

الأمن النفسي لدى الطلاب

إعداد

الباحث / مفتاح سالم السويح حسين

إشراف

أ. د / حسين محمد سعد الدين الحسيني

أستاذ علم النفس

بكلية الآداب - جامعة المنصورة

المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال - جامعة المنصورة

المجلد الرابع - العدد الثاني

أكتوبر ٢٠١٧

الأمن النفسي لدى الطلاب

مفتاح سالم السويح حسين*

تعريف الأمن النفسي في اللغة :

يعد مفهوم الأمن من المفاهيم اللغوية ذات الثراء في المعنى فقد جاءت كلمة أمن في كل من لسان العرب والمعجم الوسيط ومختار الصحاح بعدة معانٍ نذكر منها ما يلي: الأمن الذي هو ضد الخوف، يقال: أمنَ أماناً وأماناً وأمنه: إذا اطمأن، ولم يخف، فهو آمن، وأصل (الأمن) طمأنينة في النفس، وزوال الخوف عنها؛ يقال: أمن بأمن أماناً وأمنه وأماناً. والمأمن: موضع الأمن. والأمن: اسم من أمنت. والأمان: إعطاء الأمانة. والعرب تقول: رجل أمانٌ، إذا كان أميناً. وبيت آمن ذو أمن. ورجل أمانة - بضم الهمزة - إذا كان بأمنه الناس، ولا يخافون شره؛ ورجل أمانة - بفتح الهمزة - إذا كان يُصدق ما سمع، ولا يكذب بشيء (محمد ابن ابي الرازي، د.ت: ١٤٤). ولفظ (الأمن) تارة يكون اسماً للحالة التي يكون عليها الإنسان في الأمن، وتارة يكون اسماً لما يؤتمن عليه الإنسان من مال ونحوه. (أحمد يوسف، د.ت: ١٧).

ورد في لسان العرب لابن منظور: (الأمان والأمانة بمعني، وقد أمنت فأنا آمن... والأمن: ضد الخوف، والأمانة: ضد الخيانة... فأما أمنت المتعدي فهو ضد أخفته. وفي التنزيل "وَأَمَّنَّهُمْ مِنْ خَوْفٍ" [قريش: ٤] (ابن منظور، د.ت: ١٣٦). قال ابن سيده: الأمن نقيض الخوف. أمن فلاناً يأمن أماناً وأماناً... والأمانة: الأمن ومنه "أمانة نعاساً" [آل عمران: ١٥٤] و"إذ يُغَشِّكُمُ النُّعَاسَ أَمَنَةً" [الأنفال: ١١]...

* باحث

وفي الحديث: «النجوم أمانة السماء، فإذا ذهب النجوم أتى السماء ما توعد. وأنا أمانة لأصحابي فإذا ذهب أتى أصحابي ما يوعدون وأصحابي أمانة لأمتي فإذا ذهب أصحابي أتى الأمة ما توعد» أراد بوعد السماء: انشقاقها وذهابها يوم القيامة. وذهب النجوم : تكويرها وانكدارها وإعدامها. وأراد بوعد أصحابه ما وقع بينهم من الفتن. وكذلك أراد بوعد الأمة ... وعن اللحياني: ورجل آمن وأمين بمعنى واحد. وفي التنزيل: "وَهَذَا الْبَلَدَ الْأَمِينِ" [التين: ٣] أي: الأمن يعني مكة وهو من الأمن... وقوله عز وجل: "إِنَّ الْمُتَّقِينَ فِي مَقَامٍ أَمِينٍ" [الدخان: ٥١] أي قد آمنوا فيه من الغير... والمأمن: موضع الأمن. والأمين: المستجير ليأمن على نفسه) (رواه مسلم).

من هو الشخص الأمن؟ هو الشخص الذي يشعر أن حاجاته مشبعة وأن المقومات الأساسية لحياته غير معرضة للخطر ويكون في حالة توازن أو توافق أمني. وردت كلمة الأمن لغوياً في المعجم الوجيز (مجمع اللغة العربية، ٢٠٠٣، ٢٥) بمعنى أمن - أماناً، وأماناً، وإيماناً، وأمنة: اطمأنَّ ولم يخف فهو آمن، والأمنُ ضدُّ الخوف.

التعريف الاصطلاحي:

مفهوم الأمن النفسي من المفاهيم المركبة في علم النفس، و يتداخل في مؤشرات مع مفاهيم أخرى مثل الطمأنينة الانفعالية، الأمن الذاتي، التكيف الذاتي، الرضا عن الذات، مفهوم الذات الإيجابي، التوازن الانفعالي.. الخ، كم يتبادل في الواقع عندما يكون الحديث عن مستواه في الدراسات النفسية مع مفاهيم (القلق، الصراع، الشعور بعدم الثقة، توقع الخطر، الإحساس بالضغط،

الإحساس بالعزلة... الخ) لدرجة يصعب معها توضيح حدوده بجلاء (على سعد ، ١٩٩٩: ١٥).

ويعرف ماسلو (1970) Maslow الحاجة إلى الأمن بأنها تعني الحاجة إلى الأمن والأمان، والاستقرار، والحماية، والتحرر من الخوف والقلق، والإحساس بعدم الخطر، والحاجة إلى الترابط والنظام، والقانون، والحدود (Aiken, 1995: 171; Fenniman, 2010:33)

ويعرف (مدوح عبد المنعم الكنانى، ١٩٨٨: ٩٣) الأمن النفسي بأنه مقدار ما يحتاج إليه الفرد من حماية لنفسه، ووقايتها من الظروف التي تشكل خطراً عليه مثل التقلبات المناخية، والطبيعية، والأوبئة، والأمراض، والحروب، وعدم الاستقرار السياسي، والاقتصادي، والاجتماعي، والتقليل من القلق المرتفع المصاحب للمستقبل المجهول سواء فيما يتعلق بدراسته، أو عمله، أو مأكله، أو ملبسه. ويقال للأمن النفسي أيضاً "الأمن الانفعالي" و"الأمن الشخصي" و"الأمن الخاص" والسلم الشخصي " (حامد زهران ، ١٩٨٩: ٩٦). عرفه زهران بأنه الطمأنينة النفسية أو الانفعالية وهو الأمن الشخصي أو أمن كل فرد على حدة، وهو حالة يكون فيها إشباع الحاجات مضموناً وغير معرض للخطر وهو محرك الفرد لتحقيق، أمنه وترتبط الحاجة إلى الأمن ارتباطاً وثيقاً بغريزة المحافظة على البقاء (حامد زهران ، ١٩٨٩: ١٠٣).

أما (كمال دسوقي، ١٩٩٠: ١٣٢) فيعرفه بقوله: "كون المرء آمناً، أي سالماً من تهديد أخطار العيش أو ما عنده قيمة كبيرة، وهو اتجاه مركب من تملك النفس والثقة بالذات والتيقن من أن المرء ينتمي لجماعات إنسانية لها قيمتها" ويرى أن الأمن: حالة يحس فيها الفرد بالسلامة والأمن وعدم التخوف،

ويكون فيها إشباع الحاجات وإرضاءها مكفولان، وهو اتجاه مركب من تملك النفس بالثقة بالذات والتيقن من أن المرء ينتمي إلى جماعات إنسانية لها قيمة. كما يتفق في تعريف الأمن النفسي مع زهران فيرى أن معنى الأمن النفسي: هو الأمن الانفعالي (emotional security) وهي حالة يحس فيها المرء بالسلامة والأمان و عدم التخوف والإشفاق على المستقبل وهي حال يكون فيها إشباع الحاجات وإرضاءها مكفولان، و يكون أحياناً إشباع تلك الحاجات بدون جهد، وغالباً يحتاج إلى المجاهدة المعقولة، والتي سوف تجلب الرضا . وهو اتجاه مركب من تملك النفس بالثقة بالذات والتيقن من أن المرء ينتمي إلى جماعات إنسانية لها قيمتها.

ويرى (عبد المنعم الحفني، ١٩٩٤: ٧٧) أن الأمن النفسي ينبع من شعور الفرد بأنه يستطيع الإبقاء على علاقات مشبعة ومتزنة مع الناس ذوى الأهمية الانفعالية في حياته. ويذكر كل من (جابر عبد الحميد وعلاء الدين كفاقي، ١٩٩٥، ٣٤) أن الأمن النفسي يعني الطمأنينة وهو إحساس بالأمان والثقة والتحرر من الخوف أو من التهديد. وهو شعور يُعتقد أنه يتولد من عوامل مثل: الدفاء وتقبل الآباء والأصدقاء، ونمو القدرات والمهارات المناسبة للسن، وكذلك الخبرات التي تبني قوة الأنا.

ويعرفه (صالح الصنيع، ١٩٩٥: ٧٠) أنه سكون النفس وطمأنينتها عند تعرضها لأزمة تحمل في ثناياها خطراً من الأخطار، كذلك شعور الفرد بالحماية من التعرض للأخطار الاجتماعية والاقتصادية والعسكرية المحيطة به. ويرى (محمد جبر، ١٩٩٦: ٨٠) أن الإحساس بالأمن النفسي مرتبط بالحالة البدنية والعلاقات الاجتماعية للفرد، وكذلك مدى إشباع الدوافع الأول به والثانوية وقد

صنف الأمن النفسي في مكونين ، أحدهما داخلي يتمثل في عملية التوافق النفسي مع الذات والآخر خارجي يظهر في عملية التكيف الاجتماعي مع الآخرين والتفاعل معهم بعيداً عن العزلة والوحدة، التي تخل بالتوازن النفسي للشباب والمراهقين وتؤثر على مستوى توافقه الاجتماعي.

كي يشعر الإنسان بالأمن النفسي، فانه في ذلك شأن الأمن الصحي، والأمن الغذائي، والأمن الاجتماعي، والأمن الاقتصادي، والسياسي، لا بد من أن يكون الإنسان متحرراً ممن مشاعر الخوف والهلع والفرع والرهبنة، وتوقع الخطر والأذى، وان يكون مطمئناً على نفسه في حاضره وغده وان يكون متمتعاً بالتكيف النفسي والشعور بالرضا عن ذاته وعن مجتمعه وأن يكون على علاقة وثام وانسجام مع نفسه ومع المجتمع (عبد الحمن عيسوي، ٢٠٠٢: ٤٧). ويعرف ماسلو الأمن النفسي بأنه "شعور الفرد بأنه : محبوب متقبل من الآخرين له مكانه بينهم، يدرك أن بيئته صديقة ودودة غير محبطة يشعر فيها بندرة الخطر و التهديد و القلق(جهاد الخصري، ٢٠٠٣: ١٧).

وترى (زينب شقير ، ٢٠٠٥ : ٧) أن الأمن النفسي هو شعور مركب يحمل في طياته شعور الفرد بالسعادة والرضا عن حياته بما يحقق له الشعور بالسلامة والاطمئنان، وأنه محبوب ومتقبل من الآخرين بما يمكنه من تحقيق قدر أكبر من الانتماء للآخرين، مع إدراكه لاهتمام الآخرين به وثقتهم فيه حتى يستشعر قدراً كبيراً من الدفاء والمودة ويجعله في حالة من الهدوء والاستقرار، ويضمن له قدراً من الثبات الانفعالي والتقبل الذاتي واحترام الذات، ومن ثم إلى توقع حدوث الأحسن في الحياة مع إمكانية تحقيق رغباته في المستقبل بعيداً عن

خطر الإصابة باضطرابات نفسية أو صراعات أو أي خطر يهدد أمنه واستقراره في الحياة.

ويذهب فيننيمان (Fenniman, 2010: 35) إلى أن الأمن النفسي يقصد به شعور الفرد بالقدرة على ارتياد المخاطر بدون الخوف من العواقب والنتائج المترتبة. ويشير ميللياد (Mulyadi, 2010: 73) إلى أن الأمن النفسي يعني شعور الفرد بالراحة والثقة بالنفس، والقدرة على تقدير ذاته وتحقيق قدراته وتحسين إبداعاته. وتذكر (سوزان بسيوني وعبير الصبان، ٢٠١١: ١٣٣) أن الأمن النفسي هو حالة نفسية يشعر الفرد من خلالها بالطمأنينة والأمان والراحة النفسية والاستقرار، وإشباع معظم حاجاته ومطالبه، وعدم الشعور بالخوف أو الخطر، والقدرة على المواجهة دون حدوث أي اضطراب أو خلل.

ويرى نafa والتاناشي (Nafaa & Eltanahi, 2011: 104) أن الشعور بالأمن النفسي يعني شعور الفرد بإشباع حاجاته الأساسية والدفع والرعاية والتقدير والثقة. ويعرفه الدومي (Al-Domi, 2012: 53) بأنه شعور الفرد بالسلام الداخلي وهدوء القلب وراحة البال والصفاء وعدم الخوف والقلق؛ لأنه يعرف أن ما يحدث له في الحياة خيراً كان أم شراً فإنه بترتيب من عند الله تعالى.

ويذهب ريبين، ويسس وكول (Rubin, Weiss & Coll, 2013: 420) إلى أن الأمن النفسي يعني شعور الفرد بالإيجابية تجاه حياته، والكفاءة في إدارة بيئته، وتحقيق الأهداف الشخصية وفقاً لقدراته، والإحساس بالمعنى والهدف من الحياة، والاتجاه الإيجابي نحو ذاته وتقبلها. وهكذا يخلص الباحث من التعريفات

السابقة للأمن النفسي أنه: حالة نفسية داخلية يشعر الفرد من خلالها بالطمأنينة والثقة في الذات والآخرين.

وبعد أن استعرض الباحث هذه التعريفات المتعددة للأمن النفسي يرى أن أغلب هذه التعريفات قد ركزت على عدة جوانب: (البعد الشخصي للفرد عن التهديد والخطر، و تقبل الفرد من الآخرين وتعاملهم معه بمودة ودفء، و توافق الفرد نفسياً واجتماعياً مع نفسه أولاً ثم مع الآخرين). وعليه فإن الطمأنينة حاجة نفسية إنسانية لا تستقيم حياة وشخصية الإنسان بدونها. وهي حاجة ماسة كلما افتقدها الإنسان ظهرت علامات سلبية كسوء التوافق النفسي.

ليست مطالب النفس البشرية، هي الغرائز الأولية فقط (تنفس أكل شرب تناسل)، بل هناك العديد من مطالب النفس، التي يحتاج الإنسان أن يشبعها، طبقاً لأولويات حددتها الغريزة. وهي الدافع الذي يحرك السلوك الإنساني، لينتهج الإنسان سلوكاً خاصاً للحفاظ على حياته وأسرته وممتلكاته. كما أن سلوك الإنسان، أصبح كذلك يتدرج من إشباع حاجات أساسية، إلى حاجات ثانوية، إلى مطالب تحقيق الذات، إلى مطالب رفاهية. ثم تلو الدرجات التي يتنقل فيها السلوك الإنساني، من مطالب فردية ذاتية، إلى مطالب جماعية، تحتاجها الأسرة والجماعة، فالقبيلة، فالقرية فالمدينة، فالدولة، حتى يصبح الشعور الأمن جماعياً أيضاً.

مكونات الأمن النفسي:

يشير (كمال دسوقي : ١٩٩٠، ١٣٢) إلى أن الأمن النفسي اتجاه مركب من تملك النفس والثقة بالذات والتيقن من أن المرء ينتمي لجماعات انسانية لها قيمتها.

وفي نفس المضمون يرى (حامد زهران، ٢٠٠٥، ٤٥) أن الأمن النفسي مركب من اطمئنان الذات، والثقة في الذات، والتأكد من الانتماء إلى جماعة آمنة، ويكون الشخصي الآمن نفسياً في حالة توازن أو توافق أمني. وفي ضوء ما سبق يتضح أن الأمن النفسي يتضمن الأبعاد الآتية:

- ١- اطمئنان الذات: هو شعور الفرد بالاطمئنان، والأمن، والهدوء، والاستقرار، والسلامة، وعدم الخوف - من قبل الجماعات الإنسانية التي ينتمي إليها.
- ٢- الثقة بالذات والآخرين: وتعني ثقة الفرد في قدراته وإمكاناته وأحكامه، وثقته فيمن حوله.

عواقب فقدان الأمن النفسي:

يشير (سعيد المغامسي، ٢٠٠٧: ٤٧) إلى أن فقدان الأمن النفسي عند الإنسان يؤدي إلى الخوف والشك والقلق والاضطراب فيحرم صاحبه من سكون النفس وطمأنينتها وهدوء القلب وراحته فيصبح كثير الهموم والصراعات ويعيش حياة شقاء وتعاسة. ويذكر فيننيمان (Fenniman, 2010: 41) أن غياب الأمن النفسي يؤدي إلى العديد من الآثار المدمرة تشمل إعاقة النمو، والتطوير، والتعلم والتكيف مع التغيير.

خصائص الأمن النفسي:

إن الشعور بالأمن النفسي ينشأ وينمو مع الفرد على أساس الإشباع النسبي للحاجات حسب ترتيبها في هرم ماسلو للحاجات وبتأثير من مصادر الإشباع المختلفة والعوامل المحيطة فهي متداخلة فلا يوجد بينها حدود فاصلة وذات تأثير

متباين وقوي من حيث المقدار والنوع في مراحل العمر المختلفة. كما تشكل ثقافة المجتمع الإطار الذي يحيط بجميع المصادر والعوامل السابقة فهي تترك بصماتها ضمن هذا الإطار.

خصائص الأمن النفسي استناداً كما أشار إليها(حامد زهران ، ١٩٨٩ : ٩٩) وهناك خصائص للأمن النفسي أظهرتها نتائج عينة من البحوث و الدراسات وهي على النحو التالي:

- يتحدد الأمن النفسي بعملية التنشئة الاجتماعية، و أساليبها من تسامح، و عقاب، و تسلط، و ديمقراطية، و تقبل، و رفض، و حب، و كراهية، و يرتبط بالتفاعل الاجتماعي، والخبرات، والمواقف الاجتماعية في بيئة آمنة غير مهددة.

- يؤثر الأمن النفسي إيجابياً على التحصيل الدراسي وفي الإنجاز بصفة عامة.
- المتعلمون والمتفوقون أكثر أمناً من الجهلة و الأميين.

- الذين يعملون بالسياسة يشعرون بالأمن النفسي أكثر من الذين لا يعملون بها.
- شعور الوالدين بالأمن النفسي مرتبط بوجود الأولاد .

- الأمنون نفسياً أعلى في الابتكار من غير الأمنين.

- عدم الأمن يرتبط موجباً بالدوجماتية أي التشبث بالرأي و الجمود الفكري بدون مناقشة أو تفكير.

- عدم الشعور بالأمن مرتبط بالتوتر، وبالتالي التعرض للإصابة بالأمراض و خاصة أمراض القلب (جهاد الخضري، ٢٠٠٣ : ٢٠).

حاجة الفرد إلى الأمن النفسي

الحاجة إلى الأمن من أهم الحاجات النفسية. ومن أهم دوافع السلوك طوال الحياة. وهي من الحاجات الأساسية اللازمة للنمو النفسي السوي والتوافق النفسي والصحة النفسية للفرد.

ويذكر زهران أن الحاجة إلى الأمن هي محرك الفرد لتحقيق أمنه، وترتبط ارتباطاً وثيقاً بغريزة المحافظة على البقاء وتتضمن الحاجة إلى الأمن الحاجة إلى شعور الفرد أنه يعيش في بيئة صديقة، مشبعة للحاجات وأن الآخرين يحبونه ويحترمونه ويقبلونه داخل الجماعة، وأنه مستقر وآمن أسرياً، ومتوافق اجتماعياً، وأنه مستقر في سكن مناسب وله مورد رزق مستمر، وأنه آمن وصحيح جسمياً ونفسياً، وأنه يتجنب الخطر ويلتزم الحذر ويتعامل مع الأزمات بحكمة وبأمن الكوارث الطبيعية، ويشعر بالثقة والاطمئنان والأمن والأمان (حامد زهران ، ١٩٨٨ : ١٠٨).

ويذهب سوليفان إلي أن هدف الإنسان هو خفض التوتر الذي يهدد أمنه، وتنشأ التوترات من مصدرين: توترات ناشئة عن حاجات عضوية وتوترات تنشأ من مشاعر القلق، وخفض التوترات الناشئة عن القلق يعتبرن العمليات الهامة في نظرية سوليفان والتي أطلق عليها "مبدأ القلق"، والقلق في نظر سوليفان هو أحد المحركات الأولية في حياة الفرد (أحمد عبد الرحمن عثمان، ٢٠٠١ : ٣٨).

والأمن النفسي من أهم الحاجات الأساسية اللازمة للنمو النفسي السوي والتوافق النفسي والصحة النفسية للفرد، وتظهر هذه الحاجة واضحة في تجنب الخطر والمخاطرة وفي اتجاهات الحذر والمحافظة، وتوضح الحاجة إلى الأمن

في الطفل الذي يحتاج رعاية الكبار حتى يستطيع البقاء. الحاجة الانتماء الأسري ، والانتماء إلى الجماعة (الأصدقاء) والانتماء إلى الوطن . من خلال هذه الانتمائية يشعر الفرد بالأمن والأمان والراحة والطمأنينة والتي تؤثر في أنماط سلوكه المختلفة داخل مجتمعه ، وتميز شخصيته عن غيره من الأفراد سيكولوجياً، واجتماعياً. (نوال عطية، ٢٠٠١: ٢٠)

وتعد الحاجة إلى الأمن كالحاجات الفسيولوجية حاجة أولية من حيث نشأتها، فهي تظهر في حياتنا اليومية، و إذا ما طرأ تغير على هذا الروتين بحيث يؤدي إلى حدوث اضطراب في إشباع حاجته إلى الأمن فإن ذلك يثير انفعال الخوف و القلق لدى الشخص، أما الأشخاص الذين يعانون المراحل الأولى من حياة الفرد حيث يألف إشباع تلك الحاجة منذ الطفولة وفقاً لروتين حياته من التهديد اللاشعوري للأمن بحكم ما تعرضوا له من ظروف خلال حياتهم فإنهم يلجئون إلى القيام بتصرفات تعويضية يحمون بها أنفسهم ضد أخطار مجهولة لا سند من حقيقة ولا مبرر لها من واقع (موسوعة علم النفس الشاملة، ١٩٩٩: ٢٣).

ويعتبر الأمن النفسي من الحاجات المهمة والضرورية التي لا بد من إشباعها لدى الأفراد، وإذا لم تشبع الحاجة إلى الأمن لدى الأفراد فإن ذلك يشعرهم بالتهديد ولا يمكن أن يحققوا ذواتهم.

ولقد أشار ماسلو (Maslow, 1970: 43) إلى أهمية الشعور بالأمن النفسي في هذا العالم الذي يتصف بالحروب والكوارث والأزمات الاقتصادية و انتشار البطالة والخوف من المستقبل مما يجعل الطفل يشعر بالقلق والعجز واليأس.

واهم المظاهر التي يحتاج فيها الفرد إلى الأمن هي الهدف الذي يسعى لبلوغه، والوسيلة التي يتبعها لبلوغ هدفه، والمهنة التي يعيش فيها، والعلاقات الاجتماعية التي تصله بالأفراد الآخرين وبالتقافة الدائمة. والمرض النفسي نوع من فقدان الأمن، والإيمان هو الدواء لفقدان الأمان (عبد الرحمن عدس، ١٩٩٦: ٤٠).

ويحتاج الأفراد - كافة الأفراد - أن يكون هذا المفهوم مفهوم الذات لديهم إيجابياً ومرتفعاً فصورة الفرد عن ذاته وتقديره لها واحترامه لها يؤثر في سلوكه الاجتماعي وأدائه المهني ويجعل لدى الأفراد تقديراً إيجابياً لدواتهم. (عواطف صالح، ١٩٩٤: ٢١٦).

وتتعدد صور الحاجة إلى الأمن في زماننا الحاضر فالإنسان في حاجة إلى أنه يشعر بالأمن على نفقة عيشة في صورة توفير مستوى أفضل أدي إلى أن يشعر بالأمن على حقه في إبداء رأيه و التعبير عن نفسه في مواجهة السلطة الحاكمة وفي حاجة إلى الشعور بالأمن في مواجهة غيره من الأفراد بأن يحترموا حقوقه و حرية الشخصية و ألا يتدخلوا فيما لا يعنيه في شؤون غيرهم (جهاد الخصري، ٢٠٠٣: ١٤).

ومن هنا يحصر الباحث أهم الحاجات لتحقيق الأمن النفسي:

١. الحاجة إلى تأكيد الذات: يميل الفرد إلى معرفة وتحقيق ذاته بدافع من الحاجة إلى التقدير والمكانة والاستقلالية والاعتماد على النفس. كل هذه الحاجات وسواها تدفع الفرد إلى السعي لتحقيق المركز والمكانة والقيمة الاجتماعية.

٢. الحاجة إلى الحب: وهذه حاجة مشتركة لدى جميع الناس وتشمل الحاجة إلى العطف والتفاهم والصدقة وغيرها الكثير.

٣. الحاجة إلى الأمان: وهي الحاجة إلى الشعور بأن البيئة الاجتماعية بيئة صديقة، وشعور الفرد أن الآخرين يحترمونه ويقبلونه داخل الجماعة.

وتظهر هذه الحاجة واضحة في تجنب الخطر والمخاطرة وفي اتجاهات الحذر والمحافظة. وتتضح الحاجة إلى الأمان في الطفل الذي يحتاج رعاية الكبار حتى يستطيع البقاء . والحاجة إلى الأمان تستوجب الاستقرار الاجتماعي والأمن الأسري . والفرد الذي يشعر بالأمن والإشباع في بيئته الاجتماعية المباشرة في الأسرة يميل إلى أن يعمم هذا الشعور، ويرى في الناس الخير والحب ويتعاون معهم والعكس صحيح. والشخص الأمان يشعر بإشباع هذه الحاجة ويشعر بالثقة والاطمئنان. أما الشخص غير الأمان فهو في خوف دائم من فقدان القبول الاجتماعي ورضا الآخرين، وأي علامة من عدم القبول أو من عدم الرضا يراها تهديداً خطيراً لذاته.

مهددات الأمان النفسي

إن انعدام الشعور بالأمان قد يكون سبباً في حدوث الاضطرابات النفسية، أو قيام الفرد بسلوك عدواني تجاه مصادر إحباط حاجته إلى الأمان وقيامه باتخاذ أنماط سلوكية غير سوية من أجل الحصول على الأمان الذي يفتقر إليه أو الانطواء على النفس من أجل المحافظة على أمنه، وأن تأثير انعدام الأمان يختلف من شخص إلى آخر ومن مرحلة عمرية إلى أخرى ومن مجتمع إلى آخر ومن الأسباب التي تهدد الأمان النفسي للفرد يوجزها الباحث بما يلي:

١. **الخطر أو التهديد بالخطر**، مما يثير الخوف والقلق لدى الفرد. ويجعله أكثر حاجة إلى الشعور بالأمن من جانبه، ومن جانب - الأمراض الخطيرة مثل السرطان، وأمراض القلب وما يصاحبها في كثير من الأحيان - توتر وقلق مرتفع واكتئاب وشعور عام بعدم الأمن . وهكذا نجد الكثير من هذه المفردات التي دفعت بعض الباحثين للقول بأن القانون والدين والأخلاق والطب ما هي إلا وسائط ما وجدت إلا لأجل أن يشعر الإنسان بالأمن والطمأنينة وقد عبر الإمام علي (ع) عن العلاقة بين الأمن والخوف أجمل تعبير حيث قال: (ثمره الخوف الأمن) (السيد محمد الحسيني الشيرازي، ١٩٩٣: ١٤٥).

٢. **عوامل جسمية واجتماعية**: للفرد حاجات لا بد من إشباعها ليكون متوافقاً إلا أن إشباعها لا بد أن يكون بصورة اجتماعية. ولا شك في أن الظروف الاجتماعية والأسرية السيئة كالتفكك الأسري والظروف الاقتصادية السيئة والتغيرات السريعة تمثل عوامل لسوء التوافق، كما يقول عكاشة قد يلجأ بعض الأشخاص إلى اتخاذ الحلول الوسطية وسيلة التوافق (أحمد عكاشة، ١٩٨٩: ٣٤).

٣. **عوامل نفسية**: بالرغم من أن التوافق سمة أو خاصية نفسية، فإن ذلك لا يعني عدم تأثرها بالمتغيرات النفسية الأخرى، إذ أن هناك عوامل نفسية كثيرة يمكن أن تساعد على التوافق الحسن أو تزيد من حدة سوء التوافق .

فالاضطرابات النفسية عوامل ومظاهر لسوء التوافق، كما تعتبر عوامل مساعدة على إحداثه. ومنها على سبيل المثال لا الحصر:

- **الانفعالات الشديدة** والغير مناسبة للموقف حيث يكون لهذه الانفعالات الغير متوازنة أثرها السيئ من الناحية الجسمية والنفسية والاجتماعية.

- **عدم فهم المرء لذاته أو التقدير السالب للذات** وضعف مشاعر الكفاية يمكن أن تكون سببا لسوء التوافق، كما يمكن أن تعوق قدرة الفرد على تحديد أهداف مناسبة مما يعني الفشل في تحقيق هذه الأهداف، وهذا ما يمكن أن يضاعف من سوء التوافق النفسي والاجتماعي والتعرض لمزيد من الاضطرابات.

- **صراع الأدوار** : يلعب الفرد أدواراً متعددة تبعاً لما يتوقعه المجتمع وقد يلعب دورين متصارعين في آن واحد مما يؤدي إلى سوء التوافق إذ لم يستطيع التنسيق بين هذه الأدوار ويحقق الانسجام بينها. الاضطرابات النفسية بكافة أنواعها حيث سوء التوافق مظهراً من مظاهرها.

وتشير الدراسات النفسية الحديثة إلى أن الأطفال في الأسر وحيدة الوالدية-خاصة تلك الأسر التي خبرت أحداثاً صادمة- يصبحون أكثر عرضة للمعاناة من المشكلات السلوكية(على السيد الخليفة، ٢٠٠١: ٨٦).

أن افتقاد الأمن النفسي يصبح خطيراً على مستوى المجتمع حينما يتعرض لعوامل ضاغطة متنوعة، ويزداد هذا الخطر في ظروف الحروب والكوارث والانهيارات في منظومة القيم والجوانب الاقتصادية والسياسية، ومن ثم فإنه يخرق نظام الأمن النفسي والأمن الاجتماعي؛ ما يستدعي الكثير من الممارسات الشاذة والمنحرفة والمبررة تحت مسميات متعددة وفي أطر متنوعة منتهكة كل

القواعد والتشريعات والقوانين والقيم وبما يخدم مصالح ومنافع قد يعتقد الفرد أو الجماعة أو المجتمع أنها حق يجب أن يؤمن به ويدافع عنه، ويولد شعوراً وعاطفة وأفكاراً وسلوكاً لا تتسجم مع المعايير سواء كان ذلك على مستوى الفرد أو الجماعة.

إذن نستنتج مجموعة من الأنماط السلوكية لبعض التصرفات؛ من الممكن تصنيف فعل الأفراد أمام شعورهم بالتهديد في الأنماط السلوكية الآتية، التوحد بالمعتدي، فوبيا المواجهة، السلوك الانسحابي، السلوك الهروبي، السلوك الاستسلامي.

الآثار المترتبة على انعدام الشعور بالأمن النفسي

إن فقدان إشباع الحاجة إلى الأمن النفسي يؤدي إلى توليد صراع نفسي و اضطراب سلوكي في مرحلة الطفولة، وقد يؤدي إلى إضعاف ثقة الطفل بنفسه، و التردد قبل الإقدام على أي عمل أو المجاهرة بالرأي . وقد يصل الحد إلى الانكماش والانطواء على النفس، أو سلوك الطفل سلوكاً عدوانياً نتيجة لشعوره بعدم المحبة من قبل الأفراد و البيئة التي يعيش فيها، كما قد يسبب فقدان الطفل الشعور بالأمن فقدان الحاجات النفسية الأخرى، مما يؤدي إلى الانحراف السلوكي للطفل لدرجة قد يصبح خطراً على نفسه مجتمعه.

ويشير (كمال إبراهيم مرسى، ١٩٩٥ : ١٢٩) إلى أن الحرمان من الأمن يختلف تأثيره على الصحة النفسية من شخص لآخر ومن مرحلة عمرية إلى أخرى فإذا حدث الحرمان في مرحلة الرشد فإن تأثيره السيئ قد يكون مؤقتاً يزول بزوال أسبابه و توفر الأمن ، وقد لا يؤثر على الصحة النفسية إذا استطاع الشخص تغيير مطالب أمنه ولم يشعر بقلق الحرمان أما إذا حدث الحرمان من الأمن في مرحلة

الطفولة المبكرة خاصة فإنه يعيق النمو النفسي ويؤثر تأثيراً سيئاً على الصحة النفسية في جميع مراحل الحياة لأن الحرمان من الأمن يعنى تهديداً خطيراً لإشباع حاجات الطفل الضرورية و هو ضعيف لا يقوى على إشباعها، فيشع بقلق الحرمان الذي ينمي فيه سمات التوافق السيئ التي من أهمها سمات القلق و العداوة و الشعور بالذنب.

ويشير (محمد السيد الهابط، ١٩٨٣: ٤٤) إلى أن عجز الفرد عن تحقيق دوافعه وإشباع حاجاته نظراً لضغوط اجتماعية أو عجز عن التنسيق بين هذه الدوافع أو تم إشباعها بشكل يتنافى مع القيم الاجتماعية ولا يرضي من حوله يؤدي إلى سوء التوافق ويتعرض الفرد لاضطرابات نفسية.

ويشير (أحمد عزت راجح، ١٩٧٣: ١١٣) إلى أن لسوء التوافق مظاهر متعددة ومختلفة فقد يظهر سوء التوافق في شكل مشكلات سلوكية، كالسرقة والهرب وغيرها أو ما يتعرض المراهقين من مشكلات كالتنمر والانطواء وقد يشتد ويصبح أكثر خطورة إذا ما وصل إلى درجة الأمراض النفسية والانحرافات المهنية والاضطرابات العقلية

ومما سبق يحصر الباحث الآثار المترتبة على انعدام الشعور بالأمن النفسي

- يتمثل بعضها في فقدان الثقة، والشك، والخوف، واستحالة الثقة في الآخرين واللامبالاة والعدوان والكراهية.
- تعيش بعض النفوس خوفاً مزمناً من قدر يفاجئها، أو مرض يقعدها، أو بلية تحطمها، تعيش خوفاً وهلعاً على الرزق، على المال، على الذرية، على المنصب، تخاف من الموت فتنهيب من السير في دروب الحياة، وتصاب بالوسواس والهواجس، ويغشاها الجمود والكسل، فتضعف القوى، وتفنى

الأجساد، وقد تستعين بالمشعوذين والدجالين والكهنة والسحرة للخلاص من الوسوسة، ودرء الأخطار المحتملة.

العوامل المؤثرة في الأمن النفسي:

يذكر (السيد عبدالمجيد، ٢٠١١، ٢٩٥) أهم العوامل والمتغيرات المؤثرة في الأمن النفسي فيما يأتي:

- الإيمان بالله والتمسك بتعاليم الدين: حيث يجعل الإنسان في مأمن من الخوف والقلق.
- التنشئة الاجتماعية: فأساليب التنشئة الاجتماعية السوية مثل التسامح والتقبل والتعاون والاحترام تنمي الإحساس بالأمن النفسي.
- المساندة الاجتماعية: فعندما يشعر الفرد أن هناك من يشد أزره ويقف بجانبه ويساعد في اجتياز المحن والصعاب والعقبات ينمو لديه الإحساس بالأمن.
- المرونة الفكرية: يرتبط الإحساس بالأمن إيجاباً بالتفكير والمرونة الفكرية وذلك في إطار المبادئ والقوانين وما يقره المجتمع والدين.
- الصحة الجسمية: إن الصحة الجسمية ترتبط إيجاباً بالأمن حيث الإحساس بالقوة والقدرة على التحمل والمواجهة والتعاطي مع الأحداث بصبر ومثابرة ومقاومة.
- الصحة النفسية: تقوي الصحة النفسية والتمتع بها مع الإحساس بالأمن لدى الإنسان حيث التوافق مع النفس والمجتمع، والثقة بالنفس والأفكار الإبداعية والمبتكرة والنضج الانفعالي، والاستمتاع بالحياة بكافة مظاهرها.

• العوامل الاقتصادية: فالدخل المادي للأفراد يحقق إشباع الحاجات والدوافع ويلبي الاحتياجات المادية والجسدية ويؤمن القوت وضرورات الحياة، كما أن الدخل الاقتصادي يجعل الفرد أمن على يومه وغده وحاضره ومستقبله ومستقبل أولاده.

• الاستقرار الأسري والاجتماعي: فالاستقرار الأسري والاجتماعي يجعل الإنسان أكثر إحساساً بالأمن.

أساليب تحقيق الأمن النفسي:

- يلجأ الفرد لتحقيق الأمن النفسي إلى ما يسمى "عمليات الأمن النفسي" وهى أنشطة يستخدمها الجهاز النفسي لخفض الضغط النفسي والكرب والتوتر والإجهاد أو التخلص منه وتحقيق تقدير الذات والشعور بالأمان. ويجد الفرد أمنه النفسي في انضمامه إلى جماعة تشعره بهذا الأمن (حامد زهران ، ٢٠٠٣ : ٤٩).

- وتدعم جماعات الرفاق الأمن النفسي لأفرادها، حيث يعتمد الأفراد بعضهم على بعض بشكل واضح، حتى يشعروا بدرجة أكبر من الأمن النفسي.

- والأسرة السعيدة والمناخ الأسري المناسب لنمو أفرادها نموا سليما. وإشباع حاجتهم يؤدي إلى تحقيق الأمن النفسي والتوافق المهني والانتماء إلى جماعة يزيد الشعور بالأمن النفسي. ويعزز هذا الانتماء إلى وطن آمن.

يذكر الشريف الأسرة هي التي تقوم بعملية التنشئة الاجتماعية للأبناء، وهذا يتم من خلال أساليب المعاملة الوالدية التي يتبعها الآباء في تنشئة أبنائهم. وتعتبر أساليب المعاملة الوالدية المتبعة من قبل الآباء إحدى الجوانب المهمة في حياة الأبناء وذلك لما لها من دور فعال في توجيههم من خلال التنشئة الاجتماعية، فإذا أتيح لخبراتهم من هذه المعاملة الجو الذي يسوده الأمن والطمأنينة والمحبة والاستقرار النفسي استطاعوا أن يكتسبوا من هذه الخبرات ما يساعدهم على تكوين القدرة على التكيف مع أنفسهم ومجتمعهم، أما إذا مروا بخبرات نابغة من مواقف الحرمان فإن ذلك يؤدي إلى تكوين شخصية تعاني من عدم الطمأنينة، شخصية قلقة مضطربة وغير متوافقة (محمد موسى الشريف، ٢٠٠٥: ٢٩).

ويذكر (عادل صادق، ١٩٩١: ٧٩) أن الوالدان يقومان بدور كبير في تشكيل شخصية الأبناء عن طريق تدريبهم على إصدار الاستجابات الصحيحة من خلال استخدام أساليب متنوعة من المعاملة، خاصة وأنهم في مرحلة الطفولة لا يكونون قادرين على إصدار أحكام على السلوك إلا في ضوء آثاره المباشرة لعدم معرفتهم بالمعايير المحددة للصواب والخطأ والخبرات التي يمرون بها قد تثبت في نفوسهم وتؤثر على شخصياتهم في سن الرشد.

وقد أكدت أنستازى (Anastasia) على أهمية التفاعل بين الوالدين والأبناء وانعكاس ذلك على شخصية الأبناء حتى سن متقدمة، فاتجاهات الأمن والطمأنينة قد تستمر مع الطفل عند مواجهة مواقف إحباط شديدة أما أن اتجاهات عدم الثقة والخوف قد تستمر مع الطفل حتى عند مواجهة مواقف يشعر فيها بالأمن والارتياح وهذا يرجع إلى تأثير الوالدين في تكوين شخصية الأبناء. (زينب شقير، ١٩٩٦: ٩٩).

و لتحقيق الأمن النفسي يتعين على الفرد ما يلي:

- إشباع الحاجات الأولية للفرد أساساً هاماً في تحقيق الأمن و الطمأنينة النفسية، و هذا ما أكدت عليه النظريات النفسية و التصور الإسلامي بحيث وضعتها في المرتبة: الأولى من حاجات الإنسان التي لا حياة بدونها (صالح الصنيع، ١٩٩٥: ٧٨).
- الثقة بالنفس و بالآخرين : و التي تعد من أهم ما يدعم شعور الفرد بالأمن و العكس صحيح فأحد أسباب فقدان الشعور بالأمن والاضطرابات الشخصية هو فقدان الثقة بالنفس على نحو تصبح الثقة بالآخرين مسألة مستحيلة، ومن ثم يفقد الفرد تواصله مع الآخرين (محمد عيد، ١٩٩٧: ٢٢٧).
- تقدير الذات: و تطويرها وهو أسلوب يقوم على أن يقدر الفرد قدراته، و يعتمد عليها عند الأزمات، ثم يقوم بتطوير الذات؛ عن طريق العمل على إكسابها مهارات، وخبرات جديدة تعينه على مواجهة الصعوبات التي تتجدد في الحياة(ميساء مهندس، ٢٠٠٦: ١٥).
- العمل على كسب رضا الناس و حبه و مساندتهم الاجتماعية و العاطفية بحيث يجد من يرجع إليه عند الحاجة، كما أن للمجتمع دور في تقديم الخدمات التي تضمن للفرد الأمن عن طريق المساواة في معاملة جميع الأفراد مهما كانت مراكزهم الاجتماعية لأن العدل أساس الأمن (محمد موسى الشريف، ٢٠٠٥: ٢٩).
- الاعتراف بالنقص و عدم الكمال :حيث أن وعي الفرد بعدم بلوغه الكمال يجعله يفهم طبيعة قدراته و ضعفها وبالتالي فإنه يقوم باستغلال تلك القدرات الاستغلال المناسب دون القيام بإهدارها من غير فائدة حتى لا يخسرها عندما

يكون في أمس الحاجة إليها، و من هنا فإنه يسعى إلى سد ما لديه من نقائص عن طريق التعاون مع الآخرين، و هذا يشعره بالأمن لأن ذلك يجعله يؤمن بأنه لا يستطيع مواجهة الأخطار وحده دون مساعدة الآخرين و التعاون معهم (ميساء مهندس، ٢٠٠٦: ١٥).

- **معرفة حقيقة الواقع**: و هذا يقع على عاتق المجتمع وله الدور الكبير في توفيره و خاصة في الحياة المعاصرة التي أصبح فيها الفرد يعتمد على وسائل الإعلام في معرفة الحقائق المختلفة، و تظهر أهمية هذا الأسلوب في حالة الحروب حيث أن الأفراد الذين يعرفون حقيقة ما يجري حولهم تجعلهم أكثر صلابة في مواجهة أزمات الحروب على عكس الأفراد المضللون الذين لا يعرفون ما يحدث حولهم (صالح الصنيع، ٢٠٠٢: ٧٩).

يتضح مما سبق يرى الباحث أن الشعور بالأمن النفسي من أهم الدعائم التي تركز عليها الصحة النفسية، وأنه من السمات المميزة للسلوك السوي الذي لا ينفي الشعور بالقلق و الخوف و الصراع بصورة متوقعة من أجل إزالة مصادره و مسبباته و العودة إلى حالة الاتزان النفسي، لذا يتضح أن الأمن النفسي لا يكون ثابتاً مطلقاً و إنما يميل إلى الثبات النسبي حسب الظروف المحيطة. و أن انعدام الشعور بالأمن قد يكون سبباً في حدوث الاضطرابات النفسية، أو قيام الفرد بسلوك عدواني تجاه مصادر إحباط حاجته إلى الأمن وقيامه باتخاذ أنماط سلوكية غير سوية من أجل الحصول على الأمن الذي يفنقر إليه أو الانطواء على النفس أو الرضوخ و اللجوء على الاستجداء و التوسل و التملق من أجل المحافظة على أمنه، و أن تأثير انعدام الأمن يختلف من شخص إلى آخر و من مرحلة عمرية إلى أخرى و من مجتمع إلى آخر.

المراجع

١. ابن منظور، محمد بن مكرم (د. ت): لسان العرب، دار المعارف: القاهرة.
٢. أحلام محمود؛ أشرف عبد الغني (٢٠٠٦): الأمن النفسي أبعاده ومحدداته من الطفولة إلى الرشد (دراسة ارتقائية). مجلة التربية المعاصرة، (٧٣).
٣. أحمد يوسف (بدون تاريخ): اثر العقيدة في تحقيق الأمن النفسي، دار العلوم، جامعة القاهرة، دار الثقافة للنشر والتوزيع.
٤. أمل العنزى (٢٠٠٥): علاقة إشراك الطلاب في جماعات النشاط الطلابي بالأمن النفسي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض.
٥. أميرة هاشم؛ حسين هادي (٢٠٠٩): أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى طلبة الجامعة. مجلة دراسات الكوفة، العراق، (١٢).
٦. إياد أقرع (٢٠٠٥): الشعور بالأمن النفسي وتأثره ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية بنابلس.
٧. جميل الطهر اوي (٢٠٠٧): الأمن النفسي لدى طلبة الجامعات في محافظات غزة وعلاقته باتجاهاتهم نحو الانسحاب الإسرائيلي، مجلة كلية التربية الجامعة الإسلامية، المجلد السادس عشر، ص ٢٧- غزة.
٨. جهاد الخضري (٢٠٠٣): الأمن النفسي لدى العاملين بمراكز الإسعاف بمحافظة غزة وعلاقته ببعض سمات الشخصية ومتغيرات أخرى، رسالة ماجستير لكلية التربية : الجامعة الإسلامية غزة.
٩. حامد زهران (١٩٨٨): الأمن النفسي دعامة أساسية للأمن القومي العربي والعالمى، ندوة الأمن القومي العربي، اتحاد التربويين العرب، بغداد.

١٠. حامد زهران (١٩٨٩): الأمن النفسي دعامة للأمن القومي العربي، مجلة دراسات نفسية، القاهرة.
١١. خنساء عبد الرزاق (٢٠٠٩): "اثر أسلوب العلاج الواقعي في تنمية الأمن النفسي لدى الأزواج والزوجات"، مجلة الفتح، جامعة ديالي، ع(٣٨).
١٢. زينب شقير (٢٠٠٥): مقياس الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية)، كراسة التعليمات. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
١٣. سامية إبراهيم (٢٠٠٩): أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية من الجنسي. السنة الرابعة والعشرون، مجلة البحوث النفسية والتربوية، كلية التربية، جامعة المنوفية، (٢).
١٤. سعيد المغامسي (٢٠٠٧): أثر القرآن الكريم في تحقيق الأمن النفسي لدى المسلم. مجلة جامعة الإمام، (٥).
١٥. سوزان بسيوني؛ عبير الصبان (٢٠١١): العنف وعلاقته بالأمن النفسي لدى طالبات الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، ج٢ (٧٥).
١٦. السيد عبدالمجيد (٢٠١١): الأمن النفسي - المؤثرات والمؤشرات. مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، ج١ (١٤٥).
17. Al-Domi, M. M. (2012). Faith and psychological security in the Holy Quran. European Journal of Social Sciences, 32(1), 52-58.
18. Maslow, A. (1970): The dynamics of psychological security-insecurity, Character and personality, 10.331-344.

- 19.Mulyadi, S. (2010). Effect of psychological security and psychological freedom on verbal creativity of Indonesia homeschooling students. New York, USA: Centre for Promoting Idea. Available online at: www.ijbssnet.com. (pp. 72-79)
- 20.Nafaa, N., and El-Tanahi, N. (2011). Effect of cardio karate on some of tension and psychological security indications and its relationship with the aspiration level to the orphans. Ovidius University Annals, Romania, Series Physical Education and Sport / SCIENCE, MOVEMENT AND HEALTH 29 code CNCSIS category B+, 11(1), 104-112.