



مؤسسة الأميرة العنود الخيرية  
Princess Al Anood Foundation

# حقائق و أرقام إجتماعية للخطب المنبرية

اكتبها ولا تتردد .. اكتبها ولن تندم .. اكتبها وستفهم.. **الوصية**



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# دليل الخطب المنبرية



٥

٨

٩

١٢

١٥

١٨

٢٠

٢٤

٢٥

٢٨

٣٢

٣٥

٣٨

٣٩

٤٢

٤٥

٤٧

٥٠

٥٣

٥٧

٥٨

٦١

٦٤

٧٠

٧١

## تقديم

### مجال الطفولة

- الاساليب التربوية الخاطئة (تنشئة الطفل
- الصحة النفسية(تنشئة الطفل
- العنف ضد الأطفال
- التحرش الجنسي
- الاطفال والانترنت

### مجال الأسرة

- العنف ضد المرأة
- عشر خطوات لعلاقة زوجية ناجحة
- عشر خطوات لكسب الاصدقاء والجيران
- الطلاق العاطفي

### مجال الشباب

- العمل التطوعي
- اتجاه الشباب نحو العمل الحر
- الريادة الاجتماعية
- اخلاق العمل
- البطالة وتنمية الذات
- الكسب (حب العمل)

### مجال الحماية الاجتماعية

- القلق والأسباب والعلاج
- السعادة وأسبابها
- الاكتئاب أسبابه وعلاجه

### مجال تنمية ذوي الإعاقة

- العنف مع ذوي الاعاقة والتحرش الجنسي بهم

تقديم



## تقديم

إن التنمية الشاملة والمستدامة مسؤول عنها قطاعات الدولة الثلاث: القطاع الحكومي، القطاع الخاص والقطاع الثالث أي قطاع النفع العام. ممثلاً بالمؤسسات والجمعيات غير الربحية أو مؤسسات النفع العام. لقد غاب عن الكثير أن المسجد احدي مؤسسات المجتمع الخيري في المجتمع الاسلامي ولذا فأننا نؤمن أن مؤسسات الدعوة للأيمان هي شريك والمؤسسات المانحة من أمثال مؤسسه العنود الخيرية في تمكين المجتمع وأول ما نبدأ به هو التشبيك والتعاون نحو نشر الوعي بالقضايا الاجتماعية والاقتصادية والتنمية وعالية قمنا بإعداد هذا الدليل كخبراء في التنمية الى خبراء الرسالة وهم أئمة المساجد سائلاً الله أن يعيننا على عمارة الدنيا بأخلاق الامانة وقوة العمل وعمارة الاخرة بالطاعة. شاكرًا لقطاع التمكين وادارة الوصية والدعوة بالمؤسسة على هذا العمل المكين.

يوسف الحزيم

موسوعة الخطب  
المنبرية



## تعريف خطبة الجمعة .<sup>١</sup>

### تعريف الخطبة:

الخطبة: هي بضم الخاء، وهي ما يُقال على المنبر، يُقال: خَطَبَ على المنبر خُطْبَةً - بضم الخاء - وخطابة، وهي مشتقة من المخاطبة، وقيل: من الخطب، وهو الأمر العظيم؛ لأنهم كانوا لا يجعلونها إلا عنده. وهناك تعريف من قال: إنها قياس مركب من مقدمات مقبولة أو مظنونة، من شخص معتقد فيه، والفرض منها ترغيب الناس فيما ينفعهم من أمور معاشهم ومعادهم. وعرف بعض المعاصرين الخطابة: بأنها فنٌّ من فنون الكلام، يقصد به التأثير في الجمهور عن طريق السمع والبصر معاً. وكل هذه التعريفات ونحوها تدور حول التعريف بالخطبة عموماً، ومعناها متقارب.

### تعريف خطبة الجمعة:

جاء في بدائع الصنائع في معرض كلامه على أحكام خطبة الجمعة قوله: « والخطبة في المتعارف اسم لما يشتمل على تحميد الله والثناء عليه، والصلاة على رسول الله - صلى الله عليه وسلم - والدعاء للمسلمين، والوعظ والتذكير لهم ». وقد عرّفت خطبة الجمعة بأنها: ما يُلقى من الكلام المتوالي الواعظ باللغة العربية قبيل صلاة الجمعة بعد دخول وقتها بنية جهراً قياماً مع القدرة على عدد يتحقق بهم المقصود.

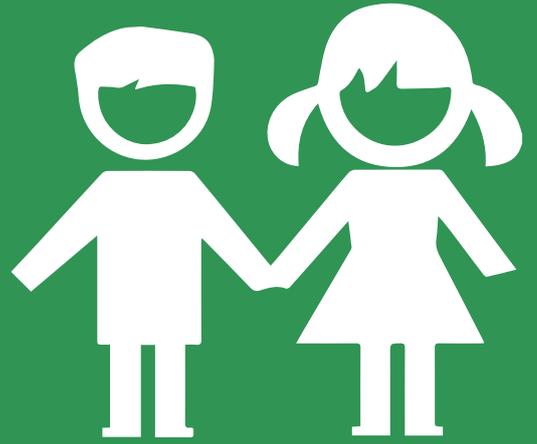
### موسوعة الخطب المنبرية:

تحتوي هذه الموسوعة ٢٤ خطبة منبرية اجتماعية تم إعدادها من قبل باحثين اجتماعيين متخصصين، وتضم مواضيع مختلفة مثل: الطفولة، الأسرة، الشباب، ذوي الاحتياجات الخاصة، الاقتصاد، وغيرها، ويحوي كل موضوع حقائق واقعية وأرقام ومعزة بالجانب الشرعي. وقد تم إعداد هذه الموسوعة بفرض توعية أفراد المجتمع في تلك المواضيع التي تمس حياتهم اليومية، وتوضح ما جاء في الكتاب والسنة تجاهها.

1 الحجيلان، عبدالعزيز بن محمد. خطبة الجمعة وأحكامها الفقهية، الطبعة الأولى، مركز البحوث والدراسات الإسلامية - وزارة الشؤون الإسلامية والأوقاف والدعوة والإرشاد، 3241هـ / 2002م.

## مجال الطفولة

- الاساليب التربوية الخاطئة (تنشئة الطفل)
- الصحة النفسية (تنشئة الطفل)
- العنف ضد الأطفال
- التحرش الجنسي
- الاطفال والانترنت



## الموضوع الأول/ الأساليب التربوية الخاطئة (تنشئة الطفل)

### الحقائق..



تعرّف «أساليب المعاملة الوالدية» بأنها: «تلك الأساليب التي يتبعها الوالدان في معاملة أبنائهم أثناء التنشئة الاجتماعية والتي تحدث التأثير الإيجابي أو السلبي في سلوك الطفل من خلال استجابة الوالدين لسلوكه». <sup>٢</sup>

#### ١- الحقيقة الأولى: استخدام بعض المربين لأسلوب التسلط أو السيطرة (النمط التسلطي (Authoritative Style):

ويتصف هذا الأسلوب بالضبط المرتفع والتقبل المنخفض، ويضع الوالدان في هذا النمط القوانين ويتوقعان اتباعها دون نقاش، ويؤكدان على العمل الجاد والاحترام والطاعة من قبل الأبناء، ولأن الأهل المتسلطين لا يهتمون بحاجة الأبناء ورغباتهم، فإنهم لا يفتحون باب النقاش وإبداء الآراء أمامهم، ويعتقدون بأنه يجب أن يشكّلوا سلوك أبنائهم ويحكموا بهم ليتماشوا مع المعايير التي يضعونها، ويلزمون أبنائهم بما يريدون باستخدام العقاب الجسدي غالباً. <sup>٣</sup> كما تعرّف «قناوي» الأسلوب التسلطي بأنه «فرض الوالد أو الوالدة رأيه على الطفل، ويتضمن ذلك الوقوف أمام رغبات الطفل التلقائية أو منعه من كما تعرّف «قناوي» الأسلوب التسلطي بأنه «فرض الوالد أو الوالدة رأيه على الطفل، ويتضمن ذلك الوقوف أمام رغبات الطفل التلقائية أو منعه من القيام بسلوك معين، ويأخذ أشكالاً متعددة من التهديد بالعقاب أو الخصام...». <sup>٤</sup>

يميز «إريك فروم» (E. Fromm) بين نوعين من السلطة: السلطة المعقولة (Raisonnée) والسلطة الكابتة أو القامعة (Inhibitrice)، فإن شكلي السلطة معقولة والكابتة يرتكزان على تفوق مادي من فرد لآخر، في السلطة المعقولة يتخلى الأقوى عن قوته للآخر، وتميل المسافة بينهما إلى التقلص والاضمحلال، يحدث هذا في العلاقة المثالية، أب/ طفل أو معلم/ تلميذ، وهنا تبنى العلاقة على التقمص النفسي المرغوب فيه، الطفل يريد أن يكون كأبيه أو كمعلمه. <sup>٥</sup>

#### ٢- الحقيقة الثانية: استخدام بعض المربين لأسلوب الحماية الزائدة (نمط الحماية الزائدة Over- Protection Style):

يتصف هذا الأسلوب من المعاملة بقيام الوالدان بالواجبات نيابة عن أبنائهم مع أنهم قادرين على القيام بها، ولا يعطيانهم الفرصة في التصرف في كثير من الأمور كاختيار الملابس وإنفاق المصروف، وقد يتداخل هذا النوع من المعاملة مع التسلط، وما يميز بينهما هو تقبل الأبناء لمواقف التدخل من الآباء، فإذا كانوا غير راضين عنها فإن ذلك يعتبر تسلطاً وتنمي الحماية الزائدة، الاعتمادية، وعدم التركيز، وانخفاض مستوى قوة الأنا والطموح، والخوف والانسحاب، وعدم التحكم الانفعالي، ورفض المسؤولية وسهولة الانقياد للجماعة والاعتماد عليها، والحساسية المفرطة للنقد. <sup>٦</sup>

٢- المفج، عبدالله عبدالعزيز، أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بانحراف الأحداث: دراسة مطبقة على المودعين بدار الملاحظة، المركز العربي للدراسات الأمنية، الرياض، 4991م.

٣- الريماوي، محمد عوده، علم النفس العام، الطبعة الثالثة، دار المسيرة للنشر والتوزيع، الأردن، عمان، 8002م.

٤- محرز، نجاح، أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بتوافق الطفل الاجتماعي في رياض الأطفال، كلية التربية، جامعة دمشق، 3002م.

٥- د. سناء القندوري، مفهوم السلطة لدى المدرس وعلاقته بالقلق النفسي عند التلميذ، المجلة الدولية التربوية المتخصصة، المجلد 3، العدد 21، كانون الأول، 4102م.

٦- بركات، آسيا بن علي راجع، العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية والاكئاب لدى بعض المراهقين والمراهقات المراجعين لمستشفى الصحة النفسية بالطائف، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، السعودية، 0002م.

## الأسباب..



### ١ - السبب الأول (المستوى التعليمي للوالدين):

فيما يخص المستوى التعليمي للوالدين وأثره على أسلوب الرعاية الوالدية، فقد وجدت أحد الدراسات علاقة ارتباط قوية بين الرعاية الوالدية التي تتسم بالدفء والعاطفة، وكفاءة الأطفال الاجتماعية. وكذلك علاقة موجبة بين المستوى التعليمي للوالدين وقدرة الطفل على التفاعل الإيجابي مع أفراد أسرته وأقرانه.<sup>٧</sup>

بينما لاحظت بعض الأبحاث أن المستوى التعليمي لا يؤثر كثيرا في اختلاف دور الوالدين في تكوين شخصية الأبناء الاجتماعية، إلا أنها أشارت إلى أن الوالدين في مستوى التعليم الأساسي أكثر تشددا في النظام الأسري، كما أن الوالدين من مستوى التعليم فوق الجامعي يتعاملون مع الأبناء بصورة رسمية.<sup>٨</sup>

### ٢ - السبب الثاني (الوضع الاقتصادي والاجتماعي للأسرة):

هناك ارتباط إيجابي بين الوضع الاقتصادي والاجتماعي للطفل وبين الفرص التي تقدم لنمو الطفل، والوضع الاقتصادي من أحد العوامل المسؤولة عن شخصية الطفل ونموه الاجتماعي.<sup>٩</sup>

### ٣ - السبب الثالث (نوع العلاقات الأسرية):

تؤثر العلاقات الأسرية في عملية التنشئة الاجتماعية حيث أن السعادة الزوجية تؤدي إلى تماسك الأسرة مما يخلق جوا يساعد على نمو الطفل بطريقة متكاملة.<sup>١٠</sup>

## قصة واقعية ..



لاحظت إحدى الباحثات من خلال زياراتها الميدانية والمتكررة لرياض الأطفال أن نسبة غير قليلة من الأطفال غير القادرين على الانسجام والتوافق مع بيئة رياض الأطفال، كما لاحظت شكاوى العديد من الآباء والأمهات التي تتعلق بعزوف أطفالهم عن الالتحاق برياض الأطفال أو بعدم قدرتهم على الانتظام، وما تردد أيضا على لسان العديد من المعلمات بخصوص عدم قدرة الأطفال على التوافق مع بيئة الروضة (ومن ذلك: البكاء، الهروب، الانطواء، العدوان، عدم القدرة على إقامة علاقات تعاون وصدافة مع أقرانهم، عدم المشاركة في الأنشطة الجماعية التي تقيمها الروضة...)، وخلصت في بحثها إلى أهمية العلاقة بين الوالدين والطفل، وأساليب التعامل بينهما في توافق الطفل في المجتمع الذي يعيش فيه. ومن خلال الدراسة التي أجرتها الباحثة على عينة من الأطفال في مرحلة رياض الأطفال، وجدت أنه كلما زاد استخدام أسلوب التقبل والتسامح، الأسلوب الديمقراطي في المعاملة، زاد مستوى الطفل في توافقه الاجتماعي والشخصي مع مجتمعه. والعكس، فكلما اتجه الوالدين إلى الأساليب الخاطئة في التربية قلت قدرة الطفل على التوافق الاجتماعي والشخصي في مجتمعه. ومن تلك الأساليب: أسلوب الرفض وعدم التقبل أو التسلط أو الشدة والقسوة أو الإهمال أو النبذ والرفض أو التفرقة أو الحماية الزائدة.<sup>١١</sup>

٧- عبدالله، عادل محمد. أثر الرعاية الأبوية للطفل في تكوين شخصيته، مكتبة الانكلو المصرية، القاهرة، 7991م.

٨- حلاوة، باسمه. دور الوالدين في تكوين الشخصية الاجتماعية عند الأبناء: دراسة ميدانية في مدينة دمشق. كلية التربية، جامعة دمشق، 1102م.

٩- فضيلة، زرافقة. أساليب المعاملة الوالدية « كما يدركها الأبناء» وعلاقتها بالسلوك العدواني لدى المراهق، كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية، جامعة بسكرة، الجزائر، 0102م.

١٠- الرليتي، محمد فتحى فرج. أساليب التنشئة الاجتماعية الأسرية ودوافع الإنجاز الدراسية، مجلس الثقافة العام، 8002م.

١١- مرز، نجاح. أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بتوافق الطفل الاجتماعي في رياض الأطفال، كلية التربية، جامعة دمشق، 3002م.

## توصيات وحلول ..

### ١ - الديمقراطية والتسامح:

يجب على الوالدين أن يتمتعوا بالديمقراطية والتسامح في معاملة ابنائهما، فهذا يساعد على تنشئة أبناء يمتلكون القدرة للتعبير عن رأيهم بدون خوف من العقاب والتوبيخ أو الضرب والعنف، ونمو شخصيتهم بشكل مستقل. فقد وجدت علاقة طردية بين الأسلوب الديمقراطي في التعامل مع الطفل والتوافق الاجتماعي والشخصي للطفل في مجتمعه، أي كلما ارتفعت درجة استخدام الأسلوب الديمقراطي في التعامل مع الطفل، ارتفعت درجة توافق الطفل في مجتمعه.<sup>١٢</sup>

### ٢ - الاتفاق بين الوالدين:

ضرورة الاتفاق بين الوالدين حول كيفية الحفاظ على النظام الأسري باعتباره الرابط القوي للعلاقات الأسرية السليمة من جهة، وباعتبار الأسرة هي الخلية الاجتماعية الأولى.<sup>١٣</sup>

### ٣ - الندوات والدورات التربوية:

عقد ندوات تربوية في المراكز الثقافية لتوعية الوالدين حول استخدام الأساليب التربوية المتوازنة في التعامل مع الأبناء، فلا إفراط ولا تفريط، سواء في المرونة أم في الشدة، بما يعزز دور الأسرة التربوي في ظل معطيات العصر المتداخلة.<sup>١٤</sup>

١٢- محرز، نجاح، أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بتوافق الطفل الاجتماعي في رياض الأطفال، كلية التربية، جامعة دمشق، 3002م.  
١٣- حلاوة، باسمة، دور الوالدين في تكوين الشخصية الاجتماعية عند الأبناء: دراسة ميدانية في مدينة دمشق. كلية التربية، جامعة دمشق، 1102م.  
١٤- حلاوة، باسمة (1102م) مرجع سابق.

## الموضوع الثاني/ الصحة النفسية وتنشئة الطفل

### الحقائق..



يُعرّف «الأمن النفسي للطفل» بأنه «حالة من الاستقرار العاطفي وإشباع الحاجات المختلفة للطفل وانسجام الطفل مع البيئة المحيطة به، والمخلص من المشكلات النفسية المختلفة التي تحقق ذلك الانسجام».<sup>١٥</sup>

#### ١ - الحقيقة الأولى (الطفولة المبكرة والصحة النفسية):

إن ما يحدث منذ الولادة حتى الثالثة من العمر يؤثر على الترعير في بقية الطفولة والمراهقة، تعزز البداية الصحية للحياة في التعزيز الوظيفي المدرسي للطفل فيما بعد.<sup>١٦</sup>

#### ٢ - الحقيقة الثانية (حقوق الأطفال في السلامة النفسية):

تنص اتفاقية حقوق الطفل في المادة الثالثة على أنه «من حق جميع الأطفال الحصول على الحق في الحماية والرعاية الذي يعتبر ضروريا لرفاههم». كما تنص المادة ٣٩ على أن «الأطفال الذين تعرضوا لأحداث صادمة في خلال النزاع أو النزوح، أو الذين يقعون ضحية الإساءة، والاستغلال، والإهمال، لهم الحق في التأهيل الجسدي والنفسي وإعادة الاندماج الاجتماعي، وذلك في بيئة تعزز صحة الطفل، واحترامه لذاته، وكرامته».<sup>١٧</sup>

#### ٣ - الحقيقة الثالثة (الأمن النفسي للأم والجنين):

إنّ تكون الأمن النفسي للطفل يتحقق مع بداية الحمل أو قبل ذلك، فالاستعداد النفسي للمرأة الحامل ومشاعر الأم نحو الجنين وكذلك الأب

إنّ تكون الأمن النفسي للطفل يتحقق مع بداية الحمل أو قبل ذلك، فالاستعداد النفسي للمرأة الحامل ومشاعر الأم نحو الجنين وكذلك الأب والتفاهم الحاصل بين أفراد الأسرة كلها تؤدي دورات أساسية في تهيئة الأم وبقية أفراد الأسرة لمستقبل المولود الجديد.<sup>١٨</sup>

١٥ - الحبيب، عبدالحميد بن عبدالله، الصحة النفسية والطفل، وزارة الصحة السعودية.

١٦ - منظمة الصحة العالمية - المكتب الإقليمي لشرق المتوسط، تقرير منظمة الصحة العالمية (تعزيز الصحة النفسية: التقرير المختصر) (مترجم)، بالتعاون مع جامعة مليون ومؤسسة فيكتوريا لتعزيز الصحة، القاهرة، 5002م.

١٧ - مفوضية الأمم المتحدة لشؤون اللاجئين، الصحة النفسية والرفاه الاجتماعي لدى الأطفال، 4102.

١٨ - الحبيب، عبدالحميد بن عبدالله، الصحة النفسية والطفل، وزارة الصحة السعودية.

## الأسباب..



هناك أسباب كثيرة لضعف الاستقرار النفسي لدى الطفل، ومنها:<sup>١٩</sup>

- اضطراب الأجواء الأسرية وعدم الاستقرار.
- انفصال الوالدين أو أحدهما لأي سبب كان، مثل مرض الأم أو الطفل.
- وجود إعاقة جسدية أو عقلية لدى الطفل أو أحد الوالدين.
- أساليب تعامل الوالدين غير السليمة، مثل الحماية الزائدة أو التذبذب أو عدم الاستقرار.
- المقارنة وعدم المساواة بين الأطفال .
- التعرض للأزمات والصدمات دون دعم كافٍ.
- سوء الأوضاع الاجتماعية والفقير.

## قصة واقعية ..



يقول أحد الآباء بأن ابنه لديه طاقة كبيرة، فهو كثير الحركة، ما يعرضه للخطر، كما أنه يفضب لأتفه الأسباب وينفعل جدا لدرجة إيذاء نفسه، فيما تشكو أحد الأمهات من عدم قدرتها على التواصل مع ابنها ذي الأعوام السبعة، فهو كثير الحركة ويعاني من تشتت الانتباه، وتأخر الكلام، عدواني، عنيف، يضرب إخوته وأبناء الجيران، مما يسبب إحراجا كبيرا مع الجيران. ويقوم أحد الأطباء النفسيين تعقيبا على ذلك أن العلامات المرضية لهذا الاضطراب (اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه) هو نقص التركيز، فرط النشاط الحركي والاندفاعية، ومن مظاهره عدم الاستقرار في مكان الجلوس سواء أمام التلفاز أو الأكل وكثرة التملل والإجبار على الجلوس، وتظهر هذه الأعراض غالبا في سن السابعة، ولا بد أن تستمر لمدة لا تقل عن ستة أشهر، وهي ظاهرة تنتشر بين الأطفال بنسبة ٣-٥٪، وتظهر في الأولاد ثلاثة أضعاف ظهورها في البنات. وينصح بعرض الطفل على الطبيب النفسي لتشخيصه.<sup>٢٠</sup>

## توصيات وحلول ..



### ١- تحسين التغذية:

ثمة بيئة قوية بأن تحسين التغذية والتنمية الاجتماعية والاقتصادية للأطفال المحرومين يمكن أن تؤدي إلى النماء المعرفي الصحي، وتحسين النتائج التعليمية، وإنقاذ الاختطار في الاعتلالات الصحية النفسية، ولا سيما عند الأشخاص المختطرين أو الذين يعيشون في المجتمعات الفقيرة. إن نماذج التدخلات الفعالة هي التي تتضمن المكملات الغذائية، ومراقبة النمو وتعزيزه، تجمع هذه النماذج ما بين التدخلات التغذوية (مثل المكملات الغذائية) مع الرعاية النفسية الاجتماعية والمشورة.<sup>٢١</sup>

### ٢ - التربية والتعليم ما قبل المدرسة والتدخلات الوالدية:

أحدثت البرامج المجتمعية عند العائلات مرتفعة الاختطار ذات الأطفال الصغار نتائج إيجابية. وتضمنت البرامج الشاملة ما قبل المدرسة مثل برامج القراءة العائلية، وعيادات الاستقصاء الصحي، والاستجمام المنظم والبرامج التلفزيونية التي تعلم المهارات البدئية للقراءة والقيم العاطفية الاجتماعية.<sup>٢٢</sup>

### ٣ - تلقي خدمات المساعدة النفسية من المختصين:

يجب أن يتم تلقي برامج الرعاية الصحية المعتمدة على الطب المسند الضوء على بعض العلاجات النفسية مثل العلاجات النفسية السلوكية المعرفية والعلاج النفسي المعتمد على التفاعل بين الأشخاص والتدخلات الاجتماعية مثل الرعاية البديلة المؤقتة إلى جانب العلاجات الصيدلانية.<sup>٢٣</sup>

### ٤ - توفير الأمن النفسي للطفل في الأسرة:

المساعدة على توفير الأمن النفسي للطفل داخل الأسرة، عن طريق: تحقيق جو أسري ينعم بالمحبة والألفة، توفير الاحتياجات الأساسية، توفير جو من الحنان والعطف داخل الأسرة، في حالة وجود سبب يستدعي انفصال الأم عن الطفل أن يكون ذلك أقل ما يمكن مع توفير أسباب الدعم الممكنة، حماية الأطفال من الصدمات المختلفة، تشجيع الأطفال على التعبير عن أنفسهم ومشاعرهم.<sup>٢٤</sup>

٢١ - منظمة الصحة العالمية - المكتب الإقليمي لشرق المتوسط. الوقاية من الاضطرابات النفسية: التدخلات الفعالة والخيارات السياسية: التقرير المختصر/ منظمة الصحة العالمية. 4002م.

٢٢ -تقرير منظمة الصحة العالمية (4002م) (مرجع سابق).

٢٣ -الجمعية العالمية للطب النفسي APW. المجلة العالمية للطب النفسي، السنة التاسعة - العدد الثالث، أكتوبر 0102م.

## الموضوع الثالث/ العنف ضد الأطفال

### الحقائق..



يُعرّف العنف ضد الأطفال وفق اتفاقية الأمم المتحدة لحقوق الطفل بأنه: «كافة أشكال العنف أو الضرر أو الإساءة البدنية أو العقلية و الإهمال أو المعاملة المنطوية على إهمال أو إساءة المعاملة أو الاستغلال بما في ذلك الإساءة الجنسية». والطفل هو كل إنسان لم يتجاوز الثامنة عشرة.<sup>٢٥</sup>

#### ١ - الحقيقة الأولى (العنف الجسدي يعرض الطفل للوقوع في الاكئاب):

إن العنف الجسدي الذي يتعرض له الأطفال بعض الأطفال يعرضهم للوقوع فريسة لمرض الاكتئاب في مرحلة الشباب مما يشكل نقطة تحول هامة في تتبع أسباب الإصابة بالاكتئاب التي تعود إلى الطفولة، وتشير الإحصائيات إلى أن الأطفال الذين يتعرضون للعنف الجسدي تتضاعف لديهم بنسبة ٥٩٪ احتمالات الإصابة بنوبات اكتئاب، وذلك بالمقارنة بالأطفال الذين لا يتعرضون لمثل هذا العنف خلال مرحلة الطفولة.<sup>٢٦</sup>

#### ٢ - الحقيقة الثانية (أعداد ضخمة من الأطفال يتعرضون للعنف سنويا):

تشير التقديرات العالمية إلى أن عدد الأطفال الذين تعرضوا في العام الماضي (٢٠١٥) للعنف الجسدي أو الجنسي أو النفسي وصل إلى مليار طفل.<sup>٢٧</sup>

#### ٣ - الحقيقة الثالثة (أعداد ضخمة من المربين يلجؤون لأسلوب العنف):

في دراسة ستوروات وجيليسي عام ١٩٨٠ لقياس معدل انتشار العنف ضد الأطفال ، وهي دراسة تعتمد على التقرير الذاتي للشخص، وقد أجريت الدراسة على ٢١٤٣ شخص، سجل ٥٨٪ منهم أنهم يقومون ببعض العنف نحو أطفالهم أثناء عام الدراسة، وأن ٧١٪ قاموا بذلك في مرحلة ما أثناء سن الطفولة، وبحسب البيانات التي أدلى بها المبحوثين فقد استخدموا أنواع مختلفة من العقاب والعنف ضد أطفالهم.<sup>٢٨</sup>

٢٥- الجمعية الوطنية لحقوق الإنسان، العنف ضد الأطفال: تعريفه وأسبابه وأشكاله. الطبعة الثالثة. السعودية. 2012م  
٢٦- أبو السعود، طارق علي. وسائل مواجهة العنف ضد الأطفال. أكاديمية سعد العبدالله للعلوم الأمنية - مركز العلوم الأمنية.  
٢٧- منظمة الصحة العالمية، مجموعة الاستراتيجيات السبع لوضع حد للعنف ضد الأطفال: ملخص تنفيذي. 6102م.  
٢٨- غزوان، أنس عباس. العنف الأسري ضد الأطفال وانعكاسه على الشخصية. مجلة جامعة بابل، العلوم الإنسانية، مجلد 32، العدد 4، 5102م.

## الأسباب..



### تتعدد الأسباب للعنف اتجاه الأطفال، ومنها :<sup>٢٩</sup>

- تعاطي الكحوليات والمخدرات، فقد أشارت منظمة الصحة العالمية في تقريرها عام ١٩٩٢م أن ٩٧٪ من حالات العنف داخل الأسرة تحدث عن طريق شخص مدمن.
- ضعف الحالة الاقتصادية، فيمثل انخفاض المستوى الاقتصادي للأسر عاملاً مهماً في انتشار العنف الأسري، فالفقر يؤدي إلى زيادة عدد الأزمات أثناء الحياة ويرتبط بانخفاض مصادر الدعم المادية والاجتماعية لمواجهة الضغوط.
- البطالة، حيث تعد سبباً مهماً من أسباب ممارسة العنف لأن عدم وجود فرصة عمل يعني عدم وجود المال للإنفاق على العائلة وهذا يضع العائلة أمام مواجهة ضغوط اجتماعية ومالية.
- انخفاض مستوى التعليم، حيث ينتشر العنف ضد الأطفال بين الآباء منخفضي المستوى التعليمي، فعندما ينخفض المستوى التعليمي والثقافي للفرد فإنه يلجأ إلى استخدام القوة في حل المشاكل.
- المواقف والنظرة السائدة في المجتمع، إذ تعمل النظرة التقليدية والسائدة في بعض المجتمعات على تكريس تفوق قيم الذكورة في المجتمع والتي لا تؤمن بتوازن القوى بين الذكور والإناث.
- الضغوط الحياتية، حيث وجدت علاقة طردية الضغوط الاجتماعية للأسرة والعنف الموجه ضد الأطفال.
- التغيير الاجتماعي، فالمجتمعات تمر بتغيرات اجتماعية تراكمية أحياناً وسريعة ومفاجئة أحياناً أخرى، وتؤثر هذه التغيرات على البنى الاجتماعية والسلوكيات والمعايير والأعراف الاجتماعية.

## قصة واقعية ..



من خلال دراسة أجريت على ٨٣٥ مدرساً من مدرسي رياض الأطفال والمدارس الابتدائية ومعاهد التربية الخاصة في مدينة الرياض عن رؤيتهم لأكثر أنواع العنف انتشاراً، كان الإهمال في قمة الهرم، سواء كان الإهمال الغذائي أو في نظافة الطفل أو ملبسه أو دراسته من قبل الأبوين، ثم الإساءة النفسية والإساءة البدنية، حيث وجدت هذه الدراسة أن أعلى نسب الإهمال هي بين الأسر ذات الدخل الاقتصادي المنخفض، كذلك أن الإساءة موجودة بين الأطفال الأكبر سناً. أما فيما يخص العنف الجسدي، فقد باشرت الشرطة في أحد مناطق المملكة حالة طفل ظهر في مقطع فيديو تم تداوله على نطاق واسع وهو يطلب النجدة وإنقاذه من تعنيف والده ومنعه من الوصول لوالده التي، وبحسب ما قاله الطفل في الفيديو نفسه، تتعرض هي الأخرى للإساءة والتعنيف على يد خال الطفل (شقيقها). وقد ذكر الطفل المعنف في مقطع الفيديو أن والده يعاني من حالة نفسية، ويقوم بضربه وتعنيفه ويمنعه من زيارة والدته، فيما يتم تعنيفها هي الأخرى على يد شقيقها، حيث يطلب مساعدته. واستمعت الشرطة لأقوال الطفل وجاري التعامل مع الحالة، فيما تحرك المعنيون في هيئة حقوق الإنسان بالمنطقة لبحث الحالة ومتابعتها. وفي وقت سابق، أكد المتحدث الرسمي لوزارة العمل والتنمية الاجتماعية السعودية أن فرق الحماية الاجتماعية تعمل حالياً على ملف الطفل. كما وجه أمير المنطقة ثلاث جهات حكومية بتقصي حالة الطفل المعنف ورفع تقرير عاجل.

<sup>٢٩</sup> - الجمعية الوطنية لحقوق الإنسان، العنف ضد الأطفال: تعريفه وأسبابه وأشكاله. الطبعة الثالثة. السعودية. 2102م  
<sup>٣٠</sup> - الصويغ، سهام. الإساءة إلى الأطفال وإهمالهم: دراسة ميدانية في مدينة الرياض، مجلة الطفولة والتنمية، العدد 9، 3002م.  
<sup>٣١</sup> - العربية - أخبار العربية. طفل خميس مشيط المعتف بحماية شرطة عسير. 7102/11/1م.

## توصيات وحلول ..



١. تزويد الوالدين ومقدمي خدمات الرعاية بالدعم.<sup>٣٢</sup>
٢. التركيز على دور الإعلام في نشر أساليب التربية الصحيحة وتجاوز مرحلة العنف في التعامل مع الأطفال ضمن محيط الأسرة والمؤسسات التربوية والتعليمية.<sup>٣٣</sup>
٣. التنسيق بين مؤسسات المجتمع ذات العلاقة في سبيل معالجة ظاهرة العنف الأسري وتحديد الأسباب وطرق المعالجة.<sup>٣٤</sup>
٤. اعتماد الأساليب التربوية الحديثة في التعامل مع الأبناء ليكونوا قادرين على تجاوز المشكلات التي تعترضهم، وتفاديا للآثار السلبية على شخصياتهم.<sup>٣٥</sup>

٣٢- منظمة الصحة العالمية، مجموعة الاستراتيجيات السبع لوضع حد للعنف ضد الأطفال: ملخص تنفيذي، 6102م.  
٣٣- غزوان، أنس عباس، العنف الأسري ضد الأطفال وانعكاسه على الشخصية، مجلة جامعة بابل، العلوم الإنسانية، مجلد 32، العدد 4، 5102م.  
٣٤- غزوان، أنس عباس، 5102م (مرجع سابق).  
٣٥- غزوان، أنس عباس، 5102م (مرجع سابق).

## الموضوع الرابع/ التحرش الجنسي

### الحقائق:



يُعرّف التحرش الجنسي بالطفل على أنه: استخدام الطفل لإشباع الرغبات الجنسية لبالغ أو مراهق. ويطلق التحرش الجنسي على كل إثارة يتعرض لها الطفل عن عمد، وذلك بتعرضه للمشاهد الفاضحة أو الصور الجنسية أو العارية، أو غير ذلك من مثيرات فضلا عن الاعتداء الجنسي المباشر، الطبيعي منها والشاذ.<sup>٣٦</sup>

#### ١- الحقيقة الاولى (نسبة كبيرة من الاعتداءات على الطفل تكون من أشخاص مقربين):

في دراسة تم تطبيقها على عينة مكونة من ٣٩٠ طفلا، اتضح أن ٥,٥% من الحالات التي تعرضت لشكل أو لآخر من أشكال الاعتداء الجنسي (وتشكل ٧% من إجمالي العينة) كان المعتدي شخصا معروفا للطفل. كما أن بعض الدراسات توضح أن ٦٠% من المعتدين هم أشخاص لهم صلة قرابة بالعائلة، و ٣٠% من المعتدين يشكلون أحد أفراد الأسرة، بينما كان ١٠% فقط من المعتدين هم من أشخاص غرباء خارج إطار العائلة.<sup>٣٧</sup>

#### ٢- الحقيقة الثانية (أشكال التحرش والاعتداء الجنسي):

من أشكال التحرش والاعتداء الجنسي: التصفير والفمز، النظرات والنكات الجنسية، المداعبات الكلامية والتعليقات والتلميحات ذات الطابع الجنسي، الكلام الإباحي، المكالمات الهاتفية أو عن طريق الانترنت<sup>٣٨</sup> بهدف المعاكسة،

لمس المناطق الحساسة لدى الطفل، تحريض الطفل على لمس المناطق الخاصة لدى المعتدي، كشف وإظهار الأعضاء التناسلية للطفل، تعريض الطفل لصور أو أفلام إباحية ومناظر مخلة، تصوير المناطق الحساسة لدى الطفل، حض الطفل لأغراض جنسية، التقييل المفرط للطفل، التلطف بألفاظ وكلمات سيئة مع الطفل، الاغتصاب.

#### ٣- الحقيقة الثالثة (التركيبة العائلية لها دور في الاعتداء على الطفل):

أثبتت الدراسات إلى أن الأطفال الذين يعيشون مع أحد الوالدين أكثر عرضة بمرتين ليكونوا ضحايا للعنف الجنسي، والأطفال الذين يعيشون بعيدا عن والديهم يكونون معرضين للعنف الجنسي أكثر بثلاث مرات عن سواهم.<sup>٣٩</sup>

٣٦- المركز الفلسطيني للديمقراطية وحل النزاعات، وحدة النشر والمعلومات، واقع الاعتداء الجنسي على الأطفال في محافظات قطاع غزة، 9002م.  
٣٧- المركز الفلسطيني للديمقراطية وحل النزاعات، وحدة النشر والمعلومات، 9002م. (مرجع سابق)  
٣٨- برنامج الأمان الأسري الوطني، دليل الحماية والحد من العنف الجنسي ضد الأطفال: طفلي أمانتي، السعودية، 2102م.  
٣٩- برنامج الأمان الأسري الوطني، دليل الحماية والحد من العنف الجنسي ضد الأطفال: طفلي أمانتي، السعودية، 2102م.

## ٤٠ الأسباب..



١. نقص التوعية الجنسية المطلوب توفيرها للأطفال في مختلف الأعمار.
٢. التكتّم على هذا الجانب من قبل أولياء الأمور.
٣. حب الاستطلاع الذي يتميز به بعض الأطفال مما يجعلهم فريسة سهلة.
٤. العامل الاقتصادي الذي يدفع العائلات أن ينام أفرادها في غرفة واحدة، أو يتم إرسال أطفالهم للعمل في أماكن غير آمنة.
٥. عدم مراقبة الوالدين لما يشاهده الأطفال عبر وسائل الإعلام.
٦. التصرفات الجنسية التي قد يمارسها الوالدين في حضور الأطفال.
٧. الانحرافات أو المشكلات النفسية للمعتدي.

## ٤١ قصص واقعية ..



أكدت النساء المشاركات في نقاشات المجموعات البؤرية في إحدى الدراسات عن الإساءة الجنسية للأطفال على أن الإساءة الجنسية للطفل غالباً ما تتم على يد أحد الأقارب أو الأشخاص المقربين من الطفل. فقد ذكرن بشكل متكرر وجود حالات سفاح قربي حيث يتعرض الأطفال (بغض النظر عن نوع جنسهم) للإساءة الجنسية على يد الأب. أما المسح الذي قامت به الدراسة فقد كانت ٢٪ من حالات الإساءة الجنسية للطفل قد نسبت إلى الأب. وفي ٦٥,١٪ من الحالات، باح الأطفال الذين تعرضوا للإساءة الجنسية للأم أو كلا الوالدين بما حصل لهم. وكان رد الفعل في معظم الحالات إما الإصغاء بانتباه أو تسخيف الحادثة أو الطلب من الطفل الاحتفاظ بالسر.

## ٤٢ توصيات وحلول ..



١. تعريف الطفل بالحلال والحرام وتربيته على التربية الإسلامية.
٢. التفريق في نوم الأطفال، وعدم مشاركتهم فراش واحد، حيث قد يؤدي ذلك بطريق غير متعمد أو بدافع الفضول إلى محاذير يحسن تجنبها.
٣. على الآباء والمربين أن لا تغفل أعينهم عن مراقبة أبناءهم وملاحظتهم، مع ترك حرية الحركة والتعبير عن الذات.
٤. عدم التحرج من الوالدين عن الحوار وتهيئة الأبناء بطريقة مبسطة تمكنهم من الفهم دون الخوض في التفاصيل خلال السنوات الأولى من عمر الطفل. وتكليف الأم بالحديث مع طفلتها والأب بالحديث مع طفله، وذلك لقرب النوع.

٤٠- المركز الفلسطيني للديمقراطية وحل النزاعات، وحدة النشر والمعلومات، 9002م، (مرجع سابق)  
٤١- منظمة كفى عنف واستغلال، المجلس الأعلى للطفولة/ وزارة الشؤون الاجتماعية اللبنانية، الإساءة الجنسية للطفل: الوضع في لبنان، بدعم من nerdliihC eht evaS nedewS، الطبعة الأولى، لبنان، 8002م.  
٤٢- الديب، رانيا مصطفى، آليات حماية الأطفال من التحرش الجنسي من وجهة نظر الأمهات في مرحلة ما قبل المدرسة: رؤية مستقبلية.

## الموضوع الخامس / أطفالنا والإنترنت

### نسب وحقائق...



يَعْرِفُ التمر السبراني Cyber Bullying بأنه «محاولة استغلال تقنية الاتصالات والمعلومات للوصول لأهداف إجرامية بحق الصغار أو الشباب عن طريق إرسال : تهديدات ، رسائل أو صور عدائية، والإفصاح عن معلومات شخصية وحساسة، أو تعمد استبعاد الضحية من مجموعة معينة على الشبكة، أو المضايقة ، أو الإحراج ، أو السخرية، أو الإهانة وتشويه السمعة، وذلك عبر استخدام الإنترنت ومن خلال المواقع الاجتماعية ، أو غرف الدردشة ومنتديات النقاش، أو البريد الإلكتروني، أو الرسائل الفورية، أو الهواتف المحمولة، أو صفحات الويب أو المدونات، وقد يسيء بعضهم إلى الطفل أو يعتدي عليه، حتى يشعر بالإحباط؛ وبفقدان احترام الذات وعدم الثقة بالنفس. ويمكن لأي طفل أن يفعلها بالآخرين، لأنه يشعر بأنه محمي وراء شاشة». يعرف إدمان الإنترنت Internet Addiction بأنه ضعف مقاومة المستخدم للإنترنت من حيث تركه أو محاولة الابتعاد عنه، حيث يستحوذ عليه بشكل قسري. أو هو الاستعمال المفرط Overusing للإنترنت، بحيث يصبح الشخص معتمدا عليه قسريا مما يؤدي إلى ضعف الأداء الوظيفي اليومي: المدرسي، والمهني، والاجتماعي. ويعرف إجرائيا بأنه «الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس إدمان الإنترنت المستخدم في هذه الدراسة».<sup>٤٣</sup>

### (١) الحقيقة الأولى (استهداف الأطفال في الإعلام الإلكتروني):

من الناحية الاقتصادية، تعتبر فئة الأطفال سوقا رائجا للمنتجات الإعلامية، فقد أشارت منظمة «الأطفال الآن» ( Children Now ) في موقعها الإلكتروني إلى أن الأطفال هم الهدف الأساسي للإعلانات، وأن الشركات التجارية تتفق حوالي ١٥ مليار دولار سنويا على التسويق للأطفال دون سن ١٢ سنة.<sup>٤٤</sup>

### (٢) الحقيقة الثانية (استهداف الأطفال في التسويق الإلكتروني) :

يمارس الأطفال دورا مركزيا في اقتناء الأسر للتجهيزات التكنولوجية المنزلية بصفة عامة وفي الارتباط بالإنترنت بصفة خاصة ، إذ تشير إحدى الدراسات التي أجريت في فرنسا إلى أن ٥٠٪ من البيوت التي بها أطفال تستخدم الإنترنت، بينما تتراجع النسبة إلى ٢٥٪ في البيوت التي يقيم بها زوجين فقط دون أطفال وتتراجع إلى ١٦٪ في البيوت التي يقطنها أشخاص بمفردهم.<sup>٤٥</sup>

### (٣) الحقيقة الثالثة (التعامل مع الإنترنت والتقنية ليس سلبيا تماما) :

اختارت الحكومة في فنلندا ٥٠٠٠ شاب من أبناء جيل الإنترنت لتدريب مدرسي الدولة على كيفية استخدام الكمبيوتر. وللمرة الأولى على الإطلاق، في مجال واحد، يصبح الطلاب مدرسين، والمدرسون طلابا. إن أبناء جيل الإنترنت يعاجلون المعلومات ويتصرفون على نحو مختلف لأن عقولهم تطورت بحيث أصبحت مختلفة من الناحية الوظيفية عن عقول آبائهم، فهم أسرع على سبيل المثال من آبائهم في معالجة الصور سريعة الحركة، وهذا نتيجة بحث أجري على يد اثنين من علماء المخ (ستانلي وماثيو كاتشر)، حيث يصفان كيف أن الوقت الذي يقضيه الشباب في التعامل مع التكنولوجيا الرقمية ربما يغير من التركيب المادي لعقولهم المتطورة ومن أدائها لوظيفتها.<sup>٤٦</sup>

٤٣-المركز التربوي للبحوث والإنماء، سلامة الأطفال على الإنترنت: دراسة وطنية حول تأثير الإنترنت على الأطفال في لبنان، 3102م.  
٤٤-عبدالله، محمد قاسم. إدمان الإنترنت وعلاقته بسمات الشخصية المرضية لدى الأطفال والمراهقين : دراسة ميدانية في حلب. مجلة الطفولة العربية، العدد الرابع والستون. 5102م  
٤٥-مسعود، بايوسف. الطفل والإنترنت المنزلي: مجالات الاستخدام ولإشباع المتحقة. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية. العدد 72 ، ديسمبر 6102.  
٤٦-مسعود، بايوسف. (6102). (مرجع سابق).  
٤٧- تاسكوت، دون. جيل الإنترنت: كيف يغير جيل الإنترنت عالما. - القاهرة: كلمات عربية للترجمة والنشر، 1102م، الطبعة الأولى 2102م.



١) أصبح الانترنت ضرورة من ضرورات الحياة، فقد بات تعليمه في المؤسسات التعليمية مقررا دراسيا لجميع الطلبة في جميع مراحل التعليم، بدءا من مرحلة الروضة مرورا بمراحل التعليم الابتدائية والإعدادية والثانوية، وانتهاء بالجامعية، مما جعل الكمبيوتر المتحكم الأقوى في سلوك الفرد، وأصبح الدخول على الانترنت ليس مستحيلا.

٢) الاستخدامات المتعددة للانترنت، مثل الحصول على المعلومات، التسوق والتجارة العالمية، المراسلة وإقامة الصداقات والمحادثات، التسلية واللعب. كما أنه وسيلة للأذى والجريمة مثل مواقع الهكرز والمواقع الإرهابية. فالانترنت سلاح ذو حدين. فإذا كان نعمة ووسيلة تكنولوجية مهمة ات فوائد كبيرة، حين يحسن استعماله، إلا أنه قد يكون نقمة إذا أساء الإنسان استعماله.

٣) بعض السمات الشخصية تجعل الفرد ينزلق في مصيدة الانترنت، من هذه السمات: الخجل، عدم القدرة على المواجهة، الانطوائية التي تجعل الفرد لا يستطيع تكوين صداقات مع الآخرين في العالم الواقعي فيهرب إلى العالم الافتراضي الذي يجعله يعيش في عالم الخيال، والأحلام المثالية، ويعقد صداقات مع من يريد. فيتصرف بدون رقيب ويصبح هذا الشخص محبوبا، مما يشعره بذاته وأهميته ومكانته بين الناس. إن تقدير الذات المنخفض والشعور بالنقص وعدم الكفاية والرهاب الاجتماعي ومفهوم الذات السلبي والانطوائية هي من أبرز السمات الشخصية التي تدمن على الانترنت.

٤) من لديهم تاريخا مرضيا سابقا هم أكثر عرضة للإصابة بإدمان الانترنت. كما أن من يعاني من الضغوط النفسية الأسرية والمهنية والتعليمية يكون أكثر عرضة لأن يقع في فريسة الخيوط العنكبوتية.

## قصص واقعية...



فوجئ المواطنون الأميركيون بقصة انتحار المراهقة «ميغين ميير» بشنق نفسها بغرفتها وقد أقدمت المراهقة ميغين على الانتحار في تشرين الأول من العام ٢٠٠٦ بعد تعرضها للتمر السبيراني (التمر على الانترنت). وقد كانت المراهقة البالغة من العمر ١٦ عاما قد تعرفت إلى شاب من خلال موقع أميركي مشهور «ماي سبيس» يدعى جوش وقد أصبحا أصدقاء. وبعد فترة قصيرة اكتشفت ميغين أن هذا الشاب لم يكن سوى جارتهم! لكن المراهقة الأمريكية المتحيرة تداركت الأمر واحتفظت بريادة جاشها حتى بدأت تتعرض للتمر السبيراني من قبل الجارة نفسها كالقول أنها ليست لطيفة! ولم يلبث الأمر أن تحول إلى تتمر حقيقي بعد تعرضها لأبشع الشتائم والسباب، ولم يكن من إدارة الموقع إلا أن تقف ساكنة من دون حراك أو تدخل بالموقف للحد منه! هذا ويأتي انتحار ميغين صدمة نفسية عميقة لأهلها وأبيها الذين طالبوا بالحد من التمر السبيراني وتكوين شرطة إلكترونية خاصة به ودفع ضرائب مالية من قبل المتتمرين وعقوبة السجن القضائي في أسوأ الحالات. وقد بدأ تأثير التمر السبيراني واضحا في الأبوين الذين استضافهما الدكتور فيل في برنامجه الشهير.<sup>٤٩</sup>

٤٩ - المركز التربوي للبحوث والإنماء، سلامة الأطفال على الانترنت: دراسة وطنية حول تأثير الانترنت على الأطفال في لبنان. 3102م.



## مجال الأسرة

- العنف ضد المرأة
- عشر خطوات لعلاقة زوجية ناجحة
- عشر خطوات لكسب الاصدقاء والجيران
- الطلاق العاطفي



## الموضوع الأول/ العنف ضد المرأة

### حقائق..



يمكن تعريف العنف ضد المرأة بأنه: «العنف العائلي يمكن أن يشمل الحرمان الاقتصادي والعزلة، وأن مثل هذا السلوك قد يسبب الأذى لسلامة المرأة أو صحتها أو رفاهها».<sup>٥٦</sup> كما تعرّف منظمة الصحة العالمية العنف ضد المرأة بأنه «أي فعل عنيف يترتب عليه أو يرجح أن يترتب عليه أذى أو معاناة للمرأة سواء من الناحية الجسدية أو الجنسية أو النفسية، بما في ذلك التهديد بأفعال من هذا القبيل أو القسر أو الحرمان التعسفي من الحرية، سواء في حياتها العامة أو الخاصة».<sup>٥٧</sup>

### ١) الحقيقة الأولى (منهاج عمل بيجين - الأمم المتحدة):<sup>٥٨</sup>

يقر منهاج عمل بيجين المتعلق بالعنف ضد المرأة ثلاثة أهداف استراتيجية، هي:

- اتخاذ تدابير متكاملة لمنع العنف ضد المرأة والقضاء عليه.
- دراسة أسباب العنف ضد المرأة وعواقبه وفعالية التدابير الوقائية.
- القضاء على الاتجار بالمرأة ومساعدة ضحايا العنف الناتج عن البغاء والاتجار.

في إطار هذه الأهداف، وضع منهاج العمل سلسلة من التدابير الملموسة التي يجب أن تتخذها الحكومات، بما في ذلك تنفيذ الصكوك الدولية لحقوق الإنسان؛ والسياسات والبرامج الهادفة إلى حماية النساء اللائي وقعن ضحايا للعنف ومساندتهن؛ التوعية والتعليم.

### ٢) الحقيقة الثانية (أشكال العنف ضد المرأة):<sup>٥٩</sup>

يعد العنف الممارس من قبل الشريك هو النوع الأكثر شيوعاً من أنواع العنف الممارس ضد المرأة، وهو سلوك منتهج ضمن علاقة زوجية تتسبب في حدوث ضرر جسدي أو جنسي أو نفسي، بما في ذلك الاعتداء الجسدي والعلاقات الجنسية القسرية والإيذاء النفسي وسلوكيات السيطرة.

### ٣) الحقيقة الثالثة (امرأة تضرب كل ١٥ ثانية):<sup>٦٠</sup>

تشير تقارير منظمة العفو الدولية إلى أن حقوق المرأة العاملة منتهكة بشكل كبير، وذكر أن هناك امرأة تضرب كل ١٥ ثانية، كما أن هناك زوجة من كل خمس زوجات تضرب بانتظام من قبل زوجها.

٥٦-قرار الجمعية العامة المتعلق بالقضاء على العنف ضد المرأة، قرار الجمعية العامة 741/85، منظمة الأمم المتحدة - الجمعية العامة.

٥٧- برنامج الأمان الأسري الوطني، مفهوم العنف ضد المرأة وأشكاله: اليوم العالمي للقضاء على العنف ضد المرأة، 7102م.

٥٨-0A tropes eht fo htrow dnoC nrefoC no wnoB,gnijieB 4- 51 rebmetpeS 5991 detinU) snoitaN snoitacilbup sselas, on 31.VI.69.E.

٥٩-برنامج الأمان الأسري الوطني، مفهوم العنف ضد المرأة وأشكاله: اليوم العالمي للقضاء على العنف ضد المرأة، 7102م.

٦٠-عبدالمحمود، عباس أبو شامة، جرائم العنف وأساليب مواجهتها في الدول العربية، مركز الدراسات والبحوث - جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض 2102م.

## أسباب.. ٦١



### ١) السبب الأول (العنف يولد العنف) :

أظهرت العديد من الدراسات أن الأفراد الذين يعيشون في أسر يسودها العنف أكثر قابلية لأن يكونوا هم أنفسهم عدوانيين في تصرفاتهم. وقد وجد (استراوس، ١٩٨٣م) وزملاؤه أن الأزواج الذين يشبون في أسر يسودها العنف يكون احتمال ضربهم لزوجاتهم عشرة أضعاف الرجال الذين يشبون في أسر لا يسودها العنف. إن النساء اللاتي قتلن أزواجهن بسبب الإيذاء البدني كان لهن تاريخ طويل من العنف، ليس فقط مع الزوج ولكن غالباً مع الآباء في طفولتهن. إن المرأة تلجأ للقتل تحت ضغط القهر والظلم الاجتماعي والثقافي ونتيجة لقهر الزوج وتسلطه. إن العنف ضد المرأة يأخذ صورا مختلفة تبدأ من السب إلى الحرق والخنق، وأن الزوجات أكثر أفراد الأسرة تعرضا للعنف.

### ٢) السبب الثاني (ثقافات فرعية) :

تفيد بعض الدراسات أن بعض الثقافات الفرعية لديها اتجاهات إيجابية نحو العنف وهي تشجع العنف في ظروف عديدة. هذه الثقافات تطالب الذكر أن يكون عنيفا وعدوانيا نحو أي نظرة أو هفوة تعد إهانة. وقد يضرب الزوج زوجته أو يقتلها لأقل هفوة تحدث في وقت غير مناسب. إن هذه الثقافات الفرعية التي تشجع على العنف تكون أكثر شيوعا بين الفئات الاجتماعية الدنيا. وهي سبب رئيس لارتفاع معدلات الجريمة لدى هذه الجماعات.

### ٣) السبب الثالث (إحباط المعتف) :

إن العدوان لا تحركه إلا دوافع غريزية وأن الشخص يعبر عن عدوانيته كلما تعرض إلى نوع من الإحباط، ويصبح رد الفعل ألياً وهو العنف. وأكثر ما يكون مكان رد الفعل هذا هو المنزل. كما توضح بعض الدراسات إلى أن الزوج الذي يتعرض للضراعات في مجال عمله يشعر باللاقوة في التحكم في عمله أو التعامل مع زملائه أو أي عناصر أخرى في البيئة الخارجية، فإنه عندها يعود إلى منزله يمارس القوة على أفراد أسرته. إذ أنه يحاول تحويل الإحباط الخارجي إلى قوة داخل أسرته.

### ٤) السبب الرابع (العوامل الاقتصادية والاجتماعية) :

يبدو أن هناك ارتباطا بين عوامل التنمية الاقتصادية والاجتماعية، والتقدم التقني وظاهرة الجريمة عامة وظاهرة العنف العائلي خاصة. وهذا التحول الاقتصادي والاجتماعي قد أثر في تماسك الأسرة العربية وأضعف عملية الضبط الاجتماعي داخل العائلة.

## ٦٢ قصة واقعية ..

في تقرير الأمم المتحدة الذي صدر في اليوم العالمي للمرأة (تقرير عام ٢٠١١م) أشارت منظمة فإن هناك ٥٠٪ من الأزواج أشاروا إلى أنهم يضربون زوجاتهم بانتظام. وقد أشارت إحدى الزوجات إلى أن زوجها يضربها بانتظام بل ويشعل فيها النار. وعند سؤال زوجها اعترف بذلك وقال إنه يفعل ذلك لكي يؤدي زوجته لتحسن التصرف. وأشار التقرير إلى أن الزوجات نادرا ما يلجأن إلى السلطات للإبلاغ عن مثل هذه الحوادث، كما أن الزوجة لا تجد إنصافا ممن هم حولها حتى من أقاربها على أساس أن تحافظ على زوجها.

## ٦٣ توصيات وحلول ..

- ١) أهمية نشر الوعي بقانون الحماية من العنف الأسري وثقافة احترام المرأة ونبذ العنف بكل أشكاله.
- ٢) التركيز على أسس التربية السليمة المبنية على الاحترام المتبادل بين أفراد الأسرة وخلوها من أي تمييز وعنف.
- ٣) الإرشاد والتوجيه للأبناء قبل الزواج وتقديم الدعم والمشورة لهم أثناء الزواج.
- ٤) السعي لحضور دورات لإدارة الحياة الزوجية للحصول على حياة سعيدة وخالية من العنف.
- ٥) تثقيف المرأة لنفسها بحقوقها وواجباتها وكيفية إدارة حياتها الأسرية وحماية نفسها من العنف .
- ٦) فرض دورات تأهيلية لمرتكب العنف لمنع استمرار ارتكاب العنف من نفس الشخص.
- ٧) السعي نحو فرض دورات للمقبلين على الزواج عن أساسيات العلاقة الزوجية والحقوق والواجبات في إطار الزواج.

## الموضوع الثاني/ عشر خطوات لعلاقة زوجية

### نسب وحقائق...



يعرف التوافق الزوجي بأنه «التوافق في الاختيار المناسب للزوج، والاستعداد للحياة الزوجية، والدخول فيها، والحب المتبادل بين الزوجين، والإشباع الجنسي وتحمل مسؤوليات الحياة الزوجية، والقدرة على حل مشكلاتها، والاستقرار الزوجي، والرضا والسعادة الزوجية». ويعتبر الزوجان متوافقين زواجياً إذا كانت سلوكيات كل منهما مقبولة من الآخر وقام بواجباته نحوه وإشباع حاجاته، وعمل ما يربطه به، وامتنع عن عمل ما يؤذي، أو يفسد علاقته به أو بأسرتيهما.

### ١) الحقيقة الأولى (يؤثر سوء التوافق الزوجي في تكوين ميول الأمراض النفسية مثل الاكتئاب):

توضح إحدى الدراسات إلى أن المرأة غير المتوافقة زواجياً تعاني من أعراض الاكتئاب، وذلك بنسبة ٩٦٪ من حجم العينة التي تناولتها الدراسة. كما وجدت دراسة «ويسمان وبايكل» (Wisman, Paykel) عام ١٩٧٤ أن زيادة الخلافات الزوجية كانت أكبر الأحداث التي تسبق البحث عن العلاج للاكتئاب، وأن ٤٠ حالة من الحالات التي تردت عليهما في العيادة الخارجية من النساء، اللاتي لديهن أعراض متوسطة إلى حادة من الاكتئاب، أظهرن دلائل واضحة بعجز حاد وتدهور في القيام بأدوارهن كزوجات وأمّهات داخل الأسرة.<sup>٦٤</sup>

### ٢) الحقيقة الثانية (تعد مشكلة التواصل من أبرز المشكلات الزوجية):

توضح إحدى الدراسات أن مشكلات التواصل تمثل ٣٣٪ من جملة المشكلات الزوجية ومنها عدم التفاهم وانقطاع الحوار وعدم احترام الطرف الآخر، وعدم التعبير عم مشاعر الحب، ويليها عدم القدرة على حل الخلافات ١٥٪ وخلافات حول تربية الأطفال وعدم التعاون، وعدم تحمل المسؤولية ١٥٪، ثم مشكلات تدخل الأهل أو عدم احترام أهل لاطرف الآخر ١٠٪، ثم مشكلات مالية ٨,٥٪ تتمثل في بخل الزوج، ومشكلات أخرى متنوعة تتمثل في الخيانة والعناد والمشكلات الجنسية ونقص الاهتمامات المشتركة.<sup>٦٥</sup>

٦٤- حميدة، آلاء حازم؛ و وتد، صلاح الدين علي. العلاقة بين تحقيق التوقعات من الزواج وبين التوافق والرضا في الحياة الزوجية لدى الأزواج الفلسطينيين في جنوب الضفة الغربية. 5102

٦٥- ونوغني، فطيمة. أثر سوء التوافق الزوجي في تكوين الميل إلى الأمراض النفسية لدى المرأة من خلال تطبيق اختبار 2IPMM: دراسة ميدانية بمدينة بسكرة. 4102م.

### ٣) الحقيقة الثالثة (أكثر من ٥٣٠٠٠ مك طلاق بالمملكة خلال ١٤٣٧ هـ) :

توضح إحصاءات سجلات وزارة العدل بالمملكة العربية السعودية بأنه خلال عام ١٤٣٧ هـ فقط بلغ عدد عقود الزواج ١٥٧٨٧٠ عقد ، بينما بلغت مكوك الطلاق ٥٣٦٠٤ مك طلاق. الحقيقة الرابعة (الحاجات النفسية وسمات الشخصية والعوامل الاجتماعية للمتزوجين) : أقيمت دراسة هدفت إلى التعرف على الحاجات النفسية وسمات الشخصية والعوامل الاجتماعية للمتزوجين والتعرف على الدوافع اللاشعورية للحالات المتطرفة من سوء التوافق الزوجي، وتكونت من ٩٠ زوج وزوجة تتراوح أعمارهم من ٢٥ - ٥٠ سنة. وكان من نتائج الدراسة أن هناك فوارق في التوافق الزوجي بين الذين تزوجوا قبل سن ٢٥ أو بعدها، وذلك لصالح المتزوجين قبل سن ٢٥، كما كشفت الدراسة إلى أنه لا يوجد اختلاف بين المجموعة ذات المستوى التعليمي المتوسط والعالي، ومن النتائج أن التوافق الزوجي يتأثر بعدد الأطفال ومدة الزواج. كما وجدت الدراسة أن هناك فروق بين المتوافقين وغير المتوافقين في حاجاتهم النفسية القائمة وفي سمات شخصياتهم.<sup>٦٦</sup>

#### الأسباب..



أشارت الأدبيات النظرية إلى أن التوافق والرضا الزوجي يتعلقان بعدد من العوامل. ومن تلك العوامل:<sup>٦٨</sup>

#### عوامل داخلية تنحصر في كل من الزوجين، منها ما قبل الزواج، ومنها ما بعده، مثل:

- السن عند الزواج
- الاستعداد للزواج
- الأهداف الأسرية
- التنشئة الاجتماعية
- التقارب أو التباعد في المستويات الاقتصادية والثقافية والاجتماعية.
- الإعداد النفسي للزواج (فترة الخطوبة)

#### عوامل خارجية، مثل:

- تدخل أطراف من خارج الأسرة في الحياة الأسرية للزوجين.
- العائلة والظروف الاجتماعية المحيطة .
- مفهوم الدور والتوقعات الاجتماعية من الزوج والزوجة وتوقعات كل واحد من الآخر.
- التوقعات المسبقة قبل الزواج.

٦٦ - وزارة العدل السعودية.  
٦٧ - دسوقي، راوية. التوافق الزوجي، كلية الآداب جامعة الزقازيق، 6891م.  
٦٨ - حميدة، آلاء حازم؛ و وتد، صلاح الدين علي. 5102 (مرجع سابق)

## قصص واقعية...



سيدة تبلغ من العمر ٢٧ سنة، متزوجة من ١٠ سنوات، أم لطفلين، مأكثة بالبيت ذات مستوى عالي، كانت تربطها علاقة عاطفية مع زوجها، تكلت بالنجاح بالرغم من معارضة أهل لهذا الزوج.<sup>٧٠</sup> الزوج عامل حر، ذو دخل متوسط، له مستوى إكمالي، كانت علاقتها بزوجها متينة في السنوات الأولى من الزواج إلى غاية إنجاب الطفل الثاني، حيث تصدعت علاقتها الزوجية، وأصبحت تتميز بالمشاجرات اليومية والعنف اللفظي والجسدي من قبل الزوج، وذلك لتدخل أهل الزوج في علاقتهما الزوجية باستمرار، مما أثر على نفسياتها إلى درجة محاولتها الانتحار عن طريق مادة تنظيف، ومكثت على إثرها في المستشفى، وقد أجرت معها الأخصائية النفسية بالمستشفى (قسم النساء) مقابلات عدة. والحالة لم تبح لأحد بمعاناتها، حتى مع مكوثها في المستشفى، فلم تكشف عن نيتها في الانتحار ما عدا للأخصائية النفسية.

أظهرت الاختبارات النفسية التي أجريت لها بأنه لديها نقد نحو الذات وهيجان مع المرور إلى الطفل العدوانية. وكانت الخاصة المميزة لحالتها الانفعالية هي الاكتئاب، حيث تشعر بعدم الجدارة والرغبة في الموت مع الإحساس العميق بالذنب، وذلك للتصدع العاطفي الذي تعيشه مع زوجها الذي كانت تبني على زواجها منه أحلاما كبيرة للأمن والحب والاستقرار الذي افتقدته في عائلتها الأولى مع والديها. كما تفتقد الحالة إلى الاستبصار إلى الذات مع استخدام ميكانزم الإنكار، ولديها تمركز حول الذات والنجسية وطلب التعاطف الزائد من الآخرين بطريقة عدائية، ولكنها تنكر هذه المشاعر ولا تصرح بها. ويسجل مقياس توهم المرض ارتفاعا إلى جانب مقياس الاكتئاب والهستيريا، انعكاسا لتمرکز الحالة حول ذاتها مع تضخيم لمشاكلها الجسدية وردود أفعالها المبالغ فيها تجاه مشاكلها ونظرتها التشاؤمية للحياة والانسحاب والعدائية الكامنة. كما أن مقياس ارتفاع سلم البرانويا يعكس وجود اتجاهات بارانوية مع شدة الحساسية تجاه وجهات نظر الآخرين مع لومهم على ما هي فيه من مشاكل مع زوجها. وارتفاع الانحراف السيكوباتي يعكس الغضب الشديد والعدائية التي تشعر بها الحالة تجاه زوجها لإهماله لها ومعاملته السيئة لها بشكل واضح.<sup>٧١</sup>

٧٠- مصطلح «تكلت بالنجاح» من وجهة نظر الباحثة، تعني أن عقد الزواج قد تم بشكل فعلي.  
٧١- ونوعي، فطيمة، أثر سوء التوافق الزوجي في تكوين الميل إلى الأمراض النفسية لدى المرأة، جامعة محمد خيضر بسكرة، 4102م - الحالة الثالثة.

## توصيات وحلول...



١. برامج تدريبية متخصصة مخطط لها بعناية حول أساليب تطبيق مهارات التوافق الزوجي لدى معلمي المدارس المتوسطة والثانوية في التعليم العام بالمملكة العربية السعودية، والتثبت من درجة صلاحيتها لاستخدامها في عملية التدريب، وأن تأخذ صفة الاستمرارية بشكل يتواءم مع التطور القائم في التربية وعلم النفس.<sup>٧٢</sup>
٢. إجراء دراسات حول العوامل الشخصية الخمسة الكبرى وعلاقتها بمتغيرات في الواقع الميداني في عدة بيئات في المملكة العربية السعودية.<sup>٧٣</sup>
٣. السعي نحو فرض دورات للمقبلين على الزواج عن أساسيات العلاقة الزوجية والحقوق والواجبات في إطار الزواج.<sup>٧٤</sup>
٤. التركيز على أسس التربية السليمة المبنية على الاحترام المتبادل بين أفراد الأسرة وخلوها من أي تمييز وعنف.<sup>٧٥</sup>
٥. الإرشاد والتوجيه للأبناء قبل الزواج وتقديم الدعم والمشورة لهم أثناء الزواج.<sup>٧٦</sup>

٧٢- الشهرى، وليد بن محمد. التوافق الزوجي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة من المعلمين المتزوجين بمحافظة جدة. جامعة أم القرى بمكة المكرمة. 9002م.  
٧٣- الشهرى، وليد بن محمد. 9002م. (مرجع سابق).  
٧٤- الفردان، إيناس أحمد. دراسة واقع العنف الأسري ضد المرأة في مملكة البحرين. مركز تفوق الاستشاري لدعم قضايا النساء. 6102م.  
٧٥- الفردان، إيناس أحمد. 9002م. (مرجع سابق).  
٧٦- الفردان، إيناس أحمد. 9002م. (مرجع سابق).

## الموضوع الثالث/ عشر خطوات لكسب الاصدقاء والجيران

### نسب وحقائق...



تعرف جماعة الأصدقاء على أنها «تنظيم اجتماعي تلقائي في غالب الأحيان ينشأ بدافع الحاجة الاجتماعية للفرد التي لم تشبع في الأوساط الاجتماعية الأخرى، وغالبا ما يجد الفرد الراحة النفسية والشعور بالأمن والطمأنينة عندما يكون بين أفرادها، بل يستطيع أن يعبر عن شخصيته وأفكاره. فهي إذن مجتمع تلقائي لم يقم أحد بتنظيمه، ولم توضع له قواعد وقوانين، وميزته هي أنه يستلب قلوب أفرادها ويستوعب بسرعة كل فرد جديد ينضم إليه». وتعرق الصداقة لغويا بأنها من الصدق، والصدق نقيض الكذب، وبهذا تكون الصداقة هي صدق النصيحة والإخاء.<sup>٧٧</sup>

### (١) الحقيقة الأولى (الأصدقاء يؤثران على المعايير الاجتماعية للفرد) :

تقوم جماعة الأصدقاء أو الرفاق كما يسميها البعض بدور هام حياة الفرد عبر مراحل عمره (طفل، مراهق، راشد)، فهي تؤثر في معاييرها الاجتماعية وتمكنه من القيام بأدوار اجتماعية متعددة لا تتيسر خارجها، ويتوقف مدى تأثير الفرد بجماعة الرفاق على درجة ولائه لها ومدى تقبله لمعاييرها وقيمها.<sup>٧٨</sup>

### (٢) الحقيقة الثانية (الصداقة حاجة اجتماعية/ نفسية ملحة) :

يبرز الدور المهم للصداقة في حياة الإنسان بوجه عام، وفي حياة الشباب بوجه خاص، باعتبارها حاجة نفسية/ اجتماعية، ينطلق الشباب بواسطتها من العالم الذاتي الضيق إلى العالم الاجتماعي الأوسع الذي سيندمجون فيه ويعملون في إطاره. وهي علاقة اجتماعية وثيقة ودائمة، تقوم على تماثل الاتجاهات بصفة خاصة، وتحمل دلالات بالغة الأهمية تمس توافق الفرد واستقرار الجماعة.<sup>٧٩</sup>

٧٧- مصباح، عامر، التنشئة الاجتماعية والسلوك الانحرافي لتلاميذ المدرسة الثانوية، دار الأمة، ط 1، الجزائر، 3002م.  
٧٨- معجم لسان العرب.  
٧٩- مصباح، عامر، 3002م، (مرجع سابق).  
٨٠- الشماس، عيسى، الصداقة عند الشباب الجامعي، جامعة دمشق، 2102م.

### ٣) الحقيقة الثالثة (الصدقة حاجة اجتماعية ملحة) :

يبرز الدور المهم للصدقة في حياة الإنسان بوجه عام، وفي حياة الشباب بوجه خاص، باعتبارها حاجة نفسية/ اجتماعية، ينطلق الشباب بواسطتها من العالم الذاتي الضيق إلى العالم الاجتماعي الأوسع الذي سيندمجون فيه ويعملون في إطاره. وهي علاقة اجتماعية وثيقة ودائمة، تقوم على تماثل الاتجاهات بصفة خاصة، وتحمل دلالات بالغة الأهمية تمس توافق الفرد واستقرار الجماعة.<sup>٨٠</sup>

### ٤) الحقيقة الرابعة (الصدقة بين الطفولة والمراهقة) :

الطفل قبل المراهقة يعجز عن التمييز بين الذات والموضوع وبسبب ذلك يجد صعوبة في تقييم نفسه تقييما موضوعيا مما يترتب عليه فشله في توجيه الذات في الاتجاه الذي يقترب به من مثاليات الأنا وأهدافه، كما ربط بين التغيرات الجوهرية التي تحدث في خصائص الصداقة ونضج الذات حيث يكون الهدف من الصداقة في هذه المرحلة هو الاكتشاف المتبادل للذات والتعرف على أوجه القوة والضعف في شخصيته من خلال المقارنة التي يعقدها الطفل بين خصاله وخصال رفاقه، ولذلك يحرص على توفير خصلي التماثل والولاء في أصدقائه، إذ يقوم التماثل في الأذواق والسمات والاتجاهات بدور رئيسي في اكتشاف خصائص الذات من خلال آليات التصديق الاجتماعي، بينما يقوم الولاء بدور الحماية للذات أثناء الاستفراق بين ذوات لم يكتمل نضجها بعد.<sup>٨١</sup>

أسباب ...<sup>٨٢</sup>



١) المناقشة والحوار: الصداقة تسمح للأصدقاء بأن يناقشوا كل أمور حياتهم تقريبا بما يعود عليهم بالفائدة.

٢) الاعتماد المتبادل: يكون كل طرف في الصداقة قادر على استثارة انفعالات قوية لدى الطرف الآخر، وهو أمر يرتبط بخاصية الاعتماد المتبادل بين الأصدقاء.

٣) تحقيق المنفعة المتبادلة: هذا مرتبط بالاعتماد المتبادل، حيث تتيح الصداقة للأفراد المرتبطين بها أن يحققوا لأنفسهم نفعا مباشرا وذلك من خلال ما يقومون به بعضهم نحو بعض، سواء من خلال استغلال الوقت أو تسخير الجهد وغير ذلك من الإمكانيات الشخصية.

٤) الاستقرار والديمومة: وهذه الخاصية نتيجة للخواص الثلاث السابقة لأنها تعبر عن عمق الروابط التي تجمع بين الأصدقاء ومدى قدرتهم على تفعيلها لتحقيق الأغراض الشخصية والاجتماعية بالتوازي ومن دون البحث عن أطماع شخصية قد تؤدي لانهايار هذه العلاقة.

\_\_\_\_\_

٨١- الشماس، عيسى. 2102م.(مرجع سابق)  
٨٢- الصاقي، سعيد علي مشيب. بعض المتغيرات النفسية والديموجرافية وعلاقتها بالصدقة لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية. كلية التربية بجامعة الملك خالد. 8002م.



## قصص واقعية...

في صحيح البخاري عن أبي الدرداء -رضي الله عنه- قال: كنت جالسا عند النبي ﷺ إذ أقبل أبو بكر أخذا بطرف ثوبه حتى أبدى عن ركبته، قال النبي ﷺ «أما صاحبكم فقد غامر». فسلم، وقال: يا رسول الله إنه كان بيني وبين ابن الخطاب شيء فأسرعت إليه ثم ندمت، فسألته أن يغفر لي فأبى علي، فأقبلت إليك، فقال: يغفر الله يا أبا بكر ثلاثا، ثم إن عمر ندم فأتى منزل أبي بكر فسأل: أثم أبو بكر؟ قالوا: لا. فأتى النبي ﷺ فسلم عليه فجعل وجع رسول الله يتمر حتى أشفق أبو بكر فجنى على ركبته فقال يا رسول الله: والله إنا كنت أظلم مرتين فقال النبي ﷺ: «إن الله بعثني إليكم فقلتم «كذبت، وقال أبو بكر: صدق، وواساني بنفسه وماله فهل أنتم تاركوا لي صاحبي مرتين. فما أودى بعدها». فهذه الأمور التي هي مقاصد الصحة ومحامدها ويستحق الصحابة أن يفضلوا بها على غيرهم لأبي بكر فيها من الاختصاص بقدرها ونوعها وصفتها وفائدتها ما لا يشركه فيها أحد، ويدل على ذلك حديث أبي الدرداء «وواساني بنفسه وماله».

ولم يكن الصديق يقصد بعمله هذا محمدا ولا جاهها ولا دنيا، وإنما كان يريد وجه الله ذا الجلال والإكرام. <sup>٨٤</sup>



## توصيات وحلول...

(١) التدريب لاكتساب مهارة كسب الأصدقاء: بحسب دراسة أجريت على أثر التدريب على مهارات الصداقة، وقد طبقت الدراسة على عينة من الأطفال من خلال اللعب مع الآخرين ومشاركتهم في بعض المناشط، مع الملاحظة والتوجيه والتعليق. واستغرق التدريب أربعة أسابيع، أسفر عن تحسن محدود في مهارات الأطفال الذين تلقوا التدريبات، وارتفاع نسبة الأطفال الذين طلبوا اللعب معهم مقارنة بالأطفال الذين لم يتلقوا تدريبات.

(٢) البحث عن العوامل المشتركة في الصديق: فممارسة الدور الاجتماعي والمنفعة المشتركة من أهم العوامل في تكوين الصداقة، ولا سيما في المرحلة الثانوية، حيث تمنحها درجة من الاستقرار.

(٣) معرفة المواطن المختلفة للخلافات وتجنبها: أوجدت الدراسات إلى أهم الخلافات التي تنشأ بين الأصدقاء هي: الاستهزاء والسخرية، الاعتداء على الممتلكات، الخيانة والخداع، وكان من أهم الحلول لهذه الخلافات: التسامح والاعتذار، الاهتمام والمواجهة والتفاهم. إذافة إلى الحل: تجنب الخلاف وتفاديه.

(٤) بناء الثقة: تظهر الدراسات إلى أن الإفصاح عن الأسرار من أهم الموضوعات الشخصية والاجتماعية في الصداقة، كما تكشف الدراسات إلى علاقة الارتباط القوية بين التقدم في العمر وزيادة الثقة في الصديق.

٨٤- محمد، محمد حامد. الروض الأنيق في سيرة أبي بكر الصديق. ٧٤، (554 - 605).  
٨٥- السيد، عبدالحليم محمود، الترتيب القيمي لمشكلات المجتمع المصري، المركز القومي للبحوث الاجتماعية، القاهرة، 6891م  
٨٧- أبو سريع، أسامة. الصداقة من منظور علم النفس، عالم المعرفة، العدد 971، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت، 3991م.  
٨٨- أبو سريع، أسامة. 3991م. (مرجع سابق)



يُعرّف الطلاق العاطفي بأنه « نوع من الاستجابة يتضمن الابتعاد المادي (الفيزيقي) وحتى عدم النظر إلى هذا الطرف كما لو كان غير موجودا». كما يعرف بأنه «التباعد والفقْدان التدريجي للشعور بالموودة والمحبة والرغبة بين الزوجين كونهما لا يزالان تحت سقف واحد.» أيضا: «هي حالة يعيش فيها الزوجان منفردين عن بعضهما البعض رغم منزل واحد، ويعيشان في انعزال عاطفي، ولكل منهما عالمه الخاص البعيد عن الطرف الآخر وينتج عنه برودة الحياة الزوجية وغياب الحب والرضا من العلاقة بين الزوجين».

### ( ١ الحقيقة الأولى (الاكتئاب هو أهم الأعراض النفسية للمطلقة عاطفيا):

لعل أكثر الأعراض النفسية للاكتئاب شيوعا لدى النساء غير المتوافقات زواجيا هي الانعزال العاطفي؛ حيث لا يبقى للمرأة محبة لزوجها والمحيطين من حولها، فتصبح بذلك العلاقة الزوجية مصطبغة بالانفصال العاطفي العميق بالرغم من الارتباط الشرعي مع الزوج، هذا الارتباط الذي يصبح بالنسبة للمرأة ارتباط شكلي، تمليه الأعراف والعادات في المجتمع الذي تعيش فيه.

### (٢ الحقيقة الثانية (الشريك الغافل.. ومقدمات تسبق الطلاق العاطفي):

خلال الزواج هناك مقدمات تحدث قبل الطلاق العاطفي، مثل: الشريك الغير المستمتع جنسيا، الشريك الذي لديه ديون ثقيلة أو هموم ومشاكل لا يتحدث بها للطرف الآخر، الشريك الذي لا يبوح بتطورات الأمراض التي يصاب بها والتي تهدد حياته، وجود علاقة جنسية سرية أو سلسلة من العلاقات الجنسية غير المشروعة، أي أنه يوجد شريك غافل عما يجري لدى الطرف الآخر أو يشك فيما يحدث ويفتقد إلى المعلومات والدليل بشكل قاطع.



### ( ١ ) الجانب التعبيري، ويشمل:

- أ. **فتور الحب:** يتأثر الحب بين الزوجين بعدة عوامل منها المسايرة بين الزوجين، الاحترام والتقدير بين الزوجين، التعاطف.
- ب. **سوء التوافق الجنسي:** ويقصد بالتوافق استمتاع كل من الزوجين بإشباع حاجته إلى الجنس مع الزوج (الطرف) الآخر، أما سوء التوافق الجنسي فيقصد به عدم استمتاع كلا الزوجين أو أحدهما بالإشباع الجنسي مع الآخر.
- ج. **المجال النفسي:** للحالة النفسية للزوجين تأثيرا على العلاقة الزوجية فالأمراض النفسية تؤدي إلى حدوث اضطرابات حادة في الإدراك والتفكير أو في القدرة العقلية الأساسية للتمييز بين الواقع والخيال، فضلا عن الإصابة بالأمراض الجسمية ذات الأصل النفسي مثل ارتفاع ضغط الدم ومرض السكر والأزمات القلبية كلها تؤدي إلى حدوث قلق وتزيد من مشاعر الاكتئاب والحساسية الزائدة والشكوك غير المعقولة واضطراب النوم واضطراب الأكل هذا كله يساعد على الاتصال والتواصل والتفاعل غير السليم بين الزوجين.

### ( ٢ ) الجانب الذرائعي، ويشمل:

- أ. **المجال الاقتصادي:** ويقصد به كل ما يتعلق بشؤون الأسرة المالية دخلا وإنفاقا واستهلاكا، وعدم الاتفاق حول الأمور المالية في الأسرة يولد النفور في التفاعل الزوجي، وتنتج الخلافات المالية أما بسبب التبذير أو التقدير من قبل الزوجين أو أحدهما وهذا يجعل التفاهم بينهما صعبا.
- ب. **المجال الاجتماعي:** إن الصراعات والمشاجرات بين الزوجين إنما هي من الأمور الطبيعية داخل الأسرة ما دامت في حدود معينة لا تتعداها.
- ج. **المجال المهني:** أثبتت الدراسات أن الأفراد غير الناجحين في عملهم مهينين للطلاق أكثر من غيرهم لشعورهم بعدم الكفاءة في حياتهم الزوجية واعتقادهم أن التحرر من الزواج يخفف من أعبائهم المالية ومسؤولياتهم الأسرية. أما البطالة فهي تؤثر بشكل سلبي على الزوجين خاصة والأسرة عامة لأنها تؤدي إلى تقويض سلطة الزوج وعدم الاحترام الضمني له وزيادة الصراع بينهما. وقد يكون عمل الزوجة عاملا من عوامل التفاعل السلبي فالأمر يعتمد على الشخصية الناضجة للزوجة وفهمها لمسؤولياتها الزوجية الأخرى ونضوج شخصية الزوج وتجيئه لزوجته والاتفاق على الأمور المالية والأسرية.

## قصص واقعية...



سيدة تبلغ من العمر ٣٤ سنة، متزوجة منذ ١٦ سنة، أم لأربعة أطفال ذكور، ذات مستوى ثانوي، تزوجت زواج تقليدي. زوجها في الجيش الوطني ذو دخل جيد، يكبرها ب١٢ سنة، سكنها مستقل عن أهل الزوج، ولكن طبيعة عمل الزوج تحتم عليه تركها لمدة طويلة قد تتجاوز الشهر، والمكوث معها أسبوع لا أكثر. أتت الحالة للعلاج النفسي بعد رسالة توجيه من طرف الطبيبة العامة في العيادة، وتضمنت الرسالة أن الحالة تعاني من شكاوى بدنية، وبعد إجراء الفحوصات والتحليل المخبرية تبين أنه لا أساس عضوي لهذه الشكاوى الجسمية، وأنها تحتاج للتكفل النفسي.

وبعد إجراء المقابلة للحالة تبين أن وراء الشكاوى البدنية التي تعاني منها سوء توافقها الزوجي؛ فالحلة تشكو الحرمان العاطفي الذي تعيشه مع زوجها منذ زواجهما، وطول غيابه عنها بسبب طبيعة عمله، وفي أثناء تواجده معها فهو لا يقوم بواجباته الزوجية معها ولا يعوضها عن أيام غيابه. مع مرور الوقت ومع المحاولات المستمرة للحالة لمحاولة تحسين علاقتها الزوجية بزوجها، إلا أن كل محاولاتها باءت بالفشل؛ فالزوج لا يبالي بها وبمشاعرها، حتى علاقته الجنسية منذ زواجهما فهي فاشلة على حد تعبيرها؛ فالزوج لا يحب إقامة علاقة جنسية معها، وهو ما أثر سلباً على نفسيته واعتقادها بعدم رغبته فيها وإحساسها بالنقص، وأنها ليست كباقي النساء وتندم للجاذبية الأنثوية.

نتيجة لذلك أصبحت تبحث عن بديل لزوجها لملأ فراغها العاطفي فهي تحس بأنوثتها بنظرات الرجال لها خارج البيت، فهي تتعمد لفت انتباههم بالرغم من إحساسها العميق بالذنب لسلوكاتها التي تعتبرها منحرفة وغير أخلاقية وخيانة لزوجها. لذلك باحت لاجرتها في العمارة بمشاكلتها مع زوجها ونصحوها بأن زوجها «مسحور» ومن هنا بدأت بالتردد على المشعوذين أو الرقاة ولكن دون فائدة. وتم تطبيق عدد من الاختبارات النفسية على الحالة (ومنها اختبار MMPI) وكانت الخاصية المميزة لحالتها الانفعالية هو الاكتئاب، حيث سجل سلم (٠٢) الخاص بالاكتئاب أعلى درجة؛ فالحالة تشعر بالحزن الشديد لإهمال زوجها لها مع الإحساس العميق بالذنب لخيانتها له، كما وضح الاختبار حالتها «توهم المرض» و «الهستيريا» بشكل مرتفع؛ ارتفاع «توهم المرض» يشير إلى أن الحالة لا تعبر عن مشاكلها بالقدرة اللفظية وتستخدم بدنها للشكوى من أجل الحصول على المكاسب ولتف انتباه المحيطين بها، مع تمركزها حول ذاتها، ولنزوع نحو الانهزامية مع تضخم مشاكلها الجسدية. وبالمقابل فإن ارتفاع سلم «الهستيريا» فهو يعكس نقص استبصار الحالة لذاتها، ومعاناتها من نوبات هستيرية للفت انتباه المحيطين وكسب تعاطفهم واستخدام ميكانزم الإنكار. كما أن نتائج الاختبار كانت تصب كلها ضمن المثلث العصبي المتمثل في الاكتئاب وتوهم المرض والهستيريا. كما يعكس أيضاً عدم الاستقرار النفسي للحالة وتمرداها على المعايير الاجتماعية واضطراب علاقتها الزوجية. ويشير أيضاً إلى اندفاعية الحالة مع عدم تقدير لعواقب أفعالها المنحرفة، كما أن ارتفاع السلم (PaT) البرانويا فهو مؤشر على سرعة غضب الحالة مع تفسيرها للوضعيات الاجتماعية بشكل سيء.

## توصيات وحلول...



١. تدريس مادة الإرشاد الزوجي في كافة الكليات والمعاهد لتوعية الشباب المقبلين على الزواج وتأهيلهم إلى هذه المسؤولية.
٢. تبني فكرة تنظيم دورات أو برامج إرشادية خاصة بالحياة الزوجية تقدم للمقبلين على الزواج وجعلها إلزامية والنجاح فيها شرط من شروط إتمام عقد الزواج ويمنح المتدربون شهادة تؤهلهم لإتمام الزواج مع توفير الدعم الكامل لهذه الدورات.
٣. التركيز على وسائل الإعلام المرئية والمسموعة والمقروعة وتقديم برامج للإرشاد الزوجي ويقدم البرنامج أخصائيون في هذا المجال لنشر الوعي بين الناس .
٤. عمل المزيد من الدراسات الخاصة بالعلاقة الزوجية والطلاق العاطفي وعلاقته بالعديد من المتغيرات في المجتمع.

## مجال الشباب

- العمل التطوعي
- اتجاه الشباب نحو العمل الحر
- الريادة الاجتماعية
- اخلاق العمل
- البطالة وتنمية الذات
- الكسب (حب العمل)





### ثلاثة حقائق..

يعرّف العمل التطوعي بأنه « العمل الذي يستفيد منه المجتمع حينما يقوم به الفرد بمطلق حريته دون عائد نقدي» ، كما يمكن تعريفه بأنه «عبارة عن الجهد المبذول بطريقة اختيارية وبدون قسر، مرضاة لله تعالى ومصحة الوطن بإيثار الغير على الذات دون انتظار عائد ما» .

### ( ١ ) الحقيقة الأولى (دوافع التطوع بالمملكة العربية السعودية) :

دوافع التطوع بالمملكة العربية السعودية لا تختلف كثيرا عن دوافع أي مجتمع آخر، سوى أن الدافع الديني يلعب دورا كبيرا، وذلك بحسب دراسة أجريت لمعرفة وسائل استقطاب المتطوعين والانتفاع الأمثل بجهودهم، وقد خلصت الدراسة إلى أن أهم دافع للعمل التطوعي عند السعوديين هو الرغبة في الحصول على الأجر والثواب، والرغبة في تحقيق الذات والتعلم واكتساب المعارف الجديدة والنمو الشخصي والرغبة في شغل أوقات الفراغ، وتلبية حاجة فطرية لدى الإنسان وهي الرغبة بالاتصال بالآخرين.

### ( ٢ ) الحقيقة الثانية (التطوع يؤثر في التماسك الاجتماعي وسياسات الإصلاح) :

في دراسة أجريت حول التنمية الدولية والمتطوعين، والتي استهدفت توضيح التأثير الإيجابي للعمل التطوعي على التماسك الاجتماعي، خصوصا المشكلات التي تواجهها الدول النامية اليوم وكونها أكبر من قدرة الحكومات منفردة على التعامل معها، ومن ثم فإن الأنشطة الخيرية التطوعية على المستوى الدولي الوطني تساهم في تحسين قدرة الدول النامية، ودعم سياسات الإصلاح بها، وأشارت الدراسة إلى أهمية توظيف تقنية الاتصال والانترنت واستخدامها في المبادرات التطوعية.

### ( ٣ ) الحقيقة الثالثة (التطوع ضرورة من وجهة نظر الشباب):

تم إجراء دراسة في مدينة مكة المكرمة لمعرفة اتجاهات الشباب السعودي حول العمل التطوعي في مدينة مكة المكرمة، وتوصلت الدراسة إلى أن الشباب السعودي يرى أن العمل التطوعي ضروري لأنه يقوم على تنمية حب التعاون وروح المساعدة ويساعد في تكوين الخبرة الذاتية وخاصة عند تكراره، كما أكدت الدراسة أن الشباب السعودي يتطوع بغرض نيل الأجر والثواب باعتبار أن التطوع من أجل الوطن مطلب ديني في المقام الأول.

٩٧- فريز، أندى وآخرون، الدليل الأساسي لإدارة برامج العمل التطوعي، مركز بناء الطاقات، 1341هـ.

٩٨- المرواني، نايف. دراسة العمل التطوعي: إشكالاته وتطبيقاته، 3341هـ.

٩٩- القعيد، إبراهيم، وسائل استقطاب المتطوعين والانتفاع الأمثل بجهودهم، الندوة العالمية للشباب الإسلامي، 7991م.

١٠٠- الزبير، أمّنة، المقبل، مشاعل، العمل التطوعي وقيم المواطنة لدى الشباب السعودي: دراسة ميدانية مطبقة على عينة من المتطوعين في المملكة العربية السعودية، جامعة الملك سعود، 6341هـ.

١٠١- بركاوي، خالد، اتجاهات الشباب السعودي نحو العمل التطوعي، الرياض، جمعية الهلال الأحمر السعودي، 7002م.

## الأسباب..



- ١) الدافع الديني، ويشمل الرغبة باكتساب الأجر، عمارة الأرض، الأخوة بين المسلمين، عالمية الوازع الديني.
- ٢) دافع الجماعة (العصبية)، ويحركها دافع الانتماء إلى الجماعة البيت تعد حقيقة في سلوك البشر.
- ٣) الدافع الفطري، حيث يندفع الإنسان بفطرته لتلبية حاجاته التي يعبر عنها عالم الاجتماع ماسلو Maslow بمثلثه «سلم الحاجات»، والتطوع هو نتيجة فطرية للمستوى الثالث من الاحتياجات.
- ٤) الحب والانتماء الاجتماعي.
- ٥) احترام الذات.
- ٦) النماء والتطور الشخصي.

## قصة واقعية ..



- من القصص البطولية لتطوع المبتعثين وتركهم لأثر حميد كمسلمين وسعوديين في نفوس أفراد الشعوب الأخرى:
- إنقاذ مسن من الفرق: لم يتوان «أحمد المحميد» من القفز في نهر الدوكلاند في أستراليا معرضاً حياته للخطر من أجل إنقاذ.
  - متحدي الإعصار: احتفت الصحف الأمريكية بالمبتعث السعودي «علي الشهري»، بعد تطوعه لإنقاذ المتضررين من إعصار هيوستن المدمر الذي ضرب ولاية «تكساس» الأمريكية. وانتشرت صورة «الشهري» وهو يدفع عربة في أحد منازل المتضررين من الإعصار، في حين كان يفر الجميع بأنفسهم وأموالهم من هول الإعصار المدمر الذي تسبب بخسائر مادية وبشرية ضخمة.
  - إنقاذ طفل من الاختناق: كان الصبي «جايدن» (٩ سنوات)، ينتظر دوره لقص شعره، عندما أوشك على الاختناق بقطعة من الحلوى، توقفت في حلقه، إلا أن «حمود كليان» تدخل في الوقت المناسب، واحتضن الطفل من الخلف، ووضع يديه تحت أضلعه، وظل يضغط حتى خرجت قطعة الحلوى من فم الطفل. ووصف جد الطفل الشاب السعودي بالبطل، بينما قالت والدة الصبي إن «الله أرسل الشاب السعودي ليكون معنا وينقذ ابناً».
  - الإسعاف والإنعاش: استخدم المبتعث لدراسة الطب في بريطانيا وليد الثبيتي وسائل الإسعاف التي درسها لأحد المواطنين البريطانيين لإنقاذ حياته أثر أزمة سكر انتابته، بينما سارع عبدالعزيز المحلسي -بعد انتهاء فترة عمله الليلي كطبيب طوارئ مقيم في مستشفى جامعة جورج واشنطن بأمريكا- لإنقاذ شاب أمريكي كان يصارع الموت بعد أن ألقى من سيارته التي انقلبت من أعلى أحد الجسور.
  - إطفاء الحرائق: منح الدفاع المدني الأمريكي الشاب محمد الشهراني وسام الشجاعة الأمريكي بعد إنقاذه لأسرة مكونة من أربعة أفراد بإطفاء الحريق وإخماده تماماً قبل وصول الدفاع المدني وإخراج أفراد العائلة من منزلهم.
  - إنقاذ طفل يحترق: تمكن ياسر الشنيف من إخراج طفل كندي (١٢ عاماً) كان محتجزاً في المقعد الخلفي لسيارة مشتعلة في أحد شوارع المدينة، بالرغم من صيحات المارة فيه للابتعاد عن السيارة التي توشك على الانفجار، وبالفعل قد انفجرت السيارة بعد إنقاذ الطفل.

أما محليا، فقد برزت العديد من المبادرات التطوعية الشبابية التي عملت على تحقيق خدمة اجتماعية للفئات الأكثر احتياجا، ومنها:

- مجموعة احتواء التطوعية: تقول سارة الرشود (المشرفة على مجموعة احتواء التطوعية): «كان أول مشروع لنا وكان في فترة العيد فكنا في آخر رمضان نجمع ملابس العيد ونعرضها كسوق مفتوح للأسر ليأتوا ويأخذوا احتياجاتهم من الملابس للعيد، وكانت ترتب هذه الملابس على الأرفف وعلى الطاولات ويتم غسل الملابس التي تحتاج لغسيل وتعرض وكأنها سوق فتصبح الأسر بذلك كأنها تشتري من أي سوق في مركز تجاري، وتأخذ ما تحتاجه من ملابس ويمكنها أن تأخذ ملابس إضافية إذا رغبت الأسرة بذلك. واستمرت هذه الفعالية لمدة 12 يوم منها أسبوعين للتجهيز وثلاثة أو أربع أيام لاستقبال الأسر. ونفذنا المبادرة (كسوة فرج) على مدى سنتين خلال العام الماضي وهذا العام، وستكون المبادرة مستمرة سنويا بإذن الله. المشروع الثاني له نفس فكرة «كسوة فرج» ولكنه يكون في فترة الشتاء واسم المشروع «حملة دفء» ويقدم احتياجات الأسر من بطانيات ومكياجات وغيرها لمواجهة برد الشتاء. بعض مشاريعنا موجهة للأسر المحتاجة وبعضها موجهة للأيتام».
- برنامج «أنا متطوع»: تقول رزان السيف (رئيسة مركز الشراكة التطوعي): «أنا متطوع هو برنامج استهدف عدد من المدارس لتقديم الحقبة التدريبية «قوة التطوع» المقدمة من مركز العنود لتنمية الشباب - وارف، وقد قام بذلك مدربتان من مدربات قوة التطوع المعتمدات لنشر ثقافة التطوع وتحفيز العمل التطوعي المدرسي، بعد ذلك يتم تسجيل المدرسة المشاركة في مسابقة «أنا متطوع»، حيث يتم إعطاء المدرسة شهر كامل للتخطيط وتنفيذ مبادرة تطوعية وتسليم ملف الإنجاز لمركز الشراكة التطوعي ببرنامج الشراكة الطلابية بجامعة الملك سعود، في نهاية العام الدراسي كان عدد مجموع المدارس المشاركة 8 مدارس بمجموع 042 طالبة واللواتي تمت دعوتهن إلى الحفل الختامي للمبادرة، حيث تم الإعلان عن المراكز الثلاثة الأولى الفائزة. تم ترشيح هذه المدارس للفوز بحسب عدة معايير، مثل: الاستدامة، التنمية. وقد شارك حفلنا متحدثات قياديات في مجال التطوع واللواتي بدورهن أثروا وألهموا الحضور بتجارب وخبرات تطوعية وقد كن خير قدوة يحذى بها».

## توصيات وحلول ..



- 1) العمل على تشجيع ثقافة التطوع وزرعها لدى الطلبة في المدارس والجامعات وجعلها من الأنشطة المطلوبة من كل طالب وطالبة وجزء من المنهج الدراسي.
- 2) العمل على زيادة الفرص التطوعية في مختلف مناطق المملكة ومختلف المجالات لتنمية قدراتهم في مختلف المجالات وتعزيز معارفهم وخبراتهم.
- 3) العمل على تطوير المراكز التطوعية ودعمها حيث تظهر الدراسات أن تلك المراكز تساهم في تطوير أفراد المجتمع كما أنها تساهم في رفع الوعي وحل المشكلات.
- 4) العمل على رفع قدرات الشباب وتطويرهم لأنهم الثروة التي تتحلى بها الدولة واليد البناءة والمحقة لطموحاتها.
- 5) إقامة الندوات والمؤتمرات التعريفية بالمراكز التطوعية وأهم أنشطتها.
- 6) استغلال وسائل التواصل الحديثة في تعزيز العمل التطوعي والتثقيف حوله.

## الموضوع الثاني/ اتجاه الشباب نحو العمل الحر

حقائق..



يعرّف الاتجاه Attitude بأنه « حالة من الاستعداد و التهيؤ النفسي تنتظم من خلاله خبرة الشخص وتؤثر في استجابة الفرد لكل الموضوعات والمواقف المرتبطة بهذه الاستجابة»، أما التعريف الإجرائي للاتجاه فيقصد به «الآراء والمواقف التي تشكلت لدى الشباب الجامعي نحو العمل في القطاع الخاص نتيجة الخبرات الدراسية والمعرفية ، ونتيجة المؤثرات الخارجية مثل القيم السائدة في المجتمع والإرشاد الأكاديمي» .

### ( ١ الحقيقة الأولى (نظرية جنزبرج في النمو المهني: الاختيارات المهنية للأفراد تمر بثلاث مراحل نمو رئيسية) :

تمر الاختيارات المهنية للأفراد تمر بثلاث مراحل نمو رئيسية: مرحلة التوجيه الخيالي بمهنة من المهن، وتقع في بداية حياة الإنسان وطفولته وتتميز بكونها ذات أبعاد خيالية، ويرى جنزبرج أن الأطفال يظهرون اختيارات مهنية في سن مبكرة. المرحلة الثانية هي مرحلة الاختيار المبدئي أو التجريبي وتبدأ هذه المرحلة مع بداية المراهقة وفيها يكون الاختيار المبدئي للمهنة متأثراً بالعديد من العوامل التي يتفاعل معها الأفراد في الوسط الذي يعيشون فيه. والمرحلة الثالثة هي مرحلة الاختيار الواقعي وتتداخل هذه المرحلة مع المرحلة السابقة ، وتبدأ مع بلوغ الإنسان سن السابعة عشرة وتستمر حتى العشرينات من العمر ، وهي مرحلة مهمة تلعب الفروق الفردية دوراً هاماً في بدايتها ونهايتها. وفي هذه المرحلة تبرز كما يرى جنزبرج مقدرة الفرد على التوفيق بين قدراته واستعداداته وميوله وبين مجالات العمل المهني وبين الاشتراطات والمطالب الاجتماعية والمكانة الاجتماعية والاقتصادية للمهنة ، وهنا تلعب الأسرة ووسائل الإعلام والموجهون والمرشدون المهنيون وشبكات المعلومات دوراً مهماً في تحديد الاختيارات المهنية للفرد.

(٢ الحقيقة الثانية (النظرية السلوكية: يمكن تغيير الاتجاهات من خلال التعلم والاكْتساب) : إن ما يميز النظرية السلوكية هو اعتقادها بإمكانية تغيير الاتجاهات من خلال التعلم والاكْتساب ، أي أن الاتجاهات ليست دائماً ثابتة إذ يمكن تغييرها ، وستساعدنا هذه النظرية على تفسير دور الإرشاد الأكاديمي في الجامعة في تغيير أو تشكيل اتجاهات الشباب الجامعي نحو العمل في القطاع الخاص (أو الحر).

### (٣ الحقيقة الثالثة (نظرية الاتجاه: الاتجاهات كجزء من البناء النفسي للفرد) :

مفهوم الاتجاه مازال من أهم المفاهيم النفسية التفسيرية في دراسات علم النفس الاجتماعي ، كما أن الكثير من الجهود المبذولة في الدراسات الحديثة موجهة نحو اكتشاف بناء ووظائف الاتجاهات كجزء من البناء النفسي للفرد ، والاتجاه كظاهرة نفسية يرتبط دائماً بمثيرات اجتماعية إلا أنه لكي يكون هناك اتجاه عند الفرد فلا بد أن يكون هناك موضوع لهذا الاتجاه ، ولكي يكون هناك موضوع للاتجاه فلا بد أن يكون هناك خبرة عنه.

١٠٦-الرميح، صالح رميح، 8241هـ. (مرجع سابق).  
١٠٧-الرميح، صالح رميح، اتجاهات الشباب الجامعي نحو العمل في القطاع الخاص : دراسة ميدانية  
١٠٨- مطبقة على طلاب كلية الآداب بجامعة الملك سعود بالرياض، جامعة الملك سعود، الرياض، 9241هـ.

## الأسباب..



### من أسباب عزوف الشباب عن العمل الحر، كل من التالي:

- ١) تصادم رغبة الشباب في العمل الحر بمخاوف ناتجة عن قصور معلوماتي أو ضبابية في الرؤية حول كيفية البدء في العمل الحر، توفر رأس المال، الأمن الوظيفي المتدني في العمل الحر.
- ٢) تسيد الرغبة في العمل في القطاع الحكومي كقطاع مفضل للعمل فيه عند الشباب الباحث عن العمل.
- ٣) بالرغم من الانجذاب نحو مميزات العمل الحر إلا أن المخاطر التي تنطوي عليه تجعل المقدمين عليه يغلب عليهم التردد بدلا من الانجذاب.
- ٤) قلة التثقيف عن العمل الحر، وقلة التأهيل في ريادة الأعمال واستقلال الفرد بأعماله.
- ٥) قلة المعلومات عما يحتاجه السوق والفرص الاستثمارية للراغبين بالدخول في العمل الحر.
- ٦) عدم وضوح الجهات الداعمة ماليا أو تأهليا للراغبين بالعمل الحر.

## قصة واقعية ..



تقول نورة الحريب (مؤسسة شركة ناد للتصميم الداخلي): أنها تمنى أن تكون سيدة أعمال منذ الصغر ولكنها قررت أن تخصص في مجال التصميم الداخلي كحب استطلاع وأنها كانت تنوي في قرارة نفسها أن تكون تلك مهنتها التي ستحقق من خلالها طموحها كسيدة أعمال، وذلك دفعها لتطوير نفسها فحصلت على ٢٨٢ ساعة تدريبية في دورات تدريبية متعددة منها التسويق والعلاقات العامة والفنون والتصاميم، كما أنها نشطت في هذا المجال من خلال نشاطها في أعمال النشاط الطلابي حيث كانت رئيسة المجلس الطلابي، وحين تخرجت من الجامعة لم تكن الصورة واضحة أمامها حيث كانت تحتاج إلى صنع خياراتها بسبب عدم وجود خيارات فعلية على أرض الواقع، وبالرغم من توفر الوظائف أمامها في هذا المجال إلا أنها اختارت أن تتبع شغفها لمعرفة حاجات السوق الكبيرة خاصة للمنازل والفنادق متوسطة الحجم، حيث أن الشركات الكبرى تهتم بالمشاريع الكبرى فقط. فبدأت بالدورات التدريبية المكثفة لمعرفة كيفية إعداد دراسة الجدوى وإيجاد المزايا التنافسية ومهارات التسويق، كما انضمت إلى مركز دعم وتطوير الأعمال بجامعة الأميرة نورة بنت عبدالرحمن وصندوق الأميرة مضاوي بنت مساعد بن عبدالعزيز لتنمية المرأة (ديم المناهل)، حيث بدأت في التعريف عن الشركة في المعارض، وبفضل الله فقد استلمت العديد من الأعمال الحكومية والخاصة واستطاعت في عام ونصف تقديم خدماتها لأكثر من ٤٥ فلة سكنية داخل المملكة وخارجها. كما حصلت على العديد من الجوائز مثل جائزة التميز للنجاح في ملتقى تنافسية المرأة في العمل والأعمال، وفازت بالمؤتمر العلمي السابع بالمركز الثاني في مسار صناعة الأعمال. لذلك فإنها تؤمن هي وفريق عملها بأن «الجدارة تفوق الخبرة» وبالتالي هم يطمحون إلى تكوين نسيج متين من المصممين ذوي الإبداع والتميز لرفع كفاءة السوق نحو العالمية.

## توصيات وحلول ..



- ١) الأساس الذي يساعد في توسيع صفار المستثمرين ورواد الأعمال وأصحاب المشاريع الصغيرة هو التثقيف عن العمل الحر.
- ٢) إقامة الدورات التدريبية بشكل مكثف عن ريادة الأعمال.
- ٣) توفير المعلومات عما يحتاجه السوق ودراسة الفرص الاستثمارية الممكنة للأشخاص الراغبين في الدخول لعالم الأعمال الحرة.
- ٤) إقامة المعارض للتعريف بالجهات الداعمة للمشاريع الصغيرة سواء كان ذلك الدعم ماليا أم تدريبيا أم عن طريق تقديمها للخدمات .



### الحقائق..

تعرف ريادة الأعمال الاجتماعية بأنها «العملية التي يمكن من خلالها مواجهة التحديات الاجتماعية والبيئية بطريقة تتسم بالكفاءة والإبداع، وتتضمن حلولاً غير تقليدية ومستدامة». أما رائد العمل الاجتماعي هو: الشخص الذي يستطيع أن ينتج ويسوق سلعة أو خدمة تساعد على تحسين الظروف المعيشية للفقراء والمهمشين من أفراد المجتمع».

### (١) الحقيقة الأولى (للمؤسسات الريادية أثر كبير على الشباب في الدول المتقدمة) :

للمؤسسات الريادية أثراً كبيراً على جيل الشباب في الدول المتقدمة، ففي أمريكا مثلاً يتوجه نحو من ١٩٠٠٠ من خريجي الجامعات-والجامعات المتميزة خاصة- إلى العمل في المؤسسات ذات التأثير الاجتماعي. هذا الإقبال الكبير على العمل في مؤسسات الريادة الاجتماعية كان نتيجة عاملين اثنين حدثا مؤخراً، أولهما توجه أصحاب الثروات الضخمة نحو هذا المجال وتركيزهم عليه. وثانيهما: ارتفاع الوعي بأهمية المستقبل، والعمل الدؤوب لابتكار مستقبل نزهة أكثر رفاهية.

### (٢) الحقيقة الثانية (ظهور قطاع المواطنين العالميين) :

يعد قطاع الريادة الاجتماعية قديماً ولكن الظاهرة الجديدة التي بدأت تظهر بشكل واضح في العقود الأخيرة، وتعزز أهداف الريادة الاجتماعية هي ظهور منظمات متعددة الجنسيات لأهداف إغائية وتنموية، ويكون أساس هذه المنظمات التركيز على إيجاد حلول لبعض العقبات التي تعاني منها أي دولة من دول العالم بإيجاد تعاون مشترك عبر مواطنين عالميين من مختلف الجنسيات يجمعهم هدف معين. فعلى سبيل المثال لم يكن في أندونيسيا قبل ٣٠ عاماً غير منظمة واحدة مستقلة تعتنى بقضايا البيئة، أما الآن فثمة ٢٠٠٠ منظمة تهتم بهذا الشأن. وكذلك في بنغلادش فمعظم مشاريع التنمية في هذا البلد تقوم بها نحو من ٢٠,٠٠٠ منظمة غير حكومية، وفي الهند وحدها ما يزيد عن مليون مؤسسة للمواطنين العالميين، وفي كندا زادت هذه المؤسسات بين عامي ١٩٨٧ - ٢٠٠٢ بنسبة ٥٠٪ لتصل إلى ٢٠٠,٠٠٠ مؤسسة.

### (٣) الحقيقة الثالثة (المؤسسات المجتمعية في العالم العربي) :

حتى عام ٢٠١٠م يعمل في الوطن العربي ما يقارب ٧٨ رائداً مجتمعياً معترفاً بهم. وعند تحليل الأنماط والاتجاهات التي تعتمدها تلك المجموعة يمكن استخلاص ٧ ميزات مشتركة، وهي كالتالي: أنها ذات تعليم عالٍ وأغلبها من الحاصلين على مؤهلات جامعية ودراسات عليا، انخرط معظم هؤلاء الأفراد في شبابهم أو طفولتهم في أنشطة خارجة عن مناهجهم الدراسية بما في ذلك الرياضة والفنون والمنظمات الشبابية، ثلث هذه المجموعة درست أو عاشت أو عملت في خارج المنطقة، وهم يذكرون خبراتهم في الخارج كعنصر ساهم في صياغة رؤيتهم وتوقعاتهم المهنية، أغلبهم يتمتع بفهم عميق للمشاكل التي يحاولون حلها أو خبرة شخصية لحلها، أغلبهم يسعى إلى إحداث تغيير منهجي ومنظم كما يسعى للتواصل مع الحكومات لتحقيق أثر مستدام وواسع النطاق، هم سابقون من ناحية اختيار المجالات الجديدة لتسليط الضوء عليها وأساليب تقديم الخدمات أو المنتجات ضمن مجموعة واسعة من القطاعات.

## أسباب..



- ١) تحقيق أثر اجتماعي إيجابي: الريادة الاجتماعية تُلبي حاجات المجتمعات التي همشتها أو أبعدها جهات فاعلة في السوق، ومؤسسات لا تعتمد على السوق.
- ٢) التفكير غير التقليدي: تهدف الريادة المجتمعية إلى التحول الثوري في أنماط الإنتاج الذي غالباً ما يرتبط بمفهوم الريادة في نطاقها الواسع، أما في حال الريادة الاجتماعية المجتمعية فيطبق على التحديات الاجتماعية.
- ٣) استعمال الأساليب المستدامة: على الريادة المجتمعية أن تتضمن استراتيجية تحقق الاستدامة المالية ككسب الدخل على سبيل المثال.
- ٤) الإبداع القابل للتكيف والقادر على تخطي النطاق المحلي: من خلال الأفكار السبّاقة القابلة للتطبيق على نطاق واسع، تستطيع الريادة المجتمعية أن تساهم في التغيير النظامي والسبّاق.

## قصة واقعية ..



(الشَّيْخِيَّة) قرية تتبع (منطقة حائل)، تقع شمال شرقها، وفيها أحسَّ بعض أبنائها بمعاناة وحاجة أهلهم الطبيعيين، ولأنَّهم نذروا أنفسهم لخدمة وطنهم ومجتمعهم، فقد زرعوا هناك مبادرة فريدة سمَّوها (مَبْرَّة)! أمن خلالها يُقدِّمون أكثر من (١٠٠ خدمة) للسكان، إلكترونية، وورقية، وتدريبية، ك(طلب الخدمات المتنوعة، وتعبئة الاستثمارات الخاصة بها، والتقديم على الوظائف، والجامعات، والكليات، وتسديد الفواتير المختلفة، وتصوير المستندات، والسحب الآلي للنقود في ظل عدم وجود صرَّافة، إضافة لتقديم دورات في الحاسب الآلي، ومهارات التعامل مع الأجهزة الحديثة، إلى غير ذلك من المهام المجانية، التي بعضها قد يتطلَّب قيام بعض الشباب بمراجعة مدينة حائل التي تبعد حوالي ١٣٠ كم عن (الشَّيْخِيَّة)! تلك الخدمات يُقدِّمها مكتبٌ صغيرٌ في حجمه، كبيرٌ في عطائه، افتتح في رمضان من عام ٤٣٤ هـ، ويعمل فيه الآن على مدار الساعة (٢٧ ساعةً متطوِّعاً)، يقودهم صاحب الفكرة بادرة جميلة يُشكر الشباب القائمون عليها، الذين بإخلاصهم وتفانيهم حوَّلوا بلدتهم إلى (قرية ذكية)، لن تعجب إذا رأيت كبار السنَّ فيها، وهم يتعاملون بمهارة مع الهواتف الذكيَّة وبرامجها المختلفة.

## توصيات وحلول ..



- ١) تحديد تعريف ومسمى واضح للريادة المجتمعية في الوطن العربي.
- ٢) وضع المعايير المرجعية لقياس العائدات والآثار الاجتماعية والبيئية.
- ٣) دعم حاضنات المؤسسات المجتمعية و صناديق الأموال الابتدائية التي تستهدف المؤسسات المجتمعية الناشئة التي يديرها الشباب.
- ٤) تقييم الجدوى الاقتصادية لإنشاء صناديق وطنية تدعم تعميم ونشر التجارب الناجحة.
- ٥) إنشاء منتدى إقليمي للاستثمار المجتمعي لتوسيع نطاق المبادرات الشبابية.
- ٦) تحسين تنسيق جهود أصحاب المصالح المتعددين.
- ٧) عقد جلسات الحوار في مجال السياسة الوطنية والإقليمية بشأن أطر العمل القانونية.
- ٨) تعزيز الطلب والثقافة في مجال الريادة المجتمعية فيما بين الشباب والمجتمعات.

115- divaD, nietsnroB, 7002. (مرجع سابق)  
116- مبادرة شباب الشرق الأوسط، الريادة المجتمعية في الشرق الأوسط نحو تنمية مستدامة لجيل المستقبل، مركز ولفنسون للتنمية - معهد بروكفنز بالتعاون مع كلية دبي للإدارة الحكومية بالشراكة مع مؤسسة طلتك، 0102م  
117- مبادرة شباب الشرق الأوسط، 01202م. (مرجع سابق)  
118- مركز العنود لتنمية الشباب (وارف)، 5102م. (مرجع سابق).  
119- مبادرة شباب الشرق الأوسط، 01202م. (مرجع سابق)

### الحقائق..



تُعرّف «أخلاقيات العمل» بأنها: «مجموعة من القواعد والآداب السلوكية التي يجب أن يتحلّى بها الإنسان في مهنته تجاه عمله، وتجاه المجتمع ككل، وتجاه نفسه وذاته.

#### ( ١ الحقيقة الأولى (ملامح أخلاقيات الإدارة العربية):

توضح إحدى الدراسات الملامح العامة لأخلاقيات الإدارة العربية، والتي تمثلت في: الإسلام هو مصدر أساسي للأخلاقيات، تقوم الشركات العربية على مبدأ أولوية الكفاءة على أخلاقيات الإدارة، الشركات العربية تعتمد على القانون لتوجيه القرارات والممارسات الإدارية، ليس هناك اهتمام كافٍ بأخلاقيات الإدارة بديل ندرية الأدبيات والمؤلفات التي تتناول موضوع الأخلاقيات، قيم وقواعد العمل في الإدارة العربية تختلف من بلد لآخر، ونستطيع القول بأن المؤسسات العربية تحتاج إلى تطبيق مبدأ أخلاقيات الإدارة التي تبتعد عن المصالح والتحيز وعن الفردية المطلقة أو المصلحة الذاتية.

#### ( ٢ الحقيقة الثانية (المدرء وأخلاقيات العمل) :

في إحدى الدراسات التي أجريت في الولايات المتحدة الأمريكية والتي تناولت بالدراسة المعضلات الأخلاقية التي يواجهها المدبرون، اتضح أن غالبية هذه المعضلات أخلاقية، وكانت تشمل: الصراعات مع الرؤساء الأعلى والعملاء والمرؤوسين، الأمانة في الإعلانات والاتصالات مع الإدارة العليا والعملاء والمصالح الحكومية، مشكلات التعامل مع الهدايا وتقديم الدعوات لحضور الحفلات.

#### ( ٣ الحقيقة الثالثة (علاقة ضغط العمل بضعف أخلاقيات العامل) :

تفسر إحدى الدراسات كثير من ردود أفعال الموظفين وسلوكهم غير المرغوب (مثل ارتفاع معدل الغياب، كثيرة الشكاوى، أخطاء العمل المتكررة، ضعف الأداء، وغيرها) بأنها ذات علاقة بضغط العمل نتيجة العبء الزائد في العمل، أو العلاقات المتعددة، مما يتسبب في الشعور السريع بالإجهاد أو الإحباط أو الملل من العمل.

١٢٠- الدليل الاسترشادي لقواعد أخلاقيات العمل، وزارة العمل والتنمية الاجتماعية، المملكة العربية السعودية، فبراير/ 7102م.  
١٢١- لويبة، دحيمان. تأثير أخلاقيات الإدارة على عملية توظيف الموارد البشرية في الجزائر. جامعة الجزائر. 2102م  
١٢٣- السقا، ميسون سليم. أثر ضغوط العمل على عملية اتخاذ القرارات. الجامعة الإسلامية - غزة. 9002م.

## الأسباب..



### لماذا يلجأ الأفراد إلى السلوك غير الأخلاقي في العمل:

- ١) إقناع النفس بأن السلوك شرعي وقانوني، وهذا يعبر عن اعتقاد خاطئ بأن سلوك الفرد مقبول خاصة في المواقف الغامضة، وعند التعامل مع هذا الموقف غير الواضح فإنه من الصعوبة التحديد بدقة ما هو الصحيح وما هو الخاطئ.
- ٢) إقناع النفس بأن هذا السلوك يحقق أحسن استفادة للفرد، وهو اعتقاد خاطئ، فحتى لو كان يحقق هذا السلوك استفادة للمنظمة، فإن ذلك يتركز على الأجل القصير دون الأجل البعيد.
- ٣) إقناع النفس بأن هذا السلوك لن يعرف أي شخص عنه شيئاً، وهذا هو اعتقاد خاطئ بأن هذا السلوك آمن ولن يعرف به أحد من الجمهور أو الرؤساء (الذين يفضلون أنهم لا يعرفون شيئاً عن هذا الموضوع) كل ذلك سيدعم مثل هذه الأنواع من التفكير والسلوك، وفي هذه الحالة فإن أفضل شيء هو التأكيد على أن كل فرد عليه يتم اكتشاف أنه قد تصرف أو فعل أشياء خاطئة بأنه سيتم إلقاء العقاب عليه.
- ٤) إقناع النفس بأن المنظمة سوف تحميك، فهذا إدراك غير جيد للانتماء، فهذا الشخص يعتقد أن المنظمات سوف تهتم بأن تقف فوق الآخرين لحمايته أن المنظمة ستؤيد مثل هذا السلوك غير الأخلاقي، ولكن الولاء والانتماء ليس هو إكسابها أخطاء سلوكية، إن المنظمات لن تقف فوق القانون من أجل أفراد يسلكون سلوكاً غير أخلاقياً .

## قصة واقعية ..



« ما أسهل النزاهة على إنسان لم يعرض عليه أحد عشرات الملايين!»، هذا ما أورده د. غازي القصيبي في كتابه «حياة في الإدارة»، وقد عرض تجارياً لعدد من الأشخاص الذي رفضوا ملايين الريالات بينما لم يكونوا في أحوال اقتصادية مترفة، ويروي القصيبي -في نفس الكتاب- ما حدث شخصياً له: «زارني مدير شركة أجنبية عاملة في الميناء وقال أن شركته تقدمت بعطاء في مناقصة عامة طرحتها المؤسسة. كانت قيمة العقد في حدود خمسة عشر مليون ريالاً، وهو مبلغ ضخم بمقاييس ما قبل الطفرة. قال المدير الأجنبي أن «البعض» اتصلوا به قائلين أن بوسعهم ترسية المناقصة على شركته مقابل مليوني ريال. وأضاف أنه قرر، بدلاً من إضاعة الوقت مع الوسطاء، الذهاب، مباشرة، إلى صاحب القرار. طلبت منه أسماء هؤلاء «البعض» إلا أنه رفض أن يذكر اسماً واحداً وأضاف أن شركته مستعدة لدفع المبلغ لصاحب القرار، ولصاحب القرار وحده. ضحكت وقلت له أن الطريقة الوحيدة للحصول على المشروع هي تخفيض العطاء لأن صاحب القرار سيرسي المناقصة على الأقل دون أي عطاء آخر. كانت هذه المحاولة الأولى والأخيرة لرشوتي. يبدو أن الأخبار في دنيا الراشيين والمرتشين والرائشين تنتشر بسرعة البرق. وقعت في فترتي الوزارية عقوداً بعشرات البلايين من الريالات ولم أسمع أحداً يتحدث، تصريحاً أو تلميحاً، عن شيء يقدم لصاحب القرار. عندما حدثت المحاولة لم يكن حسابي في البنك يتجاوز عشرين ألف ريال. فور عودتي إلى المنزل قلت لزوجتي: «عندي خبر عجيب، أضمت اليوم مليوني ريال». أدركت زوجتي على الفور، ما حدث، وقالت: «لا يهم. لا أعتقد أننا سنموت جوعاً».»

١٢٤ - عبدهادي، أحمد إبراهيم. أخلاقيات الأعمال والمسؤولية الاجتماعية للمنظمة. 1002م.  
١٢٥ - القصيبي، غازي. حياة في الإدارة. المؤسسة العربية للدراسات والنشر. 3002م.

## توصيات وحلول ..



(١) **دور المعلم:** يعد المعلم الرائد الاجتماعي في مدرسته وبيئته ومجتمعه، وهو قائد لجماعات متعددة من التلاميذ الذين هم قادة المستقبل، لذا يجب أن يكون المعلم ذا مسؤولية اجتماعية حتى يقوم بدوره في إنماء المسؤولية الاجتماعية لدى الناشئين بأقواله وأفعاله ومظهره، بطريقة شعورية أو لا شعورية.

(٢) **دور المناهج الدراسية:** تساعد المناهج الدراسية أي دارس على الارتقاء في اهتمامه بجماعته أيًا كان حجمها إلى مستوى تعقل الجماعة وهو المستوى الذي لا يقف فيه شخص إزاء جماعته موقف المنفعل بها أو المتواجد معها فحسب بل يقف منها موقف المتعقل لفهم ظروف حاضرها والمستوعب لتاريخها، والمتصور لآمالها وأهدافها.

(٣) **دور الجماعات التربوية:** يتأثر الفرد بالجماعة في طريقة تفكيره واكتساب قيمه، عاداته، وسلوكه، والجماعة تؤثر على كل فرد من أفرادها في مجالات كثيرة مما يساعده على تكوين قيمه وأخلاقه وطريقة معاملته للآخرين ومعاملتهم له.

(٤) **دور الأسرة:** الأسرة هي أقوى الجماعات تأثيراً في سلوك الفرد، وهي العامل الأول في صبغ سلوك الطفل بصبغة اجتماعية، ويتضح دور الأسرة في: غرس تعاليم الدين الإسلامي، تعليم الأبناء كيفية التفاعل الاجتماعي وتكوين العلاقات الاجتماعية، غرس مفاهيم حب الوطن والانتماء، مراقبة سلوك الأبناء داخل وخارج المنزل.

(٥) **دور المسجد:** بحكم عمق البعد الاجتماعي للمسجد (صلاة الجماعة، الترابط الاجتماعي بين الجيران، النصائح والإرشادات والتوجيهات، الواجب الديني) فهو يعزز قيماً متعددة مثل قيمة الوقت واحترام المواعيد والالتزام بالهدوء والمحافظة على النظافة.

(٦) **دور الإعلام:** تقوم وسائل الإعلام بدور رائد في توجيه الأفراد، ولها دور كبير في إكساب القيم الاجتماعية والسلوكيات الأخلاقية والتأثير على سلوك واتجاهات الأفراد بمختلف مجالات الحياة الإنسانية والاقتصادية والسياسية والاجتماعية.

١٢٦- الزيناتي، أسامة محمد خليل. دور أخلاقيات المهنة في تعزيز المسؤولية الاجتماعية في المستشفيات الحكومية الفلسطينية. 4102م.  
١٢٧- حويطي، أحمد. بدر، عبدالمنعم. ديالو، دمبا تيرنو. علاقة البطالة بالجريمة والانحراف في الوطن العربي. أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية. الرياض. 9141هـ.

١٢٨- حويطي، أحمد. بدر، عبدالمنعم. ديالو، دمبا تيرنو. 9141هـ (مرجع سابق)

## الموضوع الخامس / البطالة وتنمية الذات

### الحقائق..



تعرف دائرة المعارف الأمريكية البطالة بأنها «مصطلح يقصد به حالة عدم الاستخدام الكلي، التي تشير إلى الأشخاص القادرين على العمل والراغبين فيه، والباحثين عنه، ولكنهم لا يجدونه، ومن هذا المنطلق فإن البطالة تشمل مجموعات مختلفة من الأفراد».

### ( ١ ) الحقيقة الأولى (البطالة والجريمة) :

الكثير من الدراسات والبحوث ربطت بين البطالة والجريمة والانحراف، وأكدت على وجود علاقة طردية بينهما، بحيث أنه كلما ارتفعت معدلات البطالة تزايدت معدلات الجريمة والانحراف، والعكس صحيح.

### ( ٢ ) الحقيقة الثانية (البطالة والمجتمعات الحديثة) :

البطالة (Unemployment) بأنها « ظاهرة اجتماعية اقتصادية (Socio-Economic Phenomenon) وجدت مع وجود الإنسان وخاصة في المجتمعات الحديثة، وأغلب التوقعات تشير إلى أنها ستظل باقية ببقائه على وجود الأرض، بل والأدهى من هذا هو أنها -في رأي كوكبة كبيرة من الاقتصاديين والاجتماعيين- تتفاقم على مر الزمن وخاصة في ظروف الدول النامية. والبطالة أيضا موجود اجتماعي (Social-Being) لا يخلو منه حديثا مكان أو زمان، كما أنها مشكلة تعاني منها جل المجتمعات المتقدمة والنامية.

### ( ٣ ) الحقيقة الثالثة (البطالة مشكلة عالمية) :

إن حجم البطالة على مستوى العالم في تزايد، حيث يوجد ٣٥ مليون عاطل عن العمل في الدول الصناعية.. فالمشكلة مشكلة عالمية وليست مشكلة دول عربية أو دول نامية.

### ( ٤ ) الحقيقة الرابعة (البطالة في السعودية) :

توضح الإحصاءات في الربع الأول من عام ٢٠١٧ أن إجمالي المشتغلون السعوديون في السعودية بلغ ٣,٠٣٨,٩٤٥ ، بينما بلغ إجمالي السعوديون الباحثون عن عمل ٩٠٦,٥٥٢ ، أما معدل البطالة للسكان السعوديون (١٥ سنة فأكثر) ١٢,٧٪ وكان ٧,٢٪ منها ذكور بينما بلغت نسبة الإناث ٣٣٪ من إجمالي معدل البطالة.

١٢٩ - حويطي، أحمد، بدر، عبدالمنعم، دبالو، دميا تيرنو، 9141هـ (مرجع سابق)  
١٣٠ - حويطي، أحمد، بدر، عبدالمنعم، دبالو، دميا تيرنو، 9141هـ (مرجع سابق)  
١٣١ - الهيئة العامة للإحصاء، البيانات والمؤشرات الرئيسية لسوق العمل 7102م.

## الأسباب..



- ١) الزيادة السكانية: حيث أن تزايد عدد السكان سنويا يسبب ضغطا على موارد الدول، ومن ثم فقد لا تتناسب فرص العمل المتاحة مع تلك الأعداد المتزايدة.
- ٢) ندرة الموارد الاقتصادية في بعض الدول.
- ٣) التحول السريع والمتزايد في التقنية: إذ تميل التقنية الحديثة - مثلا - إلى تقليل الاعتماد على الأعداد الكبيرة من العاملين بفعل استحداث آلات وأجهزة تقوم بأدوار متعددة نيابة عن الإنسان (مثل أجهزة الحاسوب وتقنية الاتصالات السريعة).
- ٤) عجز سوق العمل عن استيعاب الخريجين، فأعداد الخريجين من الجامعات والمعاهد التعليمية المختلفة تتزايد سنويا ومع ذلك يعجز سوق العمل عن استيعابهم.
- ٥) تزايد أعداد العمالة الوافدة: في بلدان مجلس التعاون الخليجي تمثل تزايد أعداد العمالة الوافدة أحد العوامل الأساسية في ظهور البطالة بين الشباب في تلك البلدان.

## قصة واقعية ..



عاطل يوفّر فرص عمل للعاطلين في تبوك!!..

يدير الشاب أيمن المسيعري «العاطل عن العمل» في تبوك حساباً على تويتر يقدم من خلاله خدمة البحث عن وظيفة لأهالي المنطقة «مجاناً» ، في الوظائف المتاحة بالشركات الخاصة والوظائف العسكرية والمدنية التي تعلنها الجهات الحكومية. يقول أيمن : « أحمل دبلوم شبكات من الكلية التقنية وشهادة Cisco وشهادة Microsoft، وكنت موظفاً لمدة ثلاث سنوات في إحدى الشركات المشغلة لأحد المشاريع؛ وبعد نهاية عقد الشركة قاموا بفصل جميع الموظفين بما فيهم « أنا»، لأجد نفسي ضمن العشرات من العاطلين والباحثين عن عمل، لذا قررت البحث عن عمل آخر. وجاءتني فكرة إنشاء حساب في تويتر يهتم بالإعلان عن وظائف الشركات الخاصة في تبوك والوظائف العسكرية، وأقوم بيئها عبر الحساب الذي حمل اسم «وظائف تبوك» لأبحث لنفسي عن وظيفة وللعاطلين في المنطقة. وتطورت الفكرة حتى أصبح لدي قاعدة بيانات حيث قمت بإنشاء مجموعات عديدة تحتوي على أكثر من ٣٠٠٠ رقم جوال أقوم ببحث إعلان الوظائف على الوتس اب للباحثين عن العمل «مجاناً»، كما أبحث لنصائح للباحثين عن العمل ونصائح للموظفين، وقد ساهمت والله الحمد في إيجاد فرص عمل للعديد من العاطلين في بعض الشركات الخاصة في تبوك ووردتني رسائل شكر من المستفيدين كما تردني العديد من الاستفسارات عن آلية الوظائف وطريقة التقديم عليها. أنني أجد سعادة غامرة في نفسي عندما أجد تعليقا أو رداً بدعوة طيبة أكون حينها قد حصلت على ما ابتغيه فلعل وعسى أن أفوز بدعوة يتقبلها الله عنده».

١٣٢ - ابن حسين، عبدالعزيز بن محمد أحمد، البطالة ودورها في إحداث الجريمة. مجلة عرب الأمن، كلية الملك فهد الأمنية. 8241هـ.  
١٣٣ - صحيفة سبق الإلكترونية، شاب عاطل في تبوك يدير حسابا لمساعدة العاطلين للبحث عن عمل. 31 مايو 4102م. [FR2W3/gro.qbas//sptth](https://www.sptth.com/qbas/gro/FR2W3)

## توصيات وحلول ..



١. الحد من البطالة بمكافحة مشكلة الفقر، وذلك باتباع استراتيجية مكافحة الفقر حيث لا تخفى العلاقة الوطيدة بين الفقر والبطالة. وذلك بوضع أسس من شأنها معالجة كل ما يهدد الأمن والاستقرار الاقتصادي والاجتماعي وأهمها علاج مشكلتي البطالة والفقر معا، ومنها: برامج التنمية للأسر الأشد فقرا.
٢. تشجيع المشاريع الصغيرة الصناعية والزراعية والخدمية وتشجيع العمل الحر لتغيير الفكر الذي كان سائدا، وهو أن الحكومة هي المسؤولة عن تشغيل الخريجين.
٣. تحسين النظام التعليمي مما يوفر العمالة الماهرة المدربة.
٤. دعم وتنمية المشروعات الصغيرة ومتناهية الصغر.
٥. دعم المؤسسات المالية التنموية (وهي مؤسسات تمويلية متخصصة تهدف لتعجيل نمو القطاعات الاستراتيجية التي تحددها الحكومة)، وذلك لتسهم في تمويل المشروعات الصغيرة والمتوسطة.
٦. تفعيل وتعظيم دور القطاع الخاص وتحفيزه على الاستثمار في إقامة البنية الأساسية للصناعات وتقديم التمويل اللازم لها وعلى المساهمة في تحفيز الأنشطة المهنية المدعمة، مثل التدريب ومراقبة الجودة.

### الحقائق..



تعرف «قيم العمل» بأنها: «عبارة عن مجموعة من المبادئ والاتجاهات التي تتطلبها طبيعة المهنة، والمتفق عليها من قبل العاملين بها لتحديد أو تعيين السلوك الذي تقتضيه مسؤوليات المهنة ذاتها وأدوارها.

أما القيم الاقتصادية فيمكن تعريفها بأنها «الاهتمامات ذات الفائدة والنفعة، وتتوافق مع زيادة الاهتمام بالأشياء العملية في الصناعة والإنتاج والثروة. وينظر أصحابها إلى العلاقات بين الناس على أساس المال والمنفعة.

### الحقيقة الأولى (تعلم قيم العمل):

في دراسة هدفت إلى الكشف عن النصوص التي تضم تصورات ومفاهيم وقيم مرتبطة بالعمل في كتب القراءة العربية المقررة على المرحلة الابتدائية في دول مجلس التعاون لدول الخليج العربية، تم التوصل إلى أن قيم العمل المتضمنة في هذه الكتب قليلة ولا تتناسب والدور الذي يمكن أن يقوم به المنهج في عملية اكتساب القيم، وأن أنماط القيم الواردة بها لا تركز على بعض القيم ذات الأهمية بالنسبة إلى عملية التنمية، وأن السعودية وسلطنة عمان والبحرين هي أكثر الدول الخليجية اهتماما بغرس قيم العمل، وأن الطابع العام لهذه القيم يحتاج إلى إعادة دراسة لتأكيد القيم المطلوب غرسها وتحديد، وأنماط المهن التي تحتاجها عملية التنمية في هذه المنطقة.

### الحقيقة الثانية (تعطل الفرد يؤدي تدريجيا إلى فقدانه المهارات) :

كلما طالت مدة تعطل الفرد فقد معها مهارته وموهبته في العمل الذي كان يمارسه، وبالتالي تتجه كفاءته إلى الانخفاض مع مرور الزمن، وهذا يعني أن تشغله من جديد سيتم بكفاءة أدنى، مما يشير إلى ضرورة تدريبه وتأهيله أي أن إنفاقه متزايدا عليه سيتم لإعادته إلى مستواه السابق قبل تعطله، مما يشكل هدرا في الموارد الاقتصادية المتاحة للمجتمع، كان من المفترض الاستفادة منها في إعداد وتأهيل ملاكات جديدة تدخل إلى سوق العمل بدلا من إعادة إنفاقها على الكوادر القديمة لا لزيادة كفاءتها بل لإعادة الكفاءة إلى المستوى السابق.

### الحقيقة الثالثة (الكسب عبر السرقة):

إن السرقة هي سلوك صادر عن حاجة أو رغبة في الاستحواذ أو التملك وتؤدي إلى وظيفة معينة متعددة أهمها: الاعتداء على حق الغير والخيانة وعدم الوفاء بالأمانة مع سوء التوافق النفسي (نتيجة الشعور بالذنب)، وسوء التوافق الاجتماعي (لانحراف سلوك صاحبه). وبما أن السرقة لا تحدث من فراغ وإنما لها عوامل دافعة للفرد، منها: الجهل، التعويض عن الحرمان، الانتقام من المربي، التأثير الإعلامي المضلل.

١٣٥- زهو، عفاف. دور كلية التربية في تنمية قيم العمل لدى طلابها، مستقبل التربية العربية، العدد 03، 3002م.  
١٣٦- كاظم، انتهال عبدالجواد. تغير القيم الاقتصادية لدى الشباب بين 9991 و 5002: بحث ميداني في مدينة الموصل. دراسات موصلية، العدد 21، نيسان 6002م.  
١٣٧- الفانم، كلثم. دور التعليم في تنمية قيم العمل، مركز البحوث التربوية، العدد 412، 7991م.

## الحقيقة الرابعة (الاتجاهات نحو التدريب التقني والمهني):

في دراسة أجريت للكشف عن اتجاهات طلاب المرحلة الثانوية نحو التدريب التقني والمهني في ضوء التغيرات الاقتصادية والاجتماعية في مدينة الرياض، أوضح ٧٦٪ من العينة أن التدريب التقني والمهني يوفر للفرد الفرصة في اكتشاف إمكانياته وقدراته، وحصوله على مهنة تناسب قدراته بوزن بلغ ٧٣٪، ويساعده بالمجمل على تغيير حياته نحو الأفضل بوزن بلغ ٧١٪. إلا أن النتائج أظهرت بعض الاتجاهات السلبية نحو التدريب المهني والتقني فيما يخص تفضيل إكمال الدراسة الجامعية على التدريب التقني والمعني بوزن نسبي بلغ ٨٢٪، وأن الحاصلين على درجات قليلة هم من يلتحق ببرامج التدريب بوزن نسبي بلغ ٧٤٪. كما أظهرت الدراسة أن للأسرة والأصدقاء دور في اتخاذ القرار نحو الالتحاق ببرامج التدريب التقني والمهني إذ تشير النتائج إلى أن أكثر من ٦٠٪ من أفراد العينة يهتم رأي أسرهم وأكثر من ٤٠٪ يهتم رأي أصدقائهم. وقد اتفقت نتائج هذه الدراسة مع عدد من نتائج الدراسات الأخرى.

أسباب..



هناك عدد من الأسباب التي تجعل الالتفات إلى التأهيل الفني والمهني أمراً ضرورياً:

١. تفضيل المواطنين لوظائف القطاع العام عن القطاع الخاص، رغم أن القطاع الخاص يسهم بنسبة ٥٧,٤٪ من إجمالي الناتج المحلي.
٢. يعتمد القطاع الخاص السعودي على عمالة أغلبها من المستويات التعليمية المتدنية وهو ما يشكل عائقاً أمام التوسع في استخدام التقنيات الحديثة وأساليب الإنتاج المتطورة.
٣. تفضيل العمالة السعودية للأعمال التي لا تطلب مهارات فنية أو مهنية عالية، ويشغل الوافدون معظم هذه الأعمال. حيث وجد أن نسبة العمالة الوطنية في هذه المجموعة المهنية ٤,٤ ألف عامل وافد لكل ألف عامل سعودي في عام ٢٠٠٣م. وما تزال هذه النسبة قليلة في إحصائيات عام ٢٠٠٨ حيث بلغت نسبة الفنيين من العمالة الوطنية في التخصصات العلمية والفنية والإنسانية بنسبة ١٨,٤٪ ومنهن العمليات الصناعية والكيميائية والصناعات الغذائية بنسبة ١,١٪، والمهن الهندسية الأساسية المساعدة بنسبة ٣٦,٢٪.

## قصة واقعية ..



تجاوز مهرجان «هلا سعودي» المقام بالواجهة البحرية بالخبر، ثقافة العيب بعدما أوجد عربات الأطفمة المتنقلة «الفود ترك» داخل المهرجان الذي يقصده يوميا الآلاف، ليس ذلك وحسب بل أبرزت لنا مشاريع «الفود ترك» قصص تلاحم الحياة الزوجية والعائلية داخل تلك العربات من أجل البدء في حياة كريمة ومجاوبة الحياة، وتحسين المعيشة، وادخار رأس مال معقول لمجاوبة ظروف الحياة المستقبلية. تركي محروس وغدير الحميدان شابات متزوجان، تركي، حاصل على الماجستير في إدارة الأعمال من إحدى جامعات هونج كونج العريقة وزوجته غدير بكالوريوس قانون، وقفا جنباً إلى جنب في عربة «الفود ترك» ليقدموا الكشري وبعض الاكلات الخفيفة ذات مذاق مميز، يشاركونهم المشروع هيثم عبدالعال ماجستير في الجيوفيزياء وزوجته، مؤكدين هدفهم المعلن العمل على رفع شأن بلدهم بالاعتماد على أبنائه وتوطين بعض الفرص الوظيفية التي كان يعمل بها الوافدين. فيما يقف عبدالوهاب الحمود وشقيقته، في مشروع للقهوة السريعة، تساعدهم كذلك الشابة هنوف المحمد حاصلة على دبلوم صيدلة، يقول عبدالوهاب وهو الحاصل على بكالوريوس إدارة أعمال من جامعة القصيم، نطمح من مشروعنا هذا ان نفتح افرع اخرى في ظل التسهيلات التي تقدمها حكومة خادم الحرمين الشريفين -حفظه الله- للشباب للبدء في مشاريع متوسطة وصغيرة تدعم الناتج المحلي السعودي. عبدالرحمن العاتني وسعود القحطاني وعبدالعزيز الخالدي ويوسف السليم ويعقوب يعقوب، يملكون عربات تقدم الهامبرجر ولكن بالطريقة السعودية، مبيين ان العربة الواحدة تكلف من 100-200 الف ريال بحسب المعدات والتجهيزات، مضيفين ان برودة الأجواء التي تعيشها المنطقة الشرقية هذه الأيام أسهمت في رفع مبيعات هذا النشاط، وأكدوا أن بعض الممارسين لأعمال البيع وتملك سيارات (فود ترك) طلاب والبعض لديه أعمال أخرى

ولكنه يمارس هذا العمل كهواية له، وحباً له وتقديراً لتشجيع الكثير من المجتمع للشباب العاملين فيه. واجمع الشباب السعودي الذين التقينا بهم، إن المشروعات والأكلات التي يعدها ويقدمها الشباب السعوديون العاملون في هذه السيارات نالت إعجاب وتفضيل العديد من زوار المهرجان، حيث ارتفعت مداخلهم كما أسهم الشتاء برفع مبيعاتهم، مشيرين أن العديد يفضل المشروبات الساخنة أكثر من الباردة هذه الأيام. وحثوا الشباب السعودي العاملين في هذا المجال وغيره إلى الصبر وممارسة عملهم بشجاعة وعدم الحياء من الناس والحياء من عملهم، ووضع خطة وجدولة للعمل والانضباطية والجدية في هذا النشاط وغيره من الأعمال التي يمارسونها فالعمل شرف والأهم وضع جدول قبل إنشاء مشروع.

## توصيات وحلول ..



١. العمل على افتتاح المزيد من فرص التعليم في مستوياته المختلفة والاستفادة من فرص «التعلم المستمر» ، وذلك من شأنه توسيع فرص التعليم مع المحافظة على الجودة النوعية وربط التعليم بالحياة الفعلية وبالاحتياجات الخاصة التي يرغبها طلب الفرصة.
٢. ربط التعليم بسوق العمل وتوسيع إطار التوظيف للخريجين، مع العمل على تدريب أو إعادة تدريب وتأهيل الخريجين وغيرهم.
٣. بناء نظام تعليمي يقوم على التجسير بين نظام التعليم الأكاديمي والتقني تضمن خلق فرص تعليم عالٍ للتخصصات التقنية والمهنية، وتدعم العديد من التجارب الإقليمية والدولية هذا الاتجاه الذي يجعل من التدريب التقني والمهني مرحلة غير منتهية.
٤. التنوع في برامج التدريب التقني وتوسيع الفرص فيه للطلاب لاستثمار الاتجاهات الإيجابية لديهم، وقد أبرزت بعض التجارب أهمية التوسع والتنوع في هذه البرامج.
٥. دراسة الاحتياجات التدريبية التقنية والمهنية لطلاب المرحلة الثانوية مما يترجم هذه الاتجاهات نحو التدريب التقني والمهني إلى واقع يعيشه المجتمع .
٦. تعزيز الاتجاهات الإيجابية لدى طلاب الصف الثالث بالمرحلة الثانوية نحو التدريب المهني والتقني من خلال برامج تدريبية تقنية ومنهية تقدم حلولاً لبعض مشكلات المجتمع .
٧. تنفيذ برامج تدريبية مسائية قصيرة المدى لطلاب المرحلة الثانوية تتوافق وحاجة سوق العمل، مما يتيح للطلبة التعرف على تفصيلات بعض البرامج ويكسبهم خبرات جديدة متوافقة مع حاجة سوق العمل.
٨. إنشاء مكاتب للإرشاد المهني في الجامعة ، تشكل الوسيط بين الطلاب الذين على وشك التخرج وبين مكاتب العمل والعمال .

## مجال الحماية الاجتماعية

- القلق النفسي
- السعادة وأسبابها
- الاكتئاب النفسي



## الموضوع الاول/ القلق النفسي



حقائق..

يعرّف فرويد S.Freud القلق بأنه «حالة نوعية يصاحبها تفريغ حركي وأن القلق الموضوعي للشخص هو خوف من خطر خارجي معروف، أما القلق العصابي فهو خوف غامض غير مفهوم للشخص الذي لا يعرف سببه». كما يتم تعريفه أيضا بأنه «ظاهرة يخبرها الناس بدرجات مختلفة من الشدة، وفي مظاهر متباينة من السلوك، ومن ثم يمكن فهمه على أساس متصل يتدرج بين حالات السواء والانحراف، والقلق العصابي أو المرض هو حالة مستمرة معممة غامضة من الشعور بالخطر والتهديد». أيضا: «شعور غامض غير سار، مصحوب بالخوف والتوتر متبوعا ببعض الإحساسات الجسمية مثل زيادة نشاط الجهاز العصبي الإرادي، ضيق التنفس، سرعة ضربات القلب».

### الحقيقة الاولى (اضطراب القلق.. الاضطراب النفسي الأكثر انتشارا):

يعد اضطراب القلق من بين أكثر الاضطرابات النفسانية انتشارا على الرغم من التفاوت الثقافي في الإبلاغ عنه. ويؤلف مجالا واسعا من الاضطرابات المختلفة، ومنها اضطراب القلق المعمم، والرهاب الاجتماعي، واضطراب الكرب التالي للرضح PTSD. وقد قدرت التكاليف السنوية لاضطراب القلق في الولايات المتحدة الأمريكية في عام 1990 بحوالي 64 مليار دولار تقريبا. وتظهر معظم اضطرابات القلق خلال الطفولة والمراهقة ويجعل من هذه الفئات العمرية أهم هدف للوقاية الأولية. وتمثل اضطرابات القلق بين الأطفال الشكل الأشيع للإمراضية النفسية، وتبلغ معدلات انتشارها السنوية من 0,7 إلى 17,7٪ وغالبا ما تكون أكثر من 10٪. وأظهر البرهان بأن نسبة من الأطفال لا يمكنهم النمو خلال اضطرابات القلق التي تصيبهم خلال المراهقة أو الكهولة.

### الحقيقة الثانية (التوزيع النسبي لاضطرابات القلق لدى البالغين):

مدى انتشار القلق بالنسبة المئوية للبالغين ما بين 71-76٪: مزيج بين قلق واكتئاب، 3٪ قلق عام الوسواس القهري، 1٪ اضطراب الذعر، 1٪ الرهاب.

### الحقيقة الثالثة (النساء أكثر عرضة للقلق من الرجال) :

تعد نسبة النساء أكثر عرضة للإصابة بالقلق من الرجال، والسبب في ذلك غير معروف حتى الآن، ولكن قد يرجع ذلك إلى عوامل متعددة جينية أو اجتماعية أو نفسية.

## أسباب..

١) أسباب ناتجة عن الأفكار المكبوتة والنزاعات والفرايز ، وهي ما يسمى بالعوامل الديناميكية.

٢) عوامل حيوية بإثارة الجهاز العصبي الذاتي مما يؤدي الي ظهور مجموعة الاعراض الجسمية وذلك بتأثير مادة الابينفرين على الاجهزة المختلفة

٣) العوامل الوراثية اثبتت الدراسات وجود عوامل وراثية واضحة في القلق النفسي وخاصة في مرض الفزع

## قصص واقعية...



«راشيل امرأة سعيدة في زوجها وأم لولدين، كما أنها ربة منزل مثابرة، تحاول القيام بكافة الأعمال المنزلية بمفردها، وتعنتني بأبيها المريض الذي يسكن على بعد دقائق قليلة منها. بينما كانت راشيل تشتري من البقالة شعرت فجأة أنها لا تستطيع التنفس، كما شعرت برطوبة في يدها وراح قلبها يخفق بسرعة. شعرت أنه يكاد يغمى عليها. خرجت من المحل، تاركة التسوق وجلست على مقعد. وما أن استجمعت قواها حتى ذهبت إلى المنزل واتصلت بزوجها. خلال بضعة أسابيع، وجدت نفسها تواجه الأعراض ذاتها في كل مرة تخرج من المنزل. في البداية، كان الأمر يحصل فقط في البقالة، لكنه بات لاحقاً يحصل ما إن تخرج من المنزل إلى البوابة الأمامية. وجدت راشيل أنها لم يعد بإمكانها الذهاب إلى التسوق إلا إذا رافقها زوجها وبقي معها. ولم يعد بإمكانها الاعتناء بأبيها إلا إذا ذهب زوجها أو أحد أولادها معها، على أن تكون الطرقات غير مزدحمة وقت ذهابهم. في النهاية، طلب زوجها من الطبيب العام أن يأتي لرؤيتها.

بعد أن تعرف الطبيب على تاريخها الطبي بالتفصيل وأجرى ترتيبات الفحوصات، عاد أخيرا لزيارتها وأخبرها أنها تعاني من رهاب الأماكن المفتوحة، وهو نوع من القلق المرضي الذي يتمثل بالخوف من الخروج من المنزل. سأل زوج راشيل الطبيب إذا ما كانت زوجته مكتئبة، لكنه أجاب بالقول إنه لم يجد إثباتا على ذلك. فأطلعها الطبيب على أسماء مجموعات العلاج بالاعتماد على النفس ووصف لها أحد الأدوية لذلك. أرسلت الجمعيات المهتمة بالعلاج بالاعتماد على النفس بعض المعلومات، لكن راشيل لم تكن ترغب في لقاء أي منهم. فكانت تشعر بالخل ووجدت أن التحدث عن مشاكلها أمر محرج على الرغم من أن جميع الذين تحدثت معهم عبر الهاتف كانوا لطفاء جدا. بعد مرور أسبوعين قالت راشيل أنها أصبحت أقل قلقا، وخرجت من المنزل. لكنها لم تكن مطمئنة إذ شعرت بقليل من التعب بعدم الثبات في رجليها بسبب تناول ذلك الدواء، فقررت أنها لا تريد أن تتناول المزيد من الأقراص وأرادت أن تحاول التغلب على مخاوفها بمفردها، فرتب لها طبيبها العام أمر التواصل مع معالج سلوكي - إدراكي من مركز المعالجة النفسية في خدمة الصحة العامة. ناقش معها المعالج بعمق ما كانت تفكر به عندما تصيها نوبات الذعر. فكمعظم المصابين بهذا المرض اعتقدت راشيل أنها مانت تصاب بنوبات قلبية. قالت إنها علمت أن ذلك غير صحيح لكنها لم تستطع التفكير إلا بذلك. وأظهر لها المعالج كيف حبست نفسها في الداخل بالحصول على دعم زوجها وأولادها. ولكنها كانت بحاجة إلى مواجهة مخاوفها والتعامل معها من دون زوجها وابنتها. وعلمها المعالج بعض تقنيات الاسترخاء. وجلسا معا وقررا ماذا يجب أن يكون هدفها من العلاج. فأرادت راشيل أن تكون قادرة على المشي إلى منزل والدها بمفردها. في الجلسة الأولى مشى المعالج مع راشيل عبر الشارع. وقد كرر الأمر بعد ذلك عدة مرات. كان يتعد عنها أكثر فأكثر في كل مرة. وفي نهاية الجلسة كانت تعبر الشارع بمفردها. في الجلسة التالية التي كانت بعد أسبوع، كانت راشيل تتمرن على عبور الشارع بمفردها. وفي الجلسات اللاحقة ذهبت إلى مسافات أبعد مع معالجها، وبعدها تمرنت على فعل ذلك بمفردها إلى بيت والدها. كانت لا تزال قلقة، لكنها علمت نفسها أن تنجح في مواجهة هذا الأمر. توقفت راشيل عن رؤية المعالج، لكنها طلبت من زوجها أن يفعل ما كان يفعله المعالج لكي تتابع التعامل مع قلقها، أي أن يمشي معها في البداية، ثم يتركها تدريجيا لتمشي بمفردها. بعد مرور شهر، تلقى المعالج اتصالات هاتفيا من محل البقالة. لقد نجحت راشيل!«

## توصيات وحلول...

- ١) زيارة معالج نفسي للحصول على تشخيص سليم عن الحالة التي يشعر بها الشخص .
- ٢) زيارة المعالج النفسي لعمل جلسات علاجية .
- ٣) تثقيف النفس بالقراءة والاطلاع عن الحالة .
- ٤) زيارة طبيب في حال لم يكن هناك نتائج من الجلسات العلاجية .
- ٥) تناول العقاقير إذا احتاج الامر .



السعادة هي الشعور باعتدال المزاج، ومن الناحية المعرفية التأملية السعادة هي الشعور بالرضا والإشباع وطمأنينة النفس وتحقيق الذات والشعور بالبهجة واللذة والاستمتاع، إذا فهناك عامل مشترك بين الناحيتين وهو : الشعور بالرضا الشامل، والذي من الممكن تقسيمه إلى الرضا عن جوانب معينة. يعرف دينر Diener مصطلح «الرضا عن الحياة» Life Satisfaction بأنها التقييم الإيجابي للفرد لحياته وفقا للمعايير التي يحددها بنفسه. ويبين بأن الرضا عن الحياة يرتبط مع خبرات الفرد في مختلف محالات حياته.

### الحقيقة الأولى (السعادة في العمل):

تم إعداد استطلاع رأي لـ ١٥٤ موظف حكومي عن السعادة في العمل، حيث أشار الموظفون إلى أن التشجيع والتقدير أهم عامل من العوامل المؤثرة على السعادة في العمل، وقد كانت نسبتهم ٢٦٪، أما العوامل الأخرى فكانت كالتالي: ٢٠٪ الاستقرار الوظيفي في العمل، ٢٠٪ الراتب الذي تتقاضاه، ١٨٪ العلاقات في العمل، ١٠٪ التطوير الوظيفي، ٦٪ العمل الجماعي.

### الحقيقة الثانية (السعادة لا يحدد معاييرها إلا صاحبها):

يعرف هيرلوك Heirlook الرضا عن الحياة على أنه كيف يحكم ويقيم الأفراد حياتهم من وجهة نظرهم الخاصة. وهذا التقييم يكون من جانبين: الأول معرفي: ويتمثل في إدراك الفرد وتقييمهم لحياتهم بشكل عام أو تقييم جوانب محددة في الحياة مثل الرضا عن العمل أو الدراسة. والجانب الثاني تقييمي: ويتمثل في كيفية تقييم الأفراد لحياتهم بناء على تكرار الأحداث السارة أو غير السارة وما تسببه سواء من سعادة أو توتر وبالتالي الشعور بالرضا أو عدم الرضا وبدرجات مختلفة من فرد إلى آخر.

### الحقيقة الثالثة (عوائق أمام السعادة):

إن الاعتلالات النفسية شائعة وعالمية الانتشار، إذ مثلت الاضطرابات النفسية والسلوكية ١١٪ من العبء الإجمالي للمرض في عام ١٩٩٠م المعبر عنه بسنوات العمر المصححة باحتساب مدد العجز DALY، مما ينبئ بزيادة تصل إلى ١٥٪ بحلول عام ٢٠٢٠م. تسبب مشاكل الصحة النفسية أيضا تكاليف أخرى متفاوتة في المجتمع. ولقد كان الاكتئاب المساهم الرابع الأكبر في عبئ المرض في عام ١٩٩٠م، ويتوقع أن يصبح السبب الثاني الأكبر بعد مرض القلب الإقفاري بحلول عام ٢٠٢٠م.

١٥٣- ارجايل، مايكل، سيكلوجية السعادة . سلسلة عالم المعرفة، المجلس الوطني للثقافة والفنون، الكويت، 6891م.  
١٥٤- تلمساني، قاطمة، الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة المدرسة العليا: دراسة ميدانية على عينة من طلبة المدرسة العليا بهران. مجلة الباحث، ١٥٥- السعادة في العمل، مجلة الموارد البشرية، دائرة الموارد البشرية، حكومة رأس الخيمة، العدد الرابع، يونيو 6102م.

## الأسباب...



يشير بعض الباحثين إلى أن جودة الحياة تتعلق بثلاثة أبعاد، وهي:

- (١) جودة الحياة الموضوعية: وتعني ما يوفره المجتمع من إمكانيات مادية إلى جانب الحياة الاجتماعية الشخصية للفرد.
- (٢) جودة الحياة الذاتية: وتعني كيف يشعر الفرد بالحياة الجيدة التي يعيشها، أو مدى الرضا والقناعة عن الحياة والسعادة بها.
- (٣) جودة الحياة الوجودية: وتعني مستوى عمق الحياة الجيدة داخل الفرد والتي من خلالها يمكن للفرد أن يعيش حياة متناغمة ويصل إلى الحد المثالي في إشباع حاجاته البيولوجية والنفسية، كما يعيش في توافق مع الأفكار والقيم الروحية والدينية السائدة في المجتمع.

## كما يرى بعض الباحثين أنها تتضمن الأبعاد التالية:

- (١) تقبل الذات: ويشير إلى القدرة على أقصى مدى تسمح به القدرات والإمكانيات، والنضج النفسي، والاتجاه الإيجابي نحو الذات.
- (٢) العلاقات الإيجابية مع الآخرين: ويشير إلى القدرة على إقامة علاقات اجتماعية متبادلة مع الآخرين قائمة على الثقة والمودة، والقدرة على التواجد مع الآخرين، والقدرة على العطاء مع الآخرين.
- (٣) الاستقلالية: وتشير إلى القدرة على تقرير مصير الذات، والاعتماد على الذات، والقدرة على ضبط وتنظيم السلوك الشخصي.
- (٤) الكفاءة البيئية (السيطرة على البيئة): وتشير إلى القدرة على اختيار وتخيل البيئات المناسبة، والمرونة الشخصية أثناء التواجد في السياقات البيئية.
- (٥) هدفية الحياة: وتشير إلى أن يكون للفرد هدف في الحياة، ورؤية توجه تصرفاته وأفعاله نحو تحقيق هذا الهدف، مع المثابرة والإصرار.

## قصص واقعية...



تقول فادية: «تزوجت وأنا لم أبلغ العشرين، وكانت الحياة مع زوجي سلسلة هادئة.. ربما رتيبة! بلا بهجة! وحين أنجبت ابنتي الكبرى عرفت معنى «الفرحة»، وأن ينخلع القلب حنانا إذا ضحكت أو بكت. وحين أشرق علي طفلي الثاني بوجهه الصبوح عرفت معنى أن يصبح إنسان بالنسبة لك في لحظة ما.. الحياة بأسرها. وحين أنجبت ابنتي الصغرى أحسست أن الدنيا أعطتني من السعادة ما لم تعطه لأحد قبلي ولا بعدي. صار وجداني كله كتابا تنقش عليه ذكريات تطورهم.. حين ركزوا نظرهم علي لأول مرة.. حين نطقوا أول كلمة.. حين خطوا أول خطوة على الأرض.. حين صاروا بلا حاجة للحفاظات.. حين فرحوا بلعبة جديدة.. حين ذهبوا للمدرسة... بعد حوالي تسع سنوات توفي زوجي فجأة في حادث. تألمت بالطبع، ولكن للم يكن حزني عليه فقدنا للحبيب بقدر ما كان اعتصار القلب على أولادي. ولم يمض وقت طويل حتى تماسكت، وصممت على أن أكون لهم الأم والأب معا. كنت أشعر بحبي لهم يتدفق مع دمائي، يعطيني قوة غير عادية، وكأنني «امرأة خارقة»، فصرت أدير تجارة والدهم، ولم أكن أعرف عنها حرفا من قبل، وأتابع دروسهم، وأنشطتهم الرياضية وهواياتهم... و... على مدى طفولتهم وشبابهم كنت أشعر أنني حققت كل ما أصبو إليه؛ فأنا موضع ثقتهم وسرهم واحترامهم، وأنا مصدر الحب والرعاية، وأنا مصدر السعادة والمرح. أذكر مراقبة ابنتي وهي تسر لي بحبها الأول، فأطمئنتها.. أتذكر ولدي وهما على أعتاب الرجولة، أتحدث إليهم كصديقة لا واعظة. كانوا ثلاثتهم يجدون الأمان في نظرة الرضا مني، ويراجعون أنفسهم طواعية في أي أمر يشتمون أنه لا يرضيني. كنت سعيدة سعادة أظنها حقيقية. لم أشعر يوما أنني شابة تحتاج الزواج، وقد كنت لم أبلغ الثلاثين حين توفي زوجي. لم أشعر أبدا أنني أضحى بجمالي وشبابي، كما يقول الناس. بل كنت أشعر باكتفاء غريب يدهش ما حولي، وهم لا يعرفون أنني أعيش ثلاث حيوات بدلا من حياة واحدة! يا لي من محظوظة!»

١٥٦- أبو الحسن، سميرة؛ حماد، عبدالله محمود؛ بحيري، صفاء محمد. جودة الحياة: مظاهرها أبعادها محدداتها وكيفية قياسها وتحسينها، مجلة العلوم التربوية، العدد الثاني، ج1، أبريل 5102.

١٥٧- بو عيشة، آمال. جودة الحياة والهوية النفسية، علم النفس الإيجابي، إصدارات مؤسسة العلوم النفسية العربية، عدد 42، 4102م.

١٥٨- رافع، عائشة. كن نفسك تكن سعيدا: تجارب بعض البشر وصولا إلى السعادة. النشر مؤسسة البناء الإنساني والتنمية.

## توصيات وحلول ...



### للوصول إلى السعادة، يوصي بعض الخبراء بالتالي:

#### أ. السعادة للأطفال:

- ١) دفع الطفل للإحساس بالقدرة على الإنجاز.
- ٢) إشعار الطفل بالاستقلالية.
- ٣) تعزيز اعتماد الطفل على الذات.
- ٤) فهم الطفل ودفعه للإحساس بالطفل بأن المحيطين به يفهمونه.
- ٥) احترام الطفل واستشعاره لذلك من الآخرين.
- ٦) التقدير والثناء على الطفل.
- ٧) التعبير عن محبة الطفل.

#### ب. السعادة للبالغين:

- ١) النوم الكافي .
- ٢) ممارسة الرياضة.
- ٣) العطاء ثم الأخذ.
- ٤) معرفة أن الحياة مليئة بالسلبيات، كما هي مليئة بالإيجابيات.
- ٥) إثراء الحياة بالمتع الصغيرة.
- ٦) اكتساب الأصدقاء الجدد.
- ٧) عدم الاهتمام بتوافه الأمور .
- ٨) تقنين استخدام وسائل الاتصال (الهاتف أو الجوال).
- ٩) العناية بالجمال والأناقة والهندام.
- ١٠) الاهتمام بالصحة.
- ١١) المشاركة في التحصيل العلمي والمعرفي والثقافي.
- ١٢) القضاء على التردد.

## الموضوع الثالث / الاكئاب

حقائق ...



يعرف الاكئاب Depression بأنه « حالة انفعالية وقتية أو دائمة يشعر فيها الفرد بالانقباض والحزن والضيق وتشيع فيها مشاعر الهم والفم والشؤم فضلا عن مشاعر القنوط والجزع واليأس والعجز، وتصاب هذه الحالة أعراض محددة متصلة بالجوانب المزاجية والمعرفية والسلوكية ومنها نقص الاهتمامات، وتناقص الاستمتاع بمباهج الحياة، وفقدان الوزن، واضطرابات في النوم والشهية، بالإضافة إلى سرعة التعب، وضعف التركيز، والشعور بنقص الكفاءة، والميل للانتحار».

### الحقيقة الأولى (الاكئاب واحدا من أهم الاضطرابات النفسية انتشارا، وسيحتل المرتبة الثانية من أهم أسباب الوفاة والإعاقة في العالم بعد أمراض القلب بحلول عام ٢٠٢٠م):

يمثل الاكئاب واحدا من أهم الاضطرابات النفسية انتشارا، ويصيب حوالي ٣٤٠ مليوناً من البشر في أرجاء العالم، وقدر في ٢٠٠٢ أن الاكئاب الأحادي القطب قد سجل ٤,٥٪ من مجمل سنوات العمر المصححة باحتساب مدة العجز DALY. وهو السبب الرئيسي للعجز في الإقليم الأوروبي، ويتوقع أن يصبح الاكئاب الأحادي القطب السبب الثاني المسجل لعبء المرض في عام ٢٠٢٠م، وأن يسجل ٥,٦٪ من سنوات العمر المصححة باحتساب مدة العجز DALY، ويقع مباشرة بعد مرض القلب الإقفاري. وهذا يعني أن الاكئاب

الأحادي القطب سيصبح السبب العالمي الثالث للعجز الناجم عن الحالات النفسية العصبية، ولذا سيصبح الاضطراب النفسي الأهم.

### الحقيقة الثانية (المرأة والاكئاب):

أوضحت العديد من الدراسات أن نسبة انتشار الاضطراب الاكئابى الأساسي تصل إلى ٤,٩٪ أما نسبة انتشار الاكئاب المزمن فتصل إلى ٣٣٪، كما يشير الدليل الإحصائي والتشخيصي الرابع المعدل للاضطرابات النفسية أن نسبة التعرض مدى الحياة للإصابة بالاكئاب في مرحلة الرشد تتراوح بين ١٠-٢٥٪ لدى السيدات وبين ٥-١٢٪ لدى الرجال، ومما يجب الإشارة إليه أنه توجد اختلافات في وجهات النظر حول الفروق الجنسية في الإصابة بالاكئاب، ومن ذلك فإن الحظ العام للتأثر ما زال يوضح نسبة انتشار الاضطرابات الاكئابية لدى النساء أكبر منها لدى الرجال. وتوضح بعض الدراسات أن العامل الجنسي (أي جنس الشخص، ذكرا كان أم أنثى) ليس هو المسؤول في حد ذاته عن ارتفاع الاكئاب، وإنما يبدو أن الضغوط النفسية والاجتماعية التي تقع على فئة دون أخرى، والإحباطات المرتبطة بالنمو الاجتماعي، والرغبة في تحقيق الأحلام، وما تجده هذه الرغبة من معوقات اجتماعية أو نفسية، هي المسؤولة أساسا عن هذا الارتفاع.

### الحقيقة الثالثة (تطور الاككتاب عبر المراحل العمرية):

في سن الرضاعة: يمكن للنقص الطويل الأمد في الاهتمام والحرمان الاجتماعي أن يسبب الانسحاب وفقدان الاهتمام بعد مرحلة من الاحتجاج والصراخ. ويمكن لهذه الأعراض أن تتوافق كذلك مع أعراض نفسية جسدية كاضطرابات النوم والتلملل Jactitation . سنوات الطفولة الأولى: يمكن ملاحظة الأعراض الاكتئابية من خلال الكف الشديد وقلق الانفصال وانخفاض الدفاعية، وبشكل خاص عندما تظهر هذه الأعراض في سياق صد الوالدين للأطفال.

سن الطفولة المتوسطة: تلاحظ الأعراض الاكتئابية من خلال البكاء والحزن الذي يعقب مباشرة صد الوالدين أو تقييدهما لسلوك الطفل. وعلى الرغم من أنه يمكن إدراك التعابير الاكتئابية للوجه، غير أنه يصعب على الأطفال الصغار وأطفال سن المدرسة أن يمتلكوا القدرة على إدراك اكتئابهم الخاص. إلا أنه يمكن ملاحظة مشاعر عدم الاستمتاع من خلال فقدان الرغبة باللعب وتراجع القدرة على التخيل. بالإضافة إلى الانسحاب الاجتماعي من محيط الأصدقاء والوالدين أو الأقارب واضطرابات الدخول في النوم وفقدان الشهية والوزن وتراجع الإنجاز المدرسي والشكوى من التعب والسلبية. ومع التقدم في السن تبدأ أفكار الانتحار بالظهور. ويمكن ملاحظة التملل النفسي الحركي من خلال عدم الاستقرار الحركي والقلق وعدم القدرة على اتخاذ القرار وأعراض الهمم والفم وأحياناً طقوس قسرية. سن الطفولة المتأخرة: تتوافق مشاعر الاككتاب بانخفاض بمشاعر القيمة الذاتية، لأنه منذ هذه السن يتيح النمو المعرفي (الاستعرافي) للطفل إمكانية استنتاج الاككتاب من خلال الظرفة القائمة.

سن المراهقة: يغلب للاككتاب أن يرتبط بمشاعر متزايدة ومشوهة من فقدان المعنى والفشل والذنب.

سن الرشد: تمثل أعراض مثل كثرة التأمل والانشغال بالذات ودوافع الانتحار ومشاعر النقص مظاهر المتلازمة (الزملة) الاكتئابية.

## الأسباب...

للاكتئاب ثلاثة مصادر رئيسية، وبالرغم من أن كل مصدر من المصادر الثلاث كفيل وحده بإحداث الاضطراب والتوتر والمرض، فإن الاكتئاب يحدث عادة بسبب التقاء هذه العناصر مجتمعة أو اثنين منها على الأقل. وهذه المصادر هي:

### العوامل البيولوجية:

أ. العامل الوراثي: كشفت البحوث وجود تماثل في شيوع هذا الاضطراب في أسر دون الأخرى، وشيوعه بين التوائم حتى لو نشأوا في ظروف اجتماعية مختلفة، مما يرجح وجود تفسير وراثي.  
ب. التوازن الكيميائي الحيوي: بينت سلسلة من الدراسات المبكرة أن بعض جوانب الاكتئاب قد تكون نتيجة لاختلال في توازن البوتاسيوم والصوديوم عند المكتئبين. وقد تبين أن من شأن هذا الاختلال أن يؤثر مباشرة في إمكانيات الإحساس بالراحة، مما يؤثر بدوره في إثارة الأعصاب. وتأكد ذلك، عندما تبين أن مستوى تكثيف الصوديوم في داخل الخلايا العصبية يزداد ويرتفع لدى المصابين. فضلا عن هذا تبين أن مستوى الصوديوم ينخفض ليصبح عاديا عند المكتئبين، بعد إخضاعهم للعلاج بنجاح من حالات الاكتئاب.  
ج. الجوانب المتعلقة ببناء الجهاز العصبي ووظائفه، والذي يمثل المخ أحد أعمدته الرئيسية.

### التعلم الاجتماعي:

وما يؤدي إليه من اكتساب أنماط شخصية خاصة. وما تشتمل عليه من عوامل فرعية أخرى، كأساليب التنشئة المبكرة، والطرق الوالدية في التعامل مع الأطفال، والأوضاع الأسرية.

### الضغوط والأزمات البيئية:

مثل الصراعات في العمل، الزواج أو الخطوبة، الطلاق، الانفصال أو الهجرة، مرض أو وفاة أحد الأبناء، الانتقال إلى عمل جديد أو ترقية، خسارة مادية فادحة، مرض أدى لتغيير عاداتك في الأكل أو الشرب، الأدوية، تحقيق إنجاز كبير، وغيرها. ويثبت علماء النفس أن تزايد مثل هذه الأحداث في حياة الإنسان إيجابية كانت أم سلبية، داخلية كانت أم خارجية قد لا يكون مرغوبا فيه من الماحية الصحية، حيث أن تكرار تلك الأحداث يمثل ضغوطا نفسية وعبئا.



## قصص واقعية...

«فحص السيد م.م للمرة الأولى في ٢٠٠٣ حيث كان يبلغ من العمر ٢٤ سنة، أعزب، الثاني من بين تسعة إخوة وأخوات، ذو مستوى ثانوي. أما مستواه الاجتماعي الاقتصادي جد متواضع، وهو موظف في سلك الأمن الوطني.

م.م تم فحصه من طرف طبيب عقلي الذي أعطاه الأدوية والمتمثلة في المهدئات، مع عطلة مرضية لكن بعد أشهر توقف عن أخذها لأنه لم يتحمل الآثار السلبية للأدوية، كما أن العطلة المرضية أزمت حالته النفسية أكثر (مشاكل في المنزل وحاجته إلى المال لا تسمح له بتمديد العطلة المرضية). خلال اللقاء الأول كان اتصال م.م، كان يعبر ويلج على حاجته للمساعدة لأنه -حسب قوله- تلقى صدمة من الأطباء خصوصاً الطبيب الذي صرح له بأن حالته الصحية جد معقدة وهي في تدهور مستمر لأنه يعاني من آلام حادة في الظهر والأعضاء السفلى.

ومنذ تلك الفترة حالته النفسية غير مستقرة، حتى وصل به الأمر إلى محاولة الانتحار وهذا منذ ثلاثة أشهر المرة الأولى في أبريل والثانية في مايو لسنة ٢٠٠٣، عندما كان في منزله حاول أن يلقي بنفسه من قمة الجبل).

أصبح يخاف من حمل سلاحه معه «أخاف أن أستعمل سلاحه لانتحر به». ومنذ أن تدهور صحته الجسدية أصبح يعاني من الاضطرابات التالية: الانطواء، التقدير الذاتي المنخفض جداً، المزاج الحزين دائماً، الإفراط في الحساسية، الشعور بالذنب لعدم قدرته على تلبية مطالب عائلته التي هي بحاجة ماسة إليه، اضطرابات في الأكل، اضطراب في النوم، الأحلام (كوابيس)، أفكار انتحارية، نظرة غامضة للمستقبل. تم التحليل الوظيفي حسب شبكة SECCA بحيث تم التحليل الماضي والحالي للسلوك المشكل للعميل. التحليل الماضي: العميل لديه سوابق مرضية عائلية أي أخ أصفر منه يعاني من اكتئاب وهو حالياً تحت علاج طبي بالإضافة إلى والده وعمه لديهم سوابق مرضية (اكتئاب نفسي). وقد تعرض العمل منذ سنوات إلى صدمة نفسية (هجوم جماعة إرهابية مسلحة على منزله الذي يتواجد في منطقة معزولة وجبلية، مع العلم أنه كان وحده في المنزل ولم يعرف كيف يتصرف).

التحليل الحالي: بدأت وضعيته النفسية تتأزم بعد أن لقي خبر خطورة مرضه العضوي من طرف طبيبه المعالج. رفض طلب تحويله بقرب مقر سكنه كان صدمة كبيرة بالنسبة له لأن كل أماله كانت معلقة بهذا الطلب لهدف مساعدة عائلته مادياً. مشاكل عائلية: قام الأب بإجراء عملية مما أثر سلباً على العميل. السمات الخاصة بالعميل: كل العائلة تنتظر منه المساعدة نظراً لأنه الأخ الأكبر والموظف الوحيد في العائلة، كما أنه لا يعرف وضع حدود لمطالب محيطه. أمام كل هذه الظروف أصبح يشعر بتأنيب الضمير ويفكر في نفسه أنه عاجز (تقدير ذاتي منخفض).

ومن خلال التحليل الوظيفي واستبيان الاكتئاب (هاميلتون) ظهر الاكتئاب متوسط (٢٠)، مع ملاحظة اضطرابات جسدية: فقدان شهية، آلام غير محتملة في الظهر والأعضاء السفلى، صداع، فقدان النشاط، الإعياء، اضطرابات الجهاز الهضمي، اضطرابات فسيولوجية مع تصبب العرق. بالإضافة إلى تشوهات معرفية، مثل: التداخل العشوائي، المبالغة في التعميم، بخص الإيجابيات والانتقاء السلبي، العزو الشخصي، التفكير الاكتئابي.

تم اختيار الاستراتيجيات العلاجية التالية: الاسترخاء، معالجة الأفكار الآلية، الحوار الداخلي، التدرج الاجتماعي الإيجابي.

## توصيات وحلول ...



- ١) برامج تثقيف الأشخاص المخترين حول التفكير الإيجابي وتحدي أنماط التفكير السلبي، وتحسين مهارات حل المشاكل. وقد أظهرت الدراسات المعيشة في حالة المراهقين فقط بينة عن انخفاض النوايب الاكتئابية، مع هبوط البدء والنكس عند ٤٠ - ٧٠٪ في السنة الأولى بعد التدخل.
- ٢) الوصول إلى أكبر انتشار للمخترين، من خلال استعمال المواد المكتوبة للمساعدة الذاتية، ووسائل الإعلام والانترنت.
- ٣) استخدام الاستراتيجيات غير المباشرة في التخفيف من اختطار الاكتئاب، مثل برامج القلق العلاجية المبرهنة، حيث أن القلق قد يسبق بدء الاكتئاب.
- ٤) التركيز على التخفيف من الأعراض الاكتئابية (قبل الإصابة بالاضطراب الاكتئابي) والوقاية منها.
- ٥) إجراء دراسات تتبعية لتطور كل من الاكتئاب والتشاؤم عبر المراحل العمرية المختلفة.
- ٦) إجراء دراسات أوسع حول العلاقة بين كل من متغيرات الاكتئاب والتشاؤم واليأس.
- ٧) إجراء دراسات لتحديد العوامل البيئية (الاجتماعية والمادية) التي تعزز الميول التشاؤمية والاكتئابية لدى الشباب في المراحل العمرية المختلفة.
- ٨) الاهتمام بفئة اليافع ين في المراحل الدراسية الأولى من خلال برامج الوقاية والإرشاد بهدف منع الأفكار التشاؤمية من أن تصبح أسلوب تفسير للأحداث ومن ثم التخفيف من حدة مشاعر الاكتئاب المرافقة لذلك.
- ٩) التدخل المبكر للاكتئاب، حيث يميل الأشخاص الذين ينتظرون مطولاً قبل الحصول على علاج للاكتئاب إلى الحصول على نتائج أسوأ.
- ١٠) اللجوء إلى العلاجات المتاحة لاضطراب الاكتئاب، وهي:

- أ. العلاج المعرفي السلوكي Cognitive Behavior Therapy
- ب. العلاج النفسي البين - شخصي Interpersonal Psychotherapy
- ج. التنشيط السلوكي Behavior Activation
- د. العلاج الزوجي Marital Therapy
- هـ. العلاج المرتكز على حل المشكلات Problem Solving Therapy

١١ | اللجوء إلى العلاجات الدوائية المتاحة Medical Treatment :

- أ. الأدوية المضادة للاكتئاب
- ب. العلاج بالإخلاج الكهربائي Electroconvulsive Therapy لحالات الاكتئاب الشديدة التي لم تستجب لبقية أنواع العلاجات.
- ج. الأدوية المضادة للذهان Antipsychotic Medications (لبعض الاضطرابات المحددة).

١٢ | تعديل نمط الحياة والعلاجات المكملية، وذلك عن طريق:

- أ. التمارين الرياضية Exercises
- ب. استخدام المكملات الغذائية، مثل (S- adenosylmethionine SAME) .
- ج. كتب المساعدة الذاتية، والتي تعتمد على العلاج المعرفي السلوكي، وهي فعالة أكثر عند استخدامها تحت إشراف مهني متخصص.
- د. العلاج عن طريق الكمبيوتر Computerized Therapy وهو علاج يعتمد على الجهد الشخصي Self-Help Therapy ، ويتم الوصول إليه عن طريق الانترنت أو الكمبيوتر وهو أكثر فعالية عند استخدامه تحت إشراف مهني متخصص.
- هـ. العلاج بالضوء Light Therapy ، والذي يتضمن تعريض ضوء ساطع على العيون وذلك غالباً في الصباح، وهو أكثر فائدة لاضطراب المزاج الموسمي وعندما يستخدم تحت إشراف مهني متخصص.

## مجال تنمية ذوي الإعاقة

- العنف مع ذوي الاعاقة والتحرش  
الجنسي بهم



## الموضوع الاول/ العنف مع ذوي الاعاقة و التحرش الجنسي

### الحقائق ...



تشير الأمم المتحدة في اتفاقية حقوق الأشخاص ذوي الإعاقة إلى أن مصطلح «ذوي الإعاقة» يشير إلى «كل من يعانون من عاهات طويلة الأجل بدنية أو عقلية أو ذهنية أو حسية، قد تمنعهم لدى التعامل مع مختلف الحواجز من المشاركة بصورة كاملة وفعالة في المجتمع على قدم المساواة مع الآخرين .

كما تشير إلى أن «التمييز على أساس الإعاقة» يعني «أي تمييز أو استبعاد أو تقييد على أساس الإعاقة يكون غرضه أو أثره إضعاف أو إحباط الاعتراف بكافة حقوق الإنسان والحريات الأساسية أو التمتع بها أو ممارستها على قدم المساواة مع الآخرين في الميادين السياسية أو الاقتصادية أو الاجتماعية أو الثقافية أو المدنية أو أي ميدان آخر، ويشمل كافة أنواع التمييز، بما في ذلك الحرمان من ترتيبات تيسيرية معقولة.

ونصّ مكتب الحقوق المدنية التابع لوزارة التعليم الأمريكية Department of Education Office of Civil Rights أن «التحرش بسبب العجز» هو «سلوك تنشأ عند بيئة عدائية تحد من مشاركة الأشخاص ذوي الإعاقة في الأنشطة أو الخدمات المدرسية أو الاستفادة منها. ويمكن أن يقع التحرش في صورة إيذاء بدني أو إساءة لفظية أو ترويع.

### الحقيقة الاولى (الإعاقة والتحرش الجنسي) :

في الولايات المتحدة الأمريكية أظهرت الدراسات أن ٨٠٪ من الفتيات المراهقات و ٥٠٪ من الفتيان المصابين بالتوحد تعرضوا أو يتعرضون للتحرش الجنسي.

### الحقيقة الثانية (الإفصاح عن العنف) :

الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة تكون خطورة تعرضهم للعنف الجنسي عالية، خاصة إذا كان نوع الإعاقة يحول دون قدرة الطفل على الإفصاح عن العنف الذي تعرض له (مثل: العمى، الصمم، الإعاقة العقلية).

### الحقيقة الثالثة (التمييز ضد ذوي الإعاقة يؤدي إلى خدمات أقل جودة) :

أجريت دراسة في النيبال بهدف التعرف على مدى إقبال النساء المعاقات على تلقي الخدمات الخاصة بالصحة الإنجابية خلال فترة الحمل وبعد الولادة، وكذلك مدى المساعدة التي يتلقونها من الأسرة والمجتمع المحلي أيضا، حيث غالبا ما يعتقد إلى حد كبير تجاهل النساء ذواتي الإعاقة في بحوث الصحة الإنجابية. فهناك اعتقاد بأنهن غير ناشطات جنسيا وأقل احتمالا للزواج أو إنجاب أطفال مقارنة بالنساء غير المعاقات. ومن نتائج الدراسة أن نسبة كبيرة من هؤلاء النساء المعاقات لا يتلقين أي خدمات في الصحة الإنجابية، مثل كيفية الاهتمام بأنفسهن خلال الحمل، ولا حتى معرفة كيفية حدوث الحمل. حيث يعد ذلك تعديا على ما جاء اتفاقية حقوق الأشخاص ذوي الإعاقة التي نصت في مادتها ٢١ على «تزويد الأشخاص ذوي الإعاقة بالمعلومات الموجهة لعامة الناس باستعمال الأشكال والتكنولوجيات السهلة المنال والملائمة لمختلف أنواع الإعاقة في الوقت المناسب ودون تحميل الأشخاص ذوي الإعاقة تكلفة إضافية»، كما تتنافى مع المادة ٢٣ المتمثلة في «حق جميع الأشخاص ذوي الإعاقة الذين هم في سن الزواج في التزوج وتأسيس أسرة برضا معتزمي الزواج رضا تاما لا إكراه فيه، والاعتراف بحقوق الأشخاص ذوي الإعاقة في اتخاذ قرار حر ومسؤول بشأن عدد الأطفال الذين يودون إنجابهم وفترة التباعد بينهم وفي الحصول على المعلومات والتثقيف في مجالي الصحة الإنجابية وتنظيم الأسرة بما يتناسب مع سنهم، وتوفير الوسائل الضرورية لتمكينهم من ممارسة هذه الحقوق. وحق الأشخاص ذوي الإعاقة بما في ذلك الأطفال في الحفاظ على خصوصيتهم على قدم المساواة مع الآخرين.» وأيضا في المادة ٢٥: «الطلب إلى مزاولي المهن الصحية تقديم رعاية إلى الأشخاص ذوي الإعاقة بنفس جودة الرعاية التي يقدمونها إلى الآخرين، بما في ذلك تقديم هذه الرعاية على أساس الموافقة الحرة والمستتيرة من خلال القيام بجملة أمور منها زيادة الوعي بحقوق الإنسان المكفولة للأشخاص ذوي الإعاقة وكرامتهم واستقلالهم الذاتي واحتياجاتهم من خلال توفير التدريب لهم ونشر معايير أخلاقية تتعلق بالرعاية الصحية في القطاعين العام والخاص. ومنع الحرمان على أساس التمييز من الرعاية الصحية أو الخدمات الصحية أو الغذاء والسوائل بسبب الإعاقة».

كما أن «عدم إتاحة التثقيف الجنسي للنساء والفتيات ذوات الإعاقة بسبب اعتبارهن حسب التصور الخاطئ كائنات غير جنسية يسهم في العنف الجنسي الذي يمارس ضدهن لأنهن غير قادرات على التمييز بين سلوك غير لائق وآخر تعسفي».

### الحقيقة الرابعة (النساء ذوات الإعاقة معرضات أكثر للعنف) :

حسبما ذكره تقرير البرلمان الأوروبي، فإن نحو ٨٠٪ من النساء ذوات الإعاقة يقعن ضحايا للعنف، وإن احتمال تعرضهن للعنف الجنسي يزيد بأربع مرات عن احتمال تعرض النساء الأخريات. ووفقا لما ورد في التقرير فإن نسبة ٨٠٪ من النساء اللواتي يعشن في المؤسسات معرضات للعنف من قبل الأشخاص المحيطين بهن، سواء كانوا من العاملين الصحيين أم من عملي الخدمة أم من مقدمي الرعاية. وقد أظهرت البحوث أن النساء والفتيات ذوات الإعاقة الذهنية يتعرضن بصفة خاصة لخطر العنف، بما في ذلك العنف الجنسي.

وتتعرض النساء والفتيات ذوات الإعاقة لأشكال العنف بقدر أكبر مما تتعرض له النساء السليمات من الإعاقة. كما أن الدراسات التي أجريت في السويد أشارت إلى أن الإعاقة عامل يزيد من خطر الاعتداء على النساء المسنات ولكن ليس على الرجال المسنين.

١٩٤ - الأمم المتحدة، اتفاقية حقوق الأشخاص ذوي الإعاقة والبروتوكول الاختياري.  
١٩٥ - الأمم المتحدة، دراسة مواضيعية بشأن مسألة العنف ضد النساء والفتيات والإعاقة، تقرير مفوضية الأمم المتحدة السامية لحقوق الإنسان، الأمم المتحدة/الجمعية العامة، 03 مارس 2102.



### ( ١ ) العوامل المرتبطة بالشخص ذو الإعاقة:

هناك صفات خاصة بالطفل ذو الإعاقة تزيد من تعرضه للإساءة، حيث وجد أن عمر الطفل ونموه الجسدي والعقلي والاجتماعي والعاطفي قد يزيد أو ينقص احتمال تعرضه للإساءة، اعتماداً على تفاعل هذه الصفات مع عوامل الخطورة الموجودة لدى الوالدين، كما أن انخفاض وزن الطفل أو الإعاقة أو المرض تتدخل بالروابط بين الطفل ووالديه ، وقد تجعل الطفل عرضة للإساءة. فقد وجد أن ما نسبته ٤٩٪ من الأطفال المساء إليهم تحت سن الخمس سنوات، وأن الطفل الوحيد أو طفل الخداج أكثر عرضة للإساءة. كما أن بعض الأطفال يعانون من مرض دائم، أو إعاقة دائمة، الأمر الذي يجعل من الصعوبة أحياناً تقديم العناية لهم مما يجعل من الضغوط المادية والجسمية والنفسية على الوالدين محركات للإساءة، وهناك عوامل أخرى تدفع الآباء لإيذاء الأطفال المعاقين، وهي عدم النضج الذهني، والتصرفات السلوكية غير المناسبة التي تصدر من الأطفال.

### ( ٢ ) العوامل المرتبطة بالآباء (المربين):

١. الآباء المسيئين غالباً ما يكون سلوكهم سلبي تجاه أبنائهم، وأن هؤلاء الآباء لا يهتمون باحتياجات أطفالهم.
٢. الأمهات اللاتي يسئن لأطفالهن غالباً ما يكن محبطات، سريعيات الغضب، قلقات، ناقصات احترام لذواتهن.
٣. تدني المستوى التعليمي وقلة معرفة الآباء بأمور الطفل النمائية وخصائصه وغياب مهارات التواصل الشخصي مع الآخرين والقناعة بأن الطفل ملكية خاصة للأب والأم هو عامل مسبب للإساءة.
٤. تعاطي الوالدين للمخدرات والكحول.

### ( ٣ ) عوامل مرتبطة بمعلمي الأطفال المعاقين:

١. رضا المعلم عن المهنة والاتجاهات الإيجابية له والأمن والاستقرار النفسي له.
٢. بذل أكبر جهد من المعلم الذي غالباً ما يعمل لوحده مع الأطفال ذوي الإعاقة تزيد احتمالية الإساءة من المعلم المشرف عليهم.

## قصص واقعية...



تعرضت إحدى الطالبات بإحدى المعاهد الخاصة بإحدى مناطق المملكة للتحرش الجنسي حيث عادت الطالبة والتي تعاني من متلازمة داون من معهد لها لمقر إقامتها في أحد مراكز الشئون الاجتماعية. وذكرت مصادر أن الذي قام بالاعتداء الجنسي هو سائق المركز والذي في يومها قام بإيصال الطالبة لمعهد التربية الفكرية دون مرافق أو محرم أو ممرضة مرافقة من المركز وجاري التحقيق بالقضية. وطالبت إحدى المتخصصات في التربية الفكرية تشكيل لجنة للتحقيق في الخدمات المقدمة في المركز ووضع كاميرا مراقبة مباشرة في السيارة الخاصة بالمركز حيث سبق وأن ظهرت على إحدى الطالبات آثار عنف وجروح سطحية.

## توصيات وحلول...



- ١) المساواة في الفرص بين ذوي الإعاقة والآخرين.
- ٢) اتخاذ مواقف إيجابية تجاه ذوي الإعاقة.
- ٣) الدعوة لمشاركة ذوي الإعاقة في الأنشطة العامة.
- ٤) الحد من التمييز ضد ذوي الإعاقة أو التحرش بهم.
- ٥) رصد العنف ضد ذوي الإعاقة في أماكن العمل والمؤسسات الاجتماعية.
- ٦) إذكاء الوعي في المجتمع بأسره بشأن الأشخاص ذوي الإعاقة، بما في ذلك على مستوى الأسرة، وتعزيز احترام حقوق الأشخاص ذوي الإعاقة وكرامتهم.
- ٧) مكافحة القوالب النمطية وأشكال التحيز والممارسات الضارة المتعلقة بالأشخاص ذوي الإعاقة بما في ذلك القائمة على الجنس والسن في جميع مجالات الحياة.
- ٨) تعزيز تبني موقف يتسم باحترام حقوق الأشخاص ذوي الإعاقة في جميع مستويات نظام التعليم ، بما في ذلك لدى جميع الأطفال منذ حداثة سنهم.
- ٩) تشجيع جميع أجهزة وسائل الإعلام على عرض صورة للأشخاص ذوي الإعاقة تتفق والفرص من هذه الاتفاقية (أي اتفاقية حقوق ذوي الإعاقة).
- ١٠) تشجيع تنظيم برامج تدريبية للتوعية بالأشخاص ذوي الإعاقة وحقوقهم.
- ١١) بناء المهارات الاجتماعية للشخص ذو الإعاقة وتعلم كيفية التفاعل الاجتماعي المناسب وكيفية تحديد التفاعلات الاجتماعية غير الملائمة والبلطجة.
- ١٢) تطوير العلاقات الشخصية الإيجابية للشخص ذوي الإعاقة بحيث يكون على درجة أفضل من الاستعداد للتعامل مع البلطجة أو التحرش.
- ١٣) تطوير مهارات الدفاع الذاتي للشخص ذو الإعاقة .
- ١٤) المراقبة أو العزل عن البلطجة.
- ١٥) تقديم المشورة والتدريب للوالدين (أو القائمين على رعاية الشخص ذو الإعاقة).
- ١٦) تثقيف العاملين في المدرسة و/ أو الأقران (أو العاملين في مجال رعاية الأشخاص ذوي الإعاقة).



Alanood Org



مؤسسة الأميرة المنود العبدية  
Princess Al Anood Foundation