

متخصصة بالبحوث

العلمية المحكمة

مجلة فصلية مؤقتاً،

متخصصة بالأدب والعلوم

الإنسانية والاجتماعية

ISSN 2959-9423

ترخيص رقم 2022/244



العلوم صدى

العدد

10

20

25

السنة الثالثة

تشرين الأول

دار بيروت الدولية



للطباعة والنشر والتوزيع

بيروت - لبنان



009613973983

المحتويات

- 11 الشمعة الثالثة من عمر مجلة «صدى العلوم» ... تنير درب الباحثين د. حسن محمد إبراهيم
- 14 جدلية الهيمنة والتعددية في الجغرافيا السياسية العالمية د. لينه بلاغي
- 58 «الفيتو» بعد «طوفان الأقصى» أ.م.د. غادة حبّ الله
- 88 البُعد السياسي والإنساني في فكر السيد «حسن نصرالله» الشيخ د. أحمد جاد الكريم النمر
- 121 الاختبار الوظيفي في فكر أئمة أهل البيت (عليهم السلام) حسين علي جمول
- 159 تحليل الاستراتيجيات الأمريكية في بناء النظام الدولي علي حسين نزها
- 194 الهجرة التعلّمية إلى الغرب حسام علي نعيم
- 219 تأثير صناع محتوى التجميل عبر «تيك توك» على التفاعل الإيجابي للجمهور من خلال رحاب حسين خليفة الفيديوهات القصيرة
- 262 من الابتلاء إلى التمكين نموذج قرآني لبناء الشخصية الإيجابية علي منير حيدر
- 292 الفجوة القانونية في رياضة كرة القدم أحمد حسين عبيد
- 334 دور الحماية القانونية في تشجيع الشهادة ومنع إساءة استعمالها آلاء هشام كنج
- 369 التنمية العقلية في نهج البلاغة حسين دلال
- 400 أثر المتغيّرات الكميّة على تحسين إدارة مشاريع الإسكان أسامة حلباوي
- 429 تأثير الوعي باستخدام الذكاء الاصطناعي فضل حسين عاصي
- 452 أثر الثقافة التنظيمية في تعزيز فاعلية إدارة المواهب: علي زين العابدين عبد الهادي حمادي
- 486 الرمل العالي ... قرية في مدينة علي عبد الوهاب السبع
- 526 الذكاء الروحي وأثره في إدارة التغيير لدى العاملين في الجمعيات الخيرية في لبنان علي محسن فضل الله
- 551 أزمة اللاجئيين السورّيّين في لبنان فاطمة أحمد الموسوي
- 588 دور الإرشاد وتلبية بعض الحاجات النفسية إلسي نمر خلف

دور الإرشاد وتلبية بعض الحاجات النفسية

في تعزيز التمكين النفسي للنساء المعيلات لأُسَرِهِنَّ

إلسي نمر خلف⁽¹⁾

ملخص

تهدف الدراسة إلى التعرف إلى الحاجات النفسية الأساسية لدى النساء المعيلات لأُسَرِهِنَّ، مع التركيز على إبراز الأثر الإيجابي للإرشاد والتوجيه النفسي - اجتماعي في تعزيز تمكين النساء ودعم تبنّيهنّ منظوراً إيجابياً نحو الحياة، من خلال خطة إرشادية سعت إلى تنمية مهارات المسترشدات في مجالات التعبير عن الذات والاستقلالية، وتحسين أساليب التفاعل الاجتماعي، فضلاً عن تمكين النساء المعيلات لأُسَرِهِنَّ من تحديد نقاط القوة في شخصياتهنّ وتعزيزها، والتعرف إلى جوانب القصور والعمل على تطويرها.

تكوّنت عيّنة الدراسة من (6) نساء معيلات لأُسَرِهِنَّ، العاملات ضمن مشروع مركز موارد النساء - (مجتمع المطبخ) في «جمعية التنمية للإنسان والبيئة»، والراغبات في المشاركة والاستفادة من الخطة الإرشادية من بين (20) امرأة مستفيدة حالياً من المشروع في منطقة تعمير صيدا من الجنسيات اللبنانية، السورية والفلسطينية.

(1) حائزة على إجازة في علم النفس، ماجستير في الإرشاد والتوجيه النفسي - اجتماعي وكذلك ماجستير في التنمية الاقتصادية والاجتماعية من الجامعة اللبنانية.



من أجل تحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس الحاجات النفسية الأساسية إعداد «لاغورديا» (La Guardia)، وآخرون.

الكلمات المفتاحية: الإرشاد والتوجيه النفس - اجتماعي، التمكين النفسي، الحاجات النفسية، النساء المعيلات لأسرهن.

Abstract

The study aimed to identify the basic psychological needs of women who are heads of households, with a focus on highlighting the positive impact of psychosocial counseling and guidance in enhancing women's empowerment and supporting their adoption of a positive outlook on life. This was achieved through a counseling plan that sought to develop the skills of counselees in the areas of self-expression and independence, and improve methods of social interaction. It also enabled women who are heads of households to identify and enhance their personal strengths, and to identify and develop their shortcomings.

The study sample consisted of (6) women who are heads of households, working within the Women's Resource Center Project - (Kitchen Community) at the Association for Development for Humanity and the Environment, and who wished to participate and benefit from the counseling plan. These women were among (20) women currently benefiting from the project in the Taamir area of Saida, of Lebanese, Syrian, and Palestinian nationalities.

To achieve the study objectives, the Basic Psychological Needs Scale, developed by La Guardia et al., was used.

Keywords: Psychosocial counseling and guidance, psychological empowerment, psychological needs, women who are heads of households.

المقدمة

تؤدي المرأة دورًا مهمًا لكونها نصف المجتمع، لا سيما عندما تكون المعيل

الأساس أو الوحيد للأسرة. من هنا، وجب تمكينها من النواحي المختلفة، بخاصة من الناحية النفسية، لما لذلك من آثارٍ مهمّة على زيادة إنتاجيتها، وزيادة تحكّمها بحياتها، وزيادة ثقتها بنفسها.

لقد تعدّدت التعريفات التي طالت مفهوم التمكين على مرّ العصور، تبعاً لاختلاف الباحثين والمفكرين، إذ ينطوي هذا المفهوم على زيادة القوة السياسيّة أو الاجتماعيّة أو الاقتصاديّة للأفراد والمجتمعات. أما تمكين النساء، فيتعلّق بزيادة استقلاليتهنّ وقدرتهنّ على اكتساب القوة والسيطرة على حياتهنّ.

تبعاً لما تقدّم، تتعدّد أنواع التمكين للمرأة، منها التمكين الاقتصادي، التمكين الاجتماعي، التمكين السياسي، التمكين القانوني، التمكين التربوي، التمكين البيئي، التمكين الصحي، التمكين النفسي.

ويعدّ مفهوم «التمكين النفسي» (Psychological Empowerment)، من المفاهيم الحديثة في علم النفس. وبحسب «سبرايتزر» (Spreitzer, Gretchen, 1996)، «يتجلّى التمكين النفسي من خلال عدّة مظاهر هي بمثابة مفاهيم نفسيّة إيجابية، كمفهوم الكفاءة، مشاركة الآخرين للمعرفة، الدافعية، تعزيز الإحساس بالسيطرة على البيئة الاجتماعيّة والأسرية، والسيطرة على الحياة عموماً. وهو يعتقد أنه يمكن وصف التمكين النفسي بأنه وسيلة لتهيئة الدافعية الداخلية لدى الفرد»⁽¹⁾.

يُعرّف مصطلح التمكين النفسي، بأنه «البنية المعرفيّة التي تتضمّن معتقدات الفرد عن كفاءته الشخصيّة، كما تشمل جهوده لممارسة التحكّم والسيطرة على مجريات حياته، بالإضافة إلى فهمه لواقع بيئته الاجتماعيّة والسياسيّة»⁽²⁾.

(1) Spreitzer Gretchen: **psychological empowerment in the workplace: dimensions, measurement, and validation**. academy of management journal, issue 5, October 1995, p 1443.

(2) Marc Zimmerman: **handbook of community psychology, Empowerment Theory: psychological, organizational and community levels of Analysis**, Plenum Publishers, New York, 2000, P 34.



ويعدّ التمكين النفسي من الأمور التي تساعد النساء على معرفة حقوقهنّ وتنمية قدراتهنّ على حلّ المشكلات، ومواجهة التعقيدات الحياتيّة والمشاركة في الأنشطة المختلفة كالإقتصادية والسياسيّة. كما يؤدّي إلى الاعتراف بحقوقهنّ بالحرية والتحكّم بمصيرهنّ، ويعطي مزيداً من المسؤوليّة المناسبة لهنّ.

وتجدر الإشارة إلى أن الطابع المهني لهذه الدراسة، جعلنا نستبدل بعض المصطلحات الشائعة في التوجّه البحثي، حيث سيحلّ مصطلح التساؤل الرئيس محل الإشكالية، كما أن استخدامنا للمنهج الإجرائي يقتضي استبدال مصطلح العينة بمصطلح الفئة المستهدفة.

أولاً. في المنهجية

تبين السطور التالية، أبرز الخطوات المنهجية التي اتبعتها الدراسة:

أ. أسباب اختيار الموضوع

إن إبراز الأثر الإيجابي للإرشاد النفس – اجتماعي في تمكين النساء ومساعدتهنّ على تبني نظرة أكثر إيجابية للحياة، على الرغم من الأعباء والمسؤوليات التي يتحملنها، شكّل سبباً بارزاً دفع لاختيار هذا الموضوع، بالإضافة إلى المساهمة في تطوير مهارات النساء المعيلات في مجالات التعبير عن الذات، الاستقلالية، والتفاعل الإيجابي مع الآخرين.

ومن بين الأهداف كذلك، الرغبة في تقديم الدعم لفئة من النساء المعيلات، من خلال مساعدتهنّ في التعرف إلى جوانب القوّة في شخصياتهنّ والعمل على تعزيزها، إلى جانب تحديد جوانب الضعف ومحاولة تطويرها.

ب. أهمية الدراسة

تتجلى أهمية الدراسة في جانبين رئيسيين: الأهمية العلمية والأهمية العملية. فمن الناحية العلمية، تبرز أهمية الدراسة في تناولها مفهوم التمكين النفسي، فهو حديث نسبياً، ولم يلقَ اهتماماً كافياً في الأدبيات والبحوث العربية، على الرغم من مكانته البارزة ضمن مفاهيم علم النفس الإيجابي الذي يركّز على استثمار الطاقات والقدرات الإنسانية بما يعزّز الصحة النفسية وجودة الحياة من جهة، ومن جهة أخرى عبر مساعدة جمعية التنمية للإنسان والبيئة في تعزيز التمكين النفسي عبر خطة إرشادية، وتلبية بعض الاحتياجات النفسية لفئة من النساء المعيلات لأُسُرهنّ، في مقابل التمكين الاقتصادي والنفسي الذي تقوم به.

أما الأهمية العملية، فتتضح من خلال إحداث تغيير إيجابي وملموّس في حياة النساء المعيلات لأُسُرهنّ، ومساعدتهنّ على التغلب على التحديات النفسية والاجتماعية التي يواجهنها، ما ينعكس إيجاباً على تحسين رفاهيتهنّ النفسية وحياتهنّ الأسرية.

ج. الفئة المستهدفة (العينة)

تكوّنت الفئة المستهدفة من (6) نساء معيلات لأُسُرهنّ، والعاملات ضمن مشروع (Women Resource Center Community Kitchen)، في «جمعية التنمية للإنسان والبيئة»، والراغبات في المشاركة في الخطة الإرشادية من بين (20) امرأة مستفيدة حالياً من المشروع في منطقة تعمير صيدا من الجنسيات اللبنانية، السورية والفلسطينية. بالنسبة للحالة الزوجية لأفراد الفئة المستهدفة، كانت هناك سيدتان أرملتان، وسيدتان مطلّقتان وسيدتان متزوجتان، وزوجاهما مريضان حالتهما الصحية لا تسمح لهما بالعمل. أما بالنسبة لأعمارهنّ، فقد تراوحت ما بين (29 - 49) سنة، كما أن مستوى تحصيلهن العلمي يتراوح ما بين الصف الرابع الابتدائي والأول ثانوي.



د. المناهج المعتمدة

تستند الدراسة إلى منهجين الأول: هو المنهج الوصفي، وهو عبارة عن «وصف واقع المشكلات والظواهر كما هي، أو تحديد الصورة التي يجب أن تكون عليها هذه الظواهر في ظلّ معايير محدّدة، مع تقديم توصيات أو اقتراحات من شأنها تعديل الواقع للوصول إلى ما يجب أن تكون عليه هذه الظواهر»⁽¹⁾.

وقد استخدمت الدراسة هذا المنهج بغية وصف المؤسسة ووصف أفراد الفئة المستهدفة من خلال دراسة حالتهم وتحليلها، من أجل تقديم صورة موضوعية عن واقعهم، وذلك بالاستعانة بتقنية الملاحظة المباشرة والمقابلة الحرة والنصف موجهة.

أما المنهج الثاني، فهو المنهج الإجرائي، وهو عبارة عن «نشاط منظم ومنهجي، يهدف إلى فهم الواقع الميداني الراهن وتبعاته المستقبلية، بهدف حلّ مشكلاته وتفادي مشكلات مستقبلية محدّدة، ونقل التجربة عبر تقرير محترف مفصّل»⁽²⁾.

لقد استخدم هذا المنهج بهدف فهم المشكلة المطروحة وإيجاد حلول لها. وهو يتضمن جولات متتالية من التأمل والتفكير والتقويم، بهدف تحديد خطة تُمكننا من علاج المشكلة وإيجاد الحلول لها، والقيام بعملية التقويم لهذه الخطة لاحقاً.

هـ. التقنيات والأدوات

من بين التقنيات البحثية التي تم توظيفها في هذه الدراسة:

- التوثيق: حفاظاً على الملكية الفكرية لأعمال الآخرين
- الملاحظة المباشرة: فهي وسيلة مهمة للحصول على المعلومات، وذلك من خلال مشاهدة النساء المعيلات لأسرهن وسلوكاتهن.

(1) محمد النعيمي: طرق ومناهج البحث العلمي، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، عمان، ط 2، 2015، ص 227.

(2) توفيق عبد الله سلوم: دليل مناهج البحث في علم النفس، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، الجامعة اللبنانية، بيروت، ط 1، 2020، ص 106.

- المقابلة الحرة والنصف موجهة: وهما من أدوات البحث العلمي المرنة التي تسمح للباحث بتتبع أجوبة المبحوثات وإضافة أسئلة جديدة.
- دراسة الحالة: وقد ساهمت في إبراز معلومات دقيقة ومعمقة عن أفراد الفئة المستهدفة. كونها تشمل بيانات متنوعة عنهنّ، سواء بيانات شخصية، أُسريّة، صحيّة، تربويّة، اجتماعيّة، اقتصاديّة، علائقيّة...، كل ذلك بهدف جمع بيانات نوعيّة تعكس واقعهنّ بشكل دقيق.

أما بالنسبة للمقياس المستخدم، فقد اعتمد «مقياس الحاجات النفسية» الذي أعدّه «لاغورديا» (La Guardia) وآخرون، والذي يستند إلى التقرير الذاتي كوسيلة لجمع المعلومات.

و. تحديد المفاهيم

فيما يلي يأتي عرض أبرز مفاهيم الدراسة، وهي كالآتي:

1. الإرشاد (Counseling)

تستخدم كلمة «الإرشاد» للدلالة على «مجموعة من الممارسات المتنوعة كالتوجيه، والمساعدة، وإبلاغ المسترشد بالمعلومات الضرورية التي تساعد على مواجهة مشكلاته وحلّ العقبات التي تعترضه وتشكلّ له أزمة معيّنة. وهذه الممارسات تتطلب وقتاً وأحياناً تقتضي إقامة علاقات، ليس فقط مع المسترشد، بل مع جماعات تدعم المسترشد وتيسر الحل للمشكلة التي يعاني منها»⁽¹⁾.

2. التمكين النفسي (Empowerment)

يُقصد بـ«التمكين النفسي» بأنه «مزيج أو توليفة من تقدير الذات وكفاية الذات وحرية الإرادة والثقة بالنفس والوعي بالذات والتفكير الإيجابي، وهو بالنهاية يقود

(1) سحر حجازي: الإرشاد في بيئته الثقافية والاجتماعية، دار النهضة العربية، بيروت، ط 1، 2018، ص 9.



إلى السعادة وجودة الحياة بالنسبة للمرأة، وهو بعد ذلك يمكن أن يُحسّن من صورة الذات عندها، والتمكين النفسي للمرأة يعني جعل النساء قدرات على الوصول إلى المهارات والمعارف والتعامل مع الضغوط والصدمات سواء في الوقت الحالي أو في المستقبل»⁽¹⁾.

3. الحاجات النفسية (Psychological Needs)

هي عبارة عن «مطالب نفسية فطرية وأساسية للوصول إلى السعادة والتكامل والنمو النفسي، وهي تتمثل في الحاجة إلى: الاستقلال، الكفاءة، والإنتماء»⁽²⁾.

4. المرأة المعيلة (The Breadwinner Women)

تُعرّف المرأة المعيلة بأنها «من تتولّى رعاية شؤونها وشؤون أسرته مادياً، وبمفردها دون الاستناد إلى وجود الرجل، وتُعدّ المساهم الاقتصادي الرئيسي في دخل الأسرة وهي الممثل القانوني والاجتماعي لأسرتها في المجتمع»⁽³⁾.

ز. التساؤل الرئيس

تبين من الملاحظات أن من ضمن التحديات التي تواجه تمكين النساء اقتصادياً، مجموعة من العوائق النفسية التي يرجع جزء منها للمرأة نفسها حين تتأثر بمحيطها النفس - اجتماعي والاقتصادي. وإنه كلما ارتفعت نسبة التحديات والمعوقات، زادت حالة انخفاض تقدير الذات وقلّت نسبة ثقتها بنفسها، وزادت نسبة خوفها من الفشل. من هنا، لاحظنا ضرورة للتدخل الإرشادي عبر طرح التساؤل الرئيس التالي:

(1) Mshira Gummon: **The Psychological facts of women Empowerment at Workplace**, international journal of recent trend in Engineering Research, issue 225, 2016, p 225.

(2) Edward Deci ; Richard Rayan: **The «what» and «Why» OF Goal pursuits: human Needs and the self Determination of behavior psychological inquiry**, issue 11, October 2000, p 238.

(3) محمد سيد فهمي: **الانجازات الحديثة للخدمة الاجتماعية في رعاية الفئات المستضعفة**، المكتب الجامعي الحديث، مصر، ط 1، 2020، ص 18.

ما مدى فعالية دور الإرشاد والتوجيه النفس - اجتماعي في التمكين النفسي للنساء المعيلات المستفيدات من خدمات «جمعية التنمية للإنسان والبيئة»؟ وكيف يساهم كل من التمكين النفسي وتلبية بعض حاجاتهن النفسية في تعزيز نظرتهم الإيجابية للحياة؟

ج. النظريات العلمية

تعتمد الدراسة على أكثر من نظرية علمية، وهي:

1. نظرية «الحاجات الإنسانية» لـ«ماسلو» (Abraham Maslow, 1908-

1970)

تقوم نظرية «ماسلو» للحاجات على فكرة أن الإنسان يملك سلسلة من الحاجات الأساسية التي يسعى لتلبيتها، وتنظم هذه الحاجات في تسلسل هرمي يتألف من خمسة مستويات. ويرى «ماسلو» أن «الإنسان يولد ولديه سبعة أنظمة من الحاجات مرتبة في شكل هرمي وذي مستويات متدرجة، وتتضمن هذه الحاجات قسمين هما الحاجات الأساسية (الфизиولوجية، والأمن) والحاجات النفسية (الحب والانتماء، تقدير الذات، تحقيق الذات)، وتأخذ الصفة الاجتماعية والتي سماها «ماسلو» بالحاجات النفسية الاجتماعية»⁽¹⁾.

وهناك حاجات أخرى وضعها «ماسلو» فيما بعد، هي الحاجات المعرفية، تهدف إلى تحقيق المعرفة. والحاجات الجمالية هي «المرحلة التي يصل بها الفرد إلى إشباع وتحقيق كل حاجاته، وهذا ما يساعده على التمتع بقيم الكون الجمالية»⁽²⁾.

أما عن الأهمية في تلبية الحاجات عند «ماسلو» فإن «الحاجات الفسيولوجية هي الأهم في الحفاظ على حياة الفرد، وإشباعها يؤدي به إلى الانتقال إلى الحاجة التي

(1) أسماء السرسى وأمني عبد المقصود: دراسة الحاجات النفسية لدى الأطفال في مراحل متباينة، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، مصر، العدد 24، 2000، ص 155.

(2) سهير أحمد: سيكولوجية الشخصية، مركز الإسكندرية للكتاب، مصر، ط 1، 2003، ص 338.



تليها وهي الحاجة إلى الأمن، وتحقيقها ينتقل للحاجة إلى الانتماء ثم الحاجة إلى التقدير يليها تحقيق الذات، وهي قمة هرم الحاجات والتي تعتبر رغبة الفرد في تحقيقه لقدراته وإمكاناته الكامنة، وانتقال الفرد لإشباع الحاجات العليا يعني أنه أكثر تكيفاً وإيجابية، وهذا يؤدي لتحقيق الفرد لشخصيته الواقعية⁽¹⁾.

وستستخدم الدراسة هذه النظرية لأنها تساعد في فهم أهمية تلبية احتياجات النساء المعيلات المتنوعة في تكوين سلوكهنّ، وفي إظهار أن عدم تلبية احتياجاتهنّ سلباً عليهنّ، ما يؤثر سلباً على صحتهنّ النفسية. من هنا، ضرورة العمل على تمكينهنّ نفسياً.

2. نظرية «الذات» لـ «كارل روجرز» (Carl Rogers, 1902-1987)

تُعدّ نظرية «الذات» التي وضعها «كارل روجرز» (Carl Rogers)، في العام 1949، إحدى أبرز النظريات في مجال الإرشاد النفسي، التي ركّزت على تطوير الشخصية الإنسانية والتأكيد على المفهوم القائل إن أغلب الأفراد قادرين على مواجهة مشاكلهم عن طريق تطوير شخصيتهم، والانفتاح على الخبرات المختلفة.

وقد «اشتق» روجرز» نظرية تحقيق الذات من خلال دراساته على الأسوياء وعلى المرضى. وهذه التسمية تمثل جزءاً من رأيه في الشخصية الإنسانية، حيث يضع مسؤولية التغيير على عاتق العميل (المسترشد) أكثر من وضعها على عاتق المعالج (كما تفعل مدرسة التحليل النفسي) ...⁽²⁾.

ويسمى العلاج النفسي في هذه النظرية بالعلاج المتمركز حول العميل وهو «ينتمي إلى الاتجاه الإنساني في علم النفس، تطوّر على يد «كارل روجرز» الذي يُعرّفه بأنه

(1) سلوى شوقي عبد المسيح راغب: الحاجات النفسية لدى أطفال المؤسسات الإيوائية وعلاقتها بالعدوانية، رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة الزرقاق، مصر، 1991، ص 31.

(2) راضي الوقفي: مقدمة في علم النفس، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، ط 4، 2014، ص 601.

طريقة للعمل مع الأفراد الذين يعانون من الاضطرابات الشخصية أو مشاكل الحياة⁽¹⁾. ويعتمد هذا النوع من العلاج على «العلاقة العلاجية بين المعالج والمريض (العميل)، والتي يشعر المريض من خلالها بأنه شخص ذو قيمة ومقبول، وهذا يساعده على إعادة فهم وتفسير خبراته وتعديل سلوكه»⁽²⁾.

ومن المفاهيم الرئيسة عند «روجرز» مفهوم «الذات»، ويعرفها بأنها جزء متميز من المجال الظاهري، أي العالم الداخلي الذاتي للفرد، الذي يمثل خبرته الواقعية الفريدة والمتكوّن من سلسلة المدركات والقيم عن أنا الفرد أو نفسه. وبرأيه، «الذات هي النواة التي تقوم حولها الشخصية»⁽³⁾.

لقد قسم روجرز الذات إلى:

– الذات المدركة: تعني مدركات الفرد لذاته وتصوّراته لها كما يدركها ويتصوّرها هو.

– الذات الاجتماعية: عبارة عن مدركات الآخرين لذات الفرد وتصوّراتهم عنه.

– الذات الإنسانية: هي المدركات والتصوّرات الموجودة عند الفرد عن الصورة التي يجب أن يكون عليها.

هذا؛ ويرى «روجرز» أن «تحقيق الفرد للصحة النفسية يعتمد على مدى تطابق ذاته الواقعية مع ذاته المثالية، وعلى مدى تطابق خبراته الذاتية مع الواقع الخارجي، فكلّما أحدث الفرد انسجاماً (قدرة على التعامل مع الواقع) بين ذاته وبين المحيط الخارجي، كلّما أصبح أكثر تكيفاً واتزاناً في سلوكه»⁽⁴⁾.

(1) Carl Rogers: **psychotherapist's casebook: theory and technique in practice, Client-Centered Approach To therapy**, jossey bass, San Francisco, 1986, p: 200.

(2) عبد الناصر عوض أحمد جيل: الخدمة الاجتماعية النفسية، دار الزهراء للنشر والتوزيع، القاهرة، ط 2، 2017، ص 212.

(3) يوسف مصطفى القاضي ولطفي محمد فطيم: الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، دار المريخ للنشر والتوزيع، المملكة العربية السعودية، ط 2، 1981، ص 192.

(4) راضي الوقفي: مقدمة في علم النفس، دار الشروق والتوزيع، الأردن، ط 4، 2004، ص 602.



كذلك تستخدم الدراسة هذه النظرية، لأنها تساعد في معرفة منظور النساء المعيلات لذواتهن من ناحية أهميّتها وأهميّة العلاقات في حياتهنّ، وكيفية تأثيرها عليهنّ إيجاباً أو سلباً. وكذلك، معرفة مدى التطابق بين صورة الذات المثالية وصورة الذات الواقعية، وانعكاسات ذلك عليهنّ.

3. نظرية «ألبرت إليس» (Albert Ellis, 1913-2007)

تعدّ نظرية «ألبرت إليس» إحدى أبرز النظريات المعرفيّة التي تهتمّ بالعلاج النفسي، فهي طريقة متكاملة للعلاج والتعلّم، تستند إلى نظرية معرفيّة، إدراكيّة، انفعالية وسلوكيّة، وهي تؤيّد العلاج النفسي الإنساني والتعليمي. وتهتم هذه النظرية بالجانب المعرفي من الشخصية الذي يركّز على التفكير، وكيفية تأثيره على مشاعر الأفراد التي بدورها تؤثر على سلوكياتهم. ويمكن تعريف «الإرشاد العقلاني الانفعالي» على أنه «أسلوب أو نظرية من نظريات الإرشاد النفسي تستخدم فنيّات معرفيّة وانفعاليّة لمساعدة المسترشدين في التغلّب على ما لديهم من أفكار ومعتقدات خاطئة وغير عقلانيّة، والتي يصاحبها اضطراب في سلوك وشخصيّة الفرد، واستبدالها بأفكار ومعتقدات أكثر عقلانيّة ومنطقيّة تساعده على التوافق مع المجتمع»⁽¹⁾.

كما إن «الإرشاد العقلاني الانفعالي» يقوم على ثلاثة مبادئ أساسيّة، هي «أولاً: الوعي والاكتشاف الذاتي، أي أن يقوم الفرد بتقييم أفعاله ودوافعه وتصرفاته بكلّ دقّة ونزاهة، فالفرد إذا استطاع التعرّف إلى أخطائه الشخصية ومعتقداته وأفكاره غير العقلانيّة، فإنه سيكون قادراً على التصحيح والتفكير بعقلانية. وثانياً: السعي للسيادة الذاتيّة، حيث إن تحديد مشاعرنا والسيطرة عليها يتم عبر أفكارنا، فأفكارنا قادرة على توجيه عواطفنا لتغيير الطريقة التي نشعر بها حول ما نمرّ به، ويرى «إليس» أن أكبر خسارة هي إحباط الذات. ثالثاً: أسبقية السلوك على نفاذ البصيرة، فعندما وضع

(1) أحمد محمد المشاقبة: مبادئ الإرشاد النفسي للمرشدين والأخصائيين النفسيين، دار المناهج للنشر والتوزيع، عمان - الأردن، ط 1، 2015، ص 134.

«ألبرت إيليس» لأوّل مرة العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي، كان للاعتراف بالدور القوي ليس فقط للتفكير بعقلانيّة، بل لممارسة السلوكيات المنطقيّة، حيث إن تغيير السلوك ممكن أن يعدل في مشاعر الفرد»⁽¹⁾.

وأيضاً؛ ستستخدم الدراسة هذه النظرية، لأنها تساعد في معرفة دور الأفكار التلقائيّة واللاعقلانيّة في تكوين وتوجيه سلوك المسترشدات ونظرتهم إلى الحياة بأحداثها ومواقفها المتنوّعة باتّجاه معيّن دون سواه.

ثانياً. أدبيات الدراسة

فيما يلي سنعرض لأبرز الدراسات التي تناولت موضوع «دور الإرشاد وتلبية بعض الحاجات النفسية في تعزيز التمكين النفسي للنساء المعيلات لأسرهن».

أ. الدراسات العربية

تعددت الدراسات الصادرة باللغة العربية ومنها:

1. دراسة أحمد محمد عبد المطلب رضوان

جاءت الدراسة تحت عنوان «مؤشّرات التخطيط الاجتماعي كمدخل لتحقيق تكامل برامج الحماية الاجتماعيّة المقدّمة للمرأة المعيلة: دراسة مقارنة بين مجتمع ريفي ومجتمع حضري»، 2019، في مصر. هدفت الدراسة إلى تحديد معوّقات إشباع احتياجات المرأة المعيلة من برامج الحماية الاجتماعيّة في كلّ من الريف والحضر، وقد اعتمدت على عيّنة مكوّنة من (142) سيّدة معيلة من الحضر بمحافظة القاهرة، و (127) سيّدة معيلة من الريف بمحافظة الجيزة.

استخدمت الدراسة الاستبيان الذي طُبّق على السيدات المعيلات المستفيدات

(1) P, Ronald: *The Judaic Foundations of rational emotive behavioral therapy*, Journal of *Mental Health, Religion & Culture*, issue 5, June 2011, p 459 - 462.



من برامج الحماية الاجتماعية. واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي المقارن. أما أهم النتائج التي خلصت إليها الدراسة بحسب استنتاجنا فهي: وجود معوقات تعيق إشباع احتياجات المرأة الفقيرة من خلال ما تقدّمه الجمعية، كقلة الوعي بالبرامج والمشروعات، وعدم إشباع الخدمات المقدّمة لاحتياجاتها، وصعوبة في تسديد أقساط القروض، عدم التدريب المستمر من القائمين على الخدمات. كما كشفت الدراسة عن وجود علاقة طردية بين تقدير احتياجات السيدات المعيلات من برامج الحماية الاجتماعية والمستوى التعليمي في كل من الحضر والريف⁽¹⁾.

2. دراسة كريمة بحرة

حملت الدراسة عنوان «الحاجات النفسية وعلاقتها بالإغتراب النفسي لدى العاملين والعاطلين عن العمل – دراسة ميدانية بولاية الجزائر»، 2015. هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الحاجات النفسية والاغتراب النفسي. أما عيّنتها فكانت من العاملين، والمقدرة بـ (81) فرداً، من بينهم (39) ذكراً، و (42) أنثى. وكذلك على عيّنة من العاطلين من العمل، والمقدرة بـ (82) فرداً، من بينهم (47) ذكراً، و (35) أنثى.

إن أهم المقاييس التي استخدمتها الدراسة وطبقت على العينة، هي كلٌّ من «مقياس الحاجات النفسية» لـ «إلهام فاضل عباس» (2011)، و«مقياس الاغتراب النفسي» لـ «ثناء يوسف الضبع وآخرون» (2004). وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصفي. وأهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة يمكن تلخيصها بما يلي:

- توجد علاقة ارتباطية سالبة بين الحاجات النفسية والاغتراب النفسي.
- توجد علاقة بين الحاجات النفسية والاغتراب لدى العاطلين من العمل.
- توجد فروق بين العاملين والعاطلين، في درجات إشباع الحاجات النفسية.

(1) أحمد محمد عبد المطلب رضوان: مؤشرات التخطيط الاجتماعي كمدخل لتحقيق تكامل برامج الحماية الاجتماعية المقدمة للمرأة المعيلة – دراسة مقارنة بين مجتمع ريفي ومجتمع حضري، كلية الآداب – جامعة عين شمس، مصر، 2019، ص 123-143.

- لا توجد فروق بين العاملين والعاطلين من العمل في الاغتراب.
- لا توجد فروق بين الجنسين في الحاجات النفسية.
- لا توجد فروق بين الذكور والإناث في الإغتراب⁽¹⁾.

3. دراسة مها عبد المجيد العاني وسعيد سليمان الظفري

جاءت بعنوان: «الحاجات النفسية والاجتماعية للمرأة العُمانية العاملة»، 2013. هدفت الدراسة إلى التعرف إلى مستوى الحاجات النفسية والاجتماعية لدى المرأة العُمانية العاملة في مؤسسات القطاعين الحكومي والخاص، وكذلك التعرف إلى الفروق في مستوى تلك الحاجات وفق المتغيرات التالية: الحالة الاجتماعية، المؤهل الدراسي، العمر، سنوات الخدمة، عدد الأبناء، إجمالي الراتب، نوع العمل (حكومي، خاص)، فضلاً عن التوصل إلى حلول وتوصيات مستقبلية مقترحة تساهم في خدمة هذه الشريحة في المجتمع.

تكونت عينة الدراسة من (249) امرأة عاملة، تنوّعت من حيث خصائصها الاجتماعية والاقتصادية. كما استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، واستمارة من إعداد الباحثة. وأهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة: أن المرأة العُمانية العاملة لديها إشباع في الحاجات النفسية والاجتماعية بمختلف محاور هذه الحاجات، مع التوصل بأن أكثر أبعاد الحاجات الإنسانية إشباعاً هو بُعد قبول الذات، وأقلّها إشباعاً الأمن النفسي. أما في مجال الحاجات الاجتماعية، أظهرت النتائج كما تبين لنا، أن بُعد الحاجات الأسرية كانت الأكثر إشباعاً، بينما بُعد المسؤولية الاجتماعية هو الأقل إشباعاً. بالإضافة إلى ذلك، تبين وجود فروق في مستوى الحاجات النفسية بحسب إجمالي الراتب الذي تتقاضاه المرأة العاملة. كما إن مستوى الإشباع لدى العاملات في القطاع الحكومي جاء أعلى من العاملات في القطاع الخاص. بينما لم تتأثر مستويات

(1) كريمة بحرة: الحاجات النفسية وعلاقتها بالإغتراب لدى العاملين والعاطلين عن العمل، مجلة المرشد، العدد 1، 2015، ص 119 - 149.



الحاجات بالمتغيرات الأخرى كالعمر والخبرة وعدد الأبناء والمؤهل الدراسي. وفي ضوء ذلك خرجت الدراسة بعدد من التوصيات والمقترحات التي تصبّ في إشباع حاجات المرأة العاملة، والتي تُسهم في تنمية قدراتها واستغلالها⁽¹⁾.

ب. الدراسات الأجنبية

كذلك تعددت الدراسات الصادرة باللغة الأجنبية، ومنها:

1. دراسة «سومي» (Jha Sumi)

حملت عنوان: «Global Need for growth achievement power and affiliation: Determinants of psychological business»، 2010. هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير الاحتياجات التحفيزية على التمكين النفسي. أما المتغير المستقل فهو الاحتياجات التحفيزية (الحاجة إلى النمو والإنجاز والقوة والانتماء). وقد تمت دراسة التمكين النفسي، وهو متغير تابع، في هذه الدراسة، من خلال الدافع الجوهرى للمهمة (الذي يقاس بالمعنى والكفاءة وتقرير المصير والتأثير). ومن المفترض أن الحاجات التحفيزية الأربع، وهي الحاجة إلى الإنجاز والقوة والانتماء والنمو، سوف تؤثر بشكل إيجابي على التمكين النفسي.

هذا، وقد اختار الباحث عينة بلغ عددها (319) فرداً، من المديرين والمشرفين في فنادق خمس نجوم، ويعملون منذ عامين في الفندق. وكان (84%) من المشاركين من الذكور.

اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي، إضافة إلى استخدام العديد من التقنيات الإحصائية، مثل الارتباط والانحدار المتعدد والارتباط القانوني، لقياس أهمية العلاقة وقوتها بين المتغيرات المستقلة والتابعة المحددة.

(1) مها عبد الحميد العاني وسعيد سليمان الظفري: الحاجات النفسية والاجتماعية للمرأة العمالية العاملة، وزارة التنمية الاجتماعية، مسقط - عمان، 2013، ص 88.

أما النتائج التي توصلت إليها الدراسة كما تبين لنا، فأظهرت أن جميع الاحتياجات التحفيزية، بخلاف الحاجة إلى الانتماء، ترتبط بشكل كبير وإيجابي بالتمكين النفسي (دافع المهمة الجوهرية). تم افتراض العلاقة الإيجابية بين التمكين النفسي والحاجة إلى الانتماء، على أساس أن فنادق الخمس نجوم، مصدر للعينة، حيث يُطلب من الموظفين إظهار درجة عالية من الحاجة إلى الانتماء⁽¹⁾.

2. دراسة «سيبوران» (Vincent Cyboran)

حملت الدراسة عنوان: «The Influence of reflection on employee psychological Empowerment: Report of an exploratory Workplace Field Study»، 2008. وقد أجرت في الولايات المتحدة الأمريكية. وهدفت إلى التعرف إلى مدى تأثير التفكير على التصور الذاتي للتمكين في بيئة العمل.

تكونت عينة الدراسة من مجموعة من العمال في شركة برمجيات مقرها في الولايات المتحدة. وقد استخدمت المنهج التجريبي. وتم تصميم مجموعتين (تجريبية وضابطة)، تعرضت المجموعة التجريبية لمجموعة موجهة من الأنشطة التدريبية لمدة ثلاثة أشهر، قبل فترة العمل اليومية مباشرة وبعدها. وقد استخدمت الدراسة مقياس «سبريتزر» للتمكين النفسي وقد أكملته المجموعتان.

أظهرت لنا النتائج أن المشاركين الذين خضعوا للأنشطة التدريبية تمتعوا بمستوى مرتفع من التمكين النفسي حتى في أثناء المراحل المضطربة في المنظمة، بخلاف المجموعة الضابطة. كما أشارت النتائج إلى أن البرامج الإرشادية تدعم إدراك التمكين للأفراد الذين يمتلكون بالفعل مستوى عاليًا من التمكين النفسي⁽²⁾.

(1) Sumi jha: Global Need for Growth, Achievement, power and Affiliation Determinants of Psychological Empowerment, global business review, issue 3, September 2010, p 379-393.

(2) Vincent Cyboran: The Influence of reflection on Employee Psychological Empowerment: Report of an Expletory Workplace Field Study, WILEY online Library, issue 4, December 2005, p 37 - 49.



ج. التعقيب على الدراسات السابقة

تشابه هذه الدراسات مع دراستنا من حيث الموضوعات، فأغلب الدراسات عالجت موضوع الحاجات النفسية والاجتماعية، أو موضوع التمكين النفسي، واستخدام المنهج الوصفي أو التجريبي.

ولعل ما يميّز هذه الدراسة من غيرها من الدراسات السابقة، أنها تطرح دور الإرشاد والتوجيه النفس - اجتماعي في عملية التمكين النفسي، وهذا ما لم تطرحه أي من تلك الدراسات، كما أنها تجمع ما بين دور كل من الإرشاد، وتلبية بعض الحاجات النفسية في تعزيز التمكين النفسي لدى النساء المعيلات لأُسَرهن.

كما أن دراستنا هذه، استهدفت فئة النساء المعيلات لأُسَرهن، في حين أن الدراسات السابقة لم تركز على مسألة دور المرأة في إعالة الأسرة. أضف إلى ذلك، أن هذه الدراسة استخدمت منهجَيْن هما الوصفي والإجرائي، في حين أن الدراسات السابقة استخدمت منهجاً واحداً. وأخيراً، نشير إلى أن كل الدراسات السابقة هي دراسات كميّة، في حين أن دراستنا نوعية وكميّة.

ثالثاً. ملخص عن الجلسات الإرشادية

لكل خطة إرشادية، مهما تنوع موضوعها وأفراد الفئة المستهدفة، يبقى لها هدف عام وأهداف خاصّة. فماذا عن هذه الأهداف؟

أ. الهدف العام

يبرز الهدف العام في تقديم خدمات الدعم النفس - اجتماعي لأفراد العيّنة وتزويد جمعيّة التنمية للإنسان والبيئة، بخطة إرشادية تدعم مشروعاً تقوم به مع النساء، بهدف توفير فرص عمل لإعالة أُسَرهن بعد تدريبهنّ فيها، إلى جانب التمكين النفسي القائم على التفريغ الانفعالي.

ب. الأهداف الخاصة

تعددت الأهداف الخاصة حسب مضمون الجلسات. ولكن شملت، بشكل عام، العمل على تغيير الأفكار الخاطئة بشكل يسمح بتنمية المعنى الإيجابي للحياة، وإكساب فئة من النساء مهارات اتخاذ القرار وحلّ المشكلات، بالإضافة الى مهارة تحديد الأهداف.

ج. المهارات

سعيًا إلى تنمية أبرز المهارات التي لها علاقة بالتمكين النفسي، وهي: مهارة الاستقلالية، مهارة اتخاذ القرار، مهارة تقدير الذات، مهارة التفكير الإيجابي، مهارة التعرف إلى نقاط القوة وتقويتها والسيطرة على نقاط الضعف، مهارة تحديد الأهداف، مهارة التفاعل الاجتماعي.

د. الأساليب والتقنيات الإرشادية

من الأساليب والفنيات التي قمنا باستخدامها: الإرشاد الجماعي، الإرشاد الفردي، الإرشاد باللعب، الملاحظة، أداء الأدوار، النمذجة، العصف الذهني، المناقشة والحوار، الأفلام القصيرة، العروض التقديمية، الرياضة، ممارسة هواية الطبخ.

هـ. مدة الجلسات

تراوحت مدّة الجلسات (45 – 60) دقيقة حسب محتوى كل جلسة.

و. الفترة الزمنية

طبّقت الخطة الإرشادية في (8) جلسات على مدار أسبوعين، استمرّ تطبيقها من نهار الإثنين الواقع فيه 20/5/2024، حتى نهار الأربعاء الواقع فيه 30/5/2024، جرى خلالها تقديم معلومات ومعارف علمية عن التمكين النفسي بأسلوب مبسّط، وذلك من خلال مجموعة من النشاطات الفردية والجماعية.



ز. عرض الجلسات

لقد جرى تنفيذ ثمان جلسات إرشادية متنوعة الأنشطة والمواضيع، بهدف تلبية بعض الحاجات النفسية وتعزيز التمكين النفسي للنساء المعيلات لأسرهن، جاءت على الشكل التالي:

- الجلسة الأولى «لونك شخصيتك»: هي جلسة جماعية، هدفت إلى كسر الجليد ودعم الإلفة والود من خلال التعارف، وتقديم نبذة عن أهداف الخطة الإرشادية والقوانين الملزمة في الجلسات، مع عدد الجلسات والفائدة المرجوة منها، بالإضافة إلى إجراء التطبيق القبلي لمقياس الحاجات النفسية الأساسية، حيث المسترشدات على المشاركة الفعالة في الخطة.
- الجلسة الثانية «حاجاتك أولوية»: هدفت إلى إعطاء تصوّر واضح وشامل عن مفهوم التمكين النفسي، التعرف إلى أهدافه، التعرف إلى الحاجات الأساسية للمرأة المعيلة والتي تساهم تلبيتها في تحقيق التمكين النفسي. وقد كانت جلسة جماعية.
- الجلسة الثالثة «للك القرار»: هي جلسة جماعية، هدفت إلى إعطاء تصوّر موضوعي عن الاستقلالية، وإلى تحديد سمات الشخصية المستقلة، والتمييز بينها وبين الشخصية التابعة، التعرف إلى مراحل اتخاذ القرار، تحديد أسباب اتخاذ القرارات الخاطئة، التعرف إلى العوامل المؤثرة في اتخاذ القرارات الخاطئة، التدريب على مهارة اتخاذ القرار.
- الجلسة الرابعة «حب الذات وإدراكها»: هدفت إلى التعرف إلى حب الذات، وإلى قواعد إدارة الذات، تحديد أسباب النجاح، اكتساب مهارة ترتيب الأولويات. وقد كانت كسابقاتها جلسة جماعية.
- الجلسة الخامسة «عودي نفسك على الإيجابية»: هي جلسة جماعية، هدفها تعريف المسترشدات على مفهوم الإيجابية، تحديد سمات الشخصية الإيجابية، وتعزيز مفهوم الإيجابية لديهنّ.

- الجلسة السادسة «أسود/أبيض»: جلسة فردية، هدفت إلى التعرّف إلى نقاط القوّة، ولفت النظر إلى نقاط الضعف، والمقارنة ما بين الإثنين، ثم إدراك المسترشدات للحلّ المناسب، كلّ حسب حالتها، وإفساح المجال لكلّ مسترشدة لتحديد عدد من الأهداف التي تسعى إليها، ومن ثم تحديد الأهداف التي لها الأولوية وتلك الثانوية منها. كذلك، هدفت الجلسة إلى تشجيع المسترشدات على بذل الجهود لتحقيق الأهداف، الإيجابية في التطلّع إلى الأهداف، تحديد الخطوات الواجب اتباعها لتحقيقها.
- الجلسة السابعة «حلوة الجمعة»: هي جلسة جماعيّة، سعت إلى التأكيد على أهميّة التعاون والمشاركة الفعّالة في العمل، خلق جوّ من التحدّي بين المسترشدات، التأكيد على أهميّة العلاقات الاجتماعيّة ودورها في تحقيق السعادة.
- الجلسة الثامنة والأخيرة «خلّي صوتك أعلى»: جلسة جماعيّة، هدفت إلى مراجعة الأهداف التي حدّدت في بداية الخطّة الإرشاديّة وتقييم مدى التقدّم الذي أحرزته المسترشدات، مع التركيز على الإنجازات التي حققتها والمهارات التي اكتسبتها. كذلك العمل على تثبيت النتائج، أي مساعدة المسترشدات على تثبيت المهارات والاستراتيجيّات التي تعلّمنها من الخطّة، لكي يصبحن قادرات على استخدامها بشكل مستقلّ بعد انتهاء الجلسات. إضافة إلى تقييم المسترشدات للخطّة الإرشاديّة، والتطبيق البعدي لمقاييس الحاجات الأساسيّة المتعلقة بالتمكين النفسي.

رابعًا. تطوّر حالات المسترشدات بعد تنفيذ الخطّة الإرشاديّة

لقد تطوّرت حالات المسترشدات بشكل إيجابي من جلسة لأخرى، وكانت على الشكل التالي:

- المسترشدة (ز.ي): تحسنت حالة المسترشدة عبر الجلسات، حيث انتقلت من



حالة الخجل إلى المشاركة الفعّالة في الجلسات، ما يدلّ على تحقيقها للتمكين النفسي.

- **المسترشدة (ل.أ):** كانت تعاني التفكير السلبي بشكل دائم، كما الخوف من وقوع الأسوأ، بالرغم من علاقاتها الإيجابية مع زميلاتها. وقد أظهرت تحسّناً في تدنّي التفكير السلبي، وكذلك في الحاجات الثلاث المتعلقة بالتمكين وهي: الحاجة إلى الاستقلاليّة، والحاجة للكفاءة والحاجة للارتباط بالآخرين.
- **المسترشدة (ل.ح):** تميّزت شخصيّتها بأنها دائمة التوتّر والقلق على الرغم من التعاون الذي أظهرته في الجلسات الإرشادية. وقد أكملت نشاطها وحماسها في الجلسات الأخيرة، وأصبحت قادرة على تلبية حاجاتها بنفسها بعيدة من القلق، ما يدلّ على تحقيقها للتمكين النفسي.
- **المسترشدة (ح.ع):** كانت خجولة وغير متفاعلة، شبه منسحبة في الجلسة الأولى، وهي بالإجمال شخصيّة بعيدة من الناس، ودائمة الخوف من الفشل. في الجلسات الأخيرة، أي ابتداءً من الجلسة السادسة، تميزت بنظرة إيجابية إلى المستقبل. ولعلّ تدنّي مستوى خوفها من الفشل جعلها في الجلستين الأخيرتين، متحمّسة ومفعمة بالنشاط، وأكثر قرباً من الناس، ما يدلّ على تحقيقها للتمكين النفسي.
- **المسترشدة (ح.أ):** تعاني سوء تقدير الذات، ونظرة سلبية إلى المستقبل بسبب الضغوطات والمشاكل العائلية مع الزوج. لكنها كانت متعاونة ومتحمّسة منذ الجلسة الأولى، واستمرّت على هذا النحو حتى الجلسة الأخيرة. لكنها في ما بعد، أصبحت أكثر قدرة على الاستقلاليّة، والثقة بالنفس وأكثر كفاءة ذاتيّة.
- **المسترشدة (ر.أ):** تعاني مشكلة الخوف من المستقبل بسبب الأوضاع الاقتصادية السيئة في لبنان. بالمقابل، كانت، طيلة الجلسات الإرشادية متحمّسة ومتفاعلة منذ الجلسة الأولى، وأكملت تعاونها في الجلسات اللاحقة. كما كانت شخصيّة مستقلة وتتمتع بتمكين نفسي أكثر من زميلاتها.

خلاصة واستنتاجات

يُعدّ التمكين النفسي للنساء المعيلات لأُسُرهنّ أحد الجوانب الأساس لتحقيق التنمية المجتمعية الشاملة، خاصةً في ظل التحديات الاقتصادية والاجتماعية المتزايدة. فالمرأة المعيلة التي تتحمل مسؤولية إعالة أسرتها بمفردها، تواجه ضغوطاً كبيرة تتراوح بين الأعباء المالية والضغط النفسي والاجتماعية، ما يجعل من دعمها وتمكينها ضرورة إنسانية ومجتمعية في آن واحد. وقد تمّ قُدّم هذا الدعم من خلال إعداد خطة إرشادية قائمة على تلبية بعض الحاجات النفسية المسؤولة عن تعزيز التمكين النفسي لـ (6) من النساء المعيلات لأُسُرهنّ العاملات ضمن مشروع مركز موارد النساء - (مجتمع المطبخ) في «جمعية التنمية للإنسان والبيئة».

وبعد تنفيذ الخطة الإرشادية، واستناداً إلى نتائج مقياس الحاجات النفسية الأساسية لـ «لاغورديا»، أظهرت النتائج زيادة في التمكين النفسي لدى المسترشدات حسب متوسط الدرجات التي حصلن عليها في التطبيق البعدي لهذا المقياس.

وتجدر الإشارة، إلى أنه إذا تراوح مجموع درجات الفرد بين (21) و (53)، فهذا يدل على أن حاجاته النفسية «لا يتمّ تلبيتها بصورة كافية»، وعليه، يجب البحث عن الأبعاد التي يتّضح فيها القصور ومحاولة توجيهه لإشباعها. أما إذا تراوح مجموع درجات الفرد بين (53) و (73) درجة، فهذا يدل على «الاعتدال في تلبية حاجاته النفسية مع احتمال وجود القصور» في إحدى النواحي منها. في حين أنه، إذا تراوح مجموع درجات الفرد بين (73) و (105)، فهذا يدل على «تلبية الحاجات النفسية بدرجة كبيرة وتحقيق التمكين النفسي».

بشكل عام؛ تبين، بعد الانتهاء من تنفيذ الخطة الإرشادية، أن هناك تحسّناً في التمكين النفسي عند المسترشدات، ما يعكس الدور الإيجابي للإرشاد والتوجيه النفس - اجتماعي وفعالية الخطة الإرشادية، ويتضح ذلك من خلال الجدول الآتي:



جدول متوسط درجات المسترشدات
في التطبيق القبلي والبُعدي لمقياس «لاغورديا»

التطبيق البُعدي للمقياس (متوسط الدرجات)	التطبيق القبلي للمقياس (متوسط الدرجات)	الحاجات النفسية الأساسية
23 درجة	19 درجة	الحاجة إلى الاستقلال
22 درجة	18 درجة	الحاجة للكفاءة
29 درجة	23 درجة	الحاجة للارتباط بالآخرين وللقرب منهم

لقد شكّل متوسط إجابات مجموع المسترشدات الست اللواتي شاركن في الخطة الإرشادية (60) درجة في المقياس القبلي للحاجات النفسية. حيث بلغ متوسط الحاجة للارتباط بالآخرين وللقرب منهم (23) درجة، تلتها الحاجة إلى الاستقلال بمتوسط (19) درجة، أما الحاجة للكفاءة فكانت في المرتبة الأخيرة بمتوسط (18) درجة.

وفي ما يتعلق بالمقياس البُعدي، فقد أصبح متوسط مجموع الإجابات لست مسترشدات (74) درجة بتقدم (14) درجة. فقد أصبح متوسط الحاجة إلى الارتباط بالآخرين وللقرب منهم (29) درجة بتقدم مقداره (6) درجات، تلتها الحاجة للاستقلال بمتوسط (23) درجة بعد أن كان (19) درجة، أي بتقدم (4) درجات. وأخيراً شكّل متوسط الحاجة للكفاءة (22) درجة، بعد أن كان (18) درجة، بتقدم يقدر بـ (4) درجات. هذه الأرقام؛ تدلّ على اعتدال المسترشدات في تلبية الحاجات النفسية على المقياس القبلي، في حين أظهرت الأرقام القدرة على تلبية الحاجات النفسية بدرجة كبيرة لدى المسترشدات على المقياس البُعدي.

خلاصة القول، لقد أصبحت الأغلبية من أفراد الفئة المستهدفة (عينّة الدراسة)،



قدرات على تلبية حاجاتهم النفسية بدرجة كبيرة، ما أظهر زيادة في التمكين النفسي لديهم، وانعكس ايجاباً على صحتهم النفسية وعلاقتهم بأفراد عائلاتهم، ما يعكس نظرتهم الايجابية للحياة. فهل تقدم دراستنا آفاقاً للمرشدين والمرشدين أو الباحثات والباحثين في التوسع في دراسة التمكين النفسي في مجالات أخرى؟



لائحة المراجع

أولاً. المراجع باللغة العربية

أ. الكتب

1. أحمد، سهير: سيكولوجية الشخصية، مركز الإسكندرية للكتاب، مصر، ط 1، 2003.
2. جبل، عبد الناصر عوض أحمد: الخدمة الاجتماعية النفسية، دار الزهراء للنشر والتوزيع، القاهرة، ط 2، 2017.
3. حجازي، سحر: الإرشاد في بيئته الثقافية والاجتماعية، دار النهضة العربية، بيروت، ط 1، 2018.
4. سلوم، توفيق عبد الله: دليل مناهج البحث في علم النفس، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، الجامعة اللبنانية، بيروت، ط 1، 2020.
5. العاني، مها عبد الحميد؛ الظفري، سعيد سليمان: الحاجات النفسية والاجتماعية للمرأة العمالية العاملة، وزارة التنمية الاجتماعية، مسقط - عمان، 2013.
6. فهمي، محمد سيد: الاتجاهات الحديثة للخدمة الاجتماعية في رعاية الفئات المستضعفة، المكتب الجامعي الحديث، مصر، ط 1، 2020.
7. القاضي، يوسف مصطفى؛ فطيم، لطفي: الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، دار المريخ للنشر والتوزيع، المملكة العربية السعودية، ط 2، 1981.
8. المشاقبة، حمد محمد: مبادئ الإرشاد النفسي للمرشدين والأخصائيين النفسيين، دار المناهج للنشر والتوزيع، عمان - الأردن، ط 1، 2015.
9. النعيمي، محمد: طرق ومناهج البحث العلمي، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، عمان، ط 2، 2015.
10. الوقفي، راضي: مقدمة في علم النفس، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، ط 4، 2014.

ب. الدوريات

1. السرسى، أسماء؛ عبد المقصود، أمانى: دراسة الحاجات النفسية لدى الأطفال في مراحل متباينة، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، مصر، العدد 24، 2000.
2. بحرة، كريمة: الحاجات النفسية وعلاقتها بالإغتراب لدى العاملين والعاطلين عن العمل، مجلة المرشد، العدد 1، 2015.

ج. الدراسات والرسائل الجامعية

1. راغب، سلوى شوقي عبد المسيح: الحاجات النفسية لدى أطفال المؤسسات الإيوائية وعلاقتها بالعدوانية، رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة الزرقاق، مصر، 1991.
2. رضوان، أحمد محمد عبد المطلب: مؤشرات التخطيط الاجتماعي كمدخل لتحقيق تكامل برامج الحماية الاجتماعية المقدمة للمرأة المعيلة - دراسة مقارنة بين مجتمع ريفي ومجتمع حضري، كلية الآداب - جامعة عين شمس، مصر، 2019.

ثانيًا. المراجع الأجنبية

A. Books

1. Roger, Carl: **psychotherapist's casebook: theory and technique in practice, Client-Centered Approach To therapy**, jossey bass, San Francisco, 1986.
2. Zimmerman, Marc: **handbook of community psychology, Empowerment Theory: psychological, organizational and community levels of Analysis**, Plenum Publishers, New York, 2000.



B. Journals

1. Cyboran, Vincent: **The Influence of reflection on Employee Psychological Empowerment: Report of an Expletory Workplace Field Study**, WILEY online Library, issue 4, December 2005.
2. Deci, Edward; Rayan, Richard: **The «what» and «Why» OF Goal pursuits: human Needs and the self Determination of behavior psychological inquiry**, *issue 11*, October 2000.
3. Gummon, Mshira: **The Psychological facts of women Empowerment at Workplace**, international journal of recent trend in Engineering Research, *issue 225*, 2016.
4. Gretchen, Spreitzer: **psychological empowerment in the workplace: dimensions, measurement, and validation**. academy of management journal, *issue 5*, October 1995.
5. Jha, Sumi: **Global Need for Growth, Achievement, power and Affiliation Determinants of Psychological Empowerment**, global business review, *issue 3*, September 2010.
6. Ronald, P: **The Judaic Foundations of rational emotive behavioral therapy**, Journal of Mental Health, Religion & Culture, *issue 5*, June 2011.

صدر عن

دار بيروت الدولية



د. فاطمة مصطفى دقماق



الذكاء العاطفي

سرّ نجاحك في الحياة



تقديم البروفسور فوزي أيوب

الفصل الأول: مفهوم الذكاء العاطفي ونشأته

الفصل الثاني: الذكاء العاطفي على المستوى الشخصي

الفصل الثالث: كيف نُنَمّي الذكاء العاطفي

الفصل الرابع: أهمية الذكاء العاطفي في مجالات الحياة

تجدونه لدى:

- دار بيروت الدولية، حارة حريك، 03/973983.

- الدكتورة فاطمة مصطفى دقماق 03/788626 / الجنوب.

- مكتبة السيد محمد حسين فضل الله العامة، حارة حريك، جانب مستشفى بهمن.

- مكتبة فيلوسوفيا، حارة حريك، شارع الشيخ راغب حرب، 71/548418.

- مكتبة أفكار، حارة حريك، 03/007768.



دار بيروت الدولية
للطباعة والنشر والتوزيع



موقع المجلة الإلكتروني: www.sadaloulum.com
البريد الإلكتروني: sadaloulum@gmail.com
الرقم التسلسلي المعياري الدولي لتعريف الدوريات الإلكترونية: ISSN 9431-2959