M

جامعة ابن خلدون-تيارت

University Ibn Khaldoun of Tiaret

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
Faculty of Humanities and Social Sciences
قسم علم النفس والفلسفة والأورطفونيا
Department of Psychology, Philosophy, and Speech Therapy

مذكرة مكملة لنيل شهـادة ماستر الطور الثاني ل.م.د
تخصص علم النفس العيادي
العنوان

التعرض للظلم وأثره على جودة الحياة لدى الراشد

دراسة عيادية لحالتين بتيارت

إعداد:

- منصوري العز عبد المنعم
- بوصبيع رانيا

إشراف:

حامق محمد

لجنة المناقشة

الأستاذ (ة)	الرتبة	الصفة
قايد عادل	أستاذ التعليم العالي	رئيسا
حامق محمد	مساعد أ	مشرفا ومقررا
دوارة أحمد	أستاذ التعليم العالي	مناقشا

الموسم الجامعي: 2024/2023

بسم الله الرحمن الرحيم

شكر و تقدير

قال صلى الله عليه وسلم (من لم يشكر الناس لم يشكر الله)

فالحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على امام المتقين وقائد المجاهدين وأله

وصحبه اجمعين واما بعد:

لا يسعنا بعد ان أكرمنا العلي القدير بإتمام هذا العمل المتواضع الا ان نتقدم

بجزيل الشكر والعرفان الى من تقدم لنا بالنصيحة والتوجيه الى الاخذ بالمعلومات

الصحيحة في هذا العمل، و أخص بالذكر:

الدكتور حامق محمد الذي تكرم بتوجيهاته اذ لم يدخر جهدا في ارشادنا.

و كل من ساعدننا من قريب او من بعيد

إهداء

إلى ملاكي في الحياة ... إلى معنى الحب وإلى معنى الحنان والتفاني ... إلى بسمة الحياة وسر الوجود.

إلى من كان دعاؤها سر نجاحي وحنانها بلسم جراحي

"أمي الحبيبة"

إلى أمي الثانية " " حفضها الله وأطال في عمرها.

إلى من أدين لهم بالود والألفة، إلى الشموع التي تنير بيتنا إخوتي

الى صديقي الغالي سفيان رفيق الدرب وصديق الروح

إلى كل الذين يحبونني وأحبهم في الله وأحتفظ بذكراهم في قلبي.

إلى كل من يقدر العلم ويسعى في طلبه.

إلى كل من هم بذاكرتي ولم تسعهم مذكرتي ولم يخطهم قلمي.

منصوري العز عبد المنعم

الإهداء

إلى من قال فيهما الله عز وجل "وقضى ربك ألا تعبدوا إلا إياه وبالوالدين إحسانا"

إلى نبع الحنان وقرة العين التي سهرت الليالي وقاسمت حياتي حلوها ومرها

إلى ذات القلب الحنون أمي العزيزة والغالية أطال الله في عمرها.

إلى رمز العطاء والصفاء الذي أمدني بكل شيء ولم ينتظر مني أي شيء رمز الأبوة أبي العزيز أطال الله في عمره.

إلى الأستاذي المشرف على المذكرة "حامق محمد " حفظه الله ورعاه وادامه في صحته وعمره

إلى إخوتي: ميسو، رحمة، شيماء، اكرام، جود

إلى أصدقائي الأعزاء رعاهم الله وحفظهم.

وكل طلبة علم النفس العيادي وبالأخص فوج تخصص.

بوصبيع رانيا

ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على الظلم و أثره على جودة الحياة لدى الراشد، لهذا فموضوع دراستنا يدور حول الفرضية الأولى التي مفادها أن المدلولات السيكولوجية لظاهرة الظلم بين الأفراد في العلاقات الاجتماعية تكمن في السادية، عقدة النقص، الآليات النفسية الدفاعية ك **«القلب الى الضد»**، و الفرضية الثانية التي مفادها أن الآثار النفسية الناجمة عن التعرض للظلم لدى الضحية تكمن في الشعور بالاضطهاد و المعاناة النفسية. و لإثبات الفرضيتين لجأنا الى المنهج العيادي القائم على دراسة حالة حيث قمنا بدراسة عيادية لحالتين، الحالة الأولى تبلغ من العمر **24 سنة** و الحالة الثانية يبلغ من العمر **25 سنة**،تم اختيارهما بطريقة قصدية وفق المعايير الآتية **:** أن يكون الحالة تعرض لوضعية ظلم و أن يكون راشدا.

و لتحقيق أهداف الدراسة استعنا بمجموعة من الأدوات المتمثلة في المقابلة العيادية نصف الموجهة، و دليل المقابلة و مقياس جودة الحياة، و توصلنا في الأخير إلى أن كلا الحالتين تعرضا الى انعكاسات نفسية و مشاعر اضطهادية جراء المواقف الظالمة التي تعرضوا لها في مجالهم المهني، بالنسبة للحالة الأولى فقد تعرضت الى **«مشاعر النقص»** و التي تجلت في **(مشاعر الدونية، العجز و القهر، الاستسلام، تبخيس الذات...إلخ)** و كلها مؤشرات دالة على تعرض الحالة الى**« مشاعر النقص »** التي اثرت على مستوى جودة الحياة لديها، أما الحالة الثانية انتهج اسلوب دفاعي للمجابهة بدل الرضوخ و ولاستسلام و الذي يعرف **«بألية القلب الى الضد»** أي ما يعرف بألية **«قلب الادوار»** بمعنى التمكن من التدبير و تسيير و ايجاد حلول للمشكلات بدل الاستسلام لها.

الكلمات المفتاحية : الظلم، جودة الحياة، الراشد.

Abstract :

This study aimed to identify injustice and its impact on the quality of life for the adult, for that reason the subject of our study revolves around the first hypothesis that the psychological implications of the phenomenon of injustice between individuals in social relationships lie in sadism, inferiority complex, and psychological defense mechanisms such as "Reversal to the opposite", and the second hypothesis that the psychological effects resulting from exposure to injustice for the victim lie in the feeling of persecution and psychological suffering. And in order to prove the two hypotheses we resorted to the clinical method that is based on case study, where we conducted a clinical study of two cases, the first case is 24 years old and the second case is 25 years old who were selected in a purposive manner according to the following criteria: the case must have been exposed to a situation of injustice and must be an adult.

And to achieve the objectives of the study we used a set of tools, represented in the semi structured clinical interview, the interview guide, and the quality of life scale. and we finally concluded that both cases were exposed to psychological reflections and persecutory feelings due to the unjust situations they were exposed to in their professional field, as for the first case, it was exposed to "feelings of inferiority" which was manifested in (feelings of inferiority, helplessness and oppression, resignation, self-depreciation) and all these are signs that the case was exposed to "feelings of inferiority" which affected his quality of life. As for the second case he adopted a defensive method of confrontation instead of submission and surrender , which is known as "Reversal to the opposite" or "Role reversal" mechanism, meaning the ability to handle, manage, and find solutions to problems instead of surrendering to them.

Keywords : **Injustice, Quality of life, The Adult**

فهرس المحتويات

شكر و تقدير ..... أ
الاهداء ..... ب
ملخص الدراسة باللغة العربية ..... ت
ملخص الدراسة باللغة الانجليزية ..... ث
الاشكال و الجداول ..... ج
مقدمة 01

الجانب النظري

الفصل الأول : سيكولوجية الظلم

تمهيد 04

1. تعريف الظلم 05
2. أنواع الظلم 07

1.2 الظلم الاقتصادي 07

2.2 الظلم الاجتماعي 08

3.2 الظلم السياسي 09

4.2 الظلم النفسي..... 10

3. النظريات المفسرة للظلم 11

1.3 من المنظور النفسي التحليلي 11

2.3 نظرية علم النفس الاجتماعي 12

3.3 نظرية التعلم الاجتماعي 13

4.3 من المنظور النفسي الثقافي 13

5.3 نظرية الظواهرية 13

4. مظاهر الظلم 14

5. مراحل الظلم 14
1.5 مرحلة القهر و الرضوخ..... 14
2.5 مرحلة الاضطهاد 15
3.5 مرحلة التمرد و المجابهة 15
6. الأليات الدفاعية المستعملة 16
7. الظلم و أثاره النفسية على جودة الحياة 17
خلاصة الفصل 19

الفصل الثاني : جودة الحياة

التمهيد 21
1. تعريف جودة الحياة 22
2. الاتجاهات المفسرة لجودة الحياة 23
1.2 الاتجاه الاجتماعي 23
2.2 الاتجاه النفسي 24
3.2 الاتجاه الطبي 25
4.2 المنظور التكاملي 25
5.2 نظرية الاختيار 25
3. مظاهر جودة الحياة 26
4. مؤشرات جودة الحياة 28
5. أبعاد جودة الحياة 28
6. مقومات جودة الحياة 29
7. تحقيق جودة الحياة 30
خلاصة الفصل 32

الإطار العام للدراسة

1. إشكالية الدراسة 34
2. فرضيات الدراسة 36
3. التعريف الاجرائي لمصطلحات الدراسة 36

الدراسة التطبيقية

الفصل الثالث : الاطار المنهجي للدراسة

1. منهج الدراسة 39
2. مجموعة البحث 39
3. أدوات الدراسة 40

الفصل الرابع : عرض و تحليل و مناقشة النتائج

1. عرض الحالة الأولى 46
2.1. تحليل محتوى المقابلات للحالة الأولى 49
3.1. عرض وتحليل نتائج مقياس جودة الحياة للحالة الأولى 51
2. عرض الحالة الثانية 52
2.2. تحليل محتوى المقابلات للحالة الثانية 54
3.2. عرض وتحليل نتائج مقياس جودة الحياة للحالة الثانية 56
4. مناقشة الفرضيات 58
الخاتمة 64
قائمة المصادر والمراجع 66
الملاحق 72

فهرس الأشكال و الجداول

الجداول:

الجدول رقم (1) يمثل المقابلات مع الحالة الأولى 40

الجدول رقم (2) يمثل المقابلات مع الحالة الثانية 41

الجدول رقم (3) يوضح فقرات المقياس موزعة على أبعاده 42

الجدول رقم (4) يبين نتائج مقياس جودة الحياة المختصر للحالة الأولى 51

الجدول رقم (5) يوضح فقرات المقياس موزعة على أبعاده 57

الأشكال:

الشكل رقم (1) يمثل مسارات التعرض للظلم عند الفرد 62

مقدمة

مقدمة:

يعيش الانسان المقهور في عالم من الظلم المفروض و الذي لا يستطيع له ردعا، بحيث هذا الظلم يشكل تهديدا فعليا لقوته وامنه وصحته كما يجعله في حالة فقدان القدرة على السيطرة والمجابهة وتضخم مشاعر العجز والقلق وفقدان إعتبار الذات، إذ لا يجد الانسان المضطهد سوى الرضوخ والتبعية والوقوع في الدونية كقدر مفروض في عالم التسلط واللاديمقراطية الذي يختل فيه التوازن بين السيد والانسان المسلوب، هذا الاختلال يجعل الفرد يفقد انسانيته واعتباره لذاته وتنعدم علاقة التكافؤ لتقوم مكانها علاقة التشيؤ فبدل علاقة أنا أنت التي تتضمن المساواة و الاعتراف المتبادل بإنسانية الاخر وحقه في الوجود تقوم علاقة من نوع أنا – ذاك، ذاك هو الشيء هو الكائن الذي لا اعتراف به، بإنسانيته و قيمتها، أو بحياته وقدسيتها، باعتباره شيئا، يصبح كل ما يتعلق به أو ما يمت اليه مباحا (غبن، اعتداء، تسلط، استغلال، قتل،...الخ) ذلك هو الانسان المقهور،وهذا مما لا شك فيه سيؤثر على جودة الحياة عنده بحيث تختل الإدراكات الحسية للفرد اتجاه مكانته في الحياة من الناحية الإجتماعية و الثقافية و النفسية، ومن ناحية منظومة القيم في المجتمع الذي يعيش فيه الفرد، وكذلك علاقته بأهدافه وتوقعاته ومعتقداته.

وفي هذا العمل تم التعرف على العلاقة التي تجمع الظلم بجودة الحياة و، ومنه قسمنا البحث إلى جانبين:

جانب نظري: ويتضمن 3 فصول متعلقة بـــ

الفصل الأول : تم التطرق فيه إلى سيكولوجية الظلم، من تعريف للظلم و أنواعه و النظريات المفسرة له، مظاهر و مراحل الظلم و من ثم الأليات الدفاعية المستعملة و أخيرا الظلم و أثاره النفسية على جودة الحياة

الفصل الثاني: ذكر في هذا الفصل تعريف جودة الحياة، التوجيهات النظرية المفسرة لجودة الحياة، مظاهر جودة الحياة، مؤشرات جودة الحياة، أبعاد جودة الحياة، مقومات جودة الحياة و تحقيق جودة الحياة.

الإطار العام للدراسة: الذي تضمن إشكالية الدراسة وصياغة الفرضيات والتعرف على واخيرا على التعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة.

اما الجانب التطبيقي: يتضمن فصلين متعلقين بـــ :

الفصل الثالث: فقد خصص للإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة الميدانية من تحديد للمنهج ووصف للعينة والتعريف بالأداة المستخدمة في جمع المعلومات وكذا توضيح إجراءات تطبيق الدراسة الأساسية.

الفصل الرابع: ذكر فيه عرض وتقديم الحالات، عرض نتائج المقياس، تحليل نتائج المقياس، عرض محتوى المقابلة ثم تحليل محتواها، ثم التحليل العام لكل حالة، ثم التحليل العام للحالات، ثم مناقشة فرضيات الدراسة.

الفصل الأول

سيكولوجية الظلم

1. تعريف الظلم.
2. انواع الظلم.
3. النظريات المفسرة للظلم.
4. مظاهر الظلم.
5. مراحل الظلم.
6. الاليات الدفاعية المستعملة.
7. الظلم واثاره النفسية على جودة الحياة.

تمهيد:

تطرقنا في الفصل الاول الى دراسة سيكولوجية الظلم حيث يتضمن، تعريف الظلم، أنواع الظلم، النظريات المفسرة للظلم، مظاهر الظلم، مراحل، آليات المستعملة في مجابهة الظلم، واخيرا الظلم و آثاره النفسية على جودة الحياة.

1- تعريف الظلم :

– **الظلم في اللغة :** مشتق من الفعل الثلاثي ظلم، وأصل الظلم وضع الشيء في غير موضعه

وأصل الظلم: الجور ومجـــاوزة الحـــد. **(ابن منظور، 1990: 373)**

– **و الظلم عند العسقلاني:** هو اسم لما اخذ بغير حق، أي غصبا، والغصب سلب حق الغير دون وجه حق . **(العسقلاني، 2001 : 35)**

– والظلم و الظلام و الظلمة ذات مصدر لغوي واحد، ومعنى هذا المصدر السواد الداكن، واذا كان الظلام يسبب عمى البصر (مجازا) لأنه يمنع رؤية والابصار فإن الظلم يعكس عمى القلب البصيرة عند فاعله . **(عودة،11:2010)**

المعنى الاصطلاحي :

– الظلم في القرآن الكريم معناه الفساد، وهو التلف و العطب و الاضطراب و الخلل وإلحاق الضرر بالناس، يقول لله تعالى: "ظهر الفساد في البر و البحر بما كسبت أيدي الناس ليذيقهم بعض الذي عملوا لعلهم يرجعون " **(سورةالروم،الآية: 41)**

ويقول ابن الكثير في التفسير لهذه الآية :" أن الفساد البر هو قتل ابن ادم، وفساد البحر هو أخذ سفينة غصبا، أي غصب الناس حقوقهم ". **(فضل،2004: 149)**

– **ويرى الامام الغزالي :** أن كل ما يضر به الطرف لطرف الآخر في المجتمع فهو الظلم **(ابن تيمية، 2002: 27)**

– كذلك يعرف الظلم بمعنى الاستبداد، والاستبداد ما هو الا تصرف فرد أو جماعة في حقوق آخرين بالمشيئة، وبلا خوف من أي تبعات أو مسؤولية أو عقاب أو خشية، وهو بهذا المعنى يراد التسلط و التحكم و الاتساق، ومن يمارس الاستبداد مستبد، ومرادفاتها طاغية و

حاكم بأمره وحاكم مطلق، أما من يمارس عليهم الاستبداد فهم أسرى أو مستصغرون أو بؤساء أو مستنبتون. (الكواكبي :37)

– **أما ابن خلدون يقول في مقدمته :**" ولا تحسبن الظلم هو أخذ المال أو الملك من يد مالكه من غير عوض ولا سبب كما هو مشهور، بل إن الظلم أعم من ذلك، وكل من أخذ ملك أحد أو غصبه في عمله، أو طالبه بغير حق، أو فرض عليه حقا لم يفرضه الشرع فقد ظلمه، فأخذ الأموال بغير حقها ظلمة، و المعتدون عليها ظلمة، و المنتهبون لها ظلمة و المانعون لحقوق الناس ظلمة وغصاب الأملاك على العموم ظلمة . (إبن خلدون : 288)

تعريفه من الجانب الاجتماعي : على أنه انتهاك أو تعد أو تجاوز او حيف بحقوق الناس العامة، أو ممارسة التمييز ضدهم على أساس قبلية أو عرقية أو مذهبية أو لغوية أو غيرها من اعتبارات عنصرية، من غير فرق بين أن يكون القائم بهذه الممارسات الظالمة سلطة سياسية أو غيرها، مع العلم أن السلطة السياسية الحاكمة في المجتمع انساني هي الأقدار على ممارسة الظلم أو تطبيق العدل . (عبدلله،2011:12)

من الجانب السياسي : هو الممارسة غير العادلة في السياسة بجميع أنواع التمييز السياسي و التمثيل غير المتكافئ وإدارة الانتخابات غير العادلة، ويمتد للجرائم ذات الطابع السياسي كجرائم الحرب و الفساد و الأنشطة التخريبية و الخيانة و القمع، قد يؤدي الظلم السياسي الى الاغتراب و اللامبالاة والركود أو عدم الاستقرار السياسي أو التفكك السياسي أو الوطني او الثورة أو حتى التدخل الأجنبي . (http ://ajwad.news)

كذلك يعرف الظلم بأنه: مجموعة من السلوكيات تهدف الى الحاق الأذى بالنفس أو بالأخرين بشكلين إما ظلم القول : وهو ظلم اللسان، كأن يتم إساءة للنفس، أو الأخر بالسباب و الشتم أو الغيبة أو النميمة أو السخرية أو القذف، أما ظلم الفعل : كالضرب، التشاجر، القتل، السرقة، الربا، الزنى، أو اللواط أو التجسس وأكل المال بالباطل أو الخيانة الأمانة و في الأخير يؤدي بطريقة مباشرة أو غير مباشرة الى الحاق الأذى . (عبد اللطيف، 2001 : 97)

– نستنتج من خلال التعريفات السابقة أن مفهوم الظلم ليس مفهوم موحد وبالرغم من تعددها و اختلافها، نلاحظ أن الظلم هو تطاول على حرية الأخرين وذلك بأكل أموال الناس بالباطل وضربهم و التعدي عليهم و الاستطالة عليهم ماديا كان او معنويا . (الباحث بالتصرف)

2- أنواع الظلم :

تعددت أنواع الظلم و تختلف باختلاف معايير تصنيفها، وتنوع وتباين مسالك البشر باختلاف أحوالهم و ثقافتهم، فنسمع بالظلم الاجتماعي، الظلم الاقتصادي، والظلم السياسي.

1.2 الظلم الاقتصادي :

هذا النوع من الظلم يمارسه من يملك أسباب القوة من أصحاب المكانة و الجاه و التجار و الأغنياء في معاملتهم الاقتصادية المختلفة، فيغصبون حقوق الفقراء و الضعفاء، وفي وقتنا الحاضر يستشري هذا الظلم ليخلف مئات الملايين من الجوعى و المعدمين و الفقراء، الذي هم ضحايا سياسات الاستغلال و التبعية و العولمة، التي يمارسها الأقوياء و الاغنياء، دولا وأفرادا، ومن أهم صور الظلم الاقتصادي الشائعة في وقتنا الحاضر ما يلي :

- غياب العدالة وسوء توزيع الدخل و الثروات وزيادة الاغنياء غنا وفقرا فقرا .
- الاحتكار والارتفاع غير المبرر للأسعار وضعف الانسجام بين الرواتب و الاجور و تكاليف المعيشية .
- الغش و التزوير
- الرشوة والاختلاس و الاعتداء على المال العام وأموال الغير دون حق شرعي
- الكسب الغير مشروع
- خيانة الامانة وضياع الحقوق
- الفساد و المحسوبية وغياب تكافئ الفرص بين الناس .
- القوانين الظالمة التي لا تنصف العامل و الموظف من صاحب العمل .
- التعامل بالربا
- هزالة منظومات التقاعد و التكافل و التضامن الاجتماعي
- استشراء مشكلات البطالة و الفقر .

(www.Darelmashora.com)

2.2 الظلم الاجتماعي:

تعدد صور و اشكال هذا النوع من الظلم، ولكن أكثرها شيوعا ظلم اليتامى و النساء و الفقراء و الضعفاء، ويركز الظلم الاجتماعي على ما يلاقيه الفرد من ظلم مجتمعي، بظلم الانسان من خلال مجتمعه في عوامل كثيرة : كالحياة اليومية – فرص العمل – العيش بكرامة – الآمن والأمان، حيث يصدر من بعض أفراد المجتمع تجاه الآخرين في تعامل معهم و الانحياز عنهم وتفضيل غيرهم عليهم أو عدم تحقيق العدل معهم واساءة اليهم وهذا بسبب غيابة سلطة القانون وانتشار الفساد في كل الفئات المجتمعية حيث اننا نعيش في عالم الصراع وحرب واللاعدالة وشعار البقاء للأقوى، ومن اهم اشكال الظلم الاجتماعي نجد :

- سلب حرية من الافراد و لأسباب تعسفية كالقوانين التي تفتح المجال لأغراض شخصية لأشخاص معينون يستغلونها مثل قانون الاشتباه، فيشعر هنا الفرد بعدم الأمان و الحياة الهادئة رغم كون هذه الأمور من أبسط حقوقه، فيعيش في خوف و تهديد طوال الوقت .
- الفقر يعد كذلك أحد أشكال الظلم الاجتماعي و الحياة دون مستوى المطلوب، وان كان الوضع الاجتماعي للفرد يحدده هو، الا ان لدنيا كثير من الظلم الذي يقع على الافراد ليصب في مصلحة أحدهما، فيحاول الكثيرون التحسين من ظروفهم الاقتصادية، الا أن العقبات تتوالى أمامهم حتى يفقدون الامل، أو ربما تمتلك أو تتعلم بعض الصفات اللاأخلاقية لتسطيع التعامل مع الفئات المتحكمة في الموضوع ومن ثم تتحول الى عقبة في طريق فرد أخر مظلوم
- العمل يتعرض الفرد للظلم الاجتماعي من خلال العمل على عدة مستويات لا تستطيع الحكومة توفير فرص العمل الا قليلا جدا، مثال على ذلك في أي مؤسسة حكومية قبل ان يتم الاعلان عن الوظائف الخالية لديهم يكون قد تم شغلها من خلال ابناء العاملين في المكان و ذويهم و أقربائهم و اصدقائهم هكذا، وهذا الظلم بين الأفراد كثيرين لديهم امكانيات ولا يجدون من يساعدهم .

كذلك هناك مشكلة اخرى ليست بظاهرة كسابقتها، حيث يتجه الفرد الى قطاع خاص فيتم في حالات كثير استغلاله لغياب دور الحكومة والمكاتب العمل كأن يعمل لعدد ساعات طويلة بأجر زهيد وأعتقد هذا منتشر بشدة بين الشباب الأن. (http ://Alfaraena.com)

3.2 الظلم السياسي:

والذي يعتبر في وقتنا الحاضر من أكثر أنواع الظلم شيوعا وأكثرها دمارا وفتكا بالشعوب و الأفراد، ولعل دراسات الصحفي الفلسطيني عادل البشتاوي تلقي أضواء كاشفة عن محاربة الظلم في وقتنا الحاضر، فقد ركز فيها على الظلم في المجال السياسي، وصدرت هذه الدراسات في كتابيين : (عادل البشتاوي،2005: 10)

عرض فيهم الباحث بشكل تفصيلي للظلم السياسي بصوره و أشكاله المختلفة و الذي تمارسه الأنظمة و القوة المتنفذة في عالمنا المعاصر، للمحافظة على بقائها واستمرارية وجودها أولا، ولتحقيق مصالحها ثانيا، ضاربة في سبيل ذلك بعرض الحائط بكل القيم و الأخلاقية والانسانية وحقوق الانسان، وبطرق لا تقل بؤسا عم أساليب عصابات المافيا و القراصنة

(عادل البشتاوي، 2007)

– يقول البشتاوي في كتابه تاريخ الظلم العربي :"وخلال ستين عاما عاشت الأمة جحيم ظلم أذاقتها الانظمة كل نكهة منه : الظلم باسم الحرب على الارهاب وظلم باسم الحرب على المشددين، وظلم باسم الوحدة وباسم التقدمية وباسم الوطنية وباسم القومية وباسم الاشتراكية و باسم الحزب ....، كان ينادي بالحرية وحكم القانون يتهم بالعمالة للاستعمار، وذهب الاستعمار فصار يتهم بأنه عميل للإمبريالية ولم يعد لهذا الاتهام معنى، فصار يتهم بأنه شيوعي، وسقطت الشيوعية فصار يتهم الارهاب . (عادل البشتاوي، 2005: 10–11)

على الصعيد الاخر يرى الشيخ الاسلام تيمية أن الظلم :"يكون في ترك واجب أو فعل محرم، وقد يجمع الأمرين، من هنا يرى أن الظلم نوعين هما :

–**التفريط في الحق** هو ترك ما يجب للغير مثل عدم قضاء الديون أو رد الأمانات الى أهلها.

– **تعد للحد ومجاوزته** فهو اعتداء على الآخر بالقتل أو غصب المال فجعل تأخير دفع الحق مع القدرة على ذلك ظلما (ابن تيمية، 2002: 183)

4.2 الظلم النفسي:

يتم الظلم من الناحية النفسية من خلال عمل ما أو الامتناع عن قيام بعمل معين، و هذا وفق مقاييس مجتمعية بالضرر النفسي وقد تحدث تلك الأفعال على يد شخص أو مجموعة ما، الذين يملكون القوة والسيطرة لجعل الفرد يتأذى مما يؤثر بالسلب في وظائفه السلوكية و الوجدانية و الذهنية و الجسدية مثل : التهديد، العزلة، الاستغلال، الصراخ، التخويف، الاهانة، الاستهزاء، التحقير، التقليل من الشأن، مما ينجم عنه مشكلات نفسية وعضوية : كالخوف، التوتر، الاحباط، القلق، اليأس، الاكتئاب، و اضطرابات السلوكية مختلفة و أمراض جسمية عديدة.

وهذا النوع من الظلم قد يتسبب فيه خلال استعمال اللغة بحيث يتم استعمالها بطرق اما تكون لفظية أو فعلية (سلوكية) او رمزية .

- **الظلم السلوكي (فعلي) :** يتمثل في استخدام القوة الجسدية من أجل الإيذاء و إلحاق الضرر كوسيلة عقاب غير إنسانية تترك أثار جسدية ظاهرة و مخفية، كما تترك أثار نفسية و قد يكون موجه نحو الذات و نحو الآخرين لإحداث الألم و الأوجاع و الأذى و يتمثل ذلك في : الضرب، الدفع، الركل، الحرق، الخنق، السرقة الأغراض و اتلافها ...إلخ

(عمران، 2003 :98)

- **الظلم اللفظي (اللغوي) :** وهو تلك العبارات و الألفاظ التي تلحق الضرر المعنوي بالفرد، وقد يكون له آثر عميق على الضحية و سببا في إشعال النار الظلم و العنف بمختلف أشكاله، وأن العدوان اللفظي وهو إلحاق الضرر بالأخرين و تهديدهم عن طريق الألفاظ البذيئة و المفتقرة للحياء، من سب و شتم، و سخرية، مقارنات الغير بريئة، الاستهزاء، التهديد أو الاكراه و الإعجاب بالنفس أو رفع الصوت في الممرات و الصراع، أو وصفهم بصفات سيئة، ومخاطبتهم بصوت جارح، وغيرها، وهذا ما يترتب عنه ايذاء نفسية الفرد و اعاقة نموه العاطفي، وعدم الاعتزاز بنفسه .(زهران،**1995: 388)**

- **الظلم الرمزي (التحرش النفسي):** هذا النوع من الظلم يسميه علماء النفس الظلم التسلطي و ذلك للقدرة التي يتمتع بها الفرد الذي هو مصدر هذا النوع من الظلم، والمتمثلة في استخدام طرق رمزية تحدث نتائج نفسية و عقلية و اجتماعية لدى الموجه إليه هذا النوع من الظلم، وهو يشمل التعبير بطرق غير لفظية كاحتقار الأخرين أو توجيه الاهانة لهم، الامتناع عن النظر الى الشخص له العداء أي تجاهل وجوده، وكذلك استخدام النظرات و الهمسات وما شابه من هذه الحركات، من أجل إزعاج الطرف الآخر و إلحاق الأذى النفسي به .(يونس،2015: 53)

وكذلك تمثلت الاهداف في نظر (العرود، 2005) :

- التهديد أو الاكراه
- القذف بالسوء
- الإعجاب بالنفس "التكبر" ورفع الصوت
- الوصف بالجهل وسب الأقارب، و الاتهام بالعجز و الضعف
- السخرية و التشبيه بالحيوان
- السب بالعاهات و الخصائص الجسمية
- كل عبارات الاحتقار و التسلط دون حق . **(العرود، 2005)**

3- النظريات المفسرة للظلم (الاضطهاد) :

1.3- من المنظور النفسي التحليلي :

يرى فرويد ن للإنسان عقلاً واعياً ومدركاً يتبع المنطق في اتخاذ قراراته، وعقلاً غير واع يشكل جزءاً كبيراً من حياة الإنسان النفسية، ويوجه الكثير من سلوك الإنسان ومواقفه دون أن يشعر الوعي بذلك الذي تستمر فيه عُقُد منذ مرحلة الطفولة أبرزها: عقدة الهجر، وقلق الانفصال وقلق المنع. ووفق التحليل النفسي فإن أي موقف، أو حالة مهددة أو مقلقة يتعرض لها الإنسان تثير لديه هذه العقد، فيتولد عنها قلق شديد يسعى بطرق عديدة للتخلص منه، وهذه الطرق تسمى آليات دفاعية. (حجازي، 2005 : 186)

– أما مدرسة كلاين فلها مكانتها الخاصة في شأن تحليل العدوانية، نظرا لإسهامها القيم في دراسة ديناميتها و توظيفاتها المختلفة و تفاعلها مع نزوة الحب

– فإذا ظلت نزوة العدوان على حالتها، فإنها تهدد المتعضي بالتدمير من الداخل، وهذا ما يولد فيه أشد حالات القلق الذي يأخذ شكل الخوف من الفناء، أو الاحساس بالاضطهاد . وكذلك نزوة الموت، باندماجها مع نزوة الحياة و توجهها الى الموضوع الأول لاهتمام الطفل وهو الأم، تخلق صراعات عنيفة داخل الطفل، فهو يخشى من ميوله التدميرية على ذاته، وعلى علاقته مع أمه، وعلى صورتها التي تكونت لديه، ولهذا فإنه يحتمي عادة بنزوة الحب من الخطر التدميري الذي تتضمنه نزوة الموت، ولكن هذا لا يكفي، بل ينشط الجهاز النفسي للطفل كي يتسلح بعدة أوليات دفاعية، (الانشطار، المثلنة، الاسقاط).

(Melanie Klein , 1972 : 575)

2.3- نظرية علم النفس الاجتماعي :

يقوم التحليل النفسي الاجتماعي على أساس دراسة العوامل المؤثرة في بروز سلوك العدوان و العنف و انتشاره حتى يكتمل على ظاهرة اجتماعية يعاني منها الفرد و المجتمع، حيث يكون الفرد محفزا بمؤثرات نفسية و اجتماعية سابقة ففي المرحلة الاولى تنفعل العدوانية بشكل فتي مقنع بمظاهر من السكون و السكينة الخادعة، اما في حالة فهي تنفجر صريحة مذهلة في شدتها و اجتياحها كل القيود الخادعة والحدود و مفاجئة بذلك حتى أكثر الناس توقعا لها، حيث يرى مصطفى حجازي أن العنف عبارة عن لغة تخاطب الأخيرة و الممكنة مع الواقع و مع الاخرين حين يحس بالعجز عن ايصال صوته بوسائل الحوار العادي، وحين تترسخ القناعة لديه بالفشل في إقناعهم بالاعتراف بكيانه و قيمته وهنا الفرد يدخل مرحلة المجابهة والتمرد .

ان نظرة علم النفس الاجتماعي ركزت على الدوافع النفسية و الاجتماعية فهو عبارة عدوانية نشطة موجهة تنمو لدى الفرد باطنيا ثم تتجسد و تخرج على شكل سلوك عدواني مثل الظلم القهر الاستبداد العنف يكون المجتمع وعاء لها و تكون مدفوعة بدوافع نفسية اجتماعية .

(حجازي، 2005: 174–175)

3.3- نظرية التعلم الاجتماعي:

تركز نظرية التفاعل الاجتماعي في تحليلاتها و تفسيراتها على العديد من المتغيرات الاجتماعية و هي التفاعل الاجتماعي و المعايير و الظروف الاجتماعية في حدوث عملية التعلم الذي بدوره في المحيط الاجتماعي فحسب رؤى هذه النظرية أن العدوان صورة من الصور السلوك الاجتماعي الذي يتم اكتسابه و الحفاظ عليه مثل أي صورة من صور السلوك المكتسبة بالتعلم. أما بالنسبة لنظرية التعلم بالتقليد ترة ان السلوك العدواني يتعلمه الفرد بالمحاكاة و التقليد كالتأثير بمشاهدة الافلام الاجرامية و الاضطهادية لعدة دقائق تؤثر على السلوك العدواني لعدة اشهر.

(وليم آغا، 1981 : 232)

4.3- من المنظور النفسي الثقافي:

يركز هذا المدخل على افتراض وجود ثقافة للاضطهاد و العدوان والعنف في المجتمع، وهذه الثقافة عبارة عن انماط سلوكية منظمة بشكل منافي لأنماط الثقافة الام، و تظهر هذه الثقافة من خلال الوسائل الاعلام او الروايات التي تشيد للعنف و الظلم او وجود معايير او قوانين في التعاملات الاقتصادية والاجتماعية حيث تقوم هذه المعايير على أفكار تساير العدوان و تحث عليه، مما جعل مبدا البقاء للأقوى، مما يزيد من احتمالية وقوع العنف في الاخير، من خلال تلك القوانين و المعايير التي تتجسد ثقافة في المجتمع تقوم في المجتمع تقوم بتجميد و تعظيم الظلم و الاستبداد و العنف .(العيسوي، 1997: 157)

5.3- النظرية الظواهرية :

يرى هذا المنظور بأن الشخصية مطبوعة بالجبرية، وتتمثل هذه الجبرية في الخضوع لبلوغ الفكر المضطهد المشترك و يفرض على الفرد كقانون ثابت يحدث نوع من اللاتمايز الانفعالي قد تتولد عنه ردود أفعال متسمة بانفعال شديد. (بن عبد الله، 2007 : 16)

4- مظاهر الظلم :

الحساسية : وهي الاستجابات المفرطة في شدتها لما لا يتناسب مع الموقف

الشك والحذر : وهو متعلق بالأخرين لأتفه الاسباب وفقدان الثقة

التعبئة النفسية : يصاحب تعميم مشاعر الاضطهاد تعبئة نفسية موازية للاستعداد للهجوم او الرد في اية لحظة

الغضب والعنف : دائما حاضران من اجل الانفجار

العدوانية : على غرار اللفظ واستعمال الكلمات الجارحة والبذيئة احيانا كتعبير لفظي عدواني قد يتمثل السلوك في العدوانية الحركية . **(فروم، 1995 : 58–61)**

5- مراحل الظلم (الاضطهاد):

أولا : مرحلة القهر و الرضوخ :

تتبع هذه الوضعية العلائقية احساس بالعجز أما المصير المهدد دوما، وانعدام مشاعر الآمن تجاه قوى الطبيعة، تؤدي إلى بروز مجموعة من العقد تميز حياة الانسان المظلوم و المقهور أهمها عقدة النقص، وعقدة العار وهذه جميعا تدفع الانسان بدورها الى الاتكالية النكوصية وطغيان الخرافة على التفكير و النظرة الى الوجود وكل هذه النقاط كي تكتمل لدينا صورة الانسان المقهور (المظلوم) في مرحلة القهر .

1- **عقدة النقص :** فهي حالة تسيطر فيها على شخصية الانسانية صفات : العجز، و الاتكالية والاحساس بالدونية و الاعتباط واحساس الدائم بالخوف و التهديد من كل شيء و الاستسلام و الهروب، وعدم القدرة على المجابهة وانعدام الثقة بالنفس ة الاغتراب ورفض كل جديد وتمسك بالقديم .

2- **عقدة العار :** فهي حالة تميز الشخصية التابعة، وتضفي عليها صفات : الخجل من الذات، الاحساس بالعار عند كل فشل ، والحرص على عدم افتضاح عجزه و اتكاليته والانبهار بالمظاهر و التستر خلفها، والاحساس بالكرامة المهددة وعدم الاتزان .

(حجازي، 2005 :38–48)

ثانيا : مرحلة الاضطهاد:

يبدأ الإنسان بالانتقام بأساليب خفية مثل الكسل والتخريب أو من حيث الرمزية إلقاء النكات، مما يخلق ازدواجية في العلاقة من حيث الظاهر والباطن الخفي، وهنا يتجلى الكذب والمراوغة والتضليل. محاولة النيل تصبح قيمة بحد ذاتها واعتبارها نوعا من البراعة أو الحذق.

عند الشعور بالاضطهاد، يبدأ بالتفتيش عن مخطئ يحمل وزر العدوانية المتراكمة بداخله لذا لا يجد سبيلا إلا اتهام الآخرين بالذنب وإمكانية تبرير الاعتداء عليه بحجة الدفاع عن النفس، مما يعطيه انطباعا ولو وهميا بالإفلات من القهر النفسي الذي يشعر به، هنا الانسان الاضطهادي يصاب بذعر لا يمكنه احتماله ازاء امكانية شعور بالذنب انه لا يستطيع أن يتحمل مسؤولية ذنبه لأن العدوانية في هذه الحالة تهدد وجوده بالانفجار وهكذا لا يجد أمامه من سبيل الا اتهام الاخرين بالذنب وبالتالي بالعدوانية .

في المرحلة الاضطهادية اذا تسقط مشاعر الذنب و التبخيس الذاتي على الاخر لا متسلط بل التشبيه الاخر مقهور او اكثر قهرا وتوجه اليه العدوانية المتراكمة متخذة طابع الحقد المتشفي

والهدف من ذلك هو تحطيم الصورة غير المقبولة عن الذات التي يعكسها للإنسان المقهور من هو أكثر غبناً منه، مما يعطيه انطباعاً ولو وهمياً بالإفلات القهري، أما تجاه المتسلط فيبدأ السلوك العدواني بالظهور نحوه عبر التعبير اللفظي والرمزي، غير المباشر، الذي لا يتضمن مجابهة صريحة. (

حجازي،2005: 51–52)

ثالثا: مرحلة التمرد و المجابهة

يصل الانسان بالضرورة في مرحلة من مراحل تطوره إلى العنف، بعد شيوع العلاقات الاضطهادية، وهنا يتوجه العنف ضد القوى المسؤولة عن القهر (المستعمر والمتسلط الداخلي)، فقد يئس الفرد من إمكانية الوصول إلى الحق الذاتي بالرضوخ، ومن ثم ليس هناك من لغة ممكنة مع قوى التسلط سوى لغة مماثلة للغتها، لغة القسوة والغلبة.

(السحيباني، 1970: 54)

ونكون بهذا أمام الظاهرة التي يسميها علماء الأحياء برد الفعل الحرج، والتي تتلخّص في الخيار بين الفناء أو المجابهة، وهي ظاهرة تُلاحظ لدى الإنسان والحيوان على حدٍّ سواء. فقد يستسلم الكائن الحي ويرضخ أو يهرب طالما برزت لديه إمكانية للنجاة، ولكن عندما تنعدم هذه الإمكانية يتحوّل الضعف إلى قوة، ويعبئ كل طاقاته ويكثّفها في دفاع مستميت عن وجوده، فإن تحدي الموت وقهره وظلمه يحمل في النهاية معنى الانتصار على القهر والرضوخ و الاستبداد اللذين يعنيان موتاً معنوياً ووجودياً، ومنذ اللحظة التي يبدأ فيها الإنسان المظلوم بتحدي الموت والظفر عليه يكون قد قلب من الناحية النفسية الذاتية المحض، معادلة التسلط أو الرضوخ وانتصر على ذاته، مما يتيح له الانتصار على قوى القهر فيما بعد.

(حجازي،2005: 55–56)

6- الاليات الدفاعية المستعملة في مجابهة الظلم :

يميز الظلم بعض الاليات نذكر منها :

-الاسقاط: وله علاقة بالحسد والغيرة والعين وتقاوم به كتابة واحجية تخفي الشك والاحتراس من الاخرين تخفي الخوف من المكروه المتوقع

-التماهي: لاكتساب الثقة بالتماهي ونجدها في الشعوب المقهورة، من اجل تجاوز الاستسلام والشعور بالعجز

- الانشطار: يحدث نتيجة معاش الحياة الشخصية المقهورة .

-الصد: او الكف او الرضوخ للقوي المتسلط، والذي يشكل امتداد نفسي لوضعية القهر الاجتماعي

-الانكار: من انكار الواقع الذي يسبب القلق، ويكون اما على شكل هوامات تبقى في الخيال او تصرفات وكلمات مجسدة على ارض الواقع .

-الكبت: وهو وجود تعارض لقمع الشعور ينتقل مع الوقت الى اللاشعور، وهو ابعاد لكل ما يتعارض و اشباعاته مع القيم والمبادئ في المجتمع الميكانيزمات التي يستعملها الفرد لتهدئة الانا الاعلى وهي :

-التعقل: ويلجا اليها الفرد لعدم الخضوع، حيث يحس الفرد بالحقد الكبير اتجاه الغرائز الغير محققة داخل المجتمع .(بوسنة، 2009 : 94)

-التبرير: يساعد على تخفيض الاحباط لان ما وراء السلوك هو انفعال داخلي لعدم التقبل للخضوع

-النكوص: التراجع من اجل ان يكون لجلب الراحة والتخفيف من التوتر كالبكاء

(جابر، 2014 :35)

7- الظلم وآثاره النفسية على جودة الحياة:

للظلم النفسي اثار عديدة منها ما يكون لحظي ومنها ما يدوم لسنوات، ويحتاج الى العلاج وفيما يلي بعض الاثار :

1- **المشاعر السلبية:** ان ما يشعر به الشخص المظلوم مشاعر سلبية ومشاعر الخوف بسبب ما يحدث له بشكل مستمر وقد يكره نفسه بسبب الكلمات السيئة
2- **اليأس:** سيطرة مشاعر الياس والاحباط مهما حاول مقاومة الظلم النفسي الذي يتعرض له بسبب استمرار الاضطهاد
3- **انعدام الثقة:** يفقد الشخص ثقته بنفسه بسبب الاساءة والعدوان الموجه له وهذا يجعله ينسحب وينعزل، مما يؤثر على قدرتهم على تحقيق الرضا الشخصي والنجاح في حياتهم المهنية والشخصية.
4- **مشاكل صحية:** الجسد والنفس وجهين لعملة واحدة وبالتالي تتأثر صحته وتتسبب في امراض مزمنة مثل تسارع نبضات القلب مشاكل القولون الام في الراس ...

5- **مشاكل النوم:** فقدان النوم بسبب الخوف والحزن والاكتئاب

6- **الخوف الاجتماعي:** او الرهاب الاجتماعي بحيث يعمم المظلوم على الاشخاص انهم يتصرفون بشكل سيء مثل الظالم

7-فقدان الشهية والعصبية الحادة :

يفقد الفرد المظلوم الكثير من الوزن نتيجة الاحداث السيئة والضاغطة واستمرارها يؤدي الى الانفجار العصبي والانفعالات الحادة .

8- التأثير على الرضا الشخصي: يمكن أن يؤدي التعرض للظلم إلى تقليل مستويات الرضا الشخصي لدى الأفراد البالغين، حيث يصعب عليهم الشعور بالسعادة والرضا في حياتهم بسبب التجارب السلبية التي يمرون بها.

9- الامراض السيكوسوماتية: (كارتفاع ضغط الدم، السكري، الربو، أمراض القلب وغيرها**)**

10- الامراض النفسية و العقلية: شعور بالقلق، الخوف، الاكتئاب، التوتر، الهستيريا، الاحباط، تشتت الانتباه، عدم القدرة على التركيز، عدم تناسق المشاعر، عدم القدرة على اتخاذ القرارات

11- الادمان : (كالكحول، المخدرات، مهلوسات)

12- الانتحار

-أبرز ملامح مرحلة المعاناة الوجودية هي الاجتياف والتبخيس التي غرست من نفس الانسان لذا تتمثل عدوانيته وقهره ذاتيا على شكل مشاعر دونية، يزدري ذاته ويخجل منها ويود لو تهرب من مواجهتها، ويكل النعوت السيئة لنفسه مثل الجبن و التخاذل، مثل ان يرى في قسوة الطبيعة استحقاق له تخاذله وكلما انهار اعتباره لذاته تضخم تقديره للمتسلط أو المسؤول ويرى فيه نوعا من الانسان الفائق، ثم تظهر ملامح النفسية للإنسان المقهور من مشاعر القلق لتدفعه الى حالة من الهجاس .

(حجازي،2005 : 186–187)

-وتركز نظرية " رايش " أن كل توتر عدواني ينتج عن الاحباط و شدة العدوانية والقهر تتناسب مع عناصر الاحباط و الحد من العدوان و إحباطه يولد عدوانية لاحقة، بينما يخفف تفريغها من شدتها بشكل مؤقت أو دائم، في حين تزداد العدوانية الموجهة نحو الذات عندما يصعب توجيهها نحو الخارج .

(حجازي، 2005 : 190 –189)

خلاصة الفصل:

إننا بلا شك بحاجة الى بوصلة تقودنا عبر الزمان والمكان، بوصلة أساسها الاخلاق والعدل على وجه الخصوص لتلبية الاحتياجات الانسانية، تفضي بنا الى ادراك انسانيتنا، وتقديرها واحترامها دون سواها، بوصلة تقودنا الى احترام ذات الانسان لا ما يملك، توجهنا الى حقيقة أن الدين والعلم هما حجر الزاوية في كل عمل انساني، ولا شيء غير ذلك.

الفصل الثاني

جودة الحياة

1. تعريف جودة الحياة
2. التوجيهات النظرية المفسرة لجودة الحياة
3. مظاهر جودة الحياة
4. مؤشرات جودة الحياة
5. أبعاد جودة الحياة
6. مقومات جودة الحياة
7. تحقيق جودة الحياة

تمهيد:

تضمن الفصل الثاني جودة الحياة، حيث تطرقنا الى تعريف جودة الحياة، النظريات المفسرة لجودة الحياة، مظاهر جودة الحياة، مؤشرات، أبعاد، مقومات، واخيرا كيفية تحقيق جودة الحياة .

1- تعريف جودة الحياة :

لغة : يرتبط مفهوم جودة الحياة بكلمة اللاتينية Qualitas وهي تعني طبيعة الفرد أو طبيعة الشيء، وتعني الدقة و الاتقان

وطبقا لإبن المنظور : فجودة أصلها الفعل الثلاثي "جود" و الجيد هو نقيض الرديء وجاد بالشيء جودة وصار جيدا

قاموس إكسفورد: الدرجة العالية من النوعية أو القيمة، فالجودة عبارة عن مجموعة من المعايير الخاصة بالأداء المتميز التي لا تقبل المناقشة أو الجدال .

اصطلاحا :

تعريف منظمة الصحة العالمية OMS (1994): هو التصور الفرد لمكانته في الوجود في سياق الثقافة و نظام القيم الذي يعيش فيه مع علاقته بأهدافه، توقعاته، قيمه، واهتماماته المتعلقة بالصحة البدنية، حالته النفسية، مستوى استقلاليته، علاقته الاجتماعية، اعتقاداته الشخصية و علاقته بالعناصر الأساسية ببيئته، فإن جودة الحياة بهذا المعنى تشير الى تقييمات الفرد الذاتية لظروف حياته .(أبو الحلاوة، 3:2010)

يرى ليتوين: أن جودة الحياة لا تقتصر على تدليل الصعاب و التصدي للعقبات و الأمور السلبية فقط، بل تتعدى الى تنمية النواحي الايجابية . (منسي و كاظم، 70:2014)

كما يرى دينير (2009): أن جودة الحياة "الإدراكات الحسية للفرد تجاه مكانته في الحياة من الناحية الثقافية، ومن منظومة القيم في المجتمع الذي يعيش فيه الفرد، وكذلك علاقته بأهدافه وتوقعاته ومعتقداته، وتشمل أوجه الحالة النفسية ومستوى الاستقلال الشخصي. (بوعيشة،71:2014)

يعرف تايلر : جودة الحياة بأنها الوصول الى الكفاءة و النجاح في الحياة و الشعور بالرضا و السعادة و المسؤولية الشخصية و الاجتماعية .(الربابعة،66:2017)

مصطفى الشرقاوي : "جودة الحياة " كل ما يفيد الفرد بتنمية طاقته النفسية و العقلية ذاتيا و التدريب على كيفية حل المشكلات واستخدام أساليب لمواجهة المواقف الضاغطة و

المبادرة بمساعدة الآخرين و التضحية من أجل رفاهية المجتمع وهذه الحالة تتسم بالشعور وينظر الى جودة الحياة من خلال قدرة الفرد على اشباع حاجات الصحة النفسية مثل الحاجات البيولوجية و العلاقات الاجتماعية الايجابية و الاستقرار الأسري و الرضا عن العمل و الاستقرار الاقتصادي، والقدرة على المقاومة الضغوط الاجتماعية و الاقتصادية، ويؤكد أن شعور الفرد بالصحة النفسية من المؤشرات القوية الدالة على جودة الحياة . (مصطفى، 15:2004)

– من خلال التعريفات السابقة، نلاحظ أنه لا يوجد مفهوم موحد لجودة الحياة، حيث اختلفت التعريفات باختلاف وجهات نظر الباحثين في هذا المجال، لاحظنا ايضا توسع مفهوم جودة الحياة ليشمل كل جوانب الفرد الجسمية و النفسية و الاجتماعية و العقلية و المادية .

– وبالرغم من تعدد التعريفات واختلافها، نستنتج أن جودة الحياة هي "ادراك الفرد للحياة خالية من اضطرابات السلوكية والانفعالات السلبية، وشعور بالسعادة والرضا والقدرة على اشباع الحاجات الاساسية من خلال البيئة التي يعيش فيها مع القدرة على ادارة الوقت والاستفادة منه .(الباحث بالتصرف)

2- الاتجاهات المفسرة لجودة الحياة:

ان محاولات التعريف لمفهوم جودة الحياة قد تباينت وذلك لاختلاف الاطر النظرية التي قدمت تعريفات لها وذلك لان استخدامها لا يرتبط بمجال معين من مجالات الحياة ولا باطار محدد لقد استعمل مصطلح الجودة في تخصصات مختلفة مثل علم الاجتماع والاقتصاد وعلم النفس و الطب وعليه فقد تعددت الاتجاهات المفسرة لها كل حسب تخصصه ومن بين الاتجاهات التي فسرت جودة الحياة ما يلي:

1.2- الاتجاه الاجتماعي:

يرى هانكس ان اهتمامات بجودة الحياة قد بدأت منذ **(1986)**

وقد ركزت على المؤشرات الموضوعية في الحياة مثل معدلات المواليد، معدلات الوفيات، معدل ضحايا المرضى، نوعية السكن، المستويات التعليمية لأفراد المجتمع، اضافة الى مستوى الدخل، وهذه المؤشرات تختلف من مجتمع لأخر، وترتبط جودة الحياة بطبيعة العمل الذي يقوم به الفرد وما يجنيه الفرد من عائد مادي من وراء عمله والمكانة المهنية للفرد وتأثيره على جودة الحياة.

ويرى العديد من الباحثين ان علاقة الفرد مع الزملاء تعد من العوامل الفعالة في تحقيق جودة الحياة فهي تأثر بدرجة ملحوظة على رضا او عدم رضا العامل عن عمله

قد لا تعبر دوما القياسات الكمية عن جودة الحياة بقدر ماهي تعبير عن الكم من الخدمات التي تقدم للأفراد، فجودة الحياة لا تعتمد على مجال كمي موضوعي قابل للقياس، فهذا الجانب لا يكفي وحده وليس كل من تتوفر لديه خدمات راقية ودخل جيد يتمتع بجودة حياة وهذا ما تتفق معه دراسة.(بكر: 2012،50)

2.2- الاتجاه النفسي : ان الحياة بالنسبة للإنسان هي ما يدركه منها حتى ان تقييم الفرد للمؤشرات الموضوعية في حياته كالدخل، المسكن، العمل، والتعليم يمثل انعكاسا مباشرا لإدراك الفرد لجودة الحياة في وجود هذه التغيرات بالنسبة لهذا الفرد وذلك في وقت محدد وفي ظل ظروف معينة، ويظهر ذلك في مستوى السعادة والشفاء الذي يكون عليه، ويرتبط بمفهوم جودة الحياة العديد من المفاهيم النفسية منها القيام، الادراك الذاتي، الحاجات، مفهوم الاتجاهات، مفهوم الطموح، مفهوم التوقع اضافة الى مفاهيم الرضى، التوافق، الصحة النفسية ويرى البعض ان جوهر جودة الحياة يكمن في اشباع الحاجات كمكون اساسي لجودة الحياة، وذلك وفقا لمبدا اشباع الحاجات في نظرية ابراهام ما سلو (صندوق :2014،39)

3.2- الاتجاه الطبي :

ان قياس جودة الحياة وفقا لهذا الاتجاه يعد قديما نسبيا، فالأطباء كانوا يلجئون اليه لتقييم حالة المريض والخدمات المقدمة له، وقد اهتمت الدراسات الطبية في مجالات جودة الحياة بنوعية الاشخاص الذين يعانون من الامراض مثل مرضى السكر، والسمة المفرطة، والامراض النفسية . (بكر، 2012 :54)

4.2- المنظور التكاملي : ان مفهوم جودة الحياة يتضمن مؤشرات موضوعية واخرى ذاتية وهي ثلاث سمات تكاملية :

الاولى : تتعلق بالأفكار ذات العلاقة بالهدف الشخصي الذي يسعى الفرد لتحقيقه

الثانية : المعنى الوجودي الذي ينتصف العلاقة بين الافكار و الاهداف

الثالثة : الشخصية والعمق الداخلي، وفي ضوء هذه السمات فان النظرية التكاملية تضع المؤشرات التالية الدالة على جودة الحياة :

1- ان شعور الفرد بالرضا هو الذي يشعره بجودة حياته

2 –ان اشباع الحاجات لا يؤدي بالضرورة الى رضا الفرد، والى شعوره بجودة الحياة، ذلك انه امر نسبي يختلف باختلاف الافراد واختلاف الثقافات (عناد، 2012: 727)

5.2- نظرية الاختيار :

تقوم اساسا على تجنب الفكرة الشائعة التي تدعو الى التحكم الخارجي في حياة الاخرين، ويقصد بالتحكم الخارجي تحكم الاخرين في حياته الشخصية، وذلك لاعتقادهم ان كل ما يختارونه للفرد هو الصواب، وما يفعاه الاخر هو الصواب، وما يفعله الاخر هو الخطأ، وتركز هذه النظرية على مبدا الاختيار، فالإنسان يختار سلوكه سواء كان ايجابيا او سلبيا. (علي، 2012 :146)

3- مظاهر جودة الحياة :

نذكر أن جودة الحياة هي الدليل على التعلم الاجتماعي و الوجداني الجيد، ونعرض في هذا الجزء الأهم المظاهر الدالة علة جودة الحياة تتمثل في خمس حلقات ترتبط فيها الجوانب الموضوعية والذاتية .

الحلقة الاولى : العوامل المادية الموضوعية وتعبير عن حسن الحال

العوامل المادية الموضوعية : تشمل الخدمات المادية التي يوفرها المجتمع لأفراده الى جانب الفرد و حالته الاجتماعية و الزوجية و الصحية والتعليمية، اذ تعتبر هذه العوامل السطحية في التعبير عن جودة الحياة، حيث ترتبط بثقافة المجتمع وتعكس مدى قدرة الأفراد على التوافق مع هذه الثقافة .

تعبير عن حسن الحال : يعتبر مقياس عام لجودة الحياة، كما أنه يعتبر كذلك مظهرا سطحيا للتعبير عن جودة الحياة، فكثير من الناس يقولون بأن حياتهم جيدة ولكنهم يختزنون معنى حياتهم في مخازن داخلية لا يفتحونها لأحد.

الحلقة الثانية : اشباع الحاجات و الرضا عن الحياة

اشباع و تحقيق الحاجات : هو أحد المؤشرات الموضوعية لجودة الحياة، فعندما يتمكن المرء من اشباع حاجاته، فإن جودة الحياة ترتفع وتزداد، وهنا حاجات كثيرة يرتبط بعضها بالبقاء كالطعام و المسكن و الصحة،ومنها ما ترتبط بالعلاقات الاجتماعية كالحاجة للأمن، الحب، الانتماء، الحرية، وغيرها من الحاجات التي من خلالها يحقق الفرد جودة حياته.

الرضا عن الحياة : يعتبر الرضا عن الحياة أحد الجوانب الذاتية لجودة الحياة، والذي يمثل حكما او تقويما معرفيا عاما لجودة الحياة التي يعيشها الفرد، اي عندما يشبع الفرد كل توقعات و احتياجاته و طموحاته يشعر حينها بالرضا .

الحلقة الثالثة : إدراك الفرد للقوى و المتضمنات الحياتية و إحساسه بمعنى الحياة .

القوى و المتضمنات الحياتية : يرى البعض ان إدراك القوى و المتضمنات الحياتية بمثابة مفهوم أساسي لجودة الحياة، هنا البشر لكي يعيشوا حياة جيدة، لابد لهم من استخدام القدرات و الامكانيات و الطاقات وحتى الأنشطة ابتكارية الكامنة داخلهم و استغلالها في تنمية العلاقات الاجتماعية ومشروعات الهادفة وقدرة على التخطيط، وحسن إدارة الوقت والاستفادة منه يمكن الفرد من اكتساب مهارات وخبرات وقيم تربوية الاجتماعية واشباع الحاجات الجسمية و العقلية و الانفعالية و الترويح الذات مما ينعكس ايجابيا على جودة حياته .

معنى الحياة: قصد من معنى الحياة ان كلما شعر الفرد بقيمته و اهميته بالنسبة للمجتمع و الاخرين شعر بإنجازاته مواهبه وأن شعوره قد يسبب نقصا وانتقاد للأخرين له، فكل ذلك يؤدي الى احساسه بجودة الحياة

الحلقة الرابعة : الصحة والبناء البيولوجي واحساس الفرد بالسعادة

الصحة والبناء البيولوجي : تعتبر حاجة من حاجات جودة الحياة التي تهتم بالبناء البيولوجي للبشر، والصحة الجسمية تعكس النظام البيولوجي لأن اداء خلايا الجسم ووظائفها بشكل صحيح يجعل الجسم في حالة صحية جيدة وسليمة .

السعادة : تتمثل في شعور الفرد بالرضا و الاشباع وطمأنينة النفس وتحقيق الذات وكذلك بالبهجة والاستمتاع واللذة، وهي نشوة يشعر بها عند ادراكه لقيمة متضمنات حياته .

الحلقة الخامسة : جودة الحياة الوجودية

تعتبر وحدة موضوعية لجوانب الحياة، وهي الأكثر عمقا داخل الانسان وبإحساس الفرد بوجوده، وهي بمثابة النزول لمركز الفرد، والتي تؤدي بالفرد الى احساسه بمعنى الحياة الذي يعد محور وجودنا فجودة الحياة الوجودية هي التي يشعر من خلالها الفرد بوجوده وقيمته، ومن خلال ما يستطيع ان يحصل عليه الفرد من عمق للمعلومات البشرية

المرتبطة بالمعايير والقيم والجوانب الزوجية، والبدنية التي يؤمن بها الفرد والتي يستطيع من خلالها تحقيق وجوده .

مؤشرات جودة الحياة : حدد فلوفليد مؤشرات قياس جودة الحياة فيما يلي :

1- **المؤشرات النفسية :** تتجلى في درجة شعور الفرد بالقلق و الاكتئاب، او التوافق مع المرض او الشعور بالسعادة و الرضا

2- **المؤشرات الاجتماعية :** تتضح من خلال القدرة على تكوين العلاقات الشخصية ونوعيتها، فضلا عن مدى ممارسة الفرد للأنشطة الاجتماعية و الترفيهية .

3- **المؤشرات المهنية :** تتمثل بدرجة رضا الفرد عن مهنته وحبه لها ومدى سهولة تنفيد مهام وظيفته، وقدرته على التوافق مع الوجبات عمله .

4- **المؤشرات الجسمية و البدنية :** تتمثل في رضا الفرد عن حالته الصحية وقدرته على التعايش مع الألآم و النوم و الشهية في تناول الغذاء و القدرة الجنسية . (شيخي، 2014 : 80)

5- **أبعاد جودة الحياة :**

1- **تقبل الذات :** يشير الى قدرة على اقصى مدى تسمح بيه القدرات و الامكانيات، و النضج الشخصي، والاتجاه الايجابي نحو الذات .

2- **العلاقات الايجابية مع الاخرين** : قدرة على اقامة علاقات اجتماعية ايجابية مع الاخرين قائمة على الثقة و المودة، وكذلك قدرة الفرد على الاخذ و العطاء و التوحد مع الاخرين . (جمال،18.19:2016)

3- **الاستقلالية :** هي القدرة على تقرير مصير الذات، الاعتماد على الذات، كذلك القدرة على التحكم و التنظيم السلوك الشخصي أثناء التفاعل مع الأخرين، وقد يتضمن العيش بالاستقلالية كلا من الشجاعة والوحدة .

4- **الكفاءة البيئية (السيطرة على البيئة):** وتشير الى القدرات و الكفاءات لخلق بيئات مناسبة لحاجات الفرد الشخصية اثناء التواجد في السياق البيئة .

5- هدفية الحياة : يقصد به القدرة على ايجاد معنى واتجاه في خبرات الفرد (اي ان يكون للفرد هدف في الحياة)، و القدرة على الفعل و الجهاد لتحقيق الأهداف في الحياة مع المثابرة و الاصرار (عبيد:355-356)

6- مقومات جودة الحياة

توجد عوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة نذكر منها ما يلي :

- القدرة على التفكير واتخاذ القرارات
- الصحة الجسمية والعقلية
- الاحوال المعيشية والعلاقات الاجتماعية
- المعتقدات الدينية والقيم الثقافية الحضرية
- الاوضاع المالية والاقتصادية(عبيد،356)

وحسب منظمة الصحة العالمية تتمثل مقومات جودة الحياة في عدة عناصر هي :

الصحة الجسدية: وذلك من خلال القدرة على القيام بوظائف الجسم الديناميكية، وحالة الجسم كاللياقة البدنية .

الصحة البيئية: هي التفاعل الفرد مع كل ما يحيط بيه ، و القدرة على اقامة علاقات مع الاخرين اي كل ما يحيط بالفرد من مادة واشخاص وقوانين وانظمة

الصحة النفسية :وهذا بالقدرة على التعرف على المشاعر والتعبير عنها وشعور الفرد بالسعادة والراحة النفسية دون اضطراب او تردد

الصحة الاجتماعية : القدرة على اقامة علاقات مع الآخرين و الاستمرار بها، و الاتصال والتواصل مع الآخرين واحترامهم .(عبيد، 357)

7- كيفية تحقيق جودة الحياة :

لكي يستطيع الانسان الوصول الى جودة الحياة وتحقيقها لابد ان تتوفر مجموعة من العوامل، تتمثل في ما يلي :

– اشباع الحاجات كمكون اساسي لجودة الحياة :

وهي كما صنفها ما سلو تشمل خمس مستويات متدرجة حسب مستوياتها وهي :

- الحاجات الفيزيولوجية
- الحاجة للأمن
- الحاجة للانتماء
- الحاجة للمكانة الاجتماعية
- الحاجة لتقدير الذات
- حيث ان اشباع الحاجات هي ضرورية لكل فرد وتتفاوت من شخص لأخر

– تحقيق الفرد لذاته وتقديرها :

هي فكة الفرد وتقييمه لنفسه بما تشتمل عليه من قدرات واهداف واستحقاق شخصي حيث ان السعي وراء تحقيق الذات هو بمثابة الهدف الاسمى للطموح الانساني

(محمد حامد،44:2011)

– الوقوف على معنى ايجابي للحياة :

حياتنا يجب ان تكون لها معنى تحت كل الظروف وان هذا المعنى في حالة تغيير دائمة الا انه يظل موجود دائما حيث يمكن للإنسان اكتشافه في حاجياته بثلاث طرق :

عمل شيء جديد او القيام بعمل ما

تجربة خبرات وقيم سامية مثل الخير والحق والجمال

الالتقاء بإنسان اخر في اوج تفرده الانساني (امل ابراهيم، 2015 :99)

- توافر الصلابة النفسية :

تعد احد المتغيرات الشخصية الايجابية التي من شانها مساعدة الفرد في الوقاية من الاثار النفسية والجسدية و يستطيع الانسان من خلالها مواجهة الصعاب والمشاكل التي تقف بينه وبين التمتع بالحياة والرضا عنها والشعور بمعناها (جمال السيد، **2009 :274**)

- التدين :

يعتبر العامل الديني من العوامل المؤثرة في مدى ما يشعر به الانسان من رضا عن الحياة فالتدين يجعل الفرد اكثر قدرة على التكيف مع الضغوط واكثر قدرة على مواجهة الصعاب فالإرشاد الديني يستخدم لخفض الاحساس بضغوط الحياة ويجعل الفرد اكثر قدرة على ضبط انفعالاته الى الحد الذي يساعده على النجاح في الحياة

(حامد، 2011 :49)

خلاصة:

وعليه يعتبر مفهوم جودة الحياة مفهوم واسع يشمل جميع الجوانب الجسمية و العقلية والنفسية والمادية والاجتماعية للفرد، والتحسين لمواجهة الأزمات والضغوطات والصعوبات التي تواجه الفرد، والتغلب عليها والقدرة على التكيف مع المحيط الخارجي، والاستمتاع بالظروف المحيطة والنظرة الايجابية لها.

إشكاليات البحث وفرضياته

1. إشكالة الدراسة
2. الفرضيات
3. التعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة

1- الإشكالية:

تعتبر ظاهرة الظلم و الشر من أكثر الموضوعات تداولا في الفلسفات الحديثة، التي تناولت هذه المسألة من منظورات متعددة ؛ اذا اختلف في تحليلها و مناقشتها كثير من الباحثين و الفلاسفة المعاصرين، بحث تناولها كل منهم من منظور الخاص . ويجب التنويه هنا بأن هذا الموضوع لا يمكن حصره في الرؤى الفلسفية فقط، اذ يعتبر من الموضوعات التي تدرس في علم النفس، و إن كانت الأدبيات النفسية التي تطرقت لهذا الموضوع قليلة جدا مقارنة بباقي المواضيع الأخرى المألوفة في الدراسات النفسية، خاصة تلك المتعلقة بالسيكوباتولوجية و الصحة النفسية و العلاجات وغيرها .

ومن هذا المنطلق، فإن ظاهرة الشر عموما والظلم بوجه خاص تعد من الموضوعات الشائكة والحساسة من المنظور النفسي، على اعتبار أنه يندرج ضمن المواضيع الزئبقية التي يصعب التحكم فيها وضبطها علميا. ذلك لأن هناك الكثير من المفاهيم المتداخلة مع مفهوم **«الظلم»** مثل: الاضطهاد، العنف، التحرش النفسي، التنمر، السادية، ...إلخ. وعليه أمكننا الاقتصار في دراستنا هذه على المرجعية النفسية التحليلية كمقاربة علمية في تناول هذا المفهوم المتعدد التخصصات. وبهذا الاعتبار فإن ظاهرة الظلم لا يمكن أن يصدر من شخص أو جماعة بدون سبب، بحيث تكمن وراءها الكثير من الرغبات والنزوات النفسية اللاوعية . لذا يطرح المحلل النفسي و الفيلسوف الإنجليزي مثالا على ذلك بقوله: **«الظلم هو سلوك سادي يصدر من شخص يوقع ألما مبرحا على شخص آخر من أجل تهدئة إحساسه بضعف الشخصية».** (إيغلتون، 2020: 10)

وتأسسا على هذا الطرح الذي يقدمه " **إيغلتون**"، يمكن أن نفهم بأن الظلم هو الوسيلة الأكثر شيوعا لتجنب العدوانية التي تدين الذات الفاشلة بشدة، من خلال توجيه هذه العدوانية الى شخص آخر بشكل مستمر أو دوري، وهذا ما سلط عليه الضوء " **سيجموند فرويد** " حينما تحدث بإسهاب عن **«نزوة العدوانية»** في نظريته لتحليل النفسي التي يرى بأنها لم تجد البشرية بعد سبيلها إلى وضع القواعد التي تسمح بمكاملتها نفسيا و اجتماعيا لأغراض التقدم و الخير المشترك.

فإذا كان الحال كذلك، فما هو مبرر البحث عن الظلم في مجتمعنا ؟ ذلك أن ملاحظة الواقع في الجزائر تبين أن هذه الظاهرة هي شائعة و مستفحلة في الحياة اليومية على جميع الأصعدة، بحيث نتلمس مؤشراتها في العلاقات الاجتماعية التي تحكم الأفراد، وبين الجماعات، و في الأسر، وفي الفضاءات العامة، وفي أماكن الشغل، و في الإدارات، وفي السياسة، وفي الفضاء الافتراضي و غيرها. وتزداد هذه الظاهرة شدة وحدة في المجتمعات المتخلفة التي لا تتوفر فيها شروط العدالة الاجتماعية وتطبيق القانون، بحسب ما يراه الباحث و المحلل النفساني مصطفى حجازي في كتابه **(التخلف الاجتماعي)** الذي يذكر فيه أن هذه الظاهرة التي تشهد الأكثر انتشارا و الأشد عنفا على صلة بينية تلك المجتمعات وما تتصف به من خصائص .(حجازي، 2013 : 166)

و بناءاً عليه فإن ظاهرة الظلم تنخر وجودنا الراهن، وهي عبئ و تهديد لتوازن النفسي للأفراد و الجماعات على حد سواء، ودافع للإقدام على العديد من تصرفات شبكة العلاقات الاجتماعية وكذا تدمير الذات، بحيث تتعدد أشكالها و آثارها، و درجات شدتها ووجهتها. فهي قد تأخذ طابعا فعليا **(سلوكيا)** أو طابعا لفظيا **(تعبيريا)** أو طابعا رمزيا **(الإيماءات، الإيحاءات، وغيرها)** وكل هذه الأشكال مظاهر لحقيقة واحدة وقد تتداخل فيما بينها، فالحدود بينها ليست فاصلة، والمراحل ليست مستقلة و قائمة بذاتها . ويغلب معظم الأحيان، أن نلاحظ تواتر وتواجد عدة مظاهر من الظلم في آن واحد، تتجسد في سلوك جماعات أو أفراد فيما بينهم . وعلى العموم فإن مظاهر و أشكال الظلم تنتج لنا **«علاقات الاضطهادية»** في المجتمع مما يؤثر سلبا على كل مستويات جودة الحياة لدى الأفراد و الجماعات و يظهر ذلك من خلال انتشار الأمراض النفسية و العضوية و السيكوسوماتية، و الظواهر الإنحرافية، كالجريمة و الادمان و الانحراف و انتشار الفوضى و العدائية في المجتمع. وعليه أردنا في دراستنا هذه من خلال هذه الإشكالية أن نسلط الضوء على الفهم السيكولوجي لهذه الظاهرة ذات المنحنى الخطير على جودة حياة الأفراد، ويمكن صياغة ذلك في التساؤلات التالية:

1- ما هي المدلولات السيكولوجية لظاهرة الظلم القائم بين الأفراد في العلاقات الاجتماعية ؟

2- ماهي التأثيرات النفسية الناجمة عن التعرض للظلم على مستويات جودة الحياة لدى الضحية ؟

2- الفرضيات :

1- يمكن أن تكمن المدلولات السيكولوجية لظاهرة الظلم بين الأفراد في العلاقات الاجتماعية فيما يلي :

- السادية
- مشاعر النقص
- أليات نفسية دفاعية (القلب إلى الضد)

2- تكمن الأثار النفسية الناجمة عن التعرض للظلم لدى الضحية فيما يلي :

- الشعور بالاضطهاد
- المعاناة النفسية
- الأمراض السيكوسوماتية (كضغط الدموي، السكر، أمراض القلب وغيرها

3- التعريف الاجرائي لمصطلحات الدراسة :

- **الظلم :** هو استخدام القوة أو السلطة بشكل غير عادل لإلحاق الضرر بالأخرين و تطاول على حريتهم و انتهاك حقوقهم بطرق غير عادلة . (الباحث بالتصرف)

- **جودة الحياة :** هو الدرجة التي يتحصل عليها المبحوث في ضوء سلم مقياس جودة الحياة المختصر لمنظمة الصحة العالمية .

الدراسة التطبيقية

الفصل الثالث

الإطار المنهجي للدراسة

1. منهج الدراسة
2. مجموعة البحث
3. أدوات البحث

1 منهج الدراسة :

إن طبيعة الموضوع هي التي تحدد نوع المنهج، و المنهج هو الكيفية التي يتبعها الباحث لدراسة مشكلة الموضوع، حيث الاعتماد علي المنهج الإكلينيكي بصفته يعالج الحالات الفردية بطريقة علمية موضوعية.

– **فحسب العالمان Delay.J et Pichot.P :**ينعدم المنهج الإكلينيكي من كل القوانين كما في روائز الذكاء حيث يسمح بإعطاء عالمات خاصة، و التي تتطلب بدورها وضع أسئلة تس تلزم التحقيق فيها بطريقة فردية، و كذلك يعتمد هذا المنهج في بناء التشخيص علي قواعد ناتجة عن ملاحظات الفاحص .

(J.Delay et P. Pichot , 1969 : 10)

– أما العالم" **D. Lagache**" فيعرفه : هو المنهج الذي يدرس السلوك بطريقة موضوعية لمحاولة الكشف عن كينونة الفرد و الطريقة التي يشعر بها و السلوك التي يقوم بها في وضعية معينة مع البحث عن بنية و معني و مدلول هذا السلوك و الكشف عن الصراعات الدافعة له و طرق التخلص.

(M.Reuchlin,1979 :106)

– المنهج الإكلينيكي يدخل ضمن نشاط تطبيقي موجه إلي معرفة و تحديد بعض الحالات، الاستعدادات و السلوكيات بهدف اقتراح علاج نفسي، و الإرشاد نحو التغيير الإيجابي.

(Pedinielli , 1994 :35)

2. مجموعة البحث :

اقتصرت دراستنا على حالتين من المجتمع تم اختيارهما بطريقة قصدية وفق معايير الأتية:

– أن يكون المبحوث متعرض لوضعية ظلم

– أن يكون الحالة راشدا

3. أدوات الدراسة المستخدمة :

تم الاستناد على أداتين

1-المقابلة النصف الموجهة :

تعرف بأنها مجال متسع أمام الباحث لكي يوجه ما يراه مناسبا من حديث أو أسئلة وفق استجابات الفرد وأن يلاحظ تصرفاته و انفعالاته و حركاته و اشاراته لجمع تفاصيل دقيقة عن شخصية العميل

(أبو حويج، 2013 : 58)

الجدول رقم (01) يمثل المقابلات مع الحالة الأولى

رقم المقابلة	مكان المقابلة	مدة المقابلة	تاريخ المقابلة	الهدف من المقابلة
المقابلة الأولى	متوسطة الإخوة مسري قرطوفة	20 دقيقة	04 – 02 – 2024	التعارف بين الباحثين والحالة وكسب الثقة والتعرف على تاريخ الحالة البيانات الشخصية
المقابلة الثانية		25 دقيقة	13 – 02 – 2024	جمع المعلومات حول الظلم و ردود الأفعال
المقابلة الثالثة		30 دقيقة	18 – 02 – 2024	جمع المعلومات حول النتائج الناجمة عن الظلم
المقابلة الرابعة		25 دقيقة	28 –02 – 2024	تطبيق المقياس جودة الحياة وتحليل نتائج المقياس مع الحالة

الجدول رقم (02) يمثل المقابلات مع الحالة الثانية

رقم المقابلة	مكان المقابلة	مدة المقابلة	تاريخ المقابلة	الهدف من المقابلة
المقابلة الأولى	جامعة إبن خلدون (مكتبة كلية الطب)	20 دقيقة	07 – 03 – 2024	التعارف بين الباحثين والحالة وكسب الثقة والتعرف على تاريخ الحالة البيانات الشخصية
المقابلة الثانية		25 دقيقة	11 – 03 – 2024	جمع المعلومات حول الظلم و ردود الأفعال
المقابلة الثالثة		30 دقيقة	14 – 03 – 2024	جمع المعلومات حول النتائج الناجمة عن الظلم
المقابلة الرابعة		25 دقيقة	20 –03 – 2024	تطبيق المقياس جودة الحياة وتحليل نتائج المقياس مع الحالة

وقد تطرقنا الى استخدام المقابلة النصف الموجهة التي هي عبارة عن مزيج من الأسئلة المقفلة و المفتوحة وكذلك تطبيق مقياس جودة الحياة، بهدف الحصول على اكبر قدر ممكن من المعلومات المتعلقة بالحالة، وقد قمنا بصياغة هذه الأسئلة ووضعناها على شكل دليل المقابلة وتتضمن المحاور التالية:

- **المحور الاول : معلومات الشخصية حول الحالة**
- **المحور الثاني : الظلم وردود الافعال (الاتصال)**
- **المحور الثالث النتائج الناجمة عن الظلم**

2- **مقياس جودة الحياة :**

وصف المقياس: جاء هذا المقياس كاختصار لمقياس جودة الحياة المئوي (Whoqol 100) الصادر عن منظمة الصحة العالمية الذي تم إعداده عام (1991) عندما بدأ قسم الصحة العقلية بمنظمة الصحة العالمية في إعداد مشروع بحثي في 15 دولة لبناء مقياس عالمي لقياس يغطي الجوانب المختلفة لجودة الحياة التي تناولتها أم لم تتناولها الأدوات التقليدية لتقدير جودة الحياة المتعلقة بالصحة وكان الهدف الأساسي للمشروع هو تصميم أداة لتقييم جودة الحياة يمكن استعمالها بشكل واسع حيث تم إعداد من خلال (15) مركزا ميدانيا تابعا لمنظمة الصحة العالمية وترجم إلى (12) لغة حيث طبقت الصيغة الاستطلاعية الأصلية (235) بندا واستعملت هذه الصيغة في (15) مركزا ميدانيا بلغات مختلفة عبر العالم لتنتهي إلى(100) بندا شملت (24) مجالا من مجالات الحياة والذي اختصر فيما بعد إلى مقياس جودة الحياة المختصر المكون من (26) بندا تقيس جودة الحياة في ست مجالات، تكونت الصيغة المختصرة من بند واحد ممثل عن كل مجال من المجالات الأربع والعشرين إضافة لبندين عن الحياة ككل وأصبح WHOQL BREF مكونا من 26 بندا موزعة على أربعة أبعاد بندان عامين الأول حول جودة الحياة العامة والبند الثاني حول الصحة العامة أما باقي الأبعاد فهي موزعة كالتالي: الصحة الجسدية، الصحة النفسية، العلاقات الاجتماعية، البيئة.

ثانيا : ابعاد المقياس :

تكونت الصورة النهائية للمقياس من **26** عبارة ظن منها عبارتين عن جودة الحياة عامة و الصحة العامة، و **24** بند موزعة على اربعة أبعاد فرعية للمقياس كما هو موضح في الجدول الآتي :

الجدول رقم (03) يوضح فقرات المقياس موزعة على أبعاده

البعد	الفقرات
الصحة الجسدية	3-4-10-15-16-17-18
الصحة النفسية	5-6-7-11-19-26
العلاقات الاجتماعية	20-21-22
البيئة	8-9-12-13-14-23-24-25

1- الصحة الجسمية : Physical Health

يتكون من 7 أجزاء (الأنشطة الحياتية اليومية، الاعتماد على العقاقير و المساعدة الطبية، القوة و الاجهاد، قابلية الحركة و التنقل، الالم و العناء، النوم و الراحة، و القدرة على العمل) لقياس جودة الصحة الجسمية

2- الصحة النفسية : Physical Health

تتكون من 6 مجالات (صورة الجسم و المظهر العام، المساعر السلبية، المشاعر الايجابية، تقدير الذات، معتقدات الفرد الدينية و الروحية، التفكير / التعليم / التذكر / التركيز)

3- العلاقات الاجتماعية :Social Relationship

و يتضمن هذا البعد 3 مجالات (العلاقات الشخصية، المساندة الاجتماعية، النشاط الجنسي)

4- البيئة : Environment

ويتكون من 8 مجالات (الموارد المادية، الحرية، الآمن و الأمان المادي، الرعاية الصحية و الاجتماعية، البيئة الاسرية، الفرص المتاحة لاكتساب المعارف و تعلم المهارات، النشاطات الترفيهية، ووسائل النقل)

ثالثا : تصحيح المقياس و الدرجة الكلية :

يتم الاجابة عن بنود المقياس وفقا لمقياس مدرج تتراوح الدرجات عليه ما بين خمس درجات الى درجة واحدة و ذلك في حالة الاجابة الايجابية حيث تشير الدرجة المرتفعة الى ارتفاع في جودة الحياة، و تعكس هذه الدرجات في حالة الاجابات السلبية.

يكون مستوى كل بعد من بعدي الصحة الجسمية و البيئة لجودة الحياة منخفضا إذا كان أقل من **(19)** درجة، و متوسطا ما بين **(19–29)** درجة، ز مرتفعا ما بين **(30–40)** درجة، و أما بعد الصحة النفسية فيكون المستوى منخفضا إذا كان أقل من **(16)** درجة، و متوسطا ما بين **(16–25)** درجة، و مرتفعا ما بين **(26–35)** درجة، و أما بعد الحياة الاجتماعية فيكون المستوى منخفضا إذا كان أقل من (6) درجات، و متوسطا ما بين **(6–10)** درجات، و مرتفعا ما بين **(11–15)** درجة .

و مستوى المقياس ككل يكون منخفضا إذا كان أقل من **(61)** درجة، و متوسطا ما بين **(61–95)** درجة، و مرتفعا ما بين **(96–130)** درجة.

(سعيدي، 2023 : 18)

الفصل الرابع

عرض و تحليل و مناقشة النتائج

1. عرض مقابلات الحالات
2. عرض النتائج
3. تحليل نتائج الدراسة على ضوء الفرضيات

1- عرض الحالة الأولى "زينب"

تقديم العام للحالة:

البيانات الأولية للحالة :

- الحالة : زينب
- السن :24
- الجنس : أنثى
- الحالة الاجتماعية : متزوجة
- عدد الاخوة : 3
- ترتيب في الإخوة : 4
- المستوى المعيشي : متوسطة
- المستوى الدراسي : متخرجة من مدرسة عليا للأساتذة
- مهنة الحالة : أستاذة في ثانوي

وضعية الظلم الذي تعرضت اليه الحالة: التهميش، الاضطهاد، العنصرية،، العنف، الاستهزاء في المؤسسة التعليم الثانوي

-الحالة تبلغ من العمر **24** سنة، من عائلة متوسطة الدخل، الأب متقاعد، الأم ماكثة بالبيت، أما مستواها الدراسي فهي متخرجة من المدرسة العليا، وتشغل منصب أستاذة في الثانوي.

- في سبتمبر 2022 تم توظيف الحالة كأستاذة رياضيات في احدى القرى القبائلية بعيدا منطقة إقامتها " **نضرب 2 سوايع باه نوصل** " تميزت المنطقة بالعنصرية وتشديدها للعرق " **منحبوش البراني** " .

- خلال عامها الاول و الثاني من الدراسة تعرضت الى العنصرية و الظلم مقارنة بزميلة معها بالرغم انها قبائلية هي ايضا : " **الطفلة لي معايا تسكن في المنطقة لي نخدم فيا علا**

ذاك في المعاملة انا و هي مشي كيف كيف "، حيث صرحت الحالة ان التهميش و الظلم و الاهانة، و سوء المعاملة، و عدم الاحترام الذي تعرضت له كان من طرف الاستاذ المكون لها، اذ كان يستهزئ بمجهوداتها :" **وين ما نديلو سوجي ولا تمرين يصحولي يليكيديني و يستهزئ من خدمتي**" و كذلك صرحت الحالة انها تعرضت الى الاهانة و التقليل من شأن عملها من طرف الاداريين :" **كانوا دايمن يقولوا بلي ذيك الاستاذة متعرفش تقري ملي تطلع للقسم و هي تتمسخر مع تلاميذ** "، استمرت هذه المعاملة السيئة حتى ديسمبر **2023 ، أيضا** كان هناك وجود إساءة لفظية من طرف الأستاذ كما قالت الحالة:

" **قالي هذا السوجي فايح معندو حتى معنى بصريح العبارة قالهالي":" في هذيك اللحظة تحطمت و تكسرت حسيت قاع الصبر لي كنت صابراتو و مجهودات لي بذلتها تحطمتلي تم تم " وكان هذا قبل 3 أيام من التثبيت.**

–كذلك تعرضت الحالة الى أشد أنواع الظلم و الاضطهاد، و التقليل من قيمتها، و عدم احترامها أثناء يوم الترسيم من لجنة التحكيم كما ذكرت ذلك في قولها :" **ناس تخرج فرحانة من الترسيم و انا خرجت نبكي و من ذاك نهار وليت في حالة و دمرت نفسيا**" .

– و إثر أشكال الظلم التي تعرضت له الحالة "**زينب**" بدأت تعاني من حالة نفسية مضطربة تظهر في (اكتئاب، حزن شديد، خوف، هروب من الواقع، بقاء في المنزل، كلام مصحوب ببكاء)، اذ بدأت تظهر عليها (أفكار مشوشة، انعدام الثقة، احباط، مقارنة نفسها بأشخاص آخرين، لدرجة انها فكرت ان تستقيل من عملها و هذا ما صرحت به :" **خمتت باه نحط الاستقالة تاعي و نحبس من ذا شي**"

1.1- عرض محتوى دليل المقابلات مع الحالة "زينب":

المقابلة الأولى : لاحظنا أن الحالة هادئة كثيرا، و كانت كثيرا ما تردد جملة :" **انا ضرك وليت انسانة ثانية تبدلت بزاف حسيت روحي شي لي كنت نجتهد على جاله حطموهلي داوه مني ...** " الظلم لي تعرضت له في حياتي يمس مهنتي كثيرا، كانت الاستهانة بقدراتي المهنية شيء داخل المؤسسة **(العمال و الاساتذة)**، سألتها على:" احساسها في لحظة تعرضها لذلك الظلم و الاهانة كيف كان؟"

صرحت الحالة :" **كان احساسي صح انو انا منعرفش نقري و مهيش بلاصتي و خاطيني الرياضيات ومنعرف والو فيها** " كان كلام الحالة مفعم بالبكاء الشديد، ثم قمت بإغلاق المقابلة .

– **المقابلة الثانية :** كانت تبدو الحالة في اريحية، هادئة، ثم بدأت في الاجابة على الاسئلة المطروحة عليها، الظلم الذي تعرضت اليه أثر على طموحاتي المهنية و الشخصية بحيث تغيرت طموحاتي الى شيء اخر غير التعليم و بعيدة عنه **(مانحوس لا نقرا ولا نزيد دكتورا و لا نتعلم)** لكن علاقاتي الاجتماعية لم تتأثر نهائيا **(كنت راسمة حدود من الأول)**، ثم كان سؤالي للحالة: "كيف تتعاملي مع المواقف التي تتعرضي فيها للظلم ؟" صرحت الحالة اولا أن تعاملها مع المواقف كان بالسكوت فقط لا تتجادل ابدا في الموضوع و كانت كثيرا ما تتجاهل الدخول في نقاش كما ورد في تصريح الحالة :" **كنت وين ما نسمع كاش هدرة منبغيش نرد نفوتها** "

– **المقابلة الثالثة :** الحالة كانت كعادتها هادئة، ركزت هذه المقابلة على النتائج او الاثار الناجمة عن الظلم، وعند سؤالي لها عن تأثير هذا الظلم على جودة حياتها و ماهي التغيرات التي طرأت عليها ؟ ، كان تصريحها :" نعم اثر على جودة حياتي، حيث اصبحت انسانة لا أبالي بشيء اطلاقا ولا اجتهد في عملي و في تحضير الدروس **(وليت فنيانة بزاف وغي نليكيدي برك ف تحضير دروس منحضرش من عندي نجيبه واجد برك)** لدرجة أن صحتي الجسدية تأثرت كثيرا بسبب طول مسافة الطريق، اما نفسيا فقد اصبحت اعاني من التوتر، القلق، الاكتئاب، انعدام الثقة، و البكاء, يعني اثرت عليا نفسيا كثيرا

اصبحت الأن ارى مستقبلي غامض غير واضح الا اذا تركت مجال التعليم و بدأت في مشروع اخر ممكن تتضح صورة مستقبلي .

كان سؤالي الأخير للحالة :" ما هو تعريف الظلم من وجهت نظرك ؟" ، الحالة لزمت الصمت لحظة ثم قالت :" **هو اغتصاب حق الغير**" ... خلال الحصة لاحظت ان الحالة كانت تسرح كثيرا مع هدوء أثناء كلامها، ثم قمت بإغلاق المقابلة.

– **المقابلة الرابعة :** تم تطبيق مقياس جودة الحياة مع الحالة، وقبل ذلك تم شرح بنوده و تعليماته و الهدف منه، تجاوبت الحالة مع المقياس بشكل عادي ثم قمت بتطبيقه

2.1- تحليل محتوى المقابلات للحالة الأولى (زينب):

من خلال المقابلات العيادية التي اجريت مع الحالة "زينب" تم ملاحظة ضعف في التركيز و الانتباه، أفكار مشوشة و صعوبة ترتيبها، لدى الحالة هروب من الواقع و إنسحاب،و كذا صمت و سرحان في بعض الاوقات و هذا دلالة على وجود صراع نفسي داخلي، حزن، خوف، خيبة أمل وهذا ما عبرت عنه الحالة في تصريحها كالآتي :" **بعد الخيبة لي صرالتلي وليت محطمة و مكسرة**"، يتضح لنا من خلال هذه العبارة التي أدلت بها الحالة **(زينب)**، في تصريحها أن وضعية الظلم التي تعرضت لها في مكان العمل و التي تتجلى مؤشراتها في الإقصاء، التهميش، العنصرية، الاضطهاد، التحرش النفسي، المعاملة القاسية أن الحالة لا يزال تأثير الظلم على نفسيتها متواصلا ومستمرا.

فإن كل هذه السلوكيات الداعية الى الظلم أثرت على الحالة **(زينب)** مما ولد لديها حالة من القهر و العجز الموضح في عبارة "**محطمة و مكسرة** "، و هنا يذكر **(مصطفى حجازي)** أن الإنسان حينما يعيش في حالة القهر و العجز التي تولدها مواقف الظلم و الاضطهاد فإنها تصبغ عليه انعدام الثقة بالذات و انسداد أفاق المستقبل، بالإضافة إلى تضخيم آلام الحاضر، واليأس من الخلاص، وعندما يصبح هذا الإنسان متأزما . كل شيء يثير في نفسه الخوف كما يمكن أن يثير في نفسه كل مشاعر العنف . الا أن الحالة "زينب" لاحظنا عليها من خلال تصريحها المشار إليه أعلاه، طغيان المشاعر التبخيسية للذات عندها و التي تتصف بالعجز و القصور في مواجهة و دفع هذا الظلم، وهذا ما ولد لديها آلام نفسية دعت الى ظهور قلق حول انهيار قيمة الذات . وهذا ما عبرت عنه الحالة في تصريحها :" **خمتت باه نحط الاستقالة تاعي و نحبس من ذا شي**"، " **وليت ما نحضر درس ما نبذل جهد، نجيبه واجد من الانترنت و صاي** "،" **وليت نشوف الناس تعرف تقري و أنا لا ما نعرف والو خاطيني الرياضيات** "

- أما فيما ورد من خلال تصريحها الموالي :" **لي تصرالي نجي نقولها لوالديا و انا نبكي منبغيش ندس في قلبي**"، أن الحالة "**زيبنب**" انتهجت الية نكوصية طفلية بالاعتماد على الوالدين . وذلك أن الانسان الذي يتعرض للظلم و يؤدي به ذلك الى الرضوخ أمام القوى التي تسلطت عليه فيما يعود عليه من تبخيس ومهانة للذات مما يجعله عاجزا و قاصرا فإنه

يتقهقر الى الوضعية الطفلية التي يحتاج فيها الى وصي، وهذا ما جعل الحالة "زينب" تلجأ الى والديها كلما تعرضت الى مواقف الاضطهاد التي كانت تمارس عليها من طرف الأستاذ المكون و كذا المفتش .

- وأمام هذا الوضع الذي تعاني منه الحالة " زينب" فإنه أصبح يغلب عليها واقعيا مايسمى

« التناقض الوجداني» ؛ أي **التذبذب** بين التبعية و الرضوخ وبين الرفض و العدوانية الفاترة التي حاولت من خلالها الإنتقام بأساليب خفية منها الكسل وعدم التحضير الجيد للدرس كما ورد ذلك في تصريحيها :" **وليت ما نحضر درس ما نبذل جهد، نجيبه واجد من الانترنت و صاي "، " وليت فنيانة بزااف وغي نليكيدي برك ف تحضير دروس منحضرش من عندي نجيبه واجد برك"، " مانحوس لا نقرا ولا نزيد دكتورا و لا نتعلم"، " وليت نشوف الناس تعرف تقري و أنا لا ما نعرف والو خاطيني الرياضيات " .**

– أما فيما يخص ما ورد في تصريحتها **:" ناس تخرج فرحانة من الترسيم و انا خرجت نبكي و من ذاك نهار وليت في حالة و دمرت نفسيا"،" انا ضرك وليت انسانة ثانية تبدلت بزااف حسيت روحي شي لي كنت نجتهد على جاله حطموهلي داوه مني"،:" وليت نشوف الناس تعرف تقري و أنا لا ما نعرف والو خاطيني الرياضيات "**، يتجلى من خلال خذين التصريحين أن الحالة "زينب" أصبحت تعاني من مشاعر الدونية نظرا لحالة العجز جراء الظلم الذي واجهته مما أصبحت تفتقر الى ذلك الاحساس بالقوة و القدرة على المجابهة الذي يمد الحياة بنوع من الحيوية و الطاقة و يدفع الى الاحترام و تقدير الذات . وهنا يذكر **(مصطفى حجازي)** أن الانسان المقهور العاجز **عن** المجابهة يصبح يشعر بانعدام القيمة و تتدنا كفاءاته وبالتالي فهو في معظم الاحيان يجد نفسه في وضعية مغلوب على أمره، بحيث يفتقد الى الطابع الاقتحامي في السلوك وسرعان ما يتخلى عن المجابهة منسحبا أو مستسلما أو متجنبا اما طلبا للسلامة و خوفا من سوء العاقبة،أو يأسا من امكانية التصدي.

(حجازي، 2013 : 45)

3.1- عرض وتحليل نتائج مقياس جودة الحياة للحالة الأولى:

الجدول رقم : (04) يبين نتائج مقياس جودة الحياة المختصر للحالة "زينب":

البعد	الدرجة
الصحة الجسدية	18
الصحة النفسية	21
العلاقات الاجتماعية	12
البيئة	29
الدرجة الأبعاد	79

من خلال تطبيق المقياس جودة الحياة المختصر على الحالة **(زينب)**، تحصلت على درجة **85** من نتائج اختبار ككل، اذ تحصلت على **79** درجة من خلال الأبعاد الأربعة للمقياس كما مبينة في الجدول أعلاه رقم **(01)** بالإضافة الى **06** درجات على البندين العامين للمقياس أي بمعنى أن الحالة تحصلت على :

79 + 6 = 85

و التي تنحصر في السلم التصحيح المقياس من **61 الى 95** و التي تبين بأن مستوى جودة الحياة لدى الحالة زينب متوسطا

- بالنسبة للصحة الجسمية فقد تحصلت الحالة على درجة المقدرة ب **(18)** و هي درجة منخفضة وهذا راجع الى الأعراض السوماتية التي كانت تعاني منها الحالة جراء وضعية الظلم و هي كالتالي : الأرق، تعب، الصداع، الفشل، الإرهاق البدني .

- الصحة النفسية و البيئة تحصلت الحالة فيهما على درجات متوسطة وهذا يدل ان الحالة لديها ضعف في التكيف مع البيئة التي تعيش فيها و نوع من اللااستقرار مما اثر كذلك على صحتها النفسية

- أما العلاقات الاجتماعية كانت الدرجة المتحصل عليها **(12)** مرتفعة هذا يدل ان الحالة كانت تتلقى دعم ايجابي من طرف أسرتها خاصة الوالدين .

2- عرض الحالة الثانية "محمد"

تقديم العام للحالة:

البيانات الأولية للحالة :

- الحالة : محمد
- السن : 25
- الجنس : ذكر
- الحالة الاجتماعية : أعزب
- عدد الاخوة : 4
- ترتيب في الإخوة : 2
- المستوى المعيشي : متوسط
- المستوى الدراسي : جامعي
- مهنة الحالة : ممرض

وضعية الظلم الذي تعرض اليه الحالة : الطرد من العمل بسبب تعسفي

-الحالة تبلغ من العمر **25** سنة، من عائلة متوسطة الدخل، الأب ممرض، الأم ماكثة بالبيت،متخرج من المعهد الشبه طبي و طالب جامعي (طب)، ممرض.

- في سنة 2023، تم توقيف الحالة عن العمل بسبب تعسفي كما ورد في تصريح الحالة : "**مكاش عدالة" " كل العاملين في القطاع يتأخرون وعادي الا انا قام رئيس المصلحة بتوقيفي بشكل عنصري ".**

– **المقابلة الأولى** : كان الحالة في البداية هادئا، ثم عند سؤالي له عن الظلم الذي تعرض اليه، انفعل الحالة حيث صرح بذلك :" **قاع الخدامة يديرو الروطار عادي ميهدرش معاهم، غير انا شاف سارفيس حبسني من خدمتي بسبت درت الروطار برك** "، من خلال المقابلة تبين ان الظلم أثر على علاقاته الاجتماعية **وذلك في تصريحه :" وليت نتعامل مع الناس بسطحية جابد منكثرش الهدرة و نخطط بنخرج من المازق تاع التوقيف"**، حيث اصبح يتعامل مع المواقف بالانفعال و غضب كان يحاول استخدام اسلوب العنف (الضرب و الشجار) مع الشخص المتسبب بالتوقيف ثم محاولة السيطرة على الغضب والانفعال والتفكير في العواقب قضائيا كما ورد في تصريح الحالة :" **من بعد نخمم نقول كاش ما يصرا، كنت نحوس برك نخرج من المشكل باقل ضرر**" ، كان الحالة لديه احساس بالاضطهاد جراء وضعية الظلم وذلك في تصريحه :" **مزال غايضني الظلم بصح وخممت منا وجاي كي تصرالي عفسة كيما هكا نقولو تغلط و لاتخمم بتوصلني برا نكمل معاك صبت بلي الحل الجسدي هو الحل"**، خلال المقابلة لاحظت ان الحالة كان منفعلا و متوتر عند تذكره للموقف الذي تعرض له .

– **المقابلة الثانية :** الحالة كالعادة هادئ في البداية، كانت المقابلة مرتكزة على الآثار الناتجة عن الظلم، وعند سؤالي عن له عن تأثير جودة الحياة و ماهي التغيرات التي طرأت على حياتك؟،كان تصريحه :" **لا ما أثرتش عليا بزاف** "، لكن بالنسبة للأشياء التي تغيرت انني اصبحت اسعى نحو تطوير نفسي و الارتقاء الى منصب اعلى من الحالي حيث يقل فيه الظلم وهذا ما صرح به في قوله :" **منصب يدوها فيك الغاشي ميطيقوش يوصلوك** "، "**خممت بندير حل وننجح**" أما بالنسبة للاستراتيجيات التي اتخذتها للتخفيف من تأثير الظلم كانت التجاهل وعدم التفكير في الموضوع و اعطائه اكبر من حجمه وهذا على ما ورد في تصريح الحالة :" **خممت في قاعدة 5 دقائق يقولك مشكلة لي تستاهل 5 دقائق متاثرش عليك منا عاى 5 سنين مشي مشكلة علابيها مخممش فيها بزاف بزاف**" ، لكن كان لديه تأثير نفسي و جسدي كان لدي صعوبات في النوم في قوله : **مكنتش نطيق نرقد**" وكذلك القلق، التوتر، احباط، العزلة :"**جبدت على الناس و وليت منكثرش لهدرة وسطحي بزاف**".

– **المقابلة الثالثة :** كالعادة كان هناك تجاوب مع الحالة، وعند سؤالي له عن الدعم الذي يحتاجه للتعامل مع الظلم و التحسين من جودة حياته ؟ كان جواب الحالة محمد : الدعم الذي اعتمدت عليه بشكل افضل للتعامل مع الظلم والتحسين من جودة حياتي هو الرياضة فكانت تخفف من حدة التوتر والتفكير وهذا ما ورد في تصرح الحالة :" **الرياضة عاونتني تقلع ستراس** " ، لكن الخطوة التي غيرت حياتي للإيجاب هي انني اعمل و أدرس و وافكر في مستقبل يليق بي و هذا ما صرح به الحالة :" **راني نخدم ونقرا منيش نادم على الخطوة لي درتها راني نخمم في مستقبل مليح نحاول نحسن من روحي وكي تطلع بيا مغديش نظلم ولا نحقر**" في هذا الموقف لاحظت ان الحالة محمد لديه القوة والاصرار في تحقيق مراده و هذا ما تبين من خلال نبرة صوته ثم كان سؤالي الاخير عليه ما هو تعريف الظلم من وجهة نظرك ؟ الحالة في الاول سرح لثواني ثم اجاب بكل هدوء :" **الظلم حاجة مشي مليحة و مرض** " ، ثم قمت بإغلاق المقابلة .

– **المقابلة الرابعة :** تم تطبيق مقياس جودة الحياة مع الحالة "**محمد**"، وقبل ذلك تم شرح بنوده و تعليماته و الهدف منه، تجاوبت الحالة مع المقياس بشكل عادي و قمت بتطبيقه

تحليل محتوى المقابلات للحالة الثانية (محمد):

نلاحظ من خلال التصريحات التي ادلى بها المبحوث " **محمد**" في المقابلة الأولى أنه تعرض لموقف اضطهادي من طرف رئيس المصلحة في العمل مما أدى الى توقيفه من العمل وبعدها تم تحويله الى مكان آخر لمزاولة عمله كممرض بعيد عن مقر سكنه وذلك نظرا للتحرش النفسي من طرف رئيس المصلحة اذ لاحظنا على المبحوث " **محمد**" وهو يسترجع ذكريات هذا الموقف الظالم أثناء سرد وقائعه لنا. حالة من الجيشان الانفعالي من خلال ما سجلناه من ملاحظات سيمولوجية على لغة الجسد « **ارتفاع في نبرة الصوت، تنهيدات عميقة، احمرار لون البشرة، حدة العينين، شرود ذهني** » وهذا ما يطلق عليه في التحليل النفسي بعملية «**التكرار** » أو ما يطلق عليها عملية « **الاسترجاع** » أي اعادة تحيين الموقف و عيشه انفعاليا من جديد، وطغيان الانفعال هذا يظهر في الوجود العام.

–حسب ما يراه مصطفى حجازي – عند الانسان الذي يتعرض لموقف قاهر، الذي لا يرى لنفسه خلاصا منه . هذا الموقف يجعله يعيش في حالة دائمة من التوتر الانفعالي .

(حجازي، 2013 : 71)

الذي يؤدي الى انحصار المجال الحيوي زمانيا و مكانيا و الذي يتجلى في تصريح المبحوث "محمد" :" **وليت نتعامل مع الناس بسطحية جابد منكثرش الهدرة و نخطط بنخرج من المازق تاع التوقيف".**

– نلاحظ هنا أن جودة الحياة لدى المبحوث "محمد" تعرضت لجملة من التأثيرات على الصعيد النفسي و الجسدي و الاجتماعي . أما فيما يخص انعكاسات الموقف الظالم للمبحوث "محمد" فيما أدى به ذلك الى الرضوخ أو المجابهة فإننا لاحظنا من خلال تصريحاته أنها قد أدت به الى اتخاذ استراتيجيات للمواجهة بدل الرضوخ و الاستسلام و يتجلى ذلك من خلال تصريحاته

لنا :"**الرياضة عاونتني تقلع ستراس "،" راني نخدم ونقرا منيش نادم على خطوة لي درتها راني نخمم في مستقبل مليح نحاول نحسن من روحي وكي تطلع بيا مغديش نظلم ولا نحقر "**

" **خممت بندير حل وننجح"،** والتي تدل في مجملها أن المبحوث "محمد" لم يتحمل التبخيس الذاتي الذي يفقده الشعور بالقيمة و الاعتبار فكان لابد له من احساس بشيء من العزة و الكرامة و اعادة الاعتبار للذات في نظر نفسه و نظر الاخرين وذلك من خلال اتخاذه للسلوكيات الايجابية كممارسة الرياضة، ممارسة لدراسة تخصص الطب. نلتمس هذه الاستراتيجيات أن جودة الحياة لدى المبحوث "محمد" بدأت تتحسن بسبب نوع من الاحساس بالقوة كأسلوب للمجابهة للوصول في النهاية الى معنى الانتصار على الظلم و القضاء على الاجتياف و التبخيس الذاتي الذي يعني النقص و الاهانة وانعدام القيمة الذاتية . و بالتالي فإن لجوء المبحوث "محمد" الى اعادة اجتياز امتحان البكالوريا مرة اخرى و النجاح بالحصول على تقدير جيد جدا الذي أهله الى التحاق بكلية الطب أملا في الارتقاء من مهنة التمريض التي تعرض من خلالها الى الاضطهاد الى مهنة التطبيب التي يحظى من خلالها الى السلطة و القوة و الاعتبار الذاتي و هذا نوع من الطموح الذي يسعى من خلاله المبحوث "محمد" الى

احداث انقلاب جذري في الادوار بحيث يتحول الضعف الى قوة فكان هذا النجاح بمثابة درع و حماية وهو رمز الوجود الجديد ؛ أي استعراض كيانه الجديد الذي يقضي من خلاله على الرضوخ بغية الحصول على عمل تحرري. أيضا اعتماد الحالة على العنف واللجوء إليه كأول حل مستقبلا إذا ما تعرض إلى موقف يسوده الظلم والقهر وذلك من خلال قوله " **خممت منا وجاي كي تصرالي عفسة كيما هكا نقولو تغلط ولاتخمم بتوصلني برا نكمل معاك صبت بلي الحل الجسدي هو الحل**" ولجوء الحالة هنا الى هذه الطريقة في التعامل هي استراتيجية لتجنب الشعور بالعار و خطر الاندثار الداخلي فحسب مصطفى حجازي في كتاب سيكولوجية الانسان المقهور يبقى العنف الوسيلة الأخيرة في يد الإنسان للإفلات **من مأزقه** ومن خطر الاندثار الداخلي الدي يتضمنه هذا المأزق. إن الانسان المتعرض للظلم بصفة دورية أو مرة واحدة لكن بشكل صادم عادة ما يفقد إعتباره لذاته ويتقمص دور الضحية ويصبح الشعور بالمظلومية جزءا لا يتجزأ من هويته, وهذا مايشكل لدى الفرد الشعور بالضغينة التي تظهر في دوافع عدوانية وهذا ما يؤكده حجازي في فكرته التي تنص على أن العنف هو لغة التخاطب الأخيرة الممكنة مع الواقع و مع الاخرين، حين يحس المرء بالعجز عن إيصال صوته بوسائل الحوار العادي، و حين تترسخ القناعة لديه بالفشل في إقناعهم بالاعتراف بكيانه و قيمته . والعنف هو الوسيلة الأكثر شيوعا لتجنب العدوانية التي تدين الذات الفاشلة بشدة، من خلال توجيه هذه العدوانية الى الخارج بشكل مستمر،أو دوري، وكلما تجاوزت حدود الاحتمال الشخصي. وهكذا فالعنف قد يكون عشوائيا مدمرا يذهب في كل اتجاه، أو يكون بناء يوظف في أغراض تغيير الواقع، ولكنه موجود أبدا، ولو اتخذ ألف وجه ولون واتجاه، ما دام هناك مأزق وجودي يمس القيمة الذاتية، ووضعية مولدة للتوتر الداخلي، وبدت إمكانيات الخلاص محدودة و آفاقه مسدودة .

(حجازي، 2013 : 166)

3.1- عرض وتحليل نتائج مقياس جودة الحياة للحالة الثانية :

رقم : (05) يبين نتائج مقياس جودة الحياة المختصر للحالة "محمد":

البعد	الدرجة
الصحة الجسمية	21
الصحة النفسية	20
العلاقات الاجتماعية	07
البيئة	20
الدرجة الأبعاد	68

من خلال تطبيق المقياس جودة الحياة المختصر على الحالة (**محمد**) تحصل على درجة **85** من نتائج اختبار ككل، اذ تحصلت على **74** درجة من خلال الأبعاد الأربعة للمقياس كما مبينة في الجدول أعلاه رقم(**02**) بالإضافة الى **06** درجات على البندين العامين للمقياس أي بمعنى أن الحالة تحصلت على :

68 + 6 = 74

والتي تنحصر في السلم التصحيح المقياس **من 61 الى 95** والتي تبين بأن مستوى جودة الحياة لدى الحالة م متوسطا

– بالنسبة للصحة الجسمية فقد تحصلت الحالة على الدرجة المقدرة ب 21 درجة وهي درجة متوسطة ويظهر هذا جليا على الحالة في الأعراض الجسدية التي يحملها كالتوتر، الإنفعال وإحمرار لون البشرة عند الكلام، تغير نبرة الصوت عند التكلم عن الأحداث التي تعرض فيها للظلم، أيضا لوحظ على الحالة شرود ذهني مستمر أثناء المقابلة.

بعد الصحة النفسية : وقد تحصلت الحالة على 20 درجة وهذه درجة متوسطة ويظهر هذا على الحالة على شكل شرود ذهني عند تذكره للأحداث التي تعرض لها، توتر إنفعالي، قلق.

بعد العلاقات الاجتماعية : أما في هذا البعد فقد تحصلت الحالة على الدرجة المقدرة ب07 وهي درجة متوسطة ويظهر هذا في إنطوائه والتعامل بسطحية مع الناس، وسلوكاته التجنبية عند المواقف الجديدة.

بعد البيئة : وقد تحصلت الحالة على 20 درجة وهذه درجة متوسطة و يتجلى هذا في صعوبة تكيفه وتأقلمه مع محيطه ورفضه لواقعه المعاش.

3. مناقشة الفرضيات في ضوء النتائج المحصل عليها :

3-1 مناقشة الفرضية الأولى التي تنص: يمكن أن تكمن المدلولات السيكولوجية لظاهرة الظلم بينت الأفراد في العلاقات الاجتماعية فيما يلي :

- السادية
- عقدة النقص
- أليات نفسية دفاعية (القلب إلى الضد)

– يتضح لنا من خلال تحليل محتوى المقابلات لدى كل المبحوثين "زينب" و "محمد" أنهما تعرضا الى انعكاسات نفسية جراء المواقف الظالمة التي تعرضوا لها في مجالهم المهني بحيث أنه بالنسبة للمبحوثة "زينب" فقد تعرضت الى **<< مشاعر النقص>>** التي وضحنا مؤشراتها من خلال تحليل محتوى المقابلات و التي تتجلى فيما يلي :

- مشاعر الدونية
- العجز و القصور
- ضعف الثقة بالنفس
- النكوص
- ضعف تقدير الذات
- الاستسلام و الرضوخ
- تبخيس الذات

وكلها مؤشرات دالة على تعرض المبحوثة "زينب" لمشاعر النقص التي أثرت على مستوى جودة الحياة لديها و الذي هو الآخر التمسنا مؤشراته من خلا تطبيق مقياس جودة الحياة عليها اذ تحصلنا على درجة متوسطة في جودة الحياة و التي اتضح لنا تسجيل درجة متوسطة على مستويات الثلاث المتمثلة في كل من :

- البعد الجسمي (18)
- البعد النفسي (21)
- البعد البيئي (29)

على غرار البعد الاجتماعي الذي سجلنا فيه ارتفاع ملحوظا(12) نظرا لدعم النفسي الذي كانت تحظى به "زينب" من طرف والديها .

– أما فيما يخص المبحوث "محمد" فإننا لاحظنا من خلال تحليلنا محتوى المقابلات التي طبقت معه أنه انتهج أسلوب دفاعي للمجابهة بدل الرضوخ و الاستسلام و الذي يعرف بآلية **« قلب الى الضد»** ؛ أي ما يعرف بآلية **« قلب الأدوار»** أي بمعنى التمكن من التدبير و تسيير و ايجاد حلول للمشكلات يدل الاستسلام لها حيث الطلاقة و الحيوية و تضخم الذاتي و الاعتداد بالقدرات و الامكانات و هذا ما تجلى لنا من خلال السعي الى التفوق في البكالوريا و الالتحاق بكلية الطب و كذلك ممارسة النشاط الرياضي.

وفيما يتعلق النتائج المحصل عليها من خلال تطبيق مقياس جودة الحياة الذي سجلنا من خلاله حصول المبحوث "محمد" درجة (74) التي تدل على جودة حياة متوسطة في ضوء سلم التصحيح للمقياس اذا سجلنا من خلال النتائج أن هناك درجات متوسطة تشمل جميع أبعاد الثلاثة للمقياس و هي كما يلي :

– البعد الجسمي (22)

– البعد النفسي (20)

– البعد البيئي (20)

– البعد الاجتماعي (07)

– وبناءا عليه يمكن القول ان الفرضية الاولى للبحث قد تحققت في ضوء المعطيات المشارة اليها سابقا .

2-3 مناقشة الفرضية الثانية :

- الفرضية تنص على : تكمن الأثار النفسية الناجمة عن التعرض للظلم لدى الضحية فيما يلي :

- الشعور بالاضطهاد

- المعاناة النفسية

- توصلنا من خلال تحليل محتوى المقابلات مع المبحوثين "زينب" "محمد" أن كلاهما تعرضا لمواقف الظلم في مجال عملهما، بحيث لاحظنا بالنسبة للمبحوثة "زينب" أنها كانت تعاني من مشاعر اضطهادية مما أدى لها الى التعرض للمعاناة النفسية، حيث تجلت مؤشراتهما فيما يلي : مشاعر الدونية، الاحباط و الفشل، ضعف تقدير الذات، العجز عن التصدي و المجابهة، هذا بالنسبة لمشاعر الاضطهاد، أما بالنسبة للمعاناة النفسية حيث تجلت مؤشراتها في (الشعور بالخوف، البكاء، ضعف الثقة بالنفس، الاحباط ...) وفيما يخص ما تحصلنا عليه من خلال مقياس جودة الحياة فإننا يجلنا درجة متوسطة في البعد النفسي و الجسدي .

- أما بالنسبة للمبحوث "محمد" فقد لاحظنا أنه هو الآخر قد تعرض لمشاعر الاضطهاد و المعاناة النفسية و التي تجلت مؤشراتها فيما يلي (شعور بالاحتقان النفسي، الانفعال السلبي، القلق و التوتر، ضعف التفاعل الاجتماعي "الانعزال").

وفيما يخص نتائج مقياس جودة الحياة فقد سجلنا درجة متوسطة تشمل جميع أبعاد المقياس.

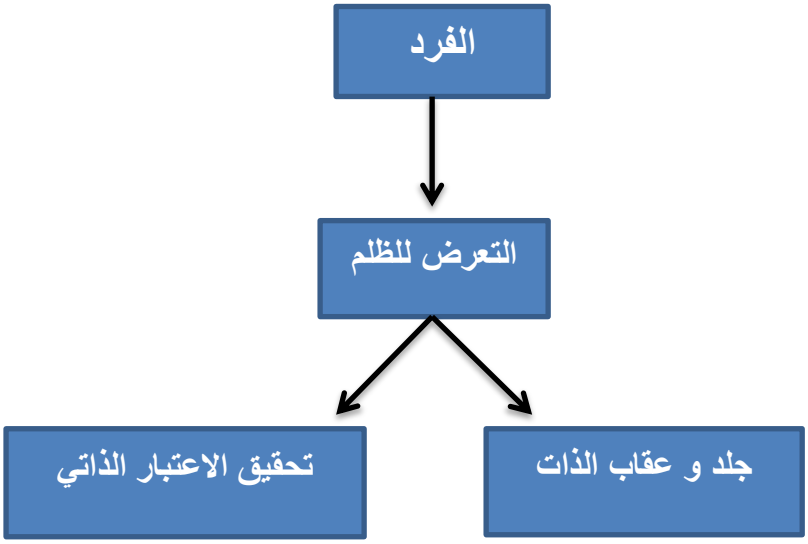
و بالتالي يمكن القول بناءا على ما سبق ذكر، أن فرضية البحث الثانية قد تحققت، بحيث أن التعرض لموقف ظالم هو نوع من السادية التي تمارس ضد الغير من طرف الاشخاص المسؤولين عن هذه السلوكيات الظالمة كالتي تعرض لها المبحوثين "زينب" و"محمد" ومن المعلوم أنه من وجهة نظرا التحليل النفسي فإن السادية التي يتعرض لها الانسان من طرف شخص آخر، او جماعة ما، أو مؤسسة ما فإنها تؤدي الى معاناة نفسية و جسدية للضحية

التي يمكنها أن تؤثر على مستوى جودة الحياة لهذا الفرد بمختلف أبعادها، وذلك باعتبار أن الظلم هو« سلوك سادي» يوجه للغير وتكون تأثيراته مرتدة سلبا على الذات التي ترذخ لهذا الأذى السادي مما قد يولد لديها ما يسمى في التحليل النفسي **«قلق الخصاء»** الذي يتضمن شعور بالتهديد الدائم الذي قد يأتيه في اي لحظة من الخارج (من المتسلط) كما يتضمن مشاعر العجز و الدونية التي تميز وجوده الذى يعاش تحت شعار **« المهانة و التبخيس الذاتي »** و التي قد تنعكس على تدني الكفاءة الاجتماعية .

وعليه فإن **«قلق الخصاء»** الذي يسببه الظلم كسلوك سادي يزعزع كيان الانسان المظلوم ويخل بتوازنه النفسي، فهو يولد معاناة و آلاما نفسية التي لا تحتمل و التي تمس صورة الذات و قيمتها كما هو الشأن بالنسبة للمبحوثة "زينب"، و تصيب الاعتبار الذاتي في الصميم . و لذلك فإن الفرد الذي يتعرض للظلم يكون امام مسارين اساسين و هما : يتمثل الاول في الميل الى فقدان الالتزام اتجاه الذات التي لا تحظى بالاعتبار من خلال (الغرق في الرضوخ و التبعية و الاستسلام) التي تأخذ جميعا معنى «عقاب أو جلد الذات المبخسة و تحطيمها» ومن المؤشراته التعرض لكل اشكال و انواع الباتولوجيا (العصابات و الذهانات) أو الأمراض السيكوسوماتية أو الولوج في عالم السلوكيات التعويضية الضارة كالإدمان على المخدرات و الكحول و نحو ذلك .

أما المسار الثاني فيتمثل في الحلول التعويضية الايجابية التي تحقق التوازن الداخلي و تصب جميعا في قناة الشعور بشيء من الاعتبار الذاتي كبذل جهود اضافية و تحقيق انجازات و نجاحات اكثر، أو الصمود و المجابهة لاسترداد حق المهضوم او المسلوب .

و يمكن تمثيل ذلك في الشكل الموالي :



شكل رقم (01) : يمثل مسارات التعرض للظلم عند الفرد

خاتمة

خاتمة:

الظلم هو مصطلح تم تناوله في دراستنا و لم نجد في الأدبيات البيبليوغرافية دراسة تناولت هذا المصطلح في علم النفس العيادي بالرغم من تفشيه، وهذا ما يقودنا الى القول ان الظلم ظاهرة نفسية تعكس في طبيعتها و أشكالها و حجمها واقع المجتمع بأبعاده السياسية و الاجتماعية و الاقتصادية ، و نظرا لاتساع الظلم و تعدد جوانبه فالحلول كذلك تكون كثيرة و تتصل بكل مظهر يتخذه، إلا أننا نقدم حلول شاملة فيما يخص الظاهرة و منها : الاعتماد على المنهج العلمي في مواجهة الظلم لأنه السبيل الاكثر نضجا للتخفيف من أثاره و ذلك بتبني العديد من الاستراتيجيات التي تسعى الى اصلاحات جذرية و عميقة في كافة الأنظمة الاجتماعية و خاصة في مجال العدالة، تعزيز الثقة بالنفس وتعزيز الصحة النفسية لدى الأفراد الراشدين من خلال تقديم الدعم النفسي والتشجيع على الاستقلالية وتطوير مهارات التحمل والتأقلم. كما يجب توفير الخدمات الصحية النفسية للمساعدة في التعامل مع تداعيات الظلم، تشجيع الافراد على الابتكار والمبادرة في البحث عن حلول لمشاكل الظلم، سواء كان ذلك عن طريق المشاركة في العمل الاجتماعي أو التعبير عن الرأي بشكل فعّال، تقديم برامج تدريبية لتطوير مهارات التعامل مع الصعوبات والتحديات، مما يمكن الأفراد من التعامل بفعالية مع حالات الظلم وتجاوزها و تحسين من جودة الحياة، العمل على انجاز بحوث و دراسات و برامج اعلامية توعوية على الأثار الناجمة عن الظلم و كيفية التصدي لها، العمل على مراجعة الثغرات القانونية فيما يخص العقوبات و الردع و العمل على تطبيقها، جعل الوقاية من الظلم و منعه احدى اولويات التنمية في مؤسسات التنشئة الاجتماعية .

المراجع

قائمة المراجع :

قائمة المصادر والمراجع :

أولا : المراجع باللغة العربية.

- العسقلاني، ابن حجر. فتح الباري بشرح صحيح البخاري. (2001). مكتبة مصر. القاهرة.
- ابن منظور. لسان العرب. (1993): ط1. الجزء الأول. بيروت. لبنان.
- أبو حلاوة، محمد سعيد. (2010): **جودة الحياة المفهوم و الأبعاد.** كلية التربية بمندهور. جامعة الاسكندرية. ضمن اطار فعاليات المؤتمر العلمي السنوي لكلية التربية. جامعة كفر الشيخ. مصر.
- ابن تيمية، أحمد تقي الدين. (2006): **مجموع الفتاوي.** ط1. دار الوفاء. الرياض. السعودية.
- ابو بكر، أمل إبراهيم. (2015): **الضغوط النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى مرضى السكري.** مذكرة لنيل شهادة الماجستير. جامعة السودان.
- مبارك، بشرى عناد. (2012): **جودة الحياة و علاقتها بالسلوك الاجتماعي لدى النساء المتاخرات عن الزواج.** مجلة الآداب، مج. العدد 99. ص714–770.
- بن عبدالله، محمد. (2007): **اضطرابات الشخصية المغاربية السيكوباتولوجية.** أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه. جامعة السانيا. وهران.
- بوسنة، زهير عبد الوافي.(2000): **محاضرات في تقنيات الفحص العيادي لطلبة الاولى ماستر** بسكرة. جامعة محمد خيضر.
- بوعيشة، أمال.(2014): **جودة الحياة وعلاقتها بالهوية النفسية لدى ضحايا الإرهاب بالجزائر.** دراسة ميدانية ببلدية براقي – دائرة الحراش. جزائر العاصمة. مذكرة

نهاية الدراسة لنيل شهادة الدكتوراه علوم في علم النفس – كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية. جامعة محمد خيضر. بسكرة.

- إيغلتون، تيري. ترجمة د. عزيز جاسم محمد. (2020): **عن الشر**. فكرية. الطبعة الأولى. نينوى للدراسات و النشر و التوزيع. دمشق. سوريا.

- جابر، ايمان.(2014): **الاثار النفسية لعمل الحداد لدى المراهق اليتيم**. جامعة بسكرة. مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر. جامعة محمد خيضر. بسكرة.

- تفاحة، جمال السيد. (2009): **الصلابة النفسية و الرضا عن الحياة لدى عينة من المسنين**. دراسة مقارنة. مجلة كلية التربية. جامعة الإسكندرية. المجلد19 .العدد 1.

- بكر، جوان إسماعيل. (2012) :**جودة الحياة وعلاقتها بالانتماء والقبول الاجتماعيين**. ط1. دار ومكتبة الحامد للنشر والتوزيع. عمان. الأردن.

- بن حلس، داود بن درويش. (2006): **تنظيم و توضيح البحث العلمي في العلوم السلوكية**. الجامعة الإسلامية. غزة. فلسطين.

- نعيسة، رغداء علي. (2012): **جودة الحياة لدى طلبة جامعة الشرق**. مجلة دمشق. المجلد 28. العدد 1. دمشق. سوريا.

- سعيدي، رشيد. (2023). **جودة الحياة لدى الممرضة الأرملة دراسة عيادية**. مجلة المعيار. المجلد 14. العدد. 1 جوان. جامعة تيسمسيلت.

- اليوسف، عبدالله أحمد. (2011): **الظلم الاجتماعي في القرآن الكريم**. ط1. مركز القرآن الكريم. صفوى. السعودية.

- شيخي، مريم. (2014): **طبيعة العمل وعلاقتها بجودة الحياة** دراسة ميدانية في ظل بعض المتغيرات. رسالة مقدمة لنيل شهادة الماجيستر. جامعة أبي بكر بلقايد. تلمسان.

ط (12)، المركز الثقافي العربي للنشر، بيروت . لبنان

ط (9)، المركز الثقافي العربي للنشر، بيروت .لبنان

- السحيباني، يزيد بن صالح بن عبد الله. (1971). **التعويض عن الضرر المعنوي في ضوء الفقه الإسلامي ونظام المعاملات الدينية في المملكة العربية السعودية.** مجلة الدراسات العربية. العدد السابع.

- العيسوي، عبد الرحمان. (1997)**: سيكولوجية المجرم.** دار الراتب الجامعية. مصر.

- ابن خلدون، عبد الرحمن. (1377)**: مقدمة كتاب العبر وديوان المبتدأ والخبر.** دار إحياء التراث العربي. بيروت.

- الكواكبي، عبد الرحمن. (1902) **طبائع الاستبداد ومصارع الاستعباد.** دار النفائس للنشر. مصر. القاهرة.

- عبد المعطي، حسن مصطفى. (1998)**: علم النفس الإكلينيكي.** دار طوباء للنشر و التوزيع. القاهرة.

- عبيد، عائشة بية. **جودة الحياة وسبل تحقيقها في ظل علم النفس الإيجابي.** مجلة تاريخ العلوم. العدد 06. ص352–362.

- العقاد، عصام عبد اللطيف. (2001)**: سيكولوجية العدوانية وترويضها.** ط1. دار غريب. قاهرة.

- العيسوي عبد الرحمن. (1997) **: مناهج البحث العلمي.** دار الراتب الجامعية. بيروت

- غرايبة. فوزي وآخرون. (2002) **: أساليب البحث في العلوم الاجتماعية والانسانية.** ط3 دار وائل للنشر و التوزيع. عمان. الأردن.

- فروم أريك.(2012) **:الانسان المستلب.** دار الهلال. مصر .

- صندوق فريحة .(2014):**جودة الحياة الاسرية وعلاقتها بالتفوق الدراسي. لدى عينة من المراهقين الثانويين بالأغواط.** مذكرة ماجستير. جامعة الاغواط.
- جدعان فهمي. (1979) : **أسس التقدم عند مفكري الاسلام في العالم العربي الحديث.** المؤسسة العربية للدراسات و النشر. بيروت
- آغا كاظم وليم. (1981) : **علم النفس الفيزيولوجي.** منشورات آفاق. بيروت
- ابن منظور، لسان العرب. (1990)، ط1. جزء 12. دار صادر. بيروت– لبنان .
- الفيروز أبادي مجد الدين. قاموس المحيط. المؤسسة العربية للطباعة و النشر. بيروت
- الهنداوي محمد حامد ابراهيم. (2011):**الدعم الاجتماعي وعلاقته بمستوى الرضا عن الحياة لدى المعاقين حركيا** . بمحافظات غزة فلسطين.
- أبو حويج مروان. (2013) : **المدخل الى علم النفس العام.** دار اليازوري العلمية للنشر و التوزيع. عمان . الأردن.
- حجازي مصطفى. (2005) : **التخلف الاجتماعي : مدخل الى سيكولوجية الانسان المقهور.**
- حسين مصطفى حسن.(2004) : **بعض المتغيرات النفسية لنوعية الحياة و علاقتها بسمات الشخصية لمدمني الهروين. رسالة ماجستر (غير منشورة).** جامعة عين الشمس. مصر.
- الربابعة مهدي "محمد سعيد ". (2017) : **علاقة جودة الحياة بالقبول الاجتماعي و استراتيجيات المواجهة لدى الاناث المعنفات.** دراسة أكاديمية. مجلة دولية التربوية المتخصصة . مجلد (06) . العدد(11) .

- جمال نغم سليم. (2016): **جودة الحياة وعلاقتها بالحاجات الارشادية لدى طلبة المرحلة الثانوية** – دراسة ميدانية على عينة من الطلاب. رسالة ماجيستر في الارشاد النفسي.

ثانيا : المراجع باللغة الأجنبية

- Delay.j et Pichot.P , (1969) **: abrégé de psychologie** , 3ed masson et cie , paris .
- Melanie Klein , (1972) **: Note sur quelques mecanismes schizoidesin développement de la psychanalyse** , Paris , P.U.F.
- Pedinielli , (1994) : **introduction a la psychologie clinique** , université , col , Paris .
- Reuchlin , M , (1979) **: les Méthodes en psychologie** , Alger

الملاحق

الملحق رقم 01:

دليل المقابلة نصف الموجهة

المحور الاول : معلومات الشخصية حول الحالة

الجنس : .....

السن : .....

الحالة الاجتماعية : .....

المهنة : .....

الحالة العائلية : .....

السوابق المرضية : ..... الطبية : ..... السيكاترية : .....

حالة الانتحار : .....

حالة محاولة الانتحار : .....

المحور الثاني : الظلم وردود الافعال (الاتصال)

ماهو الشيئ الذي ظلمت به ؟

.....

ماهو الظلم الذي تعرضت اليه ؟

.....

هل اثر الظلم على علاقتك الاجتماعية ؟ كيف ذلك ؟

.....

كيف تتعامل مع المواقف التي تتعرض فيها للظلم ؟ (هنا كيف تكون ردة فعل تاعك)

.....

هل اثر الظلم على طموحاتك المهنية والشخصية ؟

.....

من هو الذي ظلمك ؟ درجة القرابة ؟

.....

هل لديك مشاعر الذنب (الاضطهاد) ؟

.....

ماهو احساسك لحظة تعرضك للظلم ؟

.....

المحور الثالث النتائج الناجمة عن الظلم

هل اثر هذا الظلم على جودة حياتك ؟ماهي الاشياء التي تغيرت ؟

.....

ماهي الاستراتيجيات التي استخدمتها لتخطي او التخفيف من تاثيرات الظلم ؟

.....

هل اثر الظلم على صحتك الجسدية؟ كيف ذلك ؟

.....

كيف اصبحت حياتك الان ؟

.....

ماهيي الاثار النفسية للظلم على حياتك العقلية والعاطفية ؟

.....

هل تعتقد انه توجد عدالة ومساواة في المجتمع ؟

.....

ماهو الدعم الذي تحتاجه للتعامل بشكل افضل مع الظلم وتحسين جودة حياتك ؟

.....

كيفاش راك تشوف فالمستقبل ؟

.....

كيف تعرف الظلم بالنسبة اليك ؟

.....

الملحق رقم (2)

مقياس جودة الحياة

التعليمة : فيما يلي مجموعة من العبارات تهدف الى معرفة نظرتك و اتجاهك نحو جودة الحياة التي تعيها و صحتك و غير ذلك من مجالات الحياة، لا توجد إجابات صحيحة أو خاطئة، الرجاء قراءة كل عبارة جيدا و اختيار البديل الذي يناسبك أكثر بوضع علامة **(x)** مع الاجابة على جميع الأسئلة.

: تصحيح المقياس و الدرجة الكلية :

يتم الاجابة عن بنود المقياس وفقا لمقياس مدرج تتراوح الدرجات عليه ما بين خمس درجات الى درجة واحدة و ذلك في حالة الاجابة الايجابية حيث تشير الدرجة المرتفعة الى ارتفاع في جودة الحياة، و تعكس هذه الدرجات في حالة الاجابات السلبية.

يكون مستوى كل بعد من بعدي الصحة الجسمية و البيئة لجودة الحياة منخفضا إذا كان أقل من **(19)** درجة، و متوسطا ما بين **(19–29)** درجة، ز مرتفعا ما بين **(30–40)** درجة، و أما بعد الصحة النفسية فيكون المستوى منخفضا إذا كان أقل من **(16)** درجة، و متوسطا ما بين **(16–25)** درجة، و مرتفعا ما بين **(26–35)** درجة، و أما بعد الحياة الاجتماعية فيكون المستوى منخفضا إذا كان أقل من (6) درجات، و متوسطا ما بين **(6–10)** درجات، و مرتفعا ما بين **(11–15)** درجة .

و مستوى المقياس ككل يكون منخفضا إذا كان أقل من **(61)** درجة، و متوسطا ما بين **(61–95)** درجة، و مرتفعا ما بين **(96–130)** درجة.

(سعيدي، 2023 : 18)

		سيئة جدا	**سيئة**	**ليست سيئة وليست جيدة**	**جيدة**	**جيدة جدا**
1	ما هو تقييمك لجودة حياتك ؟					
		غير راضي تماما	**غير راضي**	**رضا متوسط**	**راضي**	**راضي جدا**

2	ما مدى رضاك عن صحتك ؟					

		لا اطلاقا	قليلا	متوسط	كثيرا	كثيرا جدا
3	إلى أي درجة تمنعك حالتك الصحية من أداء ما أنت بحاجة إلى القيام به					
4	إلى أي درجة أنت بحاجة لعلاج طبي لتأدية نشاطاتك اليومية ؟					
5	إلى أي درجة تستمتع بحياتك ؟					
6	إلى أي درجة تشعر أن لحياتك معنى ؟					

		لا اطلاقا	قليلا	متوسط	كثيرا	كثير جدا
7	ما درجة قدرتك على التركيز ؟					
10	هل لديك الطاقة الكافية لإدارة مهامك اليومية ؟					
8	ما درجة شعورك بالأمان في حياتك اليومية ؟					
11	هل لديك القدرة على تقبل مظهرك الجسماني ؟					
9	إلى أي درجة تعد بيئتك بيئة صحية ؟					
12	هل لديك المال الكافي لقضاء احتياجاتك ؟					
13	هل تتوفر لديك المعلومات التي تحتاجها في حياتك اليومية ؟					
14	إلى أي مدى لديك الفرصة للقيام بالأنشطة الترفيهية ؟					
		سيئة جدا	سيئة	متوسطة	جيدة	جيدة جدا
15	ما مدى قدرتك على التنقل ؟					

		غير راضي تماما	غير راضي	رضا متوسط	راضي	راضي جدا
16	ما مدى رضاك عن نومك ؟					
17	ما مدى رضاك عن قدراتك على أداء انشطتك اليومية ؟					
18	ما مدى رضاك عن قدرتك على العمل ؟					
19	ما مدى رضاك عن ذاتك ؟					

20	ما مدى رضاك عن علاقاتك الشخصية ؟					
21	ما مدى رضاك عن حياتك الجنسية ؟					
22	ما مدى رضاك عن الدعم المقدم من أصدقائك؟					
23	ما مدى رضاك عن ظروف معيشتك (المكان)؟					
24	ما مدى رضاك عن الخدمات الصحية المقدمة لك ؟					
25	ما مدى رضاك عن المواصلات المتاحة لك "وسائل النقل" ؟					

		أبدا	**نادرا**	**غالبا**	**في كثير من الأحيان**	**دائما**
26	في الأيام القليلة السابقة هل انتابك مشاعر سلبية كالمزاج السيء أو القلق أو اليأس أو الاكتئاب ؟					

الملحق رقم (3)

مقياس جودة الحياة للحالة الأولى

التعليمة : فيما يلي مجموعة من العبارات تهدف الى معرفة نظرتك و اتجاهك نحو جودة الحياة التي تعيها و صحتك و غير ذلك من مجالات الحياة، لا توجد إجابات صحيحة أو خاطئة، الرجاء قراءة كل عبارة جيدا و اختيار البديل الذي يناسبك أكثر بوضع علامة **(x)** مع الاجابة على جميع الأسئلة.

عرض اجابات الحالة "زينب" عن مقياس جودة الحياة

		سيئة جدا	سيئة	ليست سيئة وليست جيدة	جيدة	جيدة جدا
1	ما هو تقيمك لجودة حياتك ؟			X		
		غير راضي تماما	غير راضي	رضا متوسط	راضي	راضي جدا
2	ما مدى رضاك عن صحتك ؟			X		

		لا اطلاقا	قليلا	متوسط	كثيرا	كثيرا جدا
3	إلى أي درجة تمنعك حالتك الصحية من أداء ما أنت بحاجة إلى القيام به				X	
4	إلى أي درجة أنت بحاجة لعلاج طبي لتأدية نشاطاتك اليومية ؟				X	
5	إلى أي درجة تستمتع بحياتك ؟				X	
6	إلى أي درجة تشعر أن لحياتك معنى ؟				X	

		ضعيفة جدا	ضعيفة	متوسطة	جيدة	جيدة جدا
7	ما درجة قدرتك على التركيز ؟		X			
8	ما درجة شعورك بالأمان في حياتك اليومية ؟			X		
9	إلى أي درجة تعد بيئتك بيئة صحية ؟			X		

		لا اطلاقا	قليلا	متوسط	كثيرا	كثير جدا
10	هل لديك الطاقة الكافية لأداء مهامك اليومية ؟				X	
11	هل لديك القدرة على تقبل مظهرك الجسماني ؟					X
12	هل لديك المال الكافي لقضاء احتياجاتك ؟					X
13	هل تتوفر لديك المعلومات التي تحتاجها في حياتك اليومية ؟				X	
14	إلى أي مدى لديك الفرصة للقيام بالأنشطة الترفيهية ؟		X			
		سيئة جدا	سيئة	متوسطة	جيدة	جيدة جدا
15	ما مدى قدرتك على التنقل ؟	X				

		غير راضي تماما	غير راضي	رضا متوسط	راضي	راضي جدا
16	ما مدى رضاك عن نومك ؟	X				
17	ما مدى رضاك عن قدراتك على أداء انشطتك اليومية ؟			X		
18	ما مدى رضاك عن قدرتك على العمل ؟			X		
19	ما مدى رضاك عن ذاتك ؟			X		
20	ما مدى رضاك عن علاقاتك الشخصية ؟				X	
21	ما مدى رضاك عن حياتك الجنسية ؟				X	
22	ما مدى رضاك عن الدعم المقدم من أصدقائك؟				X	
23	ما مدى رضاك عن ظروف معيشتك (المكان)؟					X
24	ما مدى رضاك عن الخدمات الصحية المقدمة لك ؟			X		
25	ما مدى رضاك عن المواصلات المتاحة لك "وسائل النقل" ؟				X	

		أبدا	نادرا	غالبا	في كثير من الأحيان	دائما
26	في الأيام القليلة السابقة هل انتابك مشاعر سلبية كالمزاج السيء أو القلق أو اليأس أو الاكتئاب ؟				X	

الملحق رقم (4)

مقياس جودة الحياة للحالة الثانية

التعليمة : فيما يلي مجموعة من العبارات تهدف الى معرفة نظرتك و اتجاهك نحو جودة الحياة التي تعيها و صحتك و غير ذلك من مجالات الحياة، لا توجد إجابات صحيحة أو خاطئة، الرجاء قراءة كل عبارة جيدا و اختيار البديل الذي يناسبك أكثر بوضع علامة **(x)** مع الاجابة على جميع الأسئلة.

عرض اجابات الحالة " محمد" عن مقياس جودة الحياة :

	سيئة جدا	سيئة	ليست سيئة وليست جيدة	جيدة	جيدة جدا
ما هو تقيمك لجودة حياتك ؟			X		
	غير راضي تماما	غير راضي	رضا متوسط	راضي	راضي جدا
ما مدى رضاك عن صحتك ؟			X		

		لا اطلاقا	قليلا	متوسط	كثيرا	كثيرا جدا
3	إلى أي درجة تمنعك حالتك الصحية من أداء ما أنت بحاجة إلى القيام به	X				
4	إلى أي درجة أنت بحاجة لعلاج طبي لتأدية نشاطاتك اليومية ؟		X			
5	إلى أي درجة تستمتع بحياتك ؟			X		
6	إلى أي درجة تشعر أن لحياتك معنى ؟				X	

		ضعيفة جدا	ضعيفة	متوسطة	جيدة	جيدة جدا
7	ما درجة قدرتك على التركيز ؟				X	
8	ما درجة شعورك بالأمان في حياتك اليومية؟				X	
9	إلى أي درجة تعد بيئتك بيئة صحية ؟		X			

		لا اطلاقا	قليلا	متوسط	كثيرا	كثير جدا
10	هل لديك الطاقة الكافية لأداء مهامك اليومية ؟		X			
11	هل لديك القدرة على تقبل مظهرك الجسماني ؟				X	
12	هل لديك المال الكافي لقضاء احتياجاتك ؟			X		
13	هل تتوفر لديك المعلومات التي تحتاجها في حياتك اليومية ؟			X		
14	إلى أي مدى لديك الفرصة للقيام بالأنشطة الترفيهية ؟		X			

	سيئة جدا	سيئة	متوسطة	جيدة	جيدة جدا
ما مدى قدرتك على التنقل ؟			X		

		غير راضي تماما	غير راضي	رضا متوسط	راضي	راضي جدا
16	ما مدى رضاك عن نومك ؟		X			
17	ما مدى رضاك عن قدراتك على أداء انشطتك اليومية ؟			X		
18	ما مدى رضاك عن قدرتك على العمل؟				X	
19	ما مدى رضاك عن ذاتك ؟			X		
20	ما مدى رضاك عن علاقاتك الشخصية ؟		X			
21	ما مدى رضاك عن حياتك الجنسية ؟			X		
22	ما مدى رضاك عن الدعم المقدم من أصدقائك؟		X			
23	ما مدى رضاك عن ظروف معيشتك (المكان)؟		X			
24	ما مدى رضاك عن الخدمات الصحية المقدمة لك ؟			X		
25	ما مدى رضاك عن المواصلات المتاحة لك "وسائل النقل" ؟	X				
26		أبدا	نادرا	غالبا	كثيرا	دائما
	في الأيام القليلة السابقة هل انتابك مشاعر سلبية كالمزاج السيء أو القلق أو اليأس أو الاكتئاب ؟				X	

الملحق رقم (5)

جامعة ابن خلدون – تيارت
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس والأرطوفونيا والفلسفة

تصريح شـرفي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

(ملحق القرار الوزاري رقم 1082 المورخ في 2020/12/27 المتعلق بالوقاية ومحاربة السرقة العلمية)

أنا الممضي أدناه،

السيد(ة) .منصوري العزعبد النعم

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم :.....والصادرة بتاريخ :.....2022.04.07

المسجل(ة) بكلية :.العلوم الاجتماعية..... قسم : .علم النفس.....

و المكلف بإنجاز أعمال بحث مذكرة التخرج ماستر عنوانها :

.....تأثير القلق على جودة الحياة عند المرأة.....

.....

أصرح بشرفي أني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية النزاهة الأكاديمية المطلوبة في إنجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ .....22 MAI 2024

إمضاء المعني

الملحق رقم (6)

جامعة ابن خلدون – تيارت
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس والأرطوفونيا والفلسفة

تصريح شـرفي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

(ملحق القرار الوزاري رقم 1082 المؤرخ في 2020/12/27 المتعلق بالوقاية ومحاربة السرقة العلمية)

أنا الممضي أدناه،

السيد(ة) .بوصبع رانيا.....

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم :203762445 والصادرة بتاريخ :2018/11/17...

المسجّل(ة) بكلية :...العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم : ...علوم اجتماعية.....

و المكلف بإنجاز أعمال بحث مذكرة التخرج ماستر عنوانها :

.....الشعور بالحقد وعلاقته.....

.....جودة الحياة لدى الموظفين.....

أصرح بشرفي أني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية النزاهة الأكاديمية المطلوبة في إنجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ ...09...ماي...2024.

إمضاء المعني

بوصبع رانيا