الباب الخامس
الأمن النفسى

الأمـن النفسـي شـأنه شـأن الأمـن الغـذائي والاقتصـادي والصـحي والسياسي ، ولابد أن يكون الإنسان متحرراً من مشاعر الخوف والفزع ، وأن يكون مطمئناً على نفسه في حاضره وغده وأن يكون متمتعاً بالتكيف النفسي والشعور بالرضا عن ذاته وعن المجتمع والأمن من أهم الحاجات النفسية والإجتماعية للمواطن بعد الحاجات الفسيولوجية والأمن حاجة سياسية واقتصادية للوطن والاستقرار الأمنى ضرورى لتحقيق التنمية الشاملة للمواطن والوطن (1) ومن مهام الدولة حفظ الأمن والنظام، وتأمين الخدمات الاجتماعية للمواطنين، وتأمين المرافق العامة ودور أجهزة الأمن هو العمل على تحقيق الأمن والأمان والتأمين والاستقرار فى المجتمع، وتنظيم السير، والسهر على تنفيذ القوانين والأحكام، والتفاعل مع المواقف الأمنية بحكمة والحفاظ على الاقتصاد القومي ويظهر الأمن من خلال الطمأنينة الخاصة والعامة والاستقرار وهو أمنية الأفراد والجماعات فى حاضرها ومستقبلها وتقوم الحكومات والنظم والدساتير والقوانين والمعاهدات والمواثيق لكفالة أمن البشر وهو الدعامة الأساسية للأمن القومي والعربي والعالمي ويقال له أيضاً الأمن الشخصي ، وهو من المفاهيم الأساسية فى علم الصحة النفسية ويرتبط

---

1) الأمن النفسي والتربية الأمنية –د0 حامد زهران0

الأمن النفسي والأمن الاجتماعي والصحة النفسية ارتباطاً موجباً وهو الطمأنينة النفسية والانفعالية وهو الأمن الشخصي أو أمن كل فرد على حدة. والشخص الآمن نفسيا هو الذي يشعر أن حاجاته مشبعة، وأن مطالب نموه محققة وأن المقومات الأساسية لحياته غير معرضة للخطر، والإنسان الآمن نفسياً يكون فى حالة توازن أو توافق أمني .

<u>الحاجة إلى الأمن النفسى :</u> الحاجة إلى الأمن من أهم الحاجات النفسية ومن أهم دوافع السلوك طوال الحياة وهى من الحاجات الأساسية اللازمة للنمو النفسي السوي والتوافق النفسي والصحة النفسية للفرد.

والحاجة إلى الأمن هي محرك الفرد لتحقيق أمنه، وترتبط ارتباطاً وثيقاً بغريزة المحافظة على البقاء وتتضمن الحاجة إلى الأمن الحاجة إلى شعور الفرد أنه يعيش فى بيئة صديقة، مشبعة للحاجات وأن الآخرين يحبونه ويحترمونه ويقبلونه داخل الجماعة، وأنه مستقر وآمن أسرياً، ومتوافق اجتماعياً، وأنه مستقر فى سكن مناسب وله مورد رزق مستمر، وأنه آمن وصحيح جسميا ونفسيا، وأنه يتجنب الخطر ويلتزم الحذر ويتعامل مع الأزمات بحكمة ويأمن الكوارث الطبيعية، ويشعر بالثقة والاطمئنان .

أبعاد الأمن النفسي وخصائصه: يشتمل الأمن النفسي على أبعاد أساسية أولية وهى:

- **الشعور بالتقبل والحب وعلاقات المودة والرحمة مع الآخرين.-**
- **الشعور بالانتماء إلى جماعة والمكانة فيها.**
- **الشعور بالسلامة والسلام.**

ويشتمل الأمن النفسي على أبعاد فرعية ثانوية وهى:

- **إدراك العالم والحياة كبيئة صديقة حين يشعر بالعدل والكرامة .**
- **إدراك الآخرين بوصفهم .**
- **الثقة فى الآخرين وحبهم والارتياح لهم وحسن التعامل معهم .**
- **التفاؤل وتوقع الخير، والأمل والاطمئنان إلى المستقبل .**
- **الشعور بالهدوء والاستقرار الانفعالى ، والخلو من الصراعات.**
- **الانطلاق والتحرر والتمركز حول الآخرين إلى جانب الذات .**
- **الشعور بالمسئولية الاجتماعية وممارستها .**
- **الشعور بالكفاءة والقدرة على حل المشكلات، وتحقيق النجاح .**
- **تقبل الذات والتسامح معها والثقة فى النفس والشعور بالنفع والفائدة فى الحياة .**

- المواجهة الواقعية للأمور وعدم الهرب .

- الشعور بالسعادة والرضا عن النفس وفى الحياة .

- الشعور بالسواء والتوافق والصحة النفسية .

خصائص الأمن النفسي: يمكن تلخيص أهم خصائص الأمن النفسي فيما يلى:

- يتحدد الأمن النفسي بعملية التنشئة الاجتماعية وحسن أساليبها من تسامح وديمقراطية وتقبل وحب، ويرتبط بالتفاعل الاجتماعي الناجح والخبرات والمواقف الاجتماعية والبيئية المتوافقة .

- يؤثر الأمن النفسي تأثيرا حسنا على التحصيل الدراسي وفى الإنجاز بصفة عامة وفى الابتكار .

- المتعلمون والمثقفون أكثر أمناً من الجهلة والأميين .

- يرتبط شعور الوالدين بالأمن فى شيخوختهم بوجود الأولاد البررة .

- الذين يعملون بالسياسة يشعرون بالأمن أكثر من الذين لايعملون بها .

عوامل تهديدالأمن النفسي:

1- الخطر أو التهديد بالخطر، مما يثير الخوف والقلق لدى الفرد ويجعله أكثر حاجة إلى الشعور بالأمن من جانبه، ومن جانب أجهزة الأمن.

2- الأمراض الخطيرة مثل السرطان، وأمراض القلب وما يصاحبها فى كثير من الأحيان من توتر وقلق مرتفع واكتئاب وشعور عام بعدم الأمن

3- نقص الأمن الذي قد يكون أوضح عند المعاقين جسميا منه عند العاديين.

<u>أساليب تحقيق الأمن النفسي:</u> يلجأ الفرد لتحقيق الأمن النفسي إلى مايسمى عمليات الأمن النفسي وهى أنشطة يستخدمها الجهاز النفسي لخفض الضغط النفسي والكرب والتوتر والإجهاد أو التخلص منه وتحقيق تقدير الذات والشعور بالأمان. ويجد الفرد أمنه النفسي فى انضمامه إلى جماعة تشعره بهذا الأمن.

والأسرة السعيدة والمناخ الأسري المناسب لنمو أفرادها نموا سليما وإشباع حاجتهم يؤدى إلى تحقيق الأمن النفسي والتوافق المهني والانتماء إلى نقابة يزيد الشعور بالأمن النفسي ويعزز هذا الأنتماء إلى وطن آمن وتدعم جماعات الرفاق الأمن النفسي لأفرادها، حيث يعتمد الأفراد بعضهم على بعض بشكل واضح، حتى يشعروا بدرجة أكبر من الأمن النفسي.

<u>التكامل بين الأمن النفسي والقومى العربى :</u> يمتد الأمن وتتسع دوائره وتتصاعد مستوياته وتتكامل حلقاته من الأمن النفسي مروراً بالأمن

القومي والأمن العربي وكل هذه تشبع الحاجة إلى الأمن على مستوى الفرد والدولة والإقليم وتحقيق الأمن النفسي شرط لتحقيق الأمن العربي، ويؤثر كل مستوى من مستويات الأمن في المستويات الأخرى ويتأثر بها ويتضح التكامل بين الأمن النفسي والقومي والعربي من خلال الآتي:

- يعتمد الأمن النفسي – باعتباره أمن المواطن فى وطنه – على أمن الوطن ذاته ويختلط أمن الافراد بأمن الدولة وبالأمن القومي.

- الأمن النفسي جزء مهم وركن من أركان الأمن العام والأمن القومي.

-الشعور بالأمن لدى المواطنين له أثره على كيان الدولة وأمنها وفى نفس الوقت يتأثر الأمن النفسي بالأمن القومي.

- الأمن النفسي (الشخصى) والأمن القومي مترابطان ومتكاملان.

- يرتبط الأمن النفسي (الشخصى) بالأمن العربي.

- توجد علاقة وثيقة بين كل واحدة من الدول العربية بالأمن القومي العربي.

- يرتبط الأمن القومي العربي بالنظام الدولي والمتغيرات العالمية وبالتالي بالأمن العالمى.