محكمة السلوك وأثرها في بيان الصحة النفسية

دراسة تجريبية على عينة من معلمات المدارس / زليتن

إعداد

د. فضيلة محمد مصطفى صوفية

علم النفس التربوي والصحة النفسية / الجامعة الأسمرية الإسلامية، زليتن / ليبيا

f.sufya@asmarya.edu.ly

الملخص:

هَدَفُ البحث النظر في الصحة النفسية – محط اهتمام الناس، بمختلف مستوياتهم، ومراحلهم، فهي أساس الحياة السوية، والنظر في مؤثراتها، وكيفية معرفتها – وذلك من خلال السلوك، الذي أعاره البحث اهتماماً، لكونه المعبر عن دواخل النفس، فأقيم البحث بعنوان: محكمة السلوك وأثرها في بيان الصحة النفسية، لمعرفة إن كان هناك فروق تفصل في الحكم بأن السلوك هو المعبر عن صحة النفس، من عدمها، فانطلق في ذلك من الأدبيات، والخلفية التاريخية، وبالمنهج التجريبي للعمل الميداني، ذي المجموعة الواحدة، بعينة عشوائية من معلمات المدرسة الثانوية بزليتن، بتعداد (14) مفردة، طبق عليهم برنامج تجريبي بـ (17) جلسة علاجية، بوعاء زمني تراوح ما بين (60:45) دقيقة للجلسة الواحدة، وبأدوات جمع المعلومات، وتكونت من (بطاقة تقييمية، وملاحظة مباشرة، ومقابلة مقننة)، وبالمعالجة الإحصائية تم التحقق من الفرضية الأولى بنفي الفروق بين آراء العينة على البطاقة في الحكم السلوكي بمستوى دلالي(0.05)، ورفضت الفرضية الصفرية الثانية، وقبول البديلة، لوجود فروق بين العينة على البطاقة، وتباين رأي الباحثة أيضاً من خلال الملاحظة المباشرة بنفس الفرضية، وأثبتت فترة المتابعة بعد فاصل زمني (19) يوماً بتماثل المعدل الإحصائي للعينة في الفرضية الأولى، والتثبت من الفرضية الثالثة، وهذا يعني أن السلوك الصادر هو الحاكم على صحة النفس من عدمها، وأن ما استنتجته الباحثة خلال الملاحظة هو إشارة إلى أن هناك إما تحايل من النفس لإظهار عكس ما تخفي كحيل الدفاع النفسي، وإما وجود جانب نفسي مبهم وخفي لا يمكن للسلوك التعبير عنه بنزاهة، وصدق، كما أشرنا إليه في البحث، لذا فمن وصايا البحث النظر

لإقامة دراسات تبحث في هذا المنوال لعلها تصل إلى هذا الجانب الخفي، لقوله تعالى:ُاً □ □ □ □ بر □ □ً (آل عمران:154)، ولندرة الدراسات السابقة أيضاً.

الكلمات المفتاحية: الصحة النفسية، السلوك، النفس، المحكمة

Abstract:

The aim of the research is to look into mental health - the focus of people's attention, at their various levels and stages, as it is the basis of a normal life, and to look into its effects and how to know it - through behavior, which the research paid attention to, because it expresses the inner self. The research was conducted under the title: The Behavioral Court and its Effect on the Statement of Mental Health, to find out if there are differences that separate the judgment that behavior is an expression of mental health, or not. It proceeded from the literature, the historical background, and the experimental method of field work, with a single group, with a random sample of secondary school teachers in Zliten, with a count of (14) individuals, an experimental program was applied to them with (17) treatment sessions, with a time frame ranging between (60:45) minutes per session, and with information collection tools, consisting of (an evaluation card, direct observation, and a standardized interview), and with statistical processing, the first hypothesis was verified by denying the differences between the opinions of the sample on the card in behavioral judgment at a significant level (0.05), and it was rejected The second null hypothesis, and the alternative acceptance, because there are differences between the sample on the card, and the researcher's opinion also differed through direct observation with the same hypothesis, and the follow-up period after a time interval of (19) days proved the statistical rate of the sample in the first hypothesis is similar, and the third hypothesis was confirmed, and this means that the issued behavior is the judge of the health of the soul or not, and that what the researcher concluded during the observation is an indication that there is either a trick from the soul to show the opposite of what it hides as psychological defense tricks, or the presence of an ambiguous and hidden psychological aspect that behavior cannot express with integrity and honesty, as we indicated in the research, so one of the recommendations of the research is to consider establishing studies that examine this approach, perhaps they will reach this hidden aspect, for the Almighty says:ُاً □ □ □ □ بر □ □ً

(Al Imran: 154), and for the scarcity of previous studies as well.

Keywords: mental health, behavior, psychology, court

المقدمة:

الصحة النفسية جوهر الإنسان، وسواؤه الذي يعبر به عن جميع مواقفه الحياتية، وهى العامل المهم للاطمئنان الذاتي، كما أنها جزء أساسي من الصحة الجسدية، حيث ينص دستور منظمة الصحة العالمية على أنّها: "هي حالة الرفاهة أو السعادة الجسمية والنفسية والاجتماعية التامة، وليس مجرد غياب المرض أو العجز أو

الضعف" (عبد الخالق ، 2003 : 29-28)، واستناداً للتعريف يتبين أن الصحة النفسية لا تتوقف على جوانب الصحة والمرض؛ بل الشعور بالاطمئنان الذاتي، جاء في قوله تعالى: ﴿ يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴾ (الفجر:27- 28)، والرجوع الذي في الآية هو السلوك، محط اهتمام البحث، لإكساب الراحة النفسية، والثقة، والرضى، ومحاولة التحكم في هذه السلوكيات، فالصحة النفسية هي تكامل الشخصية انسجاماً مع جميع روافدها، والشخصية تتكامل عندما تكون الآلية السلوكية السائدة عند الشخص آلية اعتبار الذات السلوكية، الذي هو من مبررات البحث، فهل يتم اليقين بصحة النفس من خلال السلوك الظاهر؟ فمعظم علل الاضطرابات النفسية سببها التأثر بالعوامل البيولوجية، والنفسية، والبيئية المختلفة، المسببة في علة النفس، فقد تكون خفية تفتقد للسلوك المعبر، ولا يُعرف هل النفس سوية أم لا سوية؟ فالعلة والصحة مترافقتان دواخل هذه النفس، ولا مفر منهما، غير أن الإنسان بحكمته وضبطه لذاته أو لخلل فيهما يميل نحو أحدهما، وهو مؤكد في الذكر الحكيم: ﴿ وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ﴾(الشمس:7- 8)، وقد نحتكم إلى السلوك الصادر عن النفس، وقد لا نحتكم، ومن المعلوم أن السلوك سواء كان فسيولوجياً أو حركياً يعبر عن ماهية الباطن، والظاهر، ولكن قد يكون غير ذلك؟ وهو ما أشكل عليّ عرفانه، فالنفس قد تظهر عكس ما تضمر، كذلك الإشكالية هنا: كيفية الوصول إلى المضمر، فقد لا يُعبر عنه السلوك؟ ، أو يكون التعبير مغايراً للحقيقة، وهو ما دعا لمعرفة ذلك، وهنا لا نستطيع الاعتماد على أن السلوك هو المعبر أو الحاكم على أحوال النفس (صحة أو علّة)، كما نعلم بأننا نستدل على طبيعة وجبلة الإنسان من خلال سلوكه الصادر عنه، رغم أن دراسات عدة فصلت وحللت وأثبتت أن التعرف على ماهية الفرد من خلال سلوكياته – كما هو معروف – فإذا عبر بسواء أو لا سواء فهو كذلك، ذلك أن السلوك: "كل ما يصدر من الفرد من استجابات مختلفة إزاء موقف يواجهه، أو إزاء مشكلة يحلها، أو خطر يتهدده، أو قرار يتخذه" (راجح،1972: 89)، إذن فهل نتمكن من الحكم التام واليقيني على النفس (صحتها أو علتها) من خلال السلوك؟ وهذا ما سيسعى البحث لتبيينه في ظل الجوانب النظرية والإجرائية، وقد نستعين بالخلفية التاريخية للموضوع في ذلك كدراسة علي (2013) بعنوان: أنماط السلوك الصحي والرعاية الذاتية كمتغيرات منبئة بالصحة النفسية والجسمية، ودراسة الوشلي (2003) ومفادها الكشف عن الصحة النفسية لدى طلبة جامعة صنعاء وعلاقتها بسلوك الضغوط النفسية، من هذا البيان المقتضب انطلق البحث لتحليل إشكاليته، مستعيناً بالمنهج التحليلي الوصفي، لتبيين بعض الأدبيات الشارحة للموضوع بإيجاز، فما نعتني به هو التطبيق الإجرائي، متمثلاً في الاعتماد على المنهج التجريبي، الذي احتوى برنامجاً تجريبياً لقياس السلوكيات الصادرة، وهل لها الحق في الحكم على صحة النفس؟ ومن تلك الدواعي والمبررات التي تعتبر نوافذ

تفتح المجال للسعي في استضاءة غيبيات الموضوع، تم تأسيس البحث في هيكلية تكوينية انتظمت في مقدمة وثلاثة مباحث، **فالمقدمة** تم فيها ذكر نبذة توضيحية لعلة إنشاء الموضوع، **المبحث الأول:** التأسيس، والأدبيات وتمثل في مطلبين، الأول اختص بالتكوين البنائي للبحث، من الإشكالية، والتساؤلات، والفرضيات الإجرائية، والأهداف، وكذلك أهمية الموضوع، وحدوده، ومحدداته، مختوماً بالمفاهيم المصطلحية للمتغيرين، والمطلب الثاني أسندت له تحليل الأدبيات النظرية، لإمكانية استثمارها في إجراءاته، ليؤسس قاعدة بيانات ننطلق منها إلى **المبحث الثاني:** التأصيل والإجراءات، والذي تكفّل المطلب الأول منه بالحفر في الخلفية التاريخية للموضوع، وهو ما يؤهله للدخول في التطبيق الميداني للإجراءات التجريبية، وذلك في المطلب الثاني الذي تسلّم تنفيذ العمل التطبيقي (التجريبي)، وتعهّد بالتحقق من التخمينات المحتملة، والإجابة عن التساؤلات، وهو القاضي الفصل في شكوكنا وتخميناتنا الفرضية، في حلحلة هذه الإشكالية، لنعلن عن نتائج مُدَلَّلَة ومبرهنة توثق في **المبحث الثالث** حيث خواتم البحث، والنتائج في المطلب الأول، والثاني اختص بالخاتمة والتوصيات والمقترحات والمراجع، وقد تستجد مواضيع أو آليات تطبيقية تفيدنا.

المبحث الأول: التأسيس والأدبيات:

المطلب الأول: مكونات البحث، الإشكالية: تبلورت اشكالية البحث من خلال دواعي وغايات يؤمل تحقيقها في فهم النفس (صحتها وعلتها)، وما هي الصحة وما هي العلّة، وكيف نحكم على الاثنين حكما بيّناً، وما المحك الحاكم؟ أي: ما ميزان الحكم؟ ثم هل الحكم نافذ طول المدى أم أنه آني؟ وأي الكفتين الراجحة؟ ومن القاضي الذي سيصدر هذا الحكم؟ وهل سنعترف به حكماً عادلاً يعمم على جميع أحوال النفس؟ جميع هذه الاستفهامات ستتم دراستها وتحليلها ليجيب عنها البحث من خلال التساؤل الاستفهامي الرئيس والمتمثل في هذا المثير:

هل يمكن للسلوك أن يبين صحة النفس ويؤثر فيها من خلال حكمه؟

ولكي نحيط بحيثيات الموضوع ـ ولا ندّعي الإحاطة التامة ـ نصيغ بعض التساؤلات المساندة للاستفهام الرئيس:

- هل تشتكي النفس من العلل المرضية؟ أم تتمتع بالصحة النفسية؟ كيف تشتكي؟ وكيف تتمتع؟
- هل يمكننا أن نثق بالسلوك كمحك يحكم بالعدل على النفس؟
- هل نتيقن من الصحة النفسية من خلال محكمة السلوك؟

ولكي يكون البحث متصفًا بشيء من النزاهة، وبعيداً عن الذاتية، نرفد هذه التساؤلات ببعضٍ من التخمينات الاحتمالية، علّها تسهم في صياغة نتائج ذات سمات موضوعية، تعين في استثمارها لمواقف وموضوعات نفسية، وذاتية، وتعين في حلحلة الإشكالية وسترفد صيغتها ضمن التطبيق التجريبي في المطلب الثاني ضمن المبحث الثاني.

وعليه فإن البحث لا يقتصر على تساؤل ما، أو تخمين احتمالي يترقب ثباته؛ بل يطمح إلى أهداف أدبية وإجرائية، يؤمل استثمارها في مواقف نفسية داعمة، ومعالجة، تفتح السبل لتتربع الطمأنينة النفسية دواخل الذات، فتسمو، وترتقي بسلوكها الحاكم عليها إذا صح ذلك، وهو ما نوضحه في النقطة الآتية:

أهداف البحث: من خلال دواعي البحث فإنه يهدف لتحقيق غايات منها:

- السعي إلى معرفة النفس بجوانبها، والصحة النفسية، والعلة النفسية.
- فحص المجالات والأساليب الداعمة لديمومة الصحة النفسية.
- يرمي البحث إلى نزاهة المحكمة السلوكية من خلال وثائق المعاملات الصادرة عن النفس.
- بناء خطة وعظية توجيهية للسلوك النفسي نحو السواء واستثمارها في حصول الطمأنينة النفسية ليتمكن من إصدار أحكام نزيهة عما تكنّه النفس استبعاداً للغموض الذي يلفها في بعض المواقف، ويتمثل في جلسات (قضائية) علاجية – للتفريغ نفسي– لكشف مبهمات السلوك، (قد شبهتها بجلسة المحكمة لدواعي سيتم بيانها لاحقاً).
- تدعيم أي سلوك زاكي إيجابي يفسح المجال للنفس لتتخلى فتتحلى لتتجلى وهو أرقى أنواع المحاكم السلوكية القاضية بصحة النفس واطمئنانها، والقيّمة لجميع أحوالها الظاهرة والباطنة.

أهمية البحث: تتبين أهمية البحث في كونه يتبنى الجانب الحيوي، أو البيولوجيا النفسية، مرفقاً بماهية العصب السلوكي، الذي يتم من خلاله إبراز السلوك، وتحليله، وفهمه، وما مدى علاقته بإيجابيات النفس، أو سلبياتها، وما هي تأثيراته في إصدار الأحكام النافذة، والصادقة اليقينية على الصحة النفسية، وبالمقابل يوجه عنايته نحو السلوك العام للإنسان، والذي يفصح عن ماهية السلوك النفسي السوي المعبر عن النفس السوية المطمئنة، الذي من شأنه أن يضيف طابعاً وظيفياً للبحث، من حيث استثماره في التوظيف العلاجي، لكونه واجباً تربوياً نفسياً

علاجياً افترضته فرائض ووصايا الشريعة التي دعت إلى ذلك في جلّ شواهده، لقوله تعالى:ﭐ ﱡ ﱢ ﱣ ﱤ ﱥ ﱦ ﱠ(التحريم:6) ونعرض بعضاً من أهمية البحث في نقاط:

- له أهمية نفسية حيوية فاعلة في تبصيرنا بحقيقة سلوكياتنا المعبرة عن أنفسنا.
- يمكّننا من توجيه سلوكياتنا ومعاملاتنا نحو السواء والصحة النفسية الدائمة أو شبه الدائمة.
- اتجهت عناية البحث لتدعيم النفس نحو التبصر الذاتي لخلق ظواهر نفسية إيجابية للمحافظة على ديمومة الصحة النفسية وتوظيفها التوظيف الأمثل.
- التوجه نحو الدراسات النفسية والسلوكية لتحليل نوع السلوك الصادر عن النفس ومعرفة أحوال النفس من خلال سلوكياتها إذا صح ذلك، أو خفاياها التي تحجبها عن الآخرين، وتحتفظ بها.
- دفع البحاث لفتح آفاق جديدة للبحث بعمق في هذه المواضيع، بيد أنها الأساس التي تبنى عليها الشخصية السوية المعتدلة في أحوالها وسلوكياتها، رغم وجود العديد من هذه الدراسات، وبما يوافق البحث فهي نادرة.
- رفدٌ للدراسات السابقة، وأساس لدراسات مستقبلية وإضافة جديدة للمعرفة.

حدود البحث: رسم البحث حدوده النظرية والتطبيقية في هذا البيان:

- **الحد النظري:** تحليل المتغير الأول (محكمة السلوك)، المتغير الثاني (الصحة النفسية).
- **الحد التطبيقي:** برنامج تجريبي توظيفي متنوع لخلق مواقف مقصودة تهدف للكشف عن علاقة الظاهرة المؤثرة في النفس، وميكنة السلوك الصادر عنها، **جلسات** مبرمجة (للعينة) لطرح قضايا سلوكية، **ملاحظة** مسددة نحو الظاهرة والسلوك المرافق لها (تختص بها الباحثة)، اعتماد فترة المتابعة للتحقق مما توصلنا إليه ونحتكم **بمقابلات** مقننة ذات مواضيع محددة لرصد ظواهر السلوك، ثنائية بين (الباحثة والعينة)، وتتمثل معالجة هذه الإجراءات بأداة جمع المعلومات، وثيقة بطاقة مدون فيها سمات السلوك المدروس، توزع على العينة، لحصد الآراء حال التطبيق، في حين ما صدر خارج تلك السمات تتكفل به الباحثة من خلال الملاحظة في نفس البيئة المعملية، وأما اختبار المتابعة يكون بعد فاصل زمن معلوم قدره (19) يوماً.
- **الحد المكاني:** إحدى المدارس الثانوية / زليتن / ليبيا

- **الحد الزمني:** (2025م)

محددات البحث: يمكن تطبيق خطواته وبرامجه في العيادات النفسية الإكلينيكية، مكاتب الإرشاد النفسي، الخدمات النفسية والاجتماعية، الأسرة، وأي مؤسسة تخدم النفس وتؤسس أصول الصحة النفسية.

مفاهيم البحث: إن من أساسيات البحث أن يبسط مفاهيمه الأصولية، كنوافذ نطل منها عليه، ونبينها لإبراز ماهيتها بصورة تسهل على القارئ فهمها، وقصدنا الإشارة الموجزة لها، لرفع الثقل عن البحث، إذ أننا نميل إلى التركيز على الأهم، وهو تحليل متغيري الموضوع إجرائياً.

محكمة السلوك: تعني المحكمة قانوناً إجرائيا مُقَرّ يتم فيه التقاضي بين المختصمين، وتربوياً هي الحكم الفصل على شخصية الفرد، وبما يعنيه موضوعنا فإنها المجال الإجرائي الذي تبناه البحث لتحقيق أهدافه، من خلال الجلسات (الإجرائية)، وسنطلق عليها جلسات قضائية استناداً للمصطلح القانوني ـ محكمة ـ الذي تم اعتماده أملاً في نزاهة الحكم والنتائج، برفقة الملاحظة والمقابلة لاختبار المتابعة، التي تعتبر وسائل لإصدار الحكم الموضوعي بصحة النفس، من عدمها، مستندين على السلوك الحاكم، سواء الإرادي، أو اللاإرادي، حسن أو سيئ، وعند ابن القيم هو: "سلوك الطريق إلى الله عز وجل، وذلك بتهذيب النفوس وتزكيتها وتطهير القلوب ومعالجة أمراضها، لتسعد وتكتسب الصحة النفسية". (القوسي،2009م،ج1: 51)، والسلوك هو كل ما يصدر عن الفرد فسيولوجياً أو حركياً.

محكمة السلوك: حسب مفهوم الموضوع تعني الإطار أو المخطط أو البرنامج الذي صاغه البحث، واعتمد في بنائه التشبه بالمحكمة القضائية التي تصدر أحكامها الموضوعية، بدلائل موثوقة وشواهد عينية تصدر بصدق وعفوية من النفس (المدعي عليه) حال التطبيق وهو بيئة السلوك الحاكم على صحة النفس، ومهمتها الترصد لأفعال وسلوكيات الفئة المقصودة (عينة البحث).

الأثر: التأثر إبقاء الأثر في الشيء "أثر فيه: ترك فيه أثراً"(الرازي،1973: 6)، والأثر الطيب يقوي ويعزز المسارات العصبية، أي يحدث خلالها ارتباطاً، والأثر غير الطيب يضعفها، وهو في معناه " تطبيق المعرفة التي اكتسبها المتعلم من خلال عملية التعلم في الحصول على معرفة جديدة، وحل مشكلات جديدة، وفي التكيف الحسن مع الحياة"(العناني،2000: 227)

بيان: هو "الإبانة، والفصاحة، والإيضاح، والكشف عن المشكل"(الجوهري،دت،ج5: 2083)، البيان إظهار المقصود بأبلغ لفظٍ، وهو من الفهم وذكاء القلب مع اللَّسَن"(ابن منظور ،دت:69)، وهو ايضاح الغامض وتبيين المبهم.

الصحة النفسية: الصحة مصطلح صادر من الفعل الثلاثي (ص، ح، ح)، وهي خلاف المرض، فعن سلَمة بن عبيد الله الخطمي، عن أَبيه، قال: قال رسول الله ﷺ: "من أَصبح منكم آمنا في سربه، معافى في جسده، عنده قوت يومه، فكأَنما حيزت لَه الدنيا بحذافيرها". (البخاري،1997، ج300/1) و**النفس:** هي جوهر الإنسان، (الذات والحس)، إذا كانت سوية صلح باطنه وظاهره، لذلك كانت المهمة الأشق على الإنسان أن يتفهم نفسه، فهي القوة الخفية، فقد تطمئن، أو تضطرب، "النفس الإنسانية جوهرٌ روحاني قائمٌ بنفسه لا يتحيزُ، وليس بجسم ولا منطبع في الجسم، ولا هو متصلٌ بالبدن ولا هو منفصل عنه" (الغزالي، دت: 252) وهنا مهمة البحث، إذاً نستخلص بأنها حالة تكتمل فيها السلامة النفسية الذاتية والبدنية والعقلية، والتمتع بمستوى اعتدالي من الصحة يمكن بلوغه بشكل طبيعي، **فالصحة النفسية هي** "الحالة التي يتسم فيها الشخص بالخلق القويم والكفاءة والكفاية والاتزان، والسلوك السوي وتكامل الشخصية، والقدرة على مواجهة الحياة وضغوطاتها والتغلب على أزماتها" (قطيشات، التل، 2009: 15)، وبما أن البحث أقيم لأجل صحة النفس، فمن البدهي أن يبحث في الطرف المقابل أو المضاد وهو العلة النفسية، ذلك بأن: "الصحة النفسية والمرض النفسي مفهومان لا يفهم أحدهما إلا بالرجوع إلى الآخر، والاختلاف بين الصحة النفسية والمرض النفسي مجرد اختلاف في الدرجة، وليس في النوع؛ لأن كلاهما يتعلق بالنفس". (زهران،1977: 10)، ومما تقدم نرى أن القرآن الكريم ذكر ذلك في محكم آياته جامعاً لجميع ما وصفناه في قوله تعالى: ﴿ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَلَمْ يَلْبِسُوٓاْ إِيمَٰنَهُم بِظُلْمٍ﴾ (الأنعام:82) والمقام لا يسع لتحليلها، ولكن ما هو واضح في الآية الإيمان والأمن والهداية تعبر عن صحة النفس، وبالمقابل اللبس والظلم وما تحمله من معانٍ من ظن وشكوك ووسواس وغيرها وما يتبعها من سلوك يعبر عن العلة النفسية، وجميعها ترتبط بالسلوكيات الفسيولوجية والحسية.

المطلب الثاني: الفرع الأول محكمة السلوك

إن ديناميكية السلوك الإنساني تتفرع إلى مجالات متعددة، يمكن فحصها، وتحليلها، ودراستها، وتستوجب العديد من أصناف البحوث، لتقديم رؤى واضحة، وجلية، للتعرف على سلوكياتنا، ذلك لأن السلوك بصفة عامة نسبيُ لتوافقه مع نسبية الإنسان، والمؤثرات الداخلية والخارجية لا تحصى، لذا فالبحث في هذا المنوال مهمته

تحتاج سبلاً فاعلة تمس جوهر القضية، وليس من جوانب البحث والكتابة وغيرها فحسب، بل من جانب الحصول على نتائج موضوعية تحكم بصدق وثقة على السلوك البين، والتي سنعرض منها ما يسعى البحث للنظر فيه.

المحكمة: بشكل عام هي مقرّ يتقاضى فيه المختصمون، وظيفتها إصدار أحكام عادلة مقبولة، ولها الحكم النافذ وتتمتع بالاختصاص القضائي، وفي بحثنا التجأنا إلى هذا المصطلح والألية التنفيذية لإصدار أحكام نزيهة وموضوعية ـ تغييراً للنمط البحثي المألوف في الوصول إلى الهدف ـ ورغبة في الوصول إلى الإجابة عن تساؤل هل للسلوك حكم موضوعي معبر عن جميع أحوال النفس؟ وهى الجلسة العلاجية الفاحصة عن السلوك وحكمه في البيان المستهدف.

السلوك: كما هو متعارف عليه العامل المعبر عن شخصية الفرد، والواصف لسماتها، وأحوالها الظاهرة، والباطنة، وهو جميع الأعمال الإرادية، واللاإرادية، التي تصدر عن الفرد، وفي اللغة هو: من مصدر الفعل (سلك)، "سلك طريقاً، وسلك المكان يسلكه سلكاً، والسلوك سيرة الإنسان ومذهبه واتجاهه، يقال فلان حسن السلوك أو سيء السلوك"(الرازي، دت:152)، واصطلاحاً هو "أعمال المرء الإرادية المتجهة نحو غاية معَينة مقصودة والتي تصدر عنِ الحالة الراسخة الكامنة في النفس"(موسى،1948: 74)، وهو سيرة الفرد، حيث يُقال أنّ شخصاً سيء السلوك، أو حسن السلوك، ويرتبط السلوك بالبيئة المحيطة وما يدركه الفرد، فقد يكون السلوك واعياً، أو غير واعٍ، ويعرّف السلوك بأنه "العادات التي تتكون آلياً نتيجة تغيرات فسيولوجية يمكن تفسيرها على أساس ميكانيكي، ونقطة البداية مثير خارجي يؤدي إلى استجابة"(يونس،1993: 16)، وهو كل ما يصدر عن الفرد من سلوكيات، ليست مطلقة، بل تنحى نحو النسبية وترافقها مؤثرات، تدفعها للتنوع والتشكل حسب الوضع الباطني أو الموقف الخارجي.

مكونات السلوك الإنساني: تتقيد مكونات السلوك بموضوع البحث، ففي نظر الموضوع يعتبر السلوك منعقدًا في مكونات ثلاثة: (العواطف، الإدراك، الأفعال)، وهن الأساس، ويرى البحث ترتيبها بأولوية آلية العملية الفسيولوجية، حيث تبدأ بالبواطن ثم بالظواهر، ويتوصف بالتعقيد تارة، وبالبساطة تارة أخرى، وهو ليس مطلقاً؛ بل نسبي، ويسهل برمجته حسب الوضع الذي يعيشه الفرد فما يثيره يسيره: جاء في قوله تعالى: ُّ ني يرَّ (عبس:20)، أي ما يؤثر فيه ينحى نحوه ونستبين مكوناته في الآتي:

المكون العاطفي: تعتبر الغيابات النفسية مكون غامض، ولا يمكن التوصل إلى بيانها، أو فهمها، مهما تعددت المحاولات، فالعواطف والدوافع والغرائز وغيرها سلوكيات خفية، يستحيل ملاحظتها إلا إذا أصبحت طافية على

السطح، ولها علاقة فسيولوجية عضوية تعبر عنها، كاضطراب في ضربات القلب، زيادة معدل التنفس، جفاف الحلق، اضطراب الكلام، وغيرها فهذه السلوكيات لا يشعر بها إلا الفرد نفسه، وأما ما ظهر منها فهو بيّن كتغير في سمات الشخصية، وتعابيرها كالكلام مثلاً، وظهور كميات من الدم على سطح الوجه، أو العكس، أو بعض التوترات والحركات المعبرة، فالعاطفة تهيؤ وعامل نفسي لكل ما سبق.

- **المكون الإدراكي:** يأتي الإدراك في المرتبة الثانية، الذي هو سمة نتائج العمليات الفكرية، والصور الذهنية، والتخيلات العقلية، ويشتمل على المهارات والمعرفة، وهو متعلق بالتفكير المجرد، والحسي، وإحدى العمليات المعقدة التي يتم تنفيذها في ملكات العقل، ليسهم في فهم وتحليل المعلومات، وحفظها، ومن عملياته الأكثر تعقيداً، تحويل المدركات الحسية إلى تنبيهات عصبية، وإشارات تستقبلها الخلايا الدماغية، فتترجمها من محاكاة عقلية إلى ردود أفعال سلوكية، ظاهرة، وباطنة، فالإدراك عملية تفكير عالٍ، وخفي، وغير قابل للملاحظة، إلا من خلال السلوك المعبر.
- **المكون السلوكي:** تتبين السلوكيات والأفعال في كل ظاهر وبيّن، ويمكن ملاحظتها، وهي مرتبطة بالنفس، والفكر، في الفعل، والعمل، على أنه انتقالات من حالة، إلى أخرى، وتحدث الأفعال السلوكية على نطاقات زمنية مختلفة، بدءًا بالتنبيهات الحسية، إلى نشاط الغدد، وتنشيط العضلات، وهو في مفهومه "الخطوات الإجرائية التي ترتبط بتصرفات الإنسان إزاء موضوع، الاتجاه بما يدل على قبوله، أو رفضه، بناءً على تفكيره النمطي حوله وإحساسه الوجداني... والمتمثلة بالاستجابات الناتجة من تبلور المركبين المعرفي والوجداني"(العجّي،2013: 186)، ونكتفي بهذه المعلومات المقتضبة والتي تم انتخابها بما يعين في تحليل متغيري البحث وتأصيل بعض المعلومات المساندة لإجراءاته.

المطلب الثاني: الفرع الثاني الصحة النفسية

لا ظنّ ولا شكوكية أن الصحة النفسية هي من أهمّ المجالات التي تهمٌّ الإنسان من جهة، ومحط اهتمام الدراسات الإنسانية من جهة أخرى، كعلم النفس، وعلم الصحة، وعلم السلوك، وعلم الطب، وغيرها، كما إنّها المفهوم الأكثر إثارة لعلماء النفس والتربية والسلوك، فالإنسان يميل بفطرته إلى الشعور بالأمان، والاطمئنان النفسي، واكتساب السلوكيات السوية، فذاك المؤشّر المهم للصحة النفسية السليمة والمعزز لها، والمحافظة على ديمومتها، في ظلّ مختلف الظروف، والأحداث، والمواقف التي يمر بها الفرد، والظواهر التي يعيشها، ذلك لأن هذه المكونات

نابعة ومتأصلة في دواخل الذات، لذا فمن البديهي أن يترتب عليها السلوك الصادر عنها، والذي يعتبره عامة الناس هو المعبر الوحيد عن تلك الصحة، من عدمها، ونحن في هذا البحث الموجز لا نرغب في سرد المعلومات النظرية، فنعتبرها إطالة إلا ما لزم منها للتوضيح، ونستعين ببعض المعلومات التعريفية التي تفتح نوافذ الموضوع، ومكوناته، وصولاً إلى تحقيق الهدف، ولكي نلمس نتائجاً فاعلة، عليه سنتطرق إلى مظاهر الصحة النفسية لرصد سماتها وكينونتها، والعوامل المؤثرة فيها لنتبين عللها.

مظاهر الصحة النفسية: بما أن الصحة النفسية والاطمئنان الذاتي هي النسبة الإجرائية للتوافق السوي فطرياً من غير تصنع أو مبالغ فيه، ذلك لأن البحث سيسير بجميع نقاطه بموضوعية، ودون تحيز، ليبسط نتائجاً موضوعية.

- **التوافق النفسي أو الذاتي:** هو سمة التوازن السوي بين مكونات النفس، واعتدال نسبة الصراع القائم بينها، والاتزان هو: المضاد للاختلالات النفسية، التي تصيب النفس، في ظروف غير مستقرة، أو بسبب ظاهرة عابرة، أو مرض نفسي، وفي **اللغة** هو: "الاتفاق والوفاق والموائمة والتطابق في الشعور والفكر والتصرف"(العلايلي، دت: 959)، **واصطلاحاً:** "إشباع الفرد لحاجاته النفسية وتقبله لذاته واستمتاعه بحياة خالية من الصراعات والأمراض النفسية ومشاركته في الأنشطة الاجتماعية وتقبله لعادات مجتمعه"(صالح،2000م: 5)، إذن فسمة التوافق ومعانيها هو ما يهمنا في البحث، والعينة حال الإجراء التطبيقي، لإجراء التعديل، والتسوية، للوقوف أمام محكمة السلوك، لإصدار الحكم الموضوعي، الذي هو: "مرادف للتوافق الشخصي ويعني السعادة والرضا...، ويعبر عن سلام داخلي" (زهران،2005: 80).
- **التوافق الانفعالي:** ويتمثل في تناسق الأفعال الظاهرة والباطنة، والتوازن يكون في درجة الاعتدال فيه، فلا برود انفعالي أي لا مبالاة، ولا منفعل بشدة، وإنما درجة الوسطية مع الأحداث بطريقة اعتدالية، قال تعالى:ُأ□ □ □ □ً (البقرة:143) فالوسطية سمة التوازن، والثبات، بسلوك سوي، للشعور بالارتياح النفسيّ، والسواء السلوكي، والتوافق الانفعالي، بعيداً عن الإضرابات، والتوترات، والأفكار التشاؤمية، فتوازن الشخص انفعالياً دليل على تمتعه بصحة نفسيّةٍ سوية.
- **التوافق العقلي:** أولا هو درجة التوازن الفكري بين ملكات العقل، في التوائم بين أعمالها المناطة إليها، وهي ميكانزم الضبط، الذي يعبر عن سمة التآلف، وحكمة إصدار السلوكيات المعبرة، كما هي درجة الذكاء، والقدرة على التحليل، فهي المعبرة عن الصحة النفسية، والخلاص من التشتت الفكري، وفقدان التوزان، سواء في أعمال العقل، أو في ضبط نوع السلوك الصادر، فالبحث نصب عينه حكم السلوك.

- **التوافق الاجتماعي:** وهو ما يسمى بالذكاء الاجتماعي، الذي هو إمكانية النفس والعقل والسلوك على التأقلم مع المواقف، والظواهر الاجتماعية، وسمة التعامل المعبر عن ذلك، في مدى سوائه، ولا سوائه، ودرجة ضبطه الاعتدالي، الذي هو ظاهرة نفسية اجتماعية من مظاهر السواء، والاطمئنان، في جميع أحوال الإنسان، وشعوره بالأمن، بصفته ضمن هذا المجتمع، والانتماء إليه، وتنمية الذات الاجتماعية.

هذا واقتصر البحث على هذه المظاهر بما يخدم الموضوع، والتي تم صياغتها بشكل إجرائي، بيد أن المظاهر متعددة على جميع أحوال الإنسان، لصحة نفسية، وقد تم ترتيبها بأولوية السمة، لننتقل منها إلى العوامل المؤثرة في النفس، والمعينة للوصول إلى تحقيق الهدف، حيث سنعرض ما يفيدنا بنتائج سوية، تتبين في النقاط الآتية:

العوامل المؤثرة في صحة النفس: للظواهر، بجميع أنواعها، وعلى اختلافها، لها تأثيرها في نفس الإنسان، سواء كان هذا التأثير إيجاباً أو سلباً، فينتج عنها الصحة أو العلّة النفسية، والبحث يروم إلى معرفة مسبب هذه المؤثرات، ليتمكن من الخوض في الموضوع ببراهين وأدلة ملموسة، للوقوف عليها، والتي سيستفيد منها في الإجراء التطبيقي، ليصدر أحكاماً، ويتوصل إلى نتائج، يمكن استثمارها في محددات البحث، ومن هذه العوامل التي تخدم البحث:

العامل الوراثي: للوراثة المرتبة الأولى في هذه المؤثرات، وهي الصلة التي تتم من خلالها نقل سمات عن طريق الجينات الكروموزومية، والصبغات الفطرية لقوله تعالى: أُأ □ □ □ □ نى ني □ير ً (البقرة:138)، وهى بذلك مؤثر، وعامل قوي، ويعتبر الأساس؛ لأن الجينات هي مكونات وراثية لها تأثيرُ بالغ في البناء النفسي، والعقلي، والجسدي للشخص، فإذا نظرنا إلى النفس من خلال الوراثة نراها تميل إلى أصولها، من حيث السائدة والمتنحية، غير أن هذا ليس ثابتاً، فالعوامل والظروف الخارجية لها تأثيرها، والنفس لها ظاهر سلوكي، يمكن ملاحظته وباطن خفي لا يمكن ملاحظته بأكمله، وهو ما يسعى البحث للنظر فيه.

العامل البيولوجي: ويتمثل في التكوين الفسيولوجي، ويأتي بعد العوامل الوراثية، وله دوره الفاعل في الأحوال النفسانية، المسؤولة عن الاتزان الذاتي، بين مكون النفس، والمكون الغددي ذو الإفرازات الهرمونية بنسب دقيقة جداً، فإذا اختلت هذه الإفرازات أطاحت بالتوازن، والتوافق النفسي، وأصبح السلوك في حالة من التذبذب، وعدم الاستقرار، فاختلال الغدد الصماء يفقد توازن الجسم، فالخلل في الدرقية يصدر سلوكاً يعبر عن الحالة المزاجية النفسية، والنواقل العصبية النخامية هي كيميائيات توجد في خلايا الدماغ ولها دور في الأمراض النفسية، والحفاظ

على استقرار الحالة المزاجية، والتعلّم والسلوك وتنسيقه وضبطه، وتنكّسها قد يؤثر على تعاملات وسلوكيات الناس، هذا بغض النظر عن الحالات الجسمانية التي تعقبها.

العوامل البيئية: البيئة، هي المجال الذي يتفاعل فيه الفرد، بدافع من العوامل الداخلية، والذي يتكون فيه التفاعل السوي، أو المضطرب، وله تأثير سواء على الحالة النفسانية، أو التعامل السلوكي، فالبيئة بمثيراتها وظواهرها لها مساهمة كبيرة في أحوال الفرد، على مختلف جوانبه، وهي قادرة على تغييره، وتغيير مفاهيمه، ونمط حياته، كما لها محك نافذ في تقويم النفس، والسلوك، ومنها البيئة الأسرية، والاجتماعية، والثقافية، والطبيعية، والتي تكون دائماً حاضرة، ولها حضور دائم في كل لحظات الفرد، يقترن هذا التفاعل مع العوامل الوراثية، والبيولوجية، ولا يمكن إغفال أيٍّ من هذه العوامل، فهي كل متكامل، لتفاعل الفرد باطناً، وظاهراً، قال تعالى: ﱡﭐ ﲇ □ ﲈ □ ﲉ □ □ ﲊ □ □ﱠ(الروم:30)

- **المبحث الثاني: التأصيل والإجراءات**

المطلب الأول: الخلفية التاريخية للموضوع: صوّب هذا المطلب هدفه نحو النظر في بعض من الموضوعات المدروسة والمؤصلة لمتغيرات البحث ليستفيد منها ومن النتائج التي توصلت إليها لتعينه، وينطلق منها وقد يكمل ما أغفلته، فالتأصيل له دور فاعل ومهم في التوثيق، علماً بأن ما تمت ملاحظته هو ندرة الدراسات التي تطابق الموضوع، وتقيدا بسعة البحث سنستعين بدراستين فقط من الدراسات المقاربة:

دراسة حنان محمد علي (2013م) بعنوان أنماط السلوك الصحي والرعاية الذاتية كمتغيرات منبئة بالصحة النفسية والجسمية لدي المرضى، للكشف عن أنماط السلوك الصحي والرعاية الذاتية والصحة النفسية لدى العينة والكشف عن الفروق في أنماط السلوك الصحي والرعاية الذاتية والصحة النفسية والجسمية، بالمنهج الارتباطي، والوصفي، والمقارن، والإكلينيكي على عينة (64) من المرضي والأصحاء، طبقت عليهم المقياس، وأشارت نتائج الدراسة أن هناك علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين أنماط السلوك الصحي لدى عينة من المرضي والأصحاء.

دراسة الوشلي (2003) بعنوان الصحة النفسية لدى طلبة جامعة صنعاء وعلاقتها بالسلوكيات النفسية وأساليب التعامل معها وقوة تحمل الشخصية، للتأكد من هدف الدراسة تم بناء مقياس للضغوط النفسية، ومقياس آخر لقياس أساليب التعامل مع الضغوط النفسية، وتم تطبيق مقياس الصحة النفسية على العينة العشوائية من طلبة

الجامعة كتطبيق وصفي وعولجت بياناته إحصائيا ومن أهم النتائج وجود فروق نوعية ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في معظم أبعاد الصحة النفسية والدرجة الكلية لها، لصالح الذكور.

المطلب الرابع: التطبيقات الإجرائية للبحث

يوجه المطلب عنايته بالتطبيقات الميدانية التي تفصل في الحكم الموضوعي على تساؤلات وفرضيات البحث، وتستفيد من أدبياته، وفي هذا المنوال بنى آلياته بأسلوب المنهج التجريبي، للتطبيق في بيئة معملية مقصودة ومضبوطة ضمن التصميم التجريبي ذي المجموعة الواحدة، غير أنه مغاير للنمط المألوف في التجريب البحثي، حيث إن أفراد العينة هم من يقومون بإدخال العامل المؤثر(التجريبي)، (واقعة أو ظرف، أو موقف)، كلٌ بمفرده داخل البيئة الفاحصة وبقية أفراد العينة في مقام التقييم، عن طريق الإجابة على بنود البطاقة التقييمية، والباحثة تقوم بتسجيل السلوكيات الصادرة أثناء سرد الواقعة أيضاً عن طريق البطاقة، والملاحظة المختصة بها دون العينة، لتتبع الانفعالات، والتغيرات، وكل ما يستجد خلال التطبيق، والعامل الدخيل هنا للنظر في مدى تأثيره في النفس، وهل للسوك الصادر الحق في الحكم عليها (صحتها أو علتها)، وأنه نابع من صميم الشعور، والإحساس الفطري، ربما نعم، وربما لا، وهو ما يتم التحقق منه من خلال فرضيات البحث:

- **الفرضية الأولى:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين آراء العينة ككل على محاور البطاقة.
- **الفرضية الثانية:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رأي العينة الباحثة على محاور البطاقة.
- **الفرضية الثالثة** يوجد أثر ذو دلالة إحصائية لحكم سلوكي في صحة النفس عند المستوى الدلالي الوسطي (0.05) على اختبار المقابلة المقننة خلال فترة المتابعة بفاصل زمني معلوم.

إجراءات البحث: اعتمد البحث على المنهج الاستقرائي التحليلي في المكون التأسيسي والأدبي، وشبه التجريبي في الجانب التطبيقي، ومنهجية التوثيق والاقتباس والمراجع بما هو متعارف عليه في البحوث الأكاديمية (APA)

- تم انتخاب مجتمع الدراسة من فئة معلمات إحدى مدارس مدينة زليتن/ ليبيا، وتعذر ذكر اسم المدرسة تعهداً بشروط الاتفاق على التطبيق فيها، وسحبت منه عينة عشوائية بمقدار (15) مفردة، من تخصصات متباينة.

أدوات جمع المعلومات تمثلت في: **بطاقة** تسجيل تأثيرات السلوك توزع على العينة حال التطبيق، مهمتها فحص (5) أنواع من السلوك تم انتخابها لاحتمال معالجة الموضوع وإصدار الحكم الموضوعي على غاية البحث، **الملاحظة المباشرة** ـ تخص الباحثة فقط ـ حين تطبق الجلسة والتسجيل الفوري لأحوال التفاعلات الصادرة سواء من

العينة بالكامل أو من المفردة ذات العرض، في جلسات جماعية حوارية لأفراد العينة برفقة الباحثة، بتعداد(17) جلسة، **زمنها:** يتراوح ما بين: (60:45) دقيقة لكل جلسة، وقد يتفاوت الوقت، ولاختبار المتابعة انتخبت **المقابلة المقننة،** يتم إجراءها بعد تمام البرنامج لفحص الحالة إثر تطبيق الإجراءات، والتثبت من النتائج سواء نسبيا أو فسيولوجياً للمفردة.

- **محتوى البرنامج** : سرد مواقف وأحداث ووقائع ـ سارة أو صادمة ـ من أفراد العينة بالتبادل (كل بمفردها وحسب رغبتها)، وقد عرجّت على هذه الطريفة بصفتها علاجية أكثر منها بحثية، إذ أنها تعمل على التفريغ النفسي، وتخفيف العبء من التراكمات، والضغوطات النفسية، والمؤثرات السلبية، فتتخلص النفس من الثقل المهيمن عليها، وقد تحمل في طياتها التعزيز للمواقف السارة، فعلى جميع الأصعدة هي خدمة للنفس، لترسو على شواطئ النفس المطمئنة، وعند الدخول في الجلسة وتتبع مضمونها يشير كل فرد إلى العبارات المدونة في البطاقة ـ الفاحصة للسلوك الصادر ـ بالموافقة أو الرفض، ثم يتم تسليم البطاقات للباحثة ختام كل جلسة وترمز وتحفظ لحين تمام الجلسات لمعالجتها إحصائيا، وبعد هذه التجهيزات دخلنا في التطبيق.

تم أخذ الإذن من المدرسة المعنية، وعقد اتفاق مع العينة بالكامل، إلا مفردة واحدة اعتذرت بسبب ظرف مفاجئ حال بين حضورها، فأصبحت (14) مفردة، وتم الاجتماع في الجلسة الأولى، بالترحيب والتعارف والاتفاق على المواعيد القادمة، بما يساعد الجميع، ثم بدأت الباحثة بإعطاء نبذة عن الموضوع، ولماذا هو قائم، وبيان أهدافه، وغاياته، وكيفية التطبيق، والإجراءات المتبعة في الجلسات اللاحقة، ودور أفراد العينة، في الجلسة، بعرض واقعة أو حدث حسب رغبة المفردة، دون التعبير عن النفس، وكأنها تقدم موعظة للحضور، فزادت الثقة في التطبيق، كذلك شرحت ما الفوائد التي يمكن أن تفيدهم من وراء الخوض في هذه التجربة، مثلاً (كعلاج ، الكبت والاكتئاب، والتخفيف من حدة السلوك، والتفريغ الانفعالي، وغربلة النفس من شوائبها وغيرها...)، وتم عرض نموذج البطاقة على العينة، وكيفية التعامل معها أثناء التطبيق، كالإجابة على البند المطابق للسلوك بعلامة (√)، بمعنى رصد جميع سلوك المتحدث، وما يستجد من إجراءات، وتم تنفيذ المشروع وتوالت الجلسات، بزمنها حسب المستطاع أو التأجيل لوقت آخر، وحدث فيها ما لم أكن أتوقع؛ من تجاوب وانسجام للعينة والحماس والحرص على الحضور وحب المناقشة والحوار وإفضاء ما في نفوسهم من مواقف حياتية ووقائع مروا بها، وهو ما يعني المعاناة النفسية والاعتلال البيّن لصحة النفس، وكأن العينة وجدت مخرجا لإفضاء ما هو مكبوت ومخزون وتفريغ ما تكنه النفس من شوائب واحتمالية الخلاص من الصراعات القائمة بين مكوناتها، وغيرها من

التفاعلات، وقد تنوع مكان وزمن اجتماع الجلسات بما يناسب الجميع، وفي بعض الأحيان تم إقران جلستين بينهما فاصل، ولهذا فأين وجدنا ضالتنا اهتدينا بها وإليها، وقد شعرت العينة بفاعلية هذه الحوارات والتفاعلات التي كانوا يفتقدونها كما أفادوا، وسوف نستوضح كل ذلك وغيره من خلال التحليلات الإحصائية ونواتج المقابلات بعد انتهاء البرنامج، غير أن الباحثة ترغب في توضيح بعض الآليات التي اقترحتها في البحث في الجانب الإجرائي تغييرا للنمط المألوف.

بما أن البحث معنون بـ (محكمة السلوك وأثرها في بيان الصحة النفسية) فقد مثّلتُ الجلسات العلاجية بالجلسات القضائية، التي تعقد لعرض القضية شأن البحث، وتتمثل في الهيكلية الآتية: المتهم، والمدعي عليه والمحامي والقاضي أمام المحكمة لفحص القضية، وصياغة الحكم، فكان التشبيه كالآتي:

- الجلسة القضائية: هي الجلسة العلاجية حال التطبيق التجريبي.
- المتهم: هو الموقف أو الواقعة أو الحدث المؤثر الذي أثر في النفس سواء (سار أو حزين).
- المدّعى عليه: هو النفس سواء (صحتها أو علتها)، ومدى وقع التهمة عليها. (المؤثر)
- المحامي: هو الضمير (الأنا المثالي) الذي يتحكم في الضبط النفسي (حيل الدفاع النفسي).
- القاضي: هو السلوك والنافذ حكمه بعد التداول وشهادات البراءة أو الاتهام.
- القضية: هي الصحة النفسية، هل يمكن كسب القضية أم فشلها فتصبح (الاعتلال النفسي).

وتم تطبيق هذه الإجراءات تشبهاً بتلك التمثلات القضائية، ذلك للحكم الموضوعي، واتبعت هذا التصوّر تغييراً للنمط التقليدي المعتاد للبحوث، وترغيباً في التطوير، واستدراج القراء للاطلاع عليه، لعل وعسى أن يفيد في معرفة الفرد لنفسه، وما المؤثرات التي يمكن أن تضر بصحتها، أو أخرى تكسبها الثقة، والشفاء، للخلو من العلل المرضية، وتماماً للإجراءات التشبيهية، سيصدر الحكم على القضية (نتائج البحث) لسنة 2025م، وسيكون ساري المفعول منذ صدوره، وعلى الجهات المعنية الأخذ به وتنفيذه مثلا: العيادات النفسية، مراكز التأهيل، مكاتب الخدمات النفسية والاجتماعية، والأسرة، ورياض الأطفال، والمدارس وغيرها فجميعها من محددات البحث، وقد يعين في معرفة الفرد للأحداث والمؤثرات من حوله، والتي يتعرض لها بصورة دائمة، فيصبح في حيرة من أمره، بين الشك واللبس، واليقين، فيكتسب دراية بأساليب التعامل معها، وتجاوزها، أو تسخير إيجابياتها لنفسه، مما يكسبه مرونة وخبرة في التعامل مع الحياة ومواقفها، بشكل حسن، وللتحصن من تلك المؤثرات السلبية والارتقاء

بالنفس البشرية، وإكسابها شيئاً من الطمأنينة النفسية، وقد أشار الذكر الحكيم إلى ذلك لحماية النفس من تلك الآفات في مواضع عديدة، كما في قوله تعالى: ﴿ٱ خ لم لى لي □ □ □ □ □ □ □ □ □ ﴾(الأنعام:82)، وإذ نصل إلى هذا التبيين واكتمال تلك الإجراءات يمكن التعرف على برنامج الجلسات من خلال الجدولية الآتية:

جدول (1) يبين بيانات الجلسات الإجرائية للبحث

ت	الجلسة (القضائية)	العينة	المثير (المتهم)	الزمن	ملاحظات
1	جلسة تعارف	.....	.....	65 دقيقة	تم التجاوب
2	الجلسة الأولى	5	حدث سار	50 دقيقة	
3	الجلسة الثانية	2	واقعة اجتماعية	47 دقيقة	
4	الجلسة الثالثة	8	ابتلاء	58 دقيقة	
5	الجلسة الرابعة	11	قصة قديمة مؤثرة	60 دقيقة	
6	.....	.....	.....	.....	أجلّت
7	الجلسة الخامسة	10	ظرف حياتي	55 دقيقة	
8	الجلسة السادسة	1	مواقف طيبة	55 دقيقة	
9	الجلسة السابعة	4	أحداث متعددة	60 دقيقة	
10	الجلسة الثامنة	14	أحوال مرضيّة	48 دقيقة	
11	الجلسة التاسعة	13	خلط بين عدة مواقف	50 دقيقة	
12	الجلسة العاشرة	6	وقائع أسرية	55 دقيقة	
13	الجلسة الحادية عشر	7	مواقف العمل	48 دقيقة	
14	الجلسة الثانية عشر	9	ضائقة	57 دقيقة	
15	الجلسة الثالثة عشر	3	موقف مفاجئ سار	58 دقيقة	
16	الجلسة الرابعة عشر	12	ردة فعل لأسلوب فظ	45 دقيقة	
17	الجلسة الختامية	ن	تمام إجراءات البرنامج	135 دقيقة	طلب إعادة البرنامج

وبالنظر في تمام إجراءات الجلسات العلاجية والتي تشبهت بالجلسة القضائية والمتهم (الواقعة)، وأما المحامي (الضمير) والمدعى عليه (النفس) والقاضي (السلوك الحاكم) وما تداول داخل الجلسة من عرض وتقييم هو النتيجة المتوقع حدوثها بعد المعالجة الإحصائية، فتم تطبيق البرنامج كما هو مبين سلفاً، برفقة الملاحظة المباشرة، التي تخص الباحثة لتقييم مجمل العينة حال عرض المثير، وفي الجلسة الختامية تمت مناقشة عدة آراء تخص البرنامج، وشكرت الباحثة أفراد العينة ودعت لهم بالتوفيق والسداد وبالمقابل سرور العينة من اللحظات التي قضوها في البرنامج، مع طلب إعادة البرنامج، ثم السلام والانصراف، صنفت البطاقات التي تم تعميرها من العينة حال التطبيق، كل جلسة بمفردها، وأعطيت لها أرقاماً بما تتوافق مع رقم كل مفردة من العينة، بمعنى توضيحي: مثلاً

أحد أفراد العينة رمز له برقم (3) كما هو مبين في الجدول فأعطيت بطاقاته الـ (14) جميعها رقم (3)، أي بعدد الجلسات، وفرغت بدليل الترميز، وعولجت إحصائياً، وسترفق النسب في نتائج البحث، وتعرضت بيانات الملاحظة المباشر من قبل الباحثة في البرنامج بعدد جميع الجلسات، للتحليل الإحصائي، وبيان نتائجها، التي سترفق مع نتائج البطاقات، وأما المقابلة المقننة التي اعتمدتها الباحثة لغرض فترة المتابعة، فقد عملت على لقاءات متفرقة مع أفراد العينة، وعلى فترات فرادى، وجماعة، وحصدت الآراء المطلوبة من خلال أسئلة المقابلة، التي احتسبتها الباحثة نوعاً من أنواع التفريغ النفسي، والتنفيس، والتعبير الفطري، والمشاعر اللاواعية، بانفعال حسن، وسار، صدر من العينة بتأييدها لإجراءات البرنامج، من خلال ملاحظة الاستجابات الانفعالية السارة، وبعض من الظواهر الفسيولوجية، كالملامح الوجهية المنبسطة، وتزاحم الكلمات المعبرة، بالرضى والانشراح، وقبول الإجابة على المقابلة، وقد ساعد ذلك عدة أشياء منها أن الباحثة طلبت من العينة سرد قصة، أو موقف لا يعبر عن الشخص نفسه، بل للمساعدة في الموعظة وللتذكير، وأن هذه المحاضرات للتوعية فقط، وليست علاجا نفسيا كما يظن البعض بأنه ضرب في سلامة العقل، فما كان من معظم أفراد العينة إلا أن يسردوا مواقفهم النفسية، والحياتية، بغلاف خفي، تحت مظلة التوعية ـ لما لاحظته الباحثة من فلتات اللسان وكيفية التعبير وبعض الانفعالات التي تجانب الشخص ـ ومن البديهي إذا تحدث شخص ما عن شيء هو منطلق من نفسه، أو دعته نفسه لذلك، بصورة قريبة من اللاوعي، أو الشعور بذلك، كما واعتبروا هذا العمل نمطاً مغايراً لما سبق، فساعدهم على التجاوب معه، مما دفع الباحثة بتوصيتهم بممارسة التأمل، والخيال الذهني، وتنشيط اليقظة الفكرية، والاسترخاء النفسي، لاستبدال الضغوطات النفسية إلى تفاؤل، وأمل، ونظرة إيجابية حسنة، لكل المواقف، والظروف، لخبرتهم في التعامل معها، ومما سهل هذه الإجراءات أيضاً أن العينة ضمن معلمات المدرسة، فيسر ذلك اللقاءات وضبط المواعيد وتطبيق برنامج الجلسات في مواعيدها، (الفترة الصباحية)، كذلك توفر المكان بإحدى قاعات الفصول الدراسية أو قاعة الاجتماعات، وأخص بالذكر تطبيق المقابلة المقننة، التي جعلت لـ (فترة المتابعة) بكل يسر، نظراً لتواجد العينة مكان وظيفتها، وعملها في المدرسة، مما ساعد في توفير الوقت، وبعد المعالجات النفسية ترسوا بنا هذه النقطة على بر ساحات المعالجات الإحصائية للنظر الكمي النسبي فهو الدال للحُكم.

المعالجات الإحصائية لتحليل البطاقات: اختصت هذه النقطة بعرض النسب والدلالات الموثقة لنتائج البحث، بكل موضوعية، ذلك لأنها احتكمت إلى إحصائيات استنتاجية لاختبار الفرضيات، عند المستوى الدلالي (0.05) المستوى

المتناسب مع نسبية الإنسان، والتي تكون فيه نسبة الخطأ ضئيلة جداً، أو ما يسمى بالخطأ العشوائي، ويمكن عرض نتائج البطاقات في البيان الآتي:

- **التحقق من الفرضية الأولى:** التي مفادها لا توجد فروقاً ذات دلالة إحصائية بين آراء العينة على محاور البطاقة، والجدول التالي يبين هذه الآراء بالكم النسبي.

جدول (2) يبين رأي العينة على محاور البطاقة

ت	نوع السلوك	مج ن	ك ن	بسيط	متوسط	قوي
1	معتدل	14	13		%92.8	
2	سلبي	14	2	%14.2		
3	استجابي	14	12		%85.8	
4	انفعالي	14	11			%78.5
5	إجرائي	14	10		%71.6	

يتضح من خلال بيانات الجدول، وفحص النسب الإحصائية التي أفادت بها العينة، من تعبيرات أنفسهم، بالفطرة التي اتسمت بكل عفوية، فكانت إشارات صادقة، وانفعالات فاعلة، وآراء نافذة في خدمة البحث، حيث اعتمدت إدراج نسب القوة الواردة من البيانات المعالجة، وقد تبين عدد أفراد العينة ونسبهم المقابلة في التوافق مع نوعية السلوك المتضمن في البطاقة حال إلقاء أحد أفراد العينة، وكانت وجهتهم تقييم نوع السلوك الصادر، والحكم عليه من حيث عبارات البطاقة فأفادت المعاملات الإحصائية بأن عدد (13) مفردة أدلت برأيها باعتدالية السلوك بنسبة (92.8%)، وهو ما يعني بأن الرأي قد توزع توزيعاً اعتدالياً حول متوسط منحنى الجرس، وأما السلوك السلبي فقد انحرف عن المتوسط بنسبة (85%)، وما توسط منه يعادل (14.2%)، وهذا مؤشراً بفطرة سلوك المفردة، كما واستجاب عدد (12) في تفاعلهم مع الواقعة بنسبة (85.8%)، مقابل السلوك الإستجابي، وهو تجاوب تفاعلي مع الموضوع المعروض، وكأن المضمون قد مسّ مشاعرهم، وأحاسيسهم، وهو ما يعني أنه يوجد تماثل وشبه تطابق في الحالات الواعية، واللاواعية، والتوافق في ميكانزم الضبط في آلية السلوك، وأما بقية الآراء المفقودة فقد يكون البعض يخفيه في باطنه، وحريص على إخفاء ما يكنه لعوامل تخصه، والسلوك التفاعلي الانفعالي حازت درجة القوة العليا بنسبة (78.5%)، فتفاعل المجموعة باندفاع، وإفراغ المكبوت، والإسقاط النفسي، بصفته آلية دفاعية نفسية، فقوة التأثر الانفعالي يعود لسطوة وسيطرة قوة ردة الفعل للبواطن الكامنة، التي وجدت مخرجاً تنساب منه إلى الخارج، والذي تمثل في السلوك الإجرائي، الوظيفي، الذي تحول إلى مشاركات، وإبداء الآراء، ومناقشات حيوية تفاعلية، سلوكية حكمت بنسبة (71.6%)، كما اتضح من ذلك قرب المعدل النسبي مع التفاعلي في الجدول، وهو

ما يثبت اتفاق أو شبه اتفاق آراء العينة في الحكم السلوكي، على أداء المفردة وبذلك تم التحقق من الفرضية الأولى، وإنما يُعزى ذلك لربط حلقة التواصل، وتشابه المواقف والظروف الحياتية، وسمة الترابط والتآلف التي توسموا بها وهذه حكمة الله سبحانه: ﴿ □ □□ □ □ □ □ □ يم يي □ □ □ □ □﴾(الأنفال:63).

- **رفض الفرضية الثانية** : التي خمنت بعدم وجود فروقاً ذات دلالة احصائية بين رأي الباحث وآراء العينة على محاور البطاقة، اتضح من خلال تطبيق الملاحظة المباشرة داخل البرنامج والتي أحيل استخدامها للباحثة بمرافقة البطاقة التي كُلفتْ بها العينة، وتقوم بفحص وتقييم أنواع السلوك الصادر، غير أن أمر الملاحظة ترك إلى رأي الباحثة في إضافة ما رأته حدث من سلوكيات خارج النطاق المحدد لأنواع السلوك المرفقة بالبطاقة، ذلك لأننا لا نستطيع التحكم في ظواهر السلوك، فقد تكون عشوائية، أو لا واعية، ومقصودة وغيرها، ولا يكون ذلك للعينة، لقلة الخبرة وتقيداً بالفرضيات، والحدود الخاصة بالعينة، ويمكن عرض ما تم التوصل إليه في الجدولية الآتية:

جدول (3) يبين رأي الباحثة في حكم السلوك من خلال البطاقة، والملاحظة ومقارنة بالعينة

مشير ن	نوع السلوك					
	معتدل	سلبي	استجابي	انفعالي	إجرائي	الملاحظة
14	%92.8	%14.2	%85.8	%78.5	%71.6	//////
الباحثة	%63.4	%55.8	%92.5	%80.6	%92.9	%54.9

أفاد الجدول (3) بيانات مميزة جادت بها العينة والباحثة وذلك في مدى فحص الفرضية التي نفت بوجود فوارق بينهما، ومن خلال المعالجات الإحصائية للبيانات تبين غير ذلك، حيث إن التباين في النسب الواردة أثبتت غير ذلك، فالفوارق وإن كانت ليست على جميع الآراء، فهي نافية للتوافق بين الرأيين، وهذا يكون في تقييم مضمون البطاقة فقط ـ وليس للملاحظة هنا سبيل ـ فنري في السلوك المعتدل التباين في النسبة بين العينة والباحثة لعدم توافق الرأي، فلكل رأيه، والتخصص والخبرة لهما دورهما، كما دلل سبحانه وتعالى في الذكر الحكيم: ﴿ □ □ □ ﴾(هود:118)، فهذه حجة بالغة لفرضية البحث، وكذلك نسبة السلوك السلبي لرأي الباحثة الذي انحرف عن المتوسط، عن رأي العينة أيضاً بدرجة كبيرة وهو دليل على المفارقة بينهم، وبالنظر في النسبتين اللتين أفادت بهما الباحثة للسلوك (الإستجابي والانفعالي) بما يعادل (92.5%، 80.6%) وبالمقابل رأي العينة فيهما (85.8%، 78.5%) نرى شبه التوافق بينهما، إلا أن المفارقة بيّنة، وهو من طبيعة البشر، وفي إجراء البحث يعتبر اختلاف وفوارق، والمعاملة الإحصائية تعتمد النسبة الفارقة ولو بعد الفاصلة لإظهار دقة النتائج، والاعتماد على تقديم حكم

ملوس يقيني، وذي دلالة موثوق منها، هذا بالنسبة لمضمون البطاقة، أما الملاحظة التي آثرت بها الباحثة والتي ختمت بها جميع الآراء، فقد أفادت نسبة (54.9%) وهى في المتوسط عند المستوى الدلالي: (0.05) الذي أصدر القول الفصل في هذه القضية، وأثبت أن للسلوك حكماً نافذاً في التعبير عن النفس، بـ (صحتها أو علتها) معتمدا في ذلك تقييم الأفعال، والانفعالات، والظواهر السلوكية، والحسية، ولغة الجسد، والكلام، وجميع سكنات وحركات المفردة، وهو ما عبرت عنه العينة ضمن الجلسات جميعها، وبهذا البيان تم رفض الفرضية الصفرية ـ فرضية العدم (H0) ـ التي نفت وجود فروق بين رأي الباحثة والعينة في محاور البطاقة، وتقبل الفرضية البديلة (H1)، بإثبات وجود فروق جوهرية بين الرأيين، وما تبين من خلال الملاحظة، غير أن هذه النسبة إذا نظرنا إليها نظراً فاحصاً نرى أنها لا ترقى إلى درجة التعبير التام عن مجمل السلوك، فالذات الخفية التي تسلحت بحيل الدفاع النفسي وآليات الإخفاء المحكم للسلوك، وسمات الضبط الداخلي، قد دفنت بعضاً من المشاعر والسلوكيات في غيابات النفس، ولم تسمح لها بالتعبير، وهو ما اعتقدته الباحثة وشعرت به من بعض أفراد العينة، وتأكدت بأن هناك وعاء داخل النفس مسؤول عن هذه المهام مغاير لما هو معروف عن مكونات النفس، فمثلاً قد تخفي النفس أشياء لا علاقة لها بعلّة النفس أو سوائها ـ وهو ليس تحايل أو نفاق ـ ولكن بما تدفعها به، فيقول الله عزو جل:ﱡ □ □ □ ﱠ (الحشر:9)، هنا ظهر سلوك مغاير لما في النفس، فكيف يتم التوصل إلى معرفته؟ أو كيف يمكن للسلوك أن يحكم؟ ففي تفسير الآية "إن الإيثار دليل على القوة؛ قوة الروح التي تعلو على حاجات النفس وتطلعاتها، فتعانق عالم السماء بقناعتها وقوتها" (ابن كثير،ج4: 338) فالإخفاء النفسي الواعي هو جوهر العزيمة، والواثق لا يضعف أمام نزعات نفسه، ونقصد بنزعات نفسه هنا اندفاعها أو تعجلها، وهذا ما يجعلها مخزن غيبي لا يدرك باليسير، وهي سمة قارة في النفس، إذاً فالسلوك الظاهر ليس بالمعيار الحاكم في هذا المضمار، "بهذا تكون الرؤية القرآنية منصفة في التحكم السلوكي، فالخلق في حقيقته تكوين خاص ثابت في باطن الإنسان بعض منه له آثار في السلوك، وهنا تكمن المفارقة؛ ولكن لا يشترط أن تكون هذه الظواهر دالة دلالة قطعية على وجود الخلق في باطن النفس، فمثلاً "قد يجود البخيل لغرض في نفسه، فيعد عمله وسلوكه هذا عطاء، وكرمًا، ولكن يظل صاحب هذا الفعل غير متصف بخلق الجود، لأن خلقه الأصيل في قرارة نفسه هو خلق البخل والشح، ويبقى هذا الخلق أصيلاً في داخل النفس"https://hiragate.com/21291، وكيف يتم لنا معرفته؟ وكما في سلوك الفرد مع ربه فقد يظهر الفرد خشوعه وصلاته وتقواه أمام الناس وهو غير ذلك ـ وهذا شأنه ـ ولكن في موضوعنا هو مرضٌ نفسيٌ عضال، وريبة وشك كما في قوله تعالى:ﱡ ﱠ (النور:50)، وهو ضرب في

صميم الإيمان، فالنفاق علّة تنخر النفس فتبعدها عن جادة الصواب، وهو أقوى العلل النفسية، وفي معنى الآية السابقة تساؤل استفساري ـ والله أعلم بهم: ﴿أَ فَعَيِينَا بِالْخَلْقِ الْأَوَّلِ﴾ (ق:16)، وهو ما يعني أن هناك حالات يعجز فيها كشف حالة النفس عن طريق السلوك وهو ما توصل إليه البحث، ولا يدخل في الإجابة على التساؤل الرئيس أو التحقق من الفرضيات بل يفيد لدراسة لاحقة قد تفصح عن حقائق ومضامين نجهلها حالياً.

- **إثبات الفرضية الثالثة** : التي أفادت بوجد أثر ذي دلالة إحصائية للحكم السلوكي في صحة النفس عند المستوى الدلالي الوسطي (0.05) على اختبار المقابلة المقننة خلال فترة المتابعة بفاصل زمني معلوم، ونتبين النتائج فيما يلي: لفترة المتابعة شأن مهم لدى البحث، حيث نعتبرها مصدر الثقة في النتائج المتحصل عليها، لأن المنهج التجريبي يعتمد على القدرة في الضبط، ويستند إلى التحكم المنظم المقصود، وصدق نتائجه بإعادة التجربة في فترة المتابعة، ليقدم نتائجه بثقة، فإذا أفادت نتائج التحليل الطولي (فترة المتابعة) شبه ثابته مع النتائج الأصلية للعينة في الظروف التجريبية، فإن الموضوعية والثقة ستكون سمة النتائج ككل، ولأجل ذلك فإنه تم العزم على هذا العمل، بمتابعة العينة من خلال إجراء مقابلات فردية مقننة لفحص السلوكيات والتفاعلات الصادرة من العينة حين توجيه حديث مقصود ومتعمد وملاحظة التغيرات الحادثة كفحص ديناميكي يكشف الانفعالات والتفاعلات النفسية الكامنة وراء السلوك لقياس نسبة الردود والاستجابات، تم التقابل مع العينة كل بمفرده بعد توفير بيئة مريحة وفاعلة، ويسر ذلك أن العينة تنتمي إلى مجتمع واحد وموجودة في مكان العمل، وتم التحقق من الرضى لتوجيه الحديث إليهم بعناية مع الإثارة والمشاركة الوجدانية (العامل التجريبي)، وكان الحديث حر يعرض مواضيع وتساؤلات ومثيرات تضمنت شبه مواضيع الجلسات، والبطاقات، وأخرى مقاربة للتقييم الموضوعي للمتابعة، وبما أن المقابلة جلسة إكلينيكية أفادت الباحثة في الاطلاع المباشر والحي للسلوكيات الصادرة والتعابير الوجهية، ونمط الحديث، وغيرها من التفاعلات، مما يسر إدراك السلوكيات وتقدير نسب إحصائية لكل مفردة،

الجدول (4،أ) يبين نسب أفراد العينة على المقابلة المقننة

ن	1	2	3	4	5	6	7
س	%81.6	%79	%90.7	%91.2	%87.1	%65.2	%95.3
مثير	%90	%85.3	%80.9	%95.1	%90.4	%70.9	%91.4
مج	%85.8	%82.15	%85.8	%93.15	%88.7	%68.05	%93.35

الجدول (4،ب) يبين نسب أفراد العينة على المقابلة المقننة

ن	8	9	10	11	12	13	14
س	%88.4	%69.8	%90.9	%83.5	%78.9	%70.6	%93.7

مثير	%91.7	%57.4	%84.6	%89.3	%80.9	%78.4	%91.9
مج	%90.05	%63.6	%87.7	%86.4	%79.9	%74.5	%92.8

تقيدت المقابلة لاختبار المتابعة بعدد نقطتين فقط حتى نخفي سمة الثقل على المبحوث وكفيلة بأن تعطي نتائج نشطة وجريئة ـ لرغبتهم في إعادة البرنامج ـ والمثيرات تم استخلاصها مما قدمن من مواضيع حال العرض الإجرائي فكان أحدهما سؤال يبحث فيما عرض إجرائيا، والآخر مثير انفعالي نفسي، لقياس نسبة التفاعل، وبالنظر في النسب الواردة لكل مفردة نستنتج شبه توافق للدلالات الإحصائية على المقابلة في (فترة المتابعة)، بأن النسب توزعت توزيعاً اعتدالياً لمنحنى الجرس، رغم بعض الفوارق البسيطة، وهذا يرجع ـ لنسبية الإنسي ـ بحيث احتلت المجال الاعتدالي وتجمّع انحرافها المعياري بإحكام حول الوسط، الأمر الذي حدث تعديل في النسبة المتطرفة في البرنامج التطبيقي في الجدول (3) والتي قدرت بـ (14.2%) والمقابلة للسلوك السلبي، نستدل على ذلك بقوله تعالى: ﴿ٱبج بح بخ بم به تج تح تخ تم ته﴾ (الرعد:11)، وهو أثر حسن وطيب، ومن جهة أخرى شبه التوافق مع بعض نتائج الفرضية الثانية في نسب العينة، والتباين ورد في بعض نسب تطبيق الملاحظة وهو ما أدى إلى الفروق التي بسببها تم رفض فرضية العدم وقبلت الفرضية البديلة، وتؤيد شبه النتائج بدراسة حنان علي(2013) في وجود أثر وعلاقة ارتباطية بين أنماط السلوك الصحي والرعاية الذاتية لدى العينة **وقد خلصت** الباحثة أن الصحة النفسية هي نتيجة العمل المضني والمتواصل للذات النفسية، وضبط الصراعات الباطنة والمستمرة على الدوام مع الفطرة والضمير والنزعات اللامتناهية، وذلك تحسباً لأي انفلات سلوكي غير مُرضٍ أو انفعال متهور أو عدم التوافق السوي أو استجابة غير سوية لضمير الفرد الناتجة عن الاندفاعات داخل النفس، وأن (مبدأ الهو) يحاول دائماً فرض سيطرته على الأنا الأعلى ويتغلب عليها بالنزاعات والدوافع البدائية بنزواته فينتج عنه الصراع النفسي المخل بالصحة النفسية، وهذا ما اتضح من آثار جلسات العينة التجريبية حال الإلقاء فقد لاحظت الباحثة إلى جانب النسب التي أفادت بها العينة حالات الانفعال والضبط السلوكي والطمأنينة تارة والاضطراب الانفعال تارة أخرى ومن خلال عمليات التفريغ والإيحاء النفسي فهي "العملية النفسية التي يوجه من خلالها الشخص أفكاره ومشاعره وسلوكياته المرغوبة" (الشربيني،2003: 182) فيستهوى الأفكار والمشاعر، فما كان إلا التعبير الإجرائي لكل الجوارح وخروجها على السطح بالسلوك الظاهري والباطني، رغم أن هناك أحوال خفية وغامضة للنفس، ولها عمق يمنحها السكون والاطمئنان، بحيث لا يعتريها الضعف والاستسلام بالخروج على سطوح السلوكيات، وكذا لا يمكن فهمها باليسير، إلا أنهن بعد الخوض في التجربة وانسجامهن معها بإحساسهن والشعور بالتفريغ للمكبوتات والضغوطات وكل ما أثقل النفس من وقائع قد تكون غير مرضية، وهو من البديهيات في واقع الإنسي، أصبحن

يتمتعن بقوة الضبط الذاتي والتحكم السلوكي والثقة في النفس، وتكوّن لديهن التبصر السوي والرؤية الواضحة لحقيقة الواقع المعاش، مما انعكس على شعورهنَّ بالاطمئنان، بارتقاء مستوى الصحة النفسية، ومن خلال الإجابة على التساؤلات والتحقق من الفروض وإثباتها أو رفضها بموضوعيه، حق للبحث أن يصدر قراره الموثوق وحكمه الموضوعي بالإجابة على التساؤلات الفرعية بالتساؤل الرئيس للبحث بوجود أثر لمحكمة السلوك في صحة الفرد النفسية، وأن السلوك بجميع أنواعه هو الحاكم بسواء النفس أو لا سوائها، عدا الحالات الخافية للنفس فتظهر غير ذلك وقد يكون السلوك الظاهر مخالفاً لما هو في داخلها، لنصل إلى حقيقة أنه لا يسمح بتعميم حكم السلوك على كامل جوانب النفس الإنسانية لنسبيتها وتغيرها الدائم ووصفها باستخدام حيل الدفاع النفسي، كالتسامي، وتشكيل ردة الفعل والتعويض والتقمص، وهو من فطرة النفس البشرية قال تعالى: أُأ □ □ □ □ بر □ً (ال عمران:167)، فقد تأتي دراسات مستقبلية تبحث في هذه النقطة الخافية في النفس وتبرهن عليها.

الخاتمة: راهن البحث أن يقدم شيئاً أو مقترحاً يساند هذه النفس في سوائها، ويعالج عللها منطلقاً في ذلك من سبر أغوارها، بالتأمل، والاستبطان، وتحليلها بآلية الإيحاء، والتفريغ النفسي، والاستعانة بما تثبته الوقائع، بآليات إجرائية، من هذا المنطلق يروم الإدلاء ببعض النتائج التي توصل إليها في الآتي: **التحقق من الفرضية الأولى:** التي نفت وجود أي فروق ذات دلالة إحصائية بين آراء العينة ككل على محاور البطاقة، فكانت النسب متوافقة وتتوسط المنحنى الاعتدالي للجرس، بدلالة إحصائيا عند عين المشاهدة (0.05).

تم رفض الفرضية الصفرية ـ فرضية العدم (H0) ـ التي مفادها أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رأي الباحث ورأي العينة في محاور البطاقة، نؤكد ذلك من النسب الواردة من التحليل الإحصائي بأن السلوكيات الظاهرة من المفردات حال الإلقاء تباينت دلالاتها الإحصائية في الحكم السلوكي بين العينة والباحثة، وبهذا تقبل الفرضية البديلة (H1)، بإثبات وجود فروق جوهرية بين الرأيين، وهو ما يعني أن هناك حالات يعجز فيها كشف حالة النفس عن طريق السلوك وهذا ما توصلت إليه الباحثة خاصة في تطبيق الملاحظة، وتقدم ذكره.

التثبت من الفرضية الثالثة : التي أفادت بوجود دور فاعل وأثر ذي دلالة إحصائية لسلوك العينة في الحكم على صحة النفس عند المستوى الدلالي الوسطي (0.05) المعتمد لجميع فرضيات الدراسة من خلال نتائج المقابلة المقننة في فترة المتابعة والتي أثبتت الأثر الفاعل على النفس بدليل المطالبة بإعادة البرنامج، أو اعتماده بشكل دوري، كما أفادوا باستثماره لفئات المجتمع من الطلاب والأطفال والموظفات وداخل الأسر ومراكز التأهيل

ومكاتب الاستشارات النفسية والخدمات الاجتماعية وغيرها من مؤسسات المجتمع المدني وهو ما هدف إليه البحث خلال محدداته.

التوصيات: يشير البحث إلى جملة من التوصيات علّها تقدم جزءا من النفع سواء للنفس الإنسانية أو الأطباء والمحللين النفسيين في المجال الإكلينيكي أو المرشدين أو الوالدين أو المسؤولين عن خدمات صحة النفس منها:

- إنشاء مراكز تأهيلية تقودها كفاءات متخصصة وظيفتها رعاية النفس وعلاجها.
- تبني سياسة الطب الإكلينيكي ـ تقنيات الإيحاء النفسي وعمليات التفريغ النفسي ـ لفتح المجال للتبادلات الديناميكية بين المحلَلَ والمحلِلْ لإفضاء دفائن تسكن أعماق النفس ومساعدتها على الانسياب إلى الخارج لإمكانية التعرف عليها وتعديلها أو علاجها.
- اعتماد تطبيق نظريات التحليل النفسي لتحرير النفس من مكبوتاتها والتكرارات غير التكيفية.
- توجيه العناية التامة والفاعلة للسلوك النفسي وتقديم رؤى جديدة حول الديناميكيات والآليات التي تتبعها العملية التحليلية في التعامل التفاعلي.
- فتح مجالات دراسية أكاديمية معتمدة من الدولة للتخصص في مجال التحليل النفسي، مثلاً قسم التحليل النفسي، ويكون تابع للتخصصات النفسية العلاجية، لتخريج كفاءات متخصصة.

المقترحات: إقامة دراسات وأبحاث أكاديمية وتطبيقية إجرائية معتمدة آليات التحليل النفسي وعمليات التأمل الذاتي والعمق الفكري تبحث في النفس من حيث علتها وصحتها، كذلك دراسات سلوكية كمجال تعديل السلوك والبحث في المؤثرات المسببة في علته وتقديم التدخلات الناجعة للتعديل والعلاج وغيرها من المقترحات التي تبحث في العلوم النفسية والسلوكية، فصحة النفس هي صحة العقل والبدن والتبادل السلوكي السوي والثقة والتطلع نحو الأمام بتقنيات ذاتية نابعة من التبصر السوي ومعتمدة على الجهد النفسي قال تعالى:ﱡ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ ﱠ (القيامة:14. 15)

المصادر والمراجع

القرآن الكريم

ابن كثير، عماد الدين أبو الفداء إسماعيل بن عمر. (1998م) *تفسير ابن كثير*. ج4 . دار الكتب العلمية، بيروت – لبنان

ابن منظور، محمد بن مكرم بن علي أبو الفضل جمال الدين.(1414). لسان العرب. ط3. دار صادر. بيروت.

البخاري، محمد بن إسماعيل بن إبراهيم بن المغيرة.(1997م). صحيح الأدب المفرد للإمام البخاري. تحق ناصر الدين الألباني.ط4. دار الصديق للنشر والتوزيع. السعودية.

راجح، أحمد عزت.(1972م). *أصول علم النفس*. المكتب المصري الحديث للطباعة والنشر. الإسكندرية . مصر.

الرازي، زين الدين أبو عبد الله محمد بن أبي بكر. (1998م).*مختار الصحاح* . المكتبة العصرية. الدار النموذجية بيروت. صيدا.

الرازي، محمد أبي بكر. (1973). *مختار الصحاح*. ترتيب محمود خاطر. دط. دار المعارف. مصر.

زهران، حامد عبد السلام. (1977). *الصحة النفسية والعلاج النفسي*. ط2. عالم الكتب للنشر والتوزيع. مصر

زهران، حامد عبدالسلام.(2005م). *الصحة النفسية والعلاج النفسي*. ط4. عالم الكتب. القاهرة.

الشربيني، لطفي.(2003م).*معجم مصطلحات الطب النفسي. سلسلة المعاجم الطبية المتخصصة*.(بالعربية والإنجليزية). مراجعة عادل صادق. بمركز تعريب العلوم الصحية. مؤسسة الكويت للتقدم العلمي. الكويت.

عبد الخالق، أحمد محمد. (2003) . *أصول الصحة النفسية* . ط2 . دار المعرفة الجامعية .مصر.

عبد العلايلي، الشيخ.(دت). *لسان العرب*. مج 3. مطبعة العرب. بيروت.

العجي، طاهر حسن. (2013م). *كفاءة القرار وفعاليته بين أرجحية استخدام النمط العاطفي أو العقلاني في اتخاذ القرار*. مجلة جامعة دمشق للعلوم الاقتصادية والقانونية. مج 29. ع1. سوريا.

العناني، حنان عبد الحميد.(2000). *علم النفس التربوي*. ط1. دار صفا للنشر والتوزيع. عمان.

الغزالي ، أبو حامد مجمد الطوسي. .(د ت).تهافت الفلاسفة. تحق سليمان دنيا. ط6. دار المعارف. القاهرة. مصر.

القوسي، مفرح بن سلمان بن عبدالله.(2009م). *قيم السلوك مع الله عند ابن قيم الجوزية*. ج1.ط1. وزارة الوقاف والشؤون الإسلامية. الدوحة. قطر.

موسى، محمد يوسف.(1368هـ). *مباحث في فلسفة الأخلاق*. دار الكتاب العربي. مصر

نازك، التل، عبد الحليم ، أمل يوسف .(2009) . *قضايا في الصحة النفسية* . ط1 .دار كنوز المعرفة العلمية للنشر والتوزيع . لبنان

يونس، انتصار.(1993). *السلوك الإنساني*. د ط. مطبعة دار المعارف. مصر.

عيسى بن بهاء. قضايا فكرية في منظومة القيم .Htt;\\hiragate.com\21291(2024).