الفصل الرابع

السلوك الإنساني

يميز علماء النفس بين نوعين من السلوك :

١ ــ **السلوك العقلى أو الراقى** : ويقصد به مجموعة الأفعال التى يأتيها الفرد وتكون ذات علاقة بالحياة النفسية أو العقليــة ، وأهم صفاته العمــل على تحقيق غرض معين •

٢ ــ **السلوك الآلى أو الانعكاسى** : ويقصد به ردود الفعــل التى تصدر من الانسان بطريقة آلية ثابتة ، مثل انقباض حركة العين وضيق فتحتها بازدياد الضوء الواقع عليها ، والأفعــال العشوائية التى نلاحظها فى صغار الأطفال كتحريك اليدين والرجلين حركات مستمرة دون نظام أو توافق(١) •

وينظر « الغزالى » الى السلوك من حيث كونه موجها لغاية دينية انسانية • وهو بهذا يساير روح الاسلام التى تنظر الى الانسان كشخصية متكاملة ، يجمع نشاطها بين العبادة الدينية الخالصة والعمل الدنيوى ، حين يكون هذا العمــل قائما على أساس معقول من المصلحة الفردية أو العامة والسمو الانسانى •

ونستطيع أن نلخص فكرة « الغزالى » عن السلوك فيما يأتى(٢) :

١ ــ للســلوك دوافع وبواعث وغايات وأهداف •

٢ ــ الدوافع داخلية تنبع من ذات الانســان ، ولكنها تستثار

---

(١) عبد العزيز القوصى ، **أسس الصحة النفسية** ــ ط ٩ • (القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٦٩) ، ص ٥٩ ــ ٦٠ •

(٢) عبد الكريم العثمان ، **الدراسات النفسية عند المسلمين** • ص ١٧٢ ــ ١٧٤ •

بمثيرات خارجية ، أو بمثيرات داخلية تتعلق بالحاجات الجسدية والميول الطبيعية ، مثل الجوع والمحبة والخوف من الله .

٣ — يجد الانسان نفسه تجاه هذه الدوافع مدفوعا للقيام بسلوك ما .

٤ — يتضمن هذا السلوك شعورا بالحاجة ، مع انفعال معين ، وادراك عقلى للموقف ، ويصحب هذا كله نشاط من نوع خاص لا ينفصل عن الشعور والانفعال وادراك الموقف .

٥ — الحياة النفسية عمل دينامى يحسب فيها حساب التفاعل المستمر بين الأهداف أو الدوافع وبين السلوك .

٦ — ان السلوك فردى يختلف باختلاف العوامل الوراثية والاكتسابية . فنشاط النفس أو صفاتها ليست منفصلة عنها ، وهيئاتها لا تتماثل ، ولو تماثلت لاشتبه علينا زيد بعمرو .

٧ — يبدو أن السلوك الانسانى عند الغزالى على مستويين : مستوى يقترب فيه من باقى الكائنات الحية ، ومستوى آخر يحقق فيه مثله العليا ويقترب فيه من المعانى الربانية والسلوك الملائكى . ويتميز المستوى الأول بتحكم الدوافع والعوامل الاندفاعية ، بينما يتميز السلوك الثانى بتحكم الارادة وسيطرة العقل .

ويمكن القول بأن « الغزالى » استفاد من الأسس النظرية التى وضعها الأقدمون للنشاط النفسى ، الا أنه قد أدخل على هذه الأسس كثيرا من التعديلات الهامة التى تهيأت له بفضل ثقافته الخاصة ، ودراسته للسلوك الانسانى ، ودقته فى تحليل النفس البشرية بدوافعها وانفعالاتها واتصالها بالبيئة .

السلوك الانسانى فى القرآن والسنة :

القرآن الكريم يحث على حسن السلوك ، والخلق الحسن ، وفعل الخير . وفى الحديث النبوى الشريف : « انما بعثت لأتمم مكارم الأخلاق » .. وسنعرض فيما يلى الآيات والأحاديث التى تبرز الأخلاق الفاضلة(١) :

---

(١) عز الدين بليق . **منهاج الصالحين** . الباب الثالث .

١ ــ الوسطية والاعتدال :

* **« وكذلك جعلناكم أمة وسطا لتكونوا شهداء على الناس ويكون الرسول عليكم شهيدا »** (البقرة : ١٤٣) .

* **« ولا تجعل يدك مغلولة الى عنقك ولا تبسطها كل البسط فتقعد ملوما محسورا »** (الاسراء : ٢٩) .

* **« والذين اذا أنفقوا لم يسرفوا ولم يقتروا وكان بين ذلك قــواما »** (الفرقان : ٦٧) .

* **« يا بنى آدم خذوا زينتــكم عند كل مسجد وكلوا واشربوا ولا تسرفوا ، انه لا يحب المسرفين »** (الأعراف : ٣١) .

* **« ولا تجهر بصلاتك ولا تخافت بها وابتغ بين ذلك سبيلا »** . (الاسراء : ١١٠)

ومن الحديث الشريف فى هذا المجال :

ــ « خير الأمور أوساطها » (البيهقى) .

ــ « أحبب حبيبك هونا ما عسى أن يكون بغيضك يوما ما ، وأبغض بغيضك هونا ما عسى أن يكون حبيبك يوما ما » (الترمذى والبيهقى) .

ــ « الهوا والعبوا فانى أكره أن يكون فى دينكم غلظة » . (البيهقى)

ــ « روحوا قلوبكم ساعة فساعة » (أبو داوود) .

ــ « ان الله يحب أن تقبل رخصه كما يحب العبد مغفرة ربه » . (الطبرانى)

* * *

٢ ــ حسن الخلق :

* **« وانك لعلى خلق عظيم »** (القــلم : ٤) .

* **« .. ولو كنت فظا غليظ القلب لانفضوا من حولك ، فاعف عنهم واستغفر لهم وشاورهم فى الأمر ، فاذا عزمت فتوكل على الله ، ان الله يحب المتوكلين »** (آل عمران : ١٥٩) .

* **« ولا تستوى الحسنة ولا السيئة ، ادفع بالتى هى أحسن فاذا الذى بينك وبينه عداوة كأنه ولى حميم »** (فصلت : ٣٤) .

* **« الذين ينفقون فى السراء والضراء والكاظمين الغيظ والعافين عن الناس ، والله يحب المحسنين »** (آل عمران : ١٣٤) .

ومن الحديث الشريف فى هذا المجال :

— عن أبى هريرة رضى الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « اكمل المؤمنين ايمانا أحسنهم خلقا ، وخياركم خياركم لنسائهم » (رواه الترمذى وقال : حديث حسن صحيح) .

— عن أبى ذر جندب بن جنادة ، وأبى عبد الرحمن معاذ بن جبل ، رضى الله عنهما ، عن رسول الله صلى الله عليه وسلم ، قال : « اتق الله حيثما كنت ، وأتبع السيئة الحسنة تمحها ، وخالق الناس بخلق حسن » .
(رواه الترمذى وقال : حديث حسن)

— « عن أبى الدرداء رضى الله عنه : أن النبى صلى الله عليه وسلم قال : « ما من شىء أثقل فى ميزان المؤمن يوم القيامة من حسن الخلق ، وان الله يبغض الفاحش البذىء — الذى يتكلم بالفحش — » .
(رواه الترمذى وقال : حديث حسن صحيح)

— عن جابر رضى الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : « ان من أحبكم الى ، وأقربكم منى مجلسا يوم القيامة ، أحاسنكم أخلاقا . وان أبغضكم الى ، وأبعدكم منى يوم القيامة ، الثرثارون والمتشدقون والمتفيقهون » . قالوا : يا رسول الله .. قد علمنا الثرثارون والمتشدقون ، فما المتفيقهون ؟ قال : « المتكبرون » .
(رواه الترمذى وقال : حديث حسن)

— وعن عائشة رضى الله عنها قالت : سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول : « ان المؤمن ليدرك بحسن خلقه درجة الصائم القائم » (رواه أبو داود) .

— « انكم لا تسعون الناس بأموالكم ولكن يسعهم منكم بسط الوجه وحسن الخلق » (أبو يعلى والبيهقى) .

ـ « من عامل الناس فلم يظلمهم ، وحدثهم فلم يكذبهم ، فهو ممن كملت مروءته ، وظهرت عدالته ، ووجبت أخوته » (أبو داوود) .

* * *

٣ ـ التواضع :

* **« وعباد الرحمن الذين يمشون على الأرض هونا واذا خاطبهم الجاهلون قالوا سلاما »** (الفرقان : ٦٣) .

* **« واخفض جناحك لمن اتبعك من المؤمنين »** (الشعراء : ٢١٥) .

* **« .. أذلة على المؤمنين أعزة على الكافرين .. »** .
(المائدة : ٥٤)

* **« محمد رسول الله ، والذين معه أشداء على الكفار رحماء بينهم .. »** (الفتح : ٢٩) .

ومن الحديث الشريف :

ـ عن عياض بن حمار رضى الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « ان الله تعالى أوحى الى أن تواضعوا حتى لا يبغى أحد على أحد ، ولا يفخر أحد على أحد » (رواه مسلم) .

قال أهل اللغة : البغى : التعدى والاستطالة .

ـ وعن أبى هريرة رضى الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : « ما نقصت صدقة من مال ، وما زاد الله عبدا بعضو الا عزا ، وما تواضع أحد لله الا رفعه الله » (رواه مسلم) .

ـ « من تواضع لأخيه المسلم رفعه الله ، ومن ارتفع عليه وضعه الله » (الطبرانى) .

* * *

٤ ـ الصدق :

* **« يا أيها الذين آمنوا اتقوا الله وكونوا مع الصادقين »** ..
(التوبة : ١١٩)

* **« .. فلو صدقوا الله لكان خيرا لهم »** (محمد : ٢١) .

* « .. **ليجزى الله الصادقين بصدقهم** » (الأحزاب : ٢٤) .

* « **ليس البر أن تولوا وجوهكم قبل المشرق والمغرب ولكن البر من آمن بالله واليوم الآخر والملائكة والكتاب والنبيين وآتى المال على حبه ذوى القربى واليتامى والمساكين وابن السبيل والسائلين وفى الرقاب وأقام الصلاة وآتى الزكاة والموفون بعهدهم اذا عاهدوا ، والصابرين فى البأساء والضراء وحين البأس ، أولئك الذين صدقوا ، وأولئك هم المتقون** » (البقرة : ١٧٧) .

ومن الحديث النبوى الشريف :

— عن ابن مسعود رضى الله عنه عن النبى صلى الله عليه وسلم ، قال : « ان الصدق يهدى الى البر وان البر يهدى الى الجنة ، وان الرجل ليصدق حتى يكتب عند الله صديقا ، وان الكذب يهدى الى الفجور ، وان الفجور يهدى الى النار ، وان الرجل ليكذب حتى يكتب عند الله كذابا » (متفق عليه) .

— عن أبى محمد الحسن بن على بن أبى طالب رضى الله عنهما قال : حفظت من رسول الله صلى الله عليه وسلم : « دع ما يريبك الى ما لا يريبك ، فان الصدق طمأنينة ، والكذب ريبة » (رواه الترمذى) .

— عن أبى خالد حكيم بن حزام ، رضى الله عنه ، قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « البيعان بالخيار ما لم يتفرقا ، فان صدقا وبينا بورك لهما ، وان كتما وكذبا محقت بركة بيعهما » (متفق عليه) .

* * *

٥ — الأمانة :

* « **انا عرضنا الأمانة على السموات والأرض والجبال فأبين أن يحملنها وأشفقن منها وحملها الانسان ، انه كان ظلوما جهولا** » ..
(الأحزاب : ٧٢)

* « **ان الله يأمركم أن تؤدوا الأمانات الى أهلها** » ..
(النساء : ٥٨)

* « **والذين هم لأماناتهم وعهدهم راعون** » (المؤمنون : ٨) .

* « .. **فان أمن بعضكم بعضا فليؤد الذى اؤتمن أمانته وليتق الله ربه** .. » (البقرة : ٢٨٣) .

ومن الحديث النبوى الشريف :

— « أد الأمانة الى من ائتمنك ولا تخن من خانك » .
(رواه أحمد وأبو داوود)

— « لا ايمان لمن لا أمانة له ، ولا دين لمن لا عهد له » ..
(رواه أحمد)

— « المستشار مؤتمن » (رواه الطبرانى) .

— « من سمع من رجل حديثا لا يشتهى أن يذكر عنه فهو أمانة وان لم يستكتمه » (رواه أحمد) .

* * *

٦ — الشـــكر :

* « **ولقد آتينا لقمان الحكمة أن اشكر لله ، ومن يشكر فانما يشكر لنفســه ، ومن كفر فان الله غنى حميد** » (لقمان : ١٢) .

* « **ووصينا الانسان بوالديه حملته أمه وهنا على وهن وفصاله فى عامين أن اشكر لى ولوالديك الى المصير** » (لقمان : ١٤)

* « **وهو الذى أنشأ لكم الســمع والأبصار والأفئدة ، قليــلا ما تشكرون** » (المؤمنون : ٧٨) .

* « **انا هديناه السبيل اما شاكرا واما كفورا** » (الانسان : ٣) .

* « **واذ تأذن ربكم لئن شكرتم لأزيدنكم ، ولئن كفرتم ان عذابى لشــديد** » (ابراهيم : ٧) .

* « **فاذكرونى أذكركم واشكروا لى ولا تكفرون** » .
(البقرة : ١٥٢)

ومن الحديث الشريف :

— « الطاعم الشاكر كالصائم الصابر » (رواه الترمذى) .

— « أشكركم لله أشكركم للناس » (رواه الطبرانى وأحمد) .

— « ان الله تعالى جميل يحب الجمال ، ويحب أن يرى أثر نعمته على عبده ، ويبغض البؤس والتباؤس » (رواه البيهقى) .

— « من أوتى معروفا فليذكره ، فمن ذكره فقد شكره ، ومن كتمه فقد كفره » (رواه الطبرانى) .

* * *

٧ — الحلم والأناة والرفق :

* **« خذ العفو وأمر بالعرف وأعرض عن الجاهلين » ..**
(الأعراف : ١٩٩)

* **« .. وان الساعة لآتية ، فاصفح الصفح الجميل » ..**
(الحجر : ٨٥)

* **« .. وليعفوا وليصفحوا ، ألا تحبون أن يغفر الله لكم ، والله غفور رحيم »** (النور : ٢٢) .

* **« ولا تستوى الحسنة ولا السيئة ، ادفع بالتى هى أحسن فاذا الذى بينك وبينه عداوة كأنه ولى حميم . وما يلقاها الا الذين صبروا وما يلقاها الا ذو حظ عظيم »** (فصلت : ٣٤ ، ٣٥) .

* **« .. والكاظمين الغيظ والعافين عن الناس ، والله يحب المحسنين »** (آل عمران : ١٣٤) .

ومن الحديث الشريف :

— عن عائشة رضى الله عنها قالت : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « ان الله رفيق يحب الرفق فى الأمر كله » (متفق عليه) .

— وعنها أن النبى صلى الله عليه وسلم قال : « ان الله رفيق يحب

الرفق ، ويعطى على الرفق ما لا يعطى على العنف وما لا يعطى على سـواه » (رواه مسلم) .

ـ وعنها أن النبى صلى الله عليـه وسلم قال : « ان الرفق لا يكون فى شىء الا زانه ، ولا ينزع من شىء الا شانه » (رواه مسلم) .

ـ وعن أنس رضى الله عنه عن النبى صلى الله عليه وسلم قال : « يسروا ولا تعسروا . وبشروا ولا تنفروا » (متفق عليه) .

ـ وعن جرير بن عبد الله رضى الله عنه قال : سمعت رسول الله صلى الله عليـه وسلم يقول : « من يحرم الرفق يحرم الخير كله » . (رواه مسلم)

* * *

٨ ـ المحبة :

* **« ان الله يحب الذين يقاتلون فى سبيله صـفا كأنهم بنيـان مرصوص »** (الصف : ٤) .

* **« .. والله يحب الصابرين »** (آل عمران : ١٤٦) .

* **« .. ان الله يحب المحسنين »** (المـائدة : ١٣) .

* **« .. ان الله يحب المقسطين »** (المـائدة : ٤٢) .

* **« .. ان الله يحب المتوكلين »** (آل عمران : ١٥٩) .

* **« .. والله يحب المطهرين »** (التوبة : ١٠٨) .

ومن الحديث الشريف :

ـ عن أبى هريرة رضى الله عنه عن النبى صلى الله عليه وسلم قال : « سبعة يظلهم الله فى ظله يوم لا ظل الا ظله : امام عادل ، وشاب نشأ فى عبادة الله عز وجل ، ورجل قلبه معلق بالمساجد ، ورجلان تحابا فى الله اجتمعا عليه وتفرقا عليه ، ورجل دعته امرأة ذات حسن وجمال فقال : انى أخاف الله ، ورجل تصدق بصدقة فأخفاها حتى لا تعلم شـماله ما تنفق يمينه ، ورجل ذكر الله خاليـا ففاضت عيناه » (متفق عليه) .

ـ وعنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « والذى نفسى بيده لا تدخلوا الجنة حتى تؤمنوا ، ولا تؤمنوا حتى تحابوا ، أو لا أدلكم على شىء اذا فعلتموه تحاببتم ؟ أفشوا السلام بينكم » • (رواه مسلم)

ـ وعنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « ان الله تعالى يقول يوم القيامة : أين المتحابون بجلالى ؟ اليوم أظلهم فى ظلى يوم لا ظل الا ظلى » (رواه مسلم) •

* * *

٩ ـ الجود والكرم :

* **« يا أيها الذين آمنوا أنفقوا من طيبات ما كسبتم ومما أخرجنا لكم من الأرض ، ولا تيمموا الخبيث منه تنفقون ولستم بآخذيه الا أن تغمضوا فيه ، واعلموا أن الله غنى حميد »** (البقرة : ٢٦٧) •

* **« وما تنفقوا من خير فلأنفسكم ، وما تنفقون الا ابتغاء وجه الله ، وما تنفقوا من خير يوف اليكم وأنتم لا تظلمون »** (البقرة : ٢٧٢) •

* **« لن تنالوا البر حتى تنفقوا مما تحبون ، وما تنفقوا من شىء فان الله به عليم »** (آل عمران : ٩٢) •

ومن الحديث النبوى الشريف :

ـ عن أبى هريرة أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : « قال الله تعالى : أنفق يا ابن آدم ينفق عليك » (متفق عليه) •

ـ وعن عبد الله بن عمرو بن العاص رضى الله عنهما أن رجلا سأل رسول الله صلى الله عليه وسلم : أى الاسلام خير ؟ قال : « تطعم الطعام ، وتقرأ السلام على من عرفت ومن لم تعرف » (متفق عليه) •

ـ « الجود من جود الله تعالى • فجودوا يجد الله عليكم • ألا ان السخاء شجرة فى الجنة ، أغصانها مدلاة فى الأرض فمن تعلق بغصن منها أدخله الله الجنة • ألا وان السخاء من الايمان ، والايمان فى الجنة » • (رواه الطبرانى)

— « تجاوزوا عن ذنب السخى فان الله آخذ بيده اذا عثر . السخى قريب من الله قريب من الناس قريب من الجنة ، ولجاهل سخى أحب الى الله من عالم — أو عابد — بخيل » (الطبرانى) .

* * *

١٠ — حفظ اللسان :

* **« واجعل لى لسان صدق فى الآخرين »** (الشعراء : ٨٤) .

* **« ومن آياته خلق السموات والأرض واختلاف ألسنتكم وألوانكم ، ان فى ذلك لآيات للعالمين »** (الروم : ٢٢) .

* **« ألم نجعل له عينين . ولسانا وشفتين . وهديناه النجدين »** .
(البلد : ٨ — ١٠)

* **« سيقول لك المخلفون من الأعراب شغلتنا أموالنا وأهلونا فاستغفر لنا ، يقولون بألسنتهم ما ليس فى قلوبهم ..»** (الفتح : ١١) .

* **« ويجعلون لله ما يكرهون وتصف ألسنتهم الكذب أن لهم الحسنى ، لا جرم أن لهم النار وأنهم مفرطون »** (النحل : ٦٢) .

* **« يوم تشهد عليهم ألسنتهم وأيديهم وأرجلهم بما كانوا يعملون »** (النور : ٢٤) .

ومن الحديث الشريف :

— عن أبى هريرة رضى الله عنه عن النبى صلى الله عليه وسلم قال : « من كان يؤمن بالله واليوم الآخر ، فليقل خيرا ، أو ليصمت » .
(متفق عليه)

— وعن أبى موسى رضى الله عنه قال : قلت يا رسول الله .. أى المسلمين أفضل ؟ قال : « من سلم المسلمون من لسانه ويده » ..
(متفق عليه)

— وعن عقبة بن عامر رضى الله عنه قال : قلت يا رسول الله .. ما النجاة ؟ قال : « أمسك عليك لسانك وليسعك بيتك ، وابك على خطيئتك » (رواه الترمذى) .

— وعن أبى سعيد الخدرى رضى الله عنه عن النبى صلى الله عليه وسلم قال : « اذا أصبح ابن آدم ، فان الأعضاء كلها تكفر اللسان — تذل وتخضع له — ، وتقول : اتق الله فينا ، فانما نحن بك : فان استقمت استقمنا وان اعوججت اعوججنا » (رواه الترمذى) •

— « رحم الله من سكت فسلم أو قال فغنم » (الربيع) •

— « الصمت حكمة وقليل فاعله » (ابن حبان) •

— « أكثر خطايا ابن آدم من لسانه » (الطبرانى والبيهقى) •

بعد أن استشهد الكاتب بالآيات والأحاديث التى تحث على السلوك السوى متمثلا فى الخلق الحسن ، والصدق ، والأمانة ، والتواضع ، والشكر والعرفان ، والحلم والأناة ، والرفق ، والمحبة ، والجود والكرم ، وحفظ اللسان •• يبدو من المفيد أن نناقش وجهات نظر علماء النفس فيما يختص بديناميكية السلوك ، والشخصية السوية ••

* * *

ديناميكية السلوك :

من الدراسات السلوكية الحديثة تتضح حقيقة هامة تلقى الضوء على دراسة السلوك الانسانى وتفسيره(١) •

فالانسان يمثل نظاما متكاملا ، تتكون منه أجهزة متعددة يختص كل منها بأداء وظيفة محددة • ولذلك فان السبيل العلمى لفهم السلوك وتفسيره هو عن طريق النظر الى جوانبه المختلفة فى آن واحد • ولقد اتضح من الدراسات السلوكية أن الانسان له دوافع متعددة ومعقدة ، وعلى الرغم من وجود صفات متماثلة فى بعض الأفراد الا أن هناك جانبا أساسيا من الاختلافات الفردية بينهم ، وعلى هذا فاننا لا نتوقع أن يتصرف كل الناس بطريقة واحدة استجابة لنفس المؤثر أو المثير • وعلى ذلك فان الأساس الأول لفهم السلوك الانسانى هو تحليل ذلك السلوك

---

(١) سيد عبد الحميد مرسى ، **علم النفس والكفاية الانتاجية** • (القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨١) ، ص ٦٧٩ — ٦٨٠ •

لمعرفة الدافع أو الباعث عليه • ومن ناحية أخرى فالانسان لا يستطيع أن يعيش بمعزل عن غيره من الأفراد ، لذلك كان من الضرورى أن نضع الاعتبارات الاجتماعية فى الاعتبار عند تحليل سلوك الفرد •

ونتيجة للبحوث فى مجال ديناميكية السلوك نفترض ما يأتى :

١ ــ السلوك الانسانى سلوك هادف ، فلكل سلوك هدف يسعى الفرد الى تحقيقه ، ويحدد هذا الهدف حاجات الفرد البيولوجية والاجتماعية والنفسية •

٢ ــ السلوك الانسانى سلوك مسبب ، وقد يكون السبب ظاهرا واضحا أو مختفيا غير ظاهر •

٣ ــ السلوك الانسانى متعدد الأسباب ، فالحاجات الأساسية للانسان تتفاعل باستمرار داخل الفرد الذى يحاول أن يشبع سلوكه أكبر عدد ممكن من حاجاته فى آن واحد •

٤ ــ كثيرا ما يلعب اللاشعور دورا هاما فى تحديد السلوك الانسانى ، وعموما فان الفرد لا يستطيع لأول وهلة تحديد الأسباب المتعددة لسلوكه •

٥ ــ السلوك الانسانى عملية مستمرة ، فليست هناك فواصل قاطعة تحدد بدء كل سلوك ونهايته • فكل سلوك جزء أو حلقة من سلسلة متكاملة مستمرة تندمج حلقاتها باستمرار •

٦ ــ يشمل السلوك الانسانى الفرد ككل •• فهناك دائما عمليات متعددة تجرى داخل الفرد نتيجة للمؤثرات المتعددة التى تواجهه ، ومن شأن أى نشاط لأى جزء أن يؤثر على الأجزاء الأخرى •

٧ ــ الانسان عضو فى مجتمع كبير •• فهو يتأثر بطبيعة الثقافة والحضارة التى يعيش فيها ، ويصبح لتلك القوى الاجتماعية تأثير شديد على أساليب وأنماط السلوك التى يتبعها •

٨ ــ لكل فرد « شخصية » متميزة تختلف عنها فى غيره من الأشخاص ، وتلك الشخصية هى نتاج التفاعل بين حاجات الفرد ورغباته وخبراته والبيئة التى يعيش فيها • فقد يكون الفرد قلقا غير مستقر

أو قد يكون طابع شخصيته التسلط أو العدوانية ، أو قد يصبح انطوائيا أو سلبيا • ويحدد ذلك النوع من الشخصية بعض أنماط السلوك الانسانى ويساعد على تفسير تصرفات الفرد •

* * *

المميزات السلوكية للشخصية السوية :

تتميز الشخصية السوية بالمميزات السلوكية الآتية(١) :

١ ــ القدرة على التحكم فى الذات :

من الواضح أنه كلما نمت عند الفرد القدرة على التفكير الرمزى الموضوعى ــ التى على أساسها يستطيع أن يتنبأ بنتائج الأحداث قبل وقوعها ــ ازدادت بالتالى قدرته على الضبط والتحكم فى سلوكه عن طريق توقع النتائج التى يمكن أن تترتب عليه فى المدى البعيد •

٢ ــ تحمل المسئولية وتقديرها :

يستمد الشخص السوى قدرته على الضبط والتحكم فى سلوكه من تقديره الشخصى للأمور تقديرا مبنيا على موازنة النتائج وتمحيصها • وكلما زادت القدرة على الضبط الذاتى كلما قلت الحاجة الى الضبط الصادر من سلطة أخرى خارجية • والشخص السوى هو الذى يعتبر نفسه مسئولا عن أعماله ، ويتحمل هذه المسئولية عن طيب خاطر •

٣ ــ التعاون :

ان اعتماد الناس بعضهم على البعض الآخر ــ وخاصة فى المجتمع المعاصر ــ هو جزء أساسى من حياتهم الاجتماعية • وعلى هذا الأساس يصبح الشخص السوى هو الذى يستطيع أن يحقق هذه الطبيعة الاجتماعية ، وهو الذى يعتمد عليه الآخرون ، كما أنه يقر فى الوقت نفسه بحاجته الى الآخرين •

---

(١) محمد عماد الدين اسماعيل ، **الشخصية والعلاج النفسى** • ص ١٣٢ ــ ١٤٩ •

٤ ــ الثقة المتبادلة :

ان اعتراف الشخص بحاجته الى الآخرين يتضمن أيضا القدرة على علاقات شخصية وثيقة بهم ، أى علاقات مبنية على الثقة المتبادلة • وهذه الصفة الهامة للشخصية السوية هى التى يمكن أن نعبر عنها بالقدرة على المحبة والود • فالشخص السوى هو الذى يستطيع أن يقيم علاقات مع الآخرين أساسها المحبة والود والتفاهم والاحترام والثقة المتبادلة •

٥ ــ الانسانية :

الشخص السوى هو الذى يستطيع أن يبذل وأن يمنح كما يستطيع أن يأخذ ، سواء أكان ذلك مع أسرته أو أصدقائه أو زملائه ، وسواء أكان ذلك فى جماعات ينتمى اليها أم مع جماعات أخرى ، مع جماعات يتفق معها فى الرأى والعقيدة أو مع جماعات يختلف معها فى الاتجاهات والأفكار • فالانسان ــ مهما كانت حاله ــ مدين للانسانية بوجوده وقدرته على الكلام والحركة والتمتع بثمرات العقول والأفكار التى سبقته وأثرت على نوع الثقافة التى يعيش فيها • ان الانسان مدين بكل هذا الى الانسانية جمعاء ، التى لولاها ما كانت حضارته بجميع مظاهرها • ومن شأن هذا كله أن يجعل على الانسان واجبا لابد أن يؤديه للمجتمع الانسانى الكبير الى جانب مجتمعه المحلى المحدود • ولهذا كان من الطبيعى أن نتصور الشخصية السوية المتكاملة بأنها تلك التى تسهم فى خدمة الانسانية جمعاء ، وأن تفعل ذلك فى حدود امكانياتها • وما أصدق من قال : « ما استحق أن يولد من عاش لنفسه فقط » •

٦ ــ الديمقراطية :

ان الشخص السوى هو الذى يعمل للانسانية جمعاء ، كذلك فان الشخص السوى هو الديمقراطى • ففكرة الديمقراطية ــ كفكرة الانسانية ــ ترتبط ارتباطا وثيقا بمفهوم الشخصية السوية • فالديمقراطية ليست سوى العناية بالآخرين والاهتمام بهم ووضع قيمة الانسان فوق قيمة الأشياء ، والسعى الى ايجاد علاقات بناءة مثمرة مع أى قوم من الناس والعمل على تنمية التفاهم وتبادل الرأى والمشورة

والمساعدات بينهم • وان البعد عن هذه الأهداف معناه — فى الواقع — الخوف من الناس والحد من امكانية تنمية الصداقات ، كما يعنى أيضا امكانية السيطرة على الآخرين ، وبذلك تتعرض القيم الانسانية للخطر فتنعدم الثقة والتعاون فيما بين الناس •

٧ — مستوى الطموح :

الشخص السوى هو الذى يضع نصب عينيه مثلا ومستويات يسعى للوصول اليها ، حتى ولو كانت فى بعض الأحيان بعيدة المنال • والتوافق المتكامل ليس معناه تحقيق الكمال ، بل معناه الجهاد والعمل المستمر طبقا لخير ما يمكن أن يتصوره الفرد من مبادىء • ولكى يتحقق هذا يجب أن تكون الأهداف واقعية وفى اطار امكانيات الفرد ، حتى لا يتعرض للشعور بالاحباط والفشل •

ان هذا النموذج الذى رسمناه للشخصية السوية لا يتضمن أى تصور بأن هذه الشخصية فى سعادة دائمة ، أو أنها الشخصية الخالية من الصراع ، أو الشخصية التى تعيش دون مشاكل •• فالشخص السوى قد يعجز أحيانا عن تحقيق أهدافه ، وقد يدفعه جهله بالعالم المعقد الذى يعيش فيه والضغوط التى يواجهها الى اتخاذ أسلوب غير ملائم من السلوك ، كما أنها لا تخلو تماما من الخوف أو القلق أو الصراع • فمفهوم الشخص السوى اذن لا يتضمن الخلو التام من الخوف أو القلق أو الصراع ، بل ان الذى يميز الشخص السوى عن غيره هو طريقة مواجهة المخاوف والصراع والقلق وليس الخلو منها •• فالشخص السوى هو الذى يتعلم كيف يواجه صراعه واخفاقه بالحكمة بدلا من الشعور بالخوف أو الانطواء أو العدوان ، وهو الشخص الذى يتمتع بدرجة عالية من احترام الذات ومن اجتذاب الآخرين نحوه وحصوله على حبهم له وتقديرهم اياه • وأخيرا فان التوافق المتكامل الذى يميز سلوك الشخص السوى لا يعنى أن يسلك طبقا لمواصفات جامدة يتعين عليه اتباعها دون تصرف ، بل ان كل ظرف يستلزم تصرفا مناسبا للزمان والمكان والموقف • ويعتبر الشخص سويا فى تصرفاته وفى سلوكه بالدرجة التى يحقق بها سلوكه الامكانيات التى يتميز بها الانسان عن غيره من الكائنات ، ألا وهى الامكانيات الرمزية والامكانيات الاجتماعية •

* * *

وهناك العديد من الآراء التى حددت معالم الشخصية السوية وخصائصها ، نلخصها فيما يلى :

١ — حاول « روجرز »(١) ، مؤسس مدرسة « الارشاد النفسى المتمركز حول العميل » ، أن يوضح الخصائص العامة للشخصية السوية ، والتى تتلخص فيما يأتى :

(أ) أن يكون الشخص متفتحا ومتقبلا لخبرته أيا كان نوعها ، بمعنى ألا ينكر الفرد أو يشوه أى ادراك حسى أو انطباعات من أجل تجنب خبرة مهددة لتكوين ذاته ، بل انه يسعى الى ادراك خبراته الداخلية مهما كانت غير سارة •

(ب) أن يعيش الانسان بقناعة ذاتية بأن كل لحظة من الخبرة تعنى شيئا جديدا •• وهذا يعنى أن لدى الشخص شعورا داخليا بأن يتحرك وينمو ، وبأنه لا توجد لديه تصورات مسبقة عما سيكون عليه أخيرا كشخص •

(ج) أن يجد الشخص فى تركيبه وسيلة موثوقا بها للوصول الى السلوك الأكثر اشباعا فى مواقف الحياة الواقعية ، وأنه يفعل ما يشعر بأنه الصواب من وجهة نظره ومن تكوين ذاته المعتمد على خبراته •

وهذه الخصائص والصفات تجريبية ، وليست صورا من قبيل التمنى • وقد وصل « روجرز » الى هذه الخصائص من واقع خبرته وتجاربه الاكلينيكية • فقد لاحظ أشخاصا غير سعداء فى حياتهم ، وعندما استخدم معهم وسائل الارشاد النفسى غير المباشر لاحظ التغير الذى طرأ على شخصياتهم عندما تصبح الظروف طيبة (٢) •

٢ — يرى « سوليفان »(٣) أن الدراسة المحببة للطب النفسى ليست

---

(١) C. Rogers; Client — Centered Therapy. (Boston : Houghton — Miffiin, 1951), Ch. 11.

(٢) حسن الفقى ، وسيد خير الله (ترجمة) ، **الشخصية بين الصحة والمرض** • (القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية ، ١٩٧٣) ، ف ١ .

(٣) H. Sullivan; The Interpersonal Theory of Psychiatry (New York : Norton, 1953), pp. 110-111.

دراسة الشخص كما هو ، بل من حيث علاقاته مع الآخرين • ويرى أن الشخص يعبر عن الشخصية السوية الى المدى الذى يصبح فيه واعيا بعلاقاته الشخصية المتبادلة • ويعنى ذلك أن الشخص يحقق الشخصية السوية اذا كانت معتقداته عن نفسه وعن الآخرين دقيقة • ومن خلال المعتقدات والمعلومات الدقيقة يستطيع الشخص أن يحصل على اشباع ورضا وأمن دائمين ، يراها « سوليفان » كغايات أو أهدافا رئيسية للسلوك • ويرمز « الاشباع » — فى رأى « سوليفان » الى اشباع الحاجات البيولوجية ، ويرمز « الأمن » الى الحصول على استجابات من الآخرين حاملة لمعانى المحبة والمكانة والتقدير منهم للشخص •

٣ — يرى « ايريك فروم »(١) أن الشخصية السوية تتحقق الى المدى الذى يظهر فيه الشخص اتجاها « منتجا » • والاتجاه المنتج هو طريقة الفرد لاشباع حاجاته بطريقة أفضل ، بمعنى أن الانتاجية عبارة عن انتاج الأشياء والظروف الضرورية للنمو والسعادة • وصاحب الشخصية المنتجة قادر على استخدام مهاراته ومعلوماته بما يؤدى الى انتاج كل ما هو ضرورى لجعله سعيدا متمتعا بصحة نفسية سليمة •

٤ — أوضحت « كارين هورنى »(٢) أن علاقة الشخص بذاته الحقيقية هى أساس الشخصية السوية والصحة النفسية السليمة • والشخص المنفصل عن ذاته غير سوى • والشخص الذى يعرف ذاته ، ويحس بمشاعره وارادته ، ويقر بمسئوليته تجاه تصرفاته ، يعبر عن شخصية سوية •

٥ — اعتبر « آدلر »(٣) أن « الشعور الاجتماعى » مؤشر للشخصية السوية • ويرمز الشعور الاجتماعى الى الشعور بالتوحد مع البشر • وصاحب الشخصية غير السوية — بالنسبة « لآدلر » — هو الذى يكرس كل طاقاته للحصول على القوة ليخلص نفسه من مشاعر النقص ، ويدفع

---

(١) F. Fromm; Man for Himself. (New York, : Holt, 1947). pp. 82 — 106.

(٢) K. Horney; Heuros's and Human Growth. (New-York : Norton, 1950), ch. 1

(٣) A. Adler; Understanding Human Natnre, (New-York : Greenberg, 1929), pp. 30 — 32.

هذا التعويض الشخص الى التنافس مع الآخرين بدلا من سعيه للحصول على تعاونهم معه ومحبتهم اياه •

٦ — اعتبر «مازلو»(١) أن «الشخص المحقق لذاته» يتميز بشخصية سوية • ويرمز « تحقيق الذات » الى عمليـــة تحقيق القوى الكامنة الفطرية فى الشخص • وفى رأيه أن الشخص لا يستطيع تحقيق ذاته حتى يكون لديه رصيد من اشباع حاجاته الأساسية • واذا ما أشبعت هذه الحاجات تماما فانه يستطيع أن يوجه طاقاته لمهمة « تحقيق الذات » — كالانتاج العلمى ، أو العمل الفنى ، أو العمل التنظيمى • وحدد « مازلو » مجموعة من الخصائص التى يتصف بها الشخص « المحقق لذاته » ، تتلخص فى الآتى : ادراك الواقع والتوافق معه ، وتقبل الذات والآخرين ، والتلقائية ، والاحساس برسالته فى الحياة ، والاستقلال الذاتى ، والشعور بالانتماء والتوحد مع بنى الانســـان ، والعلاقات الشخصية العميقة المتبادلة ، والتمييز بين الوسائل والغايات ، والابداع والابتكار ، والحاجة الى الخلوة الذاتية من حين لآخر •

٧ — لفت « رانك »(٢) الأنظار الى « الخلق والابداع » كأساس للسلوك السوى • والشخص الذى يظهر روحا خلاقة هو الذى يتقبل ارادته وفرديته ويؤكدها ، كما أنه لا يخاف التجديد خشية الاختلاف مع الآخرين •

وفى ختام هذه المناقشة عن خصائص « الشخصية السوية » ، يبدو من المعقول أن نبرز النقاط الآتية :

أولا : يمكن تحليـــل السلوك الى نتائج مترتبة على اشباع الحاجات الأساسية • وما دامت الحاجات تشير الى تقدير ما هو فعال لتحقيق غايات متعددة لها قيمة ، فانه يمكن تحديد الحاجات الأساسية للانسان فى الآتى : الحاجات البيولوجية ، والحاجة الى الأمن ، والحاجة الى الانتماء ، والحاجة الى الاعتراف والتقدير ، والحاجة الى تحقيق الذات •

---

(١) A. Mas'ow; Op. Cit., ch. 12,

(٢) O. Rank; Will Therapy, and Truth, and Reality. (New York : Knopf, 1945), pp. 111 — 112.

ثانيـــا : يعتبر الاتصال بالواقع من مؤشرات الشخصية السوية • ويتصل الشخص بالواقع عندما يكون ادراكه الحسى ومعتقداته صحيحين • واننا ننمى معتقداتنا عن العـــالم الذى نعيش فيه عن طريق الادراك الحسى ومن الحدس والذاكرة والخيال ، وهذه المصادر عرضة للخطأ ، كما أن المعتقدات المستمدة منها قد تكون غير صحيحة الا اذا تعرضت لاختبار واقعى • وهذا يعنى مقارنة هذه المعتقدات بالدليل الملموس ، ودراسة مدى اتفاقها مع معتقدات أخرى راسخة •

ثالثـــا : يحتاج الفرد الى الآخرين لمعاونته فى حل المشاكل التى تواجهه •• فهو يحتاج الى الآخرين ليتصرفوا بطرق تشبع حاجاته التى لا يستطيع أن يشبعها وحده بسلوكه الخاص المستقل •• وهو يحتاج الى الآخرين ليسلكوا نحوه بطرق تدعم تقديره لذاته وتجعله يشعر بالأمن ، أى التحرر من أى خوف أو تهديد بالحرمان أو العدوان أو من الأخطار المترتبة على نبذه ورفضه وعدم تقبله من الآخرين • ويستخدم تعبير « السلوك الشخصى المتبادل » للدلالة على سلوك شخص فى علاقته بشخص آخر ، وهو سلوك صحى تلقائى متغير مرن ، ويعبر عن الذات الحقيقية للفرد •

رابعـــا : للعلاقات الشخصية السوية المتبادلة مميزات أساسية هى :

١ ـــ أن لدى كل طرف مفهوم دقيق واضح عن شخصية الطرف الآخر •

٢ ـــ يميل كل طرف الى مميزات الطرف الآخر ويتقبلها •

٣ ـــ يشعر كل طرف باهتمام نحو نمو الطرف الآخر وسعادته •

٤ ـــ يتصل كل طرف اتصالا كاملا بالآخر •

٥ ـــ يفرض كل طرف مطالب وتوقعات معقولة على الآخر •

٦ ـــ يحترم كل طرف حق الآخر فى تقرير شئونه •

خامسا : تعتبر ذات الفرد محددا هاما لسلوكه • ويمدنا تكوين الذات بحدود معينة لسلوكنا الصريح ولخبرتنا الذاتية • وبصفة عامة يسعى الشخص الى التصرف بطرق تتفق مع بناء ذاته ، ويقيد أفكاره

ومشاعره ورغباته فى حدودها • ويتكون مفهوم الذات من كل المعتقدات التى يحملها الشخص عن نفسه ، مثل القرارات المتعلقة بأنماط استجاباته لمواقف الحياة المختلفة •

وفى هذا المجال يعتقد « سينج وكومز »(١) أن السلوك كله بلا استثناء يتحدد ويتعلق بالمجال الظاهرى للكائن القائم بالسلوك • ويتكون « المجال الظاهرى » من مجموع الخبرات التى يعانيها الشخص فى لحظة الفعل • ويتراوح الوعى بين مستوى منخفض ومرتفع ، ومن المفروض أن لا يصير « لاشعوريا » تماما أبدا • وهما يعتقدان أن على علم النفس أن يقبل الفكرة الشائعة أن الوعى سبب للسلوك ، وأن ما يعتقده المرء وما يستشعره يحدد ما سوف يفعله •

وقدم « روجرز »(٢) « نظرية الذات » ، وتتلخص التصورات الرئيسية المكونة لها فيما يلى :

١ ــ الكائن العضوى ، وهو الفرد بأكمله •

٢ ــ المجال الظاهرى ، وهو مجموع الخبرة •

٣ ــ الذات ، وهى الجزء المتمايز من المجال الظاهرى ، وتتكون من نمط للادراكات والقيم الشعورية بالنسبة لـ« أنا » و « ضمير المتكلم » •

ويمتلك الكائن العضوى الخصائص الآتية :

(أ) أنه يستجيب ككل منظم للمجال الظاهرى حتى يشبع حاجاته •

(ب) أن له دافعا أساسيا واحدا وهو أن يحقق ذاته ويحسنها ويعززها •

(جـ) أنه قد يرمز الى خبراته بحيث تصبح شعورية ، أو قد ينكر عليها الرمز بحيث تظل لاشعورية ، أو قد يتجاهلها كلية • وللمجال

---

(١) D. Snygg; and A. Combs; Individual Behavior : A New Frame of Reference for Psychology. (New York : Harper, 1949), p. 15.

(٢) C. Rogers; Op. cit., ch. 11

الظاهرى خاصية أن يكون شعوريا أو لاشعوريا ، وذلك بحسب ما اذا كانت الخبرات التى تكون المجال قد تحولت الى رموز أم لا •

أما « الذات » وهى النواة فى نظرية « روجرز » عن الشخصية ، فلها خصائص عديدة أهمها :

(أ) أنها تنمو فى تفاعل الكائن مع البيئة •

(ب) أنها قد تمتص قيم الآخرين وتدركها بطريقة مشوهة •

(جـ) تنزع الذات الى الاتساق •

(د) يسلك الكائن بأساليب تتسق مع الذات •

(هـ) الخبرات التى لا تتسق مع الذات تدرك بوصفها تهديدات •

(و) قد تتغير الذات نتيجة للنضج والتعلم(١) •

وقد أبرز « روجرز » طبيعة هذه المفاهيم وعلاقاتها المتداخلة فى سلسلة من تسع عشرة قضية ، وفى ختام مناقشته لهذه القضايا يضع النتاج النهائى لوجهة نظره فى هذه العبارات(٢) :

« تعد هذه النظرية ظواهرية الطابع فى أساسها وترتكز فى المقام الأول على الذات كمفهوم تفسيرى • وهى تصور نقطة النهاية لارتقاء الشخصية بوصفها اتفاقا أساسيا بين المجال الظاهرى للخبرة والبناء التصورى للذات •• وذلك موقف اذا تحقق فانه يمثل تحررا من الاجهاد الداخلى والقلق ، ومن الاجهاد المحتمل • وهذا هو حد الكمال فى التوافق الموجه واقعيا ، ومعناه اقامة نظام فردى للقيم وعلى جانب كبير من الاتفاق مع نظام القيم لأى انسان آخر له نفس القدر من التوافق السوى » •

* * *

---

(١) فرج أحمد فرج وآخرن (ترجمة) **نظريات الشخصية** ، ص ٦١٢ ـ ٦١٣ •

(٢) C. Rogers; Op. cit., p. 532:

الخلاصـــة

يتلخص ما سبق مناقشته فى هذا الفصـــل فى الآتى :

١ ــ يبدو « الغزالى » باحثا فى عـــلم النفس ، وفى السلوك خاصة ، بصورة تجعله متقدما على الكثيرين ممن درسوا السلوك من علمـــاء النفس • وبالاضافة الى عناية الغزالى بالسلوك من حيث كونه موجها لغاية دينية انسانية ، فانه يتناول النشاط النفسى كظاهرة عامة مع مراعاة ما يدخل على السلوك من تعديلات بحسب الأهداف العـــامة أو الجزئية التى توجه السلوك الانســـانى • ويمكن القول بأن « الغزالى » اســـتفاد من الأسس النظرية التى وضعهـــا الأقدمون للنشاط النفسى ، الا أنه قد أدخل على الأسس تعديلات كثيرة هامة تهيأت له بفضل ثقافته الخاصة ، ودراسته للسلوك الانسانى ، ودقته فى تحليـــل النفس البشرية من حيث دوافعها وانفعالاتها واتصالها بالبيئة •• وعلى ذلك فان الغزالى قد سبق علماء النفس الغربيين وتفوق عليهم فى هذا المجال ، بالاضافة الى توجيه دراساته النفسية نحو غاية دينية انسانية •

٢ ــ لقد حث الدين الاســـلامى الحنيف على التمســـك بالأخلاق الفاضلة ، وحسن السلوك ، وفعل الخير • وقد استشهدنا فى هذا الفصل بالآيات والأحاديث التى تبرز الأخلاق الفاضلة مثل : الوسطية والاعتدال ، وحسن الخلق ، والتواضع ، والصدق ، والأمانة ، والشكر ، والحلم والأناة والرفق ، والمحبة ، والجود والكرم ، وحفظ اللسان •• وقد أعقب ذلك مناقشة وجهات نظر علماء النفس فيما يختص بديناميكية السلوك والشخصية السوية ، وقد اتضح من هذه المناقشة ما يأتى :

(أ) السلوك الانسانى سلوك هادف ، ومسبب ، ومتعدد الأسباب ، وأن اللاشـــعور كثيرا ما يلعب دورا هاما فى تحـــديد الســـلوك ، وأن السلوك الانسانى عملية مستمرة ، وأنه يشمل الفرد بأكمله ، وأن الانسان عضو فى مجتمع كبير ولذا يتأثر بالثقافة والحضارة التى يعيش فيها ، وأن لكل فرد شخصية متميزة تختلف عنها فى غيره من الأشخاص وهى نتاج التفاعل بين حاجات الفرد وامكانياته وخبراته وبيئته •

(ب) تتميز الشخصية السوية بالميزات السلوكية الآتية :
القدرة على التحكم فى الذات ، وتحمل المسئولية وتقديرها ، والتعاون ، والثقة المتبادلة ، والانسانية ، والديمقراطية ، ومستوى الطموح •

(جـ) تعددت الآراء ووجهات النظر التى حددت معالم الشخصية السوية بحيث شملت ما يأتى :

ـ أن يكون الشخص متفتحا ومتقبلا لخبرة ، وأن يعيش بقناعة ذاتية بأن كل لحظة من الخبرة تعنى شيئا جديدا ، وأن يجد الشخص وسيلة للوصول الى السلوك الأكثر اشباعا فى مواقف الحياة الواقعية •

ـ أن الشخص يعبر عن الشخصية السوية اذا كانت معتقداته عن نفسه وعن الآخرين دقيقة ، وأن يكون واعيا بعلاقاته الشخصية المتبادلة مع الآخرين •

ـ أن الشخصية السوية تتحقق الى المدى الذى يظهر فيه الشخص اتجاها منتجا ، بمعنى انتاج الأشياء والظروف الضرورية لنمو الشخص وسعادته •

ـ أن علاقة الشخص بذاته الحقيقية هى أساس الشخصية السوية والصحة النفسية السليمة •

ـ أن « الشعور الاجتماعى » ـ أى التوحد مع الآخرين ـ مؤشر للشخصية السوية •

ـ أن الشخص « المحقق لذاته » يتميز بشخصية سوية ، ويقصد بتحقيق الذات عملية تحقيق القوى الكامنة الفطرية فى الشخص •

ـ أن الخلق والابداع أساس للسلوك السوى •

(د) ان النموذج الذى رسمناه للشخصية السوية لا يعنى أن نتصور هذه الشخصية فى سعادة دائمة ، أو أنها الشخصية الخالية من الخوف أو الصراع أو القلق •• ان الخوف ظاهرة صحية من الناحية الدينية • فهل لنا من « شىء من الخوف » حتى لا نطغى أو ننسى

أنفسنا • ولقد ورد ذكر « الخوف » فى مواضع عديدة من القرآن الكريم :

« **ولنسكننكم الأرض من بعدهم ، ذلك لمن خاف مقامى وخاف وعيد** » (ابراهيم : ١٤) •

« **ولمن خاف مقام ربه جنتان** » (الرحمن : ٤٦) •

« **وأما من خاف مقام ربه ونهى النفس عن الهوى • فان الجنة هى المأوى** » (النازعات : ٤٠ ، ٤١) •

« **انى أخاف عليكم عذاب يوم عظيم** » (الأعراف : ٥٩) •

« **لئن بسطت الى يدك لتقتلنى ما أنا بباسط يدى اليك لأقتلك ، انى أخاف الله رب العالمين** » (المائدة : ٢٨) •

« **قل انى أخاف ان عصيت ربى عذاب يوم عظيم** » (الأنعام : ١٥) •

« •• **انى أخاف الله ، والله شديد العقاب** » (الأنفال : ٤٨) •

« **ويا قوم انى أخاف عليكم يوم التناد** » (غافر : ٣٢) •

« •• **انى أراكم بخير وانى أخاف عليكم عذاب يوم محيط** » •• (هود : ٨٤)

« **قال لا تخافا ، اننى معكما أسمع وأرى** » (طه : ٤٦) •

أما عن الصراع والقلق ، فانها جزء من حياة الانسان فى يومه وغده •• اننا نعانى الصراع بين الخير والشر ، بين الحق والباطل ، بين الحلال والحرام •• أى بين الاقدام والاحجام • أما القلق فانه ينتابنا بين لحظة وأخرى •• ويختلف القلق عن الخوف من ثلاث نواح : الأولى هى أن الخوف استجابة انفعالية لخطر خارجى محدد ، أما القلق فيمكن أن نسميه الخوف من المجهول • والناحية الثانية هى أنه بالرغم من أن كلا من الخوف والقلق حالات توقعية ، أى أنها تشير الى خطر محدق ، الا أن مثيرات القلق تأتى من الداخل أى من الكائن نفسه وليس من خطر خارجى كما فى حالة الخوف ••

والناحية الثالثة هى أن الألم الذى يتوسط فى اكتساب القلق ناتج عن عملية عقاب اجتماعية ، يوقعها عادة الأبوان أو من يقوم مقامهما .

« ان الانسان خلق هلوعا » (المعارج : ١٩) .

« لقد خلقنا الانسان فى كبد » (البلد : ٤) .

« اذا مسه الشر جزوعا . واذا مسه الخير منوعا » ..

(المعارج : ٢٠ ، ٢١) .

* * *