

السعادة النفسية في مجال الشغل وعلاقتها بالارتجائية لدى العاملين المكفوفين

Résilience et bien-être chez les fonctionnaires non-voyants

الدكتور ديمير عزيز

المجلة المغربية لعلم النفس – RMPSY – 21/11 / 2018

ملخص

يعد هذا المقال تجسيداً للتطبيق الإجرائي لمفهوم السعادة النفسية للأشخاص ذوي الإعاقة البصرية الذي تطور منذ ثمانينيات القرن العشرين حيث اتجهت البحوث نحو دراسته في مجال العمل. إن الفرد يحتاج إلى تحقيق نوع من التوافق بين قدراته الشخصية وتحديات المهام المهنية التي ينبغي عليه إنجازها، وهذا ما يمكنه من الاحساس بفعاليته و الشعور بتقدير ذاته كذات منتجة. إن ما لفت انتباه علماء النفس في هذا الإطار هو قدرة بعض الأفراد على تجاوز الظروف المهنية الصعبة كالإعاقة البصرية، لتمييزهم بالاستعداد الدائم لتطوير كفاءاتهم للوصول إلى درجة عالية من النجاح في مجالات عملهم، لذا فهذه القدرة على الارتجائية هي من المتغيرات النفسية التي تخبرنا كيف يستطيع الفرد مواجهة الصعوبات المرتبطة بالعمل و يتخطاها ليحقق السعادة النفسية المهنية.

Résumé

Cet article représente une mise en application du concept Bien-être psychologique des personnes en situation du handicap visuel, notion développée depuis les années quatre-vingt du 20^{ème} siècle dans le domaine du travail. En effet chaque travailleur s'efforce pour créer une synergie entre ses propres compétences et les exigences du métier qu'il exerce, d'où son sentiment de valorisation de soi. Ce qui a attiré l'attention de certains auteurs en psychologie c'est la capacité de plusieurs travailleurs handicapés visuels à surmonter les difficultés professionnelles, de même ils ont démontré une tendance positive à développer leurs potentialités opérationnelles pour exceller dans leurs postes de travail. Cette résilience est un outil important qui nous explique comment les personnes en situation du handicap visuel confrontent les difficultés professionnelles pour réaliser leur Bien-être psychologique au sein le milieu du travail.

Summary

This article represents an implementation of the concept of psychological well-being of persons in a situation of visual handicap, a concept developed since the eighties of the 20th century in the field of work. In effect, an

individual needs to achieve some kind of compatibility between his personal abilities and the challenges of the professional tasks that he must accomplish. What has attracted the attention of psychologists in this context is the ability of some individuals to overcome difficult professional conditions such as visual impairment, and they have shown a constant readiness to develop their competencies to achieve a high degree of success in the areas of their work. So this ability to feedback is an important tool that explains how people with visual disabilities face professional challenges to realize their psychological well-being in the workplace.

مقدمة :

يمكننا التعرف على درجة الصحة الجيدة والعقلية للمستخدم من خلال مجموعة من المؤشرات في العمل : كالحضور في الوقت، وعدم التغيب عن العمل، ومستوى الإنتاجية، وتقليص عدد الأشخاص الذين يتركون لسبب من الأسباب العمل، وغيرها. إن حوالي 42% من الأشخاص الذين شاركوا في دراسة "بارومتر السعادة النفسية" سنة 2000 قالوا أن مستوى الإنجاز يتأثر بدرجة السعادة النفسية لديهم، وهو ما أكدته العديد من الدراسات النفسية. بالإضافة إلى ذلك يجب أن لا نغفل ما أصبح يحتله مفهوم "السعادة النفسية" في حياة الناس في المجتمعات المعاصرة، فالعديد منهم أصبحوا أكثر بحثا عن أهداف الصحة les but de santé وإطالة أمد الحياة la longévité (مثلا، عبر تحسين التغذية وممارسة الرياضة...) والبحث عن البهجة والانشراح l'épanouissement. هكذا أصبح من غير المعقول إغفال أهمية هذا المفهوم ضمن بنيات العمل، لما له من آثار سلبية تؤدي إلى إحباط العامل وتعطيل قدرات وطاقات الحياة لديه (مصطفى حجازي، 2012). هكذا فإن حوالي 88% من المستخدمين (من أطر، وعمال مهرة، وعمال عاديين...) يعتبرون أن "السعادة النفسية" في العمل جد مهم.

تعريف السعادة النفسية

السعادة النفسية الذاتية والسعادة النفسية السيكلوجية

يعود استعمال مفهوم السعادة النفسية الذاتية إلى سنوات الخمسينيات حينما وصف "دينر" Diener (1984) "السعادة النفسية الذاتي subjective Weil being" le bien-être subjectif الذي يعني تقييم الفرد أو حكمه الشخصي الوجداني والمعرفي لوجوده المتميز بالتجارب الوجدانية الإيجابية (كالفرح، والامتنان...)، ودرجة منخفضة من

التجارب الوجدانية السلبية (كالقلق والاكتئاب...)، وإحساسا مرتفعا بالرضا عن الذات اتجاه الحياة. ونظرا لوجود عدد كبير من الخبرات الوجدانية السارة من قبيل الشعور بالانشراح وبالسعادة ، لهذا يميل بعض الباحثين إلى الحديث عن "السعادة النفسية اللذوي" « le bien-être « hédoniste » أي البحث عن "اللذة" (Diener, Lucas et Oishi, 2002).

ومنذ سنوات الثمانينيات اتجهت البحوث نحو دراسة "السعادة النفسية السيكولوجية" le bien-être psychologique (psychological Well being) « eudémoniste » ويتكون المفهوم الفلسفي «الإيديمونيا» "Eudemonia" من مقطعين (Eu) وتعني الطيبة أو السعادة النفسية، و (demonia) التي تعني الملاك الحارس ange gardien، أو وفرة النعمة. وقد شاعت ترجمتها بكلمة السعادة في اللغة الإنجليزية. وقد استخدم سليجمان أحد رواد علم النفس الإيجابي هذا المفهوم في كتاباته، خاصة حول مفهوم السعادة. أما عند اليونان فتعني "الإيديمونيا" حالة التفتح والازدهار الإنساني وهو مفهوم مركزي في الأخلاق اليونانية (مصطفى حجازي، 2012 : 31-32). وتوجد لهذا المفهوم تعريفات مختلفة بحسب الفلاسفات اليونانية (الرواقية والأبيقورية، وفلسفات كل من سقراط وأفلاطون) إلا أن علم النفس الإيجابي استند في تحديده لمفهوم "السعادة النفسية السيكولوجية" على فلسفة أرسطو في تعريفه "للإيديمونيا" الذي يحصرها في تحقيق السعادة والحياة الطيبة وبالفعل الطيب.

عرف "جورغنسن" و"نافستد" (2004) "السعادة النفسية السيكولوجية" (الإيديمونيا) بكونه الهناء الفردي وتحقيق متع الحياة، والهوايات والاهتمامات، ومختلف أشكال الترويح النفسي. لكن هذا التعريف لا يقف عند النزعة الاستهلاكية ونشدها لذائذ الحياة وإنما يتعداها نحو «تحقيق الحياة الطيبة» La vie bonne ويعني هذا المفهوم الاهتمام بالعواطف الحميدة كالانغماس والاستغراق والدافعية الداخلية في تحقيق مشروعات الحياة ذات الطابع النمائي البنائي، أي تحقيق الذات من خلال الإنجازات المميزة في العمل وفي الحياة الشخصية والاجتماعية، الذي يتوجه أكثر نحو منظور وجودي للحياة، أخذا بعين الاعتبار الطريقة التي يتفاعل فيها الفرد بالعالم أو بوسطه (Ryan et Deci, 2001).

يصف "كارول ريف" و"بورتون سنجر" (2002-2003) ستة مكونات من أبعاد السعادة النفسية السيكولوجية وهي : قبول الذات، الحياة الهادفة، النمو الشخصي، السيطرة

على المحيط، الاستقلالية، والعلاقات الايجابية مع الآخرين. ولا يتأتى تحقيق "السعادة النفسية" بطريقة سهلة وإنما من خلال المجابهة ورفع التحديات أمام الصعاب المجابهة في الحياة وهو ما يجعله يرتبط بمفهوم المرونة *Résilience* التي سوف نتطرق لها في المقال الحالي.

ففي مجال العمل يحتاج الفرد إلى تحقيق نوع من التوافق بين ما يستطيع فعله، ومهاراته، وتحديات المهمات الموكلة إليه إنجازها. وهذا ما يمكنه في النهاية من تحقيق إمكانية الاستمتاع بالعمل وتحقيق الرفاه في الحياة.

إن مفهوم "السعادة النفسية" هو أحد المفاهيم التي يتبناها علم النفس الإيجابي في مجال البحث وعلى مستوى الممارسة. إنه يغلب الجانب الإيجابي في الحياة الإنسانية وذلك على عكس المنظور المرضي الذي يركز في مجال العمل على أوجه القصور والخلل والمعوقات في الإنتاج.

إن علم النفس الإيجابي يهدف إلى إطلاق الطاقات الخلاقة للإنسان وإيجاد بيئة مناسبة لنموها وتطورها في المدرسة وفي العمل وضمن سياق المجتمع ككل، والتركيز على البعد الطيب والإيجابي لدى الإنسان بخلاف النظريات النفسية الأخرى (كالمدرسة السلوكية ومدرسة التحليل النفسي ونظرية التعلم الاجتماعي... الخ) التي تقوم على افتراض الطبيعة الفردية والأنانية لدى الإنسان (غلبة المصلحة المادية، الميكانيكية، البحث عن اللذة، المجتمع الاستهلاكي...)، كما تتجاوز الفلسفات التي ترى أن الإنسان شرير بطبعه وتغلب عليه غرائز الموت والتدمير والبقاء للأصلح (هوبز، فرويد، داروين...). إن فلسفة علم النفس الإيجابي تقوم على فكرة الميل الفطري للنماء وتحقيق الذات والطيبة والغيرية والمشاركة الإنسانية في المصير (مصطفى حجازي، 2012 : 34). وتبدو أحيان أفكار علم النفس الإيجابي مغرقة في الطوباوية، فهل بالفعل يمكن أن ننزع الشرور والأفكار السلبية الهدامة والأنانية من كل الناس، ونذكرهم بالجانب الإيجابي والمشرق في الحياة، وهل بالإمكان تحويل كل الشركات والمقاولات إلى مؤسسات مواطنة تشارك بصورة إيجابية في تطوير وبناء المجتمع دون أن يتناقض ذلك مع أهدافها وقيمها؟

إن التكامل بين أهداف الشركات والمقاولات (البحث عن مزيد من الإنتاج والربح والنماء) وأهداف المستخدمين نحو تحقيق "السعادة النفسية" لن يتأتى دون علاج

الاضطرابات والمعوقات (علم النفس السلوكي المعرفي) وإطلاق الطاقات الخلاقة (علم النفس الإيجابي) عبر سلسلة من التدابير والإجراءات تتمثل في التركيز على الإيجابيات وطاقات النماء المتوفرة لدى الفرد والجماعة وتمييزها داخل الشركة أو المقولة (مصطفى حجازي، نفس المرجع، نفس الصفحة).

الاقتدار والسعادة النفسية السيكولوجية في مجال الشغل

يؤدي الاقتدار في العمل إلى حصول الرضا المهني وتحقيق تقدير الذات المهنية، وهي بعض مكونات "السعادة النفسية" إنه تتويج للمجهود الذي يبذله الفرد في درب الحياة، وهو يبدو أبعد ما يمكن من الثمار التي يقطفها البعض دون تعب أو جهد، نتيجة للحظ أو للحظوة أو للوساطة. "السعادة النفسية السيكولوجية في مجال العمل" هو نتاج بديهي للتكامل والتفاعل الجدلي بين الطاقات الخلاقة التي يمتلكها المستخدم والتفكير أو الانفعالات الإيجابية لديه.

ويجب هنا الحذر في استخدامنا لمفهوم "السعادة النفسية" لأنه مفهوم يرتبط بسياق المجتمعات الصناعية وما بعد الصناعية (مصطفى حجازي، 2012 : 262).

إن "السعادة النفسية" هي تتويج لما وفرته البلدان الغربية للإنسان من مقومات الرفاه الإنساني الأساسية، والتي لا يزال الإنسان العربي لم يستطع بعد تحقيقها في علاقته بالشغل الذي يكاد يجعله يحقق فقط المستويات الدنيا للحاجيات التي وصفها "ماسلو" وهو ما يجعل الغالبية الكبرى من سكان العالم العربي دون حد الرفاه الإنساني وبالتالي تحقيق "السعادة النفسية" لديهم.

وهو ما يدعو إلى ضرورة الانفتاح على النظريات السيكولوجية المعاصرة والاستفادة من مفاهيمها في تطبيقات علم النفس الشغل في الشركات والمقاولات والمؤسسات العمومية والشبه العمومية.

الارتجائية Résilience

لا يوجد تعريف متفق عليه في اللغة العربية لهذا المفهوم فمصطفى حجازي يترجمه بمصطلح "المرونة الاستيعابية" وترجمه عالمة النفس الجزائرية بوزريبة Bouzeriba

(2013) بمفهوم "الارتجاعية" وقد وقع اختيارنا على هذا المصطلح الثاني نظرا لإمكانية حدوث الخلط بين مفهوم "المرونة الاستيعابية" ومفهوم "المرونة" Flexibilité التي تعد إحدى القدرات المكونة للتفكير الابتكاري التي وصفها جيلفورد Guilford . ويقصد بالمرونة الاستيعابية أو الارتجاعية (Résilience) القدرة على مجابهة الحياة من خلال امتصاص الضغوط والانحناء لها والعودة إلى الوضع الطبيعي السابق.

يعود اهتمام علماء النفس بمفهوم الارتجاعية (Résilience) إلى سنوات السبعينيات من القرن الماضي وثمانيناته، حين تمت دراسة الجماعات التي تعرضت للحروب والكوارث الطبيعية والاضطهادات الجماعية وللتصفيات العرقية وللتهجير الجماعي القصري، ولدى الأطفال الذين تعرضوا لشتى لظروف تنشئة اجتماعية قاسية في الملاجئ والبيئات الفقيرة وللأمراض وأنواع الإعاقات، وكل هذه الظروف السلبية تؤدي إلى سوء التوافق النفسي والسلوكي وإلى الفشل الدراسي والاجتماعي. لكن ما لفت انتباه علماء النفس هو قدرة بعض الأفراد الذين بالرغم من هذه الظروف السيئة على تحمل المحن والشدائد ، نجد بأن لديهم قدرة على النمو والوصول إلى درجة عالية من النجاح في مجالات عملهم وتخصصاتهم وعلى تحقيق الرفاه والسعادة النفسية.

مؤشرات الصدمة النفسية

لقد حاول علماء النفس الإجابة عن السؤال الجوهرى : أين ينتهي الضغط النفسي وأين تبدأ الصدمة أو الأزمة؟

من الصعب الإجابة على هذا السؤال، لأن تعريف الضغط النفسي (Stress) لا يوجد حوله توافق وإجماع بين علماء النفس. إنه يعني حسب الباحثين :

- 1- إما حدث شاق ومتعب وقع في بيئة الشخص؛ وبالتالي فمن الأفضل استخدام لفظة <<ضغوط>> أو <<أحداث ضاغطة>>
- 2- أو رد فعل للفرد على اعتداء وقع له
- 3- أو تدهور حدث للفرد (<<حالة ضغط>>) تؤدي به إلى عدم القدرة على النمو الطبيعي والقيام بالمهام الموكلة له.
- 4- أو المصالحة والتراضي الذي يتم بين الفرد والبيئة

إن هذه المقاربة الأخيرة، التي اقترحها "لازاروس" Lazarus و"فولكمان" Folkman (1984)، <<مبتكري>> مفهوم "المواجهة" (Coping) إنه هناك ضغط حينما يدرك الفرد أن الموقف يمتص ويستنفد كل مصادره الداخلية (النفسية) والخارجية (البيئية) وبالتالي قد يؤدي بالتأكيد إلى تعريض السعادة النفسية لديه إلى الخطر. لكن ألا ينطبق هذا التعريف على غالبية المواطنين والعمال العرب؟ وأن الضغط لا يوجد في حد ذاته وإنما وفق إدراك الفرد لوجوده؟

يرى "جاك لوكومت" J. Lecomte (2002) أنه يجب اعتماد مفهوم <<الصدمة>> (Traumatisme) كتعبير عن الشدائد والأزمات بدل مفهوم <<الضغط النفسي>> (Stress) إنه يرتبط بمواقف خطيرة مثل : سوء المعاملة، والعنف، ومخيمات التجميع، والتعذيب، والتعرض للأمراض المعدية كالسيدا، وغيرها من المواقف التي تمتص كل المصادر النفسية والجسدية التي يمتلكها الفرد، على الأقل، على المدى القصير والمتوسط، مهما كانت شخصية الفرد أو الدعم المجتمعي الذي يتلقاه. إن <<مفهوم الصدمة>> هو الأنسب من مفهوم <<الضغط النفسي>>، لأنه ينتج في بعض الفترات من الحياة "أثر العتبة" « l'effet du seuil » مما يعني يجعلنا نبتعد عن الحديث عن ربط <<الأحداث الضاغطة>> بسمات للشخصية (شخصية هشة) أو بإدراك الفرد للموقف بكونه <<ضاغطة>> ويستنفد مصادره.

يجب الإشارة أن <<الصدمة>> تشير إلى مواقف متأزمة وخطرة، على المدى القصير (عملية إرهابية، حادث خطير، كارثة بيئية أو طبيعية أو تكنولوجية). بالمقابل، إن موقفا ذي خطورة أقل لكن مستمر في الزمن، يمكن أن يكون ذا تأثير شديد وقوي على المدى الطويل.

هكذا فعدد الأفراد من <<ذوي الكفاءة الارتجاعية>> يختلف عددهم باختلاف عدد المؤشرات المستعملة في تعريف الباحثين <<للمواقف الضاغطة وللشدائد>> (Lecomte

مؤشرات الارتجاعية

ويذكر الباحثون أنه يمكن التعرف على الارتجاعية لدى الناس من خلال عدد من المؤشرات هي :

- مقدرتهم على الخروج بشكل إيجابي من المحن من خلال تكيفهم الناجح مع الظروف المعطلة للنمو السليم حتى في الظروف الخطرة والمهددة.

- وكفاءتهم العالية والمستمرة في مواجهة الشدائد من خلال توظيف عدد من عوامل الحماية (Facteurs de protection). (Masten and Reed, 2002 ; Masten Y., 2004).

ذكر في : مصطفى حجازي، 2012 : 226-227).

إن الارتجاعية ليست بنية سكونية وإنما تتطلب تفاعلا جدليا بين مجموعة من المكونات أو العوامل النفسية والعوامل البيئية نسميها بعوامل الوقاية. إن الارتجاعية إذن سيرورة معقدة، فهي نتاج لهذا التفاعل الجدلي بين الفرد ومحيطه. كما أن الفرد لا يحقق الارتجاعية في كل الأوقات، ولا أيضا في مواجهة كل أشكال المحن (Bouzeriba R., 2013 : 78-80)

ويصف "روتر" Rutter ثلاثة خصائص يمتلكها الفرد <<ذو الكفاءة الارتجاعية>> هي : الثقة في الذات والإحساس بالكفاءة الذاتية والقدرة على حل المشكلات الاجتماعية (Rutter in : Bouzeriba R., 2013 : 87).

هل الارتجاعية سمة أم نتاج أم سيرورة؟ أم كل هذا؟

يوجد نقاش حاد بين علماء النفس حول الارتجاعية، في وظيفتها الطبيعية والعادية (غير الباثولوجية). هناك ثلاثة مقاربات كبرى لها : الارتجاعية كسمة، وكسيرورة، وكنتاج.

- **الارتجاعية كسمة** : يذهب أصحاب هذا الاتجاه إلى النظر إلى الارتجاعية كسمة شخصية أو كاستعداد يتوفر عليه البعض دون البعض الآخر ويطلقون عليه تسمية : (ego-resiliency) ويقصدون بها : "قدرة الفرد على التكيف مع مواقف مختلفة، وتحليل العلاقة بين متطلبات الموقف وإمكانيات السلوك، والاستعمال المرن لاستراتيجيات حل المشكلات التي يتوفر عليها الفرد." (Block & Block, 1980 cité in Lecomte

(37 : 2002, J. ويوصف الأفراد من "ذوي الكفاءة الارتجاعية" بكونهم يتسمون :
"بالدفع تجاه الآخرين، لديهم القدرة على ربط علاقات الصداقة الحقيقية، قادرون على
إدراك المشكلات الحقيقية، ويميلون إلى الاستقلالية الشخصية" : Lecomte J., 2002)
(38) لكن هذه يجب الحذر من هذه المقاربة لأنها تختزل الارتجاعية في سمات للشخصية
مقسمة الأفراد إلى مجموعة : " ذات الكفاءة الارتجاعية العالية" و " المنخفضي الكفاءة
الاجتماعية". ولهذا السبب قام الباحثون بالتمييز بين الارتجاعية كسمة (ego-
resiliency) والارتجاعية كسيرورة دينامية ونمائية. ويضيف "الوكومت" أنه لا يجب
اختزال الارتجاعية في حدود سمات للشخصية، ذلك لأن هناك عوامل أخرى للحماية
خارجية أو بيئية تتفاعل معا لتشكل الارتجاعية ضد الأزمات والمواقف الضاغطة.

● **الارتجاعية كنتاج :** وتحيل إلى : "مجموعة من الظواهر المتمسمة بحدوث نتائج طيبة
بالرغم من الشدائد الحقيقية تجاه قدرة الفرد على التكيف وتحقيق النمو السوي"
(37 : 2013, Lecomte J., 2001 : 228, Masten, cité in :). بصورة صريحة
أو ضمنية، كل البحوث حول الارتجاعية لا يمكنها أن تغفل الإشارة إلى نتائجها. فقبل كل
شيء، يجب الإشارة إلى أن أجراًة هذا المفهوم لا يخلو من صعوبات، لأننا لا نعرف على
وجه الدقة ما هي المؤشرات التي يجب الاعتماد عليها وكم عددها (Lecomte, J.,
2002 :38)

● **الارتجاعية كسيرورة :** تحيل إلى : "سيرورة دينامية تتضمن التكيف أو التوافق الإيجابي
في مواقف شديدة" (Luthar, Cicchetti & Becker, 2000 :543, cité in Lecomte J., 2002 : 37)
وهذا الاتجاه هو الذي يتبناه عدد كبير من الباحثين، حيث
تسمح هذه المقاربة بتعديل تعريف الارتجاعية حسب مراحل وفترات النمو الإنساني.
لكنها أيضا لا تحصر النمو عند مرحلتي الطفولة والمراهقة، بل ترى أنها تمتد على طول
الحياة، ضمن ما يمكن تسميته "بمشروع الحياة" (Projet de Vie) وكما يقول
"سيريلينك" (Cyruulik) (1999 : 205) : " إن الارتجاعية لا تعني فقط المقاومة، إنها
تعني أيضا تعلم فن العيش". فحسب وجهة النظر هذه، " لا توجد الارتجاعية بصورة
مطلقة ومكتملة، تكتسب دفعة واحدة (...)، إنها متغيرة حسب الظروف، وطبيعة
الأزمات، والسياقات وفترات الحياة؛ فبإمكانها البروز بصور متعددة حسب الثقافات"

(Manciaux, Vanistendael, Lecomte & Cyrulnik, 2001 : 17 ; Rutter, 1993, cité in : Lecomte J., 2002 : 39)

لقد تزايد اهتمام الباحثين بالارتجاعية كسيرورة نظرا لارتباطها بالنمو السوي، في المواقف الضاغطة ، وذلك بوجود عوامل للحماية (Tisseron S. (2013 : 37- 59).

عوامل الحماية والارتجاعية

حسب "روتر" يقصد بعوامل الحماية المتغيرات التي تعدل من استجابة الفرد تجاه المواقف الضاغطة أو الخطرة وذلك من خلال تقليص آثار عوامل الخطورة وردود الفعل السلبية. هذا يفترض أن استجابة الفرد ستكون مختلفة أمام المخاطر حينما يتوفر على عدد من عوامل الحماية النفسية والبيئية، فهذه الأخيرة تعمل على تثبيط وتحديد أثر عوامل الخطورة، وعلى مساعدة الفرد على مواجهة الشدائد بنجاعة أكبر.

إن عوامل الحماية هي عبارة عن خصائص شخصية (المورثات، العوامل البيولوجية أو النفسية)، أو شروطا بيئية خاصة (مساندة ودعم الوالدين، الدعم الاجتماعي) والتي تعمل على إضعاف التأثيرات السلبية لعوامل الخطورة في اتجاه تحقيق تكيف وتوازن نفسي واجتماعي لدى الفرد (Bouzeriba R., 2013 : 94).

لقد أجريت العديد من الدراسات النفسية حول عوامل الحماية لدى الفرد >>ذي الكفاءة الارتجاعية>> من بينها تلك التي أجراها "غارمزي" Garmezy و"ماستين" Masten سنة 1991 وقد خلصا، من خلال دراستهما للأسر الفقيرة، إلى الكشف عن ثلاثة مجالات للحماية تستند عليها الكفاءة "الارتجاعية" لدى أبنائها وهي :

• عوامل الحماية الفردية :

كالمزاج النشط، والدعة، والطف، والجنس (أن يكون الفرد فتاة قبل سن المراهقة أو فتى أثناء سن المراهقة)، العمر (فترة الشباب)، ونسبة ذكاء مرتفعة، ومستوى جيد من الاستعدادات المعرفية، والإحساس بالكفاءة الذاتية، وتقدير الذات، وامتلاك مهارات اجتماعية، والوعي بالعلاقات بين-الشخصية، والإحساس بالتعاطف، وامتلاك وجهة ضبط داخلية، وامتلاك الجاذبية بالنسبة للآخرين.

• عوامل الحماية الأسرية :

كالدفع الأسري ودعم الوالدين (على الأقل أحدهما)، ووجود علاقات جيدة بين الآباء والأطفال، والتفاهم الأسري.

• عوامل الحماية خارج الأسرة :

وتتضمن شبكة الدعم الاجتماعي (الجد والجدة، والرفاق)، وتجارب النجاح المدرسي. ويجب التذكير إلى أن بعض عوامل الوقاية هذه ترتبط بخصائص سيكولوجية وتتعلق بالمصادر الشخصية لدى الفرد، وهي لا تتوفر لدى الجميع وتختلف حسب العمر ومرحلة النمو النفسي، كما أن الجميع لا يستخدمونها بنفس الطريقة. كما أن البيئة كذلك لا توفر للأفراد نفس مصادر الحماية الخارجية (Bouzeriba R., 2013 : 96-97 ; Tisseron : 37-57 : 2013)

مؤشرات الارتجاعية

إن الارتجاعية هي سيروورة متعددة المكونات، إلا أن مؤشراتنا تختلف باختلاف العمر، ونوع الأزمات أو الشدائد أو الضغوط التي تعرض لها الفرد. ويحدد "كوفمان" Kaufman وفريقه (1994) ثلاث أصناف لمؤشرات الارتجاعية هي :

5- مؤشرات النمو : المرتبطة بكل مرحلة أو فترة عمرية عند الطفل والمراهق (التعلق بالأم، الاستقلالية، العلاقة مع الرفاق، والتكيف المدرسي)، ولدى البالغين (الحصول على وظيفة، الهوية الشخصية...).

6- مؤشرات الأعراض الإكلينيكية : كالتوافق الاجتماعي، والاضطرابات النفسية.

7- التقييم المتعدد الأبعاد : الوظائف العقلية، ومستوى الذكاء، والاضطرابات النفسية، والانحراف، وحمل المراهقات، والعلاقة مع الرفاق، والنجاح المدرسي، والعلاقات الزوجية... الخ.

لقد لاحظ الباحثون أن الأفراد من <<ذوي الكفاءة الارتجاعية>> يختلف تبعاً لنوع المؤشرات المختارة وتبعاً لعددها، فعدمهم يتقلص بصورة واضحة كلما زاد عدد المؤشرات المعتمدة. كما أن استخدام مؤشر حسن سوف يميز بوضوح الإناث <<ذات الكفاءة الارتجاعية العالية>> عن الإناث <<ذات الكفاءة الارتجاعية المنخفضة>>، أم بالنسبة للذكور فمؤشر

درجة العدوانية تجاه الرفاق يميز بوضوح بين الذكور من "ذوي الارتجاعية المرتفع" عن أولئك من "ذوي الارتجاعية المنخفضة" (Lecomte J., 2002b : 10-12).
ولحل مشكلة عدد مؤشرات الارتجاعية التي يجب الاعتماد عليها، يوصي "لوكومت" Lecomte (2002) بتنوع عددها في حالة رغبة الباحثين في تقييم شامل للفرد، وتضييق عددها في حالة دراسة أشكال محددة من الأزمات والضغوط والشدائد.
وعموما وبسبب غياب دراسات عربية ومغربية تناولت مشكلة السعادة النفسية لدى العامل المعاق بصريا بعلاقتها بسيرورة الارتجاعية لديه، على الرغم ما يمثله هذا الموضوع من أهمية بالغة في علم النفس الشغل، حاولنا من خلال هذه الدراسة الاستطلاعية دراسة العلاقة بين هذين المتغيرين وفق بعض مؤشراتهما.

مشكلة الدراسة :

القدرة على الارتجاعية هي من المتغيرات النفسية التي تخبرنا كيف يستطيع الفرد بالرغم من الشدائد والضغوط أن يتخطى مشكلاته ويحقق السعادة النفسية لديه. ويلاحظ أن العامل المعاق بصريا بالرغم من عجزه الظاهر يستطيع أن يتخطى مجموعة من المشكلات التي يواجهها منذ نعومة أظافره يصل إلى مستويات مرموقة من الدراسة ويحصل على شهادات عليا قد تؤهله في نهاية المطاف إلى الحصول على وظيفة. لكن في كثير من الأحيان ينظر إليه بنوع من الشفقة وأنه عالة على المجتمع. فكيف يستطيع العامل المعاق بصريا أن يحقق السعادة النفسية لديه؟ وما علاقتها بكفاءته الارتجاعية؟

متغيرات الدراسة :

- السعادة النفسية : وقد تم قياسها في هذه الدراسة وفق مؤشر الرضا المهني والنضج المهني.
- الارتجاعية : وقد تم قياسها وفق مؤشر الذات المهنية

أدوات الدراسة :

قد قمنا بإعداد أدوات الدراسة المتمثلة في المقاييس التالية

مقياس الرضا المهني

مقياس النضج المهني

مقياس الذات المهنية

الفرضية العامة للدراسة :

بعد الاطلاع على الأطر النظرية والدراسات السابقة أمكن للباحثين صياغة الفروض

التالية :

1- توجد علاقة دالة إحصائيا بين مؤشرات كل من السعادة النفسية والكفاءة الارتجاعية لدى العامل المعاق بصريا.

الفرضيات الإجرائية :

1- توجد علاقة دالة إحصائيا بين الرضا المهني والذات المهنية.

2- توجد علاقة دالة إحصائيا بين النضج المهني والذات المهنية.

منهج الدراسة وإجراءاتها

العينة :

تكونت عينة الدراسة من (100) عامل معاق بصري إعاقة كلية من الجنسين (90% من الذكور) العاملين داخل المؤسسات والإدارات التابعة للوظيفة العمومية بمختلف جهات المملكة المغربية.

ويبين الجدول التالي توزيع أفراد العينة حسب القطاعات التي يشتغلون بها :

القطاعات والوظائف	الذكور	الإناث
أساتذة التعليم في المعاهد التابعة لمعاهد ومراكز إدراج المعاقين بصريا	42	5
موظفي الجماعات ومندوبيات الوزارات	4	0

2	3	موظفي المحاكم
1	7	أطر وزارة الصحة
2	31	موظفي مندوبيات وزارة التعاون الوطني
0	3	موظفي أكاديميات وزارة التربية الوطنية
100 عامل بصريا		المجموع

الأساليب الإحصائية :

تم الاستعانة بالبرنامج الإحصائية المفتوحة المصدر PSPP في حساب معاملات الارتباط بين متغيرات الدراسة، وفي حساب مؤشرات الصدق والثبات الخاصة بالمقاييس المستخدمة في هذه الدراسة. ونشير أن PSPP هي برنامج إحصائية مجانية بديلة عن البرنامج الإحصائية التجارية SPSS تم البدء في تطويرها منذ سنة 1995. يمكن تحميلها من موقع مشروع GNU مجاناً على العنوان التالي :

<http://www.gnu.org/software/pspp/pspp.html>

عرض نتائج الدراسة :

تفترض هذه الدراسة وجود علاقة ارتباطية بين السعادة النفسية لدى العامل الكفيع وكفاءته الارتجاعية كما تم قياسها وفق مؤشرات هذا البحث. ويعرض الجدول (1) نتائج هذه العلاقة.

السعادة النفسية		
الرضا المهني	النضج المهني	
0,70	0,76	الكفاءة الارتجاعية (الذات المهنية)

وكما يلاحظ فإن السعادة النفسية قد ارتبطت بالكفاءة الارتجاعية وفق المؤشرات المستخدمة في هذه الدراسة. حيث بلغت معاملات ارتباط بيرسون : (0,76) بين الكفاءة الارتجاعية (الذات المهنية) والسعادة النفسية وفق مؤشره الأول : النضج المهني، وهو معامل ارتباط مرتفع ودال إحصائياً عند مستوى 0,001 . كما ارتبطت الارتجاعية بالمؤشر

الثاني للسعادة النفسية (الرضا المهني)، حيث بلغ معامل بيرسون (0,70) وهو دال إحصائياً أيضاً عند مستوى 0,001 . وبهذه النتائج تثبت صحة فرضية الدراسة القائلة بوجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين السعادة النفسية والكفاءة الارتجاعية لدى العامل المعاق بصرياً.

مناقشة النتائج :

□ إجمالاً يتضح من هذه النتائج أنه كلما ارتفع مستوى الكفاءة الارتجاعية في المجال المهني، كما تشير إليه الذات المهنية لدى العامل المعاق بصرياً، كلما ارتفع مستوى السعادة النفسية لديه في مجال عمله. ويبدو ذلك واضحاً سواء على مستوى المؤشر الأول لهذا المتغير أي النضج المهني، أو على مستوى الرضا المهني، لكن هذه النتائج تظل محدودة في إطار مواصفات عينة البحث المستخدمة في هذه الدراسة وفي حدود أدوات القياس المعتمدة فيها. ولا يمكن الزعم بوجود علاقة سببية بين الكفاءة الارتجاعية للعامل المعاق بصرياً والسعادة النفسية لديه، وأقصى ما تفيد به هذه الدراسة هو أن الكفاءة الارتجاعية قد تساهم في رفع مستوى السعادة النفسية لدى العامل المعاق، وهذا ما يتطلب دراسة العلاقة الارتباطية لهذه العوامل ومتغيرات أخرى ديموغرافية، كما يتطلب أيضاً مقارنة نتائج هذه العينة بنتائج الدراسة على مجموعة من غير المعاقين بصرياً.

لائحة المراجع العربية والأجنبية

* د. ديمير عزيز : دكتوراه في علم النفس الاجتماعي والشغل، جامعة محمد الخامس/كلية الآداب والعلوم الإنسانية-الرباط

حجازي مصطفى (2012) - إطلاق طاقات الحياة : قراءة في علم النفس الإيجابي، التنوير للطباعة والنشر، بيروت - لبنان.

Bouzeriba R. (2013), « La résilience : émergence et conceptualisation du phénomène », *Revue des sciences de l'homme et de la société*. Juin (6), 69-99.

CAROL D. RYFF AND BURTON SINGER (2003) : -FLOURISHING UNDER FIRE: RESILIENCE AS A PROTOTYPE OF CHALLENGED THRIVING ,
Article DOI: 10.1037/10594-001 university of florida/UF

Lecomte J. (2002b), « Qu'est ce que la résilience ? Question faussement simple. Réponse nécessairement complexe ». *Pratique Psychologiques*, (1), 7-14.

Lecomte J.(2002a), « Briser le cycle de la violence : quand d'anciens enfants maltraités deviennent des parents non-maltraitants », thèse de doctorat en psychologie, sous la direction de Mr. Etienne Mullet, Ecole Pratique des Hautes Etudes, Section des Sciences de la vie et de la terre, Laboratoire Cognition et Décision, Toulouse-France.

Tisseron S. (2013), « La résilience », Paris, PUF, Que-sais-je.