المساواة

وجاء الاسلام فحرّم وأد البنات وجعل المرأة أخت الرجل اذ تنسب وأياه الى أب واحد وأم واحدة. وذلك قوله تعالى "يا أيها الناس أن خلقناكم من ذكر وانثى، جعلناكم شعوبا وقبائل لتعارفوا ان اكرمكم عند الله اتقاكم، ان الله عليم خبير". فهي اذن شقيقة له "انما النساء شقائق الرجال". وعندما رأى رسول الله صلى الله عليه وسلم - وجوه العرب تسود وتحتار في أمر المولودة الجديدة قال في كتابه تعالى "واذا بشر احدكم بالأنثى على وجهه مسودًا وهو كظيم يتوارى عن القوم من سوء ما بشر به ايمسكه على هون او يدسه في التراب، ألا ساء ما يحكمون". ورأى رسول الله أن يسن لها احكاما واضحة ليسموها فغولها حقّ التعامل والولاية على أطفالها، وضمن لها معيشتها، وأقر لها اهليتها الاقتصادية والاجتماعية "ولهنّ مثل الذي عليهم بالمعروف". فهي مساوية للرجل من هذه الناحية. "والمؤمنون والمؤمنات بعضهم اولياء بعض، يأمرون بالمعروف، وينهون عن المنكر ويقيمون الصلاة".

3,3,1- "وللرجال عليهن درجة"

ولكن وان سوّى القرآن بين ما للمرأة وما عليها، فقد كرّس عقيدة التفوق الذكوريّ اذ جعل للرجال القوام على النساء. "للرجال قوامون على النساء بما فضل الله بعضهم عن بعض، وبما انفقوا من أموال". كذلك قضى لهم ببعض الزيادة "ولهنّ... وللرجال عليهن درجة". كما أقرّ القرآن مبدأ تعدد الزوجات، ورجّح الاكتفاء بالزوجة الواحدة لتعذر العدل بينهن "فانكحوا ما طاب لكم من النساء مثنى وثلاث ورباع فإن خفتم الا تعدلوا فواحدة ولن تستطيعوا أن تعدلوا بين النساء ولو حرصتم". ولكن وان اقرّ الاسلام هذا المبدأ غير أنّه ارتفع بالزواج من عند التجارة ومتعة الجسد الى أوامر المودة والرحمة ومن آياته "أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا، لتسكنوا اليها وجعل بينكم مودة ورحمة. ان في ذلك لآيات لقوم يتذكرون". وطالب لها بالعلم اذ فرضه على المسلمين فرضا. "طلب العلم فريضة على كل مسلم ومسلمة". كما أذن الاسلام لهن أن يخرجن لحاجتهن، كذلك اعطى الإسلام المرأة حق الارث "وللرجال نصيب مما ترك الوالدان والاقرابون

وللنساء نصيب ما ترك الوالدان والاقربون مما قل منه او اكثر نصيبا مفروضا". ولكن لم يشأ الاسلام أن يعطي المرأة مثل أخيها من الميراث بل "يوصيكم الله في اولادكم للذكر مثل حظ الأنثيين". كذلك لم يشأ أن يعترف لها بحق الشهادة كاملا بل "واستشهدوا شهيدين من رجالكم فان لم يكونا رجلين فرجل وامرأتان ممن ترضون من الشهداء". ولكي نوفي الاسلام حقه لا بد من أن نختم الحديث حول تأثير الاسلام على نمط الحياة العربية بكلمة عن الحجاب الذي تحدث عنه المتحدثون عن جهل تارة، وعن غرض تارة أخرى فنقول: أن النبي لم يفرض الحجاب الا على نسائه الاثني عشرة تمييزا لهن وتشريفا، لكن ما ذنب الاسلام ان كانت نساء الأشراف سارعن الى الاقتداء بزوجات رسول الله، ثم تعمم الحجاب.

4,3,1- اضمحلال وزوال

لم يترك القرآن امرا ينملى بالمرأة الا وكتب عنه، ولكن وبالرغم من هذا كله وبالرغم من انتشار الدعوة الإسلامية في الشرق كله، فانه لمن الخطأ ان نقول أن الشرائع التي سنّها الاسلام، والفرائض التي فرضها على المجتمع بقيت سائدة ولم يطرأ عليها خلل وتغيير عبر مسيرتها التاريخية - فالدعوة الى معاملة الفتاة كأخيها لم تلق آذانا صاغية الا في زمن الرسول نفسه، فما أن ابتعد الناس عن تلك الحقبة حتى تناسوا اقوال الرسول وابتعدوا عن روح القرآن وانصرفوا الى ما درجوا عليه سابقا فادت الوجود بعترتها الغم الشديد اذا ما بشرأحد بالانثى. وتزحف أرجال هولاءكو المغولي على بغداد تغوص معالم الفكر والعمران، وتذك ما عمرته الحضارة الإسلامية. يومها كتب على مشاركة العرب الهوان، فصارت قوة أهل البلاد ضعفاً، ومسوخ مجدهم ذلاً وفسقا، ثم راحوا تنقادهم النكبات، فلم ترع لمحاصيل العقل حرمة، ولم يعد للقرآن تأثير، ففسدت الاخلاق، وتحجرت الضمائر والعقول، فنظر الرجل إلى المرأة نظرتة الى حيوان لطيف يكفيه لوازمه كي يتسلى بها، وبات موتها خيراً لها من حياتها، اذ ان بطن الأرض أكرم لها وللحياة من ظهرها.

5,3,1- رسالة لها مدلولها

ألم يكتب ابو بكر (الخوارزمي، 993) الى رئيس بهراء معزياً في وفاة ابنته قائلاً "ولو ما ذكرته من سترها، ووقفت عليه من غرائب أمرها، لكنت الي التهنئة أقرب من التعزية، فان ستر العورات من الحسنات، ودفن البنات من المكرومات، ونحن في زمن اذا حرم أحد فيه الحرمة. فقد استكمل النعمة، وان زفّ كريمة الى القبر، فقد بلغ أمنيته من الصهر.

فمثل هذه الرسالة (متى، 1965) تكشف النقاب عن الوضع الذي تدهورت اليه المرأة بعد ما سنّ لها القرآن الشرائع وحقق لها المعجزات التي كانت تبتغيها. ويمكننا أن نزيد على هذا، لنظهر الحد الذي تدنت اليه نظرة الرجل الى المرأة، فقد "باتت تملك أصول الشهوات، وهي باب الدمار والخذلان، والمرأة في الجحيم والبلاء، يصبّه الله على رووس العباد، هي الشقاء المعجّل والكرب الذي يسبق الموت،

والمرأة في جميع أحوالها مصدر فساد وفساد، ولها مداخل الى الفتنة يعجز عنها ابليس (النهيري، 1975)،
وابليس هذا بات مولعاً بالظهور في شكل انثى، فهل يجوز دخول الوليد بعد هذا عليها؟ أليست بؤرة فساد
وافساد؟ ويقرر هذا ابو علاء المعري في كتابه "لزوم ما لا يلزم" ويقول:

إِذَا بَلَغَ الْوَلِيدُ لَدَيْكَ عَشْرًا فَلَا يَدْخُلُ عَلَى الْحَرَمِ الْوَلِيدُ
فَإِنْ خَالَفْتَنِي وَأَضَعْتَ نُصْبِي فَأَنْتَ وَإِنْ رُزِقْتَ حِجًّا بَلِيدُ
أَلَا إِنَّ النِّسَاءَ حِبَالُ غَيٍّ مِنْ يَضِيْعُ الشَّرْفُ التَّلِيدُ (المعري، 1924).

6,3,1- في غمرة النكسات

وتدفقت جحافل التتار من جهة وانبتقت سيول المماليك من جهة فتواترت الغارات وعمّ البلاد دمار
وهول مقيم. وفي مطلع القرن السادس عشر للميلاد انقضّ السلطان سليم بجحافل العثمانية على دينا
فخيم علينا ققام سمرنا في الجهل، فسقطت علينا العتمة وطمست كل ما جاء به الاسلام. فقد فرضت
الدولة العثمانية على النساء الانحباس داخل البيت، من أجل خدمة الزوج والاطفال والأسرة بغير أجر لهم
الا الكساء والطعام والمسكن. فلم تكن المرأة من هؤلاء تخرج من بيتها الا للضرورة القصوى كالمرض الخطير
وهي تخرج في هذه الحال محجبة ومعها رجل من الأسرة، وفي بعض الاحيان كانت تموت دون أن يصرّح
زوجها "الابي" بأن يفحصها طبيب رجل. وباتت النساء وكأهن آثار عتيقة لأجيال مضته وبقايا أزمنة بعيدة
باقيات على ما كنّ عليه في تلك الأوقات. فهل أعاد التاريخ نفسه أم هل رجع القهقري؟
لا هذا ولا ذلك قد حصل بل لا يمكن أن يحصل. فالتاريخ لا يمكن أن يرجع الي الوراء، لكن العقل العربي
هو عاد الذي عاد لينبش صفحات التاريخ القديم.

7,3,1- الحكم على المرأة بالعداء

عرف تاريخ الأدب العربي كثيرا من الكتاب الذين عرفوا بعدائهم وكراهيتهم للمرأة، ومنهم المعري والعقاد
والحكيم. وقد اشتهر عباس محمود العقاد في الادب العربي "بعده المرأة" وانعكست كراهيته وعدوانه للمرأة
في الكثير من كتاباته، حتى أنه تفوق على استاذه شوبنهاور الذي أشاد برأيه في المرأة في عدة مناسبات من
حيث انها طفلة كبيرة الجسم في كل ادوار حياتها، وفيها من اخلاق الطفل نزقه وقصور عقله واعتماده على
غيره، وتقلبه وكذبه وريائه، وهي أخلاق في رأيه تخلق في نفس المرأة من بقايا الهمجية والفطرة، لم تنجح
السنين في تلطيف شرهتها وتهذيب طبيعتها. هكذا عادت الهمجية تسير وتمرح في عصور ليست بالبعيدة من
عصرنا، فأعاد أدبائنا صور الماضي البشعة الى نفوسنا، وطلبوا منا ايلامها وخيانتها وهجرها فتغنى العقاد في
شعره قائلاً:

أنت الملموم إذا أردت لها ما لم يرده قضاء بارها
خنها ولا تُخلص لها أبداً تخلص إلى أغلى غواليها (العقاد، 1942)

ومعنى هذا أن خيانة الرجل للمرأة تؤدي الى أن يصل الى قلبها، فهي حسب رأيه لا تخلص الا لمن يخونها لأنها اعتادت على المكر والخداع، فهي مخلوقة عجيبة الخداع والكيد كما جاء في القرآن "كيدهن عظيم". والأغاني الشعبية المصرية تثبت حقيقة هذا الأمر. وقد اخترت شاهدين على صحة القول :

لما قالوا دا غلام أنشد وسطي من غير حزم
ولما قالوا دي بنية انه ركن البيت عليا (الخفاش، 1982)

8,3,1- يقظة الضمير

أمام خبوا آخر انوار الحضارة العربية التي كانت قد ارتقت الى اعلى القمم في الشرق الأوسط، تساءل العلماء المسلمون ما تساءله قبلهم "ابن رشد" بحوالي ستة قرون، أي في القرن الثامن عشر، حول ما اذا كان مرد هذا الانحطاط، ولو جزئيا، الى الوضع البائس المفروض على المرأة والى نبذها من الحياة الاجتماعية. وعلى الاثر استيقظ الضمير وبدأ الإسلام يتحرك من جديد، فأخذت اجراءات فوقية بغية فرض تحرير المرأة فرضا. وقد ظهرت نتائج هذا التدبير اليوم وفي أكثر من بلد اذ ظهرت اصلاحات هدفها تحرير المرأة كاصلاحات كمال اتاتورك في تركيا واصلاحات عهد ما بعد الاستقلال في تونس وغيرها، لكن مقاومة العادات القديمة والمتأصلة تبقى قوية، فعبودية المرأة وزواج الفتيات القاصرات لم ينقرض تماما بعد.

2- نودجا: رفاة رافع الطهطاوي

كلما كثر إحترام النساء عند قوم كثر أدبهم وظرافتهم، فعدم توفية النساء حقوقهم فيما ينبغي لهن الحرية فيه دليل على الطبيعة المتبررة. "عبارة أطلقها الطهطاوي منذ قرن ونصف القرن تقريبا، أي يوم كان العرب ينظرون إلى المرأة على أنها سقط المتاع اطلقها صرخة مدوية محاولا فتح الباب الذي "أوصدته على النساء أيدٍ تطاع بما تشاء لأنها أيد رجال" (حاطوم). تلك الأيدي ما زالت حتى يومنا هذا تحاول أن تعود بالمرأة إلى وضعها المهين - وضع القرون الوسطى- ولم يكتفي الطهطاوي بهذه الصرخة بل بذل جهوداً من أجل تحرير المرأة، فناقش حجج المحافظين وعارضها وفندها داعماً آراءه الجديدة بأحاديث نبوية شريفة وبأنباء عن السلف الصالح حتى استطاع أن يلقي المتقدمين والمتشددين حجراً، ويقنع المترددين في الأمر والمشككين فيه.

1.2- المساواة بين الرجل والمرأة (من الناحية الخلقية)

ان أول قضية تطالعنا عند قراءتنا الأثار الكاملة لرفاعة رافع الطهطاوي هي قضية المساواة بين الرجل والمرأة، وجدارة المرأة وامكانياتها في أحراز مساواة حقيقية في بعض الميادين الهامة والحيوية التي كانت علي ذلك التاريخ حكرا للرجال، وفي هذا النطاق يتبادر الى الذهن نظرة المجتمع القديم للمرأة ودورها الذي

خلقت له ... فلقد كان هذا المجتمع - مجتمع القرون الوسطى- الذي كافح الطهطاوي كي يتجاوز الشرق عتباته المظلمة، يرى المرأة قد خلقت لملاذ الرجل أي لاشباع رغباته الجنسية. لكن الطهطاوي جاء- فرفض هذه النظرة المتخلفة لا لأنه يرفض دور المرأة في تحقيق هذا الملاذ ولكن لأنه شاء المساواة بين الرجل والمرأة في تحقيق هذا الملاذ. "فلم يجد الا فرقا سيرا يظهر في الذكورة والأنوثة وما يتعلق بهما" (الطهطاوي). فنستنتج أنه ليس هناك "نقص طبيعي في التكوين وأصل الخلقة" هو الذي جعل المرأة ويجعلها هكذا دون الرجل في تحمل أعباء الحياة ومشتقاتها في العديد من ميادينها. وأمام هذا الاستنتاج قد ينتقض اعداء المساواة بين الرجال والنساء اذ يرون أن المرأة ضعيفة البنية، وان هذا الضعف يقضي الى ضعف في القدرات العقلية والامكانيات اللازمة لتولي بعض الاعمال. لكن رفاة وان اسلم بأن الانوثة ربما نشأ عنها ضعف في البنية فانه يرى العكس حيث أن لدى المرأة قوة في القدرات والامكانيات. يقول الشيخ الأزهرى "ومما يوجد في الانثى: قوة الصفات العقلية، وحدّة الاحساس والادراك على وجه قوي قويم، وذلك ناشئ من بنيتها الضعيفة" (الطهطاوي).

"وليس من ذكأؤهن مقصوراً على أمور المحبة والوداد بل يمتد الى ادراك أقصى مراد" (الطهطاوي). ولكي يثبت رفاة رأيه هذا، يضرب المثل على قدرة المرأة العقلية فيقدم لنا صورة من نساء فرنسيات لهن "تأليف عظيمة" ومنهن مترجمات للكتب من لغة الى أخرى مع حسن العيارة وسبكها وجودتها، ومنهن من يتمثل بانشائها ومراسلاتها المستغرية. فليس هناك قوى ولا نضائل قد انفرد بها جنس من الجنسين وامتاز بها على الآخر، انما هناك اختلاف في وجهات النظر. هذا الاختلاف الذي يمكن أن يصل ويظهر بين افراد الجنس الواحد اذ أن نظرة اثنين الى موضوع واحد قد تختلف اختلافا جوهريا من واحد إلى آخر. فعند الطهطاوي ان "الفضائل، من حيث هي فضائل انسانية، توجد في الرجال والنساء، ولكن على وجه مختلف في طباعهن ... وهذه الصفات مثل "الشجاعة والسخاء والعفة" عامة في جميع أمم الدنيا وقبائلها وأحيائها وذكرورها واناثها" (الطهطاوي).

نعم المرأة مساوية للرجل في شتى النواحي ومختلف المجالات، ويعود اعداء المساواة ثانياة يقرعون ناقوس الخطر مستغربين هذا التساوي في البنية بين الرجل والمرأة. فهم يتساءلون محاولين زرع الشك في النفوس لتنقلب على الشيخ الأزهرى الذي بقي ثابت الجنان لأنه لا يرى أن الضعف في البنية لدى المرأة أمر طبيعي ملازم لجنس النساء في كل زمان ومكان، بل يراه ثمرة لأوضاع بيئية واجتماعية وتربوية، من الممكن عند الاقتضاء، تغييرها ومن ثم احلال القوة والشجاعة البدنية محل هذا الضعف البدني. وقد جعل الطهطاوي المرأة مساوية للرجل، لقد شرعت اذاعتهم ترفع الصوت مندده بهذه المساواة. غير أن الطهطاوي اسكت اصواتهم عندما رأى ضرورة المحافظة على ميزات المرأة التي تجعل منها مكملة للرجل. "فاللائق بمن يربي البنات ويتعهد شؤونهن أن يتركهن على حياهن التي هو زينتهن، فلا تمسه التربية بمحو ولا تخفيف. وكذلك ما اشتملت عليه عادة من الخوف والوجل، ما ينبغي محوه في الذكور، فلا بأس بابقائه في النساء". وهكذا

يظهر لنا بوضوح أن للرجل ميزات امتاز بها عن المرأة وخصائص خصّه الله تعالى بها ينبغي تنميتها وعدم الافراط بها. كذلك فان للمرأة صفات تمتاز بها عن الرجال اذ "فيها من اللين واللطف والرخاوة ما ليس فيه" (الطهطاوي).

الأمر الذي يجمل من الاثنين متساويين متعادلين. فان كان للرجل على المرأة حق، فأن للمرأة على الرجل حق ايضا. لهذا يسخر للطهطاوي من الذين يرون الحق للرجل والواجب على المرأة متغافلين من تلازم الحق والواجب فيقول: "وكثير من الرجال يرى أن له حقا على زوجته، وليس عليه حق، وان جميع ما يفعل معها جميل" (الطهطاوي). وقد وبخ مثل هذا بعضهم بقوله:

له حق وليس عليه حق ومهما قال فالحسن الجميل

وقد كان النبي يرى حقوقا عليه لأهلها وهو الرسول

نعم ان المرأة مساوية للرجل في عدد من الميادين، وسوف تبقى كذلك رغم تشدد المشددين وتصلب المتصلبين، ولا اغالي ان قلت انها تتفوق عليه في بعض المجالات، وانه يتفوق عليها في البعض الاخر لتبقى المعادلة وتحفظ المساواة.

2,2- موقفه من الاعداء وفوائد التعليم

قد يعترض المعترضون، قائلين: وماذا يجني الوطن من تعلم الفتاة. هل للنحو والشعر قدرة على حمل الفتاة لتقودنا الى مراتع الاطمئنان ومراتع السلام والوثام. ويتدفق الكلام من فم الطهطاوي سيلاً عرماً يجرف من أمامه أولئك المعترضين اذ يبين لهم من جديد فائدة العلم بالنسبة للفرد وبالنسبة للمجتمع على السواء فيقول "فالتعليم ضروري لسائر الناس، يحتاج اليه كل انسان كأحتياجه الى الخبز والماء" (الطهطاوي). فهو كالماء الذي نشربه والهواء الذي نستنشقه وكالخبز الذي نتغذى به. أما بالنسبة للمجتمع فقد تظهر فائدته في حسن تربية الافراد لأن "حسن تربية الآحاد، ذكورا واناثا، وانتشار ذلك فيهم، يترتب عليه حسن تربية الهيئة المجتمعة، يعني الأمة بتمامها. فالأمة التي حسنت تربية ابنائها، واستعدوا لنفع اوطانهم هي التي تعد أمة سعيدة وملة حميدة، فبحسن تربية اولادها، والوصول الى طريقة اسعادها لا تخشى أن تآمن ابنائها على اسرار الوطن، ولا على ما يكسبها الوطن الحسن بخلاف سوء التربية المنتشرة في أمة من الأمم، فان فساد اخلاق بنمها يفضي بها الى العدم، حيث يفشو فيهم الانهماك على الملذات والشهوات، والأنتهاك للحرمات والتعود على المحرمات" (الطهطاوي). نعم ان تعليم البنات يعود بالفائدة على الوطن برمته" فأمام الفتاة بأحوال الأمة وطريقة ادارتها واحكامها يسهل عليها نقش الأساسيات والأصول الحسنة الجارية في وطنها في افئدة اولادها. ان منفعة الوطن تكون حين تنصرف الأم المتعلمة الى تربية أولادها من ذكور واناث، فتنفق وقتها كي تطفئ في قلوبهم نار حبهم لأنفسهم، وحرارة حرصهم على جلب كل شيء لخاصيتهم. فان حبهم للنفس بهذه الدرجة انما هو عين البغضة لها لأنه يجلب لهم بعض من عداهم

من الأخوان. وكيف ينال السعادة من خص نفسه بالمحبة ولم يجعل لأخيه قدر حبة. وفي الحديث الشريف "لا يؤمن احدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه". ليست هذه فائدة تجتنى حين نرى الأوطان تقوم على أسس متينة من الألفة والمحبة والاخلاق الحميدة.

إنما الأمم الأخلاق ما بقيت فإن هم ذهبت أخلاقهم ذهبوا

3,2- موقفه من الحجاب

من الطبيعي أن تحمل كل من قضيتي تعليم المرأة وعملها الطهطاوي كي يبحث الجوانب المختلفة التي تترتب عنهما. فكلتا القضيتين يحتمان عليهما الخروج من البيت ومخالطة الأجانب والاصغاء الى بعضهم، فما هو موقف الطهطاوي من هذه الامور. هل يسمح لها بالخروج او يبقمها منزوية متحجبة. قضية الحجاب قضية معقدة بالنسبة للطهطاوي . الشيخ الاهري- فهو لا يجزء ولا بأي شكل على القول علناً بضرورة مخالطة الأجانب، فهو مع حجاب المرأة... لكن لا بمعنى حجها عن المنزل لأن ذلك يمنع تعليمها ويحد عملها وهما أمران طالب لها بهما، فهو يبيح للنساء الاختلاط بالرجال لكنه يحظر عليهن الخلوة بأحدهم، لان "الخلوة هي الشبهة، او الداعية الى الزلل، والانحرافه يحرمها الشرع وهو يقف مع هذا التحريم "فيحرم أن يخلو رجل بأجنبية" (الطهطاوي). ولكن اذا زاد العدد، وكان هناك جمع من الرجال والنساء، كما هو الحال اليوم في دواوين العمل ومجالاته فأن الطهطاوي يقرر اباحة ذلك هكذا يلتقي الطهطاوي مع حافظ ابراهيم في رأيهما بالنسبة لهذه القضية :

أنا لا أقول دعوا النساء سوافرا بين الرجال يجلن في الأسواق

كلا ولا أدعوكم أن تسرفوا في الحجب والتضييق والارهاق

ربوا البنات على الفضيلة انها في الموقفين لهن خير وفاق (الأمين و الزين، 1969)

4,2- قضية الحب والزواج

وتأتي قضية الحب والزواج في نهاية المطاف. نطرحها على بساط البحث لنرى من خلالها أبرز ملامح فكر الطهطاوي، المتعلقة بالمرأة... بقضية الحب... وبعلاقة الرجل بالمرأة والمرأة بالرجل.

لقد فتح الطهطاوي فتحاً جديداً في الحياة الاجتماعية العربية عندما قرر شرعية الحب بالنسبة للبنات. وطالب الآباء والامهات بمراعاة حمها وهواها عند تزويجهن الى من هوينه واحبينه" (الطهطاوي). دعا الطهطاوي الى قيام الزواج وتأسيس المنزل على اساس من الحب. فان الحب عنده فن لا شهوة، وبينه وبين الشهوة من البعد بقدر ما بينه وبين الصداقة من علاقات فهو يقول "معرفة ارضاء أحد الزوجين للآخر فن

نفيس، وان كان صعباً في حد ذاته لانه يستدعي كمال التربية، والإتصاف بالعدل، وقوة العقل وذكاء الفطنة واعتياد كل من الزوج والزوجة على تحسين أحوال المنزل المشترك بينهما، وتنظيمه، وترتيبه وتنظيفه بقدر ما يمكن ومعرفة الاعتناء بالوسائل التي تستدعيها الصداقة بين الزوجين لاشتراكهما في المنفعة العمومية" (الطهطاوي)، لهذا ينبغي ان يكون الحب الموجود في قلب المرأة والرجل بعضهما لبعض عبارة عن وداد خالص وصفاء.

ولما كان الطهطاوي ينادي بالمساواة بين الرجل والمرأة فلا بد له من أن يشرك الزوجة في هذا الحب الصادق لكامل المنفعة. "فكما أن الرجل الكامل يرى زوجته بعين الاجلال والاحترام، كذلك الزوجة الكاملة المتحبة الى زوجها لا ترى أن في الدنيا رجلاً يساوي زوجها، وربما أحبته حبين: حباً لذاته وحباً لحقوق الزوجية. فهذه هي المحبة الراشدة، جليلة الفائدة، المنزهة عن الهوى وهي لداء الشقاق في العائلة كالدواء" (الطهطاوي).

وينصح الرجل بعدم التعدد في الزوجات. لأن في ذلك نكد الحياة. وموقفه من هذه القضية واضح ومعلوم، تتلخص في أن التعدد مكروه وان الاقتصار على الزوجة الواحدة أمر مندوب. اذ قد تدعو الضرورة للتعدد لكن شرط أن يتحقق العدل الذي دعا اليه نبي الله . صلى الله عليه وسلم- وللراغبين في التعدد يسوق الطهطاوي قصة تجربة شيخ صوفي "عبد العزيز الدريني" الذي تزوج بزوجة أخرى غير زوجته الاولى فعاش نكداً، ثم صاغ تجربته المرة نثراً وشعراً مما قاله "اياك أن تزوج على امرأتك أو تسري عليها، الا ان وطنت نفسك على نكد الدهر" (الطهطاوي). لقد استطاع الطهطاوي أن يبني الحياة الزوجية على اساس الحب الصادق المتبادل، الخالص، المنزه من الشوائب، وأن يزرع في نفوس الرجال بذور الاكتفاء بالزوجة الواحدة. فهو نفسه يرفض الشريك او التبديل او التغيير ويسوق اليينا من أشعار الاولين الكثير من الشعر الذي يثبت وحدانية الحب.

تركتُ حبيبَ القلبِ لا عن مَلَالَةٍ ولكنْ لِدَنْبٍ أُوجِبَ الأَخْذَ بالتَّرْكِ
أَرَادَ شَرِيكاً في المودَّةِ بَيْنَنَا وإيمانُ قَلْبِي قد نهاني عَنِ الشَّرْكِ (طوسون)

الطهطاوي عندما عاد من باريس، وكلمات جومار ما زالت ترن في أذنيه مع أجراس صقلية "انكم منتدبون لتجديد وطنكم الذي سيكون سببا في تمدن الشرق بأسره. نعم أدرك الطهطاوي واجبه كمواطن مخلص شريف، وكانسان يشعر بأنسانيته. وادرك أن تربية النساء هي علة اخفاق الشرق كله. فراح يحاول النهوض بهن ليحملن ابناءهم نحو الاهداف الكبرى والمثل العليا. فطالب بضرورة تعليم المرأة وكان صادقا في دعوته. فلم يكتف اظهار فوائد تعليمها من مثل قوله "دراسة العلم في حد ذاته افضل ما يشتغل به الانسان وأحلى ما يصرف فيه اوقات حياته، وافضل لذات الدنيا ان مطالعة الكتب لا يضيق منها صدر الانسان في مدة عمره، وفي مبادئ واواخر أمره.

"ميدانكم الاول انفسكم، فاذا انتصرتم عليها كنتم على غيرها أقدر، واذا عجزتم في ميدانها كنتم على غيرها أعجز" بقول الامام علي . كرم الله وجهه - عمل الطهطاوي ليكون عبرة لمن اعتبر وقدوة حسنة بها يقتدى. اذ قرر حصد الشر من صدر غيره بقلعه من صدره. فحين رفض تعدد الزوجات الا اذا دعت الضرورة الى ذلك واذا توفر العدل. بدأ بنفسه فكتب عهدا على نفسه بألا يتزوج غير امرأته مهما كانت الظروف. التزم كاتب هذه الأحرف ببنت خالته نعم لقد وعدنا ان لا ينتقص منها ولا يخل ،انها ما دامت معه على المحبة المعهودة، مقيمة على الأمانة والعهد لبيتها وأولادها، لا يتزوج غيرها أصلا ولا يتمتع بجوار أحد، ولا يخرجها من عصمته حتى يقضي الله لأحدهما بقضاء (السيد، 1996).

لم يدخر الطهطاوي جهداً الا وبذله في سبيل هذه القضية. ألم يجادل الذين يحرصون علمين تعلم الابجدية حتى لا يرسلن الى العاشقين خطابات غرام. ألم يذهب في الأمر شأوا بعيدا أبعد من هذا ويفهمهم أن "التربية الأولية للأبناء مخصوصة بهن، حتى ان ما يشتهر به فحول الرجال والأبطال من الغزو والفخر وشرف النفس والأعتبار هو في الامل مكتسب من تربية ربات العيال" (الطهطاوي). فان كان لنا نحن الرجال مجد الاختراع فلهن مجد صنع المخترعين وان كان لنا مجد الاكتشاف فلهن مجد صنع المكتشفين.

وهكذا يظهر لنا أن الرجل لم يكن مجرد مثقف مترف بالفكر والثقافة، ولم يكن مجرد ناقل لفكر الغرب وحضارته الى اللغة العربية، وانما كان إماما ناضل وكافح في سبيل ان يوقظ الشرق من ذلك السبات الطويل الذي أصابه. فكان صادقا في دعوته الى تعليم المرأة. وصادقا في دعواته الأخرى عن الحجاب وفي مواقفه من الزواج والطلاق.

5,2- انعكاسه على البعد الاجتماعي

في الزمن الذي تتصاعد فيه الكثير من الحركات الداعية لتحرير المرأة، أصبح من الصعب تجاهل مثل هذه الأمور التي تتسرب إليك بسهولة من خلال مواقع التواصل الاجتماعي وتتقوى على غباء جرائم التقاليد التي ما أنزل الله بها من سلطان. هي حركة ثقافية مجارية لمتطلبات الحياة، وذلك بسبب الهالة التي تضيفها مثل هذه المصطلحات. لكن المفارقة أن مصطلح النسوية بحد ذاته مختلف عليه بين النسويات أنفسهن. التحريفات التي دخلت على الأديان وألصقت السوء بالمرأة واختلطت بالأساطير مثل الأسطورة التي تدعي أن سبب هبوط آدم إلى الأرض أمنا حواء، وهذا ما لا وجود له في القرآن، بل إن أسلوب القرآن في الحديث عن الذكر والأنثى كان واقعياً بحيث لا يتعارض مع الفطرة: "وليس الذكر كالأنثى" وحتى هناك رابط بين الإيمان الحقيقي وتقبل الشخص لجنسه وطبيعته حياته. وأيضاً تعاطى الإسلام مع المرأة كان ملائماً لتكوينها العاطفي والجسدي في حين لم ينكر علمها التساوي في الإنسانية مع الرجل، بل أنكر على الرجل التقاعس عن أداء المهام المنوط بها وهو الأقوى، وهكذا فإن الموضوع لا يقوم على مبدأ من الأفضل أو الندية وإنما مبدأ كلُّ لما يُبَرِّ إليه حتى تتحرك الحياة بشكل مثمر فعلياً في نهاية المطاف كلنا عباد لله.

أما أكثر نقطة اثاره في النسوية هي كلمة جندرية وأن هذا المفهوم هو شرارة انطلاق المثلية حيث يدعو إلى اختيار الفرد لوظيفته في الحياة بغض النظر عن جنسه. فالأنثى بإمكانها أن تقوم بدور الذكر عندما يحلو لها والذكر بإمكانه أن يقوم بدور الأنثى أيضاً. وهذا المفهوم عندما نتحدث عنه النسويات قد يبدو من البعيد جذاباً جداً وخاصة لدى النساء اللواتي تم منعهن من حقوقهن خوفاً من نظرة المجتمع وأردن أن يثبتن للجميع أنهم حتى أفضل من الرجل ويستطعن امتهان المهن التي ينوء بها الرجال. وهو أيضاً جذاب للمرأة التي تضطلع بشكل كامل بعمل المنزل دون مساعدة أحد، بل وتتلقى فوق ذلك اللوم على تقصيرها في حين لا يسيء لرجولة زوجها أو ابنها إن شاركاها في مثل هذه الأعباء. لكن أبعاد الجندرية ليست بمثل هذه البساطة بل هي تشجيع للمرأة على احتقار نفسها إن كانت غير منتجة مادياً أو منسجمة مع سلطة الدين والأسرة وكما أن هناك بعض المتعصبين للجندرية يرون ألا يتم تسمية المولود وفقاً لجنسه ولا تربيته كذلك حتى يبلغ سن الرشد فيختار بنفسه إلى أي جنس ينتهي وفقاً لما يحب ويهوى! مع أننا لم نختر لون بشرتنا ولا طول قامتنا ولا لون أعيننا بل يوصف بالمتنمراليوم من يسخر من تكويناتنا الجسدية الخلقية فلماذا يتم حتى اليوم الحديث عن جنس الإنسان بمثل هذه الجدلية؟

ان تفاقم الأمر كثيراً فيما يتعلق بصراع المرأة في المجتمع بسبب بعض الواعظين الذين يركزون في كلامهم على توجيه الخطاب الديني للمرأة بأسلوب التهريب دوماً ويتجاهلون توجيهه إلى الرجل تجاهلاً شبه كامل وحتى هناك بعضهم يعتد بذكر الأحاديث الموضوعية والضعيفة التي تؤيد كلامه مع أن الباحث في مثل هذه الأمور سئفاجاً عندما يكتشف وفقاً للدين أن هناك الكثير من الأعباء التي ألصقها العرف بالمرأة في حين لم تطالب بها أصلاً وأن لها حقوقاً في الدين من غير الشائع أن يتم الحديث عنها أرى أن المرأة تتحمل أكثر من الرجل هذا الوضع الغريب الذي وصلت إليه لأنها هي الأم التي تربي الذكورية أقل صيانة من الأنثى في حين أنها مطالبة أخلاقياً وأمام الله بغرس القيم الفاضلة في كليهما وحمايتهما "الكلمة في محلها" من الوقوع في الخطأ والحرام وإبعادهما عن الشبهات على قدر ما يتسنى لها.. ولا ينكر أي عاقل أن تأثير الأم على أولادها يتفوق على تأثير الأب وذلك بحكم الارتباط العاطفي اللصيق بها من المرحلة التي يكون بها الإنسان جنيناً.

3- الخاتمة

انقسم الناس حيال قضية المرأة ، قسم غال في مطالباته، متجاوز في أطروحاته، لا يعي خطورة ما يكتبه، ولا ما يدعو إليه، (وما يفسده اللسان من الأديان أضعاف ما تفسده اليد) يخطو آثار كل مستغرب، ويخترق سدّ الذرائع إلى الرذائل، ويقتحم الفضائل، وجرى قلمه بالسوء، باسم حقوق المرأة.

واخر جاف في شأن المرأة، يرى أنها نالت الحق، وتربعت عرش الفضائل، وأن لا ظلم عليها، ولا خوف عليها، ويكذب مقاله حاله، وواقع نساء عصره.

والبعض الآخر من يرى أن في مجتمع النساء حقوقاً مسلوقة، سُلبت منها على يد رجل جاهل بالشرع، يقيم حروف الكتاب لا حدوده، يحكم العادة والتقليد على الكتاب، أو على يد مستغرب أرادها سلعة تباع وتشتري، يتباكى على حقوقها، وفي دخيلة نفسه سعي لإشباع شهواته، وإطفاء نزواته، مقتطعاً من النصوص الشرعية ما يوافق هواه، لاوياً عنق النص تطويماً لمبتغاه .

إذا هناك امرأة من نوع مختلف، امرأة لا تقبل النموذج الموروث للمرأة، ولا تقبل النموذج المستورد الوافد. وهي تعرف كلا النموذجين حق معرفتهما، وما يفرض عليهما باسم التقاليد الموروثة لا صلة له بالدين، وإنما هو مأخوذ من عهود سيادة الأب وحتى من عهود الرق، وما يفد اليوم من الغرب لا هو من الإنسانية، ولا هو من الحرية في شيء، ولا هو قائم على أساس احترام المرأة، بل هو بكل ما فيه مبني على أساليب المخادعة لتخدير بني الإنسان.

فلماذا نقبل بأن نحول نهر المعرفة عن سهولنا الخصبة؟ لماذا لا ندع الحنطة توضع والثمرة تنضج؟ لماذا لا نضمن للوطن نجاحه واستمراره؟ لماذا لا نوّمن بالمساواة بين الرجل والمرأة؟ وأخيراً لماذا لا نعترف بأن الطهطاوي أول فاتح لكنوز المعرفة امام مستقبل المرأة.

قائمة المراجع

القرآن الكريم

الأنجيل (العهد الجديد)

التوراة (العهد القديم)

Beauvoir, S. d. (1994). Tertullian de luttu. Fem: 1.1" femmetu est la porte de diable, tu as persuade celui que le diable m'osait attaquer en face, c'est a cause de toi que les fils de dieu a du mourir". . Grallimard, 113.

Neufeld, E. (n.d.). Acienc Mariage . Larrus.

الألوسي. (1896). بلوغ الأرب. 52 .

الأمين، احمد & .الزين، احمد. (1969). ديوان حافظ ابراهيم. مطبعة امين احمد.

البستاني، بطرس. (1850). خطاب في تعليم النساء. اعمال الجمعية السورية. 30،

الخفاش، سلوى. (1982). المرأة العربية والمجتمع التقليدي المتخلف. 18.

- الخوارزمي. (993). ثقة في اللغة ومعرفة الانساب.
- السيد، رفعت. (1996). تاريخ الفكر الإشتراكي في مصر. القاهرة. 35,
- الطهطاوي، رفاعة. (2010). الاعمال الكاملة لرفاعة رافع الطهطاوي تحقيق محمد عماره ج2.
- العقاد، عباس. (1969). المرأة في القران. دارالكتاب العربي. (3)
- العقاد، عباس. (1942). أعاصير مغرب. 57.
- المازني، ابراهيم الثاني. (n.d.). كتب ثقافية. القاهرة. 163, (80)
- المعري، ابو علاء. (1924). لزوم ما لا يلزم. 147.
- النهيري، مصطفى. (1975). المثقفون والانثى في الحضارة. دارالكتاب. 147,
- بدران، ابراهيم. (n.d.). مقدمة لكتاب المرأة العربية والمجتمع التقليدي المتخلف. مكتبة العالم الثالث، دار الحقيقة بيروت.
- حاوي، ايليا. (n.d.). ابو القاسم الشابي شاعر الجمال والقتال. 407-413.
- طوسون، عمر. (n.d.). البعثات السلمية في عهد محمد علي. 33-34.
- متى، فيليب. (1965). تاريخ العرب.
- مجلة النور الأرثوذكسية. (5-6). (1980).
- حاطوم، ابو مراد، كباره، ابو مصلح. (n.d.). الرائد في القراءة والأدب. 174.

أثر الهندرة في تحقيق الميزة التنافسية

"دراسة ميدانية في كليتي الهندسة والآداب في جامعة درنة فرع مدينة القبة"

The Impact of Re-engineering in Achieving Competitive Advantage

"An Applied Study at the Faculties of Engineering, Arts and Sciences AL-Qubba-Libya"

د. عبد القادر صالح عيسى

Abdulqadir Salih Eisay

كلية التقنيات الهندسية – القبة-ليبيا

College of Engineering

gadersaleh095@gmail.com

الملخص:

هدفت هذه الدراسة لمعرفة أثر الهندرة في تحقيق الميزة التنافسية في كليتي الهندسة والآداب في جامعة درنة فرع مدينة القبة في ليبيا، ولتحقيق أهداف الدراسة اتبع الباحث المنهج الوصفي التحليلي الذي يعتمد على جمع البيانات عن الظاهرة وتفسيرها، وبنى أداة الدراسة وهي عبارة عن استبيان احتوى على (29) فقرة، موزعة على (4) أبعاد، وشملت العينة (72) فرداً، وبعد التحقق من صدقها وثباتها، أوضحت النتائج تحصيل أبعاد الدراسة على تقديرات مرتفعة ومتقاربة جداً في الاستجابات، كما أظهرت وجود علاقة دالة إحصائياً بين الهندرة وتحقيق الميزة التنافسية، كما بينت وجود علاقة دالة إحصائياً بين أبعاد القيادة الفعالة، والثقافة التنظيمية، وتقنية المعلومات وتحقيق الميزة التنافسية، وقد أوصت الدراسة بضرورة إدراك أهمية أسلوب الهندرة وتبني تطبيقه، وتوفير البيئة التنظيمية الملائمة له، والبنية التحتية التقنية اللازمة لتنفيذه.

الكلمات المفتاحية: أثر، هندرة، ميزة، تنافسية، بُعد.

Abstract:

The aim of this study was to reveal the impact of re-engineering in achieving competitive advantage at faculties of Engineering, and Arts at AL- Qubba– Libya. A descriptive survey strategy was used in the study. Respondents included (72) individuals. Data were collected and verified using a questionnaire through which (4) scopes and (29) paragraphs, were covered. The study showed that all scopes were very sensitive to the variable sample responses. The results exhibited that there were positive effect and strong relationship between the re-engineering and competitive advantages. Also, there were positive effect and strong relationship between leadership, organizational culture, information technology and competitive advantage. It was highly recommended that the administrative re-engineering had to be implemented and confirming that all the organizational culture and infrastructure for information technology required, were to be available.

Keywords: Impact, Re-engineering, Advantage, Competitive, Dimension.

1. الإطار العام للدراسة

1.1. مقدمة: يشهد العالم كثيراً من التطورات والتغيرات المتسارعة في الأعمال والخدمات، وقد تطلب هذا التطور وما رافقه من تغيير تطوراً مماثلاً وتغييراً في الفكر الإداري، خصوصاً بعد تزايد المنافسة على صعيد البيئة العالمية، ما أجبر المؤسسات على مسايرة التطور الحاصل في بيئتها ومجاراة موجات التقدم عن طريق التخطيط الواعي، والأخذ بالمفاهيم الحديثة في إدارة العمليات لتحسين الأداء، وقد عُدت الهندرة أو إعادة هندسة العمليات من مداخل التغيير التي ارتكزت على منطق تحسين التنافس وتحقيق القيمة المستدامة، إذ تنصب منهجيتها على تحسين العمليات الخاصة في المؤسسة، وإحداث تغيير جذري بها بهدف تحقيق تحسينات جوهرية فائقة في ضوء المعايير الأساسية للأداء، وإعادة التصميم السريع للعمليات والهياكل التنظيمية والسياسات (القريوتي، 2000، 343)، ومؤسسات اليوم تسعى إلى تحقيق النجاحات في جميع عملياتها وأنشطتها من أجل الوصول إلى التميز في أدائها وبالتالي تحقيق مراكز متفوقة تضمن لها النمو والبقاء والقدرة على التنافس، فلا يمكن لأي مؤسسة مهما كانت إمكاناتها أن تحافظ على موقعها التنافسي، إذا استمرت في استخدام الأساليب نفسها، والأداء التقليدي ذاته، بل يتحتم عليها أن تعمل على تجديد ذاتها، وتحسين أدائها وتطويره باستمرار بغية التفوق والترقي، وعلى مؤسساتنا التعليمية أن تبادر في الحال بإعادة النظر في المفاهيم والأساليب الإدارية التي تمارسها، وأن تتبنى أسلوب الهندرة الذي يعتمد على التغيير الجذري والسريع لعمليات المؤسسة، لأن المؤسسات التربوية هي التي تمد بقية المؤسسات بالطواقم الفنية والإدارية التي تقود العمل بها، وأي ضعف في المنظومة التعليمية سوف يؤدي إلى ضعف كافة المؤسسات الأخرى.

2.1. مشكلة الدراسة: تحظى الهندرة أو إعادة هندسة العمليات الإدارية بأهمية بالغة في كثير من المؤسسات، وتزداد أهميتها مع تزايد الاهتمام بدور إدارة العمليات في نجاح المؤسسات بأنواعها المختلفة، ومواكبة التغيرات العالمية والأخذ بالأساليب الإدارية الحديثة التي تكفل تحسين الأداء وتطوير العمليات من خلال الاعتماد على مدخل إعادة هندسة العمليات الإدارية الذي يُعد الوحدة الأساسية للتغيير، ولما كان التغيير الجذري والسريع مطلباً مُلحاً لكافة المؤسسات، فإن تبني أسلوب الهندرة يعد ضرورة لإحداث التغيرات الجوهرية في مؤسساتنا، وانطلاقاً من أن موضوع الهندرة يُعد من المواضيع الهامة التي تستحق البحث والدراسة، ومن خلال عمل الباحث في الميدان التربوي وإطلاعه على الأساليب المستخدمة في العمليات الإدارية في الجامعات الليبية، ومن أهمية إبراز الصورة الحقيقية لأبعاد الهندرة والوقوف على أثرها في تحقيق الميزة التنافسية في الجامعات الليبية، جاءت هذه الدراسة التي تحددت مشكلتها من خلال الأسئلة الآتية:

ما أبرز أبعاد الهندرة المؤثرة في تحقيق الميزة التنافسية في الجامعات الليبية؟

هل هناك أثر لُبُعد القيادة الفعالة في تحقيق الميزة التنافسية؟

هل هناك أثر لُبُعد الثقافة التنظيمية في تحقيق الميزة التنافسية؟

هل هناك أثر لُبُعد تقنية المعلومات في تحقيق الميزة التنافسية؟

. ما أثر الهندرة في تحقيق الميزة التنافسية؟

3.1. أهداف الدراسة: تهدف الدراسة إلى:

. معرفة أهم أبعاد الهندرة المؤثرة في تحقيق الميزة التنافسية في الجامعات الليبية.

. معرفة أثر أبعاد القيادة الفعالة، الثقافة التنظيمية، وتقنية المعلومات في تحقيق الميزة التنافسية.

. التوصل إلى توصيات هامة تفيد متخذي القرار في الميدان التربوي.

4.1. أهمية الدراسة: تكمن أهميتها في الآتي:

أ. الأهمية النظرية:

. تناولت موضوعاً هاماً في البيئة الليبية هو علاقة الهندرة بالميزة التنافسية، وهو موضوع له دور في تعزيز قدرات المؤسسات على الابتكار ومواكبة التطورات وتحقيق الأهداف.

. تكمن أهميتها أيضاً في أصالتها، فهي من الدراسات النادرة إن لم تكن الأولى حسب علم الباحث التي تناولت موضوع الهندرة وعلاقته بالميزة التنافسية في الأماكن قيد الدراسة.

. تعد إسهاماً يضاف إلى الجهود المبذولة في تطوير المؤسسات، وقدرتها على التنافس.

. التأصيل العلمي لمفهوم الهندرة والميزة التنافسية.

ب. الأهمية العملية:

. الإسهام في إعادة توجيه العمليات وضبطها وتبني مفاهيم الهندرة داخل الجامعة، ما يؤدي إلى تحسين المخرجات وتعزيز الموقف التنافسي.

. اعتماد الدراسة على أداة ميدانية ما يساهم في الوصول إلى الواقع الفعلي لمتغيراتها وبيان أثر الهندرة في تحقيق الميزة التنافسية.

. توفير بيانات لصانعي القرار حول تبني الهندرة وتطبيقها في المؤسسات التعليمية.

5.1. فرضيات الدراسة:

. ليس هناك علاقة دالة إحصائياً بين بُعد القيادة الفعالة والميزة التنافسية.

. ليس هناك علاقة دالة إحصائياً بين بُعد الثقافة التنظيمية والميزة التنافسية.

. ليس هناك علاقة دالة إحصائياً بين بُعد تقنية المعلومات والميزة التنافسية.

. ليس هناك علاقة دالة إحصائياً بين الهندرة والميزة التنافسية.

6.1. حدود الدراسة:

. الحد الموضوعي: اقتصرت الدراسة الحالية على تناول موضوع الهندرة من خلال أبعاد القيادة الفعالة، والثقافة التنظيمية، وتقنية المعلومات وعلاقتها بالميزة التنافسية.

. الحد المكاني: اقتصرت الدراسة على أعضاء هيئة التدريس في كليتي الهندسة والآداب في جامعة درنة فرع مدينة القبة في ليبيا.

. الحد الزمني: تم تطبيق الدراسة خلال العام 2022.

7.1. مصطلحات الدراسة:

. الهندرة: إعادة التصميم الجذري للعمليات الإدارية لتحقيق تحسينات مثيرة في الكلفة، والجودة، والخدمة، والسرعة (Hammer & Champy, 1993, 35).

. الميزة التنافسية: الوسيلة التي تستطيع المؤسسة من خلالها التفوق على المنافسين.

2. الإطار النظري للدراسة

1.2. مفهوم الهندرة: يعني إعادة تشكيل العمليات الإستراتيجية، والهياكل والأنظمة الإدارية والثقافات ونظم العمل، وقد تم تعريب المفهوم إلى كلمة الهندرة بجمع كلمتي الهندسة والإدارة، وهي ترجمة للمصطلح الإنجليزي Business Process Re-engineering ويقصد به إعادة تصميم العمليات الإدارية (السلطان، 2009، 37)، ويمكن تعريف الهندرة بأنها البدء من جديد بدلاً من ترميم الوضع القائم وإصلاحه، أو ترك البنى الأساسية كما هي عليه في السابق، بل الابتعاد عن الإجراءات التقليدية السائدة (Hammer & Champy, 1993, 14)، وتعرف أيضاً بأنها إعادة تشكيل العمليات والأنشطة، وعدم التقيد بأي مسلمات بشأن إجراءات العمل بهدف تحقيق تحسين سريع وجوهري في الأداء (صالح، 1998، 97)، كما تعني الهندرة ذلك التحول الكلي للعمل وإعادة تشكيل جميع العمليات والتقنيات والأنظمة الإدارية والهياكل والثقافات التنظيمية، لتحقيق أداء نوعي في جميع أعمال المؤسسة (Jalali, & Et, 2013, 549)، ولعل أهم ما يقوم عليه هذا المفهوم هو دعوة الأفراد إلى الإبداع في أعمالهم والابتكار والتخلص من قيود التكرار والأداء الروتيني، من خلال التفكير في إعادة هندسة العمليات القائمة في المؤسسة لانجاز المهام، وتحقيق ميزة تنافسية.

2.2. أهداف الهندرة: تكمن أهداف الهندرة في: (Zigaris, 2000, 10)، (خليل، 2008، 14)

. مساعدة المؤسسات ذات المستوى الرفيع في المحافظة على مستواها، وتمكين المؤسسات الأقل من أن تصبح قادرة على المنافسة.

. تمكين المؤسسات من إنجاز الأعمال بسرعة عالية وتحسين جودة الخدمات التي تقدمها.

. التغيير في أسلوب العمل وأدواته، وتمكين الأفراد وتدريبهم لتحقيق أهداف المؤسسة.

. مساعدة المؤسسات على امتلاك الميزة التنافسية التي تمكّنها من تجاوز نظيراتها.

. تقليل التنافس بين الأفراد في الأقسام الوظيفية داخل المؤسسة، وتعزيز التعاون بينهم.

. تحديد احتياجات العملاء وتحقيق رغباتهم.

. تمكين الأفراد من المشاركة في صنع القرار.

. تقليل التكلفة وزيادة إنتاجية المؤسسة.

3.2. خصائص الهندرة: للهندرة خصائص عدة منها:

. تحول الهيكل التنظيمي من التنظيم الرأسي الذي يتميز بتعدد المستويات الإدارية وسلسلة التعليمات والإشراف المباشر، إلى التنظيم الأفقي عن طريق دمج الوحدات التنظيمية، وضمان أكبر قدر من التنسيق بين الأنشطة.

. إتباع المؤسسة أسلوب المراقبة الكلي والنظر إلى الحالات العامة بدلاً من الفردية.

. استقلالية عمل الإدارات في المؤسسة نتيجة استخدام تقنية المعلومات والاتصال وربطها بشبكة واحدة، ما يعني إمكانية الجمع بين المركزية واللامركزية في العمل.

. إمكانية تفويض السلطات للأفراد لاتخاذ بعض القرارات (الصيرفي، 2006، 31).

4.2. مراحل الهندرة: هناك عدة مراحل للهندرة منها: (Manganelli & Klein, 1994, 139) و(تشامي، 2003، 94).

. مرحلة الإعداد للهندرة: تشمل تحديد الرؤية والرسالة المستقبلية، واتخاذ القرار بالبدء بالهندرة، والقيام بعمليات التنظيم، وتدريب الأفراد الذين سيقع عليهم عبء التنفيذ.

. مرحلة اختيار العمليات: تشمل تحديد العمليات التي ستخضع للهندرة، ورسم الخريطة التنظيمية، وتحديد النشاطات الضرورية، وحصر الموارد البشرية والمادية المتاحة، وكشف الخلل في العمليات ومعرفة مستواه وإمكانية التطبيق.

. مرحلة تشكيل فرق العمل: لا يوجد رئيس أو مدير في فرق العمل بل يوجد قائد أو منسق، والرقابة على أعمال الفريق رقابة داخلية، والقرارات النهائية يتم التوصل إليها بالنقاش والحوار والعصف الذهني.

. مرحلة التحول: وتشمل قيادة عمليات التنفيذ ومتابعة النتائج، ودعم نظم المعلومات ببرامج جاهزة، وبدء التشغيل واختبار النظام، وتقييم الأداء.

5.2. متطلبات تطبيق الهندرة: هناك العديد من المتطلبات الأساسية للهندرة منها:

. القيادة الفعالة: يعتمد نجاح الهندرة في أي مؤسسة على مدى تبني القيادة لمفهومها والالتزام بتنفيذها، إذ يتطلب تطبيقها وجود قيادة لديها القدرة على العمل في بيئة متغيرة وغير مستقرة، تعمل على استثمار أفكار الأفراد الإبداعية.

. التخطيط الإستراتيجي: يعمل التخطيط على تحديد الأهداف والأولويات في المؤسسة وحصص الإمكانيات والموارد بها، ويجب أن ترتبط الهندرة بأهداف المؤسسة ورؤيتها المستقبلية لأن عدم التوافق بين ما تسعى إليه المؤسسة من أهداف وبرامج تطبيق الهندرة بها سيكون سبباً في فشلها (إسماعيل، 2016، 323).

. تقنية المعلومات والاتصال: هي خليط من أجهزة الحاسب الآلي ووسائل الاتصال والوسائل التقنية المختلفة، وتشمل مجموعة من الاختراعات التي أصبحت تمثل جزءاً من حياتنا اليومية، وأضحى لزاماً على المؤسسات أن تتبنى استخدام هذه التقنيات وتدريب الأفراد على التعامل معها لتحسين الأداء وتحقيق الأهداف.

. الهيكل التنظيمي: هو نظام للمهام وتنفيذ الأعمال وعلاقات السلطة وقنوات الاتصال التي تربط أعمال الأفراد والمجموعات في المؤسسة، فهو مجموعة من اللوائح والتعليمات التي من شأنها منح الصلاحيات لمجموعة من الأفراد في إصدار التعليمات لأفراد آخرين لتحقيق التحسن في الأداء (المغربي، 2001، 57).

. الثقافة التنظيمية: تعني مجموعة القيم والمعتقدات التي يشترك بها الأفراد داخل المؤسسة، والتغيير الثقافي يشكل تحدياً لتطبيق أساليب الهندرة في أي مؤسسة، لأنه يتطلب تغييرات في بعض القيم التي يتمسك بها الأفراد، ونجاح المؤسسات في تحقيق أهدافها يتطلب تطوير الثقافة التنظيمية بها.

. التمكين: يعني التركيز على إدارة الموارد البشرية وتدريبها وتأهيلها ورفع مستوى أدائها لتحقيق أهداف المؤسسة، فهو عملية يتم من خلاله منح الصلاحيات للأفراد وتشجيعهم على المشاركة في اتخاذ القرارات، وحثهم على تأهيل أنفسهم مهنياً (العبيد، 2016، 22).

6.2. مفهوم الميزة التنافسية: تعددت تعريفات الميزة التنافسية بتعدد الباحثين واختلافاتهم، فقد عرّفت بأنها قدرة المؤسسة على استغلال نقاط قوتها الداخلية في أداء الأنشطة بحيث تنتج قيم ومنافع لا تستطيع المؤسسات الأخرى تقديمها (Pitts, & Lei, 1996, 68). وتعرف بأنها نقطة قوة تمتلكها المؤسسة وتتميز بها عن منافسها لوقت معين، ولا شيء يمنع المنافسين من اكتساب تلك الميزة بعد زمن معين، ويتوقف ذلك على متابعة التغيرات البيئية التي تتصف بالديناميكية والتعقيد (العارف، 2000، 37)، كما تعرف بأنها عملية جمع البيانات وتحليلها وتحويلها إلى معلومات مفيدة لاتخاذ القرارات التي تمكن من التغلب على المنافسين (Bisaria, 2013, 90).

7.2. أهمية الميزة التنافسية: تبرز أهمية الميزة التنافسية فيما يأتي:

. تحصل المؤسسة على المكانة اللاتئة بها بين المؤسسات المناظرة والتفوق عليها.

. تلبية احتياجات العملاء ونيل رضاهم وتحفيزهم على الاستمرار في تعاملهم مع المؤسسة.

. تحقيق التميز على المنافسين في الأداء والإستراتيجيات والخدمات المقدمة.

. تتيح للمؤسسة الاستمرار في التجدد نتيجة متابعتها للمتغيرات التي تطرأ في البيئة (إدريس، والغالي، 2011، 113).

8.2 خصائص الميزة التنافسية:

. تنتج من داخل المؤسسة وتحقق لها قيمة ومكانة.

. تتحقق بالمقارنة وليس بالمطلق بمعنى أنها نسبية.

. تتحقق في مدة ليست بقصيرة، ولا تزول بسرعة عندما يتم تطويرها.

. تنعكس في أداء المؤسسة وفيما تقدمه للآخرين (الطائي، والخفاجي، 2009، 155).

. تراعي وتنتهج الابتكار في سياستها، وتسعى للتفرد في تقديم الخدمة.

. تجذب الأفراد المهرة والمبدعين وتستقطبهم.

. المرونة في تطبيق الخطط بما يتناسب مع متغيرات البيئة المحيطة.

. دعم التغيير والتجديد وتحسين الأداء (Dirisu, Et, al, 2013, 259).

3. الدراسات السابقة

فيما يأتي بعض من الدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع الدراسة الحالية، وذلك لمعرفة أهم المشكلات التي تناولتها، وتحديد الأساليب والطرق التي اتبعتها وأبرز نتائجها، وتنقسم إلى:

1.3 الدراسات المحلية:

أ. دراسة دبنون، وآخرون(2018)، هدفت إلى معرفة مدى تطبيق الهندرة وأثرها على أداء بعض الكليات التابعة إلى جامعة سرت في ليبيا، وقد اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي منهجاً لها، كما استخدمت الاستبيان أداة لجمع البيانات والمعلومات، وبينت وجود أثر لتطبيق الهندرة في تحسين الأداء الوظيفي في الكليات الجامعية، وأوصت الدراسة بضرورة الاهتمام بتطبيق آليات التحسين المستمر من أجل التحصل على ميزة التنافس، ودعم عمليات التغيير، وتعزيز الثقافة التنظيمية في المؤسسات.

ب. دراسة الحنيش، والصواني(2019)، هدفت إلى معرفة إلمام شركات صناعة التشييد في ليبيا بمفهوم الهندرة، وقد قاما الباحثان ببناء استبيان أداة لدراستهما، واستخدما المنهج الوصفي التحليلي، وأوضحت الدراسة أن صعوبة تطبيق مفهوم الهندرة يرجع إلى عدم دراية الأفراد بهذا المفهوم، وعدم القناعة بقدرته على حل المشكلات، كما أن غياب المرتكزات والبنى الأساسية من تقنية وقوى مدربة كان سبباً في عدم التطبيق، وكان من نتائجها وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين تطبيق الهندرة وجودة الأداء، وأوصت

بأهمية تبني مفهوم الهندرة كمنهج جديد للتطوير، وضرورة قيام المؤسسات بتحليل بيئتها، وتوظيف تقنية المعلومات لإحداث تغييرات في الأداء، والاهتمام بالتدريب.

ج. دراسة حكومة، وبن زقلام(2020)، هدفت إلى دراسة مفاهيم إعادة هندسة العمليات الإدارية والتحقق من تطبيقها لتحسين مستوى الأداء في جامعة طرابلس في ليبيا، وقد اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، والاستبيان أداة لجمع المعلومات، وخلصت الدراسة إلى وجود ضعف في تطبيق الخطط الإستراتيجية في الجامعة، وعدم اهتمام الإدارات العليا بعوامل النجاح الحاسمة، وأوصت بأهمية دعم الإدارات العليا لتطبيق إعادة هندسة العمليات، ونشر ثقافة التطوير والتحسين، والتوعية بالخطة الإستراتيجية، وتوظيف تقنية المعلومات لإحداث تغييرات في الأداء، والاهتمام بتدريب الأفراد وتبني أفكارهم البناءة وتشجيع مبادراتهم.

2.3. الدراسات العربية:

أ. دراسة بني عيسى(2009)، هدفت إلى معرفة درجة تطبيق عمليات الهندرة في كليات التربية في الجامعات الأردنية من وجهة نظر القيادات التربوية بها، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، كما تم إعداد استبيان أداة لجمع المعلومات، وبينت أن درجة إمكانية تطبيق الهندرة في كليات التربية كانت عالية، وأظهرت عدم وجود فروق في تقديرات العينة تبعاً لمتغيري الدرجة العلمية وسنوات الخدمة، وأوصت الدراسة بضرورة تطبيق نظام المساءلة، وتطبيق معدلات الأداء، والاهتمام ببيئة العمل.

ب. دراسة حنون(2010)، هدفت إلى تحديد درجة تبني أسلوب إعادة هندسة العمليات الإدارية في المدارس الحكومية في محافظة الضفة الغربية في فلسطين، وقد استخدمت الدراسة الاستبيان أداة، والمنهج الوصفي التحليلي منهجاً لها، وأظهرت النتائج في ارتفاع درجة استخدام أسلوب إعادة هندسة العمليات في المدارس الحكومية، وبينت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاستجابات تبعاً لمتغيرات النوع، ومستوى المدرسة، والتخصص، ووجود فروق دالة إحصائية تعزى لمتغير المؤهل العلمي لصالح حملة البكالوريوس، وامتداد سنوات الخبرة لصالح الأكثر خبرة، وأوصت بضرورة اعتماد أسلوب الهندرة في الممارسات الإدارية، وتوفير متطلبات تطبيقه ونشر ثقافته بين الأفراد، وتزويد المؤسسات بالوسائل التقنية.

ج. دراسة الطروانة، وآخرون(2011)، هدفت إلى معرفة أثر تطبيق إعادة هندسة العمليات في تطوير أداء العاملين في الإدارات التعليمية في عمان، واعتمدت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، واتخذت الاستبيان أداة لجمع بياناتها، وأظهرت في نتائجها أن أثر تطبيق إعادة هندسة العمليات في الإدارات التعليمية كانت متوسطاً، وبينت عدم وجود فروق دالة إحصائية في الاستجابات تبعاً لمتغيرات الجنس والمؤهل العلمي وطبيعة العمل، ووجود فروق دالة إحصائية تبعاً لمتغير سنوات الخبرة، وكان من توصياتها ضرورة إقامة الدورات التدريبية للأفراد، ونشر ثقافة التغيير في بيئة العمل.

د. دراسة الخطيب(2013)، هدفت إلى الكشف عن مدى تطبيق رؤساء الأقسام العلمية في الجامعة المستنصرية في العراق لأسلوب الهندرة وعلاقته بتطبيق أعضاء هيئة التدريس لتقنية التعليم، وقد اعتمد الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وجعل الاستبيان أداة للدراسة، وتبين أن درجة تطبيق رؤساء الأقسام لأسلوب الهندرة كانت متوسطة، وأن درجة استخدام أعضاء هيئة التدريس لتقنية التعليم كانت مرتفعة،

وأن هناك علاقة إيجابية بينهما، وبينت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاستجابات تبعاً لمتغير الجنس، ووجود فروق تبعاً لمتغير سنوات الخدمة، وأوصت الدراسة بأهمية التدريب على استخدام أسلوب الهندرة، وتقديم الحوافز المادية والمعنوية، ونشر ثقافة التغيير والتجديد.

هـ. دراسة الشريف (2014)، هدفت إلى معرفة واقع استخدام تقنية إعادة هندسة العمليات في جامعة القدس من وجهة نظر هيئة التدريس وعلاقته بالرضا الوظيفي، وقد قام الباحث ببناء استبيان أداة للدراسة، واستخدم المنهج الوصفي التحليلي، وتوصلت الدراسة إلى أن درجة استخدام تقنية إعادة هندسة العمليات والرضا الوظيفي كانت متوسطة، وأظهرت في نتائجها وجود فروق في الاستجابات تبعاً لمتغيرات النوع، وسنوات الخدمة، والرتبة الأكاديمية، وطبيعة التخصص وعدم وجود فروق تعزى لمتغير المؤهل العلمي، وأوصت الدراسة بضرورة نشر مفهوم إعادة هندسة العمليات، والاعتماد على تقنية المعلومات، وتنمية الموارد البشرية، وعقد ورش العمل، ومراجعة الهياكل التنظيمية بصورة دورية.

و. دراسة الكحلوت (2017)، هدفت إلى معرفة واقع إعادة هندسة العمليات والمهام والأنشطة المرتبطة بها وتحقيق الميزة التنافسية في الجامعات الفلسطينية في غزة، وقد اتخذ الباحث المنهج الوصفي التحليلي منهجاً لدراسته، وقام ببناء استبيان لجمع البيانات، وكان من نتائجها أن تطبيق إعادة هندسة العمليات في الجامعات كان مرتفعاً، وأن هناك علاقة بين إعادة الهندسة والميزة التنافسية، وأظهرت عدم وجود فروق دالة إحصائية في الاستجابات تبعاً لمتغيرات النوع وموقع العمل، والعمر، وعدد سنوات الخدمة، والمسمى الوظيفي، والمؤهل العلمي، وأوصت الدراسة بضرورة تطبيق مدخل إعادة هندسة العمليات في الجامعات، وتقييم تطبيقات تقنية المعلومات، وتمكين الأفراد وتفويض الصلاحيات، وتخصيص مبالغ مالية لعمليات التغيير.

ز. دراسة الإبراهيم (2018)، هدفت إلى تحديد عناصر التخطيط الإستراتيجي وتأثيرها على عملية إعادة هندسة العمليات أو الهندرة في شركة اتصالات تيليوكم في سوريا، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وقام بإعداد استبيان أداة لجمع البيانات، وتوصلت إلى وجود علاقة في الاستجابات بين عناصر التخطيط الإستراتيجي وإعادة هندسة العمليات في الشركة، وبينت وجود فروق تبعاً لمتغيرات المؤهل، والمسمى الوظيفي، وسنوات الخدمة، وأوصت بأهمية وجود ثقافة تنظيمية تعزز عناصر التخطيط الإستراتيجي، ومشاركة الأفراد في عمليات التخطيط، وتبني الإدارات العليا لفلسفة الهندرة والاستعداد للتغيير.

ح. دراسة الزهراني، وغيث (2019)، هدفت إلى معرفة أثر الهندرة في تسهيل الإجراءات والمعاملات الإدارية كما تراها المعاملات في جامعة الملك عبد العزيز في السعودية، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي، وقاما ببناء استبيان أداة لجمع المعلومات، وبينت وجود ارتباط موجب وتأثير إيجابي بين أبعاد الهندرة وتسهيل الإجراءات، وأظهرت عدم وجود فروق دالة إحصائية في الاستجابات تبعاً لمتغيرات العمر، والمؤهل، ونوع الوظيفة، ووجود فروق تبعاً لمتغير سنوات الخدمة، وأوصت الدراسة بضرورة تثقيف القيادات الحديثة بجوانب العمل، ومراجعة السياسات الإدارية في الجامعة بشكل دوري، وتفعيل دور وسائل التقنية المختلفة، وتعميم ثقافة التغيير ونشرها، والحرص على مرونة الخطط الإستراتيجية الموسوعة.

ط. دراسة عبد الفاضل(2021)، هدفت إلى معرفة واقع الهندرة بأبعادها التنظيمي والتقني والبشري ودورها في تحقيق الميزة التنافسية في شركة كوفتي للمواد الغذائية في السودان، وقد اتبع الباحث في دراسته المنهج الوصفي التحليلي، وقام بإعداد استبيان أداة لها ، وتوصلت الدراسة إلى أن هناك علاقة دالة إحصائياً بين إجراءات الهندرة في الأبعاد الثلاثة وتحقيق الميزة التنافسية في الشركة، وأوصت بضرورة الاهتمام بتطبيق الهندرة وإجراء التغييرات اللازمة، وتخصيص مبالغ مالية سنوية لإعادة هندسة العمليات، وتعزيز المنافسة ووضع خطة إستراتيجية للتطوير، ومواكبة التطورات التقنية.

3.3. تعقيب على الدراسات السابقة:

. اشتركت هذه الدراسة مع الدراسات السابقة في تناولها لموضوع الهندرة وإتباعها للمنهج الوصفي التحليلي لتحقيق أهدافها، واعتماد الاستبيان أداة لجمع البيانات والمعلومات.

. استفادت الباحث من الدراسات السابقة في جوانب عدة، منها تحديد مشكلة الدراسة، وبيان أهميتها، والمساعدة في تحديد المنهج المستخدم، وتصميم الأداة، والاستفادة من النتائج في مناقشة نتائج الدراسة الحالية وتحليلها، وأيضاً في تحديد المصادر والمراجع العلمية.

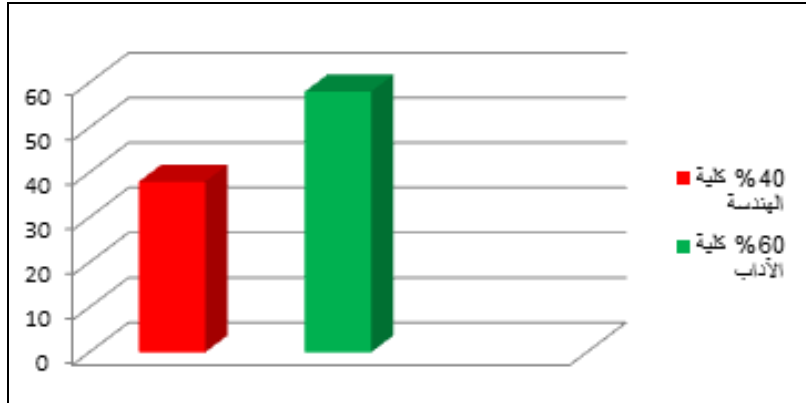
. تميزت هذه الدراسة عن الدراسات السابقة في تركيزها على الهندرة وأثرها في تحقيق الميزة التنافسية في واحدة من الجهات الحيوية التي قلما خضعت للبحث والتجريب حسب علم الباحث.

4. الطريقة والإجراءات

1.4. منهج الدراسة: اعتمد الباحث في دراسته على المنهج الوصفي التحليلي، وهو المنهج الذي يدرس الظاهرة كما هي في الواقع دون تدخل الباحث في مجرياتها، إضافة إلى التحليل والربط والتفسير للتوصل إلى استنتاجات نظرية وتطبيقية (درويش، 2018، 118).

2.4. مجتمع الدراسة: تكوّن المجتمع الأصلي للدراسة الحالية من جميع أعضاء هيئة التدريس في كليتي الهندسة، والآداب في جامعة دنّة فرع مدينة القبة، وعددهم (96) عضو هيئة تدريس حسب إحصاءات إدارتي الكليتين عن العام 2022، والشكل رقم (1) يبين توزيع مجتمع الدراسة.

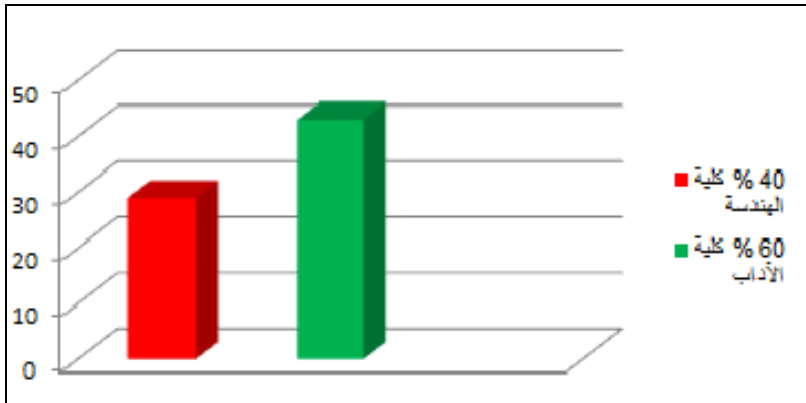
الشكل (1) توزيع مجتمع الدراسة



- الشكل من إعداد الباحث

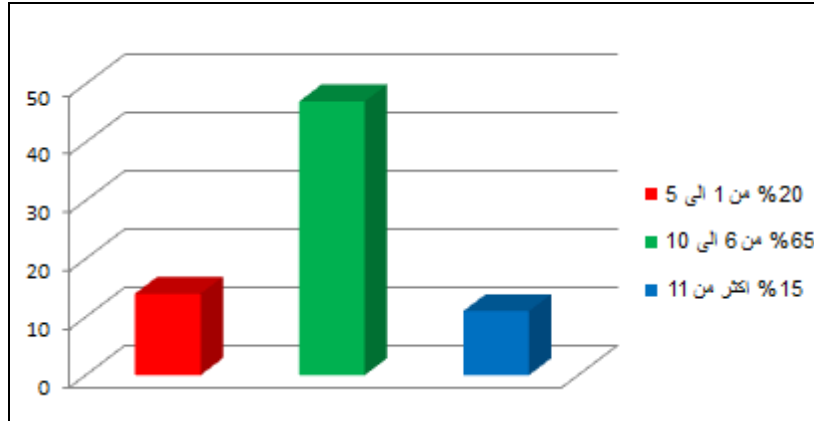
3.4. عينة الدراسة: نظراً للأهمية التي يحتلها موضوع أثر الهندرة في تحقيق الميزة التنافسية، فقد وقع الاختيار على أعضاء هيئة التدريس في كليتي الهندسة والآداب في جامعة درنة فرع مدينة القبة في ليبيا مجالاً للدراسة، لما لذلك من دور في الحصول على بيانات ذات قيمة، وإبراز الصور الحقيقية لأثر الهندرة في تحقيق الميزة التنافسية في الجامعات الليبية، وبالاعتماد على قانون دي مورجان الإحصائي لحساب العينات (Krejcie & Morgan, 1970, 610) تكونت عينة الدراسة من (76) فرداً من أعضاء هيئة التدريس، خلال العام 2022، وقد استرجع الباحث (72) استمارة مثلت ما نسبته (75%) من مجتمع الدراسة الأصلي، وقد تم إجراء المعالجات الإحصائية عليها، والشكلان رقما (2) و(3) يبينان توزيع عينة الدراسة تبعاً لمتغير المسى الأكاديمي، ومتغير سنوات الخدمة.

الشكل (2) توزيع عينة الدراسة تبعاً لمتغير المسى الأكاديمي



- الشكل من إعداد الباحث

الشكل (3) توزيع عينة الدراسة تبعاً لمتغير سنوات الخدمة



- الشكل من إعداد الباحث

4.4 أداة الدراسة: بعد الاطلاع على المصادر المتوافرة والدراسات السابقة ذات الصلة، ويهدف التعرف على أثر الهندرة في تحقيق الميزة التنافسية، قام الباحث ببناء أداة للدراسة، وتحديد الأبعاد الرئيسة التي شملتها وصياغة الفقرات التي يتضمنها كل بُعد.

5.4 صدق الأداة: يعني قدرة الأداة على قياس ما وضعت لقياسه (الجرجاوي، 2010، 105)، وقد تم اختبار صدق الأداة بطريقتين هما:

أ. الصدق الظاهري: وزع الباحث الأداة على مجموعة من الخبراء والمتخصصين للتأكد من صلاحية فقراتها، وقد استجاب الباحث للأراء والمقترحات الواردة وقام بإجراء ما يلزم من حذف وإضافة وتعديل، وبذلك خرجت الأداة في شكلها النهائي، فاحتوت على (29) فقرة موزعة على أربعة أبعاد، وعُدت هذه العملية وسيلة استخراج ما يعرف بالصدق الظاهري.

ب. كما حسب الباحث صدق الاتساق الداخلي وذلك بحساب معاملات الارتباط، وقد أظهرت نتائج التحليل أن ارتباط الأبعاد التي تدل على الهندرة وتحقيق الميزة التنافسية مع الاستبيان ككل تراوحت بين (-0.74) و(0.92) وهي نسب معقولة.

6.4 ثبات الأداة: يقصد بالثبات قدرة المقياس على أن يعطي نفس النتائج إذا طُبّق أكثر من مرة على أفراد المجموعة نفسها (أبولدة، 1982، 261)، وقد قيس الثبات وفقاً للآتي:

أ. معادلة ألفا كرونباخ لإيجاد معامل الثبات: (أبوعلام، 2001، 471).

$$\alpha = \left(\frac{N}{N-1} \right) \left(1 - \frac{\sum_{i=1}^n \sigma^2 y_i}{\sigma^2_x} \right)$$

والجدول (1) يبين النتائج.

الجدول (1) معاملات ألفا كرونباخ للثبات

Cronbach's Alpha	N of Items
0.940	29

اتضح من خلال الجدول أعلاه أن معاملات ألفا كرونباخ للاستبيان كافة بلغت (0.940) وهذا مؤشر بين أن الأداة تتمتع بدرجة عالية من الثبات جعل الباحث يطبقها في دراسته.

ب. كما استخدم الباحث طريقة التجزئة النصفية، التي تُعد من أكثر الطرق شيوعاً لقلّة تكاليفها وسرعتها، وقد قُسمت فقرات الاستبيان إلى فقرات فردية (س)، وفقرات زوجية (ص) باستخدام معامل ارتباط بيرسون، وبعد ذلك صُحح باستخدام معادلة سبيرمان وبراون التنبؤية (أبو حطب، وصادق، 1980، 14) إذ بلغت قيمة معامل الثبات (0.96) وبذلك تكون الأداة صالحة للتطبيق.

7.4. تطبيق الأداة: طبق الباحث الأداة على عينة الدراسة التي بلغت في مجموعها (72) فرداً خلال العام 2022، وقد واجه الباحث صعوبات عدة أثناء الدراسة التطبيقية تمثلت في ضياع بعض الاستثمارات وعدم الحصول منها على ما تضمنته من بيانات، وكذلك عدم جدية بعض أفراد العينة في تعبئة بيانات الأداة.

8.4. الإحصاء المستخدم: لمعالجة بيانات الدراسة استخدم الباحث الأساليب الإحصائية الآتية:

. معاملات ارتباط بيرسون، ومعادلة سبيرمان وبراون، ومعادلة ألفا كرونباخ لحساب صدق الأداة وثباتها.

. التكرارات والوسط المرجح والوزن النسبي في إجابة السؤال الأول.

. معاملات الانحدار الخطي في الإجابة عن الأسئلة الثاني والثالث والرابع والخامس.

5. عرض النتائج وتحليلها

1.5. النتائج المتعلقة بالسؤال الأول، ونصّه: ما أبرز أبعاد الهندرة المؤثرة في تحقيق الميزة التنافسية؟ للإجابة عن هذا السؤال قام الباحث بحساب مجموع التكرارات، والوسط الحسابي، والوزن النسبي للاستجابات، إذ أن المتوسط الحسابي يعني اتفاق أفراد العينة حول قيمة وسطية، فهو رأي موحد يمكننا من خلاله صياغة نتيجة أو إجابة لمعرفة الرأي العام المتفق عليه من قبل أفراد العينة حول هذا السؤال، وقد تم التركيز على عرض النتائج وتفسيرها بطريقة واضحة قدر الإمكان، ذلك دون التقليل من أهمية الإحصاءات المستخدمة في البحث التربوي، كما استخدم الباحث قانون درجة الحدة (ياسين، ومحمد، 1996، 204)، لمعرفة أبرز أبعاد الهندرة وعلاقتها بتحقيق الميزة التنافسية في الاستجابات، أي أنه كلما زاد الوسط المرجح عن (2) دل ذلك على الإيجابية في استجابة العينة، وكلما نقص عن ذلك دل على السلبية في الاستجابة، والجدول أرقام (2، 3، 4، 5) تبين النتائج.

الجدول (2) مجموع التكرارات والوسط الحسابي والوزن النسبي لاستجابات العينة في البُعد الأول (القيادة الفعالة).

البعد الأول (القيادة الفعالة)

م	الفقرة	المجموع	الوسط الحسابي	الوزن النسبي	الترتيب
1	إدراك أهمية الهندرة والسعي لتطبيقها.	202	2.80	93.51	1
2	امتلاك مهارة الاتصال الفعال وتشجيع التغيير والتجديد.	176	2.44	81.48	4
3	القدرة على تشخيص مشكلات الوضع الراهن.	157	2.18	72.68	7
4	تفويض السلطات والصلاحيات لإنجاز المهام.	167	2.31	77.31	6
5	وضع خطة إستراتيجية لتطوير أداء الأفراد.	197	2.73	91.20	2
6	التخلص من الأداء الروتيني والرغبة في التغيير الجذري للعمليات الإدارية.	171	2.37	79.16	5
7	مراجعة الإجراءات الإدارية بشكل دوري.	155	2.15	71.75	8
8	امتلاك مهارة التخطيط الإستراتيجي، وتطبيق أساليب تحليل البدائل.	192	2.66	88.88	3
	المجموع	1417	19.68	82.02	

يتبين من الجدول السابق تحصيل مجال القيادة الفعالة على وسط حسابي بلغ (19.68)، ووزن نسبي قدره (82.02)، وأن متوسطات استجابات عينة الدراسة في هذا البُعد تراوحت بين (93.51 - 71.75)، وقد تحصلت الفقرة رقم (1) التي نصت على "إدراك أهمية الهندرة والسعي لتطبيقها" على الترتيب الأول في الاستجابات بوزن نسبي بلغ (93.51)، ويعود ذلك إلى اقتناع أفراد العينة بأهمية التغيير الجذري والسريع في المؤسسة، فنجاح عمليات الهندرة يتوقف على مدى إدراك أهميتها، ومدى التزام القيادات في المؤسسة بتبني برامجها، ويتفق ذلك مع دراسات كل من: الخطيب (2013)، والشريف (2014)، والإبراهيم (2018)، والحنيش، والصواني (2019)، والزهراني، وغيث (2019)، وعبد الفاضل (2021) التي أوصت جميعها بأهمية تبني مفهوم الهندرة وتطبيقه، ونشر ثقافة التجديد والتطوير في المؤسسات.

وحظيت الفقرة رقم (5) التي نصت على "وضع خطة إستراتيجية لتطوير الأداء" بالمرتبة الثانية في الاستجابات بوزن نسبي قدره (91.20)، ويرجع الباحث ذلك إلى اقتناع أفراد العينة بأهمية ربط الهندرة بالرؤية والأهداف الإستراتيجية، وتحديد دور المؤسسة في المستقبل، والتعرف على مكامن القوة ونقاط الضعف، والفرص والمخاطر المحيطة، ويتفق ذلك مع دراسة حكومة، وبن زقلام (2020) التي بينت أن عدم تطبيق الخطة الإستراتيجية يُعد من عوامل فشل المؤسسات، كما يتفق مع دراسات كل من: الإبراهيم (2018)، والزهراني (2019)، وعبد الفاضل (2021) التي أوصت بضرورة تعزيز عناصر التخطيط الإستراتيجي.

وجاءت الفقرة رقم (7) التي نصت على "مراجعة العمليات الإدارية بشكل دوري" في المرتبة الثامنة في استجابات عينة الدراسة في بُعد القيادة الفعالة، بوزن نسبي مقداره (71.75)، ورغم أن الفقرة جاءت في

المرتبة الأخيرة إلا أنها بوزن نسبي جيد، وهذا يؤكد إيلاء عينة الدراسة العناية الكاملة لها وإن كانت بدرجة اهتمام أقل نسبياً، ربما لأن استخدام أسلوب المراجعة الدوري والتقويم المناسب لعناصر العملية الإدارية يحتاج إلى الكثير من المهارات التي لا تتقنها الكثير من القيادات.

واندرجت الفقرة رقم (3) التي نصت على "القدرة على تشخيص مشكلات الوضع الراهن" في المرتبة السابعة في الاستجابات، بوزن نسبي بلغ (72.68)، ورغم أن الفقرة جاءت في هذه المرتبة إلا أنها بوزن نسبي جيد، وهناك توافق بشأنها وإن كانت بدرجة أقل، ذلك أن الفقرات الضرورية والملحة تأتي دائماً في مقدمة التقديرات.

الجدول (3) مجموع التكرارات والوسط الحسابي والوزن النسبي للاستجابات في البُعد الثاني (الثقافة التنظيمية).

البعد الثاني (الثقافة التنظيمية)					
م	الفقرة	المجموع	الوسط الحسابي	الوزن النسبي	الترتيب
1	توافر القيم والمعتقدات التي تدعم التغيير وتعزز العمل بروح الفريق.	190	2.63	87.96	3
2	إيجاد مناخ من الثقة المتبادلة بين الإدارات والأفراد، وتشجيع الاتصال بينهم.	166	2.30	76.85	5
3	توزيع المهام على الأفراد وفقاً لمؤهلاتهم وقدراتهم	199	2.76	92.12	1
4	توافر مناخ تنظيمي يشجع على احترام آراء الأفراد ويتبنى مقترحاتهم البناءة.	196	2.72	90.74	2
5	مرونة اللوائح والإجراءات، ومشاركة الأفراد في اتخاذ القرارات.	157	2.18	72.68	6
6	منح الصلاحيات للأفراد المرؤوسين للتصرف عند حدوث مشكلة ما.	154	2.13	71.29	7
7	وجود هيكل تنظيمي يعزز كفاءة التنظيم وفعالته، ويتوافق مع هندرة الموارد البشرية.	178	2.47	82.40	4
	المجموع	1240	17.22	82.01	

يتضح من الجدول أعلاه أن متوسطات درجة الاستجابة في بُعد الثقافة التنظيمية تراوحت بين (92.12-71.29)، وأن مجموع الاستجابات بلغ (17.22)، والوزن النسبي بلغ (82.01)، وأن أعلى فقرة في هذا البُعد هي الفقرة رقم (3) التي نصت على "توزيع المهام على الأفراد وفقاً لمؤهلاتهم وقدراتهم" إذ تحصلت على المرتبة الأولى في استجابات العينة، بوزن نسبي بلغ (92.12)، ويرجع الباحث ذلك إلى إدراك عينة الدراسة أهمية تمتع الأفراد في المؤسسة على اختلاف تخصصاتهم بكفاءة عالية، ذلك أن تطبيق الهندرة ونجاحها

يتطلب وجود أفراد قادرين على الإبداع والتميز، ويتفق ذلك مع دراسة الكحلوت (2017) التي أوصت بأهمية تمكين الأفراد في المؤسسة.

وتحصلت الفقرة رقم (4) التي نصت على "توافر مناخ تنظيمي يشجع على احترام آراء الأفراد ويتبنى مقترحاتهم البناءة" على المرتبة الثانية في الاستجابات، بوزن نسبي مقداره (90.74)، ويرجع الباحث ذلك إلى اقتناع أفراد العينة أن تطبيق الهندرة يتطلب تغيير الثقافة التنظيمية القديمة بثقافة جديدة تركز على المدخل الأساسية لعمليات الهندرة، وتوافر مناخ يشجع على الاحترام وتبادل الآراء، ما يعني التخلي عن النمط البيروقراطي السائد والعمل على تحقيق الرضا والانتماء، ويتفق ذلك مع دراسات كل من: حنون (2018)، والإبراهيم (2019)، وحكومة، وبن زقلام (2020) التي أوصت بضرورة تعزيز الثقافة التنظيمية داخل المؤسسة، واحترام الآراء وتشجيع المبادرة.

وجاءت الفقرة رقم (6) التي نصت على "منح الصلاحيات للأفراد المرؤوسين للتصرف عند حدوث مشكلة ما" في المرتبة السابعة في استجابات عينة الدراسة في بُعد الثقافة التنظيمية، بوزن نسبي بلغ (71.29)، ويتبين أن هناك توافق كبير على أهمية هذه الفقرة وإن كانت بدرجة أقل نسبياً، وربما يعود ذلك إلى أن الهندرة تلقي على الأفراد مسؤوليات جسام تتطلب منهم مهارات عالية وخبرات واسعة، وتفكير إبداعي رفيع وقدرات على التخطيط المتقدم، والكثير من الأفراد ليس لديهم القدرة على تحمل المسؤولية واتخاذ القرارات، بل إن بعضهم قد يسيء استخدام السلطة إذا ما حوّلت له.

تلها الفقرة رقم (5) التي نصت على "مرونة اللوائح والإجراءات ومشاركة الأفراد في اتخاذ القرارات" فقد جاءت في المرتبة السادسة في الاستجابات بوزن نسبي قدره (72.68)، فرغم أن أفراد العينة يولون أهمية لهذه الفقرة في تعزيز الرضا الوظيفي ورفع الروح المعنوية، ومضاعفة الإنتاجية إلا أنهم يرون أن المرونة وممارسة مبدأ التفويض قد تفقد القيادات علمهم بما تم إنجازه من مهام، ما يؤدي إلى التراخي والإهمال.

الجدول (4) مجموع التكرارات والوسط الحسابي والوزن النسبي للاستجابات في البعد الثالث (تقنية المعلومات).

البعد الثالث (تقنية المعلومات)					
م	الفقرة	المجموع	الوسط الحسابي	الوزن النسبي	الترتيب
1	تنمية الموارد البشرية في مجال استخدام التقنية لمواكبة التطور العلمي.	176	2.44	81.48	3
2	توافر قاعدة بيانات دقيقة ومتكاملة، تسهل تبادل المعلومات وتقديم الخدمات.	197	2.73	91.20	2
3	توافر البنية التحتية التقنية الملائمة لتطبيق الهندرة.	200	2.77	92.59	1
4	استخدام تقنية المعلومات، وجعل الأفراد جزء من النظام الإلكتروني.	153	2.12	70.83	5

4	73.61	2.20	159	استخدام التقنيات الحديثة في مجال البحث والتطوير لتسهيل عمليات تطبيق الهندرة.	5
	81.94	12.29	885	المجموع	

يتضح من الجدول أعلاه أن متوسطات الاستجابات في بُعد تقنية المعلومات تراوح بين (70.83-92.59)، وأن الوسط الحسابي للاستجابات ككل بلغ (12.29)، والوزن النسبي بلغ (81.94)، وتبين أن الفقرة رقم (3) التي نصت على "توافر البنية التحتية التقنية اللازمة لتطبيق الهندرة" قد تحصلت على المرتبة الأولى في استجابات العينة، بوزن نسبي بلغ (92.59)، ويرجع الباحث ذلك إلى إدراكهم أهمية توافر تركيبة من البيانات المعلوماتية وتقنية الاتصالات السلكية واللاسلكية وتقنيات الحاسب الآلي، فوجود بنية تحتية متطورة لأنظمة المعلومات يضمن استيعاب المنظومة التقنية المتطورة، ويتفق ذلك مع دراسة الحنيش، والصواني (2019) التي بينت أن غياب المرتكزات والبنى الأساسية التقنية تُعد عائقاً في تطبيق الهندرة، كما يتفق أيضاً مع دراسات كل من: بني عيسى (2009)، والكحلوت (2017)، التي أوصت بالاهتمام بالبنى التحتية التقنية والظروف المادية المحيطة بالعمل لإنجاح برامج الهندرة، وإحداث تغييرات في الأداء.

تلها الفقرة رقم (2) التي نصت على "توافر قاعدة بيانات دقيقة ومتكاملة لتسهيل تبادل المعلومات وتقديم الخدمات" التي حظيت بالمرتبة الثانية في الاستجابات، بوزن نسبي بلغ (91.20)، ويرجع الباحث ذلك إلى إدراك عينة الدراسة أن حجم المعلومات المتدفقة يقود إلى ضرورة تبني تقنية معلومات مناسبة لدعم تنفيذ عمليات الهندرة، والتحول إلى شبكة المعلومات الدولية، وأهمية وجود نظام فعال للمعلومات لتعزيز عملية اتخاذ القرارات ودعمها، ويتفق ذلك مع الشريف (2014)، والزهراني (2018)، في أهمية الاعتماد على تقنية المعلومات وتفعيل دورها في إنجاح تطبيقات الهندرة.

وتحصلت الفقرة رقم (4) التي نصت على "استخدام تقنية المعلومات وجعل الأفراد جزء من النظام الإلكتروني" على المرتبة الخامسة في استجابات عينة الدراسة في بُعد الثقافة التنظيمية، بوزن نسبي بلغ (70.83)، فرغم أن أفراد العينة يولون أهمية لهذه الفقرة إلا أن التسرع في إدخال التقنيات المتطورة دون توافر العدة الكافية، قد يؤدي إلى التسرع في اتخاذ قرارات المناهضة والمقاومة لأسلوب الهندرة.

ونالت الفقرة رقم (5) التي نصت على "استخدام التقنيات الحديثة في مجال البحث والتطوير لتسهيل عمليات تطبيق الهندرة" المرتبة الرابعة في الاستجابات، بوزن نسبي قدره (73.61)، وهو وزن نسبي جيد وإن جاءت في مرتبة أقل نسبياً، ويعزو الباحث ذلك إلى أن الحماس في إدخال التقنيات المتطورة قد يؤدي إلى اتخاذ قرارات تقضي باستخدام هذه التقنيات دون التأكد من التدريب اللازم، ما يؤدي إلى عدم تحقيق الأهداف، أو ربما لأن الهندرة تتطلب وجود بُنى تحتية تقنية قوية قد لا تتوافر في كل المؤسسات.

الجدول (5) مجموع التكرارات والوسط الحسابي والوزن النسبي للاستجابات في البعد الرابع (الميزة التنافسية).

البعد الرابع (الميزة التنافسية)					
م	الفقرة	المجموع	الوسط	الوزن	الترتيب

	النسبي	الحسابي			
1	79.16	2.37	171	تطوير رأس المال الفكري وتعظيم القيمة لتحقيق ميزة في الأداء العام.	7
2	81.01	2.43	175	الاهتمام بالبحث العلمي وإنتاج المعرفة ودعم الأفكار الخلاقة.	5
3	91.20	2.73	197	تبني نظام تدريبي فعال لتحقيق أعلى مستوى من المهارات.	2
4	80.09	2.40	173	استقطاب الكفاءات الأكاديمية والإدارية المبدعة للعمل في المؤسسة.	6
5	71.75	2.15	155	وضع الخطط بناء على تحليل البيئتين الداخلية والخارجية، وتحديد نقاط القوة والضعف.	9
6	92.59	2.77	200	مواكبة حاجات المجتمع المتجددة ودراسة سوق العمل للتكيف مع المتغيرات.	1
7	81.94	2.45	177	الاهتمام بالمتميزين والمبدعين، وتقديم الحوافز التشجيعية لهم.	4
8	72.22	2.16	156	تعزيز التعاون البحثي والمعرفي مع المؤسسات المناظرة.	8
9	87.96	2.63	190	مساهمة الأفراد بأفكار إبداعية، وبناء قيم تدعم الابتكار.	
المجموع	81.99	22.13	1594		

يتبدى من الجدول أعلاه أن متوسط درجة الاستجابات في بُعد الميزة التنافسية تراوحت بين (92.59-72.22)، وأن مجموع الاستجابات بلغ (22.13)، والوزن النسبي بلغ (81.99)، وأن أعلى فقرة في هذا البُعد هي الفقرة رقم (6) التي نصت على "مواكبة حاجات المجتمع المتجددة، ودراسة سوق العمل للتكيف مع المتغيرات" إذ حصلت على المرتبة الأولى في استجابات العينة، بوزن نسبي بلغ (92.95)، ويعود ذلك إلى أن المؤسسات لا يمكن لها أن تستمر وتحقق ميزتها التنافسية دون دراسة سوق العمل وحاجات الأفراد، ومعرفة رغباتهم ومحاولة الوفاء بها.

وجاءت الفقرة رقم (3) التي نصت على "تبني نظام تدريبي فعال لتحقيق أعلى مستوى من المهارات" في المرتبة الثانية في الاستجابات، بوزن نسبي بلغ (91.20)، ويعود ذلك إلى أهمية التركيز على التدريب لإيجاد الطواقم المدربة التي تعد ميزة تنافسية للمؤسسة، والتركيز على تقييم التدريب بعد انتهائه لمعرفة مدى نجاحه في تحقيق أهداف الهندرة، ويتفق ذلك مع دراسات كل من؛ الطراونة (2011)، والخطيب (2013)، والشريف (2014)، والحنيش، والصواني (2019)، وحكومة، وبن زقلام (2020) التي أوصت جميعها بضرورة الاهتمام بالتدريب، وتنمية الموارد البشرية لضمان نجاح تطبيقات الهندرة.

وتحصلت الفقرة رقم (5) التي نصت على "وضع الخطط بناءً على تحليل البيئتين الداخلية والخارجية وتحديد نقاط القوة والضعف" على المرتبة التاسعة في استجابات عينة الدراسة في بُعد الثقافة التنظيمية، بوزن نسبي بلغ (71.75)، ويرى الباحث أن أفراد العينة يولون هذه الفقرة العناية الكاملة وإن كانت بدرجة أقل نسبياً، ربما لأن تحليل البيئتين الداخلية والخارجية يمثل العملية الأولى للإدارة، وله أهمية بالغة في رسم إستراتيجيات المؤسسة، فكلما زاد الإلمام بخُسن تحليل البيئة زادت استجابة تحقيق الأهداف بفعالية، إلا أن تطبيقه في المؤسسات يتطلب استخدام أساليب ونماذج معينة، والأخذ في الاعتبار التغيرات البيئية الخارجية، والأساليب البديلة، وتحديد مكامن القوة، ومعرفة نقاط الضعف، وهذا يحتاج إلى تدريب العناصر البشرية العاملة حتى يتم إتقانه.

وجاءت الفقرة رقم (8) التي نصت على "إيجاد بيئة للتعاون البحثي والمعرفي مع المؤسسات المناظرة" في المرتبة الثامنة في استجابات عينة الدراسة، بوزن نسبي بلغ (72.22)، فبالرغم من أن أفراد العينة يولون أهمية لهذه الفقرة إلا أن عينة الدراسة ربما ترى أن المؤسسات المناظرة تُعد مؤسسات منافسة، وبالتالي فإن جانب التعاون البحثي معها سيكون غير مُجدي ولا يأتي بنتائج مفيدة.

كما قام الباحث بحساب التكرارات والوسط الحسابي والوزن النسبي والترتيب لأبعاد الدراسة، والجدول رقم (6) يبين النتائج.

الجدول (6) مجموع التكرارات والوسط الحسابي والوزن النسبي لكل بُعد من الأبعاد.

الأبعاد	ال فقرات	المجموع	الوسط الحسابي	الوزن النسبي	الترتيب
البُعد الأول (القيادة الفعالة).	8	1417	19.68	82.02	1
البُعد الثاني (الثقافة التنظيمية).	7	1240	17.22	82.01	2
البُعد الثالث (تقنية المعلومات).	5	885	12.29	81.94	4
البُعد الرابع (الميزة التنافسية).	9	1594	22.13	81.99	3
المجموع	29	5136	71.32	81.97	

يتضح من الجدول المبين أعلاه أن الدرجة الكلية لأثر الهندرة في تحقيق الميزة التنافسية قد نالت وزناً نسبياً بلغ (81.79)، وأن الأبعاد جميعها قد حظيت بنسب متقاربة جداً ومرتفعة، فقد حظي بُعد القيادة الفعالة بالمرتبة الأولى في الاستجابات، بوزن نسبي مقداره (82.02)، وجاء بُعد الثقافة التنظيمية في المرتبة الثانية في الاستجابات، بوزن نسبي قدره (82.01)، واندرج بُعد الميزة التنافسية في المرتبة الثالثة في الاستجابات، بوزن نسبي بلغ (81.99)، وحل بُعد تقنية المعلومات في المرتبة الرابعة في الاستجابات، بوزن نسبي مقداره (81.94)، ما يعني وجود درجة كبيرة جداً في تقديرات عينة الدراسة لهذه الأبعاد.

2.5. النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني، ونصه: هل هناك علاقة لها دلالة إحصائية في الاستجابات بين بُعد القيادة الفعالة وتحقيق الميزة التنافسية؟ وقد نصت الفرضية التي تتعلق بهذا السؤال على الآتي: لا توجد اختلافات لها دلالة إحصائية في متوسط درجات الاستجابات بين بُعد القيادة الفعالة وتحقيق الميزة التنافسية، وللتحقق من هذه الفرضية استخدم الباحث أسلوب الانحدار الخطي، إذ عُدت مجالات القيادة

الفعالة، والثقافة التنظيمية، وتقنية المعلومات هي المتغيرات المستقلة، وبعُد الميزة التنافسية هو المتغير التابع، ولمعرفة علاقة المتغير المستقل بالمتغير التابع تم استخدام نموذج الانحدار ومعاملاته، والجدول رقم (7) يوضح ذلك.

الجدول (7) قيم معاملات الانحدار لنموذج الانحدار الخطي (بعُد القيادة الفعالة)

الدلالة Sig.	ت T	معاملات موحدة	معاملات غير موحدة		النموذج Model
		Standardized Coefficient	الانحراف المعياري Std. Error	ب B	
.000	4.949		2.84	1.390	1 القيمة الثابتة Constant
.000	7.542	668.	0.83	0.625	بعُد القيادة الفعالة

يتبين من الجدول السابق أن جميع قيم المعنوية (Sig) أصغر من 0.05 فالمتغير المستقل وهو القيادة الفعالة يؤثر في المتغير التابع وهو الميزة التنافسية، أي أن لبعُد القيادة الفعالة أثر في تحقيق الميزة التنافسية بشكل طردي قوي مقداره (0.625)، وبذلك نرفض الفرضية الأولى ونقبل البديلة القائلة بوجود علاقة ذات دلالة إحصائية.

3.5 نتائج السؤال الثالث، ونصه: هل هناك علاقة لها دلالة إحصائية في استجابات العينة بين بعُد الثقافة التنظيمية وتحقيق الميزة التنافسية؟ وقد نصت الفرضية التي تتعلق بهذا السؤال على الآتي: لا توجد علاقة لها دلالة إحصائية بين بعُد الثقافة التنظيمية وتحقيق الميزة التنافسية، ولتحقق من هذه الفرضية استخدم الباحث أسلوب الانحدار الخطي، والجدول رقم (8) يبين نتائج التحليل.

الجدول (8) قيم معاملات الانحدار لنموذج الانحدار الخطي (بعُد الثقافة التنظيمية)

الدلالة Sig.	ت T	معاملات موحدة	معاملات غير موحدة		النموذج Model
		Standardized Coefficient	الانحراف المعياري Std. Error	ب B	

1	القيمة الثابتة Constant	1.678	2.21	7.512	.000
	بُعد الثقافة التنظيمية	0.560	0.69	8.320	.000

يتضح من الجدول المبين أعلاه أن جميع قيم المعنوية (Sig) أصغر من 0.05 ، أي أن لبُعد الثقافة التنظيمية أثر في تحقيق الميزة التنافسية بشكل طردي متوسط مقداره (0.560)، وبذلك نرفض الفرضية الأولى ونقبل البديلة القائلة بوجود علاقة ذات دلالة إحصائية.

4.5 النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع، ونصه: هل هناك علاقة لها دلالة إحصائية في استجابات العينة بين بُعد تقنية المعلومات والميزة التنافسية؟ وقد نصت الفرضية التي تتعلق بهذا السؤال على الآتي: لا توجد علاقة لها دلالة إحصائية بين بُعد تقنية المعلومات والميزة التنافسية، وللتحقق من هذه الفرضية استخدم الباحث أسلوب الانحدار الخطي، والجدول رقم (9) يوضح ذلك.

الجدول (9) قيم معاملات الانحدار لنموذج الانحدار الخطي (بُعد تقنية المعلومات)

الدلالة Sig.	ت T	معاملات غير موحدة Unstandardized Coefficients		النموذج Model
		معاملات موحدة Standardized Coefficient	ب B	
		البيتا Beta	الانحراف المعياري Std. Error	
1	القيمة الثابتة Constant		2.91	1.532
	بُعد تقنية المعلومات	.635	0.87	0.585

يتضح من الجدول المبين أعلاه أن جميع قيم المعنوية (Sig) أصغر من 0.05 أي أن لبُعد تقنية المعلومات أثر في تحقيق الميزة التنافسية بشكل طردي متوسط قدره (0.585)، وبذلك نرفض الفرضية الأولى ونقبل البديلة القائلة بوجود علاقة ذات دلالة إحصائية.

5.5 النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس، ونصه: هل هناك علاقة لها دلالة إحصائية في استجابات العينة بين الهندرة وتحقيق الميزة التنافسية؟ وقد نصت الفرضية التي تتعلق بهذا السؤال على الآتي: لا توجد علاقة لها دلالة إحصائية بين الهندرة والميزة التنافسية، وللتحقق من هذه الفرضية اتبع الباحث أسلوب الانحدار الخطي، والجدول رقم (10) يوضح نتائج التحليل.

الجدول (10) قيم معاملات الانحدار لنموذج الانحدار الخطي (الهندرة)

الدلالة Sig.	ت T	معاملات غير موحدة		النموذج Model
		معاملات موحدة Standardized Coefficient	Unstandardized Coefficients	
		البيتا Beta	ب B الانحراف المعياري Std. Error	
.000	4.140		2.63	1 القيمة الثابتة Constant
.000	9.350	.746	0.75	الهندرة

يتبين من الجدول المبين أعلاه أن جميع قيم المعنوية (Sig) أصغر من 0.05 أي أن للهندرة أثر في تحقيق الميزة التنافسية بشكل طردي قوي مقداره (0.726)، وبذلك نرفض الفرضية الأولى ونقبل البديلة الفائلة بوجود علاقة ذات دلالة إحصائية.

6. ملخص النتائج:

تبين من نتائج الدراسة تحصل أبعاد الدراسة على نسب مرتفعة ومتقاربة جداً في استجابات العينة. الدرجة الكلية لأثر الهندرة في تحقيق الميزة التنافسية نالت وزناً نسبياً قدره (81.97).

تحصل بعد القيادة الفعالة على المرتبة الأولى في الاستجابات بوزن نسبي بلغ (82.02) وتبين أن إدراك أهمية الهندرة والسعي لتطبيقها، ووضع خطة إستراتيجية لتطوير الأفراد من أهم الفقرات.

نال بعد الثقافة التنظيمية الترتيب الثاني في الاستجابات وتحصل على وزن نسبي مقداره (82.01)، وأظهر أن توزيع المهام على الأفراد وفقاً لمؤهلاتهم وقدراتهم، وتوافر مناخ تنظيمي يشجع على احترام آراء الأفراد وتبني مقترحاتهم تعد من الفقرات المهمة في مدخل الثقافة التنظيمية.

اندرج بعد الميزة التنافسية في الترتيب الثالث في استجابات العينة ونال وزناً نسبياً قدره (81.99)، وأوضح أن مواكبة حاجات المجتمع المتجددة، ودراسة سوق العمل للتكيف مع المتغيرات، وتبني نظام تدريبي فعال لتحقيق أعلى مستوى من المهارات تُعد أعلى الفقرات في بعد الميزة التنافسية.

جاء بعد تقنية المعلومات في المرتبة الرابعة في الاستجابات وحقق وزناً نسبياً بلغ (81.94)، وأظهر أن توافر البنية التحتية التقنية اللازمة لتطبيق الهندرة، وتوافر قاعدة بيانات دقيقة ومتكاملة لتسهيل تبادل المعلومات وتقديم الخدمات تُعد أعلى الفقرات في بعد تقنية المعلومات.

. أظهرت النتائج وجود أثر طردي قوي للهندرة مقداره (0.726) في تحقيق الميزة التنافسية.

. بينت النتائج وجود أثر طردي قوي لُبعد القيادة الفعالة بلغ (0.625) في تحقيق الميزة التنافسية.

. بينت النتائج وجود أثر طردي متوسط لُبعد الثقافة التنظيمية قدره (0.560) في تحقيق الميزة التنافسية.

. أظهرت النتائج وجود أثر طردي متوسط لُبعد تقنية المعلومات بلغ (0.585) في تحقيق الميزة التنافسية.

7. التوصيات: يمكن تقديم التوصيات الآتية:

. تعميق مفهوم الهندرة ونشر ثقافته لدى الأفراد، وتوفير متطلبات تطبيقه داخل المؤسسة من خلال أبعاده المختلفة سعياً لتحقيق الميزة التنافسية.

. تعزيز عناصر التخطيط الإستراتيجي في المؤسسة من خلال مشاركة الأفراد في وضع الخطط والأهداف المستقبلية وتقييمها، وإطلاعهم على المستجدات والاستفادة من خبراتهم.

. توزيع المهام على الأفراد وفقاً لكفاياتهم وقدراتهم، وتفويض الصلاحيات عليهم بقدر مسؤولياتهم وما تسمح به أنظمة المؤسسة.

. إحلال ثقافة تنظيمية تقوم على التعاون والمشاركة والعمل كفريق لتعزيز تطبيق الهندرة، حتى تسود العلاقات الإنسانية الطيبة بين الأفراد ما يولّد الدافعية ويعزز الانتماء للمؤسسة.

. مواكبة التطورات التقنية الحديثة، وتوفير البنية التحتية اللازمة لتطبيق الهندرة، لتسهيل التدفق المعرفي وإعادة تصميم العمليات الإدارية والفنية.

. بناء قاعدة بيانات متكاملة لخزن المعرفة وتبادلها وتقديم الخدمات وتحسين سبل الاتصال بما يخدم أهداف المؤسسة.

. ضرورة وجود قيادة فعالة قادرة على قيادة عمليات الهندرة، وعلى الرصد الدقيق لحاجات المجتمع، ودراسة سوق العمل للتكيف مع المتغيرات المتسارعة.

. تبني نظام تدريبي فعال لإكساب الأفراد المهارات اللازمة لإنجاز الأعمال والارتقاء بمستوى الأداء والإسهام في زيادة فهم الأفراد لأسلوب الهندرة وكيفية تطبيقه، وتقييم التدريب بعد انتهائه لمعرفة مدى تحقيقه لأهدافه.

8. المقترحات: في ضوء ما سبق تقدم الدراسة مقترحات بشأن إجراء الدراسات البحثية الآتية:

. دراسات في إستراتيجيات الهندرة وأثرها على الإبداع التنظيمي.

. دراسات في الهندرة وعلاقتها بالرضا الوظيفي.

. دراسات على واقع القيادات الإدارية العليا في الميدان التربوي ومدى تبنيها لمفهوم الهندرة.

قائمة المصادر والمراجع

أ. المصادر والمراجع العربية:

- الإبراهيم، جمال(2018). أثر عناصر التخطيط الإستراتيجي في تعزيز عملية إعادة هندسة العمليات الإدارية. دراسة تطبيقية على شركة سيرتيل موبايل تيليكوم في سوريا. رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الافتراضية السورية: سوريا.

. أبو حطب، فؤاد، وصادق، أمال(1980). علم النفس التربوي. ط2. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

. أبو علام، رجاء محمود(2001). مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية. مصر: مكتبة الأنجلو المصرية.

. أبو لبدة، سبع(1982). مبادئ القياس النفسي والتقويم التربوي. ط3. الجامعة الأردنية.

. إدريس، وائل، والغالبي، طاهر(2011). الإدارة الإستراتيجية. عمان: دار وائل.

- إسماعيل، ممدوح مصطفى(2016). إعادة هندسة العمليات الإدارية، تأصيل للمفهوم مع التطبيق على جامعة الملك فيصل في السعودية. المجلة العربية للإدارة. المجلد (36). العدد (1). ص323.

- بني عيسى، هيثم فلاح(2011). مدى إمكانية تطبيق عمداً كليات التربية في الجامعات الأردنية لعملية الهندرة الإدارية ومعيقات تطبيقها من وجهة نظر العمداً ورؤساء الأقسام. أطروحة دكتوراه غير منشورة. جامعة اليرموك: الأردن.

. تشامي، جيمس(2003). إعادة هندسة الإدارة، المطلب الحتمي للقيادة الجديدة. ترجمة عبد الرحمن بن أحمد هيجان. معهد الإدارة العامة. الرياض: مركز البحوث.

. الجرجاوي، زياد(2010). القواعد المنهجية لبناء الاستبيان. ط2. فلسطين: مطبعة أبناء الجراح.

- حكومة، رجب عبد الله، وبين زقلام ، رجاء(2020). مفاهيم إعادة هندسة العمليات وإمكانية تطبيقها لتحسين مستوى أداء المؤسسات. دراسة حالة جامعة طرابلس. مجلة البحوث الهندسية. جامعة طرابلس. ليبيا. العدد (25). ص ص 14-24.

- حنون، نايفة مراد(2010). درجة استخدام أسلوب الهندسة الإدارية في ممارسة العمليات الإدارية في المدارس الحكومية في محافظات الضفة الغربية من وجهة نظر المديرين والمديرات. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية الدراسات العليا. جامعة النجاح الوطنية: نابلس. فلسطين.

. الحنيش، جمعة الهادي، والصواني، أيمن عمران(2019). دور الهندرة في خفض تكاليف مشاريع التشييد في ليبيا. شركة المقاولات والاستثمارات الهندسية في مدينة الزاوية كحالة للدراسة. المؤتمر الهندسي الثاني لنقابة المهن الهندسية في الزاوية. تم الاسترجاع في [10-6-2022] على الرابط <http://sec.leaboz.org.ly>

. الخطيب، نور سعد(2013). درجة ممارسة رؤساء الأقسام الأكاديمية في كليات الجامعة المستنصرية في العراق لأسلوب إعادة هندسة العمليات الإدارية وعلاقتها بدرجة استخدام هيئة التدريس لتكنولوجيا التعليم من وجهة نظرهم، رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم التربوية. جامعة الشرق الأوسط: العراق.

. خليل، عطا الله(2008). دور هندسة العمليات في دعم قرارات خفض التكاليف في ظل فلسفة إدارة التغيير. المؤتمر العلمي الدولي الثامن لإدارة التغيير ومجتمع المعرفة. 21-24 إبريل. جامعة الزيتونة. الأردن.

. دبنون، محمد، ومحمد، علي مفتاح، والقنطري، محمد(2019). دور الهندرة في تحسين أداء جامعة سرت في ليبيا، دراسة ميدانية على الكليات التابعة لجامعة سرت. مجلة الدراسات الاقتصادية. كلية الاقتصاد. جامعة سرت. العدد (1). ص ص 239-250.

. درويش، محمود أحمد(2018). مناهج البحث في العلوم الإنسانية. مصر: مؤسسة الأمة العربية.

. الزهراني، ابتسام أحمد، وغيث، نرفانا عبد الرحمن(2019). دور الهندرة في تبسيط الإجراءات الإدارية. دراسة ميدانية على الموظفين الإداريات في جامعة الملك عبد العزيز في السعودية. مجلة العلوم الاقتصادية والإدارية والقانونية. المجلد (3). العدد (1). ص ص 9-23.

. السلطان، فهد بن صالح(2009). إعادة هندسة نظم العمل (الهندرة) النظرية والتطبيق. ط2. السعودية: مكتبة الملك فهد الوطنية.

. الشريف، أسامة عوض(2014). واقع استخدام تقنية إعادة هندسة العمليات الإدارية في جامعة القدس من وجهة نظر أعضاء هيئة التدريس وعلاقته برضاهم الوظيفي. رسالة ماجستير غير منشورة. عمادة الدراسات العليا. جامعة القدس: فلسطين.

. صالح، مراد(1998). مؤشرات الجودة في التعليم العالي المصري. مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر. العدد (72). ص 19.

. الصيرفي، محمد (2006). هندسة الموارد البشرية. ط1. الإسكندرية: مؤسسة حورس للنشر والتوزيع.

. الطائي، محمد، والخفاجي، نعيمة(2009). نظم المعلومات الإستراتيجية. عمان: دار الثقافة العربية.

. الطراونة، سليمان، وخاطر، سليمان، وطويقات، مشهور(2011). درجة تطبيق بنود إعادة هندسة العمليات الإدارية في تطوير أداء العاملين في مديرية التربية والتعليم لعمان الرابعة. مجلة جامعة القدس المفتوحة للدراسات والأبحاث 24 (1). ص ص 286-309.

. العارف، نادية(2000). الإدارة الإستراتيجية، إدارة الألفية الثالثة. الإسكندرية: الدار الجامعية. المجلد (29). العدد (1). ص ص 86-98.

- عبد الفاضل، تغريد عوض(2020). دور الهندرة في تحقيق الميزة التنافسية، دراسة حالة شركة كوفتي للمواد الغذائية في السودان. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات الاقتصادية والإدارية. المجلد (29)، العدد (1). ص ص 86-96.

. العبيد، عبد الوهاب سليمان(2016). أثر تمكين العاملين في الارتباط الوظيفي لدى موظفي بيت التمويل الكويتي. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة آل البيت: الأردن.

- القريوتي، محمد القاسم(2000). السلوك التنظيمي، دراسة السلوك الإنساني الفردي والجماعي في المنظمات المختلفة. عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع.

- الكحلوت، أحمد خليل(2017). علاقة إعادة العمليات بتحقيق الميزة التنافسية في الجامعات الفلسطينية في غزة. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية الاقتصاد والعلوم الإدارية. جامعة الأزهر: غزة. فلسطين.

. المغربي، كامل محمد(2001). الإدارة والبيئة السياسية العامة. الأردن: دار وائل للطباعة والنشر.

. ياسين، وديع، ومحمد، حسن عبد(1996). التطبيقات الإحصائية في بحوث التربية الرياضية. العراق: دار الكتب للطباعة والنشر.

ب . المصادر والمراجع الأجنبية:

_ Bisaria, Gauraw (2013) Achieving Competitive Advantage by Private Management Colleges or Private University. **International Journal of Social Science and Interdisciplinary Research**, Vol (2). (3). P 90.

_ Dirisu, J, Iyiola, O, & Ibidunni, S (2013) Product Differentiations A tool of Competitive Advantage and Optimal Organizational Performance. A study of Unilever Nigeria PLC. **European Scientific Journal ESJ**. (34): p 259.

_ Hammer M, & Champy J (1993) **Reengineering the Corporation a manifesto for Business Revolution**, London, Nicholas Brealey Publishing.

_ Jalali, M , Maroof, F, Navid, J, & M0hammad, R (2013) **Evaluation the relationship between ICT. Adoption and business process reengineering small and medium sized enterprises of kermanshan province**. International research journal of applied and basic sciences, Vol (4). Issue (3), P 594.

- Krejcie. R & Morgan. D.(1970), Determining sample size for research activities. **Educational and Psychological Management**. 30. 607- 610.

_ Macmillan H, & Tampoe, M (2000) Strategic Management Process, content, and implementation, Oxford Publication Process.

-
- _ Manganelli R.L, Klein,M.M, (1994) **A framework for reengineering.**
Management Review.
- _ Pitts, R & Lei, D, (1996) **Strategic Management: building and Sustaining Competitive Advantage**, USA; West publication.
- _ Zigiariis, S (2000) **Business Process Reengineering BPR** Report produced for the EC project, INNOREGIO: dissemination for innovation and knowledge management techniques, BPR Hellas SA, P 10.

السلوك القيادي لمديري التربية والتعليم ومساعدتهم في مديريات التربية والتعليم في الأردن

Leadership behavior of education directors and their assistants in the directorates of education in Jordan

د. ابراهيم أحمد أبو جامع، جامعة الشرق الأوسط - الأردن

د. علي عودة الطراونة، جامعة الشرق الأوسط - الأردن

Dr. Ibrahim Ahmad Abujaime, Middle East University – Jordan

Dr. Ali Odeh Tarawneh, Middle East University – Jordan

E-mail: aliodeh.dr2015@gmail.com

الملخص:

هدفت الدراسة تعرف السلوكات القيادية لمديري التربية والتعليم ومساعدتهم في الأردن، وقد تكونت عينة الدراسة من جميع مديري التربية والتعليم ومساعدتهم في جميع المناطق التعليمية، وكانت أداة القياس المستخدمة؛ أداة وصف فاعلية وتكيف القائد لتحديد السلوك القيادي المناسب للحالة التي صممت من قبل هيرسي وبلانشارد (Hersey & Blanchard) في مركز الدراسات القيادية في كاليفورنيا معتمدين نظريتهما الموقفية. وترجمها وطورها بما يناسب البيئة العربية (المغيدي، والناجي 1998م). وبعد إجراء المعالجات الإحصائية المناسبة، أشارت نتائج الدراسة إلى ما يلي: أشارت إلى أن السلوك القيادي السائد كان "السلوك القيادي المشارك" تلاه "السلوك القيادي المسوق" بينما جاء "السلوك القيادي الأمر" في المرتبة الأخيرة، أما "السلوك القيادي المَقْوُض" فلم يسجل أي تكرار. وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في السلوك القيادي لدى مديري التربية والتعليم ومساعدتهم تُعزى للمتغيرات الديموغرافية التالية: "مستوى الخبرة، والمنشأ الاجتماعي". وإلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في السلوك القيادي لدى مديري التربية والتعليم ومساعدتهم تُعزى لمتغيري "سنوات الخبرة، والتخصص". وفي ضوء ما تم التوصل إليه من نتائج فقد أوصت الدراسة بمجموعة من التوصيات.

الكلمات المفتاحية: السلوك القيادي، مديري التربية والتعليم، مساعدين مدير التربية والتعليم، مديريات التربية والتعليم في الأردن.

Abstract

The study aimed to know the leadership behaviors of education directors and their assistants in Jordan, The study sample was formed by all education directors and their assistants in all educational areas, and the measurement tool was used; The effective description and adaptation of the leader to determine the appropriate leadership behavior of the situation that was designed by

Hersey & Blachaard at the California Leading Studies Center, relying on their position. And translated and developed it to suit the Arab environment (Al - Mughaidi, Al -Naji 1998). After conducting the appropriate statistical treatments, the results of the study indicated the following: indicated that the prevailing leadership behavior was "the participating leadership behavior" followed by "marketed leadership behavior" while the "commanding leadership behavior" came in the last rank, while the "Lost Leadership behavior" did not register Any repetition. The results indicated that there are no statistically significant differences in the leadership behavior of education directors and their assistants attributed to the following demographic changes: "The level of experience and social facility". And to the existence of statistically significant differences in the leadership behavior of the education directors and their assistants attributed to the "years of experience and specialization". In light of the results reached, the study recommended a set of recommendations.

Key words: Leadership behavior, education directors, Assistant Director of Education, Education Directorates in Jordan .

المقدمة:

تعددت وجهات النظر بصدد تعريف القيادة وتحديد مفهومها؛ فقد نظر بعضهم إلى القيادة على أنها مركز لعمليات الجماعة أو أن القائد بحكم مركزه في الجماعة يعمل كوسيط رئيس في تحديد بنية الجماعة، وأهدافها وأيديولوجيتها ونشاطها. إنَّ تحديد مفهوم القيادة تطوّر متأثراً بتطوّر دراسة علم الإدارة العامة، ابتداءً بعصر التنظيم البيروقراطي وما تلاه من فكر حركة الإدارة العلمية، ثم عصر العلاقات الإنسانية، ثم النظريات القيادية الحديثة عامة. وقد تناول الأدب التربوي ذي الصلة مفهوم الإدارة والقيادة وفرّق بين مفهومي القيادة والإدارة، ففي الإدارة يستمد الفرد قوته من السلطة القانونية التي يعينها له مركزه الوظيفي، التي تجعل العاملين ينفذون التعليمات خشية العقوبة الواردة في هذه التعليمات، بينما تنبع القيادة من مقدرة القائد على التأثير في الآخرين ويجعلهم يقبلون قيادته اختيارياً متجاوزاً بذلك المقدرة على استعمال سلطة المركز إلى ممارسة صلاحياته المنطلقة من مهاراته ودرايته لجعل الأهداف واقعاً فعلياً.

ويؤكد (الطويل، 2006) أن القيادة والإدارة مفهومان متكاملان، إذ من الضروري أن يعيش كل قائد الرؤية الإدارية وديمومة تبصر الهم الإداري الذي يتعايش معه، بمعنى آخر يجب أن يكون بين الدور القيادي والدور الإداري تناغمية في المسلمات والقناعات تشكل خلفية تتجذر فيهما الممارسات وتؤثر في بعد أداء الدورين "القيادة" و "الإدارة" مما يجعل من ممارستهما فرصة لتحقيق التكاملية المثيرة لا التنافسية المحبطة. إن تكامل الدورين "الإداري والقيادي" يتطلب إعادة هندسة النظم التربوية بشكل لا يجعل فرصة للمفاضلة بينهما بل التأكيد على تكاملتهما، إن كل ممارسة قيادية نوع من الإدارة وكذلك الممارسة الإدارية يجب أن تتم بنفس وحس قيادي. فالقيادة والإدارة تشكلان ركيزتين أساسيتين لفاعلية النظم تماماً كأهمية الجناحين للطائر. لأن الإدارة عملية يومية مستمرة يتم من خلالها تنسيق نشاطات العاملين وتفعيل المصادر المتوفرة للنظم لإنجاز مختلف المهام المنظمية على أفضل وجه ممكن. فالإدارة نشاط يتضمن مسؤولية) أبو ناصر، 2008).

أما القيادة فتوجهها أكثر ارتباطاً واهتماماً ببعيد الرؤى والقيم والإستراتيجيات التي تعيشها النظم الاجتماعية. فالقيادة تعنى بفن عملية التفكير والتفكير في مجريات الأمور وفيما يُمارس ويفعل ضمن إطار هذه النظم، وهي عبارة عن محادثة ومحاورة تفكيرية تحليلية نقدية مع مكونات الموقف المعين.
مشكلة الدراسة:

تعددت وجهات النظر بصدد تعريف القيادة وتحديد مفهومها؛ فقد نظر بعضهم إلى القيادة على أنها مركز لعمليات الجماعة أو أن القائد بحكم مركزه في الجماعة يعمل كوسيط رئيس في تحديد بنية الجماعة ووجودها، وأهدافها وأيديولوجيتها ونشاطها. إن مثل هذا التوجه يلفت الانتباه إلى أهمية بنية الجماعة وعملياتها في دراسة القيادة، ولكنه أقرب إلى التعريف الشعبي أو الجماهيري للقيادة، الذي ينظر إلى القائد على أنه إنسان متفوق عن جماعته، ويتقدم عليها بعض الخطوات بحيث لا يسهل تخطيه. وحيث لم يسبق أن تم تناول دراسة السلوك القيادي في المملكة الأردنية الهاشمية حسب علم الباحث؛ فقد هدفت هذه الدراسة إلى إلقاء الضوء على السلوك القيادي لدى مديري التربية والتعليم ومساعدتهم في المملكة الأردنية الهاشمية، باعتبارهم أعلى قيادة تربوية في المناطق والمحافظات التي تحت إدارتهم، وأوسع الفئات القيادية صلاحية، من جهة صناعة القرار، فهم بذلك من أبرز المكونات المؤثرة في الأداء المنظمي. وهو أمر يبرز موقع هذه الدراسة ويشجع على تحديد المشكلة ودراستها.

مشكلة الدراسة: تتحدد مشكلة الدراسة: ما السلوك القيادي لدى مديري التربية والتعليم ومساعدتهم في الأردن؟

أسئلة الدراسة:

السؤال الأول: ما السلوك القيادي التي يمارسها مديرو التربية والتعليم ومساعدوهم؟
السؤال الثاني: هل هناك اختلاف في السلوكات القيادية لدى مديري التربية والتعليم ومساعدتهم، تُعزى إلى متغيرات: سنوات الخبرة، ونوع الإدارة التعليمية، والمنشأ الاجتماعي، والتخصص؟
أهمية الدراسة:

تُعد هذه الدراسة ذات أهمية بالغة وذلك للاعتبارات التالية:

- أهميتها لمؤسسات المجتمع للارتقاء بأدائها بما يحقق متطلبات التنمية المستدامة.
 - أهميتها لمتخذي القرار في الجامعات الأردنية وذلك بتفعيل دور الجامعة في تحقيق المسؤولية المجتمعية وفق متطلبات التنمية المستدامة.
 - أهميتها للباحثين والدارسين بالرجوع للموضوعات والأدب النظري التي تطرقت لها هذه الدراسة.
- أهداف الدراسة:

تسعى هذه الدراسة إلى تحقيق الأهداف التالية:

- تعرف السلوك القيادي لدى مديري التربية والتعليم ومساعدتهم.
 - تعرف الفروق في السلوكات القيادية لدى مديري التربية والتعليم ومساعدتهم تبعاً لمتغيرات: سنوات الخبرة، ونوع الإدارة التعليمية، والمنشأ الاجتماعي، والتخصص.
- حدود الدراسة:

أجريت هذه الدراسة على مديري التربية والتعليم في المملكة ومساعدتهم والمنتظمين في عملهم في العام الدراسي (2021/2022).

مصطلحات الدراسة:

اشتملت على المصطلحات التالية: السلوك القيادي، وإدارات التربية والتعليم، ومديرو التربية والتعليم. - السلوك القيادي: تبنت الدراسة إجرائياً تعريف (Hersey & Blanchard, 1988) للسلوك القيادي، وهو: أسلوب السلوك الذي يمارسه القائد في أغلب الأحيان والذي يسعى من خلاله إلى التأثير في نشاطات الأفراد أو الجماعات لتحقيق أهداف معينة. وتعتمد هذه الدراسة إجرائياً على نظرية هيرسي وبلانشارد الموقفية والتي تحتوى على ثلاثة محاور أساسية، وأهم مفاهيم هذه النظرية أنها تؤمن بعدم فاعلية أسلوب قيادي بعينه وإنما تعتمد درجة الفاعلية على مدى ملاءمة الأسلوب القيادي لموقف محدد بعينه. (Hersey & Blanchard, 1988). ومن خلال التفاعل تنبثق أربعة أساليب قيادية، هي:

أسلوب الأمر (عالٍ في التوجيه ومنخفض في المساندة).

أسلوب التسويق (عالٍ في التوجيه والمساندة).

أسلوب المشاركة (عالٍ في المساندة ومنخفض في التوجيه).

الأدب النظري:

أولاً: القيادة:

تسعى المؤسسات التربوية للوصول إلى رؤية مستقبلية واضحة، مبنية على خطط استراتيجية قابلة للتنفيذ، وهذا لا يتم إلا بوجود قيادات تُسهم في الوصول بها إلى الأهداف المرجوة، ولا يقتصر ذلك على القائد التربوي فحسب، بل ينعكس سلوكه القيادي على نظام المؤسسة بشكل عام.

فالقائد إنسان له مقاصد ويعيش معتقدات وقناعات يؤمن بها تتعلق بجوهر النظام التربوي وواقعة والشكل الذي يفترض أن تكون عليه هذه النظام. وهو معنى أيضاً بطرح تصورات وقناعاته بشكل يُمكنه من استقطاب الآخرين لدعمها. (الطويل، 2006) إن التعامل مع هذه الأطروحات يتطلب مناقشة ما الذي يعنيه مصطلح قيادة؟ لقد تعددت الاجتهادات حول هذا المفهوم فالبعض يرجع به ليعني مكتبياً أو مركزاً، بينما البعض الآخر يقصد به المقدر على القيادة من منطلق أن هناك قليلاً من الأفراد يتمتعون بمقدرات قيادية بينما فئة أخرى ترى أن القيادة تعنى العمل مع الآخرين والتشارك معهم لإنجاز أهدافٍ متفقٍ عليها. ويعرّفها البديري (البديري، 2001) بأنها: مجموعة العمليات القيادية التنفيذية والفنية التي تتم عن طريق العمل الإنساني الجماعي التعاوني الساعي على الدوام إلى توفير المناخ الفكري والنفسي والمادي المناسب الذي يحفز الهمم ويبعث الرغبة في العمل الفردي والجماعي النشط والمنظم من أجل تحقيق الأهداف التربوية المحددة. وعرفها (العامري والغالي، 2007) بأنها المقدر على التأثير على الآخرين: أفراداً وجماعات في قيمهم وأفكارهم وسلوكهم والمقدرة على توجيههم لتحقيق الأهداف المتوخاه. وهي المقدر على إحداث تغيير في الأهداف والأساليب والإجراءات في العمل والمقدرة على التصور والتفاعل مع الحاضر والمستقبل، والمقدرة على وضع إطار لعمل الأفراد والجماعات وبناء وتعظيم الروح لمجموعة العمل. كما عرفها روني ليكرت (Rensis Likert) والمشار إليه في حريم (2004) فقد عرف القيادة بأنها "مقدرة الفرد على التأثير في شخص أو جماعة وتوجيههم وإرشادهم لنيل تعاونهم، وحفزهم للعمل بأعلى درجة من الكفاية من أجل تحقيق الأهداف المرسومة".

يتضح مما سبق أنّ أيّ تعريف للقيادة يجب أن يضم مضامين تتجاوز الاهتمام ببعد القيادة إلى بعد صيانة القيادة واستمراريتها. فالقيادة تقدم خدمة مستمرة في عمل الجماعة مثل تحقيق أهدافها، وحل مشاكلها وتجسيد توقعاتها، ولخدمة مفهوم القيادة فإنه من الأفضل أن تعرّف القيادة في ضوء متغيرات لها أثارها في تميز أدوار الجماعة وفي المحافظة على صيانة هذه الأدوار وتنميتها.

مصادر قوة/ تأثير القائد:

اهتم كثير من الباحثين بكيفية ممارسة عملية القيادة، وبالتحديد مصادر القوة ووسائل وأدوات التأثير التي يمكن أن يستخدمها القائد في التأثير على الأفراد وتعديل سلوكهم وأفعالهم. ومن الدراسات المشهورة في هذا المجال تلك التي قام بها رفن وفرنش (Bertram Raven, John French) إذ حددا مصادر قوة القائد بخمسة مصادر أساسية يستند إليها القائد في التأثير على الآخرين وهي: (Fulmer, 1998) (ماهر، 2003):

1. قوة المكافأة، وتستند إلى إدراك المرؤوس بأن الامتثال لرغبات الرئيس سيؤدي إلى حصوله على عوائد إيجابية معنوية ومادية.
2. قوة الإكراه والقسر، وتستند إلى الخوف، إذ يدرك المرؤوس بأن عدم التزامه وتقيده بأوامر وتوجيهات الرئيس يمكن أن تؤدي إلى قيام الرئيس بفرض عقوبة عليه، أي أن المرؤوس يتوقع بأن العقاب سيكون نتيجة عدم موافقته على أفعال واتجاهات ورغبات الرئيس.

3. قوة الشرعية، وهذا النوع من القوة يستمد من المنصب والوظيفة التي يشغلها الرئيس في السلم الهرمي للمنظمة.
 4. قوة الخبرة، وهي تستند إلى الخبرة والمهارة التي يمتلكها الشخص، والتي إذا توافرت في الرئيس تزيد من احترام المرؤوسين له وامتثالهم لتعليماته، ويزيد كذلك من احترام نظرائه له.
 5. قوة الاقتداء والإعجاب، وتعتمد على تقمص المرؤوسين لشخصية الرئيس إذ ينال إعجابهم به لما يتمتع به من سمات شخصية، أي أن المرؤوس يمكن التأثير به بسبب إعجابه بالرئيس.
- أما يوكل (Yukle,1981) فقد ميز بين إحدى عشرة أداة ووسيلة للتأثير القيادي بعضها شخصية تتعلق بالقائد ذاته، وبعضها رسمي. وهذه الوسائل هي (ماهر، 2003):
1. المطلب المشروع: للرئيس حق الطلب من المرؤوس الامتثال لأوامره وتوجيهاته في مجالات العمل.
 2. قوة المنفعة والعائد: يستخدم القائد وسائل الترغيب التي تجعل التابعين يستجيبون له نتيجة لما سيعود عليهم من عوائد.
 3. قوة القسر والإكراه: ويمكن للقائد أن يحصل على امتثال التابعين بوسائل تعتمد على استخدام القسر أو التهديد باستخدامه.
 - الاستمالة القائمة على الرشد: يلجأ القائد إلى استمالة المرؤوسين وإقناعهم بأن السلوك المطلوب أدائه يمثل أفضل الطرق لإشباع حاجاتهم أو لتحقيق طموحاتهم.
 4. قوة الخبرة: وهي تستند إلى الخبرة والمهارة التي يمتلكها الشخص.
 5. الإلهام: يستطيع القائد أن يحصل على امتثال التابعين من خلال التركيز على القيم والمثاليات التي يلتزم بها التابع.
 6. تطوير أو تغيير القيم والاعتقادات: يمكن أن يلجأ القائد إلى تكوين وتطوير قيم واعتقادات لدى التابعين (الإخلاص والشرف والنزاهة والطاعة) يستخدمها فيما بعد أساساً للحصول على التزام العاملين.
 7. تطويع القائد للمعلومات: يستطيع القائد التأثير على الأفراد من خلال عملية اتصاله وتواصله مع مرؤوسيه والتحكم بنوع المعلومات وكمها وتفسيرها وتحليلها للتأثير على سلوك الأفراد.
 8. تطويع ظروف البيئة: وذلك من خلال التصميم والتنظيم وتوفير الأدوات والوسائل والتقنيات والتسهيلات والإجراءات وتشكيل فرق وجماعات العمل في المنظمة بهدف تيسير تحقيق الأهداف.
 9. الإعجاب وقوة الكاريزما: يعتمد القائد على إعجاب التابعين به وانتمائهم لشخصه وتأثير ذلك على أداؤهم.
 10. المشاركة في القرار: فمن خلال إشراك المرؤوسين في عملية صناعة القرار وحل المشكلات، يستطيع القائد التأثير على سلوك الأفراد.
- وبمقدار ما يمتلك القائد من هذه المصادر، يتنامى تأثيره على الأفراد للامتثال بتحقيق توجهاته وأهداف المنظمة بكفاءة وفاعلية.
11. نظريات القيادة: ركزت على تحديد العوامل التي تؤدي إلى فعالية القائد، وهل بالإمكان تحديد خصائص أو أنماط سلوكية أو مواقف تميز أساليب القيادة وأي أسلوب أكثر فاعلية من غيرها من الأساليب؟ وفيما يلي عرض لأهم المداخل الرئيسة للقيادة.

12. مدخل نظريات السمات: تأثرت بدراسة جالتون (Galton,1879) عن القيادة تحدث فيها عن الخلفية الوراثية للرجال العظماء، فقد قبلت المجتمعات القديمة قادتها على أساس شجاعتهم الفيزيقية حيث كان يتم اختيار الأقوى كزعيم، وكان من مهامهم الأساسية كسب الحروب. وتقوم على مسلمة: بأن القادة يولدون ومعهم موهبة القيادة، وأنه توجد فيهم خصال تميزهم عن تابعهم. ويذكر (هيجان، 1993) أن أوائل الباحثين في القيادة لم يكونوا متأكدين من السمات الأساسية للقيادة الفعالة، ولكنهم كانوا على ثقة من إمكانية تحديد هذه السمات بالبحوث التجريبية. ولقد أجريت الكثير في الفترة بين 1904-1948م، وكان الأسلوب العام في هذه الدراسات مقارنة القادة بغير القادة، وذلك لإدراك الفروق ذات الصلة بالصفات الجسمية، والشخصية، وكذلك المقدرات. وقد قام ستوجل (Stogdill, 1981) بتحليل (52) اثنين وخمسين دراسة نشرت عام 1945م، لتحديد ما إذا كانت هذه الدراسات قد احتوت على عوامل مشتركة، وتم ذكر العوامل بناءً على تكرارها في ثلاث دراسات أو أكثر. إن نظرية السمات بنت أسسها على تتبع ووصف الخصائص الشخصية والاجتماعية والذهنية للقائد الناجح للاسترشاد بها عند اختيار القائد. وإن كان يؤخذ على هذه النظرية عدم مقدرتها على تقديم تفسيرات منطقية للسلوك القيادي، غير أنها ألقت الضوء على أن للقيادة سمات يمكن اكتسابها وتعديلها. (العديلي، 1995) وبالرغم من أن نتائج دراسة السمات مفيدة في تحديد خصائص قيادية بارزة، إلا أن المعلومات التي تساعد على التنبؤ بالقادة المؤثرين محدودة. لأن قائمة السمات الهامة للقيادة لا حد لها، وتزداد بمرور الوقت ولم تظهر مجموعة محددة من السمات يمكن أن تميز القادة الناجحين من غير الناجحين. ويؤكد كلٌّ من أندرو ومارك (Andrew, & Mark, 1987) أن التركيز على السمات الفردية لا يوضح بالفعل ما يقوم به الفرد في موقع القيادة. فالسمات تحدد من هو القائد ولا تحدد الأنماط السلوكية التي يبديها الفرد في محاولة التأثير على أفعال المرؤوسين. كما يلاحظ في هذا المدخل تأثير المرؤوسين على القادة فقط، فالتأثير هو العلاقة بين شخصين أو أكثر، ولذلك فإن التركيز على طرف واحد فقط من علاقة التأثير لا يعطى الصورة الكاملة للقيادة. ومع ذلك كله لا يمكن إغفال مساهمة هذه النظرية في الفكر الإداري لأن السمات موجودة، والناس يميلون النظر إلى السمات على أنها من معايير التمييز بين القادة.

ثانياً: المدخل السلوكي:

اتجه العلماء السلوكيون إلى التركيز على السلوك الفعلي للقائد، والكيفية التي يتصرف بها، وذلك لعدم الاقتناع بمعطيات نظريات السمات، وانطلق ذلك من الاعتقاد بأن القادة المؤثرين يستخدمون نمطاً أو أسلوباً معيناً في قيادة الأفراد والجماعات لتحقيق أهداف معينة، مما يؤدي إلى مستوى عال من الإنتاجية والروح المعنوية. وقد ركزت النظريات السلوكية على فعالية القائد وليس على مظهره. ومن أبرز دراسات المدخل السلوكي للقيادة ما يلي:

أولاً: دراسات جامعة ولاية أوهايو في القيادة: أدت إلى تحديد عاملين لوصف سلوك القائد: (هيجان، 1993) الأول: يتعلق بالمدى الذي يتمكن فيه القائد من تحديد وتصميم بنية دوره وكذلك أدوار العاملين معه في سعيه لتجسيد الهدف/ الأهداف المرسومة وقد أطلق على ذلك "بعد بلورة البنية". والثاني: يتعلق باحترام مشاعر العاملين ومراعاتها ويتضمن جو من العلاقات الوظيفية المتصفة بالثقة المتبادلة، واحترام آراء التابعين. وتم اعتماد هذين البعدين بصورة نهائية في الأداة المشهورة لوصف سلوك القائد (L.B.D.Q). والذي قام هالبن (Halpin) ووينر (Winer) بتعديله إلى (130) فقرة.

ويوضح الجدول رقم (1) نتائج دراسات جامعة أوهايو لدراسة السلوك القيادي:

الجدول 1. نتائج دراسات جامعة أوهايو لأنماط السلوك القيادي (عباصرة، 2003)

بعد البنية (الهيكلة) Initiating Structure			البعد
منخفض	عالٍ	المستوى	بعد الاعتبارية
أداء منخفض.	أداء عالٍ.	عالٍ	
مستوى تظلم منخفض.	مستوى تظلم منخفض.	منخفض	
مستوى ترك العمل منخفض.	مستوى ترك العمل منخفض.		
أداء منخفض.	أداء عالٍ.		
معدل تظلم عالٍ.	معدل تظلم عالٍ.		
معدل ترك العمل عالٍ.	معدل ترك العمل عالٍ.		

ويتضح من الجدول السابق أن القائد ذو المستوى العالي على بعدي البنية والاعتبارية، لديه أفضل الشروط في بيئة العمل من أداء مرتفع، وتدني مستوى التظلم وترك العمل، بينما تكون الشروط في أسوأ أحوالها إذا كان وضع القائد منخفضاً على هذين البعدين حيث يكون الأداء متدنياً، مع ارتفاع مستوى التظلم، وقد ذكر باس وستوجل (Bass&Stogdill.1990) أنه بتحليل وصف بيانات (107) من العاملين لنمط قيادة مديرهم باستعمال مقياس وصف سلوك القائد (L.B.D.Q.) وجد أن تتطابق نمط القائد مع حاجات العاملين، أنتج أقصى درجة من رضا العاملين عن القيادة على الرغم من عدم شمول هذا الرضا لباقي عناصر الموقف كالعمل أو شروط العمل. (أبو ناصر، 2008). وانصب إسهام دراسة جامعة أوهايو على التمييز بين نوعين من أنماط القيادة، وتوضيح وظائف القائد في كل من هذين السلوكين. إلا أن الدراسات لم تستطع أن تثبت تميز أحد النمطين على الآخر. وذلك لعدم أخذ دراسات أوهايو للاعتبارات الموقفية والبيئية للقيادة في الحسبان. وهذا ما تناولته دراسات لاحقة واعتبرته عناصر وسيطة في تعرف العلاقة بين نمط القيادة من ناحية، والمؤثرات السلوكية لأداء المرؤوسين من ناحية أخرى.

ثانياً: دراسة جامعة ميتشيغان: تبلورت هذه الأفكار في أربعينيات القرن الماضي، وتعلقت الدراسات بالطريقة التي يتفاعل بها القائد مع التابعين في صناعة القرارات. وفي إطارها تم مقابلة مجموعة كبيرة من المديرين ومرؤوسهم، وحددت هذه البحوث نوعين من سلوكيات القادة هما:

1. التركيز على العمل. 2. التركيز على العاملين.

إن المديرين الذين يعتمدون سلوكيات تركيز على العمل يهتمون اهتماماً عالياً لكيفية أداء العمل من قبل العاملين وتوضيح إجراءات العمل، واهتماماً عالياً بالأداء. أما المديرين المستخدمون لسلوكيات تركيز على العاملين، فإنهم يطورون مجاميع العمل ويهتمون برضا العاملين عن أعمالهم وأن من أهم أولوياتهم رفاه العاملين. إن هذين الأسلوبين لسلوك القائد يمثلان نهايتين على خط مستقيم في أطرافها الأول تركيز تام على العمل وفي الطرف الآخر تركيز تام على العاملين. وفي إطار دراسات ميتشيغان تم بحث هذين الأسلوبين بتعمق وافترضوا أن سلوك القائد الذي يركز على العاملين بشكل عام أكثر فاعلية من الأسلوب الآخر. (العالمي والغالي، 2007). أبدى بعض المحللين ملاحظات متعلقة بدراسات جامعة ميتشيغان وجامعة ولاية أوهايو، وركزت معظمها على جانبين: (Androw& Mark.1987)، أولاً: هناك بعض الشواهد التي توضح أن أسلوب أو سلوك القادة يتغير من موقف لآخر. فقد يتبع أحد القادة، مثلاً، الأسلوب الذي يهتم بالعاملين في الظروف

العادية، أو حينما يسير نشاط الجماعة بسهولة ويسر. أما في الظروف الملحة، وتزايد الضغط لإنجاز العمل في مواعيد محددة، فقد يغير القائد سلوكه ليكون موجهاً نحو الوظيفة، ثانياً: أنه لم تؤخذ في الحسبان العوامل الموقفية الأخرى، مثل: درجة تماسك الجماعة، أو طبيعة الخصائص الشخصية للمرؤوسين، أو طبيعة المهام. فقد يكون سلوك قائد الجماعة غير المتجانسة مختلفاً عن سلوك قائد الجماعة المتجانسة حتى ولو كانوا يؤدون نفس المهام.

ثالثاً: إسهامات ليكرت: اشتهر نظام ليكرت لاقتراحه أربعة أنواع مناخية مختلفة عرفت بالأنظمة الإدارية (عياصرة، 2003).

الأول: النوع التسلطي الاستغلالي، وفيه تتخذ الإدارة القرارات الخاصة بالعمل أو العاملين دون مشاركتهم، مما يؤدي إلى غلبة طابع الخوف وعدم الثقة على العلاقات بين الإداري والمرؤوس، الثاني: التسلطي الهادف، وفيه تتخذ القرارات عبر تسليطية هادفة، وبالرغم من الفروق بين هذين النظامين إلا أنهما متقاربان لدرجة تجعل من الممكن وضعهما معاً، فالقادة الذين يتبعون النظام الأول والثاني يتصفون بأنهم مركزيون، ينظرون إلى التابعين على أنهم أقل ولاءً للمجموعة وأقل تعاوناً وإنهم أقل واقعية للأداء، الثالث: الاستشاري، وهنا تُبدي الإدارة قدرماً ملحوظاً من الثقة في العاملين ولكنه ليس كاملاً، بحيث يوجد قدر من التفاعل والاتصال المتبادل بين القادة والعاملين، ويتم تفويض جانب لا بأس به من السلطات للمستويات الأدنى، الرابع: المشاركة الجماعية، إذ توجد الثقة الكاملة في كل الأمور، ويتفهم القائد جيداً مشكلات التابعين، ويسمح لهم بالاشتراك الكامل في صناعة كل القرارات التي تعينهم.

ويفترض ليكرت (Likert, 1967) أن السلوك الرابع هو السلوك الأمثل والأكفأ؛ لأنه يزيد الإنتاج ويعزز مستوى الرضا بين العاملين على حد سواء، ويجعل جميع أفراد المجموعة يعملون كوحدة واحدة حيث يشعر الجميع بروح الفريق وبالأهداف المشتركة بين العاملين والمنظمة؛ مما يؤدي إلى توافر الدافعية لدى العاملين. ويذكر أن هناك ثلاثة مبادئ أساسية للنظام الرابع (System 4) الذي يتصف بالمشاركة وهذه المبادئ هي:

1. مبدأ العلاقات المساندة، وهو مبدأ عام يستطيع أن يستعمله كل أعضاء المنظمة لتنظيم علاقاتهم مع بعضهم البعض. ويتضمن السلوك المساند إظهار الثقة، وكذلك الصداقة والتقدير.

2. مبدأ الإشراف الجماعي، وهو عكس ما يستخدم في النظامين الأول والثاني، فنموذج التفاعل رجل لرجل ومبدأ الإشراف الجماعي يسهل مشاركة التابعين في صناعة القرارات.

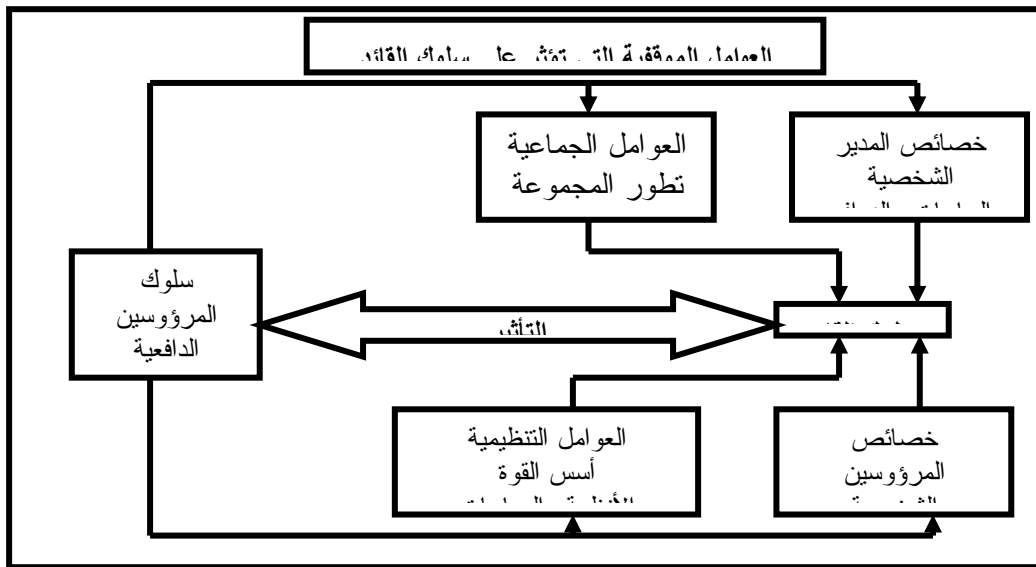
3. مبدأ طموحات الأداء إذ يتوجب على المديرين أن يوجهوا المرؤوسين في وضع الأهداف الواقعية السامية.

رابعاً: نموذج الشبكة الإدارية: قام بليك وموتون (Blake and Mouton) بتطوير نموذج عرف باسم الشبكة الإدارية المتسامية، وذلك ضمن إطار بعدي السلوك القيادي المشار إليهما في دراسات جامعة أوهايو، ووفق هذه الشبكة يتم النظر إلى سلوك أي قائد على أساس شموله لهذين البعدين، ولكن ليس بالضرورة أن يكون هذا الشمول متساوياً فأحياناً قد يكون سلوك القائد منصباً على الاهتمام ببعدها العاملين ومراعاتهم وقليل الاهتمام ببعدها البنية، أو قد يكون عالي الاهتمام ببعدها البنية وقليل الاهتمام فيما يتعلق ببعدها العاملين ومراعاتهم، أو قد يكون عالي الاهتمام ببعدها البنية ومراعاة العاملين على حد سواء، أو قليل الاهتمام في البنية ومراعاة العاملين على حد سواء. (ماهر، 2003).

النظريات القيادية:

أولاً: النظرية الموقفية في القيادة: أدرك الباحثون، قصور النظريات السلوكية، ومن ثم بدأوا استحداث مداخل جديدة لدراسة القيادة، تركز على النظريات الموقفية الأكثر تعقيداً. لقد وضعت أعمال الباحثين في مجال السمات وأنماط السلوك، أساساً هاماً لدراسة القيادة في المنظمات، حيث دلت نتائج هذه الأعمال على أن أكثر الطرق فعالية للقيادة تتوقف على الموقف المعين. هذه النظرية لا تؤمن أن نجاح القائد يستند إلى صفاته الشخصية فقط. وإنما تعلق نجاحه إلى عوامل خارجية أخرى، وتؤكد هذه النظرية على أن القائد هو وليد الموقف وأن المواقف هي التي تبرز القيادات وأن الظروف البيئية بكل محتوياتها الاجتماعية والاقتصادية والثقافية والسياسية وغيرها هي الأساس في بروز القائد (مصطفى والنايه، 1986). فقد يكون الشخص لديه مؤهلات وصفات تؤهله ليكون قائداً في موقف معين، بينما لا تؤهله هذه الصفات ليكون قائداً في موقف آخر، ومن هنا فنجاح القائد في منظمة ليس دليلاً على نجاحه بالضرورة في منظمة أخرى. والنظرية الموقفية تقدم مفهوماً دينامياً للقيادة، لأنها لا تربط القيادة بالسمات الشخصية للفرد فقط، وإنما تربطها بمتغيرات الموقف الإداري، على أساس أن عوامل الموقف، والمتغيرات المرتبطة بها هي التي تحدد السمات التي يمكن أن تعزز مكانة الشخص القائد وفرص نجاحه. كما أنها من ناحية أخرى تقدم مفهوماً مرناً للقيادة، وذلك من خلال عدم حصر القادة في عدد محدود من الأفراد ممن تتوافر فيهم سمات معينة. كما أن من مظاهر مرونتها رفضها للمفهوم بأن القادة يولدون ولا يصنعون، وتأكيداً على أن هناك بعض السمات والمهارات القيادية يمكن اكتسابها بالتعليم والتدريب. (عبدالباقى، 2002). ويشير كلٌّ من زيلاجي ووالاس (Szilagyi & Wallace, 1981). إلى أن أهم ما يؤثر في سلوك القادة أربعة متغيرات موقفية: أولاً: خصائص المديرين الشخصية كالذكاء والثقة بالنفس، وحاجاتهم، ودوافعهم، وثقافتهم، ثانياً: خصائص التابعين، وتشمل حاجاتهم، ودوافعهم، وثقافتهم، ثالثاً: خصائص الجماعة وتشمل تماسكها وتعاونها وفعاليتها نموها، رابعاً: عوامل تنظيمية تتعلق بنوع المنظمة ومصادر القوة فيها وطبيعة ضغوط العمل التي تعيشها عملية صناعة القرارات فيها.

والشكل رقم (1) يقدم ملخصاً لهذه العوامل:



الشكل 12. العوامل الموقفية التي تؤثر في سلوك القائد المصدر: (Andrew & Mark, 1987)

ومن أهم النماذج التي تمثل تطور مفهوم القيادة في مجال الموقف والتي تشترك في عناصر رئيسية، ما يلي:

أولاً: أنموذج الظروف المتغيرة لفاعلية القيادة: قام فيدلر (Fiedler, 1967) بتطوير أنموذج أسماه نموذج الظروف المتغيرة لفاعلية القيادة الذي يعتمد على المواءمة بين نمط القيادة وبين مدى ملاءمة الموقف القيادي نفسه، ويرى أن ملاءمة الموقف للنمط القيادي يعتمد على ثلاثة عوامل: تحدد فاعلية القائد أو عدمها، وهي: الأول: وهو علاقة القائد بالعاملين في المنظمة ويرى أن هذا هو أكثر العوامل أهمية في مدى ملاءمة الموقف، الثاني: وهو بنية المهام، أي وضوح الأهداف والواجبات والمهام للعاملين ويأتي هذا العامل في الدرجة الثانية من الأهمية في مدى ملاءمة الموقف، الثالث: قوة المركز، وتعني مقدرته على التأثير بما يمنح من سلطة رسميه في توجيه سلوك جماعة العمل، ويرى أن هذا العامل يأتي في المرتبة الثالثة من حيث التأثير في مدى ملاءمة الموقف. ويشير الطويل (الطويل، 2006) إلى أن هذا البعد الثالث يتألف من عوامل رئيسة ثلاثة: العامل الأول: هو علاقة القائد/ الفرد. ففي المواقف التي تكون فيها هذه العلاقات ايجابية فإنه سيكون للقائد تأثير أكبر مما لو لم يكن القائد محبوباً من جماعته أو اتسمت علاقاته بهم بالسلبية، العامل الثاني: يتعلق بسلطة القائد الرسمي، فكلما زادت مقدرته وإمكانية ممارسته لفاعليات ايجابية وسلبية كلما زادت مقدرته على التأثير، العامل الثالث: يتصل هذا العامل حسب رأى فيدلر بدرجة قبولته وتشكيلته للمهمة أو عدم قبولتها فكلما كانت المهمة محددة ضمن بناء معين كلما سهل على القائد إخبار تابعيه بما يجب أن يقوموا به. وقد طور فيدلر استبانته تحتوي على (16) صفة ثنائية القطب مثل: (مسر. غير مسر، فعال. غير فعال) وأطلق عليها استبانته زميل العمل الأقل تفضيلاً. وتهدف الاستبانة الحصول على معلومات تتصل بعلاقة الفرد ومقدرته على العمل مع الآخرين وذلك عبر سؤال محدد نصه: "فكر بكل زملاء العمل الذين سبق أن كانوا معك". ثم صنف مستخدماً سلباً إذا صفات ثنائية القطب شخصاً واحداً كنت أقل ما يمكن مقدرة على العمل معه. ويفترض فيدلر في ضوء الإجابة التي يتم الحصول عليها، يمكن تحديد التوجه القيادي للمستجيب. فإذا ما كانت النظرة إلى زميل العمل الأقل تفضيلاً تتسم بشكل من الإطراء النسبي، فإنه يقترح بأن المستجيب يمكن اعتباره من المهتمين بشكل رئيسي بالعلاقات الشخصية الجيدة مع زملائه في العمل، ولكن إذا لم تتسم النظرة إلى زميل العمل السابق نفسه بالإطراء النسبي وكانت نسبياً غير ايجابية، فإن المستجيب يكون مهتماً بالأداء الجيد أو أنه ذو توجه مهامى – Task (Oriented)). (الطويل، 2006). وتكون المواقف ملائمة للقائد إذا كانت العوامل الثلاثة مرتفعة، فإذا كان القائد يلقي قبولاً بصفة عامة من المرؤوسين (البعد الأول مرتفع) وإذا كانت المهام التي تحويها الوظائف محددة وواضحة (البعد الثاني مرتفع)، وإذا كانت هناك قوة وسلطة ممنوحة للمنصب الذي يشغله القائد (البعد الثالث مرتفع)، فإن الموقف سيكون أكثر ملاءمة والعكس صحيح. (العبادلة، 2003)، ويعزو فيدلر كون القائد المرتبط بالمهام أكثر نجاحاً في المواقف الملائمة جداً وغير الملائمة جداً إلى أنه في ظروف المواقف الملائمة جداً والتي كون القائد فيها متمكناً للقوة في منصبه الرسمي، ومتمكناً للدعم غير الرسمي، ومهامه مهيكله بدقة تكون الجماعة (الأعضاء) في حالة استعداد للانقياد والتوجيه، أما بالنسبة لملاءمة نمط القيادة نفسه في الظروف أو المواقف غير الملائمة جداً، أفضل كثيراً من القائد الذي لا يتخذ قراراً على الإطلاق، وعلى الرغم من النقد الموجه لهذا النموذج من حيث أنه اعتمد منهجية غير سليمة في قياسه لتحديد السلوك القيادي وكذلك في عينة الدراسة، فإنه يعتبر إسهاماً متميزاً كف عن أهمية التداخل بين المتغيرات المختلفة للموقف القيادي (العدلي، 1995). ومن ذلك النقد الموجه ما أشار إليه كلٌّ من أندرو ومارك (Andrew & Mark, 1987) حيث ذكروا أن

العديد من الدراسات التي قامت بفحص نموذج فيدلر قد أبرزت عدداً متزايداً من المشكلات المتعلقة بالنموذج تشمل الآتي:

هناك تساؤل يتعلق بما يقيسه معيار زميل العمل الأقل تفضيلاً بالفعل. إضافة إلى ذلك فإن مسألة ارتباط هذا المقياس بالأسلوب القيادي للمدير تبقى غير مؤكدة، سواء أكان هذا المقياس يستخدم لقياس الشخصية أم طريقة الدافعية. ولا توجد شواهد في البحث تؤيد تنبؤات الوحدة الموقفية بصورة مناسبة، كما أنه من المحتمل أن يؤثر نمط القيادة على بعض العوامل الموقفية. فقد يؤدي الأسلوب الموجه نحو العاملين - على سبيل المثال - إلى تحسين علاقات القائد والأعضاء، بمرور الزمن، من ضعيفة إلى جيدة، غير أن مثل هذا التغيير قد يؤدي إلى تحرك الإجابات من الوحدة الخامسة إلى الوحدة الأولى، حيث يصبح الأسلوب القيادي الذي يركز اهتمامه على العاملين غير مناسب. والسؤال هنا: هل ابتعد المدير - في هذه الحالة - عن الوظيفة؟

وعلى الرغم من تلك الانتقادات التي وجهت لنموذج فيدلر، فقد قدم النموذج إضافة هامة لدراسة القيادة في المنظمات، وسيستمر كمصدر هام للأفكار والقضايا والفرضيات حول القيادة الموقفية. وأهم من ذلك كله فإنه يشير إلى عدم موضوعية وصف القيادة بأنها حسنة أو سيئة، بل إن النظرة الموضوعية تتركز في إمكانية فعالية الأسلوب القيادي لأي مدير في أحد المواقف وعدم فعالية ذات الأسلوب في موقف آخر.

ثانياً: نظرية الأبعاد الثلاثة للقيادة: طور ريدن (Reddin, 1970) الشبكة الإدارية لكل من بليك وموتون عام 1964 وأضاف لهما بعداً ثالثاً وهو بعد الفاعلية، وسمي نموذجه ذو الأبعاد الثلاثة فقد حلل الأسلوب القيادي إلى إبعاد ثلاثة وأطلق عليها مسميات جديدة: (الطويل، 2006) بعد المهمة، أو التوجه نحو المهمة، أي المدى الذي يمكن أن يتخذه الإداري لتوجيه جهوده وجهود العاملين معه لتحقيق الهدف، وبعد العلاقات أو التوجه نحو العلاقة، أي المدى الذي يمكن أن يتخذه الإداري لتوفير علاقات عمل شخصية تتسم بالثقة المتبادلة، واحترام آراء التابعين وأفكارهم ومشاعرهم، وبعد الفاعلية، التي يمكن فهمها فقط في ضوء المدى الذي يحقق فيه الإداري الأهداف المتعلقة بدوره. والتي يعتبر مسؤولاً عنها. وبعد الفاعلية شأنه شأن البعدين السابقين لا يتم التعامل معه من خلال أي علاقة إما أن تكون هناك فاعلية أو أن لا تكون. حيث أن التعامل مع أبعاد (ردن) الثلاثة يتم على أساس مقياس متصل (Continuum)). ويمكن استخدام نموذج ردين الثلاثي الأبعاد لتحديد أربعة أساليب أساسية في القيادة (أبو ناصر، 2008).

الأول: ويتميز باهتمام قليل بالمهمة واهتمام قليل بالعلاقات. وقد أطلق عليه ردين مصطلح منفصل، والثاني: يتميز باهتمام قليل بالمهمة واهتمام عالٍ بالعلاقات. وقد أطلق عليه مصطلح متصل، والثالث: يتميز باهتمام عالٍ بالمهمة واهتمام قليل بالعلاقات، وقد أطلق عليه ردين مصطلح متفان، والرابع: يتميز باهتمام عالٍ بالمهمة واهتمام عالٍ بالعلاقات وأطلق عليه ردين مصطلح متكامل.

وقد بين ردين أنه إضافة إلى أسلوب القائد؛ فإن للموقف عواملها في خمسة عوامل هي (أبو ناصر، 2008):

المناخ النفسي في النظام.

التقنية المستخدمة في تنفيذ العمل.

العلاقات مع الرؤساء

العلاقات مع الزملاء.

العلاقات مع التابعين.

ثالثاً: نظرية دورة الحياة: نظرية دورة الحياة طورها هيرسي وبلانشارد (Hersey & Blanchard, 1988) على أساس الدراسات السابقة التي اعتمدت على عاملي الاهتمام بالناس (Hersey & Blanchard, 1988) والاهتمام بالإنتاج (Task behavior) وأضافا عنصراً جديداً وأطلقاً عليه نضوج العاملين (Maturity of Follower) كأهم عامل من عوامل الموقف التي تحدد مدى نجاح أو فشل الأسلوب القيادي هذا بالإضافة إلى استبعادهما الاعتقاد بفاعلية أسلوب قيادي بعينه كما هو واضح في دراسة جامعة أوهايو (Ohio) وكذلك بليك وموتون. وترتكز فلسفة نظرية هيرسي وبلانشارد على عدم وجود أسلوب فعال بعينه وإنما لكل موقف أسلوبه الخاص الذي يتفاعل معه وإن أي أسلوب يستخدم من الأساليب القيادية يكون فعالاً حسب الموقف، فإذا كان الأسلوب يتناسب مع الموقف فإن الأسلوب يكون فعالاً والعكس، ويحدث ذلك من خلال التفاعل بين العناصر الثلاثة: الاهتمام بالناس، وبالاهتمام بالإنتاج، والنضوج الوظيفي. وحددت النظرية المتغير الموقفى بمدى نضج المرؤوسين ويطلق البعض عليه استعداد اوجهزية المرؤوسين لإنجاز العمل. وتعتمد النظرية على تفاعل كل من مقدار التوجيه (السلوك المهتم بالعمل) من قبل القائد ومقدار الدعم العاطفي / الاجتماعي (الاهتمام بالعلاقات) الذي يقدمه القائد، ومستوى النضج (الاستعداد) الذي يظهره الأفراد في عمل معين. وبالنسبة لسلوك القائد (السلوك القيادي) فقد استعانت النظرية بما قدمته الدراسات والنظريات الأخرى. وأما بالنسبة لنضج (استعداد) الفرد فقد استندت النظرية إلى كتابات أرجريس (Argyris). ويقاس النضج (الاستعداد) بمقدرة المرؤوسين على تحديد أهداف عالية قابلة للتحقيق، والاستعداد والمقدرة على تحمل المسؤولية، وتوظيف التعليم والخبرة (حریم، 2004).

قسم هيرسي وبلانشارد (Hersey & Blanchard, 1988) مستوى النضج الوظيفي إلى أربعة مستويات وهي:

1. مقدرات ومهارات متدنية ودوافع متدنية.
2. مقدرات ومهارات متدنية ودوافع عالية.
3. مقدرات ومهارات عالية ودوافع متدنية.
4. مقدرات ومهارات عالية ودوافع عالية.

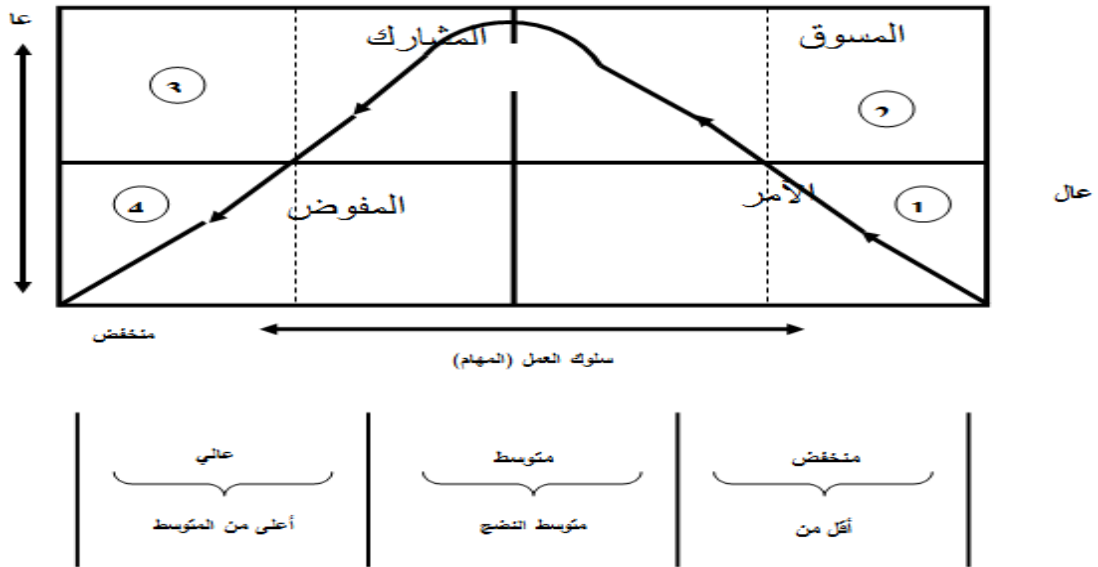
لذلك فإن فاعلية الأسلوب عبارة عن انعكاس لملاءمتها مع مستوى النضج الوظيفي للعاملين في موقف

محدد.

وعلى سبيل المثال فإن القائد في إمكانه أن يستخدم الأسلوب الأول مع العاملين الجدد الذين لا يملكون المقدرة اللازمة لتدني الروح المعنوية لديهم نتيجة لعدم توفر المهارات اللازمة لتنفيذ المهمة وعدم الشعور بالأمان في المؤسسة الجديدة حيث يمكن للقائد استخدام الأسلوب كخيار مبدئي ثم بعد تفهم العاملين لوضع العمل واكتساب المهارات المطلوبة عند ذلك يفضل الانتقال إلى الأسلوب الثاني تدريجياً حسب تدرج مهارات ومعنويات العاملين، ومن الممكن أن يتدرج من أسلوب إلى آخر حتى يصل إلى الأسلوب الرابع الذي يمنح فيه القائد الصلاحيات الكافية للعاملين، نظراً لإتقان المهارات المطلوبة للعمل وارتفاع الروح المعنوية لديهم، وكلاهما تؤهلان العامل القيام بالعمل بفعالية مع انخفاض مستوى التوجيه والمساندة. مع أخذ عامل الزمن في الاعتبار، فإن الانتقال من أسلوب إلى آخر يجب أن يكون تدريجياً ومنظماً ومن الممكن أن يستخدم أكثر من أسلوب مع العاملين حسب درجة النضج الوظيفي لديهم. وتحدد النظرية أربعة أساليب قيادية، هي: (Hersey & Blanchard, 1988).

أسلوب الأمر، (عال في التوجيه ومنخفض في المساندة): يركز على التوجيه المباشر فحدد المهمة التي يقوم بها العاملون وكذلك الكيفية التي يتم بها تنفيذ المهمة والزمن المحدد لتنفيذها، مع الاهتمام القليل بالعلاقات الاجتماعية والإنسانية مع العاملين، أسلوب التسويق، (عال في التوجيه والمساندة): وهذا الأسلوب يركز على شئون العمل والإنتاج وكذلك الاهتمام ببناء علاقات إنسانية واجتماعية مع العاملين، ولكن محور الاختلاف أن القائد يعرض على العاملين الأفكار بقصد التبني برغم أنها سوف تكون قيد التنفيذ في العقل الباطني للقائد، أسلوب المشاركة، (عال في المساندة ومنخفض في التوجيه) وهو الأسلوب السلوكي الذي يمارسه القائد في صورة المشاركة عندما يكون مستوى النضج الوظيفي بين المتوسط والعالي حيث أن القائد يهتم ببناء العلاقات الإنسانية والاجتماعية للعاملين ويشاركهم الأداء في الشؤون المتعلقة بالعمل والإنتاج، ولكن الأمر يرجع إليهم في عملية التنفيذ أو تبني الفكرة، أسلوب التفويض، (منخفض في التوجيه والمساندة) وهو الأسلوب السلوكي الذي يمارسها القائد مع مرؤسيه عندما يكون مستوى النضج الوظيفي ذا مستوى عال فيترك القائد الشأن فيما يتعلق بالعمل وشؤونه وكذلك بناء العلاقات الاجتماعية والإنسانية لرؤساء الأقسام ويقوم القائد بدور الاستشاري في الوقت الذي يطلبه رئيس القسم.

ويوضح الشكل رقم (2) الترابط والعلاقة ما بين مستويات النضج وأنماط القيادة المناسبة.



وهكذا توقعت النظرية أنه كلما زاد مستوى نضج الأفراد واستعدادهم لإنجاز العمل، يتوجب على القائد إعطاء مزيد من الاهتمام بالعلاقات، والأفراد وتقليص اهتمامه بالتوجيه والعمل، وإذا بلغ الأفراد مستوى من النضج والاستعداد فوق المتوسط، فيجب على القائد تقليص سلوكه القيادي المهتم بالعمل والعلاقات على السواء. كما يلحظ اهتمام النظرية بشكل خاص بالأفراد ومشاعرهم بالنسبة للعمل المراد انجازه، وبالتالي تتطلب من القادة معرفة جيدة بمرؤسيهم لتكييف سلوكهم القيادي مع مقدراتهم المتغيرة باستمرار، وهذا يتطلب من القائد إعادة النظر بالمواقف من حين لآخر واختيار الأسلوب المناسب.

رابعاً: نظرية المسار والهدف لفعالية القائد: نشأت هذه النظرية نتيجة بحث قام به ايفانز (Martin, 1970) و Evans) وقام بتطويره روبرت هاوس (House) وكلاً من دسلر وميتشل (Dessler & Mitchell, 1974) انطلاقاً من الأعمال السابقة لإيفانز (Martin Evans). وقد أطلق على هذا المدخل مصطلح "نظرية المسار والهدف

لفاعلية القائد" بالاعتماد على نموذج فروم (Vroom) في الدوافع. ويتعلق مصطلح المسار والهدف بالمصطلحات المعروفة لنظرية التوقع الخاصة بتوقعات الجهد والأداء، والأداء والمكافأة، وقوة جذب الفعل. والاهتمام الرئيسي لهذا النموذج يتعلق بالكيفية التي يمكن أن يشكل فيها سلوك القائد عامل دافعية أو إشباع. وأثر ذلك على إدراك المرؤوسين لأعمالهم ولأهدافهم الشخصية ولمسارات تحقيق هذه الأهداف. فالفرد يفترض أن يكون مدفوعاً للعمل الجاد إذا ما اعتقد أن عمله الجاد سيقود إلى مخرجات متنوعة، وأنه يعتبر هذه المخرجات ذات قيمة كبيرة. وهكذا فإن القائد يمكن أن يكون له تأثير على نوع المخرجات التي يعيشها مرؤوسه وأيضاً توضيح العلاقة بين السلوك والمخرج (الطويل، 2006).

وبعد التطوير الذي أجراه كل من هاوس (1974) وجريفن (1980)، والذي تضمن أن المديرين يجب أن يكونوا مرنين ويتحركون ضمن أربعة أنماط قيادية يوضحها (حريم، 2004، العامري والغالي 2007). السلوك القيادي الموجه: حيث يحتاج المرؤوسون إلى توجيه ومعرفة ماذا وكيف ينجز العمل مع ضرورة وجود معايير وجدولة عمل واضحة.

السلوك القيادي المساند: وتقوم على أساس جعل العمل أكثر متعة ومعاملة أعضاء المجموعة بالتساوي بالإضافة إلى بعد العلاقات الإنسانية دون تمييز.

السلوك القيادي المشارك: وتقوم على أساس دمج العاملين في عملية صناعة القرار واستشارتهم وطلب اقتراحاتهم واعتمادهم في صناعة القرارات.

السلوك القيادي المتوجه للإنجاز: توضع أهداف تثير التحدي مع توقع أداء عالٍ ومواجهة تحسين مستمر للأداء مع إظهار الثقة الكاملة ووضع معايير أداء مرتفعة.

وتشير العديد من الدراسات التي تمت حول نظرية "المسار والهدف" إلى أنه من الممكن أن تظهر هذه الأساليب الأربعة من قبل نفس القائد في مواقف مختلفة. وتتعارض هذه النتائج مع مفهوم فيدلر الخاص بأحادية أبعاد سلوك القائد وتشير إلى قدر من المرونة أكثر مما هو موجود في النموذج الموقفي. إلا أن نظرية "المسار والهدف" تفترض أن نمط القيادة الفعال هو الذي ييسر تحقيق أهداف المرؤوسين ويوضح لهم أساليب ومسارات تحقيق هذه الأهداف، وهو ذلك السلوك الذي يرفع من مستوى دافعية المرؤوسين ورضاهم (Andrew & Mark, 1987).

وعليه فإن نظرية "المسار والهدف" تفترض أنه لا يوجد أسلوب قيادي واحد يحقق زيادة مستوى دوافع العاملين ورضاهم، وإن المواقف المختلفة تتطلب أساليب قيادية مختلفة، يستخدمها القائد لكي يحدد الأسلوب القيادي الذي يناسب الموقف المعين، وقد حددت هذه النظرية، صنفين من المتغيرات الاحتمالية لها أثرها في تحديد الأسلوب القيادي وهي: خصائص العاملين وخصائص بيئة العاملين ومتغيراتها.

ويتضح مما تقدم أن القائد وفقاً لهذه النظرية (المسار والهدف) يخطط الأهداف، ويحدد حاجات العاملين، ويربط المكافأة بإنجاز المهمات، ويرئى إجراءات ضرورية، ويساعد العاملين لجعلهم راضين ويتفوقون معه للوصول إلى تحقيق الأهداف. كما قدمت النظرية تفسيراً جديداً للتفاعل الذي يحدث في سلوك القادة، إذ جعلته يختار الأسلوب القيادي الذي يتفق مع دوافع العاملين ورضاهم وخصائص بيئية العمل، وهذا ما يميز هذه النظرية عن النظريات القيادية الأخرى.

ومع الانتقادات التي وجهت لها فقد قدمت نظرية "المسار والهدف" إسهاماً ملموساً للنظريات الموقفية؛ لأنها حددت الأساليب القيادية، والعوامل الموقفية الرئيسية، وأوضحت العلاقة بين هذه المتغيرات.

خامساً: القيادة التفاعلية والقياده التحويلية: من المفاهيم الحديثة للسلوك القيادي القيادة التفاعلية، والقياده التحويلية، ويمكن تناولهما بما يلي:

القيادة التفاعلية: تقوم نظرية القيادة التفاعلية على محاولة الجمع بين معطيات النظريتين (نظرية السمات، والنظرية الموقفية) ومحاولة التوفيق من خلال النظر للقيادة على أنها عملية تفاعل اجتماعي، فالتكامل بين شخصية القائد وتحقيق متطلبات الجماعة وحاجاتهم الملحة، وتلمس مشكلاتهم، وتبصر العوامل الطبيعية للجماعة وبيئة العمل. وسمات القائد المقصودة في هذه النظرية هي ليست هي السمات التي يتمتع بها القائد كما تناولتها نظرية السمات، أو النظرية الموقفية ولكنها السمات التي تتحدد بمدى مقدرة القائد على التفاعل مع الجماعة وتحقيق أهدافها. وتستلزم هذه النظرية تبادل الإدراك، أي إدراك القائد لنفسه وإدراكه للجماعة، وإدراك الجماعة لنفسها وإدراكها للقائد، بالإضافة إلى الإدراك الخاص بالموقف الذي تمر به الجماعة، والتبادلات التفاعلية والعلاقات الاجتماعية بين القائد وأتباعه، وأن هذا الإدراك يعتبر المدخل الأساسي للقيادة المأمولة (أبو ناصر، 2007).

القيادة التفاعلية هي عملية ناتجة عن تفاعل لتأثير متبادل بين ثلاثة أبعاد مهمة وهي القائد والمرؤوسين وطبيعة الموقف. وعبر بعض الباحثين في إطار هذه النظرية عن مفهوم التبادل الاجتماعي المشتمل على العلاقات والتفاعل المشترك بين القائد والمرؤوسين وخصائص الموقف. فإذا كان القائد مؤثراً على المرؤوسين فإن استجابتهم تتشكل من خلال طبيعة التفاعل الداخلي (العامري، والغالبي 2007) ويشير همبل (Hempill, 1996) إلى الإبعاد والخصائص التي يمكن على أساسها تحديد ما إذا كان وضع جماعة عمل معينة ملائماً لتمكين القائد من التفاعل معها، وأهم تلك الإبعاد، حجم المجموعة، ومرونتها، ومدى استقرارها، والتشابه بين أفرادها، وخلفيتهم الاجتماعية، والقيم التي تحكمهم، والمناخ الاجتماعي الذي تعمل في إطاره المجموعة، ودرجة الألفة بين أفراد المجموعة، ومدى توفر المقدرات والمهارات، ومدى الاختلاف في وجهات النظر. وتظهر القيادة التفاعلية عندما يأخذ شخص معين مبادرة في التفاعل مع شخص آخر بغرض التبادل لبعض الأشياء ذات القيمة والاهتمام، والقادة التفاعليون يعطون الأتباع ما يريدون. وبمعنى آخر فإن القادة التفاعليون "يهتمون دائماً بكيفية الموازنة بين تحسين كمية الأداء ونوعيته، وكيفية استبدال هدف بآخر، وكيفية التقليل من المقاومة السرية وتحويلها إلى نشاطات جماعية، والاهتمام بكيفية تطبيق هذه النشاطات، وتقوم هذه القيادة على أساس التفاعل بين الشخص والموقف (Bass, 1994). ومع الإسهام الذي قدمته النظرية التفاعلية في تحديد خصائص القيادة، إلا أن التطورات الحديثة التي تمت في مجالي القيادة والإدارة أثبتت عدم كفاية هذه النظرية في تحديد خصائص القيادة، مما يؤدي إلى توجيه الجهود في الفكر الإداري الحديث للبحث عن خصائص أخرى تتلاءم مع متطلبات الإدارة الحديثة، وإغنائه بخصائص جديدة.

القيادة التحويلية: وهي التي لها المقدرة بالإيحاء للمرؤوسين للقيام بأفضل ما يمكن من جهود لصالح المنظمة؛ لأن امتلاك السمات القيادية والمعرفة بالسلوكيات القيادية والعوامل الموقفية لا تكفي لوحدها للنجاح في مهمات أصبحت معقدة بل ينبغي أن يكون القائد مهيناً للقيام بدور إيجابي روجي بدون أي قسر أو إكراه للمرؤوسين. وقد تناول العديد من المهتمين أبعاد القيادة التحويلية، ومنهم: بيرنز (Burns, 1978)، وتشي وديفانا ((Tichy and Devanna, 1990)، وباس ((Bass, 1994)، وتروفيانو (Trofino, 2000)، ولخصها (الطويل 2006) بأنها تلك العملية التي تغير وتحول الأفراد والمنظمات من واقع الثبات والجمود والإمعية، إلى واقع دينامي متنام يرمي إلى تحقيق فعال لمتطلبات الأدوار عبر توسيع هامش حرية حركة المستخدمين آخذين بعين

الاعتبار النسق القيمي والأخلاقي والمعايير والأهداف والغايات التي تتعايش معها النظم والأفراد. وترتكز القيادة التحويلية على ما هو أكثر من مسaire الإتياع، إلى توجيه محاولات التأثير، وتستخدم التحولات في المعتقدات، والحاجات للإتياع، ويحاول القادة التحويليون أن ينجحوا في إثارة الأتياع، والزلاء، والمرؤوسين، والزبائن، أو العناصر نحو الإدراك الواسع للنتائج المهمة فهذا المستوى المرتفع من الإدراك يزود القائد بالرؤية والثقة بالنفس، وتقويته لإظهار النجاح نحو ما يراه صحيحاً وجيداً، وليس على ما هو عام أو مقبول، ويكون القادة التحويليون أكثر إدراكاً وأهمية في بيئات المنافسة اليومية. ويشير باس وأفوليو (Bass and Avolio, 1990) أن القيادة التحويلية تشمل أربعة أبعاد (Four I's) هي: (الطويل، 2006).

1. التأثير المثالي: ممارسة سلوكيات تجعلهم مثلاً تحتذى ونماذج وقدوة للعاملين معهم، والحرص على كسب ثقة العاملين عبر تقديم الاهتمام بحاجات الآخرين على حاجاتهم الشخصية. القائد التحويلي يشارك العاملين معه في كل أمورهم المؤسسية ويحرص على أن يكون سلوكه معهم بعيداً عن التسلط والاستبدادية، وهو معني بعمل الصحيح والأصوب ويعيش معايير أخلاقية رفيعة يتمثلها في سلوكه مبتعداً عن استخدام سلطته لمكاسب ومصالح شخصية موظفاً سلطته لكل ما فيه الخير العام والمصلحة العامة.
2. الدافعية المهمة: ممارسة سبل تشجع وتلهم العاملين معهم، فهم معنيون بإثارة دافعيتهم وديمومة تحدي هذه الدافعية بهدف تحقيق بعد الاستغراقية في العمل وتعميق روح الفريق بينهم.
3. الاستثارة الفكرية: الحرص على حث وتحفيز العاملين معهم لتكون جهودهم دوماً ابتكارية وتجديدية وتشجيعهم على ديمومة إعادة تبصر الأمور التي يتعاملون معها بهدف معالجتها بطرق مبتكرة جديدة.
4. الاعتبارية الفردية: العناية بحاجات العاملين وتقديرهم واحترامهم والحرص على نموهم المهني وتمكنهم من متطلبات أداء دورهم وفق أقصى مقدراتهم وإمكاناتهم بهدف تحقيق بعد الابتكارية في إنجاز المهام المنوطة بكل منهم.

وتبرز خصائص القائد التحويلي عبر مجالات متعددة، وهي ممارسته لعمليات التطوير والتغيير، والشجاعة وحبه للإقدام المحسوب سواء في التفكير أم عند التنفيذ أم في الأساليب، والمقدرة على التعامل الفاعل مع المواقف المعقدة والغامضة، ومقدرته على احترام مشاعر العاملين معه ليقينه أن عملية التحويل لا تتم بدون مشاركتهم، ولأنه معني بتفويض السلطة للآخرين وتمكين العاملين معه من تحقيق ذواتهم، بالإضافة إلى وجود اتجاهات واضحة نحو قيم أخلاقية محورية يتصرف دوماً على هدى منها، وعنايته بتطوير ثقافة منظمة محفزة على الإنجاز وتتلأم ومتطلبات التغيير، والمقدرة على بلورة رؤية مستقبلية واضحة محددة للمنظمة، و بعد الكاريزماتية في الشخصية.

يتضح مما سبق أن القيادة التحويلية تنطلق من أنه لا يوجد هناك أسلوب واحد مفضل أو مثالي يصلح للقيادة في كل المواقف وأن محك فاعلية القائد هو نجاح المؤسسة ونجاح أفرادها في تحقيق أهدافهم.

ثانياً: الدراسات السابقة:

الدراسات العربية:

دراسة المغيدي و آل ناجي (1994) في السعودية، هدفت إلى التعرف على الأساليب القيادية التي يمارسها عمداء كليات جامعة الملك فيصل ودرجة فعاليتها كما يتصورونها أنفسهم، وكما يتصورها رؤساء أقسامهم. واستخدمت في هذه الدراسة أداة وصف فاعلية وتكيف القائد لتحديد السلوك القيادي المناسب للحالة التي صممت من قبل هيرسي وبلانشارد، ووزعت هذه الاستبانة على عينة الدراسة، وتوصل الباحثان إلى أنه لا توجد

فروق معنوية بين وجهة نظر العميد ورئيس القسم حول الممارسات القيادية داخل الكلية. كما يوجد تشابه في الأساليب القيادية لعمداء الكليات الجامعية العلمية والأدبية، أي أن هناك أسلوباً قيادياً شبه موحد في كليات جامعة الملك فيصل في المنطقة الشرقية.

دراسة الظفيري، (2006) هدفت إلى التعرف على الأنماط القيادية السائدة بين المدارس الثانوية الحكومية في دولة الكويت وعلاقتها بمستوى الدافعية نحو العمل لدى المعلمين معهم، تكون مجتمع الدراسة من جميع مديري المدارس الثانوية الحكومية في دولة الكويت والبالغ عددهم (56) مديراً وتم أخذ عينة منهم بالطريقة الطبقيّة العشوائية بلغت (35) مديراً، والمعلمين العاملين معهم والبالغ عددهم (4114) معلماً وتم أخذ عينة منهم بالطريقة الطبقيّة العشوائية بلغت (718) معلماً. وكان من نتائج الدراسة أن النمط السائد هو النمط الديمقراطي وان مستوى دافعيه المعلمين نحو العمل كانت مرتفعه.

دراسة (الشمائلة، 2006) هدفت الدراسة إلى الكشف عن الأنماط الإدارية لمديري المدارس الثانوية العامة في الأردن وفقاً لنظرية ليكرت وبيان علاقتها بالسلوك الإبداعي للمعلمين. واشتملت عينة الدراسة على (130) مديراً ومديرة. مثلوا ما نسبته (25%) من مجتمع الدراسة من المديرين، و(650) معلماً ومعلمه، مثلوا ما نسبته (5%) من مجتمع الدراسة من المعلمين، وأظهرت النتائج: أن درجة ممارسة مديري المدارس الثانوية العامة للأنماط الإدارية الثلاثة (التشاركي الديمقراطي، الإستشاري الديمقراطي، الإستبدادي التسلطي) جاءت مرتفعة، باستثناء النمط الاستبدادي الخير جاء متوسطاً. كما أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات إجابات أفراد عينة الدراسة، تُعزى لمتغيرات (الجنس، والمؤهل العلمي، والموقع الجغرافي)، في السلوكات الإدارية الأربعة، ولكنها دلت على وجود فروق ذات دلالة إحصائية تُعزى لمتغير سنوات الخبرة.

الدراسات الأجنبية:

دراسة روبرتز (Roberts, 1985) هدفت إلى معرفة ما إذا كان هناك فروق بين تصور مديري المدارس القيادية وبين تصورات المدرسين العاملين معهم لأساليب المديرين القيادية، استخدم الباحث أداة وصف فاعلية وتكيف القائد المبنية على أساس نظرية هيرسي وبلانشارد الموقفية توصلت إلى: أن مديري المدارس الثانوية في ولاية مسيسيبي يستخدمون الأسلوب الثاني (أسلوب التسويق) في أغلب الأحيان، ويليه الأسلوب الثالث (أسلوب المسوق).

دراسة كلاوتر (Klawitter, 1985) هدفت إلى معرفة العلاقة بين الأساليب القيادية للمديرين كما يتصورها المدرسون وبين مستوى الرضا الوظيفي للمدرسين مستخدمةً أداة وصف فاعلية وتكيف الأساليب القيادية التي صممها هيرسي وبلانشارد كان أهم النتائج: أن حوالي (38%) من المدرسين يتصورون أن المديرين يمارسون الأسلوب الثاني (أسلوب التسويق). بالإضافة إلى أن المدرسين الذي يتصورون أن المديرين يمارسون الأسلوب الثاني (أسلوب التسويق) هم أكثر من المدرسين رضا عن أعمالهم. المدرسون يتصورون أن مديريهم يمارسون السلوك القيادي المسوق وهو الأسلوب الأساسي الذي يستخدم في أغلب الأحيان.

دراسة مورغن (Morgan, 1988) هدفت إلى معرفة الأساليب القيادية لمرشدي الطلبة في المدارس التمهيدي في ولاية فلوريدا، وكانت النظرية الموقفية لهيرسي وبلانشارد هي ركيزة لدراسته، ومن أهم نتائجها: أن الأسلوب الثاني (أسلوب التسويق) هو الأسلوب الأساسي لمرشدي الطلبة والمستخدم في أغلب الأحيان. وأن الأسلوب الثالث (أسلوب المشاركة) هو الأسلوب الممارس أحياناً من قلب مرشدي الطلبة. وأن مدى الأساليب

القيادية لمرشدي الطلبة هي ثلاثة أساليب. بالإضافة إلى أن درجة الفاعلية للأساليب القيادية لمرشدي الطلبة متوسطة نسبياً.

تعقيب على الدراسات السابقة

تناولت الدراسات السابقة العربية منها والأجنبية العديد من الجوانب المتعلقة بموضوع الدراسة الحالية إذ بينت الدراسات أهمية الأنماط القيادية كما في دراسة الظفيري والشميلة (2006) وضرورة التعرف على الأساليب القيادية كما في دراسة المغيدي وآل ناجي (1994) ودراسة مورغن (Morgan, 1988) دراسة كلاوتر (Klawitter, 1985).

موقع الدراسة الحالية من الدراسات السابقة:

ساهمت الدراسات السابقة في إثراء هذه الدراسة إذ تناولت السلوك القيادي وهي تمثل ابعاد المتغيرات الرئيسية في هذه الدراسة، وقد جاء اختيار الدراسات السابقة لإظهار أهمية كل من السلوك القيادي وأثر علاقته مع بعض المتغيرات، ولكن يلاحظ أن الدراسات السابقة لم تتناول السلوك القيادي لدى مديري التربية والتعليم ومساعدتهم في المملكة. وهو أمر يبرز موقع هذه الدراسة بين الدراسات السابقة ويشجع على تحديد المشكلة البحثية ودراستها.

منهجية الدراسة:

اتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، بهدف معرفة وتحديد السلوك القيادي لمديري التربية والتعليم ومساعدتهم، من خلال استجابة مديري التربية والتعليم ومساعدتهم على فقرات الإستبانة المخصصة لذلك. صدق الأداة:

تم استخدام أداة وصف فاعلية وتكيف القائد لتحديد السلوك القيادي المناسب للحالة، وهذه الأداة تم تصميمها من قبل هيرسي وبلانشارد في مركز الدراسات القيادية في كاليفورنيا معتمدين نظريتهما الموقفية. والذي ترجمه وطوره بما يناسب البيئية العربية (المغيدي، والناجي، 1998) وكان ذلك بأذن من هيرسي وبلانشارد في مركز الدراسات القيادية في كاليفورنيا معتمدين نظريتهما الموقفية حيث تتكون الأداة من (12) حالة، كل حالة لها أربع إجابات، وبناءً على ذلك تُرجمت الاستبانة إلى اللغة العربية، وتم فحصها من قبل أساتذة متخصصين في الترجمة بقسم اللغات الأجنبية بكلية التربية، ثم تم عرضها على متخصصين في قسم اللغة العربية للتأكد من صلاحيتها لغويًا، كما تم عرضها على مختصين بقسم الإدارة التعليمية؛ لاختبار مصداقيتها. بعد ذلك أخذت عينة للتعرف على مستوى صدق وثبات الأداة وكانت درجة الثبات تقارب من (0.791) وأيضاً وجد أن هناك بعض الملاحظات في بعض المعاني فتم تعديلها وعرضها مرة أخرى على العينة نفسها ولم تكن هناك ملاحظات في المرة الثانية، بعد ذلك جرى استخدامها في جمع بيانات البحث. ثبات الأداة:

وقد جرى استخدام الأداة في صورتها العربية من إعداد (المغيدي، والناجي 1998م) عشرات الدراسات العربية في بيئة الدراسة وغيرها، وعليه اعتمد الباحثان في الصدق الظاهري للمقياس، وكان معامل ثبات الإداة ما يوضحه الجدول(1):

الجدول 1. معامل الثبات لأداة فاعلية النمط القيادي

النمط القيادي	المسوق	المشارك	المفوض	الأمر
معامل الارتباط	79	82	77	80

مجتمع الدراسة وعينتها:

تكون مجتمع الدراسة من جميع مديري التربية والتعليم ومساعدتهم في جميع المناطق التعليمية وعددهم (194) حسب إحصائية وزارة التربية والتعليم؛ منهم (42) مديراً للبنين، و(41) مديراً للبنات، و(111) مساعداً لمدير التربية والتعليم؛ منهم (56) مساعداً للبنين، و(55) مساعداً للبنات والمنتظمين على رأس عملهم بالفصل الدراسي الأول من العام الدراسي (1430-1431هـ/2009-2010م) كما يوضحه الجدول رقم (2)، وكان عدد الاستبيانات المعادة والصالحة للتحليل (166) وبنسبة (86.08%) من مجموع الاستبيانات.

الجدول 2. توزيع أفراد مجتمع وعينة الدراسة لمديري التربية ومساعدتهم بنين/بنات

المتغير	مدير تعليم	مساعد مدير تربية	المجموع
إدارة تربية-بنين	42	56	98
إدارة تربية-بنات	41	55	96
المجموع الكلي	83	111	194

الجدول 3. التكرارات والنسب المئوية لعينة الدراسة حسب المتغيرات الوسيطة

المتغير	المستوى	التكرار	النسبة%
سنوات الخبرة.	أقل من 4 سنوات.	17	10.2%
	من 4 الى أقل من 6 سنوات.	10	6.0%
	6 سنوات فأكثر.	139	83.7%
نوع الإدارة التعليمية.	بنين	80	48.2%
	بنات	86	51.8%
مكان الحصول على الثانوية العامة.	مدينة	128	77.1%
	قرية	31	18.7%
	بادية	7	4.2%
التخصص.	العلوم الإنسانية	99	59.6%
	العلوم الإدارية	45	27.1%
	العلوم التطبيقية	22	13.3%

نتائج الدراسة:

بعد تطبيق إجراءات الدراسة وتحليل البيانات الإحصائية تم الحصول على النتائج التالية:

السؤال الأول: "ما السلوكيات القيادية التي يمارسها مديرو التربية والتعليم ومساعدوهم؟" للإجابة تم حساب التكرارات والنسب المئوية لتحديد السلوكيات القيادية البارزة التي يمارسها مديرو التربية والتعليم ومساعدوهم، والجدول (4) يبين نتائج ذلك. يتضح من الجدول أن السلوك القيادي السائد كان "السلوك القيادي المشارك" بتكرار (115) ونسبة مئوية (69.3%) تلاه "السلوك القيادي المسوق" بتكرار (40) ونسبة (24.1%) بينما حصل "السلوك القيادي

الأمر" على(11) تكراراً وبنسبة (6.6%)، وجاء في المرتبة الأخيرة "السلوك القيادي المُفَوَّض" حيث لم يسجل أي تكرار.

الجدول 4. التكرارات والنسب المئوية للسلوكيات القيادية التي يمارسها مديرو التربية والتعليم ومساعدوهم

السلوك القيادي	الأمر	المسوق	المشارك	المفوّض	المجموع
تكرار	11	40	115	0	166
نسبة	6.6%	24.1%	69.3%	0	100.0%

السؤال الثاني: هل هناك اختلاف في السلوك القيادي لدى مديري التربية والتعليم ومساعدوهم تُعزى إلى متغيرات: سنوات الخبرة، نوع الإدارة التعليمية، المنشأ الاجتماعي، التخصص.

للإجابة تم استخدام اختبار (كاي تربيع) وجاءت النتائج كالتالي:

أولاً: سنوات الخبرة ونوع الإدارة التعليمية: يتضح من الجدول (5) وجود اختلاف دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) فأقل للسلوك القيادي لمديري التربية والتعليم ومساعدوهم تبعاً لمتغير "سنوات الخبرة" حيث بلغت قيمة كاي (10.071) والدلالة الإحصائية (= 0.039). كما يتضح من الجدول نفسه عدم وجود اختلاف دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) فأقل للسلوك القيادي لمديري التربية والتعليم ومساعدوهم تبعاً لمتغير "نوع الإدارة التعليمية" حيث بلغت قيمة كاي تربيع (1.307)، والدلالة الإحصائية (0.520).

الجدول 5. نتائج اختبار كاي تربيع للاختلاف في السلوكيات القيادية تبعاً لمتغير سنوات الخبرة ونوع الإدارة التعليمية

السلوك القيادي	سنوات الخبرة			نوع الإدارة التعليمية		
	3-1 سنوات	4-6 سنوات	أكثر من 6 سنوات	بنين	بنات	المجموع
الأمر	4	0	7	6	4	11
المسوق	2	2	36	20	20	40
المشارك	11	8	96	53	62	115
المجموع	17	10	139	80	86	166
قيمة كاي 2	(10.07)	الدلالة الإحصائية	0.039	قيمة كاي 2	1.307	الدلالة الإحصائية
						0.520

ثانياً: مكان المنشأ الاجتماعي والتخصص: يتضح من الجدول (6) عدم وجود اختلاف دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) فأقل للسلوك القيادي لمديري التربية والتعليم ومساعدوهم تبعاً لمتغير المنشأ الاجتماعي حيث بلغت قيمة كاي تربيع (4.382)، والدلالة الإحصائية (0.112). كما يتضح من الجدول نفسه وجود اختلاف

دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) فأقل للسلوك القيادي لمديري التربية والتعليم ومساعدتهم تبعاً لمتغير التخصص حيث بلغت قيمة كاي 2 (=11.485)، والدلالة الإحصائية (=0.022).

الجدول 6. نتائج اختبار كاي تربيع للاختلاف في السلوكيات القيادية تبعاً لمتغير مكان المنشأ الاجتماعي والتخصص

السلوك القيادي	مكان المنشأ الاجتماعي			التخصص	المجموع	العلوم الإنسانية	العلوم الإدارية	العلوم التطبيقية	المجموع
	مدينة	قرية	بادية						
الأمر	9	2	0	11	6	5	0	11	
المسوق	26	11	3	40	17	13	10	40	
المشارك	93	18	4	115	76	27	12	115	
المجموع	128	31	7	166	99	45	22	166	
قيمة كاي 2	4.382	الدلالة الإحصائية	0.112		قيمة كاي 2	11.485	الدلالة الإحصائية	0.022	

خلاصة النتائج: مما سبق يمكن القول أن السلوك القيادي السائد كان "السلوك القيادي المشارك" تلاه "السلوك القيادي المسوق" بينما جاء "السلوك القيادي الأمر" في المرتبة الثالثة، وجاء في المرتبة الأخيرة "السلوك القيادي المُفَوَّض" حيث لم يسجل أي تكرار.

وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في السلوك القيادي لدى مديري التربية والتعليم ومساعدتهم تُعزى للمتغيرات الديموغرافية التالية: "نوع الإدارة التعليمية، والمنشأ الاجتماعي". وإلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في السلوك القيادي لدى مديري التربية والتعليم ومساعدتهم تُعزى لمتغيري "سنوات الخبرة، والتخصص".

مناقشة النتائج:

هدفت الدراسة التعرف على السلوك القيادي لدى مديري التربية والتعليم ومساعدتهم. بالإضافة إلى التعرف على الفروق في السلوك القيادي لدى مديري التربية والتعليم ومساعدتهم وفقاً للمتغيرات الديموغرافية التالية: سنوات الخبرة، ونوع الإدارة التعليمية، والمنشأ، والتخصص. ولتحقيق تلك الأهداف تم استعراض أهم ما كتب عن الموضوع في الأدب التربوي ذي الصلة بمشكلة الدراسة وأسئلتها، حيث تم استعراض مفهوم السلوك القيادي وفلسفاته ومدارسه وتصنيفاته، ونظرياته. وقد تم استخدام الأداة التي تم تصميمها من قبل هيرسي وبلانشارد في مركز الدراسات القيادية، معتمدين نظريتهما الموقفية. والذي ترجمها وطوّره بما يناسب البيئة العربية (المغربي، والناجي 1998م) وتم استخدامها في البيئة الأردنية، حيث تم توزيع الاستبانات على جميع مجتمع الدراسة والبالغ عددهم (194) فرداً حيث كان عدد الاستبانات المعادة والصالحة للتحليل (166) ونسبة (85.56%) من مجموع الاستبانات الموزعة، وأخيراً تم عرض النتائج والتي كشفت عما يلي:

السؤال الأول: "ما السلوكيات القيادية التي يمارسها مديرو التربية والتعليم ومساعدوهم؟" للإجابة عن هذا السؤال تم حساب التكرارات والنسب المئوية لتحديد السلوكيات القيادية البارزة التي يمارسها مديرو التربية والتعليم ومساعدوهم وجاءت النتائج كما في يبين الجدول رقم (9) أن السلوك القيادي السائد

كان "السلوك القيادي المشارك" بتكرار (115) وبنسبة مئوية (69.3%) تلاه "السلوك القيادي المسوق" بتكرار (40) وبنسبة (24.1%) بينما حصل "السلوك القيادي الأمر" على (11) تكراراً وبنسبة (6.6%)، وجاء في المرتبة الأخيرة "السلوك القيادي المُفَوَّض" حيث لم يسجل أيّ تكرار.

ويتضح أن مديري التربية والتعليم ومساعدتهم في المملكة يتميزون بممارسة السلوك القيادي المشارك (أسلوب المشاركة) والسلوك القيادي المسوق (أسلوب التسويق)، حيث أنّ هذين الأسلوبين يكونان ذوي فاعلية عالية مع رؤساء الأقسام والبيئة التنظيمية ذات المستوى المتوسط من النضوج الوظيفي.

وهذه النتيجة تتفق مع روبرتز (Roberts, 1985)، ودراسة راموس (Ramos, 1986)، مورغن (Morgan, 1988)، ودراسة (المغيدي و آل ناجي 1993)، ودراسة (الشمائلة، 2006). حيث وجدوا أن أسلوب المشاركة وأسلوب التسويق هما الأسلوبان السائدان في المدارس الثانوية النموذجية في البلدان التي أجريت فيها دراساتهم.

وتتفق - أيضاً- نتائج هذه الدراسة مع ما وجدته صاحبا النظرية هيرسي وبلانشارد حيث وجدوا أن السلوك القيادي المشارك والسلوك القيادي المسوق (أسلوب المشاركة وأسلوب التسويق) هما السائدان في العالم الغربي وبعض البلدان والأقطار الأخرى والتي يكون التعليم فيها ذا مستوى متقدم. وهذان الأسلوبان يتميزان بالاعتدال لعدم وجود حرية متناهية كما في الأسلوب التفويضي والذي قد يسبب سوء استخدامه في بعض البيئات غير الناضجة إلى أخطاء جسيمة وهذا بالإضافة إلى بعده عن الدكتاتورية البالغة في الأسلوب الأول (أسلوب الأمر) الذي يؤدي كونه السلوك القيادي السائد إلى الإحباط للمؤسسة إذا تم استخدامه في ظروف غير مناسبة.

وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في السلوك القيادي لدى مديري التربية والتعليم ومساعدتهم تُعزى للمتغيرات الديموغرافية التالية: "نوع الإدارة التعليمية، والمنشأ الاجتماعي". وإلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في السلوك القيادي لدى مديري التربية والتعليم ومساعدتهم تُعزى لمتغيري "سنوات الخبرة، والتخصص".

التوصيات:

في ضوء ما توصلت له هذه الدراسة من نتائج حول السلوك القيادي لمديري التربية والتعليم ومساعدتهم في الأردن، يوصي الباحثان بما يلي:

1. العمل على رفع كفاءة مديري التربية والتعليم ومساعدتهم والقيادات التربوية الأخرى بهدف زيادة مستوى النضج الوظيفي لديهم.
2. تشجيع مديري التربية والتعليم ومساعدتهم على تفويض الصلاحيات لرؤساء الأقسام.
3. عدم التركيز على نمط قيادي معين في كل الحالات والظروف.
4. اجراء مزيد من الدراسات حول المنظومات القيمية في مستويات إدارية أخرى في وزارة التربية والتعليم.
5. دراسة أثر متغيرات الخلفية الاقتصادية وموقع النمو الخلقي، والاتصال بالثقافات الأخرى والعمر. ومقارنة نتائجها مع نتائج هذه الدراسة.

قائمة المراجع

- أبو ناصر، فتحي محمد (2008)، مدخل إلى الإدارة التربوية، النظريات والمهارات، عمان: دار المسيرة.
- البدرى، طارق عبد المجيد (2001)، الأساليب القيادية والإدارية في المؤسسات العلمية، عمان: دار الفكر للطباعة والنشر.
- حريم، حسين (2004)، السلوك التنظيمي سلوك الأفراد والجماعات في منظمات الأعمال، دار الحامد للنشر والتوزيع، الأردن: عمان.
- حسين، أحمد علي (1999)، العلاقة بين الأساليب القيادية لمديري المدارس في عدن وأثرها في مستوى الرضا الوظيفي لمعلمهم في منظور نموذج القيادة الموقفية، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- الخطيب، علي يوسف (2005)، نمط السلوك القيادي لمدير المدرسة الثانوية العامة في الأردن وعلاقتها بمستوى الفعالية التنظيمية للمدرسة الثانوية من وجهة نظر المعلمين، رسالة دكتوراة غير منشورة، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، الأردن، عمان.
- الشمالية، معن أمين (2006)، الأنماط الإدارية لمديري المدارس الثانوية العامة في الأردن وعلاقتها بالسلوك الإبداعي للمعلمين، رسالة دكتوراة غير منشورة، عمان جامعة عمان العربية للدراسات العليا، الأردن، عمان.
- الصليبي، محمود (2005)، الأنماط القيادية لمديري الثانوية العامة في الأردن وفق لنظرية هيرسي وبلانشارد وعلاقتها بمستوى الرضا الوظيفي لمعلمهم وأدائهم، أطروحة دكتوراة غير منشورة، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، الأردن، عمان.
- الطويل، هاني عبد الرحمن (2006)، الإدارة التربوية والسلوك التنظيمي سلوك الأفراد والجماعات في النظم، عمان: داروائل للنشر.
- الطويل، هاني عبد الرحمن (2006)، أبدال في إدارة النظم التربوية وقياداتها الإدارة بالإيمان، عمان، بدون ذكر اسم الناشر.
- الظفيري، خالد صاهود (2006)، الأنماط القيادية السائدة لدى مديري المدارس الثانوية الحكومية في دولة الكويت وعلاقتها بدافعية المعلمين نحو العمل، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، الأردن، عمان.
- العامري، صالح مهدي، والغالبي، طاهر محسن (2007)، الإدارة والأعمال، عمان: داروائل للنشر.
- العبادلة، عبد الرحمن فالح (2003)، الأنماط القيادية وعلاقتها بالثقافة التنظيمية لدى الفئات الإدارية في محافظات جنوب الأردن، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة، الأردن، عمان.
- عبد الباقي، صلاح الدين محمد (2002)، السلوك الفعال في المنظمات، الإسكندرية: دار الجامعة الجامعية.
- العديلي، ناصر محمد (1995)، السلوك الإنساني والتنظيمي، منظور كلي مقارن، الإدارة العامة للبحوث، الرياض: معهد الإدارة العامة.

- عياصرة، علي أحمد (2003)، الأنماط القيادية لمديري المدارس الثانوية وعلاقتها بدافعية المعلمون نحو مهنتهم كمعلمين في وزارة التربية والتعليم في الأردن، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، الأردن، عمان.
- عيد، فاتن سليم (2000)، علاقة النمط القيادي لمديري المدارس حسب "نظرية هيرسي وبلانشرد" بمستوى الرضى الوظيفي لمعلمي المرحلة الثانوية بمديرية التربية والتعليم بمنطقة عمان الأولى، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، الأردن، عمان.
- قرقش، عبد الكريم، نظام (2002)، فاعلية القيادة الإدارية التربوية في المدارس الثانوية الحكومية في محافظة عمان من وجهة نظر المديرين والمديرات وفقاً لنظرية هيرسي وبلانشرد، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، عمان، الأردن.
- ماهر، أحمد (2003)، السلوك التنظيمي، مدخل بناء المهارات، مصر: الدار الجامعية.
- مصطفى، صلاح، والنايه نجاة (1986)، الإدارة التربوية، مفهومها، نظرياتها، وسائلها، دبي: دار العلم للنشر والتوزيع.
- المغيدي، الحسن بن محمد، وآل ناجي، محمد بن عبدالله (1994)، الأساليب القيادية لعمداء الكليات بجامعة الملك فيصل بالمنطقة الشرقية، مجلة اتحاد الجامعات العربية، العدد (29)، ص 90-110.
- هيجان، عبد الرحمن أحمد (1993)، المدير والقائد الإداري تحليل المهارات النفسية الاجتماعية في الإدارة، مجلة الإدارة العامة، العدد (77).
- Andrew, & Mark. (1987). " Organizational Behavior and Performance" Fourth Edition, Scott, Foresman and Company Glenview, Illinois London England.
- Bass, B. M. and Avolio, B.J. (1990) ،"The Multifactor Leadership Questionnaire". Palo Alto, Consulting Psychologists Press.
- Bass. B.M,(1994), " Leadership & Performance Beyond Expectations" ,New York, Free Press, p.27.
- Brown, E. D. (1985) ،A Study of the Leaders Styles of Principals in the Exemplary Secondary Schools of the United states. Unpublished Ed.D. Dissertation, University of Alabama. Alabama .
- Cuellar C.A. (2002) ،"The Effets of Principal Leadership Style Change and Teachers". Quest digital dissertation.
- Ed.D.Dissertation; University of Alabama, Alabama.
- Fielder, F. E. (1967) ،A theory of leadership effectiveness, new your: McGraw Hill .
- Fulmer R.M (1998) ،"The New Management". Macmillan Publishing Company. New York.
- Hall, E. I. (1986). Leader Styles of School Administration as Related to Superiors Associates and Subordinates Perceptions. Dissertation Abstract International, 47, 11- A, P/ 3920.
- Halpin, A.W. (1956) ،Leadership Behavior of School Superintendents. Columbus, OH. College of Education, Ohio State University .
- Hersey and Blanchard, (1982) ،"Management of Organization Behavior" Utilizing Human Resources", p200.

- Hersey, P. and Blanchard, K, H. (1988) ،"Management of Organizational Behavior". Utilizing Human Resources (5th ed.) Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall.
- Klawitter, P.A.(1985) ،"The Leadership Between Principal's Leadership Style and Teacher Job Satisfaction". Dissertation Abstract International, 47,03-A P.735.
- Likert, R. (1967) ،"The Human Organization: Its Management and Value", New York: Mc Graw- Hill Inc.
- Morgan J. (1988) ،An Investigation of the leadership Styles of Preschool Interagency Council Coordination in Florida, Unpublished PH. D. Dissertation: University of South Florida.
- Redden, W.J. (1970) ،Managerial effectiveness,. New York: McGraw Hill .
- Roberts, W.J. (1985) ،"A Comparison of Principals, Leadership Styles and Teachers, Perception of Principals". Dissertation Abstract International, 47,03-A,p.744.
- Rokeach, M., "The Nature of Human Values", New York: The Free Press, 1973.
- Schon, D. (1978) ،"Beyond the stable state" N.Y Random House .
- Sellars, P.L. (1984) ،"A Comparative School Climate and the Leadership Style of School principals". Dissertation Abstract International, p.3043.
- Stogdill, R, (1981). Handbook of Leadership: A Survey of Theory and Research (Revised and Expanded by Bernard Bass). New York the free press .
- Szilagy and Wallace, (1981), "Organizational Behavior and Performance",2nd ed., Good Year Publishing CO,IOC,p.276.
- Tichy, Noel M. and Devanna, Mary Anne (1990). "The Transformational Leadership". N.Y.: John Wiley and sons .
- Trofino, A. J. (2000) ،"Transformational Leadership: Moving Total Quality Management to world-Class Organization". International Nursing Re-view, Dec, vol, 47, Issue 4.
- Yukle, G.A. (1981) ،Leadership in Organization. New Jersey: Prentice-Hall Inc. Englewood Cliffs.

دور تمكين المدراء من مهارات القرن الحادي والعشرين لمواجهة الأزمات المستجدة
حسام ناجي عبد الخليفي

الجامعة الاميركية للثقافة والتعليم

The role of empowering managers with twenty-first century skills to face emerging
crises

Houssam Najji Abed el-Khalifi

hna015@auceonline.com

American University of Culture and Education

ملخص

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى التمكين الإداري والقدرات الابداعية لدى موظفي شركات الاتصال في بغداد وعلاقة التمكين الإداري في تعزيز القدرات الابداعية. اعتمدت الأساليب الوصفية التحليلية والمصادر الثانوية مثل الكتب والمجلات والمواقع الإلكترونية والدراسات السابقة حتى تتمكن من فهم جميع جوانب الموضوع، بالإضافة إلى طريقة دراسة الحالة من خلال إجراء المقابلات الشخصية وإعداد الاستبيانات، ووصل العدد الكلي للإجابات إلى (100) إجابة جميعها مقبولة وصالحة للدراسة.

توصلت الدراسة إلى نتائج مهمة، حيث يوجد علاقة ذات دلالة إحصائية ما بين عملية تمكين المدراء والإدارة الفعالة للأزمات كما وجدت الدراسة علاقة قوية بين المتغيرات الديموغرافية وكل من التمكين الإداري وإدارة الأزمات.

وأوصت الدراسة بالعمل على زيادة الاهتمام بأساليب التمكين الإداري وتطويرها وتأكيد أهمية التمكين الإداري من خلال عقد المؤتمرات التوعوية وإعطاء صلاحيات مبنية على الثقة المتبادلة بين العاملين والإدارات وتطوير الخطط الطارئة المستعملة في كافة الأزمات المالية وتمكين الاتصالات واستعمال الطرق التكنولوجية الحديثة لإيصال معلومات الأزمات والتعامل معها.

الكلمات المفتاحية: تمكين المدراء - ادارة الازمات - القرن والحد والعشرين.

Abstract

This study aimed to identify the level of administrative empowerment and creative capabilities among employees of communication companies in Baghdad, and the relationship of administrative empowerment in enhancing creative capabilities.

Analytical descriptive methods and secondary sources such as books, magazines, websites and previous studies were adopted so that we can understand all aspects of the subject, in addition to the case study method through conducting personal interviews and preparing questionnaires, and the total number of answers reached (100) answers, all of which are acceptable and valid for study.

The study reached important results, as there is a statistically significant relationship between the process of empowering managers and effective crisis management. The study also found a strong relationship between demographic variables and each of administrative empowerment and crisis management.

The study recommended working to increase interest in administrative empowerment methods and their development, and to emphasize the importance of administrative empowerment through holding awareness conferences, giving powers based on mutual trust between workers and departments, developing emergency plans used in all financial crises, enabling communications, and using modern technological methods to deliver crisis information and deal with it.

Keywords: managers' empowerment, crisis management, twenty first century.

1.1 المقدمة

تعيش منظمات الأعمال سواء كانت مؤسسات صغيرة أو كبيرة أو دولاً كمؤسسات رئيسية، حياة مليئة بالأحداث والمفاجآت. بعض هذا محلي، بمعنى أنه ينشأ من عوامل محلية للدولة أو المنظمة نفسها، بما في ذلك الأشياء المستوردة من الخارج. بمعنى أنه حدث في دول أخرى أو منظمات أخرى، امتد تأثيره ليشمل المنظمات والدول التي لم يكن لها أي دور مهم في حدوثه. غالباً ما تبدأ هذه الحوادث على شكل كرات ثلجية صغيرة الحجم وتأثيرها، وإذا قامت المنظمة بمعالجتها وحلها وإزالة أسباب حدوثها، فإن المنظمة تؤمن عواقبها. هذا يمكن أن يتحول إلى كارثة في المستقبل المنظور. ومع ذلك، إذا تجاهلت المنظمات هذه الحوادث والمفاجآت وتركتها تتطور، فقد تتحول هذه الحوادث إلى أزمات حقيقية يمكن أن تهدد استمرار وجود الكيان والمنظمة. طبيعة الأزمة مختلفة، فهناك أزمات اقتصادية مثل: أزمة سوق رأس المال، وانخفاض سعر الصرف، وندرة المواد، وانخفاض العمالة. وما إلى ذلك، وكذلك أزمات الكوارث الطبيعية مثل الزلازل والبراكين التي تحدث في البيئة التنظيمية. وتؤثر على طبيعة العمل. هذه المنظمات.

كذلك توجد أزمات تحصل في المحيط الأكبر، المحيط الحميمي للمنظمات، وتشكل تهديداً حقيقياً للمنظمات إذا تجاهلت أو فشلت في التكيف، في هذه الأزمات، أزمات الحرب، وزيادة الفقر والبطالة، والتضخم المرتفع، والعلاقات. مع دول أخرى. إن مواجهة هذه الأزمات والتعامل معها يعتمد على وجود قادة واعين ومؤهلين وقادرون على إقرار الأحكام الملائمة في الوقت الملائم. دور التمكين إذن، هو تأمين مساحة للقادة على مستويات مختلفة لاتخاذ القرارات التي تتطلبها حالات الأزمات المختلفة.

ولقد ظهر مصطلح التمكين في نهاية الثمانينات، ولاقى هذا المصطلح انتشاراً في فترة التسعينات، وهذا نتج عن زيادة الاهتمام على العنصر البشري داخل المنظمة أياً كان نوعها، كما إن التطورات والتحويلات في مجال تنمية

العنصر البشري داخل التنظيمات أكدت على ضرورة التمكين لما لها من دور في تطوير العلاقة بين المدير والموظفين، حيث إن هذه العلاقة تشكل حجر الأساس لتنمية وتبني أساليب التطوير داخل المؤسسات.

1.2 أسباب اختيار الموضوع

- يعتبر تمكين المدراء من مهارات القرن 21 أمراً حاسماً في الوقت الحالي، حيث تتزايد تحديات العالم وتعقيداته، ويجب على المدراء التعامل مع الأزمات المتعددة بشكل فعال.
- تغيرات العصر: يتطلب العصر الحالي تغييراً في الطرق التقليدية للإدارة واستخدام طرق إدارية أكثر حداثة وفعالية، وهذا يتطلب من المدراء اكتساب مهارات وأدوات جديدة لمواجهة التحديات الحالية.
- انتشار الأزمات: تشهد العديد من البلدان والمنظمات العديد من الأزمات المختلفة، بما في ذلك الأزمات الصحية والاقتصادية والسياسية، وهذا يتطلب من المدراء التمكن من مهارات القرن 21 لتحقيق الاستدامة والنجاح.
- توفير الحلول: يهدف هذا الموضوع إلى تحديد أفضل الممارسات والحلول المبتكرة والفعالة لتمكين المدراء من مهارات القرن 21 لمواجهة الأزمات، وهذا يساعد المدراء على التفوق في محيط العمل الحالي وتحقيق الأهداف المنشودة.
- الاهتمام العالمي: يحظى هذا الموضوع بأهمية بالغة في العديد من المؤسسات والجامعات والمنظمات على المستوى العالمي، حيث تركز الدراسات والأبحاث على دور تمكين المدراء من مهارات القرن 21 في مجابهة الأزمات باختلاف أنواعها.

1.3 أهمية الدراسة

- تندرج أهمية هذه الدراسة في نتائج تطبيق التمكين الإداري، والتي تؤدي إلى رفع الروح المعنوية للموظفين وتعزيز ولائهم للمؤسسة التي ينتمون لها، وتحفز سلوكهم الإبداعي من خلال تنمية قدراتهم وتطويرها، للمشاركة في معالجة المشاكل والمساهمة في إقرار اللوائح، وخلق الأفكار المتجددة، والعمل كفريق، للوصول إلى درجة الإبداع والإتقان.
- محاولة الربط بين تأثير أبعاد التمكين الإداري الذي تمارسه شركات الاتصال، وبين السلوك والقدرات الإبداعية للموظفين.

1.4 اشكالية البحث

تفرض متغيرات العصر الحالية على كافة أشكال المنظمات امتلاك رأس مال بشري وكفاءات ذات معارف ومهارات وقدرات متميزة، وعلى مستوى عالي من الإبداع والقدرة على الاستجابة السريعة لمتطلبات التغيير، وبالشكل الذي يضمن الشركات البقاء والاستمرار، والمنافسة من خلال التميز في الأداء والبرامج التدريبية التي تقدمها وتحاكي متطلبات القرن الواحد والعشرين. من هنا، وجب على الشركات إيجاد الطرق المثلى لاستثمار العقل البشري وتنميته، واستغلال هذه الطاقات البشرية نحو الوصول إلى الإبداع والابتكار الخلاق واعتماد

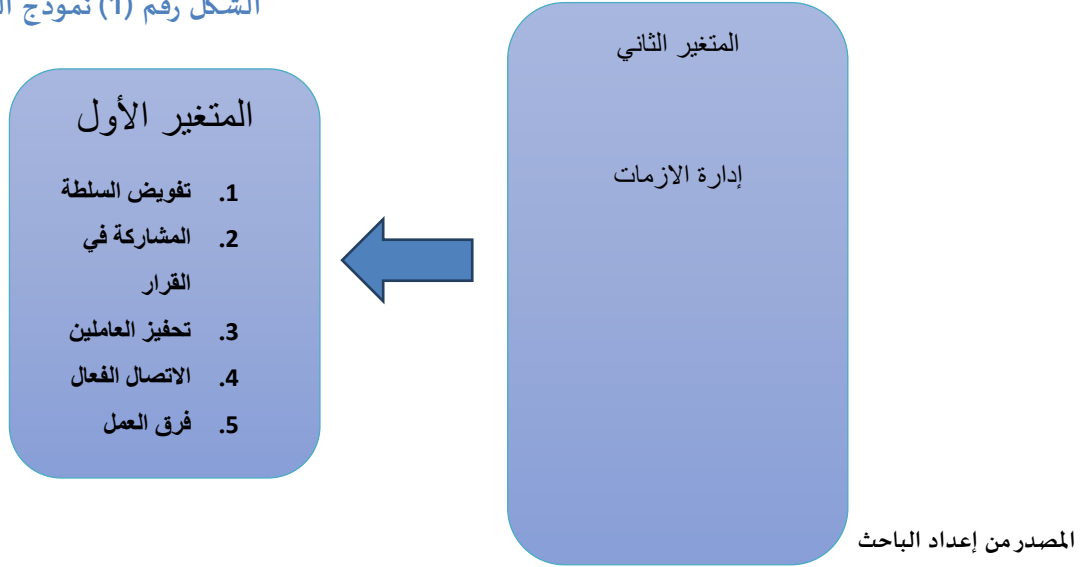
التكنولوجيا المتطورة. لقد بدأت فكرة الإشكالية تتبلور من خلال ما طرحه ترلينج وفادل (Trilling & Fadel, 2009) على أنها فجوة مهارات القرن الحادي والعشرين والتي سوف تكلف قطاع الأعمال مبالغ مالية كبيرة لإيجاد العمالة الماهرة، وتوظيفها، وإعادة تأهيل الموظفين الجدد للوصول إلى المستوى المطلوب من خلال برامج تدريبية مكلفة، علما أن تعزيز كفاءات القرن الحادي والعشرين عملية تدريجية لا تتحقق إلا من خلال نظم تعليم متطورة. وبناء عليه، فقد أجرت منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية أبحاثا لمتابعة تطوير الكفاءات الرئيسة، خلصت بنتيجتها إلى ضرورة أن تساعد الأنظمة التعليمية في القرن الحادي والعشرين الموظفين في تطوير المهارات والكفاءات المناسبة لتنمية الفرد وتحقيق التقدم الاجتماعي، فضلا عن وجود فجوة بين سوق العمل الجديد والمهارات التي يمتلكها الأفراد. وبما أن إطار عمل كفاءات القرن الحادي والعشرين ثم يطرح منذ زمن بعيد، فإن معظم المناطق في العالم لا زالت في مرحلة وضع الخطط والاستراتيجيات ولم تصل بعد إلى مرحلة التطبيق وتأكيدا على ذلك، فقد صدر تقرير عن المنتدى الاقتصادي العالمي يفيد أن ما يقارب 65% من الوظائف المستقبلية غير متوافرة الآن لما عالميا، فقد أصبح تعليم كفاءات القرن الحادي والعشرين يستند إلى افتراض أن الوظائف وأنماط الحياة المستقبلية تفرض متطلبات جديدة على الأفراد بحسب دراسة يوسف (2011)، وأن هذا التحول الكبير من العصر الصناعي إلى الاقتصاد المعرفي بين أهمية المعرفة في حياة الأفراد، إذ تستمر الوظائف المتعلقة بالعصر الصناعي في الانخفاض خلال القرن الحادي والعشرين، في حين تواصل الوظائف القائمة على المعرفة نموها؛ وللاتحاق بهذه الوظائف علينا العمل على اكتساب المهارات المطلوبة للقرن الحادي والعشرين والعمل على تطويرها. انطلاقا مما سبق، تتحدد مسألة البحث في تحولات القرن الحادي والعشرين وما تفرضه من السيطرة الرقمية على كل مناحي الحياة، والتي لا يمكن التعامل معها الا باكتساب عدد من المهارات والكفايات الضرورية للأفراد، ليتسنى لهم المشاركة في مجتمع سريع الحركة والتغير، علما أن الدراسات التي تربط بين ادارة الازمات ومهارات القرن الحادي والعشرين كانت قليلة جدا على الصعيد المحلي، مما دفعنا إلى البحث عن العلاقة بين المتغيرات وبين إكساب المدراء المهارات اللازمة للقرن الواحد والعشرين؟

1.5 أسئلة البحث

- ما إثرتمكين المدراء بالخروج من الازمة بأقل الخسائر؟
- ما مدى تأثير التمكين بعد الازمة
- هل الادوات (الاتصال الفعال – التفكير الاستراتيجي – تنظيم الوقت) قادرة على تطبيق مفهوم التمكين.

1.6 نموذج البحث :

الشكل رقم (1) نموذج البحث



1.7 فرضيات البحث

• الفرضية الرئيسية

توجد علاقة ذات دلالة إحصائية ما بين عملية تمكين المدراء والإدارة الفعالة للأزمات.

• الفرضيات الفرعية

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين تفويض السلطة وبين مواجهه الازمات
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين المشاركة في القرار وبين مواجهه الازمات
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التحفيز وبين مواجهه الازمات
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاتصال الفعال وبين مواجهه الازمات
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين فرق العمل وبين مواجهه الازمات
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التأهيل والتدريب وبين مواجهه الازمات

1.8. حدود البحث

- حدود موضوعية تتحدد في دور المدراء في خضم الازمة وتفكيكها
- الحدود الزمانيّة سوف يتم تطبيق هذه الدّراسة في سنة 2022-2023
- الحدود البشريّة مجموعه من موظفي الاتصالات (شركة الياسين - زين العراق - سما للاتصالات)
- الحدود المكانية محافظة بغداد

1.9. مجتمع وعينة الدراسة

1.9.1. مجتمع الدراسة

يتألف مجتمع الدراسة من (100) موظف من مجموعة شركات الاتصالات في العراق (زين عراق، آسياسيل، الشرق الأوسط للاتصالات، وسما للاتصالات).

1.9.2. عينة الدراسة (عشوائية بسيطة)

تم اختيار عينة الدراسة بشكل عشوائي ومتنوع، حيث تعتبر العينة التي تم اختبارها ممثلة بشكل جيد لمجتمع الدراسة ككل، وتم الاعتماد على استبيان (إلكتروني، ورقي) ويذكر الطالب لمحة عن توزيع الاستبيان. حيث وصل العدد الكلي للإجابات الإلكترونية أو الورقية إلى (100) إجابة، وتم استرجاع (100 إجابة)، وكانت جميعها صالحة للدراسة.

الجدول رقم 1: معاملات الارتباط للمتغير المستقل والمتغير التابع من حيث المتغيرات الديموغرافية

معامل الارتباط - R ومستوى المعنوية		العوامل المستقلة
المحور الثاني - إدارة الأزمات	المتغير المستقل التمكين الإداري	
** 0.84	** 0.69	المركز الوظيفي
* 0.41	* 0.52	النوع الاجتماعي
** 0.80	** 0.76	العمر
** 0.79	** 0.76	المؤهل العلمي
** 0.83	** 0.87	عدد سنوات الخدمة
* (P≤0.05)، دلالة معنوية، ** (P≤0.01)، دلالة عالية المعنوية		

من إعداد الباحث (بالاستعانة ببرنامج SPSS)

نجد من الجدول السابق الذي يتعلق بالمتغير المستقل والمتغير التابع، أن كافة الأرقام الدالة على معاملات الارتباط بينها وبين كافة المتغيرات الشخصية الديموغرافية جيدة ومقبولة من حيث مقارنة درجة كل متغير مستقل أو تابع بكافة محاوره وأحد المتغيرات الديموغرافية، كما نجد أن قيمة P-Value لجميع الارتباطات تساوي الصفر وهذا يدل على وجود درجة ثقة 100% بقيم هذه الارتباطات ما عدا متغير النوع الاجتماعي الذي قدّم ارتباطاً أضعف من باقي المتغيرات.

1.10. اختبار الثبات

يشير ثبات الاختبار إلى دقة واتساق المقياس. هذا يعني أننا إذا اختبرنا على مجموعة أو عينة، فسنحصل على مجموعة من الدرجات. بعد فترة زمنية محددة، طبقنا نفس الاختبار على نفس المجموعة تحت نفس الشروط. سنجد أن الدرجة التي نحصل عليها هي نفس درجتنا السابقة، أو قريبة جداً منها.

من أجل تأكيد مدى الثبات في المقياس المستخدم، تم حساب نتائج معامل ألفا-كرونباخ بواسطة برنامج إحصائي (SPSS) لضمان دقة إجابات عينات البحث.

يوضح الجدول الآتي القيم المتعلقة بمعامل ألفا-كرونباخ للمستوى الإجمالي لكافة المتغيرات الـ (35) التي تمت دراستها (ثبات الاستبانة).

الجدول رقم 2: قيمة معامل ألفا-كرونباخ على المستوى الإجمالي لمتغيرات الدراسة

عدد العناصر	معامل الثبات كرونباخ ألفا Cronbach's Alpha
35	0.82

من إعداد الباحث (بالاستعانة ببرنامج SPSS)

من الجدول السابق، نجد أن القيمة الخاصة بمعامل ألفا-كرونباخ مساوية لـ 0.82 أي ما يعادل 82% على المستوى الإجمالي لأستبانة الاستبيان، وهذا يدل على وجود موثوقية إيجابية وقوية جداً.

وتم حساب هذه القيمة على مستوى كل متغير فيمكن عرضها من خلال الآتي:

الجدول رقم 3: قيم معامل كرونباخ-ألفا لجميع المحاور

المتغير	عدد العناصر	معامل الثبات كرونباخ ألفا Cronbach's Alpha
المتغير المستقل (التمكين الإداري)	25	0.85
المتغير التابع (إدارة الأزمات)	10	0.79

من إعداد الباحث (بالاستعانة ببرنامج SPSS)

تدل جميع القيم المتعلقة بمعامل كرونباخ-ألفا على أنها مقبولة وصالحة من أجل إجراء اختبار الفرضيات.

- المتغير الأول: التمكين الإداري:

الجدول رقم 4: اتجاه إجابات متغير التمكين الإداري

ت	المقياس/ البعد والفقرة	أوافق بشدة	أوافق	محايد	لا أوافق	لا أوافق بشدة	المعنوية	المعدل \pm SD	اتجاه السؤال
البعد الأول: تفويض الصلاحيات									
1	يثق بقدرات العاملين على أداء المهام	17	83	0	0	0	**	0.39 \pm 4.17	موافق

									المفوضة إليهم	
موافق بشدة	0.52±4.47	**	0	0	0	53	47	2	يتابع العاملین في المهام المفوضة لهم	
موافق	0.42±3.98	**	0	0	14	74	12	3	يعطي المرونة المناسبة للعاملين في التصرف في مهامهم الوظيفية	
موافق بشدة	0.53±4.45	**	0	0	0	55	45	4	يتيح الفرصة للعاملين لأداء المهام المفوضة لهم	
موافق	0.36±3.69	**	0	0	51	29	20	5	يسمح للعاملين بممارسة الصلاحيات المفوضة لهم دون تدخل مباشر	
--	NS 0.82	--	--	--	--	--	--	--	قيمة LSD (T-test)	
البعد الثاني: التأهيل والتدريب										
موافق بشدة	0.49±4.68	**	0	0	0	32	68	6	يوفر خطة تدريبية واضحة للتدريب وتنمية القدرات	
موافق بشدة	0.52±4.20	**	0	0	10	60	30	7	الخروج من البرامج التدريبية بأفضل نتائج	
موافق بشدة	0.48±4.43	**	0	0	2	53	45	8	يتيح للعاملين فرص التعلم واكتساب مهارات جديدة في مجال العمل	
موافق	0.41±3.96	**	0	0	22	60	18	9	يقيم البرامج التدريبية التي يشارك فيها العاملون بشكل منتظم	
موافق بشدة	0.61±4.70	**	0	0	0	30	70	10	يشجع العاملین على تبادل الخبرات فيما بينهم	
--	NS 0.78	--	--	--	--	--	--	--	قيمة LSD (T-test)	
البعد الثالث: الاتصال الفعال										
موافق بشدة	0.51±4.40	**	0	5	7	31	57	11	يحرص على توفير وبناء علاقات طيبة مع العاملین	
موافق	0.45±3.95	**	0	3	17	62	18	12	يعتمد سياسة الباب المفتوح لبناء جو من الثقة بين العاملین	
موافق بشدة	0.48±4.20	**	0	0	13	54	33	13	يحرص على توفير قنوات اتصال فعالة لتبادل المعلومات مع الآخرين	
موافق	0.37±3.93	**	0	0	11	85	4	14	تتميز المؤهل العلميات والإجراءات التي	

									يستخدمها في المؤسسة بالوضوح
موافق	0.44±4.10	**	0	0	10	70	20	يوفر بيئة تكنولوجية تمكن العاملين من إنجاز أعمالهم	15
--	NS 0.59	--	--	--	--	--	--	قيمة LSD (T-test)	
البعد الرابع: فرق العمل									
موافق بشدة	0.42±4.50	**	0	0	0	50	50	يدعم تشكيل فرق العمل لإنجاز المهام وتبادل الخبرات	16
موافق	0.37±4.10	**	0	0	10	70	20	تمنح المنظمة لفرق العمل صلاحيات تتناسب مع المهام الموكلة إليهم	17
موافق	0.45±4.10	**	0	0	30	30	40	يركز على أداء الفريق بدلاً من الأداء الفردي	18
موافق	0.35±3.90	**	0	0	20	70	10	تسود الثقة بين أعضاء فريق العمل داخل المنظمة.	19
موافق	0.41±4.20	**	0	0	10	60	30	يحترم رأي أعضاء فرق العمل ويعمل على تنفيذ توصياتهم	20
--	NS 0.65	--	--	--	--	--	--	قيمة LSD (T-test)	
البعد الخامس: تحفيز العاملين									
موافق بشدة	0.47±4.54	**	0	0	14	18	68	تحفيز العاملين يوفر للعاملين فرصاً جيدة للتطوير المهني وتبادل الخبرات	21
موافق	0.34±3.87	**	0	0	8	47	35	يقدر العاملين على جهودهم وإنجازاتهم المهنية في العمل	21
موافق بشدة	51.±4.27	**	0	0	21	31	48	يعتمد نظام حوافز يشجع العاملين على التطور المهني باستمرار	23
موافق بشدة	0.47±4.30	**	0	0	16	38	46	يدعم مبادرات العاملين وإجتاداتهم الشخصية لتطوير العمل	24
موافق	0.44±4.10	**	0	0	20	50	30	يشجع العاملين على تبني الأفكار الإبداعية	25
--	NS 0.71	--	--	--	--	--	--	قيمة LSD (T-test)	
** (P≤0.01)، دلالة عالية المعنوية									

من إعداد الباحث (بالاستعانة ببرنامج SPSS)

يتضح من اتجاه إجابات المتغير الأول بشكل فردي لكل سؤال أنها تميل باتجاه الموافقة بشدة بنسبة كبيرة مما يدل على أن أبعاد التمكين الإداري تتم على قدر عالٍ من الجودة.

1.11 المحور الثاني: إدارة الأزمات

الجدول رقم 5: اتجاه إجابات متغير إدارة الأزمات

ت	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	محايد	لا أوافق	لا أوافق بشدة	المعنوية	المعدل \pm SD	اتجاه السؤال
1	تواجه المؤسسة صعوبات ومشكلات توقعها في الأزمات	29	31	27	13	0	**	0.39 \pm 3.76	موافق
2	يتم التنبؤ بالأزمة قبل وقوعها	0	48	52	0	0	**	0.42 \pm 3.48	موافق
3	يتم التخطيط للأزمات المحتملة والاستعداد لها	17	57	12	14	0	**	0.42 \pm 3.77	موافق
4	يتم التعامل مع الأزمة بشكل يتلاءم مع طبيعتها	30	48	10	12	0	**	0.37 \pm 3.96	موافق
5	يتم إبلاغ المستويات الإدارية العليا عند حدوث الأزمات	45	60	0	5	0	**	0.51 \pm 4.75	موافق بشدة
6	يوجد اتصال فعال عند حدوث الأزمة	50	50	0	0	0	**	0.43 \pm 4.50	موافق بشدة
7	الحرص على سرعة الحصول على المعلومات الكافية	48	45	7	0	0	**	0.40 \pm 4.41	موافق بشدة
8	يتم التحكم بالعوامل المسببة للأزمة خلال فترة قصيرة	23	35	42	0	0	**	0.38 \pm 3.81	موافق
9	يتم الاستفادة من الأزمات من خلال التعلم منها وأخذ العبرة	68	20	2	10	0	**	0.42 \pm 4.46	موافق بشدة
10	تقييم الخطط والبرامج لإدارة الأزمات وتحسينها	47	39	13	0	0	**	0.37 \pm 4.30	موافق بشدة
	قيمة (T-test)	LSD	-	-	-	-	*	1.06	-

* (P \leq 0.05)، دلالة معنوية، ** (P \leq 0.01)، دلالة عالية المعنوية.

من إعداد الباحث (بالاستعانة ببرنامج SPSS)

يتضح من اتجاه إجابات المتغير الثاني بشكل فردي لكل سؤال أنها تميل باتجاه الموافقة إلى الموافقة بشدة بنسبة كبيرة مما يدل على أن إدارة الأزمات تتم على قدر عالٍ من التخطيط والجودة في أداء كل مستلزمات إدارة الأزمات،

اختبار فرضيات الدراسة

في هذا المبحث، سيتم تحليل كل فرضية على حدة وإجراء الاختبارات اللازمة التي تمثل إجابة أولية لأسئلة البحث.

1.10.1. الفرضية الرئيسة الأولى:

H0: لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية ما بين عملية تمكين المدراء والإدارة الفعالة للأزمات.

H1: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية ما بين عملية تمكين المدراء والإدارة الفعالة للأزمات.

الجدول رقم 6: اختبار الارتباط (Pearson) لتحديد وجود علاقة بين المتغير الأول (التمكين الإداري) والمتغير الثاني (إدارة الأزمات)

المحاور	معامل الارتباط R-	مستوى المعنوية
المحور الأول - استبانة التمكين الإداري	0.76	**
المحور الثاني - إدارة الأزمات		
** (P≤0.01)، دلالة عالية المعنوية.		

وتم إجراء اختبار الارتباط Pearson لمعرفة قوة العلاقة بينهما، ومن خلال الاختبار تبين أن قوة العلاقة هي 0.76 وهي قوية، كذلك نجد أن قيمة Sig أصغر من 0.01، لذا يمكن أن نرفض الفرضية الصفرية وأن نقبل الفرضية البديلة القائلة بوجود ارتباط وعلاقة بين التمكين الإداري وإدارة الأزمات. لذا يمكن القول أنه: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية ما بين عملية تمكين المدراء والإدارة الفعالة للأزمات.

تم التوصل من خلال جميع المباحث والعناوين التي تم التوسع فيها ضمن دراستنا بشقها النظري والعملي، إلى مجموعة من النتائج وهي:

- أثبتت نتائج دراسة أسئلة الاستبيان أن جميع محاور التمكين الإداري تميل نحو الموافقة الشديدة على آتباع طرائق التمكين الإداري في المؤسسات محل الدراسة.
- أكدت نتائج دراسة محور إدارة الأزمات أنها تميل نحو الموافقة على أن المؤسسات محل الدراسة لديها أسلوبها الجيد والصحيح لإدارة الأزمات مهما كانت.
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية ما بين عملية تمكين المدراء والإدارة الفعالة للأزمات.
- توجد علاقة قوية بين المتغيرات الديموغرافية والتمكين الإداري.
- توجد علاقة قوية بين المتغيرات الديموغرافية وإدارة الأزمات.

1.11. المقارنة مع نتائج الدراسات السابقة:

- بينت نتائج بعض الدراسات وجود نقاط ضعف في إدارة الأزمات بينما بينت نتائج هذه الدراسة على المؤسسات محل الدراسة أنها تتمكن من إدارة الأزمات بشكل ناجح وتستعمل الوسائل المناسبة لذلك.

- بينت نتائج بعض الدراسات السابقة أن المؤسسات التي تمت دراستها لا تتمكن من أتباع النهج الصحيح في التمكين الإداري بينما أثبتت دراستنا الحالية اتباع الطرائق الصحيحة للتمكين الإداري في المؤسسات محل الدراسة.

1.13. مناقشة نتائج الدراسة والتوصيات

قامت الدراسة بربط عمليات وأساليب التمكين الإداري وإدارة الأزمات وتطبيقها على الجزء العملي، الذي اتّصف بغناه بالمعلومات الهامة والضرورية والتحليلات الهامة، وغناه بالمبحوثين الذين كان عددهم 100 شخصاً ضمن مختلف الشركات والمؤسسات. ومنها يمكننا تعداد التوصيات التالية:

- العمل على زيادة الاهتمام بأساليب التمكين الإداري وتطويرها بما ينسجم مع الأنظمة المتوفرة.
- تدعيم مفاهيم التمكين الإداري ونشر ثقافته في كافة الأقسام.
- تأكيد أهمية التمكين الإداري من خلال عقد المؤتمرات التوعوية التي يحضرها جميع العاملين والمدراء على أن تكون مدارة من قبل لجان متخصصة.
- إعطاء صلاحيات مبينة على الثقة المتبادلة بين العاملين والإدارات وأن تكون مراقبة في تسيير الأعمال في الفترات الأولى من إعطاء الصلاحيات.
- تطوير الخطط الطارئة المستعملة في كافة الأزمات المالية منها والإدارية والاجتماعية.
- تمكين الاتصالات واستعمال الطرق التكنولوجية الحديثة لإيصال معلومات الأزمات والتعامل معها.
- تأسيس أرشيف خاص بجميع الأزمات التي أصابت المؤسسات محل الدراسة وغيرها من المؤسسات المشابهة للاستفادة من الخبرة في التعامل مع الأزمات عند الحاجة إليها.

أثر القيادة التحويلية الزائفة على الأداء الوظيفي للعاملين دعاء خليل اسماعيل

الجامعة الاميركية للثقافة والتعليم

The impact of pseudo-transformational leadership on employee job performance

Douaa Khalil Ismail

dkl001@auceonline.com

American University of Culture and Education

ملخص

يزداد الاهتمام بمفهوم القيادة التحويلية الزائفة في السنوات الأخيرة، وبشكل خاص تتركز الدراسات على تأثيراتها من مختلف النواحي، ويهدف البحث إلى دراسة تأثير سلوكيات هذه القيادة وأبعادها على أداء المرؤوسين والعاملين ومدى التزامهم الوظيفي.

ونجد من خلال هذه الدراسة أن سلوك القائد وصفاته تؤثر بشكل كبير على كل عناصر العمل، حيث أن اتباع القائد لسلوكيات القيادة المدمرة له تأثير سلبي على أداء العاملين من كل النواحي مما يؤثر على كفاءة العمل، كما أن هذه التأثيرات تنعكس عليه أيضاً ويظهر له أعداء في مكان العمل وينتج عن ذلك عواقب سلبية تؤثر بشكل سلبي على المرؤوسين والحياة العملية بشكل عام.

الكلمات المفتاحية: القيادة التحويلية الزائفة، الإشراف التعسفي، القيادة السلطوية، النرجسية، الترويج الذاتي، عدم القدرة على التنبؤ، الأداء الوظيفي

Abstract

Interest in the concept of pseudo-transformational leadership has increased in recent years, and studies in particular focus on its effects in various aspects.

The research includes three chapters. The first chapter deals with the concept of leadership in general and how this concept has evolved, in addition to the importance of leadership and its types in general.

Through this study, we find that the leader's behavior and characteristics greatly affect all elements of work, as the leader's follow-up of destructive leadership behaviors has a negative impact on the performance of workers in all respects, which affects work efficiency, and these effects are also reflected on him and enemies appear to him in workplace and results in negative consequences that negatively affect subordinates and work life in general.

Keywords: pseudo-transformational leadership, abusive supervision, authoritarian leadership, narcissism, self-promotion, unpredictability, job performance.

المقدمة

ينعم التاريخ بأمثلة للقادة الذين رفعوا تطلعات أتباعهم، أو مرؤوسهم، وألهموا رؤيتهم، وسخروا إرادتهم الجماعية لتحقيق أهداف مشتركة لم يكن من الممكن تحقيقها لولا وجودهم، ومع ذلك، فإن التاريخ حافل أيضاً بأمثلة للقادة الذين ألحقوا أضراراً لا توصف بشركائهم، أو مؤسساتهم، أو مدارسهم، ولهذا تتمتع القيادة بأهمية كبيرة جداً.

ويلاحظ المتأمل في بحوث القيادة، أنّ البحوث والدراسات حول سمات ومهارات القادة الفعالين وغيرة، حيث تركز الأدبيات تقليدياً على سلوكيات القادة الإيجابيين، ويمكن اعتبار نظريات القيادة الأكثر شيوعاً إيجابية، أو تحويلية، أو أخلاقية، أو أصيلة، وتستمر الدراسات العديدة التي تركز على ممارسات القيادة العظيمة والناجحة في المؤسسات بشكل عام والمؤسسات التعليمية بشكل خاص في التراكم.

ومن الطبيعي أن تنجح الكثير من المؤسسات في تحقيق أهدافها، لكن العديد منها يفشل أيضاً، والبعض يفشل بشكل مُذهل، وكما تُظهر القضايا البارزة الأخيرة في قطاعي الطاقة والمال، غالباً ما تكون القيادة المدمرة في قلب الخسائر الاقتصادية والاجتماعية الهائلة للعديد من المؤسسات.

تميل هذه الخسائر إلى الانتشار إلى ما هو أبعد من حدود تلك المؤسسات المتضررة، ومع ذلك، نادراً ما يرجع النجاح والفشل إلى عامل واحد أو فرد واحد، حيث يعترف علماء القيادة بشكل متزايد بتأثير المرؤوسين في عملية القيادة، وقد تم إيلاء اهتمام أقل لدورهم في عملية القيادة المدمرة، وتعتبر أدبيات القيادة بشكل متزايد بالقيادة كعملية معقدة بين القادة والمرؤوسين والسياقات.

1.1 أسباب اختيار الموضوع:

يعود سبب اختيار الموضوع إلى الأسباب الواردة أدناه:

- رغبة الباحثة في الخوض في تفاصيل القيادة الزائفة.
- الباحث في هذا المجال هو موظف في مؤسسة حكومية، وبالتالي يعمل هذا البحث بدوره على إضافة الخبرة والمعرفة وزيادة الكفاءة لدى الباحثة في عمله الوظيفي.
- إضافة بحث علمي تستفاد منه المؤسسة قيد الدراسة، وبقية المؤسسات فضلاً عن العاملين فيها، وإطلاعهم على مواضيع الإدارة الحديثة (القيادة الزائفة) وأثرها على الأداء الوظيفي.

1.2 أهمية الموضوع:

- من الناحية النظرية تنبع أهمية هذه الدراسة من توقع وجود معرفة إضافية تساهم في مجال القيادة، وخاصة أوجه القصور في القيادة التحويلية (القيادة الزائفة) كونها نوع من أنواع القيادة الهدامة أو القيادة السامة، ونأمل أن يكون لهذه الإضافات أثر عميق على نتائج الدراسات البحثية المتخصصة، بالإضافة إلى صياغة توصيات عملية لمن هم في المناصب القيادية.
- من الناحية العملية: يعتبر هذا البحث مهماً على المستوى الوظيفي كونه تناول متغيرات ذات أهمية كبيرة في المجال الإداري وخاصة في المؤسسة قيد الدراسة.

1.3 إشكالية البحث والتساؤلات المطروحة حولها:

يلعب أسلوب القيادة في المؤسسات الخدمية دوراً رئيسياً في تحقيق تطلعات وأهداف هذه المؤسسات، ويعتبر مفهوم القيادة التحويلية من ضمن المفاهيم الإدارية التي تحدث نقلة نوعية داخل هذه المؤسسات، وقد ظهرت نوع من القيادات التحويلية الموصوفة بالزائفة والتي لا تحقق الغايات والأهداف بشكل جيد، ولا تميز بين الخطأ والصواب، وتستنزف جهود العاملين بلا جدوى مما يولد لديهم الشكوك ويقلل من أداء واجباتهم والتزاماتهم. لذا فإن التساؤل الأساسي المطروح هو:

- هل يؤثر أسلوب القيادة الزائفة على مستوى الأداء الوظيفي بين موظفي المؤسسة قيد الدراسة؟ وهنا تنشأ التساؤلات التالية:

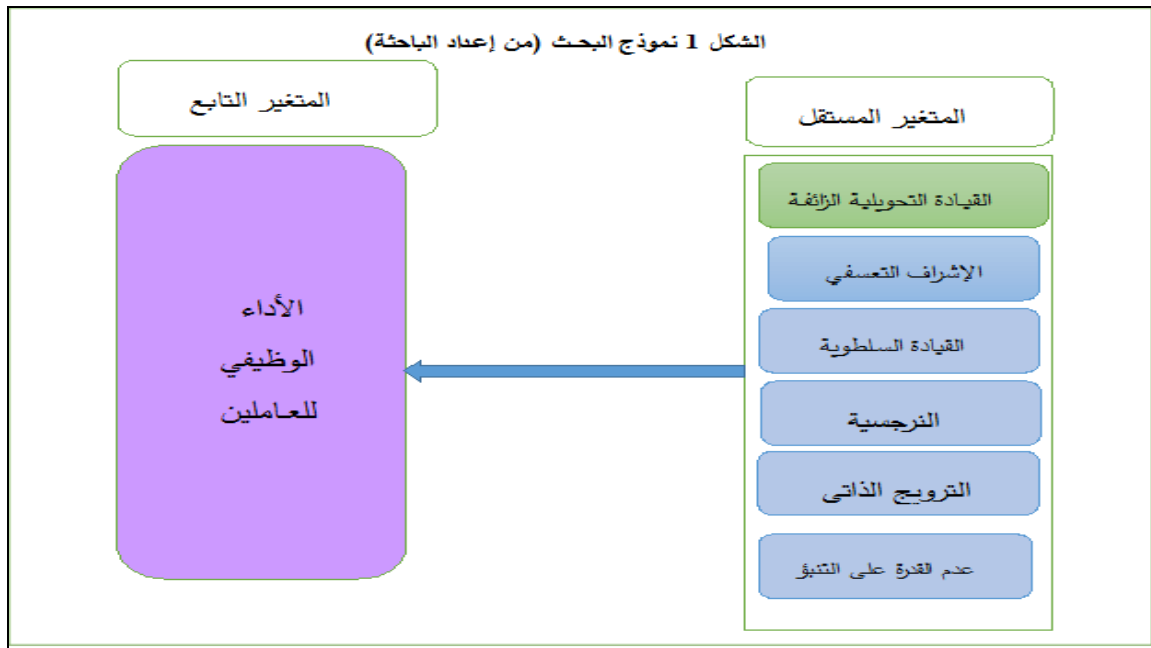
- ما هو مستوى ممارسات سلوك القيادة الزائفة في المؤسسة المدروسة؟
- ما هو مستوى الأداء الوظيفي للموظفين في المؤسسة المدروسة؟
- هل تؤثر سلوكيات القيادة التحويلية (الزائفة) للمديرين بشكل سلبي على مستويات الأداء الوظيفي للموظف في المؤسسة المدروسة؟

1.4 نموذج الدراسة:

(المديرية العامة للتربية في محافظة نينوى)

صمم النموذج يوضح أثر القيادة التحويلية الزائفة على الأداء الوظيفي للعاملين، وتم تحديد أسئلة البحث وفرضياته والمتغيرات المستقلة والتابعة على النحو التالي:

الشكل 1 نموذج البحث



المصدر: الشكل من إعداد الباحثة

1.5 فرضيات البحث:

الفرضية الرئيسية للبحث هي: (يوجد أثر للقيادة التحويلية الزائفة على الاداء الوظيفي للعاملين)

وتتفرع منها الفرضيات الفرعية التالية:

- الفرضية الأولى: يوجد أثر ذو دلالة إحصائية بين الإشراف التعسفي للقيادة الزائفة والأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة.
- الفرضية الثانية: يوجد أثر ذو دلالة إحصائية بين القيادة السلطوية للقيادة الزائفة والأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة.
- الفرضية الثالثة: يوجد أثر ذو دلالة إحصائية بين الترجسية في القيادة الزائفة والأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة.
- الفرضية الرابعة: يوجد أثر ذو دلالة إحصائية بين الترويع الذاتي للقيادة الزائفة والأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة.

— الفرضية الخامسة: يوجد أثر ذو دلالة إحصائية بين عدم القدرة على التنبؤ للقيادة الزائفة والأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة.

1.6 أهداف البحث:

تهدف الدراسة إلى التعرف على أبعاد القيادة التحويلية (الزائفة) المتمثلة في (الإشراف التعسفي، القيادة السلطوية، الترجسية، الترويج الذاتي، عدم القدرة على التنبؤ) على الأداء الوظيفي للمؤسسة.
بالإضافة إلى:

- بيان أثر تطبيق القيادة الزائفة على الأداء الوظيفي في المؤسسة.
- إظهار مستوى تبني القيادة الزائفة على الأداء الوظيفي في المؤسسة.
- إظهار مستوى التزام القيادة الزائفة بتحقيق الأداء الوظيفي في المؤسسة.
- معرفة أكثر أبعاد القيادة التحويلية الزائفة تأثيراً على الأداء الوظيفي للعاملين.
- تقديم عدد من التوصيات على ضوء نتيجة الدراسة، تساعد في التعرف على وجود القيادة الزائفة في أماكن العمل وأساليب التعامل معها.

1.7 منهجية البحث المعتمدة:

هذه الدراسة هي إحدى الدراسات التحليلية الوصفية الهادفة إلى تحديد تأثير المتغير المستقل للقيادة التحويلية الزائفة وأبعاده الخمسة على مستوى التزام العاملين في مديرية التربية والتعليم بمحافظة نينوى، حيث يتم تحويل البيانات الوصفية (الاستنتاجية) إلى إحصاءات قابلة للقياس لتوفير بعض المعلومات العامة للعمال.

1.8. حدود البحث:

- الحدود المكانية: تمثل مجموعة من أقسام مديرية التربية في محافظة نينوى.
- الحدود البشرية: تمثل مجموعة من الموظفين العاملين في تربية نينوى.
- الحدود الزمانية: تغطي الدراسة الفترة الزمنية للعام (2022-2023).
- الحدود الموضوعية: أثر القيادة التحويلية الزائفة على الأداء الوظيفي للعاملين.

1.9. مجتمع وعينة الدراسة

- مجتمع الدراسة

يتمثل مجتمع الدراسة بالموظفين العاملين في أقسام من مديرية التربية في محافظة نينوى.

- عينة الدراسة (عشوائية بسيطة)

تم اختيار العينة بشكل عشوائي، ومثلت هذه العينة مجتمع الدراسة بشكل كامل، وقد تم العمل على توزيع الاستبيان الخاص بدراستنا إلكترونياً، وتم استعمال برنامج SPSS من أجل تحليل الفرضيات وبيانات الدراسة، وتم استرداد 225 إجابة وجميعها مقبولة.

1.9. ثبات الإدارة

الثبات وهو جزء من الصدق في البحث العلمي، وذلك لأن الصدق يتضمن الثبات، والثبات في مفهومه العام هو أن يعطي الاختبار الذي تقوم به الباحثة النتائج ذاتها في حال تمت إعادته على نفس المجموعة وفي نفس الظروف في وقت لاحق.

ويرتبط الصدق بالثبات ارتباطاً وثيقاً، كما توجد هناك عوامل تؤثر فيه، وطرق مختلفة تستطيع الباحثة من خلالها حساب الثبات.

ولغرض التأكد من ثبات المقياس المستخدم تم استخراج نتيجة معامل "ألفا كرونباخ" Cronbach's Alpha من خلال برنامج (SPSS) الإحصائي من أجل التأكد من دقة إجابات أفراد عينة الدراسة.

يبين الجدول التالي قيمة معامل ألفا كرونباخ على المستوى الإجمالي لمتغيرات الدراسة والبالغة 35 متغير

وتم التأكد من ثبات إجابات أفراد العينة وموثوقيتها من خلال حساب معامل ألفا كرونباخ كم يلي:

الجدول رقم 1: قيمة معامل ألفا كرونباخ لمتغيرات الدراسة

المحاور	عدد الفقرات	معامل الثبات ألفا كرونباخ
الإشراف التعسفي	5	0.836
القيادة السلطوية	5	0.781
الترجسية	5	0.836
الترويج الذاتي	5	0.890
عدم القدرة على التنبؤ	5	0.891
القيادة التحويلية الزائفة	25	0.914
الأداء الوظيفي	10	0.909

المصدر: الجدول من اعداد الباحثة بالاعتماد على مخرجات برنامج spss

من الجدول أعلاه، نجد أن قيمة معامل ألفا كرونباخ تدل على ان جميع القيم مقبولة وصالحة من أجل إجراء اختبار الفرضيات وذات دلالة إيجابية.

1.10. التحليل الإحصائي لمحاور الاستبيان

- المحور الأول: الإشراف التعسفي:

الجدول رقم 2: أرقام معامل الارتباط بيرسون لجميع الأسئلة والفقرات المتعلقة بالإشراف التعسفي.

الفقرات	معامل الارتباط بيرسون	مسـتوى الدلالة Sig
1. يوجد في بعض الأحيان سخرية من قبل الإدارات العليا على الموظفين.	0.699	0.000
2. يميل المدراء إلى عدم مساعدة العاملين في تحقيق متطلباتهم.	0.701	0.000
3. يعمل المدراء على تذكير الموظفين بإخفاقاتهم وإنكار إنجازاتهم.	0.770	0.000
4. يُلقى المدراء اللوم على الموظفين بشكل دائم حتى لو لم يرتكبوا أي خطأ.	0.706	0.000
5. تعد التصرفات السلبية للمدراء محل انتباه عند أغلب العاملين.	0.679	0.000

المصدر: الجدول من اعداد الباحثة بالاعتماد على مخرجات برنامج spss

يتبين لنا من الجدول السابق أن جميع الأسئلة في هذا المحور لها معاملات ارتباط قوية بمحورها، ونجد أيضاً أن جميع الارتباطات لها قيمة مستوى دلالة تساوي 0.000، مما يشير إلى ثقة بنسبة 100٪ في قيمة الارتباط هذه.

- المحور الثاني: القيادة السلطوية:

الجدول رقم 3: أرقام معامل الارتباط بيرسون لجميع الأسئلة والفقرات المتعلقة بالقيادة السلطوية

الفقرات	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة Sig
1. يغلب على المدراء الطابع الاستبدادي بشكل عام.	0.846	0.000
2. يصعب التعامل مع السلوك العدواني للمدراء في بعض الأحيان.	0.887	0.000
3. يصعب الاقتراب من هؤلاء المدراء فهم لا يرحمون عند الخطأ.	0.900	0.000
4. يحاول أغلب المدراء السيطرة على طريقة تنفيذ العاملين لأعمالهم.	0.883	0.000
5. ينتهك المدراء خصوصيات وحقوق المرؤوسين.	0.837	0.000

المصدر: الجدول من اعداد الباحثة بالاعتماد على مخرجات برنامج spss

بين لنا من الجدول السابق أن جميع الأسئلة في هذا المحور لها معاملات ارتباط قوية بمحورها، ونجد أيضاً أن جميع الارتباطات لها قيمة مستوى دلالة تساوي 0.000، مما يشير إلى ثقة بنسبة 100٪ في قيمة الارتباط هذه.

- المحور الثالث: النرجسية:

الجدول رقم 4: أرقام معامل الارتباط بيرسون لجميع الأسئلة والفقرات المتعلقة بالنرجسية

الفقرات	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة Sig
1. يعتقد المدراء أنفسهم أنهم أشخاص غير عاديين.	0.867	0.000
2. يعتقد المدراء أنهم أكثر كفاءة من أي شخص آخر.	0.928	0.000
3. يجد المدراء متعة في كلمات المدح الموجه لهم.	0.909	0.000
4. يرى المدراء أن المناصب العليا حكراً عليهم.	0.915	0.000
5. يشعر المدراء بالغيرة من أي شخص يمتلك مهارة في عمله.	0.913	0.000

المصدر: الجدول من اعداد الباحثة بالاعتماد على مخرجات برنامج spss

بين لنا من الجدول السابق أن جميع الأسئلة في هذا المحور لها معاملات ارتباط قوية بمحورها، ونجد أيضاً أن جميع الارتباطات لها قيمة مستوى دلالة تساوي 0.000، مما يشير إلى ثقة بنسبة 100٪ في قيمة الارتباط هذه.

- المحور الرابع: الترويج الذاتي

الجدول رقم 5: أرقام معامل الارتباط بيرسون لجميع الأسئلة والفقرات المتعلقة بالترويج الذاتي

الفقرات	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة Sig
1. يحرص المدراء على إنكار الأخطاء التي تحدث في إدارة المواقع المسؤولين عنها.	0.861	0.000
2. يقدم المدراء المساعدة فقط للأشخاص الذين يساهمون في تقدمهم ضمن عملهم.	0.862	0.000
3. يسعى المدراء دائماً إلى الحصول على الترقيات ويعملون من أجل مصلحة شخصيتهم الشخصية.	0.927	0.000
4. تتغير تصرفات المدراء للأحسن عند حضور المدراء الأعلى منصب منهم.	0.929	0.000
5. يقدم المدراء أنفسهم على أنهم أشخاص ذوي كفاءات عالية.	0.892	0.000

المصدر: الجدول من اعداد الباحثة بالاعتماد على مخرجات برنامج spss

بين لنا من الجدول السابق أن جميع الأسئلة في هذا المحور لها معاملات ارتباط قوية بمحورها، ونجد أيضاً أن جميع الارتباطات لها قيمة مستوى دلالة تساوي 0.000، مما يشير إلى ثقة بنسبة 100٪ في قيمة الارتباط هذه.

- المحور الخامس: عدم القدرة على التنبؤ

الجدول رقم 6: أرقام معامل الارتباط بيرسون لجميع الأسئلة والفقرات المتعلقة بعدم القدرة على التنبؤ

الفقرات	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
1. يسود طابع الغضب والانفعال على مجمل تصرفات المدراء.	0.781	0.000
2. تتحكم الحالة النفسية للمدراء في مناخ العمل.	0.848	0.000
3. يغضب المدراء لأسباب مجهولة غير معلومة.	0.847	0.000
4. يؤثر المدراء على مشاعر الموظفين عندما يكونوا منفصلين.	0.732	0.000
5. يدفع المدراء موظفيهم إلى محاولة تفسير مزاجيتهم بشكل متكرر.	0.760	0.000

المصدر: الجدول من اعداد الباحثة بالاعتماد على مخرجات برنامج spss

بين لنا من الجدول السابق أن جميع الأسئلة في هذا المحور لها معاملات ارتباط قوية بمحورها، ونجد أيضاً أن جميع الارتباطات لها قيمة مستوى دلالة تساوي 0.000، مما يشير إلى ثقة بنسبة 100٪ في قيمة الارتباط هذه.

- الأداء الوظيفي للعاملين:

الجدول رقم 7: أرقام معامل الارتباط بيرسون لجميع الأسئلة والفقرات المتعلقة بالأداء الوظيفي

الفقرات	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة Sig
1. يتمتع الموظفون بانتماء قوي للمنظمة التي يعملون بها.	0.461	0.000
2. يرتبط العاملون عاطفياً بالمكان الذي يعملون فيه.	0.436	0.000
3. يرتبط الموظفون عاطفياً بالمهام التي يؤديونها بشكل يومي.	0.426	0.000
4. يعتبر الموظفون أن أدائهم الصحيح لأعمالهم تابع عن التزامهم الأخلاقي ومحبتهم لعملهم.	0.708	0.000
5. يشعر العاملون بأنهم جزء أساسي من كينونة المنظمة.	0.745	0.000
6. يتم تنفيذ المهام بشكل متواصل	0.838	0.000
7. يتم تجزئة العمل وتحقيق المطلوب على دفعات متتالية	0.902	0.000
8. يأخذ الموظفون عامل الزمن في حساباتهم لدى أداء أعمالهم	0.891	0.000
9. يستمر الموظفون بأداء أعمال حتى في الظروف الصعبة.	0.920	0.000
10. يوجد ولاء دائم للمنظمة من أجل تحقيق أهدافها	0.882	0.000

المصدر: الجدول من اعداد الباحثة بالاعتماد على مخرجات برنامج spss

بين لنا من الجدول السابق أن جميع الأسئلة في هذا المحور لها معاملات ارتباط قوية بمحورها، ونجد أيضاً أن جميع الارتباطات لها قيمة مستوى دلالة تساوي 0.000، مما يشير إلى ثقة بنسبة 100٪ في قيمة الارتباط هذه.

1.11. نتائج المتغيرات الديموغرافية:

- النوع الاجتماعي:

الجدول رقم 8: التوزع على مستوى النوع الاجتماعي

النوع الاجتماعي	العدد	النسبة %	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
	Frequency		Mean	Standard deviation
ذكر	144	%64	1.36	0.481
أنثى	81	%36		
المجموع	225	%100		

من إعداد الباحثة (بواسطة SPSS)

كانت العينة بشكل عام من الذكور وذلك بنسبة (%64) أي بمجموع 144 شخصاً، أما الإناث فكانت نسبتهم (%36) وعددهم 81 أنثى.

4.1.1.2- متغير العمر

الجدول رقم 9: التوزيع على مستوى العمر

العمر	العدد	النسبة %	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
	Frequency		Mean	Standard deviation
أقل من 25 سنة	1	%0.4	2.92	0.740
بين 25 وأقل من 35 سنة	68	%30.2		
بين 35 وأقل من 45 سنة	104	%46.2		
أكثر من 45 سنة	52	%23.1		
المجموع	225	%100		

تكونت معظم العينة من الذين أعمارهم بين 35 وأقل من 45 سنة بنسبة (%46.2) بينما كانت النسبة الأقل هي (%0.4) وأعمارهم أقل من 25 سنة وكان عددهم واحد فقط.

- العنوان الوظيفي:

الجدول رقم 10: التوزيع على مستوى العنوان الوظيفي

العنوان الوظيفي	العدد	النسبة %	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
	Frequency		Mean	Standard deviation
ملاحظ فما دون	26	%11.6	4.34	1.876
رئيس الملاحظين	27	%12		
معاون مدير	30	%13.3		
مدير أقدم	6	%2.7		
مدير	34	%15.1		
أخرى	102	%45.3		
المجموع	225	%100		

تكونت معظم العينة من وظائف أخرى غير التي تم اختيارها وذلك بنسبة (%45.3)، أما (%15.1) كانوا من المدراء، و(%13.3) من معاوني المدراء، و(%12) من رؤساء الملاحظين، و(%11.6) من ملاحظين فما دون، و(%2.7) مدراء سابقين.

- سنوات الخدمة:

الجدول رقم 11: التوزيع على مستوى سنوات الخدمة

الانحراف المعياري Standard deviation	الوسط الحسابي Mean	النسبة %	العدد Frequency	سنوات الخدمة
		8.9%	20	25 سنة فما فوق
		33.8%	76	بين 15 وأقل من 25 سنة
		38.7%	87	بين 5 وأقل من 15 سنة
		18.7%	42	أقل من 5 سنوات
		100%	225	المجموع

تكونت معظم العينة من ذوي خبرات بين 5 وأقل من 15 سنة بنسبة (38.7%)، وما نسبته (33.8%) خبرتهم كانت بين 15 وأقل من 25 سنة، أما الأقل من 5 سنوات كانت نسبتهم (18.7%)، والذين لديهم خبرة أكثر من 25 سنة كانت نسبتهم (8.9%).

- متغير التحصيل الدراسي:

الجدول رقم 12: التوزيع على مستوى التحصيل الدراسي

الانحراف المعياري Standard deviation	الوسط الحسابي Mean	النسبة %	العدد Frequency	التحصيل الدراسي
1.282	3.40	5.8%	13	إعدادية فما دون
		11.6%	26	دبلوم
		52.9%	119	بكالوريوس
		3.1%	7	دبلوم عالي
		19.6%	44	ماجستير
		7.1%	16	دكتوراه
		100%	225	المجموع

تكونت معظم العينة من الذين لديهم شهادات بكالوريوس بنسبة (52.9%) والذين درسوا ماجستير كانت نسبتهم (19.6%)، أما الدبلوم كانوا بنسبة (11.6%)، و(7.1%) درسوا دكتوراه، أما من درسوا إعدادية فما دون كانت نسبتهم (5.8%) و فقط بنسبة (3.1%) هم من درسوا دبلوم عالي.

1.11. نتائج تحليل بنود الاستبيان

تمت معالجة بنود و فقرات الاستبيان من خلال مجموعة من الأساليب الإحصائية الوصفية منها والتحليلية، حيث تم استخدام برنامج SPSS بعد أخذ المشورة من لجنة من الخبراء في هذا المجال:

2. المحور الأول: الإشراف التعسفي:

الجدول رقم 13: محور الإشراف التعسفي

الانحراف المعياري Standard deviation	الوسط الحسابي Mean	النسبة %	العدد Frequency	الخيارات
---	-----------------------	----------	--------------------	----------

0.523	3.75	1%	2	غير موافق بشدة
		4.4%	10	غير موافق
		24.6%	55	محايد
		58.5%	132	موافق
		11.5%	26	موافق بشدة
		100%	225	المجموع

يتضح من محور الإشراف التعسفي وجود نوع من الإشراف التعسفي ضمن مديرية التربية، فالإجابات تتجه إلى أن تكون موافقة حيث أن 11.5% من المبحوثين "موافق بشدة" و58.5% "موافق" و24.6% كانوا محايدين.

3. المحور الثاني: القيادة السلطوية

الجدول رقم 14: محور القيادة السلطوية

الانحراف المعياري Standard deviation	الوسط الحسابي Mean	النسبة %	العدد Frequency	الخيارات
0.819	3.59	2.2%	5	غير موافق بشدة
		13%	30	غير موافق
		21%	47	محايد
		50%	113	موافق
		13.1%	30	موافق بشدة
		100%	225	المجموع

يتضح من محور القيادة السلطوية وجود نوع من القيادة السلطوية الأوتوقراطية ضمن مديرية التربية، فالإجابات تتجه إلى أن تكون موافقة حيث أن 13.1% من المبحوثين "موافق بشدة" و50% "موافق" و21% كانوا محايدين.

4. المحور الثالث: الترجسية

الجدول رقم 15: محور الترجسية

الانحراف المعياري Standard deviation	الوسط الحسابي Mean	النسبة %	العدد Frequency	الخيارات
0.878	3.80	3.1%	7	غير موافق بشدة
		8.4%	19	غير موافق
		15.4%	34	محايد
		51.4%	116	موافق
		21.7%	49	موافق بشدة
		100%	225	المجموع

يتضح من محور الترجسية وجود ترجسية بشكل كبير ضمن مديرية التربية، فالإجابات تتجه إلى أن تكون موافقة حيث أن 21.7% من المبحوثين "موافق بشدة" و51.4% "موافق" و15.4% كانوا محايدين.

5. المحور الرابع: الترويج الذاتي

الجدول رقم 16: محور الترويج الذاتي

الخيارات	العدد	النسبة %	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
	Frequency		Mean	Standard deviation
غير موافق بشدة	7	%3	3.71	0.858
غير موافق	18	%8.2		
محايد	50	%22		
موافق	107	%47.9		
موافق بشدة	43	%18.9		
المجموع	225	%100		

يتضح من محور الترويج الذاتي وجود قدر كبير من الترويج الذاتي يقوم به المدراء في مديرية التربية، فالإجابات تتجه إلى أن تكون موافقة حيث أن 18.9% من المبحوثين "موافق بشدة" و47.9% "موافق" و22% كانوا محايدين.

6. المحور الخامس: عدم القدرة على التنبؤ

الجدول رقم 17: محور عدم القدرة على التنبؤ

الخيارات	العدد	النسبة %	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
	Frequency		Mean	Standard deviation
غير موافق بشدة	8	%3.6	3.55	0.743
غير موافق	20	%9.1		
محايد	57	%25.5		
موافق	112	%49.3		
موافق بشدة	28	%12.6		
المجموع	225	%100		

يتضح من محور عدم القدرة على التنبؤ وجود مقدار عالٍ من اللاتنبؤية للمدراء في مديرية التربية، فالإجابات تتجه إلى أن تكون موافقة حيث أن 12.6% من المبحوثين "موافق بشدة" و49.3% "موافق" و25.5% كانوا محايدين.

1.13. اختبار فرضيات الدراسة

سوف يجري العمل على اختبار كامل فرضيات الدراسة وتحليلها باستعمال برنامج SPSS.

2. الفرضية الرئيسية الأولى

H0: لا يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للقيادة التحويلية الزائفة على الأداء الوظيفي للعاملين للمؤسسة قيد الدراسة.

H1: يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للقيادة التحويلية الزائفة على الأداء الوظيفي للعاملين للمؤسسة قيد الدراسة.

الجدول رقم 18: النواتج R, R square بين القيادة التحويلية الزائفة والأداء الوظيفي

ملخص النموذج

النموذج	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.654 ^a	0.428	0.425	0.37240	0.428	166.633	1	223	0.000

الجدول رقم 19: تحليل التباين ANOVA ومقدار القوة التفسيرية للنموذج بين القيادة التحويلية الزائفة والأداء الوظيفي

تحليل التباين ANOVA ^a						
النموذج	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	
1	Regression	23.109	1	23.109	166.633	.000 ^b
	Residual	30.926	223	0.139		
	Total	54.034	224			

الجدول رقم 20: قيمة الثابت ومعاملات الانحدار للمتغيرين القيادة التحويلية الزائفة والأداء الوظيفي

المعاملات ^a						
النموذج		المعاملات غير المعيارية		المعاملات المعيارية	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(ثابت)	1.837	0.146		12547	0.000
	القيادة التحويلية الزائفة	0.507	0.039	0.654	12909	0.000

نلاحظ من الجدول الثاني أن قيمة R مساوية لـ 0.654 بينما كانت قيمة R² مساوية لـ 0.428 وهذا يدل على أن المتغير المستقل أي القيادة التحويلية الزائفة يمكن أن تفسر (0.428) من التغيرات المطبقة لمتغير ثقافة الإبداع والابتكار أي ما يعادل فقط 42.8%.

ونلاحظ من الجدول الثالث أن قيمة Sig مساوية لـ 0.000 لذا يمكن رفض الفرضية H0 القائلة بعدم وجود أثر ذو دلالة إحصائية للقيادة التحويلية الزائفة على الاداء الوظيفي للعاملين للمؤسسة قيد الدراسة وقبول الفرضية البديلة.

ومن الجدول الرابع يمكن كتابة المعادلة الدالة:

$$\text{Performance} = 1.837 + 0.507 \text{ Destructive leadership}$$

توضح المعادلة الخاصة بعلاقة المتغير التابع (Performance) والمتغير المستقل (Destructive leadership) أن زيادة أي وحدة خاصة بمتغير القيادة الزائفة يساهم في تفسير 0.507 وحدة من المتغير التابع وهو الأداء الوظيفي للعاملين.

لذا يمكن القول أنه: يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للقيادة التحويلية الزائفة على الاداء الوظيفي للعاملين للمؤسسة قيد الدراسة.

3. الفرضية الفرعية الأولى:

H0: لا يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للأشراف التعسفي على الاداء الوظيفي للعاملين للمؤسسة قيد الدراسة.

H1: يوجد أثر ذو دلالة إحصائية للأشراف التعسفي على الاداء الوظيفي للعاملين للمؤسسة قيد الدراسة.

الجدول رقم 21: إختبار الفرضية الأولى

الفرضيات	قيمة الفرضية	قيمة T	دلالة T	معامل الارتباط بين المحورين (R)	مربع معامل الارتباط (R ²)	قيمة F	دلالة F
β_0	2.375	8.702	0.000	0.783	0.614	288.59	0.000
β_1	0.707	9.255	0.000				

ومن خلال النتائج الظاهرة في الجدول أعلاه تبين أن نموذج الانحدار معنوي من خلال قيمة (F) البالغة (288.59) بدلالة (0.00)، ومعامل الارتباط بين المحورين (R) يبلغ (0.783) ومربع معامل الارتباط (R²) يبلغ (0.614)، وقيمة (T) ودلالتها المرتبطة بها نستنتج أنه كلما تغير مستوى الاشراف التعسفي بمقدار وحدة واحدة يتغير الأداء الوظيفي بمقدار (61.4%) وبناءً عليه ترفض فرضية العدم ونقبل الفرضية البديلة وهذا يثبت وجود أثر ذو دلالة إحصائية بين الاشراف التعسفي والأداء الوظيفي

4. الفرضية الفرعية الثانية:

H0: لا يوجد اثر ذو دلالة إحصائية بين القيادة السلطوية للقيادة الزائفة والأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة.

H1: يوجد اثر ذو دلالة إحصائية بين القيادة السلطوية للقيادة الزائفة والأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة.

الجدول رقم 22: إختبار الفرضية الثانية

الفرضيات	قيمة الفرضية	قيمة T	دلالة T	معامل الارتباط بين المحورين (R)	مربع معامل الارتباط (R ²)	قيمة F	دلالة F
β_0	0.883	4.603	0.000	0.670	0.449	175.09	0.000
β_1	0.743	13.525	0.000				

ومن خلال النتائج الظاهرة في الجدول أعلاه تبين أن نموذج الانحدار معنوي من خلال قيمة (F) البالغة (175.09) بدلالة (0.00)، ومعامل الارتباط بين المحورين (R) يبلغ (0.670) ومربع معامل الارتباط (R²) يبلغ (0.449)، وقيمة (T) ودلالتها المرتبطة بها نستنتج أنه كلما تغير مستوى القيادة السلطوية بمقدار وحدة واحدة يتغير الأداء الوظيفي بمقدار (44.9%) وبناءً عليه ترفض فرضية العدم ونقبل الفرضية البديلة وهذا يثبت أنه : يوجد اثر ذو دلالة إحصائية بين القيادة السلطوية للقيادة الزائفة والأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة

5. الفرضية الفرعية الثالثة:

H0: لا يوجد اثر ذو دلالة إحصائية بين الترسية للقيادة الزائفة والأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة.

H1: يوجد اثر ذو دلالة إحصائية بين الترسية للقيادة الزائفة والأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة.

الجدول رقم 23: إختبار الفرضية الثالثة

الفرضيات	قيمة الفرضية	قيمة T	دلالة T	معامل الارتباط بين المحورين	مربع معامل الارتباط	قيمة F	دلالة F
----------	--------------	--------	---------	-----------------------------	---------------------	--------	---------

		(R ²)	(R)				
0.000	83.75	0.265	0.515	0.000	5.986	1.475	β_0
				0.000	9.455	0.607	β_1

ومن خلال النتائج الظاهرة في الجدول أعلاه تبين ان نموذج الانحدار معنوي من خلال قيمة (F) البالغة (83.75) بدلالة (0.00)، ومعامل الارتباط بين المحورين (R) يبلغ (0.515) ومربع معامل الارتباط (R²) يبلغ (0.265)، وقيمة (T) ودالاتها المرتبطة بها نستنتج انه كلما تغير مستوى القيادة السلطوية بمقدار وحدة واحدة يتغير الأداء الوظيفي بمقدار (26.5%) وبناءً عليه ترفض فرضية العدم ونقبل الفرضية البديلة وهذا يثبت انه: يوجد اثر ذو دلالة إحصائية بين الترتيب للقيادة الزائفة والأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة.

6. الفرضية الفرعية الرابعة:

H0: لا يوجد اثر ذو دلالة إحصائية للترويج الذاتي للقيادة الزائفة على الأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة.

H1: يوجد اثر ذو دلالة إحصائية للترويج الذاتي للقيادة الزائفة على الأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة.

الجدول رقم 24: اختبار الفرضية الرابعة

الفرضيات	قيمة الفرضية	قيمة T	دلالة T	معامل الارتباط بين المحورين (R)	مربع معامل الارتباط (R ²)	قيمة F	دلالة F
β_0	1.331	5.333	0.000	0.531	0.282	65.780	0.000
β_1	0.465	7.729	0.000				

ومن خلال النتائج الظاهرة في الجدول أعلاه تبين ان نموذج الانحدار معنوي من خلال قيمة (F) البالغة (65.780) بدلالة (0.00)، ومعامل الارتباط بين المحورين (R) يبلغ (0.531) ومربع معامل الارتباط (R²) يبلغ (0.282)، وقيمة (T) ودالاتها المرتبطة بها نستنتج انه كلما تغير مستوى القيادة السلطوية بمقدار وحدة واحدة يتغير الأداء الوظيفي بمقدار (28%) وبناءً عليه ترفض فرضية العدم ونقبل الفرضية البديلة وهذا يثبت انه: يوجد اثر ذو دلالة إحصائية للترويج الذاتي للقيادة الزائفة على الأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة.

7. الفرضية الفرعية الخامسة:

H0: لا يوجد اثر ذو دلالة إحصائية بين عدم القدرة على التنبؤ للقيادة الزائفة والأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة.

H1: يوجد اثر ذو دلالة إحصائية بين عدم القدرة على التنبؤ للقيادة الزائفة والأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة.

الفرضيات	قيمة الفرضية	قيمة T	دلالة T	معامل الارتباط بين المحورين (R)	مربع معامل الارتباط (R ²)	قيمة F	دلالة F
β_0	1.330	6.982	0.000	0.564	0.318	141.99	0.000
β_1	0.739	12.928	0.000				

ومن خلال النتائج الظاهرة في الجدول أعلاه تبين ان نموذج الانحدار معنوي من خلال قيمة (F) البالغة (141.99) بدلالة (0.00)، ومعامل الارتباط بين المحورين (R) يبلغ (0.564) ومربع معامل الارتباط (R^2) يبلغ (0.318)، وقيمة (T) ودلالاتها المرتبطة بها نستنتج انه كلما تغير مستوى القيادة السلطوية بمقدار وحدة واحدة يتغير الأداء الوظيفي بمقدار (31.8%) وبناءً عليه ترفض فرضية العدم ونقبل الفرضية البديلة وهذا يثبت انه: يوجد اثر ذو دلالة إحصائية بين عدم القدرة على التنبؤ للقيادة الزائفة والأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة.

1.14. نتائج الدراسة

- يوجد علاقة ذات مدلول إحصائي بين القيادة التحويلية الزائفة والأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة.
 - يوجد علاقة ذات مدلول إحصائي بين الإشراف التعسفي للقيادة الزائفة والأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة.
 - يوجد علاقة ذات مدلول إحصائي بين القيادة السلطوية للقيادة الزائفة والأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة.
 - يوجد علاقة ذات مدلول إحصائي بين النرجسية للقيادة الزائفة والأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة.
 - يوجد علاقة ذات مدلول إحصائي بين الترويج الذاتي للقيادة الزائفة والأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة.
 - يوجد علاقة ذات مدلول إحصائي بين عدم القدرة على التنبؤ للقيادة الزائفة والأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة ولكنها ليست قوية.
 - توجد علاقة تأثير وذات مدلول إحصائي بين أبعاد القيادة الزائفة ككل والأداء الوظيفي للمؤسسة قيد الدراسة.
 - إن الأداء الوظيفي للعاملين يرتبط بصورة مؤثرة بممارسات للقيادة الزائفة التي تمارس اتجاههم.
- 1.15. توصيات الدراسة

- ضرورة قيام المسؤولين بوضع ضوابط وقواعد وآليات محكمة من أجل اختيار المدراء والقادة بحيث يتم استبعاد كافة المرشحين الذين لديهم ميول عدوانية وسامة تجاه زملائهم في العمل.
- العمل من أجل الاختيار الحكيم للقيادات الإدارية التي تعمل على توفير بيئة عمل مريحة تتسم بالأخلاقية والتعامل الشفاف النظيف وتتسم بالمناخ الإيجابي الذي يحفز على العمل، وتعزيز الثقة المتبادلة مع العاملين والموظفين، والمراعاة الدائمة لكافة الجوانب الإنسانية عند التعامل معهم.
- عقد عدد من الندوات والدورات التدريبية وكذلك تشكيل ورشات عمل تخلص تدريب القيادات الحالية وكذلك المستقبلية، والعمل على جعل عمليات الترقية الوظيفية مرتبطة بحضور هذه الورش والتدريبات واجتيازها.
- تنمية الوعي لدى المرشحين للأدوار القيادية والتأكيد على ممارسة كافة السلوكيات التي تخص الجوانب الأخلاقية والإنسانية، وتشجيعهم على تحسين أشكال التعامل مع المرؤوسين، ودعوتهم إلى عدم السخرية منهم أو الاستخفاف بأرائهم.
- حث المدراء والأفراد الذين هم في أدوار قيادية على تخصيص أوقات للاستماع إلى مشاكل المرؤوسين والعمل على حلها والاهتمام بأمورهم ومصالحهم.
- العمل على وضع معايير ومقاييس من أجل تقييم الأداء الجيد للمدراء، وهذا ليس فقط فيما يخص تحقيق أهداف مديرية التربية، بل من حيث القدرة على تطورهم ونموهم أخلاقياً وإنسانياً وفكرياً وتقديم مثال يحتذى به لمرؤوسهم، وهذا بالتالي يؤثر على تطور مرؤوسهم في المقابل.
- ضرورة إيجاد دليل توجيهي إجرائي يكون على مستوى جميع مديريات التربية، ويوضح أبعاد وممارسات القيادة المدمرة الزائفة، وطرق تجنبها أو الحد منها ومن تأثيرها، مع وضع تعليمات تكون واضحة للجميع أنه لا تسامح مع أي سلوك مدمر.
- يجب وضع فترات تجريبية لا تقل عن سنة واحدة لأي مدير قبل تثبيته في مسامه الوظيفي كمدير.
- ضرورة إجراء مسوحات منتظمة حول الرضا والمناخ التنظيمي لتحديد العوامل المؤدية إلى القيادة المدمرة.

دور بيئة مكان العمل السامة وضغوطه وانعكاسها على تطوير قدرات الموظفين

سيناء فؤاد عبد الوهاب

sfa009@auceonline.com

الجامعة الأميركية للثقافة والتعليم

The role of a toxic workplace environment, its pressures, and its impact on employee development

Sinaa Fouad Abed Wahan

sfa009@auceonline.com

American University of Culture and Education

ملخص

لقد هدفت هذه الدراسة إلى دراسة الدور الذي تلعبه بيئة العمل وتحديدًا البيئة السامة ومدى انعكاسها على تطوير قدرات الموظفين، وقد أجريت الدراسة الميدانية في هيئة التقاعد في بغداد. وقد انتهجت الدراسة المنهج الوصفي، متخذين من الاستبانة أداة لجمع البيانات للدراسة الميدانية. كما تألفت العينة من 123/ موظفًا يعملون في هيئة التقاعد في محافظة بغداد، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج الآتية:

- انخفاض الرضا والالتزام: أن بيئة العمل السامة تؤدي إلى انخفاض مستوى الرضا الوظيفي والالتزام التنظيمي لدى الموظفين. قد يكون ذلك نتيجة لسوء التعامل، والعدل المفقود، ونقص الدعم الإداري.
- انخفاض الأداء: أن البيئة العمل السامة تؤثر سلبًا على أداء الموظفين. التوتر الناجم عن بيئة العمل السامة والضغوط النفسية يمكن أن يؤدي إلى تراجع الانتاجية وارتفاع معدلات الأخطاء.
- ارتفاع معدل الاستقالة: أن بيئة العمل السامة تزيد من معدلات الاستقالة لدى الموظفين. قد يكون ذلك بسبب الإجهاد الناتج عن بيئة العمل السامة والعدم رضاهم عن الظروف العملية.
- تأثير على صحة الموظفين: أن البيئة العمل السامة قد تؤثر سلبًا على صحة الموظفين بشكل عام. نقص التطوير والنمو المهني: قد يكون لبيئة العمل السامة تأثير سلبي على فرص التطوير والنمو المهني للموظفين. قد يكون هناك قلة في التدريب والتطوير، وعدم وجود تحديات مهنية ملائمة، مما يعيق تطوير قدراتهم.

وقد اشتملت الدراسة على الكلمات المفتاحية الآتية: بيئة العمل السامة، الاجهاد في العمل، ضغوطات العمل، تطوير قدرات الموظفين.

Abstract

This study aimed to study the role played by the work environment, specifically the toxic environment, and the extent of its reflection on the development of employees' capabilities. The field study was conducted in the Retirement Authority in Baghdad. The study adopted the descriptive approach, using the questionnaire as a tool for collecting data for the field study. The sample also consisted of 123/ employees working in the Pension Authority in Baghdad Province, and the study reached the following results:

Low satisfaction and commitment: The toxic work environment leads to a low level of job satisfaction and organizational commitment among employees. This may be due to mishandling, missing justice, and lack of administrative support.

- Decreased performance: A toxic work environment negatively affects employee performance. Stress caused by a toxic work environment and psychological stress can lead to lower productivity and higher error rates.

- High rate of resignation: The toxic work environment increases the rates of resignation among employees. This may be due to the stress of a toxic work environment and their dissatisfaction with the working conditions.

- Impact on the health of employees: A toxic work environment may negatively affect the health of employees in general. Lack of professional development and growth: A toxic work environment may have a negative impact on the opportunities for professional development and growth of employees. There may be a lack of training and development, and a lack of appropriate professional challenges, which hinders the development of their capabilities.

The study included the following key words: toxic work environment, stress at work, work pressures, staff development.

1. مقدمة

في عالم الشركات والمؤسسات اليوم، يُعتبر الموظف موردًا تنظيميًا قيمًا قادرًا على تحقيق ميزة تنافسية والحفاظ عليها (Kimani et al., 2020). يُعد الموظفون محددات لمعرفة المنظمة وإبداعها وخبرتها ومهاراتها الفنية وإنتاجيتها وجودة الخدمة والعلاقة مع أصحاب المصلحة (Pasban & Nojedeh, 2016). نظرًا لأن أهمية الموارد البشرية بدأت تستحوذ على مزيد من الاهتمام، فإن المنظمات، الآن أكثر من أي وقت مضى، تتحمل مسؤولية تطوير هذا المورد البشري لضمان فعاليته (Kimani et al., 2020). وفقًا لـ Goal et al. (2014)، الهدف من تطوير الموظفين هو بناء المعرفة والكفاءات والسلوك والدافع لتعزيز الأداء الفردي والتنظيمي. علاوة على ذلك، ذكر (Noe 2006) أنه يمكن النظر إلى تطوير الموظفين من أربعة وجهات نظر مختلفة، وهي: التعليم الرسمي، والتقييم، وخبرات العمل، والعلاقات الشخصية. وفقًا لـ Anjum & Ming (2017)، عندما توجد علاقات شخصية سلبية بين الموظفين، فإن بيئة مكان العمل السامة موجودة. ومع ذلك، فقد أثبتت الدراسات السابقة أن 80 في المائة من مخاوف وقضايا إنتاجية الموظفين ترتبط ارتباطًا مباشرًا بنوع بيئة العمل التي يعملون فيها (Anjum & Ming, 2017). إضافة إلى ذلك، فإن بيئة مكان العمل السامة هي مصدر للإجهاد في مكان العمل والذي يعتبر عالميًا مشكلة صحية عقلية رئيسية. يؤثر الإجهاد في مكان العمل على إنتاجية الموظفين وأدائهم وقدراتهم على اتخاذ القرار (Wang et al., 2020).

بالإضافة إلى ذلك، أظهرت الدراسات السابقة كيف أن التواجد في بيئة عمل سامة، وخاصة النبذ، يمكن أن يكون له آثار ضارة على رفاهية الموظف الجسدية والنفسية (Xu et al., 2019). أيضًا، تؤثر بيئة مكان العمل السامة على الإنتاجية والرضا الوظيفي والالتزام (Mao et al., 2017). هذه النتائج مهمة لأنها تدل على السعادة والرضا عن حياة الفرد وعمله (Xu et al., 2019).

الغرض من هذه الأطروحة هو فحص العلاقة بين بيئة مكان العمل السامة مع ضغوط مكان العمل، وتطوير مستوى الموظفين من وجهة نظر الموظفين في هيئة التقاعد في بغداد.

1.2. أهمية الدراسة

لقد نال مفهوم الأداء اهتماماً وافراً من قبل الدراسات الإدارية وبشكل خاص الدراسات المتعلقة بإدارة الموارد البشرية حيث أنه يرتبط بسلوك الفرد والمنظمة، فمن الطبيعي أن يأخذ حيزاً خاصاً من الاهتمام لدى المنظمات التي تسعى جاهدة لتحسين أداء أفرادها من أجل تحقيق أهدافها من خلالها. ولأن الأداء يتأثر بعدة مؤثرات وجدنا من الأهمية دراسة العلاقة بين بيئة مكان العمل السامة وضغوط مكان العمل على أداء العاملين من وجهة نظر الإداريين العاملين في هيئة التقاعد في بغداد انطلاقاً من النقاط الآتية:

- إثراء البحث العلمي من خلال التعرف على بيئة مكان العمل السامة وضغوط مكان العمل وانعكاسها على تطوير مستوى الموظفين في هيئة التقاعد في بغداد سعياً لتفسير أبعادها إن وجدت.
- قلة الدراسات التي تناولت موضوع بيئة مكان العمل السامة وضغوط مكان العمل وانعكاسها على تطوير مستوى الموظفين على حد علمنا، وهو ما دفعنا إلى الاهتمام بدراسة هذا الموضوع.
- كما تبرز أهمية الدراسة في أنها تعمل على اختبار أداء الأفراد وما إذا كانوا يعانون من ضغوطٍ عمليةٍ ترتد سلباً على أدائهم، فيتم إطلاع المسؤولين عليها.

1.3. إشكالية الدراسة والتساؤلات المطروحة حولها

تعدّ ضغوط العمل من الاضطرابات الشائعة في هذا العصر التي لها انعكاسات على الأفراد والمنظمات، وقد استحوذت ضغوط العمل على اهتمام العديد من دول العالم في سبيل معالجة أسبابها والحد من سلبياتها بهدف رفع معنويات الأفراد العاملين وتحسين قدراتهم (فاضل وتريغ، 2013). علماً أنّ تلك الضغوط ترتبط بطبيعة الوظيفة (عبء العمل/تكرار العمل...)، ومنها ما يرتبط ببيئة العمل المادية (الضوضاء/شدة الحرارة والبرودة...)، وما يرتبط بالمنظمة (أساليب تنظيم معقدة/ مركزية القرارات وضعف المشاركة فيها...)، وما هو مرتبط بنظام الأجور والمكافآت (عدالة الأجور/ الحوافز...) ومنها ما يرتبط ببيئة مكان العمل السامة (تحرش لفظي، تحرش جسدي، تنمر... الخ). من هنا جاء فكرة طرح هذه الإشكالية التي تتلخص في السؤال الآتي:

ما هو دور بيئة مكان العمل السامة وما مدى تأثير ضغوطات مكان العمل وانعكاسها على تطوير مستوى الموظفين في هيئة التقاعد في بغداد؟

وعليه تكمن مشكلة الدراسة في الأسئلة الآتية:

- هل بيئة مكان العمل السامة لها تأثير على ضغوط مكان العمل؟

- هل الإجهاد في مكان العمل له تأثير على تطوير مستوى الموظفين ؟
- هل بيئة مكان العمل السامة لها تأثير على تطوير مستوى الموظفين ؟

1.4. الهدف من الدراسة

إنّ الهدف من هذا البحث هو:

- دراسة موضوع بيئة مكان العمل السامة وضغوط مكان العمل وانعكاسها على تطوير مستوى الموظفين في هيئة التقاعد في بغداد لتكوين إطار نظري حوله لما له من أهمية بالغة.
- معاينة واقع أداء العاملين من وجهة نظر الموظفين في هيئة التقاعد في بغداد وتكوين صورة فعلية حوله يمكن لإدارة هيئة التقاعد الاستفادة منه.
- تقديم عدد من التوصيات على ضوء نتيجة الدراسة، تساعد في التعرف على دور بيئة مكان العمل السامة وضغوط مكان العمل وانعكاسها على تطوير مستوى الموظفين عموماً، وهي قد تساعد إدارة هيئة التقاعد في بغداد في التعرف أكثر على حجم ضغوط العمل التي قد يتعرض لها الممرضون وعلاقتها بأدائهم
- ستسمح الدراسة لكل من أصحاب العمل والموظفين بالتعرف على عواقب بيئة مكان العمل السامة ومدى التوتر الذي يمكن أن يكون للأفراد والمؤسسة.

1.5. تعريف مصطلحات البحث

- بيئة مكان العمل السامة: عندما توجد علاقات شخصية سلبية بين الموظفين، تُعرف بيئة مكان العمل بأنها سامة (Anjum & Ming، 2017).
- الإجهاد في مكان العمل: يُشار إليه "بحالة يعاني منها الشخص داخل بيئة مكان العمل حيث يواجه فيه آلاف المهام التي يتعين إنجازها، ويبدو إكمالها مستحيلاً." (وانج وآخرون، 2020).
- تطوير مستوى الموظفين: يمكن أن يستلزم تطوير مواهب الموظف ومهاراته وقدراته ومسؤولياته (Kimani et al.، 2020).

1.6. فرضيات البحث

استرشدت هذه الدراسة بفرضيات البحث التالية:

- الفرضية الأولى: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين بيئة مكان العمل السامة وضغوط مكان العمل.
- الفرضية الثانية: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الإجهاد في مكان العمل وتطوير مستوى الموظفين.
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الإجهاد في مكان العمل والتطوير الوظيفي.
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الإجهاد في مكان العمل وتطوير الذات.

- الفرضية الثالثة: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين بيئة مكان العمل السامة وتطوير مستوى الموظفين. وعليه تتفرع من هذه الفرضية الفرضيات الفرعية الآتية:
 - توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين بيئة مكان العمل السامة والتطوير الوظيفي.
 - توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين بيئة مكان العمل السامة وتطوير الذات.

1.9. حدود البحث

- الحدود الموضوعية: تتحدد في دراسة دور بيئة مكان العمل السامة وضغوط مكان العمل وانعكاسها على تطوير مستوى الموظفين.
- الحدود الزمانية: تم تطبيق هذه الدراسة في الأشهر الأخيرة من العام 2022.
- الحدود البشرية: إنّ الحدود البشرية لهذه الدراسة هي الموظفين الإداريين في عينة من هيئة التقاعد.
- الحدود المكانية: محافظة بغداد.

1.10. منهجية البحث

ان النهج المتبع "في هذا البحث هو المنهج الوصفي. من خلال التركيز على المراجع المتاحة التي تعالج موضوعات الدراسة، وبصفة خاصة المراجع التي تكلمت عن ضغوطات العمل والبيئة السامة (الدراسات النظرية والتطبيقية التي تحتويها المراجع العلمية، والدراسات والتقارير التي تصدر عن هيئات متعددة). يقوم هذا المنهج أيضاً بدراسة الظاهرة كما هي في الواقع، ووصفها وصفاً دقيقاً، ويعبر عنها تعبيراً كيفياً وكمياً. فالتعبير الكيفي يصف لنا الظاهرة ويوضح خصائصها؛ أمّا التعبير الكمي فيعطينا وصفاً رقمياً يوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها، ودرجة ارتباطها مع الظواهر الأخرى. بما أنّ هذا المنهج يرتكز على المسح الميداني للحصول على المصادر الرئيسة من خلال الاستقصاء الإحصائي (محمود، 2006).

1.11. أداة البحث

سوف نعتمد "في هذا البحث على الاستبانة كأداة لجمع البيانات المتعلقة بالدراسة الميدانية في جمهورية العراق وتحديداً في محافظة بغداد والحصول على موافقة مسبقة منها لإرسال الاستبانة عبر البريد الإلكتروني الى عينة من الموظفين الإداريين. وتُعرف الاستبانة على أنّها "نموذج يضم مجموعة من الأسئلة التي توجّه إلى الأفراد بهدف الحصول على بيانات معينة" (صابر وخفاجة، 2002).

مجتمع وعينة الدراسة

تمثّل مجتمع الدراسة في جميع الموظفين في هيئة التقاعد في بغداد من مدير إداري، موظف إداري، رئيس قسم، إلخ، البالغ عددهم 180. تم اختيار عينة عشوائية بسيطة من مجتمع الدراسة بالإعتماد على معادلة ريتشارد جيغر (Richard Jaeger)، تمثّلت في مجموعة من العاملين إختارهم الإدارة للملئ الإستبيانات.

$$n = \frac{\left(\frac{z}{d}\right)^2 \times (p)^2}{1 + \frac{1}{N} \left[\left(\frac{z}{d}\right)^2 \times (p)^2 - 1\right]}$$

معادلة ريتشارد جيجر

يقصد ب n حجم العينة، N حجم المجتمع، z الدرجة المعيارية المقابلة لمستوى الدلالة 0.95 وتساوي 1.96 و d نسبة الخطأ 5%. p نسبة توافر الخاصية وتساوي 0.50: وعند تطبيق المعادلة أعلاه يصبح حجم العينة المطلوب هو 123.

متغير الخبرة العملية

الجدول رقم 1: توزيع الموظفين بحسب متغير الخبرة العملية

النسبة التراكمية	النسبة المئوية الصالحة	النسبة المئوية	التكرار	
17.9	17.9	17.9	22	من سنة إلى 3 سنوات
49.6	31.7	31.7	39	من 3 إلى 5 سنوات
69.9	20.3	20.3	25	من 5 إلى 9 سنة
84.6	14.6	14.6	18	من 10 إلى 15 سنة
100.0	15.4	15.4	19	لديهم أكثر من 15 سنة
	100.0	100.0	123	المجموع

المصدر: من مخرجات البرنامج الاحصائي spss بنسخته 26.

علاوة على ذلك، 18٪ (22 إجابة) لديهم خبرة أقل من 3 سنوات، 32٪ (39 إجابة) لديهم خبرة من 3 إلى 5 سنوات، 20٪ (25 إجابة) لديهم 5 إلى 9 سنوات من الخبرة، 15٪ (18 إجابة) من 10 إلى 15 عامًا من الخبرة، في حين أن 15٪ (19 إجابة) لديهم أكثر من 15 عامًا من الخبرة العملية. يتم عرض توزيع التردد أدناه.

4.1.5. المستوى الوظيفي

الجدول رقم 2: توزيع الموظفين بحسب متغير المستوى الوظيفي

النسبة التراكمية	النسبة المئوية الصالحة	النسبة المئوية	التكرار	
6.3	6.3	6.3	7	مدير إداري
22.5	16.2	16.2	16	رئيس قسم
84.6	62.1	62.1	76	موظف إداري
100	15.5	15.5	24	غير ذلك
	100.0	100.0	123	المجموع

المصدر: من مخرجات البرنامج الاحصائي spss بنسخته 26.

بالنسبة المستوى الوظيفي في الهيئة 6% (7 إجابات) في منصب مدير إداري، 16% (16 إجابة) في منصب رئيس قسم، و62% (76 إجابة) من الموظفين الإداريين، و15.5% (24 إجابة) مختلفة الأدوار التنظيمية (أوغير ذلك) كما نرى في عرض توزيع التردد أدناه.

4.2. التحليل الاحصائي لمحاور الدراسة

إنّ الإحصائيات الوصفية هي معاملات وصفية موجزة تلخص مجموعة بيانات معينة، يمكن أن تكون إما تمثيلاً كاملاً أو عينياً من السكّان. تُقسم الإحصاءات الوصفية إلى مقاييس الميل المركزي ومقاييس التباين (انتشار). تشمل مقاييس الاتجاه المركزي على الوسط، والوسيط، والأسلوب، بينما تشمل مقاييس التباين الحساب المتوسط، والتباين، والحد الأدنى والحد الأقصى للمتغيرات، والخرطوم، والانحراف

4.2.1. المحور الأول: مقياس الدعم التنظيمي

يهدف هذا المحور إلى دراسة الدعم التنظيمي الذي يلقيه الموظف من المنظمة حيث يمكن أن يتضمن الدعم التنظيمي العديد من الجوانب، مثل الدعم الاجتماعي من الزملاء والمديرين، والدعم الإداري والموارد، والدعم في التطوير الوظيفي والتوجيه. من خلال تعزيز رفاهية الموظفين حيث يلعب الدعم التنظيمي دوراً حاسماً في تحسين رفاهية الموظفين. عندما يشعرون بالدعم والاهتمام من قبل المنظمة، فإنهم يشعرون بالراحة والأمان في بيئة العمل. وهذا يؤدي إلى زيادة الرضا العام وتحسين الحالة العامة للصحة النفسية والجسدية للموظفين. بالإضافة إلى تعزيز الالتزام الوظيفي الذي بدوره يساهم يساهم في تعزيز الالتزام التنظيمي لدى الموظفين. عندما يشعرون بالدعم والاعتراف بجهودهم، فإنهم يصبحون أكثر ارتباطاً وولاءً للمنظمة. يمكن أن يؤدي هذا إلى تقليل معدلات الاستقالة والانتقال بين الوظائف وزيادة الاستقرار والتفاني في العمل.

مما سيؤدي حتماً إلى تحسين الأداء والإبداع فعندما يحظى الموظفون بالدعم التنظيمي، يكونون أكثر عرضة لتحقيق مستويات أفضل من الأداء والإبداع. إذ يشعرون بالثقة والدعم، فإنهم يكونون أكثر ميلاً للعمل بجهد وتحقيق نتائج إيجابية. وكذلك، سوف يخفف من التوتر والاستجابة للتغير فعندما يشعر الموظفون بالدعم والتوجيه، يكون لديهم موارد أفضل للتعامل مع التحديات والتغيرات المستمرة في بيئة العمل. ويوضح لنا الجدول التالي نتائج المحور على النحو الآتي:

الجدول رقم 3: توزع عبارات المحور الأول حسب التكرارات والنسب المئوية

#	التصنيف	بشدة بشدة	بشدة بشدة	بشدة بشدة	بشدة بشدة	بشدة بشدة	بشدة بشدة
1	تولي منظمي أهمية كبيرة لأهداف وقيم عملي.	التكرار	2	7	13	55	46
		النسبة	1.6%	5.7%	10.6%	44.7%	37.4%
2	تساعدني منظمي دائماً عندما أواجه وقتاً سيئاً	التكرار	1	5	20	62	35
		النسبة	1%	4%	16%	50%	28%
3	منظمي تحترم آرائي ومقترحاتي وتولي أهمية لها.	التكرار	0	6	33	55	29
		النسبة	0%	4.9%	26.8%	44.7%	23.6%
4	منظمي مرنة في ساعات العمل	التكرار	1	6	15	53	48

100	38 %	43.8	12.4	5%	0.8 %	النسبة	الخاصة بي إذا لزم الأمر، كلما أضمن إكمال المهام في الوقت	
123	37	60	17	9	0	التكرار	توفر لي منظمتي الوقت الكافي للتعامل مع شؤون عائلتي.	5
100	30.1%	48.8%	13.8	7.3 %	0%	النسبة		
123	40	48	21	9	5	التكرار	منظمتي تهتم بأفكاري ومشاعري.	6
100	32.5%	39%	17.1%	7.3%	4.1%	النسبة		
123	32	50	25	10	6	التكرار	تحاول منظمتي تزويد موظفيها بجميع التسهيلات الأساسية	7
100	26 %	40.7	20.3	8.1%	4.9%	النسبة		
855	267	383	144	46	15	التكرار	مجموع المحور الأول	
100	31.2	44.7%	16.8%	5.3%	1.7%	النسبة		

المصدر: من مخرجات البرنامج الاحصائي spss بنسخته 26.

تشير النتائج الواردة في الجداول أعلاه إلى التالي:

جاءت نتيجة المحور الأول على الشكل التالي: 31.7% لإجابة "موافق بشدة"، 44.7% لإجابة "موافق"، 16.8% لإجابة "محايد"، و5.3% لإجابة "غير موافق"، و1.7% لإجابة "غير موافق بشدة".

الجدول رقم 4: المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، وتوجه عبارات المحور الأول

#	التصنيف	المتوسط لحسابي Mean	الانحراف المعياري Standard deviation	درجة الإجابة
1	تولي منظمتي أهمية كبيرة لأهداف وقيم عملي.	4.18	0.96	موافق بشدة
2	تساعدني منظمتي دائماً عندما أواجه وقتاً سيئاً	3.67	1.13	موافق
3	منظمتي تحترم آرائي ومقترحاتي وتولي أهمية لها.	3.89	1.10	موافق
4	منظمتي مرنة في ساعات العمل الخاصة بي إذا لزم الأمر، كلما أضمن إكمال المهام في الوقت المحدد.	3.57	1.14	موافق
5	توفر لي منظمتي الوقت الكافي للتعامل مع شؤون عائلتي.	4.07	0.98	موافق بشدة
6	منظمتي تهتم بأفكاري ومشاعري.	3.77	1.15	موافق
7	تحاول منظمتي تزويد موظفيها بجميع التسهيلات الأساسية لتحسين الحياة.	3.93	1.04	موافق

موافق	1.07	3.86	مجموع المحور الاول
-------	------	------	--------------------

المصدر: من مخرجات البرنامج الإحصائي spss بنسخته 26.

- حلت العبارة رقم (1): "تولي منظمي أهمية كبيرة لأهداف وقيم عملي.." في المرتبة الأولى، حيث كانت نتيجة المتوسط الحسابي 4.18.
- حلت العبارة رقم: (4) "منظمي مرنة في ساعات العمل الخاصة بي إذا لزم الأمر، كلما أضمن إكمال المهام في الوقت المحدد." في المرتبة الأخيرة، حيث كانت نتيجة المتوسط الحسابي 3.57.
- في الجدول السابق تبين لنا بأن قيمة المعدل العام للمتوسط الحسابي لهذا المحور هو (3.86) وهذا يدل على أن معدل اتباع سياسة الدعم التنظيمي في المنظمة هي (متوسطة). ومن خلال الرسم البياني رقم (1) سوف نستعرض معدلات اجابات الموظفين على فقرات هذا المحور على النحو الآتي:



الرسم البياني رقم (1): توزيع اجابات الموظفين على محور الدعم التنظيمي

4.2.2. المحور الثاني: مقياس تطوير مستوى الموظفين

يهدف هذا المحور إلى دراسة تطوير مستوى الموظفين في المنظمة. فعندما يتم تطوير مستوى الموظفين، يكونون أكثر كفاءة وفاعلية في أداء مهامهم. يتعلمون مهارات جديدة ويطورون قدراتهم، مما يساهم في زيادة الإنتاجية وتحسين الأداء العام للمنظمة. وهذا بدوره سوف يؤدي إلى تعزيز رضا الموظفين: عندما يتلقى الموظفون فرص التطوير والتعلم، يشعرون بالرضا والرغبة في الاستمرار في العمل في المنظمة. يساهم التطوير الشخصي في زيادة مستوى الرضا والتحفيز لديهم، وهذا يؤثر بشكل إيجابي على المناخ العام للعمل والروح الجماعية. تعزيز الاحتفاظ بالموظفين الموهوبين وتقديم فرص لتنمية مهاراتهم ومعرفتهم، يصبحون أكثر قابلية للتقدم والتطور داخل المنظمة. هذا يزيد من فرص احتفاظ المنظمة بالموظفين الموهوبين والمتميزين، ويقلل من معدلات الاستقالة والتحول الوظيفي. ويوضح لنا الجدول التالي نتائج المحور على النحو الآتي:

الجدول رقم 5: توزع عبارات المحور الثاني حسب التكرارات والنسب المئوية

#	التصنيف	بشدة موافق	غير موافق	محايد	موافق	بشدة موافق	المجموع
تطوير الذات							
1	وظيفتي تتيح لي أن أقرر بنفسي كيفية القيام بعملية .	4	14	30	48	32	123
		3.1%	10.9%	23.4%	37.5%	25.0%	100
2	وظيفتي تسمح لي باتخاذ الكثير من القرارات بنفسي .	9	10	30	48	26	123
		7.3%	8.1%	24.4%	39.0%	21.1%	100
3	يعد اكتساب معلومات جديدة حول طرق أداء العمل بشكل أكثر فاعلية أمراً مهماً في مؤسستي.	2	4	20	65	10	123
		2.0%	4.0%	19.8%	64.4%	9.9%	100 %
4	في مؤسستي، يتم تعيين مهام وظيفية لتعزيز التنمية الشخصية.	1	6	27	50	39	123
		0.8%	4.9%	22.0%	40.7%	31.7%	100 %
5	في مؤسستي، هناك مكافآت وحوافز لاكتساب واستخدام معارف ومهارات جديدة في الوظيفة .	3	4	22	57	37	123
		2.4%	3.3%	17.9%	46.3%	30.1%	100 %
التطوير الوظيفي							
1	أقوم بتطوير خطتي المهنية بناءً على تقييم أداء المدير.	0	3	18	66	36	123
		0.0%	2.4%	14.6%	53.7%	29.3%	100
2	يتم تقديم برامج تدريبية في مؤسستي	1	5	21	57	39	123
		0.8%	4.1%	17.1%	46.3%	31.7%	100
3	يمكنني بسهولة استشارة مديري حول تطوير مسيرتي المهنية.	0	3	22	54	44	123
		0.0%	2.4%	17.9%	43.9%	35.8%	100
4	في مؤسستي، يتم تنظيم الإدارة في فرق مدارة ذاتياً في أداء جزء كبير من أدوار عملهم	4	7	25	50	37	123
		3.3%	5.7%	20.3%	40.7%	30.1%	100 %
5	أقوم بتقييم خطتي المهنية بشكل متكرر.	5	5	15	62	36	123
		4.1%	4.1%	12.2%	50.4%	29.3%	100

123	40	57	18	6	2	التكرار	أقوم بتطوير مهاراتي لتحقيق أهداف حياتي المهنية.	6
100%	32.5%	46.3%	14.6%	4.9%	1.6%	النسبة		
1353	376	614	248	67	31	التكرار	مجموع المحور الثاني	
100%	27.7%	45.3%	18.3%	4.9%	2.2%	النسبة		

المصدر: من مخرجات البرنامج الإحصائي spss بنسخته 26.

تشير النتائج الواردة في الجداول أعلاه إلى التالي:

جاءت نتيجة المحور الأول على الشكل التالي: 27.7% لإجابة "موافق بشدة"، 45.3% لإجابة "موافق"، 18.3% لإجابة "محايد"، و4.9% لإجابة "غير موافق"، و2.2% لإجابة "غير موافق بشدة".

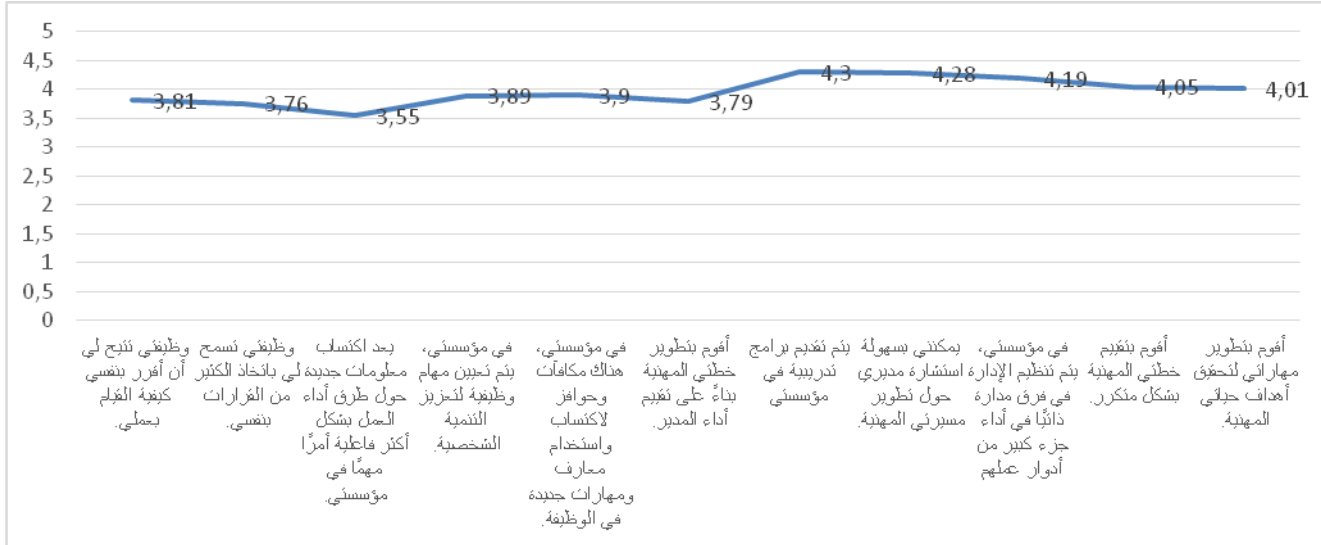
الجدول رقم 6 المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، وتوجّه عبارات المحور الثاني

#	التصنيف	المتوسط لحسابي Mean	الانحراف المعياري Standard deviation	درجة الإجابة
1	وظيفتي تتيح لي أن أقرر بنفسني كيفية القيام بعملتي.	3.81	0.93	موافق
2	وظيفتي تسمح لي باتخاذ الكثير من القرارات بنفسني.	3.76	1.17	موافق
3	بعد اكتساب معلومات جديدة حول طرق أداء العمل بشكل أكثر فاعلية أمرًا مهمًا في مؤسستي.	3.55	1.05	موافق
4	في مؤسستي، يتم تعيين مهام وظيفية لتعزيز التنمية الشخصية.	3.89	1.17	موافق
5	في مؤسستي، هناك مكافآت وحوافز لاكتساب واستخدام معارف ومهارات جديدة في الوظيفة.	3.9	0.93	موافق
6	أقوم بتطوير خطتي المهنية بناءً على تقييم أداء المدير.	3.79	1.11	موافق
7	يتم تقديم برامج تدريبية في مؤسستي	4.3	1.04	موافق بشدة
8	يمكنني بسهولة استشارة مديري حول تطوير مسيرتي المهنية.	4.28	0.78	موافق بشدة
9	في مؤسستي، يتم تنظيم الإدارة في فرق مدارة ذاتيًا في أداء جزء كبير من أدوار عملهم	4.19	0.98	موافق بشدة

10	أقوم بتقييم خطتي المهنية بشكل متكرر.	4.05	1.04	موافق بشدة
11	أقوم بتطوير مهاراتي لتحقيق أهداف حياتي المهنية.	4.01	1.08	موافق بشدة
مجموع المحور الثاني		3.95	1.02	

المصدر: من مخرجات البرنامج الاحصائي spss بنسخته 26.

- حلت العبارة رقم (8): "يمكنني بسهولة استشارة مديري حول تطوير مسيرتي المهنية." في المرتبة الأولى، حيث كانت نتيجة المتوسط الحسابي 4.28.
 - حلت العبارة رقم (3): "يعد اكتساب معلومات جديدة حول طرق أداء العمل بشكل أكثر فاعلية أمراً مهماً في مؤسستي." في المرتبة الأخيرة، حيث كانت نتيجة المتوسط الحسابي 3.55.
 - في الجدول السابق تبين لنا بأن قيمة المعدل العام للمتوسط الحسابي لهذا المحور هو (3.95) وهذا يدل على أنّ معدل تطوير مستوى الموظفين في المنظمة هي (متوسطة).
- وسوف يوضح لنا الرسم البياني رقم (2) معدل توزيع اجابات الموظفين على فقرات المحور الثاني والمتعلق بتطوير مستوى الموظفين على النحو الاتي:



الرسم البياني رقم (2): توزيع اجابات الموظفين على المحور المتعلق بتطوير قدرات الموظفين

4.2.3. المحور الثالث: مقياس الإجهاد في مكان العمل

يهدف هذا المحور إلى دراسة إجهاد الموظفين في المنظمة. الإجهاد في مكان العمل يشير إلى التوتر والضغوط النفسية التي يواجهها الموظفون نتيجة لمجموعة من العوامل والظروف في بيئة العمل تحمل مسؤولية كبيرة، وضغوط المواعيد النهائية الضيقة، وحجم العمل الزائد يمكن أن يتسبب في زيادة مستويات الإجهاد في مكان العمل. بالإضافة الى سوء التوازن بين العمل والحياة الشخصية فعندما يواجه الموظفون صعوبة في تحقيق التوازن بين متطلبات العمل واحتياجات الحياة الشخصية، قد يزداد الإجهاد. قد يكون من

الصعب على الموظفين العناية بالأسرة والاسترخاء وممارسة النشاطات التي تهمهم بسبب الضغوط العملية. ويوضح لنا الجدول التالي نتائج المحور على النحو الآتي:

الجدول رقم 7: توزع عبارات المحور الثالث حسب التكرارات والنسب المئوية

#	التصنيف	تكرار	غير موافق بشدة	غير موافق	محايد	موافق	موافق بشدة	المجموع
1	لا أشعر بأي اهتمام أومتعة في فعل الأشياء.	التكرار	10	15	32	40	26	123
	النسبة	8.1%	12.2%	26.0%	32.5%	21.1%	100 %	
2	أشعر بالإحباط والتوتر وبلا أمل أثناء وجودي في العمل.	التكرار	11	18	30	44	20	123
	النسبة	8.9%	14.6%	24.4%	35.8%	16.3%	100 %	
3	أشعر بدوار شديد ونعاس معظم الوقت.	التكرار	3	19	23	48	30	123
	النسبة	2.4%	15.4%	18.7%	39.0%	24.4%	100 %	
4	لقد تغيرت عاداتي في الأكل، وأحياناً أكل أقل بكثير وأحياناً أكل كثيراً.	التكرار	13	20	30	43	17	123
	النسبة	10.6%	16.3%	24.4%	35.0%	13.8%	100 %	
5	أشعر أنني مرهق ولا أملك طاقة في جسدي للقيام بالأشياء.	التكرار	5	7	32	53	26	123
	النسبة	4.1%	5.7%	26.0%	43.1%	21.1%	100 %	
6	أشعر أنني فاشل ولا يمكنني أن أحقق أي نجاح في القيام بعملتي.	التكرار	15	22	35	42	9	123
	النسبة	12.2%	17.9%	28.5%	34.1%	7.3%	100 %	
7	كثيراً ما أفكر في إيذاء نفسي، وأنا أستحق الموت.	التكرار	25	36	40	20	2	123
	النسبة	20.3%	29.3%	32.5%	16.3%	1.6%	100 %	
	مجموع المحور الثالث	التكرار	82	137	222	290	130	861
	النسبة	9.5%	15.9%	25.7%	33.6%	15.1%	100 %	

المصدر: من مخرجات البرنامج الإحصائي spss بنسخته 26.

تشير النتائج الواردة في الجداول أعلاه إلى التالي:

جاءت نتيجة المحور الأول على الشكل التالي: 15.1% لإجابة "موافق بشدة"، 33.6% لإجابة "موافق"، 25.7%

إجابة "محايد"، و 15.9% لإجابة "غير موافق"، و 9.5% لإجابة "غير موافق بشدة"

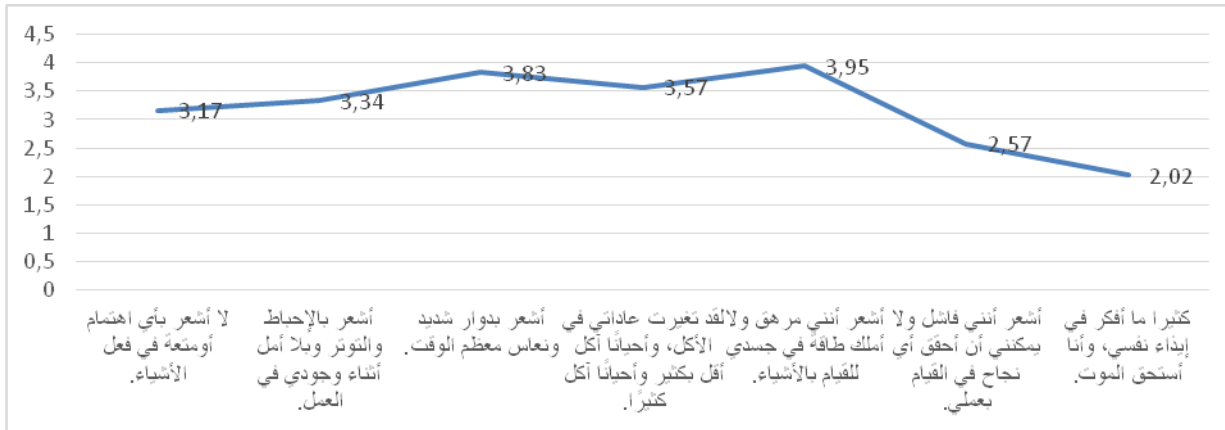
الجدول رقم 19: المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، وتوجه عبارات المحور الثالث

#	التصنيف	المتوسط لحسابي Mean	الانحراف المعياري Standard deviation	درجة الإجابة
1	لا أشعر بأي اهتمام أومتعة في فعل الأشياء.	3.17	1.23	موافق
2	أشعر بالإحباط والتوتر وبلا أمل أثناء وجودي في العمل.	3.34	1.13	موافق
3	أشعر بدوار شديد ونعاس معظم الوقت.	3.83	1.12	موافق

4	لقد تغيرت عاداتي في الأكل، وأحياناً أكل أقل بكثير وأحياناً أكل كثيراً.	3.57	1.10	موافق
5	أشعر أنني مرهق ولا أملك طاقة في جسدي للقيام بالأشياء.	3.95	0.92	موافق
6	أشعر أنني فاشل ولا يمكنني أن أحقق أي نجاح في القيام بعملتي.	2.57	1.15	محايد
7	كثيراً ما أفكر في إيذاء نفسي، وأنا أستحق الموت.	2.02	1.04	غير موافق
مجموع المحور الثالث		3.2	1.09	

المصدر: من مخرجات البرنامج الإحصائي spss بنسخته 26.

- حلت العبارة رقم (3): "أشعر بدوار شديد ونعاس معظم الوقت." في المرتبة الأولى، حيث كانت نتيجة المتوسط الحسابي 3.83.
 - حلت العبارة رقم (7): "كثيراً ما أفكر في إيذاء نفسي، وأنا أستحق الموت." في المرتبة الأخيرة، حيث كانت نتيجة المتوسط الحسابي 2.02.
 - في الجدول السابق تبين لنا بأن قيمة المعدل العام للمتوسط الحسابي لهذا المحور هو (3.2) وهذا يدل على أن معدل الإجهاد في مكان العمل هي (متوسطة).
- ومن خلال الرسم البياني رقم (3) سوف نستعرض معدل اجابات الموظفين على المحور المتعلق بالاجهاد في العمل على النحو الاتي:



الرسم البياني رقم (3): توزيع اجابات الموظفين على المحور المتعلق بالاجهاد في العمل

4.2.4. المحور الرابع: مقياس بيئة مكان العمل السامة

يهدف هذا المحور إلى دراسة بيئة مكان العمل السامة في المنظمة. فبيئة العمل السامة تشير إلى بيئة غير صحية وغير مرضية في مكان العمل، وتتسبب في تأثير سلبي على الموظفين والمنظمة بشكل عام. مما يؤدي إلى زيادة مستويات الإجهاد بسبب الضغوط العملية الزائدة وعدم القدرة على التحكم في العمل وعدم التوازن بين الحياة الشخصية والعمل. بالإضافة إلى التأثير على رضا الموظفين بشكل سلبي. قد تتضمن هذه السلبيات

سوء المعاملة والاحترام، وعدم وجود فرص التطوير والترقية، وقلة الدعم التنظيمي. كذلك زيادة معدلات الاستقالة وتحويل الوظائف فالموظفون في بيئة عمل سامة قد يكونون أكثر عرضة للاستقالة وتغيير الوظائف بحثاً عن بيئة عمل أفضل وأكثر صحة. هذا يؤدي إلى ضياع المواهب وتكاليف الاستبدال والتدريب. ويوضح لنا الجدول التالي نتائج المحور على النحو الآتي:

الجدول رقم:8 توزع عبارات المحور الرابع حسب التكرارات والنسب المئوية

#	التصنيف	بشدة غير موافق	غير موافق	محايد	موافق	موافق بشدة	المجموع
1	هل سبق أن حاول أي من المشرفين أوزملائك في العمل أومرؤوسيك مشاركة النكات القذرة معك؟	6	12	32	59	14	123
	النسبة	4.9%	9.8%	26.0%	48.0%	11.4%	100 %
2	هل قدر أي من المشرفين أوزملائك في العمل أومرؤوسيك مظهرك الجسدي؟	15	26	39	30	13	123
	النسبة	12.2%	21.1%	31.7%	24.4%	10.6%	100 %
3	هل سبق لك أن تم تكليفك بعمل ليس بمستوى كفاءتك؟	17	24	38	30	14	123
	النسبة	13.8%	19.5%	30.9%	24.4%	11.4%	100 %
4	هل تحدث أي من مشرفيك أوزملائك في العمل أومرؤوسيك عن حياتك الشخصية والجنسية؟	16	25	35	32	15	123
	النسبة	13.0%	20.3%	28.5%	26.0%	12.2%	100 %
5	هل تجاهل أي من مشرفيك أوزملائك في العمل أومرؤوسيك تحياتك؟	20	22	30	31	20	123
	النسبة	16.3%	17.9%	24.4%	25.2%	16.3%	100 %
6	هل أبدى أي من مشرفيك أوزملائك في العمل أومرؤوسيك مسافة منك أثناء العمل؟	17	17	28	36	25	123
	النسبة	13.8%	13.8%	22.8%	29.3%	20.3%	100 %
7	هل تحدث معك أي من المشرفين أوزملائك في العمل أومرؤوسيك بوقاحة في الأماكن العامة	17	17	28	36	25	123
	النسبة	13.8%	13.8%	22.8%	29.3%	20.3%	100 %
	مجموع المحور الرابع	108	143	230	254	126	861
	النسبة	12.5%	16.6%	26.7%	29.5%	14.6%	100%

المصدر: من مخرجات البرنامج الإحصائي spss بنسخته 26.

تشير النتائج الواردة في الجداول أعلاه إلى التالي:

جاءت نتيجة المحور الأول على الشكل التالي: 14.6% لإجابة "موافق بشدة"، 29.5% لإجابة "موافق"، 26.7% لإجابة "محايد"، و16.6% لإجابة "غير موافق"، و12.5% لإجابة "غير موافق بشدة".

الجدول رقم 21: المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، وتوجه عبارات المحور الرابع

#	التصنيف	المتوسط لحسابي Mean	الانحراف المعياري Standard deviation	درجة الاجابة

1	هل سبق أن حاول أي من المشرفين أوزملائك في العمل أومرؤوسيك مشاركة النكات القدرة معك؟	2.72	1.25	محايد
2	هل قدر أي من المشرفين أوزملائك في العمل أومرؤوسيك مظهرك الجسدي؟	2.56	1.3	محايد
3	هل سبق لك أن تم تكليفك بعمل ليس بمستوى كفاءتك؟	2.66	1.07	محايد
4	هل تحدث أي من مشرفيك أوزملائك في العمل أومرؤوسيك عن حياتك الشخصية والجنسية؟	2.7	1.14	محايد
5	هل تجاهل أي من مشرفيك أوزملائك في العمل أومرؤوسيك تحياتك؟	2.81	0.95	محايد
6	هل أبدى أي من مشرفيك أوزملائك في العمل أومرؤوسيك مسافة منك أثناء العمل؟	3.01	1.08	موافق
7	هل تحدث معك أي من المشرفين أوزملائك في العمل أومرؤوسيك بوقاحة في الأماكن العامة	2.98	1.05	محايد
	مجموع المحور الرابع	2.77	1.12	

المصدر: من مخرجات البرنامج الاحصائي spss بنسخته 26.

- حلت العبارة رقم (6): " هل أبدى أي من مشرفيك أوزملائك في العمل أومرؤوسيك مسافة منك أثناء العمل؟" في المرتبة الأولى، حيث كانت نتيجة المتوسط الحسابي 3.01.
 - حلت العبارة رقم (2): "هل قدر أي من المشرفين أوزملائك في العمل أومرؤوسيك مظهرك الجسدي؟" في المرتبة الأخيرة، حيث كانت نتيجة المتوسط الحسابي 2.56.
 - في الجدول السابق تبين لنا بأن قيمة المعدل العام للمتوسط الحسابي لهذا المحور هو (2.77) وهذا يدل على أنّ معدل بيئة مكان العمل السامة هي (محايد) .
- ومن خلال الرسم البيان يرقم (4) سوف نستعرض معدل اجابات الموظفين على المحور الرابع على النحو الاتي:



الرسم البياني رقم (4): توزيع اجابات الموظفين على المحور الرابع المتعلق ببيئة العمل السامة

4.3. العلاقة بين المتغيرات في المحاور وتطوير مستوى الموظفين

سوف نستعرض في هذا الجدول العلاقة بين المتغيرات في المحاور وتطوير مستوى الموظفين على النحو الآتي:

- دراسة اذا كان يوجد علاقة ذات دلالة احصائية بين محاور الدراسة الميدانية وتطوير مستوى الموظفين:

في الجدول اللاحق، سوف نقوم بدراسة ما إذا كانت هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين محاور الدراسة الميدانية وتطوير مستوى الموظفين، وذلك على النحو الآتي:

الجدول رقم:9 الاختبار التائي لمحاور الدراسة الميدانية

	Test Value = 3.5					
	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
الدعم التنظيمي	-1.414	123	0.000	-.06667	-.40531	-.27197
الإجهاد في مكان العمل	-1.180	123	0.000	-.04444	-.56316	-.47428
بيئة مكان العمل السامة	-2.138	123	0.000	-.03750	-.60650	-.53150
تطوير مستوى الموظفين	0.03	123	0.000	0.13333	.57973	.51307

من خلال الجدول السابق: تم ملاحظة الآتي:

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الدعم التنظيمي وبين تطوير مستوى الموظفين، وذلك لأن $\text{sig}=0.00 \leq \alpha=0.05$.

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الإجهاد في مكان العمل وبين تطوير مستوى الموظفين، وذلك لأن $\text{sig}=0.00 \leq \alpha=0.05$.

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين بيئة مكان العمل السامة وبين تطوير مستوى الموظفين، وذلك لأن $\alpha=0.05 \leq \text{sig}=0.00$

4.4. إختبار فرضيات البحث

- الفرضية الرئيسية الأولى: توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين بيئة مكان العمل السامة وضغوط مكان العمل

جدول رقم 24: معامل الارتباط بين بيئة مكان العمل السامة وضغوط مكان العمل

طبيعة العلاقة	الإجهاد في مكان العمل		
إيجابية قوية	0.842	معامل ارتباط سبيرمان	بيئة مكان العمل السامة
	0.000	مستوى الدلالة	

يوضّح الجدول أعلاه أن مستوى الدلالة الإحصائية تساوي 0.000 وهي أقلّ من 0.05، يمكن القول أنّ هناك علاقة بين بيئة مكان العمل السامة وضغوط مكان العمل، ودرجة هذه العلاقة تساوي 0.842 ما يُشير إلى أنّ العلاقة إيجابية قوية بين المتغيرين.

- الفرضية الرئيسية الثانية: توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الإجهاد في مكان العمل وتطوير مستوى الموظفين

جدول رقم 10: معامل الارتباط بين الإجهاد في مكان العمل وتطوير مستوى الموظفين

طبيعة العلاقة	الإجهاد في مكان العمل		
سلبية قوية	-0.821	معامل ارتباط سبيرمان	تطوير مستوى الموظفين
	0.000	مستوى الدلالة	

يوضّح الجدول أعلاه أن مستوى الدلالة الإحصائية تساوي 0.000 وهي أقلّ من 0.05، يمكن القول أنّ هناك علاقة بين الإجهاد في مكان العمل وتطوير مستوى الموظفين، ودرجة هذه العلاقة تساوي -0.821 ما يُشير إلى أنّ العلاقة سلبية قوية بين المتغيرين.

- الفرضية الفرعية: توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الإجهاد في مكان العمل والتطوير الوظيفي

جدول رقم 11: معامل الارتباط بين الإجهاد في مكان العمل والتطوير الوظيفي

طبيعة العلاقة	الإجهاد في مكان العمل		
سلبية قوية	-0.801	معامل ارتباط سبيرمان	التطوير الوظيفي
	0.000	مستوى الدلالة	

يوضّح الجدول أعلاه أن مستوى الدلالة الإحصائية تساوي 0.000 وهي أقلّ من 0.05، يمكن القول أنّ هناك علاقة بين الإجهاد في مكان العمل والتطوير الوظيفي، ودرجة هذه العلاقة تساوي -0.801 ما يُشير إلى أنّ العلاقة سلبية قوية بين المتغيرين.

4.3.2 الفرضية الفرعية: توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الإجهاد في مكان العمل وتطوير الذات

جدول رقم 12: معامل الارتباط بين الإجهاد في مكان العمل وتطوير الذات

طبيعة العلاقة	الإجهاد في مكان العمل		

سلبية قوية	-0.833	معامل ارتباط سبيرمان	تطوير الذات
	0.000	مستوى الدلالة	

يوضّح الجدول أعلاه أن مستوى الدلالة الإحصائية تساوي 0.000 وهي أقلّ من 0.05، يمكن القول أنّ هناك علاقة بين الإجهاد في مكان العمل وتطوير الذات، ودرجة هذه العلاقة تساوي -0.833 ما يُشير إلى أنّ العلاقة سلبية قوية بين المتغيرين.

- الفرضية الرئيسية الثالثة: توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين بيئة مكان العمل السامة وتطوير مستوى الموظفين

جدول رقم 13: معامل الارتباط بين بيئة مكان العمل السامة وتطوير مستوى الموظفين

طبيعة العلاقة	بيئة مكان العمل السامة		
		معامل ارتباط سبيرمان	تطوير مستوى الموظفين
سلبية قوية	-0.805	معامل ارتباط سبيرمان	تطوير مستوى الموظفين
	0.000	مستوى الدلالة	الموظفين

يوضّح الجدول أعلاه أن مستوى الدلالة الإحصائية تساوي 0.000 وهي أقلّ من 0.05، يمكن القول أنّ هناك علاقة بين بيئة مكان العمل السامة وتطوير مستوى الموظفين، ودرجة هذه العلاقة تساوي -0.805 ما يُشير إلى أنّ العلاقة سلبية قوية بين المتغيرين.

- الفرضية الفرعية: توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين بيئة مكان العمل السامة والتطوير الوظيفي

جدول رقم 14: معامل الارتباط بين بيئة مكان العمل السامة والتطوير الوظيفي

طبيعة العلاقة	بيئة مكان العمل السامة		
		معامل ارتباط سبيرمان	التطوير الوظيفي
سلبية قوية	-0.785	معامل ارتباط سبيرمان	التطوير الوظيفي
	0.000	مستوى الدلالة	الموظفين

يوضّح الجدول أعلاه أن مستوى الدلالة الإحصائية تساوي 0.000 وهي أقلّ من 0.05، يمكن القول أنّ هناك علاقة بين بيئة مكان العمل السامة والتطوير الوظيفي، ودرجة هذه العلاقة تساوي -0.785 ما يُشير إلى أنّ العلاقة سلبية قوية بين المتغيرين.

- الفرضية الفرعية: توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين بيئة مكان العمل السامة وتطوير الذات

جدول رقم 15: معامل الارتباط بين بيئة مكان العمل السامة وتطوير الذات

طبيعة العلاقة	بيئة مكان العمل السامة		
		معامل ارتباط سبيرمان	تطوير الذات
سلبية قوية	-0.852	معامل ارتباط سبيرمان	تطوير الذات
	0.000	مستوى الدلالة	الموظفين

يوضّح الجدول أعلاه أن مستوى الدلالة الإحصائية تساوي 0.000 وهي أقل من 0.05، يمكن القول أنّ هناك علاقة بين بيئة مكان العمل السامة وتطوير الذات، ودرجة هذه العلاقة تساوي -0.852 ما يُشير إلى أنّ العلاقة سلبية قوية بين المتغيرين.

5.1. الاستنتاجات ومقارنة نتائج الدراسة مع الدراسات السابقة

من أجل التأكد أكثر من نتيجة الدراسة التي قمنا بها وسعيًا منا في اكساب نتائج هذه الدراسة الثقة من قبل القراء المهتمين بموضوع بحثنا هذا، سوف نقوم بمقارنة نتائج دراستنا مع الدراسات السابقة التي تم عرضها في الفصل الأوّل وهو الدراسة التمهيدية للبحث على النحو الآتي:

5.1.1. علاقة إيجابية بين بيئة العمل السامة والضغط في مكان العمل

مكان العمل السامة لها تأثير إيجابي مباشر على الإجهاد في مكان العمل. خلصت الدراسة إلى أن هناك علاقة إيجابية مباشرة بين بيئة مكان العمل السامة والضغط في مكان العمل. تتزامن هذه النتيجة مع (wang et al. 2020) الذي أظهرت دراسته وجود علاقة إيجابية بين بيئة مكان العمل السامة والضغط في مكان العمل. يمكن أن تؤثر السمية على الأفراد على مستويات عديدة، وللتوتر عواقب وخيمة على الصحة العقلية والجسدية.

5.1.2. علاقة سلبية بين ضغوط مكان العمل وتطوير الموظف

الإجهاد في مكان العمل له تأثير سلبي مباشر على تطوير الموظفين. دعمت نتيجة الدراسة، وخلصت إلى أن هناك علاقة سلبية مباشرة بين الإجهاد في مكان العمل وتطوير الموظفين، والتي تشمل التطوير الذاتي والتطوير الوظيفي. ومع ذلك، فإن الاستثمار في الموظفين من خلال توفير ممارسات التطوير، يؤدي إلى زيادة الكفاءة الذاتية، وزيادة الحافز للتقدم الوظيفي، وتقليل التوتر الناتج عن النزاعات من خلال بناء الكفاءات.

5.1.3. علاقة سلبية بين بيئة مكان العمل السامة وتطوير الموظفين

H3: بيئة مكان العمل السامة لها تأثير سلبي مباشر على تطوير الموظفين دعمت نتيجة الدراسة، وخلصت إلى أن هناك علاقة سلبية مباشرة بين بيئة مكان العمل السامة وتنمية الموظفين، بما في ذلك التطوير الوظيفي والتطوير الذاتي. وفقًا لـ (Jehanzeb, 2020)، يمكن أن تؤثر البيئة السامة في مكان العمل على قدرة الموظفين على الاستفادة من برامج التنمية، مما يقلل من التزامهم بوظائفهم.

وخلصت نتائج الدراسة إلى أن هناك علاقة سلبية غير مباشرة بين بيئة مكان العمل السامة وتطوير الموظفين والتي تشمل التطوير الذاتي والتطوير الوظيفي تؤثر البيئة السامة في العمل سلبيًا على مشاركة الموظف والالتزام والاحتفاظ به والدافع من أجل التنمية (رسول وآخرون، 2021).

5.2. الآثار الإدارية

من الناحية العملية، أظهرت نتائج هذه الدراسة أن التواجد في بيئة عمل سامة يترك الموظفين يشعرون بالتوتر والإرهاق. تشجع هذه الدراسة مديري الموارد البشرية والقادة على التخفيف من بيئات العمل السامة والحفاظ على مستويات التوتر عند الحد الأدنى قدر الإمكان وكذلك لتشجيع تطوير الموظفين. علاوة على ذلك، من المهم للمديرين أن يلاحظوا أن الموظفين هم الأسباب الرئيسية لإنجازاتهم. لذلك، فإن إدارة سلوك الموظفين هي جوهر نجاح مؤسساتهم (Dagher et al., 2015).

دراسة أنجوم ذكر أن الناس ينمون على المستوى الشخصي عندما يواجهون مواقف صعبة. عندما يكون الموظف في بيئة سامة، يجب أن يحاول الانتباه إلى ما يمكن أن يتعلمه من موقف صعب، حيث يمكن لكل خصم أن يعلم الناس درسًا ليصبحوا أفضل (Angum et al., 2018).

5.3. التوصيات

- تعزيز الثقافة التنظيمية الصحية: يجب أن تكون الصحة العقلية والجسدية للموظفين أولوية في بيئة العمل. يجب على الشركات تعزيز ثقافة التوازن بين العمل والحياة الشخصية وتعزيز دعم الصحة والعافية للموظفين.
 - تعزيز التواصل والتعاون الفعال: يجب تشجيع التواصل الصحي والمفتوح بين الموظفين وإقامة فرص للتعاون والعمل الجماعي. ذلك يساهم في تعزيز روح الفريق والمشاركة ويقوي العلاقات بين الزملاء.
 - توفير فرص التطوير والتدريب: يجب أن توفر المنظمات فرصًا لتطوير قدرات الموظفين من خلال التدريب وورش العمل والبرامج التعليمية. ذلك يساعد الموظفين على تطوير مهاراتهم وتعزيز قدراتهم في التعامل مع تحديات العمل السامة.
 - تشجيع القيادة السلوكية الصحية: يجب أن تكون القيادة المشجعة والداعمة للموظفين في التعامل مع بيئة العمل السامة. يجب تشجيع القادة على بناء علاقات إيجابية مع الموظفين وتقديم الدعم والتوجيه اللازم.
 - تحسين إدارة الوقت والتحكم في الضغط: يجب توفير أدوات وتقنيات إدارة الوقت للموظفين وتعليمهم كيفية التعامل مع ضغوط العمل والتوتر. يمكن تنظيم وترتيب المهام بشكل أفضل وتوزيع العبء العملي بطريقة مناسبة للحد من الإجهاد الناجم عن العمل السام.
 - توفير فرص الترقية والتطور المهني: يجب أن تقدم المنظمات فرصًا للترقية والتطور المهني للموظفين الذين يتميزون ويظهرون إمكانات كبيرة. ذلك يعزز الرغبة في الاستمرار في العمل ويحفز الموظفين على تحقيق أهدافهم المهنية.
- باختصار، تهدف هذه التوصيات إلى تحسين بيئة العمل وتطوير قدرات الموظفين للتعامل مع التحديات والضغوط في البيئة العملية السامة.

القيادة الاخلاقية ودورها في تعزيز سلوك الموظفين الاداريين

محمد نوري شاكر

الجامعة الاميركية للثقافة والتعليم

Ethical leadership and its role in enhancing the behavior of administrative staff

Mohamad Nouri Chaker

mnb008@auceonline.com**American University of Culture and Education**

ملخص

يهدف البحث الحالي إلى اختبار دور القيادة الاخلاقية من خلال أبعادها (توجه الافراد، الأنصاف، تشارك السلطة، الاهتمام بالاستدامة، التوجيه الاخلاقي، توضيح الدور، النزاهة) في تعزيز سلوك الموظفين الاداريين من خلال ابعاده (استكشاف الفرصة، توليد الفكرة، الترويج للفكرة، تنفيذ الفكرة)، إذ تمثلت مشكلة البحث بعدد من التساؤلات يهدف التعرف على الأطر الفكرية، والتطبيقية لمتغيراتها، ومن ثم تشخيص مستوى الاهتمام بها ميدانياً، وكذلك التعرف على الاجراءات المناسبة من قبل المستشفى.

وقد أجريت الدراسة على عدد من العاملين (اطباء ومدراء اقسام وكادر اداري) في مستشفى الديوانية التعليمي ميداناً للدراسة واختبار فروضها، وتم اعتماد استمارة الاستبانة بوصفها أداة رئيسة في جمع البيانات المتعلقة بالجانب الميداني من الدراسة، وبلغ حجم العينة المستخدمة (173)، إذ استخدمت الدراسة مجموعة من الاساليب الإحصائية المتمثلة في الانحرافات المعيارية، والمتوسطات الحسابية، بمساعدة البرنامج الإحصائي (SPSS.var.27)، واثبتت النتائج صحة فرضيات الدراسة ولعل من أبرزها وجود علاقة ارتباط بين القيادة الاخلاقية وسلوك الموظفين الاداريين.

الكلمات الرئيسية: القيادة الأخلاقية ، سلوك الموظفين الاداريين

Abstract

current research aims to test the role of ethical leadership through its dimensions (individual orientation, fairness, power sharing, interest in sustainability, ethical guidance, role clarification, integrity) in enhancing the behavior of administrative Employees through its dimensions (exploring opportunity, idea generation, idea promotion, implementation The idea), as the research problem consisted of a number of questions with the aim of identifying the intellectual and applied frameworks for their variables, and then diagnosing the level of interest in them in the field, as well as identifying the appropriate procedures by the hospital.

The study was conducted on a number of workers (doctors, department managers and administrative Employees) in Al-Diwaniyah Teaching Hospital as a field for the study and testing its hypotheses. The questionnaire form was adopted as a main tool in collecting data related to the field side of the study. A set of statistical methods represented in standard deviations and arithmetic averages, with the help of the statistical program (SPSS.var.27), and the results proved the validity of the study hypotheses, perhaps the most prominent of which is the existence of a correlation between ethical leadership and the behavior of administrative Employees.

Keywords: Ethical leadership, Behavior of Administrative Employees.

1.1.1 المقدمة

ازدادت تحديات بيئة الأعمال في العقود الأخيرة من القرن الماضي، وأصبحت تشكل مصدر ضغط كبير على المنظمات مما يوجب على المنظمات أن تواجه هذه التحديات بالكفاءة والفاعلية اللازمة لتصل لأهدافها، ويعد التزام القادة بالمبادئ الأخلاقية أحد المرتكزات الأساسية التي يعتمد عليها نجاح المنظمات، وقد أصبحت القيادة الأخلاقية صفة أصيلة وممارسة ضرورية في المنظمة، بل أكثر من ذلك إذ تعتبر المنهج الجديد للإدارة الحديثة، فهي تمثل البوصلة التي تمكن القادة من استخدام سلوكيات معينة لتعزيز البيئة والثقافة الأخلاقية في المنظمة والتي تحاول ترسيخ العمل الإيجابي ونبت كل ما هو سلبي أو غير أخلاقي (درادكة، 2017: 223).

لذلك ينبغي أن يكون لدى الموظفين الإداريين في المنظمة سلوكيات استراتيجيات إبداعية ومبتكرة ويحملون نوعاً من السلوكيات الريادية والابداعية، لذلك من المهم أن نفهم بشكل صحيح ما الذي يجعل الموظفين الإداريين يتصرفون بشكل مبدع، وكيف يمكن للمنظمات تشكيل هذا النوع من السلوكيات.

ويعتقد الكثير من الباحثين أن إدارة الموارد البشرية تسهم بشكل كبير في دعم سلوك الموظفين الإداريين بشكل فاعل، وقد أشار العديد من الباحثين إلى أن هناك مجال بحثي ناشئ في إدارة الموارد البشرية بدأ الاهتمام الدراسي به خلال العقد الأخير، وهو سلوك إدارة الموارد البشرية، لأنها تمكن المنظمات من التوسع والتكيف مع المتطلبات المتغيرة وغير المؤكدة والمتنوعة في كل من البيئة الداخلية والخارجية، وبعد سلوك الموظفين الإداريين جانباً مهماً جداً للمنظمة لأنها تشكل خصائص وسمات الموظفين الإداريين فيها وفقاً للظروف البيئية المتغيرة، وتشجعها على استخدام واستيعاب المعرفة الجديدة من البيئة وتعطيها القدرة على إجراء تعديلات مرنة في الهياكل وأنماط التوظيف وخطط الحوافز والتدريب.

بالإضافة إلى ذلك، يعد سلوك الموظفين الإداريين في الأساس أمراً بالغ الأهمية للمنظمات التي تسعى إلى الإبداع، لأن نجاح المنظمات يكمن في موظفيها الذين تعد سلوكياتهم أهم مصدر لاعتلاء المنظمة منصة القيادة في الإبداع، وسلوك الموظفين الإداريين جانب رئيس في إدارة التغيير الذي يقود المنظمة بالفعل نحو الإبداع ويعزز من مركزها التنافسي، وتأتي هذه الدراسة لتختبر إمكانية توظيف القيادة الأخلاقية في تعزيز سلوك الموظفين الإداريين في مستشفى الديوانية التعليمي.

1.1.2 اشكالية الدراسة

أصبحت المنافسة سمة ملازمة لمنظمات الألفية الثالثة، إذ تشهد بيئة منظمات الأعمال تهديداً للأسواق والموارد بشكل مستمر، قد ينجم عن هذه التهديدات قيام بعض المنظمات بإتباع إجراءات ضعيفة فيما يتعلق بأخلاقيات العمل من أجل تحقيق النجاح في البيئة المتغيرة التي تتصف بالاضطراب العالي الذي يخلف وراءه ازمتات تنظيمية عديدة تحتم على القيادات مواجهتها، وهنا تظهر أهمية لجوء القيادات الإدارية في منظمات الأعمال إلى تبني نمطاً قيادياً يعتمد على القيم الأخلاقية والسلوكية في التعامل مع التهديدات والازمتات الناتجة عنها، على الرغم من الأهمية المتزايدة لسلوك الموظفين الإداريين، إلا أن هذا المفهوم لا يزال غير واضح لدى أغلب القيادات المستشفى قيد الدراسة، إذ يشير الواقع الحالي لمستشفى الديوانية التعليمي إلى حقيقة تفيد بان هنالك عدم اهتمام مقلق بالتطور النظري والفكري والتطبيقي في هذا المجال، ومن خلال المعيشة الميدانية في المستشفى المبحوثة لاحظ الباحث بان هناك اهتماماً قليلاً من قبل القيادات المستشفى بالمفاهيم العلمية ذات الصلة بالقيادة الأخلاقية، الأمر الذي انعكس سلباً على أداء المستشفى، مما يتطلب منها المزيد

من الجهود والممارسات والأساليب لتطوير قدراتها في مجال القيادة الأخلاقية وتطوير سلوك الموظفين الإداريين وتطوير المهارات والسلوكيات لدى الموظفين في هذه المستشفى، ومن هنا فإن مشكلة الدراسة تنعكس في تساؤل جوهري مفاده (هل تمارس القيادة الأخلاقية دوراً مهماً في تحسين سلوك الموظفين الإداريين) وتنبثق من هذا التساؤل التساؤلات الفرعية الآتية :

- السؤال الأول- ما طبيعة العلاقة الارتباط بين القيادة الأخلاقية وسلوك الموظفين الإداريين؟
- السؤال الثاني- هل تؤثر القيادة الأخلاقية في سلوك الموظفين الإداريين ؟
- السؤال الثالث- هل هناك تصور واضح عن ماهية وطبيعة القيادة الأخلاقية وابعادها في المستشفى المدروسة ؟
- السؤال الرابع- هل تدرك العينة المبحوثة أهمية سلوك الموظفين الإداريين؟

1.3. أهمية الدراسة والفائدة العلمية المرجوة منه

تستمد الدراسة الحالية أهميتها من خلال الآتي:-

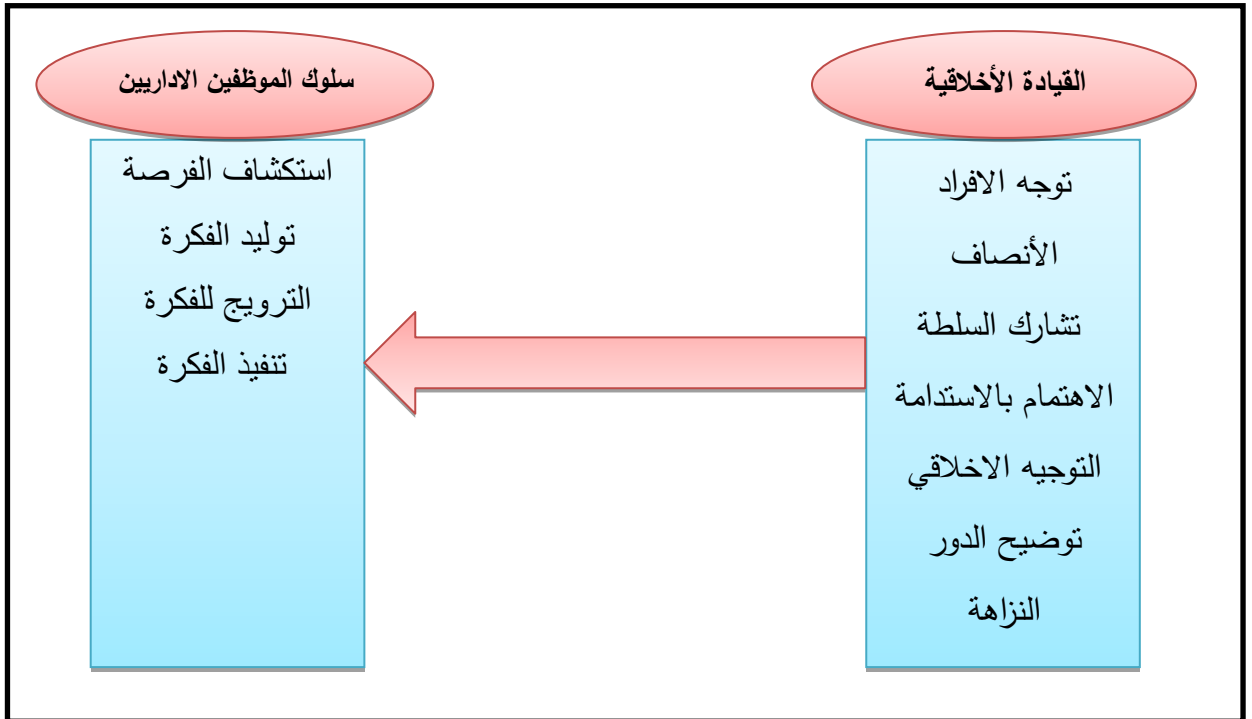
- يعد القطاع الصحي وبالأخص (المستشفيات الحكومية) من القطاعات الحيوية والمهمة في المجتمعات لاسيما في المجتمع العراقي فهو يعد من القطاعات التي لها تأثير مباشر على صحة وسلامة المجتمع، لذا فإن اجراء دراسات وبحوث من شأنها ان تزيد من فرص نجاح وتطور هذا القطاع.
- أهمية المتغيرات المبحوثة على المستوى الفكري والتطبيقي في مجال ادارة السلوك التنظيمي والمنظمة، إذ تسهم الدراسة بإثراء الجانب المعرفي لمواضيع تفتقر إليها المكتبة المحلية والعربية ومنها موضوع القيادة الأخلاقية وسلوك الموظفين الإداريين والتي تعد من المتغيرات الحديثة التي تلاقي اهتماماً كبيراً من الباحثين، وهذا الإثراء لا يقتصر على العرض والسردي النظري بل يتضمن التعرض إلى طبيعة العلاقات المحتملة بينها سواء من خلال المناقشة المستندة إلى الإطار المنطقي والعقلي أو على مستوى الاختبار العملي لجملة من الفرضيات من خلال الربط بين هذه المتغيرات.
- تعمل على تطوير وترسيخ الاعتقاد لدى القيادات في مستشفى الديوانية التعليمي المبحوث والمنظمات الأخرى بضرورة السعي الدؤوب لتطوير سلوك الموظفين الإداريين كونها تمثل جانباً مهماً وحيوياً في تعزيز السلوك الابداعي والذي يُسهم في تحسين ادائها الآن وفي المستقبل.
- لا توجد دراسات سابقة على حد علم الباحث تتعلق بواقع القيادة الأخلاقية وعلاقتها بسلوك الموظفين الإداريين، في ضوء العينة المدروسة ولاسيما في مجال مستشفى الديوانية التعليمي، وبالتالي تُعد هذه الدراسة هي الأولى من نوعها التي تناولت هذا الموضوع في ظل المشاكل والمعوقات التي تعاني منها العينة المدروسة.

1.4. فرضيات الدراسة

تتألف فرضيات الدراسة من فرضية اساس وسبعة فرضيات فرعية على النحو الآتي:-
-الفرضية الرئيسية الاولى: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين القيادة الأخلاقية بأبعادها وسلوك الموظفين الإداريين بأبعاده. وتتفرع منها عدة فرضيات فرعية:-

- الفرضية الفرعية الاولى: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين توجه الافراد وسلوك الموظفين الاداريين بابعاده.
- الفرضية الفرعية الثانية: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الانصاف وسلوك الموظفين الاداريين بابعاده.
- الفرضية الفرعية الثالثة: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين تشارك السلطة وسلوك الموظفين الاداريين بابعاده.
- الفرضية الفرعية الرابعة: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاهتمام بالاستدامة وسلوك الموظفين الاداريين بابعاده.
- الفرضية الفرعية الخامسة: وجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التوجيه الاخلاقي وسلوك الموظفين الاداريين بابعاده.
- الفرضية الفرعية السادسة: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين توضيح الدور وسلوك الموظفين الاداريين بابعاده.
- الفرضية الفرعية السابعة: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين النزاهة وسلوك الموظفين الاداريين بابعاده.

1.5. أنموذج الدراسة



الشكل رقم (1): أنموذج الدراسة

1.6. مجتمع الدراسة

تم تطبيق الدراسة على عينة من العاملين في مستشفى الديوانية التعليمي في محافظة الديوانية الذين بلغ عددهم (288)، من اطباء ومدراء اقسام وكادر اداري، وتم تحديد حجم العينة بالاعتماد على معادلة ستيفن ثامبسون وهي من الصيغ الاكثر استخداماً في بحوث الدراسات العليا (بشمانى ، 2014 : 90-91) الموضحة في ادناه :-

$$n = \frac{N \times p(1-p)}{\left[\left[N - 1 \times \left(d^2 \div z^2 \right) \right] + p(1-p) \right]}$$

حيث أن:-

N=مجتمع الدراسة

Z=الدرجة المعيارية المقابلة لمستوى الدلالة 0.95 وتساوي 1.96

d=نسبة الخطأ و عادة ما تكون 0.05

P=نسبة توفر الخاصية والمحايدة =0.05

وبتطبيق المعادلة اعلاه نحصل على حجم العينة والذي بلغ (163) فقد قام الباحث بتوزيع (183) استبانة على افراد العينة، وتم استرجاع (175) استمارة ، وعند فرز الاستمارات وتجميعها لغرض تهيئتها لعملية التحليل تبين ان هناك (2) استمارات غير صالحة للتحليل، وبذلك يكون مجموع الاستمارات الصالحة للتحليل (173)، والتي مثلت ما نسبته (60%) من مجتمع الدراسة، وقد اجريت الدراسة خلال هذا العام 2023.

1.7. حدود الدراسة

– الحدود المكانية: تمثل الحدود المكانية للدراسة في مستشفى الديوانية التعليمي العامة في محافظة الديوانية .

– الحدود البشرية: تمثل الحدود البشرية للدراسة الحالية بجميع العاملين في مستشفى الديوانية التعليمي.

– الحدود الزمانية: سيتم تطبيق هذه الدراسة خلال العام الدراسي 2023 .

1.8. منهجية الدراسة

بناءً على طبيعة الدراسة وأهدافها التي نسعى إلى تحقيقها ومن أجل التأكد من صحة فرضياتها والإجابة عن أسئلتها، تمّ اعتماد المنهج الوصفي، يقوم المكوّن الوصفي في المنهج المتّبع على التركيز على المراجع المتاحة التي تعالج موضوعات الدّراسة، وبصفة خاصّة المراجع التي تكلمت عن القيادة الاخلاقية وسلوك الموظفين الاداريين(الدّراسات النّظرية والتطبيقية التي تحتويها المراجع العلميّة). إذ يقوم هذا المنهج بدراسة الظّاهرة كما هي في الواقع، ووصفها وصافاً دقيقاً، ويعبر عنها تعبيراً كيفياً وكمياً، كما تمّ اعتماد مصدرين أساسيين لجمع المعلومات:-

1.8.1. المصادر الثانوية :- من اجل اغناء الجانب النظري للدراسة تم الاعتماد على الكتب، والمجلات، والدوريات، فضلا الشبكة العالمية للمعلومات(الأنترنت).

1.8.2. المصادر الاولية:- من أجل معالجة الجوانب التحليلية، تمّ اعتماد (المسح الشّامل) من خلال الاستبانة كأداة رئيسة للدراسة والتي صُمّمت لهذا الغرض، حيث وُزعت على عينة الدّراسة.

1.9. اداة الدراسة

من اجل اتمام الجانب الميداني للدراسة قام الباحث بتوظيف الاستبانة بوصفها أداة رئيسة لجمع البيانات، كما في الملحق (115)، ومن أجل بناء هذه الاستبيانات التي استُخدمت في هذه الدراسة، جرى الاطلاع على العلوم الإدارية والمراجع المتعلقة بالقيادة الاخلاقية ، فضلاً عن الدراسات والمراجع المتعلقة بسلوك الموظفين الاداريين.

1.10. وصف اداة الدراسة وقياس المتغيرات

تضمنت الاستبانة مجموعة من العبارات لقياس متغيرات الدراسة المستقلة (القيادة الاخلاقية)، والتابعة (سلوك الموظفين الاداريين)، اذ تمثل المتغير المستقل بالقيادة الاخلاقية، وقد قيس بواقع خمسة ابعاد (توجه الافراد، والإنصاف، وتشارك السلطة، والاهتمام بالاستدامة، والتوجيه الأخلاقي، وتوضيح الدور، والنزاهة) موزعة على (25) فقرة، اما المتغير التابع فتمثل في سلوك الموظفين الاداريين وقد قيس بواقع خمسة ابعاد (استكشاف الفرصة، وتوليد الفكرة، والترويج للفكرة، وتنفيذ الفكرة) موزعة على (25) فقرة، ويوضح الجدول رقم 1 متغيرات الدراسة وارقام العبارات في الاستبانة.

الجدول رقم 1: متغيرات الدراسة وارقام العبارات في الاستبانة

الفقرات	الابعاد	متغيرات الدراسة	
6	توجه الافراد	القيادة الاخلاقية	المستقل
5	الإنصاف		
6	تشارك السلطة		
3	الاهتمام بالاستدامة		
7	التوجيه الأخلاقي		
4	توضيح الدور		
4	النزاهة		
5	استكشاف الفرصة	سلوك الموظفين الاداريين	التابع
6	توليد الفكرة		
5	الترويج للفكرة		
4	تنفيذ الفكرة		

المصدر: اعداد الباحث

1.11. اختبار صدق وثبات اداة الدراسة

- صدق المقياس

يقصد بصدق المقياس الدرجة التي يقيس بها المقياس الغرض المصمم من اجله وعليه يمكن تعريف صدق اداة الاستبانة بانها درجة توفر الاداة بيانات ذات علاقة بمشكلة الدراسة من مجتمع الدراسة.

- صدق المحتوى

يقصد بصدق المحتوى الى أي مدى يقيس المقياس خصائص الشيء المراد قياسه، أي بمعنى اخر ان صدق المحتوى عبارة عن اداة جمع البيانات الى أي مدى تزود الاداة الباحث ببيانات تعكس خصائص الشيء المراد التعرف عليه، وبالتالي فلا بد من الاستعانة بمجموعة من الخبراء في مجال الاختصاص من اجل التأكد من العبارات التي داخل الاستبانة وان العينة يمكن الاجابة عليها بدون الرجوع للاستفسار من الباحث او عدم اكمال الاجابات من العينة بسبب عدم فهم الفقرات التي تحتويها الاستبانة.

- ثبات الاستبانة

يعبر الثبات عن المدى الذي يتصف به المقياس بخلوه من التحيز أو الأخطاء وهذا يضمن اتساق النتائج المستحصلة من القياس واستقرارها عبر فترات زمنية مختلفة. ويتم التحقق من ثبات اداة القياس من خلال التحقق من الثبات البنائي لأداة الدراسة، وثبات فقراتها، اذ يمثل الصدق البنائي لأداة القياس بيان مدى ثبات اداة القياس المدروسة تجاه العينة المدروسة، فضلا عن مدى الاتساق الداخلي بين فقرات وابعاد البحث، الامر الذي يمكن من خلاله اخضاع البيانات الداخلة في التحليل الى اختبار كرونباخ الفا، الذي يُعد من اشهر الاختبارات الكفيلة بتحليل هذا النوع من البيانات وبيان مدى الثبات الداخلي بينها، ويفرض معامل كرونباخ الفا انه يتعين ان تكون النتائج اعلى من (75%) لكي تكون مقبولة .

الجدول رقم 2: معاملات كرونباخ الفا لمتغيرات وابعاد الدراسة

متغيرات الدراسة		الابعاد	الفقرات	معامل الفا كرونباخ
المستقل	القياس الأخلاقي	توجه الافراد	6	0.956
		الإنصاف	5	0.957
		تشارك السلطة	6	0.776
		الاهتمام بالاستدامة	3	0.955
		التوجيه الأخلاقي	7	0.823
		توضيح الدور	4	0.830
		النزاهة	4	0.821
التابع	سلوك الموظفين الإداريين	استكشاف الفرصة	5	0.813
		توليد الفكرة	6	0.843
		الترويج للفكرة	5	0.811
		تنفيذ الفكرة	4	0.822

المصدر: اعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات برنامج (SPSS.V.27)

تشير نتائج الجدول رقم 2 الى ان معاملات الفا كرونباخ للمتغيرات الداخلة في التحليل بلغت اعلى من (0.75) مما يدل على ان اداة القياس تتصف بالثبات النسبي العالي، فضلا عن ان جميع القيم قد تراوحت بين (0.776-0.957) وهي قيم مقبول احصائيا، اذ بلغ معامل الثبات لمتغير (القيادة الاخلاقية) (0.974)، وبلغ معامل الثبات لمتغير (سلوك الموظفين الاداريين) (0.962)، وهذا يدل على ان اداة القياس تتلاءم مع استجابات المدراء المتعاملين مع المستشفيات .

1.12. التحليل الديموغرافي للأفراد المبحوثين

قام الباحث بتوزيع المفردات الخاصة في عينة الدراسة وفقا للمتغيرات الديموغرافية، وذلك من خلال الجدول التالي:

الجدول رقم 3: التحليل الديموغرافي للعينة

العمر (بالسنوات)			النوع الاجتماعي (الجنس)		
%	التكرار		%	التكرار	
19	33	اقل من 35	70	122	ذكر
24	41	35-اقل من 40			
33	58	40-اقل من 45			
8	14	45-اقل من 50	30	51	انثى
16	27	50 سنة فأكثر			
عدد سنوات الخبرة			التحصيل الدراسي		
30	52	اقل من 10 سنوات	8	14	اعدادية
13	23	10-اقل من 15 سنة	42	73	دبلوم فني/ تقني
25	44	15-اقل من 20 سنة	28	48	بكالوريوس
13	23	20-اقل من 25 سنة	7	12	دبلوم عالي
18	31	25 سنة فأكثر	7	13	ماجستير
			7	13	دكتوراه

يلاحظ من نتائج الجدول رقم 3 ان خصائص عينة الدراسة تمثلت في حجم عينة قدرة (173) والتي يمكن توزيعها على النحو الاتي:

- النوع الاجتماعي (الجنس): بلغ عدد العاملين من الذكور (122)، في حين بلغ عدد العاملين من الاناث (51) من العدد الكلي للعينة والبالغ (173).
- العمر (بالسنوات): ان الغالبية العظمى لعدد العاملين تمثل في من هم تتراوح اعمارهم بين (40-اقل من 45 سنة) هم الفئة الاكثر لشغل وظائف العاملين بتكرار (58).

- التحصيل الدراسي: تشير النتائج ان العاملين اغلهم من حملة شهادة البكالوريوس بتكرار (73) وبنسبة مئوية (42%).

- عدد سنوات الخبرة: يتضح ان العاملين المستجيبين يمتلكون خبرات (15- اق من 20 سنة) بتكرار بلغ (44) وبنسبة مئوية بلغ (25%).

1.13. المتغير المستقل: القيادة الاخلاقية

- توجه الافراد

من خلال هذا المحور سنقوم بمعالجة توجه الافراد لدى العاملين في عينة الدراسة من خلال الجدور رقم 4 على النحو الاتي:-

الجدول رقم 4: الاحصاء الوصفي لُبعد توجه الافراد

ت	الفقرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الاهمية النسبية
1	مسؤولي المباشر يهتم باتباعه وما يشعرون وكيف يتصرفون	3.10	1.027	62%
2	مسؤولي المباشر ينتبه لاحتياجاتي الشخصية	3.03	1.022	61%
3	مسؤولي المباشر يتعاطف معي عندما أواجه مشاكل	3.29	0.821	66%
4	مسؤولي المباشر يستغرق وقتاً للتحدث عن المشاعر المتعلقة بالعمل	1.75	0.660	35%
5	مسؤولي المباشر يهتم بتطويري على المستوى الشخصي	2.91	1.005	58%
6	مسؤولي المباشر يستغرق وقتاً للتواصل معي على المستوى الشخصي	1.75	0.660	35%
	بُعد توجه الافراد	2.64	0.521	53%

توضح نتائج الجدول رقم 5 ادراك العاملين في مستشفى الديوانية التعليمي لأهمية الاهتمام في توجه الافراد ما ولد وسط حسابي (2.64) وانحراف معياري قدره (0.521) وبقيمة اهمية نسبية (53%). وهذا جاء نتيجة الاهتمام في الفقرة الثالثة والتي تنص على (مسؤولي المباشر يتعاطف معي عندما أواجه مشاكل) بوسط حسابي قدره (3.29) وانحراف معياري قدره (0.821)، بينما جاءت الفقرة السادسة في المرتبة الاخير ومفادها (مسؤولي المباشر يستغرق وقتاً للتواصل معي على المستوى الشخصي) بوسط حسابي بلغ (1.75) وانحراف معياري قدره (0.660) واهمية نسبية (35%)

- الإنصاف

من خلال هذا المحور سنقوم بمعالجة الإنصاف لدى العاملين في عينة الدراسة من خلال الجدور رقم 6 على النحو الاتي:-

الجدول رقم 6: الاحصاء الوصفي لُبعد الإنصاف

ت	الفقرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الاهمية النسبية
1	مسؤولي المباشر يحملني المسؤولية عن المشاكل التي ليس لدي سيطرة عليها	1.80	0.755	36%
2	مسؤولي المباشر يحملني المسؤولية عن العمل الذي لم أكن أتحكم فيه	1.60	0.491	32%
3	مسؤولي المباشر يحملني المسؤولية عن الأشياء التي ليست خطأي	2.83	0.943	57%
4	مسؤولي المباشر يسعى لتحقيق نجاحه على حساب الآخرين	1.76	0.744	35%
5	مسؤولي المباشر يتلاعب بالمرؤوسين	3.06	0.983	61%
	بُعد الإنصاف	2.21	0.455	44%

تبين نتائج الجدول رقم 6 ادراك العاملين في مستشفى الديوانية التعليمي لأهمية الاهتمام في الإنصاف ما ولد وسط حسابي (2.21) وانحراف معياري قدره (0.455) وبقيمة أهمية نسبية (44%)، وهذا جاء نتيجة الاهتمام في الفقرة الخامسة والتي تنص على (مسؤولي المباشر يتلاعب بالمرؤوسين) بوسط حسابي قدره (3.06) وانحراف معياري قدره (0.983)، بينما جاءت الفقرة الثانية في المرتبة الأخير ومقادها (مسؤولي المباشر يحملني المسؤولية عن العمل الذي لم أكن أتحكم فيه) بوسط حسابي بلغ (1.60) وانحراف معياري قدره (0.491) وأهمية نسبية (32%).

- تشارك السلطة

من خلال هذا المحور سنقوم بمعالجة تشارك السلطة لدى العاملين في عينة الدراسة من خلال الجدور رقم 7 على النحو الآتي:-

الجدول رقم 7: الاحصاء الوصفي لبُعد تشارك السلطة

ت	الفقرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الاهمية النسبية
1	مسؤولي المباشر يسمح للتابعين ذوي الاختصاص في التأثير على القرارات الحاسمة.	1.60	0.491	32%
2	مسؤولي المباشر لا يسمح للآخرين بالمشاركة في صنع القرار	2.90	0.900	58%
3	مسؤولي المباشر يطلب المشورة من التابعين فيما يتعلق باستراتيجية المستشفى	1.80	0.747	36%
4	مسؤولي المباشر يعيد النظر في القرارات على اساس التوصيات المقدمة له	3.14	0.950	63%
5	مسؤولي المباشر يفوض المسؤوليات ذات التحديات للتابعين	3.08	0.902	62%

62%	1.028	3.12	مسؤولي المباشر يسمح لي بلعب دور رئيس في تحديد اهداف الاداء الخاصة بي	6
52%	0.526	2.61	بُعد تشارك السلطة	

يلاحظ من نتائج الجدول رقم 8 ادراك العاملين في مستشفى الديوانية التعليمي لأهمية الاهتمام في تشارك السلطة ما ولد وسط حسابي (2.61) وانحراف معياري قدره (0.526) وبقيمة اهمية نسبية (52%)، وهذا جاء نتيجة الاهتمام في الفقرة الرابعة والتي تنص على (مسؤولي المباشر يعيد النظر في القرارات على اساس التوصيات المقدمة له) بوسط حسابي قدره (3.14) وانحراف معياري قدره (0.950)، بينما جاءت الفقرة الاولى في المرتبة الاخير ومفادها (مسؤولي المباشر يسمح للتابعين ذوي الاختصاص في التأثير على القرارات الحاسمة) بوسط حسابي بلغ (1.60) وانحراف معياري قدره (0.491) واهمية نسبية (32%).

- الاهتمام بالاستدامة

من خلال هذا المحور سنقوم بمعالجة الاهتمام بالاستدامة لدى العاملين في عينة الدراسة من خلال الجدور رقم 9 على النحو الاتي:-

الجدول رقم 9: الاحصاء الوصفي لبُعد الاهتمام بالاستدامة

ت	الفقرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الاهمية النسبية
1	ادارة المستشفى ترغب في العمل بطريقة صديقة للبيئة.	3.43	0.884	69%
2	ادارة المستشفى تظهر الاهتمام بقضايا الاستدامة.	3.24	0.804	65%
3	ادارة المستشفى تحفز على إعادة تدوير العناصر والمواد الممكن تدويرها.	3.45	0.810	69%
	بُعد الاهتمام بالاستدامة	3.37	0.651	67%

تعرض نتائج الجدول رقم 9 ادراك العاملين في مستشفى الديوانية التعليمي لأهمية الاهتمام في الاهتمام بالاستدامة ما ولد وسط حسابي (3.37) وانحراف معياري قدره (0.651) وبقيمة اهمية نسبية (67%)، وهذا جاء نتيجة الاهتمام في الفقرة الثالثة والتي تنص على (ادارة المستشفى تحفز على إعادة تدوير العناصر والمواد الممكن تدويرها) بوسط حسابي قدره (3.45) وانحراف معياري قدره (0.810)، بينما جاءت الفقرة الثانية في المرتبة الاخير ومفادها (ادارة المستشفى تظهر الاهتمام بقضايا الاستدامة) بوسط حسابي بلغ (3.24) وانحراف معياري قدره (0.804) واهمية نسبية (65%).

- التوجيه الأخلاقي

من خلال هذا المحور سنقوم بمعالجة التوجيه الأخلاقي لدى العاملين في عينة الدراسة من خلال الجدور رقم 10 على النحو الاتي:-

الجدول رقم 10: الاحصاء الوصفي لبُعد التوجيه الأخلاقي

ت	الفقرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الاهمية النسبية
---	---------	---------------	-------------------	-----------------

64%	0.951	3.22	مسؤولي المباشر يشرح بوضوح قواعد السلوك المتعلقة بالتزاهة	1
60%	0.896	2.99	مسؤولي المباشر يشرح ما هو متوقع من التابعين من حيث التصرف بتزاهة.	2
67%	0.908	3.36	مسؤولي المباشر يوضح ارشادات التزاهة	3
65%	0.771	3.27	مسؤولي المباشر يضمن ان التابعين يتبعون قواعد التزاهة.	4
70%	0.846	3.48	مسؤولي المباشر يوضح العواقب المحتملة للسلوك غير الاخلاقي المحتمل من قبل التابعين.	5
67%	0.812	3.35	مسؤولي المباشر يحفز على مناقشة قضايا التزاهة بين التابعين	6
67%	0.971	3.37	مسؤولي المباشر يثني على التابعين الذين يتصرفون وفقاً لقواعد السلوك التزيه	7
66%	0.549	3.29	بُعد التوجيه الأخلاقي	

توضح نتائج الجدول رقم 10 ادراك العاملين في مستشفى الديوانية التعليمي لأهمية الاهتمام في التوجيه الأخلاقي ما ولد وسط حسابي (3.29) وانحراف معياري قدره (0.549) وبقيمة اهمية نسبية (66%)، وهذا جاء نتيجة الاهتمام في الفقرة الخامسة والتي تنص على (مسؤولي المباشر يوضح العواقب المحتملة للسلوك غير الاخلاقي المحتمل من قبل التابعين) بوسط حسابي قدره (3.48) وانحراف معياري قدره (0.846) ، بينما جاءت الفقرة الثانية في المرتبة الاخير ومفادها (مسؤولي المباشر يشرح ما هو متوقع من التابعين من حيث التصرف بتزاهة) بوسط حسابي بلغ (2.99) وانحراف معياري قدره (0.896) واهمية نسبية (60%).

- توضيح الدور

من خلال هذا المحور سنقوم بمعالجة توضيح الدور لدى العاملين في عينة الدراسة من خلال الجدور رقم

11 على النحو الآتي:-

الجدول رقم 11: الاحصاء الوصفي لبُعد توضيح الدور

ت	الفقرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الاهمية النسبية
1	مسؤولي المباشر يشير إلى توقعات الأداء لكل عضو في المجموعة.	3.30	0.890	66%
2	مسؤولي المباشر يشرح ما هو متوقع مني ومن كل عضو في المجموعة.	3.20	0.842	64%
3	مسؤولي المباشر يوضح الاولويات في العمل	3.09	0.927	62%
4	مسؤولي المباشر يوضح من هو المسؤول عن كل عمل.	2.99	0.958	60%
	بُعد توضيح الدور	3.14	0.710	63%

توضح نتائج الجدول رقم 11 ادراك العاملين في مستشفى الديوانية التعليمي لأهمية الاهتمام في توضيح الدور ما ولد وسط حسابي (3.14) وانحراف معياري قدره (0.710) وبقيمة اهمية نسبية (63%)، وهذا جاء نتيجة الاهتمام في الفقرة الاولى والتي تنص على (مسؤولي المباشر يشير إلى توقعات الأداء لكل عضو في المجموعة) بوسط حسابي قدره (3.30) وانحراف معياري قدره (0.890)، بينما جاءت الفقرة الرابعة في المرتبة الاخير ومفادها (مسؤولي المباشر يوضح من هو المسؤول عن كل عمل) بوسط حسابي بلغ (2.99) وانحراف معياري قدره (0.958) واهمية نسبية (60%).

- النزاهة

من خلال هذا المحور سنقوم بمعالجة النزاهة لدى العاملين في عينة الدراسة من خلال الجدور رقم 12 على النحو الاتي:-

الجدول رقم 12: الاحصاء الوصفي لُبعد النزاهة

ت	الفقرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الاهمية النسبية
1	مسؤولي المباشر يفي بوعوده.	3.24	0.992	65%
2	مسؤولي المباشر يمكن الوثوق به للقيام بالأشياء التي يقولها.	2.97	0.746	59%
3	مسؤولي المباشر يمكن الاعتماد عليه لأنه يحترم التزاماته.	3.32	0.812	66%
4	مسؤولي المباشر يحافظ دائماً على كلامه.	3.19	1.051	64%
	بُعد النزاهة	3.18	0.653	64%

توضح نتائج الجدول رقم 12 ادراك العاملين في مستشفى الديوانية التعليمي لأهمية الاهتمام في النزاهة ما ولد وسط حسابي (3.18) وانحراف معياري قدره (0.653) وبقيمة اهمية نسبية (64%)، وهذا جاء نتيجة الاهتمام في الفقرة الثالثة والتي تنص على (مسؤولي المباشر يمكن الاعتماد عليه لأنه يحترم التزاماته) بوسط حسابي قدره (3.32) وانحراف معياري قدره (0.812)، بينما جاءت الفقرة الثانية في المرتبة الاخير ومفادها (مسؤولي المباشر يمكن الوثوق به للقيام بالأشياء التي يقولها) بوسط حسابي بلغ (2.97) وانحراف معياري قدره (0.746) واهمية نسبية (59%).

1.14. المتغير التابع: سلوك الموظفين الاداريين

تهتم هذه الفقرة بوصف ابعاد متغير سلوك الموظفين الاداريين، وكالاتي:-

- استكشاف الفرصة

من خلال هذا المحور سنقوم بمعالجة استكشاف الفرصة لدى العاملين في عينة الدراسة من خلال الجدور رقم 13 على النحو الاتي:-

الجدول رقم 13: الاحصاء الوصفي لُبعد استكشاف الفرصة

ت	الفقرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الاهمية النسبية
---	---------	---------------	-------------------	-----------------

64%	0.996	3.19	أتطلع على آخر التطورات في بيئة المستشفى باستمرار.	1
71%	0.968	3.53	أ تبادل الافكار مع اصحاب المصلحة (زملاء العمل وسوق العمل) حول التطورات التي تحصل في بيئة التعليم.	2
66%	0.901	3.29	أحرص على متابعة التطورات خارج وداخل المستشفى بشكل مستمر.	3
70%	0.944	3.50	أبقى مطلعاً على المفاهيم والرؤى الحديثة في المجال المهني.	4
61%	0.984	3.05	أتابع التطورات التي تحصل في المؤسسات الصحية الأخرى.	5
83%	0.879	4.14	بُعد استكشاف الفرصة	

يلاحظ من نتائج الجدول رقم 13 ادراك العاملين في مستشفى الديوانية التعليمي لأهمية الاهتمام في استكشاف الفرصة ما ولد وسط حسابي (4.14) وانحراف معياري قدره (0.879) وبقيمة أهمية نسبية (83%)، وهذا جاء نتيجة الاهتمام في الفقرة الثانية والتي تنص على (أ تبادل الافكار مع اصحاب المصلحة (زملاء العمل وسوق العمل) حول التطورات التي تحصل في بيئة التعليم) بوسط حسابي قدره (3.53) وانحراف معياري قدره (0.968)، بينما جاءت الفقرة الخامسة في المرتبة الاخيرة ومقادها (أتابع التطورات التي تحصل في المؤسسات الصحية الأخرى) بوسط حسابي بلغ (3.05) وانحراف معياري قدره (0.984) وأهمية نسبية (61%).

- توليد الفكرة

من خلال هذا المحور سنقوم بمعالجة استكشاف الفرصة لدى العاملين في عينة الدراسة من خلال الجدور رقم 14 على النحو الآتي:-

الجدول رقم 14: الاحصاء الوصفي لبُعد توليد الفكرة

ت	الفقرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية
1	أبدي رأيي الشخصي حول المشكلة المطروحة.	3.11	0.918	62%
2	أحدد الأشياء التي يتوجب تغييرها مباشرة.	3.22	0.951	64%
3	أعبر عن رأيي حول الافكار الجديدة بحرية.	2.99	0.896	60%
4	غالباً ما أطرح التساؤلات الجوهرية ذات الصلة بالمشكلات القائمة.	3.36	0.908	67%
5	أنتقد المعتقدات السائدة بطريقة موضوعية.	3.27	0.771	65%
6	أقترح التحسينات الضرورية على الافكار المطروحة.	3.48	0.846	70%
	بُعد توليد الفكرة	3.24	0.567	65%

تشير نتائج الجدول رقم 14 ادراك العاملين في مستشفى الديوانية التعليمي لأهمية الاهتمام في توليد الفكرة ما ولد وسط حسابي (3.24) وانحراف معياري قدره (0.567) وبقيمة اهمية نسبية (65%)، وهذا جاء نتيجة الاهتمام في الفقرة السادسة والتي تنص على (أقترح التحسينات الضرورية على الافكار المطروحة) بوسط حسابي قدره (3.48) وانحراف معياري قدره (0.846) ، بينما جاءت الفقرة الثالثة بالمرتبة الاخير ومفادها (أعبر عن رأي حول الافكار الجديدة بحرية) بوسط حسابي بلغ (2.99) وانحراف معياري قدره (0.896) واهمية نسبية (60%).

- الترويج للفكرة

من خلال هذا المحور سنقوم بمعالجة استكشاف الفرصة لدى العاملين في عينة الدراسة من خلال الجدور رقم 15 على النحو الاتي:-

الجدول رقم 15: الاحصاء الوصفي لُبعد الترويج للفكرة

ت	الفقرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الاهمية النسبية
1	أحدد الاشخاص الاساسيين الذين يمنحون الموافقات والموارد الضرورية من اجل تنفيذ أفكار.	3.35	0.812	67%
2	أوظف علاقاتي الاجتماعية مع الزملاء للترويج للأفكار الجديدة لكسب تأييدهم.	3.37	0.971	67%
3	أروج للأفكار الجديدة لدى رئيس القسم لكسب دعمه.	3.30	0.890	66%
4	أروج لتطبيق الحلول الجديدة في سياق العمل.	3.20	0.842	64%
5	أضع الخطط المستقبلية لنقل الفكرة الجديدة الى حيز التنفيذ.	3.09	0.927	62%
	بُعد الترويج للفكرة	3.26	0.658	65%

تبين نتائج الجدول رقم 15 ادراك العاملين في مستشفى الديوانية التعليمي لأهمية الاهتمام في الترويج للفكرة ما ولد وسط حسابي (3.26) وانحراف معياري قدره (0.658) وبقيمة اهمية نسبية (65%)، وهذا جاء نتيجة الاهتمام في الفقرة الثانية والتي تنص على (أوظف علاقاتي الاجتماعية مع الزملاء للترويج للأفكار الجديدة لكسب تأييدهم) بوسط حسابي قدره (3.37) وانحراف معياري قدره (0.971) ، بينما جاءت الفقرة الخامسة في المرتبة الاخير ومفادها (أضع الخطط المستقبلية لنقل الفكرة الجديدة الى حيز التنفيذ) بوسط حسابي بلغ (3.09) وانحراف معياري قدره (0.927) واهمية نسبية (62%).

- تنفيذ الفكرة

من خلال هذا المحور سنقوم بمعالجة استكشاف الفرصة لدى العاملين في عينة الدراسة من خلال الجدور رقم 16 على النحو الاتي:-

الجدول رقم 16: الاحصاء الوصفي لُبعد تنفيذ الفكرة

ت	الفقرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الاهمية النسبية
---	---------	---------------	-------------------	-----------------

النسبية	المعياري	الحسابي		
60%	0.958	2.99	أرفع التقارير عن التقدم الحاصل في تنفيذ الافكار وأطلع زملائي على هذا التقدم باستمرار.	1
65%	0.992	3.24	أعمل على اقناع الاخرين بأهمية النتائج المترتبة على الفكرة الجديدة أو الحل المقترح.	2
59%	0.746	2.97	أحاول اشراك زملاء العمل في تنفيذ الحلول المقترحة.	3
66%	0.812	3.32	أختبر الحلول المطورة للتعرف على العيوب عند وضع الفكرة الجديدة موضع التنفيذ.	4
63%	0.700	3.13	بُعد تنفيذ الفكرة	

"توضح نتائج الجدول رقم 16 ادراك العاملين في مستشفى الديوانية التعليمي لأهمية الاهتمام في تنفيذ الفكرة ما ولد وسط حسابي (3.13) وانحراف معياري قدره (0.700) وبقيمة اهمية نسبية (63%)، وهذا جاء نتيجة الاهتمام في الفقرة الرابعة والتي تنص على (أختبر الحلول المطورة للتعرف على العيوب عند وضع الفكرة الجديدة موضع التنفيذ) بوسط حسابي قدره (3.32) وانحراف معياري قدره (0.812)، بينما جاءت الفقرة الثالثة في المرتبة الاخير ومفادها (أحاول اشراك زملاء العمل في تنفيذ الحلول المقترحة) بوسط حسابي بلغ (2.97) وانحراف معياري قدره (0.746) واهمية نسبية (59%)".

1.13. النتائج

- اهتمام مستشفى الديوانية التعليمي ببحث العاملين على التعاطف مع المرضى من اجل تحسين نوايا الزبائن وتلبية متطلباتهم الشخصية قدر الامكان.
- تحرص مستشفى الديوانية التعليمي على الاهتمام بالعاملين وسلوكياتهم وحثهم على تطوير قدراتهم على تنوع طرق التعامل مع المرضى بهدف بناء صورة ايجابية لدى المريض تجاه الخدمات المقدمة داخل المستشفى.
- اهتمام مستشفى الديوانية التعليمي ببناء علاقات ايجابية واجتماعية بين المديرين والمؤوسين داخل مكان العمل من اجل بناء قوة تفاهم وانسجام كبير في سير العمليات الداخلية في المستشفى.
- بينت النتائج حرص مستشفى الديوانية التعليمي على تمكين العاملين بشكل يساهم في مواجهة التحديات في مكان العمل وتحديد اهداف رئيسية لتحقيق وتحسين الاداء الخاص بهم.
- اظهرت النتائج اهتمام مستشفى الديوانية التعليمي باعتماد المنتجات والاليات الصديقة للبيئة من خلال بناء قواعد سلوكية متعلقة بالنزاهة والاخلاق الحميدة التي تحسن من رفاهية المرضى وتسرع عملية الشفاء لديهم.
- حث مستشفى الديوانية التعليمي العاملين لديها على المشاركة في الورش التدريبية وتفسير ما هو متوقع منهم وتوضيح وارشادهم للتعامل مع المرضى بنزاهة.
- اهتمام مستشفى الديوانية التعليمي بتشجيع العاملين لديها من خلال مكافأتهم بشكل معنوي ومادي ما يدفعهم الى العمل بقواعد وسلوكيات نزاهة.

- اهتمام مستشفى الديوانية التعليمي بتوقع الاداء لكل عضو في فرق العمل وتحديد ما هو متوقع منهم وما يمكن ان يقدموه للمستشفى.
- تتطلع مستشفى الديوانية التعليمي الى تبادل الافكار مع اصحاب المصلحة (زملاء العمل وسوق العمل) حول التطورات التي تحصل في بيئة التعليم
- تحرص مستشفى الديوانية التعليمي الى أقترح التحسينات الضرورية على الافكار المطروحة من خلال طرح التساؤلات الجوهرية ذات الصلة بالمشكلات القائمة.

1.14. التوصيات

- يتعين على مستشفى الديوانية التعليمي استثمار اوقات فراغ العاملين من اجل التعرف على مشاعر المرضى تجاه نوعية وايجابية الخدمات المقدمة
- ضرورة ان تهتم مستشفى الديوانية التعليمي بتطوير وتدريب العاملين لديها تجاه استثمار اوقاتهم وجهودهم بشكل فعلي ودقيق ويصب في مصلحة ومكان المستشفى.
- ضرورة ان تحرص مستشفى الديوانية التعليمي على حث العاملين لتحمل مسؤولية معالجة المشاكل في مكان العمل والسيطرة عليها من خلال ابتكار الحلول المناسبة.
- ضرورة ان تهتم مستشفى الديوانية التعليمي بحث العاملين على بتحمل مسؤولية تحقيق النجاح الشخصي لهم دون الاعتماد على الاخرين في ذلك.
- يتعين على مستشفى الديوانية التعليمي السماء للتابعين ذوي الاختصاص بالمشاركة في عملية اتخاذ القرار ووضع الحلول والافكار المناسبة لتطوير اداء المستشفى.
- ضرورة ان تهتم مستشفى الديوانية التعليمي بتحفيز العاملين على اعادة تطوير العناصر والمواد الممكن اعادة تدويرها دون تكبد المستشفى أي تكاليف اضافية.
- يتعين ان تحرص مستشفى الديوانية التعليمي على اظهار الاهتمام بقضايا الاستدامة البيئية من اجل ضمان تحسين وترغيب المرضى بالتعامل معها ومساعدتهم على الشفاء نتيجة الاهتمام بتوفير وسائل الراحة المناسبة.
- ضرورة ان تهتم مستشفى الديوانية التعليمي ببناء قواعد ارشادية تظهر السلوكيات المرغوبة والسلوكيات غير المرغوبة وتوضيح الاولويات في العمل.
- ضرورة ان تكشف مستشفى الديوانية التعليمي عن اخر التطورات في بيئة العمل وحث العاملين على التكيف مع هذه التطورات وتحسين مهاراتهم وخبراتهم للتعامل معها.
- ضرورة ان توضح مستشفى الديوانية التعليمي المفاهيم والرؤى الحديثة في المجال المهني والمؤسسي حول التطورات التي تحصل في بيئة العمل.

دور تطبيق استراتيجية المحيط الأزرق على تسويق المنتجات

نور عماد عبود

الجامعة الأميركية للثقافة والتعليم

The role of applying the blue ocean strategy to product marketing

Nour Imad Abboud

nia010@auceonline.com

American University of Culture and Education

ملخص

مع ازدياد المنافسة بين الشركات، تظهر أهمية استراتيجية المحيط الأزرق، كوسيلة حديثة تساعد الشركات على تحقيق أهدافها، والبقاء والاستمرار في السوق، والهروب من (المحيط الأحمر) المليء بالمنافسة والذهاب إلى (المحيط الأزرق)، الهادئ والخالي من المنافسة.

وهدفت الدراسة إلى معرفة دور تطبيق استراتيجية المحيط الأزرق على تسويق المنتجات، وقد اختير شركتين (للسجاد والمفروشات) كمجتمع للدراسة، وقد بلغ عدد عينة الدراسة (125) كان من بينهم مدراء أقسام وموظفون، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، في جمع البيانات والمعلومات (الاستبانة)، وتم استخدام برنامج spss26 ومجموعة من الأساليب الإحصائية (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الاختلاف، معامل ارتباط بيرسون، معامل الانحدار الخطي، اختبار الفاكرونباخ، اختبار Bartlett).

وتوصلت الدراسة إلى مجموعة نتائج كان أبرزها وجود علاقة تأثير بين المتغير الأول (استراتيجية المحيط الأزرق) وبين المتغير التابع (التسويق)، وكذلك وجود علاقة ارتباط بين أبعاد استراتيجية المحيط الأزرق وبين التسويق، وتبين كذلك بان (بعد الابتكار) ابرز الأبعاد وأكثرها ارتباطا بالمتغير الثاني (التسويق).

الكلمات المفتاحية: استراتيجية المحيط الأزرق، التسويق، الابتكار، الزيادة، التقليل، الاستبعاد.

Abstract

With the increase in competition between companies, the importance of the blue ocean strategy appears as a modern way that helps companies achieve their goals, survive and continue in the market, and escape from the (red ocean) full of competition and go to the calm (blue ocean) free of competition. The study aimed to know the role of applying the blue ocean strategy on product marketing. Two companies (carpets and furnishings) were selected as a study population. The number of the study sample was (125) including department managers and employees. The researcher(used the analytical descriptive approach in collecting data and information (questionnaire). The spss program and a set of statistical methods (arithmetic mean, standard deviation, coefficient of variation, Pearson correlation coefficient, linear regression coefficient, Vachronbach test, Bartlett test) were used, The study reached a set of results, the most

prominent of which was the existence of an influence relationship between the first variable (blue ocean strategy) and the dependent variable (marketing), as well as the existence of a correlation between the dimensions of the blue ocean strategy and marketing. (Marketing).

Keywords: blue ocean strategy, marketing, innovation, increase, decrease, exclusion.

مقدمة

1.1

تشهد اليوم الأسواق، سواء كانت عالمية، أو محلية منافسة شديدة، فيما بينها في مختلف القطاعات سواء الصناعية، أو الخدمية، وتسعى لتحقيق التميز والتفوق على المنافسين، واكتساب حصة سوقية كبيرة، وهذا ما يسمى ب(المحيط الأحمر)، ولأن المنافسة هي مشكلة العصر الحالي، وربما تبحث معظم الشركات عن استراتيجيات جديدة بطريقة مبتكرة بعيدة عن النمط التقليدي، لكي تتمكن من البقاء في السوق، في العام(2005 م) نُشر كتاب من تأليف وتشان كيم(Chan Kim)، ورينيه ماورغن(Renee Mauborgne)، بعنوان استراتيجيه مُحيط الأزرق، ويعني الهروب من المحيط الأحمر المليء بالمنافسة الدموية، واللجوء إلى المحيط الهادي الأزرق الخالي من المنافسة القوية، مما يؤدي بالشركة إلى النجاح والتطور، وكسر قيود السوق الحالية، من خلال خلق طلب جديد وتبني أفكار جديدة، وبالتالي اغتنام الفرص، وتقليل مخاطر المنافسة أمام الشركات، وأن هذه الاستراتيجية من أحدث الاستراتيجيات، التي تم اكتشافها وتطبيقها من قبل الشركات، التي تسعى إلى التجديد والتغيير، وهي فرصة جديدة لم يتم اكتشافها، ولم تدخل السوق التنافسي، لذلك فإن استراتيجية المحيط الأزرق في التسويق، هي سياسة مفاجئة وهجومية للسوق، حيث أنها تغير العادات السائدة لدى الزبون، من خلال تقديم قيمة جديدة للمنتج، تساعد الشركة على تحقيق أهدافها، وهي البقاء، والنمو، والاستمرارية، والأرباح.

1.2. أسباب اختيار الموضوع:

في هذا البحث، قمنا بدراسة العلاقة بين استراتيجية المحيط الأزرق ودورها في تسويق المنتجات، وعرف كل من(Renee Mauborgne، Kim Chan)، استراتيجية المحيط الأزرق بأنها كلُّ الصناعات التي لا وجود لها اليوم، حيث أن مساحة سوق غير معروفة، التي لم يتم اكتشافها بعد، أو التي لم يتم الوصول إليها المنافسون، وبالتالي المنافسة ليست مشكلة، لأن قواعد لعبة منافسة لم يتم وضعها بعد.

ان موضوع استراتيجية المحيط الأزرق والتسويق من الموضوعات المهمة التي يجب معرفتها وتطبيقها خاصة في الشركات الصناعية(المنتجة)، لتحقيق النجاح والتميز في أدائها، والتغلب على المنافسة الشديدة، التي تحدث في السوق، والتميز، والبقاء فيه،

وبناءً على ما تقدم، سوف نقدم الإشكالية التي دفعتنا للقيام بهذا البحث، ومن ثم نستعرض الدراسات السابقة(باللغة العربية) و(اللغة الأجنبية)، التي تمحورت حول الفكرة الرئيسية للبحث وهي(دور تطبيق استراتيجية محيط الأزرق على تسويق المنتجات)، لننتقل بعدها الى التعريف بالفائدة العلمية، والأدبيات التي بنينا على أساسها منهجنا العلمي، وصولاً إلى الفصول التي تضمنتها الدراسة.

1.3. أهميه البحث:

تكون أهميه الموضوع من خلال تسليط الضوء على استراتيجية المحيط الأزرق بوصفه مدخلا جديدا، يمكن للشركات، اعتماده في مواجهة الصعوبات والتحديات، ومواكبة تطورات والتغيرات التي تحصل في البيئة، مثل منافسة شديدة، وصولا لتحقيق الهدف، وكذلك تفسير العلاقة بين الموضوعين المهمين وهما استراتيجية المحيط الأزرق، والتسويق.

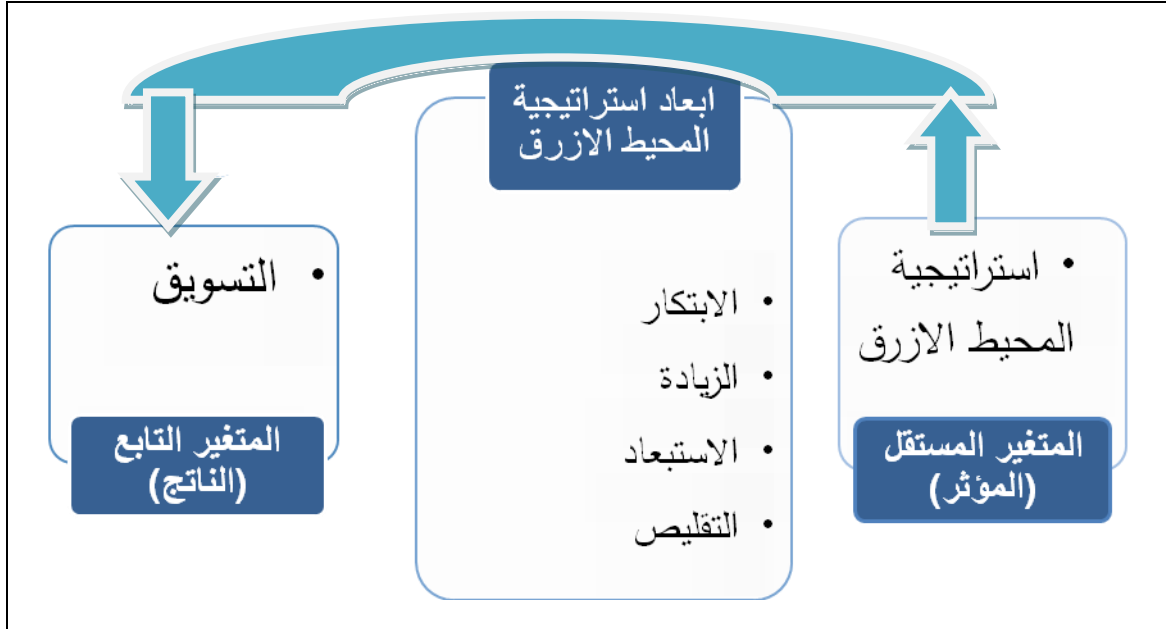
1.4. إشكالية البحث:

ان مع ازدياد حدة المنافسة الشرسة، بين الصناعات وحاجة الزبائن، يجب على الشركات أن تترك المسار الذي يسود باللون الأحمر، وتتجه نحو الصفاء والهدوء، لتبني استراتيجية محيط أزرق، الذي يعتبر قارب نجاة للشركة، لمواجهة التحديات والصعوبات، للوصول إلى الهدف، ومن السؤال الرئيسي (ما الدور الذي يؤديه تطبيق استراتيجية المحيط الأزرق على تسويق المنتجات)، يمكن صياغة الأسئلة الفرعية الآتية:

- هل توجد علاقة بين استراتيجية المحيط الأزرق وتسويق المنتجات؟
- ما مدى تطبيق استراتيجيه المحيط الأزرق، وأبعادها (الابتكار، الزيادة، الاستبعاد، التقليل) في تسويق المنتجات للشركة؟
- هل تمتلك الشركة تصور (رؤيا)، عن استراتيجية المحيط الأزرق؟

1.5. انموذج البحث:

في ضوء مسألة الدراسة، قمنا بوضع نموذجا عاما، يوضح فيه المتغيرين المستقل والتابع على النحو الاتي



الشكل رقم (1): انموذج البحث

1.6. فرضيات البحث:

الفرضية الرئيسية الأولى: "هناك علاقة ذات دلالة احصائية بين استراتيجية محيط الأزرق والتسويق. وتنبثق منه الفرضيات الفرعية الآتية:

- الفرضية الأولى:

هناك ارتباط ذو دلالة احصائية بين بعد الابتكار والتسويق.

- الفرضية الثانية:

هناك ارتباط ذو دلالة احصائية بين الزيادة والتسويق.

- الفرضية الثالثة:

هناك ارتباط ذو دلالة احصائية بين بعد الاستبعاد والتسويق.

- الفرضية الرابعة:

هناك ارتباط ذو دلالة احصائية بين بعد التقليص والتسويق.

الفرضية الرئيسية الثانية: هنالك تأثير ذو دلالة احصائية بين استراتيجية المحيط الأزرق والتسويق. وتنبثق منه الفرضيات الفرعية الآتية:

- الفرضية الأولى: هنالك تأثير ذو دلالة احصائية بين بعد الابتكار والتسويق.

- الفرضية الثانية: هنالك تأثير ذو دلالة احصائية بين بعد الزيادة والتسويق.

- الفرضية الثالثة: هنالك تأثير ذو دلالة احصائية بين بعد الاستبعاد والتسويق.

- الفرضية الرابعة: هنالك تأثير ذو دلالة احصائية بين بعد التقليص والتسويق.

1.7. أهداف البحث:

إن الهدف الأساسي من هذه الدراسة هو التعرف على

- الدور الذي يؤديه تطبيق استراتيجيته المحيط الأزرق، على تسويق المنتجات.

- معرفة مفهوم استراتيجيته المحيط الأزرق، وأبعادها الأربعة (الابتكار، الزيادة، التقليص، الاستبعاد).

- مدى اهتمام شركات بالاستراتيجيات الإدارية الحديثة، لتحقيق أهدافها في ظل المنافسة، والتغيرات التي تحصل في السوق.

- زيادة المعرفة لدى المدراء، والعاملين في الشركة، عن مفهوم استراتيجية المحيط الأزرق.

- تحليل العلاقة بين استراتيجية المحيط الأزرق والتسويق.

1.8. منهجية البحث:

لقد اعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي التحليلي، إذ يقوم هذا المنهج على التركيز على المراجع المتاحة، حول موضوع الدراسة، وكذلك الدراسات، وسوف نعتمد في دراستنا على أسلوب البحث الكمي (الاستبانة)، في جمع وتحليل البيانات.

1.9. أدوات البحث:

سوف نستخدم في دراستنا*أداة* وهي(الاستبانة)، وتعرف الاستبانة على أنها" نموذج يتضمن مجموعة من الأسئلة، التي يتم توجيهها للأفراد، من أجل الحصول على بيانات ومعلومات معينة).

1.10. حدود البحث:

- الحدود الموضوعية: تتحدد في دراسة دور تطبيق استراتيجيه المحيط الأزرق في تسويق المنتجات.
- الحدود الزمانية: سوف يتم تطبيق هذه الدراسة بين عام(2022-2023).
- الحدود البشرية: سوف تكون عينة الدراسة مكونة من المدراء والموظفين، في شركات السجاد والمفروشات.

1.11. مجتمع وعينة الدراسة

جدول رقم 1: مجتمع وعينه الدراسة

المجتمع	حجم العينة المختارة	الاستثمارات المستردة والصالحة	نسبة الاستجابة
الشركة العراقية للسجاد والمفروشات	55	50	90.9%
الشركة العامة لصناعه النسيج والجلود/ السجاد والمفروشات	80	75	93.75%
المجموع الكلي	135	125	92.5%

يتبين من الجدول أعلاه أن عدد الاستبانة الموزعة على العينات من (الشركة العراقية للسجاد والمفروشات) بلغت (55)، وبنسبه مُستردة سليمة، بلغت (90.9%). وكان عدد الاستبانة الموزعة على العينات من(الشركة العامة لصناعة نسيج والجلود/ السجاد والمفروشات) بلغت (80)، وبنسبه مُستردة سليمة بلغت (93.75%) وبذلك كان العدد المسترد من الاستبانة (125) استبانة، وبنسبه استرداد اجمالي للاستثمارات السليمة (92.5%) من إجمالي الإستثمارات موزعه، وهو يُشير إلى نسبه مؤهله لإجراء الأختبارات الإحصائية اللازمه.

تم إهمال (10)، استثمارات للسبب الآتي:

- عدم وصول ردود (7) استمارة.
- استبعاد (3) استمارة، للنقص في الاجابة على الأسئلة.
- النوع الاجتماعي من الجدول التالي المتضمن أفراد العينة، بلغت أعلى نسبه (52%)، من الذكور و (48%) من الاناث، وبذلك تكون النسب متقاربة، وليس هنالك فرق كبير ما بين الإناث والذكور، الذين أجابوا على هذا الاستبيان.

جدول رقم 2: النوع الاجتماعي

النوع الاجتماعي	التكرارات	نسبه مئويه
ذكر	65	52%

48%	60	أنثى
100%	125	[Total]

المؤهل العلمي من

الجدول (8) يتضح ان الأستبانة وزعت بين أفراد العينة، الذين لديهم مؤهل علمي (بكالوريوس)، بنسبه (40.80%) والمتمثلة أعلى نسبة مُشاركه، ثم تليها فئة المؤهل العلمي (إعدادية)، بنسبه (40.00%)

ثم فئة المؤهل العلمي (دبلوم)، بنسبة مشاركة (12.80%) والفئة ذات المؤهل العلمي (ماجستير)، بنسبة (4.80%) وأخيرا الفئة ذات المؤهل العلمي (دكتوراه) بنسبة مشاركة (1.60%). وان هذه النسب تشير بأن الأغلبية الكُبرى ذو مؤهل علمي جيد، والذي يؤهلهم لإبداء الرأي.

جدول رقم 2: مؤهل علمي

مؤهل علمي	حجم العينة	نسبة
إعداديه	50	40.00%
بكالوريوس	51	40.80%
دبلوم	16	12.80%
ماجستير	6	4.80%
دكتوراه	2	1.60%
المجموع	125	100%

خصائص عينة الدراسة من حيث عدد سنوات خدمته من الجدول أدناه يتضح ان أستمارات الأستبانة، وزعت بين أفراد العينة، وكانت أعلى نسبة مُشاركه من الذين تتراوح خدمتهم بين (من 5 الى اقل من 10)، ويشكل نسبة (35.20%) من العينة، وتليه الأفراد من ذوي (اكثر من 20) بنسبة (21.60%)، ثم الأفراد من ذوي الفئة (من 10 الى اقل من 15)، وبنسبة (19.20%) ثم الأفراد من ذوي الفئة (اقل من 5 سنوات)، بنسبة (16%) واخيراً الأفراد من ذوي الفئة (من 15 الى اقل من 20)، بنسبة (8%)، وهو يُشير للأرتفاع في مستوى خبرة أفراد العينة بشكل عام، وان هذه الخبرة تُمكنهم من إعطاء إجابة، تتصف بالدقة، ويُمكن الأعتماذ عليها.

جدول رقم 3: عدد سنوات خدمته

عدد سنوات خدمته	حجم عينة	نسبة العينة
أقل من 5 سنوات	20	16.00%
من 5 الى اقل من 10	44	35.20%
من 10 الى اقل من 15	24	19.20%
من 15 الى اقل من 20	10	8.00%
أكثر من 20	27	21.60%

المجموع	125	%100
---------	-----	------

العنوان الوظيفي

الجدول أدناه يوضح نتائج عينة الدراسة حسب العنوان الوظيفي للمستجيبين، وكالاتي ان الاستبانة وزعت بين أفراد العينة، الذين لديهم العنوان الوظيفي (مدير)، بنسبة بلغت (8%). و يليه أفراد العينة من ذوي العنوان الوظيفي (معاون مدير)، بنسبة بلغت (10%). ثم أفراد العينة في من ذوي العنوان الوظيفي (رئيس قسم)، بنسبة بلغت (14%) وأخيرا أفراد العينة في من ذوي العنوان الوظيفي (موظف) بنسبة بلغت (68%)، وأن هذه النتائج تبين بأن أفراد العينة من ذوي الأختصاص.

جدول رقم 3: العنوان الوظيفي

العنوان الوظيفي	حجم العينة المدروسة	النسبة
مدير	10	8%
معاون مدير	13	10%
رئيس قسم	17	14%
موظف	85	68%
المجموع الكلي	125	100%

1.12. ثبات الاستبانة ويتبين من الجدول أدناه ان قيم ألفا كرونباخ جميعها أكبر من (0.60)، وبعضها أكبر من 0.9 وهذا يدل على إستقرار مقياس وثباته وعدم تناقضه، مع نفسه وسيغطي نتائج نفسها بإحتمال مساوٍ لقيمة المعامل إذا أعيد تطبيقه على العينة نفسها. وتجدر الإشارة إنه تم اختبار كل فقرة من فقرات المحور الواحد، والمحاوور ككل، وهذا يعني أن الفقرات التي تضمنتها الاستبانة، جمعياً مهمة لدراسة موضوع (دور إستراتيجيه محيط الأزرق في تسويق منتجات)، إما صدق الأستبيان، فيمكن إيجاده ومن أخذ الجذر التربيعي لقيمة معامل ألفا كرونباخ، فكان قيمه صدق الأستبانة (0.954) وكما موضح في الشكل (14)

جدول رقم 4: قيم معامل ألفا كرونباخ

المتغيرات الرئيسية	المتغيرات الفرعية	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
استراتيجية المحيط الأزرق	الابتكار	5	0.703
	الزيادة	5	0.643
	الاستبعاد	5	0.695
	التقليص	5	0.762
	المجموع	20	0.871

0.844	12	التسويق	التسويق
0.912	32	الاستبانة ككل	

1.13. عرض وتحليل البيانات للعينه

- وصف متغيرات الدراسة وفق خصائص العينة المدروسة تأسيساً على ضرورة دراسته متغيرات الدراسة، وإجابات مجتمع الدراسة، والخصائص (المؤهل العلمي، العمر، عدد سنوات خدمة، العنوان وظيفي) لأفراد العينة. لذلك فقد تم تناول المتغيرات، ومؤشرات أفراد العينة العلمية والعملية، كالآتي

- وصف متغيرات الدراسة حسب الجنس الجدول أدناه يوضح فيه درجة اتفاق أفراد العينة حسب الجنس، كانت أعلى نسبة في درجة الاتفاق، وبدلالة الوسط الحسابي للعينة من (الإناث)، بوسط حسابي (4.24)، وانحراف معياري (0.701)، ثم للعينة من (الذكور)، بوسط حسابي (4.17)، وانحراف معياري (0.662)، وتبين الأوساط الحسابية نتائج آراء عينه الدراسة، كانت ضمن الاتفاق في مضمون الفقرات، التي تضمنتها الإستبانة.

جدول رقم 5: وصف متغيرات الدراسة حسب جنس

انثى		ذكر		المتغيرات
الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المتغير الرئيس
0.711	4.20	0.653	4.14	استراتيجية المحيط الأزرق
0.691	4.28	0.671	4.20	التسويق
0.701	4.24	0.662	4.17	متوسط المتوسطات

وصف متغيرات الدراسة

حسب المؤهل العلمي الجدول أدناه يوضح درجة اتفاق أفراد العينة حسب المؤهل العلمي، وكانت أعلى نسبة في درجة الاتفاق وبدلالة الوسط الحسابي للمؤهل العلمي (ماجستير)، بوسط حسابي (4.34)، وانحراف معياري (0.83)، وللمؤهل العلمي (بكالوريوس)، بوسط حسابي (4.31)، وانحراف معياري (0.65)، وللمؤهل العلمي (دكتوراه)، بوسط حسابي (4.27)، وانحراف معياري (0.70)، وللمؤهل العلمي (دبلوم)، بوسط حسابي (4.105)، وانحراف معياري (0.65)، وأخيراً للمؤهل العلمي (إعدادية)، بوسط حسابي (3.93)، وانحراف معياري (0.85)، وتبين الأوساط الحسابية نتائج آراء العينات كانت ضمن الاتفاق في مضمون الفقرات، التي تضمنتها الإستبانة.

جدول رقم 6: وصف متغيرات الدراسة حسب المؤهل العلمي

دكتوراه		ماجستير		بكالوريوس		دبلوم		اعدادية		المتغيرات نوع المجتمع
الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المتغير الرئيس
0.75	4.18	0.66	4.66	0.66	4.25	0.43	4.43	0.79	4.10	استراتيجية المحيط

										الأزرق
0.65	4.36	0.99	4.01	0.64	4.36	0.87	3.78	0.91	3.76	التسويق
0.70	4.27	0.83	4.34	0.65	4.31	0.65	4.105	0.85	3.93	متوسط المتوسطات

وصف متغيرات

الدراسة حسب عدد سنوات خدمه الجدول أدناه يوضح درجة اتفاق أفراد العينه حسب سنوات خدمه، حيث كانت أعلى نسبة في درجة الاتفاق، وبدلالة الوسط الحسابي لفته (من 10 الى أقل من 15)، بوسط حسابي (4.2) وبانحراف معياري (0.497)، ثم لفته (من 15 الى أقل من 20)، بوسط حسابي (4.15) وانحراف معياري (0.739)، ثم لفته (من 5 الى أقل من 10)، بوسط حسابي (4.10) وانحراف معياري (0.625)، ثم لفته (أقل من 5)، بوسط حسابي (4.03)، وبانحراف معياري (0.547)، وأخيراً لفته (أكثر من 20)، بوسط حسابي (3.96) وبانحراف معياري (0.776). وتبين الأوساط الحسابيه نتائج آراء العينات، وكانت ضمن الإتفاق في مضمون الفقرات، التي تضمنتها الإستبانة.

جدول رقم 7: وصف متغيرات الدراسة حسب سنوات خدمه

المتغيرات نوع المجتمع		اقل من 5		من 5 الى اقل من 10		من 10 الى اقل من 15		من 15 الى اقل من 20		اكثر من 20	
المتغير الرئيس		الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
استراتيجية المحيط الأزرق		4.02	0.558	4.07	0.631	4.16	0.467	4.12	0.743	3.8	0.804
التسويق		4.04	0.537	4.12	0.618	4.23	0.527	4.17	0.735	4.12	0.747
متوسط المتوسطات		4.03	0.547	4.10	0.625	4.20	0.497	4.15	0.739	3.96	0.776

وصف متغيرات

الدراسة حسب عنوان وظيفي الجدول أدناه يوضح درجة اتفاق أفراد العينه حسب العنوان الوظيفي، وكانت أعلى نسبة في درجة الاتفاق، وبدلالة الوسط الحسابي لفته من ذوي العنوان الوظيفي (موظف)، بوسط حسابي (4.43)، وانحراف معياري (0.844)، ثم لفته من ذوي المسمى الوظيفي (رئيس قسم)، بوسط حسابي (4.40) وانحراف معياري (0.865)، ثم لفته من ذوي المسمى الوظيفي (معاون مدير)، بوسط حسابي (4.20) وانحراف معياري (0.820)، وأخيراً لفته من ذوي المسمى الوظيفي (مدير)، بوسط حسابي (4.02) وانحراف معياري (0.790)، وتبين الأوساط الحسابيه نتائج آراء العينات، وكانت ضمن الإتفاق في مضمون الفقرات، التي تضمنتها الإستبانة.

جدول رقم 8: وصف متغيرات الدراسة حسب العنوان وظيفي

متغيرات نوع المجتمع	مدير	معاون مدير	رئيس قسم	موظف
------------------------	------	------------	----------	------

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المتغير الرئيس
0.796	4.75	0.786	4.34	0.763	4.52	0.739	4.19	استراتيجية المحيط الأزرق
0.891	4.1	0.944	4.45	0.877	3.87	0.841	3.85	التسويق
0.844	4.43	0.865	4.40	0.820	4.20	0.790	4.02	متوسط المتوسطات

1.14. عرض وتحليل المتوسطات لعينه الدراسة

البعد الأول - الابتكار يُبين الجدول أدناه الأوساط الحسابية، والانحراف المعياري، ومعامل الاختلاف، المتعلقه بإجابات أفراد العينة، للبعد الأول (الابتكار).

جدول رقم 9: نتائج التحليل الإحصائي لبعده الابتكار

ت	الأسئلة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف
1	تعمل الشركة على تطبيق مبدأ الابتكار في عملها	4.12	0.758	18.39%
2	تعمل الشركة على توليد (إنشاء) بيئة ابتكاره لتشجيع العاملين على أداء عملهم	4.06	0.722	17.80%
3	تمتلك الشركة القدرة على تحويل الأفكار الإبداعية إلى منتجات	4.03	0.792	19.65%
4	تسعى الشركة إلى استحداث قسم لإدارة الابتكار والإبداع	3.95	0.802	20.29%
5	تنسجم بيئة العمل في الشركة بالابتكار والتجديد وباستمرار	3.94	0.948	24.09%
	بُعد الابتكار	4.02	0.546	13.59%

- وكانت النتائج بين أعلى مستوى إجابته الذي حققها السؤال الأول (تعمل الشركة على تطبيق مبدأ الابتكار في عملها)، وبلغت قيمه الوسط له (4.12)، وبانحراف معياري (0.758) ومعامل اختلاف (18.39%) الذي يعكس مقدار التشتت في إجابات العينة، والدور المهم للشركة، في تطبيق مبدأ الابتكار في عملها.
- في حين كانت أدنى قيمه للوسط الحسابي للسؤال الخامس (تنسجم بيئة العمل في الشركة بالابتكار والتجديد وباستمرار) وبلغت قيمة الوسط الحسابي (3.94)، وبانحراف معياري (0.948) ومعامل اختلاف (24.09%). مما يعكس درجة اختلاف العينات، في تمتع بيئة العمل في الشركة بالابتكار والتجديد وباستمرار.
- اتفق أفراد العينة في السؤال الثاني (تعمل الشركة على توليد (إنشاء) بيئة ابتكاره لتشجيع العاملين على أداء عملهم)، بوسط حسابي (4.06) وبانحراف معياري (0.722)، ومعامل اختلاف (17.80%)، الذي يبين أهمية ودور شركة، في توليد (إنشاء) بيئة ابتكاره لتشجيع العاملين، على أداء عملهم.

- وكذلك نلاحظ أفاقاً أفراد العينه في السؤال الثالث (تمتلك الشركة القدرة على تحويل الأفكار الإبداعية الى منتجات)، بمتوسط حسابي (4.03) وبانحراف معياري (0.792)، وبمعامل اختلاف (19.65%)، والذي يبين أهميه امتلاك شركة القدرة على تحويل الأفكار الإبداعية الى منتجات.
- وكذلك نلاحظ من إجابات العينه أفاقهم في السؤال الرابع (تسعى الشركة الى استحداث قسم لإدارة الابتكار والإبداع) بمتوسط حسابي (3.95)، وبانحراف معياري (0.802)، وبمعامل اختلاف (20.29%)، والذي يبين الدور المهم في استحداث قسم لإدارة الابتكار والإبداع في شركه.

ومما سبق، ووفق إجابات العينه للبعد الأول (الابتكار) يبين أفاقهم في مضمون البعد حيث تشير بأن الفقرة ذات تأثير، ودلالة إحصائية جيدة، وبدلاله الوسط الحسابي البالغ (4.02)، وبانحراف معياري (0.546)، وبمعامل اختلاف (13.59%) كما موضح في الشكل (15). الذي يعكس أهميه تطبيق مبدأ الابتكار في عملها وإنشاء بيئه ابتكاره لتشجيع العاملين على أداء عملهم.

البعد الثاني - الزيادة: تم التعبير عن هذا بعد بخمسه (أسئلته). ويبن الجدول (19) الأوساط الحسابيه، والانحراف المعياري، ومعامل الاختلاف، المتعلقه بإجابات العينه، للبعد ثاني (الزيادة).

جدول رقم 10: نتائج التحليل الإحصائي للبعد الزيادة

ت	الأسئلة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف
1	تحرص الشركه بالتركيز على جوده المنتجات بأستمرار لكسب رضا زبائنها وزياده أرباحها	4.13	0.783	18.96%
2	تعمل الشركة على زيادة مبيعاتها من خلال فتح فروع جديدة	4.12	0.829	20.12%
3	تعمل الشركة على إدخال وسائل جديدة في المنتجات لتحسين الجودة	4.09	0.803	19.65%
4	تعتمد الشركة على أساليب تقنية حديثة لتقديم منتجات جديدة ذات جودة عالية	3.98	0.808	20.32%
5	تتميز الشركة عن منافسها بقدرتها على إضافة إجراءات وأساليب تسهم في رفع مبيعاتها	4.06	0.780	19.20%
	بعد الزيادة	4.08	0.514	12.62%

- وكانت النتائج والتي حققها السؤال الأول (تحرص شركه بالتركيز على جوده المنتجات بأستمرار لكسب رضا زبائنها وزياده أرباحها)، وبلغت قيمة الوسط له (4.13)، وانحراف معياري (0.783)، ومعامل اختلاف (18.96%)، الذي يعكس مقدار التشتت في إجابات أفراد العينه، والدور المهم في حرص الشركه بالتركيز على جوده المنتجات بأستمرار لكسب رضا زبائنها وزياده أرباحها.

- في حين كانت أدنى قيمه للوسط الحسابي، للسؤال الرابع (تعتمد الشركة على أساليب تقنيه حديثه لتقديم منتجات جديدة ذات جودة عالية) حيث بلغت قيمه الوسط الحسابي (3.98)، وانحراف معياري

(0.808)، ومعامل أختلاف (20.32%)، مما يعكس درجة أختلاف أفراد العينة في السؤال، وذلك في اعتماد على الأساليب تقنيه الحديثه، لتقديم منتجات جديدة ذات جودة عالية في الشركه.

اتفق أفراد العينة

في السؤال الثاني، (تعمل الشركة على زيادة مبيعاتها من خلال فتح فروع جديدة)، بوسط حسابي (4.12)، وبإنحراف معياري (0.829)، ومعامل أختلاف (21.12%)، والذي يبين أهميه العمل على زيادة مبيعاتها من خلال فتح فروع جديدة.

ونلاحظ من

إجابات أفراد العينة، اتفاهم في السؤال الثالث (تعمل الشركة على إدخال وسائل جديدة في المنتجات لتحسين الجودة)، بمتوسط حسابي (4.09)، وأنحراف معياري (0.803)، وبمعامل أختلاف (19.65%)، والذي يبين الدور المهم في إدخال وسائل جديدة في المنتجات لتحسين الجودة للشركة.

كما نلاحظ من

إجابات أفراد العينة اتفاهم في السؤال الخامس (تميز الشركه عن منافسها بقدرتها على إضافة إجراءات وأساليب تسهم في رفع مبيعاتها) بمتوسط حسابي (4.06)، وبإنحراف معياري (0.780)، ومعامل أختلاف (19.20%)، الذي يبين الدور المهم في إضافة إجراءات وأساليب لتميز الشركة عن منافسها وتسهم في رفع مبيعاتها.

مما سبق يتبين بأن أفراد العينة، ووفق إجاباتهم للبعد الثاني (الزيادة) اتفاهم وبدرجه كبيرة حيث تشير بأن فقره ذات تأثير و دلالة إحصائية جيدة، وبدلاله الوسط الحسابي البالغ (4.08)، وبإنحراف معياري (0.514)، ومعامل أختلاف (12.62%)، كما في شكل (16) الذي يعكس حرص الشركة بالتركيز على جوده المنتجات بإستمرار لكسب رضا زبائنها وزيادة أرباحها وإضافة إجراءات وأساليب تسهم في رفع مبيعاتها و إدخال وسائل جديدة في المنتجات لتحسين الجودة.

البعد الثالث - الاستبعاد: تم التعبير عن هذا البعد ب خمسة (أسئله). ويبين الجدول أدناه الأوساط الحسابيه، والأنحراف المعيارى، ومعامل الأختلاف، المتعلقه بإجابات العينة، للبعد ثالث (الاستبعاد).

جدول رقم 10: نتائج التحليل الإحصائي لبعده الاستبعاد

ت	الأسئلة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف
1	تقوم الشركة باستبعاد بعض المكائن والمعدات والأنظمة الإنتاجية غير الضرورية والتخلص منها	4.01	0.828	20.66%
2	تُحاول الشركة استبعاد الأنشطة التسويقيه والتشغيليه ذات التكلفة العاليه	3.98	0.837	21.06%
3	تستبعد الشركة الإجراءات والتعقيدات الروتينية للعمليات الإنتاجيه حتى إثناء تقديم المنتج للزبائن	4.11	0.863	21.00%
4	تعمل الشركة على استبعاد رجال التسويق او مندوبي البيع الفائضين عن	4.24	0.884	20.84%

الحاجة			
5	تحقق الشركة تفوق تنافسي عبر استبعاد العمليات الإنتاجية غير الضرورية لتحقيق الكفاءة والفاعلية للمنتج المقدم	4.09	1.032
	بُعد الاستبعاد	4.08	0.599

كانت النتائج والذي حققها السؤال الرابع (تعمل شركة على استبعاد رجال تسويق او مندوبي البيع الفائضين عن الحاجة) وبلغت قيمه الوسط له (4.24)، وبانحراف معياري بين الإجابات (0.884)، وبمعامل اختلاف (20.84%)، الذي يعكس مقدار التشتت في إجابات أفراد العينة والدور المهم لاستبعاد رجال التسويق او مندوبي البيع الفائضين عن الحاجة في الشركة.

وكانت أدنى قيمه للوسط الحسابي، للسؤال الثاني (تحاول الشركة استبعاد الأنشطة التسويقيه والتشغيليه ذات التكلفة العاليه)، فبلغت قيمه الوسط الحسابي (3.98) بانحراف معياري (0.837)، وبمعامل اختلاف (21.06%)، مما يعكس درجه اختلاف أفراد العينه في محاولة الشركة استبعاد الأنشطة التسويقيه والتشغيليه ذات التكلفة العاليه.

أتفق أفراد العينه في السؤال الأول (تقوم الشركة باستبعاد بعض المكائن والمعدات والأنظمة الإنتاجية غير الضرورية والتخلص منها)، بوسط حسابي (4.01) وبانحراف معياري (0.828)، وبمعامل اختلاف (20.66%)، الذي يبين أهميه استبعاد بعض المكائن والمعدات والأنظمة الإنتاجية غير الضرورية والتخلص منها.

ونلاحظ من إجابات أفراد العينه اتفاهم في السؤال الثالث، (تستبعد الشركة الإجراءات والتعقيديات الروتينية للعمليات الإنتاجية حتى إثناء تقديم المنتج للزبائن) ضمن درجه الخصائص الثانويه للتسويق بمتوسط حسابي (4.11)، وأنحراف معياري (0.863)، ومعامل اختلاف (21.00%)، والذي يبين أهميه تحقيق استبعاد الإجراءات والتعقيديات الروتينية للعمليات الإنتاجية حتى إثناء تقديم المنتج للزبائن.

ويلاحظ من إجابات أفراد العينة اتفاهم في السؤال الخامس (تحقق الشركة تفوق تنافسي عبر استبعاد العمليات الإنتاجية غير الضرورية لتحقيق الكفاءة والفاعلية للمنتج المقدم) بمتوسط حسابي (4.09)، وأنحراف معياري (1.032)، ومعامل اختلاف (25.24%)، والذي يبين أهميه استبعاد العمليات الإنتاجية غير الضرورية لتحقيق الكفاءة والفاعلية للمنتج المقدم لما يحقق للشركة من تفوق تنافسي. ومما سبق تبين أفراد العينة، ووفق إجاباتهم لبعُد (الاستبعاد) حيث تشير بأن فقره ذات تأثير ودلاله إحصائيه جوده وبدلاله الوسط الحسابي البالغ (4.08)، وبانحراف معياري (0.599)، وبمعامل اختلاف (14.65%)، الذي يبين أهميه استبعاد الأنشطة التسويقيه والتشغيليه ذات التكلفة العاليه و

الإجراءات والتعقيدات الروتينية للعمليات الإنتاجية حتى إنشاء تقديم المنتج للزبائن مما يحقق للشركة تفوق التنافسي وكما مبين في الشكل (17)

البعد الرابع - التقليل: تم التعبير عن هذا البعد ب خمسة (أسئلة). الجدول أدناه يبين الأوساط الحسابية، والانحراف المعياري، ومعامل الاختلاف، المتعلقة بإجابات العينة، فيما يخص البعد الرابع (التقليل).

جدول رقم 11: نتائج التحليل الإحصائي لبعد التقليل

ت	الأسئلة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف
1	تعمل الشركة باستمرار على تلافي الأخطاء بما يعزز من تحسين جوده منتجاتها	4.21	0.733	17.42%
2	تمتلك الشركة خطط معينة لتقليل الكلفة من خلال تقليل التكاليف غير الضرورية	3.96	0.766	19.35%
3	تخفيض حجم التكلفة وزيادة الأرباح يعتمد على تقليل الهدر والضياع في مستلزمات الإنتاج والوقت المخصص لإنجازها	4.04	0.756	18.70%
4	يعتمد كسب ثقة الزبون على التخلص من المنتجات ذات الجودة الرديئة (الضعيفة)	3.90	0.954	24.44%
5	تسعى الشركة الى تقليل المنتجات غير الضرورية التي تقدمها للزبون	4.11	0.721	17.53%
	بُعد التقليل	4.04	0.566	13.98%

كانت النتائج التي

حققتها السؤال الأول وهي اعلى مستوى اجابة (تعمل الشركة باستمرار على تلافي الأخطاء بما يعزز من تحسين جوده منتجاتها) حيث بلغت قيمة الوسط له (4.21)، وانحراف معياري (0.733)، ويعامل اختلاف (17.42%)، الذي يعكس مقدار التشتت في إجابته العينة والدور المهم للشركة في الاستمرار لتلافي الأخطاء بما يعزز من تحسين جوده منتجاتها.

وكانت أدنى قيمه

للوسط الحسابي، للسؤال الرابع (يعتمد كسب ثقة الزبون على التخلص من المنتجات ذات الجودة الرديئة (الضعيفة)، حيث بلغت قيمة الوسط الحسابي (3.90)، بانحراف معياري (0.954)، وبمعامل اختلاف (24.44%)، مما يعكس درجه اختلاف أفراد العينة في أهمية كسب ثقة الزبون على التخلص من المنتجات ذات الجودة الرديئة (الضعيفة).

اتفق أفراد العينة

في السؤال الثاني، (تمتلك الشركة خطط معينة لتقليل الكلفة من خلال تقليل التكاليف غير الضرورية)، بوسط حسابي (3.96)، وبانحراف معياري (0.766)، وبمعامل اختلاف (19.35%)، الذي يبين أهميه أمتلاك الشركة خطط معينة لتقليل الكلفة من خلال تقليل التكاليف غير الضرورية.

نُلاحظ من إجابته

العينات أتفاهم في السؤال الثالث (تخفيض حجم التكلفة وزيادة الأرباح يعتمد على تقليص الهدر والضياع في مستلزمات الإنتاج والوقت المخصص لإنجازها)، بمتوسط حسابي (4.04)، وبانحراف معياري (0.756)، وبمعامل أختلاف (18.70%)، الذي يبين الدور المهم تخفيض حجم التكلفة وزيادة الأرباح، يعتمد على تقليص الهدر والضياع في مستلزمات الإنتاج والوقت المخصص لإنجازها.

ويلاحظ من إجابة

العينة، وأتفاهم في السؤال الخامس (تسعى الشركة الى تقليص منتجات غير ضرورية التي تقدمها للزبون)، بمتوسط حسابي (4.11)، وانحراف معياري (0.721)، وبمعامل أختلاف (17.53%)، الذي يبين الدور المهم في تقليص منتجات غير ضرورية التي تقدمها الشركة للزبون.

مما سبق يبين أفراد العينة، ووفق إجاباتهم للبُعد الرابع (التقليص) اتفاهم وبدرجه كبيرة، حيث تُشير بأن فقره ذات تأثير ودلاله إحصائية جيدة وبدلاله الوسط الحسابي البالغ (4.11)، وبانحراف معياري (0.721)، وبمعامل أختلاف (17.53%)، الذي يبين أهمية دور الشركة باستمرار على تلافى الأخطاء بما يُعزز من تحسین جوده منتجاتها وتخفيض حجم التكلفة وزيادة الأرباح يعتمد على تقليص الهدر والضياع في مستلزمات الإنتاج والوقت المخصص لإنجازها وتقليص المنتجات غير الضرورية التي تقدمها للزبون.

الجدول (22) يبين فيه الأوساط الحسابية، والانحراف المعياري، والنسبة المئوية للوسط الحسابي المتعلقة بإجابة أفراد العينة، للمتغير الأول (استراتيجيه محيط الأزرق). مما سبق تبين إجابة أفراد العينة، وفق إجاباتهم للمتغير الأول (استراتيجية محيط الأزرق)، أتفاهم للفقرات التي تضمنها، وتُشير الإجابات بأن (استراتيجية محيط الأزرق)، ذات تأثير ودلاله إحصائية وبدلاله الوسط الحسابي (4.17)، وبانحراف معياري (0.571)، وبمعامل إختلاف (69.13%)، وكما في شكل (19)، الذي يبين أهمية استراتيجية المحيط الأزرق، في تحقيق أفضل النتائج للشركة عن طريق تحسين العمل باستمرار في تلافى الأخطاء، بما يُعزز من تحسین جودة منتجاتها وأستبعاد الشركة للإجراءات والتعقيدات الرؤيتينيه، للعمليات الإنتاجيه حتى إثناء تقديم المنتج للزبائن ورجال التسويق، او مندوبي البيع الفاضلين عن الحاجة، وحرص الشركة بالتركيز على جوده المنتجات باستمرار لكسب رضا زبائنها وزيادة أرباحها.

جدول رقم 12: متوسط المتوسطات لأبعاد المتغير الأول (استراتيجية المحيط الأزرق)

ت	أبعاد المتغير الرئيسي الأول	متوسط المتوسطات	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف
1	الابتكار	4.02	0.546	13.59%
2	الزيادة	4.08	0.514	12.62%
3	الاستبعاد	4.08	0.599	14.65%
4	التقليص	4.04	0.566	13.98%

13.69%	0.571	4.17	متوسط المتوسطات
--------	-------	------	-----------------

وصف المتغير

الثاني (التسويق) تم التعبير عن المتغير الثاني، ب (12) سؤال تم عرضها كآلاتي
جدول رقم 13: نتائج التحليل للمتغير التسويقي

معامل الاختلاف	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الأسئلة
20.03%	0.830	4.14	1 تسعى الشركة على إدخال التقنيات والطرائق الجديدة على عناصر المزيج التسويقي (المنتج، السعر، الترويج، التوزيع) في زيادة المبيعات
16.82%	0.715	4.25	2 يوجد لدى قسم التسويق طرائق وأساليب مبتكرة وإبداعية لتسليم منتجات الشركة الخاصة بها
21.51%	0.917	4.26	3 تتبنى الشركة سياسة تقديم الأفكار الجديدة بما ينسجم مع حاجات الزبون ورغباته
21.77%	0.871	4.00	4 تقوم الشركة باستخدام استراتيجيات تسويقية تتناسب مع التغييرات الحاصلة في السوق والطلب
20.19%	0.796	3.94	5 تقوم الشركة بدراسة سلوك المستهلك والبحث عن أسواق مبتكرة جديدة لم يصلها المنافسون
18.78%	0.771	4.10	6 تنسجم جودة المنتجات المقدمة مع رسالة وأهداف الشركة المخطط لها
23.24%	0.905	3.90	7 تقوم الشركة على ابتكار طرائق وأساليب حديثة ومتطورة تساعد في إقناعها للزبون لشراء منتجات الشركة
22.15%	0.897	4.05	8 تساهم الابتكارات الجديدة في توليد (إنشاء) أسواق جديدة للشركة وكسب زبائن جدد والتفوق على منافسيها
19.71%	0.834	4.23	9 تمتلك الشركة خطط واضحة للابتكار تساهم في تحقيق أهدافها كالربحية وزيادة المبيعات
18.80%	0.797	4.24	10 ترغب الشركة في تطوير جودة منتجاتها بما يلي الحاجات والرغبات المتوقعة للزبون
20.36%	0.860	4.22	11 تركز الشركة على الحملات الترويجية والإعلان لتسويق منتجاتها
10.63%	0.433	4.08	12 تعمل الشركة على تحديد أسعار منتجاتها بما يتلاءم مع السوق ودرجة تطور (تمييز) المنتج
19.63%	0.799	4.07	المحور الثاني التسويقي

كانت النتائج بأن

أعلى مستوى إجابته حققها السؤال الثالث، (تتبنى الشركة سياسة تقديم الأفكار الجديدة بما ينسجم مع حاجات الزبون ورغباته)، وبلغت قيمه الوسط له (4.26)، والانحراف المعياري، (0.917)، ومعامل الاختلاف (21.51%)، الذي يعكس مقدار التشتت في إجابته العينه والدور المهم للشركة في تبني سياسة تقديم الأفكار الجديدة بما ينسجم مع حاجات الزبون ورغباته.

وكانت أدنى قيمه
للوَسطَ الحِسابي، للسؤال السابع (تقوم الشركة على ابتكار طرائق وأساليب حديثة ومتطورة
تساعدنا في إقناعها للزبون لشراء منتجات الشركة)، حيث بلغت قيمه الوَسطَ الحسابي (3.90)،
وأنحرافَ معياري (0.905)، ومعاملَ اَختلاف (23.24%)، الذي يعكس مقدار الدور المهم في ابتكار
طرائق وأساليب حديثة ومتطورة تساعدنا في إقناعها للزبون لشراء منتجات الشركة.

أُتفق أفراد
العينه في مضمون السؤال الأول، (تسعى الشركة على إدخال التقنيات والطرائق الجديدة على
عناصر المزيج التسويقي، (المنتج، السعر، الترويج، التوزيع) في زيادة المبيعات)، بَوسطَ حِسابي (4.14)
وأنحرافَ معياري (0.830) ومعاملَ اَختلاف (20.03%)، الذي يبين أهميه إدخال التقنيات والطرائق
الجديدة على عناصر المزيج التسويقي (المنتج، السعر، الترويج، التوزيع)، في زياده المبيعات للشركة.

كما نلاحظ من
إجابة العينه، إتفاقهم في مضمون السؤال الثاني (يوجد لدى قسم التسويق طرائق وأساليب
مبتكرة وإبداعية لتسليم منتجات الشركة الخاصة بها)، بمتوسط حسابي (4.25) وأنحرافَ معياري
(0.715)، ومعاملَ اَختلاف (16.82%)، الذي يبين أهميه توافر طرائق وأساليب مبتكرة وإبداعية لتسليم
منتجات الشركة الخاصة بها.

وكما نلاحظ من
إجابة العينه، إتفاقهم في مضمون السؤال الرابع (تقوم الشركة باستخدام استراتيجيات
تسويقية تتناسب مع التغييرات الحاصلة في السوق والطلب)، بمتوسط حسابي (4.00)، وأنحرافَ
معياري (0.871)، ومعاملَ اَختلاف (21.77%)، والذي يبين أهميه استخدام استراتيجيات تسويقية
تتناسب مع التغييرات الحاصلة في السوق والطلب.

ويلاحظ من إجابة
العينه، إتفاقهم في مضمون السؤال الخامس (تقوم الشركة بدراسة سلوك المستهلك والبحث
عن أسواق مبتكرة جديدة لم يصلها المنافسون) بمتوسط حسابي (3.94)، وأنحرافَ معياري (0.796)،
ومعاملَ اَختلاف (20.19%)، الذي يبين أهميه دراسة سلوك المستهلك والبحث عن أسواق مبتكرة
جديدة لم يصلها المنافسون.

كما ويلاحظ من
إجابات العينات، إتفاقهم في مضمون السؤال السادس (تتسجم جودة المنتجات المُقدمه مع
رسالة وأهداف الشركة المُخطط لها) بمتوسط حسابي (4.10)، وأنحرافَ معياري (0.771)، ومعاملَ
اَختلاف (18.78%)، الذي يبين أهمية انسجام جودة المنتجات المقدمة مع رسالة وأهداف الشركة
المخطط لها.

كما يلاحظ من
إجابات العينه، إتفاقهم في مضمون السؤال الثامن، (تساهم الابتكارات الجديدة في توليد

(إنشاء) أسواق جديدة للشركة وكسب زبائن جدد والتفوق على منافسها) بمتوسط حسابي (4.05)، و بانحراف معياري (0.897)، و بمعامل اختلاف (22.15%)، الذي يُبين أهمية ودور مساهمة الابتكارات الجديدة في توليد (إنشاء) أسواق جديدة للشركة وكسب زبائن جدد والتفوق على منافسها.

كما يلاحظ من -
إجابة العينة، اتفقهم في السؤال التاسع، (تمتلك الشركة خطط واضحة للابتكار تسهم في تحقيق أهدافها كالربحية وزيادة المبيعات) بمتوسط حسابي (4.23)، وانحراف معياري (0.834)، ومعامل اختلاف (19.71%)، الذي يبين اهمية امتلاك الشركة خطط واضحة للابتكار تسهم في تحقيق أهدافها كالربحية وزيادة المبيعات.

- كما يلاحظ من إجابات العينة، اتفقهم في مضمون السؤال العاشر (ترغب الشركة في تطوير جودة منتجاتها بما يلي الحاجات والرغبات المتوقعة للزبون) بمتوسط حسابي (4.24)، و بانحراف معياري (0.797)، و بمعامل اختلاف (18.80%)، والذي يبين اهمية رغبة شركة في تطوير جودة منتجاتها بما يلي الحاجات والرغبات المتوقعة للزبون.

- وتلاحظ من إجابات أفراد العينة، اتفقهم في السؤال الحادي عشر (تركز الشركة على الحملات الترويجية والإعلان لتسويق منتجاتها) بمتوسط حسابي (4.22)، وانحراف معياري (0.860)، ومعامل اختلاف (20.36%)، والذي يبين اهمية ودور شركة في تركيزها على الحملات الترويجية والإعلان لتسويق منتجاتها.

- ويلاحظ من إجابات العينة، اتفقهم في مضمون السؤال الثاني عشر (تعمل الشركة على تحديد أسعار منتجاتها بما يتلاءم مع السوق ودرجة تطور (تميز) المنتج بمتوسط حسابي (4.08)، وانحراف معياري (0.433)، و بمعامل اختلاف (10.63%) الذي يبين اهمية عمل الشركة على تحديد أسعار منتجاتها بما يتلاءم مع السوق ودرجة تطور (تميز) المنتج.

مما تقدم تبين ان أفراد العينة، ووفق إجاباتهم للمحور الثاني (التسويق)، اتفقهم وبدرجه عاليه حيث تُشير بأن فقره ذات تأثير ودلالة إحصائية جيدة وبدلاله الوسط الحسابي، البالغ (4.07)، و بانحراف معياري (0.799)، ومعامل اختلاف (19.63%)، كما في شكل (20)، الذي يبين أهمية تبني الشركة سياسة تقديم الأفكار الجديدة بما ينسجم مع حاجات الزبون ورغباته و إدخال التقنيات والطرائق الجديدة على عناصر المزيج التسويقي (المنتج، السعر، الترويج، التوزيع) في زيادة المبيعات و ابتكار طرائق وأساليب حديثة ومتطورة تساعدها في إقناعها للزبون لشراء منتجات الشركة.

- التحليل الإحصائي لقياس الارتباط
سوف يتم، إيجاد العلاقة بين كل بعد من أبعاد المتغير المستقل (استراتيجية محيط الأزرق)، مع المتغير التابع (التسويق) وفق احتساب معامل ارتباط بيرسون.

جدول رقم 14: قيم معامل ارتباط بيرسون

متغيرات	التسويق	Sig.	القرار الإحصائي
	معامل ارتباط بيرسون (r)	الدلالة المعنوية	

بُعد الابتكار	0.808**	0.000	دال معنوياً
بُعد الزيادة	**0.774	0.000	دال معنوياً
بُعد الاستبعاد	**0.799	0.000	دال معنوياً
بُعد التقليل	**0.741	0.000	دال معنوياً
استراتيجية المحيط الأزرق	**0.756	0.000	دال معنوياً

-الجدول لأعلاه بين قيمة معامل الارتباط بين بُعد (الابتكار) والمتغير الثاني (التسويق) حيث بلغت (0.808)، وهي قيمة طردية دالة معنوياً وإحصائياً عند مستوى معنوية (0.01)، وتفسر إن هُنالك اهتمام في تطبيق مبدأ الابتكار وعلى توليد (إنشاء) بيئة ابتكاره وتحويل الأفكار الإبداعية الى منتجات سيسهم ذلك إدخال التقنيات والطرائق الجديدة على عناصر المزيج التسويقي (المنتج، السعر، الترويج، التوزيع) في زيادة المبيعات، وإدخال طرائق وأساليب مبتكرة وإبداعية لتسليم منتجات الشركة الخاصة بها، وتقديم الأفكار الجديدة بما ينسجم مع حاجات الزبون ورغباته. وفق ذلك نَقبل الفرضية الفرعية الأولى " يوجد ارتباط ذو دلالة إحصائية بين بُعد الابتكار والتسويق.

- الجدول (24) بين قيمة الارتباط بين بُعد (الزيادة) والمتغير الثاني (التسويق)، حيث بلغت (0.774)، وهي قيمة طردية دالة إحصائياً ومعنوياً في مستوى معنوية (0.01)، وتفسر هذه النتيجة ان هُنالك إهتمام بالتركيز على جودة المنتجات باستمرار لكسب رضا زبائنها وزيادة أرباحها وإدخال وسائل جديدة في المنتجات لتحسين الجودة، وأساليب تقنية حديثة لتقديم منتجات جديدة ذات جودة عالية سيسهم ذلك في استخدام استراتيجيات تسويقية، تتناسب مع التغييرات الحاصلة في السوق والطلب وانسجام جودة المنتجات المقدمة مع رسالة وأهداف الشركة المخطط لها. وفق ذلك نَقبل الفرضية الفرعية الثانية " يوجد ارتباط ذو دلالة إحصائية بين بُعد الزيادة والتسويق.

- الجدول (24) بين وجود ارتباط معنوي ودالة إحصائياً في مستوى معنوية (0.01)، بين بُعد (الاستبعاد)، والمتغير الثاني (التسويق). حيث بلغت قيمة ارتباط (0.799)، وهي قيمة موجبة دالة معنوياً وإحصائياً في مستوى معنوية (0.01)، ومن خلال ذلك الارتباط كلما زاد التركيز في استبعاد بعض المكائن والمعدات والأنظمة الإنتاجية غير الضرورية والتخلص منها والأنشطة التسويقية والتشغيلية ذات التكلفة العالية واستبعاد رجال التسويق او مندوبي البيع الفائضين عن الحاجة، سيسهم ذلك في إنشاء أسواق جديدة للشركة وكسب زبائن جدد والتفوق على منافسها وامتلاك خطط واضحة للابتكار تسهم في تحقيق أهدافها كالربحية وزيادة المبيعات، وفي تطوير جودة منتجاتها بما يليبي الحاجات والرغبات المتوقعة للزبون. وفق ذلك نَقبل الفرضية الفرعية الثالثة " يوجد ارتباط ذو دلالة إحصائية بين بُعد الاستبعاد والتسويق.

- الجدول (24) بين قيمة معامل ارتباط بين بُعد (التقليل) والمتغير الثاني (التسويق) (0.741)، وهي قيمة موجبة داله إحصائياً ومعنوياً في مستوى معنوية (0.01)، هذه النتيجة تفسر إلى أن استمرار الشركة في العمل على تلافي الأخطاء، بما يُعزز من تحسين جودة منتجاتها وتقليل الكلفة من خلال تقليل التكاليف غير الضرورية، وتخفيض حجم التكلفة وزيادة الأرباح يعتمد على تقليل الهدر والضياع في مستلزمات الإنتاج والوقت المخصص لإنجازها سيسهم ذلك في تركيز الشركة على الحملات الترويجية

والإعلان لتسويق منتجاتها وتحديد أسعار منتجاتها بما يتلاءم مع السوق ودرجة تطور (تمييز) المنتج، وُفق ذلك نَقبل الفرضية الفرعية الرابعة يوجد إرتباط ذو دلالة إحصائية بين بُعد التقليل والتسويق".

- الجدول (24) يبين قيمة معامل إرتباط بيترسون بين المُتغير الأول (استراتيجيه محيط الأزرق)، والمُتغير الثاني (التسويق)، بلغت (0.756)، وهي قيمة مُوجبه دالة معنويًا وإحصائيًا في مستوى معنوية (0.01)، هذا يعني ان كلما كَانَ هُنالك إهتمام في استراتيجيه عمل تحفز الشركات على إنشاء وابتكار أسواق جديدة بناءً على نموذج خلقا لقيمة بدلاً من التنافس في الصناعات القائمة من خلال البحث عن أسواق غير مكتشفه (مناطق غير معروفة من السوق)، تمثل صناعات غير موجودة اليوم سيسهم ذلك في إنشاء أسواق جديدة للشركة وكسب زبائن جدد والتفوق على منافسها وإدخال التقنيات والطرائق الجديدة على عناصر المزيج التسويقي (المنتج، السعر، الترويج، التوزيع)، في زيادة المبيعات وعلى تحديد أسعار منتجاتها بما يتلاءم مع السوق ودرجة تطور (تمييز) المنتج. وفق ذلك نَقبل الفرضية الرئيسية الأولى "هناك علاقة إرتباط ذات دلالة إحصائية بين استراتيجيه محيط الأزرق والتسويق".

1.15. الاستنتاجات

تهدف هذه الدراسة الى معرفة دور استراتيجيه محيط الأزرق على التسويق للمنتجات، حيث يمكن القول بأن هُنالك اتجاه قوي وامتزاج من استراتيجيه المحيط الأزرق في التطور في بيئه الأعمال، وتعد استراتيجيه محيط الأزرق بمثابة نقلة نوعيه في عالم التسويق، اذ انها استراتيجيه عمل تحفز الشركات على إنشاء وابتكار أسواق جديدة، بناءً على نموذج خلق القيمة بدلاً من التنافس في الصناعات القائمة. وعلى ضوء نتائج الدراسة الحاليه، قدمت الباحثة عدداً من الاستنتاجات، ويمكن تلخيص أهمها

- أشارت نتائج الدراسة إلى أن استراتيجيه محيط الأزرق تُسهم في تحقيق أفضل النتائج للشركة من خلال أهمية تطبيق مبدأ الابتكار في عملها، وإنشاء بيئه ابتكاريه لتشجيع العاملين على أداء عملهم، و الى استحداث قسم لإدارة الابتكار والإبداع.

- أظهرت نتائج التحليل الإحصائي حرص الشركة بالتركيز على جودة المنتجات بإستمرار لكسب رضا زبائنها، وزيادة أرباحها وإضافة إجراءات وأساليب تسهم في رفع مبيعاتها، وإدخال وسائل جديدة في المنتجات لتحسين الجودة.

- أظهرت نتائج التحليل الإحصائي الى أهمية استبعاد الأنشطة التسويقية والتشغيلية ذات التكلفة العاليه، و الإجراءات والتعقيدات الروتينية للعمليات الإنتاجية حتى إثناء تقديم المنتج للزبائن، مما يحقق للشركة تفوق التنافسي.

- بينت نتائج التحليل الإحصائي في أهمية دور الشركة في تلأفي الأخطاء، بما يعزز من تحسين جوده منتجاتها، وتخفيض حجم التكلفة وزيادة الأرباح وبما يعتمد على تقليص الهدر والضياع في مستلزمات الإنتاج والوقت المخصص لإنجازها، وتقليل المنتجات غير الضرورية التي تقدمها للزبون.

- أظهرت نتائج التحليل الإحصائي أهمية تتبنى الشركة سياسة تقديم الأفكار الجديدة، بما ينسجم مع حاجات الزبون ورغباته، وإدخال التقنيات والطرائق الجديدة على عناصر المزيج التسويقي (المنتج، السعر، الترويج، التوزيع) في زيادة المبيعات، وابتكار طرائق وأساليب حديثة ومتطورة تساعد في إقناعها للزبون لشراء منتجات الشركة.

- كان بعد (بُعد الابتكار)، أبرز الأبعاد وأكثرها إرتباطاً ب المُتغير الرئيسي الثاني (التسويق)، هذه النتيجة تُشير بأن كلما كَانَ هُنالك تطبيق مبدأ الابتكار وإنشاء بيئه ابتكاريه، و تحويل الأفكار الإبداعية الى منتجات،

سيسهم ذلك في إدخال التقنيات والطرائق الجديدة على عناصر المزيج التسويقي، وإدخال طرائق وأساليب مبتكرة وإبداعية لتسليم منتجات الشركة الخاصة بها.

- تبين بأن توجد علاقة ارتباط بين أبعاد المتغير الرئيسي الأول (استراتيجية محيط الأزرق)، والمتغير الرئيسي الثاني (التسويق)، وتشير هذه النتيجة بأن كلما كان هنالك تطبيق مبدأ الابتكار واستمرار الشركة في العمل على تآلفي الأخطاء، بما يعزز من تحسين جودة منتجاتها، وتقليل الكلفة من خلال تقليل التكاليف غير الضرورية سيسهم ذلك إدخال التقنيات والطرائق الجديدة، وفي زيادة المبيعات وإدخال طرائق وأساليب مبتكرة وإبداعية، لتسليم منتجات الشركة الخاصة، وكما تم إثبات الفرضية الرئيسية الأولى، والفرضيات المنبثقة منها.

- تبين بأن توجد علاقة تأثير كما مبين في جدول (22) ذو دلالة إحصائية عند مستوى معنويته (0.01)، بين أبعاد استراتيجية محيط الأزرق، و(التسويق)، واستطاعت الأبعاد أن تفسر (97.8%) من التباين الحاصل في (التسويق)، وبذلك تم إثبات الفرضيات الفرعية المنبثقة من الفرضية الرئيسية الثانية.

- بينت النتائج في الجدول (23) والتي تدل على وجود علاقة تأثيرية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين المتغير الأول (استراتيجيه محيط الأزرق)، والمتغير التابع (التسويق)، وبالأستدلال الى قيمة (F) (163.794) أكبر من قيمتها الجدوليه والبالغه (3.071)، وهي تدل على أن النموذج معنوي وأن استراتيجيه محيط الأزرق، صالحة للتنبؤ بقيم المتغير التابع التسويق و وفق ذلك تم قبول الفرضيه الرئيسييه الثانيه "يوجد تأثير ذو دلالة معنويه بين استراتيجيه المحيط الأزرق والتسويق

- بينت النتائج في الجدول (23) بالاستدلال الى قيمة معامل الميل الحدي (β) البالغ (0.574) بأن الزيادة في (استراتيجيه محيط الأزرق)، بمقدار وحده واحده سيؤدي الى الزيادة في (التسويق)، بنسبة (57.4%).

1.16. التوصيات

انطلاقاً من النتائج التي توصلت إليها الدراسة، يمكن ان نقدم بعض التوصيات او المقترحات للشركات محل الدراسة،

- ضرورة تبني الشركات محل الدراسة، استراتيجيات حديثة في عملها كاستراتيجية المحيط الأزرق، من اجل تحقيق تميز وتفوق تنافسي، على منافسيها في السوق.
- زيادة الاهتمام باستراتيجيه المحيط الأزرق بأبعادها (الابتكار، التقليل، الزيادة، الأستبعاد)، لأنها تساعدها في التحسين من جودة المنتجات، وتقديم منتجات مبتكرة وجديدة مقارنة مع الشركات المنافسة.
- ينبغي على الشركات محل الدراسة التطوير في المنتجات، والتحسين المستمر وإضافة بعض الطراز الحديث (الموديل)، والألوان للمنتج ليتلاءم مع ذوق الزبون، ومع التطور الحاصل في السوق.
- ضرورة الاهتمام ببعده الابتكار، لما له من أهمية ودور في إنتاج منتجات وابتكارات جديدة، وكذلك خلق أسواق جديدة وخالية من المنافسة، ومما يؤدي الى خلق طلب جديد وكسب زبائن جدد، بالتالي يزيد من الحصة السوقية.

- الاهتمام ببعده الاستبعاد، أي من خلال استبعاد كل ما هو غير ضروري في العملية الإنتاجية، وكذلك استبعاد الإجراءات والتعقيدات إثناء تقديم المنتج أو الخدمة.
- التأكيد على أهمية بعد الزيادة، ودوره في التطوير والتحسين من جودة المنتج، وكذلك فتح فروع جديدة أخرى لزيادة المبيعات.
- ينبغي على الشركات محل الدراسة مواءمة التكنولوجيا، مثلاً شراء مكائن والآلات جديدة وحديثة.
- ضرورة الاهتمام بالتسويق، وزيادة الحملات الإعلانية والترويجية للمنتج المقدم.
- ينبغي على الشركات محل الدراسة استحداث قسم خاص، لإدارة الابتكار والإبداع.
- ضرورة أن تركز الشركات محل الدراسة بزيادة حصتها السوقية، باعتبارها مهمة لزيادة مكانتها بين الشركات المتنافسة.

الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالتعلق العاطفي لدى المراهق عبر مواقع التواصل الاجتماعي

د. صالح يمينة / د. فنيش حنان

جامعة باتنة 01، الجزائر/ جامعة قسنطينة 02، الجزائر

مقدمة:

تعد المراهقة من أخطر المراحل التي يمر بها الإنسان ضمن أطواره المختلفة التي تتسم بالتجدد المستمر، والترقي في معارج الصعود نحو الكمال الإنساني الرشيد، ومكمن الخطر في هذه المرحلة التي تنتقل بالإنسان من الطفولة إلى الرشد، هي التغيرات في مظاهر النمو المختلفة الجسمية والفسولوجية والعقلية والاجتماعية والانفعالية والدينية والخلقية، وما يتعرض الإنسان فيها إلى صراعات متعددة، داخلية وخارجية.

والمراهقة تختلف من فرد إلى آخر، ومن بيئة جغرافية إلى أخرى، ومن سلاله إلى أخرى، كذلك تختلف باختلاف الأنماط الحضارية التي يتربى في وسطها المراهق، فهي في المجتمع البدائي تختلف عنها في المجتمع المتحضر، وكذلك تختلف في مجتمع المدينة عنها في المجتمع الريفي، كما تختلف من المجتمع المتزمت الذي يفرض كثيراً من القيود والأغلال على نشاط المراهق، عنها في المجتمع الحر الذي يتيح للمراهق فرص العمل والنشاط، وفرص إشباع الحاجات والدوافع المختلفة (الإلهامي عبد العزيز إمام، 2013، ص. 04).

وتتأثر مرحلة المراهقة بالعديد من المؤثرات التي يعيش فيها المراهق وبالأدوات التي يستخدمها في عصره، كمواقع التواصل الاجتماعي، فبالاستخدام المتزايد لهذه المواقع يجد الفرد نفسه مرغماً على تداولها وتزداد ساعات استخدامه لها، ومع مرور فترة كم الزمن يواجه الفرد صعوبة في الابتعاد عنها ويزداد التعلق الشديد بها، فتؤثر على حياته الاجتماعية والأسرية والعملية، فتقل علاقاته الاجتماعية والتي تبدأ على شكل الانسحاب الاجتماعي عن الآخرين وقلة التفاعل والمشاركة المباشرة معهم، وتزداد علاقاته الصورية غير المباشرة، ومن هنا تظهر عليه علامات ومظاهر نفسية واجتماعية سلبية مثل الاكتئاب والانطواء والوحدة النفسية (وليد عواد محمد، 2022، ص. 03).

ويعد المراهقين من أكثر الفئات استخداماً لمواقع التواصل الاجتماعي لأنهم الأكثر تأقلاً مع التكنولوجيا، وتمثل مرحلة الشباب في حياة المجتمعات الإنسانية، إذ يتم التركيز عليها، باعتبارها المرحلة الحاسمة لتكوين فرد صالح يساهم في تقدم المجتمع أو تأخره، ولا شك أن الصحة النفسية والعاطفية للمراهق تعد عاملاً مؤثراً في قدرتهم على النهوض بالمجتمع وتقدمه، ولا نحتاج التأكيد على أن الاستخدام الخاطئ والمفرط لمواقع التواصل الاجتماعي يؤثر على صحة المراهق النفسية والعاطفية ويعرضه لمشكلات ملحوظة.

• التعريف بمصطلحات الدراسة:

• تعريف الوحدة النفسية:

تعرفها "جودة" (2005) بأنها: "ظاهرة من ظواهر الحياة الإنسانية يخبرها الإنسان بشكل ما، وتتسبب له بالألم والضيق والأسى، فهي حقيقة حياتية لا مفر منها، لا تقتصر على فئة عمرية معينة، كما رأت، يعاني منها الأطفال، والمراهقون، والراشدون، والمسنون".

ويذكر "الدهان" (2001): "أن الشعور بالوحدة النفسية يبدأ مع الإنسان منذ الطفولة عندما يبدأ احتياجه للاتصال بالآخرين ويؤثر في خبرته ونموه وتصل إلى أهميته القصوى في نموه مع بداية مرحلة المراهقة، فالطفل يقابل العديد من المواقف في حياته مما يجعله يواجه الشعور بالوحدة النفسية، فالطفل الذي يتركه والداه لأسباب اضطرارية بالمنزل أو الطفل الذي يجبر على الجلوس في حجرته وحيداً كعقاب من والديه، أو الطفل الذي يقضي فترة العلاج في المستشفى بعيداً عن والديه يمر بخبره الشعور الوحدة النفسية، كذلك ذهاب الطفل لأول مرة إلى المدرسة أو الطفل الذي ليس لديه أصدقاء أو الطفل الذي يشعر بأنه غير معروف بين زملائه ومدرسيه بالمدرسة".

بينما ترى "روكاتش" أن الشعور بالوحدة النفسية هو: "شعور مؤلم ونتاج تجربة ذاتية مخبرة ذاتياً وبشكل متفرد، وهذا الشعور ناتج من شدة الحساسية الفجة وشعور الفرد بأنه وحيد وبعيد عن الجميع، والشعور بأنه غير مرغوب فيه ومنفصل عن الآخرين، ومقهور بالألم الشديد، وترى أيضاً أن هذا الشعور ناتج عن الغياب المدرك للعلاقات الاجتماعية المشبعة وهو شعور مصحوب بأعراض الضغط النفسي.

وتعرف "زينب شقير" (1993): "الشعور بالوحدة النفسية بأنه الرغبة في الابتعاد عن الآخرين والاستمتاع بالجلوس منعزلاً عنهم مع صعوبة التودد وصعوبة التمسك بهم، بجانب الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس (الغامدي، 2020، ص. 1489).

• تعريف التعلق العاطفي:

يرى كل من "أبوغزال" و"جودت" (2009) بأن التعلق العاطفي هو: "عاطفة قوية" متبادلة بين الطفل ومقدم الرعاية، تعكس رغبة كل منهما في المحافظة على القرب بينهما، وتعد الأساس الذي تبنى عليه العلاقات الحميمة اللاحقة والتفاعلات الاجتماعية بشكل عام، ويتضمن التعلق ثلاثة أنماط:

✓ نمط التعلق الآمن (Secure Attachment Style): ويظهر هذا النمط أي درجة ينظر الفرد بشكل إيجابي إلى نفسه وبشكل إيجابي إلى الآخرين.

✓ نمط التعلق الآمن (Anxious- Ambivalent Attachment Style): ويظهر هذا النمط أي درجة ينظر الفرد بشكل سلبي إلى نفسه وبشكل إيجابي إلى الآخرين.

✓ نمط التعلق الآمن (Avoidant Attachment Style): ويظهر هذا النمط أي درجة ينظر الفرد بشكل إيجابي إلى نفسه وبشكل سلبي إلى الآخرين (السحمة، 2020، ص. 107).

• تعريف مرحلة المراهقة:

يرى "كارل روجرز" بأنها: "فترة نمو جسدي وظاهرة اجتماعية وفترة تحولات نفسية عميقة"، وهي مرحلة إعادة بناء على المستوى الإحساسي والفكري للشخصية، وفترة تحولات نفسية عميقة تتوسط مرحلتها الطفولة، كما عرفها "لوهال" Lehall بأنها: «هي بحث عن الاستقلالية الاقتصادية والاندماج في المجتمع الذي لا تتوسطه العائلة وبهذا تظهر المراهقة كمرحلة انتقالية حاسمة تسعى إلى تحقيق الاستقلالية النفسية والتحرر من التبعية الطفولية الأمر الذي يؤدي إلى حدوث تغيرات على المستوى الشخصي لا سيما في علاقة الجدلية بين الأنا والآخرين (حمدان وآخرون، 2016، ص. 35).

• تعريف مواقع التواصل الاجتماعي:

مواقع التواصل الاجتماعي: "هي منظومة من الشبكات الإلكترونية التي تسمح للمشارك فيها بإنشاء موقع خاص به، ومن ثم ربطه من خلال نظام اجتماعي إلكتروني مع أعضاء آخرين لديهم الاهتمامات والهوايات نفسها أو جمعه مع أصدقاء الجامعة أو الثانوية، أي أنها عبارة عن عدة شبكات الكترونية يتم من خلالها التواصل فيما بين الأفراد سواء داخل الدولة أم على المستوى العالمي تجمع بين ال عديد من الشباب الذين تتلاقى اهتماماتهم نحو موضوع معين أو هواية معينة يمارسونها من خلال مواقع التواصل الاجتماعي، حيث يتم التواصل فيما بينهم بشأنها (بن ناصر الحسين، 2016، ص. 329-330).

• الحاجات النفسية والاجتماعية للمراهقين:

يصاحب التغيرات التي تحدث مع البلوغ تغيرات في حاجات المراهقين ولأول وهلة تبدو حاجات المراهقين قريبة من حاجات الراشدين. ويمكن تلخيص حاجات المراهقين الأساسية فيما يلي:

1- الحاجة إلى الأمن: وتتضمن الحاجة إلى الأمن الجسدي والصحة الجسمية، الحاجة إلى الشعور بالأمن الداخلي، والحاجة إلى البقاء حيا، الحاجة إلى تجنب الخطر والألم، الحاجة إلى الاسترخاء والراحة، الحاجة إلى الشفاء من المرض أو الحرج، الحاجة إلى الحياة الأسرية الآمنة المستقرة السعيدة، الحاجة إلى المساعدة في حل المشكلات الشخصية.

2- الحاجة إلى الحب والقبول: وتتضمن الحاجة إلى الحب والمحبة، الحاجة إلى القبول والتقبل الاجتماعي، الحاجة إلى الأصدقاء، الحاجة إلى الشعبية، الحاجة إلى الانتماء إلى الجماعات، الحاجة إلى إسعاد الآخرين

3- الحاجة إلى مكانة الذات: وتتضمن: الحاجة إلى الانتماء إلى جماعة الرفاق، الحاجة إلى المركز والقيمة الاجتماعية، الحاجة إلى الشعور بالعدالة في المعاملة، الحاجة إلى الاعتراف من الآخرين، الحاجة إلى التقبل من الآخرين، الحاجة إلى النجاح الاجتماعي، الحاجة إلى أن يكون قائدا، الحاجة إلى إتباع قائد، الحاجة إلى أن يحيي الآخرين، الحاجة إلى تقليد الآخرين، الحاجة إلى المساواة مع رفاق السن والزلاء في المظهر والملابس والمصروف والمكانة الاجتماعية، الحاجة إلى تجنب اللوم، الحاجة إلى المعاملة العادلة.

4- الحاجة إلى الإشباع الجنسي: ويتضمن الحاجة إلى التربية الجنسية، الحاجة إلى اهتمام الجنس الآخر وحبه، الحاجة إلى التخلص من التوتر، الحاجة إلى التوافق الجنسي.

5- الحاجة إلى النمو العقلي والابتكار: وتتضمن الحاجة إلى التفكير وتوسيع قاعدة الفكر والسلوك، الحاجة إلى تحصيل الحقائق، الحاجة إلى تفسير الحقائق، الحاجة إلى التنظيم، الحاجة إلى الخبرات الجديدة والتنوع، الحاجة إلى إشباع الذات عن طريق العمل، الحاجة إلى النجاح والتقدم الدراسي.

الحاجة إلى التعبير عن النفس، الحاجة إلى السعي وراء الإثارة، الحاجة إلى المعلومات ونمو القدرات، الحاجة إلى التوجيه والإرشاد العلاجي والتربوي والمهني والأسري والزواجي.

6- الحاجة إلى تحقيق وتأكيد وتحسين الذات: وتتضمن الحاجة إلى النمو، الحاجة إلى أن يصبح سويا وعاديا، الحاجة إلى التغلب على العوائق والمعوقات، الحاجة إلى العمل نحو الهدف، الحاجة إلى معارضة الآخرين، الحاجة إلى معرفة الذات، الحاجة إلى توجيه الذات (حمدان وآخرون، 2016، ص. 47-48).

• الآثار السلبية للوحدة النفسية على شخصية المراهق:

يعد الاهتمام بتربية ورعاية الفرد في مرحلة المراهقة مهم ولا يقل ذلك عن مرحلة الطفولة فهي مرحلة الانبثاق الوجداني من خلال النمو الجسدي ومرحلة النضج الاجتماعي، فتعد من أكثر مراحل النمو عرضة للانحراف والتغيرات التي تحدث في هذه المرحلة، تجعل المراهق يعيش حالة من القلق والخوف، لذا فهو بحاجة لمن يفهمه ويوفر له كل حاجة في ظل هذه التغيرات، كي يتسنى له عبور هذه المرحلة بسلام بهدف تحقيق التكيف مع البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها، وكذلك مساعدته على حل التساؤلات التي تشغل باله وفهم ذاته، ومنحه الثقة بالنفس حتى لا ينحرف عن القيم والأخلاق وقوانين المجتمع.

إن معظم التغيرات الجسمية الجنسية والمواقف الاجتماعية الجديدة تؤثر بطريقة أو بأخرى على نمو وعدم استقرار المراهق، فهي تجعله شديد الحساسية إزاء الاضطرابات والمشكلات التي تتشكل في هذه المرحلة، فهي مرحلة البحث عن الذات وإثبات النفس (حمدان وآخرون، 2016، ص. 54).

ومما لاشك فيه أن معاناة الفرد وخصوصاً المراهق من الشعور بالوحدة النفسية، تمثل أزمة نفسية عميقة تهز كيانهم وتهدد أمنهم واستقرارهم الداخلي، فيختل توازنهم النفسي نتيجة لانتهيار توافقهم الاجتماعي، ويترتب على ذلك بطبيعة الحال عواقب وأضرار مرضية، تظهر في عديد من أشكال الاضطرابات الانفعالية والمشكلات السلوكية كما يتضح فيما يلي:

يؤكد "ماهون وآخرون" (Mahon et al, 1999) أن ارتفاع مستوى الشعور بالوحدة النفسية يؤثر سلباً على قدرات التفكير الابتكاري لدى المراهقين.

ويذكر "بورتنوف" (Portnoff, 1976) أن هناك عدة متغيرات سلبية تصاحب خبرة الشعور بالوحدة النفسية وترتبط بها، وتتضمن هذه المتغيرات كلاً من الاكتئاب والاعتراب والحزن والأسى والحاجة إلى الألفة الاجتماعية واللامبالاة والتبدل العاطفي.

ويضيف كل من "تشنيج" و"فيرنهام" (Cheng & Furnham, 2002) أن خبرة الشعور بالوحدة النفسية تؤثر سلباً على الثقة بالنفس والشعور بالسعادة .

كما أن هناك عوامل أخرى معينة مرتبطة بالشعور بالوحدة النفسية ، كالضغط النفسي والقلق والملل النفسي وكراهية الذات وفقدان المهارات الاجتماعية والجنان.

كذلك يتضمن الشعور بالوحدة النفسية بعض الأضرار النفسية الأخرى، والتي من أهمها، فقدان أي هدف أو معنى للحياة، والعجز عن إقامة علاقات شخصية حميمة ومستمرة مع الآخرين، وفقدان خاصية التواصل العاطفي، والفتور الانفعالي والعنف.

كما يدفع شعور المراهق بالوحدة النفسية والعزلة وخاصة في مرحلة المراهقة المبكرة إلى اللجوء إلى حل الأزمة عن طريق الانتماء إلى إحدى الجماعات السياسية أو الدينية المتطرفة، وعادة ما يكون نشاط هذه الجماعات موجهاً نحو التورط في تغيير النظام القائم عن طريق استخدام العنف، حيث تؤدي العضوية في هذه الجماعات إلى إزالة القلق عند المراهق ، عن طريق الشعور بالتوحد مع جماعة منظمة لها إطار مرجعي محدد وواضح ، في الوقت الذي يكون فيه شاعراً بالضياع، وإن كان هذا الإطار موجهاً توجيهاً هداماً وليس بناء.

ويضيف "جلال" أن الشعور بالوحدة النفسية قد يؤدي إلى محاولة الانتحار، التي يسبقها شعور بالاكتئاب واضطرابات انفعالية، حيث أن الدراسات قد أثبتت أن الانتحار ناتج ضمن عوامل أخرى عن وجود

مشكلات حديثة أدت إلى قطع ما تبقى من علاقات اجتماعية لها معنى والمشكلة الأساسية هي الشعور بالوحدة النفسية والعزلة (خويطر، 2010، ص. 63-64).

- الانعكاسات الإيجابية والسلبية لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي على شخصية المراهق: هناك العديد من الانعكاسات الإيجابية والسلبية لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي وتباين تلك الانعكاسات من حيث الأهداف والأسباب سنوضحها كما يلي:

❖ أولاً: الانعكاسات الإيجابية لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي على شخصية المراهق:

- ✓ التواصل الاجتماعي والتعرف إلى الآخرين.
- ✓ إبداء الرأي بكل حرية.
- ✓ التسويق والإعلانات.
- ✓ الترفيه والدردشة.
- ✓ نشر الدعوة الإسلامية.
- ✓ الاكتساب العلمي.
- ✓ معرفة الأحداث الداخلية والخارجية.
- ✓ التواصل مع نجوم المجتمع.
- ✓ التعامل المباشر مع صناعات القرار في الدولة.
- ✓ تبادل الثقافات بين الشعوب.

❖ ثانياً: الانعكاسات السلبية لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي على شخصية المراهق:

- ✓ ضياع الوقت.
- ✓ المواقع الإباحية.
- ✓ الإساءة للآخرين.
- ✓ العزلة الاجتماعي.
- ✓ قد تدخل بعض الممارسات التي تتعارض مع الدين والثقافة الإسلامية وتهدم قيم المجتمع.
- ✓ تؤثر في الصحة والنظر.
- ✓ إدمان الشبكة العنكبوتية.
- ✓ العلاقات غير الشرعية.
- ✓ تدني المستوى الأكاديمي.
- ✓ التدخل في السياسة والتحريض.
- ✓ إضاعة المال.

✓ دفن المواهب والأنشطة والهوايات (عبد القادر وآخرون، 2014، ص 10-11).

- الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالتعلق العاطفي لدى المراهق عبر مواقع التواصل الاجتماعي: الوحدة النفسية عجز في المهارات الاجتماعية وفي علاقات الفرد الاجتماعية، مما يدفع به إلى بعض الاضطرابات النفسية كالقلق أو الاكتئاب أو التفكير في الانتحار، وكذلك معاناة الفرد من الأعراض النفس جسدية، كالصداع وضعف الشهية والتعب والإجهاد، وأيضاً العدوانية والمشكلات الدراسية والهروب من

المنزل، مما له في نهاية الأمر من آثار حادة على الأداء السيكولوجي والتوافق النفسي"، أي إحساس الفرد بوجود فجوة نفسية بينة وبين المحيطين به نتيجة افتقاده لإمكانية الانخراط أو الدخول في علاقات مشبعة، ويشار إلى ذلك بالدرجة التي تحصل عليها الطالبة في مقياس الوحدة النفسية المستخدم في الدراسة الحالية. (الغامدي، 2020، ص. 1486).

ومثلما ينمو الطفل في سلوكه وإدراكه، ينمو المراهق عاطفياً واجتماعياً منذ لحظة ميلاده؛ لأن غياب عناصر الاهتمام والرعاية في الطفولة وعند الرضاعة يتسبب في اختلالات عاطفية وسلوكية واجتماعية، إذ قد يتسبب هذا الحرمان في نشأة أطفال لا يشعرون بالأمان الاجتماعي ويفتقدون القدرة على بناء وتطوير العلاقات الاجتماعية والعاطفية بصيغ سليمة وأمنة، وهذا الاختلال في مقابل اختلال العاطفي يجعل الطفل يألف الغرباء بشكل مفرط، ويبحث لدى المارة والغرباء عن إنشاء علاقة حميمية عائلية تماثل علاقة الأم أو الأب المفقودة، وهو ما يُسمى باضطراب الانخراط الاجتماعي غير المنضبط.

ولا شك أن الأسرة وفي مقدمتها الأم لها دور كبير ومهم في تكوين شخصية الطفل، فإن كان جو الأسرة يتسم بالحب والعاطفة والدفء فإنه سيساعد على تشكيل رابطة تعلقه بأمنه بين الطفل وذويه مما يساهم في وضع البذور الأولى للتوافق والصحة النفسية، ويجمع الباحثون على أهمية التفاعل بين الطفل وحاجاته (التعلق الآمن) والذي يظهر أثره في نمو الطفل مستقبلاً؛ إذا أنه عندما ينجح في تكوين علاقة انفعالية اجتماعية وثيقة وأمنة مع بعض أفراد مجتمعه فإن هذا يساهم في تخفيف سلوك التعلق لديه، مما يوفر له قدراً من الثقة التي يحتاجها لاستطلاع بيئته والاشتراك الفعلي بها كما يتعلم تدريجياً المهارات السلوكية اللازمة

ويشير "أبو غزال" إلى أن التعلق يضع أساساً لعلاقات الفرد المستقبلية ويحدد اتجاهاته نحو ذاته والآخرين؛ بل ونحو الحياة بشكل عام؛ فالطفل عندما يتفاعل مع مقدم الرعاية، فإنه يبني توقعات أولية حول نفسه، وحول الآخرين، ويحدد علاقاته الشخصية، وذلك بالاعتماد على تفاعل الشخص المتعلق به واستجاباته لحاجاته، وبمرور الوقت تقوى هذه التوقعات وتدمج في نماذج تبقى مفتوحة للخبرات الجديدة عندما يتفاعل الطفل مع أشخاص جدد؛ إلا أنها مع ذلك تتجه نحو الاستقرار والثبات لأن الطفل يختار شركاءه ويشكل علاقاته الجديدة بطريقة تنسجم مع النموذج الذهني الموجود لديه.

إن هذه النماذج العاملة لها مظاهر سلوكية ووجدانية ومعرفية تؤثر من خلالها في التوافق، وكذلك التوقعات حول العلاقات الوطيدة والقدرة على تنظيم الانفعال والسلوك كلها تتأثر بتمثيل التعلق في كل مراحل النمو، وينعكس سلوك التعلق أيضاً على السلوك الاجتماعي للطفل، إذ يرى أصحاب نظرية التعلق أن الطفل يعمم عناصر التفاعل مع الأم ويقوم بتعميم هذه الثقة أثناء تفاعله مع الآخرين في حين تتميز استجابة الطفل الذي ال يملك مثل هذه العلاقة مع الأم بالسلبية تجاه الآخرين بسبب تاريخ التفاعل غير المستقر وغير المرضي؛ فالفرد الذي يتمتع بالتعلق الآمن مع الأم يصبح أكثر اجتماعية في المراحل اللاحقة بالمقارنة مع الذين افتقدوا الأمن في علاقاتهم مع الأم في مراحل نموهم الأول (الوهيب، 2022، ص. 253-254).

والتغيرات المتسارعة في العصر الذي نعيشه بفعل ثورة المعلومات، وانتشار المواقع الافتراضية، جعل الفرد يخرج من عالم الواقع إلى العالم الافتراضي، وبالتالي فإن ظهور وانتشار هذه الشبكات قد أفرز لنا العديد من المشاكل النفسية والاجتماعية، فنجد مثيل " فيليب بروتوف" يطلق مصطلح "الثمالة الاتصالية" على الاستعمال المفرط لهذه الشبكات، ويؤكد على الأخطار المحتملة والجسيمة على التفاعل

الإنساني، وتوجه الأفراد إلى العزلة الاجتماعية و النفسية عن محيطهم بفعل الاستخدام المفرط، كما يؤكد "دومنيكي نورا - Nora Dominique - " أن هذه الوسائط الاتصالية قد رسمت مجالاً علاقتي جديد، مبني على الاتصال عن طريق الحواسيب و الشبكات، عوض الالتقاء بصورة جسمانية- فيزيقية- فأصبح الأفراد افتراضيين و كائنات حوارية كتابية، و هذ النمط الجديد من الاتصال أثر على عملية التفاعل الفردي و الاجتماعي، داخل المحيط الأسري، و داخل المحيط الاجتماعي للمجتمع الأكبر. فأصبح الفرد حبيس غرفته يتواصل مع ملايين من أقرانه حبيسي الغرفة أيضاً. و من هنا ينشأ تخوفنا من هذا التغير الحاصل في صيغة التواصل، أنه قد ينتج لنا مشاكل نفسية تؤذي الفرد و المجتمع عى حد سواء، و لعل أحد هذه المشاكل هو الشعور بالوحدة النفسية و الذي يعتبر أين مصادره هو وجود خلل في علاقات الفرد الاجتماعية بطريقة كمية أو كيفية، و بالتالي فإن الانغماس في الشبكات الاجتماعية على حساب العلاقات الاجتماعية الواقعية، قد يضعف الروابط و العلاقات الاجتماعية بين الشباب، و قد يفقد الكثير من مقومات الشخصية السوية، حيث يشعر فيها الفرد بوجود فجوة نفسية و تباعد بينه و بين أشخاص و موضوعات مجاله النفسي، و افتقاد التقبل و الحب من جانب الآخرين، و يترتب عن ذلك حرمانه من الانخراط مع أفراد المجتمع الذي يعيش فيه، و الذي من خلاله يمارس دوره بشكل طبيعي و كذلك إعاقة اندماجه في الأنشطة الاجتماعية المختلفة المتيحة للتواصل و التفاعل مع الآخرين. و لعل هذه النقطة تعبر عن مفارقات مدهشة لمواقع شبكات التواصل الاجتماعي، فنجدها قد قربت المتباعدين و أبعدت المتقاربين، فبالرغم من ما تبثه شبكات التواصل الاجتماعي، من تنوع ثقافي فكري يعتبر مهراً لكثير، إلى أف الانغماس المفرط فيها قد يؤدي إلى تكرار العزلة ما يعزز الإحساس بالوحدة النفسية، و فقدان الصمة الملموسة بالواقع الفعلي (مراكشي، 2013، ص 23-24).

• خاتمة:

يمثل التعلق تلك الرابطة الانفعالية العاطفية التي تجمع بين الطفل و من يقوم برعايته منذ الشهور الأولى للنمو وصولاً إلى تكوين النماذج العاملة الداخلية و أنماط معينة للتعلق بها الفرد في تسيير علاقاته المستقبلية، وهي تمثل مجموعة من الاستراتيجيات التي يتبن تبنى انطلاقاً من علاقته الارتباطية الأولية. يعتبر التعلق سياقاً داخلياً يتميز بالديمومة و الاستمرارية من الطفولة إلى سن الرشد، يتدخل في تشكيل شخصية الفرد و توافقه النفسي، إذ أن أي خلل في نظام التعلق يزيد من احتمال اضطراب علاقات الفرد المستقبلية، فهو يُمثل عامل خطر في ظهور العديد من الاضطرابات النفسية كالاكتئاب و الاضطرابات الحصرية و كذا اضطرابات الشخصية الحدية بما فيها اضطرابات المرور إلى الفعل. وللتعلق له تأثير كبير على النمو النفسي العاطفي للفرد من جميع النواحي؛ فالعلاقات المبكرة الأولى مع صور التعلق هي المحدد الأساسي لنوعية العلاقات المستقبلية للفرد باعتبار أن هذه العلاقات قائمة على أساس النماذج العاملة الداخلية التي تتميز سيرورتها بالديمومة من الطفولة إلى الرشد، و بالتالي فإن أي حرمان على مستوى العلاقات المبكرة مع مقدم الرعاية يؤدي إلى اضطراب في هذه النماذج العاملة الداخلية، ما يعني اضطراب العلاقات شخصية للفرد.

و للشعور بالوحدة النفسية يؤدي بالمراهق إلى البحث عن وسائل أخرى للتعلق العاطفي عبر مواقع التواصل الاجتماعي.

كما يدفع شعور المراهق بالوحدة النفسية و العزلة و خاصة في مرحلة المراهقة المبكرة إلى اللجوء إلى حل الأزمة عن طريق الانتماء إلى عدة مواقع للتواصل الاجتماعي بسبب إحساسه بوجود فجوة نفسية تباعد بينه

وبين أشخاص وموضوعات مجاله النفسي إلى درجة يشعر معها بافتقار التقبل والتواد والحب من جانب الآخرين، بحيث يترتب على ذلك حرمان الفرد من أهلية الانخراط في علاقات مثمرة ومشبعة مع أي من أشخاص وموضوعات الوسط الذي يعيش فيه، ويمارس دوره من خلاله.

• قائمة المراجع:

- 1- إلهامي عبد العزيز إمام (2013): تردد المراهقين على مقاهي الانترنت وعلاقته ببعض المشكلات النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمكة المكرمة، رسالة ماجستير في الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة أم القرى.
- 2- أحلام أحمد إلهام الغامدي (2020): الوحدة النفسية وعلاقتها بالأفكار اللاعقلانية لدى طالبات المرحلة الثانوية في مدينة الباحة، مجلة كلية التربية، العدد 110، جامعة المنصورة.
- 3- أسعد بن ناصر الحسين (2016): أثر وسائل التواصل الاجتماعي على سلوكيات وقيم الشباب من منظور التربية الإسلامية، مجلة كلية التربية، العدد 169، الجزء الثالث، جامعة الأزهر.
- 4- حمودة بن عبد الرحمن السحمة (2020): أنماط التعلق كمنئى بالشفقة بالذات لدى آباء وأمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، المجلة العربية لعلوم الإعاقة والموهبة، المجلد الرابع، العدد 10، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب.
- 5- سلمى حمدان وآخرون (2016): المشكلات النفسية للمراهقين وعلاقتها بالتحصيل الدراسي- دراسة ميدانية بثانوية لعبني أحمد بالطاهير، مذكرة مكملة لنيل شهادة ليسانس في علم النفس التربوي، جامعة محمد الصديق بن يحيى. جيغل.
- 6- مريم مراكشي (2013): استخدام شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعيين- فايسبوك أنموذجاً- دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة بسكرة، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس الاجتماعي، جامعة بسكرة.
- 7- ليلى عبد القادر وآخرون (2014): دور مواقع التواصل الاجتماعي لدائرة العلاقات العامة في تنمية الطلبة، جامعة النجاح الوطنية - نابلس نموذجاً- استكمالاً لمساق مناهج البحوث في العلاقات العامة، كلية الاقتصاد والعلوم الاجتماعية جامعة النجاح الوطنية.
- 8- نعيمة بنت فهد الوهيب (2022): أنماط التعلق وعلاقتها بالتوافق الشخصي والاجتماعي في مرحلة الطفولة من وجهة نظر الأمهات، المجلة العلمية لكلية التربية، العدد 04، الجزء الثاني، قسم علم النفس، جامعة أسيوط.
- 9- وفاء حسن على خويطر (2010): الأمن النفسي و الشعور بالوحدة النفسية لدى المرأة الفلسطينية (المطلقة والأرملة) وعلاقتها ببعض المتغيرات، قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في علم النفس- الإرشاد النفسي من كلية التربية الجامعة الإسلامية، غزة.
- 10- وليد عواد محمد (2022): استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بمستوى الشعور بالاكنتاب والوحدة النفسية لدى الشباب المصري، المجلة المصرية لبحوث الإعلام، العدد 29، جامعة حلوان.

مهارات الاتصال الزوجي وعلاقتها بالرضا الزوجي لدى المتزوجات حديثا
Marital communication skills and their relationship to marital
satisfaction among newly married women

أ.د. رقية عزاق

جامعة البليدة 2 ، مخبر الصحة النفسية التربوية الموهبة والابداع ، البليدة، الجزائر

ملخص:

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين مهارات الاتصال الزوجية والرضا الزوجي لدى المتزوجات حديثا، والذي لا يتعدى زواجهن 3 سنوات ، وهذا من أجل التعرف على أي مهارة من مهارات الاتصال الزوجي أكثر مساهمة في تحقيق الرضا الزوجي. وقد اعتمدت الدراسة على المنهج العيادي ، باستعمال أدوات شملت كل من المقابلة النصف الموجية وتطبيق مقاييس الاتصال الزوجي ، والرضا الزوجي لدعم المقابلات. وهذا بعد انتقاء قصدي ل6 حالات واللاتي لم تتجاوز مدة زواجهن 3 سنوات مع اخذنا بعين الاعتبار اختلاف السن و المستوى الدراسي .

أظهرت نتائج أن هناك عالقة بين الرضا الزوجي ومهارات الاتصال، أي كلما ارتفع مستوى التواصل بين الزوجين، ارتفعت نسبة الرضا الزوجي وتم التوصل أيضا إلى أن مهارة الاتصال العاطفي و مهارة القدرة على الحوار من أكثر المهارات التي تساعد على الرضا بالإضافة إلى العوامل المؤثرة كاختيار الشريك بمبدأ القناعة الشخصية قبل الزواج والمستوى التعميمي الذي يمكن كل من الطرفين يساهم بشكل كبير في ارتفاع نسبة الرضا الزوجي للمتزوجات حديثا

Abstract:

The study aimed to find out the relationship between marital communication skills and marital satisfaction among newly married women, whose marriage does not exceed 3 years, in order to identify which of the marital communication skills contributes more to achieving marital satisfaction. The study relied on the clinical approach, using tools that included both the half-wave interview and the application of measures of marital communication and marital satisfaction to support the interviews. This is after my intentional selection of 6 cases, whose two marriages did not exceed 3 years, taking into account the difference in age and educational level. The results showed that there is a relationship between marital satisfaction and communication skills, that is, the higher the level of communication between the spouses, the higher the marital satisfaction rate. Personal conviction before marriage and the generalization level that empowers both parties contribute significantly to the high percentage of marital satisfaction for newly married women.

مقدمة:

الزواج هو استجابة فطرية بالنسبة للفرد وهذا من اجل تأسيس وبناء مجتمعات واستمرار النوع الانساني , واشباع الغريزة لكلا الطرفين لذلك يعتبر من العلاقات الشرعية المقدسة التي يباركها الله في ديننا الحنيف كونه الاساس الشرعي السليم لبناء خلية المجتمع الاولى بالاضافة على انهال العلاقة التي يقرها المجتمع والتي وضع لها ظوابط ومعايير منظمة لاجل استمرارها واستقرارها كون استقرار المجتمعات ورفاهيتها ترتبط ارتباط وثيق برفاهية مكوناتها الاساسي وهو الاسرة

فما دامت الاسرة هي اساس المجتمع فان قوتها تعتبر من قوى العلاقة الزوجية خصوصا وهي في بداياتها , فان تمتنت وتعززت انعكس ايجابا على الزوجين وعلى علاقتهما , وان تهششت وتخلخلت وسادها اضطراب وصراع انعكس سلبا على حياة الزوجين وبالتالي المجتمع ككل , ولعل من اهم ما يمكن دراسته حول العلاقة الزوجية هو تأثير الاتصال بين الزوجين وهذا على تحقيق والرضا بينهما والاستقرار والرفاهية

الاشكالية :

الحمد لله القائل (ومن آياته ان خلق لكم من انفسكم ازواجا لتسكنوا اليها وجعل بينكم مودة ورحمة ان في ذلك لأيات لقوم يتفكرون (سورة الروم 21)

انه ومنذ بداية التاريخ الانساني يعتبر الزواج هو اللبنة الاساسية التي تقوم عليها الاسرة وهو النواة الاولى في بناء المؤسسة الاجتماعية اذ يعد نظام شرعي وقانوني لتكوين الاسرة

وقد شرعه ديننا الحنيف وحث عليه ورغب فيه ووضح حكمه واحكامه لتحقيق غايات واهداف سامية للإنسان كالحفاظ على النوع الانساني واعتبره وسيلة من وسائل العفاف لتحقيق الدوافع والرغبات كالدافع الديني من اجر وثواب وتقوية الوازع الديني , والدافع الاجتماعي كون الفرد اجتماعي بالفطرة تجمععه علاقات وروابط.

كذلك الدافع الجنسي فالميل الجسدي لرجل نحو المرأة وميلها نحوه وحاجة كل منهما للأخر , هو امر فطره الله تعالى في العباد , اما الدافع النفسي فهو الغريزة التي يسعيان من خلالها لأشباع حاجة الحب والتقدير والامن النفسي والهروب من الوحدة ودافع الامومة والابوة وصناعة الاجيال الذي يعد من اقوى الدوافع الانسانية خصوصا عند النساء نداء.

ومن اجل هذا وجب على الزواج ان يكون قد نشأ على اسس وقواعد متينة لان اختيار الشريك والولوج في علاقة زوجية ليس هو المسؤولية الوحيدة بل تكمن في الحفاظ علي مقوماتها كون هذه العلاقة تجمع بين الرجل والمرأة مدة حياة كاملة تقريبا.

لذلك يبدأ دور المعاملة الزوجية وما يطمح لهما الزوجان من تحقيق رضا و سعادة وتوافق في حياتهما المشتركة خاصة في المرحلة الاولى من الزواج والتي تعد من اهم المراحل حساسية واصعبها بين طرفي العلاقة كونها عبارة عن مرحلة انتقالية من العزوبية الى الحياة المشتركة حيث يعيش المتزوجون الجدد حالة

اضطراب وفوارق اجتماعية نفسية جسدية كون الاخيرين كانوا يتمتعان بعامل الحرية والاستقلالية الى عامل الارتباط بشريك مختلف الرغبات والميول والتصورات والتوقعات التي يكونها الزوج الاخر ويطمح للوصول اليها (القضاة.2016)

وبالتالي ظهور المشكلات التي تؤثر بصورة او اخرى على الأزواج في سعادتهم وتوافقهم ومن اهم المشكلات سوء التوافق العاطفي , نقص المعارف والمهارات التواصلية فقدان الاحساس بالامن هذا ما يؤدي الى علاقة غير سليمة وضعف في الانسجام ،ولكي يتحقق كل هذا لابد من اتقان بعض المهارات الزوجية لدى الأزواج حيث تأتي مهارات الاتصال والتواصل في الواجهة كونها تساهم في فهم الأزواج لبعضهم البعض والقصور في الاتصال يعد جزء من المعاناة الزوجية فيصبح الزوجان غير قادرين على ادارة الصراع ويفشلان في الاصغاء والتعبير

فالانصال الزوجي هو عبارة عن تبادل المشاعر والمعاني هو التبادل السلبي والايجابي للمعلومات والافكار والحاجات من طرف الى اخر في اطار العلاقة الزوجية , وهذا الاتصال غير محدود بالكلمات وانما يحدث ايضا من خلال الاصغاء والصمت وتعايير الوجه والايماءات (فايز.2018. ص 11)

لذلك ينظر الى الاتصال على انه من اهم المهارات الزوجية التي يجب امتلاكها لانه هو قلب العلاقة الزوجية وجوهرها وهو متطلب اساسي للوصول الى الرضا اذ انه مفتاح العلاقة الزوجية

(Usoroh.ekot and inyang 2010)

وقد اشارت دراسة كيرديك 1991 ان الأزواج الغير السعداء يرون ان مشاكل الاتصال هي من اهم العوامل التي ساهمت في تحطيم علاقاتهم وبالتالي وصولهم لعدم الرضا والتوافق الزوجي

(kurdeck . 1997)

كما اكد ليفر وكايراني وبرادبوري 2016 ان سبب اكثر المشكلات المتكررة بين الزوجين يرجع الى استخدام اساليب اتصال غير فعالة وحدث نقاشات بدون جدوى منها

(Lavner-karney and bradbury2016)

ايضا في دراسة التي قام بها ابوالعز 2007 للكشف عن اساليب التعامل الزوجية واشكال التواصل بين الزوجين بالصحة النفسية والتوافق الزوجي من وجهة نظر الزوجات في الاردن حيث اظهرت النتائج ان اساليب التواصل الفعالة لديهن مستوى اعلى من التوافق الزوجي و مستوى اعلى من الصحة النفسية مقارنة بالزوجات اللواتي يستخدمن اساليب تواصل غير فعالة كما وجد عدم وجود فروق دالة احصائيا في مستوى التوافق الزوجي كما تدركه الزوجات تبعا لمتغير المستوى التعليمي.(ابو العز.2007)

ان عامل الاتصال الزوجي وما يحتويه من مجمل المهارات كالتعبير العاطفي او الانصات او مهارات القدرة على الحوار له دور بالغ في ضمان استمرارية الحياة الزوجية وحل المشكلات وتحقيق التوافق و الرضا الزوجي

و حسب ما تناولته دراسة جان 2016 في كشف العلاقة بين الرضا الزوجي والتواصل العاطفي ومعرفة الفروق في الرضا الزوجي والتواصل العاطفي اجريت الدراسة على الطالبات الجامعيات والموظفات من جامعة ام القرى بمكة المكرمة حيث اظهرت نتائج الدراسة الى وجود علاقة موجودة دالة احصائيا بين الرضا الزوجي والتواصل العاطفي كما اشارت النتائج الى وجود فروق دالة احصائيا في درجات مقياس التواصل لصالح الزوجات اللواتي مدة زواجهن 17-25 عاما واكثر

(جان. 2016. ص242)

وفي هذا الصدد فإن الرضا الزوجي يعد عامل من اهم العوامل التي تساهم في تحقيق الاستقرار والسعادة بين الشريكين , ومن اجل هذا احتلت المؤسسة الزوجية اهمية بالغة للأزواج وشعورهم بالرضا بتواجدهم فيها و ينعكس ايجابا على العلاقة. ومن خلال الرضا الزوجي يمكن التنبؤ بالاستقرار الزوجي , اذ ان الرضا الزوجي يرتبط بادراك معنى السعادة لدى كل من الزوجين وهو يتحدد من خلال السعادة الزوجية للزوجين اذ يعتبر هدف يسعى اليه الزوج او الزوجة فهو يحتوي على تفاهم الزوجين وتوافقهما وتفاعلهما حبهما و عطفهما (العبيدلي. 2006)

فالرضا الزوجي هو عبارة عن تقييم مدى جودة الحياة الزوجية ودرجة التفاء الحاجات والتوقعات والرغبات وهو مصطلح غالبا ما يشار اليه بالسعادة الزوجية (Rios. 2010. p 9)

وينظر الى الرضا الزوجي انه عملية اشباع حاجات كل من الزوج والزوجة من خلال هذه العلاقة وفي حال عدم الحصول على الرضا الزوجي سيؤدي في النهاية الى العديد من المشكلات الاسرية والاضطرابات النفسية وعدم الاستقرار

(سعادة. 2005. ص 27)

وتشير الدراسات كدراسة للقيت و بيتمان بايسزك وموريس 2012 باجراء دراسة ركزت على فهم العلاقة بين الاستراتيجيات حل المشكلات والرضا الزوجي.

وقد تكونت العينة من 621 زوج مع الاخذ بعين الاعتبار المتغيرات الاتية . الجنس والعمر والمستوى التعليمي وقد اظهرت نتائج السلوك التعاوني ان الاهتمامات والاتجاهات الاجتماعية مثل اداء الاعمال المنزلية بشكل مشترك بين الزوجين كان له علاقة ارتباطية ايجابية مع الرضا الزوجي وان سلوك الصراع والدخول في سلسلة النزاعات او التكرار في عدم التأييد كان له علاقة ارتباطية سالبة (Leggett. pittman Byezeck. Morse. 2012)

وقامت شابرو وجوتمان وكريبر 2000 باجراء دراسة طويلة هدفت الى معرفة عوامل الصداقة الزوجية متنبأة بالرضا الزوجي لدى حديثي الزواج ومعرفة العوامل التي تؤدي الى انخفاض الرضا الزوجي من الزواج حديثا واظهرت نتائج الدراسة الى ان العلاقة الجيدة والتواصل العاطفي الايجابي بين الزوجين قبل الانجاب يتنبأ بزيادة مستوى الرضا الزوجي واستقراره (Shapiro . gottman and careere. 2000)

وتشير دراسة استقصائية في ارجيل 1993 والتي اجريت على عينة امريكية بلغ عدد افرادها 2164 والتي هدفت الى تحديد المجالات الاكثر اهمية في الشعور الهام في بالرضا , الى ان الرضا في المجال الحياة الاسرية وحياة الزواج هي من اكثر المحالات اهمية , وفي دراسة بريطانية تقيس الرضا على كل علاقة من العلاقات اشارت نتائجها ان الزوج والزوجة يمثلان اهم مصادر الرضا في حياة الفرد (عبد الرحمن. 2019. ص6)

ومن خلال ما جاء وكنتيجة للمعطيات السابقة عن اهمية الزواج و اهمية الاتصال والرضا الزوجي في العلاقة الزوجية و خاصة للمتزوجات حديثا كون هذان المؤشران يساهمان في تحقيق الاستقرار الزوجي, هذا ما دفعنا في بحثنا الى التعرف على مستوى الرضا الزوجي ومستوى الاتصال الزوجي عند المتزوجات حديثا فالمجتمع الجزائري يفتقر لهذه الدراسات التي قد يستفاد من نتائجها في وضع برامج ارشادية في المجال الاسري , وهنا ارتئينا ان نطرح التساؤلات الآتية:

- هل هناك علاقة بين مهارات الاتصال الزوجي وتحقيق الرضا الزوجي لدى المتزوجات حديثا اللاتي مر على زواجهن ثلاث سنوات أو اقل؟

- ماهي مهارات الاتصال الزوجي القادرة على تحقيق الرضا الزوجي لدى المتزوجات حديثا اللاتي مر على زواجهن ثلاث سنوات أو اقل؟

2-فرضيات الدراسة :

- توجد علاقة بين مهارات الاتصال الزوجي وتحقيق الرضا الزوجي لدى المتزوجات حديثا اللاتي مر على زواجهن ثلاث سنوات أو اقل
- مهارة الاتصال العاطفي اكثر المهارات قدرة على تحقيق الرضا الزوجي لدى المتزوجات حديثا اللاتي مر على زواجهن ثلاث سنوات أو اقل
- مهارة القدرة على الحوار اكثر المهارات قدرة على تحقيق الرضا الزوجي لدى المتزوجات حديثا اللاتي مر على زواجهن ثلاث سنوات أو اقل

3-اهداف الدراسة :

- سعت الدراسة الحالية الى تحقيق اهداف واغراض التالية :
- التعرف الى مدى دور التواصل الزوجي في تحقيق الرضا الزوجي للمتزوجات حديثا
- التعرف الى نوع المهارات الاتصالية الزوجية التي تحقق رضا اكثر بالنسبة للمتزوجات حديثا
- الخروج بنتائج تجعل العلاقة من العلاقة الزوجية ميثاقا قويا بين المرأة والرجل في ظل اسرة متماسكة متألفة مشبعة لاحتياجات اعضاءها النفسية والاجتماعية والنفسية

4-اهمية الدراسة :

- اهمية ندرة الدراسات في هذا الموضوع

- تسليط الضوء على موضوع التواصل الزوجي والرضا الزوجي لدى المتزوجات حديثا ودور هذه المتغيرات في الحياة الزوجية واستقرارها
- اهمية الفئة المستهدفة بالدراسة وهي فئة المتزوجات حديثا ونوع المشكلات التي تعاني منها الزوجة ومساعدتها والتكفل بمشاكلها
- قد تكون هذه المعرفة تمهيدا للدراسات اخرى التي تتناول مواضيع التواصل الزوجي لدى المتزوجات حديثا .
- الوصول الى نتائج يتوقع ان يستفاد منها في اعداد برامج تثقيفية وارشادية وعلاجية لأفراد هذه الشريحة في المجتمع بهدف تحقيق نجاح على الاصعدة شخصية وزوجية واجتماعية والمهنية .

5-التعريفات الاجرائية لمصطلحات الدراسة:

التواصل الزوجي: هو التفاعل في بين الزوجين , اتصال لفظي وغير لفظي (عن طريق اللغة) واتصال غير لفظي عن طريق الرموز الايماءات , الحركات (...) للتعبير عن اغراض مختلفة

الرضا الزوجي :وهو اشباع الحاجات المتوقعة من الزواج بجميع مستوياتها وابعادها لدى كل من الزوجين . والتي نقصد بها اشبع الحاجة الى الجنس والحاجة الى الاشباع العاطفي والحاجة الى الاشباع الاقتصادي وغريزة الامومة والحاجة الى الحب والتقدير والاحترام وغيرها المتزوجات حديثا:النساء التي مضى على زواجهن ثلاث سنوات فأقل بموجب عقد الزواج الصحيح صادر عن المحاكم الشرعية بالجزائر

الدراسة الحالية:

1-منهج الدراسة :

اتبعنا منهج دراسة حالة وهو الاسلوب الذي يتجه إلى جمع البيانات العلمية المتعلقة بأية وحدة سواء كانت فردا أو مؤسسة أو نظاما اجتماعيا أو مجتمعا محليا أو مجتمعا عاما . وهو يقوم على اساس التعمق في دراسة مرحلة معينة من تاريخ الوحدة ، أو دراسة جميع المراحل التي مرت بها وذلك بقصد الوصول الى تعميمات عملية متعلقة بالوحدة المدروسة وبغيرها من الوحدات المشابهة لها

حدود الدراسة :

المجال المكاني والزمني :

الاطار المكاني : جمعية نسيمه لمرضى السرطان بالبلدية الاطار الزمني : السداسي الثاني من السنة
الدراسة 2022/2021

العينة : المتزوجات حديثا والذي لا يتجاوزمدة زواجهن 3 سنوات بالاستعانة بطالبي الماستر
بوحجلة اكرام الحداد لبنا

ادوات الدراسة:

1/المقابلة العيادية

وهي احداث وسائل تحليل الفرد لمعرفة استعداداه وخصائيه الشخصيه المختلفه كسماته , ميوله اتجاهاته رغباته , حيث يعرفها بنجاحها على انها المحادثة الجادة الموجهة نحو هدف محدد غير مجرد الرغبة في المحادثة نفسها (عبد الفتاح .1996.ص 196)
استمارة مقابلة النصف الموجهة:
وتم وضع دليل المقابلة , حيث تضمن كل الاسئلة التي احتمل طرحها تماشيا مع ما يخدم موضوع الدراسة , وكانت على علاقة وثيقة بعنوان الدراسة والاشكالية والفرضيات :
كانت محاور المقابلة كما يلي :
1/ البيانات الشخصية .

2/ المحور الاول : خاص بالعلاقات

3/ المحور الثاني : الخاص بالتواصل ومهاراته

4/ المحور الثالث : الرضا الزوجي

2مقاييس الدراسة :

مقياس الاتصال في العلاقة الزوجية :

,تم بناء المقياس من طرف لوك و سباغ وتومس. وتم ترجمته وتكييفه من طرف كلثوم بلمهوب سنة 2006.
وصف المقياس :

ويتكون من 25 عبارة عبارة لقياس الاتصال الزوجي , وتشير الدرجة الكلية للاستبيان الى سلامة الاتصال بين الزوجين.

طريقة التصحيح :

يعكس سلم التصحيح بالنسبة للبنود رقم 8 ، 17 ، 15، حيث تتراوح درجة كل بند من 1 الى 5 درجات. مجموع الدرجات يشكل الدرجة الكلية التي كلما ارتفعت كلما دلت على سلامة الاتصال بين الزوجين ، والعكس صحيح .

صدق وثبات المقياس:

تم الاعتماد على نظام تحليل البيانات في تقدير معامل الفا كرومباخ للاتصاق الداخلي وقدرت قيمة معامل الفا لمقياس الاتصال في العلاقة الزوجية ب 0.71

وبما ان قيمة الفا تساوي 0.71 فان مقياس الاتصال في العلاقة الزوجية يتميز بثبات قوي , وقد تم تقدير معامل الثبات في دراسة لعقاب عبد الرؤوفبناء على معلمين هما المتوسط والتباين حيث بلغ المتوسط 37.98 بينما قدر التباين ب 79.02 فانه يوجد مدى واسع ما بين المتوسط والتباين وهذا ما يبرر قيمة الفا كما اعتمد في تقدير درجة المقياس على درجة صدقه الذاتي الذي يساوي 0.84 = 0.61 .

استبيان الرضا الزوجي :

تم بناء الاختبار من طرف Walter Hudson وتم ترجمته وتكييفه من طرف كلثوم بلمهوب سنة 2006.

وصف المقياس :

قياس المشكلات في الحياة الزوجية بحيث يتكون من 25 بند لقياس درجة واجدة أو المشكلة التي يعاني منها الزوج أو الطرف الآخر في العلاقة الزوجية حيث لا يصف العلاقة كوحدة لكن يقيس المدى الذي يدرك به أحد الطرفين والمشكلات في العلاقة الزوجية ، هذا المقياس لا يقيس التوافق الزوجي بما أنه بإمكان الأزواج الوصول إلى توافق رغم معاناتهم من درجة عالي من الاختلاف وعدم الرضا .

طريقة التنقيط:

تتراوح بين 25 و125 أن الحصول على نقطة أقل من 75 تدل من أن المفحوص يعاني من عدم الرضا لبنا الحصول على نقطة أكبر من 75 تدل على نوع من الرضا الزوجي وكلما اقتربت الدرجة من 75 كان الرضا أكبر ، يعكس التصحيح في البنوك 5، 14، 8، 18.

صدق وثبات المقياس:

تم حساب معاملات الصدق والثبات كلثوم بلمهوب والتي طبقت على 1803 فردا شاركوا في تطوير هذا الاستبيان من المتزوجين وغير المتزوجين من العيادة ومن خارج العيادة من التعليم العالي من الطلبة وغير الطلبة فكان معامل الثبات ألفا يساوي 0.96 وصدقه الظاهري عال ويرتبط ارتباطا دالا باستبيان لوك وولاس للتوافق الزوجي ، كما لديه قدرة عالية على التمييز بين المضطربين وغير المضطربين في علاقتهم الزوجية .

عرض النتائج:

الحالة: الأولى

ملخص المقابلة النصف موجهة :

الحالة 01 تبلغ من العمر 29 سنة تسكن ببوفاريك ام لبننت , معلمة بمدرسة ابتدائية , تزوجت اختياري منذ سنتين ونصف زوجها يبلغ من العمر 32 سنة يعمل لحام تقيم مع اهل الزوج . ذات مستوى اقتصادي متوسط لديها صداقات جيدة لا تعاني من اي امراض عضوية او نفسية .

الحالة تدرك جيدا مفهوم الزواج تعيش حياة زوجية سعيدة ولها رغبة في الاستقرار بعيدا عن اهل الزوج لها عدة مشاريع هي وزوجها تحب زوجها وسعيدة بتواجدها معه ولم تعش اي مشاكل زوجية معه او مع اهله

الحالة ذات تواصل جيد مع زوجها وواثقة من علاقته بها كونه ينصت لها ويعبر لها عن حبه لها فعلا وقولا

الحالة راضية من الناحية والعاطفية والجنسية خصوصا انها تزوجته عن حب وطالت مدة تعارفهما قبل الزواج وهي مستمتعة كثيرا معه الا ان الجانب الاقتصادي اثر عليها من الناحية النفسية كون الزوج غير مستقر في العمل لكن هي تمتلك الصبر رغم هذا تحليل المقابلة النصف الموجهة :

الحالة ذات هيئة جيدة ذات قامة طويلة جميلة الشكل وانيقة المظهر استجابت لكل الاسئلة ولم ترفض اي سؤال وتبدو ذات ثقة بالنفس وذات تقدير نفسي عالي حسب تصرفاتها وتبدو مثقفة خصوصا في الالفاظ التي تستعمله اثناء الكلام . لوحظت انها تعي جيدا مفهوم الزواج واسبابه ومقوماته وتدرك جيدا ماهيته كونها قائلة(ايه الزواج مسؤولية وصبر)

الحالة (ا) معظم اجاباتها حول نوعية العلاقة بزوجها كانت تقول انها ناجحة ورغم الظروف اسعى دائما لانجاحها ولم تظهر ابدا انها غير واثقة من علاقتها او يشوبها خلل بل بالعكس تتحدث بثقة ولم تظهر انها ليست سعيدة بل بالعكس(عندي مشاكل كننوع بسيط نعتبرها سوء تفاهم الصح قع في الراجل كيكون مهتم بيك وهنا ابتسمت الحالة ((ا))

وبعد ان سألناها من اي جانب مهتم بك تذكر المفحوصة انه يليي معظم طلباتها , خصوصا الجانب المادي (يدير البوسيبيل باش يفرحي) , الحالة كانت تعبر بفرح ولا يبدو عليها ابدا انها غير سعيدة او قلقة وبدون سؤال قالت المفحوصة (ديجا كراني نهدر عليه توحشتو)

صرحت المفحوصة انها دائما تشعر بأن علاقتها تحتويها السعادة وذكرت ان السعادة الزوجية نحن من نصنعها بأنفسنا. كانت كل اجابات الحالة (أ) تدل على حسن تواصلها مع زوجها حيث ذكرت المفحوصة انها دائما ما تحكي له عما يعيشه وانهم كزوجين يملكون الكثير من المشاريع مع بعض خصوصا انها تعيش مع اهل الزوج (عندي سلفات يتسما نحوسو نديرو حلول باش نخرجو ونستقرو) المفحوصة كانت متحسرة لهذا الشيء كونها تعمل لكن تذكر الحالة ان لها علاقة جيدة مع ام الزوج

تذكر الحالة انها تحكي لزوجها كل الاشياء سواء العملية او المنزلية وهي لا تخفي عنه اي شيء كون منزل عائلتها بمستغانم وتشعر انه الانسان الوحيد القريب منها كما تذكرانه احيانا ينصت لها للمواضيع التي يميل لها لكن احيانا ينصت ولا يبدي اهتمام لكن لا يبدو على المفحوصة اي ضجر او قلق بشأن هذا الشيء بل بعكس تذكر انها متقبلة له ولتصرفاته

وبعد طرح سؤالنا حول التواصل الجنسي ذكرت انها زوجها يتحدث بطلاقة (هو يحكي كلش ويعفوية لكن انا نحشم احيانا و احيانا لا)

بدا لنا ان الحالة تعيش مستوى جيد من التواصل وهي لا تشعر بأي شيء سلبى في التواصل ولا توجي بوجود اي مشاكل من هذه الناحية بل بالعكس كانت جد متفهمه

الحالة (ا) عبرت بسرور عن رضاها العاطفي واخبرتنا انها تزوجت عن حب (طولت معرفتنا لبعضنا في فترة الخطوبة وعجبني بسكو حنين) وانها راضية كونه يعبر بالأفعال والاقوال

اما بالنسبة للرضا الاقتصادي فبدا على المفحوصة قليل من الحزن والحسرة وصممت المفحوصة واخبرتنا ان زوجها غير مستقر تماما فهو لحام (نهار يخدم ونهار لالا) خصوصا بعد فترة كورونا (حبس كلش) ومن هذه الناحية هي غير راضية وتتأسف على وضع زوجها لكن ذكرت (راني صابرا معاه والحمد لله) خصوصا وان عملها هي يغطي جانبه الاقتصادي اما بالنسبة عن الرضا الجنسي تصرح انها تستمع معه كثيرا وهومن النوع الحنون وانه ابدا ما ارغمها على الممارسة بل متفهم ووهي تشعر ايضا انه راض عنها كشرىك جنسى وحسب ما ظهر انها تدرك جيدا اهمية العلاقة الجنسية في العلاقة (هي قريب كلش في الزواج)

ان الحالة (أ) لاتبدي اي ندم او حسرة وليس لها اي خلفية سلبية حول الزواج وعلاقتها واخبرتنا انها لا تشعر ابدا انه ندمت ولو لمرة على زواج وان عامل الحب بينها هو الاساس (ونبقى وفيه حتى نموت)

1/ نتائج الاختبار الاول (الاتصال في العلاقة الزوجية)

تحصلت الحالة (ا) على درجة 99 من 125 درجة

أ/ التعليق على نتائج الاختبار الاول :

تعتبر الدرجة المتحصل عليها بالنسبة للحالة على انها درجة مرتفعة حسب سلم التنقيط وهذا ما يدل على الاتصال الجيد .

نتائج الاختبار الثاني: المقياس الرضا الزوجي.

حصلت الحالة (ا) على درجة 85 من 125 درجة

ب/ التعليق على نتائج الاختبار الثاني :

تعتبر الدرجة المتحصل عليها بالنسبة للحالة على انها درجة مرتفعة حسب سلم التنقيط هذا ما يدل على ارتفاع درجة الرضا الزوجي لدى الحالة

التحليل العام للحالة :

بعد اجراء المقابلات وتطبيق المقاييس اتضح لنا ان الحالة لديها مستوى مرتفع من الاتصال والرضا الزوجي وقد دعمته لنا المقابلات و المقاييس المطبقة وهذا راجع الى تمتعها مع زوجها بحس الحوار اللفظي والعاطفي وخصوصا انه ينصت لها ويبيدي اهتماما لمواضيعها وانشغالها حسب ما صرحته الحالة

الحالة سعيدة ومستقرة في علاقاتها مع زوجها هذا ما اثبتته نتائج مقياس الرضا الزوجي خصوصا من الناحية العاطفية والجنسية , ايضا كون هذا الزواج قد تم بطريقة اختيارية وعن حب وتعارف دام سنوات

ما برر هذا الرضا ايضا هو حسن تواصلهما وحوارهما الدائم حول مختلف مواضيع حياتهما. الا ان الحالة تعاني من عدم الرضا من الناحية الاقتصادية ما عكس ايضا في المقياس البند 17 الا انها اظهرت انها تستطيع تجاوز الظروف مع زوجها لانها تحبه ولا ترى في هذا اي مشكل

الحالة كانت واثقة من نفسها ومن لم يبدو عليها اي حسرة او قلق او ندم بشأن هذه العلاقة بل اكدت لنا انها تسعى دائما لانجاحها وان السعادة هي مسؤولية ويجب تحقيقها

ومنه فان تحليل المقابلات ونتائج المقياس يتوافقان فقد دعمت المقاييس ما اجابت عنه الحالة في كل مقابلاتها

الحالة الثانية :

ملخص المقابلة النصف موجهة :

الحالة 02 (ي) تبلغ من العمر 21 سنة تسكن ببوفاريك ليس لها اولاد ,طالبة جامعية (ثالثة ليسانس), تزوجت تقليدي زوجها يبلغ من العمر 30 سنة يعمل بائع في محل تجاري الا ان زوجها حامل لشهادة الماستر تقيم في بيت مستقل. ذات مستوى اقتصادي متوسط لديها صداقات جيدة لا تعاني من اي امراض عضوية او نفسية مدة زواجه 5 اشهر

الحالة واعية تماما للزواج رغم صغر سنها ليست متناقضة تعي جدا ما تقوله تحاول دوما ان توافق بين بيتها ودراستها محافظة بشوشة لا تعاني من اي مشاكل مع زوجها او مع اهل زوجها كونها تعيش بيت مستقل عنهم

الحالة حسب تصريحاتها تملك تواصل جيد مع زوجها حيث انها تناقش معظم امورها ومشاكلها الشخصية والدراسية وطموحاتها المستقبلية معه وينصت لها بالاهتمام وفي المقابل فان زوجها متستر على مسائله المهنية وشخصية فهي تعتبره غامض وقد عبرت عن هذا الامر بالانزعاج لأنها تصبو الى ان يكون متفتحا على مسائله مثلها ,الا انه مهتم بالجانب العاطفي فهو يعبر لها عن حبه وعن مشاعره وهذا ما ملأ الفجوة التي الي تراها هي بينهم كونه غامض لكن بالنسبة للحالة فهي لا ترى ان هذا مشكل كبير

اما بالنسبة للتواصل عن الامور الجنسية فهي ترى ان زوجها يناقش بكل حرية هذه الامور الا انها لازالت تخجل بمفاتحته لهذا الامور وهذا راجع الى حداثة الزواج

الحالة عبرت برضاها العاطفي واعتبرت انها اجمل علاقة تعيشها في حياتها خصوصا انه عوضها فقدان الاب علما انه متوفي اما بالنسبة للناحية الاقتصادية فهي ليست راضية تماما كونهم يقومون بدفع الكراء ومصاريف الدراسة الا ان هذا الامر لا يزعجها كون لها طموحات دراسية ومهنية تريد تحقيقها اما بالنسبة للرضا الجنسي فقد عبرت المفحوصة انه حنون و يأخذ الامور بتأني ويسايرني من هذا الجانب

تحليل المقابلة النصف الموجهة :

الحالة (ي) جميلة انيقة هادئة بشوشة الوجه ومنشغلة كثيرا بنفسها تجاوزت جيدا معنا ولم يبدو عليها اي قلق او خوف بل بالعكس تشير الى ان الزواج هو مشروع حياة وان البنات لا مأوى لها الا بيتها وان الزوج هو الملجأ والملاذ الوحيد للبنات وبدا لنا من خلال حديثها ان اسرتها هي من ساهمت في مفهوم الزواج هذا خصوصا وانها تبلغ من العمر 21

الحالة تصف علاقتها الزوجية انها اجمل علاقة تعيشها في حياتها وانه عطوف ورحيم بها رغم انه يكبرها سنا ايضا انها كانت جد متخوفة فترة لخطوبة كون هذا الزواج حدث تقليدي ولم تدم فترة خطوبتهم الا 4 اشهر

تقول المفحوصة ان زوجها مهتم بها كثيرا (نحس روجي ملكة فوق الارض وهو اكثر انسان مهتم لاموري وقراتي وصحتي اكثر من اهلي خصوصا كمرضت بكورونا للمرة الثانية) كانت المفحوصة توجي ان علاقتها بعائلتها غير جيدة

الا ان المفحوصة ذكرت ان السعادة التي تحتوي علاقتها لا تعلم ان كانت مؤقتة ام دائمة (منعرف اذا كتن رانا عرسان جدد رانا هكا ولا يجي نهار وتتحول هاذ السعادة على كل حال راني متفائلة)

بدا لنا ان الحالة (ي) سعيدة بهذه العلاقة كون زوجها يهتم بها ويهتم بأموالها الدراسية وطموحاتها

اخبرتنا الحالة (ي) انها جد متحمسة للتحدث عن زوجها حيث وبعد طرح الاسئلة عليها بخصوص الاتصال وانه هل من عادتك التحدث معه اخبرتنا انها متوسطة الحديث معه (نهذرو شوية شوية) اصلا معندناش واش نهذرو يتسما كنا لقاوا فاليل نقسرو على واش عشنا وجوزنا فالنهار ونرقدو) لم تظهر المفحوصة اي ايماءات بل بدت لنا عادية واكتفت بالابتسام فقط الا انها اظهرت القليل من الانزعاج عندما اخبرتنا انها تحكي لزوجها كل شيء وتعتبر نفسها صريحة الا انه يسمعها (ومايعكسنيش) لكنه كثير الصمت واحيانا تشعر انه غامض وعندما تخبره ما بك لا يجب الاجابة على اسئلتها لذلك (نخليه على راحتو) بدا لنا ان الزوجة لا تحب اذا الجانب من زوجها واخبرتنا انها تتمنى لو يصبح مثلها يتحدث لها عن مشاكلها العملية او الاسرية او اي كان فهي ستتقبل هذا وبكل فرح وسرور

رغم هذا اخبرتنا المفحوصة انه يعبر لها عن حبه ويغازلها كونهم يعيشون ي بيت مستقل, الا انما يارقها انه لا يتحدث في اي شيء رغم انه ينصت لها حين تتحدث عن مشاريعها واحلامها الا انه لا يبدي رأيه واذا اعطاني رأيه لا يعجيني (نضربو بصح نعاودو نولو ثم ثم) المفحوصة تضحك

اما بالنسبة للتواصل حول الامور الجنسية فأخبرتنا انها لم تعتد على الامر (نموت بالحشمة بسكو مزال ماولفتش باش نولي نحكي فيها) ارغم ان زوجها يتحدث بطلاقة اما هي فلازالت تخجل (اظهرت المفحوصة خجلا بخصوص هذا الامر الا انها تبدو واعية ومدركة له

الحالة (ي) تظهر من خلال اجاباتها الواضحة انها تمتلك تواصل حسن و لا بأس بها خصوصا وانه ينصت اليها ويعبر لها عن حبه لنا الا انها متزعجة كون زوجها لا يعبر لها عن كل ما يجوب في عقله

ان معظم اجابات الحالة (ي) كان تعبر عن الرضا خصوصا من الناحية العاطفية (راني عايشة اجمل قصة حب) المفحوصة كانت كثيرة التبسم والبشاشة وبدا عليه الفرحة (نحسو عوضني فقدان الاب وقاع الدنيا) من هنا بدا لنا ان المفحوصة كان لها ماض مؤلم في عائلتها الا ان اجاباتها كانت مهمة وتحتويها الغموض .

اما عن الجانب الاقتصادي فقالت المفحوصة انها ليست راضية تماما كونهم يقومون بدفع كراء المنزل وتكاليف الدراسة الاكل والشرب بل هي الان تريد ان تأخذ الشهادة على الاقل لتساهم في مساعدة زوجها وان زوجها متقبل لفكرة عملها وهذا ما يشجعها على مواصلة الدراسة وتحقيق النجاحات

وخلال طرحنا للرضا الجنسي اخبرتنا الحالة انها راضية تماما عنه كونه حنون وانه يأخذ الامور بروية .

الحالة اظهرت لنا من خلال اجوبتها انها راضية تماما عن زوجها ولا ترى ابدا انه ما كان عليها الزواج به قائلة (لوكان يخبروني 10 مرات نعاود نختارو . هو اكتشاف بالنسبة ليا والحمد لله)

نتائج الاختبار الاول (الاتصال في العلاقة الزوجية):

تحصلت المفحوصة على درجة 80 من 125 درجة

التعليق على نتائج الاختبار الاول

تعتبر الدرجة المتحصل عليها بالنسبة للحالة على انها درجة مرتفعة و جيدة من الاتصال حسب سلم التنقيط

نتائج الاختبار الثاني (الرضا الزوجي):

تحصلت المفحوصة على درجة 90 من 125 درجة

التعليق على نتائج الاختبار الثاني :

تعتبر درجة المتحصل عليها في المقياس المطبق انها درجة مرتفعة من الرضا الزوجي حسب سلم التنقيط

التحليل العام للحالة :

بعد اجراء المقابلات وتطبيق المقاييس اتضح لنا ان الحالة لديها مستوى مرتفع من الاتصال والرضا الزوجي وقد دعمته لنا المقابلات و المقاييس المطبقة وهذا راجع الى حسن تواصلها مع زوجها جيد وهذا ما اظهرته نتائج المقابلات كونها تتمتع بحس الحوار والحديث معه

وان عامل الانصات الذ يتمتع به زوجها ساعدها كثيرا وهي لا تخفي عنه اي خافية وان تعبيره العاطفي وتعبيره عن مشاعرها ساعدها كثيرا رغم انها تعتبر زوجها غامض كونه لا يخبرها معظم مشاكله الشخصية الا ان تعبيره لهما نحوها اخفى هذا الجانب خصوصا وانها تعيش في بيت مستقل هذا ما يدعو الى التعبير بكل ارحية. الا ان الحديث عن الامور الجنسية لا تجد مرونة في ذلك وقد بررت لنا انها تخجل كثيرا بسبب حداثة الزواج لا غير. الحالة كل هذه الامور بالنسبة لها ساهمت في ارتفاع رضا عندها من كل النواحي سواء العاطفية او الجنسية او الاقتصادية , الا انها تعتبره مشكل يرادها دائما بصفتها طالبة تحتاج الى مصاريف يومية ودفع كراء المنزل المشكل الذي تسعى وراءه لتحقيق جانب اقتصادي افضل وهي لا ترى انه يؤثر على علاقتهما الزوجية بل هي جد متفائلة

الحالة جد راضية على زواجها ومطمئنة من مستقبلها وحاضرها وهي ترى ان زوجها عوض من الله سبحانه كونها يتيمة الاب وتعتبر ان علاقتها اجمل علاقة عاشتها في حياتها ومنه فان تحليل المقابلات ونتائج المقياس يوافقان فقد دعمت المقاييس ما اجابت عنه الحالة في كل مقابلاته

الحالة الثالثة :

ملخص المقابلة النصف الموجبة :

الحالة (ح) تبلغ من العمر 34 سنة تسكن ببلدية بني مراد ' خياطة بالبيت لا تملك اولاد تزوجت زواج تقليدي منذ 4 اشهر , مستواها الدراسي الرابعة متوسط , زوجها عون امن يبلغ من العمر 41 سنة ذات مستوى اقتصادي متوسط نوعا ما لا تعاني من اي مشكلات صحية هي وزوجها

الحالة تعي ماهية الزواج ذات هيئة لا بأس بها تعاني من السمنة المفرطة وهي غير مهتمة بمظهرها تجاوبت بشكل جيد معنا كون هذا الموضوع مهم لها وهي تعتبره محطة جديدة في حياتها

الحالة وصفت لنا علاقتها انها مستقرة وسعيدة وان هذه المحطة خلصتها من هاجس العنوسة ولم تتخيل يوما انها ستحظى بزواج بدا لنا ان حالة غير واثقة تماما من شكلها وودت كأنها مرت بفترات حزن لأنها لم تتزوج في سن مبكر مثل بقية اوتها خصوصا وانها تعرضت للتنمر من شكلها . كل تصريحات الحالية اللفظية والايماثية اكدت انها سعيدة خصوصا وانها تبتسم في كل مرة وان علاقتها بزوجها هي علاقة امان

اما عن تواصلها مع زوجها فهي كثيرة الحديث معه وانهما يتحدثان في معظم الامور وزوجها ينصت لها ويبيدي لها اهتماما اثناء الحديث وانه لا يقاطعها وهو حنون ويعبر لها عن مشاعر حبه وانه وجدها كسند له بعدم موت ابويه وليس لديها مشاكل من هذه الناحية الا انها هي لا تعبر له عن مشاعرها وارجعت سبب هذا الى طبيعة تربيتها لكن وان زوجها يود ان تبادل نفس الكلمات وانها تجد صعوبة في ذلك كذلك بالنسبة للتواصل في ما يتعلق بالأمور الجنسية اخبرتنا انهما غير مرتين في الحديث عنها وهي ترجع السبب اليها

الحالة راضية تماما وعن الناحية العاطفية والجنسية وذكرت انها تعوض ما فاتها من سنوات وهي تعلم اهميتهما في العلاقة وهي تحب زوجها كثيرا وتعلقت به , الا انها اظهرت لنا بعض الضجر القلق والخوف من المستقبل من الجانب الاقتصادي كون قلة راتب زوجها وبعض الديون المترتبة عن الزواج صوصا اونها كانت تعمل خياطة وفقد زبائنها

رغم كل هذا لم تبدي أي ندم حول زواجها ولا تشعر ابدا انها ما كان عليها ان تتزوج بل بالعكس رأت منه حلا لحياتها

تحليل المقابلة النصف الموجهة :

الحالة (ح) ذات هيئة لابأس بها ذات قامة طويلة وسمينة القوام , كانت كثيرة الضحك والحركة غير مهتمة بمظهرها كثيرا , لوحظ انها تود التعامل معنا واعطاءنا المعلومات اللازمة لان موضوع الزواج مهم بالنسبة لها وانها تود اخبارنا حول محطتها الجديدة في الحياة كونها تحولت من عانس في نظر المجتمع الى امرأة متزوجة

حسب الحالة كانت تفهم جيدا ماهية الزواج ووصفت لنا علاقتها انها علاقة جيدة وانها مستقرة لحد الان مع زوجها وانها تخلصت من هاجس العنوسة ذاكرة (الحمد لله معندي مزيد نطلب)

وانها لم تتخيل يوما انها ستحظى بزواج بعد وصولها سن 30 خصوصا وانها تعاني من السمنة وانها ليست جميلة , اخبرتنا ان علاقتها لا تشوبها اي مشاكل (رانا كبار مبقالناش نضاربو المضارب اخليناها للصغار اصلا الواحد لازم يجوز باش يعيش) وانها لا تريد العودة لبت اهلها مهما تعرضت للمشاكل

الحالة بدت لنا وانها مرت بفترات حزن كونها لم تتزوج باكرا لان اجاباتها كانت توجي على ماضيها وما أسمته هي (بايرة) خصوصا وانها توقفت من الدراسة بسن 15 سنة وان كل اخوتها الصغار تزوجوا قبلها كونها تعاني من السمنة الحالة اخبرتنا ان منذ تغير وضعها الاجتماعي هي سعيدة وفرحة مع زوجها في علاقتها لان زوجها مهتم بها فهو حنون عليها لانه يتيم الابوين والجميل انه لا يحاسبني (يقولي ديري واش تحبي في الخرجة في اللبسة مام تيلفون يخليني نكونيكتي ونقسر)

كانت كل تصريحات الحالة (ح) اللفظية والايماثية تدل على فرحتها كونها تزوجت وانها تشعر بالأمان وعلاقتها تحتويها المفاهمة ولم توجي بأي شيء سلبي نحوها

الحالة (ح) كانت تتكلم كثيرا وكانت سعيدة لانها التقت بنا وهذا ما دعم لنا اجابتها على تواصلها الزواجي حيث اخبرتنا انها كثيرة الحديث معه وهذا راجع الى انها اعتادت على الامر في بيت اهلها (دارنا دار غاشي وحنا نهدره فدارنا) وانها لا يمكن ان تغير هذا الامر فيها لأنها اعتادت عليه وزوجها لا يقلقه هذا الامر رغم هدوءه وانها تتحدث له عن معظم الامور ماضيها وحاضرها ومشاكلها (طنجرة كطيح نقولو) وهو ايضا . الحالة اظهرت تعاطفها مع زوجها واخبرتنا ان يحكي (هو معندوش لمن يحكي) وهي تعتبر نفسها سنده الجديد

كانه يعبر لها عن حبه وهو افضل مني في هذه الامور اظهرت بعض الحسرة هنا مطأطأة رأسها قائلة (حنا تربينا هكذا في دارنا) وانه يود ان تغير من نفسها قليلا

تذكر الحالة ان زوجها ينصت لها حين تتحدث ولا يقاطعها خصوصا اذا تحدثت عن امور الانجاب بل يفرح ويستمتع اما عن تواصلهما عن امورهما الجنسية فأخبرتتنا انها لا تتحدث اطلاقا بمرونة في هذا الامر لكن زوجها يحب لوتفاتحه الموضوع وهذا ما ازعجها لكن اخبرتتنا انها تستمتع معه .

الحالة بدت لنا راضية على زوجها من الناحية العاطفية وان زوجها حنون عليها ولم قسو عليها يوما ولو ليوم واحد بل هي تعتبر انها تعوض ما فتها هي زوجها (عوضنا واش فاتنا من حنانة) اما عن حديثها عن الجانب الاقتصادي فقد ذكرت ان زوجها راتبه ليس بكبير وانه لحد الان يعاني من بعض ديون حفل الزفاف (الماصو تاع دار مزال يسالو) وانها تحتاج لبعض الامور من لوازم الحلويات عطور كونها كانت تعمل خياطة وكان لها دخل الا ان في هذه الفترة ابتعدت عن زبائنها وبدا عليها القلق والخوف من المستقبل قائلة (الواحد كيكون وحدو يصبر بصح كون نجيبو ذراري مشكلة)

اما بالنسبة لرضاها عن العلاقة الجنسية اخبرتتنا انها ضرورية لانها تقوي العلاقة وهي التي تكبر العلاقة فكانت تعي جيد اهميتها واخبرتتنا انها راضية تماما عنها بل ترى انها وسيلة تنفيس بالنسبة لها ولزوجها

الحالة لم تبدي لنا ابدا انه ما كان عليها الزواج من زوجها بل بالعكس رأت ان زواجها هذا مفتاح خير لها وان زوجها اكثر انسان حلمت به في وحدتها

نتائج اختبار الاول (مقياس الاتصال في العلاقة الزوجية)

تحصلت المفحوصة على درجة 96 من 125 درجة

تعليق على نتائج الاختبار الاول

تعبر نتيجة متحصل عليها من قبل المفحوصة انها على درجة جيدة من حسب سلم التنقيط

نتائج مقياس الرضا الزوجي:

تحصلت المفحوصة على درجة 80 من 125 درجة وهي درجة جيدة من الاتصال حسب سلم التنقيط

تحليل العام للحالة :

بعد اجراء المقابلات وتطبيق المقاييس اتضح لنا ان الحالة لديها مستوى مرتفع من الاتصال والرضا الزوجي وقد دعمت لنا المقابلات و المقاييس المطبقة هذا , وهذا راجع الى تمتعها مع زوجها بحس الحوار والحديث مع زوجها في مختلف امور حياتهما وقد نسبت ان كثرة حديثها مع زوجها اولاً, راجعة الى طبيعة تربيتها كونها تنتمي الى اسرة كبيرة وثانيا الى ان الزوج يتيم الابوين لذلك هو يعبر لها عن حبه وعطفه ويحي له معظم مشاكله ويناقشها في كل الامور كالامور الشخصية الجنسية الا انها تجد صعوبة في مناقشته الامور

وهي تنسب هذا الى عدم اعتيادها على هذا فقط وهذا ما تضح في البند13 في مقياس الاتصال في العلاقة الزوجية

الحالة مستقرة وسعيدة خصوصا من الناحية العاطفية والجنسية , لانها تعتبر زوجها الحالي هو فارس احلامها لانها اعتبرت ان الزواج كالحلم الذي تحقق بعد ان عانت من هاجس العنوسة بسبب وزنها الزائد ما جعلها تعاني من عدم الثقة في شكلها لسنوات , الحالة رغم سعادتها ورضاها عن كل هذه الامور الا انها مستاءة من الجانب الاقتصادي قليلا ما عكس في البند 17 الا انها لم يؤثر على علاقتها وسعادتها وهي لا تشعر بأي ندم او حسرة حيال زواجها بل بالعكس تعتبره نعمة وانه محطة خير لها , ومنه فأن تحليل المقابلات ونتائج المقياس ا لنا متوافقان بدرجة عالية

الحالة الرابعة:

ملخص كل المقابلة النصف موجهة :

الحالة (ح) تبلغ منالعمر 24 سنة ، درست بالمعهد الوطني للشبه الطبي . وهي تعمل الان ممرضة بالمستشفى الجامعي بالبيدية . يبلغ زوجها من العمر 35 سنة ذو مستوى جامعي . يعمل عامل في شركة خاصة.

يقيمان في بيت مع الاهل الا ان لهما طابق لوحدهما مستقر . المستوى الاقتصادي تحت المتوسط . المرأة تعاني من مشكلات صحية كونها لا يمكنها الحمل في الوقت الحالي. و مدة زواجهما هي 6 اشهر.

زواجها كان تقليدي نوعا ما ، بالاساس لم ترغب به كزوج .

الحالة لا تتواصل جيدا مع زوجها كون هذا الزواج لم ترغب به في البداية وان زوجها غير مهتم بها نوعا ما ولا تتمتع بعامل الانصات عندما تتحدث مستواها التواصل مع زوجها ضئيل نوعا ما وهذا ما ادى لنقص الرضا الزوجي لديها

الحالة في تحديثها عن الجانب العاطفي والجنسي تقول انه مقبول ووصفته بأنه عادي مثل كل الناس وهي لا ترى في هذا شيء كبيرا

الحالة "ح" تتالم من المستوى الاقتصادي الذي ارغمها عليه زوجها ان هذا النقص الاقتصادي اثر كثيرا على حياتها الزوجية . فاختلف المستوى المعيشي بين الذي كانت تعيشه و ما تعيشه الان هو السبب الوحيد في حزنها .

ترى ان علاقتها بزوجها مقبولة نوعا ما لكن عليها ان تتزوج زوجها وترضى به كعريس مهما كان .و تتحمل جميع المشاكل .

مستواها التواصل مع زوجها ضئيل نوعا ما وهذا ما ادى لنقص الرضا الزوجي لديها.

الحالة غير راضية كثيرا على زوجها في الناحية الجنسية و خاصة الاقتصادية . وهذا راجع لعدم اختيارها لزوجها كما ان الحالة لا تستمتع كثيرا معه وان مان عليه ان تختار رجل اخر من مستواها المعيشي.

تحليل المقابلة النصف موجهة :

الحالة ذات هيئة انيقة ، تتكلم اللغة المزدوجة ولها طلاقة في الكلام تتكلم بوضوح وبصراحة .تستجيب لكل الاسئلة تجيب بوضوح بكل ثقة كانت تتكلم عن زوجها باحترام وانها لم يكن اختيارها عن حب .

عندما جاءت الحالة كانت جد هادئة الا ان بعد فترة قصير من التعارف و شرح لها موضوع الدراسة العلمية بدأت في التحدث بكل مرونة ولم تقاوم عند طرح الاسئلة كانت تبدو ذو ثقافة و طلاقة في التعبير تتحدث بهدوء ، الاستجابة مع الاخصائية .كلامها كان مترابط و افكارها منسقة .كانت تتكلم بوضوح و صريحة في اجوبتها تجيب فوراً ، تواصلها البصري جيد .

كما تم ملاحظة التعب و الاصفرار في ملامح وجهها شاحبة الوجه . و نذكر ان الحالة كانت متعبة نفسياً تريد التفريغ عن ما تعيشه في حياتها الزوجية ،

عن حالتها الاجتماعية ومستواها المعيشي المتدني و انها تتالم يوميا من معاناتها المعيشية منذ بداية زواجها الذي لم ترغب به

تذكر الحالة انها لم تختبرها زوجها و حتى ان اباهم لم يسألها عن رأيها به ام لا لأن زوجها كان صديق زوج اختها و كان يريدنا منذ صغرها اذ انه كان ينتظر يوم تخرجها من الدراسة ليطلبها من اهلها على قول لسانها (هولي كان حاب يتزوج بيا و دجايرني في بالو ملي كنت صغيرة انا ماكنش حابة .ككي كملة الجامعة جاء تقدملي دارنا قبلو بيه و ما سقساونيش كامل .قولي تقليدي) .

بالنسبة لعلاقتها مع زوجها تقول انها مقبولة على العموم تقول الحالة (علاقتي مقبولة لكن عندنا مشاكل هو صح عاقل ...لكن انا ماشي متقبلتها .ان واش كنت عايشة و دوك ماشي كيفكيف فرق كنت الفوق و دوك طحت و محال نولي كيما كنت هو شهريتو قليلة بزاف انا من البنات الي تصرف تحب تعيش هو ماكين والو.) كما ان الحالة تعيش بدون امل و لا شيء يعجبها منذ ان تستيقظ في الصباح و المشاكل تبدأها على قولها (كي نكون رايحة لخدمتي نكره و نفقد طاقتي .كنت عايشة في المدينة و دوك على برا ماكاش ف واش نروح لخدمتي .تضايق بيا الدنيا و نكره هذ الزواج . من قبل ما قبلش وزادتلي سوء المعيشة) .

تذكر الحالة " ح " انها لاتشعر فعلا باهتمام زوجها بها كثيرا على قولها (الاهتمام لا ماشي كثير مانحس والو من جهتي) حتى اننا اشعرنا ان علاقتهم الزوجية لا تحتويها فعلا السعادة بالرغم من حداثة زواجهما حسب تصريحاتها .

بالنسبة لتواصلها الزوجي هي لا تتحدث كثيرا مع زوجها عما يعيشانه بالرغم ان في فترة خطبتهما اصرت على الحوار بعد الزواج لان ترى ان الحوار هو مفتاح حل المشاكل مهما كان نوع المشكلة بقولها (من اول يوم هدرنا و تفهمنا على مستقبلنا و حياتنا الزوجية قوتلو نحب المشكل الي يكون نهردو و نتحاورو عليه و نحلوه بيننا)

كما ان الحالة "ح" تقول ان نادرا ما نتحدث عن مشاكلنا الشخصية و حتى الزوجية .هو فقط اراه دائما يفكر في مشاكله الشخصية لوحده لكن نادرا ما نتحدث عنها سويا بقوله (قاع الرجال عندهم مشاكل لكن هو غير يعي يقع يخمم لوحده نظن ان مشاكل المعيشة).

تقول ان زوجها يعبر لها عن حبه لكن بالكلمات فقط و هي لا تشعر به بالنسبة لها كلمة عادية بدون احساس و لا رومانسية التي كانت تحلم بها ان تعيشها بقولها (يقولي نحبك برك ماشي كيما نعرفو انك تشعرني بهدجك الحب و تعيشي الرومانسية مع الي تحبيههو يقولها لي بصفة عادية).

كما تقول ان اثناء حديثها مع زوجها هو يستمع لها و لا ينصت اليها يعني لا يهتم لما تقوله كما انها تقول ربما المشكل فيها هي انا كونها لا تحاول الحديث معه الا لمرات نادرة و انها لم تعوده يوميا لقولها (شوفي هو يهتم وينصت عادي لكن ماشي تاع يير بهدتك نعي نقولو علاه ما تدخلش في مشروع تجاري ..يسمع لكن ماديرش بهدرتي) بالنسبة لتكلمهما في امورهما الجنسية تقول انها يتكلمان بنوع من الحرية و لا مشكلة لدهما في التحدث بمرونة لانها هي صريحة في جميع اقوالها.

اما بالنسبة للرضا العاطفي لم تستطيع ان تقول لنفسها اني لا ارضى عنه في كل الشئ كونها لو فكرت هكذا لن تتمكن من العيش معه ، لكن عندما تقارن نفسها بالآخرات تحمد الله.

اما عن رضاها الاقتصادي عن زوجها هي ليست راضية و لو حتى بالقليل بقولها (ابدا ليست نفس المعيشة الي كنت عايشتها في دارنا فرق كبير)وتتمنى ان تتعدل الامور قريبا لانه شيء مهم جدا بالنسبة لها، لا حظنا ان الحالة تعيش نوعان مشاكل اقتصادية كبيرة و هذا ما اثر على حياتها الزوجية .فهي تقاوم يوميا و تتحمل جميع مشاكلها الاقتصادية لكن تحاول ان تتناسى نقص زوجها الاقتصادي

اما عن رضاها عن زوجها جنسيا مقبول في العموم وكانت اجاباتها مهمة قائلة (نورمال كما قاع الناس)

تذكر الحالة "ح" انها تشعر كثيرا ان ما عليها ان تتزوج زوجها هذا عن قولها (نعم ما كان علي ان اتزوج برحل من غير مستوي المعيشي . كان علي ان اتعرف واحسن اختيار الزوج الذي يناسب مستوي .

1 / نتائج الاختبار الاول (الاتصال في العلاقة الزوجية)

تحصلت الحالة على 69 درجة من 125 حسب سلم التنقيط ، وهذا ما يدل على وجود اتصال ضئيل بين الزوجين .

1 / التعليق على نتائج الاختبار الاول :

تحصلت الحالة على 69 درجة و هذا يدل على وجود خلل وانخفاض في مستوى التواصل بين الزوجين
نتائج الاختبار الثاني: (مقياس الرضا الزوجي).

تحصلت الحالة على 71 درجة من 125 حسب سلم التنقيط .

ب / التعليق على نتائج الاختبار الثاني :

تعتبر الدرجة المتحصل عليها بالنسبة للحالة على انها درجة منخفضة حسب سلم التنقيط . وهذا ما يدل على ان الرضا الزوجي غير محقق بصفة كبيرة.

التحليل العام للحالة :

بعد اجراء المقابلات وتطبيق المقاييس اتضح لنا ان الحالة (ح) لديها مستوى منخفض من الاتصال و الرضا الزوجي وقد بررت لنا المقابلات والمقاييس المطبقة هذا .

ان عدم رغبة الحالة على الزواج منذ البداية جعل من الحالة غير راضية به مبدئيا كزوج وهذا ما ادى الى انخفاض مستوى التواصل مع زوجها خصوصا وان زوجها غير مهتم بها كثيرا ولا يعبر لها عن حبه ومايجوب بخاطره كما هي تريد , وخاصة انه لا يتمتع بعامل الانصات عندما تتحدث و لا يشاركها معظم افكارها ومبادئها فالحالة لم تبدي اي رضا العاطفي والجنسي خصوصا انها ترى منهم الامور الجنسية اشياء عادية مثلها مثل باقي الناس , ولا تعيره اهتماما كبيرا وهي تعتبره امرا عاديا يحدث في أي علاقة.

بل بالعكس ترى ان الجانب الاقتصادي هو الاساس في الحياة لذلك اظهرت لنا عدم الرضا الاقتصادي ي على زوجها وتغير مستواها المعيشي كون عائلتها من العائلات الثرية الحالة تتالم من المستوى الاقتصادي الذي ارغمها عليه زوجها ان هذا النقص الاقتصادي اثر كثيرا على حياتها الزوجية . فاختلف المستوى المعيشي بين الذي كانت تعيشه و ما تعيشه الان هو السبب في حزنها وفي انخفاض الرضا من هذا الجانب .

ومنه فأن عدم رغبتها في الزواج منذ البداية وانخفاض مستوى الاتصال والمستوى الاقتصادي ولد عند الحالة عدم رضا عن حياتها الزوجية وعليه, فان تحليل المقابلات ونتائج المقياس يتوافقان فقد دعمت المقاييس ما اجابت عنه الحالة في كل مقابلاته .

عرض وتقديم الحالة الخامسة :

ملخص كل المقابلة النصف موجهة :

الحالة "م" تبلغ من العمر 26 سنة سن الزوج 33 سنة ، لها شهادة صيدلة الا انها ماكتة حاليا بالبيت زوجها طبيب بالبليدة .تقيم مع اهل الزوج ، لديهم طفلة ، ذات مستوى اقتصادي جيد لا تعاني من اي امراض عضوية او نفسية .اختارت زوجها عن طريق تعارف قصة حب دامت (05 سنوات) ومدة زواجها عامين لحد الان

لها علاقة جيدة بزوجها جد متفهمين .يهتم بها كثيرا زوجها يحب الحياة و يعمل على اسعادها دوما يبادلها مشاعر الحب و الحنان في كل الاوقات . تحبه كثيرا تتحدث اليه و ينصت اليها دوما .

تتمتع بالتواصل مع زوجها في شتى اشكاله . راضية عن زوجها في كل النواحي العاطفية ، الاقتصادية ، الجنسية .

الحالة جد سعيدة مع زوجها وراضية عن زواجها وتعمل دوما على تطويره لتحقيق سعادة أكثر.

تحليل المقابلة النصف موجهة :

الحالة (م) ذات هيئة جيدة ذات قامة متوسطة جميلة الشكل وانيقة المظهر ، مثقفة حيوية مرحة

تستجيب لكل الاسئلة تجيب بوضوح بكل ثقة تمتاز بتقدير نفسي عالي كانت تتكلم بحب عن زوجها وانها كان اختيارها الاصح . لوحظت انها تعيش سعادة زوجية بكل حب .

الحالة " م" معظم اجاباتها حول نوعية العلاقة بزوجها كانت تقول انها ناجحة وان زوجها يعي جيدا مفهوم العلاقة الزوجية واساسياتها و ان الزواج مسؤولية كما تسعى دائما الى حياة زوجية افضل . كانت تتحدث بثقة ، وكانت تبدو عليها السعادة الزوجية . ثم قالت احيانا يوجد مشاكل ولكن (معظمها تنحل ، لكل مشكلة حل) .

وبعد ان سألناها ان يهتم بها زوجها قالت نعم يهتم ب من كل الجوانب كما تقول ان زوجي (راجلي يعرف يعيش ويحبنى نعش في الهناء يعرف بلي كي يهنييني يهنا . حتى ان يوصل يسمح من حقو غير باش يفرحني) .

كما اكدت ان علاقتهما تحنوها السعادة . وهذا كان بارز في طريقة كلامها وانهما يتبدلان مشاعر الحب . وانهما يعيشان الحياة الزوجية كما يجب ان تكون قائلة (ملي كنا صغار و احنا نسانا وقتناش يعي الوقت الي نتروجو ... و نعيشو كيفكيف) . كما اكدت الحالة "5" ان زوجها يعمل دائما على اسعادها و ان له الفضل الكبير في هذه السعادة الزوجية وحتى عائلة زوجها يحبونها ويهتمون بها ويعملون دائما على اسعادها

كانت كل اجابات الحالة "م" تدل على تواصلها الجيد مع زوجها حيث ذكرت الحالة انها لهما العادة دائما في التحدث عما يعيشانه (يحكي لي كلشيء في الليل و لفتو يهدر حتى انا نقولو هذا الشئ مليح لعلاقتنا) خاصة ان كانت لديهم مشاكل تؤكد الحالة ان من عادتهما التحدث و تحليل جميع المشاكل للوصول الى حل سويا كما انها تتجنب عدة مرات الاحاديث التي تقلق زوجها . كما انها تتحدث دائما عن احلامها و طموحاتها . وهو يستمع اليها بكل افتخار بها و معبرا لها عن حبه العظيم بجميع الطرق (افعالا و اقوالا) مؤكدا لها على حسن اختياره لها .

وبعد طرح سؤالنا حول تواصلهما الجنسي تقول ان لهما العادة في التكلم في جميع الامور الجنسية كما تؤكد ان لا يوجد حدود بينهما في جميع الامور و هذا بسبب قصة حبهما التي دامت سنوات طويلة (عرفتمو من بكري لهذا ماكاش حشمة بيناتنا) كما تؤكد انها دائما تسعى الى ارضائه من الجانب الجنسي لانه هو اساس العلاقة و اكدت لنا انها من عادتها البحث و تطوير نفسها لقطع الملل اليومي بين زوجها وهذا لشدة حبهما له .

لا حظنا ان الحالة تعيش مستوى جيد من التواصل وهي لا تشعر بباي شيء سلبي في التواصل (في جميع ابعاده) . كما انها تتجنب مناقشة مواضيع معينة مع الزوج كي لا تقلقه .

الحالة "م" عبرت لنا بسرور عن رضاها العاطفي و اكدت لنا ان عن حبهما له و عن قصة عشقهما التي دامت سنين . كما انه يعمل دائما على ارضائها ، ويغمرها بحنانه وعطفها وخاصة بعد ان رزقا بطفلة ، وانها هي رمز

حيمما (هو فايثني يحسسي بحنانتو و حب و عطفه . حتى ربي رزقنا بنونوشة زادت حالات حياتنا و كبرت حينا)

وعند طرحنا لها ان كانت راضية اقتصاديا عن زوجها تقول انه مهتم بها جيد من هذه الناحية ولواديه كذلك لهما الفضل قائلة (الحمد لله بالرغم ان ما نعملش في الوقت الحالي . ما مخلي والو عليا حتى والديه يعاملوني كيما بنتهم . يعني كيما كنت في دارنا كيما راني . الحمد لله)

1 / نتائج الاختبار الاول (الاتصال في العلاقة الزوجية)

تحصلت الحالة على 113 درجة من 125 حسب سلم التنقيط ، وهذا ما يدل على وجود اتصال ممتاز بين الزوجين .

ا / التعليق على نتائج الاختبار الاول :

تحصلت الحالة على 113 درجة وهذا يدل على وجود التواصل جيد بينها وبين الزوج.

نتائج الاختبار الثاني : (مقياس الرضا الزوجي).

تحصلت الحالة على 89 درجة من 125 حسب سلم التنقيط ، وهذا ما يدل على ان الرضا الزوجي محقق بين الزوجين .

ب / التعليق على نتائج الاختبار الثاني :

تحصلت على درجة 89 وهي درجة مرتفعة من الرضا الزوجي حسب سلم التنقيط

التحليل العام للحالة :

بعد اجراء المقابلات وتطبيق المقاييس اتضح لنا ان الحالة الحالية تعيش مستوى جيد من التواصل والرضا وهي لا تشعر باي شيء سلبي في علاقتها فهي تتمتع بمعظم المهارت الذي يحتويها الاتصال مع زوجها كالتعبير اللفظي والعاطفي و انصات زوجها

الحالة جد متفهمة ومثقفة من جانب الاتصال والتواصل حيث انها ل تتجنب مناقشة مواضيع معينة مع الزوج كي لا تقلقه وهذا من شدة حبا له ومابره هذا الامر تعرفها الذي دام 5 سنوات قبل الزواج ومستواها الثقافي العالي

الحالة تعيش علاقة جيدة مع زوجها جد متفهمين .يهتم بها كثيرا زوجها يحب الحياة و يعمل على اسعادها دوما يبادلها مشاعر الحب والحنان في كل الاوقات مازاد من ارتفاع مستوى راضا عن زوجها في كل النواحي العاطفية ، الاقتصادية ، الجنسية .

الحالة بدت لنا جد سعيدة مع زوجها وراضية عن زوجها وتعمل دوماً على تطويره لتحقيق سعادة أكثر رغم أنها تعيش مع الأهل لم يؤثر عليها هذا الأمر بل بالعكس وما برر كل هذا هو حسن التواصل والرغبة في الزواج منذ البداية

ومنه فإن المقابلات التي أجريناها معها و نتائج المقياس متوافقان فقد دعمت المقاييس ما اجابت عنه الحالة في كل مقابلاتها

الحالة السادسة :

ملخص المقابلة النصف موجهة :

الحالة "ر" تبلغ من العمر 40 سنة سن الزوج 55 سنة ، ، مأكثة في البيت ,الحالة "ر" تعاني من العقم . زوجها كذلك . اختارت زوجها عن تعارف . تصف علاقتها الزوجية بالعادوية . تعاني من عدة مشاكل مع زوجها وترجع السبب لعقم . الذي اثر كثيراً على حياتها الزوجية وخاصة النفسية مع العلم ان مدة زواجها 3سنوات . قلة تواصلها الزوجي كذلك اثر عليها ، وعلى سعادتها الجنسية وان زوجها لا يبدي اهتمامه لما تقوله له اما بالنسبة للتعبير عن المشاعر فهي تعتبر هذا الشيء روتيني ,لم نفهم المفحوصة كثيراً رغم اجاباتها لانها كانت مهمة

الحالة "ر" غير راضية عن زوجها لا عاطفياً وخاصة جنسياً كون هذا الشيء روتيني بالنسبة لها خصوصاً وانهم لا يمكنوا ان يلدوا اطفال بسبب عامل السن من جهة والعقم من جهة وانه لا يبدي اهتمامه بحبه لها كثيراً ولا يشعرها بعطفه اثناء علاقته الجنسية معه. وأكدت انه احتياج بيولوجي فقط كذلك انها تشعر بالندم في اختيارها له . كذلك تشعر بمعاناة نفسية يومية

تحليل المقابلة النصف موجهة :

الحالة تبدو حزينة ويظهر عليها القلق في حياتها . كما يبدو عليها الملل ، لا تحب الكلام كثيراً . تجيب بدون تفكير ، افكارها مشوشة . تبدو مضغوطة . تبدو عليها الحيرة . فاقدة للأمل . متشائمة ايضاً . تتكلم و تتنفس بصعوبة . غير مسترخية .

تم اختيارها لزوجها عن طرق تعارف في الجامعة ولكن لم تقل التفاصيل .

معظم اجاباتها تخلوها نوعاً ما من السلبية والتشاؤم . تصف علاقاتها بزوجها حسنة نوعاً (مازالتى لدوك عند وراهو حاملي اذا راهي حسنة .) أي ترجع السبب اليها المفحوصة تبدي بعض الحزن

الحالة لديها دائماً مشاكل مع الزوج وفي كل الاوقات بقولها (نعم دائماً المشاكل الدار ما تحبش من عياط و ما قدرش نعرف اسبابها ممكنالعقم) وتؤكد ان كل هذه المشاكل لم تكن من قبل اي في سنواتهم الاولى .

وان زوجها يهتم بها لكن بشكل عادي . وانها لا تحب كثيراً اهتمامه بها .

عندما سألت ان كانت علاقتهما الزوجية تحتويها السعادة قالت (لا ، نقولو احيانا لكن لا اشعر بها كاي نقص كبير...ماشي كيما بكري...هذا الشيء بالنسبة لي) .

الحالة بدت وكأنها غير مستقرة نفسيا كذلك اوحى لنا ان علاقتها لاتعجبها وانها غير سعيدة تماما

قمنا بطرح سؤال ان لها عن الحوار مع زوجها عن ما يعيشانه تجيب (مينبداك)

وتقول ان مشكلتها الوحيدة هي العقم وان ليس لها غيره من مشكلة غيرها قائلة (العقم هو الي راوي اثر عليا و عليه ولكن انا لا ابوح له بهذا الشيء) اوحى لنا انها لاتفتاحه في معظم مشاكلها والامور التي تؤلمها كما ان زوج الحالة يعبرلها دوما عن حبه ولكن تقول (وليت نحسو شكل روتيني) هي تعتبر هذه الامور العاطفية روتينية في العلاقة.

كانت كل اجابات الحالة "ف" تدل على عدم تواصلها الجيد كثيرا مع زوجها اذ تقول (ملي نهدر يسمعي لكن مايديهاش كامل فيا .نقول مع روجي لكان نقعدو و نهدر و نحدد مشكلتنا نقدر و نتجاوزو لكن مع الوقت نكره و نقول خلاص هذا مكتوبنا وهو داير هكا) .

وعند طرح سؤالنا ان تتكلمان في اموركم الجنسية بكل حرية تجيب قائلة (نم اكيد نهدر منذ البداية في هذه الامور كوننا تزوجنا عن تعارف و بقينا نهدر و ماكاش حشمة و لا حدود بيناتنا .لكن ما نخبيش عليك في السنوات الاخيرة ملي عرفنا و تاكدنا ان محال نجيبو درا ري نقصت هذيك المتعة و المرونة .لعلاقتنا الجنسية ولات تلبية حاجاته البيولوجية فقط ...) المفحوصة كان يظهر عليها الحزن والبؤس

الحالة "ف" تقول ان في سنواتها الماضية كانت راضية عاطفيا عن زوجها لكن الان ليست راضيه خاصة على نفسها لهذا لا يهمها ان ترضى عنه كزوج حتى ان زوجها لاحظ هذا الشيء (يقولي ولي كيما كنتي انا مازاني كيما عرفتني بصح ماشي قع كما كان منقبل) .

لوحظ ان الحالة "ف" جد راضية عن زوجها اقتصاديا قائلة (الحمد لله ما فيني مانقصني والو) وهذا ليس مشكل بالنسبة لها

كما انها ليست جد راضية عن زوجها جنسيا قائلة (كيما قتلك و لاو حاجات ليه بيولوجية الوقت و مشكلة العقم غيرو بزاف صوالح)

تاكد الحالة ان ما كان عليها ان تتزوج بزوجها هذا (راني عايشة لكن لا اشعر بطعم الحياة معه .ما عرفش اذا مشكلتي العقم .او مشكلة اخرى .مينبداك نقول لوكان ما حبيتوش و تزوجت بلي تقدمولي قدري راو مغير راني ام و بولادي و عايش مهنية) وفي الاخير (علاياك نظن ان كان لازملي اخصائي و الله جات في وقتها هذ الدراسة حتى كي حكييت حسيت براحة) .

كانت المفحوصة تظهر لنا حاجتها للتحديث مع الاخصائي واعتبرت هذا الامر متنفس لها كون العقم اثر عليها خصوصا وانها لم تتزوج باكرا.

1 / نتائج الاختبار الأول (الاتصال في العلاقة الزوجية)

تحصلت الحالة على 67 درجة من 125 حسب سلم التنقيط .

ا / التعليق على نتائج الاختبار الأول :

تحصلت الحالة على درجة 67 وهذا يدل على عدم التواصل الجيد بينها وبين زوجها حسب سلم التنقيط

نتائج الاختبار الثاني: (مقياس الرضا الزوجي).

تحصلت الحالة على 70 درجة من 125 درجة

ب / التعليق على نتائج الاختبار الثاني :

تعتبر المتحصل عليها من قبل الحالة على انها درجة منخفضة حسب سلم التنقيط

التحليل العام للحالة :

بعد اجراء المقابلات وتطبيق المقاييس اتضح لنا ان الحالة "ف" لديها انخفاض في الاتصال و التواصل و

انخفاض في الرضا الزوجي حسب نتائج المتوصل اليها

بحيث انها غير راضية عن زوجها من الناحية العاطفية ولا الجنسية وهذا راجع الى انه لا يبدي اهتمامه

بحبه لها ولا يشعرها بعطفه وانهما قليلا التواصل اللفظي والعاطفي

هذا ما دل على عدم سعادتها ورضائها بهذه العلاقة بحيث انها غير راضية عن الجانب العاطفي والجنسي كثيرا

خصوصا وانه لا يبدي اهتمامه لما تقوله له وانه لا يتمتع بحس الانصات ما يدعم عدم الرضا هذا ايضا هو

عدم تحدث الزوجين عن مشاكليهما الشخصية كالمشاكل العائلية من جانب، ومن جانب اخر عامل العقم

الذي تعاني منه الزوجة كونها لم تعيش دور الامومة وهذا الاخير اثر على حياتها النفسية كثيرا وهي بهذا العمر

الحالة تشعر بالندم في اختيارها له و تشعر بمعاناة نفسية يوميا حيث انها بدت وكأنها غير مستقرة نفسيا

ما برر عدم رضاها عن علاقتها الزوجية وعدم سعادتها وفرحتها

اما عن الرضا الاقتصادي فالحالة و بعد المقابلات اتضح لنا انها لا تعيره اهتماما كبيرا لذلك ليس له أي

دخل في عدم الرضا بل يمكن نسب عدم رضاها الى عقمها وقلة تمتعها هي وزوجها بما يكفي من المهارات

التواصلية ومن هنا لوحظ ان هذه الحالة (ف) تعاني من عدم رضا وعليه فان تحليل المقابلات ونتائج المقياس

متوافقان

تحليل و مناقشة الفرضيات على ضوء الفرضيات :

الفرضية الأساسية والتي تنص على :

هناك علاقة بين الاتصال الزوجي على الرضا الزوجي عند المتزوجات حديثا

من خلال ماتم تطبيقه من ادوات متمثلة في الملاحظة العيادية والمقابلة العيادية بنوعها الموجهة والنصف الموجهة تحققت الفرضية الاساسية بصفة نسبية من جهة وما دعم مقياس الاتصال الزوجي الذي يحمل كل من مهارات التعبير العاطفي وعامل الانصات والحوار وحل المشكلات , كون هذا الاخير اثر على الرضا الزوجي. فعند التعامل مع الحالات لاحظنا انه كلما كانت الزوجة تتمتع بمستوى مرتفع من الاتصال وجيد مع زوجها وجدنا ايضا ان لديها مستوى مرتفع من الرضا الزوجي مما يوحي للتأثير والعلاقة الايجابية بين هذين المتغيرين المتداخلين فيما بينهما في تحديد نوع العلاقة الزوجية للمتزوجات حديثا

وهذا ما بينته دراسة ندى 2019 الى كشف المهارات الاتصالية الزوجية والرضا الزوجي عند المتزوجات حديثا في محافظة رام الله بفلسطين , حيث اظهرت النتائج المتعلقة بهذا عن وجود علاقة ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0), اذ جاءت العلاقة طردية موجبة بمعنى كلما زاد مستوى المهارات الاتصالية عند المتزوجات حديثا زاد مستوى رضا زوجهن , وهذا ما ظهر في دراستنا و الحالات التي طبقنا علمهن حيث وجدنا انه كلما زاد مستوى الاتصال في العلاقة الزوجية زاد الرضا الزوجي

ويمكن عزو هذه النتيجة الى الرجوع للتعريف الذي اعتمده منظمة الصحة العالمية 1995 للمهارات الزوجية , حيث عرفتها بأنها مجموعة من الكفايات المتعلقة بالسلوك الايجابي الذي يمكن افراد الاسرة من مواجهة الفعالة للمطالب والتحديات اليومية

(ابو سعد الختاتنة 2011)

وبناء على التعريف السابق يمكن القول ان امتلاك الكفايات المتعلقة بالسلوك الايجابي كمهارة التعبير العاطفي والانصات والاصغاء ومهارات الحوار يزيد من مستوى الرضا الزوجي

وهذا ما أكدته دراسة ابو العز 2007 تأثير التواصل على التوافق الزوجي حيث اشارت ان كل الزوجات اللواتي يستخدمن اساليب تواصل فعالة لديهن مستوى اعلى من التوافق الزوجي ومستوى اعلى من الصحة النفسية مقارنة بالزوجات اللواتي يستخدمن اساليب تواصل غير فعالة

(ابو العز. 2007)

كما اكدت راسة كوردوفا وميرغن ان المهارات الانفعالية تؤثر على الرضا الزوجي ومن خلال تأثرها بالحميمية والصحة الزوجية

(Cordova and mirgain. 2007)

ومن جهة اخرى وجدنا في دراستنا ان هناك عوامل اخرى اثرت على الاتصال و الرضا الزوجي وارتفاعهما كمتغيرين كاختيار الشريك كتمتع الزوجان بمستوى دراسي جيد كذلك السن العيش باستقلالية بعيدا عن الاهل والاقارب وهذا كان في الحالة الاولى والثانية والثالثة والخامسة , بالعكس من الجهة المقابلة وجدنا ان هناك عوامل ساهمت في انخفاض الاخيرين كالعيش مع الاهل وعدم اختيار الشريك بقناعة وتندي المستوى

الاقتصادي للزوج او الاصابة بأمراض جسدية (كالعقم وغيرها) وهذا ماكان في الحالة الرابعة والحالة السادسة مما ساهم في انخفاض الرضا الزوجي لديهم

ان النتائج المتوصل اليها من خلال الحالات تعزي مستوى المرتفع والمرن للاتصال الزوجي التي يتمتعن بها مع أزواجهن حيث ان الاصغاء والقدرة على الحوار وحل المشكلات و معرفة المشاعر الزوج وغيرها من المواقف الحياتية يزيد من درجة الرضا الزوجي لدى المتزوجات حديثا وبالتالي يمكن النظر الى الرضا الزوجي انه نتيجة وجود مهارات اتصالية جيدة ومرنة لدى معظم الحالات .

مناقشة الفرضية الجزئية والتي تنص على:

مهارة التعبير العاطفي اكثر مهارة قدرة على تحقيق الرضا الزوجي :

لدراسة هذه الفرضية اعتمدنا على المقابلة العيادية وذلك بتخصيص اسئلة في محور الاتصال الزوجي بشأن التعبير العاطفي , حيث كانت معظم الايجابيات ايجابية وتوافق المقياس , ومنه وجدنا عند الحالات التي تعيش مستوى جيد من التعبير وطلاقة فيه بحيث تتبادل مشاعر الحب والحنان , ايضا لهم مستوى على من الرضا عن زوجهم وبما يحتويه من ابعاده . وفي المقابل وجدنا الحالات التي تعاني من انخفاض وندرة في التعبير عن المشاعر والحب انخفاض في مستوى الرضا الزوجي لديهم والذي يهدد حياتهم الزوجية رغم انهم في بداياتها . ومنه يمكننا القول ان الفرضية تحققت بنسبة معينة ويمكن اعتبارها من اكثر المهارات قدرة على تحقيق الرضا الزوجي

اذ ان تعزيز المشاعر الايجابية لدى الزوجين من يوم الى اخر يؤدي الى تحسين مستوى الرفاهية لديهم وقدرتهم على التكيف ومرورتهم بصمودهم النفسي

(Halsket et all ; 2012-12)

كما اوضحت العديد من الدراسات منها دراسة جان 2016 والتي كشفت نتائجها عن وجود علاقة موجبة ذات دلالة احصائية بين الرضا الزوجي والتواصل العاطفي.

(جان. 2016)

كما اتفقت دراسة الداغر 2014 الى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية لدى افراد عينة من المتزوجين حديثا على مقياس الرضا وادائهم على مقياس التسامح

(الداغر. 2014)

اضافة الدراسة شايبو وجوتمان وكوبر 2000 والتي اظهرت نتائجها ان العلاقة الجيدة والتواصل العاطفي الايجابي بين الزوجين قبل الانجاب يتنبأ بزيادة مستوى الرضا الزوجي بعد الانجاب بينما سوء التواصل بين الزوجين يتأثر بتراجع مستوى الرضا الزوجي بعد انجاب الاطفال

(Shapiroo . and gottman .2000)

وعليه يمكننا القول ان الحياة الزوجية الحديثة بالنسبة للمتزوجات حديثا هي علاقة يمكنها ان تستمر بمتطلبات التبادل والتي لا تقتضي منها التواصل الجسدي فقط بل ايضا التواصل العاطفي والتعبير عن المشاعر والمكونات اتجاه الشريك

مناقشة الفرضية الثانية :

مهارة القدرة على الحوار اكثر مهارة قدرة على تحقيق الرضا الزوجي:

لدراسة هذه الفرضية اعتمدنا على المقابلة العيادية وذلك بتخصيص اسئلة في محور الاتصال الزوجي بشأن القدرة على الحوار, حيث كانت معظم الايجابيات ايجابية وتوافق المقياس, ومنه وجدنا ان الحالات التي تعيش مرونة في الحوار مع ازواجهن تعيش نفسهن مستوى مرتفع من الرضا الزوجي وعليه, يمكننا القول ان مهارة القدرة على الحوار من بين اكثر المهارات قدرة على تحقيق الرضا الزوجي

كونها تعد شكلا من اشكال التواصل اللفظي المهمة للتعرف على مختلف الآراء و الافكار وتبادل المكونات والعواطف وهي بدورها تساعد على مهارات اخرى كالانصات والتشجيع والاقناع والايحاء خصوصا ون الزوجين حديثي الزواج .

وينظر الكفاي 1999 الى مهارات القدرة على الحوار – ولغة التخاطب بين الزوجين من مقومات الاساسية لبناء العلاقة الزوجية السليمة واستمرارها , كما ان القدرة على التعبير زوجين امام بعضهم البعض تجعل كل منهما يفسر الاخر سلوك الاخر تفسر صحيحا

(نداء. 2019. ص 23)

لذلك تحقق هذه الفرضية يتفق مع دراسة موسى 2009 التي اظهرت ان ما فسره القدرة على التعبير والتواصل بمرونة لدى الزوجين من تباين في التكيف الزوجي لكلهما بلغ (0.58) وهذا يؤكد تأثير الطريقة التي يتواصل بها الأزواج مع بعضهم البعض تؤثر على ارتفاع مستوى التكيف الزوجي لديهم

(موسى. 2009)

كما تعزي هذه النتيجة المستوى المرتفع لدى الحالات التي تم تمت الدراسة عليها على مقياس الاتصال في العلاقة الزوجية حيث ان عامل القدرة على الحوار والانصات والتعبير بسلاسة ومعرفة مشاكل الغير تزيد من مستوى الرضا الزوجي وبالتالي يمكن النظر الى الرضا الزوجي انه نتيجة لوجود هذه المهارة الزوجية

الاستنتاج :

نستنتج مما سبق ومن المقابلات وكل الحالات ان هناك علاقة بين للتواصل الزوجي وعلى الرضا الزوجي الذي تعيشه كل معظم الزوجات باختلاف معيشتهم وتجاربهم ومستواهم المعيشي .

فكل الزوجات التي لديهن مستوى من مرتفع ومتنوع من المهارات الاتصالية مع ازواجهن , كالانصات ومهارات التعبير العاطفي والقدرة على الحوار تعيش نفسها رضا زوجي مرتفع والعكس , اذ ان الحالات اللواتي لديهن

مستوى ضئيل من المهارات الاتصالية لديهم كذلك مستوى منخفض في الرضا الزوجي بمختلف ابعاده وبالتالي يمكننا ان نعتبر ان التواصل سببا مهما في التوافق الزوجي واستقرار العلاقة الزوجية من جهة , ومن جهة اخرى يمكن ان يكون سوء الرضا الزوجي راجع الى الطبيعة المعيشة كالمشاكل الاقتصادية والصحية او عدم تمتع باختيار الشريك والعيش مع الاهل كذلك اهمال الزوج , الا ان الرضا يتأثر به ويظهر كعرض لزواج مضطرب

قائمة المراجع:

- أبو العز. (2007): اساليب التعامل الزوجية واشكال التواصل بين الزوجين بالصحة النفسية والتوافق الزوجي .رسالة دكتوراه جامعة عمان العربية . عمان
- القضاة ايناس.(2016): المهارات الزوجية وعلاقتها بالتوافق الزوجي للمتزوجات حديثا. رسالة ماجستير.كلية العلوم النفسية والتربوية. جامعة عمان.الأردن.
- جان .نادية سراج. (2016): الرضا الزوجي وعلاقته بالتواصل العاطفي وعدد سنوات الزواج في مرحلة العمرية للابناء.جامعة ام القرى.السعودية
- سعادة احمد سمر.(2005): الرضا الزوجي والاكتئاب لدى عينة من العقيمين في الأردن. كلية التربية الجامعة الأردنية . عمان الأردن.
- عبد الرحمان . نداء أحمد عوادة.(2019): المهارات الزوجية وعلاقتها بالرضا الزوجي لدى المتزوجات حديثا في محافظة رام الله. جامعة القدس المفتوحة. فلسطين
- عبد الفتاح. عبد الغني. (1990). الاتصال والثقافة بين الشخصية والتصديق .دار العربي .مصر
- فايز مروان.(2018): الاستقرار الزوجي وعلاقته بالتسامح وانماط الاتصال لنموذج سارتير فارجينيا لدى الأزواج.رسالة ماجستير.جامعة النجاح الوطنية.فلسطين

Kurdeck. L.A(1991). Predictors in increases in marital distress in newlywed couple A.3year prospective longitudinal study . Developmental psychology

Leggett .G pittman R ;bysczek B,S and morse T (2012). Cooperation , conflits and marital satisfaction bridging theory research and practice. Journal of individual psychology

Shapiro. Gottman JK Career (2000).the baby and the marriage, identifying factors the buffers against decline in marital satisfaction after the first baby arrives. Journal of Family psychology

الوعي بالصحة العاطفية في الخمس سنوات الأولى وكيفية بناء المرونة العاطفية والدواعي لذلك

"Awareness of emotional health in the first five years and how to build " "emotional resilience and why

د. مرسلينا شعبان حسن

سوريا - دمشق

معاور الدراسة:

- 1- مقدمة حول موقع ودواعي الاهتمام بالصحة العاطفية
- 2- التعريف بالنمو العاطفي ومراحله ؟
- 3- علامات وجود مشكلة في النمو العاطفي ؟
- 4- المرونة في تعزيز النمو العاطفي والصحة العاطفية في الخمس سنوات الأولى من عمر الانسان ؟
- 5- أنشطة وتمارين مساعدة لعيش المرونة العاطفية عند الأطفال .

مقدمة :

حول موقع ودواعي الاهتمام بالصحة العاطفية

تمت الإشارة إلى المشاعر الأساسية أو الأولية في كتاب الحقوق ، وهي موسوعة صينية من القرن الميلادي الأول. ولا يزال هناك الكثير عنها لا نعرفه. كما أن هناك الكثير من الأسئلة حول العواطف دون إجابة .

وعواطفنا - سواء كانت جيدة أو سيئة - توفر الكثير من الإثارة في الحياة ، والأمر المعلوم لدى المحللين النفسانيين أن التطور العاطفي هو مفتاح عيش حياة صحيّة.

والعاطفة هي رد فعل بيولوجي يتجلى في إحساس جسدي يولد في السلوك: إنه أساس شخصيتنا، بمعنى آخر، المشاعر التي يشعر بها الطفل الصّغير حاسمة، فهي تشبع حياته المستقبلية وتلونها بلون معين.

والعاطفة ظاهرة إنسانية معقدة. إنها ليست فقط واجهة يمكن ملاحظتها بين التكامل الفسيولوجي للإشارات الجسدية وتطور الحالات العقلية، ولكنها أيضا ظاهرة ديناميكية تخلق روابط شخصية تعزز انفتاح الفرد على العالم و أيضا استبعاده وابتعاده عن الآخرين.(1)

إذن ما الذي يمكن فعله للمساعدة في تسهيل هذا التّمو العاطفي لدى الأطفال الصّغار والتّنشئة السليمة لعيش صحة عاطفية جيدة ؟

هذا ما سأحاول الإجابة عليه وتوضيحه والتأكيد عليه في مداخلي لهذا المؤتمر الهام والأول حول الصحة العاطفية باللغة العربية . وذلك فقا للمعاور المشار اليها في البداية .

ندرس كنفسانيين الكثير حول الصّحة العقلية والجسدية، ومع ذلك ، هناك جانب رئيسي آخر للصّحة والعافية لا يدركه الكثير من الناس، وهو العافية العاطفية، إذ مازال البحث حوله لم يشبع ويستحق منا كباحثين نفسانيين مزيداً من الاهتمام والعمل حوله.

إن العواطف لديها القدرة على التأثير على أجسامنا بشكل مباشر، وكذلك بشكل غير مباشر. أهمية العاطفة لصحتنا العامة تماثل أهمية التربة للنبات. حيث من الثابت أن لعواطفنا القدرة على إحداث تغييرات فسيولوجية في أجسامنا. إذ يمثل الاتصال مع العاطفة بأنه اتصال مع النفس الحقيقية لكل منا.

ولأجل حالة عاطفية صحيّة ، من الضّروري احتضان جميع المشاعر، عندما نشعر بها. وهناك الكثير من الأشخاص لا يفهمون الفرق بين المشاعر والعواطف.

وبصورة عامة، يعتبر الناس المشاعر والعواطف واحدة. ومع ذلك ، فإن الشّعور هو التّصوير العقلي لما يحدث في أجسامنا عندما نخبر العواطف. الشّعور هو نتيجة ثانوية لإدراك دماغنا وتعيين معنى لمشاعرنا.

على سبيل المثال ، في موقف معين ، عندما نتعرض للظلم ، يشعر جسمنا بالحرارة ، ويبدأ قلبنا في النبض بشكل أسرع ، وقد نبدأ في التّعرق قليلاً. يفسر عقلنا ذلك على أنه "غضب".

لقد صنّف عالم النّفس "بول إيكمان" ستة مشاعر أساسية هي: الغضب والسّعادة والمفاجأة والاشمئزاز والحزن والخوف ، عندما نشعر بها. وهذا يقودنا إلى الخطوة الأولى لكيفية العناية برفاهيتنا وصحتنا العاطفية:

بالتأكيد لا يمكن تخصيص دماغنا ليشعر بالسّعادة فقط كمشاعر. حيث البقاء سعداء طوال الوقت يعد مسألة خرافية. لقد تم تصميم الدماغ البشري ليشعر بمشاعر مختلفة. بالتأكيد لا يمكننا تخصيص دماغنا ليشعر بالسّعادة فقط كمشاعر. ولكن ، يمكننا أن نجعل أنفسنا مرنين وأقوياء لاحتضان الألم والخوف وجميع المشاعر الأخرى إلى جانب الفرح.

خلال اللحظات غير السّعيدة ، يمكن للمرء أن يتذكر دائماً أن هذه لحظات مؤقتة يجب أن تمر ، مما يمهد الطريق لأوقات أفضل. وعندما تكون في موقف حزين، لنحاول ألا نتخلص من الحزن. ولنسمح لأنفسنا أن تكون حزيناً. فإجبار أنفسنا على الخروج من ردود أفعالنا العاطفية الطبيعية هو ما يخلق صراعاً ويزعجنا بشكل كبير. كما أن الحفاظ على عواطفنا في الداخل لفترة طويلة جداً يبدأ في خلق سُميّة في رفاهيتنا العامة.

فمسألة عدم التقليل من شأن عواطفنا أمر في غاية الجديّة والأهمية ، فلندع عواطفنا تتدفق. ونبحث عن أفضل طريقة لتوجيهها، وللتنفيس ندع عواطفنا تخرج. فلا نبقها مختبئة، ولنبحث عن أفضل طريقة لتوجيهها.

المصطلح التّقني الذي هو "التّنفس" في حالات مثل: التّحدث إلى صديق ، والكتابة في مجلة ، وركوب حصان ، والرّسم ، والطّهي ، ومشاهدة التلفزيون ، وممارسة الرياضة. ومن المهم أن نقوم بأي شيء يسمح لمشاعرنا بالتّدفق.

علينا أن لا نقلل من شأن صحتنا العاطفية ، فالإنسان أقوى مما يعتقد: لنقبل وضعنا الحالي وحالتنا الراهنة. قبول ما نحن عليه ، وليس القول كان من المفترض أن يكون.

من هنا يقتضي التأكيد على عدم التقليل من شأن قوتنا العاطفية، وكأن العاطفة ضعف، وحالة تبعدنا عن الثقة بأنفسنا .

في أبحاث الدماغ تعتبر العاطفة نشاط دماغي معرّفِي يجعلنا بشرا. وبذلك تكون المشاركة العاطفية ضرورية في جميع الأعمار التّنومية، لأننا بحاجة إلى شركاء يشعرون: وحالة التقاط مشاعرنا من خلال الآخرين هو فرصة فريدة لتجربة مشاعر الآخرين وعواطفنا الخاصة أيضاً.(2)

2- التّعريف بالنمو العاطفي ومراحله ؟

واحدة من الركائز الأساسية لمساعدة الأطفال على التطور بشكل صحيح هي معرفة مشاكلهم التي هي وراء مراحل نموهم المختلفة. من الولادة إلى المراهقة .

وليس فقط من خلال الحديث عن التّغيرات الجسدية ، يكون النمو ، ولكن على مستويات أعمق ، مثل التّنمية الاجتماعية والتّطور النفسي والعاطفي. لذلك ، كآباء ومقدمي رعاية ، من الضّروري أن نعرف ونفهم كيف ينمو أطفالنا، ويتكيفون مع مراحل التّمّو المختلفة.

ما هو التّطور النفسي العاطفي؟

التّطور النفسي العاطفي موجود في تطور جميع البشر ، لأننا جميعا في الأساس ، كائنات اجتماعية. وكل فرد منا لديه مجموعة واسعة من العواطف والعمليات المعرفية والعلاقات الشّخصية التي تميزه عن الآخرين.

ومنذ الطفولة الأولى يصبح التّطور العاطفي عملية متأصلة في التّطور الاجتماعي لكل إنسان ، وعندما تحدث التّفاعلات الأولى مع الآخرين. يبدأ الأطفال في التّعرف على بعضهم البعض وتشكيل شخصياتهم وفهم الديناميات الاجتماعية للعالم الخارجي.

يمكننا بعد ذلك القول أن التّطور العاطفي هو عملية النّضج والتّكوين في مرحلة الطّفولة ، حيث يُعطي الأطفال شكلا ومعنى لعواطفهم وأحاسيسهم ، بالإضافة إلى صياغة أنماط السلوك وطرق العيش وتفسير مشاعرهم ، فيما يتعلق بأنفسهم والآخرين.

أهمية التّطور النفسي والعاطفي الجيد

التّطور النفسي العاطفي هو المفتاح لتشكيل بشر متكاملين ومسؤولين ، يتمتعون باحترام الذات الجيد، وضبط النفس والثّقة والكفاءة. بالإضافة إلى ذلك ، سيسمح للأطفال بالتّطور بشكل كاف في المدرسة، وفي حياتهم المهنية المستقبلية.

إن التّطور العاطفي سيمنح أطفالنا القدرة العاطفية على تجربة عواطفهم والتّعرف عليها وتنظيمها، وكذلك الاستجابة بشكل مناسب لمحفزات وعواطف الآخرين.

والعديد من هذه التغيرات مصحوبة بحالات فسيولوجية داخلية أو لأسباب ذاتية للغاية ، ترتبط بتغيرات في السلوك بسبب عوامل خارجية. يتجلى التطور النفسي والاجتماعي أيضا في تعبيرات شخصية الطفل وميوله.

منذ سن مبكرة ، من الضروري أن نوجه أطفالنا بالتوجه الصحيح ، مع مراعاة عواطفهم ومهاراتهم ، حتى يصبحوا أشخاصا مستقرين ، ويصبحون قادرين أن يتخذوا القرارات الصحيحة وسيكونون قادرين على تأكيد أنفسهم في علاقاتهم مع الآخرين.

في تربية الأطفال علينا ألا نهمل أبدا هذا البعد من شخصيتهم ، لأجل ذلك فحاجتنا تكون ملحة لغرس وتعليم الأطفال تحقيق التوازن بين عالمهم الداخلي المليء بالعواطف والمشاعر ، والعالم الاجتماعي الخارجي ، المليء بالخبرات والمسؤوليات.

حيث أن ثقل التأثير الاجتماعي على التطور النفسي العاطفي

يتخذ الأطفال خطوات للاندماج في المجتمع في نهاية المطاف من خلال الاعتراف بمشاعرهم الخاصة. وبالتالي فهي جزء من مجال اجتماعي ثقافي له معايير وقيم وسلوكيات ومواقف محددة تحكم نموهم ، وفقا لإرشادات التعلم الخاصة بالأسرة والمدرسة.

لذلك ، يرتبط التطور النفسي العاطفي للإنسان ارتباطا وثيقا بالمجتمع. إذ سوف يندمج الأطفال تدريجيا في هذا المجتمع ، ويشاركون فيه بنشاط ، واعتمادا على عيش عواطفهم ، وتصوراتهم عنها تبعاً لتدريبهم وتعليمهم.

لذلك يمكننا أن نؤكد أن التكوين النفسي والعاطفي للطفل مرتبط بالمجتمع ، وأن المجتمع سيؤثر على نمو الطفل بعدة طرق، والعكس صحيح. هذا التكامل والارتباط أمر لا مفر منه وضروري يجب عليك الإشراف عليه ، بصفتنا أحد الوالدين أو أحد الأوصياء على الطفل .

والشيء المهم الذي يجب مراعاته هو أن العملية النفسية العاطفية هي عملية مستمرة. لكن الخطوة الحاسمة ، التي ستمثل قبل وبعد في حياة الطفل، ستكون في طفولته. هذا هو السبب في أنه من المهم للغاية رفع وتعزيز النمو النفسي والعاطفي الجيد عند الأطفال .

مراحل النمو العاطفي :

أولا : الطفولة المبكرة (2-3 سنوات)

يبدأ الأطفال في إظهار المزيد من المشاعر (مثل الخجل والفخر) والوعي الذاتي. بالإضافة إلى ذلك ، يواجهون استقلاليتهم المحدودة ويبدأون في التعبير عن حالاتهم العاطفية. وبالتالي ، يعبرون عن مشاعرهم بصراحة للآخرين ومقدمات.

ثانياً: مرحلة ما قبل المدرسة (4-5 سنوات)

في هذه المرحلة ، يعبر الأطفال عن المزيد من المشاعر وحتى الدوافع. إذ يتم تعزيز عملية اكتشاف الذات عندهم . ويكونون أكثر قدرة على تنظيم عواطفهم ، وتقييم مشاعرهم وحالاتهم الداخلية (الخاصة بهم وتلك الخاصة بالآخرين) ، وفقا لوعيهم بهويتهم الجنسية. والقدرة الأكبر على التّواصل مع الآخرين توسع نموهم النفسي والعاطفي والاجتماعي.

في الأشهر الأولى ، يبدأ المولود الجديد في التّمايز، مع من يشعر بوجوده فقط من خلال أحاسيسه الجسدية ، فهو على اتصال وثيق بمشاعره. ويظهر مشاعره الخاصة من خلال الانتباه إليه .

وعندما يكبر الطفل ، سيكون قادرا على ربط الأفكار واللغة بمشاعره. إذا تم أخذ تجربته العاطفية في الاعتبار منذ أيامه الأولى ، وإذا سمع الشخص البالغ يضع كلمات على ما يشعر به ، فسيعرف كيفية القيام بذلك بدوره.

هذه الطريقة من عمر 2 سنة ، يمكن للطفل معرفة ما إذا كان يشعر بالحزن أو القلق أو الغضب ...

نحن كبشر نميل إلى التّظر فقط في المشاعر "غير السّارة". ولكن في حالة تعود الطفل على التّعبير عن المشاعر الممتعة أيضا من خلال سماعه لوالديه عندما يقولان له : "أجداك سعيدا / مسليا / راضيا / فضوليا / محتوى / متحمسا / مؤذيا / ديناميكيًا / مهتما / إلخ"، وكلما كان قادرا على إعادة إنتاج هذه الألوان المتنوعة لاحقا على لوحة المشاعر الخاصة به.

ويشعر الطفل بالثّقة، إذا ساعدناه على التّعبير عن مشاعره ، وسيعرف كيفية القيام بذلك مبكرا جدا، مما سيساعده على الازدهار. من ناحية أخرى ، ليس قبل 6-7 سنوات - عصر العقل الشّهير، وأنه سيتعلم إدارة عواطفه (لتهديئة أو طمأننة نفسه ، على سبيل المثال). حتى ذلك الحين ، يحتاج إلى مساعدة الكبار لإدارة الإحباطات والغضب ... (13)

في وقت مبكر وبالتّحديد خلال 8 أسابيع، ينظر الطّفل بعيدا، ويتوقف عن الابتسام، ويظهر تعبيرات الوجه السّلبية أثناء التفاعل غير المتزامن مع الأم. وتظهر النتيجة التي تم تكرارها مرارا وتكرارا ، أنه يجب تعديل التّعبير واستجابته لتلبية معايير التفاعل الاجتماعي المقبول: بمعنى آخر، يميز الطفل ضد استجابة مختلفة عن إنتاجه ، ويتفاعل معها على أنها انتهاك للمشاركة العاطفية.

بعد بضعة أشهر ، يجذب الطفل إلى جميع الناس ، حتى لو كانوا غير معروفين ، القدرة على المزامنة عاطفيا معه. حوالي الشهر التاسع من عمره ، وتصبح الوظيفة الإعلامية للتّعبير العاطفي للآخرين فعالة للتّعامل مع المواقف الجديدة أو المحفزات الغامضة مثل المنصة التي يجب عبورها للوصول إلى والدته: لا يعبرها الطفل إلا إذا كان تعبير وجه والدته إيجابيا.

يتخلل الإدراك الاجتماعي بسرعة التّعبير عن المشاعر وفهمها.

إن تشريب مجال العاطفة عن طريق الإدراك له تداعيات على الشّعور بالأحداث ، معدلة من خلال منظورها وذاكرتها. حتى عمر الأربع سنوات ، يتعلق التّطوير بظهور تعبيرات أكثر دقة وغموضا مثل الشكّ والسّخرية

والفضول والعار والازدواجية. ويصبح التعبير عن علامات الوجه وردود الفعل العاطفية على الأحداث أكثر تعقيدا ، خاصة بالنسبة للمشاعر السلبية. ويبدأ التمييز في الحالات العاطفية التي تثيرها تعبيرات الوجه في النصف الثاني من السنة الثانية. إنه يبدأ الاضطرابات الحقيقية في تطور العواطف: تمثيل الحالات العقلية المتعلقة بالعواطف في النفس وفي الآخرين. يتجاوز مشهد عواطف الآخر الآن العدوى العاطفية البسيطة ليأخذ في الاعتبار الحالة الذهنية المرتبطة به. وهكذا تبدأ المرحلة الثانية من التطور العاطفي ، أكثر إدراكا ، والتي ستؤدي إلى ممارسة السيطرة على عواطف المرء ، والتمييز بين الشّعور والسّماح بظهوره ، فإن التعبير عن الآثار الاجتماعية للعواطف وفهمها يسيران جنبا إلى جنب. إن وصف التجارب العاطفية الخاصة بالمرء ، واستنتاج تجارب الآخرين ، وفهم أن التجربة العاطفية لمن حولنا قد تختلف عن تجربتنا العاطفية الخاصة ، وهي تطورات تبدأ في السنة الرابعة. فاللغة تسهل هذه التطورات ، ولكنها ليست الشرط بالنسبة لهم (21)

إن القدرة على التمييز بين العاطفة المحسوسة والعاطفة المعبر عنها معاصرة لمقدمات نظرية العقل ، التي سينشأ وصولها من المشاركة العاطفية (22) ، وبالتالي ستستند أولا وقبل كل شيء إلى المعالجة الاستدلالية للأسباب العاطفية والإرادية (ترغب في ذلك) ، قبل الأخذ في الاعتبار الأسباب المعرفية ، أي المتعلقة بمعالجة المعلومات (يعرفون ذلك). في وقت متأخر فقط من فترة ما قبل المدرسة ، بعد عمر الخمس سنوات ، يفهم الأطفال أن العواطف التي يختبرونها يمكن فصلها عن سلوكياتهم التعبيرية ، وأنه يمكنهم غرس اعتقاد خاطئ في شريكهم من خلال إصدار إشارات تعبيرية لا علاقة لها بمشاعرهم أو نواياهم. خلال نفس الفترة ، يتعلم الطفل التعبير عن مشاعره وفقا للقواعد الاجتماعية ، الأمر الذي يتطلب بعض التحكم في المهارات الحركية للوجه (23). إنه لا يمثل فقط العوامل التي من المحتمل أن تؤدي إلى المواقف العاطفية ، وأيضا عواقيها. إنه يعلم أن حالته العاطفية يمكن "قراءتها" على وجهه ، وأنه يمكنه محاولة إخفاءها أو "إعطاء التغيير". إنه يعلم أيضا أن الآخرين يعرفون

وبالتالي ، فإن التغيير والنمو المتوقع منهم على المستوى العاطفي يأتي من ناحية من التجارب التي تحدث في سياقهم ، ومن ناحية أخرى من نضجهم.

لهذا السبب ، أثناء نموهم العاطفي ، يبدأ الأطفال في تحديد أهداف عاطفية معينة لأنفسهم وللآخرين. وهذا مع مراعاة السياق. تختلف الطريقة التي يظهر بها الأطفال أنواعا مختلفة من المشاعر بشكل ملحوظ وفقا لخبرتهم.

كما أن لها علاقة كبيرة بتاريخ التعلم الخاص بهم. هذا يؤدي إلى إنجازات كبيرة في الفهم والتنظيم العاطفي والاستجابة التعاطفية (24)

الحقيقة هي أن الرفاهية العاطفية لأطفالنا ليست تحت سيطرتنا بالكامل. مثلما لا يمكننا أن نجعلهم سعداء طوال الوقت ، لا يمكننا أيضا منعهم من تجربة المشاعر السلبية. ما يمكننا القيام به هو تزويدهم بالأدوات التي يحتاجونها لفهم وإدارة أحداث الحياة المزعجة في بعض الأحيان والعواطف التي تنشأ نتيجة لذلك.

من 1 إلى 3 أشهر

في هذه الأشهر الأولى ، بدأ طفلك للتو في الخروج من الأخدود المعتاد للبكاء، والتبول والرضاعة وبدأ في إدراك وجود عالم من حوله. كل شيء جديد تماما للطفل ، وهو يأخذ كل شيء.

في هذه المرحلة ، يمكن للطفل أن يبدأ في رؤية الأشياء بوضوح أكثر من ذي قبل.

يبدأ في الشعور بالأشخاص المألوفين وتهديتهم.

يستجيب لشخص يلمسه بطريقة إيجابية.

ومن الشهر 3 إلى 6 شهرا يفهم أمن الوجود البشري والتوقف عن البكاء عند مسكه من احد غريب .

ويكون مركزا ويبدو أنه يركز أكثر عند سماع الأصوات.

يصنع ابتسامات أو وجوها غريبة عندما يتحدث إليه شخص ما.

من 18 إلى 24 أسبوعا ، يبدأ الطفل في معرفة أنه فرد بمفرده أيضا. عندما يكتشف وجود عالم وأشخاص مختلفين ، يبدأ في اكتشاف يديه ويصبح مرتاحا مع أشخاص مألوفين. في هذه المرحلة ، يمكن للطفل أن يصنع ابتسامات أفضل ويضحك بهدوء عند العثور على شيء مثير.

ويبدأ في التعرف عليك وعلى أي أشخاص آخرين يظهرون بشكل متكرر.

يفهم الحاجة إلى التّواصل مع الانزعاج ويطلب الاحتضان بالبكاء بشكل مختلف.

يبدأ في الالتفاف حول الذراعين والساقين في الإثارة أو لمجرد التّواصل.

من 3 إلى 6 أشهر ، الطفل يدرك الفرق بين شخصين ومعرفة أنهم أفراد منفصلون.

ربما يتعرف على نفسه في المرآة، ويضحك بصوت عال.

ينظر إلى الأطفال الآخرين ويبحث عن الشّعور بالرفقة.

يبدأ في إظهار الردود عند سماع باسمه.

ومن 6 إلى 9 أشهر

يبدأ الطفل في استكشاف المساحة المحيطة به، وفهم الفروق الدقيقة في التّواصل. لن يكون قادرا على التعبير عن مجموعة من المشاعر بطريقة أفضل فحسب ، بل سيفهم أيضا نفس المشاعر عندما تعبر عنها.

في هذه المرحلة ، يمكن للطفل أن يستمتع بلعبة peek-a-boo ودمى الظل كثيرا.

يبدأ في الفهم عندما تشير إليه وفهم بعض الإشارات غير اللفظية.

يحصل على المعنى وراء وجه غاضب أو صوت عال ويستجيب بشكل مناسب.

وأيضاً يتم تطوير مفهوم الحياة والمطالبة باستعادة لعبته والبكاء إذا تم أخذها بعيداً. يبحث عن الراحة من الأشخاص المؤلفين ، خاصة عندما يكون هناك أشخاص جدد. من 6 إلى 9 أشهر يحدث اللجوء إلى مص إبهامه أو قبضته لتهدئة نفسه.

من 10 إلى 12 شهراً

مع اقتراب الطفل من عام الأول، يبدأ في التعرف على منزله ومفهوم الأسرة. كما يبدأ في التعبير عن مشاعره في مجموعة متنوعة ، ويشارك في تنفيذ الأنشطة بنفسه ، ويسعى إلى التحقق من صحته والموافقة من المقربين منه.

في هذه المرحلة ، يمكن للطفل أن يتعلق بالوالدين

يبدأ في تفضيل بعض النكات أو الأفعال المضحكة ويكررها بنفسه.

يبحث عن التحقق من صحة القيام بشيء جيد أو يبدأ في التصفيق لنفسه.

يبدأ في الشعور باحترام الذات ويحافظ على مشاركته في بعض الأحيان.

من 10 إلى 12 شهراً

التطور العاطفي له أيضاً وتيرته الخاصة ، ويعتمد ذلك من رضيع إلى آخر. في بعض الأطفال ، يمكن أن يتأخر أيضاً. إذا كنت تتساءل كيف يمكنك تحديد مشكلة في النمو العاطفي للطفل، فيجب علينا قراءة العلامات العاطفية الثابتة والمتغيرة. (27)

والطفل لا يشعر بالعاطفة حتى يتمكن من تقييم قيمة المحفزات المقدمة له. لذلك هناك علاقة مباشرة بين العاطفة والإدراك.

قبل 2 سنوات: يكون الاكتشاف من خلال التقليد

في 2 سنوات: تبدأ مرحلة المعارضة

3-5 سنوات: يحصل الاستقلال والحكم الذاتي في القلب

6-10 سنوات: يبدأ بناء العلاقات مع الآخرين والثقة بالنفس .

10 سنوات فما فوق: بدايات المراهقة ومعرفة الذات

3- علامات وجود مشكلة في النمو العاطفي ؟

A child displays destructive behavior

لقد رأينا علامات يمكن أن تلفت انتباهنا ويجب أن نأخذها في الاعتبار إذا لاحظناها عند الأطفال. يمكن أن تكون تحذيرا ، لأن التغييرات السلوكية عند الأطفال تشير دائما إلى التغييرات في نموهم.

الأطفال لطيفون عندما يكونون شقيين. وبعض نوبات الغضب والحجج والصراخ من حين لآخر ليست غير طبيعية. ولكن إذا أصبح هذا السلوك حدثا يوميا ، فهذا مدعاة للقلق. فيما يلي بعض العلامات التي تشير إلى أن سلوك الطفل غير طبيعي :

يبدو أن الطفل يواجه صعوبة في إدارة عواطفه. لديهم نوبات عاطفية متكررة ، والأشياء البسيطة تزعجهم.

ليس من الطبيعي أن يصبح الطفل البالغ من العمر ثماني سنوات مندفعاً ويظهر سلوكاً مدمراً مثل الضرب ورمي الأشياء والصراخ وما إلى ذلك.

ينسحب طفلك الثرثار إلى قوقعة ، ويتحدث مرة أخرى ، ويبدو وقحا دون سبب.

قد يكون الطفل الصّغير يكذب أكثر مما ندرك. وتصبح سرقة أو أخذ أشياء لا تخصهم عادة.

يؤثر سلوك الطفل على أدائه في المدرسة. على سبيل المثال ، قد يدخل الطفل في معارك أو يتأخر في الفصل أو يتغيب عن الفصول الدراسية.

تصبح الخلافات والخلافات التي يعاني منها الطفل البالغ من العمر سبع سنوات مع أقرانه مشاكل تؤثر على حياته الاجتماعية. هذا ليس طبيعياً.

غير قادر على التركيز على شيء واحد ، يصبح مضطرباً ، كسول للغاية ، أو مشوش.

ينغمس في السلوكيات الجنسية غير المناسبة للعمر.

يبدأ الطفل في التشكيك في تعليمات والديه ولا يستجيب للانضباط. وقد يتحدى القواعد لمجرد تحدي والديه.

ليس من الطبيعي أن يؤذي الأطفال أنفسهم أو حتى يفكرون في إيذاء أنفسهم. لذا ، إذا كانوا يؤذون أنفسهم جسدياً ولديهم ميول انتحارية ، فيجب أن تكون قلقاً.

من المهم أن نلاحظ أن الجزء العقلاني من الدماغ لم يتطور بعد عند الأطفال دون سن الثالثة ، وبالتالي فهو مدفوع بمشاعرهم. مع تقدمهم في السن ، تتحسن العقلانية لكنهم ما زالوا بحاجة إلى الدعم منا في إدارة عواطفهم. هذا طبيعي.

بين سن الثانية والرابعة ، يبدأ الطفل في فهم تأثير الأسباب الخارجية وبعض ذكريات الأحداث الخارجية على العواطف. من سن 5 سنوات ، يبدأ الطفل في فهم تأثير الرغبات على العواطف .

قد يؤدي التعرض لبيئة جديدة أو عندما لا تسير الأمور كما هو مخطط لها أو حدوث شيء غير متوقع إلى جعل الطفل يبدو مضطرباً أو متهيّجاً. يمكن للطفل بعد ذلك التعبير عن غضبه في شكل غضب أو نوبات غضب ، والتي يمكن أن تنطوي أيضاً على رمي الأشياء حولها.

قد يكون الطفل الصّغير أيضا غير مهتم تماما بأي شيء يحدث من حوله. كأن يحصل له على لعبة جديدة ، أو نصطحبه إلى مكان جديد ، أو نعلمه لعبة جديدة ، لا شيء يبدو أنه يحدث أي فرق. قد يبدو خاملا ، وهذا لا يعني أنه ينام بشكل مفرط ، لكنه لا يريد التّحرك كثيرا أو الاستمرار في التّحديق في لعبته المفضلة دون بذل جهد للذهاب والحصول عليها.

يمكن أن تبدأ بعض هذه المشكلات في الظهور في شكل مادي أيضا. الفشل في التّعامل مع العواطف يضع ضغطا لا داعي له على الجسم أيضا ، مما يؤدي إلى صداع متكرر ومشاكل في المعدة وعسر الهضم وما إلى ذلك. يمكن أن يخفي خمول طفلك مرضا ، أو حتى قد تكتشفها في مرحلة لاحقة.

لنضع في الاعتبار أن السلوك غير اللائق أو المقلق يمكن أن يكون الطريقة التي يتواصل بها الطفل معنا لإعلامنا بكيفية أدائه. لا يدير الأطفال الصغار أو يفهمون عواطفهم بشكل كاف ، لذلك يبحثون عن طرق أخرى لطلب المساعدة من والديهم أو الأشخاص الكبار مصدر الثقة في محيطهم .

ومع ذلك ، للتحقق مما إذا كان الطفل غير سعيد ، لنترقب المظاهر التالية:

- من الصّعب عليه أن يبتسم أو أنه لا يفعل ذلك أبدا.
- لا يلعب مع الأطفال الآخرين (في هذا الصدد ، يجب توخي الحذر ، لأنه من الطبيعي أن يلعب الأطفال بمفردهم قبل سن 4 سنوات).
- على الرّغم من صحته البدنية الجيدة ، إلا أنه غالبا ما يكون سريع الانفعال ويبدو محبطا.
- يتغير سلوكه فجأة دون سبب محدد يبرره.
- عادة ما يكون الطفل المحجوز هو الذي يصبح فجأة عدوانيا. إذا لم يكن هذا هو الحال من قبل ، فإن الإشارة أكثر لفتا للنظر ويجب أخذها في الاعتبار.
- كما أن تقلبات المزاج لا تظهر سببا منطقيا أو واضحا أو حتى واضحا.
- عواطفهم شديدة للغاية وردودهم متفجرة (يجب أن نكون حذرين أيضا في هذا الصدد ، لا يملك الأطفال الصغار الأدوات اللازمة لإدارة حالاتهم العاطفية).
- غالبا ما يكون مريضا ، مع أعراض شائعة مثل: الشعور بالضيق العام أو القيء أو آلام في المعدة. في كثير من الحالات ، لا يوجد مبرر واضح لهذا الوضع.
- لا يشعر بالرغبة في تناول الطعام.
- لديه كوابيس أو رعب ليلي.
- وجود تأخيرات تطورية. على سبيل المثال ، كان يذهب بالفعل إلى الحمام ، لكنه يتبول عليه أو أثناء الليل ، أو يعاني من تسريبات غير خاضعة للرقابة.
- لا يشعر بالرغبة في الذهاب إلى المدرسة ، أو قد يصبح عدوانيا أو غاضبا حتى لا يضطر إلى الذهاب.
- ليس لديه أصدقاء أو لا يريد الاختلاط.

إذا لعب في أي وقت ، فإنه يفعل ذلك بعنف أو من خلال كونه عدوانيا ومشاكسا.

كل شيء يزعجه ويشكو من كل شيء.

- لديه ميل ملحوظ لعزل نفسه.

• ليس لديه مصلحة في المشاركة في الحياة الأسرية.

4- المرونة في تعزيز التّمو العاطفي والصّحة العاطفية في الخمس سنوات الأولى من عمر الانسان ؟

تشير المرونة إلى القدرة على إدارة الضّغوطات والتّحديات اليومية.

ماذا تعني المرونة العاطفية؟

إنها القدرة التي لدينا للتكيف مع الظروف العاطفية. لذلك فهي القدرة على إطلاق العنان لمشاعرنا وتحمل التّغيير. يجب أن يتم ذلك في سياقات مختلفة.

بمعنى آخر ، إنه فن التّكيف العاطفي مع الأحداث فور حدوثها. بالإضافة إلى ذلك ، من الصعب ممارسة هذه المهارة وتحقيقها ، حيث أن الحياة تتغير باستمرار وقد يكون من الصعب رفض حل جيد بشكل منهجي للذهاب إلى الأفضل.

ومع ذلك ، الشّيء المهم هو محاولة تأكيد أنفسنا حتى يكون لمشاعرنا دائما مجال للتنفس.(28)

والمرونة هي عملية بين الخصائص الفردية والبيئة التي يتطور فيها الفرد. يمكن النظر إلى مفهوم المرونة على أنه توازن بين التجارب الإيجابية والسلبية مع الجينات كمحور. يمكن أن تجعلك الجينات أكثر أو أقل عرضة للإجهاد: وبالتالي يمكن تحريك المحور إلى اليسار أو اليمين اعتمادا على الشّخص.

عندما تتراكم التّجارب الإيجابية ويتعلم الأطفال مهارات المرونة مثل تنظيم الإجهاد وحل المشكلات والإدارة العاطفية والقدرة على التنبؤ والتّوقع .

ان نمو الدّماغ السّليم يعتمد على تفاعلات التّعلق المستمرة التي تحدث بين الطفل الصّغير وشخصية التّعلق الأساسية. عندما تكون هذه التفاعلات منتظمة ، فإنها توفر الأساس لبناء القدرات الرئيسية ، مثل القدرة على التخطيط والتحكم وتنظيم سلوك الفرد والتكيف مع الظروف المتغيرة. تسمح هذه القدرات للأطفال بمواجهة الشّدائد والازدهار.

في حالة عدم وجود علاقة داعمة ، لا يتطور الدّماغ على النّحو الأمثل. ينظر الجسم إلى هذا الغياب على أنه تهديد وينشط هرمونات التوتر التي يؤدي إفرازها لفترة طويلة إلى تغييرات فسيولوجية تؤثر على الدماغ وعمل الجسم من وجهة نظر جسدية وعقلية. في هذه الحالة ، يصبح الإجهاد ساما وسيواجه الأطفال صعوبة في التكيف أو الارتداد من الصّعوبات.

تنشأ المرونة من التّفاعل بين التّصرف الفطري الدّاخلي والخبرة الخارجية. إنه ينبع من علاقة رعاية ومهارات التّأقلم والتّجارب الإيجابية.

في الفصل الدراسي ، يمكن أن تساعد استراتيجيات مثل لوحات المشاعر (حيث يضع كل طفل اسمه في صورة له في منطقة مختلفة من العاطفة على السبورة) ومقاييس المشاعر (حيث تعمل مع الطفل لتطوير مقياس يرسم المشاعر من "واحد" - هادئ وجاهز للتعلم - إلى "خمسة" - مشاعر سلبية متزايدة - والتوصل إلى استراتيجيات للمساعدة في كل مستوى) يمكن أن تساعد في جعل الأطفال يفكرون في ما يشعرون به وكيفية التعامل معها.

5- أنشطة وتمارين مساعدة لعيش المرونة العاطفية عند الأطفال .

يرتبط نصفي الدماغ بشكل مختلف بالعمليات العاطفية. قد يكون نصف الكرة الأيمن أكثر مهارة من اليسار في التمييز بين التعبيرات العاطفية. علاوة على ذلك ، قيل إن نصف الكرة الأيمن قد يكون أكثر انخراطا في معالجة المشاعر السلبية وأن نصف الكرة الأيسر أكثر انخراطا في معالجة المشاعر الإيجابية. يظهر الأشخاص القلقون أو الغاضبون أو المكتئبون نشاطا متزايدا في اللوزة وقشرة الفص الجبهي الأيمن.

يظهر الأشخاص ذوو الحالة المزاجية الإيجابية نشاطا متزايدا في قشرة الفص الجبهي الأيسر ، بينما تظل اللوزة وقشرة الفص الجبهي الأيمن هادئة. معظم الناس ، بالطبع ، يختبرون كلا النوعين من الحالة المزاجية والعواطف ، على الرغم من أن الأفراد يبدو أيضا أن لديهم استعدادا بيولوجيا ثابتا إلى حد ما ليكونوا سعداء أو قلقين. حتى بعد الحظ الجيد أو الحظ السيئ ، يميل الناس في النهاية إلى العودة إلى مزاجهم اليومي المعتاد. (ومع ذلك ، هناك بعض الأدلة على أن تمارين مثل التأمل يمكن أن تحول المزاج النموذجي نحو الإيجابية). على مر السنين كانت هناك فرضيات مختلفة حول المكان الذي تكمن فيه بالضبط القواعد العصبية للعاطفة. لكن النظريات الأكثر منطقية تصر على أن وظائف الدماغ بشكل عام تنطوي على تفاعلات معقدة بين أجزاء مختلفة. وبالتالي ، فإن البحث عن "مركز" العاطفة قد يكون مضللا. (29)

تعد القدرة على تسمية العواطف وتحديد مهارتها مهمة يجب على الأطفال اكتسابها. يمكن أن يساعدهم ذلك على فهم مشاعرهم وإدارتها وفي النهاية عيش حياة أكثر صحة وسعادة. لعبة Mix & Match هي طريقة رائعة لتعريف الصغار لتعلم كيفية التعرف على المشاعر المختلفة وتسميتها. إنه ليس نشاطا ممتعا لكليهما فحسب ، بل إنه أيضا طريقة رائعة للتواصل وبناء الثقة بالنفس. للتعبير عن شعورك: يمكن استخدام البطاقات للأطفال لتوضيح مشاعرهم مثل لعبة التمثيل الصامت: ترسم بطاقة وعليك أن تجعل اللاعبين الآخرين يخمنون ما هي العاطفة

كدعم للمناقشة: ترسم بطاقة وتساءل عن المواقف التي تجعلنا نشعر بهذه المشاعر ، وكيف يتم التعبير عنها ، وعدد المرات التي نشعر بها ، وما إلى ذلك.

يتعلم الأطفال عن طريق التقليد. إذا كنت نريد أن يكون الطفل صادقا ، فعلينا أن نكون نموذجا للصدق. لنكن صريحين مع أطفالنا ، حتى لو كان ذلك يعني الاعتراف بأخطائنا .

كيف يمكنك تعزيز النمو العاطفي للطفل؟

اتخذ الخطوة الأولى في بدء الاتصال. كلما لاحظنا أن طفلنا ليس في حالة ذهنية طبيعية ، نتحدث معه بهدوء ولطف قدر الإمكان وأسأله ما هو الخطأ.

لندع الطفل يعرف أنه لا بأس من الشعور بالإحباط ، وهناك طريقة صحيحة للتعبير عن ذلك. يمكن القيام بذلك من خلال إظهار كيفية التعامل مع المشاكل. ربما كنا نبحث عن لعبة للطفل ، لذا مهم التحدث عن عملية التفكير بصوت عال. هذا قد يساعد الطفل على الرد علينا.

يلزم اختيار استخدام تعبيرات وجه أبسط عند التحدث مع الاطفال. وتجنب السخرية أو المشاعر المعقدة لأن الطفل ليس كبيراً بما يكفي لفهمها. السعادة والحزن والغضب والهدوء مرئية بوضوح من الوجه.

إذا كان الطفل يعاني من نوبات غضب متكررة ، لنقم بتبسيطها في مهدها في اللحظة التي نشعر بقدمها. نصرف الانتباه أو نعمل شيئاً مضحكاً لتمدئة الطفل .

هناك بعض الأنشطة للنمو العاطفي عند الرضع يمكننا البدء في القيام بها عندما يكبر هذا الرضيع. وسيعلمه هذا اللعب إدارة عواطفه بشكل مستقل وعدم اللجوء إلى مساعدتنا في كل مرة.

لندعه يشعر بالأمان حيث هو واتخاذ خطوات صغيرة في استكشاف المجهول. يجب أن يكون هناك توازن صحيح بين دفعه لتجربة شيء جديد ومنحه الوقت للحاق به.

يتعلم الأطفال الكثير من الناس من حولهم. فالأبوين هما القدوة التي سيتطلع إليها الطفل دائماً عندما يتعلم المزيد عن العالم وكيف يتصرف الناس.

ولضمان التطور العاطفي الصحيح، يكون ذلك من خلال الحفاظ على البيئة في المنزل مواتية قدر الإمكان للطفل. وعندما يتصرف الجميع في المنزل بالطريقة الصحيحة ، سيحاكي الطفل ذلك بنفسه في المنزل وأيضا في العالم.(30)

كذبة أم حقيقة

تتيح لنا هذه اللعبة تعلم قراءة الآخرين أو حتى فهم آليات الاتصال التي يتم تشغيلها عند الكذب. إنه أمر مضحك إلى حد ما ، على الرغم من أنه - يجب أن نعترف - سيساعدهم أيضا على تحسين مهاراتهم في الكذب.

التفلسف في الأكاذيب والحقيقة

لا يوجد عصر للفلسفة. الهدف هنا هو جعل الأطفال يشكون تفكيرهم الخاص حول الحقيقة أو الباطل. يمكنك العثور على نصائح حول كيفية إجراء محادثة فلسفية مع الأطفال دون أن تكون مملة للغاية

شجرة الامتنان

لتنفيذ هذا النشاط ، يمكنك أن تأخذ العديد من الفروع التي تجدها في الحديقة وترتيبها عموديا في وعاء أو وعاء ، كما لو كانت شجرة صغيرة. أو ، أيضا ، يمكنك رسم شجرة على الورق المقوى ، وقطعها وإصاقها على الحائط مثل الملصق.

بعد الانتهاء من الخطوة السابقة ، حان الوقت لإنشاء الأوراق. ارسمها على ورق مقوى ، واقطعها واكتب على كل واحدة ما تشعر بالامتنان له. ثم الغراء كل ورقة على فروع الشجرة مع شريط لاصق.

يمكنك اختيار نغمة الأوراق حسب الوقت من السنة ، أو إنشاء الزهور أو الفواكه بدلا من ذلك. بالإضافة إلى ذلك ، يمكنك إضافة المزيد والمزيد من الأوراق والجمل ، أو تجديدها من وقت لآخر. إنها طريقة رائعة لتنمية الامتنان.

في شجرة الامتنان ، يمكنك وضع الرسالة التي تحبها وتكون ممتنا لما لديك.

علم أطفالك أن يقولوا شكرا لك كل ليلة

DIY هو تمرين ممتع بقدر ما هو تعليمي. ومع ذلك ، فإن التكرار هو الأساس الأساسي لتأسيس عادة. لذلك ، إذا كنت ترغب في غرس شعور بالامتنان في أطفالك ، فقد يكون من الإيجابي جدا تشجيعهم على قول شكرا لك كل ليلة.

عندما تذهب إلى الفراش ، خذ بضع دقائق لتتذكر ثلاثة جوانب من اليوم تشعر بالامتنان لها. يمكن أن تكون أشياء بسيطة مثل ابتسامة صديق أو قبلات أمي أو الطبق اللذيذ الذي تم تناوله لتناول العشاء. كما أنه يساعد الأطفال على النوم مليئا بالأفكار الإيجابية والعواطف المريحة.

في النهاية ، يكون الطفل الذي يمارس الامتنان أكثر سعادة وتعاطفا وأكثر مرونة. إنه شخص صغير سيجد أنه من الأسهل والأسهل اكتشاف الفرص واللطف الذي يحيط به ، والشعور بالقيمة والثمين ، والاستمتاع بعلاقات اجتماعية أفضل (31)0.

2. تهدئة العجين الخزامى

أفضل جزء من هذا النشاط موصوف من قبل أطفال أصحاب الغاية® هو أننا نخلط في النشاط الحسي مع وقت الهدوء لدينا. إن إضافة رائحة اللافندر المهدئة إلى متعة نحت العجين هي طريقة مثالية عن طريق اللمس لمساعدة طفلك على البدء في الهدوء. جهز المسرح ببعض الموسيقى الهادئة ودعمهم ببندلون قصارى جهدهم للعمل.

3. اليوغا

في بعض الأحيان تكون أفضل طريقة للطفل للتعامل مع كل المشاعر الكبيرة في رأسه هي إيجاد طريقة لإشراك جسمه بالكامل في فرز تلك المشاعر. يمكن أن يكون روتين اليوغا البسيط طريقة رائعة للأطفال لإخراج بعض

طاقتهم الحركية مع الاستمرار في تهدئتهم. جرب يوجا روتين لذا فإن الجمع بين الحركة والتّنفس وزيادة الوعي الجسدي يمكن أن يساعدهم على البدء في الهدوء.

4. تحدي 1-2-3-4-5

A نهج التّأريض المشترك بالنسبة للبالغين الذين يعانون من القلق أو نوبات الهلع ، يمكن أن يفيد هذا النشاط أي شخص يشعر بالإرهاق. التّحدي 1-2-3-4-5 هو تمرين عقلي يمكن القيام به لمنح الطفل الوقت لمعالجة المعلومات المختلفة وإشراك الحواس المختلفة. اطلب من الطفل العثور على خمسة أشياء بعينيه ، والاستماع إلى أربعة أشياء بأذنيه ، والعثور على ثلاثة أشياء للمسها بأيديهم ، والبحث عن شيئين لشمهما بأنفه ، وأخيرا شيء واحد يمكنه تذوقه. يمكن أن تكون هذه أيضا طريقة رائعة للانتقال إلى وجبة خفيفة أو وقت لتناول الطعام - قم بإشراك تلك الحواس قبل الحفر!

5. كاميرات الحياة البرية الحيّة

يمكن دمج التكنولوجيا بسهولة في وقت الهدوء إذا لزم الأمر. تستخدم هذه الفكرة الرائعة والتّعليمية افتتان الطفل بالحيوانات لصالحك. اسحب العلف من حديقة حية أو كاميرا للحياة البرية. على سبيل المثال ، حديقة "سان دييغو" يقدم بثا مباشرا لمعرض البطريق الذي من المؤكد أنه سيسعد طفلك حيث يحصل على فرصة للتّحقّق من بعض أصدقاء الحيوانات.

6. اصنع عصا المطر

يمكن أن يكون وجود حرفة جاهزة فرصة مثالية لإتاحة الوقت لطفلك لمعالجة ما يشعر به والتحدث عنه. شجرة الخيال وضعت تعليمات حول كيفية جعل المطر يلتصق ببعضه البعض. أفضل جزء في هذه الحرفة هو أنه يمكنك الاستمرار في استخدامها للتهدئة والإبطاء في المستقبل.

7. نفخ الفقاعات

فكر في الأمر - هل سبق لك أن رأيت شخصا مستاء ينفخ الفقاعات؟ هذا النشاط البسيط قديم ولكنه جيد. أحد أفضل الأشياء في نفخ الفقاعات هو أنه دون معرفة ذلك ، يمارس طفلك تقنية التنفس العميق. يمكنهم البدء في التنظيم الذاتي ، وقبل فترة طويلة ، قد يقومون بالانتقال الكامل إلى الاستمتاع. من الجيد دائما الاحتفاظ ببعض خليط الفقاعات والصّولجانات حولها لجلسة تهدئة مرتجلة.

8. حفلة رقص

هذا واحد يجب حفظه للمناسبات حيث يمكنك معرفة أن طفلك كان يشعر بأنه محاصر ويحتاج إلى شيء نشط لمساعدته على معالجة مشاعره. ميلووكي أمي له دور فريد في فكرة حفلة الرقص النموذجية - قم بدمجها قبل وقت النوم مباشرة للمساعدة في التعامل مع تلك الإحباطات المحتملة التي تأتي مع عدم الرغبة في إنهاء يوم.

9. ألعاب البالون

التعلم المبكر المؤثر لديه عدد كبير من ألعاب البالون لك ولطفلك للعب معا أو لهم للعب بمفردهم. بعد البدء في عملية تفجير البالون ، يمكنك تجربة تنس البالون أو صنع فن البالون أو حتى شيء بسيط مثل طرقة ذهابا وإيابا بينما تتناوب أنت وطفلك على التحدث عن يومك.

10. العد

لا يتطلب التهدئة إعادة اختراع العجلة - وفي كثير من الأحيان ، كلما كان النشاط أبسط ، كان ذلك أفضل. سواء كان العد مباشرة إلى عشرة أو العد إلى الوراء من خمسين ، يمكن أن تكون هذه الممارسة المستخدمة منذ فترة طويلة هي ما أمر به الطبيب لمساعدة الأطفال على إعادة الضبط.

11. رسم العواطف

التعبير عن المشاعر من خلال الرسم هو لعبة العواطف التي تسمح للطفل بتنظيم حالاته العاطفية. في هذه اللعبة ، ستوجه طفلك من خلال 3 إصدارات من نفس الرسم لتأخذ أخيرا خطوة إلى الوراء على العواطف.

12. الروتين الصباحي والمسائي

الروتين اليومي بمثابة معايير وطمأنة الأطفال. يسمح لهم الروتين أيضا بأن يصبحوا أكثر استقلالية وبالتالي يساعدون في بناء ثقة الأطفال بأنفسهم.

13. لعبة فيلو: لعبة ورق عن الخوف

تم إنشاء هذه اللعبة بواسطة Carabane التي تقدم ورش عمل فلسفية عبر الإنترنت. لعبة الخوف هي لعبة ورق لنسبة الخوف من خلال مناقشات صغيرة خلال لحظة عائلية. تساعد لعبة الورق هذه الأطفال على تعلم التفكير عند مواجهة أسئلة مثل:

"ماذا يعلمنا الخوف؟" ، "هل لدينا نفس المخاوف طوال حياتنا؟" أو "هل تعرف ما الذي يخيف البالغين؟".

14. خطيرة | غير جاد

هذه اللعبة رائعة لتعليم الأطفال النسبية شدة أي حدث. كما أنها مفيدة كلعبة للمدارس وللآباء الذين يرغبون في غرس التفكير النقدي في أطفالهم. انقر هنا لتنزيله.

14. كيف تشعر في أي مجال؟

تهدف هذه اللعبة إلى مساعدة الأطفال على فهم أنه ، من ناحية ، لا يمكنك أن تكون جيدا أو سيئا طوال الوقت ، وأنه من ناحية أخرى ، يمكن أن يكون تصورك عن نفسك في بعض الأحيان أقسى بكثير من الواقع.

15. نرد العواطف

بعد اكتشاف المشاعر السّنة ، يجب على الأطفال التّنابؤ على رمي النّرد. يشير النّرد الأول إلى العاطفة التي سيركز عليها النّشاط ، والثاني يكشف عن النّشاط الذي يتعين القيام به. إليك كيفية صنع نرد العواطف. اجعله يبكي .

قد يبدو هذا غريباً. ولكن عندما يكون الطفل غاضباً ، فإن الطريقة الوحيدة لمساعدته على التّنفيس عن مشاعره وتهديتها هي جعله يبكي. يعاني بعض الأطفال من صعوبة في البكاء ، ويتم التعبير عن مشاعرهم من خلال الكلمات المفاجئة والإيماءات العدوانية. لا الصّراخ ولا الصّفحات تهدئ قلب الطّفل. الدّموع هي أفضل طريقة لتهديته. انظر إليه في عينيه ، خذ بين ذراعيك أو ضع ذراعاً حول كتفه ، تحدث معه بهدوء. ساعده على فهم ما يجري بداخله. أظهر له أنك تسمح وتعرف كيف ترحب ببكائه. لا تخف من البكاء ، فالدموع مهدئة وتدخر.

6. لا تأخذ أي شيء على محمل شخصي

تجاهل أي شيء قد يبدو مثل الوقاحة أو عدم الاحترام أو الوقاحة. هذا رد فعل غريزي وخرقاء ، وهو الوحيد الذي يمكن أن يجده دماغ طفلك غير الناضج لإخلاء المشاعر. لحظة الأزمة ليست جيدة أبداً لإعطاء الدّروس لأن المشاعر القوية تمنع الجزء العقلاني من الدّماغ من العمل بشكل صحيح. وبالتالي فإن الطفل غير قادر على التّفكير في عواقب أفعاله. نصيحة: قمع أي رغبة في الرد على سلوك طفلك. خذ قسطاً من الراحة ، اعزل نفسك ، تنفس. انتظر حتى يهدأ الطفل. سوف تشرح بعد ذلك ما هي السلوكيات وطرق التحدث المقبولة وما هي غير المقبولة داخل عائلتك.

16. أدخل لحظات التبادل والمشاركة في روتينك

ابحث عن لحظات في حياتك اليومية للردشة مع طفلك. يمكن أن يكون هذا أثناء ركوب السيارة (بعض الأطفال أكثر راحة عندما يمكنهم تجنب التحديق المباشر) ، أثناء تناول وجبة خفيفة أو في وقت النوم. اجعله روتيناً. اغتنم الفرصة للتعرف على طفلك بشكل أفضل ، والتعرف على حياته ، والسماح له بالتعبير بشكل خاص عما يعيشه ويشعر به. هذه اللحظات هي فرص رائعة لتقوية روابطك. كما أنها تسمح لك بتوجيه طفلك ودعمه في حالة حدوث مشاكل ومساعدته على التفكير في الحلول.

17. كن مستعداً لحدوث ذلك مرة أخرى

يستغرق الإنسان (25) عاماً لتطوير مهارات التفكير وضبط النفس بشكل كامل. عندما يكبر الطفل ، يكون قادراً على التحكم في نفسه بشكل أفضل وأفضل ، خاصة إذا كنت تحترم جميع النقاط الموضحة أعلاه (كلها ضرورية لنموه). لا تنس أنه في وجودك سيختبر أكثر الانفجارات العاطفية ، ببساطة لأنك الشّخص الذي يحبه أكثر ، لأنه يثق بك ولأنه يجرؤ على أن يكون هو نفسه في حضورك. لذا خذ ذلك كمجاملة. سلح نفسك بالصّبر وأخبر نفسك أن المشاعر ، حتى السلبية منها ، طبيعية وطبيعية ومفيدة. (18)

خاتمة:

وفي خاتمة دراستي أريد التأكيد على أنه "من المهد إلى اللحد" تعتبر العواطف أساسية لأداء الإنسان ، حيث تشبع سلوك أفكارنا وخبرتنا بطريقة منتشرة لدرجة أننا غالباً ما ننسى. إنها تحفز أهم قراراتنا ، وتقع في قلب الارتباط الاجتماعي وهي أساسية للتنشئة الاجتماعية والعمليات الثقافية.

ومع ظهور جوانب الإشارات التعبيرية التي هي وفق الخبراء النفسانيين والتربويين لها جدول تنموي متسق. في الحياة المبكرة ، وقد تكون العواطف في الطفولة المبكرة بمثابة قراءة للحالات الداخلية ، إذ مع ظهور مشاعر

عند الأطفال غضون بضعة أشهر تزداد شدة التمايز في رؤية ذخيرة تعبيرية على مستوى قريب من البالغين في غضون الثلاث سنوات الأولى. نجد أن التطورات في تنظيم العاطفة أبطأ إلى حد ما ويبدو أكثر ارتباطاً بالتطور المعرفي والاجتماعي. (32)
قائمة المراجع:

- 1 <https://www.cairn.info/revue-enfance2-2015-2-page-165.htm>
- 2 https://www.cairn.info/article.php?ID_ARTICLE=INPSY_9505_0351
- 3 https://www.cairn.info/article.php?ID_ARTICLE=INPSY_9505_0351
- 4 <https://doi.org/10.3917/lcd.071.0024>
- 5 "كوتو، س.، بوشار، سي.، إيمارد، م.ج. وكانتين، ج. (2012). تنمية المهارات الاجتماعية والعاطفية لدى الأطفال. في P.-J. ليملين، م. بروفوست، ج. م. تارابولسي، أ. بلاموندون وك. دوفريسن (محررون)، التنمية الاجتماعية والعاطفية للطفل والمراهقة، قواعد التنمية (ص 137-183). كيبك، كيبك: مطابع جامعة كيبك."
- 6 <https://nospensees.fr/le-developpement-emotionnel-des-enfants>
- 7 <https://www.cliniquedelenfant.ca/le-developpement-psycho-affectif-des-enfants-et-la-facon-de-le-developper/>
- 8 <https://www.parents.fr/enfant/psycho/emotions-de-l-enfant/psycho-enfant-de-0-a-3-ans-on-lui-apprend-a-bien-gerer-ses-emotions-442829>
- 9 كوك جي إي ، كوشيندورفر إل بي ، ستيفارت باريجون كوالا لمبور ، كوهن إيه جي ، كيرنزاكا. ارتباط الوالدين بالطفل وتجربة الأطفال وتنظيم العاطفة: مراجعة تحليلية تلوية. العاطفة 2019 ؛ 19 (6): 1103-1126.
- 10 حسن، مرسلينا(2017): الصحة العاطفية ومقتضيات التكيف في الحياة اليومية المعاصرة. دار الرضوان، عمان – الأردن .
- 11 <https://nospensees.fr/la-flexibilite-emotionnelle-la-cle-pour-se-sentir-mieux/>
- 12 <https://anxietytraining.com/education/importance-psychoeducation-cbt/>
- 13 <https://anxietytraining.com/education/importance-psychoeducation-cbt/>
- 14 <https://nospensees.fr/17-signes-qui-peuvent-indiquer-que-votre-enfant-est-malheureux/>
- 15 <https://nospensees.fr/il-y-a-des-enfants-qui-se-sentent-seuls-pourquoi-et-quels-sont-ses-effets/>
- 16 <https://www.success.com/6-ways-to-build-emotional-resilience/>
- 17 <https://doi.org/10.3917/comla.176.0049>
- 18 www.gov.uk/government/publications/health-matters-givi
- 19 <http://www.psychologytoday.com/blog/design-your-path/201305/10-traits-emotionally-resilient-people>
- 20 <http://stress.about.com/od/understandingstress/a/resilience.htm>

- 21<http://studentmindsorg.blogspot.co.uk/2016/07/what-does-it-mean-to-be-resilient.html>
- 22https://warwick.ac.uk/services/wss/topics/emotional_resilience/
- 23<https://nospensees.fr/17-signes-qui-peuvent-indiquer-que-votre-enfant-est-malheureux/>
- 24<https://nospensees.fr/il-y-a-des-enfants-qui-se-sentent-seuls-pourquoi-et-quels-sont-ses-effets/>
- 25<https://www.britannica.com/science/emotional-development>
- 26<https://www.britannica.com/science/emotion>
- 27<https://www.child-encyclopedia.com/emotions/according-experts/emotional-intelligence-first-five-years-life>
- 28<https://www.britannica.com/science/emotion>
- 29<https://parenting.firstcry.com/articles/emotional-development-in-infancy-stages-and-tips>
- 30Czar, A., Kapelmayer, M., Kelmanowicz, V., Esteves, S., & Lozada, M. (2019). Intervenciones basadas en gratitud y optimismo reducen las interacciones sociales negativas en niños.
- 31Moyano, N. C. (2010). Gratitude en la psicología positiva. *Psicodebate. Psicología, Cultura y Sociedad*, (10), 103-118.
- 32<https://www.123kid.org/articles/comment-faire-de-la-philosophie-avec-ses-enfants>

أثر الجانب الديني في التعزيز الإيجابي للصحة العاطفية

د.سارة حجاب

جامعة سطيف2، الجزائر

ملخص

من منا لا ينكر الدور الإيجابي والذي يلعبه الجانب الديني في تعزيز الصحة العاطفية ولأن الصحة العاطفية من نعم الله تعالى على عباده ، صحيح لاننكر الدور الذي يلعبه المختص النفسي في تعزيز وتدعيم الصحة العاطفية ، لكن وبقدر ما يأخذه الشخص أو الفرد من المختص النفسي والذي يعاني من اضطراب في الصحة العاطفية يبقى ذلك الأمر مرهون بالجانب الديني ،لقوله جلا في علاه "إنك لا تهدي من أحببت ولكن الله يهدي من يشاء" وهو القادر على كل شيء ، إذن لابد لنا أن نولي في مداخلتنا البسيطة هذه حول أهمية الجانب الديني الإسلامي طبعاً في تعزيز الصحة العاطفية ، والوقوف على أبرز محطات مشتتات اضطراب الصحة العاطفية لتفاديها

الكلمات المفتاحية الجانب الديني، الصحة العاطفية

صحتنا العاطفية مرهونة بالجانب الديني ، فكيف ذلك؟

الإشباع من الجانب الديني لا يأتي عبثاً ، إنما نتقرب إلى الله جلا في علاه بالعبادات والطاعات من الفرائض ، والرواتب والسنن والنوافل ، تجارب الحياة بينت لنا أنه بدون التمسك بالله لاتكون صحة عاطفية جيدة ، والأمثلة عديدة توجب لنا أن نتوقف على البعض منها ، فكما جاء في الحديث القدسي روى الإمام مسلم في صحيحه عن أبي ذر رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم عن ربه أنه قال " يا عبادي إنكم تخطئون بالليل والنهار وأنا أغفر الذنوب ولا أبا لي فاستغفروني أغفر لكم " في حديث قدسي آخر يقول خير رسول الله النبي محمد صلوات ربي وسلم تسليماً كثيراً فيما يرويه عن ربه " وعزتي وجلالي إن أتاني عبدي ليلا قبلته وإن أتاني نهاراً قبلته وإن تقرب مني شبراً تقربت منه ذراعاً وإن تقرب مني ذراعاً تقربت منه باعاً وإن مشى إلي هرولت إليه وإن استغفرني غفرت له وإن استقالني أقلته وإن تاب إلي تبت عليه من أقبل علي تلقيته من بعيد ومن أعرض عني ناديته من قريب ومن ترك لأجلي أعطيته فوق المزيد ومن تصرف بحولي وقوتي ألفت له الحديد ومن أراد مرادي أردت ما يريد أهل ذكري أهل مودتي أهل شكري أهل زيادتي أهل طاعتي أهل كرامتي أهل معصيتي لا أفنطهم من رحمتي إن تابوا فأنا حبيهم وإن لم يتوبوا فأنا طبيهم فإني أحب التوابين وأحب المتطهرين أبتلمهم بالمصائب لأطهرهم من الذنوب والمعائب أشكر اليسير من العمل وأغفر الكثير من الزلل رحمتي سبقت غضبي وحلمي سبق مؤاخذتي وعفوي سبق عقوبي وأنا أرحم بعبي من الأم بولدها " يا الله ما أعظمك من خلال هذا الحديث القدسي ندرك أهمية تقرب الله منا كيف لا وهو السميع البصير وهو سميع الدعاء ، وهو الواحد الأحد القهار ، الذي ياربي يا حبيبي قدرتك فاقت الحدود وتجاوزت المسافات بكلمات

صادقة أعبرك يا الله عن قدرتك الإلهية والتي لاتضاهيها أية قدرة على جبر خواطر عبدك الضعيف المحتاج إليك دائما أن تغفر له وتعفو عنه وتصفح عنه ولولا سترك يا الله لكننا في ظلاله ، لذلك الله عز وجل مطلع على خواطرنا يمكن أن ندعوه ونرجوا رحمته لقوله جلا في علاه وإذا سألك عبادي عني فإني قريب أجيب دعوة الداع إذا دعان فليستجيبوا لي ، كما أن درجة تقرب الله منا أضعاف من تقربنا إليه كذلك اليقين في الدعاء وأنه معنا في كل لحظة وفي كل ثانية في كل موقف إحباط أو ألم أو فرح الله معنا دائما مطلع على قلوبنا وما تخفيه الصدور وأنه سميع الدعاء سميع بكاء المضطر إذا دعاه ويكشف عنه السوء يرى بكائنا يعلم أننا يعلم تدهور صحتنا الجسدية الناتجة عن سوء الحالة النفسية والعاطفية فمواقف الحياة كثيرة فلا نستطيع أن نبقى مدة يوم كامل في حالة فرح أو ليوم كامل في حالة حزن فحياتنا النفسية أشبه بجهاز القلب مرات إحباطات ومرات لحظات فرح مرات ضعف ومرات تذبذب في حالتنا النفسية وكذا في صحتنا العاطفية ، إن أهم ما يقوي صحتنا العاطفية هو التسلح بالإيمان بالله والإيمان بالقدر خيره وشره وأنه كل شيء خلق إلا ونمر بامتحان ولحكمة ، مثل ما جرى لسيد الخلق وأفضل الخلق الذي عرفته البشرية بل وكان في عمر الخمس سنين ذهب لرؤية قبر أبيه رفقة أمه وفي طريقهما للعودة توفت والدته وصبر ، كذلك الصبر على المحن مثلما جرى لسيدنا وحبينا وشفيعنا يوم القيامة محمد صلوات ربي عليه وسلم تسليما كثيرا لما أراد نشر الدين الإسلامي ، كذلك الصبر على فقدان الأحبة ففي سنة واحدة وهو خير خلق الله مات أبو طالب ثم بعدها بأيام وقيل في نفس اليوم تموت السيدة خديجة أم المؤمنين رضي الله عنها وأرضاها وأهل السيرة المؤرخين سموه بعام حزن النبي لوفاتهم والأذى الكبير الذي تعرض له النبي بعد وفاة أبو طالب والسيدة خديجة رضي الله عنها وأرضاها وقد كانت السيدة خديجة المناصرة النصير بعد الله جلا في علاه للرسول محمد صلى الله عليه وسلم في الداخل في البيت وأبو طالب كان النصير في الخارج أمام القبائل ، ومن سماه عام الحزن أهل السير والمؤرخين حزن النبي حزنا شديدا ، وأنزل الله عليه وتوكل على الحي الذي لا يموت كأن المعنى أنت مات من يناصرك توكل علينا نحن لله توكل على الحي الذي لا يموت ، ومع ذلك نجد رسولنا الكريم صبر على كل تلك المحن بل وقابلها بالعبادات والطاعات والحمد والشكر لله جلا في علاه ، من هذا نجد شبابنا اليوم يأتي بمبررات لا أساس لها وينصاع إلى تناول واستهلاك المخدرات هروبا في اعتقادهم من مشكلات الحياة صحيح أنه خلق الإنسان ليشقى ليرى الله صبرنا بل وشكرنا أو ليرى جهلنا والعياذ بالله ، شبابنا اليوم بحاجة لمثل هكذا مواعظ ، وبعبارة أخرى الله جلا في علاه خلقنا لعبادته ليس التعلق بالدنيا ومتاعها إنما الاستعداد للرحيل بالعمل الصالح ، إن فكر شبابنا بهذه الطريقة يكون هناك إشباع على صحته العاطفية ولا يحتاج إلى مهدئات أو إلى أي شيء آخر من هنا كذلك يأتي دور المختص النفسي لإبراز ما ينبغي علينا كمختصين نفسيين التحلي به في تدعيم الصحة العاطفية لشبابنا ، وكما قلنا سابقا شبابنا اليوم نجده ينقاد وراء ملذات الدنيا ووراء سوء استعمال وسائل التواصل الاجتماعي دون رقابة من الأسرة تذكر ، وعليه تعد الأسرة الحظن الاجتماعي الأول الذي تنمو فيه بذور شخصية الطفل، حيث توضع فيه أصولا للتطبيع الاجتماعي بل وتحدد فيه الطبيعة الإنسانية للإنسان ، كما يتشكل الوجود البيولوجي للجنين في رحم الأم فكذلك يتشكل الوجود الاجتماعي للطفل) نايفة قطامي، 1992، ص (22)

لذا تعد الأسرة المسرح الأول الذي ينمي فيه الطفل قدراته ولأن الأسرة تعد أولى مؤسسات التنشئة الاجتماعية وتعد كذلك اللبنة الأساسية لحياة الفرد ، وكذا في المدرسة ، أولى المبادئ التي يسير عليها في التعامل مع غيره ،

ويكون ذلك عن طريق ملاحظته لسلوكهم واستجاباتهم في المواقف المختلفة ، فهو بهذا عن طريق الملاحظة يشاهد أنماطا مختلفة من السلوك) مصطفى فهمي، 1977، ص(124)

إن زهاب الطفل إلى المدرسة ولساعات طويلة يعني إبتعاده عن الأسرة وبالتالي تطور قدرته على رعاية نفسه فهو يتمتع بتطور هذه القدرة كما أنه يطلب من والديه تقبل استقلاله وقيامه بما يستطيع القيام به وعلى الأسرة أن تقبل وتدرك أن الطفل قد أصبح قادرا على إنجاز بعض المهام داخل المنزل وحتى خارجه وعلى الوالدين أن يراقبا طفلها وهو ينمو ويتطور ويسدي له التوجيه والنصح بدون حدة وصراحة وأن يكون تدخلهم في الوقت المناسب ، كما تعد المدرسة مكملة للأسرة ، و تتطور علاقة الطفل بالأسرة تبعا لدرجة الحب التي يوجهها الأبوان له ودرجة السيطرة أو الاستقلالية التي يطلبانها أو يسمحان بها للطفل (الريماوي، 1998، ص 76)

إن قوة وصلابة بعض الأهل يمكنهما مصادرة مستقبل الطفل فالطفل موضع إسقاط رغبات الأهل ومخاوفهم حيث يعملون على أن يكون هذا الطفل مشروعا لتحقيق مشاريعهم التي لم يحققوها وعلى تعويض النقص لديها وإصلاح فشلها وخيبة أملها في الحياة الاجتماعية والمهنية فتصلب مطالب الوالدين كرد فعل يحدث غالبا نجد عواقبه وخيمة من جهة نجده يفسد العلاقة التربوية كما يفاقم الفشل المدرسي للطفل فضعف النتائج المدرسية أو ظهور متاعب التعلم عند التلميذ يؤدي إلى قلق الوالدين لأنهم يطمحون إلى تطلع أفضل لمستقبل طفلها وفشل الطفل في المدرسة ماهو إلا انعكاس لانهايارطموحات الوالدين المهذومة ، وهذا الفشل أو الإخفاق قد يرجع إلى انشغال الوالدين في شؤونهم ومشاكلهم فبعض الوالدين يريدون من المدرسة أن تؤدي واجبات الأسرة اتجاه الطفل لكنهما يجهلان أن الأسرة هي كمشروع مكمل لعمل الأسرة مع الطفل أي أن الأسرة والمدرسة متكاملان) شاهين لطفي، 2000، ص(22)

كما أن الطفل وكما هو في المدرسة ليس عما هو عليه في البيت من عدة نواحي فموقفه وسلوكه إزاء والديه يبتعدان بشكل ملموس عن موقفه وسلوكه إزاء معلمه على أن هناك تفاعلا بين البيئتين وما يحدث في أحدهما أن يؤثر على سلوك الطفل في الأخرى وهكذا فإن آباء كثيرون يجهلون إلى أي حد يمكنهم عرقلة التقدم المدرسي لأبنائهم إذا أفرطوا في مطالبة الأطفال بالمساهمة في الأعمال المنزلية) بطرس حافظ بطرس، 2008، ص(73)

تقوم كل من الأسرة والمدرسة بتقديم خدمات التنشئة الاجتماعية من رعاية واهتمام وتعليم الطفل أو التلميذ أولى المبادئ التي يسير عليها في حياته ويكون ذلك بضبط وتوجيه سلوكه نحو سلوك هادف وبناء بعيدا عن العقاب والذي يوقع الأذى في نفسية الطفل والذي يحدث خللا أو اضطرابا على مستوى صحته العاطفية من استخدام لأساليب معاملة والدية سوية وصحيحة في الأسرة من اتباع الأسلوب الإرشادي وكذا توجيه السلوك نحو سلوك هادف وبناء بعيدا عن أساليب المعاملة الالدية المتمثلة في القسوة والضرب وكذا التهديد والوعيد وكذا التذبذب في نوعية المعاملة كلها تترك آثارا مدمرة في شخصية هذا الطفل ، فبعض الوالدين يمارسان هذه الأساليب دون وعي منهم أو دون قصد إذ لابد لهم من اتباع الأساليب الالدية الصحيحة اتجاه الطفل وفي المدرسة كذلك يجب على الطفل أن يكون مرتاحا في مدرسته كي يكون هناك إقبال على الدراسة كي لا يقع

في العزوف ، وبالرغم من ذلك يواجه الأطفال والشباب على وجه العموم بعض المشكلات التي تختلف من طفل لآخر كما تختلف هذه المشكلات في طبيعتها وأهميتها فبعض هذه المشكلات نفسية وبعضها مدرسية أو صحية أو اجتماعية أو سلوكية ، (محمد علي كامل، 2003، ص 27)

من هذه المشكلات الفشل المدرسي الذي مآله التخلي عن الدراسة والعزوف عنها ، وعليه فالفشل المدرسي يطرح فكرة التوافق السيء بين الفرد ومحيطه أو بالأحرى هو نتاج لمخلفات سوء العلاقة الوالدية أو لعدم اندماجه داخل الصف الدراسي مع عدم وضوح أهدافه ، وخاصة توافق سيء بين الفرد والمجتمع ونحن نعيش في مجتمع يولي جانبا كبيرا من تربية أولاده خلال فترة من حياتهم تتزايد باستمرار لمؤسسات تتميز أكثر فأكثر وحتى تستقل عن بعضها البعض ولكنها ترتبط أكثر فأكثر بمخطط إجمالي حيث يجد كل واحد طريقه فالضغوطات التي تثقل كاهل الطفل تعكس حاجات المجتمع الذي يتجه من خلال هذا التنظيم لتأمين استمراره وتطوره وهي تعكس أيضا نظام القيم الذي يرسي عليه هذا المجتمع ، فعلاقة الطفل اتجاه والديه هي صورة مصغرة لعلاقة المؤسسات المجتمع أو القاعدة الرئيسية ، فوجود نظام قيم قابلا لأن يدرك على المستوى المزدوج للمثل الأعلى التربوي للمربين وعلى المرين أن يكونوا على قدر من روح المسؤولية بضرورة تفهم الحاجات الأساسية والتي تقتضيها كل مرحلة من مراحل حياة الشاب بداية بمرحلة الطفولة والتي تشكل الحجر الأساس في شخصية الفرد وبمميزات كل مرحلة وما تقتضيه كل مرحلة ، فالطفل اللامتكيف داخل هذا المجتمع يبدو كالذي لا يستطيع أو لا يريد الرضوخ للضغوطات المحدودة على هذا النحو واستخدام فرص النمو الشخصي والانخراط الاجتماعي المقدمة له كبداية ، كما على الوالدين تجنب استعمال أو عدم اسقاط ميولاتهم على ذلك الطفل بل عليهم أن يتقبلوا طفلهم وأن يوضحوا له الأهداف المرجوة في كل مرحلة عمرية وعلى كل مستوى دراسي (روجيه بيرون، 1999، ص 11)

لما يجد الشاب نفسه بطال متخل عن دراسته سواء تخلى عنها عمدا أم بسبب إخفاقه بإحدى المواد أو كلها ولفترات متتالية حتما مآله عزوف عن الدراسة ، حتما سيعيد السنة وإن كرر إخفاقه نفس الأمر سيعيد السنة مرة أخرى ، ليجد نفسه بدون تحصيل أكاديمي يجد نفسه متجها إلى البطالة ، تشهد قلة مناصب العمل تزايدا مستمرا مما يحيلنا الأمر إلى البطالة فهي بدورها مشكلة تؤرق الكثير من الدول والتي تمثل في واقعها شبعا مخيفا لشرائح عريضة من المجتمع قادرة على الإنتاج والعطاء ولكل أسرة فقيرة أو محدودة الدخل يقبل أبنائها على سن العمل وعادة ما يكون الفقر تداعيا لتلك الظاهرة البائسة بما يصاحبه من أمراض نفسية واجتماعية فتتك بالمجتمع فتكا وعلى رأسها المعاناة والقلق والإكتئاب والانحراف والألم النفسي والتدهور الصحي والحقد الطبقي بل والفساد الاجتماعي والجريمة) سيد عاشور أحمد، 2008، ص 11)

بداية فإن حل مشكلة البطالة وبالتالي مشكلة قلة مناصب العمل لن يكون إلا بإتباع المنهج الإسلامي لقول الله جلا في علاه" ومن أعرض عن ذكري فإن له معيشة ضنكا "صدق الله العظيم

وما هذا الضنك الذي نعانيه إلا لسبب الإعراض عن القرآن وعدم تمكينه من نفوسنا ومخالفة تعاليم الدين ومهما تقول علماء النفس والاجتماع وغيرهم من خبراء التنمية فإنهم لن يستطيعوا أن يتوصلوا لما وصل إليه المنهج الإسلامي لضمان سلامة وسعادة المجتمع وتحقيق أمنه وأمانه ذلك لأن النظام الإنساني يتعلق بالمنطق

والمادة وكلاهما يتعلقان بأمر المخلوق أما النظام الرباني المتمثل في المنهج الإسلامي فهو يتعلق بأمر الخالق جلا في علاه فهو إلى الكمال أقرب وإلى تحقيق السعادة

قلة مناصب العمل المتزايدة وباستمرار تعدد من أخطر المشكلات التي تواجه دول العالم المتقدمة والنامية على حد سواء وذلك لنتائجها وانعكاساتها على جوانب الحياة الاقتصادية والاجتماعية وما تركه من آثارا سلبية في حياة الأفراد والجماعات الإنسانية فهي تشكل بيئة خصبة لنمو العديد من الأمراض الاجتماعية والنفسية وانتشار العنف والجريمة وخفض مستويات المعيشة وزيادة من يقعون تحت خط الفقر وما يرافق ذلك من ظروف صعبة وقاسية لتظهر لنا في الأخير البطالة بما تفرزه من استياء وتدمير يسود العاطلين ويتيح الوقت الفائض لدى العاطلين الفرصة للعبث بنظام القيم الاجتماعية في سبيل تمضية الوقت والتخلص من الروتين السائد والقضاء على مشاعر الملل والإحباط وقد يقع هؤلاء نتيجة حاجتهم الملحة للمال ولضغوط متطلبات العيش فريسة للحركات الهدامة وعصابات الجريمة المنظمة وتشكل شرائح العاطلين عبئا ثقيلا متزايدا على كاهل الأنظمة الاقتصادية والاجتماعية لذلك فإن ظهور العنف والتطرف بين الشباب من وجود قلة منحرفة سببه عادة شعور الشباب بالفارق المذهل بين إنجازاته التعليمية والمهنية من جانب ونصيبيهم الواقعي من الثروة والسلطة في مجتمعهم من جانب آخر فهم يؤمنون أنهم قد فعلوا واجههم في هذا المجتمع من حيث التفوق والتحصيل في الوقت الذي يشعرون فيه بأنهم مهمشون وأنهم لا يستطيعون تلبية مطالب الحياة الأساسية المشروعة مثل المسكن والزواج زمن هنا يحاول الشباب تغيير الواقع بأي شكل .

وللبطالة آثارا سيئة مختلفة في شخصية الطالب خريج الجامعة أو العاطل عن العمل إن صح القول الأمر الذي قد يؤدي إلى تغير ملحوظ في قيمه واتجاهاته ونظراته وللاخرين يؤثر سلبا في قدرته على التكيف النفسي والاجتماعي وفي صحته النفسية وشعوره بالرضا عن نفسه وعن الآخرين فقد كشفت العديد من الدراسات أن البطالة أو قلة مناصب العمل تؤدي إلى الإصابة بالإكتئاب وإلى الشعور بانخفاض تقدير الذات كما أشارت دراسة والإصابة بالقلق ونوبات الغضب ولوم الذات ، بالإضافة إلى أن البطالة تولد النزعة نحو مركز الضبط الخارجي إلى تدهور ملحوظ في النظام المعرفي والعاطفي وقد يترتب على استمرار البطالة تعاطي الكحوليات وإساءة استخدام العقاقير

هذا وقد كان لعلماء النفس دور كبير وهام في تحليل سلوك العاطل عن العمل من خريجي الجامعات وعلى فهمه والتعرف على العوامل الشخصية والبيئية المسؤولة عن العزوف عن العمل بالإضافة إلى دراسة الآثار السلبية للبطالة في شخصية العاطل عن العمل بجميع جوانبها ويعتبر علم النفس الصناعي وعلم النفس الإرشادي والمهني من أكثر فروع علم النفس اهتماما بمشكلة البطالة حيث يعمل المختصون في هذه المجالات على توفير المعرفة العلمية الدقيقة وتقديم الخدمات الإرشادية المتخصصة لمواجهة مشكلات العمال والعمل وفي توجيه العامل نفسيا ومهنيا بما يحقق تكيفه مع المهنة ومع زملاء العمل وبما يحقق إنتاجا أفضل ويحقق الرفاهية والسعادة التي يتطلع إليها كل من الفرد والمجتمع (سيد عاشور أحمد ، 2008 ، ص25)

ضعف في التربية الدينية في البيت وكذا في المدرسة

أما في البيت فيرجع سبب ذلك إلى قلة الدين لدى الزوجين أحدهما أو كليهما فيتأثر الأولاد بالتالي بسلوك الأبوين ويكون التفكك الأسري أما إذا أقيم بيت الزوجية على أساس من الدين فإن الأولاد في الغالب يكونون من الصالحين النافعين لأنفسهم وأما في المدرسة فلأن المدارس التربوية تهمل حصص الدين وتهمل أهم فترة في عمر التلميذ وهي فترة الطفولة فينشأ التلاميذ غرباء عن الدين غير واعيين على التفرقة بين الحلال والحرام ، فتسوء أخلاقهم وتشقى بهم أوطانهم في مستقبل الأيام هذا إلى جانب ضعف التعليم العام الذي فرز أعدادا من التلاميذ أغلبيهم سيء اللغة سيء الخط ولما كانت المدرسة هي التي تتولى عملية التعليم كان لزاما لها أن تعلم تلامذتها قراءة القرآن أولا ثم قراءة الكتب المتنوعة ثانيا وهذا هو المنهج الصحيح للتعليم وهذا ما التمسناه في مؤسسات الإصلاح والإرشاد قبل دخول التلميذ المدرسة

حظي هذا الموضوع بتجارب دولية مهمة وعلى رأسها الجامعات من خلال المساهمة في مواجهة مثل هذه المشكلات فإن للجامعة الدور الرئيس كعلم أساسي وحيوي في إعداد الخريج والمساهمة في تأهيله بالصورة التي يجب أن يكون عليها مما يرقى به وبمستواه العلمي والشخصي إلى درجة عالية وفيما يلي نقاط هامة على الجامعة ان تتسم بها اتجاه إعداد الخريج خلال مراحلها الدراسية المختلفة .

وجود رؤية منهجية تعليمية تطبيقية

أن تكون مركزا لمناصرة وترقية قيم إدارة الأعمال الصغيرة

خلق شبكة بحثية مع الجامعات الأخرى لتطوير المفهوم الشبكي لمحور ترقية الاعمال الصغيرة وذلك بالتعاون مع المجتمعات المحلية

رفع الوعي بين الشباب ونشر الثقافة المجتمعية

بناء القدرات الذاتية للطلاب

المشاركة في برامج محاربة البطالة وتخفيف درجات الفقر

وفيما يلي مجموعة من النصائح والتوعية للشباب وكذا لتدعيم الصحة العاطفية لديه ، وذلك باتباع الجانب الديني لديه

العمل فريضة حثت عليها كافة الأديان السماوية وجميع الأنبياء أكلوا وعاشوا من عملهم البسيط ويعرق جباههم

إعلاء قيمة العمل مهما صغر هدف نبيل وهل ننسى رسول الله جلا في علاه أسوتنا الحسنة في جمع الحطب

اجعل لنفسك هدفا في هذه الحياة بعد عبادة الخالق جلا في علاه تؤمن به ولا تحيد عنه تسلح بمبادئ الأخلاق الكريمة ففيها كل الفلاح في الدنيا وفي الآخرة صلاح أمرك للأخلاق مرجعه فقوم النفس بالأخلاق تستقم

ليكن شعارك الإيماني حديث الرسول صلى الله عليه وسلم من بات معافا في بدنه مالكا قوت يومه أمنا في سربه فقد ملك الدنيا وما عليها

أحسن إدارة الوقت فالיום العابر لن يعود نظم وقتك واستفد منه لأقصى درجة ممكنة

أبعد الغل والحسد والبغضاء عن قلبك واحترم النقد البناء واجعل من النقد الهدام لك وقودا يدفع محرك انطلاقك لمزيد من العمل والإنتاج

أحب عملك وياحبذا لو كان العمل بالأصل هو أيتك ففي ذلك الإبتكار والإبداع بجانب الإنتاج

تمتع ليس فقط بالحياة المادية والروحية ولكن برؤية أفكارك وإبداعاتك وهي ترى النور وتسعد بها كل لحظة ترى نفسك فيها تعلو درجة نحو الهدف ، حينما تقسو الحياة لاتفقد إيمانك تسبح بالصبر واعلم أن كل ضيق دنيوي هو ابتلاء من الله يتطلب الصبر وجزاءه الثواب من الخالق جلا في علاه حينما نعتقد أنه يوجد مخرج من مأزق فكر بعمق

الصديق مرآة صديقه تخير أصدقاء الخير والحب في الله المكافحين الراضين بالرزق ولاتنظر لما في يدي غيرك

السعي بكل السبل بالطبع مطلوب لكن الإيمان برزق الله يعلو فوق ذلك

الحسنات يذهبن السيئات طهر مالك بالصدقة مهما قل

تعود الصبر وعدم الغضب وفكر بعمق واستشر أهل الخبرة المخلصين

الأمانة والصدق والرضا بالقليل عماد نجاح أي عمل

لا تنتظر الحظ ليبدق بابك ، اسع إليه ولا يوجد شيء على الأرض تنوله دون مقابل

إذا زرعت وردا فستنجى وردا وإذا زرعت عشبا فستحصد عشبا ازرع الخير فالجزاء من جنس العمل

احرص على فروض الطاعة لله ففيها هدوء النفس وسكينة الفؤاد وبها الكسب في الآخرة

ادع الله دوما وابتغ إليه الوسيلة وعجل استجابته وعفوه برضاء الوالدين وطاعتهما) سيد عاشور أحمد،

2008، ص(194)

قائمة المراجع

آيات من القرآن الكريم

سورة القصص الآية رقم 56

صحيح مسلم

بطرس حافظ بطرس، 2008، المشكلات النفسية وعلاجها، ط 1، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان.

روجيه بيرون، 1999، الأطفال وعدم التكيف، ط 2، منشورات عويدات، بيروت، لبنان.
الريماوي محمد عودت، 1998، في علم النفس الطفل، دارالشروق، عمان.
سيد عاشور أحمد، 2008، مشكلات البطالة ومواجهتها في الوطن العربي، ط 1، مكتبة الأنجلو مصرية،
جمهورية مصر العربية، مصر
شاهين لطفي، 2000، علم النفس المدرسي، ط 1، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ودار الثقافة للنشر
والتوزيع، عمان، الأردن.
محمد علي كامل، 2003، علم النفس المدرسي الأخصائي النفسي المدرسي ودوره في تقديم الخدمات النفسية،
دون ط، مكتبة ابن سينا للطباعة والنشر والتوزيع والتصدير.
مصطفى فهمي، 1977، في علم النفس سيكولوجيا الطفولة والمراهقة، ط 1، مكتبة الأنجلو مصرية.
نايفة قطامي، 1992، أساسيات علم النفس المدرسي، ط 1، المركز العربي لتوزيع المطبوعات، دار الشروق
للنشر والتوزيع عمان، الأردن .

الذكاء العاطفي في ضوء بعض المتغيرات خلال تفشي جائحة كوفيد-19 Emotional intelligence in light of some variables during the outbreak of the Covid-19 pandemic

د. زواني نزيهة

جامعة مولود معمري - تيزي وزو - الجزائر

naziha.zouani@ummtto.dz

ملخص

هدفت الدراسة التعرف على مستوى الذكاء العاطفي وأبعاده (معرفة الانفعالات، إدارة الانفعالات، تنظيم الانفعالات، التعاطف، التواصل الاجتماعي) خلال تفشي جائحة كوفيد-19. كما هدفت التعرف على فروق بين الذكاء العاطفي تعزى للجنس، وظروف الحجر المتمثلة في مدة وطبيعة الحجر الصحي واستقرار الدخل. للتحقق من الأهداف، تم إتباع المنهج الوصفي وتطبيق مقياس الذكاء الانفعالي المعد من طرف فاروق السيد عثمان و محمد عبد السميع (2002) و المقنن في البيئة الجزائرية من طرف عقباني (2016) على عينة قوامها 134. أظهرت النتائج ارتفاع مستوى الذكاء العاطفي بأبعاده لدى أفراد العينة. كما اتضح عدم وجود فروق دالة احصائيا في الذكاء العاطفي وفقا لمتغيرات الجنس، ومدة الحجر، وطبيعة الحجر، واستقرار الدخل .

تؤكد الدراسة الحالية أهمية البرامج الإرشادية القائمة على تنمية الذكاء العاطفي لدى الأفراد لمساعدتهم على التعامل مع الوضعيات الضاغطة وزيادة الرفاهية النفسية .

الكلمات المفتاحية: كورونا، جائحة كوفيد-19، الذكاء العاطفي ، مدة الحجر الصحي ، طبيعة الحجر الصحي.

Abstract

The study aimed to identify the level of emotional intelligence and its dimensions (knowing emotions, managing emotions, regulating emotions, empathy, and social communication) during the outbreak of the Covid-19 pandemic. It also aimed to identify differences between emotional intelligence attributed to gender, and quarantine conditions represented in the duration and nature of confinement and income stability. To verify these objectives, the descriptive approach was followed and the emotional intelligence scale designed by Farouk El-Sayed Othman and Mohamed Abdel-Samie (2002) and adapted in the Algerian environment by Aqbani (2016) was applied on a sample of 134. The results showed that the level of emotional intelligence and its dimensions was high among the sample. It was also found that there were no statistically significant differences in emotional intelligence according to the variables of gender, duration and nature of confinement, and income stability.

The current study confirms the importance of counseling programs based on the development of emotional intelligence in individuals to help them deal with stressful situations and increase psychological well-being.

Keywords: Corona, Covid-19 pandemic, emotional intelligence, duration of confinement, nature of confinement.

مقدمة

في ديسمبر 2019، عرفت مدينة ووهان الصينية ظهور مجموعة من الحالات مصابة بالتهابات رئوية غير معروفة المسببات، لتمتد بشكل سريع إلى مناطق أخرى من الصين، مما أدى إلى اكتشاف فيروس كورونا المستجد 2019 (nCoV-2019). وفي وقت لاحق، أطلقت اللجنة الدولية لتصنيف الفيروسات على هذا الفيروس اسم فيروس كورونا سارس-2 (Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-CoV-2) (منظمة الصحة العالمية، سبتمبر 2020). يرتبط هذا الفيروس ارتباطاً وثيقاً بفيروس سارس (SARS-CoV) مسببا مرضاً تنفسياً يكون حاداً في بعض الأحيان.

ونظراً لانتشار العدوى في جميع أنحاء العالم، أعلنت منظمة الصحة العالمية في 11 مارس 2020 أن كوفيد-19 تحول إلى جائحة (Soltan, El-zoghbi, و Salama, 2020). و أمام هذه الأزمة الصحية، اضطر العديد من دول العالم إلى اتخاذ مجموعة من التدابير الوقائية لمنع انتشار الفيروس، كالحجر الصحي والتباعد الاجتماعي، الإغلاق الكامل أو الجزئي للمؤسسات التعليمية وأماكن العمل، إلغاء التجمعات الجماهيرية والاجتماعات وكذا إغلاق الحدود (Guner, Aktas و Hasanoglu, 2020).

ولقد أشارت الدلائل العلمية المستمدة من الجائحات السابقة لفيروسات الجهاز التنفسي المماثلة إلى وجود عواقب نفسية حادة ومزمنة للعدوى. في هذا الصدد، ونقلنا عن دراسة (Hu وآخرون، 2020) بينت دراسات (Hong وآخرون، 2009؛ Kim وآخرون، 2018؛ Zhang و Li، 2003؛ Mak وآخرون، 2009؛ Sheng وآخرون، 2005) بروز مجموعة من المشكلات العقلية سواء لدى غير المصابين أو المرضى الذين أصيبوا خلال وبائيات الالتهاب الرئوي الحاد (سارس) ومتلازمة الشرق الأوسط التنفسية (ميرس)، بما في ذلك الأرق، القلق، الاكتئاب وأعراض الإجهاد اللاحق للصدمة وحتى الانتحار. علاوة على ذلك، ظلت الأعراض النفسية لدى العديد من المرضى بعد الخروج من المستشفى واستمرت لفترة طويلة. ولهذا، أجمع الباحثون أمثال (Jiang, Xuan و Zhou، 2020؛ Mi وآخرون، 2020) على أن تفشي مرض كوفيد-19 سيعرض العديد من الأشخاص لمشاكل الصحة النفسية، بما في ذلك عامة الناس، العاملين في مجال الرعاية الصحية، والمرضى المؤكدين أو المشتبه في إصابتهم بكوفيد-19.

في هذا السياق، بينت الدراسات التي اهتمت بتأثير تفشي جائحة كوفيد-19 وما نتج عنها من تدابير احترازية لدى عامة الناس، أن هذه الأخيرة تسببت في ظهور آثار وخيمة على الصحة النفسية، كارتفاع مستويات الاكتئاب، القلق، والضغط (Jia وآخرون، 2020)، الشعور بالحزن، العصبية، أعراض ضغط ما بعد الصدمة

(Rossi وآخرون، 2020)، إضافة إلى الخوف من الفيروس (Jimenez-، Fernandez-Fleites، Broche-Pérez وRodriguez-Martin وFernandez-Castillo، Puig، 2020).

و أمام تفاوت نسب المشكلات النفسية التي صرح بها أفراد العينة في الدراسات التي اهتمت بهذا الموضوع، انكب الباحثون في التصفي عن عوامل الحماية التي لعبت دورا في التخفيف من حدة الضغوط الناتجة عن تفشي الجائحة و التدابير الاحترازية التي فرضت على الأفراد من مختلف الأعمار و الشرائح الاجتماعية. يعد الذكاء العاطفي أو كما يسمى الذكاء الانفعالي أو الوجداني (Emotional Intelligence) من بين المفاهيم التي اهتم بها الباحثين خاصة و أن نتائج الدراسات السابقة أوضحت علاقته بانخفاض درجات الضغط و زيادة الرفاهية النفسية (Schutte و آخرون، 2007). كما أكدت نتائج الدراسات ما جاء به كل من Murray (1998) نقلا عن العلوان (2011) و Mayer، Salovey، و Caruso (2000) أن للفرد الذي يتمتع بذكاء عاطفي عالي له قدرة عالية على التكيف وإدارة الضغوط و يتمتع بدرجة منخفضة من الاكتئاب والقلق، كما أن لديه القدرة على التحكم بالذات والتعبير المناسب عن المشاعر، القدرة على التفاؤل والوعي بالذات . في سياق تفشي جائحة كورونا كوفيد-19، توصلت عملية استعراض الأدبيات إلى مجموعة من الدراسات التي اهتمت

بالتعرف على مستوى الذكاء العاطفي و علاقته ببعض المتغيرات خاصة الضغط كدراسة (Neethu و Lokesh، 2021؛ Sen وآخرون، 2020) التي هدفت إلى استكشاف العلاقة بين الذكاء العاطفي و الضغط لدى الشباب. توصلت نتائج الدراستين الى وجود ارتباط سلبي منخفض بين الذكاء العاطفي ومستويات الضغط المدرك، و يشير الارتباط السلبي الكبير إلى أن أولئك الذين يتمتعون بذكاء عاطفي أعلى لديهم مستوى أقل من الضغط المدرك. كما توصلت دراسة (Neethu و Lokesh، 2021) إلى عدم وجود فروق بين الجنسين فيما يخص مستوى الذكاء العاطفي.

في نفس الصدد، هدفت دراسة (Martínez، Fernández-Berrocal، Luis، Bermejo-Martins، 2021) إلى البحث في العلاقة بين الذكاء العاطفي والضغط و فحص المساهمة المشتركة للذكاء العاطفي والرعاية الذاتية في التنبؤ بالضغط أثناء الحجر الصحي. أجريت الدراسة على عينة قدر حجمها 1082 مشاركاً من أربعة بلدان من أصل إسباني. من بين النتائج المتوصل إليها إمكانية التنبؤ بالضغط من خلال أبعاد الذكاء العاطفي بعد التحكم في الجنس والعمر.

من جهة أخرى، هدفت دراسة (Morón و Biolik-Moroń، 2021) إلى دراسة الذكاء العاطفي كمنبئ للاستجابات العاطفية المعاشة خلال الأسبوع الأول بعد فرض الحجر الصحي في بولندا (من 16 إلى 22 مارس). توصلت نتائج الدراسة إلى ارتباط الذكاء العاطفي بشكل إيجابي مع الانفعالات الإيجابية الأساسية، بينما ارتبط سلباً بالانفعالات السلبية. و بينت نتائج الدراسة تنبأ الذكاء العاطفي بتواتر أقل للغضب والاشتمزاز والحزن خلال الأسبوع الأول من تفشي الوباء، كما تنبأ بانخفاض شدة الخوف والقلق. أظهرت الدراسة أيضا ارتباط الدور الوقائي للذكاء العاطفي أثناء تفشي الجائحة بشكل أساسي بتجربة المشاعر السلبية (الخوف والقلق والحزن) بشكل أقل حدة .

على المستوى الوطني، تم التوصل من خلال استعراض الأدبيات- في حدود البحث- إلى وجود مجموعة من الدراسات تناولت العديد من الجوانب منها الآثار النفسية كدراسة (Robin Bryant وBoutebal، Madani، 2020) التي هدفت إلى التعرف على الأثر النفسي للحجر الصحي الكلي أو الجزئي المطبق في الجزائر بعد انتشار عدوى كوفيد-19، وعادات وسلوكيات عامة السكان الذين يعيشون في ظل هذا الحجر؛ إلا أنه لم يتم التوصل إلى دراسات استهدفت التعرف على مستوى الذكاء العاطفي بعد تفشي الفيروس و فرض الحجر الصحي. ومنه تتضح الحاجة الماسة إلى إجراء دراسة للتعرف على قدرة الأفراد التعامل مع الانفعالات المرتبطة بالأزمة الصحية وما ترتب عنها من خلال قياس مستوى الذكاء العاطفي. كما تهدف الدراسة إلى التعرف على الفروق في هذا المتغير حسب بعض المتغيرات كالجنس و ظروف الحجر(مدة و طبيعة الحجر الصحي واستقرار الدخل).

التساؤلات

وعليه، تهدف الدراسة الحالية إلى الإجابة على التساؤلات التالية:

- ما مستوى الذكاء العاطفي لدى أفراد العينة؟
- هل توجد توجد فروق بين الذكاء العاطفي تعزى للجنس، وظروف الحجر(مدة و طبيعة الحجر الصحي واستقرار الدخل)؟

فرضيات الدراسة

- يتميز أفراد العينة بمستوى متوسط من ذكاء العاطفي
- توجد فروق بين الذكاء العاطفي تعزى للجنس، وظروف الحجر(مدة و طبيعة الحجر الصحي واستقرار الدخل).

أهمية الدراسة

تكمن أهمية الدراسة في أصالتها لا سيما على المستوى المحلي حيث لم يتم التوصل - في حدود علم الباحثة- إلى دراسات تناولت الذكاء العاطفي بعد ظهور الفيروس التاجي المستجد كوفيد-19 و المتغيرات المؤثرة فيه. من الناحية التطبيقية تكمن أهميتها في محاولة الاستفادة من نتائجها في التخطيط لتحسين استراتيجيات التكفل في ظل تفشي الجائحات للحد أو التخفيف من المشكلات النفسية المترتبة عن تفشي الأمراض المعدية.

المفاهيم الإجرائية للدراسة

الذكاء العاطفي: قدرة الفرد على التعبير عن المشاعر الإيجابية والسلبية في سياق العلاقات بين الأفراد، كما يعني القدرة على الوعي والانتباه الجيد للانفعالات الخاصة به، وفهمها، وصياغتها بوضوح، وتنظيمها وفقاً لمراقبته وإدراكه الدقيق لانفعالات الآخرين ومشاعرهم للدخول معهم في علاقات انفعالية اجتماعية إيجابية تساعد الفرد على التواصل والنجاح في الحياة. ويتحدد هذا المفهوم إجرائياً بالدرجة التي يتحصل عليها أفراد العينة

على مقياس الذكاء العاطفي المعدّ من طرف فاروق السيد عثمان" و"محمد عبد السميع (2002) و المقنن في البيئة الجزائرية من طرف عقباني (2016).

الإجراءات الميدانية للدراسة

يتناول هذا الجزء من الدراسة الإجراءات المنهجية التي تم إتباعها لتحديد العينة وخصائصها، الأدوات المطبقة والأساليب الإحصائية المستعملة لمعالجة المعطيات.

منهج الدراسة

اقتضت طبيعة الدراسة الحالية استخدام المنهج الوصفي الذي يسمح بدراسة الظاهرة كما هي موجودة في الواقع، ويهتم بوصفها وصفا دقيقا (ملحم، 2015).

عينة الدراسة الأساسية

نظرا لصعوبة التواصل المباشر مع الأشخاص بسبب تفشي الفيروس، فقد تم اللجوء إلى المعاينة غير الاحتمالية، وبالضبط معاينة كرة الثلج. تقوم معاينة كرة الثلج حسب (فلاحي، 2017) على اختيار فرد معين وطلب منه نشر الاستبيان على معارفه، وهكذا تكبر العينة في الحجم مثل كرة الثلج، فتبدأ صغيرة وتنتهي بحجم كبير.

حجم وخصائص العينة

تتكون العينة من 134 فردا، يتميزون بمجموعة من الخصائص، كما هي موضحة في الجداول التالي:

جدول رقم (1): توزيع أفراد العينة حسب البيانات الشخصية والعائلية والاجتماعية والصحية

الخصائص	المتغيرات	عدد الأفراد	النسبة المئوية
الجنس	ذكور	58	43.3
	إناث	76	56.7
السن	من 18 إلى 25	94	70.1
	من 26 إلى 33	20	14.9
	34 إلى 42	14	10.4
	43 إلى 50	2	01.50
	51 سنة فأكثر	04	02.98
	متوسط	05	03.7

09.00	12	ثانوي	
87.3	117	جامعي	
17.9	24	متزوج	الحالة العائلية
79.1	106	غير متزوج	
02.2	3	منفصل	
00.7	1	أرمل	
35.1	47	4 و أقل	حجم الأسرة
64.2	86	5 و أكثر	
53.0	71	نعم	استقرار الدخل
47.0	63	لا	
07.5	10	نعم	سوابق صحية
92.5	124	لا	
11.9	16	نعم	سوابق نفسية
88.1	118	لا	
07.5	10	نعم	الإصابة
92.5	124	لا	بالفيروس
21.6	29	نعم	الاشتباه بالإصابة
61.2	82	لا	بالفيروس

جدول رقم(2): توزيع أفراد العينة حسب ظروف الحجر الصحي

الخصائص	المتغيرات	عدد الأفراد	النسبة المئوية
طبيعة الحجر	إرادي	68	50.7

35.8	48	إجباري	الصحي
10.4	14	عدم التطبيق بسبب العمل	
25.4	34	أقل من شهر	مدة الحجر الصحي
28.4	38	شهر-شهرين	
46.3	62	3 أشهر وأكثر	
23.1	31	غير موافق تماما	مدى الموافقة على إجراءات الحجر الصحي
41.0	55	موافق إلى حد ما	
04.50	6	موافق تماما	
43.3	58	نعم	ممارسة الرياضة
56.7	76	لا	

أدوات الدراسة

تمثلت الأدوات المستخدمة في هذه الدراسة فيما يلي:

استبيان المعطيات الديمغرافية: يتكون هذا الاستبيان من 13 سؤال، هدفت إلى التعرف على الخصائص الشخصية، العائلية، الاجتماعية، السوابق الصحية والنفسية، الظروف الاقتصادية المتعلقة بالمبحوثين، و كذا ظروف الحجر الصحي المطبق.

مقياس الذكاء العاطفي

تم استخدام في هذه الدراسة، مقياس الذكاء العاطفي من إعداد "فاروق السيد عثمان" و"محمد عبد السميع (2002) و المقنن في البيئة الجزائرية من طرف عقباني (2016). يتكون المقياس بعد التعديل من 51 بند مقسمة على خمسة أبعاد عرفها الباحثان كالآتي:

- المعرفة الانفعالية: وهي الركيزة الأساسية للذكاء الانفعالي وتتمثل في القدرة على الانتباه و الإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وحسن التمييز بينها، و الوعي بالعلاقة بين الأفكار والمشاعر والأحداث.

-إدارة الانفعالات": تشير إلى القدرة على التحكم في الانفعالات السلبية وكسب الوقت للتحكم فيها وتحويلها إلى انفعالات إيجابية، وهزيمة القلق والاكتئاب، وممارسة مهارات الحياة افعالية.
-تنظيم الانفعالات: وتشير إلى القدرة على تنظيم الانفعالات والمشاعر وتوجيهها إلى تحقيق الانجاز والتفوق، واستعمال المشاعر، والانفعالات في صنع أفضل القرارات، وفهم تفاعل الآخرون بالانفعالات المختلفة، وكيف تتحول الانفعالات من مرحلة إلى أخرى.
-التعاطف: يشير إلى القدرة على إدراك انفعالات الآخرين و التوحد معهم انفعاليا و فهم مشاعرهم و انفعالاتهم و التناغم معهم و الاتصال بهم دون أن يكون السلوك محملا بالانفعالات الشخصية.
-التواصل: يشير إلى التأثير الإيجابي و القوي في الآخرين عن طريق إدراك انفعالاتهم ومشاعرهم و معرفة متى تتبع الآخرين و تساندهم و التصرف معهم بطريقة لائقة.
طريقة التصحيح

يصحح المقياس حسب سلم ليكرت خماسي؛ حيث تمنح للمبحوث 5 درجات عند الإجابة بموافق بشدة، 4 درجات عند الإجابة بموافق، 3 درجات عند الإجابة بمحايد، درجتين (2) عند الإجابة بغير موافق و درجة (1) واحدة عند الإجابة بغير موافق بشدة.
الخصائص السيكومترية

قامت الباحثة بالصدق الظاهري و الاتساق الداخلي تم إلغاء العديد من البنود بعدما كان المقياس يضم 64 بند. كما توصلت إلى أن الأداة تتمتع بثبات عالي من خلال حساب معاملات جوتمان و ألفا كرونباخ والتي جاءت على التوالي (0.88، 0.89).

عرض و تحليل النتائج

عرض و تحليل نتائج الفرضية الأولى

نصت الفرضية الأولى على مايلي: "يتميز أفراد العينة بمستوى متوسط من ذكاء العاطفي".
للتحقق من هذه الفرضية تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري و تحديد مستويات للمقياس

1,00-1,79 منخفض جدا

1,80-2,59 منخفض

2,60-3,39 متوسط

3,40-4,19 مرتفع

4,20-5,00 مرتفع جدا

جدول (03): الإحصاءات الوصفية للذكاء العاطفي وأبعاده لدى أفراد العينة

المستوى	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الحد الأعلى	الحد الأدنى	عدد الأفراد	الذكاء الانفعالي بأبعاده
مرتفع	,600	3,69	5,00	1,09	134	معرفة الانفعالات
مرتفع	70,0	3,66	5,00	1,10	134	إدارة الانفعالات

تنظيم الانفعالات	134	1,08	5,00	3,79	,680	مرتفع
التعاطف	134	1,40	5,00	3,83	4,60	مرتفع
التواصل الاجتماعي	134	1,17	5,00	93,6	,660	مرتفع
الذكاء الانفعالي	134	1,17	5,00	3,73	9,50	مرتفع

يتضح من الجدول (03) أن المتوسط الحسابي للذكاء العاطفي بلغ (3,73) بانحراف معياري يقدر بـ (0,59)، فهو ذات مستوى مرتفع لأن قيمته تقع ضمن فئة المرتفع التي تتراوح بين (3,40 و 4,19). وبالنظر إلى أبعاد الذكاء العاطفي نجد أن مستوياتها هي الأخرى مرتفعة تقع ضمن الفئة بين (3,40 و 4,19)، حيث تراوحت متوسطاتها الحسابية بين (0,66) و (3,83) وبانحرافات معيارية متقاربة تتراوح بين (0,64) و (0,70). وبناءً عليه فقد أظهرت المتوسطات الحسابية أن مستوى الذكاء العاطفي ومستويات أبعاده (معرفة الانفعالات، إدارة الانفعالات، تنظيم الانفعالات، التعاطف، التواصل الاجتماعي) مرتفعة لدى أفراد العينة.

عرض وتحليل الفرضية الثانية

نصت الفرضية الثانية على مايلي: "توجد فروق بين الذكاء العاطفي تعزى للجنس، وظروف الحجر(مدة و طبيعة الحجر الصحي واستقرار الدخل)".

للتحقق من الفرضية تم حساب تحليل التباين المتعدد MANOVA مع الأخذ بعين الاعتبار التفاعل بين المتغيرات المستقلة.

جدول (04): دلالة الفروق في الذكاء العاطفي وفقا للجنس وظروف الحجر (المدة، الطبيعة، استقرار الدخل)

الدلالة	قيمة "ف"	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
0,879	0,023	0,008	1	0,008	الجنس
0,375	0,990	0,337	2	0,674	مدة الحجر
0,392	0,946	0,322	2	0,644	طبيعة الحجر
0,071	3,321	1,131	1	1,131	استقرار الدخل
0,626	0,470	0,160	2	0,320	الجنس × مدة الحجر
0,378	0,981	0,334	2	0,668	الجنس × طبيعة الحجر
0,509	0,439	0,149	1	0,149	الجنس × استقرار الدخل

0,208	1,501	0,511	4	2,044	مدة الحجر × طبيعة الحجر
0,443	0,821	0,279	2	0,559	مدة الحجر × استقرار الدخل
0,529	0,641	0,218	2	0,436	طبيعة الحجر × استقرار الدخل
0,664	0,528	0,180	3	0,539	الجنس × مدة الحجر × طبيعة الحجر
0,501	0,696	0,237	2	0,474	الجنس × مدة الحجر × استقرار الدخل
0,604	0,271	0,092	1	0,092	الجنس × طبيعة الحجر × استقرار الدخل
0,097	2,385	0,812	2	1,624	مدة الحجر × طبيعة الحجر × استقرار الدخل
0,701	0,148	0,051	1	0,051	الجنس × مدة الحجر × طبيعة الحجر × استقرار الدخل
		0,340	100	34,041	الخطأ
			129	45,313	الكلي

يتضح من الجدول (04) أن الفروق في الذكاء العاطفي لدى أفراد العينة وفقاً لمتغيرات كل من الجنس (F = 0,023 ; p > 0,05)، ومدة الحجر (F = 0,99 ; p > 0,05)، وطبيعة الحجر (F = 0,946 ; p > 0,05)، واستقرار الدخل (F = 3,321 ; p > 0,05) غير دالة احصائياً عند 0,05. أي أن هذه المتغيرات المستقلة لا تؤثر على الذكاء العاطفي لدى أفراد العينة.

وكذلك يتضح بأن الفروق في الذكاء العاطفي وفقاً لتفاعل المتغيرات فيما بينها، فيتضح بأن تفاعل الجنس ومدة الحجر وطبيعة الحجر واستقرار الدخل مثنى مثنى، والتفاعل الثلاثي بينها، والتفاعل الرباعي أن قيم "ف" غير دالة احصائياً عند 0,05. وبما أنه لا تؤثر المتغيرات المستقلة (الجنس، مدة الحجر، طبيعة الحجر، استقرار الدخل) فإنها لا تفسر سوى نسبة ضئيلة جداً بلغت 3,1% من التباين في الذكاء العاطفي لدى أفراد العينة (R² = 0,031).

وبالتالي لا توجد فروق دالة احصائياً عند 0,05 في الذكاء العاطفي وفقاً لمتغيرات الجنس، ومدة الحجر، وطبيعة الحجر، واستقرار الدخل وتفاعلاتها فيما بينها لدى أفراد العينة.

مناقشة النتائج

أوضحت نتائج الدراسة أن أفراد العينة يتميزون بمستوى عالي من الذكاء العاطفي، وتتماشى هذه النتيجة مع دراساتي (Neethu و Lokesh، 2021، Sen وآخرون، 2020) اللتان توصلتا إلى وجود مستوى مرتفع للذكاء العاطفي لدى أفراد العينة.

قد تعود هذه النتيجة الى كون أغلب أفراد العينة من الشباب و من ذوي المستوى الجامعي حيث قدرت نسبة الفئة العمرية (18-25) 70.1 % و 87.3 % على الترتيب؛ مما يبرز أن هذه الفئة قد وصلت الى مرحلة عالية من القدرة على الانتباه و الإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وحسن التمييز بينها، الوعي بالعلاقة بين الأفكار والمشاعر والأحداث وكذلك لديهم القدرة على التحكم في الانفعالات السلبية وكسب الوقت للتحكم فيها وتحويلها إلى انفعالات ايجابية، وهزيمة القلق والاكتئاب، وممارسة مهارات الحياة الانفعالية. ضف إلى ذلك، لديهم القدرة على تنظيم الانفعالات والمشاعر وتوجيهها إلى تحقيق الانجاز والتفوق، واستعمال المشاعر، والانفعالات في صنع أفضل القرارات، وفهم تفاعل الآخرون بالانفعالات المختلفة، وكيف تتحول الانفعالات من مرحلة إلى أخرى، وكذا القدرة على إدراك انفعالات الآخرين و التوحد معهم انفعاليا و فهم مشاعرهم و انفعالهم و التناغم معهم و الاتصال بهم دون أن يكون السلوك محملا بالانفعالات الشخصية. و ما يؤكد ذلك أيضا النتائج المرتفعة لأبعاد المقياس و التي أشارت كذلك إلى التأثير الإيجابي و القوي في الآخرين عن طريق إدراك انفعالهم ومشاعرهم و معرفة متى تتبع الآخرين و تساندهم و التصرف معهم بطريقة لائقة. ولعل السبب كذلك في ارتفاع مستوى الذكاء العاطفي كون هناك نسبة كبيرة من أفراد العينة طلبة الجامعة الأمر الذي منحهم القدرة على اكتشاف مشاعر وأحاسيس أصدقائهم، وفهم مشاعر الأفراد المحيطين بهم، ومعاملة الأصدقاء والتعامل معهم بهدوء، ولديهم القدرة على بناء الصداقات والتواصل مع الآخرين، وجميعها مهارات وقدرات أساسية للتعاطف والتواصل مع الآخرين التي تعدّ أبعاداً أساسية للذكاء العاطفي، وكذلك فإن توقعات المجتمع من هذه الفئة من الطلبة الجامعيين قد تدفعهم للتصرف بما يتناسب وهذه التوقعات؛ فالمجتمع يتوقع من طلبة الجامعة التعامل الرزين والمتعاطف والذي يقدم العون والمساعدة للأفراد الآخرين. وجاءت نتائج الأبعاد المرتفعة تأكيداً لما جاء به Goleman؛ حيث بين أن بإمكان أن تساعد مكونات الذكاء العاطفي الفرد في إدارة الضغط بشكل أفضل، من حيث ملاحظته أنه أصبح متوتراً و يكون أكثر فعالية في التعبير عما يشعر به .

ضف إلى ذلك، قد يعود المستوى المرتفع للذكاء العاطفي إلى غياب السوابق الصحية و النفسية لدى النسبة الكبيرة لأفراد العينة حيث قدرت (92.5%، 88.1%) على الترتيب مما قد يقلل من القلق و الخوف من الاصابة بالفيروس رغم إصابة 07.5% به و 21.6% تم الاشتباه بهم مما قد يولد مستوى كبير من الضغط و القلق ، إلا أن أفراد العينة بينوا قدرتهم على التحكم في مشاعرهم و ضبطها و هو ما بينته من قبل نتائج الدراسات التي أكدت ارتباطات مهمة بين السمة العليا للذكاء العاطفي ، وانخفاض الضيق الذاتي و الصحة البدنية الجيدة (Saklofske و Parker ، Keefer ، 2009)

كما قد تعود الى السند العائلي المتوفر خلال الحجر الصحي ؛ إذ أن 64.2% ينتمون إلى أسر متكونة من 5 أشخاص و أكثر مما قد ساعد على عدم الشعور بالوحدة في ظل الحجر الصحي خاصة و أن 46.3% طبقت الحجر لمدة 3 أشهر وأكثر.

قد تعود النتيجة كذلك إلى ممارسة 43.3% من أفراد العينة الرياضة خلال الحجر الصحي مما ساعد على ظهور عافية نفسية أفضل ويعانون من ضغط و اكتئاب أقل. و هو ما أكدت عليه دراسة (Acebes-Sánchez و آخرون، 2019) التي بينت أن هناك علاقة بين ممارسة الأنشطة الرياضية و الذكاء العاطفي المرتفع بالخصوص الاهتمام والإصلاح العاطفي.

كما يوصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق في مستوى الذكاء العاطفي يعزى للجنس وهو ما يتماشى مع ما توصلت إليه دراسة (Lokesh و Neethu، 2021).

جاءت هذه النتيجة لتأكيد ما جاء في دراسة (Ahmad، Khan و Bangash، 2009) التي أوضحت أن الذكاء العاطفي لا يحترم الجنس، رغم الاعتقاد السائد أن النساء لسن أكثر ذكاء عاطفياً من الرجال. ومع ذلك، فهن ذكيات عاطفياً بطرق مختلفة؛ إذ تم التوصل من خلال تحليل للذكاء العاطفي لدى آلاف الرجال والنساء، أن النساء، في المتوسط، أكثر وعياً بمشاعرهن، ويظهرن المزيد من التعاطف، وأكثر مهارة في التعامل مع الآخرين. من ناحية أخرى، الرجال أكثر ثقة بالنفس وتفاؤلاً وقدرة على التكيف. وجد أن الرجال أيضاً قادرين على التعامل مع التوتر بشكل أفضل من النساء. بشكل عام، بينت نتائج الدراسات وجود أوجه تشابه أكثر بكثير من الاختلافات، بعض الرجال متعاطفون مثلهم مثل النساء فيما يتعلق بالتعامل مع الآخرين، في حين أن بعض النساء قادرات على تحمل الضغط مثل الرجال الأكثر مرونة عاطفياً. وهذا بالرغم من أن نتائج دراسات King (1999) و Sutarso (1999) و Wing and Love (2001) و Singh (2002) المشار إليها في دراسة (Ahmad، آخرون، 2009) بينت أن الإناث يتمتعن بذكاء عاطفي أعلى من ذكاء الذكور.

كما توصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق في مستوى الذكاء العاطفي تعزى لظروف الحجر (مدة و طبيعة الحجر الصحي واستقرار الدخل). قد تعود هذه النتيجة إلى تشابه خصائص العينة في ظروف الحجر الصحي بشكل عام. زد على ذلك، نسبة كبيرة من أفراد العينة (50.7%) طبقوا الحجر الصحي بإرادتهم و (53%) عاشوا استقراراً مادي مما سمح لهم بإدارة الانفعالات التي ممكن تولدت من تفشي الفيروس. ويمكن أن تعود إلى كون 79.1% من أفراد العينة غير متزوجين مما يجعلهم أقل قلقاً و شعوراً بالضغط عكس الأشخاص المتزوجين. بالإضافة إلى ما سبق، 41% من أفراد العينة صرحوا بموافقتهم على الإجراءات الاحترازية إلى حد ما.

بشكل عام، أظهرت هذه الدراسة أن الاستجابات العاطفية لتفشي الفيروس لم يهيمن عليها القلق والاكتئاب أو الاستجابات العاطفية السلبية الأخرى كما هو متوقع في دراسة (Xiang و آخرون، 2020). قد تكون هذه النتيجة غير المتوقعة لتكرار المشاعر الإيجابية ناتجة عن عدة عمليات محتملة. أولاً، ربما ظل المبحوثين على مستوى عالٍ نسبياً من تواتر وشدة المشاعر الإيجابية بسبب التفاؤل غير الواقعي، أي التحيز حيث يعتقد الناس حسب (Weinstein، 1980) أن الأحداث السلبية أقل احتمالية لحدوثها لهم مقارنة بالآخرين، ويعتقدون أن الأحداث الإيجابية من المرجح أن تحدث لهم أكثر من الآخرين. وهو ما أكدته دراسة (Dolinski، Dolinska، Zmaczynska-Witek، Banach و Kulesza، 2020) حيث لاحظت مثل هذا التفاؤل غير الواقعي فيما يتعلق بخطر الإصابة بالفيروس لدى البولنديين في الأيام الأولى للوباء.

كما قد تعود النتائج إلى الاعتقاد بأن الإجراءات التي تنفذها لجان الخبراء والسلطات ستكون فعالة في مكافحة الوباء حسب ما بينته دراسة (Stella و آخرون، 2020) خاصة وأن الدراسة أنجزت بعد الموجة الأولى والثانية والجزائر لم تعرف العديد من الوفيات والإصابات مثلما عشته البلدان الأخرى.

الخاتمة

أظهرت نتائج الدراسة أن ردود الفعل العاطفية بعد تفشي جائحة كوفيد-19 جاءت مرتفعة؛ إذ تضمنت النتيجة العديد من مؤشرات الهدوء والأمل والتضامن والراحة. وبالتالي، ربما كان الأشخاص أثناء الحجر

الصحي قد ركزوا أكثر على الروابط الأسرية أو المنزل أو الترفيه أو على خلق شعور بالتضامن مع الآخرين (على سبيل المثال من خلال تقديم المساعدات للآخرين) ، مما قد يساعد في تقليل الخوف وتعزيز الثقة بالنفس والالتزام والترابط الاجتماعي الذي يعد مصدراً آخر للأمل.

لذلك يمكن القول أن الأفراد رأوا التهديد المرتبط بجائحة كوفيد-19 بشكل أقل سلبية أو استخدموا استراتيجيات تنظيمية فعالة لتقليل شدة ردود الفعل المخيفة أو المقلقة أو المحزنة للوباء مما يسمح استخلاص الدور الوقائي للذكاء العاطفي ؛ حيث ساعد في التقليل من حدة ردود الأفعال العاطفية السلبية في فترة الحجر الصحي.

أظهرت نتائج الدراسة الحاجة إلى إنجاز أبحاث مستقبلية تتناول العوامل الوسيطة المحتملة بين الذكاء العاطفي و الصحة النفسية خاصة في ظل الأزمات و التعرف على منبئاته أيضا. كما نوصي بإعداد برامج تدخل من خلال تنظيم دورات لتنمية هذه السمة لدى الأشخاص لمساعدتهم على تعلم التعامل مع الأزمات والضغوطات بشكل عام.

المراجع

- العلوان ، أحمد . (2011) . الذكاء الإنفعالي و علاقته بالمهارات الإجتماعية و أنماط التعلق لدى طلبة الجامعة في ضوء متغيري التخصص و النوع الإجتماعي للطلاب . المجلة الأردنية في العلوم التربوية . مجلد 7 عدد 2. ص 144-125 .
- عقباني، ربيعة.(2016). علاقة سمات الشخصية حسب نموذج العوامل الخمسة الكبرى بالذكاء الانفعالي لدى الممرضين بولاية وهران. رسالة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس العمل و التنظيم. قسم علم النفس و علوم التربية. كلية العلوم الاجتماعية. جامعة وهران 2 محمد بن أحمد.
- فلاحي، كريمة. (2017). العينات وطرائق المعاينة في العلوم الاجتماعية، في: سعيد عيشور نادية، منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية (ص225-ص246). الجزائر: مؤسسة حسين رأس الجبل للنشر والتوزيع.

- Acebes-Sánchez, J., Díez-Vega, I., Esteban-Gonzalo, S. *et al.* (2019). Physical activity and emotional intelligence among undergraduate students: a correlational study. **BMC Public Health** , 19, 1241 <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7576-5>
- Ahmad, S., Bangash, H and Khan, S .A.(2009). Emotional intelligence and gender differences. **Sarhad J. Agric.** 25(1): 127-130
- Bermejo-Martins, E, Luis, E O, Fernández-Berrocal, P, Martínez, M & Sarrionandia, A. (2021). The role of emotional intelligence and self-care in the stress perception during COVID-19 outbreak: An intercultural moderated mediation analysis, **Personality and Individual Differences**, Vol 177, 110679, <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110679>

- Broche-Pérez, Y, Fernández-Fleites, Z, Jiménez-Puig, E, Fernández-Castillo, E & Rodriguez-Martin, B C. (2020). Correction to: Gender and Fear of COVID-19 in a Cuban Population Sample. **International Journal of Mental Health and Addiction** <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00377-y>
- Dolinski, D., Dolinska, B., Zmaczynska-Witek, B., Banach, M., & Kulesza, W. (2020). Unrealistic optimism in the time of coronavirus pandemic: May it help to kill, if so— Whom: Disease or the person? **Journal of Clinical Medicine**, 9(5), 1464. <https://doi.org/10.3390/jcm9051464>
- El-Zoghby, SM, Soltan, EM & Salama, HM. (2020). Impact of the COVID-19 pandemic on .mental health and social support among adult Egyptians **The Journal of Community Health**. vol 45, 689- 695. <https://doi.org/10.1007/s10900-020-00853-5>
- Guner.R, Hasanoglu.I, Aktas.F (2020). COVID-19: Prevention and control measures in community. **Turkish Journal of Medical Sciences**, 50, 571-577. doi: 10:10.3906/sag-2004-146
- Hu, Y, Chen, Y, Zhenga, Y, You, C, Tan, J, Hu, L, Zhanga, Z, Dinga, L. (2020). Factors related to mental health of inpatients with COVID-19 in Wuhan, China. **Brain, Behavior, and Immunity**. Vol 89. 587-593. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.07.016>
- Ju, Y, Chen, W, Liu, J, Yang, A, Shu, K, Zhou, Y, Wang, M, Huang, M, Liao, M, Liu, J, Liu, B, Zhang, Y. (2021). Effects of centralized isolation vs. home isolation on psychological distress in patients with COVID-19. **Journal of Psychosomatic Research**, 143, 110365. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2021.110365>
- Keefer, K V, Parker, J D. A and Saklofske, D H. (2009). **Emotional Intelligence and Physical Health**. in C. Stough et al. (eds.), *Assessing Emotional Intelligence*, The Springer Series on Human Exceptionality, DOI 10.1007/978-0-387-88370-0_11
- Madani A, Boutebal, S E & Bryant, Ch R (2020). The psychological Impact of Confinement linked to the Coronavirus Epidemie COVID-19 in Algeria. **International Journal of Environmental Research and Public Health** 17, 3604. doi :10.3390/ijerph17103604
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. (2000). **Models of emotional intelligence**. In R. J. Sternberg (Ed.), *Handbook of intelligence* (pp. 396–420). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511807947.019>
- Mi, L, Jiang, Y, Xuan, H & Zhou, Y. (2020). Mental health and psychological impact of COVID-19: potential high –risk factors among different groups. **Asian journal of psychiatry** (53). 102212. <http://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102212>

- Moroń, M & Biolik-Moroń, M. (2021). Trait emotional intelligence and emotional experiences during the COVID- 19 pandemic outbreak in Poland: A daily diary study. **Personality and Individual Differences** 168 / 110348. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110348>
- Neethu E. & Lokesh L. (2021). Emotional Intelligence and Perceived Stress among Young Adults during Covid-19. *International Journal of Indian Psychology*, 9(2), 1119-1125. DIP:18.01.118.20210902, DOI:10.25215/0902.118.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Thorsteinsson, E. B., Bhullar, N., & Rooke, S. E. (2007). A meta-analytic investigation of the relationship between emotional intelligence and health. **Personality and Individual Differences**, 42(6), 921–933
- Sen, A., Thulasingham, M., Olickal, J. J., Sen, A., Kalaiselvy, A., & Kandasamy, P. (2020). Emotional intelligence and perceived stress among undergraduate students of arts and science colleges in Puducherry, India: A cross-sectional study. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 9(9), 4942.
- Stella, M., Restocchi, V., & De Deyne, S. (2020). lockdown: Network-enhanced emotional profiling in the time of COVID-19. *Big Data and Cognitive Computing*, 4(2), 14. <https://doi.org/10.3390/bdcc4020014>
- Xiang, Y.-T., Yang, Y., Li, W., Zhang, L., Zhang, Q., Cheung, T., & Ng, C. H. (2020). Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *The Lancet Psychiatry*, 7(3), 228–229. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30046-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30046-8).

الأنماط القيادية وعلاقتها بالإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين

دراسة ميدانية بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير. -سطيف -

د. ذياب لبنى

جامعة سطيف2 ، الجزائر

ملخص

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الأنماط القيادية والابداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير وانطلقت الدراسة من التساؤل الرئيسي التالي: هل توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الأنماط القيادية والابداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير؟

وللإجابة عليه تم الاعتماد على المنهج الوصفي كونه يتلاءم مع طبيعة الدراسة، و اجريت على عينة قدرها 50 عامل، وتمثلت أداة جمع البيانات في الاستبيان موزع على محورين: (الأنماط القيادية والابداع الإداري) وتم تحليل بياناته احصائيا باستخدام برنامج الرزم الاحصائية spss، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أنه توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين التمكين الإداري والابداع الإداري لدى إطارات أجهزة القياس والمراقبة بالعلمة AMC - توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين النمط القيادي الديمقراطي والابداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير.

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين النمط القيادي الأتوقراطي والابداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير.

- توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين حرية النمط القيادي الفوضوي والابداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير.

ومن هنا قمنا بتقديم مجموعة من التوصيات والاقتراحات للمسيرين محل الدراسة ومسيري مؤسسة مندوش للبناء والتعمير بشكل عام بضرورة توفير النمط القيادي الأنسب الذي يساهم في خلق الابداع الإداري داخل المؤسسات

الكلمات المفتاحية: القيادة، الابداع، الإدارة، الأنماط القيادية، الابداع الإداري .

Abstract

This study aimed to reveal the relationship between leadership styles and administrative creativity among the administrative staff at the mandoush foundation for construction and development, and our study started from the following central question:

Is there a statistically significant relationship between leadership styles and administrative creativity among the administrative staff of the mandosh foundation for construction and reconstruction

To answer it, the descriptive approach was relied on as it fits the nature of the study, and a sample of 50 workers was conducted, and the data collection tool was represented in the questionnaire distributed on two axes: (leadership styles and administrative creativity) and its data was statistically analyzed using the spss statistical packages program, and the results of the study concluded that there is a statistically significant relationship between administrative empowerment and administrative creativity

There is a statistically significant relationship between the Democratic leadership style and administrative creativity among the administrative staff of the mandosh foundation for construction and reconstruction.

- There is a statistically significant relationship between the autocratic leadership style and administrative creativity among the administrative staff of the mandosh foundation for construction and reconstruction.

- There is a statistically significant relationship between the freedom of the chaotic leadership style and the administrative creativity of the administrative staff at the mandosh foundation for construction and reconstruction.

Hence, we have provided a set of recommendations and suggestions to the managers of the study and the managers of the mandosh foundation for construction and reconstruction in general, the need to provide the most appropriate leadership style that contributes to the creation of administrative creativity within institutions

Keywords: Keywords: leadership, creativity, management, leadership styles, administrative creativity.

1) إشكالية الدراسة

تواجه كافة منظمات الأعمال في عصرنا الراهن سواء كانت عامة أو خاصة، إنتاجية منها أو خدمية أو صناعية تحديات جديدة في ظل العولمة وسرعة التحول والتغير من أجل بقائها واستمرارها والحفاظ على تطورها وازدهارها، وأمام تلك التحديات أضحى الإدارة التقليدية بعلمياتها وأساليبها عاجزة عن جعل المنظمة قادرة على المنافسة. (الحلي، 2007، ص 17)

كما يتسم العصر الذي نعيشه بالتغيرات والتطورات المتلاحقة في أساليب العمل والتنظيم والتغير في بعض المتغيرات البيئية المختلفة من سياسية واقتصادية واجتماعية وثقافية وتقنية في تغير مستمر، ونتيجة للتفاعل بين المنظمة وبيئتها فإنها لن تبقى ساكنة ولكن تتغير باستمرار مما يستوجب الإستجابة للتغيرات،

فالبينة أشبه ما توصف بالبيئة المضطربة غير المستقرة ، وظاهرة التغيير تمتد إلى جميع الأنشطة والمجالات وتغيرات في اتجاهات وميول الأفراد ، فالتغيير يحيط بالمنظمات من كل جهة (حريم، 2004، ص363) .
ومن هذه الزاوية يتحتم على المدير أن يكون ملماً بكثير من المعارف والمعلومات، بل أكثر من ذلك ، أن يعرف متى وكيف يحصل على ما يريد من المعلومات اللازمة من مصادرها ولا ينتظر أن تصل إليه أو يزوده أحد بها، فهو يمتلك الروح البحثية دائماً، يسعى للتجديد والابتكار والإبداع ، ومن هنا لكي يكون المدير ناجحاً في عمله لا بد له أن تكون لديه القدرة على ربط الأمور الإدارية بالخطوط العريضة لسياسة التنظيم ، وأن يمتلك من المعارف ما يؤهله لأن يكون قادراً على اختيار أفضل الأساليب التي تكفل الحصول على أكبر قدر من الكفاية الإنتاجية، حيث يجمع ما بين التنظيم والتنسيق ، كما أصبح المدير قادراً على التغيير والتحسين في التنظيم الإداري ، واعياً بالأهداف، وأصبح نجاح المؤسسة إذا تجاوزنا النشاط متوقفاً على كفاءته الإدارية وكفاءة العاملين معه في التنظيم (البشير، 2000، ص52)

وتعد القيادة جوهر العملية الإدارية وقلها النابض، وهي مفتاح الإدارة. فأهمية مكانتها ودورها نابع من كونها تقوم بدور أساسي يسري في كل جوانب العملية الإدارية، فتجعل الإدارة أكثر ديناميكية وفاعلية وتعمل كأداة محركة لها لتحقيق أهدافها والتي يمكن من خلالها إثارة اهتمام الآخرين وإطلاق وحشد طاقاتهم وتعبئة قدراتهم وتنسيق جهودهم وتنظيم أمورهم وتوجيههم الوجهة الصحيحة نحو تحقيق الأهداف والغايات المرجوة (اسامة، 2014، ص23).

وعلى الرغم من أهمية القيادة فهي تعتبر العامل الإنساني الذي يربط مجموعة من الأفراد سوية ويحفزهم نحو تحقيق الأهداف التي يضعها ويخططها القائد وتحول القرارات إلى واقع. فهي الفعل النهائي الذي يسير بالمؤسسة أو المشروع والعاملين فيه إلى النجاح والإزدهار، وهذا لا يتم إلا بتفاعل القائد بما يمتلكه من ذكاء ونضج اجتماعي مع مجموعته في محيط من القوى الدافعة.

ومن ثم فإن نجاح القائد يتوقف على استخدامه الأسلوب أو النمط القيادي المناسب والمؤثر في العاملين تحت إشرافه، وهذا ما أشار إليه كل من "بالك وزوجته موتون" وفق نموذج الشبكة الإدارية الذي يعتمد على بعدين هما: الإهتمام بالموظفين أو الإهتمام بالعمل الإداري. (القحطاني 2001، ص77).

كما يعتبر أسلوب الإشراف أو نمط القيادة واحد من أهم المتغيرات المؤثرة على إبداع العاملين في المنظمات وينبع ذلك من أثر القائد أو الرئيس على القدرات الإبداعية لمؤسسيه.

فالنظرة الإيجابية من قبل الإدارة نحو الفرد والعمل الإداري وإشعاره بأهمية الدور الذي يقوم به في العملية الإدارية وإتاحة الفرص في النمو والطموح وبناء علاقات بين الإدارة والفرد يكون أساسها الإحترام والتقدير، كلها عوامل محفزة تدفع في الفرد الرغبة في مزيد من بذل الجهد والعطاء والإبداع لتحقيق التطوير التنظيمي للمؤسسة.

لذا فالقيادة الحقيقية تشجع وتدعم الإبتكار والإبداع عند العاملين لأنهم المسؤولون المباشرين عن تحقيق التميز، باعتبار أن الإبداع أداة ومهارة هامة تمكن المدير من إدارة الأزمات وتحويلها إلى فرص وهو يعظم منفعة الموارد البسيطة المتاحة للمدير. فالقدرة على الإبداع من أهم المتطلبات الواجب توفرها فيمن يتحمل مسؤولية القيام بالعمل الإداري (عبد المولى، 2014، ص63).

وفي هذا السياق يقول "إدوارد ماليز": يبني الإستثمار في الناس على خبرة المؤسسات الناجحة، حيث تأكد أن قوة العمل المحفزة والمهارة هامتان لنجاحها، والمستثمرون في الناس يقدمون منهجية لتطوير الموظفين بطرق تساعد في تحقيق أهداف المؤسسة. (محمد العازمي، 200، ص-187).

لقد أوجدت التغييرات في عناصر البيئة التنافسية التي تواجهها المنظمات الحاجة لدى تلك المنظمات إلى الإبداع، فقامت بالاستجابة لهذه الحاجة بتبني سياسات الإبداع على مستوى المنظمة، وإنشاء وحدات إدارية كدوائر البحث والتطوير التي تستهدف رعاية الإبداع وتنميته في المنظمة وتوجيهه نحو تحقيق أهدافها. كما أن العديد من المنظمات عملت على تدريب العاملين فيها على السلوك الإبداعي أو دفع رسوم للمبدعين من خارج المنظمة أو المجتمع.

وتظهر الحاجة إلى الإبداع عندما يدرك متخذوا القرار في المنظمة أن هناك تفاوتاً بين أداء المنظمة الفعلي والأداء المرغوب، وهذا التفاوت يحث إدارة المنظمة على دراسة تبني أسلوب جديد، وعادة فإن الظروف التي تخلق الحاجة إلى إبداع تفرضها تغييرات في بيئة المنظمة مثل التغييرات التكنولوجية وتغير أذواق المستهلكين أو توفر معلومات حول ظهور أسلوب أفضل للعمل.

فإذا شعرت المنظمات أن هناك فجوة بين السلوك الحالي والسلوك المرغوب فإنه ستحاول سد أو تقليص الفجوة، ويكون ذلك من خلال الإبداع ولكن المنظمات العقلانية لا تتصرف فقط كاستجابة للتفاوت بين الإنجاز والطموح، فهي قد تكتشف وتبني طرق وأساليب جديدة من خلال عمليات البحث، ولكي تحسن أداءها يجب على المنظمات العقلانية أن تراقب بيئتها من أجل التنبؤ بالمطالب الجديدة والاحتياط لمواجهتها، وهذا ما يعرف بالإبداع المنظم الذي يتضمن عمليات بحث وتقصي مقصودة ومنظمة عن التغييرات والتحليل المنطقي لفرص الإبداع التي يمكن أن تفرزها تلك التغييرات. (المرجع نفسه)

كما تهدف تنمية التنظيم أو تغييره نحو الأفضل إلى إحداث تغييرات إيجابية في سلوك العاملين، كما تستلزم عملية التطوير بذل مجهودات بصورة مستمرة ومنظمة والمرور بمراحل عديدة تهدف إلى التقييم الذاتي، كما تؤكد على العلاقة بين أسلوب القيادة واتخاذ القرارات وأنماط الإتصال من ناحية، وبين النتائج المتوقعة مثل زيادة الإنتاجية وتحقيق الكفاية من ناحية أخرى. (القريوتي، 2000)

ويضيف القريوتي أن مشكلة التخلف الإداري في الدول النامية لا تكمن في تقادم التشريعات والهياكل التنظيمية فحسب، وهذا ما تركز عليه جهود التطوير الإداري في كثير من الدول العربية، بل ترجع إلى عدم الإهتمام بالإبداع وعدم الإستفادة من طاقات الفرد وإمكاناته المتجددة وتسخير هذه الإمكانيات لتطوير المنظمات، وتركيز الجهود الإدارية على تنمية الجوانب السلوكية التي تهدف لخلق الثقافة التنظيمية المشتركة لأجل إنجاز خطوات مهمة عن طريق الإصلاح والتطوير الإداري. (القريوتي، نفس المرجع السابق، ص189).

وفي دراسة قام بها (العمري صالح علي عواد 2002) حول إدارة الوقت وعلاقتها بالقيادة الإبداعية لدى عمداء كليات جامعة البلقاء التطبيقية في الأردن، حيث هدفت هذه الدراسة إلى تعريف إدارة الوقت لدى عمداء كليات جامعة البلقاء التطبيقية وعلاقتها بقيادتهم الإبداعية من وجهة نظر العمداء وشاغلي الوظائف الإشرافية أين أوصى الباحث بضرورة تعزيز العلاقة بين الكليات في كافة الأقسام والإستفادة من الخبرات في المجالات المختلفة التي تتعلق بالعمل، وتشجيع الإتصال بين الرؤوسين خارج أقسامهم والحرص على تبادل الآراء والأفكار من خلال اعتماد نظام داخلي فعال واعتماد إدارة الوقت أمر جدياً.

يعتمد النجاح في فريق العمل لعملية الإبداع على نوعية الشخصيات المشاركة إضافة إلى نوعية المشرف الذي من أهم أدواره في عملية الإبداع أن يوفر المناخ الملائم للإبداع بتوفير الاحتياجات الإبداعية للموظفين مع الحفاظ على أهداف المنظمة أو الإدارة كما أن الإبداع و التفكير الخلاق يحتاجان إلى التدريب والممارسة والتواصل وإتاحة الفرص للموظفين بإبراز أفكارهم واقتراحاتهم. (عموم 2014 ، ص 10).

وعلى ضوء ذلك تولدت لدينا الرغبة في دراسة الأنماط القيادية التي تسعى لفتح الأفاق وتهينة الأرض الخصبة والمناخ الملائم لتقديم ما لدى الإداريين من قدرات وإبداعات في مجال القيام بواجباتهم. ومن هذا المنطلق يمكن بلورة مشكلة الدراسة في التساؤل التالي: هل توجد علاقة بين الأنماط القيادية ومستوى الإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير؟

التساؤلات الجزئية:

- 1- هل توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين النمط القيادي الديمقراطي ومستوى الإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير؟
 - 2- هل توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين النمط القيادي الأوتوقراطي ومستوى الإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير؟
 - 3- هل توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين النمط القيادي الفوضوي ومستوى الإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين في مؤسسة مندوش للبناء والتعمير؟
- 2- الفرضيات:

الفرضية الرئيسية: توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين الأنماط القيادية ومستوى الإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير.

الفرضيات الجزئية:

- 1- توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين نمط القيادة الديمقراطي ومستوى الإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير.
 - 2- توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين نمط القيادة الأوتوقراطي ومستوى الإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير.
 - 3- توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين نمط القيادة الفوضوي ومستوى الإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير.
- 3-أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية البحث في موضوع الدراسة في النقاط التالية:

- أهمية القيادة في عالم اليوم لما يعتره من متغيرات متعددة ومتنوعة تستوجب توافر قدر كبير من الكفاءة والفعالية في أساليب القيادة.
- إيجاد التوافق بين النمط القيادي والظروف والمتغيرات المحيطة بالأفراد والمنظمة التي يتولون قيادتها .
- القيادة فن للتعامل مع الآخرين ، والتعامل مع الناس على قدر عقولهم، فهي أولى المهام، بل وتعتبر مركز الإدارة التنظيمية ، لأن الإدارة تتطلب باستمرار التعامل مع البشر على كافة مستوياتهم سواء داخل التنظيم (مشرفين . منفذين)

- يعتبر الإبداع والتطوير مطلبان رئيسيان لأي منظمة كانت عامة أو خاصة ، لأن المنظمة التي لا تبذل ولا تحاول التغيير في وقتنا الحاضر مصيرها الزوال .
- الحاجة إلى الإبداع لأن التغيرات في عناصر البيئة التنافسية التي تواجهها المنظمات اليوم تستدعي الحاجة إلى تبني سياسات للإبداع على مستوى المنظمة .
- تظهر الحاجة إلى الإبداع عندما يدرك متخذو القرار في المنظمة أن هناك تفاوتاً بين أداء المنظمة الفعلي والأداء المرغوب .

4-أهداف الدراسة :

تسعى هذه الدراسة لتحقيق الأهداف التالية:

- 1- التعرف على العلاقة بين الأنماط القيادية ومستوى الإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير
- 2- التعرف على العلاقة بين النمط القيادي الديمقراطي ومستوى الإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير
- 3- التعرف على العلاقة بين النمط القيادي الأوتوقراطي ومستوى الإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير
- 4- التعرف على العلاقة بين النمط القيادي الفوضوي (الحر المتساهل) ومستوى الإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير
- 5-التعاريف الإجرائية :

النمط لغة : (جمع أنماط ونماط) الطريقة والمذهب والنوع من الشيء أو الأمر.

النمط اصطلاحاً: عبارة عن سلوك متكرر ومميز لشخص ما.

النمط القيادي: يعبر عن مجموعة التصرفات التي يبديها القائد داخل التنظيم نتيجة لضغوط داخلية أو خارجية وتترك أثارها المباشرة على سلوك العاملين في التنظيم سلباً أو إيجاباً .
هو التصرفات التي يبديها القائد داخل التنظيم والتي تمكنه من تحقيق الأهداف التي يسعى إليها، وتصنف الأنماط القيادية لدى القادة حسب التصنيف الأكثر شيوعاً والأكثر شمولاً إلى ثلاثة أنماط هي: النمط القيادي الديمقراطي، النمط القيادي الأوتوقراطي، ونمط القيادة الحرة. ويقاس النمط القيادي لدى القادة في هذه الدراسة من خلال العبارات التي تضمنتها أداة الدراسة.

النمط القيادي إجرائياً :-هو الدرجة التي يتحصل عليها الموظفون الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير على مقياس الأنماط القيادية المستخدم في هذه الدراسة والتي يتمثل في المؤشرات التالية: النمط القيادي الديمقراطي، النمط القيادي الأوتوقراطي، النمط القيادي الفوضوي.

النمط القيادي الديمقراطي إجرائياً: هو الدرجة التي يتحصل عليها الموظفون الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير على العبارات من (1 إلى 8) الموجودة في مقياس الأنماط القيادية.

النمط القيادي الأوتوقراطي إجرائياً: هو الدرجة التي يتحصل عليها الموظفون الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير على العبارات من (9 إلى 15) الموجودة في مقياس الأنماط القيادية.

النمط القيادي الفوضوي إجرائياً: هو الدرجة التي يتحصل عليها الموظفون الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير على العبارات من (16 إلى 30) الموجودة في مقياس الأنماط القيادية. الإبداع الإداري : هو قدرة

الموظف على الإنتاج بأسلوب عمل جديد أو فكرة جديدة، أو حل مميز لمشكلة ما حيث يتم هذا الإنتاج بقدر من الطلاقة الفكرية والمرونة الذهنية والأصالة والقدرة على التحليل والربط والحساسية للمشكلات. الإبداع الإداري إجرائياً: هو الدرجة التي يتحصل عليها الموظفون الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير على مقياس الإبداع الإداري المستخدم في هذه الدراسة والتي تتمثل في المؤشرات التالية: الأصالة، الطلاقة الفكرية، المرونة الذهنية، القدرة على التحليل والربط، الحساسية للمشكلات.

(1) حدود الدراسة:

1-1. الحدود الزمانية: اجرت الدراسة الأساسية ابتداء من تاريخ 28 مارس 2023 تم توزيع الاستبيان على افراد العينة المتمثلة في الموظفين الاداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير، ثم استرجاعهم بتاريخ 14 افريل 2023.

2-1. الحدود المكانية: تم اجراء هذه الدراسة الاساسية بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير - سطيف-

3-1. الحدود البشرية: اشتملت دراستنا على الموظفين الاداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير.

(2) منهج الدراسة:

تم استخدام المنهج الوصفي الذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ويهتم بوصفها وصفا دقيقا ويعبر عنها تعبيراً كمياً وكيفياً.

(3) مجتمع وعينة الدراسة:

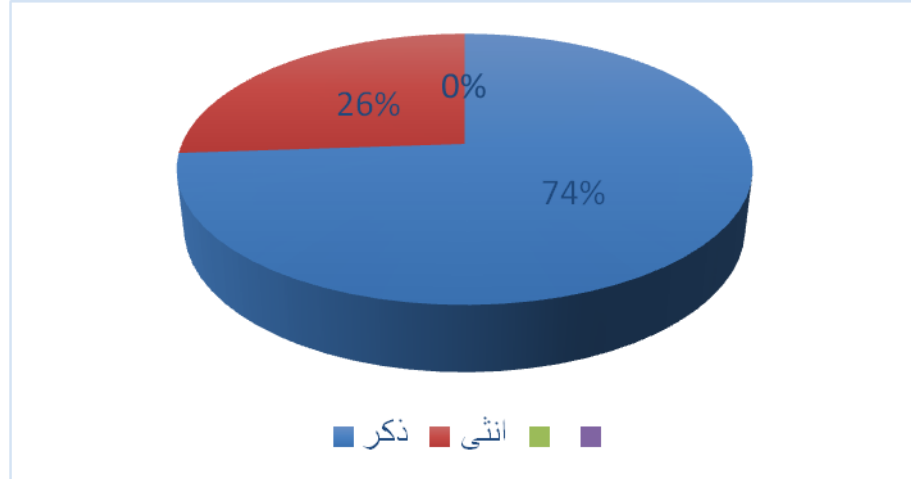
بناء على مشكلة الدراسة وأهدافها فإن المجتمع المستهدف يتكون من الموظفين الاداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير والبالغ عددهم (250) موظف.

طبقت الدراسة الميدانية على عينة قدرها (46) موظف بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير سطيف، أي بنسبة (20%) من المجتمع الاصلي المقدر ب (250) موظف، تم توزيع الاستبيانات على جميع أفراد العينة المختارة، وقد تم استرجاع (46) منها، واستبعاد (4) استبيان وذلك راجع لعدم إعادة بعض الاستبيانات وعدم اكتمال البعض الأخر وفيما يلي توزيع أفراد العينة حسب المتغيرات الشخصية:

- حسب متغير الجنس

الجدول رقم (1): خصائص العينة الاساسية حسب متغير الجنس

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	34	%73.91
انثى	12	%26.09
المجموع	46	% 100

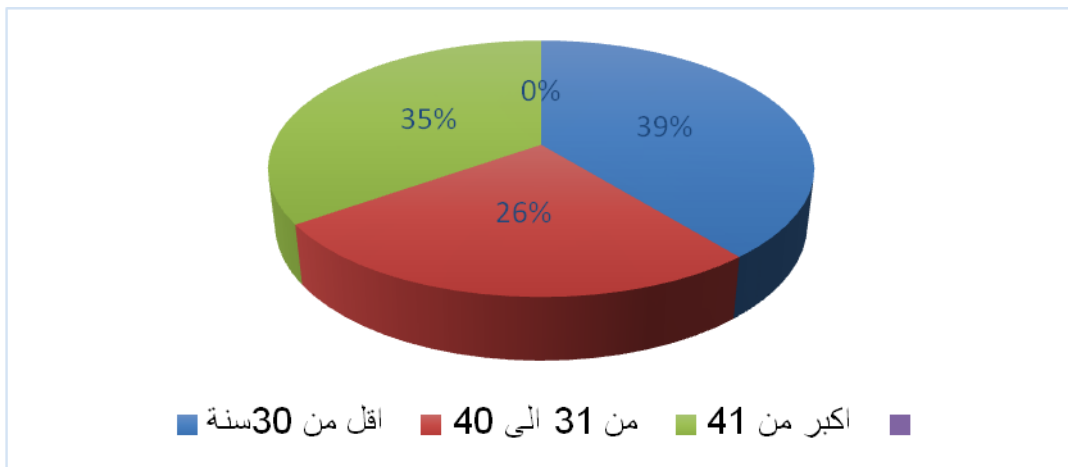


الشكل رقم (1): توزيع افراد العينة الاساسية حسب متغير الجنس
 يلاحظ من خلال الجدول والشكل السابقين ان معظم الإطارات ذكور بنسبة (74%)، في حين ان (26%) منهم فقط اناث.

حسب متغير السن

الجدول رقم (2): خصائص العينة الأساسية حسب متغير السن

السن	التكرار	النسبة المئوية
اقل من 30 سنة	18	39.13%
من 31 الى 40	12	26.09%
اكبر 41 سنة	16	34.78%
المجموع	46	100 %

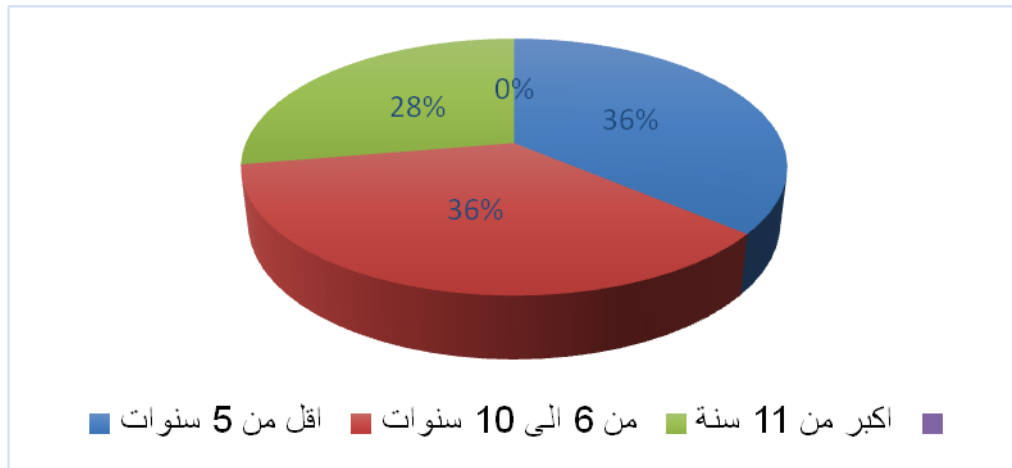


الشكل رقم (2): توزيع افراد العينة الأساسية حسب متغير السن

نلاحظ من خلال الجدول والشكل السابقين ان اغلبية افراد العينة يمتلكون اقدمية تتراوح ما بين [31 – 40] سنة وهذا بنسبة (26.09%)، في حين من يمتلكون سن [اقل من 30 سنة] سنة وذلك بنسبة (39.13%)، اما سن ما بين [اكبر من 41] سنة بنسبة (34.78%)، حسب متغير الاقدمية

الجدول رقم (3): خصائص العينة الأساسية حسب متغير الاقدمية

الاقدمية	التكرار	النسبة المئوية
اقل من 5 سنوات	17	36.96 %
من 6 الى 10	16	34.78 %
اكتر من 11 سنة	13	28.26 %
المجموع	46	100 %



الشكل رقم (3): توزيع افراد العينة الأساسية حسب متغير الاقدمية
نلاحظ من خلال الجدول والشكل السابقين ان اغلبية افراد العينة يمتلكون اقدمية تتراوح ما بين [اقل من 5 سنوات] سنة وهذا بنسبة (36.96%) وهي اكبر نسبة، في حين ان الأقلية منهم من يمتلكون اقدمية تتراوح ما بين [6 - 10] سنة وذلك بنسبة (34.78%)، اما اقدمية [اكبر من 11 سنة] سنة بنسبة (28.26%).

(4) أداة الدراسة

نظرا لطبيعة الدراسة المتمثلة في علاقة الأنماط القيادية بالابداع الاداري وبعد تحديد للعينة المتمثلة في الموظفين الاداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير، قامت الباحثة بإعداد استبيان لجمع البيانات معتمدة في ذلك على الدراسات السابقة في نفس المجال وبعد اجراء التعديلات اللازمة تم وضعه في صورته النهائية، تم توزيعه على عينة الدراسة بهدف جمع البيانات اللازمة، فتكون الاستبيان من ثلاث محاور:

المحور الأول: يحتوي على المتغيرات المتعلقة بالخصائص الشخصية للأفراد والمتمثلة في (الجنس، السن، الاقدمية).

المحور الثاني: خاص بالأنماط القيادية و به (19) بند مقسم الى 4 ابعاد كالتالي:

- النمط القيادي الديمقراطي: ويشتمل هذا البعد على (08) بند.
 - النمط القيادي الاوتقراطي: ويشتمل هذا البعد على (08) بند.
 - النمط القيادي الفوضوي: ويشتمل هذا البعد على (05) بند.
- المحور الثالث: خاص الابداع الاداري به (24) بند.

- سلم القياس

قام الطلبة بالاعتماد على مقياس ليكرت الخماسي لقياس استجابات المبحوثين لبندود الاستبيان المتعلقة بمتغيرات الدراسة حسب الجدول التالي:

الاستجابة	معارض بشدة	معارض	محايد	موافق	موافق بشدة
الدرجة	1	2	3	4	5

جدول رقم (4): درجات مقياس ليكرت الثلاثي

و يأتي اختيار مقياس ليكرت لتمتعه بالامتيازات التالية:

- سهولة اعداده لأنه يتيح اختيار ا أكبر عدد من العبارات المرتبطة بالاتجاه المراد قياسه.
- شموليته ودقته و امتياز نتائجه اكثر ثباتا.
- يعطي درجة لكل من عبارة من عبارات المقياس و على المفحوص ان يعبر عن عبارات المقياس جميعها.
- تمثل الدرجة العالية الاتجاه الإيجابي و تمثل الدرجة القليلة الاتجاه السلبي و تتكون درجة الاتجاه من حاصل جميع علامات المفحوص.

2-4. الدلالات السيكومترية لأداة الدراسة

لغرض التأكد من صدق وثبات أداة جمع البيانات تم تطبيق الاستبيان في صورته النهائية على عينة تتكون من (46) موظف من مجموع الموظفين و قد اختيروا بطريقة عشوائية و بعد ذلك قامت الباحثة بالتأكد من صدق وثبات الاستبيان و ذلك كالتالي:

حساب معامل صدق الاستبيان

- حساب الصدق الذاتي:

يتم حساب الصدق الذاتي بعد التأكد من الثبات: الصدق الذاتي لاستبيان التمكين الإداري والابداع الاداري

الصدق الذاتي لاستبيان التمكين الاداري:

$$0.93 = \sqrt{0.87}$$

جدول رقم (5): حساب الصدق الذاتي من خلال الجذر التربيعي للثبات

الأنماط القيادية	الفا كرنباخ	الصدق الذاتي
القيمة	0.87	0.93

- دلالات الثبات:

لقياس مدى ثبات أداة الدراسة (الاستبيان) استخدمت الباحثة معادلة "الفا كرونباخ" للتأكد من ثبات أداة الدراسة وذلك باعتباره من احسن الطرق للتحقق من ثبات الاستبيان، بالاعتماد على برنامج spss وكانت نتائجه كما هي مبينة في الجدولين التاليين:

الجدول رقم (6): نتائج معامل الثبات الفا كرونباخ لمحور الأنماط القيادية

معامل الثبات	عدد البنود	الأنماط القيادية
0.87	21	ثبات أداة الدراسة

المصدر: من اعداد الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه ان معاملات الثبات الفا كرونباخ لمحور الأنماط القيادية قد بلغت القيمة الاجمالية للمحور (0.87)، و عليه يمكن القول ان عبارات محور الأنماط القيادية مرتفع، وبالتالي فهي تتميز بالثبات يبرر إمكانية استخدامها في قياس ما وضعت لقياسه.

حساب معامل صدق وثبات استبيان الابداع الاداري:

للتحقق من صدق محتوى استمارة الاستبيان والتأكد من أنها تخدم أهداف الدراسة

اولا: الصدق الذاتي

ثبات استبيان الابداع الاداري هو 0.94 و عليه يكون الصدق الذاتي للمحور الثاني مساويا ل $\sqrt{0.89}$ = 0.94 والجدول التالي يظهر الصدق الذاتي من خلال الجذر التربيعي لمعامل الثبات لكل محور من محاور الدراسة:

جدول رقم (7): حساب الصدق الذاتي من خلال الجذر التربيعي للثبات

الصدق الذاتي	الفا كرونباخ	الابداع الاداري
0.94	0.89	القيمة

الجدول رقم (8): نتائج معامل الثبات الفا كرونباخ لمحور الابداع الإداري

معامل الثبات	عدد البنود	الابداع الاداري
0.899	24	ثبات أداة الدراسة

المصدر: من اعداد الباحثة بالاعتماد على مخرجات spss

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه ان معاملات الثبات الفا كرونباخ لمحور الابداع الاداري قد بلغت القيمة الاجمالية للمحور (0.899)، و عليه يمكن القول ان عبارات محور الابداع الاداري مرتفع، وبالتالي فهي تتميز بالثبات.

5) أساليب المعالجة الإحصائية

تم تفرغ و تحليل نتائج تطبيق الاستبيان باستخدام برنامج المعالجة الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss v.22 ، حيث قامت الباحثة باستخدام الأدوات الإحصائية التالية:

- اختبار معامل الثبات الفا كرونباخ Cronbach's Alpha.
- المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط برسون Person Correlation Coefficient.
- النسبة المئوية، التكرارات Frequencies et Percentages.

1) عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الاولى

لغرض اختبار مدى صحة الفرضية الجزئية الاولى التي مفادها "توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين النمط القيادي الديمقراطي ومستوى الإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير سطيف" تم استخدام معامل الارتباط برسون لقياس العلاقة و ذلك وفق الجدول التالي:

الجدول رقم (9): معامل الارتباط برسون للعلاقة بين النمط القيادي الديمقراطي ومستوى الإبداع الإداري

النمط القيادي الديمقراطي	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	العلاقة
الابداع الاداري	*0.470	0.05	دالة

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات التحليل الاحصائي SPSS

نلاحظ من خلال الجدول رقم ان قيمة معامل الارتباط برسون بين النمط الديمقراطي والابداع الإداري قدر ب (0.470*) و هو دال احصائيا بمستوى الدلالة قدره (0.05)، وهذا يعني توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين النمط الديمقراطي والابداع الاداري في المؤسسة، أي كلما زاد كان النمط القيادي الديمقراطي متوفر زاد الإبداع الإداري، و عليه قبول الفرضية الجزئية الاولى.

2) عرض و تحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية

لغرض اختبار مدى صحة الفرضية الجزئية الثانية التي مفادها "توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين النمط القيادي الاوتوقراطي ومستوى الإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير سطيف" تم استخدام معامل الارتباط برسون لقياس العلاقة و ذلك وفق الجدول التالي:

الجدول رقم (10): معامل الارتباط برسون للعلاقة بين النمط القيادي الاوتوقراطي ومستوى الإبداع الإداري

العلاقة	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	النمط القيادي الأوتوقراطي
دالة	0.05	*0.364	الإبداع الإداري

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات التحليل الاحصائي SPSS

يتضح لنا من خلال الجدول أعلاه أن معامل الارتباط برسون بين النمط القيادي الأوتوقراطي والإبداع الإداري، قيمته (*0.364)، وهو دال احصائياً عند مستوى الدلال (0.05)، وهذه النتيجة تدل على أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين النمط القيادي الأوتوقراطي والإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير سطيف، أي كلما النمط الأوتوقراطي سائدا في المؤسسة زاد الإبداع الإداري، و عليه قبول الفرضية الجزئية الثانية.

3) عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة

لغرض اختبار مدى صحة الفرضية الجزئية الثالثة التي مفادها "توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين النمط القيادي الفوضوي ومستوى الإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير سطيف" تم استخدام معامل الارتباط برسون وذلك وفق الجدول التالي:

الجدول رقم (11): معامل الارتباط برسون للعلاقة بين النمط القيادي الفوضوي ومستوى الإبداع الإداري

العلاقة	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	النمط القيادي الفوضوي
دالة	0.05	*0.323	الإبداع الإداري

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات التحليل الاحصائي SPSS

يتضح لنا من خلال الجدول أعلاه أن معامل الارتباط برسون بين النمط القيادي الفوضوي والإبداع الإداري، قيمته (*0.323)، وهو دال احصائياً عند مستوى دلال (0.05)، وهذه النتيجة تدل على أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين النمط القيادي الفوضوي والإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير سطيف، أي كلما توفر النمط القيادي الفوضوي في المؤسسة فهو أيضا يلعب دورا في زيادة مستوا الإبداع الإداري، و عليه قبول الفرضية الجزئية الثالثة.

4) عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة

لغرض اختبار مدى صحة الفرضية العامة التي مفادها "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الأنماط القيادية ومستوى الإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير سطيف" تم استخدام معامل الارتباط برسون وفق الجدول التالي:

الجدول رقم (12): معامل الارتباط برسون للعلاقة بين الأنماط القيادية ومستوى الإبداع الإداري

المتغيرين	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	العلاقة
الأنماط القيادية	*0.549	0.05	دالة

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات التحليل الاحصائي SPSS

يتضح لنا من خلال الجدول أعلاه أن معامل الارتباط برسون بين الأنماط القيادية و الإبداع الإداري قيمته (0.549*) ، وهو دال إحصائيا عند مستوى دلالة (0.05)، وهذه النتيجة تدل على أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الأنماط القيادية ومستوى الإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير سطيف، أي كلما كانت الأنماط الثلاث سائدة في المؤسسة كلما زاد معها مستوى الإبداع الإداري و عليه قبول الفرضية العامة.

4/النتائج العامة للدراسة:

توصلت الدراسة الى النتائج التالية

-توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الأنماط القيادية ومستوى الإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير سطيف

-توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين النمط القيادي الديمقراطي ومستوى الإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير سطيف

-توجد علاقة ذات دلالة إحصائية النمط القيادي الاوتوقراطي ومستوى الإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير سطيف

-توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين النمط القيادي الفوضوي ومستوى الإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريين بمؤسسة مندوش للبناء والتعمير سطيف

الخاتمة :

من خلال هذه الدراسة نكون قد تمكنت من تسليط الضوء على أحد أهم المفاهيم الإدارية في السلوك التنظيمي ألا وهي الأنماط القيادية والإبداع الاداري،

فالقيادة داخل أي تنظيم تلعب دورا مهما وذلك لتعدد أنماطها. فالقيادة عملية ضرورية ومهمة جدا باعتبارها الأداة التي من خلالها تصل أي منظمة إلى مستوى من الكفاءة والتنظيم الجيد والذي يسمح لها بتحقيق الأهداف المرجوة .

والقيادة وما تتطلبه من تأثير في سلوك الأفراد وتوجيههم نحو أهداف مسطرة مستقبلا وبالتالي الوصول إلى مستوى عال من الكفاءة من خلال تحقيق أهدافها تتوقف على نمطها الأكثر فعالية وعلى شخصية القائد وقدرته على التأثير في سلوك الأفراد والجماعات لتحقيق هذه الأهداف . وتأسيسا على ما سبق يمكن القول

أنه أمام الظروف التي تعيشها المنظمات اليوم في عالم متغير ومتقلب فنحن بحاجة أكثر من أي وقت مضى إلى قيادة فعالة تأخذ بعين الاعتبار جميع العوامل والظروف في صنع قراراتها الموائمة للتطورات الحالية ، وقيادة قادرة على صنع الابداع المناسب الذي يحقق الهدف المطلوب و التأثير في العاملين بحيث يجتمعون حولها ويقررون بإرادتهم المشاركة الفعالة في تنفيذه .

توصيات الدراسة

- العمل على اتاحة فرص اكبر للاستفادة من قدرات العاملين مع التركيز على التدريب لتحديد امكانياتهم الشخصية بهدف وضع الرجل المناسب في المكان المناسب.
- العمل على تشجيع الرؤساء و المرؤوسين لتقبل و ممارسة النمط القيادي و ترسيخ قيم الاحترام المتبادل و العدالة بينهم.
- خلق بيئة عمل تحقق الاستقرار و الامن الوظيفي للعاملين باعتبار الموارد البشرية عناصر ذات أهمية عالية في تحقيق اهداف المنظمة.
- منح العاملين الثقة و الاستقلالية في العمل و توفير مناخ تنظيمي يسمح و يشجع على تقبل فكرة الأنماط القيادية و التشجيع على التغيير في أساليب العمل و تسهيل تنفيذها لرفع مستوى أداء المنظمة.
- العمل على زيادة هامش الحرية للعاملين في طرق تنفيذ الاعمال و المهام الموكلة بهم، مما يزيد من الدافعية لديهم و المرونة في الاستجابة للتغيرات المفاجئة.

- 1- حريم حسين (2004): السلوك التنظيمي ، دار الحامد للنشر والتوزيع ، الإسكندرية .
- 2- خيرى أسامة (2014): التمييز التنظيمي ، دار الراية ، عمان ، الأردن
- 3- طشطوش هائل عبد المولي (2014): أساسيات في القيادة والإدارة ، ط2 ، دار الكندي للنشر والتوزيع .
- 4- العلاق بشير (2000): الإدارة الحديثة نظريات ومفاهيم ، الطبعة العربية ، دار اليازوري للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
- 5- على عبد الرزاق حليبي، (2007): الإبداع والمجتمع ، دراسات في النقد الإجتماعي ، دار المعرفة ، الإسكندرية
- 6- عيساوي عبد الرحمان محمد (2003): علم النفس والإنتاج ، دار المعرفة الجامعية ، ط2 ، مصر
- 7- القحطاني سالم سعيد (2001): القيادة الإدارية ، التحول نحو نموذج القيادة العالمي ، الرياض
- 8- عبابنة ، الشقران رامي إبراهيم (2013): درجة ممارسة الإبداع الإداري لدى القادة التربويين في مديريات التربية والتعليم ، محافظة إربد ، مجلة العلوم التربوية النفسية ، المجلد 04 ، العدد الثاني ، الأردن .
- 9- عمومن رمضان (2014): علاقة الأنماط القيادية بمستوى الإبداع الإداري والتطوير التنظيمي للمؤسسات الجامعية ، أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه ، تخصص علم النفس العمل والتنظيم ، جامعة قاصدي مرباح ورقلة .

الاستقرار العاطفي للطفل وفق نظريات التعلق

Emotional stability of the child according to attachment theories

د.غربي مونية / د.سعدي سامية

جامعة لونيبي علي -البليدة2، الجزائر / جامعة لونيبي علي -البليدة2، الجزائر

saadisamia2019@gmail.com / mouniagharbi@yahoo.fr

ملخص :

أثبتت دراسات وتجارب علماء النفس، أنّ طبيعة استقرارنا العاطفي والنمط العاطفي الذي نتّخذه مع أزواجنا وأصدقائنا في المستقبل إنّما يتأثر بصورة واضحة بالشهور والسنوات الأولى من طفولتنا. من المظاهر السائدة عند الأطفال رغبتهم الشديدة في أن يكونوا قريبين إلى حد الالتصاق من أفراد آخرين لهم مكانة معينة لديهم، ويسمى هذا النمط السلوكي "بالتعلق".

و تتجلى أهمية هذه الورقة البحثية في الاجابة على التساؤلات التالية : ما المقصود بالاستقرار العاطفي، والتعلق ونظريته؟ ما أهمية الاستقرار العاطفي؟ماهي مراحل النمو العاطفي للطفل؟ كيف يتكون سلوك التعلق؟ماهي أنماطه؟ ماهي وظائفه واضطراباته؟ ماهي نظرياته و الدراسات المتناولة له؟ ما سبل تحقيق الاستقرار العاطفي؟

الكلمات المفتاحية: الاستقرار العاطفي، الطفل، التعلق، أنماط، النظريات.

summary:

Studies and experiments of psychologists have proven that the nature of our emotional stability and the emotional pattern we adopt with our future spouses and friends is clearly affected by the first months and years of our childhood.

One of the prevalent manifestations of children is their intense desire to be close to other individuals of a certain status to them, and this behavioral pattern is called "attachment."

The importance of this research paper is evident in answering the following questions: What is meant by emotional stability, attachment and its theory? What is the importance of emotional stability? What are the stages of emotional development of a child? How is attachment behavior formed? What are its patterns? What are its functions and disorders? What are his theories and studies dealing with him? What are the ways to achieve emotional stability?

1-المقدمة:

إن أحوال ما تحتاج إليه مرحلة الطفولة هو الإشباع للعديد من الجوانب والحاجات النفسية لدى الأبناء من أجل ترسيخ انتمائهم الأسري واستقرار حياتهم الاجتماعية. فالصغار بحاجة إلى حنان ومحبة الوالدين مما يشعرهم بالإشباع العاطفي، كما إنهم في حاجة إلى الرعاية الأبوية والتوجيه، بما يحقق لهم النمو النفسي والجسدي السليم، ويضمن لهم أفضل مستوى من الرصيد المعرفي الذي ينفعهم في أيامهم المقبلة، والأمان أو الأمان حاجة ماسة من حاجات الطفولة السوية، لذا فإنهم يحبوننا بجوارهم، ويرفضون النوم وحدهم، ويلتصقون بنا، ولذلك من المهم أن يعيش الطفل في وسط أسري يشعره بالأمان الشامل للمحبة، والقبول، والاستقرار..

ويؤكد علماء النفس أن العواطف تؤثر بشكل كبير في جميع قرارات البشر، وتحديدًا تلك التي تأتي على شكل دفعات قوية مفاجئة سواء كانت إيجابية أم سلبية فقد يتبعها تصرفات غير مسؤولة، وهنا تكمن أهمية الصحة العاطفية للأطفال، والتي تظهر في جزء أساسي منها بوصول الطفل لمستوى عالٍ من الاستقرار العاطفي والقدرة على التعبير عن المشاعر والتعامل معها.

2-اشكالية البحث:

تعد مرحلة الطفولة من أهم مراحل النمو في حياة الإنسان فهي مرحلة تكوينية حاسمة يكتسب فيها الطفل القيم والمفاهيم وأساليب التفكير ومبادئ السلوك، وتتكون فيها فكرته عن نفسه ومفهومه عن ذاته، لذا وجه العلماء اهتماماً كبيراً لهذه المرحلة وأجروا العديد من الدراسات التي أشارت إلى أنه لو تم وضع الأساس القوي السليم لشخصية الطفل خلال مرحلة الطفولة المبكرة يصبح الطفل قادراً على مواجهة كافة ما يتعرض له ويواجهه من صعوبات ومشكلات خلال المراحل التالية، أما إذا كان هذا الأساس هشاً ضعيفاً محملاً بصراعات ونقاط ضعف نتيجة لتعرضه لخبرات مؤلمة في الصغر فإنه في الغالب لن يستطيع مواجهة هذه الصعاب والضغوط وسيكشف خلال المراحل التالية من حياته عن مشكلات سلوكية واضطرابات انفعالية مرضية وفقاً لمدى ضعف البناء النفسي وشدة الضغوط التي يتعرض لها الفرد (كرم الدين ، 2004)

وللأهل تأثيراً كبيراً في تطوير التعاطف، وعندما يتصرف الوالدان بدفء وتشجيع وتعاطف مع مشاعر أولادهم نرى أنهم يستجيبون بنفس الأسلوب، فالطفل الذي يعاقب ويوبخ باستمرار بالبيت لا يظهر أي نوع من التعاطف تجاه الآخرين، بل يقابل ذلك بالخوف والغضب والعدوانية (مرهج، 2002)

ولاشك أن الأسرة وفي مقدمتها الأم لها دور كبير ومهم في تكوين شخصية الطفل، فإن كان جو الأسرة يتسم بالحب والعاطفة والدفء فإنه سيساعد على تشكيل رابطة تعلقه آمنة بين الطفل وذويه مما يساهم في وضع البذور الأولى للتوافق والصحة .

ويشير أبو غزال إلى أن التعلق يضع أساساً له لعلاقات الفرد المستقبلية ويحدد اتجاهاته نحو ذاته والآخرين بل ونحو الحياة بشكل عام؛ فالطفل عندما يتفاعل مع مقدم الرعاية فإنه يبني توقعات أولية حول نفسه، وحول الآخرين ويحدد علاقاته الشخصية، وذلك بالاعتماد على تفاعل الشخص المتعلق به واستجاباته لحاجاته، وبمرور الوقت تقوى هذه التوقعات وتدمج في نماذج ذهنية عاملة لعلاقاته المستقبلية. ورغم أن هذه النماذج تبقى مفتوحة للخبرات الجديدة عندما يتفاعل الطفل مع أشخاص جدد إلا أنها مع ذلك تتجه

نحو الاستقرار والثبات أن الطفل يختار شركاءه ويشكل علاقاته الجديدة بطريقة تنسجم مع النموذج الذهني الموجود لديه. (أبو غزال، 2006)

ويذكر بانجليد Banglid عن (محمد، 2008) أن هذه النماذج العاملة لها مظاهر سلوكية ووجدانية ومعرفية تؤثر من خلالها في التوافق، وكذلك التوقعات حول العالقات الوطيدة والقدرة على تنظيم الانفعال والسلوك كلها تتأثر بتمثيل التعلق في كل مراحل النمو.

وينعكس سلوك التعلق أيضا على السلوك الاجتماعي للطفل، إذ يرى أصحاب نظرية التعلق أن الطفل يعمم عناصر التفاعل مع الأم ويقوم بتعميم هذه الثقة أثناء تفاعله مع الآخرين في حين تتميز استجابة الطفل الذي ال يملك مثل هذه العالقة مع الأم بالسلبية تجاه الآخرين بسبب تاريخ التفاعل غير المستقر وغير المرضي؛ فالفرد الذي يتمتع بالتعلق الآمن مع الأم يصبح أكثر اجتماعية في المراحل اللاحقة بالمقارنة مع الذين افتقدوا الأمن في علاقاتهم مع الأم في مراحل نموهم الأولى (قنطار، 1992)

والقارئ للدراسات المنشورة في مجال التعلق Attachment يجد أن الفكرة التي تؤيد أهمية التعلق في النمو العاطفي والاجتماعي هي فكرة مقبولة في علم النفس، إلا أنه لم تتوفر سوى القليل من الدراسات العربية - حسب علم الباحثة تربط التعلق بالتوافق النفسي بمجاليه (الشخصي والاجتماعي): رغم تعدد الدلائل التي تشير لذلك حيث تشير نظرية بولبي Bowlby إلى أن أساس الصحة النفسية للطفل والنمو النفسي السليم، يكمن في ممارسة ألوان العلاقات الدافئة والحميمة مع مقدم الرعاية الأساسية، وتوصل بولبي إلى أن أكبر مخاوف الطفل ناتجة عن فقدان الحب والمهجران من قبل الوالدين، وكذلك ناتجة من شعوره بالرفض فالطفل الذي يرفض يكون متشوقاً للحب وقد يدفعه ذلك للقيام ببعض أنماط السلوك غير المرغوب فيها مثل: العدوان والسرققة والشعور بالإثم وحب الانتقام. (بولبي، 1980)

ووجدت دراسة كوهن، (Cohn, 1990) أن هناك علاقة ارتباط قوية بين تعلق الطفل بالأم وكفاءته الاجتماعية. واضاف كل من أبيال وهانكين وهاي إي وأدامز وفينوكوروف (Abela; Hankin; Haigh; Adams; and Vinokuroff, 2005) أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين التعلق غير الآمن لدى الأطفال وظهور أعراض الاكتئاب لديهم.

ويشير ليكومبت وموس و سير وباسكوز (Pascuzzo; Cyr; Moss; Lecompte) 2013، بأن الأطفال ذوي التعلق الغير منتظم في سن ما قبل المدرسة سجلوا درجة أعلى في القلق والاكتئاب في مرحلة المراهقة، وكان تقدير الذات لديهم أقل من أقرانهم ذوي التعلق الآمن.

3- مشكلة الدراسة :

فكما ينمو الطفل جسدياً وفي سلوكه وإدراكه، فإنه ينمو في العاطفة من خلال سلوكه العاطفي الذي يتم التعامل به معه منذ ولادته، وهذا يظهر مدى أهمية تلك المرحلة في تعزيز استقراره العاطفي، بناء على ذلك فإننا نجد أطفالاً لطيفين في التعامل مع الآخرين، وهذا يعود إلى استقرارهم العاطفي. كما ونجد أطفالاً لا يتعاملون بلطف مع الآخرين وذلك بسبب عدم شعورهم بالاستقرار، وقد يتحول لاحقاً إلى تصرفات عدوانية أغلبيها صعب السيطرة عليها، وهذا بشكل خاص يظهر في حال وجود الطفل وحده في المدرسة أو مع الأصدقاء وغيرهم، لذلك من المهم جداً الالتفات إلى السلوك العاطفي للطفل منذ أيامه الأولى.

يجهل الكثير من الأولياء أهمية الجانب العاطفي لدى أطفالهم، فتجد العديد منهم لا يباليون بما يشعر به الطفل، ولا يقيمون اعتباراً لإحساسه إن تعرض لموقف محرج أو لتجاهل، أو حتى لاستصغار

بالرغم من صغر سنه، فيتطور معهم الأمر حتى الكبر، ويكون لديهم معاناة تؤثر بشكل عام على طريقة تفكيرهم، وأسلوبهم في الحياة، لذا يجب على الأولياء أن يسعون لاحترام وتعزيز الجانب العاطفي لدى أطفالهم، ليتمكنوا من معالجة أي صراع عاطفي يتعرضون إليه بأفضل طريقة ممكنة، على المدى القصير والطويل.

والأسئلة التي يمكن طرحها في هذه الورقة البحثية، تتلخص فيما يلي:

ماذا نعني بالاستقرار العاطفي، والتعلق العاطفي؟ ما أهمية الاستقرار العاطفي؟ ماهي مراحل النمو العاطفي وكيف يتكون سلوك التعلق؟ ماهي أنماط التعلق لدى الطفل؟ وما وظائف واضطرابات سلوك التعلق العاطفي؟ وماهي نظريات التعلق العاطفي؟ ماهي أهم بحوث التعلق في مرحلة الطفولة المبكرة؟ و هل هناك علاقة بين قلة النوم بالاستقرار العاطفي لدى الأطفال؟ وفي الأخير ماهي سبل تحقيق الاستقرار العاطفي؟

4-تحديد المفاهيم:

أولاً : مفهوم الاستقرار العاطفي

يعرف الاستقرار العاطفي بأنه قدرة الإنسان على البقاء في حالة توازن، ورغم الأحداث التي تعصف بحياته يبقى مُستقرًا وقادرًا على الاستمرار في الإنتاج والتأقلم مع مختلف الظروف. <https://nafseyati.com> من الجدير بالذكر أن الاستقرار لا يعني بالضرورة كبت المشاعر بكافة أنواعها، بل هو أقرب إلى الإقرار بوجودها وأهمية تفرغها بالطرق المناسبة.

وبالنسبة للطفل هو حالة من الاتزان العاطفي التي تجعله يشعر بالهدوء والأمان والراحة فيتأقلم وينسجم مع البيئة المحيطة به أو يتكيف مع المواقف المختلفة التي يتعرض لها
ثانياً: مفهوم التعلق:

التعلق هو رابط أو وثاق عاطفي بين الشخص ومُقدم الرعاية. وتكون مثل هذه الروابط تبادلية بين البالغين، إلا أنها تعتمد على حاجة الطفل إلى الأمن والأمان والحماية بين الطفل ومُقدم الرعاية. وتحتل هذه الاحتياجات المكانة العليا في مراحل النمو المبكر للطفولة.

و يعرف بولبي التعلق بأنه "ارتباط نفسي دائم بين البشر، و يعتبر التعلق مظهر من مظاهر النمو النفسي لأنه يعتبر مصدر حيوي من مصادر تكوين شخصية الفرد في المستقبل.(Bowlby;1973)

كما يعرف التعلق على أنه العلاقات العاطفية المستمرة للطفل مع شخص واحد أو مع عدة أشخاص هامين له، يتفاعل معهم بشكل ثابت خلال السنة الأولى لحياته، وتستمر هذه العلاقات في التطور فيما بعد.(سروان،2016).

نظرية التعلق:

هي نظرية توفر نظرة ثاقبة للعمليات التي يتم من خلالها تطوير الروابط النفسية والعاطفية في العلاقات الاجتماعية بين الأفراد، مثل العلاقة بين الطفل ومقدمي الرعاية له.(Wang;2017)

5-أهمية الاستقرار العاطفي:

تكمن أهمية الاستقرار العاطفي في العديد من الميزات التي يتصف بها الأشخاص المتوازنون والمستقرون عاطفيًا مثل: <https://labayh.net/ar/emotional-stability>

✓ التركيز العالي

أحد أهم الصفات التي يتصف بها الأشخاص المتوازنون عاطفيًا هي قدرتهم الكبيرة على التركيز، فعادةً ما تؤثر المصائب والأحداث المفاجئة على قدرتنا على الاستمرار بفعالية في تحقيق أهدافنا، فتنال منا مشاعر القلق والخوف بسهولةٍ ونصبح مشتتين إلى درجةٍ كبيرةٍ، وهنا تكمن أهمية القدرة على ضبط النفس واحتضان المشاعر والسماح لها بالمرور بسلام، حيث يمنحنا الاستقرار العاطفي تحكّمًا أفضل وقدرةً على رؤية الأمور من زوايا متعددةٍ وتقدير المواقف بناءً على حقيقتها وليس كرد فعلٍ على تأثير العواطف اللحظية.

✓ الثقة بالنفس

إن النقد اللاذع والتنمر أمورٌ لا شك أن أغلب الناس قد مروا بها في إحدى مراحل حياتهم، لكن وكما يقول المثل "إرضاء الناس غايةٌ لا تدرك".

يمنحنا الاستقرار العاطفي مرونةً إضافيةً وسلامًا نفسيًا، كما أنه يُخفف من جلد الذات غير المبرر الذي عادةً ما يكون مصدره الأساسي هو الخارج والآخرين ونظرتهم المسبقة عنا، فالشخص المستقر عاطفيًا يمتلك تلك المرونة النفسية التي تسمح له بتقدير نفسه وتقدير غيره مما يُكسبه قدرةً إضافيةً على الإنتاج والاستمرار في أحلك الأوقات.

✓ امتلاك النظرة الإيجابية

تضعنا الحياة في كثيرٍ من الأحيان بمواقف يتخللها الشك وتجبرنا على التصرف أو اتخاذ القرارات، وعادةً ما يترافق ذلك مع انطلاق مشاعر القلق والخوف من الآتي، حيث تبدأ الأفكار السلبية بالتغلغل وتحاول السيطرة على قراراتنا، لذا يمنحنا الاستقرار العاطفي فهمًا أعمق لتلك المشاعر باعتبارها ردة فعلٍ طبيعية، وعند حصولها يحاول الجسم حماية نفسه في المواقف المريبة وغير المفهومة ويحاول إنذارنا لمصادر الخطر، لذا يستطيع الأشخاص المستقرون عاطفيًا التحلي بالإيجابية والنظر بمنطقيةٍ إلى الأمور والتحكم بخوفهم واتخاذ القرارات بناءً على ما هي عليه.

✓ الحفاظ على الصحة الجسدية

تُثبت الدراسات يومًا بعد يومٍ الارتباط الوثيق ما بين الصحة النفسية والصحة الجسدية والعلاقة المتبادلة بينهما، ويوصي الخبراء دومًا بالحفاظ على كليهما، فعلى سبيل المثال: تكون أعراض الإصابة بفيروس كورونا عادةً على شكل ضيق تنفسٍ وتعبٍ وآلامٍ في العضلات والمفاصل وبذات الوقت هي أعراض القلق،

انطلاقاً من ذلك فإن الاستقرار العاطفي أمرٌ بالغ الأهمية في الحفاظ على صحتنا النفسية التي بدورها تنعكس إيجاباً على صحتنا الجسدية.

ومنه، يمكن القول أن عدم الاستقرار العاطفي هو حالةٌ تنتج عن محاولاتٍ دائمةٍ للسيطرة المفرطة على المشاعر والأحداث والمواقف وكبت المشاعر، وهو ما يُنتج حالةً من القلق والترقب الدائم، لذا علينا إطلاق العنان للمشاعر والسماح لها بالخروج حتى نهايتها؛ لتنظيف أنفسنا من تلك المكبوتات العالقة داخلنا بشكلٍ منتظمٍ. ولأن جميعنا نقع في لحظاتٍ ضعيفٍ عندما تتسلل إلى داخلنا عواطف طارئةٍ ثم تبدأ بالتراكم وتخلق حالةً من عدم التوازن، هكذا حتى تصل إلى لحظةٍ تُصبح الأمور خارج السيطرة وتنتج السلوكيات غير المحببة التي تعود علينا بالضرر، لذا خذ وقتك الكامل ودع المشاعر تأخذ مجالها لتخرج بشكلٍ طبيعي، لا تحاول كبتها ولا تدعها تتكدس لتصبح في النهاية أشبه بقنبلةٍ مهددةٍ بالانفجار وهدم كل شيء.

6-مراحل النمو العاطفي للطفل من الولادة إلى 12 سنة :

لا يمكن ضمان الاستقرار العاطفي للأطفال، وكذلك البالغين الا عندما يطورون المهارات اللازمة للتعامل مع عواطفهم بطريقة مناسبة. حين نقول النمو العاطفي فإن ذلك يشمل شخصية متوازنة واستقراراً داخلياً يساعد الطفل على أن يتعامل مع الآخرين بطريقة سوية ويحسن الظن بالمجتمع ويبعد عن الأساليب الخاطئة في الحياة كالكذب والغش والسرقة والاعتداء والعنف والسب والشتيم وغيره من السلوكيات والقيم الخاطئة.

إن التطور العاطفي للطفل يشكل الأساس لحياه الطفل كشخص بالغ ويمكن بنائه إلى حد كبير في المراحل المبكرة، ثم عن تعلم كيفية التعرف على المشاعر وفهم سبب حدوثها وتعلم كيفية التعامل مع تلك المشاعر هو أساس التطور العاطفي وبالتالي الاستقرار العاطفي. ولا يمكن ضمان الاستقرار العاطفي للطفل إلا عندما يطور هذا الأخير المهارات اللازمة للتعامل مع عواطفهم بطريقة مناسبة مع مراحل نموهم، والتي تتلخص في مايلي :

<https://arabiarenting.firstcry.com/articles/100578->

المرحلة الأولى : من 0_6 اشهر

منذ لحظة الولادة يبدأ الطفل في التعلم مباشر ممن يحيطون بهم من عائلاتهم، حيث يمكن للطفل

ان

يحبس بالأمان عند رؤية وجوه مألوفة لديه، يستجيب بفرح للتفاعلات مع أفراد الأسرة، ينظر إلى اليدين و مص الأصبع، يلتفت النظر عندما تنادي اسمه، وعليه يبدأ التفاعل الاجتماعي .

المرحلة الثانية : 6 اشهر إلى سنة

تتسم هذه المرحلة بالقدرة على إظهار الحب و الكراهية للأشياء و الأشخاص بطريقته الخاصة، كما يمكن ملاحظة ما يلي : يتسع نطاقه العاطفي، بحيث يمكنه التفرقة بين الأشخاص المألوفين و الغرباء، قدرته على تقليد الأعمال البسيطة، قد يشعر بالقلق عندما يكون بعيدا عن من يقوم برعايته الأساسي

المرحلة الثالثة من سنة إلى سنتين :

يزداد الوعي الذاتي للطفل ويدرك قدراته على فعل الكثير من الأشياء مع ملاحظة أنه يصبح أكثر حزماً ويبدى ما يريد القيام به ، يأخذ زمام المبادرة أثناء وقت اللعب ، يقلد الكبار ، يميل على اللعب المستقل . يحب مساعدته فيما يفعله. وهو في هذه المرحلة أكثر عرضة لمظاهر الغضب والإحباط

المرحلة الرابعة: من 2-3 سنوات

تزداد ثقة الطفل بنفسه بشكل كبير ، كما أن الطفل في هذه المرحلة يميل إلى الإبداع و حب الإستكشاف و بعض المعالم الأخرى مثل :تحسن مهاراتهم في المساعدة الذاتية ، يشير على التفضيلات في الطعام واللباس و الألعاب ، يحب رفقة الأطفال الآخرين ويريد اللعب معهم ، قد تكون لديه تقلبات مزاجية بشكل منتظم ، تعلم ان يقول كلمة "لا" عندما يطلب منه فعل شيء ما

المرحلة الخامسة : من 3-4 سنوات

يكتسب الطفل الإستقلالية بشكل متزايد ، وهذا يعزز أيضا مستويات ثقته بنفسه بشكل كبير بحيث يصبح قادرا على :مشاركة ألعابهم مع أطفال آخرين ، ابتكار أفكار للعبة بأنفسهم ، يحبون لعب الأدوار أثناء اللعب ، يستخدم الكلمات للتعبير عن الغضب بدلا من استخدام الطريقة الجسدية مثل الضرب او رمي الأشياء. يعرف حدوده ولن يتردد في طلب المساعدة من الآخرين .

المرحلة السادسة : من 4-6 سنوات

في هذه المرحلة سترتقي فيه المهارات العاطفية ، حيث يبدأ الطفل في قضاء المزيد من الوقت مع أطفال في مثل سنه .هناك زيادة في النشاط البدني و بالتالي يتم تطور المهارات الحركية و مهارات بالتفكير. كما يمكن تسجيل الملاحظات التالية :يفهم السلوك الجيد و السلوك السيئ ، يكون صداقات جديدة ، يحرص على أن يكون مثل أصدقائه و يهدف إلى ارضائهم . قد يكون متنمرا أو يقع ضحية التنمر. يقارن بينه و بين الآخرين ، يهتم بالألعاب أو الأنشطة التنافسية. يسعى إلى ان يكون قائد مجموعة الأصدقاء. يتبع التعليمات بشكل صحيح ، يطور الاهتمام بالرسم الأبداعي، يحاول فهم مشاعر الآخرين .

المرحلة السابعة : من 7-12 سنة

هذا هو العمر الذي يقضي فيه الطفل جزءا كبيرا من الوقت في المدرسة و مع الأصدقاء .وبالتالي يكتسب عددا من المهارات الجديدة و في نفس الوقت من المحتمل ان يتعرض لانفجارات عاطفية على أساس منتظم .والمعالم الرئيسية لهذه المرحلة هي :نمو القدرة على الإلتزام بالقواعد ، الإندماج مع الآخرين ممن هم في نفس عمره. المشاركة في ألعاب جيدة التنظيم و لها قواعد، القدرة على انشاء فرق ، الانضباط في التعلم الذاتي ، الأستعداد لتحمل مسؤوليات جديدة ويشعر بالفخر لأختياره لهذا العرض .

انطلاقا مما سبق ذكره و توضيحه للمراحل التي يمر عليها النمو العاطفي للطفل ، رأينا أن لكل مرحلة خصوصية . فإن التوجيه الذي يقدم للطفل من أجل تحقيق النمو العاطفي السليم للطفل ، يجب ان يتماشى وفقا لمرحلة و مستوى نمو الطفل علما بأن كل طفل فريد من نوعه و من المرجح ان يكون له جدول زمني مختلف للإلتزام بمتطلبات النمو العاطفي .

7-تكوين سلوك التعلق العاطفي :

أظهرت الملاحظات النفسية والسلوكية للأطفال والأمهات أنهم على استعداد للتفاعل معا منذ اللحظات الأولى لحياة الطفل، ومما دل على ذلك هو بحث الطفل فور ولادته على ثدي أمه ليرضع منها،

وقدرته على الرضاعة وهي سلوك فطري لم يتعلمها. حيث يبدأ التعلق بين الأم والطفل منذ هذه اللحظات ومن المحفزات الكيميائية لهذا التعلق هرمون الأوكسيتون (Oxytocin) الذي يشجع التعلق والترابط منذ التواصل المبكر بين الأم والطفل والرضاعة، ويقلل التباعد بينهما. في السنوات الماضية، كان هناك العديد من الدراسات النفسية والسلوكية على كل من الأطفال والأمهات لمعرفة مدى استعدادهم للتفاعل والترابط في اللحظات الأولى للولادة. كان من نتائج تجربة الزحف نحو ثدي الأم للرضاعة التي أجريت على المواليد؛ أن أكثر الأمور التي تم ملاحظتها حال الولادة: هي قدرة المولود على الزحف نحو ثدي والدته للرضاعة إذا ما ترك على بطنها لمدة (60) دقيقة متواصلة فور ولادته.

تظهر الأبحاث بأن الطفل عند ولادته ووضعه على صدر الأم، بحيث يكون هناك تلامس بينهما (بين جسميهما) فإن الحرارة تنتقل من جسم الأم إلى طفلها فلا يشعر بالبرد بل يشعر بالدفء ولا يبكي الطفل. على العكس عندما يتم أخذ الطفل وتغطيته ومن ثم إعطائه إلى والدته يتشكل التعلق، شأن السلوك التعبيري، عندما يثير الوالدان الرضيع وعندما يستجيبون فوراً لإشاراته وخاصة الصراخ منها. ويضعف تعلق الطفل ويتأخر إن لم تكن استجابة الوالدين فورية ودافئة. يتوقف تعلق الطفل بالراشد على نوع العناية التي يولها الأخير للأول وعلى شدتها. ولا بد من التأكيد بان تفاعلا اجتماعيا حقا تفوق أهميته في تشكيل تعلق الطفل بالراشد أهمية الفترات الطويلة من العناية التقليدية. يقوم العامل الحاسم في تكوين سلوك التعلق إذا، في نوع العناية الوالدية بالطفل وليس كمها. وليس ثمة أي دليل على أية درجة من التأكيد على تعرض الطفل للشذوذ النفسي نتيجة الغياب الاضطراري لكلا الوالدين عن المنزل، خاصة عندما يتوفر للأطفال بدائل ثابتة من الناس توفر لهم حاجاتهم الأساسية. إذ يمكن لأكثر من عضو في الأسرة أن يشارك في الرعاية بالطفل دون أن يتأذى فيتكون سلوك التعلق لدى الرضيع (أسعد ومخول، 1982)

8-مراحل تطور التعلق العاطفي :

إن أهمية التعلق Attachment تعود إلى ما أكدته نتائج الدراسات الطولية من أن مستوى التعلق الآمن في عمر السنة الأولى من حياة الطفل، يضع أسس تكوين ونضج الشخصية خلال سنوات ما قبل المدرسة (بولي، 1991)

و يرى كلٌّ من بيرك (Burke 2002) ورايس (Rice 1992) عن (ملحم، 2007) أن تعلق الرضيع بمقدم الرعاية يتطور من خلال أربع مراحل أساسية هي:

أولاً: ما قبل التعلق: وهي المرحلة العمرية للرضيع التي تتراوح ما بين الولادة و6 أسابيع، وتمثل بالنسبة للرضيع عدم القدرة على التمييز الاجتماعي، وتتميز بقلّة الاستجابات المتميزة نحو مقدم الرعاية. والرضيع في هذه المرحلة يستجيب للعديد من المثيرات بغض النظر عن مقدمها.

ثانياً: تكوين التعلق: وتمتد هذه المرحلة من (6) أسابيع إلى ثماني شهور، وتتميز بظهور قدرات جديدة عند الطفل. ويكون قادراً في هذه المرحلة على التمييز بين الأشخاص المؤلفين ويستجيب للأم بشكل مختلف عن استجاباته للأشخاص الآخرين.

ثالثاً: التعلق الواضح: وتمتد هذه المرحلة ما بين (8) شهور وستين، يسعى فيها الطفل إلى البقاء وطلب القرب من الأم ويظهر لدية قلق الانفصال عن الأم فيبكي ويصرخ عند مغادرة الأم. مما يشير بوضوح إلى التطور الانفعالي لديه. و أثر ذلك في التطور المعرفي، كما يظهر القلق لدى الطفل في هذه المرحلة من الأشخاص غير المؤلفين أو ما يسمى بالقلق من الغرباء.

رابعاً: مرحلة تشكيل العلاقات التبادلية: وهذه المرحلة تظهر لديه بعد السنة الثانية، حيث يحدث تطور سريع في الجوانب اللغوية وقدرته على الحوار والمناقشة، وفهم العوامل المسؤولة عن حضور وغياب الأم. تتسع دائرة العلاقات الاجتماعية عند الطفل، ويتعلم المعايير الاجتماعية التي تكون الدور الاجتماعي مستقبلاً. وكلما تقدم الطفل في عمره الزمني يقوم بتعميم هذه الاتجاهات في استجابات اجتماعية؛ حيث ينتقل الطفل تدريجياً من التعلق بالأم إلى التعلق بالأصدقاء وبالمجتمع وتتم هذه الطريقة بالانتقال التدريجي حيث يتم التحول. إذا، فإن الطفل يولد ولديه حاجة فطرية للتعلق بالكبار (زهرا، 1975)

9- أنماط التعلق Attachment Patterns:

انبثق مفهوم أنماط التعلق "Patterns Attachment" عن نظرية بولبي في التعلق، التي ركزت على تفسير ظاهرة تعلق الأطفال بمن يرعاهم، وقد أثبتت الدراسات التي أجراها تبعاً لهذه النظرية عن وجود أنماط متباينة في تعلق الأطفال بأمهاتهم أو من يقوم برعايتهم. وتتمايز أنماط التعلق المبكر لدى الأطفال وفقاً لطبيعة العلاقة مع الأم، وما مستوى ما تحويه هذه العلاقة من رعاية ودفء واستجابة لحاجات الطفل؛ وقد تم تمييز نمط آمن (Attachment Secure)، ونمط غير آمن (Insecure)، ونمط تجنبني (Avoidant)، وظهور في نتائج الكثير من الدراسات أن الفروق في أنماط التعلق ترتبط بفروق في النشاط المعرفي، والمهارات الاجتماعية، إضافة إلى ارتباطها بالمشكلات السلوكية التكيفية لدى الأطفال.

وإذا فشل الوالدان، أو من يقومون بالرعاية في توفير القاعدة الآمنة للطفل، سواء أكان ذلك بالإهمال أو غيره. فإن ذلك لن ينعكس فقط على سلوكيات الطفل التعلقية في مرحلة الطفولة، وإنما سيؤثر أيضاً على علاقاته الاجتماعية في المستقبل (الشهوان، 2002).

هناك أربعة أنواع من التعلق العاطفي عند الأطفال. وقد وجد أن لهذه الأنواع ارتباطاً وثيقاً لما قد يحدث مع هؤلاء الأطفال مستقبلاً من نضوج عاطفي سليم أو مضطرب :

الأول: التعلق بالأبوين طلباً للحماية وهو يحدث عند الغالبية العظمى من الأطفال عند السنة الأولى. وهذا النوع من التعلق ينتج عن التجاوب المستمر والفوري من الأبوين للإيماءات والإشارات التي يبديها الطفل والتي تعكس تعلقه بهم. ولقد وجد أن هؤلاء الأطفال مهياؤون نفسياً للنضوج الصحيح مستقبلاً من جراء الثقة التي اعتادوا على إعطائها للمجتمع المحيط بهم من أجل تأمين حاجاتهم. وعلى مر السنين دلت الأبحاث على ثبات الأطفال ذوي التعلق بالأبوين من أجل الحماية وتميزهم اجتماعياً مستقلاً عن غيرهم من أقرانهم.

ثانياً: التعلق الابتعادي وهو يحدث عند الأقلية من الأطفال والذين يتصرفون عند التعرض لأزمات كابتعاد الأبوين، البقاء في محيط غريب، بالإضافة إلى ذلك فإن هؤلاء الأطفال يحاولون تجنب النظر للأبوين عند ظهورهم بعد فترة غياب. والملاحظ عبر الأبحاث التي أجريت أن الآباء والأمهات لهؤلاء المجموعة من الأطفال أنهم يرفضون بصورة متكرر لمحاولات الأطفال التعلق العاطفي في البيت. فهم يرفضون التجاوب باستمرار للنداءات المتكررة والتي أخذ أشكالاً مختلفة مثال الصراخ والعيون الباحثة عن الأهل

ومحاولات مد اليدين للفوز باحتضان الأهل يزمجرون ويصيحون عند سماع أطفالهم يبكون. ومع تكرار هذه العملية فإن الأطفال يفقدون الأمل من أي تجاوب من الأهل ويتفادون المحاولة ثانية ويصبحون معزولين عاطفياً عن أهلكم. وهؤلاء الأطفال معرضون للكآبة في مراحل طفولتهم والفشل في إحراز أي تقدم في نموهم الجسدي. وهكذا نرى كيف تؤدي تصرفات الأهل وإهمالهم إلى انقطاع التعلق العاطفي مع أولادهم.

ثالثاً: التعلق المقاوم للقلق هؤلاء الأطفال يتفاعلون بإبداء مقدار فوق المعدل من الانزعاج عند ابتعاد الأهل عنهم وهم لا يتوقفون عن البكاء عند ظهور الأهل بعد ذلك. وجد أنهم يعانون من عدم ثبات دعم الأهل لهم في كل الظروف، فترى آباءهم أو أمهاتهم لا يتجاوبون دوماً للإشارات التي يصدرها الأطفال طلباً للرعاية والاهتمام. أضف إلى ذلك أن الأهل يقابلون بازدياد أية محاولة من أطفالهم للتعرف على عالمهم المحيط بهم. وإذا ما استمرت هذه النوعية السيئة من التعلق بالأبوين فإن الأطفال معرضون للإصابة بأمراض سلوكية ذات ميزات تمرد و معارضة عنيفة في طفولتهم.

رابعاً: التعلق غير المنظم ويمتاز هذا النوع من التعلق بأن الأطفال يبديون عدم اكتراث لوجود الأهل بالقرب منهم. فهم ينظرون نظرة خالية من التعبير عند النظر للأهل إضافة إلى التحرك نحو الأهل ثم فجأة التوقف عن ذلك، التأمل بعيداً من خلال غشاوة تخفي أية تعابير عن أي مرض عضوي في الجهاز العصبي.

10-وظائف سلوك التعلق العاطفي :

إن سلوك التعلق العاطفي حاجة أساسية يظهرها الصغار عند مختلف الأنواع بصورة مستقلة عن الحاجات الأخرى، فيبدي الصغير استعداداً للتفاعل الاجتماعي، ويحب مرافقة أشباهه، ويمكن للتعلق أن ينمو ويتطور عنده اتجاه شخص أو عدة أشخاص بغض النظر عن ارتباطهم في إرضاء الحاجات الجسدية. إن الوظيفة التي يشغلها سلوك ما يجب أن تتحدد في مساهمة هذا السلوك في بقاء النوع.

إن الدراسات التقليدية التي تعتبر أن هذه العلاقة دافعاً ثانوياً ينمو ويتطور على هامش الدوافع الأساسية، تعترف ضمناً بأن هذه العلاقة مفيدة كونها تسمح للطفل بالبقاء بالقرب من مصدر الغذاء، إلا أن أصحاب نظرية التعلق (بولي) Bowlby يرون أن وظيفة سلوك التعلق تكمن في تألق الحماية للصغير من أعداء النوع. وهناك نظرية أخرى تم اقتراحها تعتبر أن سلوك التعلق يهيئ الفرصة للطفل كي يتعلم من الأم نشاطات متنوعة ضرورية للبقاء (قنطار، 1992)

11-اضطرابات التعلق :

وجد بأن للإهمال الانفعالي أثراً مدمراً على علاقات التعلق العاطفي أكثر من أي نوع من أنواع الإساءة الأخرى، كما أن هناك عوامل خارجية أخرى تلعب دوراً في حدوث اضطرابات التعلق مثل: فقدان شخص عزيز، الخبرات السيئة، الصدمات، الكوارث. وهو ما يؤدي بدوره إلى نشوء الأمراض النفسية مستقبلاً. ومن الناحية الإكلينيكية، يشير الدليل التشخيصي الإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية DSM IV إلى عدد من

المظاهر المرتبطة باضطرابات التعلق لدى الأطفال هي: <http://www.newyorkattachmentcenter.com/definition.html>

- 1-الضييق عند انفصال الطفل عن المنزل أو عن الشخص المتعلق به
- 2-القلق المفرط من الانفصال، أو من حدوث أذى للشخص المتعلق به، كأن يفقده بالموت مثلاً.
- 3-القلق المفرط تجاه المواقف التي يفتقد فيها إلى الشخص المتعلق به .
- 4-رفض الطفل المستمر إلى الذهاب إلى المدرسة خوفاً من الانفصال من الشخص المتعلق به
- 5-خوف الطفل المستمر والمبالغ به من بقاءه وحيداً دون شخص يتعلق به أو أي شخص راشد في أي موقع آخر يوفر له الحماية
- 6-رفض الطفل المتكرر للذهاب إلى النوم دون وجود الشخص الذي يقوم على رعايته بالقرب منه، أو رفض الطفل النوم خارج المنزل

7-الكوابيس المتكررة، التي تعكس الخوف من الانفصال- 8. الشكاوي المتكررة من أعراض بدنية (الصداع، أوجاع البطن والمعدة، والغثيان والتقيؤ)، في حال انفصال الطفل عن الشخص المتعلق به، أو قبل حدوث موقف الانفصال ويشير الدليل التشخيصي (1994) DSM-IV إلى أن ظهور ثلاث أو أكثر، من هذه الأعراض يبنى بوجود اضطراب بالتعلق.

ولقد كشفت البحوث الحديثة في مجال اضطرابات التعلق عن وجود نمط تعلق مضطرب يسمى النمط التعلق غير المنظم Attachment Disorganized؛ حيث يشير باريزيل Barisel عام (2001) إلى أن المشاكل الشديدة الناتجة عن اضطرابات التعلق، تحدث لدى الأطفال الذين يعانون من اضطرابات التعلق غير المنظم ولا تندرج سمات هذا النمط، أو السلوك التعلق المضطرب هذا ضمن أي نمط من أنماط التعلق المذكورة في بحوث إينزورث و بولبي. وقد أشارت بعض الدراسات إلى أن الأطفال ذوي التعلق غير المنظم يعانون من مشاكل وضغوطات حياتية مثل القلق والاكتئاب

وقد ورد عن باريزيل أنه يتم التنبؤ بالمشكلات السلوكية عند المراهقين من خلال التعلق غير المنظم، إذ كشفت الدراسات عن وجود ارتباط بين الأمراض النفسية في سن المراهقة وهذا النمط من التعلق. ولأن هذا النمط ليس نمطاً مستقلاً بحد ذاته، فإنه لا يوجد له وصف واضح، حيث وضع المختصون في هذا المجال سبعة تصنيفات للسلوكيات التي تندرج تحت النمط غير المنظم، وهي:

1. السلوكيات المتتابعة (Sequential) مثل سلسلة السلوكيات التي يظهرها الطفل ذو التعلق القلق في حال انفصال أمه عنه، حيث يبدأ بالبكاء، ثم التشبث، والاحتجاج وهكذا
2. سلوكيات متناقضة بين السعي للقرب، والسلوك التجنبي
3. سلوكيات غير مباشرة، وغير منظمة في استمراريتها (كأن يبدأ في لعبة معينة، ثم يتركها ويذهب لأمه، يتشبث بها ويبيكي، ثم يعود للعب مرة أخرى، وهكذا
4. حركات نمطية، وغير متناسقة، واحتجاج غير سوي.
5. حركات تجمدية بطيئة. تعبيرات مباشرة لقلقهم على والديهم .
6. تعبيرات مباشرة عن الفوضى وعدم الانتظام

12- نظريات التعلق العاطفي :

عند الحديث بداية عن تاريخ النظريات التي استمدت منها نظرية التعلق نقول أن مفهوم التعلق العاطفي عند الأطفال بمقدمي الرعاية عرف بالحكاية عبر مئات السنين. في أواخر القرن التاسع عشر وما بعده، اقترح علماء النفس وعلماء الأمراض النفسية نظريات عن وجود وطبيعة العلاقات المبكرة أعطت نظرية سيجموند فرويد المبكرة القليل عن علاقة الطفل مع الأم، والتي تفترض أن ندي الأم هو مصدر الحب ونسب لها علماء نظرية فرويد محاولات الطفل للبقاء بقرب الشخص المألوف له إلى دافع تعلمه من خلال التغذية وإشباع الرغبة الجنسية، وفي الثلاثينات، أكد عالم النفس التطوري أيان سوت أن احتياج الطفل إلى العاطفة هو احتياج أساسي، ولا يعتمد على الجوع أو الإشباع الجنسية، ثم أكد عالم النفس الكندي ومعلم ماري أينسورث، ويليام بلانز على أهمية تطوير العلاقات الاجتماعية. وأكد بلانز أن الحاجة إلى الأمان ما هي إلا جزء

طبيعي موجود بالشخصية، مثل استخدام الآخرين كقاعدة آمنة. وقد ركز الباحثون في فترة الأربعينات وما بعدها على القلق الناتج عن التهديد بالانفصال عن مُقدم الرعاية المألوف عند الأطفال والرضع. كانت الاعتمادية نظرية سائدة في وقت تطور نظرية التعلق لبولي. وتفترض هذه النظرية أن الطفل يعتمد على مُقدمي الرعاية البالغين، ولكنها تزداد مع نمو الطفل خلال فترة الطفولة المبكرة؛ وهكذا تصبح فترة سلوك التعلق متردية عند الأطفال الأكبر سنًا. وأيضًا تضيف أن الأطفال الأكبر سنًا والبالغين يستبقون سلوك التعلق، ويظهرونه فقط عند المواقف شديدة الضغط. بينما في الواقع، يعتمد التعلق الآمن بالاستكشاف المستقل أكثر من الاعتمادية. وطور بولي نظرية التعلق كنتيجة لعدم رضاه عن النظريات الموجودة عن العلاقات المبكرة ..

والبحوث المعاصرة حول التعلق لها جذورها الإيديولوجية في الأعمال الأصلية لجون بولبيومارياينزورث و هم المهندسون الأوائل لنظرية التعلق، وكل من برينرتون (1999) و كارين (1994) ،بالإضافة إلى اينزورث و بولي (1991)، و فروا أدلة تاريخية ممتازة حول التطور المبكر لنظرية التعلق (شين لوبيزوك.ر. سنيدر 2013).

*نظرية التحليل النفسي: Theory Psychoanalytic

يرى أنصار هذه النظرية أن العلاقة العاطفية بين الرضيع ومقدم الرعاية، تعد الأساس للعلاقات المستقبلية اللاحقة (ملحم، 2007). وقد أرجعت هذه النظرية جذور التعلق إلى الحاجات البيولوجية عند الطفل وأمه، وذلك وفقا للفرض الفرويدي الذي أكد على حاجة الرضيع الفطرية إلى الرضاعة. ولعل هذا التفاعل الخارجي، وتكيف الصغير لتجارب التغذية العملية، وحاجته للإشباع الفسي عن طريق الرضاعة، بالإضافة إلى النماذج الأخرى للاستثارة الفمية المصاحبة لعملية الرضاعة. كل هذا يؤدي إلى ظهور التعلق الذي يرتبط إشباعه بصدر الأم، وهو الذي بات جوهريا ليس بالنسبة لحياة الصغير وحده فحسب، وإنما بالنسبة لحياة الأم نفسها كذلك (قاسم، ب.ت) وترى هذه النظرية أن الارتباط العاطفي حاله من التواصل والعلاقة بين طرفين تتجسد خلالها معاني وعواطف ومشاعر متبادلة. العلاقات العاطفية عامه تشكل عملية موازية للعلاقة بين الأم وطفلها بحيث أن روااسب وأثار العلاقة الأولية مع الأم تترجم عند البلوغ في العلاقات العاطفية. بناء على ذلك يمكن أن نستنتج من نظريات التحليل النفسي التالي:

- إن طبيعة العلاقة الأولية تحكم بمدى كبير طبيعة العلاقة العاطفية بالمستقبل.
- كلما كانت الرواسب والنواقص العاطفية بالطفولة اكبر كلما زادت الحاجة لتعويضها من خلال العلاقة العاطفية عند البلوغ.
- مراحل تطور العلاقة العاطفية عند البلوغ شبيهه بمراحل تطور العلاقة بين الطفل وأمه
- اختيار الشريك بالعلاقة العاطفية على الأغلب تحكمه دوافع لا واعية مرتبطة بملامح الشبه والاختلاف مع شخصية الأم والأب
- العلاقات العاطفية يحكمها أساسا الانجذاب لصفات ومعاني عاطفية مألوفة و أخرى غير متوفرة

بشكل عام تتميز بداية العلاقة العاطفية بالقرب، التعلق، الشوق، والانجذاب الشديد بما يشبه حالة الارتباط والتمازج الكلي للطفل مع أمه في السنة الأولى حاله التمازج هذه تعبر عن حاجه للابتلاع التماهي الكلي مع الآخر ترافقها مخاوف وهواجس بالابتعاد، وعدم الاستجابة. بعد مرحله التعلق للطفل بأمه يبدأ بالانطلاق نحو الممارسة الحركية واستكشاف ذاته والتعرف على الآخر بما يميزها من قدره على الابتعاد قليلا استيعاب أوسع لحاجيات الأم فضلا عن حاجياته وقدره اكبر على التمايز(حمود، 2008)

*النظرية السلوكية:

يركز هؤلاء على دور إطفام الرضيع الذي فسر ذلك باستخدام مفهوم خفض الدافع reduction Drive ومنهم "هل Hull": حيث تقوم الأم بإشباع جوع طفلها (دافع أولي)، بعد ذلك يصبح وجود الأم وجود ثانوي (دافع ثانوي)؛ لأن وجود الأم يقترن بشعور الطفل بالراحة والشبع. ونتيجة لذلك يتعلم الطفل تفضيل كل أشكال المثيرات التي ترافق مع الإطفام ومن ضمنها عنق الأم وابتسامها الدافئة. أما سكينر Skinner فقد رفض فكرة هل Hull هذه مشيرا إلى أن سلوك التعلق تزداد من خلال ما يتبع هذا السلوك من مجموعة متنوعة من المعززات بالإضافة إلى الطعام، وبعبارة أخرى فان وجود الأم واقترابها الجسدي في حد ذاته (وبعيدا عن وظائف التغذية) يصبح له قيمة اشباعية ايجابية في مسيرة نمو الطفل. وبالتالي يكتسب الطفل الحاجة الدائمة للاتصال بل والالتصاق بأمه، وهو ما يشير إلى بداية نشأة وظهور التعلق (ملحم، 2007)

النظرية الأخلاقية: Ethological Theory

وهي تمثل وجهة نظر أخرى تؤكد على الطبيعة التبادلية لعملية التعلق العاطفي. وذلك من خلال فروض بولبي Bowlby الأخلاقية عن التعلق التي رأت أن التعلق لا يحدث فقط نتيجة لاستجابات غريزية مهمة لحماية وحفظ حياة الصغير. بل انه يلعب دورا مهما لحماية وحفظ حياة الجنس البشري كله، لأن لسلوكيات الطفولة من بكاء أو ابتسام أو رضاعة أو رغبة في الالتصاق بالآخرين ومتابعتهم، أثرا فعالا لا يمكن إغفاله، الأمر الذي ينتج عنه وبالضرورة نشأة مسؤوليات الرعاية الوالدية والرغبة في حماية الصغير. هذا بالإضافة إلى أن ذلك قد يؤدي إلى الارتقاء بمستوى عمليات الاتصال بين الأم وصغيرها من المستوى البيولوجي المجهز له كل من الصغير وأمّه على حد سواء، إلى المستوى الأخلاقي والإنساني في كل عمليات التنشئة الاجتماعية للصغير. (قاسم، ب.ت)

نظرية التعلق العاطفي :

استفءاء من ملاحظاته الإكلينيكية في ملاجئ الأيتام والأطفال الجانحين اقترح بولبي، واستنادا لأفكار تم استفاءها من علم المؤسسات، ونظرية النظم، و العلوم المعرفية. اقترح ان الخصائص المهمة في علاقة المربي بالطفل ترتبط سببيا بجوانب دالة من سلوك الطفل وخبراته العاطفية، إضافة إلى معلومات حول المسارات النمائية الصحية وغير الصحية. بالنسبة إلى بولبي يمثل نظام التعلق الذي يعتبر المنظم لسلوكيات السعي إلى البقاء قريبا من الوالدين. ويرتبط الرضع بالقائمين على رعايتهم، نظاما دافعا ذا أساس تطوري وفريد، و الذي تعتبر وظائفه الولية توفير الحماية والأمان العاطفي والاستقرار العاطفي.

أكد بولبي أن الطفل خلال السنوات المبكرة من حياته، يتمثل خبراته المرتبطة بالتعلق المبكر مع من يقومون على رعايته في شكل بناءات معرفية، تتم الإشارة إليها باعتبارها نموذجا داخليا عاملا للذات والآخر. هذا النموذج فيما بعد يدمج مدركات الطفل لكفاءته ومدى ما يحظى به من حب (نموذج الذات) مع

التوقعات الخاصة بقدرته على الوصول إلى الشخص موضوع التعلق، ومدى قدرة هذا الأخير على إعطاء الإستجابة الملائمة (نموذج الآخر).

إن الأطفال الرضع الذين يتلقون رعاية دافئة و مستجيبة وغير مرفوضة من جانب موضوع التعلق قد افترض انها تكون مايسمى بنموذج امان التعلق ، الذي يرتقي بالاستكشاف،و التمكن من البيئة ،وبتطوره يؤدي إلى أشكال أكثر كفاءة و تحكما من تنظيم الذات . (BOWLBY ; 1991)

و على العكس من ذلك ، فإن الرضع الذين تكون خبراتهم بالقائمين على رعايتهم تعتبر هؤلاء الراعين مقتحمين ،ومستجيبين بطريقة غير متسقة ، او يظهرون أشكالا متسقة من الرفض ، كانوا اميل إلى تكوين توجهات تتسم إما بالقلق و إما بالتجنب . هذه النتائج افترض فيما بعد أنها تقود إلى إخفاقات ملحوظة في تنظيم العاطفة و الكفاءات الاجتماعية .

ومنه فإن نظام التعلق ، إضافة إلى افتراضاته المحددة المرتبطة بالطبيعة العاملة لهذه البناءات المعرفية . فبمجرد كونها فإن النموذج الداخلي العامل يكتسب خصائص الاستقرار، والصدق الذاتي ، لأن هذه النماذج تنظم التقدير الداخلي و السلوكيات الاجتماعية على المسارات التي كانت تحقق التكيف في نمو الشخص المبكر. يتم حملها باعتبارها معيارا مرجعيا يرشد مدركاتنا وتوقعاتنا في العلاقات اللاحقة. و على ذلك فإنها تشكل خبرات الفرد الاجتماعية اللاحقة بأساليب متسقة البناءات الداخلية التي تكونت بالفعل . (BOWLBY ; 1982)

يعتقد بولي Bowlby الذي يعد من أهم الآخذين بالنظريات الحديثة أن التعلق العاطفي بالآخر ينبعث من سلوك التأثير والتوجيه، ومن الاهتمام الشخصي الذي يوليه الآخرون. فالاستجابات الاجتماعية من جانب الراشدين هي التي تشكل السلوك التعبيري للناشئ في أنماط من التعلق التبادلي. تميل نتائج الدراسات العلمية لترجيح وجهة نظر بولي على النظريات التقليدية الأمل للأخذ بنظرية ارواء الحاجة في تفسير النمو الاجتماعي. وهكذا، فعندما يتعلق أبناء التعاونيات الاشتراكية بالديهيم الذين يداعبونهم لفترة قصيرة كل يوم، وليس بمن يطعمهم، فإنهم إنما يبدون الإثارة الاجتماعية وهذا يتعارض مع الاتجاه القائل بان الحاجات البيولوجية هي التي تقود إلى نمو روابط اجتماعية .

13-بحوث حول التعلق :

لعل رصد واقع البحوث التي أجريت حول ظاهرة التعلق كأحد مظاهر نمو الشخصية، وخاصة ما بين (1992-2002)، يوضح مدى تنوع وحيوية تلك البحوث التي أجريت في هذا المجال. فبحوث التعلق لم تكن محصورة في مرحلة عمرية بعينها وإنما امتدت لتشمل كافة مراحل عمر الإنسان. حيث تطورت اهتمامات هذه البحوث من مرحلة الرضاعة ووظائف الأمومة التي اهتمت بها بحوث التعلق التقليدية، منذ بزوغ الاهتمام بهذا الجانب المهم من جوانب نمو الشخصية ضمن مسيرة دراسات النمو الإنساني عامة، وذلك في منتصف القرن الماضي تقريبا، إلى أن تعدت هذه الاهتمامات حديثاً إلى مراحل المراهقة، والعناصر الفاعلة في تكوين شخصية المراهقين، وكذلك مرحلة الرشد والعوامل والمتغيرات المؤثرة في شخصية الراشدين، ولعل هذا التنوع، وتلك الحيوية، وذلك التشعب في دراسة التعلق إنما يعبر في حد ذاته عن مدى ثراء وأهمية تلك الظاهرة، وتزيد دلالتها كمظهر مهم من مظاهر النمو الانفعالي- الاجتماعي في مسيرة نمو شخصية الفرد.

وفيما يلي الاكتفاء بعرض بعض دراسات التعلق، - وذلك في حدود ما أتيج الإطلاع عليه- ، في مراحل الرضاعة والطفولة المبكرة: عن (نادر، د س)
دراسات التعلق في مراحل الرضاعة والطفولة المبكرة:

حيث تركز اهتمام هذه الطائفة من البحوث على رصد مظاهر التعلق كمظهر نمائي من مظاهر نمو الشخصية عند الصغير (الحضين) وعلاقته بعدد من المتغيرات في البيئة المحيطة به، أو عند الأم أو من يقوم بحضانهه ورعايته من جانب الكبار الآخرين. وكذلك رصد واقع علاقة التعلق التبادلية بين الصغير ومن يقوم على رعايته سواء كانت الأم أو أي شخص آخر (علاقة الحاضن والحضين)، ومن أمثلة هذه البحوث:
دراسة شاو وفوندر (1993) Vondra & Shaw, التي أنصب اهتمامها على بحث العلاقة بين ستة أشكال من الضغوط الأسرية ومعدل التعلق الآمن عند الصغير في عمر الـ ١٢ شهراً. حيث وجدت فروقاً ذات دلالة بين معدل التعلق الآمن لدى الصغار في الأسر ذات الضغوط الأسرية القاسية ونظرائهم في الأسر العادية. وقد خلصت الدراسة إلى أن الضغوط والظروف الأسرية القاسية قد ارتبطت سلبياً وبقوة مع مسؤوليات الأمومة المعروفة الأمر الذي انعكس بدوره على معدل وأسلوب تعلق الأطفال وهو ما يتفق مع مبادئ نظريات التعلق.

وحاول بوث وآخرون (1995) Booth, al. et., في دراستهم تحديد منبئات التوافق في الطفولة الوسطى وتأثرها بدور كل من : معدل التعلق الآمن فيما قبل المدرسة وأسلوب الرعاية الوالدية وبعض الظروف المكانية الأخرى. حيث توصلت نتائج هذه الدراسة إلى أن معدل التعلق الآمن في عمر الأربع سنوات كان أفضل من بمستوى التوافق الاجتماعي للطفل في عمر الثماني سنوات.

إلا أن دراسة سكايفير (1995) Schiefer, اهتمت بمقارنة ظروف نشأة الأطفال (الوالدية والمنزلية) الطبيعية، وظروف نظرائهم فاقدية هذه النشأة. وذلك من خلال الاهتمام بعدة متغيرات كان من بينها معدل وأسلوب التعلق. حيث وجدت الدراسة أن هناك فروقاً دالة بين الأطفال- في الحاليتين- في متغيرات الدراسة ومن بينها التعلق، وذلك لصالح مجموعة الأطفال ذوي النشأة الطبيعية. حيث توصلت نتائج الدراسة إلى أن ظروف التنشئة ترتبط إيجابياً وبقوة بمعدل وأسلوب التعلق عند الطفل .

كما قام سكيلر (1995) Schiller, بدراسة لمحصلة التعلق وعلاقتها بمستوى الحساسية نحو الأمومة، حيث أوضحت النتائج - في جزء منها- وجود ارتباط إيجابي دال بين مستوى الحساسية للأمومة عند الأم والمستويات العالية من التعلق عند الطفل. هذا بالإضافة إلى وجود ارتباطات إيجابية بين مستوى الفعالية الأسرية، وأسلوب ومعدل التعلق .

وفي دراسة اهتمت بتأثير التعلق الآمن على محصلة خبرات الطفل. توصل كرانديل (1995, Crandell) ضمن ما توصل إليه من نتائج- إلى أن الأطفال ذوي معدلات التعلق الآمن المرتفعة أظهروا مستويات عالية ومميزة من الوظائف العقلية وذلك بالمقارنة بنظرائهم من ذوي معدلات التعلق المنخفضة

وفي دراسة سوكانان (1995) Sookannan, لتفاعل (الأم- الطفل)، وتاريخ تعلق الطفل في الأسر التايلاندية التي تتميز باستخدام القسوة البدنية مع الأبناء. حيث أوضحت النتائج أن معدل التعلق المنخفض للأبناء قد توزع بشكل دال عند الأمهات اللاتي يفضلن استخدام القسوة، وذلك بالمقارنة مع الأمهات غير المستخدمات للقسوة البدنية .

كذلك توصلت دراسة سيفير وسكيلر (1995) Schiller & Seifer، عن نظرية التعلق، وطرق قياسه، إلى أن التعلق من العوامل الجوهرية التي تشكل الفروق الفردية لدى الأطفال، كذلك أرتبط معدل التعلق بحساسية الأمهات، كما أرتبط وخصائص شخصية الطفل وبصفة خاصة المزاجية منها والتي تسهم في تكوين مظاهر التعلق لديه .

وفي منى ذو دلالة كانت دراسة تيتاي وآخرون (1995) al.et, Teti، والتي اهتمت بالعلاقة بين إحباط الأمهات وجودة التعلق لدى أبنائهن سواء كانوا رضع أو في مرحلة ما قبل المدرسة. حيث أوضحت النتائج أن مظاهر التعلق غير الآمن كانت ذات دلالة إحصائية عند أبناء الأمهات الأكثر إحباطا. كما أن التعلق القوي و المتماusk عند أبناء تلك الأم المريضة يجعل أطفالهن أكثر عجزا أو اعتمادية بالمقارنة مع الأطفال الآخرين.

وفي دراسة عن الصداقة في الطفولة الوسطي، قام ريجان (1996) Regan، بدراسة طولية فحص خلالها استجابات الأطفال في هذه المرحلة على مقاييس قصصية موضوعية مع استخدام نماذج عملية ومقابلات وتقارير ذاتية وذلك على عينة قوامها (٥٣ زوجاً (أم- طفل) لهم تاريخ متنوع في التعلق. وتوصلت الدراسة إلى أن هناك العديد من العوامل المسهمة في تشكيل التعلق في الطفولة، كان من بينها العلاقات الآمنة بين الأم والطفل، علاوة على الرعاية المستمرة والدافئة للطفل من جانب الأم .

كما قامت ليونز- روث (1996) Ruth- Lyons، بدراسة علاقات التعلق عند الأطفال أصحاب مشكلات السلوك العدوانية. وتوصلت إلى أن اضطرابات ومشكلات التعلق لدى هؤلاء الأطفال ارتبطت ارتباطاً إيجابياً ودال احصائياً بالكوارث الأسرية، وعنف الوالدين، واحباطاتهما، والنقص المعرفي للطفل.

كذلك ارتبطت أحداث فترة الرضاعة السيئة عند الأطفال ارتباطاً إيجابياً وذو دلالة إحصائية بمستوى عدوانيتهم في المستقبل . وفي هذا السياق، اتفقت مع ما توصلت إليه الدراسات السابقة، نتائج دراسة رزق وعبد العليم (1997) عن اضطرابات التعلق وعلاقتها بأنواع الحرمان في الطفولة في البيئة المصرية وفي دراسة بارنيت؛ وكديول؛ ولنج (1998) Leung; & Kidwell; Barnett، حول التعلق عند أطفال مرحلة ما قبل المدرسة. توصلت النتائج إلى أن معدل التعلق الآمن عند البنات أعلى من مثيله عند البنين. كما كان آباء وأمهات الأطفال ذوي المعدلات العالية من حيث التعلق الآمن، أكثر دفئاً وتقبلاً في تنشئتهم لأطفالهم، وأقل ضبطاً، وأيضاً أقل استخداماً للعقاب المشدد بالمقارنة بآباء وأمهات الأطفال ذوي معدلات التعلق القلق العالية.

كما اهتمت دراسة دوايلي؛ وماركويز؛ وبرنديجن؛ وليبرمان؛ وفوز (2000) Markiewicz; Doyle، بالتحقق من العلاقة بين التعلق الآمن ومفهوم الذات. وذلك من خلال ٧ توقع معدلات التعلق الآمن من بين تقارير الوالدين الذاتية عن أساليب التوافق الامومي. حيث توصلت الدراسة إلى أن إختلاف أسلوب تعلق الطفل أرتبط وبشكل دال إحصائيا باختلاف مفهوم الذات السائد عند كلا الوالدين.

وفي منى آخر، كانت دراسة الكسندر، وميلر، وهنجست (2001) Hengst; Miller; Alexander، حول تعلق الأطفال عاطفياً بالقصص والروايات. وذلك من خلال المقابلات مع عينة قوامها (٣٢) أسرة حول كل ما يتعلق بممارساتهم أثناء عملية التنشئة . حيث توصلت الدراسة إلى أن تعلق الأطفال بالروايات، ينعكس اجتماعياً في صورتين: الأولى ابتكار الطفل لعلاقات جديدة تربطه بشخصيات هذه الروايات، والثانية قدرة هذه الروايات في التأثير، ومن ثم تشكيل معتقدات وقيم الطفل فضلاً عن تدعيمها للسلوكيات التي يمارسها.

إلا أن دراسة دوزير؛ وستوفال؛ والبس؛ وباتيس (2001) Bates;& Albus; Stovall; Dozir، اهتمت بتعلق الأطفال في مراحل الرعاية الأولية، وذلك من خلال فحص العوامل المرتبطة بالتنشئة في المراحل الأولى لرعاية الطفل، والتي تؤثر في مستوى تعلقه بالأم. ولقد أظهرت النتائج أن عمر الام كمتغير ليس له دلالة أو دوراً مؤثراً في تشكيل أسلوب هذا التعلق أو معدله. وفي دراسة حول العلاقة بين الشحن الانفعالي بالروايات الأخلاقية، وكل من التعلق والمشكلات السلوكية لأطفال ما قبل المدرسة.

قام كلا من راموس-ماركوس؛ و أرسينيو Ramos (2001, Arsenio;& Marcuse) بدراسة حول العلاقات بين مظاهر التعلق والمشكلات السلوكية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة. وذلك من خلال دراسة تم فيها ضبط متغيرات العمر الزمني، وقدرة التعبير اللغوية للطفل ومشكلات السلوك الخارجية التي تتصف بالعدوانية، وأقل معدل من طلب المساعدة في تحمل المسؤولية عند أفراد العينة، وقد توصلت الدراسة إلى أن المزيد من التعلق الإيجابي لا بد وأن يترافق معه قليلا من مشكلات السلوك الخارجي.

كما اهتمت دراسة فولينج (2001) Volling، بدراسة علاقات تعلق طفل ما قبل المدرسة كمنبئ للضبط الانفعالي. حيث توصلت إلى أن طفل ما قبل المدرسة يميل إلى تجاهل الضغوط من حوله خاصة من جانب أخيه الأصغر، وذلك من أجل التعبير عن ضغوطاته الذاتية فقط. مما يؤدي إلى تزايد درجة الصراع والعدائية بينه وبين أخيه بعد بلوغه الرابعة من العمر.

وفي دراسة عن حساسية الأمومة وتعلق الأطفال والحالة المزاجية في مراحل الطفولة المبكرة كمنبئ للتوافق في الطفولة الوسطي. توصل من خلالها كل من ستامز؛ وجفر؛ وفان- ايجزندورن (2002, Jzendoorn- Van;& Juffer; Stams) عدا النمو المعرفي. كما يتميز بسهولة الارتباط المزاجي بالمستويات الاجتماعية العالية، والنمو الإيجابي للشخصية، كما أن مشكلاتهن السلوكية أقل من البنين. و أوضحت النتائج أن التعلق الآمن وحساسية الأمومة ليست دائما منبئات جيدة للمستويات العليا من حيث متغيري: الاجتماعية أو النمو المعرفي.

إلا أن دراسة تيسير؛ وطرابلسي؛ ولارين؛ وللاجينري؛ وجاجنون؛ وتراهان (2002) Tessler؛ الأطفال عند بالتعلق اهتمت (Tarabulsky; Larin; Laganiere; Gagnon;& Trahan, 2002) أصحاب الإعاقات الفيزيائية. وذلك من خلال المقارنة بين مجموعتين ضمت الأولى (٣٤) طفلاً معاقاً، بينما ضمت الأخرى (٢٦) طفلاً من العاديين. وأوضحت النتائج انخفاض معدل التعلق الآمن AQS عن معدل التعلق القلق عند الأطفال المعاقين مقارنة بالعاديين.

وفي دراسة ذات منحنى مختلف عما سبق، اهتمت دراسة كيسنر (2002) Kesner، بالجانب الشخصي في عملية التعلم ومفاهيم العلاقات بين المعلم والتلميذ، وذلك في ضوء ما اكدته نتائج البحوث الحديثة من أهمية العلاقات الشخصية بين الطفل ومعلميه. حيث طبق استفتاء حول تعلق الطفولة -معدله وخبراته وعلاقاته المتواصلة - داخل الفصل المدرسي، وذلك على عينة قوامها (٣٥) معلمة من المعلمات البيض. حيث أوضحت النتائج أن معدل تعلق الأطفال بمعلماتهم قد تأثر بمدى وعيمهم بحميمية العلاقة بينهم وبين معلماتهم. تلك الحميمية التي اقتصرت من جانب المعلمات على الفتيات البيض دون الفتيات السود من أصحاب الأصل الإفريقي.

من خلال العرض السابق لنتائج هذه المجموعة من البحوث، يمكن ملاحظة مدى تنوع واتساع نطاق المتغيرات موضع البحث في علاقتها بالتعلق في مرحلتي الرضاعة والطفولة المبكرة. هذا علاوة على كثرة عدد الدراسات، مما يعكس الأهمية المزدوجة لكل من الظاهرة والمرحلة على حد سواء.

دراسة تجريبية تبحث في علاقة قلة النوم بالاستقرار العاطفي لدى الأطفال:

نشرت هذه الدراسة من قبل الشيماء احمد فاروق يوم الأربعاء 15 يوليه 2020 - 10:36 م

<https://www.shorouknews.com/news/view.aspx?cdat=>

في دراسة تجريبية جديدة، أعدها كانديس ألفانو، أستاذ علم النفس بجامعة هيوستن ومدير مركز النوم والقلق، اتضح أن النوم غير الكاف يغير عدة جوانب للصحة العاطفية للأطفال. وعلى الرغم من أن الكثير من الأبحاث السابقة، تربط قلة النوم مع الصحة العاطفية السيئة، إلا أن الدراسات التجريبية في الأطفال نادرة، وفق ما ذكر ألفانو لمجلة علم نفس الأطفال والطب النفسي. وطبق ألفانو وفريقه التجربة على 53 طفلاً تتراوح أعمارهم بين 7 و 11 عامًا على مدار أكثر من أسبوع، وأكمل الأطفال تقييمًا عاطفيًا في المختبر مرتين، مرة بعد ليلة من النوم الصحي ومرة أخرى بعد ليلتين من نوم متقطع وغير منتظم.

وجعل التقييم متعدد الأساليب، حيث يشاهد الأطفال مجموعة من الصور ومقاطع الأفلام التي تثير المشاعر الإيجابية والسلبية، في حين سجل الباحثون استجابات الأطفال على مستويات متعددة، بالإضافة إلى التصنيفات الشخصية للعاطفة. وجمع الباحثون عدة ملاحظات من بينها عدم انتظام ضربات القلب -مؤشر غير جراحي لتنظيم العاطفة المرتبط بالقلب- وتعبيرات الوجه، وأشار ألفانو إلى حداثة هذه البيانات، وقال: "إن الدراسات التي تستند إلى تقارير ذاتية عن العاطفة مهمة للغاية، لكنها لا تخبرنا كثيرًا عن الآليات المحددة التي من خلالها يؤدي النوم غير الكاف إلى زيادة المخاطر النفسية للأطفال."

وقال ألفانو: "بعد تقييد النوم لدى الأطفال لاحظنا تغيرات في الطريقة التي يجري بها الأطفال التقييم في المختبر، وينظمون ويعبرون عن عواطفهم، وتم العثور على أهم التغييرات استجابة للمنبهات العاطفية الإيجابية وليس السلبية."

وسلط ألفانو الضوء على الآثار المترتبة على نتائج الدراسة لفهم كيف أن قلة النوم قد تنتشر في الحياة الاجتماعية والعاطفية اليومية للأطفال، وقال: "إن الخبرة والتعبير عن المشاعر الإيجابية ضرورية لتكوين صداقات مع الأطفال والتفاعلات الاجتماعية الصحية والتكيف الفعال، وقد توضح النتائج التي توصلنا إليها لماذا يعاني الأطفال الذين ينامون أقل في المتوسط من مشاكل عاطفية أكثر." ووفقًا لألفانو تؤكد هذه النتائج، الحاجة المحتملة لتقييم عادات النوم الصحية وتحديد أولوياتها لدى الأطفال الضعفاء عاطفيًا.

14-سبل ومتطلبات تحقيق الاستقرار العاطفي :

تجمع الدراسات في مجال الاستقرار العاطفي أن هناك ارتباط وثيق بين علاقة الوالدين بالطفل واستقراره العاطفي والنفسي، وللعلاقة الحميمة بين الطرفين تأثير ليس فقط على استقرار الطفل عاطفيًا

ونفسياً وانما ايضاً على تطوره الذهني واندماجه في مجتمعه ونموه بشكل عام. ومن الركائز الاساسية لتحقيق ذلك ما يلي: عن: <https://almusawa.net/p60/>

التواصل العاطفي: (Emotional Communication)

و نعني به التعبير عن الحب و توثيق الترابط العاطفي مع الطفل، و من اهم الوسائل هي التواصل الجسدي و نعني به الضم و الحضن ((Cuddling and hugging فهو من اكثر الوسائل تعبيراً عن الحب. ويبدأ منذ ولادة الطفل وقد أدرك الباحثون ذلك منذ امد طويل لما له من تأثير كبير على المدى القريب والبعيد، ولذلك ينصح بوضع الوليد فور ولادته على صدر امه ولو للحظات وكذلك التركيز على الرضاعة الطبيعية لما له من اثر كبير على توثيق الارتباط بين الام والطفل. (Bonding) وحين يتعثر الطفل او يتألم لسبب ما فلا شيء احنى عليه من ضمه الذي يشعره بالأمان والاطمئنان كما ان ضمه حين يتصرف تصرفاً جيداً يشعره بالغبطة ويعزز ثقته بنفسه. ولا بد ان تكون المبادرة من الأهل وليس بالضرورة من الطفل حتى يصبح الحضن عادة روتينية لدى الطرفين. فقبل ذهاب الطفل للمدرسة وعودته، -مثلا- يبادر الاهل اولاً بضمه حتى لو كان كبيراً وبديهي ان الضم ليس للصغار فقط وانما للكبار ايضاً فهو الاكثر دفئاً وتعبيراً عن مشاعر الحب والحنان.

الحوار: (Verbal interaction)

يبدأ الحوار مع الطفل منذ الشهور الأولى ويكون وجهاً لوجه وبصوت هادئ وبكلمات سهله وواضحة حتى وان لم يفهمها الطفل الصغير في حينها. وتكون لغة الايماء والإشارة مهمة في المراحل الاولى، وبعد الحوار اللبنة الاولى في خلق التواصل مع الطفل وتوسيع مداركه كما انه مفيد لطمأنة الطفل وتهدئته وهو كذلك اسلوب للتعليم والتأديب. ويتطور اسلوب الحوار مع الطفل مع تطور نموه وادراكه، ولا بد من المرونة والصبر ومن المهم الاستماع للطفل ليعبر عن ما في نفسه والاصغاء له لإظهار مشاعره خاصة عندما يكبر، وعندما يخطئ الطفل التصرف فان الحوار والاحتواء هما المدخل الأنجع للتقويم والتأديب.

اللعب: (Playing)

اللعب عند الطفل حازه غريزية وهي حق من حقوقه وحاجته للعب معه منذ المراحل الاولى مهم ليس للإمتاع والترفيه فقط بالرغم من اهمية ذلك بل مهم لتطوير قدراته الذهنية واللغوية وتفاعله مع محيطه واندماجه في مجتمعه واستقراره النفسي والعاطفي. ويجب ان يخصص الاهل وقتاً للعب مع الطفل منذ شهوره الاولى كما ان للعب مع الطفل في السنة الاولى اهمية بالغه في امتاعه وتهدئة طباعه، وكذلك الغناء. له وقد لوحظ ان الام والاب اللذين يلاعبان طفلهما دائماً لعبة الغميضة مثلا (Peeka boo) منذ عمر تسعة اشهر كانوا اكثر اندماجاً في اللعب مع الاطفال الاخرين.

وبعد السنة الثانية يبدي الطفل تفاعلاً اكثر مع اللعب التخيلي (pretend symbolic play) وتتطور هذه الخاصية مع الوقت و يبدأ المحاكاة (التفاعل و التخيل) مع العابه و محاكاة بعض الادوار الحياتية مثل اعداد الشاي والاكل التخيلي أو تقليد بعض المهن كدور الطبيب مثلا واحياناً التحدث بلعبة التلفون وربما مخاطبة العابه او الحيوانات الأليفة قبل ان يدرك الفرق بين الحقيقة والخيال فيما بعد، كما ان مشاركة الطفل للعب مع الاخرين يساعده على الاعتماد على النفس وكذلك تعليم الطفل مبكراً اللعب بالدور يجعله يتقبل ذلك فيما بعد عند اللعب مع اقرانه.

تقدير الذات (Self esteem) و الشعور بالثقة:

ان شعور الطفل بأن له دور ايجابي مهم جداً لبناء شخصية الطفل وينبغي تحميل الطفل بعض المسؤوليات مبكراً بما يتناسب مع عمره وترسيخ الاعتماد على النفس والمسؤولية تجاه الآخرين بالبدل والعطاء والعون كالصدقة والتطوع ولا بد من التعبير عن مشاعر الحب للطفل ليس فقط عند القيام بعمل جيد وإنما حتى عندما يخطئ فذلك أجدى لتقويم الخطأ وجعل الطفل أكثر تقبلاً للنصح.

التحفيز: (Motivation)

ينبغي عدم اغفال التحفيز للطفل ومن اهم وسائل التحفيز:

1. النموذج الجيد: (Good model) من المؤكد ان الصغار يقلدون الكبار خاصة في العمر المبكر فالقدوة الجيدة لها اكبر الأثر على الطفل.
2. التركيز على السلوكيات الايجابية لدى الطفل وتشجيعها ومما لا شك فيه ان الإطراء (المديح) والمكافأة ولكن دون افراط مقابل العمل الجيد حافز للمداومة عليه.
3. تجنب الانتقاد الجارح للتصرفات السيئة التي قد تبدر من الطفل احياناً فلا تقول له انت سيء وإنما نقول له التصرف الذي بدر منك سيء.

خاتمة :

يشمل نمو الأطفال جوانب أخرى أكثر من الحركة والتفكير والتعليم المدرسي حيث تسهم تصرفات الأهل في تنمية التوازن العاطفي عند الطفل وتعزيز قدرته على التفاعل مع الآخرين بشكل مناسب. ويبرز دور الأهل في رعاية هذا النمو إذ أن للعائلة الأثر الأكبر في حياة الطفل منذ ولادته. ويمكن للأطفال أن يتعلموا كيفية التعامل مع عواطفهم والتعبير عن مشاعرهم وفهم مشاعر الآخرين من خلال قضاء وقت قيم مع العائلة. حيث يتواصل الأهل والأطفال مع بعضهم البعض في بيئة آمنة وإيجابية،

و لعظم دور الأهل في تنمية قدرات الأطفال الاجتماعية و العاطفية ، فإن عليهم تدريبهم منذ الصغر لفهم وممارسة المهارات التي يحتاجونها للحفاظ على صحتهم العاطفية . كما أظهرت الأبحاث أن قضاء الوقت الكافي مع العائلة يوفر للأطفال الإحساس بالدعم والأمان و الحب ، مما يعزز من قدراتهم العاطفية و بالتالي استقرارهم العاطفي .

و لا يمكن ضمان الاستقرار العاطفي للأطفال و كذا البالغين ، إلا عندما يطورون المهارات اللازمة للتعامل مع عواطفهم بطريقة مناسبة مع نموهم ، مما يؤدي فيما بعد إلى التطور العاطفي المناسب و الذي يساعد على مواجهة التحديات في الحياة مثل النجاح في المدرسة و العلاقات الإنسانية بشكل عام. وعليه يمكن القول أن الرعاية العاطفية والاجتماعية المناسبة تؤهل الأطفال في مراحل لاحقة ليصبحوا شباباً ناجحين في العمل وقادرين على بناء علاقات دائمة مع الآخرين ويساهمون في تنمية المجتمع. ولذلك يجب على مقدمي الرعاية والأهل والعائلات بذل المزيد من الجهود لتعزيز النمو العاطفي والاجتماعي للأطفال لما له من أثر كبير على مستقبلهم ومكانتهم في المجتمع.

المراجع :

- ابتسام مرعي سروان،(2016).نظرية التعلق العاطفي من منظور ثقافي،مجلة النبراس،جامعة سحنين:ع19.
- أبو غزال معاوية،(2006)،نظريات التطور الإنساني وتطبيقاتها التربوية،ط1،دار المسيرة للنشر والتوزيع،عمان، ص58
- أسعد، م.، ومخول، م،(1982)،مشكلات الطفولة والمراهقة، ط1،دارآفاق الجديدة، دمشق.
- الشهوان، ن.(2002)،أنماط التعلق المصاحبة للإساءة إلى الأطفال ومظاهر سوء التكيف لديهم،الجامعة الأردنية، الأردن.
- الشيماء أحمد فاروق،(2020)، دراسة تجريبية تبحث في علاقة قلة النوم بالاستقرار العاطفي لدى الأطفال،
<https://www.shorouknews.com/news/view.aspx?cdate=>
- بولبي، ج،(1991)، سيكولوجية الانفصال دراسة نقدية لأثر الفراق على الأطفال،ترجمة عبد الهادي عبد الرحمن،ط1، دار الطليعة للطباعة والنشر، بيروت.
- بولبي، ج،(1991)، سيكولوجية الانفصال دراسة نقدية لأثر الفراق على الأطفال،ترجمة عبد الهادي عبد الرحمن،ط1، دار الطليعة للطباعة والنشر، بيروت.
- بولبي، جون،(1980)،رعاية الطفل ونمو المحبة، ترجمة عبد العزيز أبو النور وحامد عمار، سجل العرب، القاهرة.
- حمود، ا،(2008)، النشأة في الطفولة بين الصحة النفسية والصدمة المزمنة آثارها في الكبر على العلاقات العاطفية والوالدية، القدس، فالسطين .
- زهران، ح،(1978)،الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط2، عالم الكتب، القاهرة .
- زهرة غماني،(2023)،ماهو الاستقرار العاطفي؟ وكيف تصل إليه؟<https://nafseyati.com>
- شين لوبيز وك.ر.سنيدر ، (2013)، القياس في علم النفس الإيجابي. نماذج ومقاييس ، ترجمة صفاء يوسف الأعسر وآخرون ،المركز القومي للترجمة،ط1 القاهرة .
- فايز قنطار،(1992)، الأمومة -نمو العلاقة بين الطفل و الأم - المجلس الوطني للثقافة و الفنون والادب ،سلسلة عالم المعرفة، عدد 116، الكويت، ص 34
- فيرست كراي العربية ،(2020)،التطور والنمو الاجتماعي والعاطفي لدى الأطفال،
<https://arabiaparenting.firstcry.com/articles/100578>
- قاسم، ن.(د.ت):الاتجاهات الحديثة في دراسات وبحوث ظاهرة التعلق كأحد مظاهر نمو الشخصية ،كلية المعلمين بالمدينة المنورة، (بحث منشور).
- ليلي كرم الدين،(2001)،دور الأسرة في بناء شخصية الطفل وتنميته،مؤتمر دور تربية الطفل في الإصلاح الحضاري، مركز دراسات الطفولة، جامعة عين شمس، القاهرة، ص27-29
- محمد، صالح الدين عراقي،(2008)، التعلق الوالدي المدرك وعالقه بجودة الصداقة والاكنتاب لدى طالب الجامعة. مجلة كلية التربية ،18(73) العراق ،ص157-193.
- مرهج،ر،(2002)، أولادنا من الولادة حتى المراهقة، أكاديميا،لبنان .
- ملحم، س،(2007)،الأسس النفسية للنمو في الطفولة المبكرة،ط1، دارالفكر، عمان.

-نادر فتحي قاسم(د ت)، الاتجاهات الحديثة في دراسات وبحوث التعلق كإحدى مظاهر نمو الشخصية، كلية المعلمين بالمدينة المنورة.(بحث منشور)

-هاشم المساوي، (2021)، الاستقرار العاطفي والنفسي للطفل، <https://almusawa.net/p60/>

-د.ن)،(2021)، الاستقرار العاطفي وتأثيره على الصحة النفسية،-<https://labayh.net/ar/emotional-stability>

-Adams p, Vinokuroff B L , Haigh JR, Hankin, Abela EA T,(2005), **Interpersonal Vulnerability to Depression in High Risk Children : The Role of Insecure Attachment, Child Adolescent Psychology.**

-Cohn,D, (1990), **Child-Mother Attachment of six years old and Social competence. at Preschool ,Child Development , 61 (6),152- 16**

-Lecompte , V; Moss, E; Cyr, C; Pascuzzo, K, (2013), **Preschool attachment, self-esteem and the development of preadolescent anxiety and depressive symptoms. Attachment & Human Development. 16 (3), p 242- 260 , http://dx.doi.org/10.1080/14616734.2013.87381 34(1)182-192.**

معوقات التواصل الأسري وأثرها على الصحة العاطفية للطفل

Obstacles to family communication and their impact on the emotional health of the child

د. زيدان نعيمة

جامعة وهران 2، الجزائر

naimazidan5@gmail.com

الملخص

تعتبر الأسرة المؤسسة المرجعية الأولى للفرد، الملزمة اجتماعيا بوظيفة الاستجابة لاحتياجات الأساسية للطفل، بما في ذلك احتياجاته العاطفية، التي لا تكتمل أركانها إلا بتفعيل عملية التواصل، التي تقوي العلاقة الوجدانية بين الطفل وأبويه أو باقي أفراد أسرته، حيث ينمو في ظل العاطفة والمشاعر الايجابية والتفاهم، مما يساهم في تكوين شخصية فاعلة وسليمة. ولكن إذا غابت عملية التواصل ولغة الحوار بين أفراد الأسرة ومع الطفل، تحضر لغة العنف والتسلط، ويتعرض الطفل حينها إلى سوء المعاملة الوالدية خاصة، مما يدمر مشاعره ويهدد صحته العاطفية وعلاقاته الاجتماعية. الكلمات المفتاحية: معوقات، التواصل، الأسرة، الطفل، الصحة العاطفية.

Abstract

The family is considered the first reference institution for the individual, which is socially bound by the function of responding to the basic needs of the child, including his emotional needs, whose pillars are not complete without activating the communication process, which strengthens the emotional relationship between the child and his parents or the rest of his family members, where he grows in the light of emotion, positive feelings and understanding, which contributes to the formation of an active and healthy personality. However, if the process of communication and the language of dialogue between family members and with the child is absent, the language of violence and domination will be present, and the child will be exposed to parental abuse in particular, which destroys his feelings and threatens his emotional health and social relationships.

key words : Obstacles, communication, family, child, emotional health.

المقدمة:

تعتبر الأسرة أول محطة تواصل بالنسبة للطفل، ويمثل فيها الوالدان الفاعل الرئيسي في تفعيل التواصل، الذي من شأنه أن يؤسس لعلاقة وجدانية متينة بينهم، عمادها التفاهم والتعاطف، حيث يشدد المختصون في أمور التربية والتنشئة الاجتماعية على أهمية التواصل الوالدي مع الطفل، الذي كلما كبر، يحتاج أكثر للتعبير عن أحاسيسه وشعوره متوقعا مُستقبلاً متفهماً وعطوفاً. وذلك لا يتم إلا بمساعدة الوالدين اللذان يعملان على بقاء التواصل مفتوحا وسلسا عن طريق تبادل وجهات النظر بطريقة محببة ومحترمة وعاطفية، واحترام مشاعره والاستجابة لاحتياجاته ومشاركتها. فالطفل "يحتاج إلى الحب والحنان من والديه، فعندما تقوم الأم بالصاق ابنها بصدرها وتقبيله، حينئذ يشعر الطفل بالدفء والحب من أمه وبالتالي

يغذي نفسه بجهما، وكذلك الأمر بالنسبة لأبيه. ويتطور هذا الحب والحنان والعطف الأبوي حتى يشعر الطفل انه مقبول اجتماعيا في أسرته⁴، فالعلاقة الوجدانية والعاطفية التي تربط الطفل بالديه، المبنية على التواصل الايجابي تحقق لديه النمو الاجتماعي والانفعالي والعقلي، والتوازن العاطفي، ونمو شخصيته نمو سليما⁵.

وبما أن الإنسان مجبول على التعلق عاطفيا بالآخرين، فانه ينعطف إليهم، ويتعلق بهم بالحب، ومن أهم هذه العلاقات علاقة الدم، خاصة علاقة الأمومة والأبوة والأخوة، وطبيعة التواصل بينهم هي التي تحدد نوعية هذه العلاقة، التي بدورها تتحكم في الجانب العاطفي لديهم، حيث يمكن أن تنقلب علاقة الحب التي من المفروض أن تستمر بينهم مدى الحياة إلى علاقة كراهية إما بصفة مؤقتة أو مستمرة⁶. إذ تلعب علاقة السلطة -حسب هشام شرايبي التي" تقوم بين الطفل و الوالدين والتي يمكن أن تأخذ شكلين أساسين : سلطة قهرية و سلطة عقلية ، حيث تقوم السلطة القهرية على مبدأ الطاعة، بينما تقوم السلطة العقلية على مبدأ التفاهم"⁷ و التواصل الايجابي- دورا فعالا في موازنة أو تأجيج الجانب العاطفي للطفل. فالكثير من علماء النفس يدرسون اضطراب الطفل واعتلال صحته العاطفية واختلاله النفسي من خلال علاقته التواصلية مع الأم⁸، وكذلك مع الأب. فقد أشارت دراسات عديدة إلى العلاقة بين التواصل الوالدي والأمن الأسري حيث يقلل من السلوك المحفوف بالمخاطر مثل انحراف الأبناء ويعزز جانب ثقتهم بأنفسهم وبالآخرين، ولكي نصل لبناء علاقة جيدة مع الأبناء -حسب ايناس عبد الفتاح مختصة في علم النفس اللغوي- على المدى البعيد، وكي يكون هذا التواصل مثمرا وإيجابيا، علينا امتلاك رغبة قوية في تربية سليمة عمادها الحب وسعة الصدر، لخلق كائن متوازن وإيجابي فعال، وذلك من خلال إتباع بعض الطرق والأساليب في ذلك مثل: "التعاطف مع الطفل، التشجيع والثناء، المرونة والتفاوض مع الطفل عندما يريد شيئا، والحزم عند الضرورة"⁹. ولكن هناك معوقات تقف حائلا أمام التواصل الايجابي بين الأولياء والطفل، مما يهدد صحة هذا الأخير العاطفية. ومن خلال ما سبق نطرح إشكالنا التالي: ما هي معوقات التواصل الأسري وكيف تهدد الصحة العاطفية للطفل؟

أهمية البحث: تكمن أهمية هذا البحث فيما يلي:

-المساعدة على شرح وفهم معوقات التواصل الأسري وأثرها على الصحة العاطفية للطفل.

⁴ - مصباح عامر، (2003)، التنشئة الاجتماعية والسلوك الانحرافي لتلميذ المدرسة الثانوية، الطبعة الأولى، شركة دار الأمة للطباعة والنشر والتوزيع، الجزائر، ص 38.

⁵ - نفس المرجع، ص 50.

⁶ - يوسف ميخائيل أسعد، (1996)، سيكولوجيا العاطفة، الطبعة الأولى، المؤسسة العربية الحديثة للطبع والنشر والتوزيع، مصر، ص 10.

⁷ - على أسعد وطفه، (2001)، بنية السلطة وإشكالية التسلسل التربوي في الوطن، الطبعة الثانية، مركز دراسات الوحدة العربية، بيروت، لبنان، ص 31.

⁸ - فهد بن علي الطيار، (2013/12/31)، العلاقة التفاعلية في التنشئة الاجتماعية بين الآباء والأبناء وعلاقتها بالأمن الأسري. المجلة العربية للدراسات الأمنية والتدريب، المجلد 29، العدد 58، ص 347-406، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، السعودية، ص 352.

⁹ - سناء الجمل، خمس طرق للتواصل مع الأطفال، مجلة سيدتي - الشركة السعودية للأبحاث والنشر، Sayidaty.net، تاريخ النشر 17-نوفمبر-2012.

- تبيان أهمية التواصل الوالدي على الصحة العاطفية لابنهما،
تبيان ما تسببه معوقات التواصل من تدمير للصحة العاطفية للطفل.
أهداف البحث: يشتمل كل بحث علمي على وصف الأهداف التي يسعى إليها ، حيث تتمثل أهدافنا لهذه
الدراسة في التالي:

- توضيح الأهمية التي يلعبها التواصل الأسري وعلاقته بالصحة العاطفية للطفل.
 - وصف وتفسير أثر معوقات التواصل الأسري على الصحة العاطفية للطفل.
- أولاً-الإطار النظري والمفاهيمي:

1- منهج ونظرية الدراسة: هذه الدراسة مبنية على المقاربة الكيفية، فقد اعتمدنا في هذا البحث على منهج دراسة حالة، بالإضافة إلى تقنية الملاحظة، لفهم الموضوع وتحليله، حيث ارتكزنا على نظرية الاتصال لمدرسة بالو ألتو(Palo Alto) التي تعتبر "التواصل سيرورة دائرية بحيث تحدث كل رسالة تغذية راجعة feed Back لدى المخاطب"... كما "يتحدد التواصل من خلال السياق الذي يؤطره، ويعني هذا السياق بالعلاقات التي تربط بين الأشخاص الذين يتواصلون (...العلاقة بين الآباء وأبنائهم)، في الإطار الذي يتم التفاعل فيه، وكذا المقام الذي يجعل المتعارضين في علاقة، وذلك يغدو السياق إطاراً رمزياً عاملاً للمعايير والقواعد والنماذج وطقوس التفاعل"¹⁰. كما ترى أن الاضطرابات العلائقية (التي هي اضطرابات تواصلية) بإمكانها شرح التجليات الباتولوجية للفرد، وحتى منها الأمراض العقلية، التي غالباً ما تكون العائلة هي المسؤولة عنها . ويكون التصدي لهذه الاضطرابات من خلال تبديل السياق العلائقي الذي ولدها¹¹.

2-تحديد أهم مفاهيم الدراسة:

1-1-2-تعريف التواصل الأسري:

1-1-2-1-تعريف التواصل:

1-1-2-1-1-2-التعريف اللغوي: تواصل يتواصل، تواصلاً، فهو متواصل: تواصل. تواصل الشخصان وغيرهما اجتماع واتفقا، ضد تصارما وتقاطعا¹².

2-1-1-2_التعريف الاصطلاحي: يعني "مفهوم التواصل عملية الإبلاغ أو نقل الأفكار أو المعلومات أو التجارب أو المشاعر، بين طرفين أو أكثر، بحيث لا يتم التواصل إلا ضمن بنية اتصالية محددة يأخذ فيها كل طرف وضعية اتصالية معينة، إما وضعية الإرسال، أو وضعية الاستقبال، أو هما معا بحيث يكون التواصل بشكل تفاعلي، إما على جهة الموافقة أو على وجه الاختلاف والتعارض"¹³. كما عرفه عصام سليمان موسى باستمرار العلاقة المتينة بين طرفي العلاقة المشاركين فيها¹⁴. ويعرف التواصل أيضا بأنه "علاقة بين فردين على

¹⁰ -عبد العزيز السراج،(2008)، مدرسة بالو ألتو: مدرسة التواصل إدموند مارك Edmond Marc، مجلة علوم التربية، العدد 37،المغرب ص04.

http://search.shamaa.org/PDF/Articles/MOSE/SeNo37Y2008/se_2008-n37_092-096.pdf

¹¹ - نفس المرجع، ص05.

¹² -المعاني، التواصل، <https://www.almaany.com/ar/dict/ar-ar>.(د.ت)

¹³ - عبد الرحيم السوني،(2016)، في مفهوم التواصل، الرائد منصة علمية الكترونية، المملكة المغربية، ص02.

https://www.arrabitaacademy.ma/wp-content/uploads/2016/12/A.Ssounni_P02_Un01_1.pdf

¹⁴ - عصام سليمان موسى،(1997)،مدخل في الاتصال الجماهيري، الطبعة الأولى، مكتبة الكتاني للنشر والتوزيع، الأردن، ص22.

الأقل كل منهما يمثل ذات نشيط" وهذا يعني أن كل طرف في العملية يفترض نشاط الطرف الآخر ويتعين على كل من الطرفين أن يحلل الأهداف والمبررات الخاصة به والخاصة بالطرف الآخر، لا يقتصر الأمر على تبادل المعاني والدلالات فقط، بل يسعى كل طرف إلى صياغة معنى عام في سياق ذلك، وهذا يتطلب فهم المعلومات لا قبولها فحسب ولذلك تكون كل عملية تواصل عبارة عن وحدة من النشاط والتعاشر والمعرفة¹⁵.

كما أنها ترمي إلى تحقيق المنفعة المتبادلة بين الطرفين عن طريق بناء علاقة تفاعلية .

وترى ريتشمان نعومي أن التواصل هو عملية اتصال تسير في اتجاهين وهي تشمل:

- محاولة فهم الأفكار والمشاعر التي يعبر عنها الآخرون.

- الاستجابة أو الرد بطريقة نافعة ومساعدة. وهذا يعني أن قيام تواصل جيد يحتاج إلى:

- مهارات الإصغاء إلى الآخرين ومراقبتهم وفهم الرسالة التي يعبر عنها.

- مهارات في إيصال الأفكار والمشاعر بطريقة مساعدة¹⁶.

"وتركز الصورة المجردة للتواصل على ثلاثة عوامل أساسية:

أ- الموضوع: وهو الإعلام والإخبار.

ب- الآلية: تتمثل في التفاعلات اللفظية وغير اللفظية.

ج- الغائية: الهدف من التواصل ومقصديته البارزة (البعد المعرفي أو الوجداني أو الحركي).¹⁷

2-1-2- تعريف الأسرة: هي المؤسسة الاجتماعية الأولية للفرد، وتنقسم إلى نمطين، نمط الأسرة الممتدة والتي تضم (الجد، الجدة، الأب، الأم، الأبناء، الأعمام، العمات)، ونمط الأسرة النووية، هذه الأخيرة التي تتكون غالبا من (الأب، الأم، الأبناء)، تربط بينهم رابطة بيولوجية، وينجم التناغم الداخلي في هذا النمط العائلي عن الروابط العاطفية القائمة بين مختلف أعضائه. لكن هذا التناغم يبدو، بحد ذاته، سلاحا ذا حدين: فإذا كانت هذه الروابط قوية، متينة ومتماسكة تؤمن التناغم وإلا انفجرت النواة الأسرية وتشتت¹⁸.

2-1-3- تعريف التواصل الأسري: هو عبارة عن تفاعل ناتج عن الاتصال بين أفراد الأسرة والمتمثل في المرسل الذي يبعث رسالة متمثلة في سلوكيات لفظية وغير لفظية، إلى المستقبل الذي يحلل هذه الرسالة ويتفاعل معها بشكل إيجابي أو سلبي، ليتحول هذا المستقبل إلى المرسل، حيث يأخذ التواصل الأسري بنية دائرية، ويحدد شكل العلاقة بين أفراد الأسرة، ومنها علاقة الآباء بالأبناء، وما ينجر عنها من مشاعر وعواطف.

2-2- معوقات التواصل الأسري:

2-1-2- تعريف المعوقات:

¹⁵ - محمود حسن اسماعيل (2003)، مبادئ علم الاتصال، ونظريات التأثير، الطبعة الأولى، دار العالمية للنشر والتوزيع، الجيزة، مصر ص30.

¹⁶ - نعومي ريتشمان (1999)، التواصل مع الأطفال، لبنان، الطبعة الأولى، بيسان للنشر والتوزيع، بيروت، ص09.

¹⁷ - جميل حمداوي (2015) التواصل اللساني والسيميائي والتربوي، المغرب، الالوكة، ص08.

<https://down.ketabpedia.com/files/bkb/bkb-ar03947-ketabpedia.com.pdf>

¹⁸ - كريستين نصّار (1993)، مواقف الأسرة العربية من اضطراب الطفل، الجزء 5، الطبعة الأولى، جروس برس، طرابلس لبنان

2-2-1-1: التعريف اللغوي: عَاقَ -يَعُوقُ، عَوْقًا. عَاقَهُ عن الأمر: منعه عنه وشغله وأخره (عاقه المرض عن العمل).¹⁹

2-2-1-2: التعريف الإجرائي لمعوقات التواصل الأسري:

تتمثل معوقات التواصل في الحواجز أو العقبات و العراقيل التي تعرقل أو تمنع عملية التواصل الأسري. وهذه العقبات أو المعوقات تكون ثقافية، اجتماعية، اقتصادية، نفسية وغيرها من المعوقات التي تقف كجدار عازل للتواصل بين أفراد الأسرة وأهمها بين الأبوين والأبناء، هذه الأخيرة التي ركزنا عليها في بحثنا.

2-3-2: تعريف الصحة العاطفية:

2-3-2-1: التعريف اللغوي للعاطفة: عطف: عَطَفْتُ الشيءَ: أَمَلْتُهُ. وانعطف الشيء انعاج. وَعَطَفْتُ عليه: انصرفت. وَعَطَفْتُ رَأْسَ الخَشَبَةِ، أي: لَوَيْتُ، وقوله تعالى {ثَانِي عَطْفِهِ} [سورة الحج:9]، أي: لاوي عُنُقِهِ، وهُنَّ عواطفُ: أي: ثواني الأعناقِ. وَتَى فلانٌ على عَطْفِهِ إذا أَعْرَضَ عنكَ وجفاكَ. وَتَعَطَّفَ على ذي رَحِمٍ، في الصَّلَةِ والبرِّ. وَعَطَفَ اللهُ فلاناً على فلانٍ عطفاً. وَالْعَطَافُ: الرَّجُلُ العَطِيفُ على غيره بفضله، الحسنُ الخُلُقِ، البارُّ اللَّيِّنُ الجانِبُ.²⁰

2-3-2-2: التعريف الاصطلاحي: العاطفة هي "تبلور الوجدان حول بعض الموضوعات الخارجية، وإن ذلك التبلور إما أن يكون تبلورا ايجابيا فيتأتى عنه الحب، وإما أن يكون تبلورا سلبيا فتتأتى عنه الكراهية، ومن الموضوعات التي يتبلور الوجدان حولها هم الأشخاص، حيث يبلور الشخص وجدانه منذ طفولته حول الأشخاص المحيطين به، والمتعاملين معه، فهو يحب بعضهم ويكره بعضهم الآخر. وطالما أن المرء يتعامل مع الناس، فانه يستمر في بلورة وجدانه حولهم بالإيجاب، أي أنه يحبهم، أو بالسلب، أي يكرههم"²¹. فمن الناحية الوظيفية فان عواطف الإنسان تعمل بمثابة جهاز رصد لكل ما يحدث أو قد يحدث في المحيط البيئي الاجتماعي للشخص وقد يؤدي إلى نتائج سلبية أو ايجابية على السلامة الجسدية ورفاه وأمان ذلك الإنسان.²²

2-3-2-3: تعريف الاصطلاحي للصحة العاطفية: هي أحد جوانب الصحة العقلية للفرد، حيث تمثل قدرته على التعامل مع المشاعر الإيجابية والسلبية، بما في ذلك وعيه بها. فالأشخاص الأصحاء عاطفياً يمتلكون آليات جيدة للتعامل مع المشاعر السلبية.²³

4-2-الطفل: هو كائن بشري في مرحلة النمو، يحتاج إلى مساعدة والديه أو البالغين في الرعاية، التغذية، الأمان، والتطبيع الاجتماعي. وهي ما تسمى بمرحلة الطفولة، والتي تعني "تلك الفترة المبكرة من الحياة الإنسانية التي يعتمد فيها الفرد على والديه اعتماداً كلياً فيما يحفظ حياته؛ فمهما يتعلم ويتمرن للفترة التي تليها وهي ليست مهمة في حد ذاتها بل هي قنطرة يعبر عليها الطفل حتى النضج الفسيولوجي والعقلي والنفسي

¹⁹ - المعاني، معوقات، <https://www.almaany.com/ar/dict/ar-> (د.ت)

²⁰ - الخليل بن أحمد الفراهيدي، كتاب العين، الجزء 2، <https://shamela.ws/book/1682/372>، (د.ت)، ص 17.

²¹ - يوسف ميخائيل أسعد، (1996)، نفس المرجع، ص 7.

²² - مصعب قاسم عزواي أسرار العواطف والمشاعر البشرية، درا الاكاديمية للطباعة والنشر والتوزيع،

<https://fliptml5.com/fuxfj/qgwo/b>. تاريخ النشر 2020/08/04، ص 06.

²³ - WebMD Editorial Contributors, What to Know About Emotional Health, WebMD

والاجتماعي والخلقي والروحي والتي تتشكل خلالها حياة الإنسان ككائن اجتماعي.²⁴ ويعرف الطفل حسب ما ورد في المادة 1 من اتفاقية حقوق الإنسان أنه كل إنسان لم يتجاوز سن الثامن عشرة، ما لم يبلغ سن الرشد قبل ذلك بموجب القانون المطبق عليه.²⁵ ويختلف سن الرشد باختلاف القوانين المحلية والأعراف لكل بلد، ففي "التشريع الجزائري سن الرشد المدني محدد حسب المادة 40 من القانون المدني بسن 19 سنة".²⁶ أما سن الرشد في القانون التجاري فيحدد بـ 18 سنة كاملة لممارسة التجارة وذلك وفق المواد 5 و 6 من القانون التجاري الجزائري وهو السن الذي حدده قانون الإجراءات الجزائية، أما قانون العمل فاعتبر السن القانوني للعمال في تمام الشخص لسن 16 سنة وهو ما أورده المادة 15 من قانون علاقات العمل المعدل والمتمم²⁷.

ثانيا-أنواع التواصل مع الطفل وأهميته:

1-أنواع التواصل:

1-1-النوع اللفظي: وهو التواصل عن طريق نطق أو كتابة ألفاظ ذات دلالة أي باستعمال اللغة الكلامية للعاديين، ولكن لا يأخذ معناه التفاعلي في عملية الإرسال أو الرد على الرسالة إلا من خلال التواصل الغير لفظي.

1-2-النوع الغير اللفظي: وتستعمل لفظة التواصل غير اللفظي للدلالة على " الحركات وهيئات وتوجهات الجسم وعلى خصوصيات جسدية طبيعية واصطناعية، وأيضا كيفية تنظيم الأشياء التي بفضلها تبلغ المعلومات".²⁸ فقد قسم ألبرت الرسالة التي يتم تبادلها بين الأشخاص وجها لوجه إلى 07% ألفاظ و38% نبرة الصوت و55% لغة الجسد، أي 93% من الرسالة يتم تبادله دون لفظ بين البشر (وقصد مهربان هنا المشاعر والعواطف وليس المعلومات)²⁹.

2-أهمية التواصل مع الطفل: تلعب عملية التواصل بين الآباء والأبناء دورا مهما يتمثل في ما يلي:

-شعور الطفل بالأطمئنان والأمان والحنان والاهتمام، والتقبل الأسري والاجتماعي.

-يقوي الرابطة بينه وبين والديه، أو أفراد أسرته المقربين.

-تقبل الطفل للتعليمات والأوامر بكل ليونة.

-تعلم الطفل المسؤولية والمواجهة.

-يساعد الطفل على تكوين واكتساب الخبرات.

-يمنح الطفل الراحة النفسية عند التعبير عن مشاعره ومشاكله.

²⁴ - [موسى نجيب موسى معوض](https://www.alukah.net/social)، الطفولة...تعريفات وخصائص، <https://www.alukah.net/social> تاريخ النشر: 2020/09/20

²⁵ -اليونيسف: نص اتفاقية حقوق الطفل، <https://www.unicef.org/ar/>. (د.ت)

²⁶ - وزارة التضامن الوطني والأسرة وقضايا المرأة، (2015)، دليل حقوق الإنسان، اليونيسيف، الجزائر، ص 13.

<https://www.unicef.org/algeria/media/836/file/Guide%20des%20Droits%20de%20l'Enfant%20AR.pdf>

²⁷ - شعبان الهام ، (2019/12)، الحماية الجنائية لنسب الطفل في القانون الجزائري، مجلة العلوم الإنسانية، المجلد 30،

العدد 2، جامعة الإخوة منتوري، قسنطينة 1، ص 387

²⁸ - جميل حمداوي، نفس المرجع، ص 26.

²⁹ - زهرة وهيب خدرج، (2015)، لغة الصمت ، الطبعة الأولى، دار الراية للنشر والتوزيع، الأردن، ص 118.

-يقي الطفل من المخاطر والانحراف.

-إدراك الطفل أنه مقبول أسريا واجتماعيا.

-وقاية الطفل من الأمراض النفسية ويعزز صحته العاطفية.

-يعتبر دعما معنويا لطفل الذي فقد كلا أبويه، أو أحدهما.

ثالثا-معوقات التواصل والصحة العاطفية للطفل: كثيرا ما تقف عدة عوامل كحاجز قوي، يعرقل عملية التواصل الايجابي والصحيح، بين كل أفراد الأسرة، وأهمها بين الأولياء وأبنائهم، مما يهدد الصحة العاطفية للطفل، ومن أهم هذه المعوقات ما يلي:

1-عدم الوعي التربوي للوالدين: يعرف الوعي بأنه "حالة فهم وإدراك شيء ما"³⁰، ومنه فإن الوعي التربوي هو فهم وإدراك طبيعة نمو الطفل، ومعرفة ما يحتاجه من أجل نموه السليم، وما هي الطرق والأساليب التربوية الصحيحة والتي نستمدّها من التعلم والتثقيف التربوي والخبرة المكتسبة، لتنشئته تنشئة سليمة وإكسابه شخصية متوازنة ومتكاملة من كافة الجوانب الانفعالية و النفسية و الجسمية و العقلية و الاجتماعية . كما أن الوعي التربوي للوالدين بأهمية عملية التواصل، كأداة فعالة في التنشئة السليمة عن طريق تعليم الطفل سبل الحوار، وتفهم مشاعره وأفكاره ومشاركته اهتماماته، وإفساح المجال له للتعبير، وهذا بتمكينه من مساحة حرية للاختيار وتعزيز سلوكه، من شأنه أن يبنى لديه شخصية متوازنة، تستطيع التواصل مع ذاتها ومع محيطها الخارجي، وتعزز لديها الثقة بالنفس.

غير أن هناك العديد من الآباء وأفراد الأسرة المقربين من الطفل ومنهم حتى أصحاب المستوى التعليمي العالي، يكاد ينعدم عندهم الوعي بالتربية القائمة على آلية التواصل الايجابي، وتفعيل مبدأ الحوار والاحترام المتبادل، حيث يتصرفون بعشوائية ومزاجية اتجاه الطفل، وتتضارب لديهم أساليب التربية حسب المواقف. حالة جميلة التي صرحت: "على الرغم من أن والديّ مستواهم التعليمي جامعي، ويوفران لي كل ما أحتاج، إلا أننا لا نتحاور كثيرا، فقد كانت جارتنا تتكفل بي عند غيابهما في العمل، ولما يعودا مساءا للمنزل لا يسألاني عن يومي أو أحوالي بحجة التعب". وهنا نرى انه يتم الخلط بين مفهوم رعاية الطفل المتمثلة في تغذيته وملبسه وحمائته، ومفهوم التربية التي عرفها محمد لبيب أنها عملية تشكيل وإعداد أفراد إنسانيين في مجتمع معين، في زمان ومكان معينين حتى يستطيعوا أن يكتسبوا المهارات والقيم والاتجاهات وأنماط السلوك المختلفة التي تيسر لهم عملية التعامل مع البيئة الاجتماعية التي ينشؤون أفرادا فيها، ومع البيئة المادية أيضا³¹.و التي لا تتم إلا عن طريق التفاعل القائم على التواصل الأسري البناء.

1-1-عدم الوعي التربوي والأساليب التربوية الخاطئة: إن عدم الوعي التربوي بالطريقة والأساليب التي نتعامل ونتواصل بها، من أجل تربية سليمة يقودنا إلى إتباع أساليب خاطئة من شأنها أن تقوض عملية التواصل الايجابي مع الطفل.

1-1-1-نمط التسلط: يفتقرا الأسلوب التسلطي في التربية لآلية التواصل والحوار مع الطفل، فهو يقوم على أساس الشدة في التعامل والتهيب والعنف وعدم التحاور، ويكثر فيه النقد السلبي ولوم الطفل المستمر، والصراخ عليه وشتمه بالكلمات البذيئة،سواء كان بمفرده أو أمام الآخرين، و يمنع الطفل من

³⁰ - وكبيديا، وعي، <https://ar.wikipedia.org/>، (د.ت)

³¹ - محمد لبيب النجيجي، (1965) الأسس الاجتماعية للتربية، الطبعة الأولى، دار النهضة العربية للطباعة والنشر-بيروت -لبنان،

التعبير عن آرائه أو مشاعره أو انتقاد أبويه، مما يدفع الطفل إلى تجنب النقاش مع والديه تفادياً لعقابهما وتسلطهما، وهذا الأمر يخلق حواجز نفسية بين الأولياء والطفل ويخلخل توازنه العاطفي. وغالبا ما توجد هناك علاقة بين النمط التسلطي في التربية والتربية التقليدية التي تعتبر من سمات الأسرة في المجتمع التقليدي. وبما أن دراستنا كانت في المجتمع الجزائري الذي ننتمي إليه، حيث أن هذا الأخير على الرغم من التغيير الاجتماعي الذي عرفه، بفعل التطورات التي شهدتها في جميع المجالات، وبفعل الانفتاح على العالم والعولمة، والتي أثرت في الأسرة الجزائرية وتفاعلاتها وأساليبها التربوية، إذ انقسمت إلى قسمين، أسرة ممتدة وأسرة نووية، تكاد الثانية تطغى على تواجد الأولى، إلا أن بعض الأسر لازالت متمسكة بالرواسب التقليدية خاصة التي لم تحظى بمستوى تعليمي جيد وثقافة تربوية والأسر التي تقطن بالمناطق الريفية، التي تقوم على إعادة إنتاج النموذج التقليدي في التربية والقائم على البنية الأسرية التي تتحدد فيها المكانة وفق الأدوار الموكلة لكل فرد من أفرادها ووظائفهم وأوضاعهم في علاقتهم بالآخر، وتبعا للتقسيم الجنسي للفضاء بين المجال العام والمجال الخاص؛ فمن أساسياتها أن الأب يحتل المركز المهيمن وله دور الإعالة الأسرية، التي حددت له مجاله وهو الفضاء العام، والأم لها الدور الوجداني، وهي المسؤولة الأولى عن رعاية الأبناء وتربيتهم من كل الجوانب، الجسدية، النفسية، الفكرية، الثقافية والاجتماعية، خاصة في السنوات الأولى من عمر الطفل، حيث يبقى الأب على الهامش ولا يبدي اهتماماً جدياً بالطفل الذكر إلا بعد الكبر، أما بالنسبة للإناث فقد تميزت العلاقة بينهما بالتعقيد. وهذا يجعل الأب على رأس الهرم التسلسلي، إذ يحتل الأب مركز السلطة والمسؤولية وهو مصدر النهي والأمر، فلا يناقش الطفل أباه أو يتحاور في القرارات بل يتقبلها كما هي. فقد تميزت الأسرة التقليدية بسمّة عدم التواصل مع الطفل واحترام رغباته ومشاعره، وتغليب أسلوب الأوامر الذي يتوقع الاستجابة له بالطاعة، وفي حالة الرفض يتعرض الطفل إلى العقاب خاصة الجسدي. والبنت في الأسرة التقليدية أكثر حرمانا في الجانب التواصل من الابن الذكر، مثل حالة نادية التي ترعرعت في منطقة ريفية لأب وأم ريفي الأصل، وبدون مستوى دراسي: "قرر أبي أن أتوقف عن التعليم، وأبقى في المنزل لمساعدة أمي وأنا لم أتجاوز الثانية عشر من عمري، ولا أحد يمكن أن يعترض على قراره"، وهذا يدل على عدم التواصل والتشاور مع الطفل، حتى وإن تعلق الأمر باتخاذ قرار مصيري، كما أن البنت خاصة في الأسرة التقليدية ليس لها أي رأي حتى في تحديد مصيرها أو مستقبلها، فهي تحت سلطة أبيها وأمها أيضا. وهذا يعني لا يوجد تفاعل وتحاور للبنت مع والديها، تحت شعار الاحترام والطاعة، مما يؤثر بالسلب على حياة الطفلة ومستقبلها حيث يمكن أن يتسبب لها بمشاكل نفسية وحتى اجتماعية مثل عدم إجادة التواصل مع أقرانها أو في حياتها الشخصية مستقبلا. وتجد صعوبات في ذلك لأنها لم تتعلم كيف تتحاور وتعبّر عن مشاعرها ورغباتها. وكيف تواجه مصاعب الحياة بنفسها وتدافع عن رأيها. فحياتها كانت مغلقة منحصرة تحت سلطة والديها، راضخة للتحكم التعسفي في مصيرها. ويمكن أن تعثرها عاطفة الغضب اتجاه والديها أو أحدهما واعتبارهما سبب فشلها في حياتها، مثل سكينه التي صرحت "لن أسامح أبي أبدا لأنه زوجني رغما عني وأنا لا أزال طفلة - 15 سنة- لرجل لم أستطع يوما ربط علاقة جيدة معه". وهذا يبين أن التربية التقليدية تصنع العديد من الطابوهات، تمنع من التواصل حتى في الأمور المفصلية والمهمة مثل التربية الجنسية والزواج، واختيار الشريك، بحجة العيب، الخجل، والحياء، فبمجرد ظهور علامة البلوغ على الفتاة في المجتمع التقليدي، تسعى الأسرة التقليدية لتزويجها، سواء برضاها أو بغير رضاها، لما تشكله من تهديد لشرف الأسرة.

دون مراعاة رأيها وشعورها ومستقبلها. وهذه الاعاقة التواصلية التي ينشأ عليها الفرد منذ طفولته، تشكل ألماً نفسياً كبيراً له، واضطراباً عاطفياً. كما تؤثر على علاقاته وتواصله حتى مع الشريك مستقبلاً.

كما أن الإبن الذكر في الأسرة التقليدية لم يسلم هو الآخر من نمط التربية التسلطي ولديه نصيب من الهيمنة الأبوية، حالة قاسم "عندما يتكلم أبي، أسكت أنا واستمع...كنت أريد أن أوصل دراستي لكنه فصلني عن التعليم لأقوم برعي الأغنام معه"...ثم سكت الطفل لثواني والحسرة ظاهرة على وجهه. وهذا يدل على الألم النفسي الذي يشعر به وإحساسه بأنه قد ظلم من طرف والده الذي لم يراعي رغبته وطموحه، مما يشير إلى غياب عملية التواصل الإيجابي و التحوار مع الأب المتسلط الذي يعتبر الطفل يد عاملة تساعد في أموره الاقتصادية و الحياتية. كما يُعلم أيضاً و منذ صغره على مسؤولية أمه وإخوته في غياب والده. فأسلوب التسلط وهو أسلوب تربوي فاشي يتميز بمبادئ الإلزام و الإكراه و الإفراط في استخدام السلطة الأبوية في تربية الأطفال و تنشئتهم . ولا تتمظهر العاطفة الأبوية اتجاه الأبناء إلا في توفير الاحتياجات والحماية من الخطر الخارجي و لمة أفراد الأسرة حول مائدة الطعام ، دون اختراق لهيبة الأب خاصة. فهذا النمط التربوي لا يهتم أو يراعي الأمن النفسي للطفل. ويعتقد الأب أنه هو الوصي الذي يعي منفعتهم. وليس الأب وحده من يمارس الأسلوب التسلطي في التربية بل كثيراً ما تشاركه الأم بذلك أو ممكن أن تنفرد به دونة خاصة في الأسرة النووية، حيث تقوم الأم التي تتبع أسلوب التسلط في التربية بالتشديد في التعامل مع الأبناء والإشراف المتواصل عليهم، لكي يبقوا تحت إمرتها في وقت يمكن أن يستقيل فيه الأب عن تربية أبنائه. على الرغم من أن التطورات التي عرفها المجتمع الجزائري عملت على دمج الأب في عملية التربية نوعاً ما وتقريبه أكثر من الطفل، ومن الحالات التي عاشت هذه الوضعية "عائشة" التي صرحت: "أخاف من ماما أكثر من بابا، هي دائماً تقوم بضربي بسبب أو بدونه، أنا وإخوتي...، وأبي في الغالب لا يتدخل لهنها عن ذلك... أشعر أحياناً أنها لا تحبنا فهي لا تظهر عاطفتها اتجاهنا أبداً...تستغلي في تنظيف المنزل وكأنني لست ابنتها...". وقد خلق تعامل الأم السيئ مع هذه الحالة بالتحديد أزمة نفسية أدت إلى إصابتها بمرض مزمن، فقد ربطت الدراسات بين الصحة العاطفية للفرد والصحة الجسدية أيضاً، فالأشخاص الذين يعانون قدراً كبيراً من التوتر والعواطف السلبية قد يصابون أحياناً بمشاكل صحية أخرى. لا تنتج هذه المشاكل بشكل مباشر عن المشاعر السلبية ، ولكن بسبب السلوكيات التي يمكن أن تؤثر عليها هذه المشاعر السلبية بسبب الافتقار إلى التنظيم العاطفي³².

وفي وقت يستمر فيه النمط التسلطي والتقليدي بالوجود كأسلوب تربوي لا يهتم بالتواصل الإيجابي، هناك أساليب تربوية أخرى من شأنها أيضاً تقويض عملية التواصل بين الآباء والطفل.

1-1-2- نمط الحماية الزائدة: على الرغم من أن الطفل يحتاج إلى الرعاية والحماية الأسرية، التي تلي له حاجته للأمن والإستقرار وحاجاته الوجدانية ، التي تعمل على تكوين شخصيته، إلا أن الكثير من الآباء يقدم حماية زائدة للطفل، باسم عاطفة الأبوة، حيث تتميز بالإفراط في تدليله وتلبية كل متطلباته، والخوف عليه من العلاقات الخارجية، فهذا النمط من التربية يتميز بالتصاق الأبوين المتواصل بالطفل، بحيث من الصعب أن يعتمد الطفل على نفسه ويجد إستقلاليته الذاتية، التي تقوي تقديره لذاته، والثقة بنفسه. فالأسرة وعلى رأسها الأبوين دائماً ما تبعث له رسالة مفادها أنه لا يمكنه الاعتماد على نفسه، ولا تتواصل

³² - WebMD Editorial Contributors, What to Know About Emotional Health, WebMD

<https://www.webmd.com/balance/what-to-know-about-emotional-health>, publication date :25/10/2021.

معه وتمنحه جزءاً من الحرية في الاختيار والاعتماد على ذاته، بل "تتدخل في شؤونه باستمرار... من ثم لا تتاح له فرصة اختيار أنشطته المختلفة بنفسه، ليجد في المستقبل صعوبة في تحمل المسؤولية... ويعتمد في الغالب على الغير ويقلل اعتماده على نفسه، ويتسم بالغيرة وبالعدا والتحدي للكبار والصغار، وهذا الأسلوب يؤدي إلى إعاقة النمو الاجتماعي للطفل"³³، ويمكن أيضاً أن يعرضه إلى اضطراب الشخصية النرجسية حيث "يفتقر الأشخاص المصابون بهذا الاضطراب إلى القدرة على فهم مشاعر الآخرين أو الاهتمام بها. لكن وراء هذا القناع من الثقة المفرطة، فهم ليسوا متأكدين من تقديرهم لذاتهم ويمكن أن ينزعجوا بسهولة من أقل انتقاد. ويسبب اضطراب الشخصية النرجسية مشكلات في كثير من نواحي الحياة، مثل العلاقات أو العمل أو المدرسة أو الشؤون المالية. قد يشعر المرضى المصابون باضطراب الشخصية النرجسية بالتعاسة وخيبة الأمل بشكل عام عندما لا يتم منحهم الامتيازات الخاصة أو الإعجاب الذي يعتقدون أنهم يستحقونه. وقد يجدون علاقاتهم مضطربة وغير مُرضية، وقد لا يستمتع الآخرون بالتواجد حولهم"³⁴.

3-1-1- نمط التساهل أو اللين: يتميز هذا الأسلوب بعدم إتباع معايير واضحة في عملية التربية، وبغياب القوانين وعملية الضبط والتحكم التي تعدل وتقوم سلوك الطفل، وعدم التصادم مع الطفل خاصة المراهق والتناقض معه³⁵ وهو ناتج عن الأولياء ضعاف الشخصية، الذين يمتازون بالإذعان للأخر والمسالمة المبالغ فيها، ويرر الوالدان أو أحدهما هذا السلوك انطلاقاً من مبدأ ترجيح العاطفة أكثر من العقل، وعلى اعتبار أن الطفل لا يعي شيئاً، فيترك على عفويته، فلا يكون هناك تواصل إيجابي معه يوجهه ليعرف الخطأ من الصواب، فهو يتسم بالليونة الشديدة مع الطفل والتسامح المبالغ فيه، حيث يستغل الطفل الوضع، ويتصرف كما يحلو له دون خشية العقاب، وهو ليست له علاقة بتدليل الطفل بل بطبيعة سلوك الآباء المتساهل والمتسامح. حالة مليكة التي ذكرت أن أباهم لم يوجههم يوماً، ولم يكن يعنفهم أو يعلق على تصرفاتهم، أو يفرض عليهم التعلم أو العمل، فقد كان مسالماً جداً لدرجة أنها لم تكن تهابه، وهذا النمط يجعل الأطفال لا يعتبرون الأولياء كمصدر للسلطة داخل الأسرة، ولا يتواصلون معهم لطرح مشاكلهم أو مشاعرهم.

4-1-1 نمط الإهمال: يتمثل هذا النمط في إهمال احتياجات الطفل، خاصة النفسية، وقد يكون لعدة أسباب مثل عدم اعتبار الطفل كهدف للوالدين، الانشغال بأمور أخرى مثل العمل أو الإدمان على التلفاز أو الانترنت، أو أن أحد الوالدين يعتبر الأطفال حمل ثقيل ليس عليه تحمل مسؤولياته، حالة فتحة: "أبي لا يهتم بأمرنا، ولا يلبي كل احتياجاتنا رغم أنه مقتدر.... ولا يحرص على تربيتنا، يغيب كثيراً عن البيت وإذا عاد فما يهمه إلا راحته هو فقط، إنه مهمل بكل معنى الكلمة... أنا بدوري لا أحبه بقدر حي لأمي"، ومن هذه الحالة فإن الإهمال هو رسالة للطفل بأنه لا يمثل جوهر اهتمام كلا الوالدين أو أحدهما، مما يبعث على نفور الطفل،

³³ - بلقاسم سلاطنية، مالكي حنان. (03/2012)، أساليب التربية المتغيرة في الأسرة الجزائرية. مجلة علوم الإنسان والمجتمع، العدد1، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، بسكرة، الجزائر، ص77.

³⁴ - فريق مايو كلينك، اضطراب الشخصية النرجسية، مايو كلينك، <https://www.mayoclinic.org/ar/diseases-conditions/narcissistic-personality-disorder/symptoms-causes/syc-20366662> (د.ت).

³⁵ - عائشة علي محمد أبو حافل (2017)، التربية الوالدية في المجتمع الليبي، مجلة البحث العلمي في التربية، العدد18، الجزء

12، جامعة عين شمس كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، مصر، ص76.

<http://search.shamaa.org/FullRecord?ID=256192>

وفتور مشاعره اتجاه من أهمله من والديه. وممكن أن يصل إهمال الطفل إلى درجة التخلي عنه لجهات أخرى مثل أسرة بديلة سواء كانت مقربة أو غريبة أو مؤسسات إيواء الطفولة. حالة نبيلة " أمي أعطتني لعمتي كي تربيني، وحينما التقى بها لا تحسني بأني ابنتها، ولا تهتم لأمرى... هذا يؤلمني، لأنها تخلت عني من بين كل إخوتي..." ومن نتائج إهمال الأبناء أو التخلي عنهم وعدم التواصل معهم، شعورهم بأهم غير مرغوب فيهم وبعدم الحب، اهتزاز ثقتهم بأنفسهم وضعفها، تدني قدرتهم على إقامة علاقات اجتماعية، شعورهم بالإحباط.

1-1-5- نمط التفرقة بين الأبناء: يعتمد الكثير من الآباء إلى التفريق بين أبنائهم والتمييز بينهم في المعاملة والعاطفة والتربية والاهتمام والرعاية، ويكون هذا نتيجة خلفيات ثقافية، صحية ونفسية مثل تفضيل الولد عن البنت أو العكس، تفضيل الطفل الذي يطيع ويلي الأوامر عن الطفل المتمرّد وغير المنصاع، تفضيل الطفل السليم جسماً وعقلياً على المريض أو المعاق، أو العكس صحيح، تفضيل الابن الأكبر عن الآخرين أو الابن الأصغر، وهناك من الآباء من يميز بين الأبناء حسب درجة جمال الطفل أيضاً، وهذا دون تواصل مع الطفل الذي يشعر بأنه أدنى درجة من أخيه، حيث تختلجه مشاعر النفور، وأنه غير مهم بالنسبة لوالديه، ما يدخله في مشاكل نفسية مثل الانطواء والاكتئاب، خاصة إذا حاول لفت انتباه والديه إليه ولم يفلح في ذلك، فتقوى لديه عاطفة الكراهية ضد أخيه المفضل لديهما، والحقد عليهما، مما يصنع حاجزاً بينه وبينهم، وتُعرقل عملية تواصلهم الإيجابي. مما يدفعه للبحث عن الحب عند أناس آخرين مثل الأقارب كالجدة(ة) أو الخال(ة) العم(ة) أو حتى الغرباء، ويفضل عدم التواجد في المنزل. ومثال عن ذلك، هناك الكثير من البنات يكرهن جنسهن نظراً لعملية التمييز داخل الأسرة بين الإبنة لأنها أنثى والابن لأنه ذكر. وأفضل قصة هي قصة سيدنا يوسف (عليه السلام) التي جاءت لتنهنا إلى خطر التفريق بين الأولاد في العاطفة.

2- تأثير الأسرة الأصلية: يعتمد الوالدان -خاصة الغير مثقفين والغير المنفتحين على قواعد التعامل مع الطفل العلمية- في تربية أبنائهم ونظرتهم إليهم وكيفية التواصل معهم على الموروث الثقافي والتربوي الذي ورثوه عن أسرهم الأصلية، ويكون التأثير بأسلوب التربية المكتسب من الأسرة الأصلية معوق لعملية التواصل إذا ما اقترن بنمط التسلط في التربية أو التربية التقليدية، إذ كثيراً ما نسمع العديد من الآباء تقول أنهم يربون أولادهم على الطريقة التي تربوا عليها، فهذه الفئة لا تعير اهتماماً كبيراً إلى الطرق العلمية في تربية الطفل والتواصل معه بقدر تمسكهم بموروثهم التربوي عن الأسرة الأصلية، حالة سارة التي تصف طريقة تربيتها لأولادها وتقول: "نحن كبرنا وتربينا على الضرب عند كل غلطة، ويجب أن يضرب الطفل كي يتربى"، ونلاحظ هنا أن تفعيل جانب التواصل والتوجيه لا يحكمه الحوار والتفاهم والعقاب بشكل رمزي غير مدمر لنفسية الطفل، وإنما عن طريق التربية التقليدية الموروثة عن الآباء، والتي لا تهتم بالجانب النفسي والعاطفي للطفل، بقدر اهتمامها بالطاعة والانصياع.

3- الفقر: إن كل إنسان بحاجة إلى إشباع الحاجات الضرورية لضمان الحد الأدنى من الحياة الكريمة، والمتمثلة في تأمين الغذاء، الملابس، المسكن، التعليم، الرعاية الصحية. غير أن عدم قدرة الأسرة في الحصول على هذه الحاجيات من شأنه أن يخلق حالة الحرمان المادي، الذي تتجلى أهم مظاهره في عدم حصول الفرد على حاجته الطبيعية للغذاء سواء كمياً أو نوعياً، تدهور الحالة الصحية، انخفاض المستوى التعليمي، السكن الغير لائق، فقدان الضمان في حالة تعذر العمل أو البطالة، الإعاقة، وقوع الكوارث والأزمات مثل حالة الحجر الصحي وتقييد الحركة في فترة انتشار فيروس كوفيد-19، أو التضخم الذي يعيشه المجتمع مما

يؤثر على نوعية الحياة العائلية، ويؤزم العلاقات بين أفرادها، حيث يعتبر الفقر من أهم أسباب عدم التواصل الايجابي، الذي ينتج عنه الصراع أو التفكك الأسري، والذي تكون ضحيته الأولى هي الطفل. فالمكانة الاجتماعية الاقتصادية تلعب دورا مهما في نوعية العلاقة بين الوالدين وأطفالهم، حيث يمثل الطفل بالنسبة لميسوري الحال مركز الاهتمام ويسعون إلى فهم مشاعره ودوافعه واستخدام التحاور لحل المشكلات. عكس الأسر الفقيرة. فالفقر يعتبر من أهم معوقات التواصل بين أفراد الأسرة ومع الطفل بالأخص والذي يرتبط لديه معنى الحب والاهتمام الوالدي بتوفير حاجيات الحياة مثل أقرانه حتى لا يشعر بالدونية والتميش. وفي حالة عدم إجابة الوالدين التواصل مع الطفل الذي أصبح يعبر عن رغبته في امتلاك ضروريات الحياة، حيث في كثير من الأحيان يشعره الوالدين، خاصة الأب أنه حمل ثقيل، ويعبر عن عجزه المادي أمام متطلبات ابنه والأسرة بواسطة التجاهل أو الغضب، والذي وصفه مصطفى حجازي في كتابه بالقهر حيث "كلما كان الرجل أكثر غبنا في مكانته الاجتماعية، مارس قهرا أكبر...".³⁶، فيغيب مبدأ التواصل بين أفراد الأسرة ويحل محله العنف والقهر، محاولا من خلاله الأب تعويض مكانته المفقودة في المجتمع داخل الأسرة والظهور بمظهر القوي الذي يسيطر على أفراد أسرته ويهيمن عليهم، مما يصل للطفل في رسالة عدم الحب والاهتمام، فالأسر ذات المكانة الاجتماعية الاقتصادية المنخفضة يتمحور تركيزها على الوالد، الذي يطلب الطاعة والإذعان للأدوار الوالدية دون مناقشة أو تفسير.³⁷ مما يقوض عملية التواصل، بحيث يقضي الوالدان وقتا أقل في التفاعلات اللفظية، ومشاركة أطفالهم اهتماماتهم، وهذا ما يؤدي إلى شعور الطفل بالتميش وأنه غير مهم بالنسبة لوالديه، ويكبر لديه هذا الشعور الذي يتحول إلى عاطفة الغضب والحقد، وهذا ما إلتمسناه في تصريحات "ربيعة"، وهي أم لستة أبناء التي عاشت وأسرته كل مظاهر الفقر المادي، حسب ما أدلت به، حيث لم يستطع زوجها توفير ما يكفي من الغذاء، الملابس والسكن اللائق والرعاية الصحية المطلوبة للأبناء، مما أدى إلى تسرب أربعة من أطفالها من التعليم، ومحاولة الذكور منهم العمل في سن مبكرة (الثانية عشر). كما كان الأب يعوض فشله كرب أسرة في تلبية احتياجاتها الضرورية بالغضب وقهر الزوجة، مما يولد حالة صراع شبه دائم، على مرأى ومسمع الأطفال، كما كانت هي بدورها تفرغ شحتها بالصراخ على أطفالها وصددهم في مرات عديدة. وقد صرحت بأن أولادها تأثروا بهذا الوضع، خاصة ابنها الثالث الذي لما وصل لسن السادس عشر زادت حدة لومه لهما على حالته وتدني صحته وفشله لدرجة قوله -حسب تصريحها- "لو كان بالاستطاعة تغيير الوالدين لغيرتكما...". كما تقول أن لديه شعور دائم بالنقص والحرمان. ويعتبرهما أنهما لم يقوما بوظيفتهما على أكمل وجه اتجاهه، وهما السبب الرئيسي في شعوره بالإحباط. هذا الأخير الذي يعني أي عرقلة أو صد لتحقيق حاجاته، أو رغبة أو أمل بسبب ظروف خارجية، يعاش وجدانيا كتنفيل وجودي، أو حرمان مادي أو معنوي. ويولد الإحباط إجمالا مشاعر الغبن غير المستحق، وهذه تفجر العدوانية ومشاعر الحقد التي تتوجه إلى الخارج اتجاه الموضوع المسؤول عن الإحباط أو

³⁶ - مصطفى حجازي (2005)، التخلف الاجتماعي: مدخل إلى سيكولوجية الإنسان المقهور، الطبعة التاسعة، المركز الثقافي

العربي، الدار البيضاء المغرب، ص 202.

³⁷ - فليس هيد (2015)، علاقات الوالدين -الطفل: السياق-البحوث- التطبيق، ترجمة سهام درويش أبو عيطة وآخرون،

الطبعة الأولى، دار الفكر، عمان الأردن، ص 75.

الموضوع البديل أو تتردد إلى الذات على شكل قسوة عليها. فالإحباط يولد مشاعر العداة أو مشاعر القهر والمهانة³⁸.

4- غياب أحد الوالدين أو كلاهما: إن ملازمة الوالدين للطفل منذ أن يكون رضيعا وحتى سن المراهقة تقوي العلاقة العاطفية بينهم، وتجعله يشعر بالأمان والاطمئنان. ولكن قد يضطر الوالدين أو أحدهما إلى الغياب الجسدي وممكن حتى المعنوي عن الطفل ولعوامل متعددة مثل عمل الوالدين، الهجرة، المكوث في المستشفى، الطلاق، التخلي الدائم، اليتيم. فغيابهما أو غياب أحدهما سواء بشكل مؤقت أو دائم يعيق عملية التواصل خاصة إذا لم يبرر هذا الغياب للطفل المدرك لما يجري حوله، بالإضافة إلى انقطاع أو تذبذب الاتصال بينهم طيلة فترة الغياب، مما يفسره الطفل على أنه هروب منه وتخلي عنه، حتى ولو توفرت له كل ماديات العيش، ما يتسبب له بحرمان العاطفي، والقلق النفسي، خاصة إذا كان من الأم، فحرمان الطفل من الأمومة ينكس على صحته الجسدية والنفسية، ويجعله بليدا نافرا خامل لا نباهة له، كما يجعله في ذات الوقت يشعر بالكثير من التوتر النفسي³⁹، خاصة إذا كان المتكفل به في حالة غيابها بليدا ولا يستوعب الطفل عاطفيا ويتواصل معه ليهون عليه ألم الفراق. ويؤدي غياب الوالدين إلى "قلق الهجر الذي يعاني منه الطفل المفصول عن والديه أو يخشى أن يتخلى عنه هؤلاء، ويرتبط قلق الهجر بشعور ضمني بخطيئة ارتكها الطفل ويكون نبذه عقابا عليها. كما أنه يثير الخوف من الفناء نظرا لفقدانه السند والحماية. ويحس الطفل الذي يعاني من حالة الهجر أو من قلق الهجر، أنه معرض لأخطار خارجية تهدده من كل ناحية. العالم يتلون بصبغة اضطهادية مخيفة، مسكون بقوى تريد به الشر ولا قبل له في القضاء عليها أو مجابها. ومصدر قلق الهجر هو الحقيقة البيولوجية التي تفرض نفسها كحتمية لا مفر منها، وهي القصور البيولوجي الفعلي في الطفولة والحاجة إلى الاعتماد على قوى المساس المؤلم بقيمة الذات (لو كنت ذات قيمة لما هجرت، إذا أنا لم أحب فلأني لا أستحق الحب)"⁴⁰.

5- توتر العلاقات بين أفراد الأسرة: تبين دراسات عديدة أن الطفل هو أكثر عنصر يؤثر فيه الجو الأسري، إما إلى الأفضل أو إلى الأسوأ، فالعلاقات المتزنة داخل الأسرة هي التي تشعر الطفل بالأمان وتحقق له الاستقرار النفسي والصحة العاطفية، فكلما كانت العلاقة بين الأبوين يميزها التفاهم والتواصل الإيجابي، والتوافق الزوجي الذي "يعني التحرر النسبي من الصراعات والحد الأدنى من الاتفاق المقبول"⁴¹ والعمل على إبعاد الطفل عن المشاكل والجو المشحون، كانت نسبة اكتساب الطفل شخصية متزنة أكبر، والعكس صحيح، فكلما تأزمت العلاقات داخل الأسرة، خاصة بين الأبوين شكل ذلك حالة عدم توازن في شخصية الطفل، ومن مظاهر توتر العلاقة بين الزوجين:

1-5- الصراع: هو تفاعل بين فردين أو أكثر، نتيجة تضارب الأفكار والمواقف والمصالح، وغياب التوافق ووحدة الهدف، والتنازل عن وجهات النظر أو بعض الحقوق، والذي يعرفه (Likert) أنه حالة نزاع حاد من

³⁸ - مصطفى حجازي، نفس المرجع، ص234

³⁹ - العربي بخي، (2017)، تربية الطفل من قبل الولادة إلى المراهقة، الطبعة الأولى، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ص83.

⁴⁰ - مصطفى حجازي، نفس المرجع، ص249.

⁴¹ - مأمون طربية، (2012)، السلوك الاجتماعي للأسرة: مقارنة معاصرة لمفاهيم علم اجتماع العائلة، الطبعة الأولى، دار النهضة العربية، بيروت لبنان، ص71.

أجل حصول الفرد على النتيجة المرغوبة، والتي إن تحققت تحول دون حصول الآخرين على رغباتهم، مما يؤدي إلى ظهور العداء⁴²، ومن بين أنواع الصراع، الصراع بين الزوجين، الذي يحصل حين تبلغ الاختلافات والنزاعات بينهما ذروتها، نتيجة كثرة المشاكل والضغوطات التي يتعرض لها الزوجين ومصدرها يعود إلى عدة أسباب منها النفسية والعاطفية، الاقتصادية، الاجتماعية، أو الصراع من أجل الأدوار أو مركز السلطة داخل الأسرة، وهو معيق لعملية التواصل بين أفراد الأسرة ومنها مع الطفل الذي يؤثر عليه هذا الجو المشحون نفسياً وعاطفياً وسلوكياً، وحين لا يفض هذا الصراع ويصل الطرفين المتناحران إلى حلول وتراض فإنه يؤدي إلى التفكك الأسري.

5-2--التفكك الأسري: هو غياب الترابط والتآزر بين أفراد الأسرة، أي تصدع الأسرة، مما يؤدي إلى انفصال معنوي وجسدي بين أفرادها، "فعندما تفشل الأسرة في توفير المناخ الذي يساعد على تعليم أفرادها كيف يحققون التوازن بين الحاجات الاتصالية بالآخرين والحاجات الاستقلالية عنهم فإن الباب يكون مفتوحاً لمختلف صور الاتصال الخاطئ، الذي ينتهي باضطراب جو الأسرة وتحويلها لبؤرة مولدة للاضطراب"⁴³، بل وإصابة بعض أفرادها بالاضطراب الواضح الصريح، فتتعدد المشاكل النفسية للأطفال التي تنعكس على كل مجريات حياتهم. ومن بين مظاهر التفكك الأسري:

5-2-1-الطلاق العاطفي: وهو حالة التنافر والجفاء وشح المشاعر بين الزوجين، والتي تحدث نتيجة عدم التوافق النفسي والعاطفي، أو لمشاكل اقتصادية أو اجتماعية تعمل على فتور العلاقة الزوجية، ومن "مظاهر الطلاق العاطفي هو عدم وجود تواصل لفظي وجسدي وعاطفي، حيث يكون هناك انسحاب من فراش الزوجية، وغياب الرفق واللين بين الشريكين، وشيوع السخرية والاستهزاء والإهمال لاحتياجات الطرف الآخر، واللوم المتبادل، والأكل والشرب بشكل منفصل والمقاطعات في اللفظ والكلام والحوار، وغياب الزوجين في أماكن منفصلة داخل البيت، الهروب المتكرر من المنزل، تبدل المشاعر، والصمت الدائم، وغياب الحوار بين الزوجين وما يطلق عليه (الصمت الزوجي)"⁴⁴. وتآزم العلاقة الزوجية أين تفقد المودة والحب والتواصل الإيجابي، يؤثر على الصحة النفسية للطفل، حيث تخيم عليه مشاعر الألم والحزن والشتات. كما يجهض الوضع القائم داخل المنزل عملية التواصل بين الوالدين والطفل، نظراً للإضرابات النفسية والعلائقية التي يعيشها كل أفراد المنزل، وهذا ما يجعل الطفل في حالة اضطراب دائم، ويختل توازنه العاطفي.

5-2-2-الطلاق الفعلي: هو القطيعة النهائية بين الزوجين، ومن نتائجه الانفصال في المكان الفيزيقي، مما يفصل الطفل عن أحد والديه، أو كلاهما، خاصة عندما تتزوج الأم، يُمكن أن يتولى رعاية الطفل أحد أقربائه كالجددة مثلاً. وهو سلاح ذو حدين حيث "يمكن أن يحسن البيئة العاطفية للطفل خاصة إذا جاء بعد صراع طويل بين الزوجين، ولكن قد يخسر الأطفال الإشراف والمتابعة من الوالدين"⁴⁵ مما يجعله من بين أهم

⁴² - احمد فواتيح محمد الأمين، إدارة الصراع التنظيمي، محاضرة رقم واحد، جامعة تلمسان،

https://elearn.univ-tlemcen.dz/pluginfile.php/118851/mod_resource/content/2، (د.ت)، ص 02.

⁴³ - بهاء أمين حسن الجوازنة، (2018/04)، مستوى الطلاق العاطفي لدى الزوج وأثره على التوافق النفسي للأبناء في المرحلة الثانوية من ذوي الأسر المفككة بمحافظة الكرك، مجلة كلية التربية، العدد 178، الجزء الأول، جامعة الأزهر، مصر، ص 389.

⁴⁴ - بهاء أمين حسن الجوازنة، نفس المرجع، ص 394

⁴⁵ - فاكر محمد الغرابية، حمود سالم عليومات، (2012/06)، التأثيرات النفسية والاجتماعية للطلاق على الأطفال، مجلة

الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد 9، عدد 2، جامعة الشارقة، الإمارات العربية المتحدة، ص 100.

المعوقات التي تعترض عملية التواصل مع الطفل خاصة إذا لم يمتلك كلا الأبوين أو أحدهما الوعي التربوي، حيث بينت دراسات عديدة مدى "التأثيرات النفسية والعاطفية للطلاق على الطفل حسب مستوى عمره، ويجعله يعيش حالة التمزق العاطفي بين محاولة جذب من كلا والديه. حالة سليمة امرأة مطلقة لديها ثلاثة أطفال، والتي تشرح نفسية أطفالها المتوترة وبكاءهم الشديد لغياب والدهم الذين كانوا متعلقين به كثيرا، فبعد الطلاق تنتشر بين الأطفال وبدرجات متفاوتة مشاعر وتصرفات سلبية ومن أبرزها نوبات الغضب والبكاء والصراخ والشعور بالحزن، والعزلة والوحدة، وأهم يفتقرون إلى مفهوم إيجابي للذات مع لومها، وتزداد بينهم صفة العدوانية، والنشاط المفرط، والشعور بالعزلة والوحدة، مع اضطراب وقصور الانتباه، وقلة الصبر، والثوران من الغضب والبكاء والصراخ"⁴⁶. خاصة إذا اقترن بسوء التواصل معهم، وعدم الشرح لهم أن هذا الطلاق لن يقلل من حب الوالدين لهم ولن يتخلوا عنهم. ولكن إذا كان الطلاق سبب في بعد الوالدين أو أحدهما عن الطفل وتعطيل عملية التواصل معه، فستكون نتائجه مدمرة سواء على الصحة العاطفية والنفسية للطفل أو على حياته الدراسية والمستقبلية وعلى علاقاته الاجتماعية أيضا.

6- الصحة العقلية والنفسية للأبوين: تؤدي مشاكل الصحة العقلية والنفسية لكلا الأبوين أو أحدهما إلى الفشل في تلبية احتياجات أطفالهم المعنوية والجسدية ويمكن حتى المادية، حيث يتعرضون إلى الإساءة العاطفية والإهمال وعدم التواصل، ما يولد آثارا نفسية طويلة المدى للطفل، فاكتئاب الأم عند الولادة مثلا يمنع تواصلها مع وليدها الذي يمكن أن يصل إلى حد نفوره، مما يحرمه من حنانها وعطفها، وكذلك تبين الكثير من الدراسات العلاقة بين اكتئاب الوالدين واكتئاب أبنائهم⁴⁷ خاصة المراهقين، سواءا كان هذا الانتقال جينيا أو مكتسبا عن طريق التنشئة، والعلاقة الغير تواصلية أو المعتلة بين الأبوين وأبنائهم، الذين يعيشون حالة التوتر النفسي والتوهان قبل سن المراهقة، ليتحول إلى مرض الاكتئاب في سن المراهقة، حالة الأم نوال التي عاشت حالة اكتئاب لمدة أكثر من سنة جعلتها لا تهتم نهائيا بأطفالها وتنغلق على ذاتها، حيث أثرت فيهم نفسيا وعاطفيا وصحيا وحتى على تحصيلهم الدراسي. فقد أظهرت الدراسات أن الأمهات المكتئبات، تصرفاتهن سلبية مع أطفالهن، ما يتسبب للطفل باضطرابات نفسية وصحية.⁴⁸ وكذلك الأب.

7- تعاطي الأبوين الكحول والمخدرات: تبين الدراسات أن الآباء لأطفال أقل من 18 سنة والمدمنون على الكحول والمخدرات لا يمتلكون مهارات أبوية تعينهم على رعاية أولادهم والتواصل معهم⁴⁹، بالإضافة إلى تدميرهم للصحة النفسية والعاطفية لأطفالهم، ويمكن أن يكونوا أيضا مصدر خطر كبير عليهم.

⁴⁶ - نفس المرجع، ص 115.

⁴⁷ - [Isabelle Leroux, Alain Ducouso-Lacaze, \(2015/1\), La dépression en héritage, revue Le Divan familial, N° 34, pages 161 à 175, https://www.cairn.info/revue-le-divan-familial-2015-1-page-161.htm.p164.](https://www.cairn.info/revue-le-divan-familial-2015-1-page-161.htm)

⁴⁸ - ليندا كارول رويتزر، دراسة: اكتئاب الأم يؤثر على صحة الأطفال الجسدية والنفسية،

<https://www.reuters.com/article/health-study-mh2-idARAKCN1LB0B5>، تاريخ النشر: 2018/08/26.

⁴⁹ - Myriam Laventure, et autre, (2016), Parents dépendants à l'alcool et aux drogues Caractéristiques associées à l'abandon d'un programme d'entraînement aux habiletés parentales, revue [Canadian Social Work Review / Revue canadienne de service social](https://www.ccsr.ca/canadian-social-work-review/), Volume 33, numéro 2, canada, ,p274.

<https://www.erudit.org/fr/revues/cswr/2016-v33-n2-cswr02903/1038702ar>

8-التكنولوجيا الحديثة: لم يعد الغياب عن المنزل جسدياً فقط، بل صار في عصر الرقمنة غياب ذاتي أو معنوي، حيث يمكن أن يكون الوالدان في المنزل، بينما عقليهما في عالم افتراضي آخر، كذلك بالنسبة للأطفال عندما يبدوون في استعمال الوسائل التكنولوجية مثل الهاتف الذكي والحاسوب وولوجهم إلى عالم الانترنت، ما يطرح قضية العلاقات بين الآباء وأطفالهم، ومستوى التواصل بينهم وطبيعته، وفقاً لسن الطفل، نظراً لأن المهارات التفاعلية والتواصلية واحتياجات الأطفال تختلف باختلاف مراحل نموهم⁵⁰. حيث يمكن للشاشات أن تتدخل في العلاقة بين الوالدين والطفل، وفي وقت مبكر، قد يؤدي هذا إلى الوصول إلى أبوة تعاني من صعوبات مثل (القلق، الاكتئاب، الشعور بالوحدة....) وعواقبها سلبية على العلاقة بين الوالدين وبنينهم، وبالتالي على النمو النفسي والعاطفي للطفل⁵¹.

فقد خلقت الوسائل التكنولوجية الحديثة عوالم افتراضية عديدة لكل أفراد الأسرة، جعلتها الحاضرة الغائبة داخل جماعة الأسرة، بحيث أضعفت التواصل خاصة الذين لم يستغلوا هذه الوسائل بالطريقة الإيجابية وجعلها مصدر للتواصل.

الخاتمة: إن عملية التواصل الإيجابي مع الطفل، التي تتم من خلال تبادل المشاعر الوجدانية والمعرفة، والتي تمنحه القدرة على التعامل مع المواقف وتجارب الحياة وتكون لديه مشاعر واتجاهات بناءة، تعزز لديه الصورة الوالدية المتفهمة والمحبة والموجهة، التي غمرته بعاطفة الأبوة، والتي يترجمها مستقبلاً في عاطفة البنوة التي يعبر عنها بالرابطة القوية التي يعمل على تقويتها مع والديه والحب الذي يكتنه لهما والشعور بالود والفخر اتجاههما، كما تعزز ثقته بنفسه وبمحيطه الاجتماعي وتنمو لديه المشاعر الإيجابية التي تعمل على توازنه العاطفي. والعكس بالنسبة للأطفال الذين لم يتواصل معهم الآباء أو كانت هناك معوقات أحبطت التواصل الإيجابي، وحل محله التواصل السلبي، حيث تعرضوا لسوء المعاملة الوالدية التي من شأنها أن تخلق عقداً نفسية، تقف حاجزاً أمام إقامة الفرد لأي شكل من أشكال العلاقات العاطفية. كما يكون لدى الطفل مشاعر واتجاهات سلبية اتجاه ذاته والآخر ومحيطه الاجتماعي، وتقوى لديه مشاعر الخوف، وعدم الثقة بالنفس، والحقد واللوم، مما يربك توازنه العاطفي. خاصة اتجاه أبويه، اللذان يعتبرهما أنهما سبب مشاكله سواء النفسية والعاطفية والاجتماعية.

وفي الأخير فإن عواطف الفرد اتجاه الأولياء، والمتمثلة في الحب أو الكره، الحقد أو التقبل، اللوم أو الامتنان... الخ، تفسر على ضوء العلاقات الاجتماعية، التي تحكمها عملية التواصل وطبيعتها. ونرى أنه إذا انقلب حب الطفل لوالديه إلى كراهية، فإن هذا لا يعني أن حبه قد تلاشى نهائياً، بل يمكن أن يتوهج مرة أخرى حسب استيعاب الطفل، فإذا تدارك الآباء أخطائهم التربوية وغيروا تعاملهم اتجاه أبنائهم في الوقت المناسب، واهتموا بهم وعززوا أسلوب التواصل الإيجابي، فذلك قد يتيح تغير عاطفة أبنائهم اتجاههم ويعمل على الصحة العاطفية لديهم.

قائمة المراجع:

⁵⁰ Marie Danet, et autre, (2017/3), *Nouvelles technologies : frein ou soutien de la relation parent-enfant ?*, -

revue *Dialogue*, n° 217, p58.

<https://www.cairn.info/revue-dialogue-2017-3-page-57.html?contenu=article>

⁵¹ -IBID.P 59.

اولا-المراجع باللغة العربية:

- 1- احمد فواتيح محمد الأمين، إدارة الصراع التنظيمي، محاضرة رقم واحد، جامعة تلمسان. https://elearn.univ-tlemcen.dz/pluginfile.php/118851/mod_resource/content/2، (د.ت).
- 2- الخليل بن أحمد الفراهيدي، كتاب العين، الجزء2، <https://shamela.ws/book/1682/372>
- 3- العربي بخي، (2017)، تربية الطفل من قبل الولادة إلى المراهقة، الطبعة الأولى، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر،
- 4- المعاني، <https://www.almaany.com/ar/dict/ar-ar>، (د.ت)
- 5- اليونيسف: نص اتفاقية حقوق الطفل، <https://www.unicef.org/ar/>، (د.ت)
- 6- جميل حمداوي(2015) التواصل اللساني والسميائي والتربوي، المغرب، اللوكة. <https://down.ketabpedia.com/files/bkb/bkb-ar03947-ketabpedia.com.pdf>
- 7- بلقاسم سلاطينية، مالكي حنان، (03/2012)، أساليب التربية المتغيرة في الأسرة الجزائرية، مجلة علوم الإنسان والمجتمع، العدد1، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، بسكرة، الجزائر.
- 8- بهاء أمين حسن الجوازنة، (2018/04)، مستوى الطلاق العاطفي لدى الزوج وأثره على التوافق النفسي للأطفال في المرحلة الثانوية من ذوي الأسر المفككة بمحافظة الكرك، مجلة كلية التربية ، العدد 178، الجزء الأول، جامعة الأزهر، مصر.
- 9- زهرة وهيب خدرج، (2015)، لغة الصمت ، الطبعة الاولى، دار الياقوت للنشر والتوزيع، الأردن.
- 10- سناء الجمل، خمس طرق للتواصل مع الأطفال ،مجلة سيدتي –الشركة السعودية للأبحاث والنشر، Sayidaty.net، تاريخ النشر 17-نوفمبر-2012
- 11- شعبان الهام ، (2019/12)، الحماية الجنائية لنسب الطفل في القانون الجزائري، مجلة العلوم الإنسانية، المجلد30 ، العدد2، جامعة الإخوة منتوري، قسنطينة1.
- 12- عائشة علي محمد أبو حافل(2017)، التربية الوالدية في المجتمع الليبي، مجلة البحث العلمي في التربية، العدد18، الجزء 12 ، جامعة عين شمس كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، مصر. <http://search.shamaa.org/FullRecord?ID=256192>
- 13- عبد الرحيم السوني،(2016)، في مفهوم التواصل، الرائد منصة علمية الكترونية، المملكة المغربية. https://www.rrabitacademy.ma/wp-content/uploads/2016/12/A.Ssounni_P02_Un01_1.pdf ،
- 14- عبد العزيز السراج،(2008)، مدرسة بالو الطو: مدرسة التواصل إدموند مارك Edmond Marc،مجلة علوم التربية، العدد 37.المغرب. http://search.shamaa.org/PDF/Articles/MOSE/SeNo37Y2008/se_2008-n37_092-096.pdf
- 15- عصام سليمان موسى،(1997)،مدخل في الاتصال الجماهيري، الطبعة الأولى، مكتبة الكتاني للنشر والتوزيع، الأردن.
- 16- علي أسعد وطفه، (2001)، بنية السلطة وإشكالية التسلط التربوي في الوطن، الطبعة الثانية، مركز دراسات الوحدة العربية، بيروت، لبنان.

- 17-فاكر محمد الغرابية، حمود سالم عليّمت، (2012/06)، التأثيرات النفسية والاجتماعية للطلاق على الأطفال، مجلة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد 9، عدد2، جامعة الشارقة، الإمارات العربية المتحدة.
- 18-فريق مايو كلينك، اضطراب الشخصية النرجسية، مايو كلينك، <https://www.mayoclinic.org/ar/diseases-conditions/narcissistic-personality-disorder/symptoms-causes/syc-20366662>، (د.ت).
- 19-فليس هيد(2015)، علاقات الوالدين –الطفل: السياق-البحوث- التطبيق، ترجمة سهام درويش أبو عيطة وآخرون، الطبعة الأولى، دار الفكر، عمان الأردن،
- 20-فهد بن علي الطيار، (2013/12/31)، العلاقة التفاعلية في التنشئة الاجتماعية بين الآباء والأبناء وعلاقتها بالأمن الأسري.المجلة العربية للدراسات الأمنية والتدريب، المجلد 29، العدد 58، ص-347-406، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، السعودية.
- 21-كريستين نصّار(1993)، مواقف الأسرة العربية من اضطراب الطفل، الجزء5، الطبعة الأولى، جروس برس، طرابلس لبنان.
- 22-مأمون طربية، (2012)، السلوك الاجتماعي للأسرة: مقارنة معاصرة لمفاهيم علم اجتماع العائلة، الطبعة الأولى، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان.
- 23- مصباح عامر،(2003)، التنشئة الاجتماعية والسلوك الانحرافي لتلميذ المدرسة الثانوية، الطبعة الأولى، شركة دار الأمة للطباعة والنشر والتوزيع، الجزائر.
- 24-مصطفى حجازي (2005)، التخلف الاجتماعي: مدخل إلى سيكولوجية الإنسان المقهور، الطبعة التاسعة، المركز الثقافي العربي، الدار البيضاء المغرب.
- 25-مصعب قاسم عزاوي أسرار العواطف والمشاعر البشرية، درا الاكاديمية للطباعة والنشر والتوزيع، <https://fliphtml5.com/fuxfj/qgwo/b>، تاريخ النشر2020./08/04
- 26-ليندا كارول رويترز، دراسة: اكتئاب الأم يؤثر على صحة الأطفال الجسمانية والنفسية، <https://www.reuters.com/article/health-study-mh2-idARAKCN1LB0B5>، تاريخ النشر: 2018/08/26.
- 27-محمد لبيب النجيجي، (1965) الأسس الاجتماعية للتربية، الطبعة الأولى، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت، لبنان.
- 28- موسى نجيب موسى معوض، الطفولة...تعريفات وخصائص، <https://www.alukah.net/social>، تاريخ النشر: 2020./09/20
- 29-نعومي ريتشمان(1999)، التواصل مع الأطفال، لبنان، الطبعة الأولى، بيسان للنشر والتوزيع، بيروت.
- 30-وزارة التضامن الوطني والأسرة وقضايا المرأة، (2015)، دليل حقوق الإنسان، اليونيسيف، الجزائر. <https://www.unicef.org/algeria/media/836/file/Guide%20des%20Droits%20de%20l'Enfant%20AR.pdf>
- 31-وكبيديا، وعي، <https://ar.wikipedia.org/>، (د.ت)
- 32-يوسف ميخائيل أسعد،(1996)، سيكولوجيا العاطفة، الطبعة الأولى، المؤسسة العربية الحديثة للطبع والنشر والتوزيع، مصر.
- ثانيا-المراجع الأجنبية:

33-Isabelle Leroux, Alain Ducouso-Lacaze,(2015/1), La dépression en héritage, revue [Le Divan familial](#) , N° 34, pages 161 à 175, <https://www.cairn.info/revue-le-divan-familial-2015-1-page-161.htm>.p164.

WebMD Editorial Contributors, What to Know About Emotional Health, WebMD -

34-<https://www.webmd.com/balance/what-to-know-about-emotional-health>, publication date : 25/10/2021.

-Marie Danet,et autre,(2017/3), **Nouvelles technologies : frein ou soutien de la relation parent-enfant ?**, revue [Dialogue](#), n° 217, pages 57 à 70.

<https://www.cairn.info/revue-dialogue-2017-3-page-57.html?contenu=article>

36-Myriam Laventure, et autre,(2016), Parents dépendants à l'alcool et aux drogues
Caractéristiques associées à l'abandon d'un programme d'entraînement aux habiletés parentales,
revue [Canadian Social Work Review / Revue canadienne de service social](#), Volume 33, numéro 2, canada,
p. 273–289.

<https://www.erudit.org/fr/revues/cswr/2016-v33-n2-cswr02903/1038702ar>.

الرفاهية النفسية وعلاقتها بالذكاء الإنفعالي لدى المراهق المتمدرس

Psychological well-being and its relation ship to emotional al intelligence to adolescent student

د.عليوي نوال

جامعة الجزائر 2 (أبو القاسم سعد الله)، (الجزائر)

nawelpsy16@gmail.com

ملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن وجود علاقة بين الرفاهية النفسية والذكاء الإنفعالي لدى التلاميذ المراهقين، والكشف عن الفروق التي تظهر في الرفاهية النفسية والذكاء الإنفعالي تبعاً لمتغير الجنس، وقد تكونت عينة الدراسة من 80 تلميذ وتلميذة بثانوية محمد خوجة بالدويرة، وقد كانت الأدوات المستخدمة عبارة عن مقياس الرفاهية النفسية لرايف (Ryff)، ومقياس الذكاء الإنفعالي لبارأون وجيمس باركر. وتوصلنا إلى أنه توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائياً بين الرفاهية النفسية والذكاء الإنفعالي لدى التلاميذ المراهقين، وبأنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين المتوسطات الحسابية لدرجات الرفاهية النفسية تبعاً لمتغير الجنس، وتوجد فروق دالة إحصائياً بين المتوسطات الحسابية لدرجات الذكاء الإنفعالي تبعاً لمتغير الجنس لصالح الذكور. الكلمات المفتاحية: الرفاهية النفسية، الذكاء الإنفعالي، التلاميذ المراهقين.

Abstract :

This study aims to reveal the existence of a relationship between psychological well-being and emotional intelligence among adolescent students and the differences that appear in psychological well-being and emotional intelligence according to the gender variable.

The study sample comprised 80 students at Muhammed Khodja High School. The research used the Bar-on and Parker psychological well-being scale as the main framework.

The finding revealed a statistically significant correlation between psychological well-being and emotional intelligence. However, there was no statistically significant difference between males and females in term psychological well-being, and there was a statistically significant difference between them in terms of emotional intelligence.

key words, emotional intelligence, psychological well-being, adolescent students.

مقدمة :

إنحصر الدور التقليدي لعلم النفس على مدى عقود عديدة في التركيز على دراسة الجوانب السلبية في الشخصية الإنسانية وإهمال خصائصها الإيجابية، إذ إهتم علم النفس بإصلاح الأضرار وعلاج الإضطرابات النفسية أكثر من إهتمامه بمساعدة الأفراد في الحياة بشكل إيجابي ومنتج . وفي ضوء هذا الإتجاه أصبح الإنسان الذي يتمتع بالصحة النفسية والعاطفية هو الإنسان الذي يستطيع أن يتكيف ويتوافق مع مجتمعه ويركز على الجوانب الإيجابية في حياته، ويركز بذلك على صحته العاطفية وأصبح يتمتع بالأمل والتفاؤل والسعادة والرضا وبالتالي تحقيق الرفاهية النفسية، هذه الأخيرة التي تعتبر مؤشرا هاما عن الصحة العاطفية والنفسية والتي تعبر عن قدرة الفرد على بناء علاقات إيجابية مع الآخرين، وقدرة الفرد على بناء وتكوين علاقات إجتماعية دافئة مع الآخرين مبنية على الثقة المتبادلة والود والإحترام والتعاون والتعاطف والإنتقاد البناء.

ولكي تكون العلاقات إيجابية مع الآخرين وجب توفر مهارة أو قدرة هامة لدى الفرد تتمثل في فهم إنفعالات الآخرين والقدرة على التمييز بينهما، وفي هذا الصدد أشار "جاردنر": " أن أساس الذكاء في العلاقات بين البشر يشمل التمييز والإستجابة إستجابة ملائمة للحالات النفسية والميول والرغبات الخاصة بالآخرين، أي التعرف على المشاعر الخاصة والقدرة على التمييز بينها والإعتماد عليها لتوجيه السلوك ". (دانيل جولمان، 2000: 95)

وقد أوضح الباحثون في المجال أن الرفاهية النفسية تتطور من خلال مجموعة من المتغيرات كالتنظيم الإنفعالي وخصائص الشخصية، والخبرة في الحياة، والذكاء الإنفعالي، إذ أن الإعتناء بالعواطف والمشاعر يمثل طوق النجاة الذي نواجه به الإنحراف العاطفي، فالمدخ الإنفعالي الذي تكلم عنه "جولمان" وما به من عواطف يرشدنا إلى كيفية مواجهة الأخطار والمآزق والمشكلات، فالذكاء الإنفعالي ومايشمله من قدرات على التمييز والإستجابة الملائمة للحالات النفسية والمزاجية أفضل من الذكاء الأكاديمي حيث تشير خرنوب فتون (2003) إلى أن الذكاء الإنفعالي يعد التطور الأخير في فهم العلاقة بين العقل والإنفعال ونقطة تحول في الصراع الطويل بين المفاهيم العقلية للذكاء وتلك المداخل التقليدية في مجال الإنفعالات. (سعاد المليلي، 2010: 138)

وتزداد أهمية الرفاهية النفسية والذكاء الإنفعالي في مرحلة تعتبر جد مهمة وملينة بالتغيرات على جميع الأصعدة، والتي تعد أخطر منعطف يجتازه الفرد والتي هي مرحلة المراهقة، ذلك أن الفرد ينتقل من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الشباب وتشمل تغيرات هامة وسريعة في جميع مجالات النمو الحسي والعقلي والإنفعالي مايستوجب على المراهق التحلي بالذكاء الإنفعالي للمرور بسلام على هذه المرحلة الحساسة .

وفي ظل ماينتاب المراهق من صراعات نفسية تلعب الرفاهية النفسية والذكاء الإنفعالي دورا بعيد المدى في حياته النفسية والعاطفية وفي علاقته بغيره وبما يقوم به من خطط للإطلاع بها في المستقبل القريب والبعيد، ولا نبالغ إذا قلنا أن جميع النشاطات الإيجابية في حياتنا سواء كانت فكرا أم عاطفة أم عملا إنما ترتبط بشكا أو بأخر بما يحص في الجهاز النفسي من رفاهية عافية ونفسية، وسعادة وتفاؤل ومايدور خلدنا من أفكار وما يشع في قلوبنا من مشاعر إنما يؤثر إلى أبعد حد في إدراكنا للواقع الخارجي. (بوغزالة مريم، 2019: 206)

وحسب فتون خروب (2016): فإن الذكاء الإنفعالي يعد أهم العوامل الهامة التي تحدد نجاح الفرد في الحياة وتحقيق الرفاهية النفسية، من هذا المنطلق توجهت العديد من البحوث والدراسات نحو التحقق من

علاقة الرفاهية النفسية والذكاء الإنفعالي كدراسة Augusto _ Landa et al (2010): التي هدفت إلى التحقق من العلاقة بين الذكاء الإنفعالي وسمات الشخصية والرفاهية النفسية لدى عينة من الطلبة عددهم 259 من الذكور والإناث وقد خلصت نتائجها إلى وجود علاقة إيجابية دالة بين الذكاء الإنفعالي والرفاهية النفسية كما أكدت الدراسة على الأهمية التنبؤية للذكاء الإنفعالي بالرفاهية النفسية. (فتون خروب، 2016: 224، 225) يظهر لنا جليا من خلال ما سبق ذكره أن متغير الرفاهية النفسية يعتبر مهما جدا، خاصة مع ما يعانيه الفرد اليوم من ظروف وضغوط في الحياة اليومية الراهنة التي نعيشها، وتزداد أهميته عند فئة حساسة من المجتمع وهي فئة التلاميذ المراهقين فلا عجب في أن تكون الرفاهية النفسية عملة نادرة هذه أهمية الأيام، فالرفاهية النفسية تعكس الأداء النفسي الإيجابي، وهذا يبين الأهمية والهدف من الدراسة الحالية التي جاءت نظرا لعدم توافر البحوث والدراسات التي تناولت موضوع الرفاهية النفسية وعلاقته بالذكاء الإنفعالي لدى التلميذ المراهق في حدود علم الباحثة، وخصوصا في البيئة العربية والجزائرية، كما أتت الدراسة الحالية لمواكبة الإتجاه الجديد للدراسات الحديثة التي أصبحت ترك على الجوانب الإيجابية للشخصية والمواضيع التي تنتمي إلى مجال علم النفس الإيجابي، ومن هنا نحدد مشكلة البحث في التساؤلات العلمية التالية :

- 1- هل توجد فروق في الرفاهية النفسية لدى التلاميذ المراهقين تعزى لمتغير الجنس؟
- 2- هل توجد فروق في الذكاء الإنفعالي لدى التلاميذ المراهقين تعزى لمتغير الجنس؟
- 3- هل توجد علاقة بين الرفاهية النفسية والذكاء الإنفعالي لدى التلاميذ المراهقين ؟

1. فرضيات الدراسة :

- 1- توجد فروق في الرفاهية النفسية لدى التلاميذ المراهقين تعزى لمتغير الجنس.
 - 2- توجد فروق في الذكاء الإنفعالي لدى التلاميذ المراهقين تعزى لمتغير الجنس.
 - 3- توجد علاقة بين الرفاهية النفسية والذكاء الإنفعالي لدى التلاميذ المراهقين.
- 2- أهمية الدراسة: ترجع أهمية الدراسة الحالية إلى :
- أهمية متغيرات الدراسة كل من الرفاهية النفسية والذكاء الإنفعالي التي تعد من العوامل المهمة في حياة الفرد وقدرته على التعامل مع المجتمع .
 - تبرز أيضا أهمية البحث في الإستفادة من النتائج التي تسفر عنها نتائج هذه الدراسة في المجال النفسي والتربوي من خلال توجيه القائمين على العملية التربوية نحو العمل على تنمية الرفاهية النفسية لدى التلاميذ في برامجنا التعليمية وتطوير مستويات الخدمات النفسية والتكفل النفسي .
- 3- أهداف الدراسة : تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على :
- الفروق بين الذكور والإناث في الرفاهية النفسية .
 - الفروق بين الذكور والإناث فب الذكاء الإنفعالي.
 - العلاقة بين الرفاهية النفسية والذكاء الإنفعالي لدى التلاميذ المراهقين .
- 4- تحديد مفاهيم الدراسة :
- 1-4- الرفاهية النفسية :
- إصطلاحا :

عرفت رايف (1989) Ryff بأنها: " التقييم الإيجابي للذات والحياة والشعور بإستمرارية النضج والتطور في الشخصية، والإيمان بأن الحياة ذات معنى وقصد، والتمتع بعلاقات إيجابية مع الآخرين والقدرة على إدارة الحياة والعالم المحيط بفاعلية والشعور بتفرد الذات .

وتعرفها منظمة الصحة العالمية (1997) World health organization بأنها إدراك الأفراد لوضعهم في الحياة في سياق النظم الثقافية والقيم التي يعيشون فيها وعلاقة هذا بأهدافهم وتوقعاتهم ومعاييرهم واهتماماتهم فالرفاهية النفسية مفهوم واسع النطاق يتأثر بطريقة معقدة بصحة الشخص الجسدية والنفسية ومستوى إستقلالية والعلاقات الإجتماعية مع الآخرين والمعتقدات الشخصية وعلاقتها بالبيئة التي تكسبه سماته .

إجرائيا :

تعبر الرفاهية النفسية عن قدرة التلميذ المراهق على تقبل نفسه وتوجيه ذاته وتكوين علاقات إجتماعية ناجحة والإستفادة من قدراته وإمكاناته وطاقاته لتحقيق ذاته ويعبر عنها في الدراسة الحالية بالدرجة التي يتحصل عليها التلميذ على مقياس الرفاهية النفسية لرايف.

4-2- الذكاء الإنفعالي :

إصطلاحا :

يعرف الذكاء الإنفعالي بأنه إدراك الفرد لقدرته على الإنتباه والإدراك الجيد للإنفعالات والمشاعر الذاتية وفهمها وصياغتها بوضوح وتنظيمها وفقا لمراقبة وإدراك دقيقين لإنفعالات الآخرين ومشاعرهم للدخول معهم في علاقات إنفعالية إجتماعية إيجابية تساعد الفرد على الرقي العقلي، والإنفعالي والمهني وتعلم المزيد من المهارات الإيجابية للحياة. (عبيده وعثمان، 2002:256)

ويعرفه أيمن ناصر (2011) : بأنه مجموعة من السمات المزاجية والإجتماعية التي تؤثر على تنوع المحتوى الوجداني للأشخاص من حيث مدى ودقة فهم المشاعر، ومن ثم رفع مستوى القدرة على مواجهة ومعالجة المشكلات الوجدانية منها بنجاح، وتتضمن أربع مكونات أساسية وهي : الوعي بالذات، والفهم والتواصل الإجتماعي، والتعبير عن المشاعر والتكيف ومعالجة المشكلات. (أيمن ناصر، 2011:157)

إجرائيا :

الذكاء الإنفعالي هو منظومة من القدرات الإنفعالية والشخصية والإجتماعية التي تمنح الفرد القدرة على التكيف مع الصعوبات المحيطة والضاغطة، ويعبر عنه في الدراسة الحالية بالدرجة التي يتحصل عليها التلميذ المراهق على مقياس الذكاء الإنفعالي.

الإطار النظري للدراسة :

1- نبذة تاريخية عن الرفاهية النفسية :

يعد مفهوم الرفاهية النفسية Well-being من المفاهيم الحديثة نسبيا في علم النفس، وهو يمثل محور إهتمام علم النفس الإيجابي خلال العقود الماضية، ويذكر دينر (2000) وهو من أكبر الباحثين في موضوع الرفاهية، أن معرفة علماء النفس بمصطلح الرفاهية مازالت أولية، وإبتداءا من عام 1936 إلى 2002 كانت هناك 132 دراسة عالمية تناولت الرفاهية، وفي اللغة العربية هناك إختلاف في ترجمته.

ويشير هيرد (2003) في مراجعته للأدبيات على الرفاهية إلى أنه بالرغم من التعريفات النظرية بأنها السعادة والرضا عن الحياة والرفاهية والحياة الطيبة وجودة الحياة، قد تلقت الكثير من الإنتباه من علماء

النفس في العديد من المجالات، فإنه لا يوجد إتفاق عام على تعريف عالمي للرفاهية، وقد عرفت الدراسات المبكرة للرفاهية من ناحية المشاعر الطيبة مثل السعادة، أما الدراسات الأحدث فأشارت إلى أن الرفاهية ليست متميزة من خلال المشاعر الإيجابية وحدها والتي قد تكون زائلة، أو مؤقتة نسبيا لكنها تشمل بعيدة المدى في الشخصية .

وفي إنتقادها للدراسات المتكررة على الرفاهية ذكرت رايف (1969) في دراستها الأصلية على الرفاهية النفسية أن هذه النظريات محدودة التأثير بسبب إفتقارها لإجراءات التقييم الموثوقة وتنوع المعايير المقترحة للرفاهية، وتشعبها بالقيمة كما أن البحث الحالي على الرفاهية الذاتية يعتمد بشكل كبير على تقييمات السعادة وتركز على الحالات الوجدانية والتقييمات العامة للرضا التي تتعثر قليلا مع مرور الوقت، بالإضافة للإفتقار للدعامات النظرية .

1-5- أبعاد وخصائص الرفاهية النفسية :

تتمثل أبعاد وخصائص الرفاهية النفسية في المؤشرات السلوكية التي تدل على إرتفاع مستويات رضا الفرد عن حياته بشكل عام وحددتها رايف في :

• الإستقلالية :

وتشير إلى إستقلالية الفرد وقدرته على إتخاذ القرار، ومقاومة الضغوط الإجتماعية وضبط وتنظيم السلوك الشخصي أثناء التفاعل مع الآخرين .

• التمكين البيئي :

ويتمثل في قدرة الفرد على التمكن من تنظيم الظروف والتحكم في كثير من الأنشطة، والإستفادة بطريقة فعالة من الظروف المحيطة وتوفير البيئة المناسبة والمرونة التنظيمية .

• النمو الشخصي :

وهو قدرة الفرد على تنمية وتطوير قدراته وزيادة فعاليته وكفاءته الشخصية في الجوانب المختلفة والشعور بالتفاؤل

• العلاقات الإيجابية :

وهي قدرة الفرد على تكوين وإقامة صداقات وعلاقات إجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين على أساس الود والتعاطف، والثقة المتبادلة والتفهم، والتأثير والأخذ والعطاء .

• الهدف من الحياة :

وهو قدرة الفرد على تحديد أهدافه في الحياة بشكل موضوعي، وأن يكون له هدف ورؤية واضحة توجه أفعاله وتصرفاته وسلوكياته، مع المثابرة والإصرار على تحقيق الأهداف .

• تقبل الذات :

وتشير إلى القدرة على تحقيق الذات والإتجاهات الإيجابية نحو الذات والحياة الماضية وتقبل المظاهر المختلفة للذات بما فيها من جوانب أخرى سلبية .

6- نبذة تاريخية عن الذكاء الإنفعالي :

سنحاول التطرق للذكاء العاطفي من خلال النظرة التاريخية لهذا المفهوم بدءا من نشأته مروراً بمراحل تطوره خلال عدة فترات زمنية، فمن يتبع نظريات الذكاء وعلاقتها بالعاطفة يستطيع أن يستنتج أن الباحثين

ربطوا الذكاء بالعاطفة بإعتبارهما مفهومين متكاملين وليس متضادين، فخلال الفترة (1920، 1930) أشار ثورنرايك إلى أن الذكاء الإجتماعي والذي يعني القدرة على فهم الآخرين والسلوك الحكيم في العلاقات الإنسانية يعد مظهرا من مظاهر الذكاء، حيث نشر هذه الفكرة في مجلة (Harper's Magazine) وأطلق عليه في تلك الفترة الذكاء الإجتماعي، ولقد فسر السيكولوجيين خلال تلك الفترة الذكاء بأنه القدرة على جعل الآخرين يتصرفون كما تريده .

وفي عام (1990) إعتبر وكسلر أن الذكاء عبارة عن حاصل جمع الجوانب العقلية مع الجوانب غير العقلية، وأكد تلك النظرة في عام (1993) بأن الجوانب الإنفعالية والشخصية والإجتماعية ضرورية للتنبؤ بقدرة الفرد على النجاح في الحياة .

وكانت النقلة الكبيرة لمفهوم الذكاء العاطفي وظهوره بشكل جلي للباحثين في عام (1990) حين قدم سالوفي وماير نموذجهما للذكاء العاطفي في كتاب (الخيال، المعرفة، الشخصية) والذي سلب الضوء على هذا المفهوم ووضح كثيرا من خفاياه والغموض الذي إعتراه.

وف عام (1995) أصدر جولمان كتابه الذكاء العاطفي، ونفس العام قام جاك بلوك الباحث في جامعة كاليفورنيا بدراسة بعض المتغيرات الشخصية المرتبطة بالذكاء العاطفي بشكل مستقل .(حسين، 2007: 255، 256)

7-الإجراءات المنهجية للدراسة :

1-1-منهج الدراسة :

يختار الباحث منهجا دون غيره من المناهج لطبيعة الموضوع المتناول، ذلك أنه بإختلاف المواضيع تختلف المناهج المستعملة التي تناولت الظواهر بالدراسة والتحليل فالمنهج هو الكيفية التي يصل بها الباحث إلى نتائج، وفي دراستنا الحالية نختار المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة موضوعنا، فهو لا يقف عند وصف الظاهرة موضوع البحث، بل يذهب إلى تحديد الظروف والعلاقات والمقارنة وتنظيم البيانات وتحليلها وتفسيرها لاستخلاص النتائج المتوخاة لتعميمها .

ولما كانت دراستنا هذه تهدف إلى الكشف عن علاقة إرتباطية من جهة، والتعرف عن الفروق الفردية بين أفراد العينة من جهة أخرى، فإنها تبنت المنهج الوصفي الإرتباطي بهدف وصف الظاهرة وإكتشاف الواقع كما هو .

ويمكن تعريفه بأنه : " أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كميًا عن طريق جمع بيانات ومعلومات مقننة عن الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة.

2-7-عينة الدراسة :

إن تحديد عينة الدراسة في أي بحث هي عملية أساسية، فهي تسمح لنا أن نقدر الدرجة التي يعتبر فيها أفراد العينة ممثلين للمجتمع، فالعينة عبارة عن مجموعة منتقاة من المجتمع الأصلي للدراسة .

وبما أن بحثنا هذا يهتم بدراسة العلاقة بين الرفاهية النفسية والذكاء الإنفعالي لدى التلاميذ المراهقين فقد إعتدنا في إختيارها على العينة العشوائية وقد بلغت العينة 80 تلميذا، موزعين على 40(ذكر) و40(أنثى)، تراوحت أعمارهم بين (15و18 سنة). بثانوية محمد خوجة بالدويرة .

3-7-أدوات الدراسة :

إعتمدنا في هذا البحث على الأدوات التالية :

1-3-7-مقياس الرفاهية النفسية لرايف (Ryff):

تم الإعتماد في الدراسة الحالية على مقياس رايف، وهو في صورته الأصلية يشمل 120 بند وست فقرات لكل بعد، ليتم تعديله واختصاره فيما بعد إلى 42 بند مع الحفاظ على أبعاده الستة بعدد 7 بنود لكل بعد، بخمس فقرات لكل بند مع توفر المقياس على بنود موجبة وبنود سالبة، وقد أكدت الكثير من الدراسات على صلاحية الخصائص السيكومترية لنموذج رايف .

وفي الدراسة الحالية قمنا بالتأكد من الخصائص السيكومترية لمقياس رايف بتطبيقه على عينة تكونت من 30 أستاذ

• الصدق التمييزي (المقارن الطرفية) لمقياس الرفاهية النفسية :

جدول رقم (1) : يمثل صدق مقياس الرفاهية النفسية عن طريق المقارنة الطرفية

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	إختبار (ت)	sig	مستوى الدلالة
الرفاهية النفسية	العليا	161,62	4,17	14	.17881	0.00	0.01
	الدنيا	117,25	5,67				

نلاحظ من الجدول رقم (1) أن المتوسط الحسابي للمجموعة العليا قد بلغ 161,62 وانحرافه المعياري قد بلغ 4,17 مقارنة بالمتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا الذي بلغ 117,25 وانحرافه المعياري قدر ب 5,67، أما إختبار (ت) فقد بلغ 18,178، وإختبار دلالة (ت) المحسوبة بلغ 0,00 وهي أصغر من مستوى الدلالة 0,05، مما يدل على الفروق دالة، ومنه المقياس مميز وصادق ويمكن الإعتماد عليه في الدراسة .

• ثبات المقياس :

لقد تم حساب درجة الثبات للمقياس بطريقة درجة الثبات عن طريق ألفا كرونباخ، وقد بلغت درجة الثبات 0,71 وهي قيمة عالية تجعل من هذا المقياس ثابت وقابل للإستعمال في الدراسة الحالية.

2-3-7-مقياس الذكاء الإنفعالي :

إستخدمنا في الدراسة الحالية مقياس لبارأون وجيمس باركر، الذي أعد وفقا لنموذج لنموذج السمات أو النموذج المختلط وهو من ضمن مقاييس التقرير الذاتي، أعد إستنادا على الأبحاث التي أجراها بارأون على المفهوم، وقد طبق على عينة تعد بالآلاف وعن فئات عمرية تتعدى 16 سنة وعلى مختلف الأجناس البشرية .

(جعيجع وهامل منصور، 2015: 89)

وحسب جعيجع وهامل منصور (2015) فإن المقياس يعتمد على أربعة بدائل لا تنطبق أبدا، تنطبق بدرجة بسيطة، تنطبق بدرجة متوسطة، وتنطبق بدرجة كبيرة، تعطى القيم 1، 2، 3، 4 على التوالي في الفقرات ذات الإتجاه السالب، ويتم عكس الأوزان في العبارات ذات الإتجاه السالب، وترجم المقياس إلى العربية للمرة الأولى من طرف عجوة (2003)، ثم رزق الله (2006)، وفي الجزائر قننه وإستخرج خصائصه السيكومترية جعيجع

(2015) على عينة من (699) طالبا وطالبة تم إختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة بولاية المسيلة. (بشير حبشي ومصطفى لكحل، 2018: 155)

8- الأساليب الإحصائية المستعملة لتحليل النتائج :

• معامل الارتباط بيرسون (R): وهو أحد المؤشرات الإحصائية البارامترية لدراسة قوة وإتجاه العلاقة بين متغيرين كميين، يستعمل هذا المعامل عندما يفترض الباحث أن يكون تغير في المتغير الأول يتبعه تغير في المتغير الثاني .

• المتوسط الحسابي : وهو حساب المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة على بنود المقاييس، ويعد المتوسط الحسابي من مقاييس النزعة المركزية الذي يوضح مدى تقارب الدرجات مع بعضها وإقترابها من المتوسط، وهو مجموع الدرجات المتحصل عليها على مجموع أفراد العينة .

• الإنحراف المعياري : يعتبر الإنحراف المعياري من أهم مقاييس التشتت ويعرف على أنه الجذر التربيعي لمتوسط مربعات القيم عن متوسطها الحسابي والإنحراف المعياري يفيدنا في معرفة توزيع أفراد العينة ومدى إنسجامها .

إختبار (ت) T test : إختيار (ت) هو إختيار بارامتري يعتمد على التوزيع الطبيعي للعينات المدروسة ويستخدم لتحديد مدى دلالة الفروق بين الجنسين .

9- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة :

9-1- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى :

نصت الفرضية الأولى على أنه : " توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين الرفاهية النفسية والذكاء الإنفعالي لدى التلاميذ المراهقين "

جدول رقم (2) يمثل : دلالة العلاقة الإرتباطية بين الرفاهية النفسية والذكاء الإنفعالي لدى التلاميذ المراهقين .

المتغيرات	العينة	معامل الارتباط (R)	مستوى الدلالة
الرفاهية النفسية	80	0.63	0,01
الذكاء الإنفعالي			

يتضح من الجدول رقم (2) وجود علاقة إرتباطية موجبة مرتفعة ودالة بين درجات الرفاهية النفسية ودرجات الذكاء الإنفعالي لدى التلاميذ المراهقين، حيث بلغ معامل الارتباط 0,63 وهو موجب ودال عند مستوى الدلالة 0,01 وهذا يعني أنه كلما إرتفعت درجة الرفاهية النفسية كلما إرتفع الذكاء الإنفعالي، والعكس صحيح كلما إنخفضت درجة الرفاهية النفسية كلما إنخفض الذكاء الإنفعالي لدى التلميذ المراهق.

حيث أن نتائج هذه الدراسة تتفق مع نتائج دراسة Augusta – Landa (2010) التي هدفت إلى التحقق من العلاقة بين الذكاء الإنفعالي والسمات الشخصية والرفاهية النفسية لدى عينة من المراهقين التي كان عددها 259 من الذكور والإناث وقد خلصت نتائجها إلى وجود علاقة إيجابية دالة بين الذكاء الإنفعالي والرفاهية النفسية، وكذلك دراسة صباح مرشود (2020) حول الذكاء الإنفعالي وعلاقته بالرفاهية النفسية

لدى التلاميذ والتي طبقت على 150 طالبا في العراق وتوصلت إلى أن هناك علاقة طردية إيجابية قوية بين الرفاهية النفسية والذكاء الإنفعالي .

كما أكدت دراسات فرانكل (1990) أن الرفاهية النفسية تعتبر المصدر الأساسي الذي يساعد الإنسان على البقاء في أسوأ الظروف، كما يساعده على تجاوز ذاته والتوجه بإيجابية في الحياة نحو المستقبل بتفاؤل من خلال إكتشافه للجوانب الإيجابية والقدرات والإمكانيات التي بداخله بدلا من تركيزه على الجوانب السلبية في شخصيته، وأن من أهم المتغيرات النفسية الحديثة مفهوم الرفاهية النفسية المستوحى من علم النفس الإيجابي والذي جاء كدراسات حديثة حيث يتضمن مجموعة واسعة من الأفكار الإيجابية التي تشمل التقييمات الإيجابية عن الذات و حياة الفرد والشعور بالإستمرار والإعتقاد بالحياة الهادفة وإمتلاك علاقات جيدة مع الآخرين، فالرفاه النفسي له مكانة بارزة لدى مختلف المجتمعات والثقافات ويسعى المجتمع إليه بوضعه هدفاً أسمى للحياة لإرتباطه بالحالة المزاجية الإيجابية والرضا عن الحياة وتحقيق الذات، وبهذا حسب فرانكل كلما زادت الرفاهية زادت الصحة العاطفية . (فتون خروب، 2016: 242)،

2-9- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية :

نصت الفرضية الثانية على أنه : " توجد فروق دالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لدرجات الرفاهية النفسية تبعاً لمتغير الجنس".

جدول رقم (3) يمثل : دلالة الفروق بين الذكور والإناث في درجات الرفاهية النفسية .

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة 'ت'	مستوى الدلالة
الرفاهية النفسية	ذكور	83,13	3,72	1,77	غير دال 0,05
	إناث	81,00	5,48		

نلاحظ من خلال الجدول رقم (3) أن قيمة 'ت' قدرت ب 1,77 وهي غير دالة عند مستوى الدلالة 0,05، وعليه نخلص أنه لا توجد فروق بين الذكور والإناث في الرفاهية النفسية، أي أن الفرضية الثانية لم تتحقق .

ويبدو أن هذه النتيجة قد إتفقت مع العديد من الدراسات السابقة، فعلى سبيل المثال فقد أظهرت نتائج دراسة موسى (2017) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في الرفاهية النفسية والسعادة، كما أظهرت نتائج كل من دراسة كوشنام وآخرون عدم وجود فرق بين الذكور والإناث في الرفاهية النفسية .

3-9- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة :

نصت الفرضية الثانية على أنه : " توجد فروق دالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لدرجات الذكاء الإنفعالي تبعاً لمتغير الجنس".

جدول رقم (4) يمثل : دلالة الفروق بين الذكور والإناث في درجات الرضا المهني.

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة 'ت'	مستوى الدلالة
الذكاء الإنفعالي	إناث	85,89	13,76	2,049	دال عند مستوى 0,05
	ذكور	75,66	19,73		

نلاحظ من خلال الجدول رقم (3) أن قيمة 'ت' قدرت ب 2,049 وهي دالة عند مستوى الدلالة 0,05، وعليه نخلص بأنه توجد فروق بين الذكور والإناث في الرفاهية النفسية لصالح الذكور، أي أن الفرضية الثالثة تحققت، وفعلاً هذا ما بينته العديد من الدراسات التي من بينها دراسة سالم وأحمد (2012) حيث هدفت الدراسة إلى معرفة الذكاء الإنفعالي وعلاقته بمتغير الجنس (ذكر، أنثى)، وتألقت العينة من 200 طالب وطالبة من جامعة بغداد للعام الدراسي (2011، 2012) وتوزعت على 100 طالب و100 طالبة، وتوصلت الدراسة إلى أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فيما يتعلق بالذكاء الإنفعالي لصالح الذكور .
ومن الدراسات التي أظهرت وجود فروق دالة إحصائية في الذكاء الإنفعالي لصالح الذكور دراسات (Fatt et al (2003). (بشير حبشي ومصطفى لكحل، 2018: 69)

خاتمة :

كان الغرض من هذه الدراسة هو البحث عن العلاقة الإرتباطية بين الرفاهية النفسية والذكاء الإنفعالي لدى التلاميذ المراهقين، أين إتمدنا على المنهج الوصفي وباستعمالنا مقياس رالف للرفاهية النفسية، ومقياس لبارأون وجيمس باركر وقد أسفرت نتائج البحث عن :

- توجد علاقة إرتباطية إيجابية بين الرفاهية النفسية والذكاء الإنفعالي لدى التلاميذ المراهقين .
- لا توجد فروق بين الإناث والذكور في الرفاهية النفسية .
- توجد فروق بين الذكور والإناث لصالح الذكور في الذكاء الإنفعالي .

فلا أحد منا ينكر أن مرحلة المراهقة مرحلة مهمة جدا في النمو النفسي لشخصية الفرد خاصة في ظل ما ينتاب المراهق من صراعات نفسية ستلعب الرفاهية النفسية والذكاء الإنفعالي دورا بعيد المدى في حياته النفسية والعاطفية وفي علاقته بغيره وبما يقوم به من خطط للإطلاع بها في المستقبل القريب والبعيد، ولا نبالغ إذا قلنا أن جميع النشاطات الإيجابية في حياتنا سواء كانت فكرا أم عاطفة أم عملا إنما ترتبط بشكل أو بآخر بما يخص الجهاز النفسي .

وسعياً منا لتحقيق الرفاهية النفسية نقترح أنه يتم الإعتناء أكثر بالتلاميذ المراهقين، والأخذ بعين الإعتبار الجانب النفسي الذي يعتبر الركيزة الأساسية للتلميذ.

المراجع :

- 1- جولمان دانييل، (2000): "الذكاء العاطفي"، (ب، س)، عالم المعرفة، الكويت .
- 2- المللي سعاد، (2010): "الذكاء الإنفعالي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى عينة من المتفوقين والعاديين (دراسة ميدانية على طلبة الصف العاشر من مدارس المتفوقين والعاديين في مدينة دمشق)"، مجلة جامعة دمشق، المجلد 26، العدد 3.
- 3- بوغزالة مريم، (2019، 2020): "الذكاء العاطفي وعلاقته بالتفاؤل لدى الطلبة الجامعة"، رسالة ماجستير علم النفس المدرسي، جامعة حماة لخضر الوادي .
- 4- خرنوب فتون، (2016): "الرفاهية النفسية وعلاقتها بالذكاء الإنفعالي (دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية التربية بجامعة دمشق)"، مجلة جامعة الإتحاد العربية للتربية وعلم النفس، المجلد 14، العدد 4.
- 5- أيمن غريب ناصر، (2011): "الذكاء الوجداني كمنبئ لمهارات إدارة الضغوط لدى طلاب جامعة الأزهر"، المؤتمر السنوي السادس عشر، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، مصر.

- 6- جعيج عمر ومنصور هامل، (2015): " تقنين مقياس الذكاء الإنفعالي لبارأون وجيمس باركر على البيئة الجزائرية "، مجلة العلوم الإنسانية والإجتماعية، المجلد 18، العدد 7.
- 7- حبيش بشير ولكحل مصطفى، (2018): الخصائص السيكومترية لمقياس بارأون للذكاء الإنفعالي "، مجلة تطوير، المجلد 2، العدد 5.
- 8- حسين عبد الهادي محمد، (2007): " قياس وتقييم قدرات الذكاء المتعددة "، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 9- أمال جودة، (2006): "الذكاء الإنفعالي وعلاقته بالسعادة والثقة بالنفس لدى طلبة جامعة الأقصى"، مجلة جامعة النجاح للأبحاث، المجلد 21، العدد 3.
- 10- عبده عبد الهادي، عثمان فاروق، (2002): " القياس والإختبارات النفسية"، دار الفكر العربي، القاهرة .

التأثيرات الخفية للمشاعر والعواطف على الصحة النفسية والجسدية

د. لزغد راضية، مركز البحث في الاقتصاد المطبق من أجل التنمية، الجزائر

rlezeghed@gmail.com

د. محروق رقية، جامعة جيجل، الجزائر

mahroukroukia889@gmail.com

الملخص:

تلعب العواطف دورًا محوريًا في التصرفات البشرية كما أنّ لها دوراً أساسياً في دراسة الأمراض النفسية، وتُعرف العواطف بأنها ترجمة خارجية أو داخلية للحالات والمشاعر الناتجة عن تعديلات في المعدلات العصبية وقد ينتج عنها تصرفات غريزية أحيانا، فتترك أثرها على الصحة النفسية والجسدية اللتان تعتبران وجهتان لعملية واحدة، وتؤثر كل منهما على الآخر بشكل كبير، ليس هذا فحسب هناك جانب آخر من الصحة ألا وهي الصحة الاجتماعية للإنسان فباعتباره كائن اجتماعي، ومنذ يوم ولادته يبدأ باستكشاف الكون وتكوين العلاقات التي ستعزز من قدرته على البقاء والتطور كما تعد الصحة الاجتماعية أحد الأعمدة الرئيسية للصحة العامة، فقد عرفت بأنها قدرة الفرد على التعامل مع المتغيرات الاجتماعية المختلفة، ويتضمن ذلك زيادة شعوره بالسعادة والرضا، والانتماء للمجتمع، بالإضافة إلى قدرته على التعاطف مع الآخرين وتهدف الصحة الاجتماعية ومكوناتها إلى رعاية وترقية صحة الإنسان في مكوناتها الجسمية والعقلية والنفسية والروحية، ويعد ارتباط الصحة العاطفية بالصحة الجسدية ارتباطاً وثيقاً إذ أنّ الأشخاص الذين يعانون من قدر كبير من التوتر والقلق والمشاعر السلبية قد يصابون أحياناً ببعض المشاكل الصحية الأخرى، كما ترتبط الصحة العاطفية بالصحة العقلية بل هي جزء منها؛ فالصحة العاطفية ترتبط بشكل أكبر بالتنظيم العاطفي والوعي والقدرة على التأقلم لتحقيق التوافق الشخصي مع ذاته ومنه مع الآخر، وعليه فإن هدفنا من خلال هذه المداخلة محاولة فهم العلاقة بين الصحة العاطفية والصحة الجسدية والنفسية وعلاقة كل ذلك بالتوازن الاجتماعي.

الكلمات المفتاحية:

المشاعر، العواطف، الصحة النفسية، الصحة الجسدية، التوازن الاجتماعي.

مقدمة:

إن المشاعر الإيجابية تساعد في بناء الصحة أما المشاعر السلبية فتضرها فالمشاعر التي تنتاب الشخص ما بين السلبية والإيجابية هي جزء من الصحة العاطفية ولها أهمية قصوى في الحفاظ على الصحة لفترة أطول وإذا كانت العاطفة سليمة لدى الشخص.. كان التفكير سليماً وإذا أصابها خلل ما تعرضت للأخطاء والانفعالات الكثيرة فالعاطفة عنصر يوازى في أهميته سلامة البدن،

لذا فإن التحكم في العاطفة والحفاظ على الخيارات العاطفية الإيجابية تؤثر في النهاية على مستوى الصحة والطاقة لجسم الإنسان، والصحة بكافة أنماطها والمعافاة من الأمور الأساسية لتوطيد قدرتنا الجماعية والفردية على التفكير التآثر والتفاعل مع بعضنا البعض كبشر والتمتع بالحياة والقيام بالأعمال المثمرة. وعلى هذا الأساس، يمكن اعتبار تعزيز الصحة العاطفية وحمايتها واستعادتها شاغلاً حيوياً للأفراد والجماعات في كافة المجتمعات.

1. تحديد المفاهيم :

مفهوم الصحة العاطفية:

تُعدّ الصحة العاطفية أحد جوانب الصحة النفسية وهي تمثل مدى وعي الفرد بمشاعره الإيجابية والسلبية وقدرته على التعامل السليم معها، حيث أن الأشخاص الأصحاء عاطفياً يتمتعون بطرق جيدة للسيطرة على مشاعرهم السلبية، وهم يعرفون أيضاً متى يتواصلون مع متخصصين للحصول على المساعدة، الصحة العاطفية أحد جوانب الصحة النفسية التي تنعكس كُلياً على صحة الجسد، وهي جملة الفوائد بأنها ترفع من تقدير المرء لذاته وتحافظ على طاقته للاستفادة منها بما هو مُجدي، لذا وجب الاهتمام بمستوى الصحة العاطفية عن طريق تقوية الروابط الاجتماعية والحد من التوتر.

تمثل العواطف مكوناً أساسياً في وجودنا، فهي التي تحركنا، وتدفعنا، وتمثل مصدراً للألم والمتعة والمعرفة بالمواقف التي نعيشها، والعلاقات التي نصنعها. ومع أن دراسة العواطف ظلت لفترة طويلة موضوعاً أساسياً في التحليل النفسي، إلا أن علماء الاجتماع اهتموا في السنوات الأخيرة بالجوانب الاجتماعية للعواطف، حيث تناولوا الوظائف الاجتماعية لها، وكيف تسهم العوامل الاجتماعية والثقافية في صياغة التعبير عنها

والحقيقة أن ثمة اهتماماً متزايداً بسوسيولوجيا العواطف في العقود الأخيرة، وذلك نتيجة إعادة قراءة أعمال بعض الرواد خاصة أعمال إرفنج جوفمان حيث ظهر عدد كبير من الكتب والمقالات في هذا المجال، وأسست الجمعية الأمريكية لعلم الاجتماع قسماً خاصاً لعلم اجتماع العواطف والمعروف أن علم الاجتماع قد بدأ كنسق معرفي بدراسة المجتمع مع الاهتمام بالنظم الاجتماعية الرئيسية فيه كالأسرة والاقتصاد والدين والسياسة كونت وسان سيمون وماركس ودوركايم وسبنسر وفيبر ووسيمل ومانهايم وكولي وميد هذه الموضوعات العامة في أعمالهم الأصلية الأولى التي كانت بمثابة التحليلات العلمية الأولى للمجتمع. بيد أنه على الرغم من اهتمامهم بالقضايا الكبرى وأبعادها التاريخية والتطورية إلا أن هؤلاء المفكرين قد رصدوا بعض القضايا الصغرى، فنجد أن موضوعات مثل السعادة الفردية، اليأس المفضي للانتحار. إلخ، من حيث بنائها وتطورها ووظائفها، وقد تناول الرواد الأوائل للعلم الاغتراب الوعي التعصب الديني التقدير الذاتي والحب قد وجدت مكانها في الأعمال السوسيولوجية المبكرة

وهكذا أصبح علم الاجتماع يدرس عواطف كالحياء والكبرياء والحب والكراهية والرغبة والدهشة والملل والحزن، وي طرح أسئلة عن كيفية تأثير الثقافة على تنمية مثل هذه العواطف والإحساس بها، واكتسابها، وتحولها، والتحكم فيها في الحياة اليومية، وتبريرها وإضفاء الشرعية عليها من خلال تفسيرات معينة فهذا

الميدان في أوسع تعريف له يتناول بالدراسة العلاقات بين المشاعر من ناحية والثقافات والأبنية والتفاعلات من ناحية أخرى.

إن العواطف وفق التحليل السيولوجيا تمثل رابطاً مفصلياً بين المجتمع والمجالات الأكثر شخصية في حياة الأفراد وتربط بين الجوانب العقلية والعضوية في وجودنا، ولذلك فإن دراسة العواطف تمثل قضية بالغة الأهمية في فهم إشكالية العلاقة بين العقل والجسد، وعلى هذا الأساس، فقد تبلورت ثلاثة نماذج للتحليل:

النموذج الأول وهو النموذج العضوي يرى أن المشاعر تتخلق وتحدث داخل الشخص، ويتم الإحساس بها جسدياً، ثم يتم تفسيرها بعد ذلك.

النموذج الثاني وهو التحليلي فيؤكد أن المشاعر تتأسس اجتماعياً، وأنها لا تعبر عن حالات داخلية، وإنما هي عبارة عن معانٍ ثقافية يتم إضافتها على الأحاسيس، حيث نجد أن الإحساس الواحد يمكن أن نضفي عليه معانٍ مختلفة فالألم والحب والغضب على سبيل المثال ليست أحاسيس عامة، بل تضفي عليها معانٍ مختلفة في الثقافات المختلفة، ويتم الإحساس بها في الغالب بأساليب تختلف من ثقافة لأخرى .

أما النموذج التحليلي الثالث والأخير فهو ذلك الذي يتبناه التفاعليون الذين يفسرون المشاعر باعتبارها ثمرة من ثمرات التفاعل بين البيئة والجسد.

مفهوم الصحة النفسية:

إن مفهوم الصحة النفسية يتمثل في مدى أو درجة التوافق الداخلي بين دوافع الفرد ونوازعه المختلفة وفي التوافق الخارجي في علاقاته ببيئته المحيطة بما فيها من موضوعات و أفراد⁵²

تعريف أوردوس وآخرون 1992 الصحة النفسية عبارة عن حالة توازن بين الموارد الفيزيولوجية والنفسية والاجتماعية، و آليات الحماية والدفاع للعضوية من جهة وبين التأثيرات الكامنة المسببة للمرض للمحيط الفيزيائي والبيولوجي والاجتماعي من جهة أخرى⁵³

هذا التعريف يركز على عناصر الحماية الشخصية لأن فقدان التوازن الفيزيولوجي يؤدي إلى إصابة الفرد بأمراض سوء التكيف التي تتمثل في أمراض البسيكوسوماتية بسبب فقدان الأعضاء الحيوية القوى اللازمة للصدوم

ويمكن تعريف الصحة النفسية بأنها حالة دائمة نسبياً ويكون فيها الفرد متوافقاً نفسياً شخصياً وانفعالياً واجتماعياً أي مع نفسه وبيئته ويشعر بالسعادة مع نفسه والآخرين ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن ويكون قادراً على مواجهة مطالب الحياة وتكون شخصية متكاملة سوية ويكون سلوكاً عادياً ويكون حسن الخلق بحيث يعيش فيه بسلاماً

⁵² نبيه إبراهيم اسماعيل عوامل الصحة النفسية السليمة ، الطبعة الأولى ، ايتراك للنشر والتوزيع ، مصر، 2001 ، ص 30 .
⁵³ السيد فهمي علي: علم النفس الصحة، دار الجامعة الجديدة الاسكندرية، 2009، ص 25.

مفهوم الصحة النفسية للفرد هي الحالة النفسية العامة للفرد والصحة النفسية السليمة هي حالة تكامل طاقات الفرد المختلفة بما يؤدي الى احسن استثمار لها وتحقق وجوده اي تحقيق انسانيته فالصحة النفسية ذات مفهوم واسع غير محدد وهو مفهوم ثقافي ونسبي بطبيعته وهو متغير بتغير ما يجد عليه من معلومات عن الحياة وما ينبغي ان تكون عليه كما انه يتغير بما نكتشفه عن انفسنا وسلوكنا وما يجب ان نصل اليه في حياتنا .

ويمكن تعريف الصحة النفسية أيضا انها حالة إيجابية تتضمن التمتع بصحة العقل وسلامة السلوك وليست مجرد غياب والخلو أو البرء من اعراض المرض النفسي وانظر إلى تعريف منظمة الصحة العالمية للصحة بأنها حالة من الراحة الجسمية والنفسية والاجتماعية وليست مجرد عدم وجود المرض.

2. الصحة العاطفية مرتبطة بالصحة النفسية:

ترتبط الصحة العاطفية بالصحة العقلية بل هي جزء منها؛ ولكن الصحة العاطفية ترتبط بشكل أكبر بالتنظيم العاطفي والوعي ومهارات التأقلم، فمن الممكن أن الشخص يعاني من مرض عقلي أو أيام سيئة ولا يزال يتمتع بصحة نفسية جيدة، وغالبًا ما يكون للأمراض النفسية أسباب أعمق مثل اختلال التوازن الكيميائي أو الصدمة ، مما يعني أنه يمكن استخدام وتعلم مهارات التنظيم العاطفي من قبل الأشخاص المصابين أو غير المصابين بمرض نفسي

الصحة الجسمية من العوامل التي تساعد على التكيف السوي فباستطاعة الفرد الذي ينعم بصحة جسمية جيدة أن يواجه مطالب التكيف مع البيئة بنجاح، إذ تقتضي عملية التكيف أن يتمتع الانسان بقدر مناسب من الصحة الجسمية التي تمكن الفرد من بذل الجهد المناسب لمواجهة حالات التوتر والضغط التي يتعرض لها بينما يضعف المرض قدرة الفرد في مواجهة الضغوط النفسية⁵⁴.

نستنج مما سبق ن الصحة الجسمية ا وحدها غير كافية فإذا كان الفرد يتمتع بصحة جسدية وفي نفس الوقت يعاني من اضطراب نفسي معين فإنه لن يتمكن من مواجهة صعوبات الحياة بسهولة ، لأن هناك حاجز نفسي يحول دون تحقيقه لما يواجهه من أزمات وأحداث حياته والعكس صحيح، بحيث إذا كان الانسان يعاني من خلل عضوي فإن هذه الاصابة تعيق حياته ، وتؤثر على صحته النفسية بسبب شعوره بالنقص، كمثال الاعاقة الحركية نقص عضوي تؤثر على الحالة النفسية ككل.

التوازن الاجتماعي :

هناك من يعبر عنه بالتوافق الاجتماعي : ويقصد به حسن التكيف مع الآخرين في المجالات الاجتماعية التي تقوم على العلاقات بين الأفراد، وأهمها الأسرة والحياة المهنية ويتضمن نجاح الفرد على إقامة علاقات اجتماعية راضية ومرضية⁵⁵

⁵⁴ موسى جبريل نزيه حمدي وآخرون، التكيف والرعاية النفسية ، الشركة العربية للتسويق والتوريدات، مصر، 2009، ص 84
رشاد عبد العزيز علي موسى ، الصحة النفسية، الطبعة الأولى، دار النهضة العربية، القاهرة، 2000، ص 25.⁵⁵

وتعتبر العلاقات الاجتماعية مما تقدمه من دعم اجتماعي مصدر من مصادر الصحة النفسية

3. أهمية الصحة العاطفية للفرد والمجتمع:

أهمية الصحة العاطفية للذات:

عندما يتمتع الفرد بالصحة بكافة جوانبها تساعده على التوافق مع الآخرين، لأن الرضا عن النفس يساعد على فهم حاجات الذات وحاجات الآخرين بالمثل، كما أن تمتع الفرد بالصحة يشعره بالسعادة وتكون حياته خالية من التوتر والضغط التي تصيب من مخاطر إصابته بالاضطرابات النفسية والبدنية بالمثل، كما تجعل الفرد أكثر نجاحاً في إدارة انفعالاته في مختلف المواقف والأزمات

والهدف النهائي للصحة النفسية هو تحقيق أكبر عدد من الأفراد الأسوياء داخل محيطهم الاجتماعي،

أهمية الصحة العاطفية للمجتمع:

الصحة العاطفية السليمة هامة للمجتمع بكافة فئاته المختلفة، فداخل نطاق الأسرة تؤدي التي تماسك أفراد الأسرة، وهذا يؤدي بدوره إلى خلق جو ملائم لنمو شخصية الطفل، وبالتالي تجعل الأفراد أكثر قدرة على الإبداع والتكيف الاجتماعي. وبالنسبة للمؤسسة التعليمية فالصحة العاطفية السليمة التي تربط بين الأسرة والمدرسة تنعكس إيجابياً على النمو النفسي والمعرفي للطلاب، وتوافرها في محيط العمل تحول دون التمزق النفسي وعدم التكامل المهني بين العاملين وبين مؤسساتهم من جهة، وبين قدراتهم النفسية من جهة أخرى وكل هذه العلاقات الصحية السليمة تعمل على نشأة مجتمع متماسك سوى.

تأثير الصحة العاطفية على صحة البدن :

يعد ارتباط الصحة العاطفية بالصحة الجسدية ارتباطاً وثيقاً فإن الأشخاص الذين يعانون من قدر كبير من التوتر والقلق والمشاعر السلبية قد يصابون أحياناً ببعض المشاكل الصحية الأخرى، وذلك نتيجةً لسلوكيات تتبع تلك الحالة النفسية، فعلى سبيل المثال يستمتع بعض الأشخاص بتدخين السجائر أو شرب الكحول كوسيلة لتخفيف التوتر، فإن هذه العادات تعرضهم لخطر أكبر للإصابة ببعض الأمراض مثل، السرطان، أمراض القلب.

بعبارة أخرى فإن تعرض الشخص للضغط أو حدوث توتر في علاقاته مع الآخرين. فهذه المشاعر السلبية تؤثر على صحة الجسم وتعرضه للإجهاد وللغلة، فعندما يستحضر الشخص صور المشاكل التي تعرض لها في ذهنه ينشط الجزء في الدماغ الذي يسبب الألم الجسد وهذا الألم الجسدي يفسر لنا مدى تأثير صحة البدن بحالته النفسية والعاطفية التي يكون عليها الشخص ومن علامات تأثير الصحة الجسدية:

ضعف الجهاز المناعي ويكون أكثر عرضة للعدوى.

تأثر الجهاز الهضمي وخاصة المعدة التي يصاب الشخص فيها بالآلام وبتشنجات.

اضطرابات الشهية سواء من الإفراط في تناول الطعام أو عدم الرغبة في تناوله.

نزيف من الأنف.

ارتفاع ضغط الدم.

نستنتج مما سبق مدى انعكاس الصحة العاطفة على صحة الجسد، حيث إن العمل على صحتنا العاطفية يؤتي ثمار أهميته على الفرد كآتي:

المرونة في الإجهاد :

وذلك لأنّ الصحة النفسية الجيدة تكسب الفرد مهارة التعامل مع الضغوطات والسيطرة على الأفكار السلبية بمرونة عالية مما ينعكس إيجابًا على صحة الجسد، والعكس صحيح حيث أظهرت الأبحاث أن الاضطراب العاطفي يجعل الفرد أكثر عرضة للإصابة بالأمراض الجسدية من خلال تأثيره على جهاز المناعة،

علاقات اجتماعية أعمق وأكثر نجاحًا :

وذلك لأن الفرد المتمتع بصحة نفسية جيدة يكون مجهزًا بالمهارات اللازمة لإدارة عواطفه، مما يسهل عليه التواصل مع الآخرين وإظهار المزيد من التعاطف والرحمة.

ارتفاع احترام وتقدير الذات :

تساعد الصحة العاطفية الجيدة على رؤية الأفضل في نفسك على الرغم من التحديات، وذلك لأن أفكاره ومشاعره تؤثر على الطريقة التي يشعر بها الشخص تجاه نفسه.

الحفاظ على الطاقة:

إن الصحة العاطفية السيئة تستهلك الموارد النفسية وتؤدي إلى الإرهاق والتعب وصرف طاقة الشخص فيما لا يفيد بالمقابل إن امتلاك نظرة إيجابية للحياة تزيد مستوى النشاط والتركيز والتفكير بشكل أكثر وضوحًا فيتم استغلال طاقة الجسم بطريقة هادفة.

طرق لتحسين العاطفة: الحياة اليومية الزخمة بالتحديات والمشاكل تتطلب منا قدرات جيدة لتعامل معها وتجاوزها لتحقيق أفضل النتائج، وهذا مُحال دون صحة عاطفة جيد، ومن أبرز طرق تحسين الصحة العاطفية والنفسية ما يأتي :

التمسك بالمشاعر الإيجابية لفترة أطول وتقدير الأوقات الجيدة مما يجعل الشخص يبدو مشرقًا مقبلاً على الحياة

الحد من التوتر السلبي والتعامل مع التحديات على أنها فرصة للاندفاع نحو الأفضل

الحصول على قسط كافي من النوم

تعامل مع الخسارة سواء كانت بفقد عزيز أو خسارة مادية على نحو إيجابي بدعم من العائلة والأصدقاء

تقوية الروابط الاجتماعية الجيدة

4. الجودة المادية تتكامل مع الجودة النفسية والعاطفية:

إذا كان مجال الاقتصاد يفرض معايير جودة وإدارة شاملة لها وإنتاجية عالية قادرة على الصمود وحدها في وجه تيار التنافس .. إلا أن هذه المعايير مشروطة ولا تتحقق إلا بجودة الأداء الإنساني وبالتالي ليس هناك من جودة إنتاجية من دون الحديث عن الكفاءات النفسية للشخص المنتج فالجودة المادية تتكامل مع الجودة النفسية حيث أن الجودة النفسية من أصل جودة الحياة وهي أساس للإنماء الإنساني وفقاً لمستويات ومعايير الصحة النفسية .

المزيد عن مؤشرات جودة الحياة : هناك الكثير من علماء النفس يؤكدون أنه من المفروض على المدارس اليوم أن تقوم بتنمية مهارات الحياة والنجاح فيها ومن أهمها تنمية الذكاء الانفعالي والمعرفة لكل مراحل النمو العاطفي لمعرفة متطلبات كل مرحلة من الحاجات، لأن البناء السليم منذ البدء أيسر من ترميم الخلل الموجود، ويؤكدون على ضرورة تلازم مساري التعليم الأكاديمي والتعليم الانفعالي من خلال توفير محيط عاطفي للتعليم .

كما أن قدرة الإنسان على التكيف مع الآخر والإصغاء له واحترامه وكيفية التعامل معه هو محورية من محاور الصحة العاطفية في التنمية البشرية.

الصحة النفسية تدعم الصحة البدنية :

إن الصحة النفسية والاستقرار النفسي يساعدان الفرد على تدعيم صحته البدنية والصحية، فهناك علاقة وثيقة بين الصحة البدنية، فالكثير من الاضطرابات النفسية تظهر على هيئة أعراض مرضية جسدية كما أن الاضطراب النفسي والانفعالي قد يؤدي إلى ظهور أشكال مختلفة من الأمراض الجسدية كضغط الدم ، مرض السكر، قرحة المعدة، وغيرها من الاضطرابات التي تؤثر على حالة الفرد الصحية والبدنية⁵⁶

5. الذكاء العاطفي : علاقة بين العقل والعاطفة

الذكاء العاطفي يشمل بشكل أساسي كيفية استخدام العواطف بذكاء في العلاقات المختلفة أو كيفية ربط الذكاء بالعاطفة سواء أكان ذلك في العلاقات المهنية.. الاجتماعية .. الزوجية

وينطبق هذا الذكاء العاطفي على الأطفال بالمثل وهي مهارات يمكن تعليمها للأطفال لنوفر لهم فرصاً أفضل، أي كانت ملكاتهم الذهنية وتتضمن هذه المهارات التي يمكن تنميتها ضبط النفس والحماس والمثابرة والقدرة على تحفيز النفس

علاقة العقل بالعاطفة :

⁵⁶ عبد الحميد محمد شاذلي، 1998، 28ص . الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية ، المكتب العلمي للكمبيوتر للنشر والتوزيع، ط1 ، مصر

إن العلاقة ما بين العقل والعاطفة علاقة شائكة عند الكثير من الأشخاص حيث يعتقدون أن التفكير الجيد لا وهذا يقودنا إلى القول أن المشكلة لا تكمن في العاطفة في حد ذاتها بقدر ما تتعلق بتناسب العاطفة و لملاءمتها للموقف وكيفية التعبير عنها يستقيم إلا بغياب العاطفة فليس المطلوب هنا تنحية العاطفة جانباً بقدر محاولة إيجاد أو خلق التوازن بين التفكير العقلاني والعاطفة.

فإذا تحلى الإنسان بالذكاء العاطفي فسوف يكون قادراً على بلورة علاقاته بشكل فعال وإيجابي مع الآخرين وعدم السماح للمشاعر السلبية بأن تطفئ أو تسيطر على علاقاته، مما يجعله يجد دائماً الرغبة والحافز لاستكمال حياته.

فيمكن لأي شخص أن يتحلى بهذا النوع من الذكاء التي تتلخص خطواته في أن نشارك الآخرين بأروع ما لدينا من مشاعر وأفكار وأعمال إيجابية، كالابتسامة الصادقة أو إطراء جميل يشعر الآخر كم هو محبوب ومرغوب ومميز في نظرنا، وأن نعطي العلاقة ما تستحق من انتباه وعناية مستمرة في أوقات الفرح والمحنة أيضاً .

نشأة مصطلح الذكاء العاطفي

وعن نشأة مفهوم الذكاء العاطفي فيمكن إرجاعه إلى "تشارلز داروين" فقد ركز على أهمية التعبير العاطفي من أجل البقاء

كما أشار الباحثون إلى أن الذكاء العاطفي جذوره ممتدة في مفهوم الذكاء الاجتماعي الذي أول من عرفه روبرت ثورندايك Robert Thorndike عام 1920 ومنذ ذلك التاريخ وعلماء النفس يحاولون إزاحة الستار عن أنواع الذكاء التي صنفتها تحت ثلاث مجموعات⁵⁷ :

الذكاء المجرد (القدرة على فهم الرموز اللفظية والرياضية والقدرة على التعامل معها).

الذكاء الحسي (القدرة على فهم الأشياء الحسية أو المادية والقدرة على التعامل معها).

الذكاء الاجتماعي (القدرة على فهم الناس والانتماء لهم).

أما دافيد ويكسلر عام 1940 فقد عرف الذكاء بالقدرة الشاملة على التصرف وعلى التفكير بعقلانية وعلى التعامل مع البيئة المحيطة بفاعلية .

ويظهر هوارد جاردنر عام 1983 ليذكر في كتابه أطر العقل أن الذكاء أنواعه متعددة وبالتحديد أشار إلى نوعين من الذكاء يتقاطعان مع ما يسمى بالذكاء العاطفي وهما الذكاء الاجتماعي والذكاء الشخصي .

⁵⁷ Peter E. S. Freund, The expressive body: a common ground for the sociology of emotions and health Health & Illness Vol12, No. 4, 1990 and illness, Sociology of

ثم في سنة 1990 استخدم سالوفي وماير مصطلح الذكاء العاطفي لأول مرة حيث وصف الذكاء العاطفي على أنه نوع من الذكاء الاجتماعي المرتبط بالقدرة على مراقبة الشخص لذاته ولعواطفه وانفعالاته ولعواطف وانفعالات الآخرين والتمييز بينها واستخدام المعلومات الناتجة عن ذلك في ترشيد تفكيره وتصرفاته وقراراته .

ومنذ إصدار دانيال جولمان كتابه الأول عام 1995 أصبح مصطلح الذكاء العاطفي من أهم المواضيع انتشارا وتداولاً بين دوائر الشركات العالمية الكبرى وكذلك بنفس الاهتمام على مستوى المؤسسات التعليمية في الجامعات وفي المدارس .

6. المكونات التي يتشكل بها الذكاء العاطفي عند الإنسان

أما المكونات والعناصر التي تشكل الذكاء العاطفي كما لخصها دانيال جولمان هي كما يلي

الوعي الذاتي: وهو القدرة على التصرف والقدرة على فهم الشخص لمشاعره وعواطفه هو وكذلك الدوافع وتأثيرها على الآخرين من حوله .

ضبط الذات وهو القدرة على ضبط وتوجيه الانفعالات والمشاعر القوية تجاه الآخرين.

الحافز وهو حب العمل بغض النظر عن الأجور والترقيات والمركز الشخصي

التعاطف وهو القدرة على تفهم مشاعر وعواطف الآخرين وكذلك المهارة في التعامل مع الآخرين فيما يخص ردود أفعالهم العاطفية

المهارة الاجتماعية وهي الكفاءة في إدارة العلاقات وبنائها والقدرة على إيجاد أرضية مشتركة وبناء التفاهات .

فبناء الذكاء العاطفي لأي شخص يتم بالمكونات السابقة، وعندما تتوافر له هذه المقومات فسوف يكون هذا النوع من الذكاء الذي يرتبط بالعقل له أكبر الأثر عليه طيلة حياته.

الذكاء العاطفي مفتاح للنجاح: إن ذكاء العقل الذي يمتزج مع العاطفة والوجدان له آثار إيجابية متعددة فعلى مستوى علاقة الفرد بذاته فالذكاء الانفعالي يمنحه القدرة على التعرف على مشاعره وانفعالاته، وعلى التمييز بينها، والقدرة على التحكم فيها، والقدرة على التعامل بخبرة مع المشاعر السلبية كالشعور بالإحباط الناتج عن تراكم ضغوط الحياة، هذه القدرة تمكن الفرد من استخدام أو توظيف مشاعره للوصول إلى قرارات صائبة في الحياة،

وعلى مستوى علاقة الفرد بالآخرين، فإن الذكاء الانفعالي يتضمن قدرة الفرد على فهم مشاعر الآخرين وتوقع ردود أفعالهم، وهو أيضا يتضمن المهارات الاجتماعية اللازمة لبناء علاقات جيدة بالآخرين والتعامل مع النواحي الانفعالية في العلاقات على المستوى الشخصي والمهني، كما يتضمن كذلك القدرة على إقناع وقيادة الآخرين.

أما في مجال العمل قد تبين أن غياب هذا الشكل من الذكاء في العلاقات المهنية قد يعرض وجودها إلى أخطار وصعوبات كثيرة ذلك أن هيمنة الانفعالات السلبية في العلاقات داخل المؤسسة الواحدة أو بين الموظفين بعضهم البعض أو في علاقاتهم مع صاحب العمل مثل التكبر وغياب التقدير المتبادل واعتماد العلاقات على التهديد ، كل ذلك ينتج عنه ضعف في الإنتاجية وارتكاب الأخطاء بشكل مستمر وعدم انخراط الموارد البشرية في تنمية الأعمال، إضافة إلى هجرة الكفاءات للبحث على فرص أكثر متعة.

مما أدى إلى لجوء الشركات الكبرى إلى تبني الذكاء العاطفي ووضعه في برامج التدريب مما ساعدت الموظفين وجعلتهم يتعاونون بصورة أفضل من ذي قبل وطورت حوافزهم مما أدى إلى زيادة الإنتاج والأرباح ، ومن هنا يجب اعتبار الذكاء العاطفي بمكوناته وعناصره وسيلة ثالثة بالإضافة إلى المهارات الفنية والقدرات العقلية، المعرفية عند التوظيف أو التطوير أو الترقيات إلى آخر هذه المهمات.

على المستوى التعليمي فإن العديد من الآباء والتربويين قد انزعجوا في الآونة الأخيرة من مستويات المشاكل التي يصادفها طلاب المدارس التي تتراوح من احترام الذات المنخفض إلى سوء استعمال المخدرات والكحول إلى الإحباط، فلجئوا بكل قوة إلى تعليم الطلاب المهارات الضرورية للذكاء العاطفي.

7. أهمية الصحة النفسية للفرد :

للصحة النفسية الأهمية الكبرى التي تعود على الفرد والمجتمع، فهي تزرع السعادة والاستقرار والتكامل بين الأفراد، كما لها الدور المهم في اختيار الأساليب العلاجية السليمة والمتوازنة للمشكلات الاجتماعية التي قد تؤثر في سائلة عملية النمو النفسي للفرد، ويمكن تلخيص بعض النقاط المهمة أهمية الصحة النفسية على النحو الآتي :

الاستقرار الذاتي للفرد، فتكون حياته خالية من التوترات والمخاوف والشعور الدائم نسبيًا بالهدوء والسكينة والأمان الذاتي

إن الصحة النفسية تنشأ أفراد مستقرين وأسوياء ، فكلما كان الأهل يتمتعون بالقدر المناسب من الصحة النفسية كانت إمكانية تنشئتهم لأطفال أسوياء نفسياً أكبر، فالأسرة المستقرة نفسياً تتمتع بالتماسك والتآزر والقوة الداخلية والخارجية وبالتالي فهي تزيد المجتمع قوة وتماسكاً .

الصحة النفسية فعالة لذات الفرد فهي تتيح له الفرصة بفتح أفق نفسه والقدرة على فهم ذاته والآخرين من حوله، وتجعله أكثر مقدرة على سيطرة وضبط العواطف والانفعالات والرغبات ، وتوجيه السلوك بشكل سليم بعيداً عن الاستجابات السوية

تمنح الفرد بالصحة النفسية تجعله أكثر قابلية للتعامل الإيجابي مع المشكلات المختلفة وتوازن الانفعالات عدن الوقوع تحت الضغوط الحياتية المختلفة، والتغلب عليها، وتحمل المسؤوليات دون الهرب والانسحاب .

الصحة النفسية تجعل الفرد متوافقاً مع ذاته متكيفاً مع مجتمعه فغالباً ما تكون سلوكياته سليمة ومحبوبة ومرضية لمن حوله.

كما أن للصحة النفسية الأهمية الكبرى على الصعيد الاقتصادي والمجالات الإنتاجية ، وتحقيق مبدأ التنمية الاجتماعية ، إذ إن الفرد المتمتع بالصحة النفسية قابل لتحمل المسؤولية واستعمال طاقاته وقدراته وكفاءته إلى الحد الأقصى فالشخصية المتكاملة للفرد تجعله أكثر فاعليه إنتاجيه

8. الصحة النفسية للمجتمع

والصحة النفسية تهتم بدراسة وعلاج المشكلات الاجتماعية الوثيقة الصلة بتكوين ونمو شخصية الفرد والعوامل المحددة لها مثل مشكلات الضعف العقلي والتأخر الدراسي والنجاح والانحرافات الجنسية ... إلخ وهذا من أهم ما يمكن بالنسبة للمجتمع كذلك فإن الصحة النفسية تساعد في ضبط سلوك الفرد وتوجيهه وتقويمه في الحاضر بهدف تحقيق أفضل مستوى ممكن من التوافق النفسي كمواطن صالح في المجتمع

9. تلعب الصحة النفسية دورًا مهمًا في العلاقات

غالبا ما يشعر الفرد المتمتع بالصحة النفسية السليمة بالطمأنينة والسعادة والابتهاج والفرح ، وبالراحة النفسية والسكينة والتسامح إزاء الذات والآخرين ، كما يبدي شعورا بالأمل والتفاؤل مما يؤثر بشكل إيجابي وفعال على معنوياته ويعطيه مزيدا من الدافعية لبذل الجهد والنشاط عموما أو اشباع حاجاته النفسية الأساسية والاقبال على الحياة أو دراك قيمتها وتقديرها حيث يرى أن فيها ما يجب الكفاح لأجله وعليه تعد مقدرة الفرد على بناء الروابط الأسرية المتينة وعلى الإسهام بدور إيجابي في المناسبات الاجتماعية وعلى إقامة وتكوين علاقات إنسانية وصدقات ناجحة مع الآخرين والاندماج مع الآخرين في محيط السكن والدراسة والعمل والتي تشبع حاجاته إلى الانتماء وتقدير الآخرين لذلك فإستمتاعه بهذه العلاقات يعد سندا وجدانيا هاما ومقوما أساسيا من مقومات الصحة النفسية⁵⁸

ويعتبر الارتباط بين الصحة النفسية والعلاقات من أكثر الأسباب إلحاحًا لأهميتها. قد يكون للأمراض النفسية تأثير على كيفية تفاعلنا مع أصدقائنا وعائلتنا.

غالبًا ما تؤدي الأمراض النفسية إلى العدوانية السلبية والعداء وعدم القدرة على المشاركة في الأنشطة الاجتماعية. مما قد تصل لدرجة الصراعات مع أصدقائنا وعائلتنا.

المرض النفسي لديه القدرة على إجبارنا على الإطاحة بأحبائنا دون سبب واضح.

يمكن أن تساعدنا الرعاية الذاتية للصحة النفسية، والأدوية، إذا لزم الأمر، على عيش حياة مستقرة ذهنيًا مع الحفاظ على علاقاتنا أيضًا.

10. الصحة النفسية تؤثر على الصحة البدنية

⁵⁸ عبد المطلب أمين القريطي، 1998، ص 70.

لكي نفهم علاقة الصحة النفسية بالصحة الجسدية علينا أن نلقي الضوء أولاً على أحدث النظريات العلمية التي تفسر أسباب الأمراض النفسية وتشرحها. تطورت هذه النظريات بشكل كبير خلال النصف الثاني من القرن العشرين وحدثت تغييرات جذرية فيها، وقد أدت مجمل هذه التطورات إلى ربط أكبر بين الأمراض النفسية والعوامل البيولوجية العضوية في الجسم. الصحة النفسية والصحة الجسدية وجهان لعملة واحدة ينص دستور منظمة الصحة العالمية على أن الصحة هي حالة من السلامة الكاملة جسدياً ونفسياً واجتماعياً، وليست مجرد انعدام المرض أو العجز، وبحسب هذا التعريف تعتبر الصحة النفسية جزءاً أساسياً لا يتجزأ من صحة الإنسان ككل. يعتقد علماء النفس المعاصرون أن الصحة النفسية تتجاوز مفهوم خلو الشخص من الاضطرابات النفسية المعروفة إلى حالة من العافية التي يمكن للفرد أن يُكرس فيها كل قدراته للعيش والعمل بفعالية والإسهام بدوره الطبيعي في العائلة والمجتمع

هناك ارتباط بين صحتنا النفسية وصحتنا الجسدية

يمكن للمرض العقلي أن يسبب التوتر ويؤثر على جهاز المناعة لدينا

نتيجة لذلك، قد تتعرض قدرة أجسامنا للخطر عند الإصابة بالعدوى

يمكن أن يؤدي العقل المريض إلى القلق والحزن، وكلاهما يمكن أن يجعل من الصعب التحرك والبقاء نشطاً.

العلاقة بين العقل والجسد راسخة، وهذا هو سبب أهمية الوعي بالصحة النفسية.

11. ترتبط الصحة النفسية بالمشاعر الوجدانية

كل ما تشعر به يومياً من داخلك لا يقل أهمية عن اهتمامك بجسمك وشكلك الخارجي

التفكير السلبي يجعلك تشعر بالإحباط أو الانزعاج

يمكن أن يساعدنا الاهتمام بصحتنا الوجدانية على أن نكون أكثر إنتاجية وفعالية في العمل وفي أنشطتنا اليومية

للحفاظ على مستوى رفاهيتنا العاطفية والوجدانية، يمكننا طلب مشورة العلاج النفسي من الأصدقاء، العائلة، لايف كوتش أو أخصائي نفسي

12. الصحة النفسية تساعد الفرد على تحقيق إنتاجيته وزيادة كفايته:

لا شك أن الشخص المتمتع بالصحة النفسية يرى في نجاحه وزيادة إنتاجيته تحقيقاً لذلك فيشعر بكيونيته في المجتمع، في حين تؤثر الاضطرابات النفسية والإنفعالية على إنتاجية الفرد وتقلل من مستوى أدائه، وتخفف روحه المعنوية⁵⁹

⁵⁹ نازك عبد الحلیم قطيشات، أمل يوسف التل 2009، ص 23.

الخاتمة:

في ختام مداخلتنا هذه يمكننا القول أن الصحة العاطفية نتاج مجموعة من العوامل المتداخلة منها النفسية العقلية والجسدية والمادية الاجتماعية وهي بالتالي تؤثر على جودة الحياة بشكل عام و من الواضح أن سبب الاهتمام بموضوع الصحة بما تتضمنه من مفاهيم متداخلة معه، السابق ذكرها، راجع للأثر الكبير الذي تتركه على كل عنصر من عناصر المجتمع من فرد مع نفسه مع أسرته ومع محيطه ومؤسساته التي ينتهي إليها ، كما تعدى مفهوم الصحة حدوده الضيقة حيث يشير تعريف المنظمة العالمية للصحة على أنها حالة الرفاهة أو السعادة الجسمية والنفسية والاجتماعية التامة ، وليس مجرد غياب المرض أو العجز أو الضعف، لذلك فالفرد الذي يتمتع بالصحة النفسية الجيدة هو الذي يعيش السعادة مع محيطه، ويكون مرتاح في عائلته ومجتمعه، وفي المقابل متوازن نفسياً وقادر على حل صراعاته الداخلية والخارجية بنفسه ويقاوم جميع أشكال الإحباطات التي تواجهه في حياته اليومية، ما نستنتج إذاً هو أن الصحة العاطفية تعني تحقيق الفرد لما يرغب فيه سواء مع ذاته أو غيره وشعوره بالاستقرار العاطفي هذا الأخير الذي يعكس صورته الحقيقية في التوازن النفسي (الذي تبرز فيه المشاعر والأحاسيس الايجابية) والتوازن العقلي والتوازن الاجتماعي ، التوازن المادي كل هذه العوامل متداخلة لها القدرة في تحديد اتجاه الصحة العاطفية للفرد. في المقابل يمكن القول أن عدم الاستقرار النفسي صعوباً وهبوطاً يؤثر بدوره على استمرارية المهام اليومية الأساسية غالباً ما يتم التعرف على الحالة النفسية السيئة من خلال الشعور باليأس والحزن وانعدام القيمة ومشاعر الذنب والقلق والخوف وفقدان السيطرة وبذلك سوف تتولد العاطفة السلبية وعليه من المهم التعرف على هذه الأعراض والبحث عن نصائح للعلاج النفسي من أخصائي معتمد قبل فوات الأوان ، أخيراً لا يمكن الفصل بين الصحة العاطفية والعقلية ، الجسدية الاجتماعية والمادية فالكل متكامل إذاً اختلت واحدة منهم حدثت خلل في الجميع.

قائمة المراجع

- نبيه ابراهيم اسماعيل:عوامل الصحة النفسية السليمة ، الطبعة الأولى ، ايتراك للنشر والتوزيع ، مصر، 2001 ، ص 30.
- السيد فهمي علي: علم النفس الصحة، دار الجامعة الجديدة الاسكندرية، 2009، ص 25.
- موسى جبريل نزيه حمدي وآخرون، التكيف والرعاية النفسية ، الشركة العربية للتسويق والتوريدات، مصر، 2009، ص 84.
- رشاد عبد العزيز علي موسى ، الصحة النفسية، الطبعة الأولى، دار النهضة العربية، القاهرة، 2000، ص 25.
- عبد الحميد محمد شاذلي:الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية ، المكتب العلمي للكمبيوتر للنشر والتوزيع، ط1 ، مصر1998، 28.
- عبد المطلب أمين القريطي: في الصحة النفسية ، دار الفكر العربي ، ط1 ، القاهرة، 1998، ص 70.

- نازك عبد الحليم قطيشات ، أمل يوسف: قضايا في الصحة النفسية ، دار كنوز المعرفة العلمية للنشر والتوزيع ، ط1 ، لبنان، 2009، ص 23.
- جوردون مارشال، موسوعة علم الاجتماع: المجلد الأول، ترجمة محمد الجوهري وآخرين، المشروع القومي للترجمة، المجلس الأعلى للثقافة، القاهرة 2007
- Peter E. S. Freund, The expressive body: a common ground for the sociology of emotions and health and illness, *Sociology of Health & Illness* Vol12, No. 4, 1990

Kemper, T. research agenda in the sociology of emotions, State University of New York Press

1990

السيكودراما والصحة العاطفية

أ.د. عزوز هني حيزية، جامعة د مولاي الطاهر – سعيدة، الجزائر

azzouz.hizia@yahoo.fr

د. بن عباد فتحي، جامعة علي لونيبي البلدية 2

Fethi.benabbad50@yahoo.com

ملخص

يعتبر الفن انعكاسا سيكولوجيا لروح الفنان ولحالته النفسية والمزاجية، أو الانفعالات والضغوط من خلال الخامات التي تعد المرأة لما بداخل أي إنسان، فقد أشار جون ديوي " بأن الفن تعبير له سمة ذاتية لأن مبعث هذه الرسالة نظرة الشخص المنتج المفعمة بميله واتجاهه الذي له لون مذاقه ووجهة نظره على العالم المحيط به.

ومهما كانت قدرات الفرد متواضعة فإن قدرته على التعبير اللاشعوري عن ذاته من خلال الفن موجودة، فمن ناحية العلاج بالفن يمكن استخراج ما بداخل المريض من مكبوتات وصراعات وهنا يقول "كروتشه" الموضوع الفني أو الجمالي مجرد موضوع سيكولوجي يتوقف على النشاط الفني وفاعليته الذاتية حول الأشياء.

كما يمكن استخدام السيكودراما تطبيقا كأسلوب تشخيصي أو استكشافي أو علاجي، إضافة إلى كونها وسيط لنضج الشخصية والعلاج النفسي في تخفيض أعراض التوتر والقلق وكسر الحواجز.

والفن هو وسيلة لتحقيق المشاركة الوجدانية والتعاطف بين الأفراد ، لأن التعبير الفني يعتبر كوسيلة للتنفيس كما يعد كموجه أساسي للسلوك الفردي .

من خلال هذه المعطيات سنقوم بالتحليل وربط العلاقة بين الفن وعلم النفس

الكلمات المفتاحية: مسرح ، علم النفس ، الشعور ، اللاشعور ، السيكودراما .

الفن في جوهره انعكاس أو تمثلات سيكولوجية للحالات والظواهر التي تجري في سياق وجودها الاجتماعي والطبيعي ، وأنه الوسيلة التي يهدف الإنسان من خلالها بوعي أو بدونه ، إلى تحقيق توازنه النفسي ، وذلك بالتعبير عما بداخله من مشاعر ومكبوتات ومدركات وتمثلات .

لا غرو أن الفن يعكس أحاسيس وانطباعات وخبرات داخلية وخارجية للفرد والمجتمع على حد سواء ، فالفن إذن هو :

- أفعال سلوكية يشترك فيها كل من العوامل العقلية والنفسية والأدائية.

- للفن وظائف أخلاقية دينية حوارية تواصلية ، ترفهية .
- تنحصر مهمة الفن في خلق عالم خيالي ، تكون وظيفة الأولى أن تأتي مخالف للعالم الذي نحيا فيه .
- يعكس الفن قدرة ومهارة جديدة ، لذا لا يمكن أن يكون هناك فن أن لم تكن هناك قدرة فردية على التنظيم والتجسيد أي نشاط تركيبى إبداعي يكون هو الأصل في كل عمل فني .

وعلى الرغم من تقارب الآراء الفلسفية في تحديد ماهية الفن ، إلا أنه هناك بالمقابل ثلاث عناصر تم الاتفاق عليها كعناصر أساسية في كل عمل فني وهي "المادة ، الموضوع ، التعبير" وعلى وفق ذلك يمكن القول بأن الفن هو ترجمة للمعنى من مادة إلى أخرى ، إذ لا تخلو هذه الترجمة من عملية منهجية هي عملية تنظيم العناصر مع مراعاة وحدة تنوعها ، كما يمكن القول أن الموضوع ليس شرطاً للعمل الفني ، بل يمكن الحد من ظهوره مع البقاء عليه كمحركاً أساسياً ، أما التعبير فهو الرابطة بين الفنان وعمله الفني ، وهو وحده فيه تعطي المحسوس أسلوباً يحدثنا عن الواقع بلغة خاصة ، لذا فإن بناء العمل الفني ماهو إلا امتزاجاً للموضوع بالمادة والتعبير ، فالفن وسيلة للتعبير عن المهارات الإبداعية في الشكل البصري ، مثل اللوحات والرسومات وما إلى ذلك ، " فكل عمل فني يحدث تباعداً في الرأي فهو محبوب من بعض الناس ومكروه من غيرهم ، ومستساغ من قبل البعض أكثر من غيرهم "1 .

فالفن بهذا المعنى يعتمد على وجود عدة اختبارات ، فعلى الفنان أن يختار من بينها على أن لا تكون تلك الاختيارات اعتباطية ، بل على أسس يستطيع أن يلمح فيها خصائص معينة ، تتعلق بالأطر الجمالية المتعارف عليها عند أي فنان ، وإما تكون هذه الاختيارات شخصية تتعلق بمزاجه الشخصي وبحالته الوجدانية ، وما انعكس عليه من عادات المجتمع الذي نشأ فيه .

سيكولوجية الإبداع الفني :

يوجد عدة تصنيفات سيكولوجية تساهم في العملية الإبداعية لدى الفنان ، منها ما هي شعورية واعية وإلى عمليات لا شعورية غير واعية ، فالعمليات الشعورية الواعية لدى الفنان في إبداعه الفني تشمل على المقومات التالية :

1- الإحساس والإدراك : فالفنان يتلقى عن العالم الخارجي مجموعة كبيرة من الإحساسات ، ثم يترجمها إلى مدركات حسية ذات صبغة عقلية .

2- الخيال : فالفنان يقوم بتشكيل صور ذهنية من المقومات الحسية الإدراكية ، التي يكون قد وقف عليها ، فهو ينشئ صوراً ذهنية غير واقعية من مجموع المدركات الحسية الكثيرة التي سبق له تحصيلها ، وهو يقيم تلك الصور التخيلية بالانتقاء من بين المقومات الإدراكية المتذكرة الكثيرة ، ويربط فيها بينها وبين الصور الإدراكية الآنية التي يقع عليها وقت إعمال خياله في الموقف .

3- العمليات الأدائية : التي يضطلع بها الفنان وذلك بالإبانة عن تلك الصور الذهنية التي تعتمل لديه "2 .

فالعملية الإبداعية هنا تقوم على الوعي والتدبر من أجل دفع عجلة التقدم ، أما العمليات اللاشعورية عند الفنان والتي تسهم في العملية الإبداعية فهي كالتالي :

"1- العمليات الاسقاطية : حيث يسقط المقومات اللاشعورية المكبوتة في اللاشعور على إنتاجه الفني .

2- أحلام اليقظة : حيث يسبح الفنان في آفاق ينسى نفسه خلالها و يغوص في مجالات غير واقعية يستخدم في أثناء القيام بها العناصر اللاشعورية المكبوتة لديه .

3- الأحلام : التي يراها الفنان في منامه والواقع أن الفنان قد يستيقظ من نومه بعد أن يكون قد شاهد أو سمع في منامه العمل الفني الذي يضطلع بتنفيذه بعد أن يستيقظ ، فيحيل ما ارتسم في ذهنه كحلم إلى واقع فني "3

والفن حقيقة نجد له جانب كبير من الأهمية في العلوم النفسية والاجتماعية ، فلا نستطيع أن نتخيل إنسانا بلا مجتمع ، ذلك أن الفرد والمجتمع هما بمثابة وجهي عملة واحدة كما يقول جون ديوي ، لأننا نحيا بالمجتمع الذي يعيش في داخلنا ، فنكتسب منه اللغة المنطوقة واللغة المكتوبة ، باعتبارها وعاء نفرغ فيه أفكارنا وعواطفنا ، فاللغة ليست مجرد وسيلة فقط ، بل هي أيضا غاية ، ففي جميع الحالات هي أداة اجتماعية اكتسبها الإنسان منذ طفولته في الوسط الاجتماعي الذي نشأ فيه وتشرب من أفكاره وعاداته وتقاليده ، سواء كانت أفكارا صحيحة وجيدة ، أو كانت أفكارا خاطئة وردئية .

كما هناك أسس نفسية يقوم عليها الانتقاء عند الفنان في عمله ، فهو انعكاس لبيئته ولنمطه النفسي بالإضافة إلى الخبرات الوجدانية المترسبة منذ الطفولة الباكرة لدى الفنان ، لذا اعتمد المحلل النفسي فرويد في تفسير العملية الإبداعية على التحليل النفسي ، الذي ينظر إلى الفن على أنه شكل من أشكال التعبير عن الكبت ، حيث ربط فرويد الإبداع بالكبت والعصاب والجنس ، حيث وضع اللاشعور هو الأساس في عملية الإبداع الفني كما هو في الأحلام والعصاب .

فالإبداع عند فرويد ينبع من العقل الباطن أو اللاشعور وما فيه من عقد مكبوتة تعود إلى الغرائز الجنسية ، واللاشعور عند فرويد هو مكتسب وشخصي يعتمد على خبرات الطفولة وأحداثها التي خلقت في النفس عقدة اوديب التي كبتت في اللاشعور .

الفنان المبدع عند فرويد هو ذلك الإنسان المحيط في الواقع ، لأنه يريد الثورة والقوة والشرف وحب النساء ، لكن نقصه للوسائل للوصول إلى هذه الإشاعات ، ومن ثم فهو يلجأ إلى التسامي بهذه الرغبات وتحقيقها خياليا ، وهذا فإن الفن عند فرويد منطقة وسيطة بين عالم الواقع الذي يحيط بالرغبات وعالم الخيال الذي يحققها ، وفي هذا الصدد يقول فرويد " إن ميكانيزم الكفاية الإبداعية هو نفسه ميكانيزم الشطحات الخيالية الهستيرية "4

فالفن عنده نتيجة الغريزة لا العقل وهو محكوم بالحتمية لا بالحرية ومقيد باللاشعور لا الوعي ، وهو هروب إلى عالم الحلم واللعب وابتعاد عن تغير الواقع ، ولهذا فإن الفنان لا يتحكم في إنتاجه بل إنتاجه هو الذي يسيره ،

فالجمل عند فرويد مستمد من مجال الشعور الجنسي ، " ويعود البحث الجنسي المكبوت من اللاشعور ، كعملية استدلال قهرية ، وبالطبع فإنه يكون مشوها وغير حر ، لكنه يكون قويا بدرجة كافية لأن يفضي

الصبغة الجنسية على الفكر نفسه ، وهنا يصبح البحث نشاطا جنسيا"5 كما شبه أيضا الفنان بإنسان عنده جنون العظمة ، حيث يحدث مرضه انفصالا للطاقة عن الموضوعات ، وذلك ما يوصله في آخر المطاف إلى الانطواء ،ومن ثم إلى العصاب ، لكن العملية الإبداعية ساعدته على توليد بديل للطاقة الغريزية ، التي بدورها أنقذته من العصاب ، ويستعيد واقعه لكن دون تغير .

لأن هذا الواقع يعبر عن واقع الفنان نفسه ، بكل مكوناته لما تحمله من ذكريات الطفولة ، يعتبر فرويد الأنا هو نقطة الانطلاق لكنها مشبعة بالغريزة ، فهو لا يستهدف الفن من أجل الفن ، وتحقيق الوعي الجمالي بل لتحقيق أشياء خارجية عن الفن والجمال لذا يقول فرويد " إن للفنان مزاجا انطوائيا ولا يسقط في اتجاه أن يكون عصابيا ، فهو إنسان تدفعه الاحتياجات الغريزية وهو يتوق إلى أن ينال الشرف والقوة والثروة والشهرة ومحبة النساء، لكن تنقصه وسائل تحقيق هذه الأمجاد ، ومن ثم يرتد عن الواقع ويحاول مصالحة إلى خلق رغباته في حياة الخيال الشاطح الذي يفضي إلى الذهان "6 فالفن هنا هو نتاج الاحتياجات الغريزية وهو خلاص من الإصابة بالعصاب الذهني وفي هذا الصدد يقول فرويد عن الإبداع الفني " العمل الفني بالنسبة للفنان يعني الخلاص من العصاب ، من خلال الإعلاء بالغريزة هذا من جهة ، ومن جهة أخرى يعني إمكانية النجاح الواقعي الذي ينكر عليه"7 يجد الفنان كثيرا من المتعة في إعطاء متنفس لخياله في تصوراته.

لذا تعتبر الرغبات المكبوتة والأحلام والخيال هي محركات الفن والفنان ، من أجل تجسيدها ، لأن الفنان عند فرويد لديه مطالب غريزية غير مشبعة ، ومن ثم يجب أن يعيش في عالم الخيال على حافة العصاب .

لقد شبه فرويد في نظريته التحليل النفسي الفنان بالطفل أثناء لعبه ، وصنعه لعالمه الخاص به منفصلا عن علاقته بالواقع .

إن الفن عند فرويد ليس إثمارا للشخصية الإنسانية باكتشاف التحرر الكامن في الفن ، بل الفن عنده فعل غريزي رغم أنه بديل لفعل غريزي آخر في عالم الطفولة ، وبدل أن يكون الفن هو الإنسان حيث يلجأ الفنان إلى العملية الإبداعية بدافع المتعة وفق القوانين التي سنها في إبداعه الفني .

كما يرى أيضا كارل يونج أن اللاشعور هو منبع الإبداع الفني ، لكن هذا اللاشعور هو لا شعور جمعي ، فاعتبر الفنان عنده يمثل الإنسان الجمعي الذي يحمل لا شعور البشرية ، ويشكل الحياة النفسية الإنسانية ، فالفن نوع من الدوافع الفطرية ، يستولي على الكائن البشري ، ويجعل منه أداة له بمعنى أن يتيح للفن أن يحقق أهدافه من خلالها.

لم يصل يونج إلى تقارب مع فرويد في أفكاره فقد فسر العملية الإبداعية إلى الأنا الذي يحتوي على الجزء الشعوري من العقل ، ويتألف من المدركات الشعورية والذكريات والأفكار والمشاعر وهو مركز الشخصية واللاشعور الشخصي الذي يتكون من الخبرات واللاشعور الجمعي حيث يقول في هذا الشأن أن " الفن لا يقوم في أنه مشحون بتفردات شخصية ، بل هو يثب ويعلو على ما هو شخصي ويتكلم من القلب والعقل ويتوجه إلى قلب البشر"8 ، فالإبداع الفني عند يونج يتم عبر حسه التلقائي ، أي اللاشعور الجمعي الغامض المبني على الأساطير والأحلام والخرافات في ماضي الشعوب السحيق .

إن منطلقات يونج حول العملية الإبداعية هي الغريزة واعتبرها المحرك الأساسي للفن حيث يقول "الفن هو نوع من الدافع الفطري ، والذي يستولي على الإنسان ويجعله أدواته ، والفنان ليس شخصا مزودا بحرية الإرادة ، يبحث عن غاياته ، لكنه شخص يسمح للفن أن يحقق أغراضه من خلاله وهو كفنان إنسان" 9 ، فالدافع الفطري هنا عند يونج هو المحرك الأساسي للعملية الإبداعية .

كما يؤكد أيضا يونج أن العملية الإبداعية شبيهة بالحلم "العمل الفني أشبه بالحلم ، فالبرغم من وضوحه الظاهري لا يفسر نفسه ، ولا يمكن مساواته بأي شيء" 10 ، يفسر يونج الإبداع الفني على أنه هو نتاج اللاعقل ، أي " أن العملية الإبداعية لها صفة أنثوية ، والعمل الفني يصدر من الأعمال اللاشعورية ، وعندما تسود القوة الإبداعية ، فإن الحياة الإنسانية يحكمها ويحددها اللاشعور ضد الإرادة الايجابية ، والانا الشعورية تذوب ولا تكون سوى ملاحظ عاجز للأحداث" 11 ، فصورة الفن عنده تأتي مضادة للإرادة الايجابية ، والانا اللاشعورية مجرد ملاحظ عاجز للأحداث.

والفنان عند يونج ليس هو الفنان عند فرويد ، فهو مشاهد خارجي لإبداعه الفني "الفنان هنا ليس مطابقا لعملية الإبداع فهو يعي انه ثانوي بالنسبة لعمله، أو يقف خارجه كما لو كان شخصا ثانيا" 12 فالإبداع الفني هنا مصدره من اللاشعور الجمعي ، مستقاة من الأساطير التي صورها من التراث الثقافي للشعوب .

نجد أن يونج جرد الفنان من حريته وعقلانيته ، كما جعله أداة لخدمة اللاشعور الجمعي فهو يقول " إن قناعة الشاعر انه يخلق في حرية مطلقة انه يتخيل انه يسبح لكنه في الواقع يوجد تيار غير مرئي يقذفه بعيدا.

سيكولوجية الفنان

تجتاح عوالم الإبداعية موجات متنوعة في تحديد ماهية سيكولوجية المبدع ، ولا يخفى علينا اثر هذه العوالم الإبداعية وتصاعدها في العمل الفني ، لما تتطلبه من طاقات إحساس مرهفة خلاقية ، فتشكل هذه الطاقات المحرك الأساسي للعملية الإبداعية للفنان ، تنبعث من لغة تصيبغ الواقع وتشكيله في زوايا إبداعية ، ويكون ذلك نتيجة ما يحدث في قريحة الفنان من توتر في اللغة السيكولوجية ، من رفض للواقع الخارجي

1- التذوق الجمالي

حين ينشط الإحساس الجمالي ويتنامى التذوق ، يلاحظ بزوغ صياغات فنية على درجة كبيرة من الروعة والإدهاش ، لذلك لا يمكن أن ينفصل الفن عن الذوق والإحساس بالجمال ، لأنها عناصر مكملة بين بعضها البعض ، تقع على مستوى الموهبة والتقنية الفعلية للفن ، فيجب أن يلتزم أي فنان بالأطر الجمالية ، كي لا يخرج الفن عن قيمته وتهدم الأسس الفنية التي يقوم عليها الفن ويسلبه جوهره "ولكن هذا لا ينسحب على المضمون الفني أو على الموضوع الذي يتناوله الفنان بالمعالجة ، فالفنان يكون حرا حرية تامة ، انه يستطيع أن يقع على أي موضوع يختاره حتى ولو كان ذلك الموضوع مما يتعارف الناس عليه بأنه قبيح وخال من الجمال" 13 .

إن تصوير الفنان لأي عمل في سواء جميل أو قبيح ، فإن رسمه يعتبر عملاً فنياً طالما التزم بالأطر الجمالية العامة ، فإن التذوق الشخصي في مدى الفروق الفردية يتجلى أكثر فأكثر ، فكل فنان يختلف من حيث ذوقه واتجاهاته ، وذلك حسب اختلاف المكان والزمان والبيئة .

لذا لا يمكننا اعتبار الفنان مصوراً وناقلاً للواقع بكل حذافره ، وإنما هو مطور وصانع لهذا الوجود الذي يعتبره المبدأ الأول الذي استند عليه في التعبير عنه من جديد ، فهو لا يقدم لنا الطبيعة كما هي ، بل ينشئ لنا صوراً فنية في ذهنه مستقاة ومستوحاة من الواقع " ولكن التركيب ذاته هو ما يعبر عن إبداعية الفنان وعن قدرته على الخلق الفني الجديد "14 ، فالفنان ليس مجرد مستحسن وملتذ ، بل ما يتذوقه لا يظل كما هو ، بل يوزع إلى نسيج القوام الفني للفنان ، فالفنان لا يجد في قلبه ما ينم على الرضا عما أنتجه رغم وسائل التعبير الفني ، فيجد نفسه عاجزاً عن الإفصاح عما يختلج في صدره .

وهذا ما جعل التذوق الجمالي في الفن ضرورة ملحة ، لأنها أصبحت خاضعة للدرس النفسي والاجتماعي وللمعرفة .

-2- عملية التخزين

إن الفنان لديه قدرة على تخزين الصور الذهنية المتعلقة بالفن الذي يمارسه ، فتستطيع حواسه استقبال ما تلقاه من محسوسات ، ليحيلها إلى مدركات ذهنية على هيئة صور تتخزن في الكيان الداخلي لديه .

تظل هذه الصور الذهنية الحسية مخزنة ، تخضع لديناميكية التي استقبلها الفنان " ولعلنا نلاحظ هذه العمليات الذهنية فيما يلي : هناك معركة تنشب فيها بين الصور الذهنية التي يستقبلها الفنان ، فتتبدد بعض الصور الذهنية وتسود أخرى ، فالصور الضعيفة تقتل ، بينما تظل الصور القديمة حية ، فتظل معتملة في أوصال ذهن الفنان ، فالصراع الذهني يظل قائماً في دخيلة الفنان ، لذا فإبداع الفنان لا يتأتى إلا عن ذلك المناخ المشحون بالتوتر بين الصور الذهنية التي سبق له ان تلقاها من الخارج "15.

إن ما ينتجه الفنان ما هو إلا نتاج تزاوج لتلك الصور الذهنية ، أي لا توجد مطابقة بين ما يوجد في صور ذهنية في عقل الفنان وبين ما يتجسد في أعماله الفنية "ومن هنا ينشأ عدم رضا الفنان عن أعماله ، وذلك لأنه يحس بالفارق الشاسع فيما بين الأصول المتمثلة في الصور الذهنية الحية في ذهنه وبين النتائج غير المطابقة التي يقدمها ، والأمر هنا شبيه بالحلم يعيشه النائم ويحس بقوته وتماسكه "16.

كما أن عملية تخزين الصور الذهنية لا تقتصر على فترة معينة ، بل تبدأ منذ الطفولة ، بحيث تنسم هذه الصور الذهنية بالحيوية أكثر من تلك التي يتلقاها في مراحل عمره التالية ، لأن الخيال في هذه الفترة العمرية يتسم بالقوة والحيوية .

يستقبل الفنان الصور الذهنية قريبة الشبه من الصور الموجودة لديه فعلاً ، أو صوراً تناقضها ، لأن المتناقضات والمتشابهات من هذه الصور الذهنية ، تساعد في تقديم إنتاج فني ذو قيمة جمالية عالية .

-3- التعبير الأدائي

بما أن الفن هو تعبير عن أفكار ومشاعر عن حدس ورغبات الفنان ، فهو يكتسب أحيانا طابع الخصوصية ، قد يبدو الفن أحيانا غامضا أو جليا واضحا ، لكن المقاربات والمواضيع التي أفضت إلى خلق العمل الفني ، ترتبط بمخيلة الفنان وحده ، فهناك ثلاثة أشياء في موقف الفنان "هناك أولا الصور الذهنية الفنية ، تعمل في دخيلة الفنان ، ومن جهة ثانية ، الأدوات أو وسائل الإبانة التي يستعين بها الفنان في إخراج عمله الفني إلى أطوار المتحقق والتجسد ، وهناك من جهة ثالثة الفنيات أو المهارات التي اكتسبها الفنان في الأداء الفني" 17.

فهذه العوامل التي تساعد الفنان في اكتساب فنيات التعبير الأدائي ، تتطور مع تطور حياته ، وقد أشير إلى هذه العمليات وهي :

مرحلة التحسس للواقع الخارجي منذ طفولته ، من خلال اكتشافه للعالم الخارجي ، لما يحتويه من جميل وقبيح ، فهو يتعلم بالمتناقضات فيكتسب تذوقه الجمالي عن طريق المقارنة .

ومن خلال العملية الاستكشافية للمعايير الجمالية للفنان ، ينتج عنها مرحلة الاستقلال التذوقي ، ذات سيادة فنية على ما تنتجه ، فتبلورت لديه مذاقات فنية.

4- إعادة صياغة الأشكال

" من أهم ما يتميز به الفنان هو عدم قناعته بما يقع عليه حسه من صيغ موجودة بالفعل ، في البيئة التي يوجد بها ، فيحاول إعادة صياغتها من جديد ، فالفنان يرتسم صورا جديدة يمكن أن تصاغ الأشياء وفقها من جديد " 18 ، وطبيعي أنه عندما يحس بضرورة إعادة صياغة الواقع ، فإنه بالتأكيد لا يكون راضيا عن الصيغ الموجودة بالفعل في الواقع الحاضر ، وذلك يعد الإحساس بعدم الرضا ، فيولد لديه طاقة خلاقية في الإبداعية الفنية ، بصياغات إبداعية راقية .

لذا يعد الفنان امتدادا خالصا للطبيعة ، وهو يحاول من خلال الإبداع الفني ، أن يجذب تيار الحضارة نحو الطريق الذي ينهجه الواقع من اجل التعديل ، على أن يعثر على الصيغة التي ترضيه في النهاية ، ومن الفنانين ما يسقطون ما يعتمل في أنفسهم على أعمالهم الفنية " لأن السيرة النفسية تتعامل مع إبداعات الفنان ، باعتبارها نسخا ممتدة على مدار الحياة من الاختبارات الاسقاطية ، المستخدمة في التقييم النفسي ، التي يتم فيها التعامل مع رسوم وقصص موضوعات الدراسة ، باعتبارها انعكاسات لسرائرهم" 19 .

5- التفرد الإبداعي

يعد التفرد الإبداعي جزء من ميكانيزم نفسي ، لتأكيد الذات عبر خصوصية الشخصية ، وباعتبار الإبداع عملية عقلية تتمحور حول الفكر والتفكير ، متداخلة مع العمليات العقلية الأخرى ، التي تشمل الذاكرة والانتباه والخيال واللغة ، لذا تعتبر نمط ديناميكي من التفاعل ، من خلال ما قام به الفنان من تنظيم وترتيب ، وهذا ما يكسبه تميزا وتفردا عن غيره.

وهو بذلك كله متزودا بدوافع تؤهله بأن يكون فنانا متفردا ، طامحا إلى التألق بفاعلية وإيجابية ، فالمهم عند الفنان أن يتميز عن غيره ، بحيث لا يكون صورة مطابقة لفنان آخر ، ولا يقوم بالتقليد ، بل بالتفاعل مع ما أعجبه ، فهو بذلك يختار القليل من الكثير ، وتكون هذه الاختيارات لا شعورية ، لأن الفنان في حالة التفاعل الخبيري لا يكون مدركا لما يقوم به ، فإنه يرغب إذن في التفرد ، لأنه من الطبيعي أن يكون الفنان الذي يصنع المضمون والأداء متفردا تفردا كاملا ومتميزا تميزا تاما ، ومن هنا يأتي عمله إبداعا صرفا.

ولم تتوقف البحوث عند علاقة الفن والفنان بعلم النفس ، بل تم توظيف الفن كعلاج نفسي وأسلوب تنفسي عن الاضطرابات السلوكية وتعديل السلوك ، ما يعرف بالسيكودراما والعلاج بالدراما.

السيكودراما

يعتبر الفن وسيلة لتحقيق المشاركة الوجدانية والتعاطف بين الأفراد ، لأن التعبير الفني يعتبر كعنصر هام في التنفيس . كما يعد كموجه أساسي للسلوك الفردي ، ومن بين أشكال العلاج النفسي الذي يستخدم فيه التمثيل كمادة خام لمساعدة المريض هي السيكودراما أو الدراما النفسية أو العلاج بالدراما لحل مشكلاته ، فيقوم الاختصاصي النفسي بتجسيد المواقف التي تشكل للمريض اضطرابا سلوكيا ، كما أن السيكودراما أسلوب في يرتبط بفنيات الأداء التمثيلي ، الأمر الذي قد يعتبر معه استخدام مصطلح المسرح استخداما مجازيا أو رمزيا ، مع استخدام عناصر العرض المسرحي في العلاج النفسي .

ويعود تاريخ أسلوب السيكودراما إلى عشرينيات القرن الماضي ، على يدي عالم النفس النمساوي "مورينو" ، مستعملا إياها كتقنية علاجية ، فكانت هذه المدرسة امتدادا لمدرسة التحليل النفسي التي أسسها سيجموند فرويد .

تعتبر السيكودراما علاجا جماعيا عكس ما جاء به فرويد الذي اعتمد على علاج الحالات الفردية ، " ويتخذ هذا التعبير أشكالا ذات طبيعة درامية متعددة في التعبير اللفظي والأدائي بالحركة والفعل ، ويعرف البعض السيكودراما بأنها واحد من أساليب العلاج الجماعي ، تعتمد على الأداء الدرامي ، في مواقف مسرحية تدور حول بعض المشكلات النفسية"20 .

وفي السيكودراما يتم استخدام أساليب لاكتشاف عالم الشخص الفردي والجماعي بطريقة متعددة الأبعاد ، من أجل التعبير عن مشاعره المكبوتة، من خلال تمثيل أنواع معينة من الموضوعات التي تقدم إعادة بلورة لمفاهيم ما في حياة الشخص ، لكي يستطيع التعامل مع الموقف ، ولكن بشكل مختلف يعدل سلوكياته عند مقابلته مرة أخرى .

إن هدف السيكودراما هو إيجاد حلول للمشاكل القديمة ، من خلال لعب دور مسرحي ، لإحداث الباعث إلى التغيير في الحياة وفي العلاقات ، من خلال تقديم أسلوب عملي للعلاج بدلا من الأسلوب الشفهي ، بحيث يكون المكبوت نفسيا هو بطل العرض المسرحي والمعالج يقوم بدور مخرج العرض ، بالإضافة إلى شخصيات مساعدة "فمن خلال الموقف الذي تؤديه الجماعة ن يعيد البطل النظر إلى حياته وهي تتحرك أمامه ، سواء ما تم فيها أولم يتم ، بمعنى أن الجماعة تقوم بتمثيل جزء من حياة البطل كما لو كان بهذا الشكل ، وبالتالي

تكون السيكدوراما قادرة على مساعدة البطل على إعادة تصميم حياته ، كما يتمنى أن تكون من خلال ما تم "21 ، كما تعتمد السيكدوراما على التلقائية والارتجال بعيدا عن وجود نص.

الأصول الدرامية في السيكدوراما (العلاج بالدراما)

من أهم العناصر الدرامية التي اعتمد عليها مورينو لبناء نظريته حول السيكدوراما مفهوم التطهير ولعب الأدوار ، فوظف التطهير كجزء من عملية العلاج لكل من البطل والمشاهد "فعند مورينو بخلاف أرسطو ، يكون التطهير الذي يحدث للبطل ، هو محور الاهتمام بصرف النظر عن الخبرات الانفعالية التي قد تتولد لدى المشاهدين ، فإن مورينو قد وصف نوعين من التطهير بالفعل ، والذي يحدث للبطل ، وقد اشتقه مورينو من عقائد الشرق الأقصى ، والتطهير بالاحتواء ، والذي يحدث للمشاهد من خلال ميكانيزم التوحيد "22.

وبالتالي فإن لعب الأدوار يشكل القاعدة الأساسية في تقنيات السيكدوراما ، فتحافظ على توازن الشخصية من الناحية الشعورية واللاشعورية ، فهي ترصد لنا المواقف الحساسة ، من خلال التعبير عن العلاقات الوجدانية والنفسية عن طريق الإفراغ النفسي ، واكتساب أنماط سلوكية جديدة عن طريق الدراما .

كما دافع المخرج "ستانسلافسكي" في نظرياته المسرحية عن طريقة المعيشة أو الاندماج في تمثيل الدور، من أجل تطهير المتعلم نفسيا وأخلاقيا ومداواته نفسانيا واجتماعيا.

ودافع أيضا رائد مسرح القسوة "انطوان ارطو" ، واعتبره مسرحا علاجيا يحزر الإنسان من الغرائز اللاشعورية ويزيل عنه الأحقاد.

ترى بعض النظريات والتي ظهرت في التسعينيات القرن الماضي "أن المعالج بالدراما لا يعتبر معالجا نفسيا ، بل هو فنانون مبدع ، وان العلاج بالدراما كمهنة تمتد جذورها إلى أعماق فن المسرح "23 .

فالعلاج بالدراما تدمج فيه السيكلوجية مع تقنيات المسرح ، والذي يتيح للمريض من خلال استخدام الأساليب الدرامية ، فهو فعل إبداعي يعمل على تعميق الوعي لدى الفرد ، وبالعالم من حوله وبذاته وبالآخر ، يسعى المعالج الدرامي من خلال احترام التفرد في التجارب التي تميز كل إنسان ، وما يعرف بالإسقاط الدرامي ، والذي يوظف فيه الحوار وحركة الممثل ، فيمكن للممثل أن يعبر عما يدور في داخله من صراعات واضطرابات ومكبوتات ، وبالتالي يمكن إيجاز ما يحدث في الإسقاط الدرامي على النحو التالي :

"1- العمليات التي يسقط بها المريض عامله الداخلي على الأدوات أو العناصر الدرامية التي يستخدمها في العرض .

2- يساعد الإسقاط الدرامي على اكتشاف عناصر المرض.

3- يتولد لدى المريض علاقات جديدة من خلال التعبير عن العناصر النفسية"24

ولا يقتصر العلاج بالدراما فقط في المسرح وإنما نجده في الفنون الأخرى كالرسم والموسيقى والنحت .

وفي الأخير نرى بأن الاعتماد على السيكدوراما في تعزيز الصحة النفسية له أهمية بالغة من اجل دعم الموهبات على المسرح لصحة نفسية افضل .

الهوامش

1- خوسيه اورتيجا إي غاسيت - تجريد الفن عن النزعة الانسانية - تر: جعفر محمد العلوني - مطابع الهيئة العامة السورية للكتاب 2013 - ص 11

2- يوسف ميخائيل أسعد - سيكولوجية الابداع في الفن والادب - الهيئة المصرية العامة للكتاب -1986- ص 171

3- ينظر - م ن - ص 182

4- مجاهد عبد المنعم مجاهد - فلسفة الفن الجميل - دار الثقافة للنشر والتوزيع - القاهرة - دت - ص 48

5- م ن - ص 49

6- سيغموند فرويد - التحليل النفسي والفن - تر: سمير كرم - دار الطليعة بيروت - دت - ص 27

7- مصري عبد الحميد حنورة - علم نفس الفن وتربية الموهبة - دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع - القاهرة 2000- ص 57

8- مجاهد عبد المنعم مجاهد - م س - ص 66

9- م ن - ص 67

10- م ن - ص 68

11- م ن - ص 69

12- م ن - ص 69

13- يوسف ميخائيل أسعد - م س - ص 48

14- م ن - ص 50

15- ينظر - م ن - ص 51

16- ينظر - م ن - ص 53

17- م ن - ص 55

18- م ن - ص 58

19- سكيب داين يونج - السينما وعلم النفس - تر: سامح سمير فرج - مؤسسة هنداوي للتعليم والثقافة 2015 - ط 1 - ص 43

20- كمال الدين حسين - الدراما والمسرح في العلاج النفسي - دار المعارف - القاهرة 2015 - ص 43

21- م ن - ص 45

22- م ن - ص 48

23- م ن - ص 54

24- ينظر - م ن - ص 55

قائمة المراجع

1- خوسيه اورتيغا إي غاسيت - تجريد الفن عن النزعة الانسانية - تر: جعفر محمد العلوني - مطابع الهيئة العامة السورية للكتاب 2013

2- سكيب داين يونج - السينما وعلم النفس - تر: سامح سمير فرج - مؤسسة هنداوي للتعليم والثقافة 2015 - ط 1

3- سيغموند فرويد - التحليل النفسي والفن - تر: سمير كرم - دار الطليعة بيروت - دت -

4- كمال الدين حسين - الدراما والمسرح في العلاج النفسي - دار المعارف - القاهرة 2015

5- مجاهد عبد المنعم مجاهد - فلسفة الفن الجميل - دار الثقافة للنشر والتوزيع - القاهرة - دت

6- مصري عبد الحميد حنورة - علم نفس الفن وتربية الموهبة - دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع - القاهرة 2000

الإنفعالات وتأثيراتها على الصحة العاطفية

ط.د. سلاطنية محمد أمين

جامعة الاغواط _ الجزائر ، مخبر الصحة النفسية

ملخص :

تعد الصحة العاطفية عنصر مهما في الصحة يهدف لتحقيق التوازن والتكيف الفيزيولوجي والنفسي والاجتماعي لدى الفرد بحيث تكتمل مع العناصر الحسية وكذا الانفعالية وعلى سبيل ذكر الإنفعال فهو عنصر مهم في النمو المعرفي والعاطفي والوجداني، فالإنفعالات تؤثر في الصحة العامة بجميع مكوناتها ومن هذا الإطار بمدخلتنا هذه سنتطرق الى مفهوم الانفعالات وتأثيراتها على الجوانب الحسية والفيزيولوجية، وكل ما يصدر من انفعال يكون وثيق با الجسد و الحواس لهذا التأثيرات الإنفعالية مهمة جدا في دراسات الصحة بأشكالها ومن منطلق هذا سنتطرق الى العناصر النظرية التالية :

- مفهوم الانفعالات.
- البحوث الكلاسيكية والأمبريقية التي تضمنت الدراسات الانفعالية.
- آليات تأثير الجسم بالاستجابات الانفعالية.
- استراتيجيات المقاومة لضغوطات الإنفعالية.

وبهذا نكون قد احطنا بموضوع الانفعال بشكل عام لآخذة بعين الاعتبار كما محدد لصحة العاطفية من ناحية السلبية والناحية الايجابية ويكون لدينا خلفيات نظرية ودراسات امبريقية اكدت مدى تأثير الانفعالات على الصحة العامة وكذا الصحة العاطفية خاصة .

الكلمات المفتاحية :

الانفعالات ، الصحة العاطفية، استراتيجيات المقاومة، التأثيرات ،

1. تعريف الإنفعال :

الانفعال نوع من الاستجابة أو نوع من السلوك يتميز بحالة من التهيج والتوتر والاضطراب تشمل جميع أجزاء الكائن الحي، وتؤثر في وظائفه البدنية والعقلية، ويحدث الانفعال في الأصل كرد فعل للمؤثرات الشديدة التي تؤذي الكائن الحي أو تهدد حياته بالخطر. كما أن الحالة الانفعالية تحدث بعض التغيرات الفسيولوجية التي تؤدي إلى زيادة كمية السكر في الدم.(نجاتي،1955)

تعرف موسوعة كورسيني في علم النفس الانفعال هو حالة وجدانية تتسم بالاضطراب الشديد وأن الانفعال حين يستثار لا بد أن تتفاعل معه الكثير من أجهزة الجسم، وأن الانفعالات الحادة إذا استمرت فترة طويلة فإنها تترك الفرد فريسة للعديد من الأمراض الخطيرة.(غانم،2015،ص103)

2. البحوث الكلاسيكية والأمريكية التي تضمنت الدراسات الإنفعالية:

▪ النظريات السلوكية والفيزيولوجية :

تشير النظرية الفيزيولوجية إلى أن الاضطرابات السيكوسوماتية ترجع إلى الضعف النوعي أو النشاط الزائد للأجهزة العضوية للفرد عند الاستجابة للضغط ، فكان لظهور الآلات والوسائل الموضوعية بالغ الأثر في توجيه الأبحاث النفسية-الفيزيولوجية من خلال أعمال واطسن ومدرسته السلوكية، والروسي بافلوف Pavlov عن طريق دراسته للانتكاسات (ردود الفعل الجسدية أمام المثيرات الخارجية) واستطاع أن يرسى مبادئ النظرية اللحائية الحشوية. (cortico-viscéral).

وقد ساهم مجموعة من العلماء بأعمالهم في تطوير هذه النظرية أمثال كانون و(Cannon، سيلبي) (Selye بيكوف) (بربرام (Príbram))

3. آليات تأثير الجسم بالاستجابات الإنفعالية :

قدم (سيلبي 1956) مفهوم زملة اعراض التكيف العام général adaptation sandrom أثناء وضع نظريته التي اطلق عليها نظرية الضغط للأمراض، والتي تتلخص في الدفعات الهرمونية التي يقوم بها الجسم عند تعرضه لضغط، وذلك من خلال الجهاز العصبي للإرادي، والتي يحدث لها نوع من سوء التعويض الفيزيولوجي النظام الهرموني الرابط بين الغدة النخامية في المخ والغدة الكظرية، وذلك عند التعرض المستمر لموقف الضغط، وتظهر زملة اعراض التكيف العام على 3 مراحل :

❖ مرحلة استجابة الإنذار:

وفيها يكتشف كائن ضاغط ويستجيب له با الجهاز العصبي السمبثاوي والتنشيط الهرموني.

❖ مرحلة المقاومة :

وتتسم بمجهودات الجسم لتحديد تأثيرات الضاغطة ويقصد يمثل هذه المحاولات ، اعادة الجسم الى حالة الاتزان البدني (ميل الجسم الى السعي لتحقيق مستوى نشاط بالغ التكيف، والذي ابتكره (ولتر كانون سابقا)

❖ مرحلة الإتهاك:

وتشير الى أنه اذا إستمر الضغط مدة طويلة فيصل الكائن الى نقطة يعجز فيها عن المقاومة ، ويصبح عاجز عن التكيف بشكل كامل ويؤدي ذلك الى المرض (فايد، 2005).

4. استراتيجيات المقاومة الضغوطات الانفعالية:

قدم لنا كورب ثلاثة عوامل لتسيير الإنفعالات وهي انعكاس وادمج المكونات الفرعية للجسم (الفيزيولوجيا والتعبير والتوجه نحو الفعل والشعور الذاتي)، التوازن بين المعالجة الواعية والغير الواعية ، وجود تغذية رجعية جيدة ونزهة للحس العميق .

تسير الأنفعالات يشير عامة الى نشأة هدف يتمثل في تثبيط او تعديل مسار الانفعال ما سواء كان شخص واعي به أو غير واعي . يمكن القول كذلك أن هناك تسير الأنفعالات عندما تصبح الإستجابة الإنفعالية هدفا لتقييم في حد ذاتها او عندنا يكون هناك صراع بين مكونات المسار : إدراك ، تقييم ، فعل وذلك لتحديد سلوك.

ان تسير الانفعالات يتطلب من الشخص ان ينظم مختلف اجهزته ومكوناته الفرعية حتى يتكيف سلوكه الانفعالي مع السياق والمعايير الثقافية والاجتماعية او بغرض تسهيل اهدافه واحتياجاته ، كما يمكن أن نقول ايضا ان تسير الانفعالات هي عملية يقوم بها الفرد من اجل تحكم في شدة ومدة وكذا نوع الإستجابات الانفعالية ، ولا يمكننا ان نصفها بعملية ايجابية او سلبية في حد ذاتها ، وانما هي متعلقة بسياق الذي تظهر فيه ، فمثل عندما يكون الفرد امام موقف يتسدى الحزن " كا وفاة شخص عزيز" ويقوم بقمع ظهور تعبيرات هذا الانفعال وحتى اظهار تعبيرات الانفعال مناقض وهنا يصبح التسيير غير تكيفي .

5. قمع التعبيرات الانفعالية وإعادة تقييم المعرفي:

■ القمع الانفعالي :

(قروس، ولينفنسن 1993) بين أنه هو كف واعي اثناء حالة التنشيط الانفعالي للإستجابة الإنفعالية ، فهو يحمل أكثر من غياب للانفعال وتعبيره لكن يعبر عن مجهود هدفه هو التحكم في التعبير الانفعالي .يقوم الشخص هنا بتغيير على الأقل مكونات الإستجابة الإنفعالية بطريقتين : اما بإلغاء تعبير الانفعال الذي يشعر به مثل اظهار الحياد في حالة الشعور با الغضب او اظهار انفعال آخر مثل اظهار الفرح عند الشعور با الحزن ، اما اعادة التقييم فا يحتوي على محاولة تغيير واعية لمعنى الوضعية او بعض عناصرها ،اي اعادة تقييم الوضعية والانفعالات المترتبة بها بإعادة النظر في المعنى الانفعالي لحدث ما .

القمع الانفعالي واعادة تقييم قد يحدثان بطريقة الية مثلا : بعد تكرارهم لعدة مرات توفير وضعيات أين يفتقر الفرد الى الموارد المعرفية الكافية .الاختلاف بين هاتين الإستراتيجيتان يكمن فيه أنه في حالة اعادة التقييم يؤثر الشخص جسما ومعرفيا على وعيه با الوضعية والانفعالات المترتبة بها من اجل الشعور الفعلي با الانفعال المتكيف و المنتظر منه ، اما في حالة القمع الانفعالي يؤثر فقط على تعبيرات الوجه والجسم لتظاهرها بالانفعال ما او الحياد .

الخاتمة :

الصحة العامة للفرد هي حصيلة صحة النفسية و العاطفية والوجدانية وكذا الصحة جسدية لهذا لا يمكن أن نفصلهم عن بعض، ولقد خصصنا هذه المداخلة لإظهار قيمة ومكانة الإنفعالات في تأثير الصحة العامة الفرد سواء كانت صحة عاطفية ونفسية او صحة جسدية ، حيث تبقى الإنفعالات نقطة المفاصل في التكيف والتوازن الصحي للإنسان وتبقى الدراسات للإستجابات الإنفعالية واثارها على الصحة مستمرة ومتتالية في عصرنا الحالي.

❖ قائمة المراجع :

1. المشعان عويد سلطان،(2000) الاضطرابات الانفعالية والمعرفية والسلوكية والسيكوسوماتية لدى الكويتيين قبل العدوان العراقي وبعده، المجلة العربية للعلوم الإنسانية،18،ع71،ص85-117.
2. بارون، خضر عباس(1993) الاضطرابات النفسية الجسمية الناجمة عن العدوان العراقي عند المراهقين الكويتيين، عالم الفكر، مج 22، ع1، ص198-222
3. عبد الخالق، أحمد محمد (2011).أصول الصحة النفسية، الاسكندرية:دارالمعرفة الجامعية.
4. عكاشة، أحمد (1998) الطب النفسي المعاصر، القاهرة ، مكتبة لأنجلو المصرية.
5. Guelfi JD, Pull CB, Guelfi C, Ruschel S, Dreyfus JF,(1983) The Checklist for Evaluation of Somatic Symptoms (CHESS) Its use in anxious and depressive pathology. Factor structure, Annales Médico-psychologiques, 141(3):257-77.
6. SMADJA C (2001) Clinique d'un état de démentisation, Revue française de psychosomatique,vol,18,11-27.

الجسد الانثوي ونوادي اللياقة البدنية وعي صحي ام ضرورة ثقافية

"قراءة انثروبولوجية"

The Female Body and Fitness Clubs Health Awareness or Cultural Necessity "Anthropological Reading"

ط د. عبلة علاوة، مركز البحث في الأنثروبولوجيا الاجتماعية والثقافية

جامعة محمد بن احمد وهران 2

Aabla_05@yahoo.fr

ملخص :

تحظى نوادي اللياقة البدنية بالجزائر في عصر الانفتاح والتكنولوجيا بإقبال كبير لممارسة الرياضة كل حسب حاجته سواء الصحية النفسية او الجسمية، وبذلك زاد اقبال الانثى على هذه المرافق الحميمية التي تقدم العديد من الخدمات المتعلقة بالراحة النفسية والصحة الجسمانية لكونها ليست صالات تدريب فحسب بل تجمع بين برامج التغذية والتدريبات التي يتم الدمج فيها بين الرقص والرياضة، حيث باتت العديد من النوادي تستخدم موسيقى و اغاني عربية لزيادة المتعة والاندماج في الحركات، والتي تسهر على متابعتها مختصين في التغذية والتدريب الرياضي وحتى مختصين في علم النفس بغرض الحفاظ على الصحة والجمال. وذلك ما تسعى اليه ورقتنا البحثية هذه، تقديم قراءة انثروبولوجية لهذه المعابد الانثوية متساثلين عن ما ان كانت وعي صحي ام ضرورة ثقافية؟

الكلمات المفتاحية : فتنس/ الجسد الانثوي/الصحة النفسية/الثقافة/ الأنثروبولوجيا

Abstract :

Fitness clubs in Algeria in the world of technology Great participation as needed Whether it is mental or physical health. Thus, the female demand for these intimate facilities has increased, which provide many services related to psychological comfort and physical health. Because it is not only about training rooms, but also about nutrition and training programs in which dance and sport are combined, many clubs now use Arabic music and songs to increase the pleasure and integration in the movements. Which are followed by specialists in nutrition, sports training and even specialists in psychology in order to maintain health and beauty. And this is what our research thesis seeks to do, by offering an anthropological reading of these female temples, whether it is a matter of health awareness or cultural necessity.

Keywords: Fitness/ body/Psychological health/the culture/ anthropology.

مقدمة :

إذا كان البحث في موضوع الجسد الانثوي لا يزال بكرة فان الممارسات المتعلقة به لا تزال محل تنقيب وتمحيص من قبل الباحثين على اختلاف تخصصاتهم وتوجهاتهم ، ذلك ان التجربة الجسدية تحتاج للكثير من النبش لقراءتها وفك شفراتها. وتجربتنا الجسدية مبنية على واقع الممارسة المتعلقة بالجسد الانثوي في النوادي الرياضية بمدينة باتنة بالتحديد ، ميدان تواجدنا البحثي الغني بالممارسات التي خبرناها في مرحلة الماجستير ونواكبها اليوم في عملنا هذا باعتباره مساحة بحثية بكرة لهذا الجسد الاستيطيقي الخارق لكل الاطر الاجتماعية والدينية والثقافية.

ارتئينا ان نقدم قراءة انثربولوجية للميدان لأحد نوادي اللياقة البدنية في مدينة باتنة والدخول لعمق التجربة الانثوية محاولين بذلك اماطة اللثام عن طبيعة هذه الممارسة التي تتطلب مسائله الواقع ومعايشته من خلال تواجدنا بالنادي كممارسة وملاحظة مشاركة للممارسات والبالغ عددهم 06 ممن يمارسن تدريباتهن بانتظام (فتنس- زومبا- ايروبيك) حيث توزعت اعمارهن بين (36 -44-22-30-49-39) واللواتي انخرطن بمحض ارادتهن ويشتركن في هذا النوادي اما للتخلص من الطاقة السلبية بحثا عن الراحة والاسترخاء او لعلاج بعض الامراض الجسدية والنفسية. ولان الجسد الانثوي محور بحثنا فإننا نقف على سؤال جوهري عما اذا اكن انخراط الانثى بنوادي اللياقة البدنية تعبير عن وعي صحي ام ضرورة ثقافية؟

اولا: اللياقة البدنية والوعي الصحي :

لا تقتصر أهمية الرياضة للمرأة على أنها وسيلة للتحكم في الوزن والحصول على الجسم المثالي وإنما لها تأثير كبير على كافة الجوانب الصحية والنفسية والجمالية حيث تمارس المرأة الرياضة لزيادة الثقة بالنفس، وتطوير القدرة على التحمل بشكل أفضل، وتحسين الحالة المزاجية، وبغض النظر عن سبب ممارستنا للرياضة يمكننا أن نتفق جميعاً على أن التمرين يفيد كافة جوانب الصحة. ويسهم في رفع الوعي الصحي الذي يؤثر ايجابا على الصحة العامة للفرد. حيث يرى جولدبيرغ واخرون B, and G ELLIOT ان ممارسة الانشطة البدنية في برنامج منتظم يمكن ان يقلل احتمالات الاصابة بالسكتة الدماغية وامراض السرطان والضغط الدموي ويقوي العظام ويخفض من هشاشة العظام والضغط النفسية وبذلك يمكن القول بان الارتقاء بمستوى اللياقة البدنية الصحية يعطي للفرد صحة وطاقة تجعله يشعر بالحياة والنشاط. (Gold p15, B, and ELLIOT, M 2002) فممارسة النشاط البدني يحقق الصحة النموذجية ويسهم في تطوير كافة جوانب الصحة

1- الرياضة والوعي الصحي اية علاقة؟

علاقة الصحة بالرياضة قديمة متجددة متغيرة لكنها وثيقة الصلة دائما، فائرها ايجابي وقائي للصحة النفسية والقوام والقدرة على التكيف واكتساب اللياقة ولصحة الجهاز الدوري والتنفسي والقلب وغيره من الاجهزة . فممارسة الرياضة هي احد افضل الطرق الوقائية واكثر العوامل حفاظا على الصحة العامة وتقويتها لما لها من اثر على الافراد ولذلك فهي ذات اهمية كبيرة على الحفاظ على المستوى الصحي لأفراد المجتمع . فممارسة الرياضة من افضل الطرق الى جانب تنظيم الغذاء لها فوائد كبيرة للجسم والعقل. تؤثر على

الدورة الدموية والتنفس ويفتح الشهية ويحقق التوازن ويزيل القلق والتوتر ويزيد قوة التحمل وهو مطلوبة للمريض والصحيح. (علاء الدين محمد عليوة، 2006، ص 62) فلتدريب المنظم واللياقة البدنية هو تدريب للصحة العامة، حيث يساهم في تحسين نوعية الحياة وجودتها المرتبطة بالمزاج والصحة النفسية الجيدة (العقل السليم في الجسم السليم). حيث ان قلة اهتمامنا بالسلوكيات الصحية السليمة وكذا الابتعاد عن ممارسة الأنشطة الرياضية وعدم الالتزام بها يضعف تنمية القدرات والسلوكيات الحياتية واشباع الرغبات الانسانية بشكل ايجابي يكون نتيجة ابتعادنا عن ممارسة الرياضة. (علي جلال الدين، 2005، ص 77)

أ- الوعي الصحي: يقصد بالوعي الصحي المام افراد المجتمع بالمعلومات والحقائق الصحية واحساسهم بالمسؤولية نحو صحتهم وصحة غيرهم من خلال الممارسات الصحية عن قصد نتيجة الفهم والافتناع لتحويل تلك الممارسات الى عادات تمارس بلا شعور او تفكير. (احمد محمد بدح واخرون، د، ت، ص 15)

ب- جوانب الوعي الصحي: يؤسس الوعي الصحي على ثلاث جوانب:

الجانب المعرفي	الجانب الوجداني	الجانب السلوكي التطبيقي
يعني توافر المعلومات عن الصحة ودور الفرد ومسؤوليته الشخصية عن صحته .	يتمثل في تكوين الاتجاهات نحو الحفاظ على الصحة.	يتمثل في كيفية التصرف في المواقف الحياتية المتعمقة بالصحة التي تواجه الفرد.

وإذا اكتملت جوانب الوعي المعرفية والوجدانية والسلوكية لدى الفرد وصف بأنه لديه وعياً صحياً كاملاً حيث تتحول ممارساته الصحية إلى عادات سلوكية تتم بصورة دائمة ولا يقتصر الوعي الصحي على جانب معين بل يتسع ليشمل كافة العناصر الضرورية لكي يكون الإنسان متمتعاً بصحة جيدة.

2- الرياضة ضرورة صحية: تأثير الرياضة على مجمل حياة الفرد تتضح في المجال العام والخاص ويمكن حصرها في:

1-2- الرياضة والصحة النفسية:

ان ضغوط الحياة الحديثة تتطلب الانخراط في النوادي الرياضية بكل انواعها لزيادة الشعور بالرضى وتحقيق التكيف مع مواقف الحياة لرفع اللياقة البدنية من جهة وتعزيز الثقة بالنفس من جهة اخرى والتقليل

من مشاعر الاستياء وتخفيف الشحنات السلبية الناتجة عن القلق والغضب المرافق لضغوطات الحياة فالتمارين والتدريبات تعمل كواقى للأذى من الاضطرابات النفسية في مقدمتها الاكتئاب. حيث تعمل على تحسين الحالة المزاجية وتجعلها أكثر سعادة وتقلل من التوتر لديها؛ كما تمنحها التمارين الرياضية دفعة قوية

على استعادة الصفاء الذهني، والوصول إلى أقصى درجات اللياقة و ضبط الساعة البيولوجية التي تساعد على النوم بعمق.

لا تقتصر فوائد الرياضة على الأشخاص الأصحاء جسديًا فقط، بل ثبت أن لها فوائد عديدة عند ذوي الاحتياجات الخاصة والأشخاص الذين يعانون من عجز حركي أو حسي أو فكري، وقد أكدت عدد من الدراسات أن ممارسة الرياضة بانتظام تشكل علاجًا فعالاً للعديد من الاضطرابات النفسية عند هؤلاء الأشخاص، فهي تخفف من التوتر والشدة النفسية لديهم، وتزيد من التركيز والانتباه والفعالية الدماغية، وتسهل انخراط هؤلاء الأشخاص في محيطهم ومجتمعهم بسرعة. حيث تشكل التدريبات جزء من التفرغ والعلاج المبني للحالات العدوانية. فللرياضة فوائد ايجابية صحية على الفرد صحيا وبدنيا ونفسيا واجتماعيا وتربويا ، حيث ان ممارسة الرياضة تعد وسيلة من اجل حياة صحية افضل. فكلاهما (الصحة /الرياضة) يسعيان الى تحقيق اهداف السلامة والكفاية البدنية والنفسية الاجتماعية العقلية .

2-2- الرياضة والصحة الاجتماعية:

البرنامج الترويحي له تأثير ايجابي على الصحة الاجتماعية حيث يرتاح الفرد في تواجده بين الجماعة وهذه طبيعة الانسان حيث ان الرياضية لها تأثير مباشر على جودة الحياة الاجتماعية ، فالدعم الاجتماعي والعلاقات الاجتماعية التي تبني تزيد في الترابط الاجتماعي بين الممارسات وتكسيهم القدرة على اقامة علاقات اجتماعية جيدة خاصة لمن يعانون خجل اجتماعي وعزلة وهذا ما أكدته لنا المبحوثة .

(44عام) انا فالحقيقة منين جيت للنادي ولات عندي صداقات خير من بكري كنت منقدرش ندير صاحبة والا جارة مي الحمد لله كي شفت البنات وتفاعلت معاهم تبدلت ودرت صحابات وذرك نحكي معاهم في التلفون وساعات نزوروا بعضانا في المناسبات وتبدلت حياتي وليت اجتماعية."

تساعد الممارسات الرياضية الى اكتساب الانماط السلوكية الحميدة والخبرات المتعددة في نواحي النظام والطاعة والالتزام ، وكلك اكتساب الصفات الخلقية الفاضلة ، وتنمي العلاقات الاجتماعية الطيبة بين الجماعات والافراد مما يجعلهم اكثر قدرة على ضبط النفس وكبح جماح الغضب عند الثورة. (بهاء الدين سلامة ، 1997، ص 67)

2-3- الرياضة والصحة الجمالية:

لا تقتصر أهمية الرياضة على الصحة الجسدية والنفسية فحسب، بل تؤثر على جمال المرأة أيضاً وتمنحها الشباب والحيوية، فلن تتخيل أهمية الرياضة لصحة المرأة الجمالية، حيث تتمثل فوائدها في:

تحفز إنتاج الكولاجين (Collagen) وبالتالي محاربة التجاعيد وعلامات الشيخوخة وتقضي على مشكلة التقدم في العمر.

تضاعف الرياضة من جمال بشرتك وتزيد من نضارتها خصوصا تمارين الكارديو.

تجعل الشعر أكثر صحة حيث تساعد على تدفق الدم ووصول المواد المغذية إلى جذور الشعر وتعزيز نموه.

4-2- الرياضة واللياقة البدنية :

للرياضة تأثير كبير على حياة المرأة حيث إنها لا تمنحها روتيناً ممتعاً فحسب، بل تمنحها جسماً صحياً، وتكسبها الخبرات والمفاهيم المعرفية، فمن خلال ممارسة الأنشطة تتطور المهارات كالفهم والتطبيق والتحليل والتركيب والادراك والتصور والانتباه والتفكير. و- تتحسن وظائف الدماغ، حيث إن زيادة النشاط البدني ينشط عمل الجهاز الدوري التنفسي في نقل الأوكسجين إلى جميع أجزاء الجسم ومن بينها الدماغ فتزداد كفاءته على حمل الدم المحمل بالأوكسجين والجلوكوز فزيادة نشاط الدورة الدموية في الدماغ تحت تأثير الأنشطة البدنية والحركية يزيد من تدفق الدم المحمل بالأوكسجين والغذاء لخلايا الدماغ فيزيد من تحسن وظائف الدماغ الإدراكية مثل الفهم واليقظة والتركيز والتذكر وتحسين الصحة عامة وذلك ينطبق مع ما صرحت به السيدة (ن 49عام)

انا فالحقيقة جيت ندير الرياضة باه تتحسن حالي الصحية لانني نعاني من اللام في الظهر من سنوات ونصحتني الطبيبة بالرياضة وكي بديت الححص تعرفت على بزاف النساء صغار وكبار منهم الى عندها روماتيزم وكاين الى دارت عملية وحتى الي مرض بالسكر تعلمنا المدربة الحركات واحنا نطبقوها

✓ تساهم الرياضة من خلال انشطتها المختلفة في تنمية اللياقة البدنية العامة وتمكن الفرد من التكيف

مع الواجبات البدنية المطلوب اداؤها بكفاية دون تعب (امين انور الخولي، 1996، ص 89) وتحسين وظائف اعضاء الجسم المختلفة مثل الجهاز الدوري، التنفسي، العضلي، الهضمي، العصبي وكذلك تساعد على اتزان الجسم واعتدال القوام والتخلص من بعض المشكلات المؤثرة في الصحة مثل زيادة الوزن او نقص الوزن حيث انها تحسن من عملية الهضم والامتصاص وبالتالي تحسن من عمليات التمثيل الغذائي في خلايا الجسم وذلك يؤدي الى الارتقاء بالحالة الصحية العامة.

✓ تحسن الرياضة المزاج فبمجرد الانخراط في الانشطة البدنية فان الدماغ يفرز مواد كيميائية

تشعرك بالسعادة والراحة وبالكثير من الاسترخاء

- تسمح ممارسة التدريبات الحركية الرياضية في رفع الفوائد الصحية العقلية للجسم وتقلل من الاجهاد والشعور بالاكنتئاب والتوتر لأنها تحفز هرمون الاندروفين المسؤول عن تحسين المزاج وتقلل من مستويات هرمونات التوتر مما يخفف احتمالية الشعور بالاكنتئاب او التوتر كما تبعث على الاسترخاء والشعور بالراحة. الواضح من خلال التجربة الميدانية المبنية على المعاشية ان انخرط الانثى بهذه النوادي الرياضية كان بمحض ارادتهن طلبا للصحة والعلاج بمعنى ان الوعي الصحي هو من حفزهن على الاشتراك بالنادي وممارسة الرياضة

في حين نجد بعض الممارسات اللواتي وجهن من طرف الطبيب لأسباب صحية ونفسية وهذا يعكس وعي بالوظيفة العلاجية والنفسية التي تمنحها الرياضة للممارسات والتي تشجعهن على الاستمرار بكل ارتياح ودون ضغط سواء اسري او مجتمعي .

ثانيا : نوادي اللياقة البدنية ورهانات الجسد :

الجسد الانثوي / التيمة الذي افرزتها العولمة والحداثة اصبح نصا اجتماعيا وثقافية يتضمن العديد من التمثلات والممارسات والطقوس، و موضوعًا محوريًا في التصورات والميثولوجيا وفي نظريات علم النفس وعلم الاجتماع ومادة اولية للبحث الأنثروبولوجي. لهذا فليس غريبا أن نلج في الحديث عنه ونتغنى بجماله ونربت عليه وننصت إليه في قوله وفعله وفي سكناته (جميل عبد المجيد، 2000، ص 68). حيث يشهد انتقالا متسارعا وحركية قوية تعبر عن موجة تحضر جديدة على مستوى استعماله ، والذي بات واضحا بشكل كبير، بحيث انتقل من الجسد اللامرئي والغائب في المجال العام الى الجسد البادي للعيان وحضوره المكثف في المجال العام خاصة في النوادي الرياضية التي كانت حكرًا على الرجال دون النساء في وقت مضى حتى حولت الحداثة تلك القيم واصبحت الانثى تزورها لا لأجل مشكل صحي فقط. وانما تتردد عليها العديد من النساء من مختلف الاعمار والطبقات الاجتماعية لنحت الجسد واكتساب معايير الجمال .

1- الرياضة ورهانات الثقافة

الرياضة اليوم مطلبا صحيا ضروريا لكلا الجنسين ورهانا سوسيو- ثقافي واقتصادي لأنها تملك خاصيتي العلاج والوقاية معا، وقد أظهرت الانثى بمجتمع البحث (باتنة) اهتماما كبيرا بنوادي اللياقة البدنية، حيث أصبحت الصالات تعج بطالبات الرشاقة والباحثات عن اللياقة والصحة الجيدة، وأصبح تنظيم الوقت جزءا مهما في حياتهن للظفر بسويغات من الراحة خلال الأسبوع، في هذه النوادي التي باتت تنافس الفضاءات الحميمية التقليدية (الحمام /الحلاقة) ممارسة لمختلف التدريبات الرياضية (فتنس- ايروبيك - زومبا) همها الوحيد التحكم في الجسد وتجميله حيث تحتل الفتنس الحظ الاوفر من هذه التدريبات الرياضية حسب ما بينته لنا احدة الممارسات التي تبلغ من العمر 22 عام

" انا في الحقيقة سجلت في النادي منذ 7 اشهر في البداية سجلتني صاحبتني مي حسيت روجي تحسنت منين بديت التدريبات وليت نرقد خير من بكري والنادي ضروري لكل امرأة سواء كانت كبيرة او صغيرة لان الوقت تبدل والحياة ولات تتطلب الرياضة للصحة والراحة وانا الحمد لله تحسنت حالتي النفسية " وتخلصت من حالة القلق الي كانت عندي بسبب الدراسة "

ومدمننا نتحدث عن الجسد "المنشأ الاجتماعي" فلا يمكننا اهمال دور المعايير الجمالية كهيمنة مضاعفة تضاف الى قائمة القواعد التي يسبح بها الجسد الانثوي ويرغمها على الامتثال لها واعادة انتاجها في سيروروات طقوسية وممارسات ترسخ بالشكل المناسب والمرغوب / المسموح وتمهد لانخراط الانثى فيه منذ الصغر لوصول الى النموذج المقبول والمثالي الذي يعطيهن المكانة ويوصلها الى القبول والاعتراف ، فمعايير الجمال

كمعايير الاخلاق تدفع المرأة الى التمثل لها حيث يجعلها الخوف من الاقصاء والوصم والنبذ الانخراط في الممارسات التي تخص الجسد (تجميل، رياضة، تطيب ..) لتحظى بالقبول وتتلاءم والمعايير الجمالية في سياقها الاجتماعي والثقافي. انه تواطى اجتماعي مفروض عليهن بهذه الكلمات اجابتي المبحوثة 30 صاحبة عام انه :

مفروض علينا نلعبوا الرياضة في باستمرار ونواضبوا علمها باه نحسنوا من شكل جسمنا ولا تولي محل سخرية من الاصدقاء في العمل والعايلة وكل المجتمع انا مثلا يعيطولي بتية ؟؟؟ وين ما نروح يعلقوا على شكلي وهذا الحاجة هي الى خلاتي ندير الرياضة .

حيث ان اللغة المشفر للجسد المكتنز توصم بانها (برميل/بتية) واحيانا توصف بانها "شكارة" وهذا دليل واضح على الاقصاء والتهميش لهذا الجسد الخارج عن قيم الجمال في سياقه الاجتماعي والثقافي. وبالتالي فان العناية بالجسد ترتبط ارتباطا وثيقا بالمحيط الاجتماعي وتؤثر التربية بشكل واضح في الممارسات وطرق التعامل مع الجسد الذي يبني منذ لحظة الميلاد ويقولب في مراحل النمو من طرف الفاعلين الاجتماعية ومؤسسات المجتمع.

2- الرياضة وصيانة المظهر:

الجسد في عصرنا الحالي هاجس الانثى ومحور اهتمامها لتبدوا جميلة تعني به كهوية ذاتية وواجهة تقدمها للآخر (الذكر/المجتمع) فلقد انتقل الجسد الانثوي في مجتمعنا من الانتاج البيولوجي الى المتعة بفعل التكنولوجيا والانفتاح على العالم الخارجي . حيث ان الانترنت فسحت الباب على مصراعيه للاطلاع على مختلف التدريبات الرياضية والتي بدورها تشكل عامل محفز لإقبال الانثى عليها والاشترك فيها كما صرحت لنا المبحوثة التي تبلغ من العمر 36 سنة انها تعرفت على رياضة الفتنس من خلال منصات التواصل وبعد متابعة لمختلف المدربات قررت الاشتراك في النادي هي وزوجة اخيها التي تبلغ من العمر 49 عام قائلة:

انا الفيسبوك هو الى ورالي رياضة الفتنس وعجبتني تمارينها وكي جربتنيها في الصالة صح حسيت بالمتعة خاصة كي رانا نمارسوها في مجموعة وزيد الموسيقى تخليك تريحي والحركات تخليك تنقصي من الوزن الزايد بشرط تواضبي علمها وداومي على التمرينات حتى في البيت " وانا مع مرت خويا نشجعوا بعضنا فالدار هي تفكرني وانا نفكرها وكي نكونوا عندنا وقت فراغ نديروا الموسيقى وندربوا ... تبدلت حياتنا ونسينا التعب خاصة انا عندي السكر.

هذا يعني ان الرياضة اصبحت نمط من القيم وروتين حياة الخاصة بالانثى ، وانه هذه الفضاءات ما هي الا شكل حضاري غير رسمي من اشكال التواصل الاجتماعي تتيح عبر تدريباتها المختلفة فسحة مصغرة للحوار والجدل وتبادل الرأي في مسائل وقضايا ذات طابع ثقافي – و ان لها دور بارز في بزوغ الوعي بالاهتمام بالجسد ولم تقتصر هذه النوادي على تلبية هذه الحاجة بل تجاوزتها حتى باتت بمثابة مركز ثقافي يتناول مختلف القضايا التي تخص الانثى فهي اشبه بالمرأة العاكسة لحال الثقافة مثلها مثل وسائل التواصل الحديثة حسب ما بينته لنا المبحوثة في عمر الثنتين (30عام)

انا بالنسبة ممارسة الرياضة شيء حضاري شكون الي بقا ميديرش
الرياضة العصر تبدل ولازم على المرآة تعيش حياتها وتحقق ذاتها في كلش
خاصة الرياضة شوفي الفيسبوك معبي بالنوادي وانت تخيري الي يعجبك
وهي اساسا مخصصة للنساء يعني حماية وجمال وصحة .

ان الاهتمام بالجسد من المنظور المعاصر اصبح مسؤولية تتطلب من الانثى دوام العناية به وحمايته
بالاعتناء به حتى يظل جميلا وفقا لمقاييس تحسب باليات القياس الدقيقة المرتكزة على المرآة بشكل كبير و
الذي يتولى تحديد الطول وفق الوزن بل ويحدد نسبة الشحوم الضرورية او الفائضة في الجسم بناء على
نسب مئوية غاية في الدقة . (خلود السباعي، 2011، ص 49)

3- الرياضة وقيم الحدائة:

ان هذه النوادي تعكس وجهها حضاريا ونمطا ثقافيا جديد لواقع الانثى والجسد الانثوي. حيث اصبحت هذه
الفضاءات(نوادي اللياقة البدنية) قبلة النساء وفضاءهم الحميمي الذي يرمم اجسادهم ويعيد تشكيلها
للتوافق مع القيم الثقافية التي افرزتها الحدائة ، تلجأ اليها وترتاح فيها وتحل فيها صراعتها النفسية وتستعيد
صحتها وعافيتها الجسدية في جو مليء بالعلاقات الاجتماعية والصدقات التي تساعد على نمو الشخصية
وزيادة الثقة بالنفس. وتناقش فيها موضوعات اجتماعية وفكرية وثقافية واحيانا تستضيف مختصين
نفسانيين واخصائي تغذية واطباء لزيادة الوعي بمفهوم الصحة الجسمية وعلاقتها بالأمراض والنفسية
والجسدية وتعرض فيها جمالهن وقوامهن منافسة قاعات الحلاقة والتجميل والعناية الجسدية.

الجسد وفقا لمفهوم الحدائة لم يعد خاضعا لقوى الاصاله وسلطة العادات والتقاليد ولكن الحدائة حرته
من كل سلطة، قولبته ونمطته وفق مقاسها الحدائي واخضعته لمقاييس جديدة تحكمه وتسيره. وان هذا
الاقبال على نوادي اللياقة البدنية ينم عن تغير كبير وواضح في القيم الجمالية والاندفاع الكبير نحو الاهتمام
بالمظهر وجمال الجسد ووعي متزايد بأهمية الصحة واللياقة لتحقيق الرضا الجمالي والصحة النفسية
والجسدية كما بينته لنا السيدة التي تبلغ من العمر 39

انا قبل ما ندخل للنادي كنت انطوائية معنديش علاقات منخبيش
عليك بسبب وزني نحشم نخرج برا ولا نروح مناسبات ومنين بديت
التدريبات بينتلي الكوتش كيفاه نخدم على جسسي وذاتي في نفس الوقت
واكتسبت الثقة بنفسني حتى منقصش ميزاني تحسن مزاجي وتقبلت
شكلي ومستمرة في التدريب حتان نوصل للشكل الجميل ونولي كيما
صحباتي وزيد ولاو عندي صدقات من النادي ة واصبحت اكثر انفتاح
وسعادة والحمد لله وليت مرغوبة من الجميع في العمل والعائلة وحتى في
الشارع موليتش نسمع التعليقات .

فلقد قدمت التدريبات الرياضية حلولا للجسد ليبدو اكثر صحة وجمالا وقبولا بالنسبة للفرد والجماعة حتى
يصبح اكثر تناسقا مع مواصفات الجسد الحدائي الذي يسوق له الاعلام ومنصات التواصل الاجتماعي ،

جسد أكثر رشاقة . فلقد أصبحت الانثى أكثر وعياً بجسدها بالتالي لا تعرف القلق في حياتها، فالقلق ليس الا قلق على الوجود كما يعبر عن ذلك رولمي في تعريفه للقلق النفسي كنوع من انواع العصاب(مقالات بحثية 2022، ص70)

ان هذا التنوع في اشكال العناية بالجسد ومراقبته - تنوع جديد فريد ، مشتهى ، ازداد الاقبال عليه مع توسع انتشاره في المجتمع وهكذا قد تتحقق كل رغبة جمالية، كلها ترمي الى هدف واحد . اتاحة الفرصة لأنثى لكي تبقى او تصبح جميلة. (جورج فيغاريلو 2011، ص236)

خاتمة

القراءة الانثروبولوجية لواقع الممارسات(الانثى) في نوادي اللياقة البدنية بينت لنا ان الجسد الانثوي يحظى باهتمام كبير سواء لصيانتة والحفاظ عليه او للاعتناء به وتجميله ، وان هذه النوادي التي اوجدتها قيم الحدائة أصبحت ضرورة ومطلب كل انثى من اجل الظهور بمظهر لائق وجسد جميل خالي من الامراض والتشوهات ومقبول اجتماعيا وهذا ان دل على شيء فانه يدل على وعي الانثى بأهمية التدريبات الرياضية للصحة الجسدية والنفسية دون ان نهمل سعيها للترويج عن النفس من خلال الحركات والايقاعات الموسيقية التي توفر لها التدريبات. وبالتالي فان هذه الفضاءات وفرت لها جوا مناسباً للراحة والاسترخاء. حيث تعدت الوعي الصحي الى الضرورة الثقافية التي تشعر الانثى بالرفاهية والمكانة. انها باتت تنافس مراكز التجميل وماركات الموضة .. الخ لما تعطيه للجسد من مظهر جمالي يضفي على صاحبتة المنظر الجميل مثلها مثل الماكياج واللباس... الخ . فلم تعد مكانا للصحة والترفيه فحسب بل اصبحت ضرورة ثقافية ومطلب حضاري تستدعي الامتثال لسلطته لكي يحظى الجسد بالقبول والاعتراف الاجتماعي.

المراجع باللغة العربية:

- احمد محمد بدح واخرون ،1996، الثقافة الصحية، دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- امين انور الخولي،(د، ن) الرياضة والمجتمع، عالم المعرفة، مصر.
- بهاء الدين سلامة ،1997، الصحة والتربية الصحية، دار الفكر العربية.
- (د، ن) 2002، الجسد العربي والمجتمع مجموعة كتاب ، مقالات بحثية ، دار قصص و حكايات للنشر الالكتروني .
- جمال شحيد،2000، مركز دراسات الوحدة العربية ، بيروت لبنان المنظمة العربية للترجمة، ط1،
- جميل عبد المجيد،2000، ، البلاغة والاتصال، ط1، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة .
- ✓ جورج فيغاريلو 2011و، (تاريخ الجمال) ، الجسد وفن التزيين من عصر النهضة الاوروبية الى ايامنا ، تر:
- ✓ خلود السباعي، 2000، الجسد الانثوي وهوية الجندر، ط1، جداول لبنان للنشر والتوزيع ، لبنان.
- ✓ علاء الدين محمد عليوة ، ، الصحة الرياضية ، دار الوفاء، الاسكندرية.
- ✓ علي جلال الدين، 2005، الصحة الشخصية والاجتماعية للتربية الرياضية مركز الكتاب للنشر والتوزيع، القاهرة.

المراجع باللغة الاجنبية:

- ✓ Gold B, and ELLIOT, M The health for life training advisor ,the national center for health ,soft cover, health for life. Washington USA: DHHS publisher .,2002 ,p15

التعلق العاطفي لدى المراهقين (الأسباب والمظاهر وطرق الوقاية)

Emotional attachment among adolescents (causes, manifestations
(and methods of prevention

د. عتيقة سعيدي

مخبر الدراسات النفسية والاجتماعية ، جامعة باتنة1، الجزائر

atika.saidi@univ-batna.dz

ملخص:

تعد المراهقة من أهم مراحل النمو التي يمر بها الإنسان نظرا لما تتصف به من تغيرات جذرية وسريعة تنعكس أثارها على مظاهر النمو الجسدي والعقلي والاجتماعي وبسبب هذه التغيرات تظهر مجموعة من المتاعب الانفعالية والوجدانية

وتعد الحاجة للشعور بالحب من أهم الحاجات النفسية التي تؤثر على المراهقين ، فالحب هو الشعور بالمودة النابع من القلب وهو الحياة ن، وذلك من خلال إسماعهم كلمات الحب والتقدير والاحترام ، فهم بحاجة لها ولإشباع عاطفتهم باستمرار وبحاجة ماسة للجلوس معهم وتحسس مشاكلهم، والانتماء إليهم بان ندافع عنهم ونبتعد تماما عن تعنيفهم أو الحط من قدرهم أمام الآخرين..

وتمثل الصداقات عند المراهقين محورا هاما في سبيل بناء الشخصية وتعزيز الحاجة للرفقة والقرناء ، وحينما تختل هذه الصداقات وتتجه للاتجاه الذي يركز على تعويض النقص في الحاجات النفسية فإنها تنشأ ظاهرة التعلق الزائد بين المراهقين إلى درجة ما يسمى بالتعلق المرضي، الذي يظهر على المراهقين فيبدأ في صورة محبة عادية ليتطور حتى يصبح انجذابا كبيرا يلغي شخصية المتعلق ويفقد السيطرة على مشاعره و أحاسيسه وانفعالاته.

إن عدم معرفة المراهق كيفية التعامل الصحيح مع هذه الحاجة بسبب الافتقار الى النضج الوجداني و الاتزان الانفعالي قد يؤدي إلى إرباك في فهم الذات وضعف الثقة بالنفس.

لذلك جاءت هذه الورقة البحثية بدراسة موضوع التعلق العاطفي لدى المراهقين للوقوف على حجم المشكلة وتقديم الحلول.

الكلمات المفتاحية: المراهقة، الحاجات النفسية، الحاجة للحب ، النضج الانفعالي ، التعلق العاطفي.

Abstract :

Adolescence is one of the most important stages of growth that a person goes through, due to the radical and rapid changes that are characterized by it, whose effects are reflected in the manifestations of physical, mental and social growth. Because of these changes, a group of emotional and emotional problems appear.

The need to feel love is one of the most important psychological needs that affect adolescents. Love is a feeling of affection that comes from the heart and is life, through hearing the words of love, appreciation and

respect. , and belonging to them by defending them and completely avoiding their abuse or degrading them in front of others. .

Friendships among adolescents are an important axis in order to build personality and enhance the need for companionship and peers.

And when these friendships aFriendships break down turn to the direction that focuses on compensating for the lack of psychological needs, then the phenomenon of excess attachment arises among adolescents to the point of what is called pathological attachment, which appears on adolescents, so it begins in the form of ordinary love to develop until it becomes a great attraction that cancels the personality of the attached person and loses control over his feelings. And his feelings and emotions.

The adolescent's lack of knowledge of how to properly deal with this need due to the lack of emotional maturity and emotional balance may lead to confusion in self-understanding and poor self-confidence.

Therefore, this research paper came to study the issue of emotional attachment among adolescents to find out the size of

Keywords: adolescence, psychological needs, need for love, emotional maturity, emotional attachment.

1. المقدمة

تعد مرحلة المراهقة من أهم المراحل في حياة الإنسان لما تتميز به من خصائص و ما تحمله من تغيرات، على جميع الجوانب فنجدته يهتم بهذه المرحلة بالصدقات فيختار المراهق ما يريد من الأصدقاء بنفسه ويرفض أي تدخل من والديه في ذلك الموضوع، بعكس الطفل الذي لا يمانع مطلقاً في ان يختار له الوالدان بعض الأصدقاء، الا ان الحظ كثيراً ما يخطئ المراهق باختيار أصدقائه بعد خبرة والتعامل معهم ، ويجد الكثيرين منهم غير جديرين بصدقتهم وهنا ينشب التنازع بينه وبينهم ، ويبدأ الشعور في خيبة الامل، و يبدأ المراهق التدقيق في اختيار أصدقائه الذين تتوفر فيهم شروط خاصة. (عبد الصالح، 2021، ص 4)

و يلعب الوالدين دوراً أساسياً في اختيار الأصدقاء لابنائهم ورفض سلوكهم الخاطئ ليتاح للمراهق الفرصة التي تؤهله لاختيار الصديق وهي رغبة عند المراهق مرتبطة بحب الاستقلالية .

ويرى أدلر، (Adler) أن علاقة الفرد بالآخرين في المجتمع هي أول مشكلة في الحياة وأكبرها، فالإنسان من وجهة نظره لا يمكن أن يوضع بالضد من المجتمع، لأنه لا يمكن أن يوجد أحدهما من دون الآخر ولا يمكن للمجتمع أن يبقى من دون الآخرين، كما أنه لا يمكن الفرد أن يصل إلى أهدافه ما لم يكن قادراً على التعامل مع الآخرين. (المرشدي، دت)، ص 6)

وقد اهتم الباحثون بدراسة علاقة الفرد بالمحيطين به واطلقوا عليها مصطلح التعلق وأكدوا على أهميتها في تحدي معالم الشخصية.

يعد التعلق من الأمور الأساسية التي تمكن الفرد من النمو سليماً من جميع النواحي البيولوجية والعاطفية والاجتماعية، من خلال تكوين علاقة ارتباطية حميمة بينه وبين أمه منذ مرحلة الطفولة، حيث

تميل هذه العلاقة إلى البقاء والتعميم ويصبح أسلوبا للمراهق والراشد في علاقاته مع الآخرين وتعتبر الأساس الأمين الذي ينطلق منه في كل تعلقاته المستقبلية.

فالتعلق أحد مظاهر النمو النفسي المؤثرة، والفعالة، ومصدر حيوي من مصادر تكوين شخصية الفرد في المستقبل، فاللخبرات المبكرة التي يتعرض لها الفرد خلال مرحلة الطفولة تأثيرات كبيرة على تشكيل قدرته على إقامة علاقات جيدة مع الآخرين، كما أن الاهتمام وتبادل الحب وعدم التعرض للإهمال والإساءة من الخصائص الأساسية للخبرات التفاعلية السوية والتي يفترض أن يتعرض لها جميع الأفراد في طفولتهم المبكرة، فالشخص السوي هو نتاج خبرات التعلق الإيجابية السوية مع مقدم الرعاية في مرحلة الطفولة المبكرة، ولا يؤثر التعلق فقط على الصحة النفسية وسلوكيات الفرد ولكن يمتد تأثيره حتى للمحيطين به .

كما أن حاجة المراهق إلى أسرة تحيطه بالعطف والحنان لا تقل عن حاجة الطفل لأنه يعيش مرحلة تغيرات نمائية متسارعة مليئة بالأزمات مما قد يعيش المراهق حالة من التعلق الغير امن وخاصة عندما يعاني من التفكك الأسري والذي يؤدي أحيانا إلى الاضطرابات النفسية والسلوكية والتي تقود المراهق إلى العدوان والانحراف وعدم الاستقرار النفسي.

وتمثل الصداقات عند المراهقين محورا أساسيا في سبيل بناء الشخصية، وتعزيز الحاجة للرفقة والقرناء، مما يسهم في نموهم وتطوير مهاراتهم وبناء المهارات الاجتماعية وتعزيزها لديهم بشكل كبير، حتى يتم اشباع هذه الرغبة بشكل سليم ويتجه في الاتجاه السوي.

وعندما تختل تلك الصداقات يتجه المراهق لتعويض النقص في الحاجات النفسية هنا تظهر ظاهرة التعلق الزائد لدى المراهقين، وتعتبر هذه الظاهرة من مراحل النمو السوي ، الا انه في حالات معينة من هذه العلاقات القوية بين المراهقين من نفس الجنس تحتاج لاهتمام بسبب ما تقوم به من شدة واستمرار قوي (صالح، 2021، ص 4)، وهذا النوع من حالات التعلق العاطفي الزائد قد يعيق النمو الاجتماعي السليم ويؤثر على حياة المراهق.

وفي ضوء ما سبق جاءت هذه الورقة البحثية لتهتم بفئة المراهقين من خلال الكشف عن اهم أسباب التعلق العاطفي ومظاهره و طرق الوقاية منه وهذا من خلال طرح التساؤلات التالية :

- ماهو التعلق و التعلق العاطفي؟
- ماهي اهم المقاربات النفسية المفسرة للتعلق ؟
- ماهي أنماط التعلق؟
- ماهي أسباب التعلق العاطفي وماهي مظاهره؟
- كيف تتم الوقاية من أخطار التعلق العاطفي ؟

1.1. أهمية البحث

ت

نع أهمية البحث من أهمية الموضوع اذ يتناول موضوع التعلق وهو أحد المتغيرات النفسية التي لها بالغ الأثر في تكوين شخصية الفرد، فهو يمثل نقطة انطلاق لحياة الفرد الاجتماعية

والشخصية مع الآخرين ، ويساعد على تكوين توقعات أولية عن سلوك الأفراد وتعاملهم معاً خلال حياتهم المستقبلية.

د

فت انظار المجتمع لاهمية هذه الظاهرة وتأثيرها على شخصية المراهق.

اعداد وبناء برامج ارشادية من قبل الاخصائيين النفسانيين تهدف لتثقيف الامهات حول ظاهرة التعلق العاطفي .

لفت انتباه الاولياء لظاهرة التعلق العاطفي لدى اباؤهم وكيفية معالجتها.

تزويد المراهقين بافكار عن ظاهرة التعلق العاطفي.

لفت انتباه المدرسين بافكار عملية لمواجهة ظاهرة التعلق العاطفي بين المراهقين.

2.1.اهداف البحث: تتمثل اهداف البحث في الكشف عن:

• مفهوم التعلق والتعلق العاطفي.

• بيان اهم المقاربات النفسية المفسرة للتعلق.

• الكشف عن اهم مظاهر التعلق العاطفي لدى المراهقين.

• بيان اهم أسباب التعلق العاطفي لدى المراهقين.

• إيجاد حلول مقترحة لعلاج ظاهرة التعلق العاطفي بين المراهقين.

2 : تحديد المفاهيم الأساسية في الدراسة:

1.2.تعريف التعلق:

ويعرف اينزويث وبولي(Ainswoth & Bowlby) 1991 التعلق بأنه رابطة انفعالية قوية يشكلها الطفل مع مقدم الرعاية الأساسي، وتصبح فيما بعد أساساً لعلاقات الحب المستقبلية ويعرف التعلق أيضاً بأنه رابطة انفعالية قوية تؤدي بالأطفال إلى الشعور بالسعادة والفرح والأمن عندما يكونون بالقرب من مقدم الرعاية الأساسي والشعور بالتوتر والانزعاج عندما ينفصلون عنه مؤقتاً (ابو غزال وفلوة، 2014، ص 351)

في حين يعرف Bowlby (:1982) التعلق بأنه نزعة فردية داخلية لدى كل فرد تبدأ منذ لحظة ولادته وتستمر طوال الحياة وعبر مراحل حياته المختلفة ، تجعله يرغب في إقامة علاقة عاطفية مع الأشخاص الأكثر أهمية في حياته
(Bowlby, 1982, P54)

2.2.الفرق بين الحب و التعلق :

➤ الحب:

هو الشيء الذي يشعرك بالسعادة والمتعة، وبعدم الضغط والقلق والحزن والخوف، انفعال ايجابي وليس سلبي ، و الحب يكون بدون شروط او قيود ويعطى بالمجان دون انتظار المقابل من الطرف الاخر.

➤ اما التعلق:

فهو الوجه المظلم من الحب، لان الكثير من الناس لا تعرف الفرق الحقيقي بينهما، ويظن الشخص انه وقع في الحب فقط، وهنا تاتي الكارثة الكبرى، لان التعلق يوصف بكونه علاقة سلبية لانه مبني على خوف وفلق وحزن وضغط نفسي، فغلبا ما يكون التعلق من طرف واحد، فالطرف المتعلق دائما ما يكون محتاجا من الاخر الى القرب والاهتمام ويتوقع الكثير، وتلك الاشياء تجعل الطرف المتعلق به انه مقيد... فيبدأ بالنفور. (كروم، 2020، ص 17)

3.2. تعريف التعلق العاطفي:

تمثل نظرية التعلق مدخلا اساسيا لدراسة العواطف خاصة عند المراهقين، لاسيما وهي من المراحل المهمة التي تظهر فيها مثل هذه السلوكيات، فهناك من يشير الى ان التعلق عن الراشدين هو: "علاقة تحكمها المشاعر والعواطف المتبادلة بين الطرفين وتنمو من خلال احداث وخبرات متعددة، وهي علاقة ترتبط بمرحلة الرشد، وتتسم بالاستقرار غالبا.

يرى الباحث عبد الله صالح (2021) ان بالتعلق العاطفي هو المحبة المفرطة الخارجة عن الحد المعقول لشخص من الاشخاص، و التبعية له في جميع اموره، بحيث يفقد المتعلق استقلالته وشخصيته، مما يؤثر على سلوكه وتصرفاته تاثيرا سلبيا. (عبد الله صالح، 2021، ص 7)

كما أكد بولبي (1988) أن المراهقين الذين أظهروا تعلقا آمن في مرحلة طفولتهم، هم الأقدر على إقامة علاقات آمنة خلال سن البلوغ والرشد، ومواجهة ما يعترضهم من مشاكل في علاقاتهم الاجتماعية. وفي الجهة الأخرى نجد عكس ذلك حيث يعاني المراهقون الذين أظهروا نمط التعلق غير آمن في طفولتهم من مشاكل جمة في علاقاتهم الاجتماعية وصعوبة في مواجهتها، (يعقوب ومعمري، 2018، ص 749)

3. المقاربات النفسية المفسرة للتعلق:

1.3. نظرية بولبي Bowlby للتعلق:

يوضح بولبي Bowlby أن التعلق ليس دافع ثانوي ينمو ويتطور على هامش الدوافع الأساسية كالجوع، ولكنه دافع أولى وأساسي كدوافع الجوع والعطش والجنس ومستقل عن الدوافع الأخرى، ويستند في هذا إلى نتائج دراسة Schaffer & Emerson (1964: 20) والتي أوضحت أن التعلق يمكن أن ينمو ويتطور تجاه أشخاص غرباء، وليس فقط تجاه الأشخاص الذين يهتمون بالعناية الجسدية للطفل؛ فقد يتعلق الطفل بأطفال آخرين ويعبر عن حزنه واحتجاجة عند غيابهم.

ويعتقد بولبي Bowlby أن الطفل عندما يتفاعل مع الآخرين يشكل نماذج عاملة داخلية Internal working (models) إذ تعمل هذه النماذج على استمرارية أنماط التعلق وتحويلها إلى فروق ثابتة، ويقصد بها مجموعة من التوقعات المشتقة من الخبرات المبكرة مع مقدم الرعاية، تتعلق بمدى توافر أو تواجد مقدم الرعاية، واحتمالية تقديمه للدعم أوقات الضيق والتوتر بحيث تصبح هذه العلاقات موجّهات للعلاقات الحميمة مستقبلا. (ابو غزال وفلوة، 2014، ص 352).

ويرى بولبي أن للنظام التلطي ثلاث وظائف هي:

1. تحقيق القرب من مقدم الرعاية.
2. توفير الملاذ الامن للطفل.

3. اتخاذ الطفل الام قاعدة امنية ينطلق منها للقيام بانشطة استكشافية

فالتعلق يلعب دورا حيويا وحاسما في حياة الطفل فمن خلال وجود الطفل بالقرب من امه، يضمن اشباع حاجاته البيولوجية من طعام وشراب وراحة، وحاجاته النفسية من حب وعطف وأمن، ويجد شخصا يثق به ويهرع اليه عندما يشعرنا بالخوف و القلق من التهديدات الخارجية، ويعتبر قاعدة آمنة ينطلق منها لاكتشاف بيئته المحيطة مشبعاً بذلك حب الفضول الذي يتميز به معظم الاطفال في هذه المرحلة العمرية ومحققاً الرغبة في العلم. (ابو غزال، 2015، ص 77)

2.3. نظرية التعلق لماري اينسورث:

اعتماداً على صياغة بولبي الأولية للنظرية طورت اينسورث وهي تلميذة بولبي مع زملائها طريقة البحث المعروفة باسم الموقف الغريب (Strange Situation) وجاءت التجربة على أثر تأكيد بولبي أن سلوك التعلق يظهر خاصة عندما يشعر الطفل بالخوف أو الخطر، وفي التجربة يتم تصنيف الأطفال وإدراجهم بإحدى فئات أنماط التعلق الثلاث والتي يتم التمييز بينها بحسب الانفصال والارتباط المجدد مع الأم فيتم وضع الأم والطفل في غرفة للعب غير مألوفة مع شخص غريب، وتشمل التجربة سبع مراحل من اختبار رد فعل الطفل عند انفصال الأم عنه وعند رجوعها اليه وفي كل مرحلة يتم فحص التوازن بين سلوك التعلق وسلوك البحث والاستكشاف لدى الطفل في حالات الخوف أو الخطر واستنتجت اينسورث على أثر هذه التجربة أن هناك علاقة بين نمط ال تعلق لدى الطفل وبين سلوك الأم تجاهه. (عبد الحميد، (دت)، ص 1132-1134).

4. أنماط التعلق

على أثر التجربة، استنتجت اينسورث " أن هناك علاقة بين نمط التعلق لدى الطفل وبين سلوك الام تجاهه. حيث صنفت أنماط التعلق لدى الأطفال حسب ثلاثة أنماط:

1.4. نمط التعلق الآمن - Secure:

نمط تعلق يتميز بحساسية والدية: الأمهات في نمط التعلق الآمن كن متواجداً عاطفياً، منحن الدفء والحب وشجّعن البحث الذاتي. يشعر الأطفال بالثقة لدى ملاستهم لمقدمة الرعاية الأساسية، يختبرون بيئتهم في حضورها، يظهرن علامات الضائقة في غيابها، لكنهم فوراً يريدون التقرب منها ويشعرون بثقة لدى اللقاء المتجدد معها. بحسب هذا النمط، يستخدم الطفل شخصية التعلق كقاعدة آمنة ويقوم باكتشاف ما حوله بحرية. (مرعي، 2016، ص 200).

2.4. نمط التعلق التجني - Avoidant:

يطلق عليه كذلك بالرمز A في دراسات انزرويث، وفيه لا يتزعج الطفل من انفصاله عن أمه وقد يكون أكثر ودية مع الشخص الغريب. وعندما تعود الأم إليه في موقف لم الشمل يقترب منها ثم يتحرك بشكل مفاجئ بعيداً عن الأم. وعندما تحمله الأم لا يبدي رغبة في الالتصاق الجسدي بها. (بن ابراهيم، 2022، ص 208)

3.4. نمط التعلق القلق/المقاوم - Resistant/Anxious:

الامهات في هذه المجموعة لسن حساسات بشكل كافٍ لاحتياجات الأطفال، ولا يعتنين بهم بشكل دائم. لم يستجبن دائماً لاحتياجاتهم، كما ولم ينجحن دائماً في محاولة تهدئتهم. الأطفال القلقون يميلون إلى تفعيل منظومة تعلق بشكل كبير، يظهرن مستوى ضعيف من اللعب والاكتشاف ويظهرن التوتر بعد فراق الأم،

ولكنهم أيضاً يجدون صعوبة في الهدوء بعد الارتباط المتجدد. هؤلاء الأطفال يظهرون اهتماماً بالأُم مع إظهار الغضب، ويظهرون علامات القلق وعدم الراحة تجاه الغريب. (مرعي، 2016، ص 200).

والجدير بالذكر أن نشير إلى أن الأفراد ذوي التعلق الآمن يتسمون بتقديرهم العال لذواتهم، ويتمتعون بمستويات عالية من المهارات الاجتماعية، وراضين عن علاقاتهم مع الأفراد، ويتميزون بالثقة بمن حولهم، ولديهم مستويات عالية من الاعتمادية المتبادلة وعدم الخوف من الرفض ولديهم فاعلية ذاتية مرتفعة؛

بينما يتصف أفراد التعلق الراض بدرجات منخفضة من الاكتئاب، والقلق الاجتماعي، ومستويات مرتفعة من تقدير الذات وعدم الثقة بالآخرين؛

كما يتصف الأفراد ذوي التعلق غير الآمن المشغول والمرتعب بالاعتمادية والشك والسخط والتردد وسوء التوافق النفسي وتقدير ذات منخفض، وشعور بالوحدة وتدني المهارات الاجتماعية، كما أنه لديهم مستويات عالية من

(الاكتئاب والقلق الاجتماعي والخوف من الفشل والرفض). (يعقوب ومعمري، 2018، 749)

5. أسباب التعلق العاطفي:

للقوع في التعلق أسباب كثيرة، منها ما يعود للأسرة الخاصة بالمراهق، ومنها ما يعود لشخصية المراهق نفسه، ومنها ما يعود للمجتمع المحيط به.

وينجذب المراهق للصحة السيئة، ويقع في أخطاء سلوكية بسبب وجود المراهق في مناخ منزلي غير عطوف وغير آمن .

وتتعد الأسباب المؤدية للتعلق العاطفي ويذكر شحادة و العاسمي 2016 مجموعة من الاسباب منها:

- ✓ العوامل الخاصة بالفرد: ويقصد بع العوامل الجينية و العصبية و المزاجية
- ✓ العوامل الاجتماعية و الاسرية: ويقصد بها العادات و التقاليد و علاقة الوالدين بالطفل و علاقات الاسرية
- ✓ العوامل الخاصة بالسلوك نحو الاخرين: وتشمل العلاقات الداخلية و القواعد و السلوك الاجتماعي
- ✓ العلاقات الاجتماعية: وتشمل الكفاءة الاجتماعية وجود الحياة. (عبد الله صالح، 2021، ص 9)
- ✓ الخلافات الاسرية. و الاهانات التي يوجهها الوالدان للابناء، تجعلهم لا يشعرون بالحب و يلجئون الى اول شخص يشعرون بعدم تفريغ المشاعر أولاً بأول، وكتبها وكتماها خاصة الوالدين.
- ✓ قد يكون فاقدا للاهتمام و للمحبة من قبل الوالدين او الاخوة او الأصدقاء... هذه الأمور تسبب ردات فعل تظهر في الطرف الاخر
- ✓ أسباب و اضطرابات نفسية حصلت معه في الصغر. (كروم، 2020، ص 15)

6. طرق الوقاية من التعلق العاطفي:

تتأكد العناية بعلاقات المراهقين من خلال:

- ❖ التهيئة بوجود رفقة صالحة: وذلك ، بان يحيط الاب ابنه، و المرابي تلميذه، باعطائه معلومات وخبرات عامة قبل المراهقة، لتبصره بأهمية الرفيق الصالح، وعظيم شأنه في حياة الانسان و يبصره يسوء عاقبة الطالحين و تبيان خطر مجالستهم
- ❖ المتابعة غير المباشرة: فاتجاه المرابي للتوجيه الى التوجيه العفوي، الذي يحدث آثاره من خلال البيئة و الاحداث العادية الطبيعية غير المباشرة، هو الاسلوب الامثل لبناء الرفقة الصالحة للمراهق، و ابعاد الرفقة السيئة عنه.
- ❖ اكرام الصحبة الصالح للمراهقين: وذلك بتأييد المراهق على صحبته الصالحة و استقبالها، و تهيئة ما يلزم من تيسيرات مادية و معنوية وحث المراهقين على دعوة اصحابهم في المناسبات و تشجيعهم بالسؤال عنهم و السلام عليهم.
- ❖ في حين يرى فهمي انه ينبغي للاسرة دورا حيويا، فينبغي ان تشعر المراهق بالتسامح و التقبل، و في نفس الوقت يبصره الالباء بافاق ابعد و افضل من الصداقات. ((عبد الله صالح، 2021، ص ص9،10)

7. خاتمة:

يعد التعلق رابطة انفعالية عاطفية بين الطفل و من يقوم برعايته من بداية حياته، لتتطور فيما بعد وتصبح أكثر وضوحا، فالتعلق مكانة مميزة في حياة الفرد، وله تأثير كبير على النمو النفسي العاطفي من جميع النواحي، وأي حرمان على مستوى العلاقات المبكرة مع مقدم الرعاية يؤدي إلى خلل في نظام التعلق ويزيد من احتمال اضطراب علاقات المراهق في المستقبل .

ويظهر التعلق العاطفي من خلال ميل المراهق للبحث عن التقارب والاتصال مع شخص أو أشخاص مناسبين لتلبية احتياجاته وبشكل بالنسبة له مصدرا للحماية والأمان ، فنجد المراهق يتعلق بأقرانه لأنه يسعى للاستقلال عن والديه و يبحث عن التقارب مع شخص يحبه في وقت الأزمات، لأنه بحاجة إلى مساعدة ودعم، وأي اضطراب على مستوى التبادلات العاطفية سيؤدي إلى خلل على مستوى العلاقات المستقبلية للمراهق.

لذلك يجب على الوالدين بناء علاقات إيجابية مع أبنائهم منذ الطفولة من خلال تقديم الحب و الحنان و إشباع حاجاتهم العاطفية لنمو سوي وصحة نفسية.

وخرجت هذه المداخلة بمجموعة من التوصيات:

- تفعيل دور الاخصائي النفسي في المؤسسات التربوية في التكفل بفئة المراهقين الذين يظهرون مشكلة التعلق العاطفي.وسبل علاجها.
- توعية الاولياء بظاهرة التعلق العاطفي وخطورتها على المراهق.
- إقامة دورات وملتقيات و مؤتمرات الخاصة بدراسة التعلق العاطفي و اثارها النفسية وسبل علاجها.
- اعداد ندوات تثقيفية للامهات حول ظاهرة التعلق العاطفي.

8. قائمة المراجع:

1.8. المراجع العربية

- ابو غزال، معاوية وفلوة، عايدة، (2014)، انماط التعلق وحل المشكلات الاجتماعية لدى الطلبة المراهقين وفقا لمتغيري النوع الاجتماعي و الفئـة العمرية. المجلة الاردنية في العلوم التربوية. 10(3)، ص 351-368.
- أبو غوال، معاوية محمود، (2015)، النمو الانفعالي والاجتماعي، جامعة اليرموك، العراق، ص 77
- بن ابراهيم، نعيمة بنت فهد، (2022)، انماط التعلق وعلاقتها بالتوافق الشخصي والاجتماعي في مرحلة الطفولة من وجهة نظر الامهات، المجلة العلمية لكلية التربية، جامعة اسيوط، 37(04). ص 201-292.
- عبد الحميد، مي الحسيني وابومسلم، محمد احمد والشعراوي، علاء محمود، (دت)، انماط التعلق وعلاقتها بالتحصيل الاكاديمي لدى تلاميذ الحلقة الثانية من مرحلة التعليم الاساسي، مجلة كلية التربية، المنصورة، 107(6)، ص ص 1127-1161.
- عبد الله صالح، خضران، (2021)، التعلق العاطفي (مظاهره - اسبابه - علاجه) بين المراهقات في مدارس التعليم العام من وجهة نظر المرشدات الطالبات، مجلة التربية، 4(191)، ص ص 1-30.
- كروم، سارة، (2020)، التعلق العاطفي المرضي، (ط1)، شركة تكوين للنشر والتوزيع، جدة، ص ص 15-17.
- المرشدي، عماد حسين وناصر، عقيل خليل، (دت)، الحاجة الى الحب لدى المراهقين وعلاقتها بالذكاء الوجداني، ص6
- مرعي، ابتسام، (2016)، نظرية التعلق العاطفي من منظور ثقافي، مجلة النبراس ، (09)، ص ص 197-207.
- يعقوب، مراد ومعمري، حمزة، (2018)، اضطراب التعلق وعلاقته بنوعية التقمصات لدى المراهقة، دراسة ميدانية على مجموعة من الطالبات يتيمات الاب بجامعة غرداية، مجلة الباحث في العلوم الانسانية والاجتماعية، (35)، ص ص 745-756.

2.8 المراجع الأجنبية:

Bowlby, J. (1982). Attachment and Loess: (Vol.1) Attachment (2nd Ed).

New York: Basic books. P54.

أثر الهرمونات على الصحة العاطفية و الإجماعية للأفراد

د. أمينة القديم . جامعة البليدة 2 ، الجزائر

aminapsy3@gmail.com

د. عليك نامية. جامعة البليدة 2 ، الجزائر

namiaalikdoct@gmail.com

ملخص:

تهدف الدراسة الحالية إلى تبيان أثر الهرمونات على الصحة العاطفية و الاجتماعية للأفراد، من خلال فهم كيفية تأثير الهرمونات على الصحة العاطفية لهم والعلاقات والاجتماعية، وكيفية التحكم في هذا التأثير عليهم، حيث تعمل هذه الهرمونات على التحكم في المشاعر والمزاج والسلوك الإنساني، كما يمكن أن تؤثر بشكل مباشر على العواطف والمشاعر الإيجابية والسلبية. وبالتالي سنقوم في هذه الدراسة بتسليط الضوء حول أهم الهرمونات التي يفرزها الجسم مثل الأدرينالين، الأكسيتوسين، الدوبامين، السيروتونين،... وغيرها من الهرمونات وفهم كيفية تأثيرها على الصحة العاطفية حتى نتمكن من التعامل مع الأمراض النفسية والعاطفية، ومن تحسين جودة الحياة العاطفية للأفراد والحد منها.

الكلمات المفتاحية: الهرمونات، الصحة العاطفية، المشاعر الايجابية، المشاعر السلبية، العلاقات الاجتماعية.

Abstract :

The current study aims to demonstrate the effect of hormones on the emotional health and social relationship of individuals, by understanding how hormones affect their emotional health and how to control this impact on them. These hormones control human emotions, mood, and behavior, and can directly affect positive and negative emotions and feelings. Therefore, in this study, we will shed light on the most important hormones produced by the body, such as Adrenaline, Oxytocin, Dopamine, Serotonin,.. and others, and understand how they affect emotional health so that we can deal with psychological and emotional disorders and improve emotional quality of life for individuals and reduce it.

Keywords: Hormones, Emotional Health, Positive Emotions, Negative Emotions,, Emotional Quality of Life, social relationship.

مقدمة:

تعد الهرمونات من العوامل الرئيسية التي تؤثر على الصحة العاطفية للإنسان ناهيك عن حالته الاجتماعية، فهي تلعب دورًا حاسمًا في تنظيم العواطف والمزاج والسلوك، وتختلف بدورها من حيث أنواعها ومستوياتها في الجسم، وتؤثر بشكل مختلف على حالته العاطفية والنفسية للإنسان بوجه عام .

تنتج الهرمونات بشكل طبيعي في الجسم، إلا أنّ هناك بعض الظروف التي يمكن أن تؤثر على نظامها، مثل الإجهاد والتعب والتغذية السيئة والأمراض وعندما يحدث أي تغيير في مستويات الهرمونات في الجسم، يمكن أن يؤثر ذلك بشكل كبير على الحالة العاطفية والصحة النفسية للإنسان مثل المزاج والإنفعالات والقلق والكآبة والفرح والسعادة والحزن..... وغيرها.

وهذا فإن فهم كيفية عمل الهرمونات (النظام الهرموني الذي خلقه الله تعالى في الإنسان) وتأثيرها على الصحة العاطفية يعد أمرًا هامًا للحفاظ على الصحة النفسية والعاطفية الجيدة السليمة.

وبالموازاة تؤثر الهرمونات أيضاً على الصحة العاطفية من خلال تأثيرها على المخ والجهاز العصبي. فعلى سبيل المثال، يمكن أن يزيد هرمون الأكسيتوسين مستويات الثقة والمودة والمحبة، في حين يمكن أن يؤثر ارتفاع مستوى هرمون الكورتيزول على الصحة العاطفية والجسدية بشكل سلبي، حيث يمكن أن يؤدي إلى القلق والتوتر والاكتئاب وبالإضافة إلى ذلك، تؤثر الهرمونات على صحة العاطفة من خلال تأثيرها على الجهاز المناعي، حيث يمكن أن يؤدي انخفاض مستوى هرمون الغدة الدرقية إلى الاكتئاب والقلق وتدهور الحالة العامة للصحة العاطفية والجسدية.

إذ يمكن أن تؤثر الهرمونات على الصحة العاطفية من خلال تنظيم مستويات الهرمونات في الجسم. فمثلاً، قد تتعرض المرأة لتغيرات في المزاج والعواطف خلال فترة الحيض نتيجة لتغيرات في مستوى الهرمونات، ويمكن أن تتأثر صحة العواطف لدى الرجل بتغيرات في مستوى هرمون التستوستيرون.

وبناء على ماسبق ذكره فإننا نسعى من خلال هذا الموضوع، أثار الهرمونات على الصحة العاطفية هو فهم كيفية تأثير الهرمونات على الصحة العاطفية للإنسان وكيفية التحكم في هذا التأثير. ففهم أثار الهرمونات على الصحة العاطفية يمكن أن يساعد في التعامل مع الأمراض النفسية والعاطفية وتحسين الحياة العاطفية للإنسان، كما يمكن أن يساعد في تحسين العلاقات الاجتماعية والتفاعلات الإنسانية بشكل عام. وبالإضافة إلى ذلك، يمكن استخدام معرفة أثار الهرمونات على الصحة العاطفية في مجالات الطب والعلاج النفسي والبحث العلمي في هذا المجال.

وعليه تكمن أهمية الموضوع في كون أن الهرمونات تلعب دورًا مهمًا في صحة العواطف والمشاعر لدى الإنسان. فالهرمونات هي المسؤولة عن تنظيم عملية النمو والتطور الجنسي والجسدي والعقلي لدى الإنسان، كما تلعب دورًا في تنظيم الدورة الشهرية لدى الإناث، وفي تحفيز الشهوة الجنسية والإنجاب، وفي تنظيم السلوك العاطفي والاجتماعي.

وبناء على ماسبق ذكره سوف نحاول أن نناقش تأثير الهرمونات المختلفة على الصحة العاطفية وكيفية التحكم فيها لتحسين الحالة النفسية للإنسان وهذا بعرض مجموعة من العناصر المهمة في الموضوع المراد تناوله في دراستنا هذه من تقديم مجموعة من التعريفات المهمة

لمتغيرات الدراسة ومعرفة العلاقة بين الهرمونات والإنفعالات، وأثر الهرمونات على الجهاز العصبي وأهم الهرمونات وأثرها على الصحة العاطفية، بالإضافة إلى التطرق إلى معرفة الغدد المسؤولة عن إنتاج الهرمونات، إكتئاب مابعد الولادة، وبعض الحالات المهمة عن الهرمونات الجنسية وإختلافها

1- مصطلحات الدراسة:

1-1- تعريف الهرمونات: الهرمونات هي المواد الكيميائية التي تنتجها الغدد الصماء في الجسم، وتؤثر على وظائف الجسم والنمو والتطور والصحة العاطفية، وتنتقل من خلال الدم للتأثير على الأنسجة المختلفة في الجسم. وتلعب الهرمونات دورًا هامًا في العديد من الوظائف الحيوية في الجسم، بما في ذلك تنظيم النمو والتطور والجهاز العصبي والمناعي والإنجاب.

كما يعرف جيرارد ج. تورتورا وبرايان ديريكسون ، (2017)، الهرمونات في كتاب "Principles of Anatomy and Physiology"، على أنها "مواد كيميائية تفرزها الغدد الصماء وتنتشر في الدم وتتفاعل مع خلايا هدف للتحكم في وظائف الجسم" (Tortora, G. J., & all 2017, p.591)

تؤثر الهرمونات بشكل مباشر على الصحة العاطفية للأفراد، حيث يعمل بعض الهرمونات على تحفيز الشعور بالسعادة والارتياح النفسي، بينما يؤدي نقص بعض الهرمونات إلى الاكتئاب والقلق وغيرها من الاضطرابات النفسية.

من أمثلة الهرمونات التي تؤثر على الصحة العاطفية للأفراد هي:

- هرمون الأكسيتوسين: يعمل على تحفيز الشعور بالارتياح النفسي والعاطفي وتقليل القلق والتوتر.
- هرمون الإبينيفرين: يعمل على تحفيز الجهاز العصبي المركزي ويزيد من مستويات الانتباه والتركيز، كما يزيد من مستويات القلق والتوتر في حالة الإفراط فيه.
- هرمون الأندروجين: يؤثر على الصحة العاطفية للرجال، فنقص مستوياته يمكن أن يؤدي إلى الاكتئاب والقلق وتقليل الرغبة الجنسية والثقة بالنفس.
- هرمون الاستروجين: يؤثر على الصحة العاطفية للنساء، فنقص مستوياته يمكن أن يؤدي إلى الاكتئاب والقلق وتقليل الرغبة الجنسية وزيادة العصبية.

بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يؤثر التغير الهرموني الطبيعي الذي يحدث في فترات معينة من الحياة مثل فترة البلوغ والحمل والولادة.

2-1- الصحة العاطفية:

تعد الصحة العاطفية أحد جوانب الصحة العقلية والجسدية، ويعد الوعي بالصحة العاطفية من أهم أسباب المؤدية للتحكم بالمشاعر السلبية والإيجابية عند الأفراد وزيادة ثقتهم بأنفسهم،

فالسيطرة على المشاعر العاطفية تمكننا من التعامل مع ضغوطات الحياة وتفادي إصابة الجسم بالأمراض والاضطرابات والتمتع بصحة جيدة وعليه يمكن إقامة علاقات اجتماعية جيدة في الوسط الإجماعي الذي نعيش فيه .

3-1- المشاعر الايجابية:

تشمل المشاعر الإيجابية مجموعة من العواطف التي تتراوح بين السعادة والفرح والاهتمام والإثارة والرضا، وتعد جزءاً أساسياً من الحياة النفسية الصحية. وفي كتاب "Handbook of Positive Psychology" المحرر من قبل سنايدر ولوبومير (2002)، يتم تعريف المشاعر الإيجابية على أنها "العواطف والمشاعر التي تشعر بها الشخص بشكل عام عندما يكون في حالة رضا وسعادة" (Snyder, C. R., & all, 2002, p.171)

4-1- المشاعر السلبية:

المشاعر السلبية هي العواطف التي تتراوح بين الحزن والغضب والخوف والقلق والإحباط، وتعد جزءاً من الحياة النفسية البشرية.

كما يعرف كلا من جيرالد كورين ورونالد كومبس (2019) "Abnormal Psychology"، المشاعر السلبية على أنها "العواطف التي يمكن أن تسبب شعوراً بالألم والانزعاج والتعاسة وتؤثر على الحالة النفسية والبدنية للفرد"

(Gerald C. Davison & all, 2019, p.108).

5-1- العلاقات الاجتماعية:

العلاقات الاجتماعية هي الصلات التي تربط الأفراد ببعضهم البعض في المجتمع، وتتضمن هذه العلاقات العديد من العواطف والمشاعر والمعتقدات التي تتشكل في ظل تفاعلاتهم الاجتماعية. وتشمل العلاقات الاجتماعية عدة أشكال، مثل العلاقات العائلية، والصدقات، والعلاقات المهنية، وغيرها من العلاقات الشخصية والاجتماعية. وتعتبر العلاقات الاجتماعية عاملاً هاماً في بناء الهوية الاجتماعية للأفراد، وتؤثر على سلوكهم وأفكارهم ومواقفهم تجاه الآخرين. كما أنها تلعب دوراً حاسماً في التواصل والتفاعل بين الناس في المجتمعات المختلفة.

كما يعرف ديفيد نيومان العلاقات الاجتماعية على أنها: "العلاقات الاجتماعية هي الصلات والارتباطات التي تربط الأفراد ببعضهم البعض في المجتمع، وتتضمن العواطف والمشاعر والمعتقدات والتفضيلات التي تتشكل في ظل تفاعلاتهم الاجتماعية والتي تؤثر على سلوكهم وأفكارهم ومواقفهم تجاه الآخرين" (David M. Newman, 2012)

2- الهرمونات وعلاقتها بالانفعالات :

لفكرة العامة هي أن الهرمونات لها تأثير كبير على الصحة العاطفية للإنسان، حيث تعمل هذه الهرمونات على التحكم في المشاعر والمزاج والسلوك الإنساني. ويمكن أن تؤثر الهرمونات بشكل مباشر على العواطف والمشاعر الإيجابية والسلبية، كما يمكن أن تؤثر بشكل غير مباشر على الصحة العاطفية من خلال تأثيرها على الجسم بشكل عام. وبالتالي، فإن فهم كيفية تأثير الهرمونات على الصحة العاطفية يمكن أن يساعد في تحسين جودة الحياة العاطفية للإنسان والحد من الأمراض النفسية والعاطفية.

وفيما يلي أهم الهرمونات التي تؤثر على الصحة العاطفية :

- هرمون الأوكسيتوسين: يعد من أهم الهرمونات التي تؤثر على الصحة العاطفية، حيث يساعد على تنظيم المزاج والعواطف الإيجابية مثل الثقة والرضا والمودة والإحساس بالأمان والقرب، ويخفف من الشعور بالقلق والاكتئاب. (Carter, C. S., & all 2013, p.12-16)
- هرمون السيروتونين: يلعب دورًا مهمًا في تنظيم المزاج والشعور بالرضا والسعادة، ويمكن أن يؤثر نقصه على الشعور بالقلق والاكتئاب (Cowen, P. J., & all, 2015, p.158-160) 14(2), 158-160)
- هرمون الدوبامين: يعد من أهم الهرمونات التي تؤثر على الصحة العاطفية، حيث يساعد على تنظيم المزاج والشعور بالسعادة والتحفيز، ويمكن أن يؤثر نقصه على الشعور بالاكتئاب والقلق والتعب (Feltenstein, M. W., & See, R. E. 2008, p.261-274)
- هرمون الكورتيزول: يعمل هذا الهرمون كمنظم لنظام الاستجابة للضغط، ويمكن أن يؤثر نقصه على الشعور بالتوتر والاكتئاب والإحساس بالضعف. (McEwen, B. S. 2005, p. 20-23)
- هرمون الأدرينالين (الأدرينالين): وهو يساعد على زيادة معدل ضربات القلب وضغط الدم، كما يحفز الجهاز العصبي ويساعد على تحفيز الجسم خلال الحالات المؤثرة. (Tortora, G. J., & Derrickson, B. 2017, p.621)
- هرمون الاستروجين: يلعب دورًا هامًا في نمو وتطور الجهاز التناسلي الأنثوي وتنظيم دورة الحيض لدى الإناث. (Guyton, A. C., & Hall, J. E. 2015, p. 1024)
- هرمون التستوستيرون: يؤثر على النمو والتطور الجنسي للذكور ويساعد في تحفيز نمو العضلات والعظام. (Guyton, A. C., & Hall, J. E. 2015, p.1026)

هناك العديد من الدراسات علمية حول أثر الهرمونات على الصحة العاطفية. وفيما يلي بعض الدراسات التي تناولت الموضوع بالدراسة:

- دراسة نُشرت في مجلة "Frontiers in Psychology" عام 2020، وجدت أن الهرمونات الأنثوية مثل الإستروجين تؤثر على الصحة العاطفية للمرأة، حيث يمكن أن تؤثر على المزاج والقدرة على التحكم بالعواطف.

- دراسة أُجريت في عام 2019 ونُشرت في مجلة "Journal of Neuroscience"، وجدت أن هرمون الأوكسيتوسين يمكن أن يساعد في تحسين العلاقات الاجتماعية والاتصال العاطفي بين الناس.

- دراسة أُجريت في عام 2018 ونُشرت في مجلة "Psychoneuroendocrinology"، وجدت أن الهرمونات الذكورية مثل التستوستيرون يمكن أن تؤثر على الصحة العاطفية للرجل، حيث يمكن أن تؤثر على المزاج والقدرة على التحكم بالعواطف.

- دراسة أُجريت في عام 2017 ونُشرت في مجلة "Frontiers in Behavioral Neuroscience"، وجدت أن الهرمونات المتعلقة بالإجهاد مثل الكورتيزول يمكن أن تؤثر على الصحة العاطفية، حيث يمكن أن تساعد في التحكم بالمزاج والقدرة على التعامل مع الضغوط النفسية.

3- أثر الهرمونات على النظام العصبي:

تؤثر الهرمونات على الانفعالات من خلال التأثير على النظام العصبي والدماغ، حيث تتفاعل الهرمونات مع الأجزاء المختلفة في الدماغ وتؤثر على نشاط العصبية وإفراز المواد الكيميائية التي تؤثر على الحالة العاطفية.

مثلاً، يعمل هرمون الأوكسيتوسين على زيادة الاحساس بالارتياح والثقة والتقارب الاجتماعي، وبالتالي فإن زيادة مستويات هذا الهرمون يمكن أن تؤدي إلى زيادة الانفعالات الإيجابية، مثل السعادة والمودة والرضا.

من ناحية أخرى، يعمل هرمون الكورتيزول على زيادة الانفعالات السلبية، مثل القلق والتوتر والغضب، ويمكن أن يؤدي إلى اضطرابات نفسية مثل الاكتئاب والقلق.

كما يمكن أن تؤثر الهرمونات المتعلقة بالجنس على الانفعالات، فعلى سبيل المثال، يمكن أن يؤدي نقص هرمون الأندروجين عند الرجال إلى زيادة الاكتئاب والقلق وتقليل الرغبة الجنسية، بينما يمكن أن يؤدي نقص هرمون الاستروجين عند النساء إلى الاكتئاب والقلق وتقليل الرغبة الجنسية وزيادة العصبية.

بشكل عام، فإن تأثير الهرمونات على الانفعالات يختلف باختلاف نوع الهرمون ومستوى تواجده في الجسم، ويمكن أن يؤدي إلى تغيرات في المزاج والسلوك والحالة العاطفية.

4- أهم الهرمونات وأثرها على الصحة العاطفية

تؤثر العديد من الهرمونات على الصحة العاطفية للإنسان، ومن بين هذه الهرمونات الرئيسية:

- هرمون الأوكسيتوسين: يعد هرمون الأوكسيتوسين أحد الهرمونات الهامة التي تؤثر على الصحة العاطفية للإنسان، حيث يعزز الشعور بالحب والانتماء والرفقة.

وتشير الدراسات إلى أن الأوكسيتوسين يلعب دورًا مهمًا في تحسين المزاج وتقليل القلق والتوتر.

- هرمون الأدرينالين: يعتبر هرمون الأدرينالين هرمون النموذجي للاستجابة للتوتر، حيث يرفع مستوى الطاقة ويعزز الشعور باليقظة. ومع ذلك، يمكن أن يؤدي تفرز الأدرينالين بكميات كبيرة إلى الشعور بالتوتر والقلق والتوتر المفرط.

- هرمون الكورتيزول: يعد هرمون الكورتيزول هرمون الإجهاد الأساسي، حيث يتم إفرازه في الجسم بشكل طبيعي في الصباح لتحفيز اليقظة والانتباه. ومع ذلك، يمكن أن يؤدي ارتفاع مستويات الكورتيزول في الجسم إلى الشعور بالتوتر والقلق والاكتئاب.

- هرمون الإستروجين والبروجستيرون: يؤثر هرمون الإستروجين والبروجستيرون على الحالة العاطفية للنساء، حيث يساعد الإستروجين على تحسين المزاج وتقليل القلق والاكتئاب، في حين يؤثر البروجستيرون على الشعور بالراحة والاسترخاء.

- هرمون التستوستيرون: يؤثر هرمون التستوستيرون على الحالة العاطفية للرجال والنساء، على الرجال في تحسين المزاج وزيادة الثقة بالنفس، ويعتبر هرمون التستوستيرون أيضًا مهمًا للنساء حيث يساعد على تحسين المزاج والرغبة الجنسية والشعور بالثقة بالنفس.

- هرمون السيروتونين: يساعد هرمون السيروتونين على تنظيم المزاج والشعور بالسعادة والرضا، ويعتبر هرمون السيروتونين أحد الهرمونات الرئيسية التي تؤثر على الصحة العاطفية للإنسان. ويعتبر انخفاض مستوى هرمون السيروتونين في الجسم عاملاً رئيسيًا في حالات الاكتئاب والقلق والأرق.

يمكن أن يتأثر إفراز هذه الهرمونات في الجسم بسبب العديد من العوامل المختلفة، مثل التغذية والنوم والتمارين الرياضية والإجهاد والحالات الصحية. ولذلك، من المهم تحديد مستويات

الهرمونات في الجسم وتوازنها للحفاظ على الصحة العاطفية والنفسية للإنسان.

4- الغدد المسؤولة عن هذه الهرمونات:

تفرز الهرمونات في الجسم من خلال الغدد الصماء والغدد الصماء الخارجية، والتي تشمل:

- الغدة النخامية: هي الغدة التي تنتج هرمون الأدرينالين والنورأدرينالين والدوبامين والسيروتونين.
- الغدة الدرقية: تنتج هرمونات الثيروكسين والترييودوثيرونين والكالسيتونين.
- الغدة الكظرية: تنتج هرمونات الكورتيزول والألدوستيرون.
- المبيض: تنتج الإستروجين والبروجستيرون.

• الخصية: تنتج التستوستيرون.

ومن المهم معرفة أن هذه الغدد يمكن أن تتأثر بسبب العوامل المختلفة، مثل الإجهاد والتغذية والنوم والتمارين الرياضية والحالات الصحية، ولذلك يجب الاهتمام بالعوامل المؤثرة على الصحة العاطفية للإنسان للحفاظ على توازن الهرمونات في الجسم.

5- حالات مهمة حول الهرمونات الجنسية واختلافها:

1-5- التستوستيرون لدى المرأة:

يفرز هرمون التستوستيرون عادةً لدى الرجل، غير أنه يفرز لدى المرأة من المبيضين، ويفرز أيضًا من الغدة الكظرية بكميات قليلة. ويبدأ إفراز هذا الهرمون عند الإناث في فترة المراهقة حيث يتحكم في النمو والتطور الجسدي والجنسي.

تختلف مستويات هرمون التستوستيرون عند النساء على مدار الحياة، ففي السنوات الخصبة تصل مستويات التستوستيرون إلى أعلى مستوى في منتصف الدورة الشهرية، ولكن تتراجع بعد ذلك، وينخفض بشكل تدريجي مع التقدم في العمر.

يمكن أن يحدث اضطراب في مستويات هرمون التستوستيرون عند المرأة نتيجة للعديد من العوامل، مثل الأمراض والإصابات والتغذية السيئة والتدخين والإجهاد وتأثيرات بعض الأدوية، ويمكن لذلك أن يؤثر على الصحة العاطفية والجسدية للمرأة.

2-5- البروجستيرون لدى الرجل:

يتم إفراز البروجستيرون بكميات قليلة في الجسم الذكري من خلال الغدة الكظرية والخصية، ولكن مستويات البروجستيرون عند الرجال هي أقل بكثير مما هي عليه عند الإناث.

وعلى الرغم من أن البروجستيرون هو هرمون مرتبط بالحمل ويتم إفرازه بشكل رئيسي في المبيضين لدى الإناث، إلا أنه يلعب أيضًا دورًا في جسم الرجل، حيث يتحول البروجستيرون إلى هرمون آخر يُسمى الأندروستين، والذي يعتبر هرموناً مهماً لنمو الخصيتين وإنتاج التستوستيرون.

ويبدأ إفراز البروجستيرون عند الذكور خلال مرحلة الحياة الجنسية، ويستمر ذلك طوال الحياة، وتختلف مستوياته في الدورة الشهرية لدى الإناث حيث يكون أعلى مستوى له في الفترة ما بين التبويض والحيض، وينخفض بعد ذلك.

ويمكن لعدد من العوامل أن تؤثر على إفراز البروجستيرون في جسم الرجل، مثل الأمراض والإصابات وتغذية غير صحية والتعرض للإجهاد وبعض الأدوية، وقد يؤدي اضطراب في مستويات البروجستيرون في جسم الرجل إلى آثار سلبية على الصحة العاطفية والجسدية.

6- الهرمونات لدى المرأة في فترة الرضاعة:

الرضاعة هي عملية تغذية الرضيع بحليب الأم، وهي عملية ضرورية لنموه وتطوره الصحيح. وتنتج الغدة النخامية في الدماغ هرمونات الرضاعة وهي عبارة عن هرمون البرولاكتين والأوكسيتوسين.

هرمون البرولاكتين: يتم إفراز هرمون البرولاكتين من الغدة النخامية في الدماغ ويعد من أهم هرمونات الرضاعة. يعمل البرولاكتين على تحفيز الغدة اللبنية في الثدي لإنتاج الحليب وزيادة إفرازه. كما يلعب دورًا في إبقاء الأم في حالة رضاعة مستمرة للرضيع، حيث يثبط إفراز الهرمونات التي تؤدي إلى إيقاف حليب الأم.

الهرمون الثاني الذي يفرز لدى المرأة في فترة الرضاعة الطبيعية هو هرمون الأوكسيتوسين، والذي يعتبر من الهرمونات المسؤولة عن تحفيز إنتاج الحليب وتسهيل عملية الرضاعة. ولا يتأثر فرز هذا الهرمون بالرضاعة فقط، بل يمكن أن يتم إفرازه أيضًا خلال الإثارة الجنسية والولادة.

يؤثر هرمون الأوكسيتوسين بشكل كبير على الصحة العاطفية للمرأة خلال فترة الرضاعة، حيث يعمل على تقوية العلاقة العاطفية بين الأم والطفل وتعزيز الشعور بالحب والراحة. ويساعد الأوكسيتوسين في خفض مستويات التوتر والقلق والاكئاب ويحسن المزاج، كما يساعد في تقليل الألم وتحسين الشعور بالرضا والسعادة.

ومن الجدير بالذكر أن هرمون الأوكسيتوسين يتأثر بشكل كبير بعوامل عدة، مثل الإجهاد والقلق والتوتر وعدم الاسترخاء، ولذلك من المهم أن تهتم المرأة الرضعية بصحتها العاطفية وتحاول الاسترخاء والاستجابة لاحتياجات الطفل بشكل طبيعي ومنظم، وتجنب الإجهاد والضغط النفسية التي قد تؤثر على فرز هرمون الأوكسيتوسين.

كما تجدر الإشارة إلى أنه يتم إفراز هرمون الأوكسيتوسين من خلال الغدة النخامية في المخ، والتي تتحكم في عدة وظائف بما في ذلك العواطف والسلوك الاجتماعي والتعلم والذاكرة. عندما يتم استفزاز هذه الغدة، فإنها تفرز الأوكسيتوسين مباشرة في الدورة الدموية، والذي ينتشر في الجسم ويؤدي إلى تأثيراته المتعددة، بما في ذلك التأثير على الصحة العاطفية للأفراد.

وتتأثر إفراز هرمون الأوكسيتوسين بعوامل عديدة، مثل الرضاعة والإثارة الجنسية والتدليل واللمس والمساج وحتى الضحك والابتسامة، حيث تعمل هذه العوامل على تحفيز إفراز الأوكسيتوسين وزيادة مستوياته في الدم.

7- اكتئاب ما بعد الولادة:

اكتئاب ما بعد الولادة هو حالة عاطفية ونفسية يعاني منها بعض النساء بعد الولادة، وتظهر علامات الاكتئاب خلال الأسابيع الأولى بعد الولادة وتستمر لمدة عدة أشهر. هناك عوامل عديدة تؤثر في احتمالية الإصابة بالاكتئاب ما بعد الولادة، بما في ذلك العوامل الهرمونية.

الهرمون المسؤول عن اكتئاب ما بعد الولادة هو هرمون البرولاكتين. يتم إفراز البرولاكتين من قبل الغدة النخامية في المخ وينتج بشكل طبيعي بعد الولادة. يساعد البرولاكتين على حفز إنتاج الحليب في الثدي ويساعد في تقليل الألم بعد الولادة.

ومع ذلك، فإن مستويات البرولاكتين يمكن أن تزيد بشكل كبير خلال فترة ما بعد الولادة، مما يؤدي في بعض الأحيان إلى حالات اكتئاب ما بعد الولادة. يمكن أن يساعد تقليل مستويات البرولاكتين في الدم بمساعدة العلاج النفسي أو الأدوية في علاج اكتئاب ما بعد الولادة.

وتشير دراسة (Heidemarie Laurent & all, 2013) التي جاءت بعنوان "Prolactin in response to acute psychosocial stress in healthy postpartum women" إلى أن التغيرات في مستويات هرمون البرولاكتين قد تلعب دورًا مهمًا في حدوث الاكتئاب ما بعد الولادة. كما تشير الدراسة إلى أن النساء اللواتي يعانين من مستويات عالية من هذا الهرمون قد يكون لديهن مخاطر أقل للإصابة بالاكتئاب ما بعد الولادة، في حين أن النساء اللواتي يعانين من مستويات منخفضة من هذا الهرمون قد يكون لديهن مخاطر أعلى للإصابة بهذا النوع من الاكتئاب. (Laurent et al., 2013).

في حين توجد هرمونات أخرى تؤثر في الإصابة بالاكتئاب ما بعد الولادة تشمل هرمون الاستروجين وهرمون البروجسترون والأوكسيتوسين. تشير الأبحاث إلى أن انخفاض مستويات هذه الهرمونات في جسم المرأة بعد الولادة قد يؤدي إلى تغييرات في التوازن الكيميائي في الدماغ وبالتالي يزيد من خطر الإصابة بالاكتئاب ما بعد الولادة.

8- الهرمونات وتأثيرها على العلاقات الإجتماعية:

إن تغير حالة المزاج العام للأفراد الذي قد يكون في الغالب سببه الهرمونات وخاصة في مرحلة البلوغ بالنسبة للأطفال أو الحيض و النفاس بالنسبة للمرأة قد يؤثر على العلاقات الإجتماعية في محيطها الإجتماعي ومنه تتأثر العلاقة إذا لم نفهم السبب الحقيقي وراء ذلك، خاصة العلاقة بين الزوجين أو التأثير على الدراسة والتصرفات بالنسبة للبلوغ عند الأطفال.

ففترة الحيض أو النفاس عند المرأة يجعلها في كثير من الأحيان عرضة لتغير الحالة النفسية لديها مما يؤثر على المزاج لديها تصرفاتها وسلوكها بوجه عام؛ وقد بينت الشريعة الإسلامية في هذا الكثير من الحالات وراعت ذلك في عدة مسائل.

وعلى نقيض من ذلك قد تكون الهرمونات سبب تحسين العلاقات الإجتماعية وهذا ما تعرضنا إليه سابقا من خلال عرضنا لدراسة أجريت في عام 2019 ونُشرت في مجلة "Journal of Neuroscience"، وجدت أن هرمون الأوكسيتوسين يمكن أن يساعد في تحسين العلاقات الاجتماعية والاتصال العاطفي بين الناس، فشعور الأفراد بالسعادة ما يجعل ذلك ملاحظا لدى الأفراد المتفاعل معهم بشكل مباشر مما يخلق جوا من الحب والتفاهم وحسن في توطيد العلاقة.

الخاتمة:

تؤثر الهرمونات بشكل كبير على الصحة العاطفية والعلاقات الإجتماعية للأفراد. وتؤثر على مجموعة متنوعة من العواطف والمزاج، بما في ذلك الشعور بالسعادة والحزن والقلق والاكتئاب والحب والغضب والإثارة الجنسية وغيرها. كما أن المستويات المنخفضة أو المرتفعة للهرمونات قد تؤثر على الصحة العاطفية للأفراد بشكل سلبي، وتسبب اضطرابات عاطفية ونفسية.

ومع ذلك، يمكن لتأثير الهرمونات على الصحة العاطفية أن يتم التحكم فيها عن طريق مجموعة متنوعة من العوامل، بما في ذلك النظام الغذائي والتمارين الرياضية والنوم الجيد والإدارة الجيدة للضغوط والتوتر والعلاج النفسي والأدوية وغيرها. لذلك، من المهم أن يكون الأفراد على دراية بتأثير الهرمونات على صحتهم العاطفية وأن يعملوا على الحفاظ على نمط حياة صحي ومتوازن لتعزيز الصحة العاطفية والنفسية؛ وفي هذا سوف نقدم مجموعة من التوصيات لتعزيز الصحة العاطفية والتحكم في تأثير الهرمونات عليها، ومن هذه التوصيات:

- تناول نظام غذائي صحي ومتوازن يشمل العناصر الغذائية الأساسية.
- ممارسة التمارين الرياضية بانتظام، مثل الرياضات الهوائية والمشي وركوب الدراجات، وذلك لتحفيز إفراز هرمونات السعادة.
- الحصول على النوم الكافي، وذلك لتحسين الصحة العاطفية وتقليل مستويات الإجهاد.
- التعرف على أساليب إدارة الضغوط والتوتر، مثل الممارسات التأملية والتدريب على الاسترخاء والتفكير الإيجابي.
- التحدث مع أخصائي النفس لمساعدة في إدارة الاكتئاب والقلق وغيرها من الاضطرابات العاطفية.
- البحث عن الدعم الاجتماعي والتواصل مع الأشخاص المحبين، وذلك لتحسين الصحة العاطفية وتخفيف الإجهاد.
- الالتزام بتناول الأدوية الموصوفة من قبل الطبيب، إذا كانت ضرورية لتحسين الصحة العاطفية والنفسية.

قائمة المراجع:

- Carter, C. S., & Porges, S. W. (2013). The biochemistry of love: an oxytocin hypothesis. *EMBO Reports*, 14(1), 12-16. <https://doi.org/10.1038/embor.2012.191>
- Cowen, P. J., & Browning, M. (2015). What has serotonin to do with depression? *World Psychiatry*, 14(2), 158-160. <https://doi.org/10.1002/wps.20217>
- Davison, G. C., Neale, J. M., & Kring, A. M. (2019). *Abnormal Psychology* (13th ed.). Wiley.
- Feltenstein, M. W., & See, R. E. (2008). The neurocircuitry of addiction: an overview. *British Journal of Pharmacology*, 154(2), 261-274. <https://doi.org/10.1038/bjp.2008.51>
- Frontiers. (2020). Estrogen and mood in women. *Frontiers in Psychology*, 11, 1124. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01124>
- Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2015). *Textbook of Medical Physiology* (13th ed.). Elsevier.
- Jasnow, A. M., Ressler, K. J., Hammack, S. E., Chhatwal, J. P., & Rainnie, D. G. (2017). Distinct subtypes of cholecystokinin (CCK)-containing interneurons of the basolateral amygdala identified using a CCK promoter-specific lentivirus. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 11, 76. <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2017.00076>
- Jin, H., Miesenböck, G., & Ölveczky, B. (2019). Oxytocin facilitates social learning. *Journal of Neuroscience*, 39(41), 8123-8135. <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.0497-19.2019>
- Laurent, H., Bromberg-Martin, Y. V., Alipanah, Y., Kassir, S. V., Bower, S. J., Thompson, B. L. (2013). Maternal cortisol during pregnancy is related to newborn amygdala connectivity and behavior. *Archives of Women's Mental Health*, 16(4), 293-302. doi: 10.1007/s00737-013-0351-2
- McEwen, B. S. (2005). Glucocorticoids, depression, and mood disorders: structural remodeling in the brain. *Metabolism*, 54(5), 20-23. <https://doi.org/10.1016/j.metabol.2005.01.008>

المرونة النفسية وعلاقتها باستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى الطالب الجامعي Psychological resilience and its relationship with emotional regulation strategies among the university student

د. أسماء فيلاي، جامعة بسكرة، الجزائر

Filaliasma2@gmail.com

ط.د. ياسمين عثمانى، جامعة المدية-الجزائر

yasmine.athmani98@gmail.com

ملخص

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين المرونة النفسية واستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى الطالب الجامعي، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (52) طالب جامعي اختبروا بطريقة قصدية من شعبة علم النفس بجامعة محمد خيضر-بسكرة. تم تطبيق مقياس المرونة النفسية لكونور واستبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي من اعداد الباحثة "هنا سلوم"، وبعد اعتماد الأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة فرضيات الدراسة أظهرت النتائج تمتع أفراد عينة الدراسة بمستوى مرتفع من المرونة النفسية، كما أظهرت النتائج أن غالبية أفراد عينة الدراسة يلجأون للكبت والاجترار كاستراتيجيات للتنظيم الانفعالي، بالإضافة لذلك فقد بينت النتائج عدم وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين المرونة النفسية واستراتيجيات التنظيم الانفعالي. الكلمات المفتاحية: المرونة النفسية، استراتيجيات التنظيم الانفعالي، الطالب الجامعي.

Abstract

The current study aims to examine the relationship between psychological Resilience and emotional regulation strategies among the university student, the study adopted the descriptive analytical correlational method. For Data collection the study used: Connor's Psychological Resilience Scale and the Emotional Regulation Strategies Questionnaire prepared by the researcher "Hana Salloum". After adopting appropriate statistical methods for the nature of the study's hypotheses, the results showed that the study sample has a high level of psychological resilience. The results also showed that the majority of the study sample resorted to repression and rumination as strategies for emotional regulation. In addition, the results showed that there was no statistically significant correlation between psychological resilience and emotional regulation strategies.

المقدمة

شهدت الدراسات النفسية في العقود الأخيرة اهتماما كبيرا بدراسة المتغيرات الإيجابية بعد أن كان اهتمام علماء النفس ولفترة طويلة منصبها على دراسة عوامل الخطر، حيث يرى الباحثين اليوم أن علم النفس ليس علما يقتصر على دراسة الانهزام النفسي والمرض، ولكنه علم يجب أن يولي اهتمامه نحو المتغيرات الإيجابية مثل الرضا والتفاؤل والطموح والمهارات الاجتماعية والمرونة النفسية باعتبارها متغيرات تلعب دورا جوهريا في الوقاية من المرض النفسي.

وعليه تم تناول مفهوم المرونة النفسية في الدراسات باعتباره أحد مفاهيم علم النفس الإيجابي، حيث تعتبر المرونة النفسية خاصية محورية في بناء الشخصية السوية المتكيفة مع متطلبات الحياة وضغوطها، وأكدت الدراسات أن نجاح الفرد في التكيف يعتمد بشكل كبير على ما يمتلكه من مرونة نفسية، وفي هذا الصدد اعتبر "انووكواي" (Onwukwe,2010) "المرونة النفسية أحد الظواهر النفسية المهمة التي نتج عنها آثار إيجابية على الفرد، بالرغم من وجود عوامل تهديد معيقة للتكيف أو النمو التي يمكن أن يمر بها الفرد خلال مراحل حياته، كما أضاف أيضا أن المرونة النفسية تعكس الفروق بين الافراد في الاستجابة لعوامل التهديد والتوتر، وهذا ما يفسر أنه بالرغم من المعاناة من الظروف الصعبة وجود أشخاص أصحاء نفسيا"، كما عرفها "كيراكوشي وجوديل" (Ciarrochi &Godsell,2010) "بأنها عملية التوافق الجيد والمواجهة الإيجابية للصعوبات أو الصدمات أو النكبات أو الضغوط النفسية العادية التي يواجهها الفرد مثل المشكلات العائلية ومشكلات العلاقات مع الآخرين والمشكلات الصحية أو المالية وضغوط العمل" (عبد الرحمن، العزب، 2021، ص260).

وقد أكدت العديد من الدراسات على دور المرونة النفسية في حياة الطلبة وتأثيرها على مسارات حياتهم، حيث أشار "بينارد" (Benard.B,2012) إلى أن الطلبة المرنين يمتلكون مستوى عال من الطموح، يظهر في توقعاتهم العالية ووجود أهداف لديهم ودافع للحياة، فضلا عن قوة الشخصية وامتلاك مهارات حل المشكلات، كما أكد أن هذه الخصائص تسهم في تطوير الإحساس بالانتماء والمشاركة والحد من مشاعر النفور (عبد الرحمن، العزب، 2021، ص262). وغالبا مرحلة التعليم الجامعي تقابلها مرحلة المراهقة المتأخرة والفترة العمرية لها تتراوح ما بين (18-21) سنة. كما يطلق بعض الباحثين على هذه المرحلة اسم "مرحلة الشباب" وهي المرحلة التي تسبق مباشرة تحمل المسؤولية في حياة الرشد (ملحم، 2004، ص377) فهي فترة يحاول فيها المراهق توحيد جهوده من أجل تكوين هويته المتفردة وذلك من خلال تحقيقه لجملة من المطالب والتحديات، ومن هنا تمثل سنوات الدراسة الجامعية فترة نمو نفسي اجتماعي هامة ورغم أن الجامعة تمثل طريقا هاما للنمو تتوافر فيه فرص التطور الشخصي للطلاب إلا أن هذا الطريق لا يخلو من المطالب والعقبات والصعوبات التي يخبر نتيجة لها العديد من الانفعالات "غضب، حزن.."، الأمر الذي يتطلب منه قدرة على تنظيمها وإدارتها في سبيل تحقيق تكيفه واستعادة اتزانها.

وقد حظي موضوع الانفعالات باهتمام بالغ من قبل علماء النفس أمثال جيمس-لانغ James-Lang ، كانون-بارد Cannon-Bard، شاكتر Schachter وغيرهم..الذين صبوا جل اهتمامهم على وصف الانفعالات ومسببات حدوثها، وفيما بعد ظهر اهتمام بجوانب أخرى تتعدى وصف الانفعال ومسببات حدوثه إلى كيف ننظم التعبير عن انفعالاتنا ونؤثر فيها، وكيف ندير هذا الجانب الهام والحيوي بطريقة نحافظ فيها على صحتنا النفسية والجسمية، فظهر نتيجة لذلك ما اصطلح عليه بإستراتيجيات التنظيم الانفعالي التي عن طريقها نؤثر على مستويات استجاباتنا الانفعالية، ويذكر أن هذا المجال انبثق عن واحدة من أهم مميزات الانفعالات وهي "قابليتها للتطوع والذي لولاه لما كان هذا التنظيم ممكنا" (سلوم، 2015/2014، ص2).

وتمثل استراتيجيات التنظيم الانفعالي حجر الزاوية في مفهوم التنظيم الانفعالي، وتشير إلى الأساليب التي يستخدمها الأفراد ويوظفونها لتعديل التعبير عن الخبرات الانفعالية، ويشمل ذلك الانفعالات الإيجابية والسلبية على حد سواء وتشير الدراسات السابقة المتعلقة بهذه الاستراتيجيات إلى وجود فروق فردية سواء بين الأفراد أو لدى الفرد نفسه في استخدام هذه الاستراتيجيات، فالبعض لديه القدرة على اختيار استراتيجيات أكثر فعالية من البعض الآخر في حين لا يملك البعض مثل هذه

القدرة (سلوم، 2015/2014). وعليه تتعدد استراتيجيات تنظيم الانفعالات، فقد تأخذ شكلا إيجابيا تكيفيا يتمثل في التعرف على الانفعال وفهمه وترشيد التعبير عنه بطرق تتيح للفرد التنفيس واستعادة اتزانه وقد تأخذ شكلا غير تكيفي جامد في حال اللجوء المستمر إلى استراتيجيات كالقمع والاجترار.. ومن هنا يتضح أن تنظيم الانفعالات لا يعني كبت وقمع الاستجابة الانفعالية وإنما يعني التعرف على الانفعال وفهمه والسماح له بالمرور بصور مقبولة أي ترشيد التعبير عنه حسب ما يقتضيه الموقف.

وفي ضوء نتائج العديد من الدراسات التي تناولت المرونة النفسية تبين أن تمتع الشخص بالمرونة ن في مواجهة المواقف والأزمات يرتبط بمدى قدرته على فهم انفعالاته وحسن ادارتها، إلا أن كثيرا من منظري الانفعالات يؤكدون أن معظم الأشخاص يصعب عليهم التعرف على مشاعرهم ويحتارون في تفسيرها وفهم ما يصاحبها من اعراض فسيولوجية.. وبناءا عليه هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن مستوى المرونة النفسية لدى الطالب الجامعي ومحاولة التعرف على استراتيجيات التنظيم الانفعالي الأكثر انتشارا بين الطلبة وصولا إلى الكشف عن العلاقة بين المتغيرين من خلال الإجابة على التساؤلات الآتية:

- 1- ما مستوى المرونة النفسية لدى الطالب الجامعي؟
- 2- ما هي استراتيجيات التنظيم الانفعالي الأكثر انتشارا بين الطلبة الجامعيين؟
- 3- هل توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والمرونة النفسية لدى الطالب الجامعي؟

2- فرضيات الدراسة

- 1- مستوى المرونة النفسية لدى الطالب الجامعي منخفض.
- 2- يلجأ الطالب الجامعي إلى الكبت والاجترار كاستراتيجيات للتنظيم الانفعالي.
- 3- توجد علاقة ارتباطية إيجابية دالة احصائيا بين المرونة النفسية واستراتيجيات التنظيم الانفعالي.
- 3- أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف الآتية

- 1- معرفة مستوى المرونة النفسية لدى الطالب الجامعي.
- 2- التعرف على استراتيجيات التنظيم الانفعالي الأكثر انتشارا بين الطلبة الجامعيين.
- 3- الكشف عن طبيعة العلاقة التي تربط بين المرونة النفسية واستراتيجيات التنظيم الانفعالي.

4- مفاهيم الدراسة

4-1- المرونة النفسية

4-1-1- تعريف المرونة لغة:

أخذ مصطلح المرونة من "المرن" أصل صحيح يدل على لين الشئ وجاء في لسان العرب: (مَرَنَ يَمْرُنُ مَرَانَةً وَمُرُونَةً؛ وهو لين في صلابه. ومَرَنْتَ يَدَ فُلَانٍ عَلَى الْعَمَلِ أَي صَلَبْتُ وَاسْتَمَرْتُ وَالْمَرَانَةُ: اللينُ) (ابن منظور، ج 13- ص 403)

ويعرفها قاموس أكسفورد للغة الانجليزية باعتبارها: القدرة على التغيير بما يتناسب مع الظروف أو المواقف الجديدة. (Oxford Learner's Dictionaries online)

4-1-1-2- تعريف المرونة النفسية اصطلاحا:

برز مفهوم المرونة النفسية مع ظهور علم النفس الايجابي الذي انصب اهتمامه على دراسة وتنمية القوى الشخصية والقدرات والسمات الايجابية وذلك عبر تعزيز وتفعيل إدراك الفرد لنقاط القوة لديه بدال من التركيز فقط على جوانب القصور والعوامل السلبية.

وتعددت تعاريف المرونة النفسية نذكر منها:

يعرفها رينكو وثيرستون بأنها سمة شخصية تصف مدى قدرة الشخص على التعامل مع التغيرات في الظروف والتفكير في المشكلات والمهام بطرق مبتكرة ومبتكرة. تستخدم هذه السمة عند حدوث ضغوط أو أحداث غير متوقعة، مما يتطلب من الشخص تغيير موقفه أو نظرتة أو التزامه (Thurston, Runco, 1999, p731).

وفقاً لكونور وديفيدسون المرونة هي سمة شخصية تساعد الناس على الازدهار في مواجهة الشدائد والتعافي بعد الأحداث المجهدة أو المآسي أو الصدمات (Connor, Davidson, 2003, p73).

ويعرفها ستيفن هايز بأنها: عملية الاتصال باللحظة الحالية بشكل كامل كإنسان واع والاستمرار في السلوك أو تغييره في خدمة القيم المختارة (Hayes et al, 2006, p17).

ويعرفها موران (moran, 2015) بأنها القدرة على الاتصال باللحظة الحاضرة مع الوعي بالافكار والانفعالات وبدون محاولة تغيير الخبرات الخاصة او تجنبها او السيطرة عليها مع التوجه لتغيير السلوك او المحافظة عليه في سياق السعي لتحقيق القيم والأهداف (ابوحلاوة، 2020، ص5).

أما عن تعريف المرونة النفسية كما ورد في اصدار الجمعية الامريكية لعلم النفس (APA): فهي عملية التوافق الجيد والمواجهة الايجابية للشدائد أو المواقف أو الصدمات او النكبات او الضغوط النفسية التي تواجه الفرد من المواقف الحياتية (المشكلات الأسرية، أو العلاقات مع الآخرين او المشكلات الصحية الخطيرة، او ضغوط العمل او المشكلات المالية) (VandenBos, 2015, p910).

وفق ما تطرقنا له من تعاريف للمرونة النفسية نجد ان هناك تبايناً واختلافاً ما بين هذه التعاريف في طريقة تناول ذلك راجع لاختلاف التوجهات النظرية للمنظرين، فمثلاً نجد ان تعريفي هايز وموران يميلان الى التقبل والعيش في اللحظة الحاضرة، اما بقية التعريفات فنجد انها تميل الى تعريفها على أساس القدرة على مواجهة وتجاوز المواقف الصعبة واستثمارها لعيش حياة افضل.

2-4- استراتيجيات التنظيم الانفعالي

عرف "جروس" (Gross, b, 1998) تنظيم الانفعال بأنه تلك العمليات التي من خلالها يستطيع الفرد أن يؤثر على الانفعالات التي يشعر بها، ووقتها، وكيفية الشعور بها، والتعبير عنها (مظلوم، 2017، ص149).

وحدد "رومر وكرايز" (Roemer & Grats, 2004) مفهوم التنظيم الانفعالي بمجموعة من القدرات تشمل: الوعي بالانفعالات وفهمها، قبول الانفعالات، السيطرة على السلوكيات المتهورة والتصرف وفقاً للأهداف المرجوة عند التعرض للانفعالات السلبية، الاستخدام الموقفي والمرن لاستراتيجيات التنظيم الانفعالي. ويكشف الغياب النسبي لأي من هذه القدرات أو جميعها عن صعوبة في تنظيم الانفعال (سلوم، 2015/2014، ص13).

كما عرف (عراقي، 2014) تنظيم الانفعال بأنه تلك العملية المتصلة بالتعديل والتأثير على متى وكيف يتم التعبير عن الانفعالات الخاصة؟ وكيف يتم معاشة تلك الانفعالات؟ ويشمل ذلك كل الانفعالات السلبية والايجابية على حد سواء.

وتتمثل استراتيجيات التنظيم الانفعالي في الدراسة الحالية في: إعادة التقييم وهي عبارة عن توليد تفسيرات ايجابية حول المواقف الضاغطة نفسياً كطريقة لخفض التوتر، الاجترار وتحدد بتركيز الفرد بشكل متكرر

على الانفعالات السلبية وعلى الأسباب والعواقب المرتبطة بهذه الانفعالات، الكارثية وتشير الى أفكار تركز على فظاعة ما اختبره الفرد إعادة التركيز الايجابي ويشير إلى التفكير حول الخبرات الإيجابية بدلا من التركيز على الموقف الحالي، القبول ويشير الى درجة رضوخ الفرد واذعانه لما حدث، الكبت وتشير الى تثبيط السلوك المعبر عنه انفعاليا، استراتيجية الالهاء وتتضمن أفعال يقوم بها الفرد ليشعر على نحو افضل كأن يتلاعب بالبيئة او ينخرط في نشاط يوفر له الهاء او عوناً انفعاليا واستراتيجية المشاركة الاجتماعية وتتمثل بالحديث الى شخص اخر حول ردود فعل تتعلق بانفعالات معينة (سلوم، 2014/2015، ص8).

5-الإجراءات المنهجية للدراسة

1-5-منهج الدراسة

لكل دراسة علمية خصائصها وصفاتها المميزة التي تملي على الباحث منهجا معيناً في دراسته، ونتيجة لطبيعة الأهداف التي تسعى إليها الدراسة الحالية فقد تم اعتماد المنهج الوصفي بشقيه الارتباطي والتحليلي.

2-5-عينة الدراسة

تمثلت عينة الدراسة في طلبة الماجستير تخصصات علم النفس وعلوم التربية بجامعة محمد خضير بسكرة، تم اختيار العينة بطريقة قصدية عبر استبيان الكتروني تم توزيعه عبر مجموعات خاصة بالطلبة، وبلغت عينة الدراسة الأساسية 52 طالبا موزعة على الشكل التالي:

خصائص عينة الدراسة من حيث العمر		
النسبة	العدد	الفئة العمرية
76,9%	40	من 20 الى 25 سنة
7,7%	4	من 26 الى 30 سنة
15,4%	8	أكبر من 30 سنة
100	52	المجموع
خصائص عينة الدراسة من حيث الجنس		
النسبة	العدد	الجنس
100%	52	أنثى
0%	0	ذكر
100	52	المجموع

جدول رقم (01) يمثل خصائص عينة الدراسة

3-5-أدوات الدراسة

1-3-5-استبيان استراتيجيات التنظيم الانفعالي

تم اعداد الاستبيان من طرف الباحثة (هنا عياس سلوم، 2014) بالاستناد إلى استبانة استراتيجيات التنظيم الانفعالي "لغارنيفسكي وآخرون 2002" وبلاستفادة من استبانة التنظيم الانفعالي "لكروس وجون 2003" وكذلك مقياس استراتيجيات المواجهة الذي أعده "كارفر وآخرون".

ويتكون الاستبيان من (28) عبارة، موزعة على ثمان استراتيجيات هي: إعادة التقييم، القبول، الاجترار، الكارثية، التركيز الإيجابي، الالهاء، الكبت، المشاركة الاجتماعية. أما بالنسبة لطريقة تصحيح الاستبيان فتتم

الاستجابة على فقرات الاستبيان بأحد الاختيارات التالية (لا تنطبق أبدا-تنطبق بدرجة بسيطة-تنطبق بدرجة متوسطة-تنطبق بدرجة كبيرة) ويحصل المفحوص على الدرجات (1-2-3-4) على الترتيب. وللتحقق من صلاحية الاستبيان للتطبيق قامت معدة الاستبيان بتقدير الصدق عن طريق صدق المحكمين، الصدق الذاتي، الصدق التمييزي، الصدق العاملي، وتم تقدير الثبات باستخدام معامل ألفا لكرونباخ، وأظهرت النتائج أن الاستبيان يتسم بدرجة مقبولة من الصدق والثبات.

2-3-5- مقياس المرونة النفسية لكونور دافيدسون Connor-Davidson Resilience Scale

أعد هذا المقياس في الأصل من طرف سنغ ونان يو (Singh & Nan ya, 2010) حيث يتكون من 25 عبارة موزعة على أربعة أبعاد وهي الصلابة، التفاؤل، تعدد المصادر، الغرض أو الهدف. وقام بتعريبه الباحث "أحمد البيومي علي البيومي، 2018" في إطار إعداد لدراسته المعنونة بـ "الكفاءة الذاتية الأكاديمية المدركة وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية التربية الرياضية"، أما بالنسبة للخصائص السيكومترية للمقياس فقد قام الباحث بتقدير صدق المقياس عن طريق صدق الاتساق الداخلي، وتم تقدير الثبات باستخدام معامل ألفا لكرونباخ، وأظهرت النتائج أن المقياس يتسم بدرجة عالية من الصدق والثبات.

أما بالنسبة لطريقة تصحيح المقياس فتتم الاستجابة على فقرات المقياس بأحد الاختيارات التالية (بدرجة كبيرة جدا-بدرجة كبيرة-بدرجة متوسطة-بدرجة قليلة-بدرجة قليلة جدا) ويحصل المفحوص على الدرجات (5-4-3-2-1) على الترتيب، وبذلك تكون أعلى درجة للمقياس (125) درجة وأدنى درجة (25) درجة.

4-5- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة

تمت معالجة البيانات بواسطة برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية «SPSS V.20»، وتم التحقق من فرضيات الدراسة من خلال المتوسطات الحسابية، الانحراف المعياري، بالإضافة إلى معامل الارتباط بيرسون للتحقق من العلاقة بين المتغيرات.

6- عرض ومناقشة النتائج

1-6- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى

تنص الفرضية الأولى على أن "مستوى المرونة النفسية لدى الطالب الجامعي منخفض"، للتحقق من هذه الفرضية تم استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات عينة الدراسة في كل بعد من أبعاد مقياس المرونة النفسية المستخدم في الدراسة كما هو موضح في الجدول الآتي

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	المتغيرات
13.107	96.98	52	الدرجة الكلية لمقياس المرونة النفسية
4.496	27.31	52	بعد الصلابة النفسية
4.146	25.40	52	بعد التفاؤل
3.305	24.31	52	بعد تعدد المصادر
3.074	19.96	52	بعد الهدف أو الغرض

جدول رقم (02) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات عينة الدراسة في مقياس المرونة النفسية

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي للمرونة النفسية بأبعادها الأربعة قدر بـ 96.98 وتنحرف قيم أفراد العينة عن هذا المتوسط بقيمة 13.107، وبمقارنته بالمستويات النظرية يتضح أن مستوى المرونة النفسية لدى الطالب الجامعي مرتفع، كما نلاحظ من خلال الجدول أيضا أن جميع أبعاد المقياس حققت مستويات مرتفعة، وبالتالي فإن الفرضية التي تنص على أن مستوى المرونة النفسية لدى الطالب الجامعي منخفض لم تتحقق.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء المستوى التعليمي والتخصص الجامعي لأفراد عينة الدراسة، فباعتبارهم طلبة بقسم علم النفس وعلوم التربية قد يكون هناك عامل كبير في التأثير على مستوى المرونة النفسية يعزى لطبيعة محتوى مساقات التخصص، فالطلبة في هذا التخصص أكثر وعيا بمثل هذه المتغيرات النفسية وبالتالي أكثر سعيا نحو اكتسابها وتنميتها لإدراكهم بتأثيرها الإيجابي على مسار حياتهم، وذلك ما يتفق مع دراسة عبد الرحمن والعزب 2020 والتي هدفت إلى دراسة امكانية التنبؤ بالمرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الجامعية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية بجامعة عجمان الامارات العربية المتحدة، وتوصلت إلى تمتع طلبة الكليات الأدبية بمرونة نفسية اعلى من طلبة الكليات العملية، فدراسة علم النفس وعلم الاجتماع تتضمن العديد من الموضوعات حول الشخصية والسلوك الإنساني.

2-6- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية

تنص الفرضية على أن "الطالب الجامعي يلجأ إلى الكبت والاجترار كاستراتيجيات للتنظيم الانفعالي"، وللتحقق من الفرضية تم استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات عينة الدراسة في كل بعد من أبعاد مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي المستخدم في الدراسة كما هو موضح في الجدول الآتي

النسبة المئوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	الإحصاءات المتغيرات
71.94%	8.076	80.58	52	استراتيجيات التنظيم الانفعالي الكلي
79.31%	1.842	12.69	52	بعد إعادة التقييم
71.83%	1.922	8.62	52	بعد القبول
75.93%	2.182	12.15	52	بعد الاجترار
59.58%	2.043	7.15	52	بعد الكارثية
82.66%	1.856	9.92	52	بعد التركيز الإيجابي
66%	2.733	10.56	52	بعد الإلهاء
77.75%	2.445	12.44	52	بعد الكبت
58.66%	2.582	7.04	52	بعد المشاركة الاجتماعية

جدول رقم (03) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات عينة الدراسة على كل بعد من أبعاد مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه وجود تفاوت في مستويات أبعاد استراتيجيات التنظيم الانفعالي، ويتضح أن كل من استراتيجية "الكبت والاجترار" قد حققت مستويات مرتفعة بالمقارنة بالمتوسطات النظرية، وعليه يمكن القول أن الفرضية التي تنص على أن الطالب الجامعي يلجأ إلى الكبت والاجترار كاستراتيجيات للتنظيم الانفعالي قد تحققت.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة بالدرجة الأولى إلى طبيعة البيئة الاجتماعية والثقافية لأفراد عينة الدراسة، والتي تتسم بصعوبة في التعبير عن الانفعالات والمشاعر الإيجابية منها والسلبية، وعليه يمكن القول أن اللجوء إلى استراتيجية الكبت في إدارة الانفعالات لدى الطلبة يرتبط بغياب القدرة على التعبير عن المشاعر والانفعالات لفظيا وغير لفظيا وقد يرجع ذلك إلى التنشئة الأسرية، حيث يشير (عراقي، 2012) إلى أن النماذج التعبيرية للوالدين التي تتضمن قمع الانفعالات المختلفة قد تشجع الطفل ضمنا على الاعتماد على استراتيجية القمع، الأمر الذي يؤدي إلى قصور في تنظيم الانفعال ويجعله عرضة على نحو متزايد لمشكلات واضطرابات نفسية لاحقة.

إن معالجة الانفعالات تبدأ بالمعرفة الانفعالية في مرحلة الطفولة وتتطور خلال مراحل الحياة مع ازدياد مستوى فهم المعاني. فما أن يبدأ الطفل في تمييز الانفعالات حتى يقوم بتصنيفها مدركا العلاقات بين تلك التصنيفات، فيبدأ في تمييز أوجه الشبه والاختلاف بين الضيق والغضب، وبين الحب والكره.. كما يتعلم تدريجيا المعنى الخاص بكل شعور ويستخدمه في علاقاته مع الآخرين، ويعلم الوالدان أطفالهم الاستدلال الانفعالي بطريقة ربط الفعل بالموقف؛ كربط شعوره بالحزن بموقف فقدان لعبته مثلا، وفيها يتعلم كيف يكون شعوره تجاه نفسه وتجاه الآخرين، وكيف ينظر إلى هذه المشاعر وكيف يعبر عنها، ومثل هذا التعلم لا يحدث فقط من خلال الأشياء التي يذكرها الآباء لأبنائهم ولكن أيضا من خلال طريقة تعبير الآباء عن مشاعرهم وتعاملهم مع بعضهم البعض، ومن الآباء من ينجح في دور معلم المشاعر لأبنائه بينما يفشل بعضهم الآخر". وقد أشارت نتائج الدراسات أن الآباء الذين يتميزون بمعرفة ومهارة انفعالية تمكّنهم من التعاطف والتفهم للانفعالات ينشئون أطفالا أكثر تعاطفا وتقبلا للآخرين وأقدر على التعبير عن انفعالاتهم وأكثر ضبطا لمشاعر الغضب، بمعنى أن النمو الانفعالي للأبناء يتأثر سلبا بانخفاض وعي الآباء بمشاعر الأبناء وإهمال رعايتها وقد أكدت (king) على أهمية الاعتراف بمشاعر الطفل وإعطائه الفرصة للتعبير عنها كخطوة مهمة للانفتاح على المشاعر، وأكد (Liau & al) أن إهمال رعاية المشاعر سبب في ظهور المشكلات السلوكية والانفعالية لدى الأبناء، وأن مرحلة الطفولة مرحلة مهمة في اكتساب استراتيجيات معالجة الانفعالات (عراقي محمد، 2016، ص4-5)

كذلك يمكن عزو هذه النتيجة في ضوء المسيرة الاجتماعية والرغبة في الحفاظ على العلاقات، وعلى الرغم من أن اللجوء لكبت الاستجابة الانفعالية في بعض المواقف "ككبت التعبير عن الغضب تجاه المدير أو الشريك.. يجنب الفرد تفاقم حدة المشكلات ويسمح له بالمحافظة على العلاقات، إلا أن اللجوء المتكرر للكبت على حساب باقي استراتيجيات إدارة الانفعالات التكيفية وباختلاف المواقف قد يعرض الفرد للاضطراب الانفعالي. وهذا ما أكدته نتائج العديد من الدراسات مثل دراسة "ألدو وهويكسيما" (Aldo & Hoeksema, 2010) التي هدفت إلى دراسة العلاقة بين أربع استراتيجيات تنظيم انفعال (الاجترار، الكبت، إعادة التقييم، حل المشكلات) وأعراض ثلاثة اضطرابات نفسية "الاكتئاب، القلق واضطرابات الأكل" وأظهرت النتائج

أن استراتيجيات التنظيم غير التكيفية (الاجترار والكبت) كانت أكثر ارتباطا مع الاضطرابات الثلاثة بالمقارنة مع استراتيجيات التنظيم التكيفية "إعادة التقييم وحل المشكلات) كما بينت الدراسة أن الاستراتيجيات غير التكيفية تلعب دورا مركزيا في علم النفس المرضي (سلوم، 2015/2014، ص51).

كما تتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (هناء سلوم، 2014) التي أظهرت فروق في استراتيجية الاجترار لصالح عينة طلاب المرحلة الجامعية. وتعد هذه الاستراتيجية من استراتيجيات الانخراط المعرفية التي تركز على الانفعال وتأخذ شكل الانهماك في المثير الانفعالي ويستخدم هذا النوع من الاستراتيجيات في المواقف التي يصعب التحكم بها، وبما أن الحياة الجامعية حافلة بالمطالب الملحة والتوترات على كافة الأصعدة مما يعرض الطالب الجامعي لمستويات أعلى من القلق والذي يرتبط بالمستويات المرتفعة من الاجترار وفقا لدراستي (ألدو وهويكسما، 2010) (عمران، 2011).

3-6- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة

تنص الفرضية الثالثة على أنه "توجد علاقة ارتباطية إيجابية دالة احصائيا بين المرونة النفسية واستراتيجيات التنظيم الانفعالي"، وللتحقق من صحة الفرضية تم حساب معامل الارتباط بيرسون بواسطة نظام (SPSS) أين تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول الآتي

المرونة النفسية			استراتيجيات التنظيم الانفعالي (الكلية)
العينة (ن)	مستوى الدلالة	ارتباط بيرسون	
52	.596	-0.75	استراتيجيات التنظيم الانفعالي (الكلية)
52	.156	.200	بعد إعادة التقييم
52	.007	-.369**	بعد القبول
52	.343	-.134	بعد الاجترار
52	.077	-.247	بعد الكارثية
52	.002	.418**	بعد التركيز الإيجابي
52	.801	-.036	بعد الالهاء
52	.967	-0.06	الكبت
52	.720	-.051	بعد المشاركة الاجتماعية

جدول رقم (04) يوضح معامل الارتباط "بيرسون" بين المرونة النفسية واستراتيجيات التنظيم الانفعالي يتضح من الجدول أعلاه أن معامل الارتباط "بيرسون" بين المرونة النفسية واستراتيجيات التنظيم الانفعالي قدر ب (-0.75) وهو غير دال احصائيا، وعليه يمكن القول أن الفرضية التي تنص أنه "يوجد علاقة ارتباطية إيجابية دالة احصائيا بين المرونة النفسية واستراتيجيات التنظيم الانفعالي" لم تتحقق. ومع أن الأدبيات التي انطلقت منها الدراسة الحالية تشير إلى ارتباط المتغيرين، إلا أنه يمكن عزو هذه النتيجة إلى وعي أفراد عينة الدراسة بمتغير المرونة النفسية باعتبارهم طلبة في تخصص علم النفس وبالتالي سعيهم لاكتساب وتطوير هذا المفهوم على خلاف متغير استراتيجيات التنظيم الانفعالي الذي لازال يبدو مهتما بالنسبة إليهم لأنه كلما تم التطرق إليه في مسارهم التكويني بالإضافة إلى المتغيرات الاجتماعية والثقافية المؤثرة عليه

كما سبق وفصلنا في مناقشتنا للفرضية الثانية، وعليه لابد من الإشارة الى ان هناك متغيرات كثيرة يمكن أن يكون لها تأثير أكبر على مستوى المرونة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة نذكر منها الوازع الديني ، بالإضافة إلى مستوى الطموح الشخصي والتفاؤل والرضا عن الحياة.

خاتمة :

مما سبق عرضه يمكن القول أن العلاقة بين استراتيجيات التنظيم الانفعالي والمرونة النفسية هي علاقة متشابكة قد تتأثر بعوامل أخرى دخيلة ما بين المتغيرين، ورغم توصل نتائج هذا البحث الى عدم وجود علاقة ما بين المتغيرين الا انه لابد من مزيد من الدراسات التي تبحث في كلا المتغيرين على عينات أكبر حجماً وباستخدام أدوات بحث مختلفة وفي الأخير فان هذا البحث يدعو الى تشجيع تناول مفهوم استراتيجيات التنظيم الانفعالي بشكل أكبر سواء كان في مجال تكوين الطلبة او في مجال تثقيف العامة نظراً لأهميته البالغة ونقص معارف الناس حوله، ويوصي بالبحث أيضاً في كل العوامل المرتبطة بالمرونة النفسية وكيفية تنميتها وتعزيزها.

المراجع:

- ابن منظور ، ابو الفضل جمال الدين(ب.ت):لسان العرب ، دار صادر، بيروت .
ابوحلاوة، محمد السعيد عبد الجواد. 2013. المرونة النفسية: ماهيتها ومحدداتها وقيمتها الوقائية. شبكة العلوم النفسية العربية. العدد 29.
سلوم، عباس هناء(2014/2015). استراتيجيات التنظيم الانفعالي وعلاقتها بحل المشكلات، رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة دمشق.
عبد الرحمن، رشا، والعزب، أشرف(2021). التنبؤ بالمرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الجامعية في ضوء بعض المتغيرات، المجلة التربوية-جامعة سوهاج-، العدد84، 258-300.
عراقي محمد، صلاح الدين(2016). أساليب المعالجة الانفعالية لدى طلاب الجامعة المكتئبين وغير المكتئبين، مجلة كلية التربية-بنها-، (105)، 1-48.
مظلوم، مصطفى علي رمضان(2017). تنظيم الانفعال وعلاقته بالاليكسيثيميا لدى عينة من طلاب الجامعة، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، العدد82، 143-212.
Connor KM, Davidson JRT. Development of a new resilience scale: the Connor–Davidson Resilience Scale (CDRISC). *Depress Anxiety*. (2003) 18:76–82. doi: 10.1002/da.10113
Hayes, S. C., Luoma, J., Bond, F., Masuda, A., and Lillis, J. (2006). Acceptance and Commitment Therapy: Model, processes, and outcomes. *Behaviour Research and Therapy*, 44, 1-25.
doi:10.1016/j.brat.2005.06.006

Oxford Learner's Dictionaries online: visted :31/03/2023 at 20:23

VandenBos R, Gary. 2015. APA Dictionary of Psychology. Washington: American Psychological Association. <http://dx.doi.org/10.1037/14646-000>

تأثير العاطفة على صحة العلاقة الزوجية

- العاطفة النبوية أنموذجا -

The effect of emotion on the health of the marital relationship The prophetic emotion as a mode

د. زيد مليكة

جامعة الوادي، الجزائر

[@malikazid](mailto:yahoo.com)

ملخص

تناول البحث أهمية العاطفة في بناء العلاقات الزوجية التي تجسّدت في شخص النبي، فارتكز البحث على أشكال العاطفة ومظاهرها واستخداماتها في علاقاته P مع زوجته، بتعزيزها وإعطائها الأولوية القصوى والأهمية اللازمة من أجل بناء أسرة آمنة، وإثارة هذه العواطف في العلاقة الزوجية تحتاج إلى مهارات وأساليب مثل المودّة والرّحمة والتعاطف والحوار الإيجابي التي تفسح مجالاً للتفاهم بين الزوجين، متبعاً المنهج الوصفي والتحليلي والتاريخي، ليصل البحث إلى أنّ العاطفة النبوية مثالا راقيا في المشاعر أعطت لكل صنف حقّه وصنف النساء أولى بالعناية، كونها تهتمّ بتبادل المشاعر واحترامها، وأنّ الأزواج تظهر إيجابياتهم في توظيف العاطفة في محيط الأسرة.

الكلمات المفتاحية: تأثير، العاطفة، العلاقة الزوجية، العاطفة النبوية.

Abstract:

The research dealt with the importance of emotion in building marital relations, which was embodied in the person of the Prophet, may God's prayers and peace be upon him. And methods such as affection, mercy, sympathy, and positive dialogue that pave the way for understanding between the spouses, following the descriptive, analytical and historical approach, so that the research reaches that the prophetic affection is a sublime example of feelings that gave each class its right and the category of women is more deserving of attention, as it is interested in exchanging feelings and respecting them, and that husbands show their positives in Employment of emotion in the family environment

Keywords: influence, emotion, marital relationship, prophetic

المقدمة

تلعب العاطفة دوراً أساسياً في الحياة الاجتماعية والإنسانية، وتتحدّد في القدرة على فهم عواطف الآخرين، ولممارسة هذه العاطفة يجب أن تتوفّر على مجموعة مهارات وتعاملات ملائمة في إنجاح العلاقات سيما العلاقات الزوجية على نحو يسمح بالتمتّع بحياة هادئة ومستقرّة. والأزواج ذوو المستوى الجيّد في توظيف مهاراتهم العاطفية يميلون إلى أن يكونوا أكثر إيجابية بين أقرانهم وفي محيط الأسرة، فيُظهرون مستويات أعلى من السلوك الاجتماعي الإيجابي، مقارنةً بالأزواج الذين ليسوا على نفس القدر من المهارات

العاطفية، إلا أن هناك اختلافات لدى الأزواج عندما يصاب بعضهم بنوبات غضب عند تغييب الاهتمام والإهمال في بعض الحقوق والواجبات، وأمّا الآخرون والأفضل في نظم عواطفهم يوفرون لهذه العلاقة شروط الانسجام والتوافق والاهتمام.

ويمكن القول بأنه لإدارة الحياة الزوجية يجب أن تتوفر على مجموعة من العواطف ممزوجة بمشاعر وأحاسيس ينعم في ظلها الجميع، تسهم في بناء الأفراد ومن ثمّ تأهيلهم نفسياً واجتماعياً، فتتّهي لديهم الثقة والاحترام، فلا يمكن أن تستمر الحياة الأسرية بانعدام الحوار والتفاهم وأجواء من الحنان والعاطفة، يوضّح اختصاصيون نفسيون أنّ هناك مجموعة من الأسباب تخلق جفاء العلاقة العاطفية بين الزوجين كعدم توفر مهارات عاطفية من شأنها تعمل على إبقاء هذه العلاقة حيّة ومستقرّة، فينصحون بتهيئة الأوضاع والظروف بين الزوجين، والإبقاء على دفء العواطف والحفاظ عليها من خلال قيم الاحترام والتقدير واستعمال عبارات لطيفة، وتذكّر الأوقات السعيدة، والخروج سويّاً في رحلات للترفيه عن النفس، وزيادة الأوقات المخصّصة للجلوس معاً والاهتمام بالآخر وهذه الممارسات جزء لا يتجزأ من ممارسات العاطفة النبوية التي تمثلت في شخص النبيّ

وعليه تكتسب أهمية هذا البحث في مدى أهمية العاطفة النبوية ودورها في بناء العلاقة الزوجية وفي خلق محيط تسوده المودة والرّحمة والسّكينة، بالإضافة إلى توعية المقبلين على الرّواج بأهمية تعزيز المودة والرّحمة والسّكينة، وإعطائها الأولوية القصوى والأهمية اللازمة، وذلك من أجل بناء أسرة سليمة.

وإثارة العاطفة في الحياة الزوجية تكون عن طريق مهارات التعاطف والحوار الإيجابي الذي يفسح مجالاً للتفاهم بين الزوجين ويساهم في حلّ المشكلات والخلافات بينهما يقول تعالى: (وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً) [الرّوم: 21] ممّا تفرض المسؤولية الحفاظ على أواصر الألفة والمحبة والسّكينة صوتاً للأسرة وتحقيقاً لانسجامها القائم على أسس صحيحة ومتينة قادرة على مواجهة كلّ التّحدّيات والصّعوبات وما أكثرها اليوم، إذ تعاني الأسر كثيراً من الضغوطات الاقتصادية والاجتماعية والنفسية الصّعبة، والتي تستوجب من الأزواج أن يحرصوا من أجل تقوية وضعها وحمايتها، بما يكفل سعادتها وسلامتها وديمومتها، إذ أنّ انعدام العاطفة الإيجابية يؤدّي إلى فقدان الطّمانينة وشيوع الكراهية، وتخيم شبح الشّقاق...

ولهذا الغرض جاء البحث لتحقيق الأغراض الآتية:

- ✓ التعرف على الأثر الذي تحدثه العاطفة على مستوى العلاقة الزوجية.
- ✓ مثالية العاطفة النبوية في إدارة العلاقة الزوجية ونجاحها.
- ✓ التعرف على أشكال العاطفة واستخداماتها في العلاقات الزوجية، تستمد من العاطفة النبوية حيث السنّة المطهرة والسيرة العطرة.
- ✓ الاستفادة من عاطفة النبيّ وتوظيفها في العلاقات الزوجية المعاصرة أحسن توظيف.

ولتعدّد الجهود البشرية في دراسة واقع العلاقات الزوجية اليوم باتت هذه الجهود يعترها النقصان، فاستدعى التّفكير بالعودة أدراجاً إلى الاستفادة من حياة النبيّ الزوجية، والذي بدوره يزخر بأساليب ومهارات راقية في التّعامل الزواجي، وكيف لا وقد خصّص منه مجالاً فسيحاً في أبهى حللها ورقمها. لذلك اشتمل موضوع البحث في: (أثر العاطفة على صحّة العلاقة الزوجية - العاطفة النبوية أنموذجاً -) وأي

كما عرّفت العاطفة بعدة تعريفاتٍ حسب ما أقرّها علماء التّخصُّص نذكر منهم كالآتي:

أ- عند علماء النّفس

كان موضوع العاطفة جانباً مهمّاً في العلوم النّفسية فخصّصوا لها دراسات وأبواب ومباحث ووضعوا لها تعريفات متعدّدة نذكرها كالآتي :

✓ العاطفة استعداد نفسي ينزع بصاحبه إلى الشّعور بانفعالاتٍ معيّنة والقيام بسلوكٍ خاصٍ حيال فكرة أو شيء⁶³.

✓ والعاطفة تجمع عدّة إنفعالات وانتظامها وتركزها حول موضوع معيّن أو هي نوع من الاستعداد العقلي المكتسب يرتبط بموضوع خاص ويدفع الإنسان إلى القيام بأنواع من السلوك ترتبط بهذا الموضوع، وللعاطفة أثر كبير على السُّلوك فعاطفة الشّفقة هي التي تدفعه إلى مساعدة الفقراء وعاطفة الصداقة تدفعه إلى التّعاون واختلاف النّاس في سلوكهم هو نتيجة لتباين عواطفهم⁶⁴.

✓ ويعرّفها جاسم حسين المشرف في "مقاربة سيكولوجية فنيّة في العاطفة بعنوان العاطفة كالماء" بالقول: (هي إستعداد أو ميل يدور حول فكرة أو شيء ما)⁶⁵.

فالعاطفة ترجع إلى التّجارب الدّاتية إلى ما يشعر به الفرد وما يحسُّ به في كلّ تصرفٍ، فهي إذًا تتعلّق بمجالات المشاعر والأحاسيس وتضمُّ حالات إنفعالية مختلفة قد تكون ممتعة أو مؤلمة⁶⁶.

وعليه إذًا تأملنا من خلال المفاهيم السّابقة يتّضح أنّ المفهوم الدّقيق للعاطفة ليس سهلاً لأنّه شعور داخلي لا يظهر للعيان وإنّما تظهره آثاره، يذكر الدكتور جاسم حسين المشرف في "كتابه العاطفة كالماء": (إنّ العاطفة كالقطرة مشاعر يهتز بها القلب لا يعرف كنهها لكن ترى نتائجها)⁶⁷.

ب- وفق الفكر الإسلامي للعاطفة

✓ أمّا علماء الإسلام لم يطلقوا عليها بهذا الاسم بل كانوا يسمّونها بالميل أو الحبّ أو العشق أو الهوى، ولذلك نجد الإمام أبو حامد الغزالي رحمه الله في كتابه "إحياء علوم الدّين" يعرف الحبّ فيقول: (إنّ المحبّة عبارة عن ميل النّفس إلى السّيء الموافق، ثمّ قال: قد بيّنا أنّ الإحسان موافق للنّفس والجمال موافق أيضاً وأنّ الجمال والإحسان تارة يدرك بالصّبر وتارة يدرك بالبصيرة والحبّ يتبع كل واحد منهما، وكما عرف العشق بأنّه عبارة عن الميل الغالي المفرط يقصد به ميل النّفس)⁶⁸ أمّا الهوى فقد عرّفه الإمام ابن الجوزي رحمه الله بالقول: (بأنّه عبارة عن الميل الغالب المفرط يقصد به ميل النّفس

⁶³ يحيى الرخاوي، الأساس في الطبّ النفسي ملف الوجدان واضطرابات العواطف، الفصل الخامس، 2015م، إصدارات مؤسسة العلوم النفسية العربية، ص 18.

⁶⁴ كامل محمد عويضة، علم نفس الشخصية، 1416هـ/1996، ط1، بيروت، دار الكتب العلمية، ص 139.

⁶⁵ جاسم حسين المشرف، العاطفة كالماء، مقاربة سيكولوجية فنية في العاطفة وتداعياتها، المرجع السابق، ص 15

⁶⁶ لوشاخي فريدة، دراسة أحلام الأطفال في ظل الحرمان الوالدي، شهادة الدكتوراه علوم في علم النفس العيادي، جامعة منتوري قسنطينة، قسم علم النفس وعلوم التربية والارطفونيا، 2010/2009م، ص 88.

⁶⁷ جاسم حسين المشرف، العاطفة كالماء، مقاربة سيكولوجية فنية في العاطفة وتداعياتها، المرجع السابق، ص 30.

⁶⁸ حامد بن احمد علي العامري، الدعوة إلى الله بالمنهج العاطفي في ضوء القرآن والسنة، رسالة دكتوراه، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، كلية الدعوة والاعلام، ج1، 1422هـ/1423هـ، ص 51

والهوى، وأنه ميل الطبع إلى ما يلائمه⁶⁹ وقال: (أنه أكثر ما يستعمل في الحب المذموم)⁷⁰ واستدلّ بقوله تعالى: (وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ) [النازعات: 40-41].

ت- عند العلماء المعاصرون

تناول العديد من الباحثين من العلماء المعاصرون موضوع العاطفة فوضعوا لها تعريفات كل حسب معطياته وأفكاره منهم على سبيل المثال :

✓ عرّفها الدكتور محمد السيد الوكيل بقوله: (العاطفة هي القوى الباطنة التي يدرك بها الإنسان ما لا يدركه شيء من الحواس كالخوف والحزن والفرح والرغبة والرغبة فهذه أمور يدركها المرء بوجوده ويشعر بها في قرارة نفسه دون أن يلمسها بإحدى حواسه، ولا يعارض ذلك ظهور آثار الخوف والحزن والفرح والغضب والرضا، وبهذا تكون العاطفة حاسة سادسة في الإنسان فكما أن الحواس الخمسة تترك الإنسان متأثراً بما تحسه من الجمال والقيح والحرارة والبرودة فكذلك العاطفة تترك في الإنسان أثراً بالانفعالات التي يتأثر نحوها)⁷¹.

وعليه يلحظ أنّ معنى العاطفة عند علماء الدعوة وعلماء النفس وما أشار إليه الإسلام متطابقة من حيث المعنى في كونها تمثّل المشاعر والأحاسيس والميول والاستعدادات النفسية والقوى الباطنة التي لا يعرف كنهها كما أشار إليها بعضهم .

المطلب الثاني : مفهوم العاطفة النبوية

✓ هي العاطفة التي لا يسبق فيها العقل العاطفة، ولا يلغي العقل عمل العاطفة.. نقطة التوازن التي يمثلها محمد .

✓ مجموعة أساليب ومهارات الوجدانية تتركز على القلب، وتحرك الشعور والوجدان⁷².

المطلب الثالث : مفهوم العلاقة الزوجية

تعدّ العلاقة الزوجية أقوى ارتباط معنوي ومادي بين الزوجين، ويقوم على أسس ومبادئ وآداب تقوي هذه العلاقة، وتنظّم الحقوق والواجبات بين الزوجين في ضوء القرآن والسنة، بما يحقق مقاصد الزواج السامية، ويوفّر أسباب السعادة والاستقرار ويحد من مظاهر النشوز والشقاق والتفكك الأسري، فالعلاقة الزوجية السعيدة هي العلاقة الاجتماعية والنفسية التي يحقق فيها الإنسان حياة الاستقرار والسكينة⁷³. فهو مستقر العواطف وسكنها كما قال تعالى: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً..﴾ [الروم: 21] فنعمة الله

⁶⁹ أبو الفرج عبد الرحمان بن علي بن الجوزي، ذم الهوى، تحقيق خالد عبد اللطيف، ط2، بيروت، دار الكتاب العربي، 1419، ص35.

⁷⁰ المرجع نفسه، ص 35.

⁷¹ محمد السيد الوكيل، تقنين الدعوة ومراحلها ومناهجها واستمراريتها من القرن الأول الى القرن، دار المجتمع للنشر والتوزيع، ط1، 1414 هـ/ 1994 م، ص198.

⁷² - حامد بن أحمد بن علي العامري، الدعوة إلى الله بالمنهج العاطفي في القرآن الكريم والسنة المطهرة، المرجع السابق، ص63.

⁷³ دليل الإرشاد الأسري (الإرشاد بالمقابلة)، عبد الله ناصر السدحان، ص13.

تتحصل "بما ترتب على الزواج من الأسباب الجالبة للمودة والرحمة، فحصل بالزوجة الاستمتاع واللذة، والمنفعة بوجود الأبناء وتربيتهم، والسكون إليها، فلا نجد بين اثنين في الغالب مثل ما بين الزوجين من المودة والرحمة".⁷⁴

إنَّ العلاقة الزوجية هي العلاقة الوحيدة التي ارتضاها الإسلام لنوع العلاقات بين الرجل والمرأة، وهذا يتصادم مع الهجمات الشرسة التي تسعى لتفكيك الأسرة وتحطيم كيانها وأسسها الشرعية عبر مؤتمرات عديدة تدعو صراحة لإلغاء مفهوم الأسرة القائم على ارتباط الرجل بالمرأة بميثاق شرعي، إلى اعتبار ذلك متحققاً من خلال أي ارتباط بين أي رجل وامرأة ولو بلا ميثاق ولا عقد شرعي.⁷⁵

المبحث الثاني: أهمية العاطفة في بناء العلاقة الزوجية

عندما نتحدث عن العلاقة الزوجية مجال الحديث عن زوجين يفترض أن تمتزج حياة كل منهما بحياة الآخر، يبدي فيها الزوج مشاعر عاطفية إزاء زوجته أيضاً، وقد دعا علماء الدين والعلماء المعاصرين بأن يعيش الزوجان حياة تكاملية لبعضهما البعض فيما يتعلق بحاجتهما العاطفية والنفسية والمادية، ويجب على كليهما أن يتعرّفاً على كفاءات التصرف مع المنغصات والمشاكل التي تعترضهما، فيراعيان المشاعر ويقدران المواقف ويبادلان مشاعر الحب والاهتمام بينهما، ومن جهة حدّد الإسلام لكل من الزوجين أدواراً خاصة نظراً لتكميل كل واحد منهما

في حين أن العاطفة هي المؤثر الفاعل في الحياة الزوجية يحتل مرتبة متميزة في التشريع والأحكام الإسلامية، فالقرآن الكريم يصف الزوجة بأنها «سكنٌ» للزوج، بما يدلّ بوضوح إلى حالة الاستقرار والهدوء والانبساط: (هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا) [سورة الأعراف: 189]، فليس في الحياة ألفة حقيقية بين اثنين كالألفة الموجودة بين الزوج وزوجته، ويؤكد القرآن الكريم هذه الألفة بعبارة رائعة: ﴿هُنَّ لِيَأْسَ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِيَأْسَ لَهُنَّ﴾ [سورة البقرة: 187].

كما أنّها - العاطفة - مشاعر يكتمها كل من الزوجين للآخر، وهي شعور داخلي ناتج من استحسان أوصاف وطبائع وأخلاق الطرف الآخر، وميل فطري للنواحي الجمالية والصفات الخلقية والخلقية لشريك الحياة، وهي بمنزلة الملح للطعام أو الماء للنبات، فكما أنه لا قيمة للطعام بدون ملح ولا حياة للنبات بدون ماء، فكذلك الحياة الزوجية لا طعام لها ولا ضمان لاستمراريتها وبقاء حيويتها بدون عاطفة.⁷⁶

والزوجة - بطبيعتها الفطرية - بحاجة إلى من يخفّف عنها عناء الأعمال المنزلية، والرجل أيضاً بحاجة إلى ما يخفف عنه متاعب العمل أو الوظيفة، وكلاً منهما بحاجة إلى من يخفّف عنهما وطأة الهموم وأثقال الحياة ويعتنى به وتراعى مشاعره، فيصبح دور الأزواج في عصرنا الحاضر هو مضاعفة دورهم في القيام بوظائفهم البيولوجية والنفسية والاجتماعية لسرورة الحياة الزوجية لتصبح أكثر مأمناً في ظلّ التحديات العويصة التي

⁷⁴ تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان، عبد الرحمن بن ناصر السعدي، ص 588، ط: 7 (بيروت، مؤسسة الرسالة، 1418هـ/1997م)

⁷⁵ انظر، العدوان على المرأة في المؤتمرات الدولية، د. فؤاد عبد الكريم العبد الكريم، ص 175، ط: 1 (الرياض، كتاب البيان مطابع أضواء المنتدى، 1426هـ).

⁷⁶ العاطفة في الحياة الزوجية <https://ar.islamway.net/article/139> بتاريخ: 2001/11/5، تمت مشاهدته بتاريخ:

2023/1/9، على الساعة 19:24 ليلاً.

أوجدها الحضور الطاغى لوسائل وبرامج التواصل الإلكتروني الذكية التي تتناغم مع متطلبات العصر الحالي بما تقدمه من خدمات بطريقة تفاعلية تجذب الأزواج بتقنية تجعلهم منفتحين على كل ما هو جديد من الأفكار والمهارات وما هو جديد في مجال المعرفة في العالم الخارجي بسبب شبكة الإنترنت، والتي أحدثت تغييراً في جوهر العلاقات بين الأزواج، وأفرزت تفاعلات جديدة سلبياً أكثر من إيجابياتها مما أدى إلى توسيع فجوة حضارية وثقافية بين طرق الحياة مما أثر سلباً على آليات الأسرة في التفاعل بين أفرادها، وفي المقابل يرى الكثير أن وسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية لا تعمل على بناء الشخصية المثالية التي يريدها المجتمع والأسرة، خاصة في بناء الجانب النفسي العاطفي والوجداني عند الأزواج، ولا شك أن الزوجين يملكان عواطف ومشاعر إيجابية تجاه بعضهم بيد أن امتلاك العاطفة شيء والتعبير عنها شيء آخر في وقت تكون فيه الزوجة في أمس الحاجة للعاطفة وكذلك بالنسبة للزوج، مثل حاجتها الفسيولوجية كالراحة والتعبير عن العواطف بشكل سليم والتواصل العاطفي...، فيكتسبها من خلالها الدعم النفسي والمعنوي والمساندة، فعدم التعبير عن العواطف عند بعض الأزواج يعطيهم الفرصة لتفسير وفهم المشاعر بطريقة غير صحيحة من قبلهم، ولتجنب ذلك لابد أن يكون هناك تواصل عاطفي من تقبيل ومدح ومداعبة ورحمة ورأفة وعطف وحنان وألفة.

المبحث الثالث: الأساليب العاطفية في إدارة العلاقة الزوجية

المطلب الأول: العواطف الوجدانية

أولاً: الكلام العاطفي الصريح (الكلمات الاستعطافية)

أ - مفهوم الكلمة الاستعطافية

✓ لإيجاد مفهوم لمصطلح الكلمة الاستعطافية لم أعثر على مفهوم واضح لها عدا ما ذكره باحث الدراسات العليا أحمد العامري بالقول: (نقصد بها كأسلوب هي طريقة إبلاغ المعاني الدعوية بألفاظ عاطفية تثير مشاعر الإنسان ووجدانه لقبول الحقي والاستجابة للهدى)⁷⁷.

✓ والكلمة الاستعطافية هي: لفظ أو عبارة ينادى بها فرداً أو جماعة قصد إستمالته عاطفياً وربطه وجدانياً، يوظفها الداعية للفت النظر إلى ما يدعو إليه من عقيدة وشريعة وأخلاق، حيث تعبر في ثنايا مفرداتها مشاعر الألفة والحب والشفقة والقربى.

ب- استخدامات الكلمة الاستعطافية في العلاقة الزوجية

تتمثل في:

- مخاطبة كل من الزوجين بالكنى والألقاب الحسنة وتدليل الأسماء أو ترقيقها أو ترخيمها، كما روي أنه كان يخاطب السيدة عائشة بقوله: "يا عائش" أو "يا حميراء".
- الإشادة بأخلاق الطرف الآخر وحسن تعامله، وشكره على ما يقدم من خدمات، والإغضاء عن هفواته بتذكر حسناته، وعدم استخدام المناظير السوداء بالتركيز على النواحي السلبية.
- احترام مشاعر الطرف الآخر وأحاسيسه، والابتعاد عما يكدر خاطره ويجرح مشاعره، فقد روي أنه قال لصفية بنت حيي - وكان أبوها من اليهود - «لقد كان أبوك من أشد الناس عداوة لي حتى قتله

⁷⁷ - أحمد العامري، المنهج العاطفي في ضوء القرآن والسنة المطهرة، المرجع السابق، ص 72.

الله " فقالت: يا رسول الله (ولا تزر وازرة وزر أخرى) «، فلم يذكر أباها بعد ذلك بسوء، حفاظا على مشاعرها واحتراما لأحاسيسها.

المطلب الثاني: عاطفة الرأفة والرحمة

أولاً: عاطفة الرحمة والعطف

من الأساليب العاطفية الفعّالة في إدارة الحياة الزوجية وإنجاح العلاقة بين الزوجة والزوج هي العاطفة التي يميل بها أحدهما للآخر انصياعاً وشفقة ورأفة، شعوراً بمشكلاته ومعاناته وتقديرها، وهذه النوع من العاطفة له أهمية كبيرة في تحقيق التّعايش والتّوافق بين الزوجين وبين أفراد الأسرة الواحدة (فَبِمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ) [آل عمران: 159].

لذلك تتحدّد أهمية عاطفة الرحمة والرأفة في ما يلي:

• الرّحمة والرأفة من مقاصد القرآن الكريم لأنها خلق شامل لكلّ قيم السلوك في التّعامل، وهي صفة كريمة وعاطفة إنسانية نبيلة تبتعث صاحبها على كل خيرٍ وتحبسه عن كلّ شرٍ، فتحمله على بذل المعروف، وإغاثة الملهوف وإعانة المحروم وكف العسف والظلم، ومنع التعديّ والبغي، وهي بهذا رأس الأخلاق ولها⁷⁸ عن السيّد عائشة رضي الله عنها قالت: «جاءني مسكينة تحمل إبنين لها، فأطعمتها ثلاث تمرات، فأعطت كل واحدة منهما ثمرة، ورفعت إلى فيها ثمرة لتأكلها، فاستطعمتها إبناتها، فشقت التّمرّة، التي كانت تريد أن تأكلها بينهما، فأعجبنى شأنها، فذكرت الذي صنعت لرسول الله ع فقال: «إنّ الله قد أوجب لها بها الجنّة، أو أعتقها بها من النّار»⁷⁹، وهي من القيم التي أكّدها القرآن الكريم وحثّ عليها، وتبيّن وصيّة الله تعالى لنبيّه محمد ع أن قال له: (فَبِمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ) [آل عمران: 159] هذا في الإسلام، أمّا من جانب العلاقات الاجتماعية نجد أنّ الرّحمة أصيلة في النّفس الإنسانية وهي قرينة للدين، فالدين هو مصدر الرحمة ينمي في الشّعور الإنساني محبة الله ومحبة الآخرين ومحبة الفضائل، وعندنا يضعف أثر الدين في النّفس تضعف كل العواطف النّبيلة، فاهتمّ الإسلام بالأخلاق والفضائل الحميدة ودعا إلى التّحليّ بها كفضيلة الرّحمة والرأفة، فهي تجلب للنّفس الطمأنينة والأمن والسّلام، وقد بيّنت دراسات كثيرة أهميتها في الحياة الأسرية وتحديدًا في العلاقة الزوجية في تحقيق:

- ✓ الرّاحة النّفسية .
- ✓ الشّعور بالسّعادة .
- ✓ حماية الأسرة من الاضطراب والتفكك .
- ✓ تقوية الرّوابط وتحقيق التماسك الأسري .
- ✓ تساهم في بثّ روح التّراحم فيما بينهم وتقوية الرّوابط الأسرية .

⁷⁸ خلود شاكرفهيد العبدلي، خلق الرّحمة ومنهج القرآن الكريم في التّربّيب فيه، بحث مقدّم في المؤتمر الدّولي عن الرّحمة في الإسلام، كليّة التّربية، قسم الدّراسات الإسلامية، د، ت، ص 104.

⁷⁹ أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب البر والصلة والآداب، باب فضل الإحسان على البنات، رقم الحديث 2630، ج4، ص 2027

✓ الرِّحمة بالزَّوْجَة والأبْناء يَنْبِي خلق الرِّعَاية والاهتمام كما تنبي في أفراد الأسرة الشُّعور بالتَّماسك كاللُّحمة الواحدة.

ثانيا : استخدامات عاطفة الرحمة والعطف في العلاقة الزوجية

أ- في التعدد بالعدل بين الزوجات

علاقة الرجل بالمرأة من أسمى العلاقات الإنسانية حينما تكتسى بالزواج، وبرغم تعدد صور ومظاهر التعبير عن عواطف الحب ، يبقى نموذج حبِّ النَّبِيِّ لِنِسَائِهِ هو الأبرز في تجسيد هذه العاطفة،

يوضِّح ذلك موقف النَّبِيِّ مع زوجته السيِّدة عائشة رضي الله عنها في الوقت الذي يخجل فيه كثير من الرجال من ذكر أسماء زوجاتهم، بينما النَّبِيُّ يجاهر حبِّه لزوجته السيدة عائشة على الملأ عندما سأله عمرو بن العاص قائلاً: «أيُّ الناس أحب إليك يا رسول الله؟ قال: عائشة، فقلت: من الرجال؟ قال: أبوها»⁸⁰، وتروي قائلة: «كان رسول الله يدخل رأسه وهو في المسجد فأرجله»⁸¹ (أي أمشطه)⁸²، فهو يسلم لها رأسه لتمشط شعره بيدها.. أيُّ جمال هذا؟ وأيُّ مشاعر في هذه العلاقة الزوجية الراقية؟ فتأتي هنا حكمة العواطف النَّبوية هو الإبقاء على سيرورة الحياة الزوجية واستقرارها، وإبقاء التَّوافق الزوجي بينه وبين زوجاته قائماً، فنجدته يحسن التصرف معهنَّ حتى في أحلك المواقف التي تخرجه، فيعذر غيرتهنَّ، ويقدر موقفهنَّ ويرحم ضعفهنَّ ولا ينفعل بل يسامح ويعفو، نستحضرها على سبيل المثال مع السيِّدة عائشة رضي الله عنها حينما أرسلت إحدى زوجاته فأرسلت بقصعة فيها طعام، فضربت يد رسول الله ع فسقطت القصعة، فانكسرت، فأخذ الكسرتين فضمَّ إحداهما إلى الأخرى، فجعل يجمعُ فيها الطعام، ويقول: غارت أمكم، كلوا، فأكلوا فأمسك حتَّى جاءت بقصعتها التي في بيتها، فدفع القصعة الصَّحيحة إلى الرَّسول وترك المكسورة في بيت التي كسرتها»⁸³.

وفي رواية أخرى عن السيِّدة عائشة رضي الله عنها قالت: «أتيت النَّبِيَّ بحريرة قد طبختها له - أي أنَّها أتته بنوع من الطعام - فقالت لسودة والنَّبِيَّ بيئي وبينهما: كلي، فأبت، فقلت: لتأكلين أو لألطحنَّ وجهك، فأبت، فوضعت يدي في الحريرة، فطلبت وجهها، فضحك النَّبِيُّ، فوضع بيده لها، وقال لها: إلطخي وجهها - أي أنه وضع من تلك الحريرة في يده لسودة لتلطح وجه عائشة رضي الله عنها فلطخت وجهي فضحك النَّبِيُّ لها»⁸⁴، فكما أنَّ عائشة قامت بتلطخ وجه أم المؤمنين سودة بنت زمعة، أعان الرسول سودة على تلطخ وجه عائشة، وكأنَّه يقول لها هذه بتلك.. ودون أن يترك هذا التَّصرف منه في النَّفوس شيء بين زوجاته، وهذا من العادة المتقرِّرة في نفس الضرة من الغيرة،

⁸⁰ أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب فضائل الصَّحابة، باب فضائل خديجة أم المؤمنين رضي الله عنها، رقم الحديث، 2440، ص 1891.

⁸¹ كان رسول الله P يدخل رأسه وهو في المسجد فأرجله، رقم الحديث 1925، ج2، ص 714.

⁸² المرجع نفسه، ص 714.

⁸³ أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب المظالم، باب إذا كسر قصعة أو شيئاً لغيره، رقم الحديث 2481، ص 601.

⁸⁴ مجمع الزوائد ومنبع الفوائد، كتاب النكاح، باب عشرة النساء، رقم الحديث 76 83، ج4، مكتبة المقدسي، القاهرة، ص

بحيث لا تقدر على دفعها، وفيه دلالة على حسن خلقه وإنصافه وحلمه⁸⁵ فيعلّق الإمام ابنُ العربي رحمه الله عن عاطفة النبي ﷺ وحسن معالجته لهذا الموقف قائلاً: «وكأنه إنما لم يؤدّب الكاسرة، ولو بالكلام لما وقع منها من التعدي لما فهم أنّ التي أهدت أرادت بذلك أذى التي هو في بيتها، والمظاهرة عليها، فاقصر على تغريمها للقصعة، قال: وإنما يغرمها الطعام، لأنه كان مهدياً فإتلافهم له قبول في حكم القبول»⁸⁶ وفيه الإشارة إلى عدم مؤاخذاة الغيراء بما يصدر منها، لأنّها في تلك الحالة يكون عقلها محجوباً بشدّة الغضب الذي أثارته الغيرة⁸⁷.

وفي مواقف آخر من غيرة زوجاته عندما دخل ذات يوم على زوجته السيّدة صفية بنت حبي رضي الله عنها، فوجدها تبكي، فقال لها: «ما يبكيك؟ قالت: حفصة تقول: إني ابنة يهودي؛ فقال: قولي لها زوجي محمد وأبي هارون وعبي موسى...»⁸⁸.

وفي رواية أخرى جاء عن أنس قال: «بلغ صفية أن حفصة قالت: بنت يهودي، فبكت، فدخل عليها النبي ﷺ فقال: ما شأنك؟ قالت: قالت لي حفصة إني بنت يهودي، فقال النبي ﷺ: إنك لبنت نبي وإن عمك لنبئ وإنك لتحت نبي فبكت فبكت عليك؟! ثم قال: اتقي الله يا حفصة...»⁸⁹.

وفي رواية كنانة قال لها النبي ﷺ: «يا بنت حبي ما يبكيك؟! قلت: بلغني أن حفصة وعائشة ينالان مني ويقولان: نحن خير منها، نحن بنات عم رسول الله وأزواجه. قال: ألا قلت: كيف تكونان خيراً مني وأبي هارون وعبي موسى وزوجي محمد»⁹⁰.

وفي موقف السيّدة عائشة رضي الله عنه أن قالت: «حكيت للنبي رجلاً فقال: ما يسرنى أيّ حكيت رجلاً وأنّ لي كذا وكذا، قالت: فقلت: يا رسول الله، إنّ صفية امرأة، وقالت بيدها: هكذا، كأنّها تعني قصيرة، فقال: لقد مزجت بكلمة لو مزجت بها ماء البحر لمزج»⁹¹.

ومع محبّته ﷺ لعائشة لم يتعنّف معها ولم يغضب من تصرفها مع صفية، وإنما استخدم معها أسلوب عاطفي في غاية من الرفق والسّفقة، بأن أبان لها كراهيته للحديث عن الناس وخطورة السّخرية بهم، جاء في يقول تعالى: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرُوا قَوْمًا مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءً مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الْإِسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ) [الحجرات: 11] وهكذا نرى كيف يحل

⁸⁵ ابنُ حجر العسقلاني، فتح الباري بشرح صحيح البخاري، كتاب المظالم، باب إذا كسر قصعة أو شيئاً لغيره، رقم الحديث 3481، ج5، المرجع السابق، ص 135.

⁸⁶ ابنُ حجر العسقلاني، فتح الباري بشرح صحيح البخاري، كتاب المظالم، باب إذا كسر قصعة أو شيئاً لغيره، رقم الحديث 3481، ج5، المرجع السابق، ص 137.

⁸⁷ أميرة بنت علي الصاعدي، بحث: هدي النبي ﷺ في التّعامل مع أهل بيته، د، ت، ص 35.

⁸⁸

⁸⁹ أخرجه الترمذي في سننه، كتاب المناقب، باب فضل أزواج النبي ﷺ، رقم الحديث 3894، ج6، المصدر السابق، ص 188. وقال أبو عيسى: هذا حديث حسن صحيح غريب من هذا الوجه، ص 187.

⁹⁰ المصدر نفسه، ص 187.

⁹¹ أخرجه الترمذي في سننه، كتاب صفة القيامة والرفق والورع، باب ما جاء في الشّجاعة، رقم الحديث 2502، ج4، المصدر السابق، ص 660.

الخلاف بكلمات بسيطة وبعاطفة راقية وقربها جميع ظروف السعادة والتكيف العاطفي في بيته وبين زوجته ، فكان يحنو عليهم ويعينهم، فيقيم بيته بيده ويحلب الشاة، ويخز النعل، ويتلطف إليهم، ويداري غضبهم، ويعدل بينهم، ويراعي ما جُبُن عليه من الغيرة ويحتمل هفواتهم، ويرفق بصغيرتهم، تروي عنه السيدة عائشة رضي الله عنها فتقول: « ما ضرب رسول الله ﷺ شيئاً قط بيده ولا امرأة ولا خادماً إلا أن يجاهد في سبيل الله..»⁹².

وعندما يشتد غضبه يكون الهجر في أدب النبوة نوعاً من العلاج، فقد هجر زوجته يوم أن ضيق عليه في طلب النفقة.. حتى عندما أراد أن يطلق إحدى زوجته نجده ودوداً رحيماً. ويستحضر الموقف الخالد مع سودة بنت زمعة رضي الله عنها أرملة مسنة غير ذات جمال، ثقيلة الجسم، كانت تحس أن حظها من قلب النبي هو الرحمة وليس الحب، وبدا للنبي آخر الأمر أن يسرحها سراحاً جميلاً كي يعفها من وضع أحسن أنه يؤذيها ويجرح قلبها، وانتظر ليلتها وترفق في إخبارها بعزمه على طلاقها، وفي رواية أخرى أنه قد بعث إليها فأذهلها النبأ ومدت يدها مستنجدة فأمسكها رسول الله وقالت: «والله ما بي على الأزواج من حرص، ولكي أحب أن يبعثني يوم القيامة زوجة لك، وقالت له: ابقي يا رسول الله، وأهب ليلتي لعائشة»⁹³، فيتأثر لموقف سودة العظيم فيرق لها ويمسكها.

وفي حديث الإفك الذي هز بيت النبوة، بل هز المجتمع المسلم بكامله كان لموقف النبي نبهاً، وخاصة في تلك الآونة التي يكثر فيها اتهام الأزواج لزوجاتهم أو الزوجات لأزواجهن بسبب ومن غير سبب.. فتروى السيدة عائشة في الصحيحين قائلة: «فاشكيت حين قدمناها شهراً، والناس يفيضون في قول أهل الإفك، ولا أشعر بشيء من ذلك، وهو يربني في وجعي أني لا أرى من رسول الله اللطف الذي أرى منه حين أشتك، إنما يدخل رسول الله فيقول كيف تيكم؟، وعندما يخطب النبي على المنبر يقول: يا معشر المسلمين، من يعذرني من رجل قد بلغني أذاه في أهلي، فوالله ما علمت على أهلي إلا خيراً.. وحين يتحدث إلى السيدة عائشة رضي الله عنها يقول لها برقته المعهودة أمّا بعد يا عائشة، فإنه قد بلغني عنك كذا وكذا، فإن كنت بريئة فسيبرئك الله، وإن كنت ألمت بذنب، فاستغفري الله وتوبي إليه، حتى أنزل الله من فوق سبع سموات براءة فرح بها قلب النبي وعائشة والمسلمون جميعاً.

ب- في مواساة زوجته

كان ع يواسي الحزينة من زوجته ويعطف على المريضة منهم، فلا يترك واحدة وحدها تعاني ممّا نزل بها، بل يقف بجانبها، ويعرف مشكلتها حتى يجد لها حلاً، فلهن حياة خاصة مع النبي نجدها مليئة بالعبر دافقة بالخير، فهذه عائشة رضي الله عنها عندما حاضت في الحج دخل عليها وهي تبكي، فقال: «ما لك أنفست؟، قالت: نعم، قال: إن هذا أمر كتبه الله على بنات آدم فاقضي ما

⁹² شرح النووي على مسلم ، كتاب الفضائل باب مباحته للأثام، واختياره من المباح أسهله، وانتقامه لله عند انتهاك حرمانه، رقم الحديث 4204، ج15، ص 477.

⁹³ ابن حجر العسقلاني ، الإصابة في تمييز الصحابة ، دار الكتب العلمية ، بيروت ، 1415 هـ ن 1995 م ، 117/8 ، موسوعة آل بيت النبي ، ج1، دار الكتب العلمية ، بيروت ، 2010م ، ص 165.

يقضي الحاجُّ غير أن لا تطوفي بالبيت»⁹⁴ كانت هذه الكلمات التي واسى بها النَّبِيُّ زوجته أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها من أعذب الكلمات وأرقها مواساةً لخاطرها، وتطيب لِنَفْسِهَا، وتذكيرها بأنَّها ليست وحدها يحصل لها هذا الأمر، بل هو شيءٌ قد كتبه الله على بنات آدم، ثمَّ بعد ذلك علَّمها كيف تعمل حتَّى تتمَّ نسكها، وأحياناً فاقت رحمة النَّبِيِّ ﷺ رحمة الأب، فأبو عائشة رضي الله عنها - أبو بكر الصِّدِّيق - عندما أراد أن يعاقبها على خطئها، برحمته وحبِّه لها حجز عنها أباه، وإذا صلَّى العصر دار على نساءه، فدنا منهنَّ واستقرأ أحوالهن، فإذا جاء اللَّيْل، انقلب إلى بيتِ صاحبة النَّوْبَةِ فخصَّها باللَّيْل، فقالت عنه عائشة رضي الله عنها: «كان لا يفصِّل بعضنا على بعض في مُكثِّه عندنا، في القَسْم، وكان قلَّ يومٌ إلا كان يطوف علينا جميعاً، فيدنو من كلِّ امرأةٍ من غير مسيسٍ، حتَّى يبلغ إلى التي هو في يومها، فيبيت عندها»⁹⁵.

وفي إطار الحديث عن عاطفة النَّبِيِّ بنسائه نجدها في أعذب صورها كعطفه بالزَّوجة وخدمتها وتخفيف الأعباء عنها، فعن الأسود قال: «سألتُ عائشة: ما كان النَّبِيُّ ﷺ يصنعُ في بيته؟ قالت: كان يكونُ في مَهْنَةِ أهله - تعني خدمة أهله - فإذا حضرت الصَّلَاة خرجَ إلى الصَّلَاة»⁹⁶. والإغضاء عن هفواتها ومسامحتها، يقول الحافظ ابن حجر رحمه الله: (شِدَّة الوَطْأَةِ عَلَى النِّسَاءِ مذموم؛ لأنَّ النَّبِيَّ ﷺ أخذ بسيرة الأنصار في نسائهم، وترك سيرة قومه)⁹⁷.

وإذا صلَّى العصر دار على نساءه، فدنا منهنَّ واستقرأ أحوالهن، فإذا جاء اللَّيْل، انقلب إلى بيتِ صاحبة النَّوْبَةِ فخصَّها باللَّيْل، فقالت عنه عائشة رضي الله عنها: «كان لا يفصِّل بعضنا على بعض في مُكثِّه عندنا، في القَسْم، وكان قلَّ يومٌ إلا كان يطوف علينا جميعاً، فيدنو من كلِّ امرأةٍ من غير مسيسٍ، حتَّى يبلغ إلى التي هو في يومها، فيبيت عندها»⁹⁸ لقد واجه النَّبِيُّ ﷺ مواقف محرجة في توجيه نسائه والتَّعامل معهم حفاظاً على العلاقة وتحقيق التَّوافق والتَّعاش العاطفي بينهما، فعاملهنَّ

⁹⁴ أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب الحيض، باب الأمر بالنِّسَاءِ إذا نُفِسْنَ، رقم الحديث 294، ص 82.

⁹⁵ أخرجه أبو داود في سننه، كتاب النِّكاح، باب في القسم بين النِّسَاءِ، رقم الحديث 2135، المصدر السَّابِق، ص 273. ومحمَّد ناصر الدِّين الألباني، صحيح سنن أبي داود، كتاب النِّكاح، باب القسم بين النِّسَاءِ رقم الحديث 1852، ط1، مج6، مؤسَّسة غراس للنَّشر والتَّوزيع، الكويت، 1423هـ/2002م، ص 352. وقال: إسناده حسنٌ صحيحٌ، وقال الحاكم: صحيحٌ، ووافقه الدَّهبي، إسناده حدثنا أحمد بنُ يونس: ثنا عبد الرَّحمان بنُ أبي الزناد عن هشام بنُ عروة عن أبيه، وهذا إسناده حسنٌ، رجاله ثقات رجال الشَّيخين، إلا أنَّ ابن أبي الزناد إنما أخرج له البخاري تعليقاً، ومسلم في المقدمة.

⁹⁶ أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب الأدب، باب كيف يكون الرَّجُل في أهله، رقم الحديث 2039، ص 1513.

⁹⁷ ابنُ حجر العسقلاني، فتح الباري بشرح صحيح البخاري، كتاب النِّكاح، باب موعظة الرَّجُل ابنته لحال زوجها، رقم الحديث 5191، ج9، المرجع السَّابِق، ص 202.

⁹⁸ أخرجه أبو داود في سننه، كتاب النِّكاح، باب في القسم بين النِّسَاءِ، رقم الحديث 2135، المصدر السَّابِق، ص 273. ومحمَّد ناصر الدِّين الألباني، صحيح سنن أبي داود، كتاب النِّكاح، باب القسم بين النِّسَاءِ رقم الحديث 1852، ط1، مج6، مؤسَّسة غراس للنَّشر والتَّوزيع، الكويت، 1423هـ/2002م، ص 352. وقال: إسناده حسنٌ صحيحٌ، وقال الحاكم: صحيحٌ، ووافقه الدَّهبي، إسناده حدثنا أحمد بنُ يونس: ثنا عبد الرَّحمان بنُ أبي الزناد عن هشام بنُ عروة عن أبيه، وهذا إسناده حسنٌ، رجاله ثقات رجال الشَّيخين، إلا أنَّ ابن أبي الزناد إنما أخرج له البخاري تعليقاً، ومسلم في المقدمة.

بحكمة وروية وهدوء بعيداً عن العصبية والانفعالات والقرارات المتسرع، وبالذات ما بين عائشة وحفصة وصفية، إذ لم يزد أن قال لحفصة: «إتقي الله يا حفصة»⁹⁹. وهذا الهدوء في التوجيه والتنبيه غاية في الجمال وغاية في الرفق، أبانت جمالية العاطفة النبوية من رقة وسماحة، إذ لم يتعنّف ولم يتضجّر من موقفهنّ بل عالج الموقف بعاطفة فذة، وهذا الأسلوب وهذه الرؤية كفيلاً بؤادٍ كثير من الفتن في مهدها والقضاء على الكثير من النزاعات في بدايتها خصوصاً النزاعات الزوجية، والتبّي ضرب المثل الأعلى لكل الأزواج في كفيات مواجهتهم لمثل هذه المواقف المحرجة، وما أكثرها بين الزوجات، فالحكمة تعني وضع الشيء في موضعه المناسب، بمعنى أنّ الرحمة لها وقتها والشدة لها وقتها، والحكيم هو من يحسن تقدير الموقف وتحديد ردة الفعل المناسبة، فإذا لم يراع ذلك فكانت القوة هي المسيطرة. وكان اللين والرفقة والرحمة المنهج الوحيد المتبع أو استخدمهما معاً في موقف آخر لتفاقت المشكلة وقد يستعصى حلها، وعليه أمام هذا التعامل النبوي الرّاق في حلّ المشكلات الزوجية يستدعي الاستفادة من العاطفة النبوية كالاتي :

- ✓ الرحمة والعطف بالإماء (وهنّ الرقيق من النساء) عن أنس بن مالك τ قال : «إن كانت الأمة من إماء أهل المدينة لتأخذ بيد رسول الله فتنتلق به حيث شاءت من الأمكنة، ولو كانت حاجتها خارج المدينة»¹⁰⁰.
 - ✓ العاطفة مشاعر تنبع من كيان الإنسان، سخرها الله لتكريم الإنسان بالعيش الآمن، والعلاقة الزوجية جزء منه والإنسانية في أمس الحاجة إلى العاطفة .
 - ✓ الالتزام بالهدوء والرّصانة والرّزانة في حلّ مشكلاته الزوجية.
 - ✓ مجانية عاطفة الإنفعال التي تؤدي إلى تعقّد المشكلة وازدياد حجم التوتّر بين العلاقات.
 - ✓ إذا تعودّ الأزواج على التعامل فيما بينهم بعاطفة الرحمة والرفقة والانسجام سينعكس إيجاباً في سلوكهم وسلوك أبنائهم .
 - ✓ السعي في بناء الفرد على العواطف النبيلة كالحبّ والرحمة والودّ والألفة والعطف ومن ثمّ بناء المجتمعات على قيم التّوَادد والتّراحم والتّعاطف .
 - ✓ الالتزام بالأساليب العاطفية في إطار ما يسمح به الشرع وما يتوافق مع الفطرة الإنسانية، فالنبي ع بروحه العذبة وعاطفته الفذة استطاع حلّ الخلافات الزوجية بنجاح .
 - ✓ أن يكون الهدف نزع فتيل الإحْن وسلامة الصُّدور وإحسان الظنّ بالآخرين.
- المطلب الثالث : عاطفة المزاح والمداعبة
أولاً : مفهوم المزاح والمداعبة
أ- لغة

⁹⁹ أخرجه الترمذي في سننه، كتاب المناقب، باب فضل أزواج النبي ع ، رقم الحديث 3894، ج6، المصدر السابق، ص 188. وقال

أبو عيسى: هذا حديث حسن صحيح غريب من هذا الوجه، ص 187.

⁽¹⁰⁰⁾ - أخرجه البخاري في صحيحه كتاب الأدب، باب الكبر، رقم الحديث 6072، ص 1520.

• عرّفها ابن منظور في "لسان العرب" بالقول : (داعبه مداعبة: مزحه، والاسم الدعابة، والمداعبة: الممازحة، قال الدعابة: المزاح، والدعيب: المزاح، وأدعب الرجل: أي قال كلمة مليحة... وقال الليث: فأما المداعبة فعلى الاشتراك كالممازحة، اشترك فيه اثنان فأكثر) ¹⁰¹.

ب- اصطلاحاً

وأماً في الاصطلاح فالمداعبة كما عرّفها :

• عرّفها العلامة ابن حجر في "فتح الباري" بالقول : (هي الملاطفة في القول بالمزاح وغيره. اهـ. بشرط أن لا يؤدي إلى الأذى وإلا كان سخريّة، قال في شرح سنن ابن ماجه: المزاح بضم الميم كلام يراد به المباسطة بحيث لا يفضي إلى أذى، فإن بلغ به الإيذاء فهو سخريّة. والمزاح بالكسر المصدر) ¹⁰².

• وفي تعريف آخر المزاح والمداعبة هو: (مقابلة الطرف الآخر بالكلمة الرقيقة والابتسامه الحانية، وعدم التجهيم والعبوس في وجهه دون مبرر، وهذا من أهم وسائل الترويح عن نفسية الطرف الآخر وتخفيف أحزانه، فقد كان رسول الله يداعب أصحابه ما بين الفينة والأخرى)، جاء في حديث أبي هريرة τ قال : « قالوا : يا رسول الله إنك تداعبنا ، فقال: إنّي لا أقول إلاّ حقاً » ¹⁰³ فتعجب الصحابة رضوان الله عليهم من هذه الممازحة، وثار في أنفسهم هذا السؤال، بعد أن عادوا بأذهانهم إلى الجدية التامة في حياته ثم عايشوا مزامحته، فانبعث من نفوسهم هذا السؤال، فكان جوابه فيه جانب تربوي كبير، إذ لم يقل : نعم، وإنما كان جوابه متضمناً لإقرار بجواز الممازحة، وزاد على ذلك بقوله : إنّي لا أقول إلاّ حقاً، ومعنى هذا أن المزاح بالباطل لا يجوز، لأنه يناقض حينئذ التربية الصحيحة، على أن مزاحه لم يتعد القول إلى الفعل، لأنّه حينئذ يصل بصاحبه إلى المزاح المذموم الذي نهى عنه الشارع الحكيم،.

• وخالصة القول في مفهوم المداعبة : هي إظهار المحبّة والرحمة وإدخال السُرور وعلى الآخرين بقول أو فعل، دون جرح للمشاعر أو إهدار للكرامات.

ثانياً : استخدامات عاطفة المزاح والمداعبة في العلاقة الزوجية

حفلت السيرة العطرة بكثير من المواقف التي تأكّد أهمية العاطفة في الحياة الإنسانية سيما ما كان يتعلّق بالزّوجين، وكان النّبي الرّؤج المثالي في هذا الشأن، فقد أحسن استخدام العاطفة في علاقاته مع زوجته يداعبهن ويمازحهن ويدخل السرور على أنفسهن، وليزيل عنهنّ الملل ويذهب السّامة ويعينهن على الطاعة ويدخل السرور إليهن، أمثالاً لقوله تعالى: « وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ » [النساء: 19] والمداعبة في العلاقات الزوجية بمثابة الملح في الطعام، وبدونها لن يصبح لهذه العلاقة طعم، يقول سبحانه وتعالى: « وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلِمْنَ بِالْمَعْرُوفِ وَلِلرِّجَالِ عَلِمْنَ دَرَجَةً وَاللَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ » [البقرة: 228]، فهي تزيد الإثارة، وتُحسّن

¹⁰¹ ابن منظور، لسان العرب، مادة داعب، ج 1، المرجع السابق، ص 375-376

¹⁰² ابن حجر العسقلاني، فتح الباري، ج 10، ص 526.

¹⁰³ تحفة الأحوذى، كتاب البر والصلة عن رسول الله، باب ما جاء في المزاح، رقم الحديث 1990، ج 6، ص 107.

الحياة الجنسية، وتُتقرب بين الزوجين عاطفياً، كما أنها تساهم في الحفاظ على علاقة حميمة عاطفية، و وسيلة رائعة لتحسين الجنس بينهما¹⁰⁴.

بالإضافة نجده حنوناً ودوداً، رقيق الطبع حسن العشرة، عميق العاطفة دائم البشر، يحنو على زوجاته ويداعبهن، ويتلطف بهن ويعدل بينهن، ويصبر عليهن ويراعي ما جُبلن عليه من الغيرة، فكان يُكرم ولا يهين، يُوجه وينصح، ولا يعترف ويخجل، ويعينهن على أعبائهن، سئلت عائشة رضي الله عنها ما كان النبي يصنع في بيته؟ قالت: «كان في مهنة أهله، فإذا حضرت الصلاة قام إلى الصلاة»¹⁰⁵ وفي رواية أخرى: «كان يخيظ ثوبه، ويخصف نعله، ويعمل ما يعمل الرجال في بيوتهم»¹⁰⁶، فتمثلت تعاملاته أنه كان جميل العشرة في حياته الزوجية، دائم البشر، يداعب أهله ويتلطف بهم، ويوسعهم نفقة، ويضحك نساءه.. وكان إذا صلى العشاء يدخل منزله يسمر مع أهله قليلاً قبل أن ينام ويؤانسهم، ومع كثرة انشغالاته ومسئولياته الرسالية لم تتغير عاطفته فجعل لكل مقام مقالته.. فجدير بالأزواج اليوم الاستفادة من أسلوب النبي العاطفي في بيوتهم وحياتهم ومع معاملاتهم لزوجاتهم يقول تعالى: (لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَنْ كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا) [الأحزاب:21] ولعل أبرز المشاهد التي تعزز مكانة العاطفة في حياة النبي اليومية والزوجية ما يتوجب على الأزواج اليوم تحليتهم بالنبي به بدل التخلية منها:

أ- في معاشرته

وذلك ما جاء في حديث السيدة عائشة رضي الله عنها قالت: «كنت أشرب وأنا حائض، ثم أناوله النبي P فيضع فاه على موضع فيّ، وكنت أتعرق العرق»¹⁰⁷ وتضيف قائلة: «كنتُ أَعْتَسِلُ أَنَا وَرَسُولُ اللَّهِ مِنْ إِنَاءٍ، بَنِي وَيَبْنُهُ وَاحِدٍ، فَيَبْدِرُنِي حَتَّى أَقُولَ: دَعْ لِي، دَعْ لِي، قَالَتْ: وَهَمَّا جُنْبَانٍ»¹⁰⁸ «وكان يتكى في حجري وأنا حائض ثم يقرأ القرآن»¹⁰⁹ و«إن كان رسول الله ليُدخل عليّ رأسه وهو في المسجد، فأرجله»¹¹⁰ وقولها رضي الله تعالى عنها في حديث آخر: «إن كان رسول الله ليقبّل بعض أزواجه وهو صائم»¹¹¹، وكانت إذا هويت شيئاً لا محذور فيه تابعها عليه، وإذا شربت من الإناء أخذه فوضع فمه في موضع فمها وشرب، وإذا تعرقت عرقاً - وهو العظم الذي عليه لحم- أخذه فوضع فمه موضع فمها، كان يتكى في حجرتها ويقرأ القرآن ورأسه في حجرتها، وربما كانت حائضاً، وكان يأمرها وهي حائض فتتزر ثم يباشرها، وكان يقبلها وهو صائم، وكان من لطفه وحسن خلقه مع أهله أنه يمكنها من اللعب، ويربها الحبشة وهم يلعبون في مسجده، وهي متكئة على

¹⁰⁴ مبي عباس، مقال أهمية المداعبة في العلاقة الحميمة بين الزوجين <https://www.hellooha.com/articles/2303> بتاريخ 2020/2/28.

¹⁰⁵ أخرجه البخاري في صحيحه، أبواب صلاة الجماعة والإمامة، باب من كان في حاجة أهله فأقيمت الصلاة فخرج، رقم الحديث 644، ج1، ص 239.

¹⁰⁶ ابن حجر العسقلاني، فتح الباري شرح صحيح البخاري، كتاب الأدب، باب كيف يكون الرجل في أهله، رقم الحديث 5692، ج10، ص 475.

¹⁰⁷ أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب الحيض، باب الاضطجاع مع الحائض، رقم الحديث 300، ص 245.

¹⁰⁸ أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب الحيض، باب القدر المستحب من الماء في غسل الجنابة وغسل الرجل والمرأة في إناء واحد، رقم الحديث 321، ص 256.

¹⁰⁹ أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب الحيض، باب جواز غسل الحائض رأس زوجها، رقم الحديث 301، ص 245.

¹¹⁰ أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب الحيض، باب جواز غسل الحائض رأس زوجها، رقم الحديث 297، ص 244.

111

منكبیه تنظر، وسابقها في السفر على الأقدام مرتين وتدافعا في خروجها من المنزل مرة¹¹² ويواسي الحزينة من زوجاته ويعطف على المريضة منهم، فلا يترك واحدة وحدها تعاني ممّا نزل بها، بل يقف بجانبها، ويعرف مشكلتها حتى يجد لها حلاً، فهذه السيدة عائشة رضي الله تعالى عنها عندما حاضت في الحج دخل عليها وهي تبكي، فقال: «ما لك أنفست؟»، قالت: نعم، قال: إن هذا أمر كتبه الله على بنات آدم فاقضي ما يقضي الحاج غير أن لا تطوفي بالبيت» وأحياناً فاقت رحمة النبي ﷺ رحمة الأب، فأبو عائشة رضي الله عنها -أبو بكر الصديق - عندما أراد أن يعاقبها على خطئها، برحمته وحبّه لها حجز عنها أباهما.

هذه المواقف تبرز وتؤكد بحسن عشرة الزوجة والترفق بها، فكان ﷺ من طيب عشرته بزوجاته أن تطلب رضاهم بمنع ما أحله الله له، كرامة لهنّ وإرضاء لغيرهنّ وتنازلاً عن حقّه الشرعي، وهذا فيه حسن المعاشرة وأدب الأخلاق، فلم تعرف البشرية عشرة زوجية بالمعروف بمثل هذه العشرة الطيبة تمثلها النبي ﷺ -ب- في أسفاره

تروي السيدة عائشة رضي الله عنها بعض مداعباته معها في أسفاره: «خرجت مع النبي ﷺ في بعض أسفاره، وأنا جارية لم أحمل اللحم ولم أبدن - أي لم تسمن - ، فقال للنّاس: تقدموا فتقدموا ثمّ قال لي: تعالي حتى أسابقك، فسابقته فسابقته، فسكت عن حتى إذا حملت اللحم وبدنت ونسيت، خرجت معه في بعض أسفاره فقال للنّاس: تقدموا، ثم قال: تعالي حتى أسابقك، فسابقته فسابقني، فجعل يضحك ويقول: هذه بتلك ولم يتوانى نبي الله عن ممازحة ومداعبة زوجاته حسب رواية لعائشة رضي الله عنها حينما دعاها النبي ﷺ لتشاهد كيف يرقص أهل الحبشة بالحراب في المسجد، فتقول إنّ النبي ﷺ سمع لغطاً وصوت صبيان، فقام فإذا قوم من الحبشة يرقصون، والصّبيان حولها فقال: يا عائشة، تعالي فانظري، فجاءت عائشة ووضعت ذقنها على كتف النبي ﷺ وأخذت تشاهد من ما بين المنكب إلى رأسه، فقال لها: أما شبعت، وأما شبعت؟" قالت: فجعلت أقول: لا، لأنظر منزلتي عنده¹¹³».

وعن عائشة رضي الله عنها أنّ النبي ﷺ إذا أراد سفراً أقرع بين نسائه، فطارت القرعة لعائشة وحفصة، وكان النبي إذا كان بالليل سار مع عائشة يتحدث، فقالت حفصة: ألا تركبين الليلة بعيري وأركب بعيرك تنظرين وأنظر، فقالت: بلى، فركبت فجاء النبي ﷺ إلى جمل عائشة وعليه حفصة فسلم عليها ثمّ سار حتى نزلوا وافتقدته عائشة، فلما نزلوا جعلت رجلها بين الإذخر وتقول: رب سلط عليّ عقرباً أو حية تلدغي ولا أستطيع أن أقول له شيئاً¹¹⁴، وأمّ المؤمنين صفية رضي الله عنها كانت معه في سفر، وكان ذلك يومها فأبطأت في المسير، فاستقبلها رسول الله ﷺ وهي تبكي وتقول: «حملتني على بعير بطيء، فجعل رسول الله ﷺ يمسح بيديه عينها

¹¹² يوسف القرضاوي، الورع والزهد، ط1، القاهرة: مكتبة وهبة، 1431هـ/2010م، ص 181.

¹¹³ أخرجه أبو داود في سننه، كتاب الجهاد، باب في السبق على الرجل، برقم، 2578. وذكر حكم الألباني: حديث صحيح.

¹¹⁴ أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب فضائل الصحابة رضوان الله عليهم، باب فضائل أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها، رقم الحديث 2445، ص 1984.

ويُسكّتها»¹¹⁵ وكان إذا أراد سفرًا أقرع بين نسائه فأيهن خرج سهمها خرج بها معه، وكان يقسم لكل امرأة منهنّ يومها وليلتها، ولم يقض للبواقي شيئًا¹¹⁶.

الخاتمة

- ✓ العاطفة النبوية انموذجا مثاليا في المشاعر فقد أعطت لكل صنف حقّه وصنف النساء أولى بالعناية .
 - ✓ العاطفة محلّها القلب وهي عبادة قلبية يراها النبي فيجب استغلالها أحسن استغلال ..
 - ✓ للعواطف أثر في العلاقة الزوجية، كونها تهتمّ بتبادل المشاعر واحترامها أقرب من ذلك إلى الجانب العملي .
 - ✓ نموذج حبّ النبي لزوجاته الأبرز في تجسيد العاطفة.
 - ✓ تتوقّر العاطفة النبوية على مهارات وأساليب عاطفية ساهمت بشكل كبير في الحفاظ على العلاقة الزوجية والعلاقات الإنسانية عموما كالرحمة والعطف والرأفة والحب العبارات الاستعطافية والمشاركات الوجدانية .
 - ✓ تتوقّر العاطفة النبوية على مشاهد كثيرة تجسد أهمية العاطفة ودورها في تحقيق التوافق الزوجي والأسري وفي بناء علاقة زوجية ناجحة .
 - ✓ الأزواج ذوي المستوى الجيّد في توظيف العاطفة ، أكثر إيجابية في محيط الأسرة وفي علاقاتهم بأفرادها من غيرهم .
 - ✓ مظاهر العنف والنفور في العلاقة الزوجية سببها العواطف السلبية القائمة على الكره والحسد والغيرة والنفاق والاحتقار وتوجيه الإهانة والفضاضة ...
- #### التوصيات
- ✓ ضرورة الاستفادة من العاطفة النبوية وإسقاطها في واقع الحياة الإنسانية عموما والحياة الزوجية على وجه التحديد .
 - ✓ الاهتمام بالمشاعر الإنسانية وعدم الاستهانة بها ، ويجب مراعاتها بحسن التعامل معها .
 - ✓ إنشاء دورات مخصصة في كفاءات التعامل من مختلف العواطف الإنسانية خصوصا في العواطف الزوجية .
 - ✓ إعداد كتب ومطويات تعنى بدراسة العواطف وأهميتها في التقليل أو الحد من الخلافات الإنسانية والأسرية والزواجية .
 - ✓ تقديم برامج إذاعية أو تلفزيونية أو إلكترونية تساهم بشكل فعال في طرح قضايا العاطفة مع العلم أغلب المشكلات الإنسانية والأسرية والزواجية سببها نشوء عواطف سلبية قائمة على الكره والحسد والغيرة والنفاق والاحتقار وتوجيه الإهانة والفضاضة ...

¹¹⁵ أخرجه البستاني في سننه الكبرى، كتاب عشرة النساء، أبواب الملاعبة كم تُهجز،، تحقيق حسن عبد المنعم شلي، رقم الحديث 9117، بيروت: مؤسسة الرسالة، ط1، ج8، 1421هـ/2001م، ص 261. وحسن إسناده ضياء الدين المقدسي، يُنظر:

الأحاديث المختارة = المستخرج من الأحاديث المختارة ممّا لم يخرج البخاري ومسلم في صحيحهما، 106/5.

¹¹⁶ أخرجه الترمذي في سننه، كتاب النكاح، باب في القسم بين النساء، تحقيق: رائد بُن صبري بُن أبي علفة، رقم الحديث 2138 ، ط2، دار الحضارة للنشر والتوزيع، الرياض ، 1436هـ/2015م، ص 272. وقال: هذا حديثٌ حسنٌ صحيحٌ.

قائمة المصادر والمراجع

1. إبنُ منظور، لسان العرب، مادة سلب، مج4، بيروت، دار إحياء التراث العربي، مؤسسة التاريخ العربي، 1999م.
2. أبو الفرج عبد الرحمان بن علي بن الجوزي، ذم الهوى، تحقيق خالد عبد اللطيف، ط2، بيروت، دار الكتاب العربي، 1419.
3. العدوان على المرأة في المؤتمرات الدولية، د. فؤاد عبد الكريم العبد الكريم، ص175، ط1، الرياض، كتاب البيان مطابع أضواء المنتدى، 1426هـ،
4. أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب البر والصلة والآداب، باب فضل الإحسان على البنات، رقم الحديث 2630، ج4.
5. أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب فضائل الصَّحابة، باب فضائل خديجة أم المؤمنين رضي الله عنها، رقم الحديث، 2440.
6. أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب المظالم، باب إذا كسر قصعة أو شيئاً لغيره، رقم الحديث 2481.
7. إبنُ حجر العسقلاني، فتح الباري بشرح صحيح البخاري، كتاب المظالم، باب إذا كسر قصعة أو شيئاً لغيره، رقم الحديث 3481، ج5.
8. إبنُ حجر العسقلاني، فتح الباري بشرح صحيح البخاري، كتاب المظالم، باب إذا كسر قصعة أو شيئاً لغيره، رقم الحديث 3481، ج5.
9. أميرة بنت علي الصاعدي، بحث: هدي النَّبِيِّ ﷺ في التَّعامل مع أهل بيته، د، ت.
10. أخرجه التَّرمذي في سننه، كتاب المناقب، باب فضل أزواج النَّبِيِّ ﷺ، رقم الحديث 3894، ج6.
11. أخرجه التَّرمذي في سننه، كتاب صفة القيامة والرفائق والورع، باب ما جاء في الشَّجاعة، رقم الحديث 2502، ج4.
12. ابن حجر العسقلاني، الإصابة في تمييز الصحابة، دار الكتب العلمية، بيروت، 1415هـ، 1995م، 117/8، موسوعة آل بيت النبي، ج1، دار الكتب العلمية، بيروت، 2010م.
13. أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب الحيض، باب الأمر بالنِّفساء إذا نُفِسْنَ، رقم الحديث 294.
14. أخرجه أبو داود في سننه، كتاب النِّكاح، باب في القسم بين النِّساء، رقم الحديث 2135،
15. أبو داود صحيح سنن، كتاب النِّكاح، باب القسم بين النِّساء رقم الحديث 1852، ط1، مج6، مؤسَّسة غراس للنَّشر والتَّوزيع، الكويت، 1423هـ/2002م،
16. أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب الأدب، باب كيف يكون الرَّجُل في أهله، رقم الحديث 2039.
17. إبنُ حجر العسقلاني، فتح الباري بشرح صحيح البخاري، كتاب النِّكاح، باب موعظة الرَّجُل ابنته لحال زوجها، رقم الحديث 5191، ج9.
18. أخرجه أبو داود في سننه، كتاب النِّكاح، باب في القسم بين النِّساء، رقم الحديث 2135.
19. أخرجه البخاري في صحيحه، أبواب صلاة الجماعة والإمامة، باب من كان في حاجة أهله فأقيمت الصلاة فخرج، رقم الحديث 644، ج1.

20. ابن حجر العسقلاني ، فتح الباري شرح صحيح البخاري ، كتاب الأدب ، باب كيف يكون الرجل في أهله ، رقم الحديث 5692، ج10.
21. أخرجه مسلم في صحيحه ، كتاب الحيض ، باب الاضطجاع مع الحائض ، رقم الحديث 300.
22. أخرجه مسلم في صحيحه ، كتاب الحيض ، باب القدر المستحب من الماء في غسل الجنابة وغسل الرجل والمرأة في إناء واحد ، رقم الحديث 321.
23. أخرجه مسلم في صحيحه ، كتاب الحيض ، باب جواز غسل الحائض رأس زوجها ، رقم الحديث 301، ص 245.
24. أخرجه مسلم في صحيحه ، كتاب الحيض ، باب جواز غسل الحائض رأس زوجها ، رقم الحديث 297، ص 244.
25. أخرجه أبو داود في سننه، كتاب الجهاد، باب في السبق على الرجل، برقم، 2578.
26. أخرجه مسلم في صحيحه ، كتاب فضائل الصحابة رضوان الله عليهم ، باب فضائل أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها ، رقم الحديث 2445.
27. أخرجه النسائي في سننه الكبرى، كتاب عشرة النساء، أبواب الملاعبة كم تُهْجَرُ،، تحقيق حسن عبد المنعم شلبي، رقم الحديث 9117، بيروت: مؤسسة الرسالة، ط1، ج8، 1421هـ/2001م، ص 261. وحسن إسناده ضياء الدين المقدسي، يُنظَر: الأحاديث المختارة = المستخرج من الأحاديث المختارة ممّا لم يخرج البخاري ومسلم في صحيحهما، 106/5.
28. أخرجه الترمذي في سننه، كتاب النكاح، باب في القسم بين النساء، تحقيق: رائد بن صبري بن أبي علفة، رقم الحديث 2138 ، ط2، دار الحضارة للنشر والتوزيع، الرياض ، 1436هـ/2015م.
29. أخرجه الترمذي في سننه، كتاب المناقب، باب فضل أزواج النبي ﷺ، رقم الحديث 3894، ج6.
30. أخرجه البخاري في صحيحه كتاب الأدب، باب الكبر، رقم الحديث 6072.
31. ابن منظور ، لسان العرب ، مادة داعب ، ج1.
32. جاسم حسين المشرف ، العاطفة كالماء ، مقارنة سايكولوجية فنية في العاطفة وتداعياتها، 2012م، ط1، دار الفكر العربي.
33. حامد بن احمد علي العامري ، الدعوة إلى الله بالمنهج العاطفي في ضوء القران والسنة ، رسالة دكتوراه ، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية ، كلية الدعوة والاعلام ، ج1، 1422هـ /1423هـ .
34. خلود شاكر فهد العبدلي، خلق الرحمة ومنهج القرآن الكريم في الترغيب فيه،، بحث مقدّم في المؤتمر الدولي عن الرحمة في الإسلام، كلية التربية، قسم الدراسات الإسلامية، د، ت.
35. كامل محمد عويضة ، علم نفس الشخصية، 1416هـ /1996، ط1، بيروت ، دار الكتب العلمية .
36. شرح النووي على مسلم ، كتاب الفضائل باب مبادئه للأثام، واختياره من المباح أسهله، وانتقامه لله عند انتهاك حرماته، رقم الحديث 4204، ج15.
37. عبد الرحمن بن ناصر السعدي تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان ، ، ص588، ط:7 (بيروت، مؤسسة الرسالة، 1418هـ/1997م.
38. عبد الله ناصر السدحان، دليل الإرشاد الأسري (الإرشاد بالمقابلة)، د، ت ، pdf.

39. لوشاحي فريدة، دراسة أحلام الأطفال في ظل الحرمان الوالدي، شهادة الدكتوراه علوم في علم النفس العيادي، جامعة منتوري قسنطينة، قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا، 2010/2009م.
40. لويس معلوف اليسوعي، المنجد في اللغة العربية والأدب والعلوم، مادة عطف، 1956 م، ط18، بيروت، المطبعة الكاثوليكية، .
41. محمد السيد الوكيل، تقنين الدعوة ومراحلها ومناهجها واستمراريتها من القرن الأول الى القرن، دار المجتمع للنشر والتوزيع، ط1، 1414 هـ / 1994 م .
42. - ومحمد ناصر الدين الألباني، صحيح سنن أبي داود، كتاب النكاح، باب القسم بين النساء رقم الحديث 1852. ط1 مج6، مؤسسة غراس للنشر والتوزيع، الكويت، 1423 هـ/ 2002م)،
43. مجمع الزوائد ومنبع الفوائد، كتاب النكاح، باب عشرة النساء، رقم الحديث 76 83، ج4، مكتبة المقدسي، القاهرة .
44. يحي الرخاوي، الأساس في الطب النفسي ملف الوجدان واضطرابات العواطف، الفصل الخامس، 2015م
45. يوسف القرضاوي، الورع والزهد، ط1، القاهرة: مكتبة وهبة، 1431 هـ/ 2010م.
46. العاطفة في الحياة الزوجية <https://ar.islamway.net/article/139> بتاريخ: 2001/11/5، تمت مشاهدته بتاريخ: 2023/1/9، على الساعة 19:24 ليلا.
47. تحفة الأحوذى، كتاب البر والصلة عن رسول الله ﷺ، باب ما جاء في المزاح، رقم الحديث 1990، ج6،
48. مبي عياد، مقال أهمية المداعبة في العلاقة الحميمة بين الزوجين <https://www.hellooha.com/articles/2303> بتاريخ 2020/2/28.

التعلق المرضي وعلاقته بالتبعية النفسية وأعراض الانسحاب

L'attachement Pathologique et Sa relation avec la dépendance Psychique et les effets du sevrage

عباس إيمان

أخصائية نفسانية، عيادة النفس والحياة بقالمة، الجزائر

Abbesimenepsey@gmail.com

أ.د. أغمين نذيرة، جامعة قالمة، الجزائر

nadiraighemine@gmail.com

د. بوتفوشات حميدة، جامعة قالمة، الجزائر

Hamida.life@yahoo.fr

الملخص :

يعاني الكثيرون من التعلق المرضي في صمت ، فتنتابهم مشاعر الخوف والغضب والألم ، تلك المشاعر التي يتم تجاهلها أو عدم الاعتراف بها ، ينتج عنها علاقة قهرية لا تميزها روابط مشتركة وتكون خاضعة لظروف نفسية حدثت لفترة من الوقت ، هذه العلاقة قد ينتج عنها عدم تقدير الذات و الكثير من الأزمات التي تسبب التبعية النفسية .

وعليه سنحاول من خلال هذه الورقة البحثية إلقاء الضوء على هذا الموضوع من خلال التعرف على أهم أسباب التعلق المرضي وعلاقته بالتبعية النفسية وأعراض الانسحاب .
الكلمات المفتاحية : التعلق – التبعية النفسية – أعراض الانسحاب

مقدمة

يعتبر التعلق سيقا داخليا يتميز بالديمومة والاستمرارية من الطفولة إلى الرشد ، يتدخل في تشكيل شخصية الفرد وتوافقه النفسي ، إذ أي خلل في نظام التعلق يزيد من احتمال إضطراب علاقات الفرد المستقبلية ، فهو يمثل عامل خطر في ظهور العديد من الإضطرابات النفسية كالإكتئاب والإضطرابات الحصرية وكذا إضطراب الشخصية الحدية بما فيها إضطرابات المرور إلى الفعل . فالتعلق إذن ينطلق تشكيله من العلاقة الأولى (أم – طفل) له تأثير كبير على النمو النفسي العاطفي للفرد من جميع النواحي ، فالعلاقات المبكرة الأولى مع صور التعلق هي المحدد الأساسي لنوعية العلاقات المستقبلية للفرد باعتبار أن هذه العلاقات قائمة على أساس النماذج العامة الداخلية ، التي تتميز سيرورتها بالديمومة من الطفولة إلى الرشد ، وبالتالي فإن أي حرمان على مستوى العلاقات المبكرة مع مقدم الرعاية يؤدي إلى إضطراب في النماذج العامة الداخلية للفرد، ما يعني إضطراب علاقات البين للشخصية .

تعد نظرية التعلق لباولبي (Bowlby , 1973) من أبرز التوجهات المعاصرة التي تناولت مفهوم التعلق ، والتي من خلالها حاول الباحثون تسليط الضوء على العلاقة الأولى للطفل مع الشخص الأساسي ، ويشير مفهوم التعلق حسب ذات النظرية إلى الرابطة الإنفعالية القوية التي يشكلها الطفل مع صورة التعلق الأولى والتي غالبا ما تكون الأم ، بحيث تسمح هذه الرابطة للطفل بتبني إستراتيجيات سلوكية لها طابع تكيفي وتهدف إلى تعزيز التعلق لديه.

وعند الحديث عن التبعية النفسية ، فإننا نفكر في المخدرات و الكحول و التدخين ، لكننا لا نستوعب بأن الأمر ليس مجرد تعلق بهذه المواد الخطيرة وأن الأمر يمكنه أن يشمل الكثير من مناحي الحياة ، إن لم تكن قادرا على الخروج من علاقة تتسم بعدم الاحترام أو التحقير أو السيطرة أو حتى الإساءة العاطفية و الجسدية ، فلعلك تعاني من حالة مرضية وهي إدمان العلاقات و التعلق بالأشخاص أو الإدمان على الحب. فما علامات هذا النوع من التبعية النفسية ؟ و ما هي أسبابها ؟ وكيف يمكن الخروج منها سيكولوجية التعلق:

يعد التعلق أحد أشكال العلاقات الحميمة التي أولها علماء النفس قديماً وحديثاً الاهتمام المكثف، محاولين الكشف عن طبيعة هذه العلاقة وأشكالها ومدى استمراريتها في المراحل النمائية اللاحقة، ودراسة أثرها في كافة جوانب التطور الاجتماعي والانفعالي والمعرفي، وفي علاقاته المستقبلية وتفاعلاته اليومية وأسلوبه في مواجهة مشكلاته الاجتماعية وتوافقته الاجتماعي بشكل عام.

يعرف بأنه علاقة حيوية وحميمية ومتبادلة ومستقرة بين شخصين يغذيها التفاعل المستمر ويجعل الروابط بينهما أكثر قوة (الريماوي، 2011)

أنماط التعلق :

إن التعلق محفز إنفعالي لدينا جميعاً يربطنا بالآخرين، يبدأ كل منا في تطوير نمط أو نوع من التعلق في أيامه المبكرة مستنداً بدرجة كبيرة إلى كيفية تصرف مقدمي الرعاية تجاهه، لا يؤثر نمط التعلق الخاص بك فقط في رؤيتك لنفسك والعالم من حولك، ولكن أيضاً في كيفية التصرف والتفاعل في مختلف المواقف. كما أن أنماط التعلق تطور وتحفز الأشخاص،

وتحدد نمط التعلق الخاص بهم، والعمل عليها يساعد في تطوير مهاراتهم اللازمة لتكوين علاقات آمنة وقوية . (خليفة، 2021 ، ص41)

وتكون على ثلاثة أنماط وفيما يأتي تعريف لكل منها:

1-1 النمط الآمن . Secure : وهو نمط تعلق الفرد الذي تلقى الحب الكافي من الشخص القائم على دعمه ، وأثر في توقعاته عن الآخرين من أنهم سيكونون أيضاً ودودين مما يشكل لديه أساساً آمناً قوياً يجعله يتجه نحو استكشاف بيئته بكل ثقة.

1-2 النمط المتذبذب / القلق : Anxious/Ambivalent : تعلق الفرد في وقت مبكر من حياته، الذي تتبعه مطالب أخرى مما يؤدي إلى سلسلة من السلوكيات المتذبذبة والمتأرجحة ما بين تقبل ورفض الفرد ، الذي يعود في أثره على علاقته مع الآخرين

(Ainsworth et al، 1978: p34)

1-3 النمط المتجنب : Avoidant : وهو نمط تعلق الفرد الذي تعرض للرفض من قبل القائم على دعمه، أو قلل من دعمه له مع تعريضه للإهمال والعقوبة كأن يكون بسبب ظهور فرد جديد منافس له مما انعكس على علاقته بالمحيطين به وامتد إلى مرحلة أخرى في الحياة وأثر في علاقته بالآخرين

1-4 النمط المشوش : تعلق الفرد غير الموجه، غير المنظم، الخائف. ويتطور هذا النمط عندما يخبر الفرد الآخرين على أنه شكل من أشكال التعلق الحافظ وبنفس الوقت يدركه على أنه مخيف.

ولقد وضع بعض التصنيفات السلوكية لأصحاب هذه الأنماط كالآتي:

- 1- السلوكيات المتتابعة: يظهر مجموعة من السلوكيات القلقة المتتالية في حالة انفصاله عن الداعمين له مما يؤدي إلى شعوره بالضيق والإحباط (حسن، : 2001 ص 30)
 - 2- السلوكيات المتناقضة: يظهر سلوكيات متناقضة وغير مستقرة ما بين الرغبة في الاقتراب من الداعمين له والرغبة في تجنبهم.
 - 3- السلوكيات غير المباشرة: يظهر سلوكيات غير منتظمة في استمرارها كأن يكون الفرد منشغل في أمر معين ثم يترك الأمر ويذهب إلى شخص آخر داعم له ويتشبث به ثم يعود مرة أخرى إلى الأمر مرة أخرى وهكذا.
 - 4- ظهور سلوكيات غير متناسقة واحتجاج غير سوية، بطيئة تجمدية، تعبر عن قلقهم من الانفصال عن الآخرين وعدم الانتظام والفوضى، وظهور سلوكيات مباشرة تعبر عن عدم الانتظام والفوضى.
- ويرى علماء النفس أن نمو الحب في الحياة يمر بأربعة مراحل (ابو اسعد، 2008)
- حب الذات ويحدث في مرحلة الرضاعة وهي المرحلة الأولى وتحدث في مرحلة الرضاعة وفيها يميل الشخص إلى حب ذاته أو ما يسمى بعبادة الذات أو عشق الذات أو نزعة النرجسية، ويفترض أن ينتقل الحب إلى المرحلة الثانية من الحب ولا يبقى عند حب الذات.
 - حب الوالدين ويحدث في مرحلة الطفولة وفيها يميل الفرد لحب الشريك لأنه يحقق له بعض المكاسب ولأنه يساعده ويسليه ويشبع له حاجات فسيولوجية ونفسية معينة.
 - حب الأصدقاء في مرحلة الشباب المبكرة وفيها يميل الشخص إلى حب الجنس المشابه وإذا بقي الفرد هنا قد يصل إلى الجنسية المثلية والميل للتعلق مع شريكه بغير الطريقة المشروعة.
 - حب الشريك في مرحلة الرشد وفيها يميل الشخص لحب الجنس المغاير لجنسه ويتعلق فيه ولا يغفل ذاته بنفس الوقت وهي المرحلة التي يفترض أن يصل لها كل الأزواج.
 - وقد يصل الشخص السوي إلى مرحلة خامسة وهي الحب الخلاق حيث يستغرق الطرفان في تربية البناء وإقامة حياة منزلية سعيدة، ويمارسان نجاحاً في حياتهما المهنية.

3- نظريات التعلق :

وفيما يتعلق بالنظريات المفسرة للتعلق، يرى أنصار نظرية التحليل النفسي أن إطعام الطفل وإشباع حاجاته البيولوجية يعد السياق الرئيس لتشكيل الرابطة الحميمة بينهما، إذ يشعر الطفل باللذة عندما تثار المنطقة الفموية من خلال عملية الرضاعة. أما وجهة نظر المدرسة السلوكية فتتمثل بآراء كل من "هل" وسكتر، إذ فسر "هل" التعلق باستخدام مفهوم خفض الدافع، فالأم تشبع جوع الطفل (دافع أولي)، ومن ثم يصبح وجود الأم دافع ثانوي بسبب اقتران شعور الطفل بالشبع بوجود الأم، أما سكتر فيرى أن سلوك التعلق يزداد ويقوى في حال أتبع بمجموعة متنوعة من المعززات، ويتناقض عندما يتبع بمعاقبات كالتوبيخ وسحب الامتيازات. أما (هارلو Harlow) فتعتقد أن التعلق لا يعتمد على إشباع دافع الجوع، وإنما على ما يوفره مقدم الرعاية من فرص التلامس والاتصال المريح، وتبرهن على ذلك بتعلق الأطفال بأشخاص نادراً ما يقدمون لهم الطعام كالأجداد مثلاً (أبو غزال، 2007). (وتعد نظرية بولبي (نظرية التعلق الأيثنولوجية) من أهم النظريات وأكثرها قبولاً في الوقت الحاضر التي حاولت تفسير مفهوم التعلق، إذ يعتقد بولبي أن الطفل مزود بمجموعة من السلوكيات الفطرية التي تجعل مقدمي الرعاية بالقرب منه، وتزيد من فرص بقائه (Bowlby، 1988). ويعتقد بولبي أن الطفل عندما يتفاعل مع الآخرين يشكل "نماذج عاملة داخلية" (models working Internal)، إذ تعمل هذه النماذج على استمرارية أنماط التعلق وتحولها إلى فروق ثابتة،

ويقصد بها مجموعة من التوقعات المشتقة من الخبرات المبكرة مع مقدم الرعاية، تتعلق بمدى توافر أو تواجد مقدم الرعاية، واحتمالية تقديمه للدعم أوقات الضيق والتوتر بحيث تصبح هذه العلاقات موجبات للعلاقات الحميمة مستقبلاً (Bowlby, 1979). ويرى بولبي (Bowlby, 1988) أن لهذه النماذج جانبين: جانب يتعلق بالذات ويتضمن تقديراً لمدى جدارة الذات بالحب والدعم، ويختص الجانب الآخر بالآخرين حيث يتضمن تقديراً لمدى استجابتهم والثقة بهم كشركاء اجتماعيين. ونظراً لأهمية التعلق واستمرارته على مر الزمن وآثاره المستقبلية في شخصية الفرد وتوافقته النفسي والاجتماعي، ولأهمية مرحلة المراهقة فقد طور بارثولوميو أربعة (Bartholomew, and Horowitz, 1991) (وهوروتز أنظمة لتعلق الراشدين التي تنظم النماذج الذهنية العاملة ضمن بعدين: الأول: التمييز بين الذات والآخرين والثاني: إيجابي- سلبي. وبناءً على التقاطع بينهما يظهر أربعة أنماط للتعلق هي. وتجدر الإشارة إلى أن الأفراد ذوي التعلق الآمن يتميزون بتقدير ذات عال، ومستويات مرتفعة من المهارات الاجتماعية، ولديهم رضا عن العلاقات مع الأفراد والثقة بهم، ومستويات عالية من الاعتمادية المتبادلة وعدم الخوف من الرفض ولديهم فاعلية ذاتية مرتفعة، بينما يتميز التعلق الراض بمستويات منخفضة من الاكتئاب والقلق الاجتماعي ومستويات مرتفعة من تقدير الذات وعدم الثقة بالآخرين. ويتميز الأفراد ذوو التعلق غير الآمن (المشغول، المرتعب): (بالاعتمادية والشك والسخط والتردد وسوء التوافق النفسي وتقدير ذات منخفض وكشف ذات منخفض وشعور بالوحدة وتدني المهارات الاجتماعية، ولديهم مستويات عالية من الاكتئاب والقلق الاجتماعي والخوف من الفشل والرفض؛ (Simpson, 1990; Mitchell & Dumas, 2004; Simpson, 1990)؛ أبو غزال وجردات، 2009). وتجدر الإشارة إلى أن أنماط تعلق المراهقين قد حظيت باهتمام كبير من المختصين في ميادين علم النفس، إذ ظهر لموضوع التعلق في مرحلة المراهقة أهمية خاصة، سيما وأن مرحلة المراهقة مرحلة نمائية تشهد العديد من التغيرات السريعة في كافة جوانب النمو. وقد أكد بولبي (Bowlby 1988) أن المراهقين ذوي التعلق الآمن خلال مرحلة الطفولة هم الأقدر على إقامة علاقات خلال سن البلوغ والرشد، ومواجهة ما يعترضهم من مشاكل في علاقاتهم الاجتماعية، وعلى النقيض من ذلك يعاني المراهقون ذوو نمط التعلق غير الآمن من مشاكل جمة في علاقاتهم الاجتماعية وصعوبة في مواجهتها. واستناداً إلى ذلك جاءت فكرة الدراسة الحالية في محاولتها الكشف عن العلاقة بين أنماط تعلق المراهقين وحل المشكلات الاجتماعية.

4- مراحل التعلق: يبدأ تعلق الطفل بشخص معين (أو بأشخاص معينين) فيما بين الشهر السادس والشهر التاسع من عمره، ويزداد بعد ذلك حدة في الأشهر التالية وحتى نهاية السنة الثانية، ويكون التعلق عندئذ مصحوباً بمشاعر قوية وأحياناً عنيفة، ويبدو ذلك في بهجة الطفل وسروره عند استقبال أمه أو حاضنته، وفي أسفه وأحياناً هياجه وغضبه عند مفارقتها لها.

والذي يتضح أكثر عندما يترك الطفل للخادم أو المربية أو أي جليس أخر ليست له بهم صلة، أو عندما يترك الطفل في مؤسسة لرعاية الأطفال (كالروضة) (محمد عماد الدين إسماعيل، 1994، ص 105). حيث أن التعلق لدى الطفل يدل على النمو المعرفي والذي يظهر في الطرق المختلفة التي يفسرها بيئته؛ فيجب أن يكون الطفل قد حقق مستوي معيناً من النمو المعرفي قبل أن يتمكن من إدراك أنه في بيئة جديدة (حسن مصطفي عبد المعطي، 2005، ص 68).

وإن عملية التعلق تتكون من ثلاث مراحل: ففي المرحلة الأولى (الاجتماعية) يبحث الفرد عن الإثارة من كل أجزاء بيئته. وتستمر هذه المرحلة إلى نحو سن سبعة شهور. وفي المرحلة قبل الاجتماعية يقوم الفرد بتمييز

الكائنات البشرية كأشياء باعثة علي الرضا ويحاول نشطا أن يبحث عنهم وفي المرحلة الأخيرة أو الاجتماعية ، وهي التي تبدأ في سن حوالي ثمانية أشهر يكون الطفل متعلق بأشخاص معينين . (هدى محمد قناوي، وحسن مصطفى عبد المعطي ، 2000، ص295)

كما أن سلوك التعلق في العادة تخف حدته عندما يبدأ الطفل بالانشغال في نشاط إنساني آخر ، ألا وهو استكشاف البيئة المحيطة من ناحية والتفاعل الاجتماعي مع الآخرين من ناحية أخرى أو أثناء استكشافه وتفاعله قد يواجه الطفل بعض العقبات والتي يتغلب عليها بثقته القوية بأن لن يلحق به ضرر ، وذلك لا يكون إلا عن طريق علاقة وثيقة وأمنه مع الأم . وعلي الرغم من أن سلوك التعلق يضعف قليلاً عن ذي قبل ببلوغ الطفل سن الرابعة ، إلا أنه يظل واضح في علاقة الطفل بأمه ، كما يظهر بين الحين والحين خلال الأيام الأولى من الالتحاق بالروضة (إبراهيم أحمد السيد ، 1996، ص44) .

5- العوامل المؤثرة في عملية التعلق :

يرى ايزنوردت (1978) Ainsworth et al أن الفروق الفردية في علاقات التعلق بين الفرد والشخص الذي يتعامل معه بكثرة التي ينتج عنها ثلاثة أنماط من العلاقات الاجتماعية مع المحيطين التي تمتد من مرحلة الطفولة وحتى الرشد، وهناك العديد من العوامل التي تؤثر في عملية التعلق: هناك عدة عوامل ممكن أن تؤثر في نشأة وتطور التعلق :

1- شخصية الفرد :تؤثر شخصية الفرد وخصائصه المزاجية بصورة كبيرة في الارتباط والتعلق، فالفرد الذي يصعب تهدئته، أو سريع الغضب، غير حساس أو متجاوب مقارنة بالفرد الهادئ الذي يسهل ترضيته وتهديته.

2-مقدمو الرعاية : (Caregiver) يمكن أن تعيق سلوك الاشخاص الداعمين للتعلق أو الارتباط بالآخرين، فالآباء الناقدون والرافضون والمتسلطون والسليبيون ينتجون أفراد يتجنبون التوازن الانفعالي مع الآخرين، وهم يعزلون أنفسهم عن الخبرات الاجتماعية المختلفة وينجحون من مواقف التفاعل الاجتماعي كافة المراحل العمرية.

3-البيئة .(Environment) الخوف هو العائق الرئيسي للتعلق أو الارتباط السوي مع الآخرين .فإن عاش في بيئة له نتيجة اللوم والتهديد العام واضطراب البيئة وعدم اتساقها مكدره انفعاليا ، فالذين ينشئون في بيئة مناطق اللاجئين ومناطق الحروب والنزاعات المسلحة، يكونون أكثر عرضة لنشأة وتطور مشكلات التعلق أو الارتباط مع الآخرين (Cassidy et al) .، . 10-30 p: 1996

4-التطابق وعدم التطابق (: (Fitting and Unfitting) من المهم النشأة وتطور العلاقات التعلق الآمن أن يكون هناك حد أدنى من التطابق والتناسق بين قدرات الفرد وتكوينه المزاجي وقدرات الآخرين وتكوينهم المزاجي على وجه الخصوص

5- شكل نمط التعلق بالاصدقاء :حينما يبلغ الفرد سن متقدمة، عادة ما يخرج بعيدا عن علاقات التعلق الأولية ، وبالرغم من ذلك تعد الرابطة الوجدانية بين الفرد والآخرين من أكثر الروابط أهمية في هذه المرحلة (حجازي، 1985، ص159)

6- التعلق المرضي و التبعية النفسية

يشير الارتباط العاطفي إلى مشاعر التقارب والمودة التي تساعد في الحفاظ على العلاقات بمرور الوقت، لكن هذا الارتباط قد يحيد عن مساره من تعلق آمن إلى تعلق مرضي، يعتبره علماء النفس اضطرابا نفسيا يعاني منه بعض الأفراد الذين يختبرون تفاقم سلوكيات قهرية ، أبرزها إظهار اعتماد غير صحي على الآخرين لتلبية احتياجاتهم العاطفية.

يتميز إدمان العلاقات بالهوس وفقدان السيطرة على التصرفات والسلوكيات عندما يرتبط الأمر بعلاقة مع شخص معين ومن سماته عدم قدرة الشخص على أن يكون بمفرده أي من دون ارتباط بأحد ، وهو ما يدفعه إلى الدخول والخروج من علاقات مختلفة حتى وإن كانت سامة وغير صحية له ، وهو ما يجعل الشخص في بحث دائم عن الحب حتى وإن كان يؤثر سلبا على حياته.

قد يشعر الأشخاص الذين يعانون من إدمان العلاقات بالإنجذاب والتعلق الدائم بأحاسيس السعادة والنشوة الغامرة وهو ما يجعلهم يواجهون صعوبة الإحساس بالملل والوحدة عند الخروج من علاقة ما. إذ في بداية كل علاقة يتم إفراز هرموني الإندروفين والدوبامين اللذين يشعران الشخص بالسعادة والنشوة ، على عكس المواد الكيميائية في الدماغ التي يتم إفرازها عند محاولة الانفصال ، وهي الكورتيزول والنورادرينالين +-الذين يشعران الشخص بالتوتر ، وقد يؤدي به الانفصال إلى الإكتئاب.(مجلة العلوم التربوية والنفسية ، 2021م : المجلد

7- تطوير السلوكيات المنحرفة لدى المتعلق المرضي :

للتبعية النفسية عواقب نفسية وبدنية شديدة لدى الشخص الذي يعاني التعلق المرضي ، إذ غالبا ما يطور المدمن أنماط سلوكية غير صحية عندما يتم رفضه أو دخوله في علاقة حميمية غير سليمة ، ومن السلوكيات التي تظهر لدى المدمنين هنا :

الإنشغال في سلوكيات جنسية محفوفة بالمخاطر من أجل الحفاظ على إهتمام الشريك المتجنب له.

ألم جسدي ليس له أسباب واضحة

عادات غير صحية للتعامل مع الأم العاطفي .

الإدمان على الأشياء الأخرى (مثل الجنس والمخدرات والكحول)

إن من المهم معرفة أن المدمن على الحب عندما يتم تجاهله يشعر بالإحباط والألم وضعف القدرة على التحمل بدرجة أكبر من الفرد العادي ، لهذا فإنه من المحتمل أن يتناول المخدرات أو الكحول كطريقة للهروب من الواقع ، كذلك قد يصبح الشخص المتعلق منشغلا بالجنس بدرجة كبيرة وذلك نتيجة إستعماله للجنس كوسيلة لجذب شريكه الجديد في العلاقات الحميمية وبما أن هذه المشاركة في النشاط الجنسي قد تنشط مراكز المتعة في الدماغ ، فإنها تزيد من فرص تطوير التبعية النفسية للتعلق المرضي والحب كذلك .

هذا التعلق المرضي الغير الناضج يؤثر على العلاقات الأسرية ، و الصداقات و العلاقات الرومانسية لدى المدمن على الحب ، إذ دائما ما ينتقد أفراد الأسرة والأصدقاء والشركاء (الأزواج) هذا السلوك الإدماني وقد يؤدي ذلك رفضهم للمدمن أو الإعتداء عليه لهذا تستمر دورة الإدمان لدى المدمن في ضوء البحث عن علاقة جديدة ، التي تلمها فترات من الإرتفاع والتدهور في مشاعر الحب أثناء ما يخبره المدمن من تدني في تقدير الذات ، وقد تظهر لديه سلوكيات مدمرة للذات كوسيلة للتعايش معها ، مما يصبح من الضروري كسر هذه الدورة من الإدمان .

8- سيكولوجية الحب من السواء الى اللاسواء :

ويرى أدلر أن علاقة الفرد بالآخرين في المجتمع هي أول مشكلة يواجهها الفرد في الحياة وأكبرها فالإنسان من وجهة نظره لا يمكنه الابتعاد عن المجتمع لأنه لا يمكن أن يوجد أحدهما دون الآخر ولا يمكن للمجتمع أن يبقى دون الآخرين كما أنه لا يمكن الفرد أن يصل إلى أهدافه ما لم يكن قادرا على التعامل مع الآخرين نظرية التعلق الاجتماعي يري بولبي صاحب " النظرية التعلق " أن فكرة الحب تدور حول ثلاثة أنظمة سلوكية ديناميكية وهي:

- التعلق

- الاهتمام

- الجنس

وفقا لخبرات التعلم الاجتماعي فإن هذه الأنظمة السلوكية قد تأخذ أبعادا مختلفة من الحب خلال المراحل النمائية (محمد سليمان ، 2013 ، ص 28)

ب الحب الرفاعي: والذي يتضمن سلوكيات التعلق والاهتمام فقط ولا يتضمن مفردات الغزيرة الجنسية
ج الحب العاطفي: والذي يتضمن الانجذاب الجنسي من خلال سلوكيات التعلق والاهتمام- وتري بون أن الحب العاطفي من الممكن ان يتطور إلى مفردات التعلق الرومانسي وذلك يعود في الأصل إلى حب ارت التعلق التي تعرض لها الفرد في مرحلة الطفولة في علاقته مع أمه والتي تطور شعور بالأمّن والطمأنينة، أو بالتجنب الاجتماعي والابتعاد

ويذكر أبو سعد (2013) أن هناك حاجات أساسية ضرورية لخلق حب حقيقي وعلاقة دائمة انفعالية من بينها:
-الرعاية والاهتمام والتي تشعر الشخص بالمسؤولية تجاه الاستجابة للشخص الأخر وتحتاج إلى الإخلاص بعمق للشخص الأخر والرعاية تثبت وتبرهن للطرف الأخر أنه متميز عن الآخرين التفهم والذي من خلاله يثبت ويبرهن للشريك الأخر بشكل قاطع في المواقف والأوضاع الخاصة بالشريك معرفة الإجابات المحتملة لما يسمعه والاتصال نكون قادرين على أن تري عالم الشخص بعيونه.

-القبول ويعرف بأن الشخص الأخر يستقبل سلوكه أو سلوكه يقدم بشكل مرغوب إن القبول بالإحساس بالشكر لما يعطى لنا وهو ليس السلبية أو النظرة المتفحصة أو القبول هو الاتجاه بأن نغفر الأخطاء الشخص الأخر وعدم الاستخفاف بالأخر.

-الثقة يعنى أن تؤمن إيجابيا مميزات الأخر أنها فاضلة مثل الأمانة والصدق والسلام والعدالة والأمن، وعندما تغيب الثقة فإن الناس من المسلم به أن يتحولوا مباشرة إلا الاستنتاجات السلبية والخاطئة بغض النظر عن قصد ونية الشخص إن الثقة تفيد في تقليل الشكوى وينبغي إظهار الإحترام للطرف الأخر بما يعكس الصدق والرغبة في التواصل معه.(عبد الجبار، 2018 ، ص 29)

9- الفرق بين الحب و التعلق :

الحب: هو الشيء الذي يشعرك بالسعادة و المتعة ، و بعدم الضغط و القلق و الحزن و الخوف ...الحب شعور جميل ، انفعال إيجابي وليس سلبيا .

الحب يكون بدون شروط أو قيود، أعطي بالمجان، ولا ينتظر المحب من الطرف الأخر المقابل، دائما يشعر معه بالسعادة ولو كانت بينهما مسافات، الحب يجعل الشخص يمتلك طاقة إيجابية و قوة خارقة... تحفيز و نشاط دائم .

حالة الحب لا تتم إلا بالعقل، إنه قرار عقلي وليس عاطفيا .

أما التعلق: فهو الوجه المظلم من الحب ..لأن الكثير من الناس لا تعرف الفرق الحقيقي بينهما ، و يظن الشخص أنه قد وقع في الحب فقط ، وهنا تأتي الكارثة الكبرى .

إن التعلق يوصف بكونه علاقة سلبية ، لأنه مبني على كل مشاعر الخوف و القلق و الحزن و الضغط النفسي

التعلق يعطينا تنافرا بين الشخصيتين لأنه غالبا ما يكون من طرف واحد ، وهذا لأن الطرف الأخر ليس مجبورا .

فالطرف المتعلق دائما ما يكون محتاجا من الأخر إلى القرب والإهتمام ، ويتوقع الكثير ، وتلك الأشياء تشعر الطرف المتعلق به أنه مقيد....فيبدأ بالنفور .

تجده دائما يقيس السلوكيات، ويطرح العديد من التساؤلات هو يحبني أم لا ؟ تجده في مراقبة دائمة ومستمرة كل الوقت يسخره له قريبا وتفكيراً وإهتماماً .

المتعلق دائم الخوف من أن يفقده، و الخوف من فقدان هو ميزة أساسية في التعلق، تجده كيف يطالب بأن يبادل هذا الإحساس، يبني سعادته كلها على هذا الشخص.

10- العلامات الشائعة والأثار الناجمة على التعلق المرضي :

تختلف علامات وأعراض التعلق المرضي من فرد إلى آخر ، وتظهر هذه الفروق في شدة الأعراض والعوامل الشخصية و البيئية التي تسببها . ويظهر الافراد الذين يعانون من التعلق المرضي مجموعة سلوكيات هي :

- البحث المستمر عن شركاء رومانسيين جدد

- إظهار المتعلق صعوبة في قضاء الوقت لوحده

- إختيار شركاء غير مناسبين باستمرار

- البدء في علاقات مع أشخاص يتسمون بالبرود العاطفي

- تجنب تكوين العلاقات الرومانسية مع الأصدقاء و الأقرباء

- الجمع بين الجنس و الحب

- شعور المتعلق باليأس عندما لا تكون لديه علاقة عاطفية

- الشعور بالتعاسة في العلاقات العاطفية

- الدخول في دوامة مستمرة من العلاقات العاصفة

- صعوبة ترك العلاقات السيئة

- العودة إلى الشركاء الباردة عاطفياً أو المسيئين للمدمن .

ويجب الإشارة إلى أن ليس كل من يظهر بعض هذه السلوكيات أحيانا لديه مشكلة التعلق المرضي إذ أن

المفتاح الذي يميز التعلق المرضي عن العلاقات الصاعدة و الهابطة يتمثل في استمرار و شدة السلوكيات

السابقة لدى الفرد. ويمكن القول أن الشخص غير سعيد في كل علاقة ، تكون لديه فرصة أكبر للإدمان

(التبعية النفسية) على التعلق المرضي مقارنة بالشخص الذي لديه القليل من العلاقات السعيدة أو علاقة

واحدة غير سعيدة . (نوري، 2015 ، ص 27)

11- علاج التبعية النفسية للتعلق المرضي :

توجد خصائص مشتركة بين علاج التعلق المرضي و علاج الإدمان على المخدرات ، و يظهر ذلك باتباع ذات

الوسائل العلاجية مع وجود بعض الاختلاف في كيفية القيام بها ، و يعد العلاج السلوكي المعرفي أحد أهم

طرائق العلاج للتعلق المرضي ، و يطلق عليه "العلاج بالتحدث" talk therapy " إذ يقوم على مساعد الفرد

الذي يعاني من اضطرابات سلوكية إنفعالية على كيفية حل مشكلاته من خلال فهم الأفكار و المعتقدات

التي تعزز سلوكيات التبعية النفسية لديه التي تعزز سلوكيات التعلق المرضي لديه ، و من ثم محاولة

تغييرها على نحو أكثر إيجابية و بصورة مفيدة .

ويظهر عمل المعالج في هذا الأسلوب العلاجي على مساعدة المدمن بتحديد أهداف العلاج ووضع خطة علاجية ممنهجة لتغيير سلوكيات المريض أو كيفية تعامله مع رفض الآخرين له ، لهذا يركز هذا العلاج على مساعدة المتعلق على كيفية التعامل مع الرغبة الداخلية الشديدة في حب الآخرين وتحمل المواقف الشديدة . وقد تم تطوير هذا النوع من العلاج بالاعتماد على مساعدة الكمبيوتر، إذ يقوم المعالج بتقديم العلاج السلوكي المعرفي عبر الأنترنت أو نظام الإستجابة الصوتي النشط (Active voice response system) وهذا العلاج ليس بديلا للعلاج السلوكي المعرفي القائم على التفاعل وجها لوجه ، ولكنه يمكن أن يساعد المرضى على الإستفادة من العلاج إذا كانوا يعيشون في مناطق بعيدة أو يفتقرون إلى وسائل النقل المريحة . ومن مميزات هذا النوع من العلاج إنه أقل تكلفة من علاج التحدث التقليدي ، وإنه أظهر نجاحا كبيرا مع المرضى المصابين بالقلق ، وكذلك بين هذا النموذج من العلاج أنه يمكن إستعماله في علاج اضطرابات أخرى .

ويجب عند علاج هذا النوع من الإضطراب الإعتماد على دعم أفراد الأسرة والأصدقاء ، إذ أن العلاج لا يحدث بمعزل عن الآخرين ، لهذا يكون للعناصر الخارجية أثرا على عملية إعادة تأهيل المدمن على الحب بنجاح ، ويظهر أثر هذه العناصر (أفراد الأسرة ، الأقرباء ، الإصدقاء) في ضوء إظهار دعمهم المستمر الذي يتم بطرائق عديدة منها :

إستعمال لغة محببة وخالية من الحكم التعسفي والإنتقاد للمتعلق

مصاحبة الشخص الذي يعاني من التعلق المرضي إلى جلسات العلاج النفسي

تجنب توجيه الإتهامات

تقديم الدعم والتعاطف

تجنب إثارة السلوكيات السابقة لدى المتعلق أو ذكرها أمامه

12- مراحل التخلص نهائيا من الإدمان على العلاقات المرضية والسامة في حياتك

عدم الإدراك : وهي المرحلة التي لا تستوعب فيها حدوث ذلك ، وتكون فيها متمسكا بأمل العودة كما حصل لكم من قبل

اليقين : وهي المرحلة التي تتيقن فيها أنك أسأت الاختيار وأنه لم يكن يتوجب عليك التركيز عليه لهذه الدرجة ... وأن عليك التخلص من حبه للأبد

مرحلة مقاومة الإدمان : التي هي عبارة عن إحساس يخالجك بين الحين والآخر يأخذك لمحاولة الرجوع و تنوي أن تغفر ذنبا" لا يُغتفر ... وتحاول إقناع نفسك أنك المخطئ ، وأنه الوحيد الذي يشبهك ، ثم تتشاجر مع نفسك وتتهمها بالضعف ، ثم تحن فيتم تجاهلك ، ثم تعود للوم نفسك .

مرحلة أعراض الإنسحاب : وهي التي تتعود فيها على العزلة ، والحزن ورغبة في الوحدة ، وعدم الإحساس بقيمة الأشياء أو الحياة بشكل عام وتبدو كل الأشياء حولك باهتة .. بعدها تفاجئك

مرحلة عودة الروح : فتتقرب للناس ... وتصبح اجتماعيا" وترى أشياء لم تكن ترها ، وتحلم بغد أجمل ، وتنظر بعين جديدة الى الأشياء ... وهذا ما يوصلك

لمرحلة ... التعافي: وهنا لن تكره ذلك الشخص ؛ بالعكس سوف تتمنى له الخير ، وتتمنى لنفسك الخير ، وتبدأ في البحث بشغف عن تجربة حقيقية وليست ناقصة

وأخيرا مرحلة النهاية : والتي يتلاشى فيها الشخص من ذاكرتك بشكل نهائي ... مع كثرة مشاغل ومتاعب الحياة ، ويحدث أن تدخل في يوم من الأيام الى حسابك فيس بوك فتجد منشورا قد كتبته منذ خمس

سنوات تعبر فيه عن مدى اشتياقك للشخص ... فتعصر مخك كما لو أنه حبة ليمون في محاولة لتذكر شيء عنه على الأقل اسمه؛ لكن بدون جدوى". وفي الأخير التعلق لا يكون إلا برب العالمين وهو اقرب إليك من حبل الوريد وأحن عليك من امك التي انجبتك .

خاتمة

إن التعافي من التبعية النفسية يمكن أن يؤثر على الرفاهية الجسدية والروحية والحالة النفسية للفرد، و كلما تحصل المدمن على العلاج بصورة مبكرة، كلما كانت النتيجة أفضل، ويجب الإنتباه إن إظهار الدعم المستمر للمدمن وتطوير عملية الشفاء وفرصة تغلب الفرد على موضوع إدمانه .

قائمة المراجع :

دانيال جيه فوكس (2021) اضطراب الشخصية الحدية " دليل عملي " ، ترجمة عبد الجواد خليفة، الطبعة الأولى، مكتبة انجلو المصرية، مصر.

جان لابانش، ج، ب بونتاليس (1985) معجم مصطلحات التحليل النفسي، ترجمة مصطفى حجازي، الطبعة الثالثة، مؤسسة مجد الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع، بيروت، لبنان

فريدة سوامية (2007) مساهمة في دراسة العوامل النفسية والاجتماعية لعمل الأطفال، أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه العلوم في علم النفس العيادي، جامعة الاخوة منتوري، قسنطينة، الجزائر

فضيلة نوري (2015) اضطرابات التعلق عند الطفل المعاق حركيا جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي، مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في علم النفس الاكلينيكي، قس- علم النفس العيادي، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة العربي بن مهيدي، أم البواقي، الجزائر.

5- سناء محمد سليمان (2013) سيكولوجية الحب والانتماء، الطبعة الأولى، عالم الكتب للنشر، القاهرة، مصر
6 -عبد المرید عبد الجابر قاسم (2018) الحب من منظور سيكولوجي، مجلة بصائر نفسانية، جامعة حلوان، العدد 20، مصر، القاهرة.

7-Treatment, and Recovery. Westport, CT: Greenwood Publishing Group. Sex and Love Addicts Anonymous. (1990). Characteristics of Sex and Love.

إدارة المشاعر ودورها في تعزيز المناعة النفسية

Emotional management and its role in enhancing psychological immunity

د. عبيد عاطف محمد عبد الحليم

جمهورية مصر العربية

gmail.com@abeeratef01012001

ملخص

هدفت هذه الدراسة الى دراسة العلاقة بين إدارة المشاعر الإيجابية ودورها في تعزيز المناعة النفسية من خلال محاور الدراسة (الصحة العاطفية - إدارة المشاعر - المناعة النفسية) وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي وأظهرت النتائج من خلال البحث في الدراسات السابقة واستطلاع الراعي لعدد من الأشخاص على الاتي (لا يوجد اختلاف في المشاعر بين الرجل والمرأة لان المشاعر لا يمكن قياسها بأجهزة طبية ومختبرية لأنها غير ملموسة وإدارة المشاعر لم تثبتها الدراسات ان هناك فرق بين إدارة المشاعر بين الرجل والمرأة, توجد علاقات إيجابية واضحة بين الرعاية الذاتية للفرد ومدى تأثيرها على التنظيم العاطفي. لتدريبات الاسترخاء والتأمل أهمية إيجابية في الجانب الروحي وتعزيز الصحة العاطفية. توجد تأثيرات إيجابية لإدارة المشاعر على المناعة النفسية للفرد لان ادارة المشاعر لقدرة على إخراج المشاعر إخراجاً صحيحاً وناضجاً، المجتمع له تأثير كبير على الصحة العاطفية حيث ان اغلب المجتمعات العربية تعتبر الصحة العاطفية نوع من الرفاهية لا يستطيع الجميع على ممارسة هذه الرفاهية ولكنه منظور غير صحيح يحتاج وعى مجتمعي.

الكلمات المفتاحية (الصحة العاطفية - ادارة المشاعر الايجابية - المناعة النفسية)

Abstract

This study aimed to study the relationship between managing positive emotions and its role in enhancing psychological immunity through the axes of the study (emotional health - managing emotions - psychological immunity). The researcher used the descriptive approach - The results showed through research in previous studies and the sponsor's survey of many people as follows (there is no difference in feelings between men and women because feelings cannot be measured with medical and laboratory devices because they are intangible and the management of feelings has not been proven by studies that there is a difference between managing feelings between men and women, There are clear positive relationships between the individual's self-care and its effect on emotional regulation. Relaxation and meditation exercises have a positive importance in the spiritual aspect and in promoting emotional health There are positive effects of managing emotions on the psychological immunity of the individual because managing emotions is the ability to express emotions in a correct and mature manner. Society has a great impact on emotional health, as most Arab societies consider emotional health as a kind of luxury. community awareness.

Keywords : emotional health - positive reference management - psychological immunity

مقدمة:

تعد المشاعر من الامور المعقدة جدا بطبيعتها، فهي المحرك الأساسي والدافع للحياة، سواء دافع سلبي او دافع ايجابي. وفي ظل ضغوط الحياة، وتحديات الظروف أصبحنا في حاجة ملحة الى الإدارة الفعالة لمشاعرنا، يعد الاهتمام بالصحة العاطفية من الأمور المهمة في واقعنا العربي. قد ينظر البعض الى المشاعر على انها رفاهية، وبالطبع ليس الجميع قادرين على هذه الرفاهية. ويمثل ادره المشاعر على الفهم والسيطرة على مشاعرنا السلبية والايجابية، وتحويلها لتحقيق الحد الاقصى من الفائدة المرجوة للفرد والجماعة ونظرا للارتباط الوثيق بين المناعة النفسية وادرة المشاعر الايجابية لذلك سوف تناول دور ادارة المشاعر في تعزيز المناعة النفسية التي تعد الوسيلة الأمنة لمواجهة ضغوط الحياة

مشكلة البحث:

قد لا يكون للإنسان الحق او المقدره في ادارة مجريات الحياة ولكن من الممكن ان يتعلم طرق واساليب لمواجهة هذه الضغوط واعطاء قدر من الاهمية لصحته العاطفية وهذا مدفع الباحثة لدراسة ادارة المشاعر الايجابية ودورها في تقوية جهاز المناعة النفسي وهذا ما رصدته الباحثة من خلال عملها كمستشار أسري ومقابله حالات كثيرة فشلت عاطفيا بسبب العجز عن ادارة مشاعرها وبالتالي إثر ذلك على الجهاز النفسي وجعلهم يصابون بالهشاشة النفسية والإصابة بالأمراض السيكوسوماتية.

تساؤلات البحث:

هل هناك صعوبة في ادارة المشاعر

هل تختلف ادارة المشاعر وفقا للجنس (الرجل /المراه)

هل الرعاية الذاتية تؤثر على التنظيم العاطفي الإيجابي

هل للتدريبات الاسترخاء والتأمل دور في تقوية الجانب الروحي

هل هناك علاقة ايجابية بين ادارة المشاعر والمناعة النفسية

هل تتأثر المناعة النفسية بالجانب الروحي

هل للعادات المجتمع تأثير على الاهتمام بالصحة العاطفية

اهمية البحث:

الاهتمام بالصحة العاطفية في ظل ضغوط الحياة

الكشف عن العلاقة بين التعظيم العاطفي والجانب الروحي

دراسة اساليب تعزيز المناعة النفسية كمكون فرضى يمثل الحماية للإنسان

اهداف البحث

التعرف على الصعوبة في ادارة المشاعر

كشف الاختلاف في ادارة المشاعر وفقا للجنس (الرجل /المراه)

التعرف على دور الرعاية الذاتية على التنظيم العاطفي الإيجابي

توضيح دور للتدريبات الاسترخاء والتأمل دور في تقوية الجانب الروحي

الكشف عن هل هناك علاقة ايجابية بين ادارة المشاعر والمناعة النفسية

التعرف على تتأثر المناعة النفسية بالجانب الروحي

الكشف عن دور للعادات المجتمع على الاهتمام بالصحة العاطفية

منهج البحث

المنهج الوصفي

مصطلحات البحث

ادارة المشاعر

هي القدرة على إدراك المشاعر الذاتية - وأحياناً فهم مشاعر الآخرين-، وتقبلها والسيطرة عليها بنجاح... ويمكن تعريف إدارة المشاعر بأن تكون تقود مشاعرك بدلاً من أن تقودك هي دارة المشاعر والأحاسيس، التحكم بالانفعالات، وتعرفها الباحثة بأنها مصطلح فرضى المقصود به السيطرة على المشاعر سواء الإيجابية او السلبية وتوجيه الفرد لاتخاذ قراراته سليمة.

الصحة العاطفية

تعد الصحة العاطفية أحد جوانب الصحة العقلية والجسدية، فعلى قدر الوعي بالصحة العاطفية سيتم التحكم في المشاعر السلبية والإيجابية عند الأفراد، وعند السيطرة على المشاعر العاطفية يمكن تفادي إصابة الجسم بالضعف العام

وتعرفها الباحثة: بأنها الجانب المسيطر والمنظم لكل القرارات وتأهيل الذات لمواجهة الضغوط والقدرة على التوازن في ادرة الانفعالات والسيطرة على المشاعر

المناعة النفسية

قدرة الفرد على مواجهة الضغوط واستخدام جميع المصادر النفسية لمواجهة أحداث الحياة السلبية، كما أنها سمة إنسانية تظهر من خلال القدرة على التحكم في الظروف البيئية والتعامل معه

وتعرفها الباحثة بأنها الحائط المنيع لمواجهة ضغوط الحياة والوقاية من الهشاشة النفسية

اليكسيثيميا

فقد العواطف)، هي حالة ضعف في الشخصية للتعبير عن العواطف والمشاعر والتعلق الاجتماعي، والعلاقات الشخصية.

الإطار النظري

ادارة المشاعر

المشاعر ليست لغة عالمية كما ذكرت ليزا فيلدمان (عالمة علم النفس الاعصاب في جامعة "نورث استرن" أوضحت أن طريقة التعبير عن المشاعر والتي يستخدمها الأشخاص لوصف مشاعرهم تتشابه في جميع اللغات والمجتمعات، ولكن هذا أمر خاطئ وغير صحيح لأن طرق التعبير التي يستخدمها الناس لوصف مشاعرهم تختلف من مجتمع لآخر ومن بلد لآخر فعلى سبيل المثال "

يربط الأوربيين الحب بالإعجاب وذلك على عكس بعض الشعوب الأخرى التي تربط الحب بالشفقة والرحمة. "أكدت الكاتبة ليزا فيلدمان أن جميع أجزاء الدماغ لها دور أساسي في إنتاج المشاعر، وهذا الرأي عكس ما يعتقد العديد من الأشخاص والذي يقولون أن هناك أجزاء معينة في الدماغ مسؤولة عن إنتاج المشاعر عند الإنسان، وأثبتت ذلك من خلال إجراء العديد من الأبحاث التي أكدت أن الدماغ بأكمله مسؤول عن إنتاج المشاعر، حيث وجد العديد من الباحثون أن اللوزة الدماغية التي يعتقد أغلب الباحثون أنها تنشط، وجدوها عند شعور الإنسان بالخوف لا تنشط عند جميع الأشخاص، بل وجد الباحثون أن اللوزة الدماغية تنشط عند شعور الأشخاص بمشاعر أخرى مثل الغضب والاشمئزاز والحزن والسعادة، وذلك يعد دليل قاطع على أن هذا الجزء من الدماغ غير متخصص بمشاعر معينة.

تعود كلمة «المشاعر» بالإنجليزية (Emotions) إلى عام 1579، عندما تم اقتباسها من الكلمة الفرنسية إيموفوار (émouvoir)، والتي تعني «إثارة». وتم إدخال في المناقشة الأكاديمية كمصطلح جامع للعاطفة والحس والشفغ. ووفقاً لأحد المعاجم، ترجع أولى السلائف للكلمة إلى أصول اللغة نفسها. وتعتبر كلمة (Emotion) غير متجانسة في بعض استخدامات الكلمة، فالمشاعر هي أحاسيس شديدة موجبة لشخص ما أو شيء ما. من ناحية أخرى، يمكن استخدام المشاعر للإشارة إلى حالات معتدلة (مثل الإزعاج) وإلى حالات غير موجبة لأي شيء (كما في الاكتئاب). لذا فإن أحد خطوط البحث يبحث في معنى كلمة المشاعر (Emotion) في اللغة اليومية، وهذا الاستخدام يختلف عن ذلك في الخطاب الأكاديمي. هناك مجال بحث آخر يسأل عن لغات أخرى غير الإنجليزية، وإحدى النتائج المثيرة للاهتمام هي أن العديد من اللغات لها مصطلحات متشابهة لكن ليست متطابقة في علم الإنسان، ويُشار أحياناً إلى عدم القدرة على التعبير عن المشاعر أو إدراكها على أنها. (الليكسيثيميا) بالإنجليزية (Alexithymia) : أو ما يعرف ب (فقد العواطف)، هي حالة ضعف في الشخصية للتعبير عن العواطف والمشاعر والتعلق الاجتماعي، والعلاقات الشخصية. وعلاوة على ذلك، الأشخاص الذين يعانون من الليكسيثيميا يجدون أيضاً صعوبة في التمييز بين مشاعر الآخرين وتقديرها. وذلك ليس لأنهم قساة القلوب والعكس صحيح فالمصابون بهذه الحالات معروفين بأنهم اناس حساسين جداً ولكن يوجد لديهم كبت يجعلهم في حالة unemphatic غير عاطفيين خارجياً أي بمعنى لا يعبرون عن مشاعرهم. نسبة الأشخاص المصابين بهذه الحالة قد تصل إلى حوالي 10% من البشر يعرف الليكسيثيميا بواسطة الأمور التالية :

* صعوبة في تحديد المشاعر والتمييز بين المشاعر والأحاسيس الجسدية في الإثارة العاطفية .

* صعوبة وصف المشاعر للأشخاص الآخرين حيث تضعف قدرة المرء على التعرف على مشاعره الشخصية وتؤثر على العلاقات بين الأشخاص وعلى تسوية النزاعات .

* عمليات تخيلية ضيقة، كما يتضح وجود ندرة في الأوهام. أي يعتبر الأشخاص المصابون بهذه الحالة أكثر واقعية من باقي الناس أي انهم ديناميكيين أكثر ولكن تختلف الحالة من شخص إلى ديناميكيين الأشخاص قد تكون مخيلتهم واسعة ولكن لا يستطيعون ان يعبروا عن احلامهم وامالهم .

*الأشخاص الذين يعانون من هذه الظاهرة يتسمون بالبرود والانعزال عن الآخرين وعلى الرغم من أن هذه الصفات يمكن أن تكون مفيدة في مجال العمل المهني (العمل)، فإنها يمكن أن تسبب مشاكل في مجالات أخرى من الحياة). الحياة الزوجية أو العائلية والاجتماعية (

* قد يعاني الشخص المصاب ديناميكيين» بشكل عام من الضغوط الشديدة- والمواقف الصعبة مثل الطلاق أو النزاعات في مكان العمل، على سبيل المثال- وهذا قد يؤدي إلى الإصابة باضطرابات ثانوية مثل مشكلات في الجهاز الهضمي أو الأرق. وقد تتداخل هذه الحالة مع حالة طيف التوحد والتي هي مرض جزء من النماء العصبي

ترتبط ظاهرة أليكسيثيميا مع بعض اضطرابات الشخصية، اضطرابات تعاطي المخدرات، بعض اضطرابات القلق، اضطرابات جنسية، بعض الأمراض الجسدية، (مثل ارتفاع ضغط الدم، التهابات أمراض الأمعاء، تشنجات في المعدة وخاصة عند الغضب أو الانزعاج، عسر هضم. الصداع والصداع النصفي، آلام أسفل الظهر، متلازمة القولون العصبي، الربو، الغثيان، الحساسية، .

ليكسيثيميا" ظاهرة قابلة للعلاج إن "العلاج يمكن أن يملأ الفجوات في الذكاء العاطفي"، إلا أنه قد يكون من الصعب إيجاد معالج متخصص في علاج "أليكسيثيميا" وكل أمر يتعلق بالعائلة والمحيط الاجتماعي من حيث الاستماع إلى الشخص المصاب بهذه الحالة وتشجيعه لقول ما يريد.

التعبير عن المشاعر: هل هناك فرق بين الرجل والمرأة

إن مشاعر وأحاسيس الكائن الإنساني، لا يمكن قياسها بأجهزة طبية ومختبرية لأنها غير ملموسة تساهم بها منظومة الروح والجسد معاً، ولا يختص بها جهازاً محدداً من الجسد لكنها تصنف ضمن وظائف منظومة القلب أكثر من منظومة العقل

مكونات المشاعر

تتكون المشاعر من خبرات ومفاهيم سابقة بالإضافة إلى الحالة العاطفية الجسدية، وقد طبقت الكاتبة ليزا فيلدمان هذه النظرية من خلال المثال التالي "عند رؤيتك لشخص ما فغالباً دماغك سوف تقوم بإنتاج شعور معين بناء على خبراتك مع هذا الشخص وحالتك الجسدية الحالية، فإن كنت تمتلك خبرات جيدة ولا تعاني من نقص حاد بحيث يؤثر على حالتك الجسدية من توتر وتعب جسدي فسوف تشعر بالرغبة بالسلام عليه، وفي حالات أخرى العكس صحيح أيضاً قد تتجنب السلام عليه لأنك تمتلك خبرات سيئة معه بالإضافة إلى أنك تعاني من حالة عاطفية غير جيدة."

يمكن تمييز المشاعر عن عدد من التركيبات المماثلة في مجال علم الأعصاب العاطفي :
الحس يُفهم بشكل أفضل على أنه تمثيل ذاتي للمشاعر، خاصة للشخص الذي يعاني منها.
الحالة المزاجية : وهي حالة تدوم عمومًا لفترات أطول بكثير من المشاعر، وعادةً ما تكون أقل شدة منها.

الوجدان : وهو مصطلح شامل، يُستخدم لوصف موضوعات المشاعر والحس والحالات المزاجية معًا، على الرغم من أنه يُستخدم عادةً بشكل تبادلي مع المشاعر.

جدول (1) الفرق بين المشاعر والعواطف

وجه المقارنة	المشاعر	العواطف
التعريف	مصطلح جامع للعاطفة والحس والشغف أو تجربة شيء نتيجة العوامل الخارجية أو من خلال التفاعل مع واحدة من العوامل الخمس أو الحواس الخاصة بالإنسان من خلال المواقف أو التصور العاطفي	حالة من الوعي التي من الممكن أن تشهد العدي من الأحاسيس الداخلية فالعاطفة من الممكن أن تنتج قبل التفكير خلال العديد من الأحيان ومن الممكن أن تنتج العاطفة عن العوامل والمؤثرات الخارجية من التأثير المادي وغيرها من الأمور.
التعريف الشامل (المجمل)	الشعور بالحالة العاطفية.	عملية يتم اتخاذها في المعلومات والتي يتم تفسيرها من قبل الدماغ البشري والتي تتم من خلال الأنظمة الحسية الخاصة بالإنسان.
الخصائص	يتم تلقيها من بعد الاحاسيس	تم تلقيها من قبل الاحاسيس الخارجية
الشعور	لا نستقبل تلك الشعور من قبل الحواس الخارجية	مباشرة عن رد فعل من العواطف
المدة الخاصة	تستمر إلى فترة كبيرة جدا من الزمن.	من الممكن أن تتغير بسرعة جدا
العملية الخاصة بالإنسان	معقد جدا	بسيط جدا
التصنيف (سلي / إيجابي)	إيجابية أو سلبية. وفقا لبول إيكمان، هناك ستة المشاعر الأساسية التي هي عالمية. هم السعادة والحزن والغضب والخوف والمفاجأة والاشمئزاز	العاطفة الإيجابية هي خاصية بشرية تصف مدى تجربة الناس للتأثيرات إيجابية (الأحاسيس، والعواطف، والمشاعر السلبية (خوف - غضب - اشمئزاز - حزن - وحدة - كابه - ازعاج)

وجه المقارنة	المشاعر	العواطف
الاستجابة	والمشاعر هي مفهوم سوسولوجيا لأنه يخلق صلة بين الجانب المعرفي والفسولوجي مع الجوانب الاجتماعية والثقافية	لعواطف ذاتية .استجابة الفسيولوجية ينطوي على تغييرات جسدية مثل التعرق، سباقات ضربات القلب، والشعور بالغثيان، وما إلى ذلك كجزء من التجربة العاطفية . الاستجابة السلوكية ينطوي على التعبير عن العاطفة.
البعد	•تسير المشاعر خطوة أبعد في التقاط البعد الاجتماعي	تقتصر العواطف في الغالب على الأبعاد النفسية

دراسة (منال عبد الكريم) 2013 واظهرت النتائج وجود علاقة دالة احصائيا بين كل من السمات الشخصية والحالة المزاجية والمشاركة في اتخاذ القرار ونمط القيادة وادا الموظف وقد تبين ان المشاعر الإيجابية والسلبية كان لها إثريجابي في أداء الموظف ومن طرق إدارة المشاعر:

*التعبير: إن كبت المشاعر من أسوأ طرق التعامل معها؛ حيث يؤدي الكبت إلى الكثير من الأمراض الجسدية والنفسية. فالتعبير عن المشاعر الإيجابية حق وواجب، أما المشاعر السلبية فلها تعامل آخر، فعليك إدارتها وضبطها.

*التحديد: لا يجب أن نهوّل أو نعظم مشاعرنا ونضجّمها حتى لا نجذب المواقف السلبية إلى حياتنا، فتحدد مشاعرنا وإعطاؤها الحجم الطبيعي لها يساعد على التخفيف من حدّتها وصولاً إلى القدرة على التعامل السليم معها.

*التحليل: يجب أن نبحت عن السبب الحقيقي الكامن وراء المشاعر السلبية، وعند اكتشاف السبب يمكننا التعامل معه والتغلب عليه.

* التعامل: بعد اكتشاف الأسباب الكامنة وراء المشاعر السلبية؛ يجب أن نضع استراتيجية للتعامل معها تعاملاً سليماً، عن طريق:

أ- التركيز على الحلول بدلاً من التركيز على المشاعر السلبية ذاتها حتى لا نفرق فيها.

ب- ممارسة الرياضة: فهي تساعدنا على الاسترخاء وتبثُّ فينا الطاقة الإيجابية، وتجعلنا أكثر تقبُّلاً لضغوطات الحياة.

د- الأعداء: اجعل قلبك رحيماً ولا تتسرع في إصدار الأحكام على الآخرين؛ بل اعذرهم وقدر ظروفهم.

هـ- الابتعاد عن التجريح: عبّر عن مشاعرك بمنتهى الصدق والوضوح لكن دون أن تجرح الآخرين.

و- الاستراحة: خذ استراحة من ضغوطات الحياة وتحدياتها، وأعد الاسترخاء إلى حياتك.

ز- التجديد: جدد حياتك ومشاعرك الروتينية، واختبر مشاعر البهجة والسعادة.

ح- الوعي: في لحظة غضبك احرص على ألا تفقد وعيك، حتى تستطيع أن تمتلك زمام حياتك

المشاعر والانفعالات جزء أساسي من حياتنا اليومية، بعضها يحدث بشكل كثيف ومعتاد مثل الضحك على رسالة نصية أو منشور طريف، أو الإحباط من الزحام المروري في ساعات الذروة، وبعضها يحدث على فترات، ويكون أكثر حدة مثل الحزن من خذلان صديق، أو الغضب من أفعال الآخرين، وغيرها، وتظل المشاعر والانفعالات أمراً طبيعياً ما دامت تحت السيطرة، وما دامت مناسبة للموقف، ولا تؤثر على الاستقرار النفسي للإنسان

المناعة النفسية:

اشار (Matheny,1993) إلى أن المناعة النفسية تعد ضمن التوجه الإيجابي في علم النفس وقد تزايد الاهتمام بها في الآونة الأخيرة لأن وجودها دال على صحة الفرد النفسية والجسمية، وتعد عاملاً رئيسياً ومهم في حماية الفرد من الإصابة بالأمراض، وأن الإنسان كل متكامل يشمل العقل والجسم وأن ما يتعرض له من ضغوط تحدث تأثيرها في كلا الجانبين، فمصطلح المناعة يعني مقاومة الضغط النفسي والجسمي، فالمناعة النفسية من العمليات الوقائية التي تساعد على حماية الإنسان من الاضطرابات النفسية والأمراض الجسمية المختلفة كما يمكن اعتبار المناعة النفسية بمثابة جهاز حماية وقائي يقوي أسباب أو ميول وتوجهات البعد عن الاستهداف أو التعرض للإصابة النفسية ويرفع من القدرة على التأقلم لدى الأفراد، وتمثل المناعة النفسية عملية تحصين ضد العدوى بالغضب أو الهياج أو الثورة أو المشاعر السلبية المتطرفة والأمراض النفسية من الآخرين وعدم التدهور إلى المستوى المنخفض الذين هم فيه، وإنما تساعده على البقاء صحيحاً معافى، بل ومحاولة رفع الفرد إلى مستوى أعلى من التمتع بالصحة والسوية وهي بذلك عملية ترشيح للمشاعر والوجدانيات السلبية التي يمكن أن تنتقل إلى الفرد من الآخرين

هناك دراسة (محمود يوسف 2021) على عينة من طلاب جامعة عين شمس فحص طبيعية العلاقة بين المناعة النفسية وآل من التوجه الإيجابي نحو الحياة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس المناعة النفسية وأبعادها ، ودرجاتهم على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة وأبعاده ، وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس المناعة النفسية وأبعادها وبين كل من أسلوب المواجهة المعرفية وأسلوب المواجهة والدعم الاجتماعي بينما توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس المناعة النفسية وأبعادها وبين كل من أسلوب المواجهة الانفعالية وأسلوب المواجهة الجنبية. كما أسفرت النتائج لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات أفراد عينة البحث تبعاً لمتغير الجنس (ذكور- إناث) والتخصص الدراسي (علمي- أدبي) على مقياس المناعة النفسية وأبعادها، وإسهام التوجه الإيجابي نحو الحياة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية في التنبؤ بالمناعة النفسية.

دراسة "ليلي بابكر 2021) التعرف على مستوى المناعة النفسية ومستوى الذكاء الاجتماعي لدى طالبات كلية التربية بجامعة نجران وتوصلت النتائج الي أن مستوى المناعة النفسية لدى طالبات كلية التربية مرتفع. ومستوى الذكاء الاجتماعي لدى طالبات كلية التربية ضعيف. ما أوضحت النتائج أن هناك ارتباط ضعيف بين مستوى المناعة النفسية ومستوى الذكاء الاجتماعي لدى طالبات كلية

التربية. ما انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المناعة النفسية ومستوي الذكاء الاجتماعي لدى طالبات كلية التربية وفقا لمتغير العمر

المناعة النفسية

المناعة النفسية ["psycho-immunity"](#) هي مفهوم فرضى، يقصد به قدرة الشخص على مواجهة الأزمات والكروب، وتحمل الصعوبات والمصائب، ومقاومة ما ينتج عنها من أفكار ومشاعر غضب وسخط وعداوة وانتقام وأفكار ومشاعر يأس وعجز وانهماكية وتشاؤم، وتمتد المناعة النفسية الجسم بمناعة اضافية ["Super Immunity"](#) تنشط اجهزة المناعة الجسمية، وهذا يجعل دراسة المناعة النفسية ومعرفة طبيعتها وعوامل تنشيطها ضرورية في تنمية الصحة النفسية والجسمية معا (كمال ابراهيم مرسي، 2000: 96).

كما أشار "ويلسون" إلى أنها "الدفاعات النفسية التي تعمل على تبرير وإعادة تفسير ومعادلة وتشويه المعلومات السلبية، بأسلوب يحسن من آثارها التي تهدد الكيان الوجداني، وتصل بالفرد للشعور الجيد، عبر إغفال التشوه الحادث لتبرير الأحداث السلبية"¹

وعرفت المناعة النفسية بأنها القدرة على التكيف الإيجابي اللاواعي التي تعمل بنظام معقد ومنظم وانعكاسي، أسوة بنظام المناعة الحيوية، من أجل حماية الفرد من الاعتداءات النفسية والبيئية ويتفاعل معه للحفاظ على البقاء، كما حدد باربانيل ثلاثة أبعاد لتحديد المناعة النفسية تمثلت في (الحارس الوجداني- ميكانزمات الدفاع – القناع كسمة

المناعة النفسية من منظور الدراسات والبحوث

أخذت الصحة النفسية والمناعة النفسية مساحة واسعة من الدراسات والبحوث، خصوصاً أنّها تُشكّل أهمية عظمى بالنسبة لصحة الأفراد من مختلف الأعمار . ففي دراسة دولية أجرتها منظمة الصحة العالمية، تبين أنّ ما يقارب ثلث الاستشارات الطبيّة التي يتوجه بها الأشخاص للأطباء تتعلق بالصحة النفسية، وخصوصاً فيما يتعلق بالقلق والاكتئاب الكامل والاضطرابات الجسدية الناتجة عن الأعراض النفسية. ويُقدّر الأطباء الأوروبيون أنّ ما يقارب من 30% من المرضى الذين يُراجعونهم يُعانون من اضطراب نفسي سريري بدرجة متوسطة، وقد تكون هذه النسبة أعلى بحيث تصل إلى 60%. وبحسب الإصدار الثالث من الدليل التشخيصي الإحصائي للاضطرابات النفسية ["DSM-III-R"](#) ظهر ارتفاع ملحوظ في الأعراض التي تظهر على الأشخاص على شكل أعراض نفسية مثل: اضطراب النوم والقلق والشعور بالتعاسة والضيق، وما إلى ذلك من أعراض مرتبطة بالهشاشة النفسية الناتجة عن قلة المناعة النفسية. مما يعني وجوب الالتفات إلى الأمر بصفته بالغ الأهمية، والحث على تقوية المناعة النفسية ونشر الوعي حولها

أساليب تعزيز المناعة النفسية

تعزيز التفكير الإيجابي:

إنّ رؤية سلبيات الأمور فقط تعمل في الحد من طاقات الإنسان الإيجابيّة، لذلك يجب أن تبحث عن الإيجابيات في كل شيء حتّى تشحن نفسك بالطاقة الإيجابيّة وحتّى تعود نفسك أن ترى الأمور بشكل إيجابي أو على الأقل بشكل متوازن. يقول ديل كارنيجي "إذا أردت التّوقف عن القلق والبدء بالحياة، إليك هذه القاعدة: عدّد نعمك وليس متاعبك".

يُساعد التفكير الإيجابي في الحفاظ على مستوى جيّد من المناعة النفسية، ويتمثل هذا بالتفاؤل والشعور العميق بالرضى، ويمكن للإنسان أن يمنح نفسه مهارة التفكير الإيجابي بمجالسة الأشخاص الإيجابيين والتعامل المرن مع تقلبات الحياة وظروفها، والبحث عن حلول بدلاً من التفكير في ذات المشكلة، والتفكير بطريقة واقعية بعيداً عن الخيالات التي لا تُقدم ولا تؤخر، مع خفض سقف التوقعات والاستعداد لجميع الاحتمالات، ويختصر الكاتب "نورمان فينستيل" هذا كله في كتابه "قوة التفكير الإيجابي" بعبارة: "أعطِ عقلك السلام".



انظر للأمور بعين النحلة وليس بعين الذبابة فاذا تعمقنا في عين النحلة تتألف من عينان. تتألف من بضعة الالف من الوحدات البصرية وتقع على جانبي راس النحلة وهي سداسية الاضلاع وتستخدم النحلة العيون المركبة عندما تكون خارج الخلية لرؤية المسافات البعيدة هذه العيون لديها القدرة على تمييز



الألوان، هذا ما دفعني ان اخذ عين النحلة كمثال لتفكير الإيجابي ان تنظر نظرة بعيدة شاملة تركز على الإيجابيات ليس على السلبيات حتى في إدارة امورك استخرج من كل حدث سلبي شي إيجابي لكي تعزز مناعتك النفسية وتدير عواطف بكفاءة

اما إذا نظرا الى عين الذبابة: نجد انها تتكون من عينان مركبتان

تتكون من 3000 إلى 6000 عدسة. ومرفق قطاع لعين الذبابة كما في الشكل. ضيقة ليس لديها قدرة على تمييز الألوان تنظر الى ما سيء. لذلك دائما انظر للحياة وللأمور الحياتية بعين النحلة وليس بعين الذبابة

التأقلم او التكيف

(كن واقعي ولكن لا تقتل احلامك تنمية مهارة التأقلم :التأقلم مع مختلف الظروف أمرٌ في بالغ الأهمية، ويُساعد الشخص على قلب الظروف لصالحه مهما كانت تبدو صعبة، ويكون بمحاولة الخروج من المشكلة بأقلّ خسائر ممكنة، وأقل تأثيراً على النفس، والنظر من زاوية إيجابية دائماً.

فن الانسحاب

في الكثير من العلاقات يُواجه الشخص مواقف تُؤثر على صحته النفسية وتخلق لديه الكثير من القلق والتوتر، وتجعله يُقدّم تنازلات لأشياء لن تُشكل له أي قيمة، وهنا تبرز أهمية الانسحاب من هذه علاقات، وقول "لا" لأيّ شيء لا تُريده دون التفكير في نظرة الآخرين . ففي كتاب "كيف تقول لا؟" لمؤلفته كورين سويت، تقول: "ثمة درس ينبغي عليك تعلمه: لا يفكر الناس فيك بقدر ما تقلق أنت بشأن ما يفكرون فيه."

الشحن الروحاني

إنّ عبادة الله سبحانه وتعالى تملأ الروح والجسد بالطاقة الإيجابية، كما أنّ التوكّل على الله في السراء والضراء تجعلك تتحدّى كل الصعاب بروح قويّة وبشجاعة.

إطالة فترة السجود

لا شك بأن الإنسان يتعرض خلال يومه للمزيد من الشحنات الكهربائية الساكنة من الغلاف الجوي، التي تترسب على الجهاز العصبي ولا بد من التخلص منها، وقد اكتشف الأطباء فوائد عديدة للسجود

نخص منها تفرغ الشحنات السلبية لاتي تتراكم في الجهاز العصبي، مسببة الصداع والثقل، وتكون الطريقة الوحيدة لإخراجها، هو ملامسة الجمجمة للأرض

تأمل الطبيعة:

فإنّ الذهاب إلى الشاطئ أو إلى الجبال والوديان والأنهار يساعد على تصفية الذهن من أي أفكار سلبية، كما أنّ الاستمتاع بجمال المكان سيُشعرك بطاقة إيجابية تجتاح جميع أجزاء جسدك حاول أن تتخلّص من الأشياء التي تزعجك:

يمكنك مثلاً كتابة كل همومك على ورقة، ثم انظر إلى الورقة وتمعنّ فيها جيّداً، هنا ستشعر بجزء من الزاحة لأنك تخلّصت منها بشكل ما وذلك بإفراغها على الورقة، وبعدها تأمل وفكر بإيجابية في كل مشكلة وكم من الوقت ستحتاج برأيك حتّى تُحلّ، هنا ستشعر بالراحة التامة.

استحم بالماء المالح:

الحمام الساخن بالملح البحري يساعد على إزالة آثار الإجهاد والتعب، فالملح البحري معروف بقدراته على تهدئة الجهاز العصبي وتخفيف آلام الجسم مما يساعدك على تجديد طاقتك الإيجابية وحيويتك

المشي حافياً

ذلك على التراب أو رمال الشاطئ، فقد أثبتت الدراسات بأنّ هذه الطريقة تخلّص الجسم من الطاقات السلبية حيث يسحب التراب كل ما يَحْمِلُهُ الجسم من آلام نفسية ويعطيه شعوراً بالراحة ويشحنك بالطاقة الإيجابية. وكما امر الرسول صلى الله عليه وسلم ان نحتمى أحياناً حديث: أخرج ابن ماجة حديث برقم 3629، "عن عبد الله بن بريدة : أن رجلاً من أصحاب النبي صلى الله عليه وسلم رحل إلى فضالة ابن عبّيد وهو بمصر. فقدم عليه فقال: أما إني لم أتك زائراً؛ ولكّني سمعت أنا وأنت حديثاً من رسول الله صلى الله عليه وسلم، رجوت أن يكون عندكم منه علمٌ . قال: وما هو؟ قال: كذا وكذا. قال: فما لي أراك شعثاً، وأنت أمير الأرض؟ قال: إن رسول الله صلى الله عليه وسلم كان يهانا عن كثيرٍ من الإرفاه . قال: فما لي لا أرى عليك حذاءً؟! قال كان النبي صلى الله عليه وسلم يأمرنا أن نحتمى أحياناً.

امنح السعادة لكل من حولك:

لقد قال شكسبير عندما تدخل السعادة الى قلوب الآخرين سوف تعرف السعادة طريقك

وذكر فولتير ان لا يفسد سعادة الآخرين الا من لا يستطيع تحقيق السعادة لنفسه

وذلك برسالة حب صغيرة، بعبارة مشجّعة، بهدية بسيطة، بباقة من الورد، عندما يشعر الآخر أنّك تثق به سترتفع معنوياته وهمته وثقته بنفسه وبالتالي سينعكس هذا عليك وستشعر بطاقة إيجابية كبيرة. حدد لنفسك واجب يومي أو أسبوعي أو شهري وحدد شخص لتساعده وليس شرط ان يكون من دائرة معارفك

في احدى الجامعات: اشترط أستاذ مادة علم الاجتماع في أحد الجامعات الماليزية على الطلاب إسعاد إنسان واحد طوال الفصل بأفكار رائعة تدهشه وتسخر خاطره بشرط أن يكون هذا الإنسان بعيداً عن محيط أسرته وأحابيه يبدو عليه طابع الحزن كي يكون الطالب هو مصدر سعادة إنسان حزين، وأخبرهم أن الأفكار المدهشة والتي تضيي السعادة على قلب إنسان ستكون نتيجهما العلامة الكاملة

في المادة وبالفعل بدأت التجربة وبدأ الطلاب يجتهدون في اسعاد المبتعثين الذين يقطنون بعيداً عن أهلم وقد جاؤوا للجامعات الماليزية للتعلم وهم في اشتياق لبيئتهم وأهلهم وأصحابهم إذ أن أغلبهم يبدو عليهم طابع الحزن في كثير من الوقت نظراً لتغير الظروف والبعد عن الأحبة ولم يكتف الأستاذ الماليزي بذلك بل اتفق مع أحد الشركات الكبرى في البلد أن ترعى هذا الأمر عن طريق تقديم ألف دولار جائزة لأفضل عشر مبادرات شبابية للطلاب الذين أسعدوا الآخرين في نهاية الفصل الدراسي نجح الطلاب الثلاثون بالحصول على الدرجة الكاملة، لكن اختار زملاؤهم بالتصويت أفضل 10 مبادرات بعد أن قدم الجميع عروضهم على مسرح الجامعة، وحضرها آباء وأمهات الطلبة الموجودين في كوالالمبور. نشرت هذه المبادرات الإنسانية أجواء مفعمة بالمفاجآت والسعادة في ماليزيا فالجميع كان يحاول أن يقدم عملاً إنسانياً مختلفاً يرسم فيه السعادة على حياة غيره. لقد قام طالب ماليزي وهو أحد الفائزين العشرة، بوضع هدية صغيرة يومياً أمام باب شقة زميله في سكن الجامعة، وهو هندي مسلم، ابتعته والده لدراسة الطب في ماليزيا. اختار الطالب الماليزي هذا الطالب تحديداً لأنه شعر بأنه لا يمتلك أصدقاءً أو ابتسامةً طوال مجاورته له لنحو عام، كان الطالب الهندي لا يتحدث مع أحدٍ ولا أحدٍ يتحدث معه، يبدو حزيناً وبائساً مما جعل زميله الطالب الماليزي يرى أنه الشخص المناسب للعمل على إسعاده. أول هدية كانت رسالة صغيرة وضعها تحت باب شقته كتبها على جهاز الحاسوب في الجامعة دون توقيع كنت أتطلع صغيراً إلى أن أصبح طبيباً مثلك، لكنني ضعيف في مواد العلوم، إن الله رزقك ذكاءً، ستسهم عبره بإسعاد البشرية. في اليوم التالي اشترى الطالب الماليزي قبعةً تقليديةً ماليزيةً ووضعها خلف الباب ومعها رسالة: "أتمنى أن تنال قبولك هذه القبعة في المساء شاهد الطالب الماليزي زميله الهندي يعتمر القبعة ويرتدي ابتسامةً لم يتصفحها في وجهه من قبل ليس ذلك فحسب، بل شاهد على حسابه في الفيس بوك صورة ضوئية للرسالة الأولى التي كتبها له، وأخرى للقبعة، التي وضعها أمام باب منزله، وأجمل ما رأى هو تعليق والد طالب الطب الهندي في الفيس بوك على صورة رسالته، والذي قال فيه حتى زملاؤك في الجامعة يرونك طبيباً حاذقاً، لا تخذلهم واستمر." دفع هذا التعليق الطالب الماليزي على الاستمرار في الكتابة وتقديم الهدايا العينية الصغيرة إلى زميله يومياً دون أن يكشف عن هويته!! كانت ابتسامة الطالب الهندي تكبر كل يوم، وصفحته في الفيس بوك وتويتروزدحم بالأصدقاء والأسئلة: تغيرت حياة الطالب الهندي تماماً، تحول من انطوائي وحزين إلى مبتسم واجتماعي بفضل زميله الماليزي!! بعد شهرين من الهدايا والرسائل أصبح الطالب الهندي حديث الجامعة، التي طلبت منه أن يروي تجربته مع هذه الهدايا في لقاء اجتماعي مع الطلبة، تحدث الطالب الهندي أمام زملائه عن هذه الهدية وكانت المفاجأة عندما أخبر الحضور بأن الرسالة الأولى، التي تلقاها جعلته يعدل عن قراره في الانصراف عن دراسة الطب ويتجاوز الصعوبات والتحديات الأكاديمية والثقافية التي كان يتعرض لها. اجتاز الطالب الماليزي مادة علم الاجتماع، ولكن ما زال مرتبطاً بإسعاد شخص كل فصل دراسي، بعد أن لمس الأثر الذي تركه، اعتاد قبل أن يخلد إلى الفراش أن يكتب رسالة أو يغلف هدية. قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَحَبُّ النَّاسِ إِلَى اللَّهِ أَنْفَعُهُمْ لِلنَّاسِ، وَأَحَبُّ الْأَعْمَالِ إِلَى اللَّهِ سُورُورٌ تُدْخِلُهُ عَلَى مُسْلِمٍ\

حاول ان تتطبق هذه التجربة في حياتك سوف تجد الفرق. أقد انتشرت هذه القصة كثيراً ولكن سواء حدثت ام لا فهي تجربة تستحق الدراسة والتطبيق الفعلي في حياتنا غير طريقة تفكيرك:

فمن المحتمل ألا تتمكّن من التّحكّم في الظروف والمعطيات التي تعترض حياتك، ولكنك حتماً تستطيع أن تتحكّم في أفكارك، فالتفكير الإيجابي ينتج عنه الأفعال الإيجابية وكذلك النتائج الإيجابية وبالتأكيد طاقة إيجابية تنعكس على حياتك بأكملها.

خصّص الوقت لممارسة هواياتك المحبّبة:

حيث تبين أنّ ممارستك لهواية معيّنة له القدرة على تخليصك من الطاقة السلبية وشحنك بالطاقة الإيجابية العالية، وهو ما يدفعك للشعور بالراحة جزاء رسمك للوحة جميلة أو استماعك إلى موسيقاك المفضّلة

التسامح

ومن الطرق التي تساعدك على شحن نفسك بالطاقة الإيجابية هي التسامح. وجد باحثون من جامعة كاليفورنيا أن التسامح والمغفرة تحمي من الآثار السلبية للتوتر والإجهاد على الصحة العقلية والنفسية على المدى البعيد يقول الكاتب **ياولو كويلوا**: "إنّ طاقة الحقد لن توصلك إلى مكان.. لكنّ طاقة الصّفح التي تتجلى في الحب ستحوّل حياتك بشكل إيجابي".

شحن جسمك بالطاقة الإيجابية:

وذلك من خلال التنفس البطيء لذي يُحرّك البطن وليس الرئتين (تدريبات النفس (4-2-4) تخلّص من المشاعر السلبية:

وذلك بتحرير العقل بالتّخلي عن مشاعر الغضب والحزن والغيرة والشعور بالذنب المخزّنة في العقل اللاواعي، وذلك يمدّدك بالقوة. لذلك اسمح للأفكار الإيجابية بأن تجول في عقلك، وأطلق العنان لخيالك بأن تُخلّق بعيداً عن الواقع بعض الشيء، وبذلك ستشعر بالتحرر والراحة وستمد نفسك بالطاقة الإيجابية اللازمة.

ممارسة تمارين الاسترخاء والتدريب عليها

التأمل

خصص لنفسك 15 على الأقل يوماً للتأمل

نم جيّداً:

حيث أنّ الأشخاص الذين ينامون مبكراً ولساعات أطول يكونون أكثر تفاعلاً وإيجابية وهذا يزيد من الطاقة الكليّة للشخص، وذلك بخلاف الذين يسهرون ولا ينامون بشكل كافي، فالاسترخاء والراحة الجسدية تمدّان الإنسان بالطاقة الإيجابية العالية.

يعد النوم الكافي هو الوسيلة الفعالة للتخفيف الإجهاد النفسي، فقلة النوم تعد سبباً من أسباب الضغط النفسي، واختلال وظائف الجسم.

وقد وجدت دراسة أعدها باحثون في جامعة ديوك بمنطقة ديهام بولاية نورث كارولينا الأمريكية أن قلة النوم تسبب مزاجاً سيئاً للسيدات أكثر من الرجال

وقال معدو الدراسة إن المرأة تحتاج للنوم لساعاتٍ أطول من تلك التي ينام فيها الرجل، محذرين من أن النساء

قد يصبح أكثر عرضة للإصابة بالكآبة والأمراض القلبية والنفسية والجسدية إذا لم يأخذن قسطهن الكافي من النوم .

وأضاف الباحثون أن مادة كيميائية لها علاقة بالسكري من النوع الثاني تزداد نسبتها في الدم عندما لا تنام النساء جيداً، مشيرين إلى أن هذه المشكلة لا تؤثر على الرجال بالقدر نفسه

كسر الروتين:

حيث أنّ التجديد في روتين الحياة اليومي بشكل مستمر يبعث على الحيوية والنشاط، ويمدّدك بالتفاؤل ويشحنك بالطاقة الايجابية. فاعتبارك أنّ كل يوم هو هدية من الله وفرصة لتحقيق شيء جديد كفيل لتتخلص من الطاقة السلبية، ويجعلك تعرف قيمة حياتك، ويمدّدك بالطاقة الإيجابية اللازمة لبدء يومك وكل يوم بتفاؤل.

العناق مع من نحب

مع مراعاة طبيعة المجتمع العربي الإسلامي



العناق يحسّن الذاكرة، ويخفّف ضغط الدم، والقلق، والتوتر، والخوف، والصحة للشخص.

وقال طبيب الأعصاب يورغن ساندوه، رئيس مركز أبحاث الدماغ في جامعة فيينا هرمون الأوكسيتوسين الذي يتم إفرازه خلال العناق يسهم في زيادة الرابط، والسلوك الاجتماعي،

إفراز هرمون القلق، الكورتيزول". فاذا نظرا في الصور نجد ان العناق مع من نحب سواء الزوج او الزوج
الزوجة الصديق الزميل الابن يساعد على افراز هرمون السعادة اما العناق لمجرد العلاقات الاجتماعية بمشاعر
غير صادقة يفرز هرمون القلق. لذلك يجب ان نعزز افراز هرمون القلق. ونقلل من افراز هرمون الكورتيزول
الرقص او الأنشطة الحركية.

الرقص الذي يحرق السعرات الحرارية بالجسم بطريقة ممتعة ويسهم في الحصول على مزاج رائع.
وتؤكد الدراسات أن الرقص يساعد على الاسترخاء والإبداع وعلى زيادة التوافق العاطفي، كما أنه يساعد على
التغلب على مشاعر القلق والغضب والتوتر والاكتئاب.

ولذا أصبح العلاج بالرقص من أكثر العلاجات التي بات الأطباء يؤمنون بها، ويتقبلها المتعبون نفسياً ويمارسونها،
وذلك باستخدام الحركات الجسدية، وتركيز الدماغ للتخلص من هذا الشحن السلي الذي يسيطر علينا

الضحك

تحفيز العديد من الأعضاء. تحسّن الابتسامة استنشاق الهواء الغني بالأكسجين، وتُحفّز القلب،
والرئتين والعضلات، وتزيد الإندورفين (المسكّنات الطبيعية) التي يقوم الدماغ بإطلاقها.

تنشيط وتخفيف استجابتك للضغط النفسي. يبدأ الشخص بالتبسّم فالضحك فتقلّ استجابته
للضغط النفسي، ويُمكن أن يزيد معدّل ضربات القلب وضغط الدم ثم ينخفض مرة أخرى. ما
النتيجة؟ شعور طيب بالاسترخاء.

تلطيف التوتر. يعمل الضحك أيضاً على تحفيز الدورة الدموية، ويُساعد في استرخاء العضلات، وكل
منهما يُساعد في الحد من بعض أعراض الضغط الجسدي.

تحسين الجهاز المناعي. تُظهر الأفكار السلبية بعض التفاعلات الكيميائية التي يمكن أن تؤثر على الجسم عن طريق جلب المزيد من الضغط النفسي على أجهزتك وتقليل مناعتك. على النقيض من ذلك، يمكن للأفكار الإيجابية في الواقع إنتاج الببتيدات العصبية التي تساعد على مكافحة الضغط النفسي والأمراض التي من المحتمل أن تكون أكثر خطورة.

تخفيف الألم. قد يخفف الضحك الألم من خلال جعل الجسم يُنتج مسكنات الألم الطبيعية الخاصة به.

زيادة الرضا الشخصي. يمكن أن يجعل الضحك التعامل مع الحالات الصعبة أكثر سهولة. كما يساعدك على التواصل مع أشخاص آخرين.

تحسين حالتك المزاجية. يعاني كثير من الناس من الاكتئاب، وأحياناً بسبب الأمراض المزمنة. يمكن أن يساعد الضحك على تقليل الاكتئاب والقلق، وقد يجعلك تشعر بالسعادة.

ضحك وستضحك الدنيا معك. اعثر على طريقة لتضحك على مواقفك الخاصة وراقب ضغطك العصبي وهو يبدأ في التلاشي. حتى إن كان الأمر يبدو مدفوعاً في بداية الأمر، مارس الضحك. فإن ذلك يحسن من صحة جسمك.

فكر في تجربة يوغا الضحك. في يوغا الضحك، يمارس الناس الضحك في مجموعة. يكون الضحك مدفوعاً في بداية الأمر، إلا أنه من الممكن أن يتحول بعد ذلك إلى ضحك عفوي.

شارك ضحكة. اجعل قضاء وقت مع أصدقائك الذين يجعلونك تضحك من ضمن عاداتك. ومن ثم رد الجميل من خلال مشاركة القصص المضحكة أو النكات مع الأشخاص من حولك

انخفاض مستويات الإجهاد

الضحك طريقة سهلة لإزالة الإجهاد من الجسم، وأكد بحث علمي أن الأشخاص الذين لديهم حس فكاهي يصبحون أقل اكتئاباً وقلقاً من أولئك الذين لديهم حس فكاهي أقل تطوراً.

_ انخفاض ضغط الدم

يخفض الضحك ضغط الدم، وقد ربط الباحثون الضحك بالوظيفة الصحية للأوعية الدموية، مما قد يقلل من خطر الإصابة بنوبة قلبية.

وأظهرت الدراسة أن التوتر الذي صاحب أفراد الفريق الذي شاهد فيلم الرعب أبطأ في سرعة تدفق الدم إلى القلب بنسبة 35%، ولكن الضحك ومشاعر البهجة زاداها 22% عند الفريق الذي شاهد الفيلم الكوميدي.

وأوضحت الدراسة أن تقلص العضلات الناتج عن الضحك يزيد من استهلاك الجسم للطاقة، كما أن الضحك يمكن أن يؤثر على إفراز الهرمونات في الدماغ وفي الغدد الصماء التي تشارك في تنظيم مستوى السكر في الدم، والضحك يؤدي أيضاً إلى الشعور بالحرية والراحة النفسية والانطلاق ومحاولة الضحك بصوت عالٍ أي القهقهة من الأمور الخاصة بسن المراهقة ولكنها تفيد الإنسان في مختلف مراحل العمر، كما أن الضحك يعزز الجهاز المناعي لدى الإنسان ويحميه من التوتر.

وأظهرت الأبحاث التي أجريت على التأثير الإيجابي للمرح على الحالة البدنية أن من يتعرضون للأزمات القلبية يمكنهم تفادي هذه الإصابة إذا ضحكوا لمدة نصف ساعة يومياً، فالضحك وسيلة للتخلص من الضغط العصبي وسلاح الإنسان لمواجهة كل أنواع الألم والمعاناة.

وأوصى الفريق الأميري بمزاولة الرياضة ثلاث مرات أسبوعياً والضحك لمدة 15 دقيقة

نتائج الدراسة

من خلال الاطلاع والقراءة في الإطار النظري والاطلاع على دراسات سابقه والمناقشة وجمع المعلومات من خلال بعض الحالات في المجتمع تبين ان

1- لا يوجد اختلاف في المشاعر بين الرجل والمرآه لان المشاعر لا يمكن قياسها بأجهزة طبية ومختبرية لأنها غير ملموسة وإدارة المشاعر لم تثبتها الدراسات ان هناك فرق بين إدارة المشاعر بين الرجل والمرآه فهناك بعض الأشخاص لهم تفكير عاطفي أي يفكرون بالجانب الأيمن من المخ وهناك اشخاص يفكرون بالجانب المنطقي أي يفكرون بالجانب الايسر للمخ وقد يكون هناك من يفكر تفكير عاطفي من الجنسين وهناك من يفكر تفكير منطقي من الجنسين , لكن التعبير عن المشاعر في ظل مجتمعنا العربي هناك صعوبة لدى المرآه في التعبير عن مشاعرها وفقاً للعادات وتقاليد المجتمع.

2 – توجد علاقات إيجابية واضحة بين الرعاية الذاتية للفرد ومدى تأثيرها على التنظيم العاطفي

3-لتدريبات الاسترخاء والتأمل أهمية إيجابية في الجانب الروحي حيث ان تدريبات الاسترخاء ادة تدفق الدم إلى العضلات الرئيسية الحد من التوتر العضلي والألم المزمن تحسين التركيز والمزاج

تحسين جودة النوم وبالتالي تقوية الجانب الروحي والعاطفي واعطاء قدر من المرونة العاطفية

4- توجد تأثيرات ايجابية لإدارة المشاعر على المناعة النفسية للفرد لان ادارة المشاعر لقدرة على

إخراج المشاعر إخراجاً صحيحاً وناضجاً، فلا يجوز مطلقاً كبت المشاعر وإخفائها؛ وذلك لأنها ستعاود الظهور في يوم من الأيام ولكن ظهوراً عنيفاً وقاسياً، واستراتيجيات المناعة النفسية تساعد

على اخراج هذه المشاعر بشكل سليم وتجعل الفرد لديه ائزان انفعالي وادارة للغضب والانفعالات

5- تتأثر المناعة النفسية بالجانب الروحاني والصحة العاطفية حيث اظهرت الدراسات ان سوء

الحالة العاطفية وضعف الجانب الروحي يؤثران بشكل سلبي على الصحة العامة وظهور الامراض

بالأمراض

5-المجتمع له تأثير كبير على الصحة العاطفية حيث ان اغلب المجتمعات العربية تعتبر الصحة

العاطفية نوع من الرفاهية لا يستطيع الجميع على ممارسة هذه الرفاهية ولكنه منظور غير صحيح

يحتاج وعى مجتمعي باهمية الصحة العاطفية للفرد حيث ان الصحة العاطفية للفرد تحفز على

الانتاجية وبالتالي تساعد في بناء علاقة ايجابية صحيحة مع الله وتساعد في تنمية الفرد

والمجتمعات.

الخاتمة

ان المشاعر كمكون أنساني معقد والتعبير عنه قد يكون صعب في بعض الأحيان ولكن الإدارة

لمشاعرنا تساعدنا على اتخاذ قراراتك سليمة مبنية على حقائق وليس اراء بنظرة حيادية شامله.

التحكم في مشاعرنا وادارة انفعالنا تساعد في التواصل الفعال مع من حولنا حيث ان مشاعر الغضب والحزن والسعادة جميعها تؤثر على الفرد وعلى محيطه سواء الاسرى او العملي. فاذا ادركنا أهمية إدارة هذه الانفعالات بتوازن دون افراط او تفريط يساعد امتلاك الفرد مشاعر تساعد على إدارة حياته اليومية. كما تساعد أيضا إدارة المشاعر على الوعي الذاتي والرعاية الذاتية والتعرف على نقاط القوة والضعف لديه، واهم ما تنج عنه إدارة المشاعر الإيجابية هي التواصل الفعال مع الذات ومع الآخرين، وتعتبر، وتعد المناعة النفسية جزء من الإدارة الإيجابية لطريقة تعاملنا مع الحياة والتركيز على الجانب الإيجابي في مشاعرنا سوف يساعدنا على تقوية الجانب الروحي لدينا لذلك يجب اتباع استراتيجيات وطرق إدارة المشاعر وتقوية المناعة النفسية.

المراجع

- ستيفن فروش (كتاب المشاعر) 2015. المركز القومي للترجمة. ترجمة عبد الله عسكر
- مي عباس 2019 إدارة المشاعر والتحكم في العواطف
- <https://lakhasly.com/ar/view-summary/MdB1T0aHft>
- محمود رازيوسف المناعة النفسية وعلاقتها بالتوجه الإيجابي نحو الحياة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من شباب جامعة عين شمس
- ليلي بابكر عمر 2021 لمناعة النفسية لدى طالبات كلية التربية في جامعة نجران وعلاقتها بالذكاء الاجتماعي
- ليزا فلديمان (كيف تصنع العواطف (2021) الحياة السرية للدماغ (ترجمة اياد غانم – دار التنوير
- منال عبد الكريم) 2013 المساعر الإيجابية والسلبية وأثرها على أداء الموظف الحكومي (الجامعة الإسلامية بغزة
- مجمع اللغة العربية (2008): المعجم الوجيز، الهيئة العامة لمطابع الشئون الإدارية، القاهرة
- كمال إبراهيم مرسي (2000): السعادة وتنمية الصحة النفسية، دار النشر للجامعات، القاهرة
- عصام محمد زيدان (2013): المناعة النفسية، مفهوما، وأبعادها، وقياسها، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، ع51، ص:811-
- Sifneos PE (1973). "The prevalence of 'alexithymic' characteristics in psychosomatic patients". *Psychotherapy and psychosomatics*. 22 (2): 255–262.
- Bar-On, Reuven; Parker, James DA (2000). *The Handbook of Emotional Intelligence: Theory, Development, Assessment, and Application at Home, School, and in the Workplace*. San Francisco, California: Jossey-Bass. ISBN 0-7879-4984-1. pp. 40–59

- Taylor GJ & Taylor HS (1997). Alexithymia. In M. McCallum & W.E. Piper (Eds.) *Psychological mindedness: A contemporary understanding*. Munich: Lawrence Erlbaum Associates pp. 28–31
- Feldman-Hall Oriel, Dalgleish Tim, Mobbs Dean. "Alexithymia decreases altruism in real social decisions". *Cortex*. **49**: 899–904



المركز الديمقراطي العربي
للدراستات الاستراتيجية، الاقتصادية والسياسية

Democratic Arab Center
for Strategic, Political & Economic Studies