

## الفصل الخامس

## الأبوة والأمن النفسي

## مدخل

إن الإحساس بالأمن النفسي حاجة ملحة للإنسان عموماً، ولكنه أكثر أهمية في مرحلة التغيرات النمائية السريعة، والنضج النفسي والعاطفي؛ لأنه يمكّن المراهق من تحقيق نمو نفسي سليم. ويكتسب هذا الإحساس من البيئة الأسرية المستقرة، ومن أشكال التفاعل بين الوالدين، وطبيعة علاقتهما معه ومع الآخرين، ومن طريقة إشباعهما لحاجاته. فكلما كان هذا الإشباع يتم بشكل معتدل، فإن نصيبه من قوة الأنا يكون أوفر، وحركته أشد فاعلية، وأكثر إيجابية، ويصبح أكثر قدرة في التعبير عن قدراته الحسية والعاطفية والعقلية، وهكذا فإن الوجود الإيجابي للوالدين ضروري لتحقيق الأمن النفسي للأبناء.

## تعريف الأمن النفسي (Emotional Security)

ينبثق الأمن النفسي من شعور الفرد بأنه يستطيع الإبقاء على علاقات متزنة مع الأشخاص ذوي الأهمية العاطفية في حياته.

والحاجة إلى الأمن حاجة نفسية، جوهرها السعي المستمر للمحافظة على الظروف التي تضمن إشباع الحاجات البيولوجية والسيكولوجية، ويمكن تعريف الأمن النفسي بأنه شعور الفرد بالراحة نتيجة إشباع حاجاته ودوافعه العضوية والنفسية، والاستمرار في إشباع تلك الحاجات.

ويتضمن الأمن النفسي شعور المرء بالثقة بنفسه وقيمه الشخصية وإحساسه بمكانته واطمئنانه إليها، وإن إبداء الوالدين والمعلمين والأشخاص المهمين في حياة المراهق التقدير والتشجيع له، يعمل على تعزيز الإحساس بالأمن النفسي إلى حد كبير.

يذكر ماسلو في نظرية الحاجات الهرمية، أن حاجات الأمن تعتمد اعتماداً مباشراً على إشباع الحاجات البيولوجية وعلى أسلوب إشباعها، وفي الوقت نفسه يكون إشباع الحاجة إلى الأمن قاعدة أساسية لإشباع الحاجات التالية، وهي حاجات الانتماء والحب والتقبل للذات وللآخرين، ويشكل إشباع هذه الحاجات مدخلاً لإشباع الحاجة إلى التقدير والمكانة.

وانتهى ماسلو إلى أن الشعور بالأمن هو شعور مركب يتضمن أبعاداً أولية ثلاثة، وتترتب على هذه الأبعاد الأساسية مجموعة من الأعراض تبلغ أحد عشر عرضاً، أما الأبعاد الثلاثة الأساسية فهي:

من لا يتوافر لديه الشعور بالأمن النفسي	من يتوافر لديه الشعور بالأمن النفسي
شعور الفرد بأنه غير محبوب، وبأن الآخرين لا يحملون له المودة، وبأنه مكروه ومحتقر.	الشعور بمحبة الآخرين وتقبلهم للفرد ومعاملتهم بدفء ومودة.

من لا يتوافر لديه الشعور بالأمن النفسي	من يتوافر لديه الشعور بالأمن النفسي
شعور الفرد بالعزلة والانفراد.	شعور الفرد بالانتماء وبأن له مكاناً في الجماعة.
شعور الفرد بالخطر والقلق في معظم الحالات.	شعور الفرد بالسلامة والاطمئنان وندرة الشعور بالخطر والتهديد والقلق.

فتحقيق الأمن النفسي يقتضي أن يشعر الفرد أنه متقبل ومحبوب من المحيط الاجتماعي. وأن يشعر بالانتماء والألفة مع العالم الذي يعدّ مكاناً آمناً ودافعاً وبعيداً عن الخطر. ويتسم الفرد الآمن بصفة عامة بالإيجابية والتفاؤل وتوقع الخير، ويكون أميل إلى التعامل بصدق ومودة مع الآخرين، لديه قدرة على التكيف مع المحيط الاجتماعي ولا يتركز حول ذاته، بل يشعر بالسعادة والرضا، فيقبل الآخرين ويتسامح معهم، كما يتقبل ذاته ويتسامح معها.

وعلى العكس فإن الفرد الذي يفتقر إلى الأمن النفسي، يشعر بالنبذ والرفض والكرهية والاحتقار من المحيطين به، يميل إلى العزلة، ويسود الخوف والقلق والتهديد حياته النفسية، ويشعر أن الآخرين سيئون بالنسبة إليه. ويكون هذا الفرد عادة متشائماً ويتوقع الخطر، ولذا ينكفئ على ذاته ويتأملها تأملاً قهرياً، ويدير ظهره للعالم، ويغلب عليه الشعور بالشقاء وعدم الرضا. وبأنه غير جدير بالاحترام والتقدير، ويستحق لوم الآخرين وكرهيتهم ورفضهم. ويطغى الشعور بانعدام الأمن على حياته النفسية كلها، وما تتضمنه من مفهومه لذاته، إذ يميل إلى تدني اعتباره لذاته وإنكار قيمته.

فالأمن النفسي هو حاجة نفسية هامة، تتضمن الشعور بالقبول والرضا والثقة بالذات والطمأنينة وتحقيق المكانة وتأكيد الذات والتقدير الإيجابي لها، ويرتبط إشباع الحاجة إلى الأمن بإشباع هذه الحاجات النفسية، إذ يعدّ تحقيقها غاية في الأهمية في مختلف مراحل نمو الفرد، ويرتبط الشعور بالأمن النفسي لدى المراهق ارتباطاً إيجابياً بإشباع حاجاته النفسية من قبل الوالدين وجماعة الأقران والمدرسين؛ كالحاجة إلى تقدير الذات. ويشكل ذلك شرطاً أساسياً لتحقيق التوافق على المستويين الشخصي والاجتماعي. وإن غياب الأب عن البيئة الأسرية لا بد أن يعرض المراهق للإحساس بانعدام الأمن النفسي، وعدم الاتزان؛ بسبب الحرمان من تشجيع الأب وتقديره؛ وبسبب عدم استقرار العلاقة بين الأب والأبناء. وقد يكون هناك العديد من النتائج التي يتركها غياب الأب على نمو الأبناء.

### الحاجة إلى الأمن النفسي

يحتاج الفرد في مختلف مراحل نموه إلى تحقيق الأمن النفسي، ويستمر هذا الدافع حتى مع البالغين؛ لأن البالغ يخشى المستقبل ويريد أن يشعر بالطمأنينة ويريد أن يحمي نفسه من العوامل التي تشكل خطراً عليه.

ويستثار الدافع إلى الأمن عندما يدرك الشخص في موقف ما تلك العوامل المادية أو المعنوية التي تهدد بقاءه. وتظهر الحاجة إلى الأمن في المراحل الأولى من حياة الفرد، حين يقوم المحيط في طفولته بإشباع حاجاته الفيزيولوجية والعاطفية. إلا أن التغيير الذي يطرأ على الفرد والظروف المحيطة به قد تسبب له الاضطراب والخوف والقلق، وتهدد شعوره بالأمن، وقد تعيق تحقيق كثير من الدوافع النفسية التي

لا تتحقق دون إحساس كافٍ بالأمن. وإن التهديد اللاشعوري بفقدان الأمن لدى الأشخاص في مختلف مراحل نموهم، يجعلهم يلجؤون إلى تصرفات تعويضية يحمون بها أنفسهم ضد أخطار لا أساس لها في الواقع.

ويعمل الوالدان والكبار على إشباع حاجة الطفل الملحة إلى الأمن النفسي، وتزداد هذه الحاجة في مرحلة المراهقة. فالمراهق يحسّ بالأمن في الوسط المألوف، وحين يتبدل هذا الوسط لا بد أن يعتريه القلق. وإن التغيرات النمائية السريعة في المراهقة قد تسبب القلق والخوف. وتعمل البيئة المحيطة بالمراهق والتي تتصف بالحنو والحب والتقبل والفهم، وتهيئة الجو المناسب الذي يمكنه من إشباع دوافعه وحاجاته بدرجة كافية وفي ظروف نفسية آمنة، على تدعيم الأمن النفسي لديه. فالعناصر الأساسية للأمن النفسي هي المحبة والقبول والاستقرار. وإن شعور النشء بحب من يحيطون به، والوالدين خاصة، هو أمر ضروري لنموه على المستوى النفسي والفكري والبيولوجي. فيجب أن يشعر أنه مقبول من عائلته وأن له مكانة فيها، وأنه يرتبط بها بصورة قوية.

ويشكل استقرار الوسط العائلي وثبات الأساليب التي يتعامل بها الوالدان مع الأبناء شرطاً ضرورياً لتعزيز شعورهم بالأمن والاستقرار النفسي. كما أن كثرة تغيير المسكن والمدرسة وجماعة الأقران يشكل سبباً لشعور المراهق بانعدام بالأمن، فهو يريد أن يشعر أنه بعيد عن الخطر المادي أو العاطفي الذي يهدد حياته أو سعادته واطمئنانه، لذلك فإنه في حاجة إلى رعاية الوالدين وتقبلهما وتقبل الراشدين من حوله.

والإحساس بالأمن يتأكد في الطفولة من شعور الطفل بأن له مكاناً في المحيط الذي يولد فيه، وأن له بيتاً يؤويه، وأسرة تحتضنه، تسودها

علاقات مستقرة، وأنه حين يمرض يجد من يراعه، وحين يجوع يجد من يوفر له الطعام، وحين يشعر بالبرودة يجد من يوفر له الدفء، وحين يجابه مشكلة يصعب عليه حلها يجد من يساعده في التغلب عليها.

وإذا كان الطفل في حاجة ماسة إلى الأمن النفسي فإن المراهق لا يقل حاجة عنه، بل ربما يحتاج إليه أكثر في هذه المرحلة الحرجة التي تهتز فيها صورة الذات، وتتأرجح بين السلبية والإيجابية في أغلب الأوقات. فالمراهق يحتاج إلى دعم والديه ومؤازرتهم في هذه المرحلة الحرجة كي يتقبلاه ويمنحاه الثقة والحب ويساعده في تحقيق دوافعه الملحة كالاستقلال والجدارة والمسؤولية والهوية، ويحدد أسلوب التفاعل السائد في البيئة الأسرية مدى تحقيق هذه الحاجات؛ فحضور الوالدين واستخدام أساليب تواصل إيجابية واستقرار الجو الأسري في الحاضر والمستقبل، يساعد إلى حد بعيد في تحقيق الأمن النفسي بالنسبة إلى المراهق.

### تطور الحاجة إلى الشعور بالأمن النفسي

يمثل عالمنا بالنسبة إلى الطفل مكاناً مخيفاً ومرعباً من بعض جوانبه، وللآباء والمربين دور أساسي في مساعدة الطفل على تحقيق الشعور بالأمن الذي يزوّده بالقدرة على مواجهة المسائل المتعلقة بهذا العالم كما ينبغي، وأن يواصل حياته بثقة أكبر.

ويتطور الشعور بالأمن النفسي وفق المرحلة العمرية

كما يلي:

### - مرحلة الرضاعة (من الميلاد وحتى نهاية السنة الثانية)

يحتاج الطفل في هذه المرحلة إلى الاعتماد على غيره، خاصة في السنة الأولى، ويكون أكثر إلحاحاً في طلب الحاجة إلى الإحساس بالأمن النفسي والطمأنينة، ويعدّ الوالدان في هذه المرحلة مصدر إحساسه بالأمن النفسي، ويحتاج الطفل إلى بقائهما إلى جانبه في كل موقف جديد يمر به، ولدى دخوله أماكن جديدة أول مرة؛ لأنه يرى فيها أشياء غير مألوفة قد تسبب له الإحساس بالقلق والفرع إذا لم يكن بصحبة والديه. وتصبح هذه الحاجة مطلباً ملحاً وضرورياً للطفل حال إصابته بمرض، أو إحساسه بالألم أو شعوره بالتعب، والقلق، فإذا أحس خلال هذه المواقف أنه موضع اهتمام ورعاية الوالدين ومن يحيطون به، فإن حاجته إلى إشباع شعوره بالأمن النفسي والطمأنينة يمكن أن تتحقق، والتي تعد مطلباً أساسياً من أجل تحقيق النمو النفسي السليم، وما يمكن أن يتمتع به الإنسان من مستوى الثقة بالنفس والصحة النفسية السليمة.

ولكي يتم إشباع حاجة الطفل إلى الإحساس بالأمن، لا بد أن ينال الرعاية الكاملة في أثناء عملية الرضاعة؛ ذلك لأن الأمن النفسي مرتبط بالأمن الغذائي، وذلك بتوفير المشاعر العاطفية التي تبديها الأم لوليدها. فالرضاعة مصدر أساسي ومهم لإحساس الطفل بالأمن النفسي والطمأنينة، وقد أشارت الدراسات إلى أهمية الاتصال البدني بين الأم وطفلها في أثناء الرضاعة.

### - مرحلة الطفولة المبكرة (Early Childhood)

من سنتين إلى ستة أعوام: يبدي الطفل في هذه المرحلة مشاعر الخوف في معظم المواقف، ولذلك فإن الاستمرار في إشباع حاجة الطفل إلى الأمن يبقى أمراً مهماً وضرورياً؛ لأنه يعزز إحساسه

بالحماية من أي عوامل خارجية قد تهدد حياته. وبناء على هذا ينمو الطفل في مناخ نفسي يحقق له القدرة على المبادأة بالاتصال بغيره دون خوف، الأمر الذي يترتب عليه إحساسه بالقدرة على الانتماء إلى الجماعة، وعلى تحقيق التوافق النفسي السليم.

#### – مرحلة الطفولة المتوسطة (Middle Childhood)

من ستة أعوام إلى تسعة أعوام: تتطلب طبيعة النمو في هذه المرحلة كما في المراحل السابقة الاستمرار في إشباع حاجة الطفل إلى الأمن النفسي والطمأنينة، لما لها من أهمية في إحداث الاتزان الانفعالي للطفل، ومن ثمَّ القدرة على التواصل الاجتماعي السليم.

#### – مرحلة الطفولة المتأخرة (Late Childhood)

من تسعة أعوام إلى اثني عشر عاماً: تزداد حاجة الطفل إلى الإشباع العاطفي بالإضافة إلى إشباع الحاجات المادية؛ فهو يريد أن يشعر بأنه لا يزال مقبولاً من والديه والمحيطين به. وإن تحقيق الجو الملائم لإشباع حاجته إلى الأمن والطمأنينة يجعله أكثر ثقة بنفسه وبالأخرين، وأكثر قدرة في التعبير عن مشاعره ورغباته، مما يجعله يتخلص من مكبوتات نفسه بطرق سوية، وهذا يساعده في الحفاظ على أمنه النفسي وشعوره بالطمأنينة، والذي يتجلى في اندفاعه لممارسة ألوان النشاط المختلفة التي تحقق له مزيداً من الصحة النفسية.

#### – مرحلة المراهقة (Adolescence)

إن تحقيق الأمن النفسي للمراهق هو من الحاجات النفسية الأساسية، التي يجب على الأسرة إشباعها، وإن شعور المراهق بحب

والوالدين وتقبلهما يعد حجر الأساس لتدعيم الشعور بالأمن والطمأنينة، في حين أن كره الوالدين أو رفضهما للولد أو عدم الاكتراث به، يترك آثاراً خطيرة في نموہ النفسي كتدني الثقة بالنفس، والذي يظهر في أشكال سلوكية سلبية كالتكيف السيئ والانطواء والانسحاب والهجوم.

ويحدث في مرحلة المراهقة نمو نفسي متعدد المظاهر، يكاد يؤثر في جميع مظاهر النمو على مستوى الشخصية كلها. وتتصف الانفعالات في هذه المرحلة بأنها عنيفة ومتذبذبة وتتعدد طرق التعبير عنها، إلى أن تصل إلى مرحلة الثبات النفسي. وتزداد الحاجات النفسية التي تحتاج إلى الإشباع؛ كالحاجة إلى القبول الاجتماعي وتعزيز الثقة بالذات، والتخلص من الحساسية الانفعالية، والسعي نحو تحقيق الاستقلال النفسي عن الأسرة، ويحتاج المراهق إلى دعم الوالدين كي يحقق التوافق النفسي السوي.

إن اختلاف سلوك المراهق عن معايير الجماعة وقيمها وعن توقعات الكبار بأن يكون أكثر نضجاً قد يشعره بالحرج وعدم القدرة على التكيف مع البيئة التي يعيش فيها، وخصوصاً عندما ينتقد في سلوكه وتصرفاته، مما يسبب له الشعور بعدم الأمن. كما أن الصراع الذي يعاينيه بين حاجاته المختلفة وعدم ملاءمة البيئة لإشباع تلك الحاجات، يمكن أن يسبب له الشعور بانعدام الأمن، فرغبته في الاستقلال تعارض حاجته إلى الاعتماد على سند من الأبوين، وقد يخفق بعض المراهقين في تحقيق الاستقلال والاعتماد على النفس؛ بسبب خوفهم من فقد الدفء العاطفي والأمن النفسي الذي يوفره لهم الوالدان، فيعجزون عن تحقيق النضج الانفعالي والقطام النفسي، ويقودهم ذلك إلى عدم تحقيق الأمن النفسي، وقد يلجؤون إلى البحث

عن جماعة تشبع لديهم هذا الدافع، فيشعرون نحوها بالانتماء والولاء، كجماعة الأقران.

وتحتل جماعة الأقران أهمية كبيرة بالنسبة إلى المراهق لتحقيق الأمن النفسي لديه، فهو يحتاج إلى جماعة تشبع حاجاته إلى الأمن النفسي والتقبل الاجتماعي بعيداً عن مجتمع الأسرة والكبار التي أصبحت غير مشبعة بالنسبة إليه، وخلال الصراع الذي يشعر به بين حاجته إلى الاستقلال وحاجته إلى الأمن، يجد جماعة الأقران هي القادرة على توفير الأمن المفقود، وإنقاذه من التناقض النفسي والاجتماعي المحيط به.

فمرحلة المراهقة هي فترة نمو سريع تتخللها ضغوط نفسية شديدة تقود إلى مشكلات سلوكية، كردود أفعال غير تكيفية، سببها نقص الشعور بالأمن. فمواجهة المراهق للمواقف الجديدة ونقص خبراته، يسببان له الشعور بالقلق وعدم الراحة وعدم الإحساس بالأمن، وهنا تأتي أهمية دور الأب في تنمية تقبل المراهق لذاته، وتعزيز ثقته بنفسه، بإعطائه خبرات ملائمة، وبتهيئة الجو النفسي والعاطفي للأسرة لتأمين الأرضية المناسبة لتدعيم إحساسه بالأمن النفسي والطمأنينة.

ومع أن غياب الأب عن الأسرة يؤثر تأثيراً سلبياً في الأبناء في المراحل العمرية كافة، لكن تأثيره يتجلى ويتضح في مرحلة المراهقة على وجه الخصوص؛ نظراً لأن المراهق يحتاج إلى مثل أعلى يحاكيه في أقواله وأفعاله ويوجهه ويرشده ويصوب أخطائه. وإن تخلي الأب عن القيام بهذا الدور يترك الأبناء تحت تأثير آخرين كجماعة الأقران، التي يمكن أن تدفع الأبناء نحو مشكلات سلوكية وانحرافات اجتماعية قد يصعب علاجها فيما بعد..

## فقدان الأمن النفسي

يولد الكائن البشري مزوداً بمجموعة من الدوافع الفطرية، ومن أهمها حب البقاء، والذي يستدعي سعي الإنسان إلى حماية نفسه من الأخطار التي تهدد وجوده وكيانه وتفقدته الإحساس بالأمن، والذي كان عرضاً ملازماً للوجود الإنساني، على مدى حقب زمنية طويلة.

والحاجة إلى الأمن هي قاعدة الحاجات النفسية جميعاً، ويُعدّ إشباع هذه الحاجة في مختلف مراحل النمو، الأساس في مكونات النفس السوية، ودفع الفرد نحو الحرية الإيجابية والتعلق الإيجابي بالحب والعمل، معبراً عن إمكاناته الحسية والعاطفية والعقلية على نحو خلاق. وقد احتل فقدان الأمن بالمعنى النفسي، مكانة لدى بعض علماء النفس (كفروم).

ويمكن تعريف الشعور بفقدان الأمن النفسي بأنه شعور يفقد الثقة بالآخرين وفقد القدرة على التواصل معهم، وشيوع مشاعر القلق والخوف والشك والحرص واللامبالاة والعدوان أيضاً.

ومن مظاهره نقص الثقة بالنفس، والشعور بالخوف والقلق. ويشير (شيفر وميلمان) إلى أن ١٠٪ من أطفال الولايات المتحدة الأمريكية يعانون من مشكلات تتعلق بانعدام الشعور بالأمن على نحو يؤثر في فاعليتهم، ويظهر في أشكال سلوكية تتسم بالقلق والخوف، انخفاض اعتبار الذات وإيذاء الذات، الحساسية الزائدة للنقد، الخجل، الانسحاب، القهرية، الاكتئاب، والمبالغة في الكمال.

ويميل الأشخاص الذين يحصلون على درجات مرتفعة في هذه السمة عموماً لأن يكونوا قلقين، لديهم شعور بالذنب، متقلبي المزاج، وأحياناً مكتئبين تماماً. ويقلقون عندما يتعرضون للنقد ويشعرون

بالهزيمة، ويشعرون أنهم يحتاجون الأصدقاء أكثر مما يحتاج الأصدقاء إليهم. والأطفال الذين يشعرون بقلّة الأمان لا يستطيعون المغامرة ولا التواصل مع الآخرين، تنقصهم الثقة والاعتماد على النفس، يشعرون بالأذى والمجازفة من مخاطر اجتماعية في أثناء نموهم، يحاولون الابتعاد عن المواقف الجديدة، لذلك هم لا يعرفون ما يدور حولهم بسبب موقفهم الخائف، ولا يمارسون المهارات الاجتماعية، وهم أكثر خجلاً بسبب قلّة خبراتهم، وبسبب عدم إشباع حاجتهم إلى التغذية الراجعة من الآخرين.

ومن مظاهر فقدان الأمان النفسي التردد وانعقاد اللسان أو التهتهة أو الانكماش والخجل وعدم القدرة على التفكير المستقل والجبن أو عدم الجرأة وتوقع الشر، بالإضافة إلى عدم الاهتمام بالعمل والخوف منه أو التهاون والاستهتار وسوء السلوك والإجرام، وإلقاء اللوم على الظروف عند الإخفاق. وأحياناً يكون من مظاهره شدة الخوف وشدة الحرص والمبالغة في التفكير بالأمر قبل تنفيذها والتشدد أو المبالغة في الإتقان للوصول إلى درجة من الكمال بسبب الخوف من نقد الآخرين. ومن مظاهره كذلك أحلام اليقظة، والمبالغة بطيب الخلق والحالات المرضية كبعض حالات الشلل وغيرها.

ويقود عدم إشباع الحاجة إلى الأمان إلى ظهور أعراض مَرَضِيَّة كآساليب تعويضية، مثل النقد والسخرية والتهكّم أو التقنّع بالوقار المصطنع، أو التسلطية في الفكر والسلوك والمواقف أو ضعف الروح الاستقلالية، والتي يعدها فروم إحدى ميكانزمات الدفاع التي تدفع الفرد إلى التخلي عن حرّيته واستقلاله الذاتي بالاندماج في شخص أو جماعة تمنحه الشعور بالقوة، أو السعي لإيجاد روابط ثانوية جديدة كبديل من الروابط الأولية المفقودة التي تمنح الفرد الشعور بالأمان.

ويمكن وقاية الأطفال من حالات عدم الشعور بالأمن بتنشئتهم على نحو يساعد في تشكيل الثقة بالذات وقابلية التكيف والتفاوض.

ويضع ماسلو (١٩٥٤-١٩٦٢) الحاجة إلى الأمن في المحل الثاني من تنظيمه الدفاعي الذي يفترض فيه أن قمة الحاجات العضوية هي تحقيق الذات، وذلك بتحقيق الإمكانيات وخروجها من حيز الكمون إلى حيز التحقيق الخلاق. وإن فقدان الأمن بدرجاته ومستوياته النفسية يكون مصحوباً بعوارض نفسية يتمثل بعضها في فقدان الثقة، والشك والخوف، واستحالة الثقة بالآخرين واللامبالاة والعدوان والكرهية والتشبث بحب القوة.

ويقدم فروم (Fromm، ١٩٦٩) من خلال خبرته الإكلينيكية دليلاً على ظاهرة فقدان الأمن لدى المرضى النفسيين يكمن في: رفض التخلي عن الدوران في فلك الأم، وفي الغالب الرغبة في العودة إلى رحم الأم.

ويعدُّ أريكسون (١٩٧٥) فقدان الأمن مرادفاً لمعنى فقدان الثقة، وهو الأساس لمجموعة من الأعراض المرضية تتمثل في (غيبة المبادأة، عدم الشعور بالاستقلال، الخجل، الشك، الشعور بالذنب، الدونية، عدم تعيين الهوية، الالتصاق بالذات والاستغراق فيها، العزلة واليأس).

ويحدد ماسلو أربعة عشر عرضاً مرضياً لفقدان الأمن، من أهمها:

- شعور الفرد بأنه منبوذ ومعزول، غير محبوب أو مكروه أو محتقر.
- إدراك الحياة بوصفها خطيرة، عدوانية تنطوي على التهديد.
- الشعور بالإثم والخزي وتجريم الذات والميل إلى الانتحار والقنوط.

- السعي الدائم إلى الأمن والطمأنينة سعياً يتبدى من الحيل الدفاعية المختلفة لدى الفرد.

وقد بينت دراسة (عيد، ١٩٩٧) أن فقدان الأمن وقوة الأنا متغيران متضادان، فحيث يكون فقدان الأمن يكون وهن الأنا عن القيام بمتطلباته إزاء الذات والآخرين، وهذا راجع إلى أن الحاجة إلى الأمن خاصة ملازمة للإنسان في جميع أطوار حياته، ومن ثم ينبغي إشباعها منذ الطفولة المبكرة؛ لأن إشباعها قاعدة ارتكاز لما يمكن أن تكون عليه الشخصية من حيث الثقة بالذات والقدرة على المبادرة واقتحام المجهول والابتكار، والشعور المتين بالهوية والرضا عن الذات والآخرين. ويترتب على عدم إشباع هذه الحاجة، الخوف والقلق وعدم الاستقرار والتسلط في الفكر والسلوك والمواقف والاعتقاد. ومن أجل الوصول إلى تحقيق التوازن النفسي للمراهق، يلزم إشباع الحاجة إلى الأمن؛ لأن إشباعها يرسّخ إحساس المراهق بالهوية، ويجيب عن تساؤلاته عن كينونة الحياة وهدفها ومعناها.

ولا بد أن يترك فقدان الأمن النفسي لدى المراهق الذي يتصف بشدة الحساسية، آثاراً بالغة السلبية والخطورة في كل خصائصه النفسية، كفقدان الثقة بالنفس وبالآخرين، وعدم القدرة على مواجهة المواقف الحياتية، والتكيف معها، وتعطيل طاقاته الإبداعية والخلاقة التي وهبها الله له. ولعل غياب الأب عن ساحة نمو المراهق يعرّض إحساسه بالأمن النفسي للخطر، وذلك أن غيابه يمكن أن يسبب الكثير من الإشكاليات في العائلة، يعود بعضها إلى سوء الوضع المادي، وتعرّض الأسرة للكثير من الضغوط من المحيط الاجتماعي، وغيرها من الأمور السلبية التي لا بد أن تنعكس بصورة سلبية على إحساس الأبناء بالأمن النفسي.

### عوامل فقدان الإحساس بالأمن النفسي

إن الأرضية الصلبة لتدعيم مشاعر الأبناء بالأمن النفسي هي استقرار العلاقات السليمة التي تسود بين أفراد الأسرة.

لقد أثبتت الدراسات ومنها دراسة (فيلكر) أن نمط التنشئة الذي ينشأ الطفل في ظله هو الذي يهيئ لخلق الشعور بالجدارة والاستحقاق والكفاءة والقبول من الآخرين، كما أنه هو الذي يمكن أن يخلق مشاعر سلبية كعدم الإحساس بالانتماء وعدم الجدارة وعدم الشعور بالأمن. وبينت دراسة (كفاي، ١٩٨٩) ارتباط أساليب التنشئة الوالدية بالأمن النفسي لدى الطفل، إذ ارتبطت أساليب التنشئة الوالدية الخاطئة كالتفرقة بين الأبناء والتحكم الوالدي بنقص الأمن النفسي، وقد ارتبط نقص الشعور بالأمن بالتحكم من جانب الوالد فقط، ولم يصل إلى مستوى الدلالة بالنسبة إلى الوالدة.

ويمكن حصر الأسباب التي تؤدي إلى الإحساس بفقدان الأمن (وإن كانت هذه العوامل أسباباً ومظاهر لفقدان الأمن النفسي في الوقت ذاته) فيما يلي:

#### ١- القلق

هو المسؤول عن تصدع الشخصية وتفككها وانقلاب السلوك عن المعايير السوية، ومن أنواعه القلق الهائم والقلق الهستيرى والقلق الوجودي.

ينشأ القلق في حياة الطفل نتيجة عدم صفاء الجو الأسري، وخاصة تلك المشاهدات التي تنشأ بين الوالدين في وجود الأبناء، فيفقدون الإحساس بالأمن الذي يستمدونه من والديهم، واللذين

يشكلان بالنسبة إليهم مصدر الحب والحنو ومبعث القيم السامية والمثل العليا. وتهتز من ثمّ القيم والمعايير في نفوسهم اهتزازاً عنيفاً، فينعكس ذلك على سلوكهم. كما أن الأساليب التربوية الخاطئة التي يستخدمها بعض الآباء، كالقسوة واللوم أو التوبيخ والضرب الشديد والإهمال والنقد والسخرية وإطلاق الأوصاف، والتفرقة بين الأبناء، توجع مشاعر الغيرة والنفور والكرهية والتبرير والانسحاب والإحساس بالدونية والقلق، فقد ثبت أن الشعور بعدم الأمن يؤدي إلى القلق والذي يؤثر بدوره على النمو الفيزيولوجي والعقلي والنفسي للنشء.

### ٢- عدم الثبات (Inconsistency)

يؤدي تقلب أساليب معاملة الآباء والمدرسين إلى تعزيز حالة من القلق لدى الأبناء، وتصبح الحياة بالنسبة إليهم سلسلة من الحوادث المخيفة التي لا يمكن التنبؤ بها، مما يزيد من احتمال ظهور القلق لديهم. وقد تكون توقعات أحد الوالدين مضادة لتوقعات الآخر مما يؤدي إلى تشوش الأولاد. وقد يصبح أحد الأولاد هدفاً لتناقض الوالدين، فتتطور لديه حالة من القلق الشديد. وإن أي شخص هام في حياة الابن يمكن أن يكون مصدراً للتشوش وعدم الثبات.

### ٣- الكمال الزائد (Perfectionism)

يؤدي توقع الراشدين للكمال إلى ظهور استجابات القلق لدى كثير من الأبناء، وقد تتطور لديهم حالة من الاضطراب والتوتر نتيجة عدم الوصول إلى مستوى التوقعات. إذ تكون معايير الكبار مرتفعة جداً ويبدون عدم الرضا عن أي شيء.

#### ٤- التسبب أو الإهمال (Permissiveness or Neglect)

يؤدي عدم وضوح معايير الراشدين إلى شعور الأبناء بعدم الأمن، ومثل هؤلاء تعوزهم الثقة والخبرة ويشعرون وكأنهم ضائعون ومهجورون، يبحثون لدى الراشدين عن حدود لسلوكهم، ويتصرف بعضهم وكأنه يرغب في العقاب ليعرف استجابات الراشدين بشكل واضح.

#### ٥- فرط الحماية

ويتبعها الأهل مع الابن الذي يأتي بعد طول انتظار ورغبة شديدتين، وهؤلاء الأبناء ينزعون إلى التمرد على هذه الحماية المفرطة بمجرد أن يستطيعوا الإفلات من المنزل، وهم معرضون للحوادث أكثر من غيرهم من الأولاد.

#### ٦- النقد (Criticism) والسخرية

يؤدي النقد الزائد من قبل الراشدين والرفاق إلى حالة من الاضطراب والتوتر. إذ يشعر الشخص بالشك في ذاته ويتوقع أن يكون موضع نقد، وتستجر المواجهة أو كشف الذات قلقاً شديداً؛ لأن الأطفال سيكونون موضع تقييم أو حكم بطريقة ما.

كما أن السخرية من أخطاء الولد ومناقشة عيوبه أمام الآخرين، وإطلاق الألقاب والأوصاف عليه لها أثر بالغ في فقدان الطفل إحساسه بالأمن والاطمئنان.

#### ٧- الثقة الزائدة من قبل الراشدين

إن تحميل الأطفال أسرار الراشدين بشكل عبثاً يولد القلق لديهم،

وهم لا يزالون ينقصهم النضج الكافي الذي يمكنهم من توقع ما قد يسفر عن كشف الأسرار، مما يجعلهم يشعرون بأنهم مثقلون ومشوشون بمشكلات الراشدين.

وإذا كانت هذه العوامل كالقلق، فرط الحماية، التسيب، وغيرها من أساليب المعاملة الخاطئة تؤدي غالباً إلى تصدع الشخصية في مرحلة الطفولة، فإن هذه الشخصية المتصدعة لن تكون قادرة على تخطي مرحلة المراهقة بشكل آمن، نظراً لما تنطوي عليه هذه المرحلة من تغيرات ومفاجآت وأزمات تتطلب مزيداً من الرعاية والتدخل من قبل الأهل عموماً، ومن قبل الأب على وجه الخصوص.

### صورة الأب الغائب والأمن النفسي

يحتاج المراهق إلى الأمن والقبول والتقدير والاحترام من أفراد الأسرة والأقران والمدرسة، حتى يتغلب على صعوبات هذه المرحلة التي تتسم بالقلق والتوتر والأزمات. أما قلة الثقة بالنفس والشعور بعدم تقدير المجتمع فهو من العوامل الهامة التي تشعر المراهق بانعدام الأمن النفسي وتجعله في قلق دائم.

فالحاجة إلى الأمن النفسي هي من الحاجات الملحة والكامنة والتي تتطلب إشباعاً منذ الطفولة، فقد أثبتت دراسات (بولبي) و(أنا فرويد) و(جولد فارب) وغيرهم أن الأطفال الذين عانوا الحرمان من أمهاتهم، حاملون، مضطربون، شديدي البكاء لأنهم حرموا من الأمن.

وتؤدي أساليب التنشئة الوالدية التي يتلقاها الفرد منذ طفولته وفي مراهقته دوراً أساسياً في بناء أمنه النفسي. فقد أوضحت دراسة صموئيل مفاريوس أن نمط التنشئة الإيجابي في المراهقة والمعاملة

الأسرية المعقولة التي تميزت بالتوافق والهدوء النسبي والاستقرار والالتزان العاطفي، قد أتاحت جواً من الثقة بين المراهقين وآبائهم وتركت انطباعاً لدى المراهقين بأنهم مقدرين في المنزل.

فالمراهق يستمد استقراره النفسي من خلال الجو الأسري والعلاقات الطيبة التي تسود بين الأب والأم، حيث ينعكس سلام المنزل ويمتد ليحمي حياة المراهق من المشكلات التي تواجهه. فهو يشعر في حماية والديه بالأمن، ووجود من يسانده ضد أي أخطار يمكن أن تهدده، ويشكل الحنان والحب الأسري الأرضية التي يستند إليها حتى يكتمل التوازن النفسي والعقلي والعاطفي اللازم لنموه وتعزيز إحساسه بالأمن النفسي والثقة.

فالآباء هم القادرون على بناء أسس الشعور بالأمن لدى أبنائهم، وإن أهم ما يعيق إشباع حاجة الابن إلى الشعور بالأمن النفسي هو انشغال والديه عنه أو غيابهما، أو شعوره أنه مهمل ومتروك للغير الذين تخلو معاملتهم من العطف والحنو. كما أن وجود الآباء الهوائيين المتقلبين، غير المستقرين عصبياً، يشكل محيطاً غير آمن، فلا يمكن للأبناء التكهن بردود فعل الأب في المواقف المختلفة.

ويشكل الابتعاد عن الأب عادة تجربة صعبة في حياة الأبناء، فهو يعني أن الأيدي التي تحنو عليهم قد ابتعدت، مما يخلف فراغاً نفسياً في حياتهم، ويهدد رغباتهم وآمالهم ويدفعهم إلى الشعور بالوحدة، ويخلف لديهم قصوراً وحاجة إلى الحب والاهتمام لتحقيق التوازن النفسي.

ويجر الانفصال عن الأب غالباً الشعور بالهم والحزن والانطواء، مما يفقد المراهق إحساسه بالأمن، ويترك نقص إشباع هذه الحاجة كثيراً من الآثار السلبية في شخصيته وسلوكه، أقلها الشعور بقسوة

الحياة، مما يقود إلى ظهور اضطرابات نفسية عديدة، كالنزعة العدوانية والرغبة في الانتقام، أو التمرد والانزواء والهيجان. وقد تظهر أشكال سلوك مرضية لدى الأطفال الذين يشعرون بانعدام الأمن بسبب غياب الأب كفقد الشهية للطعام، والإصابة بعسر الهضم والهزال والمرض، والشعور بالخوف والاضطراب، مما يجعلهم جاهزين لممارسة بعض التصرفات المرفوضة كالادعاءات الكاذبة والشقاوة والعصيان، ويوصفون أحياناً بالنفاق والخوف والصمت والهدوء والكآبة وغيرها من الاضطرابات السلوكية.

ويحدث ذلك بسبب غياب الأب المفاجئ عن الطفل، والذي يؤدي إلى تشكيل قلق الانفصال لديه وعدم الثقة، والقاعدة العامة هي أن يتم تقديم الطفل بشكل تدريجي للمواقف المثيرة للقلق.

ولا يمكن أن يتم نمو الطفل والمراهق نمواً سليماً إلا في محيط أسري يتسم بالهدوء والأمن؛ فالببيت هو المكان الآمن والملاذ لجميع أفراد الأسرة. ولا بد من توفير المقدمات التي يتطلبها تحقيق الأمن، وأحدها قيام الأب بدوره في هذا المجال بأحسن شكل. وحضوره بين أولاده الذين يعدونه حامى الأسرة ومصدر أمنها. فجميع أفراد الأسرة يلجؤون إلى الأب في المواقف الصعبة والظروف الحساسة، ولا يعتقدون عملياً بوجود من هو أكثر كفاءة منه، ويعدونه الأقوى والأعلم والأقدر في محيط الأسرة.

وإن تقصير الوالد في إشباع حاجة أبنائه إلى الأمن النفسي يجعلهم يلجؤون إلى شخص أو أشخاص آخرين، بعيداً عن الأسرة، مما يعرضهم للعديد من المشكلات الأخلاقية والسلوكية.

فالمراهق بحاجة إلى أب شجاع قوي وقادر على ممارسة وظيفته ومسؤوليته في توفير محيط أسري يحقق الأمن له، ويقف إلى جانبه

في الأزمات. فالأب هو الذي يرفع معنويات أفراد أسرته ويكون ملاذاً لهم في الشدائد، يوجه نموهم ويرشدهم إلى كيفية مواجهة شؤون الحياة والمواقف المختلفة بثقة وجرأة، ويوفر الأجواء الملائمة للنشاط والإبداع في الدراسة والعمل. وإن من شأن ذلك أن يشبع حاجتهم الضرورية إلى الأمن، ويمكنهم من النمو بصورة سليمة في ظل الاستقرار النفسي والأخلاقي، والذي يعدّ ضرورياً لتفعيل نشاطهم الفكري، وتوجيههم نحو مجالات مفيدة يحققون فيها ذواتهم، ويكونون أقدر على العمل والعطاء.

فالأب والأم هما كفتا الميزان في الأسرة، ولا بد أن يقوم كل منهما بدوره حتى يشعر الأبناء بذلك التوازن الذي يشكل الأرضية المناسبة لتحقيق الأمن النفسي لديهم. فلا يكفي أن تقدم الأم الحنان والعطف، وخصوصاً عندما يصبح الأولاد في سن المراهقة، حين تزداد حاجتهم إلى وجود الأب، ويكون من الصعب على الأم أن تتولى وحدها مسؤولية توجيههم في هذه المرحلة؛ لأنهم سيظهرون التمرد ورفض السلطة بهدف تحقيق استقلاليتهم دون الاتزان الذي يتطلبه تحقيق هذه الحاجة بشكل تدريجي، مما يترتب عليه حدوث كثير من المشكلات السلوكية التي تهدد نموهم النفسي.

ولا بد من تحضير المراهق لدخول مجتمع الراشدين بثقة وجرأة، وتدريبه على حب العمل والنشاط، بتكليفه ببعض المهام والمسؤوليات التي يمكنه القيام بها، والتي تساعد على تحقيق النضج والثقة وتنمية الإحساس بالمسؤولية، وتهيئته لاختيار مجال الدراسة أو المهنة التي سيحقق فيها طموحه ومستقبله، ومساعدته في المشاركة بالنشاطات الاجتماعية، وتنظيم علاقاته مع الأقران ومع الجنس الآخر.

وتقع المسؤولية في تحقيق ذلك على عاتق الوالدين معاً، ويمكن للأب أن يقوم بدور كبير الأهمية في هذه المرحلة العمرية بالنسبة إلى الصبيان والبنات على حد سواء، وخصوصاً أن الأسرة تبقى المؤسسة الأولى المسؤولة عن رعاية الأبناء وتوجيههم في مراحل نموهم كافة، في ظل غياب وجود مؤسسات اجتماعية يمكنها التدخل في شؤون رعاية الأسرة للأبناء.

ويجب تحضير الأبناء تدريجياً- قدر الإمكان- لتجربة غياب الأب، وفي حال غيابه عليه أن يكون فاعلاً، محباً، عطوفاً، مؤثراً وحازماً في تلك الأوقات التي يوجد فيها في بيته، وخاصة عندما يعود من سفره حتى يعوض عن النقص والحرمان. وذلك بتخصيص جزء من وقته من أجل أولاده ليتسنى لهم استثمار حضوره، وإزالة القلق والاضطراب عنهم، وتشجيعهم على مواجهة مشكلاتهم بصورة صحيحة وإظهار الحب والعطف والاهتمام بشؤونهم، فمن شأن ذلك تعزيز الأمن النفسي لديهم.

وفي حال غياب الأب بصورة دائمة يكون على الأم أن تسعى إلى الحفاظ على صورة جيدة للأب وأن تذكر صفاته الإيجابية أمام أبنائه، أو على الأقل أن تحرص على عدم الإساءة إليه في غيابه، لأن تشويه صورة الأب يفقد المراهق الثقة بوالده الذي يعدّه النموذج السلوكي والأخلاقي الأول، مما يفقده الثقة بنفسه، ويحرمه من الإحساس بالأمن النفسي الذي يعدّ ضرورياً في مراحل النمو كافة، وفي المراهقة على وجه الخصوص.