مجلة أبحاث في العلوم التربوية والإنسانية والآداب واللغات، المجلد 02 العدد 05 بتاريخ 2021/06/15م

ISSN: 2708-4663 **DNNLD :2020-3/1128**

الاساءة الانفعالية وانعكاساتها على الكفاءات الانفعالية لدى المراهق

الغالية البنوحي

طالبة باحثة بسلك الدكتوراه للسنة الثانية

جامعة الحسن الثاني –المحمدية ، كلية الآداب و العلوم الانسانية

lghaliya.elbonohi1993@gmail.com

تاريخ الإيداع: 2021/06/08 م تاريخ التحكيم: 2021/06/13م تاريخ النشر: 2021/06/15م

الملخص بالعربية:

ظاهرة الاساءة الانفعالية من الظواهر الانسانية التي تشكل تحديا حقيقيا بمختلف المجتمعات، وهذا لما لها من تأثيرات سلبية على تكوين شخصية الفرد، وسنحاول في هذه الورقة التركيز على مفهوم الاساءة الانفعالية، هذا المفهوم قلما تركز عليه الابحاث باعتباره مفهوم متداول وله انعكاسات عديدة ووخيمة بمرحلة الطفولة وتمتد الى مرحلة المراهقة والرشد ، ومن هذا المنطلق تنبع اهمية هذه الورقة البحثية في تفكيك مفهوم الاساءة الانفعالية والتعرف على مفهوم الكفاءات الانفعالية وتسطير اهميتها لدى المراهق، والتعرف على تأثيرات الاساءة الانفعالية على ضوء الكفاءات الانفعالية، بناء على هذا جاءت هذه الورقة البحثية كي تسعي للإجابة عن التساؤلات التالية ما هي سوء المعاملة الانفعالية؟ وماهي الكفاءات الانفعالية واهميتها لدى المراهق؟ وما هي تأثيرات الاساءة الانفعالية على ضوء الكفاءات الانفعالية؟

الكلمات المفتاحية: الاساءة الانفعالية – الكفاءات الانفعالية.

Emotional abuse and its repercussions on the emotional competencies of adolescents

ELGHALYA ELBOUNOUHI

Second year PhD student at faculty of Letters and Human sciences in Mohammdia.

Faculty of Letters and Human Sciences, Hassan II University – Mohammdia

Specialization : Psychology

lghaliya.elbonohi1993@gmail.com

Abstract:

Psychological abuse is one of human phenomena that poses a real challenge to many societies, this due to the negative impacts on the construction of

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

individual's personality, in this paper; we will try to focus of the concept of psychological abuse. This latter is less likely to be treated by researches as it is common and has several and severe influences on the period of childhood and goes into adolescence and maturity From this point of view, the importance of this research paper stems from disassembling the concept of psychological abuse and identifying the concept of emotional competencies and controlling its importance for the adolescent, and identifying the effects of emotional abuse in the light of emotional competency, based on this, this research paper comes to answer the following questions: what is psychological maltreatment? What are the emotional competencies and its importance for the adolescent? What are the effects of psychological abuse in the light of emotional competencies?.
Keywords: Psychological abuse – Emotional competency.

مقدمة

تشكل الاساءة الانفعالية احد انماط السلوك الموجه للأخر، كما انها تصنف ضمن صيغ سوء المعاملة التي يمكن ان ينتج عنها ضرر سلبي على النمو المعرفي، الانفعالي، النفسي، الاجتماعي للشخص. ويمكن ان تحدث الاساءة الانفعالية في كل مؤسسات التنشئة سواء تعلق الامر بمؤسسة المدرسة او الاسرة بغض النظر عن الخلفية الثقافية والاجتماعية والعرقية للأسرة، ومن الطبيعي ان جل الاسر تسعي الى تحقيق الافضل لأبنائها، ومع ذلك فقد يسيء بعض من الاباء والامهات معاملة ابناءهم وبالأخص بمرحلة المراهقة وهذا راجع لعدم فهمهم لبعض خصوصيات لهذه المرحلة، او بسبب جهلهم لأساليب التربية السليمة، ونقص مصادر الدعم النفسي-الاجتماعي للأسر، الا ان اغلبية المهتمين بهذا الاتجاه يتفقون على ان الاتجاهات او المعاملة الوالدية الغير السليمة ضمن موقف مؤقت معين لا تدخل ضمن اطار الاساءة الانفعالية، حتى وان فقد الاباء او الامهات بلحظة معينة قدرتهم على التحكم في الذات او عدم قدرتهم على ضبط انفعالاتهم، مما يجعلهم يصدرون سلوكات مؤذية لأطفالهم، او عند فشلهم في اعطاء ابنائهم الانتباه المطلوب، او عند نهجهم لأفعال وسلوكيات عن غير قصد مما يتسبب في ضرر نفسي او جسدي...بأبنائهم.

وعلى ضوء ما سبق جاءت هذه الورقة البحثية لتجيب عن الاسئلة التالية: ما هي سوء المعاملة الانفعالية؟ وماهي الكفاءات الانفعالية واهميتها لدى الطفل والمراهق؟ وما هي تأثيرات الاساءة الانفعالية على ضوء الكفاءات الانفعالية؟

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

المحور الاول: مفهوم سوء المعاملة الانفعالية (Psychological Abuse)

لقد كان "اول ظهور لمفهوم سوء معاملة الطفل بالقانون البريطاني للطفل سنة 1989 وعرفها هذا القانون على انها عبارة عن النتائج السلبية التي تنعكس على التطور النفسي، العاطفي للطفل والتي يكون سببها سوء المعاملة والاهمال النفسي الشديد من الوالدين.[1] كما ان الاساءة بشكل عام تشمل كل وضع يخص الانتهاك الجنسي او الاهمال او الاستغلال التجاري وغيره المؤدي الى اذى حقيقي او محتمل تؤدي صحة الطفل وبقائه وتطوره.

ويمكن تعريف سوء المعاملة ايضا بانها "جميع اشكال سوء المعاملة الجسدية او العاطفية او الاعتداء الجنسي او الاهمال او الاستغلال الاقتصادي المسبب لضررا فعليا او محتملا لصحة الطفل او لكرامته. وقد ورد في وثائق منظمة الصحة العالمية (التقرير العالمي حول العنف و الصحة و تقرير المشاورات حول منع اساءة معاملة الاطفال) هناك اربع انواع مختلفة من اساءة معاملة وهي: (الاعتداء الجنسي، الاساءة الانفعالية أو النفسية –العنف الجنسي–اهمال الطفل)[2].

وتعرف اساءة المعاملة بأنها " كل ما من شأنه ان يعيق نمو الطفل نموا متكاملا سواء اكان بصورة متعمدة من قبل المشرفين على تربيته وتنشئته اجتماعيا ويتضمن ذلك الاتيان بعمل يترتب عليه ايقاع ضرر مباشر للطفل كالإيذاء البدني او نهج سلوكات من شأنها ان تحول دون اشباع حاجات الطفل المتنوعة (التربوية و النفسية و الجسمية و الانفعالية و الاجتماعية) وتوفير الفرص المناسبة لنموه نموا سليما".[3]

وتجدر الاشارة الى انه يدخل في اساءة المعاملة امتناع شخص او تقصيره في الوفاء بواجباته في توفير الحاجات الاساسية لشخص اخر من افراد اسرته او ممن يترتب عليه شرعا او نظاما توفير تلك الحاجات لهم. وسنتناول في هذه الورقة كل شكل من اشكال اساءة المعاملة على حدى مع التعرج على مفهوم سوء المعاملة الانفعالية باعتباره مفهوم يهمنا بهذه الورقة البحثية، ومن بين اشكال سوء المعاملة نذكر:

1. **الاساءة الجسدية Physical Abuse**: ويقصد بها ما يلحق من اذى بالجسم من طرف المشرفين على رعاية الطفل (الجروح، الحروق، الكي بالنار، الضرب الحرمان من التغذية والنوم...الخ.[4] يقصد به الاستخدام المتعمد للقوة ضد الطفل، الذي ينتج عنه او له احتمال

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

كبير في أن يحدث ضررا على صحة الطفل، ونموه وكرامته ويشمل (الضرب والعض والخنق والتسمم والاختناق...الخ).

2. **الاساءة الجنسية Sexual Abuse**: كل مشاركة لطفل ما بنشاط جنسي لا يقوم به ولا يفعله بشكل إرادي و غير فاهم له وغير قادر على اعطاء موافقة، ويعد انتهاكا للقانون وغالبا ما يأتي الاعتداء الجنسي على الاطفال من قبل البالغين بحكم سنهم أو مرحلة نموهم.[5]

عندما تحدثنا عن الاساءة الجسمية أو الجسدية و الجنسية فمن البديهي ان لا نتحدث عن اثارها لأنها سهلة التشخيص و علامتها واثارها تظهر واضحة على جسد الطفل وتجدر الاشارة الا انها غالبا ما تكون مصحوبة بإساءة انفعالية/نفسية كالإهانة والنبذ.

3. **الاساءة الانفعالية Psychological Abuse**: يصعب تحديد مصطلح واحد للإساءة الانفعالية، فقد تطرق لها الباحثون بمسميات متعددة منها الاساءة النفسية أو الاساءة اللفظية او القسوة الانفعالية، ويقصد بها كل الافعال والحوادث سواء (المعزولة أو المتكررة) والتي تهدد نمو واستقرار الطفل لان الافعال المرتكبة في هذه الحالة تتميز بالعدائية واللامبالاة والرفض ويكون لها احتمال كبير في التأثير على جسم الضحية أو صحته العقلية أو تطوره الجسدي أو الاجتماعي. وتشمل االاساءة الانفعالية كل من[6]:

3.1 **التجاهلIgnoring** : سواء كان تجاهل بدني أو نفسي ويدل على غياب الاستجابة وانعدام التواصل البصري واللفظي من طرف الاباء او المربين؛

3.2 **النبذ Rejecting**: ويتجسد في الرفض النشط في الاستجابات لاحتياجات الطفل والسخرية الدائمة من الطفل؛

3.3 **العزل Isolating**: ويتمثل في كون الاباء او المربين يقيدون حرية حركة الطفل دون مشاركته في الانشطة الاجتماعية مع الاقران؛

3.4 **الاستغلال والإفساد Exploiting or Corrupting** : وفي هذا النمط من إساءة المعاملة يعلم الطفل ويشجع أو يجبر علي الإتيان بسلوكيات غير اجتماعية أو غير قانونية أو مضادة للمجتمع، ومنها سلوكيات تدمير

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

الذات، أو الأفعال الإجرامية المضادة للمجتمع، كالسرقة أو إجبار الطفل على ممارسة سلوكات غير مقبولة اجتماعيا ؛

3.5 **الاعتداء أو الهجوم اللفظي Verbally Assaulting** : ويتضمن هذا النمط من إساءة المعاملة تحقير الطفل والتقليل من شأنه والاستهزاء أو السخرية الدائمة منه والتهديد اللفظي بإيقاع الأذى به؛

3.6 **التخويف أو الترهيب Terrorizing**: وفيه يتم تهديد الطفل بإيقاع الأذى به ومضايقته وإزعاجه بصورة مستمرة وبث الخوف والرعب فيه، وفرض توقعات ومطالب مبالغ فيها علي الطفل تتجاوز بكثير قدراته وإمكاناته علي تحقيقها مع التهديد الدائم بالعقاب حال الفشل في إنجاز أو تحقيق هذه التوقعات والمطالب؛[7]

3.7 **الاهمال Neglect** : نمط من الفشل او العجز في تقديم العناية الكافية للطفل من طرف احد الابوين او كلاهما أو المشرف على الرعاية وهذا ما يضر بصحته النفسية والجسدية، ويكون الاهمال في واحد او أكثر من المجالات التالية العناية الطبية، التعليم، التطور العاطفي والتغذية، توفير المأوى والظروف المعيشة الامنة. [8]

فمن خلال استعراضنا لأنماط الاساءة يمكننا الحزم بأنها ظاهرة متعددة الاشكال، ولا يمكن تحديد مكان وقوعها فيمكن ان يتعرض لها الطفل داخل البيت او بالشارع او بالمؤسسة التربوية او بأماكن الترفيه...وغيرها، وانعكاساتها على الاطفال لا تنتهي بمرحلة الطفولة بل تمتد الى مرحلة المراهقة والرشد، فالطفل اذا ما تعرض للإساءة الانفعالية تكون طفولته مليئة بالأحداث و الخبرات المؤلمة مما يؤثر على ادراكه بفترة المراهقة و نموه الانفعالي وكفاءاته الانفعالية.

المحور الثاني: مفهوم الكفاءات الانفعالية واهميتها لدى المراهق

ان مفهوم الكفاءات الانفعالية من بين اهم المفاهيم المنبثقة عن المكون الانفعالي الوجداني للذات، مما يؤكد لنا ارتباط الكفاءات الانفعالية بالذات الانسانية، الشي الذي ينعكس ايجابيا على انتاج انماط مميزة من الشخصيات بالمجتمع ، مما يتطلب التكيف معها قبل ان تنعكس على شخصية الفرد، والتأثير على صحته النفسية والاجتماعية والعاطفية، من خلال ظهور بعض الاضطرابات والسلوكات المرفوضة

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

اجتماعيا مما يؤدي إلى سوء التوافق النفسي والاجتماعي وضعف بالبنية الشخصية الإنسانية. وهنا سوف نحاول ان نقدم بهذه الورقة تعريفات لمفهوم الكفاءات الانفعالية مع ابراز اهميتها لدى المراهق.

1. مفهوم الكفاءات الانفعالية(Emotional Competencies)

يعد مفهوم الكفاءات الانفعالية من المفاهيم الحديثة في علم النفس، وقد انبثق هذا المفهوم اساسا من المفاهيم التي طرحها (بار-اون Bar-on وماير وسالوفي Salovey&Mayar وجولمان Goleman واخرون) فقد اكدوا جميعهم ان الكفاءة الانفعالية ماهي الا الجانب الادائي للذكاء الانفعالي.

من بين الذين أشاروا الى مفهوم الكفاءات الانفعالية وميزوها عن مفهوم الذكاء الانفعالي نجد (جولمان،1995،Golemen فقد حظي المتخصص النفسي دانيا جولمان Danial Goleman بشهرة واسعة من خلال كتابه الذكاء الانفعالي، فقد وضع الذكاء الانفعالي مقابل المفهوم التقليدي للذكاء، وقد ادعى غولمان (1996) بأنه لا قيمة للذكاء المرتفع من دون الحياة الانفعالية السليمة، فكلاهما الذكاء العقلي والانفعالي يتفاعلان معا بصورة معقدة جداً ومستمرة ومازال بحثهما يفتح آفاقا جديدة[9].

وقد وضع جولمان،2001، Goleman مجموعة من الكفاءات التي لها اهمية كبيرة لنجاح الفرد في مجالات الحياة المختلفة تفوق ما للذكاء المعرفي من اهمية لذلك فمفهوم الكفاءات الانفعالية من المفاهيم التي تحضي باهتمام متزايد[10].

يعرفها (Eisen berg et Al 1998) على انها " مجموعة من المهارات الانفعالية تسمح بفهم الشخص لانفعالاته وانفعالات الاخرين والميل الى اظهار انفعالاته بالأسلوب الافضل من ناحية الموقف والثقافية والقدرة على السيطرة على انفعالاته واختبار وتعديل السلوكيات الناجمة عن الانفعالات واظهارها بأسلوب لائق اجتماعيا بهدف تحقيق اهدافه. [11] فمصطلح المهارات الانفعالية الأساسية يشير إلى القدرة على التعرف، الفهم، التعبير، استعمال وتوظيف الفرد لانفعالاته وانفعالات الآخرين.[12]

كما تعرفها ساربني (Saarni 1999) على انها اظهار او تطبيق فعلى للقابليات المتعلمة من المواقف المستمدة من المعرفة المرتبطة بالجانب المعرفي وفي جزئه المؤثر على ميل الفرد للتعامل مع بيئته الاجتماعية المتمثل بالذكاء الانفعالي. [13]

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

وعرفها (Boyatzis 2000) على انها خاصية من الخصائص الشخصية التي يتصف بها الشخص، والتي من المحتمل ان تعمل بوصفها دافعا او سمة او مهارة يستخدمها الفرد عند تصور ذاته وهي تؤدي دورا اجتماعيا معينا او انها بناء معرفي يفضله الفرد لتحسين اداءه وانجازه الانفعالي.[14] كما تعرف بأنها عبارة عن مجموعة من القدرات لمعالجة العواطف أو المعلومات العاطفية على العموم ولقد اتفق الباحثين على ان هناك خمس كفاءات انفعالية اساسية وهي:[15]

1. **التعرف**: حيت يكون الفرد على مستوى هذه الكفاءة قادر على معرفة انفعالاته وانفعالات الشخص الاخر؛
2. **الفهم** : حيت يكون الفرد على مستوى هذه الكفاءة قادرا على معرفة انفعالاته وانفعالات الشخص الاخر؛
3. **التعبير**: تكون لدى الفرد القدرة على التعبير عن انفعالاته وجعلها مقبولة اجتماعيا والسماح للآخرين بالتعبير عن انفعالاتهم؛
4. **الضبط**: قدرة الأفراد على تسيير انفعالاتهم وضغوطاتهم؛
5. **الاستعمال**: استعمال انفعالاتهم لزيادة الفاعلية (على مستوى اتخاذ القرار، الأفعال).[16]

يمكن ان نستنتج من التعاريف السابقة بأن الكفاءات الانفعالية هي مجموعة من المهارات المتكاملة فيما بينها، تظهر لدى الفرد ويتم تعلمها عبر اجراءات تستغرق مدة من الزمن للتدريب على تنميتها، فهي وظيفة ومهارة يطمح لها الافراد ضمن اطار وسياق اجتماعي معين، لذلك فالكفاءات الانفعالية لا تتطلب بالضرورة مستوى معين من الذكاء الانفعالي، ويمكن اكتسابها عن طريق التفاعل مع محيطنا الخارجي كما يمكن تعلمها بأي وقت طول حياة الانسان.

2. اهمية الكفاءات الانفعالية لدي المراهق

قبل الخوض في ابراز اهمية الكفاءات الانفعالية لدى المراهق، يجب ان نوضح العلاقة التي تربط بين الكفاءات الانفعالية بالسلوك الاجتماعي الذي يصدر عن الفرد وما يتشبع به الفرد خلال تنشئته الاجتماعية، ولكي نعمق الفهم يجب علينا ان نقدم تعريفا واضحا وبسيطا لمفهوم الانفعالات وهذا يضعنا امام تعاريف متعددة لمفهوم الانفعالات بتعدد المدارس النفسية الباحثة في الجانب الانفعالي، ولهذا فالتفسير الذي سنتطرق له هو تعريف يتماشى مع التفسير الفسيولوجي الذي نحن في سياق

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

الحديث عنه بغية توضيح العلاقة بين الكفاءات الانفعالية والسلوك الاجتماعي. فالانفعال هو عبارة عن حالات معقدة من المشاعر يصاحبها تغيرات جسدية تنتاب الفرد نتيجة لاستجابته لمثير ما، ومن هذه الانفعالات ما يوصف بأنه انفعال سار مثل الفرح كما أن منها ما يوصف بأنه انفعال غير سار مثل الحزن، الغضب، الخوف، الخجل، الاشمئزاز، والغالب أن الانفعال يطلق ليعبر عن الحالة الانفعالية للفرد بسياق اجتماعي.

بكل مجتمع توجد تصورات محددة اجتماعيا حول الكيفية التي ينبغي فيها التعامل مع الانفعالات .(Werber1997) ففي المجتمع الأمريكي والأوروبي الغربي توجد رؤية مفادها أنه لابد من تقبل المواقف غير القابلة للتحكم وتغيير المواقف القابلة للسيطرة والنظر للضغوطات كتحديات ومواجهة الانفعالات. فإذا ما أخذنا تصور الكفاءة الاجتماعي لساربي (2002) بعين الاعتبار فإنه يتضح أن الفرد غالباً ما يجد نفسه أمام خيار الاستجابة بطريقة متلائمة اجتماعيا أو أنه عليه أن يبدي الشجاعة على إدراك مشاعره الخاصة وتقبلها والتعبير عنها، خاصة عندما لا تكون هذه المشاعر متناسبة مع الاستجابات الانفعالية المستخدمة في الإطار الثقافي[17].وبناء عليه يمكن القول بأن الانفعالات مرتبطة بالعلاقات الاجتماعية والمعاملة الانسانية بشكل لا يمكن فصله، بغض النظر عما إذا كان الانفعال ناتج عن لقاء او صراع بين شخص او اشخاص أو من خلال عدد كبير من المواجهات الانسانية عبر فترة من الزمن .

وترى ساربي أن أرضية الكفاءات الانفعالية تتحدد منذ الطفولة المبكرة .فعمليات التأثير المتبادلة في الأسرة والنمو المطرد للقدرات المعرفية والانفعالية الطفولية تشكل هذه الأرضية. وفي نهاية السنة الأولى تقريبا يراقب الأطفال المواقف المتعددة انفعاليا والسلوك الانفعالي لوالديهم .ويتعرفون من خلال ذلك على الخيارات السلوكية في التعامل مع الانفعالات[18].

ولا يقتصر الأمر على الطفولة فحسب، بل أن اشخاص الإطار المرجعي يساعدون في سن البلوغ والرشد أيضا على تنظيم الانفعالات من خلال اسلوب الحوار لحل المشكلات ويستخدمون الفكاهة في المواقف أومن خلال محاولة الفرد مساعدة الأصدقاء على تنظيم انفعالاتهم من خلال المساندة الانفعالية. وبشكل خاص في العلاقات الانفعالية المستمرة طويلا فإن كفاءات التنظيم الانفعالي لدى الأشخاص الآخرين على درجة من الأهمية[19].

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

وهنا نستحضر دايمان (Deomann1984) عندما سأل يافعين عن المساعدة التي يقدمونها لأصدقائهم الحزانى، فأجابت الغالبية بأنهم يقفون انفعالياً إلى جانب أصدقائهم فيواسونهم ويشجعونهم ويبدون التفهم والمحبة. ويحاول بعضهم الآخر حل الصراع الكامن خلف صراع الشخص الحزين أو صرف انتباهه عن الحزن .[20]

يتضح من هذا ان الاشخاص المقربين كالأسرة، الأصدقاء، الأزواج، الأشخاص المهمين، يمثلون موردا مهما للتنظيم الفاعل للانفعالات لان وجود الحاجات العاطفية الاساسية بمرحلة الطفولة كالتقبل والاهتمام والاستعداد للمساعدة والقدرة على التعاطف يلعب دورا مهم في تنمية الكفاءات الانفعالية لدى الفرد، بينما غياب هذه الحاجيات العاطفية قد يؤثر بشكل سلبي على مرحلة الطفولة، ويمكن ان يؤدى الى طفولة مصابة محملة بالخبرات المؤلمة وبالتالي تنعكس على التنظيم الفاعل للانفعالات، ذلك من خلال تفسير الأحداث الانفعالية بمراحل عمرية مختلفة باستخدام الاستراتيجيات المعتادة في السياق الاجتماعي المعاش بالطفولة. و من هنا يمكننا ان نبرز اهمية الكفاءات الانفعالية لدى المراهق و لتوضيح ذلك اكثر سنتطرق للحديث عن كفاءة التعبير عن الانفعالات باعتبارها احد الكفاءات الانفعالية الاساسية، لأن كبت الانفعالات لها اثار سلبية على نفسية الفرد خاصة الانفعالات السلبية كالغضب فعدم التعبير عنها ينتج عنه انعكاسات تضر الذات واحيانا تلحق الضرر بالأخرين، فنجد من المراهقين من يعجز على اقامة علاقة صداقة مع الافراد المحيطين به، يفضل ان ينهج اسلوب الانسحاب وعدم التفاعل مع الاخرين وعدم اثارة الضوضاء وهذه الخصائص تكون مفروضة عليهم من ذواتهم ، مما يعكس لنا افتقارهم للكفاءات الانفعالية وبالأخص غياب او ضعف المهارة على التعبير عن الانفعالات و فهم الانفعالات مما ينتج عنه سوء التكيف مع انفعالاته وفهمها والتعبير عنها.

في اطار الحديث عن اهمية التعبير عن الانفعالات نجد العديد من الأبحاث التي اهتمت بأهمية التعبير عن الانفعالات والمتعلقة بالتجارب الصدمية والانفعالية والجسمية والعقلية، وقد وصلت هذه الأبحاث إلى أنه من الممكن ان تتحسسن الصحة الجسدية من خلال قيام الفرد بالتعبير عن انفعالاته أو ما يعرف بالتفريغ الانفعالي.

نجد الباحث " بنبيكر جيمس pennbaker" من جامعة " اوستن Austin " من بين اهم المهتمين والباحثين بهذا المجال، فقد اقترح نموذج الكتابة لتعبير عن الانفعالات وقد استعمله في الكثير من أبحاثه من خلال تجربة نمطية قامت على نموذج الكتابة " paradigme rating" (بنبيكر وقلاس

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

Panabaker et Glass 1988) وذلك من خلال طلبهم من مجموعة طلابية الكتابة خلال أربعة أيام متتالية إما عن حادثة صدمية مروا بها أو عن أي موضوع ، بهدف تقييم الآثار الإيجابية للتعبير عن الانفعالات على وظيفة المناعة النفسية والصحة ككل، وأظهرت النتائج أن التعبير عن الانفعالات شفهيا او كتابيا لحادثة صدمية يحسن من الصحة النفسية، وكبتها لمدة طويلة يمكن أن يولد الضغط لدي الفرد وبالتالي يؤثر سلبيا على جهاز المناعة وبشكل عام على الجانب الصحي بشكل عام.[21]

وقد بينت العديد من الابحاث انعكاسات الاساءة الانفعالية على احساس الفرد بذاته و هويته الشخصية وبسلوكه الاجتماعي، وقد استخدم برير1995 Briére مصطلح مرجعية الذات المعاقة Impaired self -refernce لوصف تأثير سوء المعاملة على تنظيم الوجدان والاحساس بالذات واستجابات المواجهة عبر السياقات المختلفة والخبرات التي يمر منها الفرد، مما يتسبب بشعور الفراغ العاطفي والعزلة عن الاخرين، وردود فعل مفرطة نحو الضغوط، ويكون لديهم غموض وتشوش في الافكار والمعتقدات.[22]

انطلاقا مما سبق فإن عدم تعبير المراهق على انفعالاته وكبتها والاحتفاظ بها سرا والتعامل معها بتجاهل بدل من التعبير عنها، كنتاج لاستثماره لخبراته المحملة من تجاربه السيئة المرتبطة بالطفولة، هذا الوضع يلعب دورا كبيرا في تشكيل الاضطرابات النفسية والصعوبات الانفعالية وكذا السلوكية، لذا وجب إيجاد برامج انمائية وارشادية فاعلة للتخفيف من هذه المعاناة. ولعل من بين أهم المواضيع التي يجب العمل على تطويرها وتنميتها لدى المراهق نجد مفهوم الكفاءات الانفعالية الأساسية والتي سبق لنا وان قدمنا تعريف لها على أنها القدرة على التعرف، الفهم، التعبير، استعمال وتوظيف الفرد لانفعالاته وانفعالات الآخرين، لهذا سنحاول في المحور التالي التركيز على الانعكاسات الممكن ان تحدثه الاساءة الانفعالية التي تلقاها الطفل في الطفولة خلال مرحلة المراهقة على الكفاءات الانفعالية لدى المراهق، وهذا لما تتميز به هذه المرحلة من تغيرات على المستوى البيولوجي، الاجتماعي، الانفعالي، النفسي... وما تفرضه من احتياجات ورغبات تضع عبئا مضاعف على المراهق.

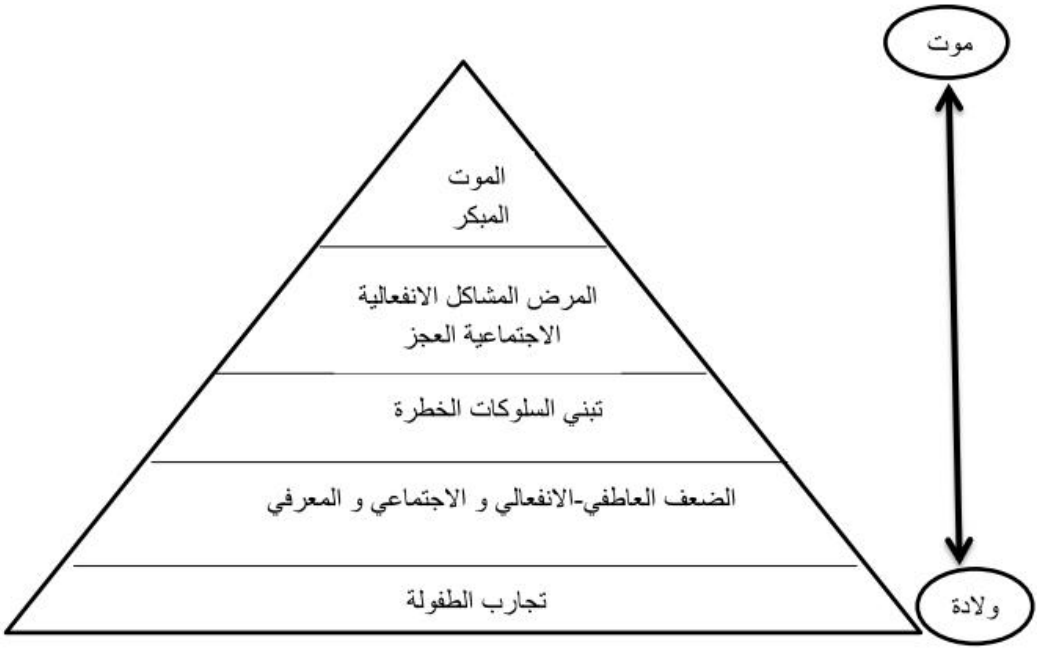
المحور الثالث: انعكاسات الاساءة الانفعالية على الكفاءات الانفعالية لدى المراهق

من الحاجات الاساسية لكل انسان كيفما كان نجد الحاجة للتقبل، التحفيز، الحب، التشجيع، الاتساق، الاستقرار، والاشباع العاطفي، لذلك يمكن أن يعاني المراهقين الذين تعرضون للإساءة الانفعالية بمرحلة الطفولة من امراض عصبية ونفسية كالتوتر والقلق، بالإضافة الى عدم القدرة على

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

التعبير وفهم وضبط انفعالاتهم أي ضعف بالكفاءات الانفعالية. وعلي الرغم من صعوبة ملاحظة علامات مرئية للإساءة الانفعالية فإن الجروح الخفية لهذا النمط من إساءة المعاملة تتضح في العديد من الطرق السلوكية وتتضمن عدم الأمن النفسي، قصور وانخفاض تقدير الذات، السلوك التخريبي، أفعال الغضب الانسحاب الاجتماعي، تأخر أو قصور نمو المهارات الأساسية، الادمان والخمور، صعوبة تكوين علاقات اجتماعية سوية مع الآخرين. وينمو الأطفال المساء معاملتهم انفعاليا مع إحساسهم بعدم الكفاءة في الكثير من المجالات. وتستمر مأساة الإساءة الانفعالية مع التقدم في العمر ويصبح هؤلاء الأطفال مراهقين راشدين آباء و ربما يواصلون هذه الدائرة مع أطفالهم.

فالطفل المتعرض للإساءة الانفعالية أو المعنف او المتعرض لاعتداء جنسي...هو طفل دو تجربة أو خبرة لها عواقب وخيمة على نموه النفسي والعاطفي بالمراحل العمرية اللاحقة، فكل اشكال الاساءة الانفعالية والنماذج التي تشكل تجارب طفولة سيئة (ACES) تؤثر على الفرد كما هو موضح بالشكل اسفله :



شكل 1: التأثيرات المحتملة طيلة عمر تجارب الطفولة السيئة

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

اذن تعد تجارب الطفولة السيئة "الاساءة الانفعالية نموذجا" احدثا معاشة لها وقع سلبي بالغ وأثر دائم على الفرد بالمدى البعيد، بحيث ترتبط ارتباطا وثيقا بالسلوك الخطر وبالاضطرابات النفسية. فخلال كتابتنا لورقتنا المستعرضة بحثنا عن تأثيرات الاساءة ووجدنا بأن (ACES):

- قد توثر على مراحل النمو العصبي للطفل و للمراهق؛
- زيادة تقلبات داخل الاسرة والحياة المعاشة للفرد؛
- كلما ارتفعت درجة التعرض للإساءة بالطفولة زاد انتشار الاضطرابات النفسية وحالات تعاطي المخدرات والاكتئاب وتعاطي الكحول والتدخين ومحاولات الانتحار ...الخ والامراض الجسدية والنفسية .[23]

كما تشمل ايضا تأثيرات اخري تتثمل في ما يلي :

- تغيرات مقلقة في الحالة المزاجية أو السلوكية؛
- الانسحاب من المسؤوليات؛
- الانسحاب، العزلة عدم الثقة، العدوان اتجاه الاخر و المحيط بما في ذلك المدرسة أو البيئة المحلية؛
- سوء التنظيم الذاتي وضعف الكفاءات الانفعالية؛
- سوء ضبط الانفعالات؛
- العزلة داخل المجتمع او الاسرة او من الاصدقاء بسبب وصمة العار المرتبطة بالانحراف او استخدام مواد مخدرة.[24]

فهذا لا يعني عدم وجود تأثيرات اخرى، بل اننا اكتفينا على سبيل المثال بتحديد هذه التأثيرات المذكورة اعلاه وسنركز على المتغير المرتبط بالتأثير على مراحل النمو العصبي وسنخصص الحديث فقط على النمو الانفعالي بغية توضيح تأثيرات الاساءة الانفعالية على الكفاءات الانفعالية لدى المراهق.

فمن المعلوم بان النمو الانفعالي يؤثر على جميع مظاهر النمو عند الطفل ويشكل جزءا مهما من حياة الطفل والمراهق ونموه الكامل، كما أن سلوكه يتأثر باندفاعات داخلية تعرف عادة بالفرح والحزن والغضب والخوف والغيرة، وقد يجد صعوبة في التعبير عن انفعالاته شفويا ولا يستطيع أن يفهم تأثيرها

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

على أفكاره وأعماقه وعلينا أن نتذكر أن نوع الانفعالات أو ردود الفعل العاطفية التي يقوم بها، تتوقف على مدى رغبته واهتمامه ومقدار إرضائه او مع مقدار فهمه لعلاقته مع الناس والأشياء المحيطة بها.

والجدير بالذكر أن الأشياء التي يخاف منها الإنسان إنما هي متعلمة، إذا بإمكاننا أن نجعل الطفل أو المراهق يخاف من شيء بعد أن يبدي سروره به في البداية و بعدها نتدخل لإثارته فيتحول انفعال السرور إلى انفعال من الخوف، أما الغضب فيمكن إثارته بواسطة الإحباط الذي يصادف الفرد عندما لا يستطيع تحقيق رغباته. ومن الانفعالات الهامة أيضا القلق الذي يختلف عن الخوف في كونه حالة عامة من عدم الارتياح لا يعرف مصدرها، أما انفعال الخوف المصدر والسبب معروف، كما يعتبر القلق نواة لكثير من الأمراض النفسية والعقلية وإذا استمر هذا القلق فإنه سيؤدي إلى مرض عصابي.[25]

ان خبرات الطفولة تؤثر على شخصية المراهق فان كانت من النمط الذي يسوده المعاملة السليمة التي تساهم في تعزيز قيمته واهميته فان هذا الشعور سيساهم في تعزيز ثقته بذاته و ينعكس بشكل جيدا على كفاءاته الانفعالية مما سيسمح له بالتعبير عن انفعالاته وفهما وفهم الاخرين وضبط انفعالاته وبالتالي يكون سلوكه الاجتماعي مقبولا، اما اذا كان من النوع الذي تسوده المعاملة الغير السليمة كالإساءة الانفعالية التي تقلل من قدرته وامكانياته فان من الطبيعي ان هذا سينعكس في سلوكياته وعلاقته مع الاخرين ومواجهته للمواقف الاجتماعية، فالطفولة ذات التجارب السيئة المحملة بتراكم خبرات الاساءة الانفعالية ستلقي عبئا على المراهق وتنقص من قدرته على مواجهة متطلبات مرحلة المراهقة، لان المراهق يستثمر مخزونه من الخبرات والتجارب السابقة ومعارفه حول ذاته ومحيطه الاجتماعي لكي يواجه التحولات ومن هنا تبرز مدى اهمية سلامة المراحل السابقة و بالأخص مرحلة الطفولة، فاغلب الابحاث والدراسات تؤكد ان تجارب الطفولة السيئة ذات اساليب المعاملة التي تنهج اسلوب الاهمال والاساءة الانفعالية، الشتم، النبذ تترك اثار وانعكاسات كبيرة على الصحة النفسية للفرد وترسخ افكار تحقيريه نحو الذات، وخاصة وهو في مرحلة لبناء شخصيته ومدركاته و تنمية كفاءاته وصورته لذاته ولمحيطه الخارجي.

فالمراهق الذي يحمل هذا التراكم من خبرات الاساءة الانفعالية، يواجه صرعات وظروف حياتية مختلفة وتجارب ومواقف جديدة نوعا ما علية في هذه المرحلة، فسيتعرض الى تغيرات فسيولوجية ونفسية واجتماعية ونمائية، مما يفرز لنا حاجات تحتاج اشباعا، وتصورات وطموحات واهدفا تستدعى تحقيقا،

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

ورغبات متعددة والبحث عن تحقيق الذات والتعبير عنها بصورة متميزة ومستقلة ككيان وجودي متفرد، وهذا ما يفرض عليه مطالب جديدة تنعكس بشكل سلبي على اتزانه الانفعالي و تنظيمه الانفعالي.

خاتمة

كخلاصة لما جاءت به هذه الورقة يمكن القول بان الهدف منها هو تقديم ما يمكن ان يحدث عن وضعية الإساءة الانفعالية من مخاطر و اضطرابات سيكوسوماتية ونفسية وعصبية مع ابراز مفهوم الكفاءات الانفعالية وعلاقتها بالسلوك الانساني الاجتماعي داخل سياق اجتماعي معين، مما يوضح لنا اهميتها في حياة الافراد خاصة منهم المراهقين، و لذا وجب خلق برامج تدريبية لتنمية هذه الكفاءات والمتمثلة في التعرف، الفهم، التعبير، الضبط الاستخدام لدى المراهقين و الاطفال وتدريبهم على ممارستها واكتسابها من خلال برامج نمائية كي نقيهم من عدة مشاكل سلوكية وسوء المعاملة والاضطرابات النفسية وغيرها .

الهوامش :

[1] بطرس حافظ بطرس "**المشكلات النفسية و علاجها** " (بدون تاريخ) ص 145.

[2] Survey on adverse childhood experiences in Montenegro national survey report by the institute of public health of Montenegro podgorica.january2013.

[3] نسرين احمد محمد القطروس خبرات الاساءة و علاقتها بالخجل لدى عينة من المراهقين رسالة ماستر منشورة ص 5

[4] Survey on adverse childhood experiences in Montenegro national survey report by the institute of public health of Montenegro podgorica.january2013

[5] Survey on adverse childhood experiences in Montenegro national survey report by the institute of public health of Montenegro podgorica.january2013

[6] Glaser, D. (2002, June). Emotional abuse and neglect (psychological maltreatment): A conceptual framework .Child Abuse & Neglect , 26, 697-714

[7] محمد السعيد ابو حلاوة " ما الاساءة الانفعالية ؟ " مراجعة أ.د محمود فتحي عكاشة مقال منشور بمجلة الكترونية على الرابط www.pdffactory.com

[8] Survey on adverse childhood experiences in Montenegro national survey report by the institute of public health of Montenegro podgorica.january2013

[9] Samer rudwan ‘‘emotional competency ‘‘ Nizwa University-oman ,online version 2020 ,P2

[10] IBID

[11] امال اسماعيل حسين "علاقة الكفاءة الانفعالية بتنظيم الذات لدى طلبة الجامعة "منشور بمجلة كلية التربية –الجامعة المستنصرية العدد الحادي و الثلاثون سنة 2018 ص 536

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

[12] Mikolajck,M,Quoidbach,j,kotsuo,i,et Nelis .(2009) : Les compétences émotionnelles Paris :Dunod,P 4

[13] IBID

[14]Boyatzis, E , Goleman , D & Rheek , K (2000) : Clustering Competence In Emotional Intelligence : Insight From The Emotional Competence Inventory , San Francisco , Vol 343 , No36

[15] Lisa Bellingshausen, Les compétences émotionnelles au cœur de la performance individuelle et collective, Psychologue du travail /chercheuse (IFAS el Laboratoire Neuroscience et psychologie cognitive- CNR) Université Paris 5

[16] Mikolajczak, Jordi quoidbach, Liosekotsou, Delphine Nelis, (2014) les compétences émotionnelles, dunod p 97

[17] مقال بعنوان الكفاءة الانفعالية توسع لمفهوم الذكاء الوجداني ترجمة بتصرف سامر جميل رضوان جامعة نزوى-سلطنة عمان منشور بالأنترنيت

[18] Samer rudwan "emotional competency " Nizwa University-oman ,online version 2020 ,P2

[19] Thompson, R.A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59, 25-52

[20] Deimann, P. (1984). Trauer und Selbstmordversuch: Eine Analyse von Grenzsituationen Jugendlicher. Unveroffentlichte Dissertation. Universität Wien.

[21] Mikolajzak, Jordi quoidbach, Liosekotsou, Delphine Nelis, (2014) les compétences émotionnelles, DUNOD.p 104

[22] زرماني وداد "أثر خبرات الاساءة الوالدية في مرحلة الطفولة على ظهور الضغط النفسي في مرحلة المراهقة" مذكرة ماجستير منشورة بجامعة فرحات عباس بالجزائر، سنة 2012،صفحة 80

[23] The adverse childhood experiences (ACES) STUDY: implications for mother's exposure to domestic violence.

[24] Expert briefing childhood adversity. Substance misuse and young people's mental health.by agns atnsly rick Bardey.Lindsay Buchanan.naomi burrows and dr marc bush.

[25]أحمد عزت راجح (1979) أصول علم النفس، طبعة أولى، دار المعارف مصر.

لائحة المراجع

المراجع باللغة العربية

1. أحمد عزت راجح (1979) أصول علم النفس، طبعة أولى، دار المعارف مصر.
2. امال اسماعيل حسين "علاقة الكفاءة الانفعالية بتنظيم الذات لدى طلبة الجامعة " مقال منشور بمجلة كلية التربية –الجامعة المستنصرية العدد الحادي و الثلاثون سنة 2018.

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

3. بطرس حافظ بطرس "المشكلات النفسية و علاجها " (بدون تاريخ).
4. زرماني وداد "أثر خبرات الاساءة الوالدية في مرحلة الطفولة على ظهور الضغط النفسي في مرحلة المراهقة" مذكرة ماجستير منشورة بجامعة فرحات عباس بالجزائر، سنة 2012.
5. سامر جميل مقال بعنوان الكفاءة الانفعالية توسع لمفهوم الذكاء الوجداني ترجمة بتصرف سامر جميل رضوان جامعة نزوى- سلطنة عمان منشور بالأنترنيت.
6. محمد السعيد ابو حلاوة " ما الاساءة الانفعالية ؟ " مراجعة أ.د محمود فتحي عكاشة منشور على مجلة الكترونية على الرابط www.pdffactory.com.
7. نسرين احمد محمد القطروس خبرات الاساءة و علاقتها بالخجل لدى عينة من المراهقين رسالة ماستر (منشورة بالأنترنيت على صيغة pdf).

المراجع باللغة الاجنبية

1. Boyatzis, E , Goleman , D & Rheek , K (2000) : Clustering Competence In Emotional Intelligence : Insight From The Emotional Competence Inventory , San Francisco , Vol 343 , No36
2. Deimann, P. (1984). Trauer und Selbstmordversuch: Eine Analyse von Grenzsituationen Jugendlicher. Unveroffentlichte Dissertation. Universität Wien.
3. Expert briefing childhood adversity. Substance misuse and young people's mental health.by agns atnsly rick Bardey.Lindsay Buchanan.naomi burrows and dr marc bush.
4. Glaser, D. (2002, June). Emotional abuse and neglect (psychological maltreatment): A conceptual framework .Child Abuse & Neglect , 26, 697-714
5. Lisa Bellingshausen, Les compétences émotionnelles au cœur de la performance individuelle et collective, Psychologue du travail /chercheuse (IFAS el Laboratoire Neuroscience et psychologie cognitive- CNR) Université Paris 5
6. Mikolajck, M, Quoidbach ,j, kotsuo, i, et Nelis. (2009) : Les compétences émotionnelles Paris :Dunod
7. Mikolajczak, Jordi quoidbach, Liosekotsou, Delphine Nelis,(2014)les compétences émotionnelles ,DUNOD
8. Samer rudwan "emotional competency " Nisswa University-Oman ,online version 2020

ISSN: 2708-4663 DNNLD :2020-3/1128

9. Survey on adverse childhood experiences in Montenegro national survey report by the institute of public health of Montenegro podgorica.january2013

10. The adverse childhood experiences (ACES) STUDY: implications for mother's exposure to domestic violence.
11. Thompson, R.A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. Monographs of the Society for Research in Child Développement, 59, 25-52

المواقع الالكترونية

1. created with pdfF actory Pro trial versio www.pdffactory.com
2. www.cdc .gov/ace/index.htm.