

## الفصل الأول :

### مفاهيم أساسية في الصحة النفسية

#### مقدمة

يعيش الإنسان في الوقت الحاضر في عالم متغير وأصبح واقعا تحت تأثير متغيرات كثيرة اجتماعية، وثقافية، واقتصادية. والإنسان في هذا يشعر بالاعتزب اغتراب عن نفسه واعتزب عن مجتمعه، أنه يعيش في خوف ورعب، وقلق متصل وتمزق، ويعيش في تنافس مسعور يغشي حياته العملية والدراسية والاجتماعية والاقتصادية(عباس عوض، ١٩٧٧، ١).

وليس ثمة شك أن الصحة النفسية السليمة هي احدي الغايات السامية لعمليات التنشئة الاجتماعية والتربية، لأن الشعور بالأمن والطمأنينة النفسية والايجابية، والرضا والسعادة، وتحقيق الذات، من أهم مقومات الشخصية القوية الناجحة التي ننشدها ونبغيتها. لذا يسعى المرء للاستبصار بجوانب قصور؛ وضعفه ليعمل علي علاجها أو الحد من آثارها السلبية علي سلوكه ما أمكن، مثلما يسعى للوعي بمواطن قوته كي ينميها ويستثمرها. ويحرص باستمرار علي تعلم مهارات وأساليب سلوك أكثر فاعلية تعينه علي تجاوز العقبات الشخصية من جانب ومطالب بيئته من جانب آخر(عبد المطلب القريطي، ١٩٩٨، ١٥).

كما أن الصحة النفسية عامل رئيس للتفوق في التحصيل الدراسي والتربط الأسري، وزيادة الإنتاج. فتمتع الطالب بالصحة النفسية يساعده علي تركز الانتباه، وينمي دافعيته للانجاز، وبيئته للإفادة من كل طاقاته في الدراسة والتحصيل، وهذا ما جعل رجال التربية يولون أهمية كبيرة للعناية بصحة التلاميذ النفسية، وجعلوها هدفا أساسيا من أهداف التربية، حيث لم تعد المدرسة الحديثة مكانا لحشو عقول التلاميذ بالمعلومات، بل أصبحت مكانا لتربية نفوسهم وإصلاحها، ووقايتها من الفساد والانحراف (محمد عودة، كمال مرسي ١٩٩٤، ٧).

والصحة النفسية للمدرس ذات صلة وثيقة بالتوافق المهني، ومن علامات الصحة النفسية للمدرس قدرته علي العمل والإنتاج، وعقد صلات اجتماعية راضية وأن يكون قادرا علي ألا يفرض نفسه وشخصيته علي طلابه(عباس عوض ١٩٧٧، ٤٨-٤٩).

## مفهوم الصحة النفسية

ليس من السهل وضع تعريف للصحة النفسية ، لأن هذا التعريف يرتبط ارتباطا وثيقا بتحديد معنى السواء واللاسواء في علم النفس ، لأن الحكم بالسوية أو اللاسوية علي سلوك ما تكتنفه بعض الصعوبات ، فالمحكات المستخدمة في هذا السبيل تتعدد وتباين وأيس بينها محك دقيقا تماما ، كذلك فإن حالات الفرد تتباين من حيث المراحل العمرية ، بل من حيث المواقف التي يستجيب لها في حياته اليومية . ويزيد من تعقد الأمر تباين الثقافات من مجتمع إلي آخر مما يجعل مفهوم الصحة النفسية مفهوما نسبيا(علاء الدين كفاي، ١٩٩٠ ، ٧٦).

وقبل أن نستعرض المفاهيم السلبية والايجابية للصحة النفسية نتناول مفهومي السوية واللاسوية ومحكات السوية واللاسوية علي النحو التالي:

### السوية واللاسوية

**السوية Normality** السوية هي القدرة علي توافق الفرد مع نفسه ومع بيئته ، والشعور بالسعادة ، وتحديد أهداف وفلسفة سليمة للحياة يسعى لتحقيقها.

**اللاسوية Abnormality** اللاسوية هي الانحراف عما هو عادي والشذوذ عما

هو سوي (حامد زهران ، ٢٠٠٥ ، ١٠-١١) .

ومعيار السوية تعبيراً عن التقاء الذاتي بالبيئي أي توافق الفرد مع البيئة إن السوية لا تفهم إلا بالرجوع إلي اللاسوية لأن الأخيرة هي الأساس فالطفل منحرف متعدد الأشكال (تتمتع لديه جميع الاتجاهات) (صلاح خمير ١٩٧٩ ، ٢٩).

والسواء والشذوذ مفهومان نسبيان ، لو نظرنا إليه من أي زاوية فالانحرافات عن أي معيار يستطيع الشخص تقبله يمكن أن تكون طفيفة لا تستحق الاهتمام ، أو قد تكون واضحة لا تدع مجالاً للشك بأنها ذات طبيعة شاذة ، إلا أنه لا يوجد قاطع بين ما هو سوي وما هو شاذ يمكن أن نعتبره حد مميز (كوفيل وآخرون ، ١٩٨٦ ، ٤).

**والصحة النفسية لا يمكن فهمها إلا في ضوء المرض النفسي، ويمكن القول بأن المرض النفسي في جوهره هو إخفاق في استقبال وتوافق وتمثل خصائص السلوك الصحي النفسي، كما أن دراسة المرض النفسي وتحليل أسبابه كان له أثر كبير في تحديد الخصائص التي يمكن الحكم في ضوءها علي الصحة النفسية وعلي عكس الشخصية الصحية نفسيا فإن الشخصية المريضة نفسيا كثيرًا ما تعبر عن نفسها نظرا لعدم قدرة صاحبها علي الحكم فيما يصدر عنها من سلوك ، فضلا عن اضطراب وظائفها في بعض الحالات إلي الحد الذي ينفصل صاحبها عن الواقع الذي يعيشه (مصطفى خليل ، ١٩٨٣ ، ٤٦).**

والشخص ذو الشخصية السوية لا يخلو تماما من التوتر أو مشاعر الذنب ولكن هذه المشاعر لا تستحوذ عليه ولا تغمره، فهو قادرا علي أن يكون حرا من سطوة قيودها أو علي مواجهتها بطريقة بناءة، وفي معظم الأحوال يستطيع حل مشكلاته دون إخلال بتركيبه الداخلي. أما الشخص غير السوي أو الشخص سيء الصحة النفسية فتتملكه مشاعر الذنب في معظم الحالات وما يخبره من قلق ليس من النوع البناء، وإنما هو من النوع الغامض والمعمم، والمهدد لكل توازنه النفسي، وهو لا يري طريقة واضحة لحل صراعاته، وعدم القدرة تسلبه ثقته بنفسه واحترمه لذاته (محمد جاسم، ٢٠٠٩، ص ٧٨).

### معايير السوية واللاسوية :

يعد السلوك سوي أو غير سوي وفقا للمعايير التالية:  
١- المعيار الذاتي *Subjective Criterion*

يحدد الفرء في هذا المعيار مجموعة من الأحكام أو المعايير عدة قيم ومبادئ واتجاهات مثلا) تكون بمثابة إطار مرجعي يحكم من خلاله علي السلوك فيما يتفق مع هذا الإطار يعد عاديا وما لا يتفق يعتبر شاذا وغير عادي. وهذا المحك يستخدمه علماء النفس الإكلينيكيون بدرجة أكبر من استخدامهم لمنحي السلوك التكيفي. فمعظم الذين شخصوا كمرضى نفسيين يشعرون بالبوؤس، والقلق، والانقباض والأرق، وفقدان الشهية بالإضافة إلي أعراض مرضية مختلفة(عبد الرحمن عدس نايفة قطامي، ٢٠٠٢، ص ٢٨٣).

إن الكبت وظهور الأعراض العصائية تؤدي إلي حالة توافق غير سوية يتم علي حساب وحدة الشخصية، إن هذا الاتجاه يعتبر الحياة عملية مستمرة من النضال من قبل الفرء لإشباع حاجاته المختلفة في البقاء، وتحقيق الذات والحصول علي الأمن والمعرفة وغيرها، ولإقامة علاقات متناغمة مع الأوساط المادية والاجتماعية، ويعتبر الفرء سويا في سلوكه إن تكيف معها، وإذا أجاد حل المشكلات التي تواجهه وعرف كيف يحلها، وقام بإشباع حاجاته العضوية والنفسية. أما إذا بقي الفرء في صراع مع نفسه، ومع من هم حوله، وبقي يعاني من وجود مشكلات غير متكيفة لديه، فإنه سيكون فريسة للمرض، والاضطراب النفسي، وسوف ينتابه القلق، والخوف، والشعور بالفشل، والتعاسة (سعيد حسني، ٢٠٠٢-ب، ص ١٩).

ومن عيوب هذا المحك ما يلي :

١- هذا الأسلوب غير موضوعي لا سبيل إلي الاتفاق عليه . لأنه يتعدد بتعدد الأشخاص كما يختلف من شخص إلي آخر(عبد المطلب القريطي، ١٩٩٨، ص ٤٣). فإذا كان

الفرد يحكم علي سلوكه بالنسبة لما يراه صحيحا أو خاطئا فكيف نصل إلي قوانين ومبادئ تنطبق علي كل البشر ( مفيد حواشين زيدان حواشين ، ٢٠٠٥ ، ٢٨٣ ) .

٢- كما أنه يهمل الفرق الفردي بين الأفراد في نمو الضمير ، وتقبل معايير الجماعة ، وقيمها ، وما يترب علي ذلك من فروق في الأحكام علي السلوك ( سعاد غيث ، ٢٠٠٦ ) .

### ٢- المعيار الاجتماعي *Social Criterion*

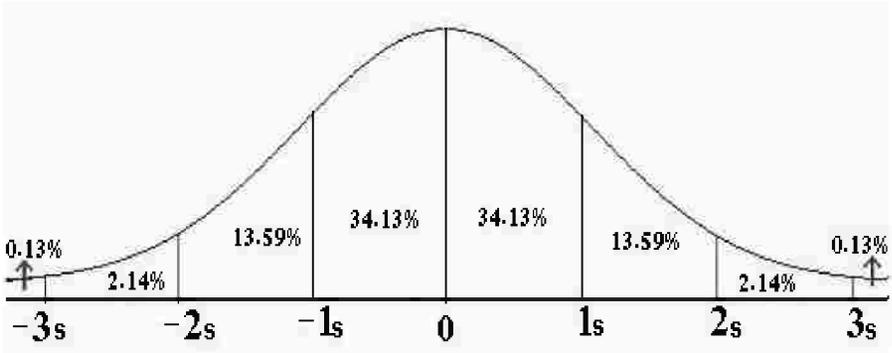
في هذا الأسلوب تتخذ المعايير الاجتماعية كمحدد للسلوك العادي، ويصبح السلوك العادي هو ما يتفق والمعايير الاجتماعية في مجتمع معين ( عبد السلام عبد الغفار ، ٥٥ ، ٢٠٠٧ ) .

وقد أوردت بيندكت *Benedict* ، 1934 عدد من الأمثلة لسلوك ينبغي اعتباره غير سوي في المجتمع الغربي ، علي حين يعد بصورة ايجابية موضع تقدير واحترام مجتمعات أخرى . فاحدي قبائل الهنود الأمريكيين في كاليفورنيا المعروفة بالشاستا *Shasta* تطفي احترام علي كل من فارق الحياة وسط خبرات معينة من النشوة ، والابتهاج الغامر ، والانفصال الرحي عن الواقع المادي المحيط بهم (كولز ، ١٩٩٢ ، ٣٧ ) .

### نقد المعيار الاجتماعي

يمكن نقد المعيار الاجتماعي في النقاط التالية:

١- المجتمع في بعض فترات الضعف قد يتسامح إزاء ألوان من السلوك كان يعارضها بحزم فيما مضى . كذلك تحدث هذه الظاهرة بصورة أكبر في إطار عملية التغير



الاجتماعي التي تعمل علي إضعاف قيم قائمة وإحلال قيم بديلة مكانها . ومع مقاومة القيم القديمة وتحمس الأبناء للقيم الجديدة يكون ما هو مقبول عند الأبناء مرفوض عند الآباء ، وما هو سوي عند الآباء شاذ ولا سوي عند الأبناء (علاء الدين كنافي ، ١٩٩٠ ، ١٧ ) .

٢- استخدام مفهوم الشواذ أو اللاسوية بمعناها الثقافي الاجتماعي يجعل من الصعب التمييز بين المرض النفسي والعقلي والانحراف الاجتماعي بين الخبل والإجرام ، فمن المقبول بصورة عامة أن يرتكب بعض الناس جريمة من الجرائم منتهكين بذلك القانون ومنحرفين بفعلهم هذا عن المعايير الاجتماعية ، ولكنهم برغم ذلك لا يعدون من الوجهة النفسية العقلية مرضي ( كولز ، ١٩٩٢ ، ٤٢ ) .

٣- علي أفراد المجتمع حسب هذا المعيار الانصياع والامتثال للعادات والتقاليد السائدة في المجتمع بغض النظر عن كونها صحيحة أو خاطئة ( مفيد حواشين ، زيدان حواشين ، ٢٠٠٥ ، ٢٨١ ) .

### ٣- المعيار الإحصائي *Statistical Criterion*

حين ينصب اهتمامنا علي صفات كالذكاء أو المظهر البدني مثلا فإن أحد أطراف المتصل هو الذي يعد فقط غير سوي ، أما الطرف الأخر فإنه يمثل حالة مثالية ( كولز ، ١٩٩٢ ، ٤٢ ) .

ويمكن تمسير النموذج الإحصائي علي النحو الآتي : إذا كان متوسط درجة اختبار ما للذكاء ١٠٠ فإن ٢٠,٢٧ من السكان يتوقع أن يقعوا دون المتوسط بانحرافين معياريين أو أكثر ، هذا التوقع مبني علي افتراض أن الذكاء ، مثل أي سمة أخري تكون موزعة طبقا للمنحنى الإعتدالي *Normal Curve of Intelligence* (عبد الستار إبراهيم ، ١٩٨٥ ، ٢٤٥ ) .

ويتكون هذا المنحنى من شانية مناطق مبنية علي الانحراف المعياري ويتضح من هذا الشكل أن ٢٤,١٣٪ من الأفراد تكون نسبة ذكائها ما بين ٨٥-١٠٠ و ١٤,١٤٪ نسبة ذكائها ما بين ٧٠-٥٥ و ١٣,٧٠٪ من الأفراد تكون نسبة ذكائها أقل من ٥٥ (Hallahan & Kaufman, 1978, 69)

### يوضح الشكل التالي المنحنى الإعتدالي :

وطبقا لبعض التفسيرات الحديثة يبدو أن التوزيع الفعلي لنسب الذكاء لا يساير هذه التوقعات النظرية بوجه عام ، يوجد عدد من الأفراد يزيد بشكل واضح عن العدد المحدد في ضوء التنبؤات المبنية علي المنحنى الإعتدالي يحصلون علي نسب ذكاء تقل عن المتوسط بما يزيد عن انحرافين معياريين ، ويبدو أن هذا التباعد بين التقديرات الواقعية والتوقعات النظرية يزداد كلما انخفضت نسب الذكاء ( فتحي عبد الرحيم ، ١٩٨٣ ، ٧٠ ) .

### عيوب هذا المعيار :

١- قد يتداخل المعيار الإحصائي مع المعيار الاجتماعي ، كما يركز علي أشكال السلوك الظاهر بغض النظر عن أسبابها وعواملها ( مفيد حواشين ، زيدان حواشين ، ٢٠٠٥ ، ٢٨٢ ) .

٢- إن انتشار السلوك وتكرار حدوثه عند عدد كبير من الناس لا يعني أنه سلوك سوي ، فاستخدام العث في الامتحان بين الطلاب في مجتمعنا لا يمكن اعتباره هو السوي . والعكس صحيح فندرة بعض السلوكيات وقلة ممارستها (كالصدق) لا يعني أنه سلوك شاذ فقط لأنه ليس متكرر الحدوث ، فالصدق يبقى سويا حتى لو مارسه القليل من الناس ، والنفاق شاذا حتى لو مارسه معظم الناس ( سعاد غيث ، ٢٠٠٦ ) .

٣- وعلي الرغم من أن الندرة الإحصائية قد تعد شرطا ضروريا في مفهوم المرض العقلي إلا أنها بكل وضوح ليست شرطا كافيا ( كولز ، ١٩٩٢ ، ٤٢ ) .

٤- كما أن هذا المحك قد ساوي بين طرفي المنحني الإعتدالي فقد جعل المتفوق عقليا حسب هذا المعيار شاذا مثل المتخلف عقليا .

#### ٤- المعيار المثالي *Idealistic Criterion*

يعتبر المعيار المثالي الشخص السوي هو المثالي في كل شيء ، وأن الشخص غير العادي هو منحرف عن الكمال ، ولما كان من الصعب أو بالأحرى أو من المستحيل أن يبلغ فرنا ما مرتبة المثالية ، فإن ما نستنتجه طبقا لهذا المحك أن المثاليين سيكونون أقلية نادرة علي حين ستصبح أغلبية الناس شاذة بحكم انحرافها عن المثل الأعلى . ذلك أننا في الواقع نجاهد سعيا نحو الاقتراب من هذا المثل الأعلى لكن المثالية المطلقة هي حالة صعبة المنال ، بل يستحيل علي الإنسان بلوغها ، فالكمال لله وحده سبحانه وتعالى ، بينما النقص من شيم البشر الذين هم محدودون بحدود بشريتهم وقصورهم ونزعاتهم ( عبد المطلب التريطي ، ١٩٩٨ ، ٤٧ ) .

يستمد المعيار المثالي أحكامه من التقييم وليس من الواقع ، فهو نسبي إذن تتدخل فيه عوامل عدة ، وإذا صدق هذا المحك (ولن يصدق) فإننا نجد أن الأسوياء قلة من البشر ، والشواذ هم الغالبية ( مفيد حواشين ، زيدان حواشين ، ٢٠٠٥ ، ٢٨٣ ) .

#### ٥- المعيار القيمي

من الصعب تحديد مفهوم السوية بمعزل عن النظام القيمي ، هذا المعيار القيمي قد يتعارض في بعض الأحيان مع تصورات بعض علماء النفس والطب النفسي الذين يسعون إلي التوصل إلي تعريفات لا تولي أهمية كبيرة للمعايير القيمية والأخلاقية .

فمن المنظور القيمي أو الأخلاقي يستخدم مفهوم السوية لوصف مدي اتفاق سلوكنا مع المعايير الأخلاقية في المجتمع وقواعد السلوك السائدة فيه وكيف يكون سلوكنا مقبولا بالنسب لأنفسنا والآخرين ، وعلي هذا النحو ينظر إلي السوية علي أنها مساهمة للتقييم الأخلاقية ( صالح حسن ، ٢٠٠٥ ، ٢٨ ) .

## ٦- معيار النضج والتطور

يعتبر نضج الفرد، مقياسا لدرجه نموه ولدي تحقيقه لذاته ، فالسلوك الناضج هو ما يتلاءم مع الفرد ، والتعامل مع المشكلات التي تواجهه وبما يمتلكه من طاقات وقدرات ناضجة تساعده علي حل المشكلات ، ولكن هذا المعيار يفشل في التمييز بين الشاذ والسوي ، حيث أن مفهوم تحقيق الذات مفهوم مختلف من شخص لأخر. كذلك فإنه من الصعب تحديد خصائص النضج ، وبميزته باختلاف قدرات الناس ، وميولهم ، واستعداداتهم ، ومفاهيمهم عن أنفسهم ( سعيد حسني ، ٢٠٠٢-ب ، ٢١).

### معيار الموازنة بين نمو الفرد ومصالحه الجماعية

قدم جيمس كولمان هذا المعيار كبديل عن المعايير الاجتماعية في التفريق بين السلوك العادي وغير العادي ، وأن الحكم علي السلوك يكون في مدي ما يوفره السلوك من نمو وتحقيق لإمكانات الفرد والجماعة ، فإن أمكن أن تؤدي المسيرة الاجتماعية إلي مزيد من النمو للفرد والجماعة اعتبر السلوك عاديا ، أما إذا لم تؤد إلي مزيد من النمو ، وتحقيق إمكانات كل من الفرد والجماعة اعتبرت سلوكا مرضيا(عبد السلام عبد الغفار ، ٢٠٠٧). ويشير (علاء الدين كزافي ، ١٩٩٠ ، ٥٠-٥١) إلي أن هذا المحك يتضمن مفاهيم التوافق والتكامل والنضج وتحقيق الإمكانات وصالح الجماعة ، ويبدو أن هذا المعيار الذي قدمه كولمان محك دقيق ، لأنه حاول فيه أن يجعله شاملا للجوانب التي تم إغفالها في المحكات السابقة . ولكن هذه الدقة علي المستوي النظري فقط لأنه إذا كان كولمان يحاول من خلال هذا المحك تحقيق التعادل بين الفرد وجانب المجتمع ، فإن الأمر يقابل في مجال التطبيق العملي بصعوبات جمة ، لعدم وضوح الحدود بين الفرد والمجتمع ، فصيغة نمو الفرد وصالح الجماعة صيغة مقبولة ، بل ومرغوبة ، ولكن حين نضعها موضع التنفيذ تقابلنا مشكلة العلاقة بين نمو الفرد والمجتمع ، أو تحديد حقوق الفرد وواجباته نحو الجماعة وحقوق الجماعة وواجباتها نحو الفرد . وهذه العلاقة كما تحددها الفلسفات الاجتماعية والاقتصادية في العالم تختلف اختلافا بينا من شرقه إلي غربه مما يوحي بأنها لم تجد الحل الصحيح بعد . فالدول الاشتراكية تميل في فلسفاتها وتشريعاتها إلي تغليب جانب الجماعة علي حساب الفرد وذلك علي عكس الدول الرأسمالية التي تغلب جانب الفرد علي حساب الجماعة.

## ٧- المعيار الباثولوجي أو الطبي

يعتمد هذا المحك علي اتخاذ الأعراض المرضية أساسا للحكم علي سلوك الشخص، فالشواذ يغلب علي أنماطهم السلوكية أعراض متعددة سواء كانت هلوسات ، ضلالات ، وكذلك يغلب عليهم اضطرابات القلق ، والمزاج ، ومن ثم ينبغي اتخاذهم كمحك للحكم علي السوية. ويعتبر الشخص السوي هو شخص بلا أعراض ، إلا أن الخلو من الأعراض لا نجده لدي أحد فمن الصعوبة بمكان أن نجد شخصا خاليا من الأعراض المرضية ، ومع هذا فإنه عندما يغلب وجود تلك الأعراض في شخص ما فإنه يعتبر شاذا ، ويوجه نقد لهذا المحك في اختلاف الدرجة التي ينبغي أن تكون عليها تلك الأعراض المرضية حتى يمكن أن يحكم عليها بأنها مرضية حتى لا يختلط السواء بالشذوذ (محمود السيد ، ٣٧، ١٩٩٤-٣٨) .

ومن سلبيات هذا المحك أيضا انخفاض ثبات التشخيص الطببنفسى فالتشخيص عملية صعبة تتطلب بعد الفحص ، تحديد الأعراض ، وزملات الاضطرابات من أجل وضع خطة العلاج ( محمد قاسم ، ٢٠٠٤ ، ٦٩).

وفي ضوء ما سبق عرضه يمكن حصر تعريفات الصحة النفسية في اتجاهين أساسيين هما:

### \* الاتجاه السلبي

يري أصحاب هذا الاتجاه أن الصحة النفسية هي الخلو من الأعراض المرضية. وتكمن الصعوبة في هذا التعريف في عدم اتفاق العلماء علي أنواع النشاط التي يقوم بها الفرد والتي تعد منافية للصحة النفسية السليمة ، ويرى المدافعين عن هذا الاتجاه أن الحالة النفسية لا تصبح شاذة إلا حين تبلغ درجة شديدة في انحرافها ، ويرى أن تعريف الصحة النفسية بانتقاء الحالات المرضية ليس بدعة جديدة في الفكر الإنساني ، فكثيرا ما عرف الخير بأنه انتقاء الشر، والعدالة بأنها انتقاء للظلم (نعيم الرفاعي ، ١٩٨٧ ، ٥) ويلقي هذا التعريف قبولا بين المتخصصين في مجال الطب النفسي لأنه يعتمد علي حالة السلب أو النفي ( صالح حسن ، ٢٠٠٥ ، ١٩-٢٠).

### \* الاتجاه الايجابي

يري أصحاب هذا الاتجاه أن الصحة النفسية تتحدد في ضوء المظاهر الايجابية والتي تشير إلي تمتع الفرد بالصحة النفسية.

وفي هذا يعرف ( صموئيل مغاريوس ، ١٩٧٤ ، ٧١) الصحة النفسية بأنها " مدي أو درجة نجاح الفرد في التوافق الداخلي بين دوافعه ونوازعه المختلفة وفي التوافق الخارجي في علاقاته ببيئته المحيطة بما فيها ومن فيها من موضوعات وأشخاص".

ويعرفها (علاء الدين كزافي ، ١٩٩٠ ، ٢٧-٢٨) علي أنها: " حالة من التوازن أو التكامل بين الوظائف النفسية للفرد ، تؤدي به إلي أن يشبع دوافعه بطريقة تجعله يتقبل ذاته ويقبله المجتمع .

ويعرفها (عبد المطلب القريطي ، ١٩٩٨ ، ٢٨) " بأنها حالة عقلية انفعالية ايجابية، مستقرة نسبيا ، تعبر عن تكامل طاقات الفرد ووظائفه المختلفة ، وتوازن القوي الداخلية والخارجية الموجهة لسلوكه في مجتمع ووقت ما ، ومرحلة معينة وتمتعه بالعافية النفسية والفاعلية الاجتماعية".

ويعرف ( حامد زهران ، ٢٠٠٥ ، ٩) الصحة النفسية علي أنها: " حالة دائما نسبيا ، يكون فيها الفرد متوافقا (شخصيا وانفعاليا واجتماعيا أي مع نفسه ومع بيئته ) ، ويشعر بالسعادة مع نفسه ، ومع الآخرين ، ويكون قادرا علي تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته إلي أقصى حد ممكن ، ويكون قادرا علي مواجهة مطالب الحياة ، وتكون شخصيته متكاملة سوية ، ويكون سلوكه عاديا ، ويكون حسن الخلق بحيث يعيش في سلامة وسلام".

ويعرف (عبد السلام عبد الغفار ، ٢٠٠٧ ، ١٧٥) : " الصحة النفسية للفرد بأنها " حالته النفسية العامة ، والصحة النفسية السليمة هي حالة تكامل طاقات الفرد المختلفة بما يؤدي إلي حسن استثمارها لها ، وبما يؤدي إلي تحقيق وجوده أي تحقيق إنسانيته".

### مناهج الصحة النفسية

لعلم الصحة النفسية ثلاثة مناهج رئيسة وهامة هي :  
المنهج الإنمائي *Developmental*

يركز هذا المنهج علي الأفراد الأسوياء وصولا بهم إلي أقصى درجة ممكنة من الصحة النفسية والتكيف ، إنه يدرس مثلا : قدرات الأفراد وإمكاناتهم وتطويرها ، وتوجيهها لتحقيق الفعالية والكفاية والسعادة . إن للمؤسسات التربوية والاجتماعية دورا هاما في حسن رعاية أطفالها ، وتنشئتهم تنشئة اجتماعية سوية حتى يتم تنمية طاقاتهم ، وقدراتهم ، واستثمارها ، وتحقيقها (محمد قاسم ، ٢٠٠٤ ، ٣٠-٣١).

### المنهج الوقائي *Preventive*

يشير سويف *Souef, 1973* إلي أن مصطلح الوقاية يعني: " مجموع التدابير التي تتخذ تحسبا لوقوع مشكلة ، أو لنشوء مضاعفات لظروف بعينها أو لمشكلة قائمة بالفعل ،

ويكون هدف هذه التدابير القضاء الكامل ، أو القضاء الجزئي علي إمكان وقوع المشكلة أو المضاعفات أو المشكلة ومضاعفاتها ( مصطفي سويف ، ٢٠٠١ ، ١٣١ ).

هناك ثلاث أشكال من الوقاية هي:

### ١- الوقاية من الدرجة الأولى *Primary Prevention*

تركز الوقاية من الدرجة الأولى علي الإجراءات والتدابير التي يمكن اتخاذها لمنع حدوث المشكلة ، وترتكز علي الإرشاد الوراثي ، والإرشاد قبل الولادة والوقاية المستمرة للجنين قبل ولادته ، والجهود التي تبذل في إطار تحسين برامج التخطيط الأسري ، وتقديم خدمات الرعاية للأم الحامل من حيث الاهتمام الطبي والتعليم الأسري الوالدي يكون من شأنه أن يقي الأسرة من ولادة طفل معوق فهو يتيح لهم تحديد مضاعفات الحمل ، وأسباب نقص الوزن عند ولادة الطفل والمخاطر وصعوبات التنفس.

### ٢- الوقاية من الدرجة الثانية (الوقاية الثانوية) *Secondary Prevention*

تتركز الوقاية من الدرجة الثانية علي التدابير التي تكفل التقليل من استمرارية حدوث الاضطراب ، وتزويد الأطفال ببرامج تعليمية قبل دخولهم المدرسة ، وتقديم العلاج المؤثر وذلك من خلال رعاية الطفل حديث الولادة والتثقيف الوالدي ، وتقديم الخدمات الاجتماعية طويلة الأمد ، والرعاية الطبية ونظام التغذية ( Scott & Carran , 1987, 802 ) وتحتل تضيقات الاكتشاف المبكر والتدخل العلاجي المبكر بالنسبة للعمل الوقائي فيما يمكن أن نسميه التشخيص المبكر للاضطرابات النفسية وهي مسألة حيوية وضرورية. لذلك كان من الضروري تطوير أساليب التعرف علي المشكلات الصحية والنفسية والاجتماعية منذ ميلاد الطفل ، وتوضح هذه الضرورة لأن التشخيص المبكر والعلاج المبكر يساعد علي عملية التقدم النمائي للطفل ، بمعنى آخر يكون الطفل أكثر قدرة علي تحقيق التوافق مع ظروف بيئته بشكل أسرع عندما يتم التعرف علي مشكلاته منذ وقت مبكر بما يتيح فرصة البدء في برنامج لاستئثار العمليات المعرفية والواجبات النمائية الأخرى ( جمعة سيد ، ٢٠٠٠ ، ٣٥٠ ).

### ٣- الوقاية من الدرجة الثالثة *Tertiary Prevention*

تركز الوقاية من الدرجة الثالثة علي التقليل من المشكلات المترتبة علي الاضطرابات النفسية والعقلية والإعاقات ، وتعمل علي تحسين أداء الفرد وتركز علي تنظيم البيئة التعليمية والاجتماعية بهدف رئيس هو علاج الاضطرابات مع الإدارة الناجحة ، وتمثل هدف أولي ورئيس لمساعدة الفرد علي الاستفادة بما لديه من قدرات وإمكانيات وتوظيفها بصورة ملائمة ، ومع التقدم في معارفنا العلمية عن كيف يدرك

الأطفال العالم من حولهم يتم إعادة توجيه مصادر الخدمة الاجتماعية والتعليمية لمقابلة احتياجاتهم ( Scott & Carran , 1987 , 802 )

وهي تعمل كذلك علي تجنب تحول الاضطراب إلي الحالة المزمنة وذلك من خلال التدخلات العلاجية المتأخرة نسبيا ، بهدف منع حدوث مضاعفات أكثر من خلال التأهيل النشط ، والاستيعاب الاجتماعي ( جمعة سيد ، ٢٠٠٠ ، ٣٥٠ ) .

### **الوقاية الشاملة Comprehensive Prevention**

الوقاية الشاملة تكون ضرورية وإلزامية ، ومع التقدم الملحوظ في الأبحاث العلمية ، يمكن خفض حالات الإعاقات والاضطرابات النفسية والعقلية ، وتوجيه الوقاية من الدرجة الأولى نحو حماية المجتمع من خطر الإصابة بهذه الاضطرابات ، وينبغي أن تتضمن هذه الجهود الإرشاد من الدرجة الثانية والثالثة ، وإذا تحققت الوقاية من الدرجة الأولى فإن الخدمات الأخرى التي سوف تقدم من خلال الوقاية من الدرجة الثانية والثالثة تكون أقل ضرورة مع مرور الوقت ( Scott & Carran , 1987 , 802 ) .

### **المنهج العلاجي Remedial**

يختص هذا المنهج بتقديم الخدمات العلاجية للمرضي أو أولئك الذين يعانون من سوء التوافق بشتى أشكاله ، أو من الاضطرابات النفسية والعقلية وذلك عن طريق كفاءة الوسائل واتخاذ الأساليب اللازمة لمساعدة هؤلاء الأفراد علي تجاوز تلك الاضطرابات ، وبلوغ حالة التوافق الجيد، والصحة النفسية السليمة (عبد المطلب القريطي، ١٩٩٨، ٣٢) .

### **أهداف الصحة النفسية**

تبرز الحاجة إلي الصحة النفسية لتحقيق الأهداف التالية :

١- تسعى إلي تمكين الفرد من الإحساس بالسعادة والسرور من خلال إشباع حاجاته الأساسية ، وكما تهدف إلي الكشف عن إمكانات الفرد وقدراته وتوجيهها الوجهة الصحيحة حيث يمكن الاستفادة منها ، وإجراء تعديلات مختلفة والإفادة من الخبرات التي يمر بها .

٢- إحداث حالة من التوازن والانسجام بين مكونات الجهاز النفسي، بحيث لا يطغى جانب علي آخر .

٣- إقامة توازن وانسجام بين الفرد بكل مقوماته والبيئة التي يعيش فيها الفرد ليكون متوائما مع الجماعة التي ينتمي إليها ، ومنخرطا في علاقات إنسانية متوازنة .

٤- تؤكد الصحة النفسية علي تمتع الفرد بالحياة ، وتمكينه من مواجهة الإحباط والصراع في حياته من خلال إجراء تعديلات وتغيرات جوهرية في حياته .

٥- كما تهدف إلي توافق الفرد مع نفسه ومجتمعه .

## خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية

وضع ماسلو ومثلما *Maslow & Mittelmann 1951* قائمة بالمحكات التي تصف الشخص السوي الصحيح وهي : شعور كافي بالأمن، درجة معقولة من تقويم الذات، أهداف واقعية في الحياة ، اتصال فاعل بالواقع ، تكامل وثبات في الشخصية ، القدرة علي التعلم من الخبرة ، تلقائية مناسبة ، انفعالية معقولة القدرة علي إشباع حاجات الجماعة مع درجة ما من التحرر من الجماعة ( أي الفردية) ، رغبات جسدية غير مبالغ فيها مع القدرة علي إشباعها في صورة مقبولة (كوفيل وآخرون ، ١٩٨٦ ، ٤-٥).

ويمكن تناول خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية بالتفصيل علي النحو التالي :

### كفاءة الفرد في مواجهة إحباطات الحياة اليومية

تختلف قدرة الناس علي تحمل المشاق والصعوبات العادية التي تواجههم في الحياة، ونجد من بين الناس من ينزعج انزعاجا شديدا لأي تغير غير متوقع في مجري الأمور أو لعدم حصوله علي ما يريد ، ويصل الحال ببعضهم إلي البلبلة الفكرية التامة والانهيار الشامل عند تعرضهم للإحباطات البسيطة . وعلي العكس من ذلك تعرف عن بعض الناس صلابة قوية إنزء متاعب الحياة وأحداثها اليومية ودرجة عالية من التحمل والصمود ومواجهة عقلانية لمواقف الإحباط لا يطغى عليها الانفعال أو التخبط ( صموئيل مغاريوس ، ١٩٧٤ ، ٧٦).

### تقبل الفرد الواقعي لحدوده وإمكانياته

الشخص الواقعي يكون مقدرا لقدراته وللعالم من حوله ، وهو يقيم قدراته بطريقة واقعية ولا يبالغ في تصورهما ( *Hilgard et al., 1975 , 454* ) ويفهم ذاته فهما واقعيًا أو قريبا من الواقع ، وهذا يهيئ له تجنب كثير من الإحباط والفشل ويساعده علي الإنجاز والتوافق السليم . ونلاحظ أيضا أن البعض الآخر كثيرا ما يبالغون في تصور قدرتهم ويتوهمون في أنفسهم أكثر مما يستطيعونه فعلا ، كما يحاول البعض الآخر أن يهون من شأن نفسه ويركز علي عيوبه ونقائصه ولا يستطيع لسبب ما يعاني منه من مشاعر النقص أن يري كل إمكانياته وقابليته رؤية واضحة ، ويمكن أن تدرك بسهولة أن تصور الفرد الخاطئ لنفسه أو عدم تقبله للحقائق الموضوعية المتعلقة بشخصه ، لا يساعد كثيرا علي توافقه النفسي أو علي التعامل الناجح مع الآخرين ( صموئيل مغاريوس ، ١٩٧٤ ، ٧٤).

### ضبط النفس والتحكم في الذات

تقدير الفرد لعواقب ما يقوم به من سلوك وقدرته علي ضبط النفس وكبح أهوائه ونزعاته بإرادته في المواقف المختلفة، من خلال تقدير واقعي لمتطلبات الأمور، والتصرف

برية في المواقف المختلفة بحيث يكون قادر علي تحقيق الاتزن بين النواحي الفسيولوجية والنفسية من خلال تأجيل إشباع حاجاته أو تعديلها أو تغييرها ، ويعبر هذا الاتزن علي نضج الأنا وتوازنها مع الضمير والإرادة دون خلل .

### **القدرة علي العمل والإنتاج**

الفرد القادر علي استغلال قدراته وإمكاناته إلي أقصى درجة ممكنة في العمل والإنتاج وتكون علاقاته بزملائه ورؤسائه بالعمل متزنة ومتوازن ، يكون قادرا علي الإبداع ، شاعرا بقيمة العمل في تنمية ذاته والمجتمع الذي يعيش فيه .

وييري ( صموئيل مغاريوس ، ١٩٧٤ ، ٧٥ ) أن بعض الأفراد يؤدون أعمالا وهم كارهون لها ، أو أعمالا لا تتناسب مع قدراتهم وإمكانياتهم فقد تكون أعلي من هذه القدرات وقد تكون أقل منها .

### **تصدي الفرد لمسئولية ما يتخذه من قرارات وأفعال**

يتضح هذا المعيار في كل ما يلتزم به الفرد السوي من قرارات وأفعال إذ القول لا بد وأن تواكبه أعمال ، وأن القول الذي يتضمن قرارا لا بد وأن ينفذ حيث الإرادة الصالحة الفعالة والصادقة المعبرة عن الالتزام في الحق والصدق في القول والمسئولية في الانجاز والتعامل ( سيد صبحي ، ٢٠٠٣ ، ٢٦٦ ) .

### **الشعور بالرضا عن الحياة**

يشير الرضا عن الحياة إلي شعور الفرد بالسعادة العامة، وتحرره من التوتر والقلق، واهتمامه بالحياة ، والإقبال عليها بحماس ، والرغبة الحقيقية في معاشتها ، وبناء شبكة من العلاقات الإيجابية مع المحيطين به ، وقدرة متنامية علي مجابهة المواقف المشكلة من خلال طرح بدائل جيدة لحلها ، وشعوره المتزايد بالثقة في قدراته ، وميله إلي الدعابة ، وسعيه الدؤوب صوب إنجاز أهدافه ، وعدم الإحساس بالفشل عندما يعجز عن مواجهة بعض المواقف العسيرة ، كل هذا من شأنه أن يزيد من طموحاته الحياتية فضلا عن إحساسه الداخلي بما حققه من إنجازات أكاديمية مرموقة تمكنه من تبوء موقع وظيفي في المستقبل .

### **الشعور بالأمن**

جوهر هذا النوع من الحاجة هو الاهتمام المتواصل بحفظ الطريف التي تؤكد اشباع الحاجات، سواء كانت الحاجات بيولوجية أو سيكولوجية وأكثر حاجات الأمن أهمية هو الأمن الانفعالي، وينشأ عن شعور الفرد بأنه سوف يكون قادرا علي حفظ علاقات متزنة مرضية مع الناس الذين لهم أهمية عاطفية في حياته (حلمي المليجي ، ب ت ، ١٠٢) .

وتتمثل حاجات الأمن لدي الفرد في حاجته إلي حماية نفسه من العوامل التي يمكن أن يكون لها تأثير غير مرغوب .  
قال صلى الله عليه وسلم :-  
"من أصبح منكم معافى في جسده آمنا في سربه عنده قوت يومه فكأنما حيزت له الدنيا" (رواه ابن ماجه).

### \* الإفادة من الخبرة

يعدل الفرد السوي من سلوكه بناء علي الخبرات التي يمر بها في حياته فهو قادر علي تعديل أو تغيير سلوكه في ضوء المتطلبات الحالية والمستقبلية وتراكم الخبرات تمكنه من التعامل الايجابي مع المواقف التي يجابها.

### التوافق النفسي

الكائن والبيئة في علاقة ، ولكي يتم إحداث استقرار بينهما فلا بد أن يتبع كل تغير تغيرا مناسباً للإبقاء علي هذه العلاقة المستقرة ، وفحوى هذا التغير هو التكيف والموائمة والعلاقة المستمرة بينهما هي التوافق ، وكثيرا ما يتم استخدام التوافق والتكيف كما لو كانا مترادفين. ويمكن تناول هذين المفهومين علي النحو التالي :

التوافق هو الرضي بالواقع الذي يبدو هنا والآن مستحبالا علي التغيير ولكن في سعي دائم لا يتوقف لخطي الواقع الذي يفتح للتغير مضيا به قدما علي طريق التقدم والصيرورة(صلاح مخيمر ، ١٩٧٩ ، ١).

ويعرف (حامد زهران ، ٢٠٠٥ ، ٢٧) التوافق النفسي علي أنه : "عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة ( الطبيعية والاجتماعية) بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته، وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد وتحقيق متطلبات البيئة.

أما مفهوم التكيف فهو في الأصل مفهوما بيولوجيا ، وكان حجر الزاوية في نظرية دارين عن التطور ، فالكائن الحي القادر علي التلاؤم مع شريط البيئة الطبيعية المتغيرة يستطيع الاستمرار في البقاء ، أما الذي يفشل في التكيف فمصيره الفناء ، ومن مظاهر التكيف البيولوجي لدي الإنسان ارتداؤه لنوع معين من الملابس وذلك بهدف التلاؤم مع شريط البيئة الطبيعية(نعيم الرفاعي ، ١٩٨٧ ، ٢٨).

والتكيف في واقعه هو حالة الإشباع المتوازن لدوافع الفرد وحاجاته وتعتمد دوافع الفرد في أساسها علي ميله الطبيعي نحو الحفاظ علي تحقيق مقوماته وإمكانياته الذاتية في المستوي البيولوجي والنفسي والاجتماعي علي حد سواء ، ففي المستوي البيولوجي نجد أن أجهزة الجسم كلها تعمل في اتجاه التكامل مما يشار إليه بالتوازن الفسيولوجي

*Homeostasis* وفي المستوي النفسي يسعى الفرد للحفاظ علي تكامل الذات لأي خلل في هذا التكامل (انتصار يونس ، ١٩٨٥ ، ٣٣٥).

وهناك فروق بين التكيف والتوافق نشير إليها علي النحو التالي:

١- يشمل التكيف الإنسان والحيوان والنبات في علاقتها بالبيئة. أما التوافق النفسي فيقتصر علي الإنسان وبيئته.

٢- يتضمن التكيف المسائرة للظروف وينكر دور الإنسان في تغييرها ، ويلغي دور الفرق الفردية بين الناس.

٣- يظهر التوافق النفسي جانب الإرادة البشرية لتغيير الواقع نحو الأفضل وهو بهذه الرؤية أساس لتطور البشرية بما يمتلك الإنسان من قدرات مبدعة.

٤- التوافق النفسي حصيلة لجهود الإنسان تتضمن خبراته الماضية والحاضرة للانطلاق نحو المستقبل.

٥- أن التوافق النفسي مسألة نسبية تختلف باختلاف قدرات الإنسان والثقافة ، والزمان والمكان ( صالح حسن ، ٢٠٠٨ ، ١٥-١٦).

### **أبعاد التوافق**

#### **التوافق علي المستوي البيولوجي**

تميل الكائنات الحية إلي أن تغير من أوجهه نشاطها في استجاباتها للظروف المتغيرة في بيئاتها ، ذلك إن تغير الظروف ينبغي أن يقابله تغيير وتعديل في السلوك بمعنى أنه ينبغي علي الكائن الحي أن يجد طرقا جديدة لإشباع رغباته وإلا كان الموت حليفة ، أي أن التوافق هنا إنما هو عملية تتسم بالمرونة والتوافق المستمر مع الظروف المتغيرة.

ومن التعريف السابق نلاحظ أن:-

١- عملية التوافق إنما تتسم بالمرونة مع الظروف المتغيرة أي أن هناك إدراك لطبيعة العلاقة المستمرة التي تغشي الفرد والبيئة.

٢- إن الإنسان يقوم طوال حياته بعملية التوافق ، وهي عملية دائمة مستمرة ومتصلة (سهير كامل ، ١٩٩٣ ، ٢٣).

#### **التوافق الشخصي**

يتضمن التوافق الشخصي توافق الفرد مع ذاته حيث يكون قادرا علي ضبط دوافعه ورغباته ومقدرا لذاته تقديرا ايجابيا ، وفي نفس الوقت هو لا يشعر بالإجبار من الآخرين لكي تكون آراءه موافقة لهم ، وأن يكون لديه تطلعات ايجابية نحو المستقبل ،

وشخصيته متوازنة ومتماسكة قادرة علي مواجهة المواقف الضاغطة ، وهذا يتطلب أن يكون الفرد واعيا بدوافعه ومدركا لمشاعره؛ الخاصة ( Hilgard et al., 1975 , 455 ).

وأن يكون الفرد متوافقا مع البيئة التي يعيش فيها ، وفي نفس الوقت يري العالم كما هو ويتعامل معه ، أو يحاول تغيير البيئة التي يعيش فيها بطريقة متوازنة و متمشية مع العادات والتقاليد السائدة ، وهذا يتطلب من الفرد أن يكون مرنا قادرا علي التكيف مع المواقف المتباينة ، ويغير ويعدل من سلوكه ليتواءم مع متطلبات البيئة. وهو حساس لاحتياجاتهم ومشاعرهم مقارنة بالشخص المضطرب نفسيا.

وعندما يبذل الفرد كل جهده ، ويكون متحمسا للانجاز والتحصيل ، ويكون محبوبا من قبل والديه ، ومقدرا من قبل أقرانه ، وله علاقات اجتماعية جيدة مع أصدقائه ، ومخطط لمستقبله علي نحو أفضل ، عندئذ يكون محققا للتوافق الشخصي المثالي

(Thompson et al. , 1959 , 157)

### **التوافق الاجتماعي**

يري ( سيد صبحي ، ٢٠٠٣ ، ٢٦٤ ) أن الفرد يسعى إلي تكوين شبكة من العلاقات الاجتماعية ، تمكنه من الاستمرار السليم ، فلا يجوز للفرد أن يعيش بمعز عن الآخرين ، بل لا بد وأن ينتمي الفرد للجماعة ، لأن الفطرة الطبيعية للإنسان تجعله مدينا بالطبع ، ويميل إلي مشاركة الجماعة والعمل معها.

### **التوافق الدراسي**

التوافق الدراسي عملية دينامية مستمرة والتي يقوم بها الطالب لاستيعاب مواد الدراسة والنجاح فيها ، وتحقيق التلاؤم بينه وبين البيئة الدراسية ومكوناتها والتوافق الدراسي قدرة مركبة علي نوعين من العوامل الطائفية عقلية واجتماعية والمكونات الأساسية للبيئة الدراسية منها الأسانذة والزملاء وأوجه النشاط الاجتماعي ، ومواد الدراسة ، وقت الدراسة ، وقت الفراغ ، وقت المذاكرة وطريققتها ، وقدرة الطالب علي تحقيق التلاؤم مع هذه المكونات جميعها دالة علي توافقه الدراسي (عباس عوض ، ١٩٧٧).

### **التوافق المهني**

يشير التوافق المهني إلي توافق الفرد مع بيئة عمله ، وتوافقه مع التغيرات التي تحدث في هذه البيئة ، وأن يكون راضيا عن عمله ، محبا له ، يشعر بأن زملائه ورؤساءه في العمل يقدرينه ، ويشعر بالأمن والاستقرار النفسي في عمله ، وكذلك يعتمد الرضا عن العمل على العلاقات الإنسانية داخل التدرج الوظيفي ، أما عجز الفرد عن التكيف السوي

مع متطلبات عمله تجعله غير راضي عنه ، وينعكس هذا على إنتاجه ، ويؤدي إلى كثرة التغيب ، وسوء استخدامه للآلات ، وكثرة الشكوى.

### التوافق وذوي الاحتياجات الخاصة

هناك عدة من النماذج المفسرة للتوافق النفسي والإعاقة تناولها علي النحو التالي:  
يتضمن النموذج الذي أعده والنذر وآخرون (Wallander et al ., 1989) لتقدير التوافق لدى الأطفال والمراهقين ذوي الاحتياجات الخاصة وأبائهم ما يلي:  
أ- عوامل الخطورة *Risk Factors* والتي تؤثر سلبا علي التوافق وتشتمل علي:  
(أ) الإصابة بالمرض والإعاقة من حيث الشدة والخصائص المرتبطة بالإحساس بالألم ، ومدى تطور الإصابة بالإعاقة.

(ب) الأداء المستقل ويشير إلى القيود المفروضة ، والعجز والإجهاد المفروض علي الفرد من جراء الإعاقة.

(ج) الضغوط النفسية وتشير إلى الضغوط المتولدة عن الإعاقة.

٢- عوامل المقاومة *Resistance Factors* وهي المصادر التي يجابه بها الفرد الإعاقة وما يترتب عنها من قصور وتشتمل علي :

(أ) عوامل داخل الشخص نفسه : وهي تتضمن خصائص الفرد الثابتة نسبيا مثل الحالة المزجية ، وتقدير الذات ، والكفاءة الاجتماعية.

(ب) المتغيرات البيئية- الاجتماعية: وهي تشير إلى سياق العلاقات الاجتماعية بين الأشخاص بعضهم البعض ، وتتضمن شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد، والمصادر المتاحة في الأسرة والمجتمع.

(ج) استراتيجيات المواجهة : وهي الاستراتيجيات التي تتبع لمواجهة الإعاقة وما يترتب عليها من نتائج .

وفي ضوء هذا النموذج تشير نتائج دراسة (Husaini & Moore, 1990) إلى أن المستويات المرتفعة من شدة الإعاقة تكون مرتبطة بمستويات مرتفعة من الاكتئاب ومستويات منخفضة من الرضا عن الحياة. وشدة الإعاقة ، والمساندة الاجتماعية ، وقبول الإعاقة تكون منبئات دالة للوضع المهني (Belgrave & Walker, 1991).

كما وجد كل من بيلجرريف وآخرون (Belgrave et al ., 1995) أن تقدير الذات المرتفع ، والاتجاهات الايجابية إزاء الإعاقة ، والادراكات المنخفضة لشدة الإعاقة تكون مساهمات دالة في النجاح المهني (العمل الحالي) ، وفي احتمالية العمل ، والاتجاهات نحو العمل .

كما تتمدد المتغيرات ذات التأثير في الإعاقة فقد أسفرت نتائج دراسة بيلجرريف (Belgrave , 1991) إلى أن المتغيرات النفسية الاجتماعية، وتقدير الذات، وإدراك شدة الإعاقة، والمساندة الاجتماعية تفسر ٥٠٪ من التوافق للإعاقة. وانتهت نتائج دراسة مازولا (Mazzulla, 1981) إلى وجود علاقة ايجابية بين التوافق للإعاقة والضبط الداخلي. ومن خلال مراجعته (٤٠) أنموذج للتكيف الاجتماعي النفسي للإعاقة البدنية خلص (Livneh , 1986) إلى أنموذج للتكيف مكون من:

- ١- التأثيرات الأولية Initial Impacts حيث تأثيرات الصدمة والقلق.
- ٢- تعبئة أو حشد الدفاعات Defense Mobilization (المساومة - والإنكار).
- ٣- الإدراك الأولي Initial Realization ( الحزن - الاكتئاب).
- ٤- الانتقام Retaliation ( الغضب).
- ٥- الدمج أو إعادة التكامل Reintegration ( الاعتراف والقبول - والتوافق).

وأنموذج قبول الفقد لكل من (Wright , 1960 ; Dembo ,Tleviton & Wright 1956) وفي ضوء هذا النموذج يتم النظر إلى الفقد علي أنه سلسلة من تغيرات القيم، وقبول الإعاقة في ضوء هذا النموذج تكون مقبولة إلى الحد الذي يجعل الفرد قادرا علي:

- (أ) رؤية القيم الأخرى الايجابية بدلا من رؤية القيم المتصارعة مع الإعاقة.
- (ب) التأكيد علي المظاهر الجسمية التي تكون مناقضة أو معارضة لموقف الإعاقة.
- (ج) التقدير الواقعي لجوانب إعاقته.
- (د) التأكيد علي جوانب القوة بدلا من مقارنة نفسه بالآخرين من خلال إضفاء مصطلحات من القصور البدني.

يشير كل من ليننا وأنتونك (Livneh & Antonak , 1997, 23) من خلال مراجعتهم لمصطلح التكيف للإعاقة علي أنه يتضمن سلسلة من ردود الفعل التالية:

- ١- ردود الفعل المبكرة وتتضمن ( الصدمة ، والقلق ، والإنكار).
- ٢- ردود الفعل المتوسطة وتتضمن ( الاكتئاب ، والغضب الداخلي ، والكرهية الخارجية ).
- ٣- ردود الفعل المتأخرة وتتضمن ( الاعتراف أو الإقرار بالإعاقة والتوافق ).

وأن عمليات التكيف تعتمد علي " طبيعة الأزمة التي يجابها الفرد.

ويشير كل من تريسمن وريتمن وسيلفر (Trieschmann , 1980, 1988; Wortman & Silver , 1987, 1991) إلى أن الأبحاث الكمية في التراث عن التوافق النفسي الاجتماعي تقترح أن هناك دليل أقل علي أن المراحل المؤكدة ( الإنكار ، والاكتئاب ) تكون استجابات متكررة للإعاقة.

والفشل في قبول الإعاقة يعزي إلى التوافق النفسي المتدني (Fitzpatrick et al., 1991) والصحة البدنية المتدنية (Matthews & Harrington, 2000).

يظهر الأفراد المتخلفون عقليا قصورا ملموسا في القدرة علي التفاعل الاجتماعي مع الآخرين ، كما أنهم ينسحبون من المواقف الاجتماعية لصعوبة التفاعل مع الآخرين . فالأشخاص المتخلفين عقليا تتطور مقدرتهم الاجتماعية بمعدل أبطأ ، كما أن القدرة الاجتماعية للراشد المتخلف لا تصل إلي المستوى النهائي الذي يصل إليه الشخص العادي (محمد محروس ، ١٩٩٧ ، ٣٥٩).

والمخلفون عقليا يخبرين الكثير من المشكلات ، فقد هدفت دراسة شكلا كوش ( Shukla & Khoche , 1974 ) إلي فحص التوافق لدي عينة من المتخلفين عقليا بلغ قوامها ٥٠ طفلا متخلفا عقليا و٥٠ طفلا من العاديين ، وتراوحت أعمارهم ما بين ١٢-١٨ سنة ، واقتصرت العينة علي الذكور فقط ، وتنتمي عينات الدراسة إلي الطبقات المتوسطة، وأظهرت نتائج الدراسة أن المتخلفين عقليا لديهم قصورا في التوافق الصحي والاجتماعي والانفعالي. يبدي المتخلفون عقليا قصورا واضحا في قدرتهم علي حل المشكلات الاجتماعية.

فقد هدفت دراسة فالون (Vallone, 2005) إلي أن حل المشكلات الاجتماعية لدي عينة من الأطفال بمتلازمة داون بلغ حجمها ٣٠ طفلا ، ٢٢ طفلا متخلفا عقليا بأسباب غير محددة ، ٢٢ طفلا عاديا ، وانتهت نتائج الدراسة إلي أن الأطفال بمتلازمة داون أعطوا استجابات مناسبة قليلة ، وغير مرنة وكانت أكثر تشننا مقارنة بالمجموعات الأخرى. وانتهت نتائج دراسة سيرشتاين وليفرت (Siperstein & Lejfert, 1997) إلي أن الأطفال المقبولين اجتماعيا يولدون استراتيجيات انسحابية أقل ، بينما الأطفال غير المقبولين اجتماعيا غالبا يولدون معدلات مرتفعة من استراتيجيات الانسحاب.

والأطفال التوحديين غير قادرين علي إقامة علاقات انفعالية دافئة مع الآخرين ، فهم لا يستجيبون إلي سلوك آباءهم العاطفي مثل الابتسامات وبدلا من ذلك فهم لا يفضلون أن يحتضنوا أو أن يقبلوا ولا يستجيبون لآبائهم أكثر من الغرباء ، ولا يوجد فرق في سلوكهم اتجاه الأفراد والأشياء ، ويمتازين بغياب التواصل البصري وتجنب التحديق (إبراهيم الزريقات ، ٢٠٠٤ ، ٣٩) والطفل التوحدي لا يبدو أنه يتفهم ما يقوله الآخرون ، كما أن التفاعل الاجتماعي يكون محدود بدرجة كبيرة ، كما أنه يتصرف كما لو كان

الأخرين المحيطون بهم غير موجودين ( Frith , 1989 , 3 ) كما أنهم لا يظهرين رابطة عاطفية مع والديهم ولا يشتركون في اتصال بالعين (Norton & Drew, 1994 , 70). يبدي المعوقين سمعيا الانسحاب والانطوائية واللجوء إلى أساليب عدوانية ، والشعور بالعصبية ، والشعور بالنقص ، والتمركز حول الذات ، والاندفاعية ، وعدم القدرة علي مواجهة الواقع ، وفي هذا الصدد انتهت نتائج دراسة إيزيبل (Isobel , 1938) إلى أن الصم أقل توافقا ومشاركة مع الآخرين ، وأقل تمحلا للمسئولية. وانتهت نتائج دراسة جوردون وكارشر (Jordan & Karchmer , 1986) إلى أن المعوقين سمعيا يبدون بدرجة أكثر شيوعا علاقات اجتماعية متدنية مع الأقران والراشدين.

كما أسفرت نتائج دراسة بين وآخرون (Bain et al ., 2004) عن أن الأطفال الصم يعانون من الوحدة ، والعزلة الاجتماعية ، كما أنهم معرضين للمخاطر النفسية والاجتماعية والبدنية.

ويمكن تفسير أوجه القصور لدي المعوقين سمعيا في الاتجاهات السلبية من قبل الآخرين إزاءهم . كما أن المعوقين سمعيا يحاولون تجنب مواقف التفاعل الاجتماعي في مجموعة ، ويميلون إلى مواقف التفاعل التي تتضمن فرنا واحدا أو فرنين ، حتى أولئك الذين يعانون من إعاقاة متوسطة يحتاجون إلى تركيز انتباههم جيدا لحديث الشخص الأخر، والاستعانة بملاحظاتهم البصرية ، والذين يعانون من فقدان سمعي شديد (بحدود ٨٠ ديسبل) فإنهم يميلون إلى إقامة علاقاتهم الاجتماعية مع أمثالهم (يوسف القريوتي وآخرون ، ١٩٩٨ ، ١٥٣).

يظهر المعوقون بصريا توافقا متدنيا فقد أوضحت المراجعة التي قام بها (عبد المطلب القريطي ، ٢٠٠١ ، ٣٩١) لبعض الدراسات التي أجريت في هذا المجال إلى أن المعوقين بصريا يغلب أن تسيطر عليهم مشاعر الاغتراب ، وانعدام الأمن ، واضطراب صورة الجسم ، والنزعة الاتكالية ، وهم أقل توافقا شخصيا واجتماعيا ، وتقابلا للآخرين وشعور بالانتماء للمجتمع من المبصرين.

وانتهت نتائج دراسة كون (Cowen et al ., 1961) إلى وجود ميل لدى الأفراد المعوقين بصريا الذين يعيشون في منازلهم مع والديهم وينتظمون في المدارس مع العاديين أن يكونوا أكثر توافقا ، أما ضعاف البصر فإنهم يكونون أكثر توافقا من المكفوفين ، والذكور الذين ينتظمون في المدارس يكونون أفضل توافقا من الإناث ، ووجود علاقة بين الفهم الأموي والتوافق لدي المراهقين المكفوفين.

أما نتائج دراسة هارفي وجرينواي (Harvey & Greenway, 1984) فقد أسفرت عن انخفاض التوافق النفسي لدي المعوقين بصريا، كما أن لديهم صورة متدنية عن ذاتهم. وانتهت نتائج دراسة آش وآخرون (Ash et al., 1978) إلى أن المعوقين بصريا من الميلاد حتى سنتين، ومن ٣ إلى ٤ سنوات، وأكثر من ٥ سنوات لا توجد فروق بينهم في التوافق الشخصي والاجتماعي، وأن سوء التوافق الشخصي والاجتماعي يبني علي أساس فئات التشخيص علي سبيل المثال وجد أن مجموعة الجلوكوما تعاني من تدني في التوافق النفسي والاجتماعي. ويكن تفسير أوجه القصور لدي المعوقين بصريا إلي الاتجاهات السلبية إنءهم (Lawrence, 1991)، وإلي نفشي البطالة بينهم، والفقر، والمستويات الاقتصادية الاجتماعية الفقيرة (Bowe, 1991).

يعاني ذوي صعوبات التعلم من العزلة الاجتماعية، والخجل، وعدم توكيد الذات، والشعور بالدونية والعجز، والإحباط والفشل، والغضب، والعدوان والقهرية، والاعتمادية، وسلوك إيذاء الذات، والتخريب، ومشاعر سلبية عن الذات، وفقر في المهارات الاجتماعية، وعدم التواصل الجيد مع الآخرين، وعدم تحمل المسؤولية، والفوضوية، وعدم الثقة بالنفس، والاهتمام بالسلوك غير المنتج والثرثرة الشديدة، والمشاعبة (سعيد حسني، ٢٠٠٢-١، ١٤٢-١٤٣) وانتهت نتائج دراسة كافيل وفورنس (Kavale & Forness, 1996) إلي أن ذوي صعوبات التعلم يعانون من قصور في القدرة علي مواجهة، وصعوبات في التوافق.

والتوافق النفسي لدي ذوي صعوبات التعلم لا يكون محصلة أو نتيجة ثانوية ولكنه جزء من الإعاقة ذاتها (Greenspan, 1981) كما أن قصور السلوك التكيفي لديهم يتأثر بدورة حياة الفرد، كما أنه يلعب دورا أساسيا في التنبؤ بالنجاح في المجالات الاجتماعية والتعليمية (Weller & Strawser, 1981).

يُتصف الأطفال الموهوبين والمتفوقين بخصائص اجتماعية وانفعالية ايجابية مقارنة بأقرانهم الأطفال متوسطي الذكاء، ومن أهم الصفات الاجتماعية التي يتميز بها هؤلاء الأطفال هي قدرتهم القيادية في المدرسة وخارجها. فهم قادرين علي قيادة الطلبة الآخرين، وقادرين علي حل المشكلات الناجمة عن التفاعل مع الآخرين وإدارة الحوار والنقاش والتفاوض بشأن القضايا الحياتية التي يتعرض لها زملاؤهم الآخرين كما أنهم محبوبون من قبل أقرانهم (يوسف القريوتي وآخرون، ١٩٩٨، ٤٢٠).

وانتهت نتائج دراسات تيرمان إلي أن التوافق الانفعالي لدي الأفراد الموهوبين يكون أفضل من أقرانهم غير العاديين (In :Gallagher, 1990) أما نتائج دراسة لثر

وآخرين (Luthar et al ., 1992) فقد انتهت إلي أن المراهقين الموهوبين ذوي التحصيل الأكاديمي المرتفع لديهم توافق نفسي أفضل من أقرانهم غير الموهوبين ، وأن الإناث كن أكثر توافقا في مقاييس القلق والاكتئاب مقارنة بأترابهم غير الموهوبين.

وبالرغم من التوافق الجيد للموهوبين إلا أنهم يواجهون ببعض المعوقات في بيئاتهم الأسرية والمدرسية ، وأن هذه المشكلات لا تعرض استعداداتهم الفائقة للذبول والتدهور فقط ، وإنما تهدد أمنهم النفسي أيضا وعندما يشعر الموهوبون بالضجر والملل والإحباط من المناهج الدراسية المصممة غالبا للطلاب المتوسطين فهي لا تشبع احتياجاتهم للمعرفة الواسعة والعميقة ، كما ينفرون من المهام الرتيضية التي لا تحدي استعداداتهم العالية ، مما قد يؤدي إلي الترخي والتكاسل وربما الاستغراق في أحلام اليقظة والأفكار الخيالية ، وقد يهربون من المدرسة ونظرا لأنهم متفردون ، ومؤكدون لذواتهم ، يبحثون عن الجديد باستمرار ، فإن ما يلاقونه بسبب ذلك من رفض اجتماعي بل وسخرية وتهكم أحيانا يعرضهم للمعاناة النفسية ، والمتوتر والقلق والإحباط (عبد المطلب التريطي، ٢٠٠١ ، ١٩٦).

وعن التوافق النفسي لدي المعوقين بدنيا فقد انتهت نتائج دراسة بيكنهام وآخرون (Pakenham et al ., 1997) إلي أن مرضي التصلب الحدي يدون توافقا اجتماعيا متدنيا. وأسفرت نتائج دراسة كروكر وميجر (Crocker & Major , 1989) إلي أن المعوقين بدنيا يدون تفاعلات اجتماعية سلبية مقارنة بالعاديين ، ولديهم أفكار سلبية داخلية عن أنفسهم. ويظهرن الرفض ، والعز ، والنقد الشديد ، ولديهم مستوى عال من الانغلاق الاجتماعي ، والشعور بالعجز والفشل ، وتدني مفهوم الذات ، والمعاناة من مشكلات في التواصل الاجتماعي والمشاركة في النشاطات الاجتماعية (سعيد حسني ، ٢٠٠٢-أ ، ١٨٣) ، كما أنهم يجدون صعوبات جمة في القدرة علي تحمل أي مسؤولية متصلة بالمهنة أو الأسرة وعدم القدرة علي مواصلة أي نشاط فردي أو جماعي (فوقية حسن ، ٢٠٠٦ ، ١٠١).

ويبدي المضطربين كلاميا ولغويا صعوبات بالغة في التوافق الاجتماعي فعلي سبيل المثال الأفراد المتلجلجين يجدون صعوبات جمة في التوافق الاجتماعي:

(Mahr & Torosian , 1999).

### الدوافع Motives

إن عملية التوافق هي سلسلة من الخطوات تبدأ عندما يشعر الفرد بحاجة أو دافع وتنتهي عندما يشبع هذه الحاجة أو يرضي هذا الدافع ، ودوافع الإنسان كثيرة لا حصر لها

منها ما هو فطري وهذه الدوافع أولية لا يحتاج الفرد لتعلمها ومنها ما هو مكتسب أي دوافع ثانوية يكتسبها الفرد خلال عملية التطوع (عباس عوض ، ١٩٧٧ ، ٥٥).  
 ونستطيع أن نتنبأ بما يمكن أن يقوم به الفرد في كل موقف من المواقف إذ عرفنا فقط منبهات البيئة وحدها وأثرها على الجهاز العصبي ، إذ لا بد أن نعرف شيئاً عن حالته الداخلية كأن نعرف حاجاته وميوله واتجاهاته وعلاقتها بالموقف بالإضافة إلي ما يعتلج في نفسه من رغبات وما يسعي إلي تحقيقه من أهداف وهذه العوامل مجتمعة هي ما نسميها بالدوافع (عبد الرحمن عدس ، نايفة القطامي ٢٠٠٢ ، ١٢٥).  
 والدوافع هي أساس التعلم والخبرة واتصال الفرد بالبيئة التي ينتمي إليها وعلي هذا فقدرة الفرد علي التوافق، وما يتمتع به من الصحة النفسية تكون رهن بحاله الدافعية لديه.

### مفهوم الدافع

يستعمل علماء النفس كلمات "دافع" ، "الحاجة" ، "الحافز" ، "الغريزة" بطرق معينة وكل هذه المصطلحات تعد تكوينات ، عمليات داخلية مفترضة يبدو أنها تفسر السلوك ، ولكن لا يمكن ملاحظتها أو قياسها بصورة مباشرة .

ويطبق مصطلح الحاجات علي أوجه النقص التي قد تقوم علي متطلبات معينة جسمية أو متعلمة أو علي توييفة منهما، ويشير الدافع إلي حالة داخلية تنتج عن حاجة ما، وتعمل هذه الحالة علي تنشيط أو استثارة السلوك الموجه عادة نحو تحقيق الحاجة المنشطة ، ويطلق مصطلح الدوافع أيضا علي الدوافع التي يبدو أنها تنشأ بصورة أساسية نتيجة للخبرات . أما تلك الحالات التي تنشأ لإشباع حاجات فسيولوجية أساسية ( مثل الحاجة للطعام والماء ) فتسمي بالحوافز ويطلق مصطلح الغريزة علي الحاجات الفسيولوجية والأنماط السلوكية المعقدة التي تظهر بالدرجة الأولى وراثية المصدر (لندا دافيدوف ، ١٩٩٧ ، ٤٣١-٤٣٢).

ويشير ابستاين Epstein , 1982 إلي ثلاث فروق مميزة بين الدوافع *Motives* والغرائز *Instincts* علي النحو التالي :

١- يشير الملمح الأول إلي أن الأفراد يتعملون بطرق مختلفة لإشباع دوافعهم وتميل السلوكيات الغرائزية إلي أخذ نفس الشكل. فعلي سبيل المثال فإن القطة الشاردة الجائعة من الممكن أن تجول في كثير من الممرات والطرق لافترس فأر، بينما نجد أن قطة المنزل من الممكن أن تحصل علي الطعام وتقرر فرحا لأنها سوف تحصل علي غذائها المؤمن ، كلتا القطتين تشعران بالجوع وفقا للبرمجة الجينية في الاستجابة للظروف البيئية ، والحرمان من الطعام ، ولكن لأن كل قطة تعلمت بطريقة مختلفة

الحصول علي الطعام فإن ابستائين يعتبر الحصول علي الطعام في هذا المثال دافع وليس غريزة.

٢- الملح الثاني المميز بين الدافع والغريزة يكون في التوقع باعتباره، مكون معرفي للسلوك المدفوع، والتوقع يكون محصلة لبعض النشاط الموجه لهدف، والذي يكون مفقود أو متواجد علي نحو أقل في السلوك الغريزي.

٣- الملح الثالث يتضمن الانفعالات، فالسلوك المدفوع يكون أكثر احتمالاً أن يكون مصحوباً بتعبيرات الانفعال من السلوك الغريزي (Brown & Cook, 1986, 255).  
ومصطلح الحاجة والدافع في الأدبيات النفسية استخدمما بالتبادل. والدافعية هي محاولة لإشباع الحاجات، وكل من الظرف الداخلية والخارجية تستثير وتؤثر في الحاجات (Chambers, 1980).

والدوافع حالة داخلية من الاستثارة تنتج عن بعض المثيرات التي تؤدي إلي السلوك الذي يكون موجهاً نحو هدف ما (Brown & Cook, 1986, 252).  
ويعرف (علاء الدين كنافي، ١٩٩٠، ٢٨١) الدافع بأنه القوة التي تجعل الكائن الحي ينشط لإصدار سلسلة من الأساليب السلوكية، حيث تتجه هذه الأساليب نحو تحقيق هدف معين، ثم تتوقف إذا تحقق الهدف".

ويعرفه (عبد المطلب القريطي، ١٩٩٨، ٧٩) بأنه: "حالة داخلية أو نزعة في الكائن العضوي بيولوجية فسيولوجية أو نفسية أو اجتماعية من شأنها أن تثير توتر، وتخل باتزانه، ومن ثم تحرك سلوكه وتحفز، إلي مواصلة نشاطه في وجهة معينة سعياً لإرضاء حاجته، أو تحقيق رغبته واستعادة نشاطه في وجهة معينة سعياً لإرضاء حاجته أو تحقيق رغبته واستعادة توازنه"

ويعرف (حامد زهران، ٢٠٠٥، ٣٤) الدافع بأنه: "حالة جسمية أو نفسية داخلية (تكوين فرضي) يؤدي إلي توجيه الكائن الحي تجاه أهداف معينة ومن شأنه أن يقوي استجابات محددة من بين عدة استجابات يمكن أن تقابل مثيراً محدداً.  
والأفراد الذين لديهم دافعية مرتفعة كما يراها كل من هونجا وهونجا (Hoyenga & Hoyenga, 1984) يتميزون بما يلي:

١- بالاندفاعية والسلوك العدواني لاسيما إذا كان الفرد ينتمي إلي بيئات اجتماعية اقتصادية متدنية.

٢- بالاشتراك في الألعاب الرياضية التنافسية مثل كرة القدم ، والهوكي ولعبة  
الديسبول، والتنس .

٣- الانضمام إلي المؤسسات والعمل بها.

٤- العمل علي جميع الأملاك مثل اقتناء سيارة فارهة ، أو سيارات سباق  
أو بطاقات ائتمان.....الخ

٥- اختيار المهن مثل : معلم أو أن يعمل دبلوماسي ، أو رجل أعمال ، أو المهن التي تمكن  
الفرد من أن يكون له تأثير علي الآخرين (In: Morgan et al., 1986 , 287-288)

### الأسس التي تقوم عليها الدوافع

أولاً : مبدأ الطاقة والنشاط *Energy and Activity*

تؤدي الدوافع إلي القيام بحركات جسمانية وذلك بمد عضلات الجسم بالطاقة ،  
وتفريخ شحنة هذا النشاط بالاستثارة الجسمانية من البيئة الخارجية أو من داخل الكائن الحي .

ثانياً: مبدأ الغرضية *Purposivism*

تؤدي الدوافع إلي توجيه السلوك نحو غرض أو هدف.

ثالثاً: مبدأ التوازن *Equilibrium*

أن الكائن الحي لديه الاستعداد لأن يحتفظ بحالة عضوية ثابتة متوازنة فإذا تغير

هذا الاتزن حاول الجسم استعادته.

رابعاً: مبدأ الحتمية الديناميكية *Dynamic Determinism*

ومعني هذا أن كل سلوك له أسباب ، وهذه الأسباب توجد في الدوافع ومن هذه

الدوافع ما هو فسيولوجي في أصله كالحاجة إلي الطعام ، ومنها ما هو مكتسب متعلم  
(محمد مصطفى، ١٩٨٤ ، ٢٣).

### أبعاد الدوافع

١- مدة البقاء أو الاستمرار : تعد الفترة لبقاء الدوافع من أكثر الأبعاد وضوحاً في  
وصفها ، فمن ناحية تستمر بعض الدوافع فترة زمنية قصيرة جداً أو طويلة.

٢- الطابع الدوري: والمقصود به أن دوافع الكائنات الحية تمر بدور؛ كاملة تبدأ  
بالحاجة الشديدة إلي إشباع الدوافع، ثم الإشباع وخفض التوتر ثم الحاجة مرة أخرى.

٣- السكون : ويقصد بهذا البعد أن بعض الدوافع قد تتسم بالسكون بصورة تامة  
لفترة زمنية طويلة، ثم تعاود الظهور فجأة بقوة كبيرة حينما تصبح الظروف مناسبة.

٤- المجال : ويقصد بهذا البعد أن الدوافع تتباين بصورة كبيرة في المجال الذي تعبر عنه أو في مدي شموليتها ، لأنه من الصعب تحديد المجال الحقيقي للدافع من خلال السلوك المدفوع بمفرده (ثائر أحمد ، ٢٠٠٨ ، ٣٩-٤٠).

### تصنيفات الدوافع

توجد صعوبة لتصنيف الدوافع وذلك لتفقد الصلة بين الدافع والسلوك للآتي:

- ١- إن الدافع الواحد قد يؤدي إلي ضرب من السلوك تختلف باختلاف الأفراد فالرغبة في التقدير الاجتماعي قد تدفع الشخص إلي الظهور في ميدان العمل الاجتماعي ، ويأخر إلي تأليف مضمون فريد مثل قصة.
- ٢- إن الدافع قد يؤدي إلي ضرب من السلوك لدي الفرد نفسه تبعاً لوجهة نظره وإدراكه إلي الموقف الخارجي.
- ٣- إن السلوك الواحد قد يصدر عن دوافع مختلفة.
- ٤- إن الدوافع كثيراً ما تبدو في صور رمزية مقنعة ، فالسرقة قد تكون تعبيراً عن دافع جنسي مكبوت ، والقيء دون سبب ظاهر قد يكون رمزاً للتقزز والنفور.
- ٥- إن السلوك الإنساني يندر أن يصدر عن دافع واحد ، وأغلب الأمر أن يكون نتيجة لتضافر عدة دوافع فالإنسان قد يتصدق اختياراً أو اضطراراً طمعاً أو خوفاً أو بغرض طلب التقدير الاجتماعي (مختار نور الدين ، ٢٠٠٤ ، ١٤٨-١٤٩).

وتحدث البعض من علماء النفس عن تقسيم ثنائي للدوافع هي :

### ١- الدوافع البيولوجية والدوافع النفسية

#### (أ) الدوافع البيولوجية

وهي تلك الدوافع التي يكون لها أساس عضوي ، أو هي تلك الدوافع التي تنشأ عن نقص أو زيادة في شيء ما يرتبط بالتكوين العضوي للإنسان مثل الدافع إلي الهواء أو الحركة، والدافع إلي الطعام أو دوافع الجوع (عبد السلام عبد الغفار، ٢٠٠٧، ٦٣-٦٤).  
والدوافع الفسيولوجية قسماً : أحدهما ضروري لبقاء الفرد ، والأخر ضروري لبقاء النوع ، وتؤدي الوظائف الفسيولوجية وظيفية بيولوجية هامة للحيوان والإنسان ، فهي تقوم بتلبية حاجات البدن ، وتسد كل ما يطرأ عليه من نقص عضوي أو كيميائي ، وتقاوم كل ما يطرأ عليه من خلل أو اضطراب أو فقدان الاتزن ، وهي تعمل دائماً علي الاحتفاظ للبدن بقدر معين من الاتزن الحيوي اللازم لحفظ ذاته وبقائه (محمد نجاتي ، ٢٠٠١ ، ٢٨).

## خصائص الدوافع البيولوجية :

- ١- أنها دوافع وراثية يولد بها الإنسان وتبدأ في تحريك سلوكه منذ البداية الأولى للحياة وتفتح حسب نظام ثابت إلي حد كبير، ولا يفيد معها تعلم كي تتغير تغيراً جوهرياً أو تلغي إلغاء تاماً .
- ٢- أنها دوافع لا غني للإنسان عنها ولا غني له عن إحداها ولا يمكنه استبدال واحد منها بالآخر أو بدافع جديد.
- ٣- لا تحكم شدتها وفعاليتها عوامل خارجية بل تختلف تلك الشدة وفق النقص أو الزيادة في إشباعها ( أحمد فائق ، محمود عبد القادر ، ١٩٨٠ ، ٣٠٦).
- ٤- إنها تؤدي وظيفة بيولوجية هامة هي المحافظة علي بقاء الكائن الحي واستمرار النوع.
- ٥- أنها عامة لدي جميع الكائنات البشرية والحيوانية فنحن جميعاً نشعر بهذه الدوافع ، كما أنها توجد أيضاً عند الحيوان.
- ٦- أنها تحدث نتيجة لاضطراب التوازن العضوي والكيميائي للجسم فإذا اختل هذا "التوازن الذاتي" بسبب وجود أي اضطراب أو نقص عضوي أو كيميائي في الجسم ، ظهرت في الحال بعض العمليات الجسمية التعويضية التي تحاول سد هذا النقص وإنزلة حالة الاضطراب ، وإعادة حالة التوازن الذاتي (مؤثر أحمد ، ٢٠٠٨ ، ٢٥-٢٦).
- والقرآن لا يدعو إلي كبت دوافعنا الفطرية ، ولكنه يدعو إلي تنظيم إشباعها والتحكم فيها ، وتوجيهها توجيهها سليماً تراعي فيه مصلحة الفرد والجماعة بحيث يصبح الفرد هو المسيطر علي دوافعه ، والموجه لها ، ولا تكون دوافعه هي المسيطرة عليه والموجهة له (محمد نجاتي ، ٢٠٠١ ، ٥٦) .

### (ب) الدوافع النفسية

هي تلك الدوافع التي لم يتضح لها أصل عضوي ، ونحن نفشل في استخدام هذه العبارة عن تلك العبارة الشائعة التي تعرف الدوافع الثانوية بأنها تلك الدوافع ذات الأصل النفسي ، والسبب في تفضيلنا للعبارة الأولى ، أننا نري أن العبارة الثانية خطأ علمي ، فنحن لا نستطيع أن نثبت علمياً أن الدوافع الثانوية لها أصل نفسي (عبد السلام عبد الغفار ، ٢٠٠٧ ، ٦٤) .

وهذه الدوافع تصنف في الدوافع الداخلية الفردية وتتمثل في سعي الكائن الحي للقيام بشيء معين لذاته فهي بمثابة دوافع فردية تحقق الذات للفرد ، حيث ترتبط بوظائفه الذاتية وتحقق توازنه من خلال استجاباته المختلفة مثل دافع حب الاستطلاع ،

ودافع الانجاز، ودافع الكفاءة ، أما الدوافع الخارجية الاجتماعية فهي الدوافع التي تنشأ نتيجة لعلاقة الكائن الحي بالأشخاص الآخرين ، ومن ثم تدفع الفرد للقيام بأفعال معينة إرضاء للمحيطين به أو الحصول علي تقديرهم أو تحقيق نفع مادي أو معنوي مثل دافع الانتماء ، ودافع التنافس ، والسيطرة للحصول علي المزايا الاجتماعية والمادية (ثائر أحمد ، ٢٠٠٨ ، ٣٦-٣٢).

**والدوافع الاجتماعية دوافع معقدة فهي رافد ومنابع للعديد من الأفعال الإنسانية** وتسمي بالاجتماعية لأنها متعلمة من خلال المجموعات الاجتماعية لاسيما في نطاق الأسرة وكما أنها تتضمن الناس الآخرين . والفرد في سعيه إلي بناء علاقات اجتماعية مع الآخرين يعمل في نفس الوقت علي المحافظة علي استمرارية هذه العلاقات ، وعلي هذا تعد الدوافع الاجتماعية مكون رئيس من مكونات الشخصية (Morgan et al., 1986 , 280-281)

**والدوافع الاجتماعية قوة توجه السلوك الإنساني نحو** أنشطة محددة من العلاقات مع الأفراد الآخرين ، ولا توجد قائمة بالدوافع الاجتماعية مقبولة تتصف بالعمومية ، ربما أكثر المحاولات تأثيراً تكون قائمة الدوافع الاجتماعية لموراي ، Murray 1938 والتي اقترحها موراي بعد دراسات مكثفة للحاجات الإنسانية التي تتضمن الانجاز (إكمال المهام الصعبة) الاستقلال ، الفهم ، السيطرة التنظيم ، اللعب ، التنشئة .وهو يعتقد أن السلوك الإنساني يفهم بصورة أفضل من خلال دراسة التفاعل بين هذه الدوافع الاجتماعية داخل الفرد (Hassett , 1984 , 375- 376).

ولما كانت الدوافع الاجتماعية تنشأ عن الحضارة والتفاعل الإنساني وهذه بطبيعتها في تقلب وتغير دائمين ، فإن عملية التوافق الخاصة بإشباع هذه الدوافع الاجتماعية تصبح أكثر خطراً في حياة الإنسان لما يتطلبه من مرئنة وقدرة علي تعديل استجاباته كلما تغيرت الظروف الاجتماعية والبيئية التي يعيش فيها ، ولذا كان إشباع الدوافع الاجتماعية في كثير من الأحيان أمراً عسيراً (نبيلة الشوربجي ، ٢٠٠٧ ، ١٦).

وتلعب الدوافع النفسية دوراً كبيراً في حياة الإنسان يفوق في كثير من الأحيان الدور الذي تلعبه الدوافع البيولوجية التي تعتبر سهلة الإشباع إلي حد ما ، فالسلوك المبكر للرضيع يتحدد وبشكل كبير بواسطة حاجات الرضيع البيولوجية الأساسية ، فهو يبكي عندما يجوع أو يبرد، أو يتألم ، ولكنه حالما ينمو يبدأ بالبكاء لجلب أمه لديه ، وسرعان ما تظهر لديه دوافع جديدة يتعلمها عن طريق التفاعل مع الناس الآخرين وبشكل خاص والديه (عبد الرحمن عدس نايفة القطامي ، ٢٠٠٢ ، ١٣٣).

وهناك الدوافع الشعورية والدوافع اللاشعورية: فالدوافع الشعورية : هي تلك الدوافع التي تدخل في وعي الشخص، وتكون تحت سيطرته فيكون قادرا علي التحكم فيها، وعلي توجيهها وعلي تعديلها أو إيقافها فهي دوافع تحت سيطرة الشخص لأنها خاضعة لعقله الواعي ، مثل اختيار المهنة تناول الطعام.... الخ

أما الدوافع اللاشعورية : فهي تلك الدوافع التي توجد وراء التصرفات التي يأتيها الشخص عن غير قصد أو وعي والتي يجد نفسه قائما بها من غير أن يشعر، ففي كثير من الحالات يتصرف الشخص تصرفات لا يدرك لها سببا ولا يعرف لها أثرا ، وتكون في الحقيقة صادرة من أعماق نفسه ومن فعل اللاشعور مثل التعدي غير المقصود أو الحب أو الكراهية (نبيلة الشورججي ، ٢٠٠٧ ، ١٣٦ ، ١٣٧) ، أو زلات اللسان وهفوات القلم فكثيرا ما نلتق بكلمات لا نقصدها وإنما نعبر عن أشياء داخل أنفسنا (سهيير كامل، ١٩٩٣، ١٠٨).

وقد أشار القرآن إلي التعبير اللاشعوري عن طريق فلتات اللسان عما يجيش في النفس من دوافع يحاول الإنسان كتمانها وإخفاءها .

(أَمْ حَسِبَ الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ أَنْ لَنْ نُخْرِجَ اللَّهُ أَضْغَبَهُمْ ﴿٥٣﴾ وَلَوْ نَشَاءُ لَأَرَيْنَاكَهُمْ فَלَعَرَفْتَهُمْ بِسِيمَاهُمْ<sup>٥٤</sup> وَلَتَعْرِفَنَّهُمْ فِي لَحْنِ الْقَوْلِ<sup>٥٥</sup> وَاللَّهُ يَعْلَمُ أَعْمَالَكُمْ )  
(محمد: ٢٩-٣٠).

ويروي عن أمير المؤمنين عثمان بن عفان رضي الله عنه أنه قال في هذا المعنى "ما أسر أحد سريرة إلا أباها الله علي صفحات وجهه وفتلت لسانه " وفي الحديث الشريف "ما أسر أحد سريرة إلا كساه الله جلبابها إن خيرا فخير وإن شرا فشر" (محمد نجاتي، ٢٠٠١، ٥٣).

### العلاقة بين الدوافع الفسيولوجية والنفسية

هناك علاقة وثيقة بين الدوافع الأولية والثانوية فالأثر البالغ للدافع من منبه خارجي قد يزياد كثيرا من جراء اقترانه بأثر ناشئ عن منبه داخلي والعكس بالعكس ، وحتى برغم ذلك ربما لا يكون أحدهما علي قوة كافية لتنشيط الدوافع ، كذلك يحتمل جدا أن تتيح عملية التفكير فكرة معينة مثيرة للدوافع عندما يكون التنبيه من البيئة الداخلية أو الخارجية أو منهما معا أقل ما يمكن وعلي العكس فإن وجود هذه الفكرة قد يقوي أثر المنبهات الخارجية أو الداخلية ذلك أن الفكرة العابرة عن الطعام قد لا تكفي وحدها لإثارة دافع الجوع الفعال إلا إذا صاحبها تقلص المعدة قليلا (تسبيه داخلي) ورؤية الطعام (تسبيه خارجي) (ثائر أحمد ، ٢٠٠٨ ، ٣٨).

## نظريات الدافعية

### ١- نظرية الغرائز *Incentive Theory*

اعتقد العلماء في القرن الثامن عشر أن ما يحرك سلوك الحيوانات هو قوي معينة تسمى الغرائز، وهي حالة فطرية تثير بصورة منتظمة استجابة محددة عند ظهور نمط معين من المثيرات. وعندما نشر داروين آراءه عن التطور وأصل الأنواع موضحاً أن الفرق بين الإنسان والحيوان هو فارق في الدرجة وليس في النوع سارع بعض العلماء في تطبيق مفهوم الغريزة أيضاً على السلوك الإنساني (ليندا دافيدوف ، ١٩٨٨ ، ٤٣١).

ويرجع السبق إلى عالم النفس الإنجليزي مكيدوجل *McDougal* والذي يعرف الغريزة بأنها: "استعداد عصبي نفسي يجعل صاحبه ينتبه إلى مؤثرات من نوع خاص ، ويدركها إدراكاً حسياً ، ويشعر بانفعال من نوع خاص عند إدراكها ، ويسلك نحوها سلوكاً خاصاً ، أو على الأقل يشعر بنزعة لأن يسلك نحوها هذا المسلك" وتتميز الغريزة بأنها : عامة في النوع ، وفطرية أي تظهر دون سابق تعلم (سعد جلال ، ١٩٨٥ ، ٤١٣-٤١٤).

ومن خلال عقد موازنة بين سلوك الإنسان وسلوك الحيوان ، وعلى موازنة أنواع سلوك الإنسان في مراحل النمو المختلفة ، وصل مكيدوجل بذلك إلى أن الدوافع الأولية للسلوك واحدة في الإنسان والحيوان الراقى . وأن هذه الدوافع فطرية وراثية وأنها هي محركات السلوك ، خصوصاً إذا اجتمعت مع بعض المؤثرات الخارجية (عبد العزيز القوصي ، ١٩٧٥ ، ٦٢).

ويعيش الشخص الغرائز من خلال تجاربه في صورة عواطف تجاه موضوعات خارجية أو أفكار ، فهو لا يعيش العدوانية وإنما كراهيته لهذا الشخص ولهذا الشيء ، مما يفترض التفاعل بين الشخص والبيئة (صلاح مخيمر ، ١٩٧٩ ، ١١٥).

ومن الغرائز التي أثبت وجودها مكيدوجل ما يأتي :

١- غريزة الخلاص : وهي استعداد يستثار في الإنسان إذا ما أدرك نفسه في موقف خطر ، ويحاول أن يخلص نفسه بالهرب وهي موجودة لدى الإنسان والحيوان.

٢- غريزة الوالدية : وانفعالها المصاحب هو الحنو ، وهي تستثار عند إدراك الضعف في الآخرين وحاجتهم إلى المساعدة (عبد العزيز القوصي ، ١٩٧٥ ، ٦٩).

٣- غريزة حب الاستطلاع وانفعالها (التعجب) ، الهرب وانفعالها (الخوف) البحث عن الطعام وانفعالها (الجوع) ، النفور وانفعالها (الاشمئزاز) ، الخنوع وانفعالها (الشعور بالتقص) ، السيطرة وانفعالها (الزهو) ، الحل والتكيب وانفعالها (حب العمل والنشاط) ، غريزة الضحك وانفعالها (التسلية) (محمد مصطفى ، ١٩٨٤ ، ١٤).

ويشير مادسين (Madsen, 1973) إلى أن تفسيرات مكوجل عن الغريزة تري ككل شامل وتتضمن كل من الأداء المعرفي المباشر، والأداء التنشيطي الدينامي .  
وعرض ثورندايك Thorndike قائمة بعدد الغرائز (٤٢) غريزة منها غريزة الأكل والمقاتلة والضحك والبكاء ، أما وليم جيمس James فقد عرض قائمة في أواخر القرن التاسع عشر تكونت من (٣٢) غريزة: منها غريزة الغيرة والخوف والتنافس والابتسام.... الخ (صالح حسن ، ٢٠٠٨ ، ١١٨).

وفي ضوء نظرية التحليل النفسي *Psychoanalytical Theory* حاول فريد تحديد الغرائز من خلال خفض كبير في عددها وحددها في غريزة *Eros* والتي تتضمن بقاء النوع، ويكون الجنس أساسي في هذا النوع، ويرتبط كذلك بغرائز الحصول على الطعام والماء وبقية الضروريات الحياتية الأخرى ، أما النوع الأخر من الغرائز فقد أطلق عليه فريد غريزة *Thanatos* والتي تتضمن الموت أو الفناء ، ويرى فريد أن كل من غريزة الحياة وغريزة الموت في حالة من الصراع ويعتقد أن الغرائز غالبا ما يحدث لها كبت بسبب المعايير الاجتماعية، ولكنها تبقى في منطقة اللاشعور كدوافع لاشعورية والتي تعبر عن نفسها بطرق مختلفة (Brown & Cook , 1986 , 253).

وطبقا لنظرية فرويد ، يحدث نوع من التفاعل بين خبرات الطفولة المبكرة والنزعات اللاشعورية المكبوتة عن حافزي الجنس والعدوان حيث يقوم الآباء والراشدون الآخرون بمنع الأطفال من التعبير الحر عن السلوك بهذين الحافزين الأمر الذي يكره هؤلاء الأطفال علي كبت هذا السلوك وإيداعه في المخزن اللاشعوري ، بيد أن العملية لا تنتهي عند هذا الحد ، فعمليات الكبت لا تؤدي إلي إنهاء فاعلية حافزي الجنس والعدوان وأثرهما علي نحو مطلق ، بل يمارسان أثرهما في تحديد السلوك علي مستوي لاشعوري ، حيث يمكن التعبير عن الرغبات والدوافع المكبوتة بأشكال سلوكية أخرى مقنعة تتجسد أحيانا في ممارسة بعض أنماط السلوك التخريبي (عبد المجيد نشواتي ، ١٩٨٤ ، ٢١٦).  
وقد تركت نظرية الغرائز افتراض ضمني وأساسي مفاده أن الجينات تهيئ الكائنات للقيام بسلوك نمونجي أو مشابهة:

(Typical – Behavior) يمثل قوة باقية (Myers , 1995 , 398)

علي أن النقد الأساسي الموجه إلي نظريات الغرائز يقوم علي أساس ما يوحي به لفظ "الغريزة" عند الحيوان وخصوصا الحيوانات الدنيا من جمود ونمطية وثبوت للسلوك يصل إلي حد الالتزام بقوالب محددة للسلوك لا تتغير ولا تتبدل (صموئيل مغاريوس، ١٩٧٤، ١٥).

وقد فطن علماء النفس فيما بعد إلى أن الغرائز لا تفسر سلوك الإنسان بقدر تصنيفها للسلوك فقط ، أيضا وجدوا أن هذه النظرية قد أهملت أثر التعلم والثقافة في السلوك ، وذلك علي أساس أن ليس هناك سلوك غريزي بحت دونما أثر للبيئة والتعلم . ذلك علي الرغم من أن "مكدوجل" نفسه قد تطرق إلي فكرة تعديل الغرائز، حيث رأي أنه من الممكن تعديل الغريزة بحيث تظهر في صورة مختلفة عن صورتها الأصلية ، وذلك نتيجة لأثر الذكاء ، وقدرة الإنسان علي التكيف (حمدي علي الفرماوي ، ٢٠٠٤ ، ٢٠).

والغرائز تبلغ المئات بل والآلاف طالما أن لكل سلوك غريزته التي تحركه فضلا عن أن وجهه النظر هذه تقف فقط عند مجرد وصف السلوك ولا تفسره؛ فالقول بأن الإنسان يرغب في أن يكون له أصدقاء لأن لديه غريزة اجتماعية لا يقدم من معرفتنا، ولا يساعدها علي فهم السلوك وضبطه أو التحكم فيه كأهداف أساسية لعلم النفس (عبد المطلب القريطي ، ١٩٩٨ ، ٨٢-٨٣).

والغرائز شهوات فطرية ترغب فيها النفس وتميل إليها ، وقد وهب الله سبحانه هذه الغرائز للإنسان وجعلها جزءا من تكوينه ليؤدي دوره في الحياة ويحفظ بقاء الجنس البشري ، وقد عبر الله سبحانه وتعالى :-

(رُئِنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَتَابِ ﴿١٧٠﴾ \* قُلْ أُوْنِبْتُكُمْ بِخَيْرٍ مِّنْ ذَٰلِكُمْ لِلَّذِينَ اتَّقَوْا عِنْدَ رَبِّهِمْ جَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا وَأَزْوَاجٌ مُّطَهَّرَةٌ وَرِضْوَانٌ مِّنَ اللَّهِ وَاللَّهُ بَصِيرٌ ﴿١٧١﴾ بِالْعِبَادِ ) (آل عمران : ١٧٠ ، ١٧١).

والشهوة الجنسية غريزة جبلت عليها النفس البشرية ، وقد سمي الله سبحانه الانحراف في هذه الشهوة مرضا ودلنا علي النجاة منها فقال تعالى علي لسان يوسف عليه السلام :

(قَالَ ..... مَعَادَ اللَّهِ إِنَّهُ رَبِّي أَحْسَنَ مَثْوَايَ إِنَّهُ لَا يُفْلِحُ الظَّالِمُونَ ) (يوسف : ٢٣) وقال تعالى :

(وَلَا تَقْرُبُوا الزِّنَىٰ إِنَّهُ كَانَ فَحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا ) (الإسراء : ٣٢)

وأمر الإسلام بحجاب النساء قال تعالى:

(.....وَإِذَا سَأَلْتُمُوهُنَّ مَتَاعًا فَسَأَلُوهُنَّ مِنْ وَرَاءِ حِجَابٍ ذَلِكُمْ أَطْهَرُ لِقُلُوبِكُمْ

وَقُلُوبِهِنَّ ..... (الأحزاب: ٥٣)

كما أرشد الله سبحانه وتعالى إلى الاعتدال في الطعام والشراب فقال تعالى:

(.....وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ) (الأعراف: ٣١).

## ٢- نظرية خفض الدافع *Drive-Reduction Theory*

مع تداعي نظرية الغريزة فمن المتوقع أن يحل محلها نظرية خفض الدافعية، والفكرة التي تقف وراء هذه النظرية أن الحاجات الفسيولوجية تؤدي إلى حالة فسيولوجية مستتارة تدفع الأعضاء لخفض الحاجة من خلال تناول الطعام والشراب، والهدف الفسيولوجي لخفض الدافع يكون إحداث حالة من الهيموستازي أو التوازن، والحفاظ على الحالة الداخلية مستقرة (Myers , 1995, 398).

وقد رأى هل ومساعدوه أن الدوافع الإنسانية كافة بصرف النظر عن نوعها ومستوي شدتها هي امتدادات وتعبيرات عن الحاجات الفسيولوجية الأساسية فالتناس مثلاً يشعرون بالحاجة إلى التقبل الاجتماعي لأنهم كانوا يطعمون ويعتني بهم في صغرهم من أم حانية وأب عطوف فتتمو لديهم تدريجياً من خلال التعميم والاشراط حاجة بحد ذاتها وتصبح حافظاً مكتسباً (راضي الوقي، ٢٠٠٣، ٣١١).

## ٣- نظرية الاستملاذ الذاتي للدوافع

صاحب هذه النظرية ألبورت *Allport* الذي يرى أن سلوك البالغ يختلف في دوافعه عن سلوك الطفل، كما أن البالغ يتميز بتنوع سلوكه وتعدد أهدافه فضلاً على أنه لا يوجد فرنان يتشابهان في دوافعهما، فكيف يمكننا إذن أن نرى اختلاف الأهداف في الأفراد المختلفين إلى غرائز مشتركة؟

يرى ألبورت أن الإنسان كلما كبرت تغيرت دوافعه وحل غيرها محلها، ففي مرحلة تطور الفرز، ونموه تتغير دوافعه واستعداداته التي كانت في طفولته وتتحول إلى قوي متميزة، وهذه القوي تستقل بنفسها عن أصولها وتصبح دوافع في ذاتها لها استقلالها الذاتي وهي بذلك تختلف اختلافاً تاماً في أهدافها عن دوافع الطفولة وطبقاً لهذه النظرية يفسر سلوك البالغ حسب دوافعه الحالية عن طريق ميوله ورغباته دون الحاجة إلى إرجاعها إلى أصول غريزية أو ما شابهما (محمد مصطفى، ١٩٨٤، ١٧-١٨).

## ٥- النظرية العملية المعارضة Opponent-Process Theory

يرى سلمن وكوربت ، وسلمن (Solomon, 1980; Salomon & Corbit, 1974) أننا مدفوعين للبحث عن الأهداف التي تمنحنا أو تزينا بالمشاعر الانفعالية الجيدة ، وتجنب الأهداف التي ينتج عنها الانزعاج أو الاستياء . وهذه النظرية تركز على السعادة لذا يمكن اعتبارها نظرية في الانفعالات ، كما أن هذه النظرية تفصل بين مفهومي السعادة والاستياء ، ويشير سلمن إلي أن العديد من الدوافع المكتسبة تنشأ من التفاعل بين عمليتين متعارضتين في المخ مثل السعادة في استجابة للألم أو الألم في استجابة للسعادة ، وتشير هذه النظرية إلي أن العديد من حالات الدافعية الانفعالية تكون متبوعة بما يضاهاها فمشاعر السعادة والسرور تتبع بمشاعر الخوف والفرع فعلي سبيل المثال الشخص الذي يتعاطي الهيروين لأول مرة يشعر باندفاع وتدفق السعادة ويحدث بعد ذلك أن يشعر الفرد بأنه أقل سعادة والاستياء وحدوث الأعراض الانسحابية ، ويشير سلمن إلي أن تتابع الأحداث يؤسس في ضوء البنية المخية والتي تعمل بطريقة إرادية علي خفض المشاعر الحادة ، (Morgan et al. , 1986 , 270-271; Hassett , 1984 , 366)

### النظرية الديناميكية

من أصحاب هذه النظرية وودورث Woodworth الذي مهد السبيل لاستعمال مصطلح الدوافع Drives بدلا من غرائز، فالكائن الحي له دوافع أو حاجات والتي تشبع عن طريق النشاط الذي يقوم به الكائن الحي في البيئة وهناك نوعان من النشاط أحدهما النشاط الاستهلاكي فالحاجة إلي الأكل يشبعها الأكل نفسه والثاني النشاط الاستعدادي: ولهذا اللون من النشاط قيمته غير المباشرة للكائن الحي ذلك أنه يهيئه ويعدده للقيام بالنشاط الاستهلاكي وهذا النشاط بدوره نوعان أحدهما يمثل حالة اليقظة ، والاستعداد لثير لم يتقرر بعد وقد يبعث هذا المثير استجابة ما ، والثاني هو التكيف الاستعدادي ، ويتم هذا في حالة استثارة النشاط الاستهلاكي وهذا النوع الثاني له هدف ، إذ يؤدي إلي القيام بسلوك البحث (محمد مصطفى ، ١٩٨٤ ، ١٨-١٩).

### ٦- نظريات المستوي المثالي أو الأفضل Optimal-Level Theories

تشير هذه النظرية كما يري فيسك ومادي ، وبييرلاين (Fiske & Maddi, 1961; Berlyne, 1971) إلي أن السلوك يكون موجها نحو البحث عن المستوي المثالي أو الأفضل من الاستثارة أو التوازن ، أو حالة الهيموستازي في العمليات الفسيولوجية الداخلية ، فعلي سبيل المثال إذا كانت الاستثارة منخفضة جدا فإن الشخص سوف يبحث عن المواقف أو المثيرات ليزيد الاستثارة ، أما إذا كانت الاستثارة عالية جدا فإن السلوك

سوف يوجه نحو خفضها . فيميل الجسم للمحافظة علي المستوى الأفضل للعمليات الفسيولوجية من خلال ضبط حرارة الجسم ، وحامضية سوائل الجسم ، ومستوي الماء في الجسم (Morgan et al., 1986, 272). وتقترح النظرية أن الناس يندفعون لأن يسلكوا بأساليب تبقوهم في المستوى المثالي للاستئارة ، ويتفاوت الناس في هذا المستوى: (Myers , 1995 , 398)

#### ٧- النظرية السلوكية Behavioral Theory

في ضوء هذه النظرية رفض واطسن 1913 ، Watson الاعتراف بالغرائر واللاشعور ويقترح أن السلوك الإنساني يمكن تفسيره علي نحو وافي من خلال نظرية التعلم في الاستجابات للمواقف أو للمثيرات (Brown & Cook , 1986 , 253-254).

وتركز هذه النظرية علي سلوك الإنسان الملاحظ ، وتكوين علاقة حتمية بين المثير والاستجابة ، والاتجاه السلوكي علي وجه العموم يتصور دور الدوافع بالنسبة للشخصية علي الوجه الآتي:

١- أن الغرائز لها تأثيرها علي الشخصية ، ولكنها ليست محورا أساسيا في تكوين الشخصية.

٢- تهذيب الشخصية وتنميتها من خلال المواقف التي يمر بها الشخص ، ويقدر ما يمر الشخص بمواقف بقدر ما يمتلك من خبرات.

٣- تعترف هذه المدرسة بالدوافع الفطرية ، وبدورها في تحريك نشاط الفرد إلا أنهم يتصورين فقط أن هذه الدوافع الفطرية تركز علي مجموعة محدودة من الانفعالات ، والتي يمكن ملاحظتها دون الدخول في متاهات اللاشعور (سيد صبحي ، ٢٠٠٣ ، ٤٥).

وكان ثورندايك من أوائل العلماء الذين تناولوا مسألة التعلم تجريبيا وفسر هذا التعلم بقانون الأثر حيث يؤدي الإشباع الذي يتلو استجابة ما إلي تعلم هذه الاستجابة وتقويتها ، ويأخذ هل 1952 ، Hull بقانون الأثر ، ويحدده علي نحو أكثر دقة مما فعل ثورندايك حيث يستخدم مصطلح تخفيض أو اختزال الحاجة للدلالة علي حالة الإشباع ، ومصطلح الحافز للدلالة علي بعض المتغيرات المتدخلة الواقعة بين الحاجة والسلوك وقد حدد هل علاقة السلوك بالحاجة والحافز حسب النموذج التالي: حاجة-حافز- سلوك - اختزال الحاجة . وتعتبر الحاجة طبقا لهذا النموذج متغيرا مستقلا ، يلعب دورا مؤثرا في تحديد الحافز كمتغير متدخل ويلعب هذا بدوره دورا مؤثرا في تحديد السلوك ، فتصدر عن المتعلم استجابات معينة تؤدي إلي اختزال الحاجة ، الأمر الذي يعزز السلوك وينتج

التعلم، أي أن العلاقات التفاعلية بين الحاجات والحوافز هي التي تحدد الاستجابات الصادرة في وضع معين وتؤدي إلي تعلمها (عبد المجيد نشواتي ، ١٩٨٤ ، ٢٠٨).

### نظرية الجشطالت *Gestalt School*

إن أنصار النظرية الكلية أو الجشطالت ومنهم كهلر وكوفكا يرفضون رؤية المدرسة السلوكية التي تقوم علي التفسير الآلي الفسيولوجي للسلوك ، كما أنهم أيضا لا يفسرون السلوك بالعرائز كما تري مدرسة التحليل النفسي فالغريزة عندهم ما هي إلا استعداد عام للنشاط والحركة يولد بها الكائن الحي ، ولكن أنصار هذه المدرسة ذهبوا إلي أن الكائن الحي يعيش وسط بيئة اجتماعية ومادية معينة وأن أي تغيير يطرأ علي عناصر هذه البيئة يسبب للكائن الحي الشعور بالقلق . والتوتر ، وعدم الاستقرار ، ولا يزول هذا التوتر إلا إذا قام الكائن الحي بنشاط معين وأن هذه البيئة تختلف من فرد إلي آخر ، وأن السلوك يفسر علي أساس البيئة السلوكية للفرد التي يطلق عليها المجال السلوكي فعندما يختل توازن المجال السلوكي يشعر الكائن الحي بحالة من التوتر ، والقلق وغياب التوازن النفسي ( مختار نور الدين ، ٢٠٠٤ ، ١٥٤-١٥٥).

### نظرية التنافر المعرفي لفستنجر *Festinger*

تري هذه النظرية طبقا لفستنجر أن الأشخاص يسعون إلي تحقيق الاتساق داخل أنساق معتقداتهم ، وتحقيق الاتساق بين أنساق معتقداتهم وسلوكهم ، ومع ذلك هناك تنافر داخل أنساق معتقدات معظم هؤلاء الأشخاص كما يوجد تنافر بين بعض عناصر أنساق معتقداتهم وسلوكهم . وعندما يمتد التنافر إلي أشياء تمثل أهمية بالنسبة للأفراد تنشأ لديهم حالة من التوتر وعدم الارتياح يطلق عليها فستنجر "التنافر المعرفي" وهذه الحالة عندما يشعر الفرد بها تدفعه إلي أن يخفض درجة التنافر أو يستبعده بهدف تحقيق الاتساق ، ومن ثم يعد التنافر المعرفي مصدرا للتوتر يؤثر في سلوك الأشخاص (رثائر أحمد ، ٢٠٠٨ ، ٧٠).

### نظرية المجال *Field Theory*

لفهم نظرية المجال نأخذ ما يحدث أثناء الجوع ، فالجوع عبارة عن نقص في حالة الأنسجة والعضلات الداخلية الاحشائية ، وفي حالة الدورة الدموية يصاحبه اضطراب في الاتزان ، نتيجة هذا الاضطراب سعي لاستعادته هذا السعي هو البحث عن الطعام ، والقيام بحركات يترتب عليها تناول الطعام وسد النقص ، واستعادة التوازن ، والوصول إلي حالة سكون في هذه الناحية والنشاط بكل أنواعه يرجع لحالة توتر ، والتوتر يمثل الحاجة للنشاط ، وفي رأي هذه النظرية أن التوتر والحاجة والدافع كلها شيء واحد. وحياة الإنسان من الوجهة البيولوجية أو البيولوجية النفسية هي توافق داخلي مستمر لاستعادة التوازن (عبد العزيز القوسي ، ١٩٧٥ ، ٦١).

تركت هذه النظريات دورا هاما في فهم السلوك الإنساني وتكوين تصور واضح عنه، وبالرغم من تنوع النظريات التفسيرية للدافعية، والتي تعكس وجهات نظر متباينة للإنسان والسلوك الإنساني، واختلاف المبادئ التي تقوم عليها هذه المدارس التي ينتمون إليها، إلا أنه لا توجد نظرية واحدة قادرة على إعطاء صورة مفصلة وكاملة عن مفهوم الدافعية.

### وظائف الدوافع

١- تنشيط الكائن الحي : لا يؤدي التوتر الذي يصحب إحباط الدافع لدي الكائن الحي إلي قيامه فقط بنشاط معين لإشباع هذا الدافع، بل يجعله هذا التوتر يستمر في نشاطه حتى يحقق هدفه ويحافظ علي توازنه.

٢- توجيه السلوك نحو هدف : إن نشاط الكائن الحي المدفوع ليس عشوائيا وإنما هو موجه نحو هدف يأمل عن طريقه تحقيق إشباع هذا الهدف فإذا قامت عقبة لتحول بينه وبين هدفه فإنه يبذل قصارى جهده للوصول إلي هدفه أو إلي بديل مناسب .

٣- انتماء وتنمية الاستجابات الصحيحة: إذا كان السلوك يستمر فإن الاستجابات التي تؤدي إلي إشباع الدافع سوف تتعلم تبعا لقانون الأثر والاستجابات التي لا تحقق الإشباع تؤدي إلي زيادة التوتر وتدفع الكائن الحي إلي مواصلة محاولاته، وهكذا تنشط الدوافع للكائن الحي وتوجه سلوكه نحو هدف معين، كما تحدد السلوك الذي يتعلمه الفرد ( محمد مصطفى، ١٩٨٤، ٧٣-٧٤).

### الحاجات Needs

يشير موراي إلي أن كثير من الباحثين يعتبرون أن معرفة حاجات الإنسان وما يرتبط بها من دوافع وأهداف واستجابات سوية وغير سوية، ما تحقق منها وما لم يتحقق من الموضوعات الهامة في علم " الصحة النفسية" فعن طريق هذه المعرفة نستطيع فهم شخصيته، وتفسير سلوكه، فالإنسان لا يفكر، ولا يتعلم العلم، ولا يفعل أي شيء إلا إذا كان مدفوعا بحاجة ما، تحركه إلي تحقيق ما يشبعها (في: محمد عودة، كمال مرسي، ١٩٩٤، ٦٧). ومن الوجهة المنطقية فإن استخدامنا لمفهوم الحاجات يعين علي فهم مشكلات الأشخاص في علاقتها بالواقع الاجتماعي الذي يعيشون فيه، حيث أنه يوجهنا إلي تقصي الحاجات غير المشبعة، والى البحث عن الخطأ أو الانحراف في مواجهة هذه الحاجات المختلفة مما يعيننا بالتالي علي توجيه تلك الحالات وتناثر بصفة بالأسلوب أو الطريقة التي تواجه بها هذه الحاجات وخاصة في الطفولة والحاجات تنسحب علي الكبار والصغار، وعلي التلاميذ كما علي مدرسيهم، وعلي الأطفال كما علي آبائهم، وإن

كانت شدة الحاجات المختلفة تختلف باختلاف مرحلة العمر والنمو ( صموئيل مغاريوس ، ١٩٧٤ ، ١٧ ، ٢٧).

### مفهوم الحاجة

مفهوم فرضي يدل على حالة من عدم الاتزن (بسبب نقص شيء مادي أو معنوي) تؤدي إلى توتر وإثارة الكائن الحي ، وتدفعه إلى النشاط والاستمرار فيه حتى يشبع حاجته ، فيعود إلى توازنه الداخلي (محمد عودة ، كمال مرسي ١٩٩٤ ، ٦٧).

ويعرف موراي Murray الحاجة بأنها تكوين فرضي ذات قوة ثابتة نسبيا مصدرها المخ تنظم ادراكاتنا وتفكيرنا وتصرفاتنا ، وبواسطتها يتم تشكيل مراكز الإثارة والمواقف غير المشبعة في اتجاه هدف معين . ويوافق علي أنه تدفعنا الحاجة إلى تحقيق اللذة الناتجة عن اختزال الحاجات غير المشبعة بدلا من النزعة إلى التوازن البدني (الهيوموستازي) (في : محمد السيد ، ١٩٩٨ ، ٣٣٩).

ويتميز مفهوم الحاجة بأنه الأكثر شمولاً ومرئنة من مفهوم الغريزة كما أنه يشتمل بالضرورة على تأثير السلوك بالبيئة الاجتماعية ، ويدخل في الاعتبار تفاعل الفرد مع مجموعات الاجتماعية ، كذلك فهو لا يوحى بالجمود والعمومية وثبوت السلوك الذي يوحى به مفهوم الغريزة ( صموئيل مغاريوس ، ١٩٧٤ ، ١٦).

ويشير مفهوم الحاجات في أدبيات التربية الخاصة إلى تلك المطالب الأساسية اللازمة لمساعدة أولياء أمور الأطفال ذوي الحاجات الخاصة علي مواجهة متطلبات رعايتهم ، مع تخفيف الجهد والعناء اللازم لذلك ، ومحاولة الحفاظ علي التوازن العضوي والنفسي لهم (زيدان السرطاوي ، عبد العزيز الشخص ، ١٩٩٨ ، ٥٧).

### تصنيف الحاجات

ترتكز مساهمات ماسلو في نظريته حول الدافعية الإنسانية ، وأن فكرة الحاجات تكون مرتبة هرمياً ، لذلك فإن الحاجات في المستوي الأدنى ينبغي أن تشبع أولاً قبل الحاجات في المستوي الأعلى ، فالحاجات الفسيولوجية والحاجة إلى الأمن يجب أن تشبع قبل الحاجة إلى الحب ، ويعتقد ماسلو أن الأفراد يتباينون فيما بينهم في درجة إشباع احتياجاتهم (Samuel , 1981, 87-88).

ويري ماسلو أن الكائنات الإنسانية تميل فطرياً للبحث عن الجمال والثقة والنمو لأقصى الدرجات لإمكاناتهم الفريدة للإنتقان والإبداع (Kagan & Haveman , 1991) (327) وأن التركيز علي الآخرين والعالم يكون أكثر صعوبة إذا كان الفرد لديه قصور في كثير

من الحاجات (Maslow, 1968, 37) وقد حدد ماسلو الحاجات كأهداف تدفع الفرد لخفض حدة التوتر (Maslow, 1970).

ويمكن تناول هذه الحاجات وفقاً لرؤية ماسلو علي النحو التالي :

(١) الحاجات الفسيولوجية *Physiological Needs*

تشتمل الحاجات الفسيولوجية علي : الجوع ، والعطش ، والجنس والحاجة

للأوكسجين ، والحاجة للنوم والتخلص من فضلات الجسم (محمد السيد ، ١٩٩٨ ، ٤٣٥) .  
والفرد مدفوع وقيل كل شيء إلي إشباع حاجاته البيولوجية ، وفي حال عدم إشباع هذه الحاجات ، فإن الفرد يقدر أي شيء يمكن أن يساعد علي إشباعها وبعد أن يتم إشباع هذه الحاجات يتشكل دافع لدي الفرد لإشباع الحاجات التي تقع في المستويات الأعلى من الهرم (أحمد يحيي ، ٢٠٠٦ ، ٢٣١) .

وجسم الإنسان يميل إلي الحفاظ علي مستوي معين من التوازن البيولوجي والنفسي ، كميل الجسم إلي الحفاظ علي مستوي معين من درجة الحرارة ، ونسبة السكر ، فقد وجه هذا الفكر الاختصاصيين إلي مفهوم التوتر وخفض الحافز وأصبحت الحاجة مرتبطة بتوجهه فسيولوجي ونفسي ، فإشباع الحاجات الفسيولوجية يؤدي إلي توازن داخلي ، إضافة إلي تهيئة الكائن الحي لإشباع حاجات البيئة التي تؤدي إلي توازن داخلي (حمدي علي الفرماوي ، ٢٠٠٤ ، ٢٩ ، ٣٠) .

٢- الحاجة إلي الأمن *Need of Safety*

عندما يتم إشباع الحاجات الفسيولوجية للفرد بدرجة مناسبة فإن المستوي

التالي من الترتيب الهرمي للحاجات ينبثق تدريجياً وهو ما يعرف بحاجات الأمان

أو الأمن وتشتمل هذه الحاجات علي :

١- السعي بحثاً عن بيئة ثابتة.

٢- القابلية للتنبأ بها.

٣- التحرر من القلق والخلط أو التشويش ( محمد السيد ، ١٩٩٨ ، ١٨٢) .

ويحتاج كل فرد من الأفراد إلي أشكال متعددة من الأمان فالطفل يريد أن يأوي

إلي والدته ، ويريد أن يتغذي أو يريد أن يأمن من البرد والحر وغير ذلك والحاجة إلي الأمان

العقلي تبدو في خوف الطفل من كل غريب ، ورغبته في فحصه ومعرفته إذا أمكن حتى

يطمئن إليه ، أو يبتعد عنه نهائياً ، فالرغبة في الأمان رغبة أكيدة ، ولا يتقدم الطفل بسهولة

في ميدان ما إلا إذا اطمأن إليه ، وشعر بالأمن لفهمه للموقف (عبدالعزیز القوصي، ١٩٧٥، ٨٠) .

وإحساس الطفل بالأمن يتطلب فيما يتطلب وجود سياسة ثابتة موحدة للوالدين في معاملة الطفل، وعدم وجود تفرقة أو تمييز بين الإخوة، ووفاء الوالدين بما يعدون به أو يهددون به من وعد أو وعيد، ومناقشة الطفل لإيضاح ما يبدر منه من أخطاء، وعموماً أن نتيجة أساليب معاملة الوالدين تهدف إلى مساعدة الطفل على تكوين أحكام ثابتة والتوصل إلى قواعد ومبادئ يستطيع أن يهتدي بها في سلوكه وتصرفاته (صموئيل مغاريوس، ١٩٧٤، ٤٠).

وأهم المظاهر التي يحتاج فيها الفرد إلى الأمن هي الهدف الذي يسعى لبلوغه، والوسيلة التي يتبعها لبلوغ هدفه، والمهنة التي يعيش منها، والعلاقات الاجتماعية التي تصله بالأفراد الآخرين وبالثقافة القائمة. إن الحاجة إلى الأمن تدفع الشخص إلى التجمع مع الآخرين وعمل كل ما من شأنه تحقيق تقبل الجماعة له. ونحن نعرف أن المرض النفسي نوع من فقدان الأمن والإيمان هو الدواء لفقدان الأمان (حامد زهران، ٢٠٠٥، ٣٣). وهناك عوامل تؤدي إلى فقدان الطفل إحساسه بالأمن وتتمثل في:

١- القلق وهو المسئول عن تصدع الشخصية وتفككها، وانقلاب السلوك عن المعايير السوية، وقد ينشأ القلق في حياة الطفل نتيجة لعدم صفاء الجوا الأُسري أو جهل أو ضيق أفق الوالدين، والنبذ والإهمال حيث ينبذ الآباء أطفالهم سواء بالقول أو بالفعل الأمر الذي يترتب عليه افتقارهم للإحساس بالأمن النفسي والطمأنينة، فنتمولديهم روح العدوانية والرغبة في الانتقام والنقد والسخرية من قبل الوالدين (نسبيلة الشوربجي، ٢٠٠٧، ١٥٨-١٦٠).

٢- إن أي حالة من حالات العجز الجسمي يمكن أن تكون مصدر تهديد لأمن الطفل في أي مجال من هذه المجالات الأمنية الأساسية. فمن الناحية الجسمية يواجه هذا الطفل الكثير من المواقف والعوائق التي تشعره بالتهديد (فتحي عبد الرحيم، ١٩٩٠، ٤٤١).

٣- حرمان الطفل من أمه في مرحلة الطفولة عامة، ومرحلة الرضاعة خاصة يؤذيها نفسياً، قضى الرسول ﷺ بحضانة الأم لطفلها فيما يرى به أن امرأة نازعها زوجها في طفلها، فذهبت إلى الرسول، وقالت له "يارسول الله" إن طفلي هذا كانت بطني له وعاء، وصدري له سقاء، وحجري له حواء ثم جاء أبوه ينازعني فيه. فقال الرسول "أنت أولي به من أبيه ما لم تتزوجي" وعبر أبو بكر الصديق عن أهمية الأم في إشباع حاجة الطفل إلى الأمن عندما قضى الأم جميل بحضانة طفلها عاصم بن عمر بن الخطاب. وقال لعمر "إن مسها له أفضل من الجنة عندك" (محمد عودة، كمال مرسي، ١٩٩٤، ٩٠).

### ٣- الحاجة إلى الانتماء والحب *Need of Belongness and Love*

الحاجة إلى الانتماء من الحاجات الهامة حيث يشعر الفرد بأنه ينتمي إلى أسرة، وينتمي إلى جماعة من الأصدقاء، وينتمي إلى جماعة مهنية معينة وينتمي إلى وطن معين، وأن يعتز بانتمائه لهذه الجماعات، وتعتز الجماعة بانتمائه إليها (سعد جلال، ١٩٨٥، ٤٧٠).

أما شعور الطفل بأنه مهمل أو منبوذ وغير مرغوب فيه، فإن ذلك يعد من أقوى عوامل القلق والتوتر النفسي لديه، وتنبع هذه المشاعر لدي الطفل من إحساسه بإهمالنا له، والعناية به، وانفصالنا عنه (عباس عوض، ب ت ٧٢-٧٣).

والرابط الاجتماعي تعزز معدلات البقاء لكل من الأطفال والراشدين وهذه الرابطة تكون كيفية من خلال بناء العلاقات الوثيقة مع مناحي رعايتهم. والراشدون الذين يتعلق كل منهم بالآخر يكونون أكثر احتمالا أن يؤدون وينتجون علي نحو مشترك. فالتعاون بين الجماعات من شأنه أيضا أن يجود الحياة، كما أن الحاجة إلى الانتماء تصبغ أفكارنا وانفعالاتنا، فالناس يقضون جل وقتهم يفكرون في علاقاتهم المأمولة والواقعية، وعندما تتشكل العلاقات نحن نشعر بالغبطة والسعادة (Myers, 1995, 427).

وتعتبر الحاجة إلى شعور الفرد بأنه مميز كشخص له قيمته واستحقاقه من الحاجات العامة للجنس البشري، إن الفرد مهما بلغ من العمر أو المركز يسعى للحصول علي الموافقة والتقبل من الآخرين، نظرا لأن المجتمع يضع عادة قيمة عالية للتكوين والبناء الجسمي السليم، كما يعطي قيمة للقوة والمقدرة الجسمية ويكون من السهل أن يقلل الطفل المصاب بعجز جسمي من قيمته الذاتية نتيجة للقصور الذي يفرض عليه نتيجة للإصابة في مثل هذه الخصائص (فتحي عبد الرحيم، ١٩٩٠، ٤٤٠).

هذا وأن الحاجة إلى الانتماء هي بذاتها التي تدفع بعض الأفراد إلى الانتماء إلى العصابات أو الجماعات المنحرفة الهدامة إذا لم يتوافر لهم الأسرة الصحية والجماعات السوية الأخرى. ذلك أن الانتماء لا بد منه لتوفير السند الوجداني وإشباع كثير من الحاجات النفسية الأخرى (صموئيل مغاريوس ١٩٧٤، ٣٨).

وقد تتضح نقص الحاجة إلى الانتماء لدي الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة بطريقة أكثر عمقا ويشعر بأنه غير مرغوب أو مهمل أو منبوذ، ويتطلب هذا تقديم المساعدة لهؤلاء الأطفال حتى نوفر لهم جو أسريا يساعدهم علي الإحساس بالانتماء، وأنهم مرغوب فيهم حتى نزرع في قلوبهم الإحساس بالأمان والأمن الداخلي (عادل الأشول، ١٩٩٩، ٢٢).

وقد حرص القرآن علي بث ربح الجماعة في نفوس المؤمنين بفرض صلاة الجماعة يوم الجمعة حيث يجتمع المسلمون في المساجد للصلاة والتعارف، كما حث النبي عليه الصلاة والسلام علي صلاة الجماعة وفضلها علي الصلاة الفردية إن حرص القرآن علي توجيه المسلمين إلي حب الآخرين ، والي التجمع وتوحيد الصفوف ، إنما ينمي في نفوسهم عاطفة حب الغير ، ويقوي فيهم الميل إلي الإيثار والعمل علي خير الناس والمجتمع عامة ، ويضعف فيهم تفاعلات الكراهية والبغضاء ونواتج الظلم والعدوان ، والميل إلي حب الذات والأثرة (محمد نجاتي ، ٢٠٠١ ، ٢٧٩).

وتعد الحاجة إلي الحب والمحبة من أهم الحاجات التي يسعى الطفل إلي إشباعها ، فهو يحتاج إلي أن يشعر أنه محب ومحبوب ، وهو يحتاج إلي الصداقة والحنان ، والطفل الذي لا يشبع هذه الحاجة إلي الحب والمحبة ، فإنه يعاني من الجوع العاطفي ، ويشعر أنه غير مرغوب فيه ، ويصبح سيء التوافق مضطربا نفسيا (حامد زهران، ١٩٧٧، ٢٦٧).

وتتوقف هذه الحاجة علي علاقة الطفل بأمه ، فإذا أشبعت الأم حاجات الطفل الأوليّة تصبح مصدرا للراحة والعطف والحب فتتكون بذلك الحاجة لها ويصبح في غيابها تعاسة للطفل وفي وجودها سعادة له . ويختلف مدى ما تبديه الأم من عطف نحو أطفالها باختلاف الثقافات (سعد جلال ، ١٩٨٥ ، ٤٧٠).

#### ٤- الحاجة إلي تقدير الذات *Self-Esteem Need*

في اتفاق مع منظرين آخرين مثل أدلر، وروزن، وفررم ، وأريكسون يعزز ماسلو الأهمية الجديرة بالاعتبار لحاجتنا إلي الاستعلاء والاحترام ، ويعمم ما توصل إليه عمليا من أن كل فرد يكافح من أجل السيادة والثقة بالنفس والحصول علي التقدير والاهتمام من الآخرين ، ولكنه يري أن حاجات التقدير تعمل كدافع فقط عندما تشبع الدوافع الثلاثة الأدنى إلي حد مناسب (محمد السيد ، ١٩٩٨ ، ١٨٢).

ويحتاج الطفل إلي أن يحوز إعجاب البالغين والي تقديرهم ، وتشجيعهم له (سواء كانوا من الآباء أو الأقارب أو المدرسين) ويحتاج كذلك إلي تقدير أقرانه ومن هم في مثل سنه له. وبالنسبة للبالغين فإن الشخص البالغ أيضا لا غني له عن تقدير إخوانه وزملائه وعن حصوله علي المكافأة الاجتماعية والاعتبار بينهم كما يرتاح الشخص البالغ كذلك لإعجاب وتقدير رؤسائه له (صموئيل مغاريوس ، ١٩٧٤ ، ٣٢).

علي أنه يجب ألا تبالغ الأسرة في تقدير أبنائها حتى لا تنقلب الثقة بالنفس إلى غرر يؤدي بالفرد إلى عدم إدراكه لقدراته الحقيقية ، أو إلى غرر يؤدي إلى الترفع عن الآخرين ، فيصبح مكرها من زملائه ، منبوذا من الناس (نبيلة الشوربجي ، ٢٠٠٧ ، ١٥٢) . ويشعر الإنسان بتقدير الآخرين واستحسانهم له في تعبيرهم عن إعجابهم بأعماله وإنتاجه ، وتقديرهم لتفوقه ، وثنائهم علي نجاحه ، فالطفل يدرك تقدير والديه لعمله وإنتاجه عندما يستحسنان تصرفاته ، أما حرمان الشخص من تقدير الآخرين فيشعر؛ بعدم التقبل والدونية (محمد عودة ، كمال مرسي ، ١٩٩٤ ، ١٠٠٩٩) .

#### ٥- الحاجة إلى تحقيق الذات *Self-Actualization*

من أجل حفظ تكامل الأنا ، يدفع الفرد إلى تحقيق إمكانياته وطاقاته أي يضعها موضع الانجاز والإكمال ، تحقيق مستوي الطموح الذي وضعه الشخص خلال : مفهوم الذات الذي كونه لنفسه ، والمجهودات التي تشبع هذه الحاجة توجه نحو السمو والتحصيل والاستقلال (حلمي المليجي ، ب ت ، ١٠٣) .

ويشير تحقيق الذات إلى : الحاجة الفردية لنمو وتطور القوي الكامنة للفرد أو بكلمات أخرى أن يفعل الفرد ما هو قادر عليه" والشخص المحقق لذاته هو الشخص الذي تمكن من الاستفادة من قدراته لتحقيق ما يصبو إليه (Morgan et al., 1986, 298) . والأفراد المؤكدين لنواهم يشتركون في عدد من الخصائص يمكن الإشارة إليها علي النحو التالي:

- ١- منفتحين علي الخبرة ، ويتميزين بالحيوية والنشاط ، مع تركيز وانهماك كاملين .
- ٢- هم في حالة تناغم مع أنفسهم ، وبنائهم الداخلي أكثر تناسقا .
- ٣- يتميزون بالتلقائية ، والاستقلالية ، ومعتدين علي أنفسهم ، وتقديرهم غير نمطي للناس والأحداث .
- ٤- يكرسون جل وقتهم لانجاز أهدافهم ، ورنباتهم في أن يحتلوا المكانة الأولى أو علي الأقل تكون أعمالهم جيدة كلما أمكنهم ذلك .
- ٥- يرتبطون بعدد قليل من المقربين إليهم عند مستوي انفعالي عميق .
- ٦- أنهم يتمركزون حول المشاكل بدلا من التمرکز حول أنفسهم .
- ٧- يقاومون المسايرة لثقافة المجتمع السائدة (Morgan et al., 1986, 560-561) .
- ٨- إن اتجاهاتهم وقيمهم تكون ديمقراطية .
- ٩- أنهم لا يخلطون بين الغاية والوسيلة .
- ١٠- إن روح المرح لديهم ذات طابع فلسفي وليست ذات طابع عدائي .

- ١١- أنهم يولعون أشد الولع بالخلق والابتكار ( هول ، لنزوي ، ١٩٧١ ، ٤٢٥ ، ٤٢٦ ).
- ١٢- لديهم إقبال أكبر علي تجديد إعجابهم وإثراءهم للاستجابات العاطفية .
- ١٣- لديهم درجة عظيمة من تكرر التعرف علي الجوهر (الكيونونة) (محمد السيد ، ١٩٩٨ ، ٤٤٤-٤٤٥).
- ١٤- يبحثون عن السعادة الجمالية ، وهم يقبلون أنفسهم والآخرين والواقع وهم يتمتعون بخبرات الحياة (Kagan & Haveman , 1991 , 327).
- ويشير (Uhlig et al. , 1970) إلي أن الإعاقة لا تكون عامل ذا مغزي في النمو نحو تحقيق الذات. وقد أكد ماسلو علي أن بعض الشخصيات تبقي ثابتة عبر الزمن. وأن بناء الشخصية الجيد يلعب دورا كبيرا في تحديد ردود فعل الفرد إزاء الإعاقة.
- ويشير الإمام الغزالي إلي أن تحقيق الذات عند المؤمن يكون في بقاء نفسه علي مستوى حسن من الإحساس الدائم بالله ، والمصاحبة المستمرة له ، والشعور بالمسئولية الكبيرة ، والواجب العظيم والأمانة السامية ، التي يحملها الإنسان في الحياة. كما أن تحقيق الذات عند المؤمن يجعل قلبه متصلا دائما بمصادر الجمال في الأفق وفي نفسه ، فيحس بوجود الله ، وتقدرته التي ليس لها حدود ، ورقابته المستمرة ، وإطلاقه علي هواجس نفسه وخفاياها (محمد عودة ، كمال مرسي ، ١٩٩٤ ، ١٠٨).

#### حاجات المعرفة والفهم Needs to Know and Understand

وتظهر هذه الحاجات في الرغبة في الكشف، وحب الاستطلاع والي التحليل المنظم، وهذه الحاجات قد تكون واضحة عند بعض الأفراد أكثر مما تكون لدي البعض الآخر ويرري ماسلو أن حاجات الفهم والمعرفة هي أكثر وضوحا عند بعض الأفراد من غيرهم ، فحيثما تكون هذه الحاجات قوية فسيرافقها رغبة في الممارسة المنهجية ، القائمة علي التحليل والتنظيم والبحث في العلاقات ، ويلعب هذا الصنف من الحاجات دورا حيويا في سلوك الطلاب الأكاديمي ، لأن عملية استثارته وتعزيزها تمكنهم من اكتساب المعرفة وأصول التفكير العلمي ، اعتمادا علي دوافع ذاتية داخلية (عبد المجيد نشواتي ، ١٩٨٤ ، ٢١٤-٢١٥).

#### الحاجات الجمالية Aesthetic Needs

تدل الحاجات الجمالية علي الرغبة في القيم الجمالية ، وتتجلي لدي بعض الأفراد في إقبالهم أو تفضيلهم للترتيب والنظام والاتساق والكمال سواء في الموضوعات أو الأوضاع أو النشاطات ، وكذلك في نزعتهم إلي تجنب الأوضاع القبيحة التي تسود فيها الفوضى وعدم التناسق ، وعلي الرغم من اعتراف ماسلو بصعوبة فهم الحاجات الجمالية ، إلا أنه يعتقد أن الفرد السوي الذي يتمتع بصحة نفسية سليمة ينزع إلي البحث عن الجمال

بطبيعته سواء كان طفلا أم راشدا ، ويفضله كقيمة مطلقة ومستقلة عن أية منفعة مادية(عبد المجيد نشواتي ١٩٨٤ ، ٢١٥).

والترتيب الهرمي لدى ماسلو بنوع ما يعد ترتيبا تعسفيا فترتيب هذه الحاجات لا يكون عموما ثابت. كما أن عند كل مستوى من مستويات هرم الحاجات ، تتفاعل كل من العوامل النفس- الاجتماعية مع المتغيرات الفسيولوجية (Meyers , 1995 , 400).

### الحاجة إلي الإجاز *Need of Achievement*

من مؤثراتها إنجاز شيء صعب ، والسيطرة علي الموضوعات والأشياء والأشخاص إلي حد الإجادة بحيث يصبح الأداء سريعا و متمكنا منه بقدر الإمكان كما يعني ذلك تحطى العقبات وتحقيق أفضل النتائج ، وتحقيق التفوق بما في ذلك التفوق علي الآخرين ، وزيادة مواهب الفرد عن طريق الممارسة والتدريب الناجح . ومن أشكاله تحقيق المكانة الاجتماعية ، والتميز الفكري والتفوق العلمي ( محمد السيد ، ١٩٩٨ ، ٣٤٢-٣٤٣).

وتشير نتائج الدراسات إلي أنهم عند مقارنتهم بالأقل إنجازا يكونون أفضل علي اختبارات السرعة في الرياضيات والمهام اللفظية وفي المشكلات الذهنية وهم أفضل في الصفوف الدراسية (Kagan & Haveman , 1991 , 320).

ويلقي الأطفال ذوي دافعية الانجاز المرتفعة تشجيع والديهم علي الاستقلالية منذ وقت مبكر من حياتهم ، كما يتلقون المديح والإثابة من قبل والديهم علي نجاحهم ، فهم يشجعونهم علي أن يتناولوا طعامهم ويرتدون ملابسهم بأنفسهم ، وأن يؤديوا علي نحو أفضل في المدرسة ، ويعبرون عن سعادتهم وغبطتهم عندما ينجزن أطفالهم علي نحو جيد ، كما يتعلم الأطفال ربط انجازهم بما يحصلون عليه من انفعالات ايجابية من الآخرين ، كما أن هؤلاء الأفراد ذوي الانجاز المرتفع يحاولون أن يتغلبوا علي الصعاب ، وتحقيق النجاح في العديد من المواقف ، كما أنهم يعززن إنجازاتهم إلي كفاءتهم وجهودهم في تطوير توقعات مرتفعة(Myers , 1995 , 420).

### الحاجات وذوي الاحتياجات الخاصة

بطبيعة الحال تزداد حاجات ذوي الاحتياجات الخاصة الطلية والاجتماعية والنفسية والتأهيلية مقارنة بآترابهم العاديين ويمكن تناول هذه الاحتياجات في الأتي:

١- تتشابه الحاجات الجسمية والنفسية والاجتماعية عند المتخلفين عقليا مع حاجات العاديين مثل حاجات: النوم ، والطعام ، والملبس ، والجنس والانتماء ، والكفاءة ، والتقبل الاجتماعي ، والي أسرة متفهمة ، والتواصل مع الآخرين ، وتوفير المستلزمات

الطبية التي يحتاجون إليها ، والحاجة إلى إشعارهم بمزيد من الحب والود ، وإجراء التدريبات المختلفة لتنمية قدراتهم المختلفة ، وتشجيعهم على الأداء ، وتهيئة البيئة التعليمية المناسبة . إن إحساس المتخلف عقليا بتقدير الآخرين له يؤدي إلى ارتفاع تقدير، لنفسه وبالتالي إلى إحساسه بالأمن والطمأنينة النفسية (إيمان كاشف ، ٢٠٠١ ٣٤-٣٥).

٢- أما الأطفال التوحديين فهم في حاجة إلى مساندات تعليمية وطبية مستمرة ، والتي توافر كوادرات متخصصة قادرة على تدريبهم ، وتعليمهم السلوك الاجتماعي نظرا لما يبدونه من قصور اجتماعي ملموس ، واستخدام أفضل التقنيات العلاجية التي تمكنهم من الأداء الأفضل ، والاهتمام باحتياجاتهم البدنية كما يحتاجون إلى توافر بيئة غنية بالأنشطة المختلفة التي تنمي الجوانب البصرية والسمعية.

٣- أما عن حاجات المعوقين سمعيا فتركز حول تعليمهم لغة الإشارة وقراءة الشفاه ، والتي مقررات دراسية مناسبة لقدراتهم ، وإلى إخصائين مدربين على التعامل معهم ، والتي برامج إرشادية تتعامل مع اضطراباتهم الانفعالية المتزايدة والمتربة على الإعاقة ، والتي بيئة اجتماعية متفهمة ، والتي توافر المستلزمات الطبية ، والرعاية الطبية المتواصلة ، والتي والدين مدربين والتي الاهتمام بتعليمهم الجامعي ، ويحتاجون إلى تعليمهم في فصول عادية مع وجود مساندة متخصصة.

٤- يحتاج المعوقين بصريا إلى الحاجة إلى التدريب المسمي لإدراك أشكال الأشياء وتركيباتها ، والحاجة إلى التدريب السمعي لتنمية قدرة الطفل على الانتباه والإصغاء الجيد للأصوات الصادرة من البيئة ، والحاجة إلى الرعاية الطبية وتوفير الأجهزة المعينة ، والتي الدمج مع أقرانهم ، وحاجتهم إلى معلمين مدربين على التعامل مع هذه الفئات يجيدون طريقة الكتابة بلغة برايل ، وحاجتهم إلى أسرة ومجتمع متقبل لإعاقتهم .

٥- تزداد حاجات الأطفال ذوي صعوبات التعلم إلى توافر برامج تعليمية مناسبة ، والتي مدرسين علي مستوي متميز من الأداء والخبرة ، والتي دمجهم مع أقرانهم العاديين ، والتي حاجتهم إلى الإحالة إلى المنظمات الاجتماعية لمساعدتهم على تحسين مستوي تقديرهم لذواتهم ، والتي التوافق التعليمي والمهني طويل المدى ، والتي تدعيم تقديرهم الايجابي لذواتهم ، والتأكيد على نمو التواصل التعبيري والاستقبالي الفعال مع الأفراد والمجموعات .

٦- أما الأطفال الموهوبين فيحتاجون إلى بيئة أسرية ميسرة للأداء خالية من التوتر والمشاحنات ، ومنمية لقدراتهم وإمكاناتهم ، والحاجة إلى تشجيعهم علي التعبير عن ذواتهم ، ومساعدتهم علي بلورة مفهوم موجب لذواتهم وحاجتهم إلى متخصصين لتدريبهم ، وإلي مناهج دراسية تساهم في تطوير قدراتهم الإبداعية ، وتتصف بالشمولية والمرنة، وحاجتهم للأمن وحب الاستطلاع والاكتشاف، والتعمق المعرفي، وإلي تكوين علاقات اجتماعية مثمرة .

٧- وتتعدد حاجات المعوقين بدنيا وفقا لنوع الإعاقة وتتطلب تزيدهم بالخدمات الطبية والمستلزمات والأجهزة الطبية المناسبة لكل عجز والتدخل الجراحي ، وضرورة إجراء تعديلات مناسبة في البيئة لتسهيل حركتهم وانتقالهم ، وحاجتهم إلي الدمج مع أقرانهم العاديين ، وإلي التدريب والتأهيل المهني المناسب لكل حالة.

٨- أما المضطربين كلاميا ولغويا فيحتاجون إلى بيئة أسرية ميسرة للتخفيف من حدة الانفعالات التي يعانون منها ، وإلي برامج لغوية مناسبة وإلي استراتيجيات تعليمية مناسبة تساعدهم للتغلب علي مشاكلهم التربوية وأجهزة تعينهم علي عمليات النطق والكلام بطريقة صحيحة.

**التوافق وحيل الدفاع النفسي Adjustment & Psychological Defense Mechanisms**  
تعتبر حيل الدفاع أساليب غير مباشرة تحاول إحداث التوافق النفسي وحيل الدفاع النفسي هي وسائل وأساليب توافقية لا شعورية من جانب الفرد من وظيفتها تشويه ومسح الحقيقة حتى يتخلص الفرد من حالة التوتر والقلق الناتجة عن الإحباطات والصراعات التي لم تحل والتي تهدد أمنه النفسي ، وهدفها وقاية الذات والدفاع عنها ، والاحتفاظ بالثقة في النفس ، واحترام وتحقيق الراحة النفسية ، والأمن النفسي (حامد زهران ، ٢٠٠٥ ، ٣٨) .

وتساعدنا من خلال الأزمات التي سوف نغمرنا وتعوقنا ، كما تتيح لنا الفرص لتجميع طاقاتنا ومعارفنا لمواجهة القلق ، ولكن الإكثار من هذه الميكانزمات يمثل ضرر بالغ للفرد ويستخدم كل الأفراد ميكانزمات الدفاع من وقت إلى آخر لخفض حدة الإحباط والصراع ، والعديد من هذه الميكانزمات تكون لا عقلانية:

(Kagan & Haveman , 1991 , 359)

وبعض علماء النفس لا يوافقون فرويد علي أن ميكانزمات الدفاع تنشأ نتيجة للصراع بين الهو والأنا والأنا الأعلى ، علي الرغم من أن العديد منهم يوافقون علي أن هذه الميكانزمات تفسر كيف يتكيف الأفراد مع مشاكلهم (Morgan et al. , 1986 , 588)

ونتناول فيما يلي بعض ميكانزمات الدفاع علي النحو التالي :

#### ١- الكبت *Repression*

في هذا النوع فإن الرغبات والدفعات ، والأفكار المتنافرة وغير المرغوبة والمزعجة للوعي الشعوري للفرد يتم إبعادها إلي اللاشعور (Okasha , 1977, 33) .  
والكبت يحدث تحت أقل الظروف الصدمية . وهناك دليل علي أن الكائنات الإنسانية تميل إلي :

١- أخذ وقتاً أطول للتعرف علي المثيرات غير السارة من السارة.

٢- تجنب الصور المحزنة كلما كان ذلك ممكناً.

٣- التواصل مع الأخبار الجيدة بتكرار أكثر من الصور السيئة.

٤- استدعاء الجوانب الايجابية بطريقة دقيقة أكثر من السلبية.

٥- المغالاة في أهمية الأحداث السارة وبخس الأحداث غير السارة (David, 1980, 452).

ويميز فرويد بين نوعين من الكبت : الكبت الأولي ويقصد به إنكار الحقائق المكبوتة إذا ما ظهرت ، وهذه الظاهرة ملحوظة في العيادات السيكولوجية إذ يسارع المريض إلي إنكار ما قد يكون سبباً من أسباب عدم تكيفه ، أما الكبت الثانوي فيقصد به النزعة إلي تجنب المواقف التي قد تعيد إلي الذكري خبرات مكبوتة غير سارة (سعد جادل ، ١٩٨٥ ، ٥١٥-٥١٦).

والكبت ما أن يحدث حتى يصعب إنزالته ، إذ لابد للشخص من أن يتيقن بنفسه أن الخطر لم يعد قائماً ، ولكنه لا يستطيع بلوغ هذا اليقين إلا بعد رفع الكبت حتى يستطيع اختبار الواقع ، إنها دائرة مفرغة ، وذلك هو السبب في أن الراشد يحمل معه قدراً من المخاوف الطفلية ، لأنه لم تتح له الفرصة ليكتشف أن هذه المخاوف لا أساس لها من الواقع (هول ، لندي ، ١٩٧١ ، ٧٣).

والكبت الناجح يؤدي إلي نسيان كلي أو غياب تام للدوافع غير المقبولة اجتماعياً لتعارضها مع معايير المجتمع وشخصياً لتناقضها مع مفهوم الفرد عن ذاته . إلا أن الكبت لا يكون في العادة ناجحاً كلياً وإذا نجد النزوات المكبوتة تعبر عن نفسها بشكل غير مباشر (عبد الرحمن عدس ، نايفة قطامي ٢٠٠٢ ، ٢٧٥).

والكبت لا يحل مشكلة بل يعمد إلي حصرها في إطار ، ثم إنه يعيق الشخص علي اكتساب خبرة جديدة في الميدان الذي أقلقته ودعاها إلي كبت تأثيره؛ (عطا الله فؤاد ، دلال سعد ، ٢٠٠٩ ، ٧٨-٧٩).

والكبت يختلف عن القمع فالقمع محاولة الفرد السيطرة الشعورية علي الدوافع والمشاعر والخبرات غير المرغوبة من قبل المجتمع أما الكبت فإن الفرد يقوم بإخضاع حاجاته المحبطة لقوي تجعلها صعبة المنال في الواقع ، ونتيجة لذلك فإن الفرد ينسي أو يكبت هذه الرغبات غير المشبعة (محمود السيد ، ١٩٩٤ ، ٧٦).

وعملية القمع التي يزوئها الشخص لقمع المثبرات الداخلية أو الخارجية تمنح الفرد فوائد الكبت دون معاقبته بالشلل المتضمن في عملية الكبت ذاتها . ففي حالة الكبت يمكن القول بأن حل المشكلة يركن طول الوقت ، فالشخص الذي يستخدم الكبت ينكر الوسائل اللفظية العقلية التي تستخدم لحل المشكلة أما في حالة القمع فعلي العكس أنه يضع هذه المشكلة جانبا للوقت الراهن (حلمي المليجي ، ب ت ، ١١٦-١١٧).

ويتصل بموضوع الكبت العقد النفسية ، وهي تشير إلي مجموعة متربطة من الأفكار المؤنفة للذات والمشحونة بالانفعالات ، هذه العقد لها تأثير واضح علي السلوك ، ويمكن اعتبارها دافعا لا شعوريا . ومن أنواع السلوك الناتج عن العقد الانفجارات الانفعالية لأسباب بسيطة (انتشار يونس ، ١٩٨٥ ، ٣٤٦).

وهناك نوعان من الكبت :

أ- الكبت الشعوري: وهو استبعاد إرادي مؤقت لكل ما ينقص الذات أي ضبط النفس بعدم التعبير عن نفسها تعبيراً صريحاً.

ب- الكبت اللاشعوري: وهو استبعاد المواقف المؤلمة ، لأن استعادتها تؤدي إلي الشعور بالألم والحزن، وهو عملية تلقائية لا شعورية أي غير مقصودة (بشري كاظم ، ٢٠٠٧ ، ٤٤).

## ٢- التبرير *Rationalization*

حيلة أخري ووسيلة يلجأ إليها الفرد عندما يواجه موقفا لا يستطيع فيه أن يتصرف تصرفاً عادياً ، أو أن يذكر الأسباب الحقيقية وإلا فقد احتزمه لنفسه واحترم الناس له ، فيذكر أسباباً زئفة ، ويأتي التبرير غالباً نتيجة صراع بين ما يريد الفرد بالفعل وبين ما يمكنه أن يحققه ، وأن يصل إليه (إبراهيم وجيه ، ١٩٧٤ ، ٣٨).

ويهدف التبرير إلي إبراز محاسن الواقع بما لا يدعوا لتغييره ، وإيجاد كبش فداء حيث يرجع الشخص أسباب فشله إلي عوامل خارجية ، ولا يلوم نفسه بل يلوم غيره ، لأنهم تسببوا في فشله (محمد عودة ، كمال مرسي ، ١٩٩٤ ، ١٥٥-١٥٦).

ومعظم التبريرات تبني علي أنصاف الحقائق ، وهي لذلك تقاوم التغيير من خلال المناقشات أو الإقناع ، ومن ثم يصبح من الأهمية بمكان محاولة مساعدة الأفراد علي حل مشاكلهم الضمنية (Thompson et al. , 1959 , 396).

وكان المنافقون يلجأون إلى التبرير في كثير من الأحيان لتفسير سلوكهم تفسيراً يكون مقبولاً. فإذا فسدوا في الأرض قالوا إنما هم يقصدون الإصلاح وهم بذلك إنما يقومون بتبرير أفعالهم تبريرات تبدو مقبولة ومعقولة (محمد نجاتي، ٢٠٠١، ٢٤٨).

وقد وصف القرآن التبرير الذي يقوم به المنافقون بقوله :-

(وَإِذَا قِيلَ لَهُمْ لَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ قَالُوا إِنَّمَا نَحْنُ مُصْلِحُونَ ﴿١١﴾ أَلَا إِنَّهُمْ هُمُ

الْمُفْسِدُونَ وَلَكِنْ لَا يَشْعُرُونَ) (البقرة: ١١-١٢).

ومن أكثر أنواع التبرير استخداماً من قبل الناس هي :

- ١- الميل وعدم الميل ، أي الرغبة وعدم الرغبة، فالقرن الذي لم يدع إلي حفلة ما يبرر ذلك بالقول أنه لم يريد أن يذهب إليها حقاً ، أو أنه لا يميل إلي الأفراد المدعويين إليها.
- ٢- لوم الآخرين والظروف الموضوعية : فالذي لم يستطع أن يقوم بواجب معين في الوقت المعين يتذرع بأنه كان لديه الشيء الكثير ليعمله ، أو أن بعض الزائرين جاءوا لزيارته فجأة.

٣- الضرورة لها أحكام : فالذي يشتري سيارة جديدة في الوقت الذي لا يحتاجها يتذرع بأن السيارة القديمة تستهلك كمية كبيرة من البنزين وهكذا (عبد الرحمن عدس ، نايفة قطامي، ٢٠٠٢، ٢٧٧).

بالتبرير تتغلب علي نقائصنا الأخلاقية ، وبذلك نحفظ علينا احترامنا لأنفسنا ، ولكنه إذا زد عن حد ما فإنه يمنعنا من التكيف مع المواقف الحياتية. ولا يصح أن نخلط بين التبرير والكذب لسبب بسيط وهو أن الكذب عملية شعورية منشؤها الخوف والدفاع عن النفس ، فمثلاً التاجر الذي يربح بطريقة غير مشروعة يبرر هذا بأنه من أصول التجارة ، وأنه يفعل ما يفعله غيره من التجار، وهذا ليس كالبائع الذي يحلف للزبون كذبا أنه يبيع له السلعة بأقل مما اشترها بها:

(عبد الرؤف ثابت ، ١٩٩٣ ، ٧٧) (Morgan et al ., 1986 , 589)

### ٣- النسيان *Forget*

هي حيلة دفاعية يلجأ إليها الإنسان للتخلص من الذكريات المقلقة والمؤلمة والحزينة ، والنسيان حيلة شائعة الاستخدام في حياتنا اليومية ، ويلجأ إليها الناس معظم الوقت ، فالقرن حينما ينسى المواعيد والتواريخ والأسماء والأحداث ، قد ينجم عن ذلك رغبات مكبوتة ، ويرى فرويد أننا ننسى عن طريق الكبت ما لا نهمت به ، وما لا نريد تذكره ، وما هو مصطبغ بصبغة وجدانية منفرة أو مؤلمة ، وخاصة ما يجرح كبرياءنا . لذلك فالأفراد

ينسون فشلهم أكثر مما ينسون نجاحهم . ولكن قد يتسع النسيان فيشمل جميع الظروف والمواقف والخبرات المتعلقة بالخبرة المكتوبة المنسية ( بشري كاظم ، ٢٠٠٧ ، ٤٥-٤٦).

والنسيان العادي : عبارة عن ضعف بعض الخبرات وزوالها من الذاكرة بسبب كثرة النشاط والأعمال المتباينة المتنوعة التي يقوم بها الإنسان ، ومن الممكن أن تظهر هذه الذكريات المنسية بسهولة في الذاكرة إذا وجدت الظروف المناسبة لتذكرها .

أما النسيان الناتج عن الكبت فهو حيلة لا شعورية تبديل فيها شيء من الطاقة العقلية لمقاومة الذكريات ومنعها من الظهور في الشعور ، وليس من السهل تذكر الذكريات المكتوبة ، ويقتضي عادة مجهودا شاقا أثناء العلاج النفسي (نبيلة الشوربجي ، ٢٠٠٧ ، ٣٩).

#### ٤- الإسقاط Projection

الإسقاط هو الحيلة التي يحمي بها الفرد نفسه من الوعي بمشاعره المستهجنة وغير المقبولة ، بأن ينسبها إلى غير ، وهذا الميكانيزم يمكن الفرد أن يبقى قليل الرؤية لدوافعه الهامة (Okasha , 1977 , 36).

والإسقاط من الحيل الشائعة الاستخدام في حياة الناس ، فعندما نشاهد أحد الأفلام السينمائية مثلا أو احدي التمثيليات ، فإننا غالبا ما نسقط أنفسنا من أحد أدوار الفيلم أو التمثيلية ، وتتابع الفيلم أو التمثيلية وكأن أحداثها هي أحداثنا نحن أنفسنا ، وكأنها تشير إلى تجارب حية من حياتنا ، فننفعل ونحيا معها طول العرض ، نفرح ونضحك ونغضب وتبدو علينا كافة الانفعالات التي يتعرض لها الأبطال ، بل وأحيانا وخاصة بالنسبة للأطفال نساعدهم بالكلام والحركات ، فإذا تعرض البطل للاعتداء نجد أنفسنا نتحرك من غير أن نشعر ونجد أيدينا تحاول أن تكيل اللكمات وتوجه الضربات للخصم (إبراهيم وجيه ، ١٩٧٤ ، ٤١).

وقد أجريت دراسة تجريبية علي طلاب احدي الكليات الذين يعيشون معا ويعرف كل منهم الآخر ، وطلب من كل طالب أن يقدر الطالب الآخر علي مقياس من أربع سمات غير مرغوبة : بخيل ، عنيد ، غير مرتب ، غير خجول وتظهر استجابات الطلاب اتفاق عام علي أن بعض الطلاب في الواقع يكونون بخلاء ، وعنيدين ، وغير مرتبين ، وغير خجولين ، كما طلب من الطلاب أن يقدروا أنفسهم علي نفس السمات السابقة ، وأظهرت تقديرات الذات أن بعض الطلاب الموصوفون من أصدقائهم علي أنهم يتسمون بالبخل والعناد يقررون بأنهم لديهم نفس السمات ، بينما لم يعترف البعض الآخر بهذه السمات ، وأكثر النتائج دلالة تظهر أن الطلاب الذين في الواقع يتسمون بالبخل أو العناد لكنهم غير مدركين أو واعين أو غير مستعدين بالإقرار والاعتراف بذلك ، يميلون إلي عز هذه السمات

إلى الآخرين ، والطلاب البخلاء عموماً ولكنهم يصفون أنفسهم بالكرم أكثر احتمالاً أن يقدروا أصدقائهم على أن لديهم درجات مرتفعة من البخل (Kagan & Haveman , 1991 , 358) والإسقاط يكون مفيد في تخفيف حدة القلق والتوتر (Morgan et al., 1986, 589) وهو من ناحية أخرى يقف وراء كثير من الأعمال الإبداعية الرائعة عند الأدباء والشعراء والرسامين ، فكم من كاتب أسقط ما في داخله في قصة أو قصيدة ، أما المبالغة في استخدام الإسقاط فضارة ، تؤذي الإنسان نفسياً واجتماعياً ، لأنها تجعله يتقاعس عن مواجهة عيوبه ونقائصه الواقعية ، إذا اكتفى بإسقاطها على غير (محمد عودة ، كمال مرسي، ١٩٩٤ ، ١٥٧).

#### ٥- النكوص Regression

النكوص أسلوب لاشعوري أخر تلجأ إليه الأنا في حالة التهديد بسقوط دفاعاتها أمام ضغط ما ، وهو وسيلة لتحاشي القلق الناجم عن هذا الضغط ويحدث في أثناء هذه الحيلة الدفاعية أن تترجع أو تتقهقر الشخصية إلى مستوى سابق من النمو ، فإذا ما عجز الفرد عن التعامل مع بيئته بما فيها من إحباطات سواء تلك التي تنشأ من مصادر خارجية ، أو التي تنشأ عن صراعات داخلية وحفزت غريزية وحاجات انفعالية ، فإنه يترجع إلى مستوى سابق من النمو حيث يجذب ذاته الشعور بالعجز وال فشل ، كما يجنبها المخاوف التي قد تنشأ من مواجهة بيئته وتحمل مسؤولياته فيها (عبد السلام عبد الغفار ، ٢٠٠٧ ، ١١٦).

فعندما يذهب الطفل إلى المدرسة لأول مرة وعمره ٥ سنوات ويواجه متاعب أو حدث له حادثة في المرحاض فإنه يرجع إلى سلوكيات من قبيل التحدث بكلام الأطفال حديثي السن ويقوم بمص إصبعيه ، وكذلك فإن الشخص الراشد يتقهقر إلى سلوكيات سبق وأن تخلي عنها عندما يواجه بمواقف ضاغطة مثل التحدث بلغة الأطفال صغار السن ، والى الاعتمادية المفرطة (Morgan et al., 1986, 590).

ويرجع النكوص فيما يبدو إلى أن الغرائز عند إحباطها ومنعها عن الإفراغ المباشر تبحث عن بديل ، ومن ثم فشرط النكوص ضعف من نوع خاص في تنظيم الأنا (صالح خمير ، ١٩٧٩ ، ١٢٧).

ويلاحظ النكوص في حالته السوية يكون وقتياً وله حدوده ، التي قد تفيد المرء في سعيه إلى التوافق فهناك الذي نراه في مجال الانفعال (ينكص) فيطلق لانفعالاته الحرة ، لتعبر عن نفسها بطريقة طفولية من خلال البكاء أو الصياح أو الحركة السريعة العشوائية.

والتي من خلالها يفرغ طاقاته ، وينفس عن هموم متركمة تسبب له توترا وقلقا(سيد صبحي ، ٢٠٠٣ ، ٩٠).

ويحصل في الحالات المتطرفة من النكوص انهيار في الوظائف الجسمية أو العقلية فالشخص الراشد قد تصل به حالة النكوص إلي شخص يساعده في تدبير أمور؛ بالمرافق الصحية ، كما لو كان طفلا. من جهة أخرى يميل الراشدون المتكيفون جيدا إلي ممارسة نوع من أنماط السلوك النكوصي أحيانا من قبيل الانتخاب أو المطالب الطفولية أو تناول المشروبات بهدف تجاوز حالة التوتر والضغط التي تمر بهم في تلك اللحظات (قاسم حسين ، ٢٠٠٨ ، ٦٠).

وتحدد التثبيتات للشخص طريق النكوص عادة ، أي أن الشخص يميل إلي النكوص إلي مرحلة سبق أن ثبت عليها ، فإذا كان طفلا فإن الاحتمال أن يصبح شديد الاعتماد مرة أخرى عندما يتزايد حصر، ويبلغ مستوي لا قبل له باحتماله ، إن التثبيت والنكوص يكونان عادة ظرفا نسبية ، والشخص يندر أن يثبت أو ينكص كلية ، وإنما يغلب أن تتضمن شخصيته السمات الطفولية أي الأشكال غير الناضجة من السلوك والاستعداد للسلوك مسلكا طفليا عندما يتعرض للحرمان أو الإخفاق ، وضرب التثبيت والنكوص مسئولة عن النمو غير الثابت للشخصية(هول ، لندزي ، ١٩٧١ ، ٧٥).

ويعيز فرويد بين نوعين من النكوص :

★ **الأول** : يعني الرجوع القهقري للخاصة النفسية من الشعور إلي ما تحت الشعور إلي اللاشعور.

★ **الثاني (زمني)** ويتمثل في استعمال الطفل لآليات طفلية أو في عودته إلي المرحلة السابقة التي تحل فيها أنماط التعبير البدائية محل أنماط التعبير المألوفة.

ويعيز فرويد بين الكبت والنكوص ويرى بأن النكوص يشير إلي مرحلة سابقة للكبت ، وأن الكبت ينطوي علي فاعلية وحركة أكثر من النكوص (مأمون صالح، ٢٠٠٨ ، ١١٣-١١٤).

#### ٦- الانسحاب Withdrawal

الانسحاب حيلة نفسية هربية تهدف إلي تخفيف التوتر والقلق بالابتعاد عن الموقف المؤلم الذي يسبب الإحباط والنقد أو العقاب والإهانة . ويأخذ الانسحاب أشكالا كثيرة منها :

(أ) الهروب من الموقف : فالشخص الذي يجد الصد وعدم التقبل من الناس يبتعد عنهم ويفضل الوحدة والعزلة.

(ب) الخضوع والاستسلام : عندما يشعر الشخص بعدم الكفاءة في المواقف الاجتماعية ، يخضع للآخرين ويصبح اتكاليا ضعيف الشخصية سهل الانقياد والاستسلام ، خجولا منطويا علي نفسه ، لا يرغب في تحقيق هدف ( محمد عودة ، كمال مرسي ، ١٩٩٤ ، ١٦٤ - ١٦٥).

ويعد الانسحاب في بعض الأحيان شكلا من أشكال التكيف ، فعندما يتعرض الفرد إلي الإحباط يجد أنه لا داعي لاستخدام حيلة دفاعية ذات طبيعة عدوانية ، وأنه من الأفضل الهرب من الموقف، والتحرك بعيدا عن الناس . وأن التكيف عن طريق الهرب يعتبر في بعض الأحيان نوعا من دفاع الأنا عن نفسها ، والمحافظة علي محتوياتها الدفاعية لمواقف محتملة أصعب من ذلك.

#### ٧- التعمويض Compensation

يكرب الفرد نفسه لإنجاز هدف معين من خلال محاولة الأعضاء التوافق والتكيف مع القصور الفسيولوجي وعدم الكفاية ، وكذلك بالمثل يحدث سيكولوجيا والمعوقين الذين يعانون من قصور محدد يكافحون من أجل تعويض هذا القصور (Okasha , 1977 , 35).

وعندما يتمكن الأطفال المصابون بعجز جسمي من النجاح ، فإنهم يبيلون عادة لأن يكونوا أكثر موضوعية وواقعية في تقييمهم للإصابة الجسمية ، وتنمو لديهم الرغبة في تقبل هذه الإعاقة . أما إذا حدث العكس ، أي عندما يخفق هؤلاء الأطفال في تحقيق النجاح في أي مجال من المجالات ، فإنهم لا يحصلون علي الإشباع الذاتي الذي تتطلبه عملية التوافق (فتحي عبد الرحيم ، ١٩٩٠ ، ٤٤٣-٤٤٤).

ويشير أدلر في نظريته إلي أهمية أسلوب الحياة *Life style* فلكل فرد أسلوبه الحياتي الخاص به يشق تدريجيا أثناء الخمس سنوات الأولى من حياته مؤديا في النهاية إلي تحقيق ذاته . كما تحدث أدلر عن عقدة النقص *Inferiority Feelings* والتي تتكون نتيجة لقصور البدني أو العقلي أو الاجتماعي ، والتي تؤثر علي حياته ، وتشعره بالنقص والقصور ، كما تحدث عن مفهوم التعويض وهو ميكانيزم دفاعي فطري محدد يكون للتغلب علي مشاعر النقص المتخيلة أو الحقيقية المدركة من قبل الفرد في محاولة لتقوية قدرته في نفس الاتجاه (Dreikuris, 1967).

والدافع للتعويض يمثل لب نموذج أدلر المبكر للشخصية وهو يفترض أن هذا الدافع يكون فطري ، ويرى أن الأفراد المعوقين أو من لديهم قصور ما سوف يبحثون عن تعويض هذا القصور ، ويشير إلي أن كل فرد لديه بعض مشاعر النقص أو القصور الناتج عن الخلل الواقعي أو المتخيل (Samuel , 1981, 52).

وتتوقف فائدة التمييز على درجة إشباعه للدوافع المحيطة ودرجة تأثيره، في التكيف الاجتماعي للفرد، فالشخص الذي يشعر بنقص بدني معين ثم يدفعه ذلك إلى التفوق في ميادين علمية أو أدبية أو اجتماعية، إنما يقوم بتعويض مفيد لأنه يقوم بأعمال بناءية هامة تنال إعجاب المجتمع وتقديره، ويشبع في النهاية احترام الفرد لذاته وشعوره بالأمن، أما الفرد الذي يتخذ السلوك العدواني وسيلة لكسب تقدير الناس فلا يقوم بتعويض مفيد، لأن الوسيلة غير مقبولة اجتماعياً (محمد قاسم، ٢٠٠٤، ١٥٧).

#### ٨- الإزاحة أو الإبدال *Displacement*

هي إعادة توجيه الانفعالات المحبوسة نحو أشخاص أو موضوعات أو أفكار غير الأشخاص أو الموضوعات أو الأفكار الأصلية التي سببت الانفعال وعادة تكون الأشخاص أو الموضوعات أو الأفكار التي تزح إليها الانفعالات هدفاً آمناً أو على الأقل أكثر أمناً من الهدف الأصلي، والانفعال المزح غالباً يكون انفعال كراهية وخوف (حامد زهران، ٢٠٠٥، ٤٤). وقد يكون الدافع هو العدوان وذلك لأن الشخص لا يستطيع أن يجد متنفساً لغضبه، فالشخص الغاضب مع رئيسه لا يمكنه إظهار غضبه خوفاً من أن يطرد من العمل، ومن الممكن أن يأتي إلى المنزل ويبخ أطفاله، أو عندما يكون الطفل حديث الولادة مركزاً للانتباه، فإن الطفل الأكبر سناً سوف يشعر بالغيرة ويمنع من إيذاء ذلك الطفل حديث الولادة، فإن الطفل من الممكن أن يوجه عدوانه إلى تحطيم لعبته:

(Morgan et al., 1986, 590)

ويظهر الإبدال في جميع الحيل النفسية، فكل حيلة تتضمن إبدالاً للمثير أو للاستجابة أو لهما معاً، ولا توجد حيلة ليس فيها إبدال بشكل ما. كما يظهر الإبدال في فلتات اللسان وزلات القلم ومزجة الأحلام. فكل فكرة كما قال فرويد يثير ظهورها القلق تؤدي إلى الصراع بين الهو والأنا، واحدي طرق حل الصراع إبدال الرغبة غير المقبولة في فلتات اللسان والأحلام (محمد عودة، كمال مرسي، ١٩٩٤، ١٤٨-١٤٩).

#### ٩- التكوين العكسي *Reaction Formation*

نقصد بالتكوين العكسي مبالغة الشخص في إظهار مشاعر وصفات، وتدل على انفعالات ورغبات ودوافع مقبولة اجتماعياً لإخفاء ما لديه من انفعالات ورغبات غير مقبولة اجتماعياً. ويلجأ الشخص عادة إلى هذه الحيلة لإخفاء مشاعر العداوة والحسد والحقد والغيرة عنده لأشخاص مهمين في حياته، أو لتغطيه خوف غير منطقي تهدد تقديره لذاته أو تسيء إلى مركزه الاجتماعي (محمد عودة، كمال مرسي، ١٩٩٤، ٣٦).

يخدم التكوين العكسي في توفير بعض الفرص المناسبة للتكيف الحسن وضبط النزعات التي تتنافى مع ما تقبله الجماعة وتقره. مثال : شخص يهاجم الرشوة وأخلاق المرتشين ، ويشرح الذي يلحق بالمجتمع جراء ما يفعلون ، بينما في واقع حاله لديه نزاع شديد باتجاه الرشوة (عطا الله فؤاد ، دلال سعد ، ٢٠٠٩ ، ٩٢).

وكثيرا ما يكون التساؤل عن كيفية التمييز بين تكوين رد الفعل وبين التعبير عن دفعه ، فمثلا كيف يمكن التفرقة بين حب يقوم علي رد الفعل وحب أصيل؟ عادة ما يتميز تكوين رد الفعل بالإسراف في التظاهر فيسرف الشخص أيما إسراف في احتجائه . كذلك يتميز تكوين رد الفعل بطابعه القهري فالصور المتطرفة من السلوك من أي نوع تشير عادة إلي تكوين رد الفعل ، وينجح تكوين رد الفعل أحيانا في إشباع الرغبة الأصلية التي يستهدفها الدفاع مثال ذلك عندما تغرق الأم طفلها بالمحبة والانتباه(هول ، لسدزي ، ١٩٧١ ، ٧٤).

ويختلف التكوين العكسي عن التصنع فالفرق في التصنع شاعر بالدافع أو النزعة أو الفكرة المستهجنة أو المحظورة ، ويرغب مع سبق الإصرار في التمويه عليها أو إخفائها ، أما التكوين العكسي فهو سلوك لاشعوري يتكون نتيجة دوافع محظورة لا يفتن الفرد إلي وجودها(عباس عوض ، ١٩٧٧ ، ٨٧).

وقد كان المنافقون يلجأون إلي هذه الحيلة العقلية الدفاعية لإخفاء حقيقة شعورهم بالكراهية والعداء للمسلمين . فكانوا يحسنون الكلام معهم ، ويظهرون حبهم وإعجابهم بهم وتقديرهم لهم بقصد إخفاء ما تضرر، نفوسهم من كراهية وعداء(محمد نجاتي ، ٢٠٠١ ، ٢٤٩).

قال تعالى :-

(وَمِنَ النَّاسِ مَن يُعْجِبُكَ قَوْلُهُ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَيُشْهَدُ اللَّهُ عَلَىٰ مَا فِي قَلْبِهِ ۖ وَهُوَ أَلَدُّ الْخِصَامِ ﴿١٠٦﴾ وَإِذَا تَوَلَّىٰ سَعَىٰ فِي الْأَرْضِ لِيُفْسِدَ فِيهَا وَيُهْلِكَ الْحَرْثَ وَالنَّسْلَ ۗ وَاللَّهُ

لَا يُحِبُّ الْفُسَادَ) (البقرة: ٢٠٤-٢٠٥)

#### ١٠- الإغلاء أو التسامي *Sublimation*

الإغلاء حيلة أخرى تتغلب عن طريقها علي العوائق التي تواجهنا عندما نريد أن نشبع رغباتنا أو دوافعنا بطريق مباشر، فنلتفت حول هذه العوائق أو الرغبات بطريق غير مباشر، طريق يرضي عنه الفرد وترضي عنه الجماعة(إبراهيم وجيه ، ١٩٧٤ ، ٣٦).

فالدافع الذي يسبب القلق من الممكن أن يتم تحويله بطريقة لاشعورية إلى أشكال مختلفة ، لكن تكون مرتبطة بنفس الدافع الذي يكون مقبول من المجتمع والملشخص ذاته (Kagan & Haveman , 1991 , 356).

ووفقا لفرويد فإن الإعلاء أو التسامي يمثل مستوي مرتفع من ميكانزمات الأنا ، إنه يتضمن إعادة توجيه الدفعات الجنسية إلى أنشطة اجتماعية مقبولة و ذات قيمة ، علي سبيل المثال الكاتب من الممكن أن يعبر عن نزعاته الجنسية غير المقبولة من خلال كتابة قصيدة أو قصة والتي تكون موجهة بصورة غير مباشرة لإشباع هذا الدافع ، ويعتقد فرويد أن معظم المورثات الثقافية من الفن والأدب والموسيقى هي نتاج الإعلاء أو التسامي (Morgan et al., 1986, 590)

ويعجز الطفل عن إعلاء دوافعه البدائية عندما تكون متطلبات المسايرة الاجتماعية كبيرة أو تكون مبكرة جدا في مراحل نمو الطفل . كما أن العقاب المتكثري حول دون إشباع الطفل لكل احتياجاته لدافع معين (Thompson et al., 1959 , 389).

والإعلاء حيلة نفسية مشروعة فالإنسان مطالب بقمع رغباته وانفعالاته غير الصحية ، ومطالب أيضا بتأجيل بعض حاجاته الصحية التي لا يستطيع إشباعها من خلال ، بإعلائها وتصريف طاقاتها في أعمال مفيدة ومشروعة . فقد أمر الله الشخص الراغب في الزواج ولا يقدر عليه بالعفة التي فيها إعلاء للرغبة الجنسية قال تعالي :

(وَلَيْسَتَعَفِيفِ الَّذِينَ لَا يَجِدُونَ نِكَاحًا حَتَّىٰ يُعْزِبَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ... ) (النور: ٣٣).

وأمر الرسول ﷺ الشباب المسلم الذين لا يستطيعون الزواج بإعلاء رغبتهم الجنسية والارتفاع بها بالصوم فقال عليه السلام "يا معشر الشباب من استطع منكم الباءة فليتزوج ، فإنه أغض للبصر وأحصن للفرج ، ومن لم يستطع ، فعليه بالصوم فإنه له وجاء" (محمد عودة ، كمال مرسي ، ١٩٩٤ ، ١٥٣).

#### ١١- التتمص Identification

هو عملية يتمص فيها الفرد الصفات المحببة إلى النفس التي يرجو أن تكون مكملة له من شخصية يحبها ، ويحاول أن يتخذها مثلا يحتذيه ويتم ذلك بطريقة لاشعورية ، مما يؤدي إلى أن يأخذ الشخص عن النموذج صفاته جميعها السيئة والحسنة (سعد جلال، ١٩٨٥، ٥١٣).

والتتمص عملية تشبه الإسقاط إلا أنها تأخذ اتجاهها مغايرا ، فبدلا من أن يطرح الفرد بعيدا بعض نفسه ويلبسه موضوعا خارجيا كما يحدث في الإسقاط في التتمص

يأخذ لنفسه خصائص فرد آخر ويلبسها ذاته ، فهو عملية ترتبط فيها ذات الفرد بفرد آخر ليصبحا ذاتا واحدة أو بمعنى آخر تتمثل فيه خصائص الشخص الأخر أو صفة بارزة من صفاته ، فكثيراً ما نلاحظ خاصة بين الشباب من يتقمص شخصية أحد العظماء فتبدو مشيخته مثله أو الطريقة التي يلتفت بها أو يتكلم بها ( إبراهيم وجيه ، ١٩٧٤ ، ٤٣ ) .

وقد يحدث التقمص علي مستوي التخيل أو علي مستوي السلوك الفعلي والتقمص ميكانيزم دفاعي نلجأ إليه لتخفيف حدة القلق ، فالشخص القلق لقصور شجاعته من الممكن أن يمتص الشجاعة من مجموعة من الأفراد يتسلقون قمة جبل ، وأنه يمتلك نفس الشجاعة (Kagan & Haveman , 1991 , 357).

والتقمص في مستواه المعقول قد يكون مساعدا للفرد ونافعاله ، ويؤدي دائماً إلي نجاح وتفوق ، ولكنه إن زد عن الحد المعقول ، قد يؤدي إلي إنكار الفرد لحاجاته الشخصية . ويرجع الإقبال علي الصور المتحركة ومشاهدة المباريات الرياضية كنوع من التسلية إلي الإشباع الذي يحصل عليه الفرد من خلال التوحد (كوفيل وآخرون، ١٩٨٦، ٨٥) . وهناك نوعان من الإسقاط تم دراستها تجريبياً الإسقاط الكلاسيكي ويحدث عندما لا يعي الفرد الصفات السلبية عنده (أي تكون خارج نطاق شعوره) ولكي لا يواجهها أو يعيها فإنه يدافع من خلال أنه يعزى وينسب هذه الصفات إلي شخص آخر، وعادة ما يكون هذا الشخص غير محبوب من قبل الفرد، والنوع الثاني هو إسقاط العزى أو النسبة وهو عكس السابق حيث يضيف الشخص ويعزى خاصية أو صفة يعيها ويدركها علي شخص آخر (محمد قاسم ، ٢٠٠٤ ، ١٥٣) .

## ١٢- الإنكار Denial

الإنكار هو تجنب الفرد الواقع المؤلم أو المسبب للقلق ، وذلك بالإنكار اللاشعوري لما هو موجود. وقد يكون الواقع المنكر فكرة أو رغبة أو حاجة أو موضوع خارجي. وقد يأخذ الإنكار صورة لغوية في عبارة عرضية بأن هذا الشيء ليس كذلك أو في صورة تكرار قهري يلجأ إليه الفرد كوسيلة لإبعاد الفكرة أو الرغبة عن الشعور والتجاهل التام للجوانب المؤلمة من الواقع هو أحد طرق الإنكار (كوفيل وآخرون ، ١٩٨٦ ، ٨٣) .

وعندما ينكر الأفراد الواقع أو الحقيقة فهم يتجاهلون أو يرفضون الاعتراف بوجود خبرات غير سارة لكي يحموا أنفسهم ، والإنكار دائماً يتضمن خداع الذات ، فالأطفال غير المرغوبين من قبل والديهم يصرون علي أن والديهم في الواقع يحبونهم ، والطالب الطموح من الممكن أن يرفض مواجهة قصوره العقلي (Davidc, jf, 1980, 455) .

وفي حالة الإنكار فإن الفرد يحاول تعبئة الميكانزمات السيكولوجية كوسيلة دفاعية ليست عملية عشوائية غير هادفة ، ولكنها عملية تساعد الفرد علي التعايش مع المتغيرات التي تهدده ، حيث يزرع الفرد بفترة زمنية للبحث عن القوي الذاتية والخارجية: (Duval , 1982)

وأكثر ما يستخدم النكران في مرحلة الطفولة ولكنه يقل مع ازدياد القدرة علي تمييز الواقع وحدوده ، ولكن قد يكون النكران عند الراشدين مؤداه اضطراب نفسي يحتاج إلي عناية كأن ترعي الأم دمية علي أنها ابنها الذي قد مات وتقدم له الرعاية والغذاء (عطا الله فؤاد ، دلال سعد ، ٢٠٠٩ ، ٩٠).

عند العصاي تنشطر الأنا إلي جزء سطحي يتبين الحقيقة وجزء أعمق ينكرها ، في حالة المرض العقلي التي هي نكوص الطفولة الأولي يبرز فيها الإنكار بأوضح ما يمكن ، بعض حالات الكذب المرضي تستهدف الإنكار بإقناع المستمع بصحة شيء غير صحيح أو عدم صحة شيء صحيح ، ومن ثم فهو شاهد علي إمكانية خطأ الذاكرة ومن ثم يكون الإنكار (صالح مخيمر ، ١٩٧٩ ، ١٣١).

### ١٣- السلبية *Negativism*

السلبية عملية مقاومة سالبة أو موجبة لمسئوليات الفرد مقاومة موجبة عندما يفعل الشخص عكس ما يطلب منه ، وسالبة عندما يتجنب أن يفعل ما هو متوقع منه ، والمثال الأكثر شيوعا للسلبية حالة الطفل الذي يفشل في المدرسة كتعبير عن مقاومته للضغوط الوالدية الشديدة (كوفيل وآخرون ١٩٨٦ ، ٨٥).

وهي صفة عادية في الطفولة أما بعد ذلك فتعتبر سلوكا غير تكيفي . وهي أيضا عرض لبعض الحالات الذهانية وذلك حين يرفض المريض الخضوع للنظام اليومي أو تناول الطعام... الخ (انتصار يونس ، ١٩٨٥ ، ٣٥٠).

والسلبية حيلة نفسية لا شعورية يلجأ إليها الشخص لإثبات ذاته أو تغطية شعوره بالنقص ، أو جذب الانتباه إليه . فقد يرفض الطفل الطعام ويعاند لإثارة انتباه والديه ، وقد يشاغب التلميذ في الفصل ، ويكذب ويعتدي لجذب انتباه مدرسيه إليه وزيادة اهتمامهم به ، وقد يمرق المراهق عن سلطة والديه ومدرسيه ويخالف أوامرهم ، ويصر علي عمل ما يريد لإثبات وجوده واستقلاليته (محمد عودة ، كمال مرسي ، ١٩٩٤ ، ١٥٩).

### ١٤- العدوان *Aggression*

العدوان هو سلوك يقصد به المعتدي إيذاء الشخص الآخر أو تحطيم الممتلكات. ويكون العدوان مباشرا حيث يمكن صاحبه من مواجهة الموقف ويكون غير مباشر فنجد

مثلا الفرد يتخذ صورة المؤمرات والتشهير والنميمة والغمز واللمز، وكثيرا ما نجد هؤلاء لا يستطيعون أن يعبروا عن المشكلة أو يواجهونها بصورة مباشرة، إلي أنهم يلجأون إلي " متاحيك" من شأنها أن تجعلهم يقدفون بالحاجيات المادية معبرين بذلك عن درجة عالية من التوتر والقلق (سيد صبحي، ٢٠٠٣، ٨٧).

### ١٥- الإبطال Undoing

الإبطال حيلة دفاعية تتوخى إصلاح ما قد أفسد، وهي غير مقبولة من الأنا وهي حيلة بدائية من قبيل الأفكار والأفعال السحرية، ونات طبيعية مترددة وتلاحظ غالبا لدي مرضي الوسواس القهري، إذ يمارسون طقوسا غريبة تشبه الأفعال السحرية لإبطال ما يخافون أن يفلت منهم من نزعات عدوانية (ذائر أحمد وآخرون، ٢٠٠٨، ٣٢٦).

### فوائد حيل الدفاع النفسي

١- تسمح حيل الدفاع النفسي للفرد بالتكيف مؤقتا، وأن يجرب نفسه في أدوار جديدة وتعلم وسائل جديدة للتكيف.

٢- قد يؤدي سلوك معين مبني علي ميكانزمات الدفاع إلي نتائج ايجابية، فمثلا الشخص الذي يتخذ الرياضة أو الرسم لإعلاء الدافع الجنسي (سعد جادل، ١٩٨٥، ٥٢٠).

٣- وقاية الفرد من الشعور بالقلق، والمحافظة علي توازنه وهدوئه العاطفي وإعطاء الشعور بالاطمئنان.

٤- تقدم حلا وسطا ومقبولا بين الدوافع الملحة التي لا يمكن تحقيقها، وبين المثل والقيود التي تمنع في تحقيقها.

٥- تسهل إرضاء بعض الرغبات التي لا يقبلها الوعي علي حالتها الطبيعية ولا يمانع في إرضائها إذا جاءت بشكل مستتر (علي كمال، ١٩٨٨-١، ٦٥).

وإذا كانت هذه الحيل الهريرية قد تمكن في بعض الظروف أصحابها من العيش في راحة بعيدين عن التوتر والصراع، فإن هذه الراحة بمثابة المخدر الموضعي " الذي قلما يستمر، وغالبا ما تضيع فائدته ويخف تأثيره، وتظهر الآلام مرة أخرى، الأمر الذي يجعلنا نطالب بلغة الواقع، المعتمدة علي إرادة الفعل والقدرة علي المواجهة وتقبل الإحباطات (سيد صبحي، ٢٠٠٣، ٩٥).

### إخفاق حيل الدفاع النفسي

يؤدي إخفاق حيل الدفاع النفسي التي هي وسائل وأساليب لا شعورية هدفها تجنب الفرد حالة التوتر والقلق الناتجة عن الإحباطات والصراعات والحرمانات إلي عدم تحقيق الهدف وهو تجنب التوتر والقلق. وفي حالة اللجوء إلي حيل الدفاع غير السوية

العنيفة مثل النكوص والعدوان والإسقاط والتحويل فإن سلوك الفرد يظهر مرضيا ( حامد زهران ، ٢٠٠٥ ، ١١٩).

### وفي حيل الدفاع النفسي الفاشلة المولدة للمرض :

١- الصراعات بين الغريزة والقلق أو الإثم لا تولد بالضرورة مرضا فهناك الاقتصاديات النفسية ونوعية الدفاع المستخدم ، هذا إلي أن المطالب الغريزية العادية حين يكون لها مكانها داخل انتظام الأنا ، تحظى بإشباع دوري تظل الصراعات قليلة الفاعلية .  
فذلك ضمان الصحة وشرط الإعلاء.

٢- الصراعات المولدة للمرض أصلها جميعا في الطفولة حين قامت الأنا بطرد الحفزات الإنسالية ، ومن هنا فكل مرض يستند إلي عصاب طفلي هو النواة وفي العلاج عند القضاء علي الدفاعات العازلة لهذه الحفزات تعود وتنتظم ضمن الأنا في أغلبها بينما الباقي يتناوله الإعلاء.

٣- أنموذج الدفاع يتضح في العصاب الصدمي في الإغماء من حيث هو إغلاق لوغائف الأنا فالدفاعات هي إغماءات جزئية أي نصب علي وظائف معينة (صالح مخيمر، ١٩٧٩، ١٣٠).

### حيل الدفاع النفسي وذوي الاحتياجات الخاصة

يلجأ ذوي الاحتياجات الخاصة إلي استخدام ميكانيزمات الدفاع النفسية مثل أتربهم الأسوياء ، وإن كان استخدامهم لها أكثر فالمتخلفون عقليا يحتاجون إلي هذه العمليات أكثر مما يحتاج إليها الطفل السوي ولكنه يستخدمها بكفاءة أقل، وتنحصر الذات في الطفل المتخلف عقليا بين متطلبات ورغبات الهو و متطلبات الذات الأعلى فتكون النتيجة القلق الشديد والشعور بالذنب وبالإضافة إلي ذلك فإن الذات تكون غير قادرة علي تحقيق الأهداف لأنها لا تستطيع فهم متطلبات الواقع بسهولة ولا يمكن تحقيقها بطريقة مباشرة .  
فنقص خبرات النجاح ومعارضة الراشدين حوله باستمرار تضخم من هذه الصعوبات التي يصادفها المتخلف في حياته اليومية.

وفي مثل هذا الموقف الصعب لا تجد الذات فرصا للتعبير إلا عن طريق العمليات اللاشعورية الممكنة مثل النكوص، والعن، والنكران ، والكبت (فاروق صادق ، ١٩٨٢ ، ٢١٣).  
أما الصم فإن يعجزون عن التعبير عن حاجاتهم ، ورغباتهم ، وأفكارهم لفقدهم استخدام اللغة المنطوقة . لذا فهم ينسحبون من المشاركة في الكثير من الأنشطة ، والتفاعل مع الآخرين. والمراهقين الصم يخبرون الحماية الزائدة والرفض من والديهم ، كما أن لديهم اتصالات محدودة مع أقرانهم، ويشعرون بمزيد من العزلة، وصعوبات في الاتصال مع والديهم.

ويبدي المكثف أربع مظاهر سلوكية واضحة هي : السلوك التعويضي الزائد ، والإنكار ، والسلوك الدفاعي ، والانسحاب (Somers , 1994 , 65-67) كما يلجأ إلي التبرير إذا أخطأ مبرراً ذلك بأنه معوق بصريا ، كما أنه يلجأ إلي الكبت كوسيلة دفاعية تحقق له الشعور بالأمن ، وتجنبه الاستهجان ، كما أنه كثير الانسحاب من بيئته التي يري أنها كارهه له وتتصف بالعدوانية، وكثيراً ما يلجأ إلي أحلام اليقظة حين يتعرض للإحباط.

ويعاني المعوقين بدنياً من الكبت ، والقلق ، والاكتئاب ، وفقدان الأمل والشعور بالإحباط (فوقية حسن ، ٢٠٠٦ ، ١٠٠) وانتهت نتائج دراسة ريزينوم وراز (Rosenbaum & Raz, 1977) إلي أن الأفراد ذوي الإصابات المخية يستخدمون الإنكار بدرجة أعلي من أتربهم غير المصابين بإصابات مخية والي وجود ارتباط مرتفع بين مقاييس الإنكار ووجهة الضبط ، فالأفراد ذو وجهة الضبط الخارجي يكون استخدامهم للإنكار أقل .

ويشير كل من ببيتريس ورايت *Beatrice & Wright* إلي أن المعوق يميل إلي الاعتماد علي الغير ، وهو ميل أكدته الملاحظات العابرة لسلوك المعوق ، والتي تؤكد وجود الظواهر التالية :

١- تقلص نطاق حركة المعوق.

٢- الاحتياطات التي يقوم بها المعوق للمحافظة علي نفسه، وذلك باعتماده علي الآخرين.

٣- الجهود التي تبذل لعلاج المعوق ومساعدته تساهم في اعتماده علي الغير وهو في هذا مضحياً باستقلاليتته.

والعدوان قد يكون نتيجة للإعاقة والخوف من التغير العدواني يحمل معه للمعوق نوعاً من القلق ، فالمعوق يشعر برغباته العدوانية ويحس بعدم قدرته علي تحمل نتائجها . الأمر الذي يزيد من قلقه ، وقد يسقط المعوق عدوانيته علي الآخرين ، وهكذا يحس بأنه يعيش في عالم مهده خاصة وأنه يشعر بعجزه عن مواجهته (عمر شاهين ، ١٩٨٨ ، ٦٠-٦١).

والإنكار هو السبب في إنكار المعوق لوجود أي فرق بينه وبين الأشخاص الآخرين فيرفض كل مساعدة أو عطف يقدم إليه (عمر شاهين ، ١٩٨٨ ، ٦١) وتم رؤية الإعاقه علي أنها مؤلمة ومهددة للفرد الذي يعمل علي مقاومتها من خلال إنكار وجودها (Lip et al ., 1968) وقد أشارت نتائج دراسة ناديتش وآخرون ، فيرز وآخرون (Naditch et al ., 1968) إلي التحقق من وجود علاقة بين مقياس الضبط الداخلي لرءتر ومقياس الإنكار بين الأفراد المعوقين ، وأن استخدام الإنكار كميكانيزم دفاعي يكون من خلال وجهة الضبط الداخلية أكثر من وجهة الضبط الخارجية .

وقد أسفرت نتائج دراسة ليب وآخرون (Lip et al ., 1968) عن أن الأفراد المعوقين ذو وجهة الضبط الخارجي يكونون بدرجة أقل إنكارا لإعاقتهم مقارنة بهؤلاء ذو وجهة الضبط الداخلي.