

الاندماج الاجتماعي أقوى مؤشرات الصحة النفسية¹

Social integration as a stronger mental health indicator

منصوري عبد الحق^{*1}

¹ (كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران 2، الجزائر Algeria)

تاريخ الاستلام: 2023/07/25؛ تاريخ القبول: 2024/02/07؛ تاريخ النشر: 2024/02/23

الملخص: إن تناول الصحة النفسية لدى الأفراد يمر حتما من خلال تقدير مستوى اندماجهم داخل المجتمع، فإشكالية الصحة النفسية لا تطرح أصلا إلا ضمن سيرورة اجتماعية ثقافية، حيث أن عناصر الانتماء والولاء والهوية الجماعية وآليات التواصل والتوقعات المعلنة والقيم والمبادئ والمعتقدات السائدة حاضرة بقوة في حياة الفرد، تؤثر فيه بصورة مباشرة فتطبع أحاسيسه ومشاعره وتوجه أفكاره وسلوكه وتساهم في بلورة مفهومه عن ذاته فتحدد بذلك مستوى صحته النفسية. وبناء على ذلك نتوقع أن ترتبط زيادة الاضطراب في صحة الفرد النفسية بزيادة في إخفاق هذا الأخير في الانخراط داخل المجتمع. وهذا يعني أن الصحة النفسية في جوهرها مرتبطة مباشرة بمشروع المجتمع ومكانة العنصر البشري ضمنه وطبيعة الأدوار التي يتم تأهيله لمباشرتها. فآليات تفعيل الدور الايجابي لتحقيق الذات وتعزيز الطمأنينة وإنعاش الاستقرار النفسي ليست كلها بيد الفرد بل للموروث التاريخي والثقافة الحاضرة والمنظومات القيمية والعرفية والقانونية تأثير قوي ومباشر وقد لا تتيح للفرد في بعض البيئات سوى بدائل محدودة ومساحة ضيقة يحرك ضمنها فعله الإرادي وفيما عداه تجره الحتمية الاجتماعية لمصيره المحتوم. ومع ذلك يظل هذا الفعل الإرادي المحاصر والمقيد، في تصورنا، يمثل نافذة الأمل في تحريك عجلة إصلاح الحياة الاجتماعية وإعادة هيكلتها وتوجيهها بما يسمح للأفراد باحتلال مواقعهم الطبيعية واندماجهم السلس ويحققون بذلك التوازن النفسي والتعايش الاجتماعي. وهو، في تقديرنا، الخيار الذي لا بديل له سوى توسع دائرة المخاوف والهواجس والقلق التي من شأنها أن ترهن مصير الأفراد والمجتمع ومزيد من تدهور الصحة النفسية.

الكلمات المفتاح: الاندماج الاجتماعي؛ الصحة النفسية؛ العلاقات الاجتماعية؛ الهوية؛ التفاعل.

¹ - قُدم الموضوع ضمن فعاليات الملتقى الدولي الذي نظمته جامعة مستغانم تحت عنوان "الصحة النفسية والتكفل العلاجي" سنة 2016

Abstract: Addressing the mental health of individuals inevitably passes by assessing the level of their integration into society. The problem of mental health does not arise in the first place except within a socio-cultural process, as factors of belonging, loyalty, collective identity, communication mechanisms, expressed expectations, prevailing values, principles and beliefs are strongly present in the life of the individual affecting him directly, imprinting his feelings, directing his thoughts and behaviours, and contributing to the crystallization of his self-concept, thus determining the level of his psychological health. Thus, an increase in the individual's mental health disorder is expected to be associated with an increase in the latter's failure to engage in society. This means that mental health, in its essence, is directly linked to the project of society, to the position of the human element within it and to the nature of the roles it is qualified to assume. The mechanisms of activating the positive role for self-realization, promoting reassurance, and reviving psychological stability are not all in the hands of the individual, but rather the historical heritage, culture, value systems, customary, and legal have a strong and direct impact, and may only allow the individual in some environments limited alternatives and a narrow space for his voluntary action, otherwise, social fatality drags him towards his inevitable destiny. Nevertheless, this beleaguered and restrained voluntary act remains, in our view, a window of hope for advancing the wheel of reforming, restructuring and guiding social life in a way that enables individuals to occupy their natural positions and make their smooth integration, thus achieving psychological balance and social coexistence. It is, in our estimation, the only option that has no alternative but to expand the circle of fears, obsessions and anxieties that would mortgage the fate of individuals and society ending in further deterioration of mental health.

Keywords : Social integration ; Psychological health ; Social relations ; Identity; interaction.

* Corresponding author, e-mail: mansouriabd@yahoo.fr

مقدمة

إن العيش في الجماعة مطلب فطري وعدم إشباعه تكون له انعكاسات مباشرة على الأفراد والمجتمع . ذلك أن الإنسان بطبعه مشدود إلى الجماعة، فمنها يستمد هويته ومعنى لحياته، وفي ظلها يتنافس لإثبات ذاته و تحقيق أهدافه و غاياته، و من خلال الاحتكاك بأفرادها يشعر بوجوده المتميز و يتحسس مواطن القوة والضعف، وفي رحابها وبواسطة الفرص التي تتيحها له والتحديات التي تعرضها عليه يختبر قدراته و يطورها ليترك بصمات إبداعاته. بل إن اعتزازه بنفسه والترجمة العملية لأنانيته تفقد كثيرا من معانيها خارج الحياة الاجتماعية المشتركة. هذا فضلا عن الخدمات الكثيرة الأخرى التي لا يمكن أن يستفيد منها دون انخراطه الواضح في المجتمع. على هذا الأساس بات إعداد الفرد لمجابهة الحياة الاجتماعية مطلباً أساسياً له انعكاسات مصيرية على حياته وحياة باقي أفراد المجتمع، كما أن امتلاكه لمهارات الاندماج داخل هذا المجتمع يتحول إلى الوسيلة التي لا يوجد لها بديل سوى الدخول في حالة اللامعنى و اللاقيمة والتي تنتهي إلى تهميش قسري ينتج عنه انطواء على الذات الذي لا بد أن يتطور إلى اضطراب أو مرض نفسي. لأن " المعنى " و"القيمة " تأخذ مدلولها الحقيقي ضمن دينامية العلاقة مع الجماعة. والناس عادة يُقبلون على من أقبل عليهم ويتحفظون ممن أبدى إزاءهم تحفظاً. فالمعنى الذي يريده لنفسه لا بد أن تتحمله علاقاته بالآخرين ويستوعبه الواقع الاجتماعي القائم وهو أمر لا يتحقق بصورة آلية و إنما يحتاج إلى أفعال و ردود أفعال تتحرك ضمنها بصورة ديناميكية الكفاءات والمهارات لإحداث النقلة النوعية التي تحقق الرضا العام و طمأنينة الأفراد. فسعادة الفرد لا تُدرك على حساب سعادة الآخرين، كما أن شقاوة الآخرين لا تكون آثارها حkra عليهم بل تشمل غيرهم بصورة مباشرة أو غير مباشرة. والمجتمع النموذجي هو المجتمع الذي يتحقق فيه التناغم بين أفرادهِ في صورتها الكاملة بحيث أن ألم وفرح الأفراد هو ألم وفرح المجتمع. ولعل هذا المعنى يتجسد في الصورة التي عرضها الحديث النبوي الشريف والذي وصف فيه الرسول صلى الله عليه وسلم المؤمنين بقوله "مثل المؤمنين في توادهم وتراحمهم وتعاطفهم مثل الجسد الواحد إذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الجسد بالسهر والحمى"². وإذا كانت هذه الصورة من واقع المجتمعات لا تتكرر إلا استثنائياً، فإننا كبشر نظل مع ذلك نصبو إليها ونبذل قصارى جهدنا لإدراكها. وبما أن صياغة الواقع الاجتماعي تشارك فيه قوى عديدة باستعدادات مختلفة ومؤهلات متنوعة، فلا يمكن أن نتوقع حصول توافق تام في المطالب والتوجهات أو توحيد كامل في منظومة الأهداف والغايات. فالرغبة في إشباع الحاجات الشخصية وحده كفيل بأن يحول دون حصول مثل ذلك التوافق، نضيف إليه الاختلاف في قدرات كل فرد

²- هذا الحديث النبوي الشريف رواه البخاري و مسلم و أحمد بن حنبل عن النعمان بن بشير و النص هنا لمسلم ، أما نص البخاري " ترى المؤمنين في تراحمهم وتوادهم وتعاطفهم كمثل الجسد إذا اشتكى عضو تداعى له سائر جسده بالسهر والحمى " .

وفرص التأهيل التي أتاحت له، وهذا حتما سيجعل من الصعب إدراك مستويات التناغم القصوى، وتجربة الواقع هذه يتجاذبها الأفراد منقسمين حيث يقوم البعض منهم بمحاولة الارتقاء بها نحو الأعلى ونحو الأفضل بينما ينزل بها البعض الآخر - نتيجة العجز والقصور - إلى الأسفل ويقودها نحو التقهقر والضعف. ومحصلة ذلك التجاذب تمثل جوهر المجتمع في أبعاده المختلفة. وبالتأكيد إذا تمكّن الفريق الأول من ترجيح الكفة فإن الصورة العامة للمجتمع سوف تُبرز مظاهر التعاون والتضامن والتكامل والاستقرار والأمن العام وتشدّ فيها مظاهر التنافر والتدابير، كما أنه في حالة حصول الغلبة للفريق الثاني فإن المجتمع سوف يطغى فيه النزاع والصراع والتشرذم والاختلاف وتقل فيه الألفة والمودة. كل هذا بحسب طبيعة التركيبة البشرية التي يتكوّن منها هذا المجتمع، دون استبعاد أن يكون لعوامل أخرى داخلية وخارجية تأثير فيما يجري داخل المجتمع مثل العوامل الاقتصادية والسياسية. وعليه يصبح الاستثمار في إعداد الفرد بالمؤهلات الاجتماعية المساعدة على الاندماج وعلى الانخراط الإيجابي في المجتمع والرفع من أدائه الاجتماعي، كما أسلفنا، مطلباً استراتيجياً له أهميته القصوى، من حيث أنه يتوقف عليه مصير المجتمع وعلى ضوء نتائجه يتحدد مستقبله و يُرسم سقف الطموح الذي يمكن أن يدركه.

عناصر تنشيط العلاقات الاجتماعية

تحتاج عملية الانخراط في المجتمع إلى أدوات و وسائل من أهمها :

1- التحكم في استعمال اللغة من أجل تحقيق التواصل مع أفراد المجتمع، (Krumm, H.J., & Plutzar, V., 2008; Delander., et al, 2005) هذا التواصل من شأنه تقريب شرائح المجتمع نحو بعضها وتنمية وتوثيق العلاقات بين أفرادها، فضلا عن تهيئة الظروف الصحية والمناسبة لمناقشة الاختلافات ومعالجة العالق من المشكلات. وحتى يسهل إبداء الاحترام للآخر على قدم المساواة، كما لاحظت فريرو (Ferreiro, E., & Teruggi, L.A., 2012)، فمن الأفضل أن نتعرف عليه أكثر، والتواصل المباشر بالألفاظ والكلمات هو وسيلة مساعدة ومزاياه أكثر من أن تحصى. و لا شك أن دور المؤسسات التربوية سيكون حاسما خاصة في تطوير كفاءة الفرد اللغوية وإعداده لعالم تزداد فيه الحاجة إلى تعلم اللغات والتحكم في طرق استخدامها للأغراض المختلفة.

2- القدرة على أداء الأدوار الاجتماعية المناسبة حسب متطلبات المراحل العمرية المختلفة ونوع العلاقات التي يواجهها (طفل، طالب، عامل، صديق، شريك، مواطن) وجميعها تخضع لنظام توقعات ضمني أو معلن يكيف الفرد مواقفه واستجاباته على أساسه بحيث لا يحصل أي تجاوز ولا تحدث أية مفاجئة، والجميع يتصرف " كما يجب " فيتلقي من " الآخرين " إشارات واضحة عن حصوله عن الرضا والقبول التي تشعره بأنه ضمن النسق الاجتماعي فيطمئن على نفسه ويواصل في تفعيل موقعه الاجتماعي " الآمن"، مع احتمال، إذا لم تتدخل عوامل وسيطة أخرى، أن يؤدي قبول الآخرين إلى الرضا عن النفس. علما بأن كثيرا من الباحثين لاحظوا أن بعض الأفراد يقومون

بتكليف إدراكهم لعلاقتهم بغيرهم بما يحقق لهم وقائية ذاتية ، ولذلك قد يشترطون للاعتراف بخصال غيرهم وثوقهم بأن هؤلاء بدورهم يبادلونهم الاعتراف بخصالهم. (Murray, S.L., Holmes, J.G., MacDonald, G., & Ellsworth, P.C., 1998)

إن مثل هذا الأداء المرضي لأكثر من طرف يكون بطبيعة الحال متوافقا مع مبادئ المجتمع وقيمه ومعايير القانونية الأخلاقية والدينية كي يحظى بقبول الجماعة. وهذا التفاعل الاجتماعي إذا كان في ظاهره يساهم في حماية التماسك الاجتماعي وفي تعزيز الوحدة الوطنية، فإنه يُخفي وجه المعاناة والآلام التي يجدها الأفراد من جراء مطالبتهم بالمزيد من التضحيات والتنازلات كضمن لجعل فرص المجتمع يستفيد منها كل أفراد المجتمع. ولعل فرويد لم يجانب كل الصواب حين قدر أن ثمن تطور المجتمع شقاوة أفراده، (Freud,1930) وبما أن لكل مرحلة تحدياتها فيتعين على الفرد أن يكيف وسائله ويجدد في طرقه وأساليبه حتى يستطيع أن يعيش أحداث الواقع ويساير متطلباته، كما يحتاج أن يفكر في ما سيأتي وأن يستعد له سنوات من قبل، مثل تخطيطه لمهنة المستقبل التي سينخرط بها في الحياة الاقتصادية أو الوظيفية الخدمائية، علما بأن مزاولة العمل تعتبر من أبرز المعايير المعتمدة في تقدير الاندماج الاجتماعي. وإذا كان البعض اعتبر دخول عالم الشغل من المؤشرات الهامة في وصف عملية الاندماج (Council of Europe,1997) ، فإن مستوى رضا الفرد عن العمل الذي يزاوله نظر إليه باحثون آخرون على أنه أكثر أهمية خاصة بسبب بعض انعكاساته المادية والمعنوية. (Henne & Locke,1985)

3- التمكن من بناء علاقات كافية ومستقرة ومتبادلة مع أفراد المجتمع وجماعته ومختلف هيئاته. فقدرة الفرد على التعايش مع الآخرين من خلال علاقات ناضجة تراعى فيها حقوق الأطراف وواجباتهم من شأنها أن تشجعه على الانفتاح على العالم الخارجي. وبقدر ما يحقق هذا الانفتاح من فوائد وإنجازات تكون درجة إقبال الفرد على الآخرين. وحتى يستطيع بناء علاقات اجتماعية والمحافظة عليها يحتاج إلى:

- أ- إبداء كثير من الصبر والتحكم في انفعالاته وتقديم كثير من التضحيات والتنازلات.
- ب- أن يكون صاحب نفس طويل، فلا يستعجل ظهور ثمرة البناء كترقب حصول التغيير بعد فترة وجيزة أو كتوقع حصول استجابات من نوع ما لمقدمات متوفرة في تقديره.
- ج- أن يتعلم الإصغاء إلى ما يقوله الآخرون وإبداء تجاهه اهتماما يعزز قناعتهم بأنه جدير بأن يحظى بثقتهم، مع قدرته على ضبط ومراقبة خطابه دون الشعور بالإحباط.
- د- أن يمنح غيره الفرصة لاكتشافه ومساعدته على التعرف عليه كما يحتاج هو كذلك أن يتعرف على غيره، وهذا يعني الحاجة إلى التآني مع استعداد لتوفير الوقت المطلوب لتحقيق ذلك وعدم اتخاذ القرارات في حق الآخرين بعجالة قبل أن تكتمل لديه المعطيات والمعلومات.

هـ- أن يدرك أهمية المحافظة على هذه العلاقات وضرورة تطويرها بعد بنائها، لأنها مثل الكائن الحي تحتاج إلى تفقد و رعاية فإذا أهملت ضعفت وتلاشت.

4- يتم الدخول إلى الحياة الاجتماعية من بابها الطبيعي وذلك بمراعاة المعايير والقيم والمبادئ والأعراف والتقاليد التي يتميز بها المجتمع ويحرص على نقلها عبر الأجيال بواسطة فعل التربية. فلا أمل في تحقيق الاختراق الواعد في الجبهة الاجتماعية من خلال معارضتها أو تجاوزها والقفز على مطالبها وعدم الاهتمام بها. فهي تمثل عنوانا بارزا في حياة الأفراد والجماعات إذ على أساسها تتحدد ذواتهم وهويتهم، ومن غير المتوقع أن يحصل التجاوب الذي يسهل عملية الاندماج مع الفرد الذي يدوس هذه الرمزية الاجتماعية و لا يعبأ بمدلولها العميق والتاريخي.

وللتربية دور هام في تنمية وتطوير مثل هذه الصفات التي يحتاجها الفرد كي يحقق الاندماج الاجتماعي بالمستوى الذي يسمح له أن يتكامل مع الآخرين ويتعايش معهم بكل إيجابية. من هنا بات ضروريا تفعيل دور التربية ابتداء من مراحل عمر الإنسان الأولى وتجنيد بالخصوص الأسرة والمدرسة وباقي المؤسسات التربوية للتكفل بهذا الإعداد المصيري للفرد والمجتمع. (Booth, T., & Ainscow, M., 2005; UNESCO, 2005, 2001, 2001) إن هذا الجهد التربوي الذي يُكرس لإعداد الشخصية الإنسانية الاجتماعية سوف يكون لآثاره انعكاسات مباشرة على الصحة النفسية التي يحدد معالمها ومحتواها بصورة طبيعية واقع الأفراد الصحي.

مستوى الصحة النفسية محصلة تفاعل أفراد المجتمع

إن الصحة النفسية هي صناعة اجتماعية يشارك في تحديد مستوياتها أفراد المجتمع كل حسب مؤهلاته وقدراته والأدوات التي يمتلكها لخوض غمار الحياة الاجتماعية. فالإنسان اجتماعي بطبعة (House, Landis & Umberson. 1988; Leary, M.R., & Baumeister, R.F., 1995) ويتحمل المجتمع مسؤولية تأهيله للتجاوب مع نداء فطرته، بصياغة شخصيته القوية، الوثاقة من نفسها، المتوازنة، العالمية، المتفائلة، الطموحة، العظوفة، الصادقة، والأمانة، التي تستطيع أن تتخبط في الحياة الاجتماعية كطاقة إضافية يستفيد منها الأفراد و لا تكون عبئا عليهم. علما بأن كل نقص في التأهيل الاجتماعي لهذا العنصر البشري سيجعل من هذا الأخير مصدر متاعب لنفسه وللآخرين. ففقدانه للثقة بنفسه، وعجزه عن التكيف وتجاوز العقبات التي تواجهه، وفشله في بناء علاقات مع الناس والتعاون معهم في مشاريع الحياة، وعدم حصوله على تكوين مهني مناسب، وافتقاره إلى خصال كالإيثار والتسامح والصفح والتأني والصبر التي يستطيع بها أن يؤثر الآخرين على نفسه فيكسب ودهم، ويتحمل زلاتهم وأخطاءهم ويتقبلهم في محيطه كما هم مع منحهم فرصة مراجعة مواقفهم وتدارك ما فاتهم، ويتحمل خاصة الظروف الصعبة التي لا يخلو منها مجتمع.. كلها مظاهر لا تسهل على الفرد اندماجه داخل المجتمع. وإذا لم يتدخل المجتمع فيعطيه دفعا ويشجعه على مقاومة الضعف لتجاوزه، فإنه قد يزداد قناعة بواقعه فيستسلم له ويختار الانطواء

على ذاته أو العزلة كأسلوب للتعامل مع واقعه (Hawkey & Cacioppo, 2003; Felthous, 1997; Cacioppo & Patrick, 2008) ، أو الدخول في مواجهته رافضا أي تعايش مع الآخرين (Geen, 1968 ; Baumeister & Boden, 1998).. ومن موقعه ذلك سيشكل ثغرة لا بد أن تكون لها انعكاسات سلبية على واقع المجتمع العام وبالأخص على مستوى تماسك أفرادها وتكامل أدوارهم. وحتى نأخذ صورة عن الآثار التي يمكن أن تنشأ عن عجز الفرد في الاندماج، نتناول فيما يلي مثالين توضيحيين من الواقع الاجتماعي:

1- مستوى التحكم في اللغة: هذا العامل حاسم في توسيع أو تضيق مجال التعامل والتواصل مع الآخرين. فهو يسمح بالتعبير عن الحاجات والمواقف و وجهات النظر، كما يتيح للفرد الفرصة لتبادل الآراء مع الآخرين والوقوف على انشغالاتهم ومطالبهم ومعرفة توجهاتهم وقناعاتهم. وهذا بدوره سيساعد على رفع كثير من أوجه الالتباس وسوء الفهم ويعيد بالتالي العلاقات بين الناس إلى مستوى من الاستقرار، فلا يحتاج أحد أن يتشج أو يعيش تجربة الإحباط كما لا يضطر أحد إلى إثارة واستفزاز الآخرين فيتسبب في توتر العلاقة معهم ويتحول إلى مصدر قلق لهم ويكون بذلك أوجد مصدر ضغط آخر يؤثر في أكثر من طرف. (Mercer, 2000) فتسخير المهارة اللغوية في الإخبار والتواصل والحوار والإقناع والدفاع عن النفس وحتى في التعبير عن الغضب من شأنه أن يحول الحياة الاجتماعية إلى مساحة مفتوحة بصورة أكبر تختفي فيها كثير من الحواجز، خاصة النفسية منها، ويصبح الأفراد على مسافة أقرب من بعضهم، كما أن الوسيلة اللغوية حين يُتحكم في استخدامها تستطيع أن تختصر الطريق في تحقيق التفاهم بين الناس.. وفي المقابل فإن العجز في استخدامها يدعم عادة باللجوء إلى وسائل أخرى لا تعطي دائما نتائج مرضية. وقد يحق لنا أن نتساءل عما إذا كان تقويم عامل توظيف اللغة يقدم لنا مؤشرا عن مستوى الصحة النفسية في المجتمع، أو بعبارة أخرى هل لعامل اللغة دخل في انتعاش الصحة النفسية في المجتمع؟ وهل المجتمع المتوازن نفسيا هو بالضرورة مجتمع لغوي؟ (Leonard, 2009 ; Mercer, 2000). علما بأن أبرز ما تُعرف به المجتمعات المحافظة قلة الإدلاء والإفصاح إلا ضمن أطرها المغلقة حيث أن كل ما هو متوقع من الفرد القيام به معلوم لديه وعلى الجميع الانضباط والالتزام بقواعد التعايش ولا تكون هناك، حسب الرأي السائد فيها، حاجة إلى حوار أو نقاش أو إلى كلام. ولكن هذا الانضباط الظاهري والالتزام الميكانيكي الذي يستعرضه أفراد المجتمع لا يمكن اعتباره على مستوى الفرد علامة عن الرضا، وفي نفس الوقت لا يمكن الاستدلال به عن وجود تماسك اجتماعي فعلي. وللخروج بمثل ذلك الاستنتاج قد نحتاج أن نسمع الأفراد يعبرون بحرية عن أحوالهم، الأمر الذي لا نجده متوفرا في هكذا مجتمعات منطوية على نفسها. ثم إن المجتمع الذي تتطور فيه الملكات اللغوية يكون في مقدور أفرادها إقامة الحوار بينهم عند الحاجة إليه بديلا عن الدخول في مواجهة بعضهم بعضا وتجنب المجتمع مآسي المشاكسة والاصطدام والاقتتال وتعزيز فرص التقارب

والتعايش الآمن. (Ng, S.H., & Bradac, J.J.,1993) وبذلك يمكنهم تحسين فرص التلاقي والدخول في الشراكة الايجابية مع بعضهم. (Austin, 1962 ; Raines & Ewing ,2006) في هذا الجو وهذا المناخ يشعر عدد متزايد من أفراد المجتمع بالاستقرار والأمن والطمأنينة. وعلى العكس من ذلك فإن العجز في التواصل بالكلمات من خلال الحوار الهادئ والمباشر قد يفسح المجال لاعتماد أساليب أخرى غير بناءة تقلص من إمكانية التضامن والتعاون الجماعي وتعزز التنافر والتدابير.

2- الإعداد والتأهيل المهنيين: من ناحية أخرى فإن تطوير مهارات مهنية واستفادة تكوين مؤهل من شأنه أن يوسع من دائرة الاندماج الاجتماعي لدى الفرد ومن فرص نجاحه في المجتمع. وقد تأكد في نتائج العديد من الدراسات أن الأفراد الأفضل تأهيلا اجتماعيا ينجحون في شق الطريق نحو احتلال مواقع تناسبهم في المجتمع أفضل ممن هم أقل تأهيلا، (Mirowsky & Ross,2003)، كما ينجحون في توسيع علاقاتهم، بواسطة مؤهلاتهم واستعداداتهم، في اتجاهات عديدة، مما يسهل عليهم تسجيل حضور إيجابي يعود عليهم وعلى الآخرين بالفائدة، وفي الوقت نفسه يحركون تفاعلا اجتماعيا تنشأ عنه البيئة الصحية. وعلى النقيض من ذلك فإن الأفراد غير المؤهلين اجتماعيا يصعب عليهم الاندماج في المجتمع بمقدار عجزهم. و لا يكون تواجدهم إلا في زوايا ضيقة من المجتمع وبالتالي فإن عملية تحسين واقعهم والاستفادة من فرص الحياة تصبح بدورها محدودة، كما يزداد عجزهم في مواكبة التحولات والتكيف مع المستجدات فيدخلون في حالة من الاغتراب (خليفة، 2003؛ الخطيب، 1991؛ عبد المختار، 1999). وتصبح الاختيارات المطروحة أمامهم بدورها محدودة، فإما مواجهة هدامة للواقع أو اعتزال استسلامي، وفي كلا الاختيارين متاعب للفرد والمجتمع لا تساعد على انتعاش الصحة النفسية.

إن تناغم المجتمع يتحقق من خلال استيعاب كل الأفراد وكل الحساسيات وكل الشرائح، وأن وجود داخل المجتمع أفراد غير مستوعبين يظل يمثل تهديدا للمجتمع. وإن أحسن وسيلة لتحقيق ذلك إعدادهم لمباشرة أدوار نافعة يستفيد منها المجتمع بضمان لهم التكوين المهني المؤهل الذي يعطيهم فرصا أكبر لاحتلال موقع داخل الجماعة. وفي العموم يمكن ملاحظة ما يلي:

أ- إن قوة المجتمع ومعها هيئته تتركز على قوة تماسك أفرادها وعلى قوة ومثانة الجسور التي تربط بينهم، كما أن صحة الأفراد النفسية وحالة الجماعات تنتعش في ظل المجتمع القوي وتتنكس حين تختل أحوال المجتمع و تضطرب.

ب- مصادر المرض النفسي اجتماعية ثقافية بامتياز (طبيعة مطالب المجتمع، الفرص والبدائل المتاحة، القيود والضوابط المعتمدة، سقف التوقعات، صور التعامل العرفية، ثغرات ونقائص تنشأ عنها هواجس ومخاوف مثل الصراعات المرتقبة مع الجيران، التقديرات المستقبلية غير المطمئنة، التحديات القائمة، النزاعات الداخلية...). وبقدر ما يكون لمثل هذه العوامل انعكاسات سلبية على

عدد أكبر من أفراد المجتمع بقدر ما يزداد اضطراب الصحة النفسية قوة وحدة في المشهد الاجتماعي العام.

ج- إن اختلال الصحة النفسية، سواء كان على مستوى بعض الأفراد أو في حجم شكل ظاهرة اجتماعية، له انعكاسات على عجلة الحياة الاجتماعية، وبسهولة كبيرة، إذا تُرك وتفاقم، قد يتحول إلى مصدر مُغذّي لحركة التلاشي والتآكل التي تُضعف المجتمع وتساهم في تقويض أركانه.

د- التعافي من المرض النفسي ليس بيد الفرد المصاب وحده وإنما أرضية إدراكه اجتماعية ثقافية بحيث قد لا يكون في جوهره سوى تحصيل حاصل.

الاندماج الاجتماعي تعبير عن الصحة النفسية

يمكن أن نُشبّه الفرد الذي يندمج في مجتمعه بالجزء من الجهاز الذي حين يوضع في المكان المحدد له وحين يحتل موقعه ضمن الجهاز فإنه سوف يتحرك في مداره ليؤدي وظيفة يساهم بها مع باقي الأجزاء في تحريك الجهاز، لكن بفارق جوهري أن الإنسان المندمج يساهم في تطوير المجتمع وفي نفس الوقت يستفيد تغذية راجعة تشحنه نفسياً وروحياً واجتماعياً، في حين أن الجزء من الجهاز يقوم بوظيفة على حساب صلابته وقوته. ومن بين ما يمكن أن يجلبه الاندماج للفرد:

- 1- إشباع حاجته إلى الأمن والانتماء: بواسطة هذا الانخراط مع الآخرين يشبع حاجته الفطرية إلى الانتماء وكل آثارها الايجابية عليه، فلا يجد معه وحشة و لا يعيش وحدانية كما لا يواجه تهميشاً بل بالعكس ينمو عنده وسط الجماعة الحاضنة شعور بالأمن والطمأنينة (Maslow, 1968).
- 2- إشباع حاجته إلى التقدير: إن احتكاكه بأفراد المجتمع ومشاركتهم حياتهم يمكنه من تقدير قيمته ومكانته التي تعتبر مادة أساسية يتغذى منها جهازه النفسي. (Leary, 1999) إن ما يستبطنه من آثار مباشرة لرأي الناس فيه وتقويمهم له تظل مادة محركة لإقباله على الآخرين أو إعراضه عنهم والنفور منهم. وهذه المادة لا تتسم بالجمود والثبات بل هي في صيرورة وديناميكية تخضع في طبيعتها إلى ردود الفعل التي يتعرض لها الفرد من الواقع الاجتماعي، بحيث كلما كان مستوى الإشباع لحاجته إلى التقدير عالياً ازداد انفتاحه على المجتمع و شعر بالرغبة في المزيد من الانخراط في الأنشطة الجماعية بحيث أن نظريته الايجابية إلى ذاته تلك تدفعه أكثر فأكثر للتواصل مع الآخرين ومدّ الجسور نحوهم والتعاون معهم في بناء مجتمعهم الذي يعتزّون بالانتماء إليه ويسعدون بتقديم مساهمتهم من أجل تطويره والارتقاء به إلى مواقع متقدمة ومنافسة. (Brown., & Smart, 1991) وإذا اختلت عملية إشباع حاجة الفرد الفطرية إلى التقدير، على العكس من ذلك، فقد يفضل هذا الأخير الانسحاب من الحياة الاجتماعية لأنه يتصور نفسه عاجزة عن رفع أي تحدي وتصبح مخالطة الناس مُحرّجة له فيتحمل الانطواء وما يجلبه من يأس وقنوط وخوف وقلق عن مشاركة أفراد المجتمع والتعامل معهم. (Leary, 1990) وهكذا فإن الفرد المؤهل اجتماعياً سوف يساعده اندماجه على الحصول على التغذية الراجعة التي توجه استجاباته وتقوم سلوكه

بحيث مع الوقت يتحسن أدائه وبالتالي يشعر بالرضا ويزداد إيمانا بقدرته، في حين يبقى الفرد غير المؤهل اجتماعيا على هامش أحداث المجتمع فيُحرم من فرص التحسن والتطور ويدخل حتما في حالة تقهقر متواصل وتردّ وعجز ولن يكون في مقدوره سوى بلورة مفهوم ذات سلبي سيشكل أرضية صالحة لظهور أعراض الاضطراب النفسي. (Roberts & Monroe, 1992)

3- توفير مرآة عاكسة له: يصبح المجتمع بهذا المعني يشكل مرجعا يتفاعل معه الفرد باستمرار ويكون بمثابة المرآة العاكسة له (Rosenberg, 1965) يمكنه بواسطتها تنظيم حياته بصورة أفضل. فهو يقدم للمندمجين سياقاً يجربون فيه أفكارهم وقناعاتهم ومحكا يختبرون على أساسه طرقهم وأساليبهم، كما يوفّر لهم إطارا يراجعون ضمنه مواقفهم واختيارهم، وكل ذلك من شأنه أن يرفع من مستوى مشاركتهم ويحسن نوعيتها. إن حياتهم تتقاطع مع حياة الآخرين ولها صدى داخل المجتمع يؤكد لهم أنهم موجودون فعلا وأن أفعالهم لها ردود أفعال يستفيد منها سواء كانت إيجابية أو كانت سلبية. فالفرد المنخرط يكلم أفراد المجتمع ويسمع منهم.. بينما يستغرق الفرد المنسحب في حوار مع الذات لا يكاد يفضي إلى شيء سوى تعزيزه لهواجس إضافية ومخاوف تحبسه عن كل نشاط إيجابي داخل المجتمع، وما أصعب على هذا الأخير أن يبلور هوية مستقرة ويبنى مفهوم ذات إيجابيا دون الارتكاز على دور يؤديه بإيجابياته وسلبياته أو إنجازات يحققها على أرض الواقع كبيرة كانت أو متواضعة (Burke & Reitzes, 1981; Thoits & Virshup 1997; Brewer & Gardner, 1996)

4- تقديم له الدعم والسند: حيث أن الجماعة تكون بطبيعتها وسطا داعما ومعززا، ذلك أن وجود الفرد في أحضانها لا شك يمدّه بقوة معنوية خاصة يستمدّها من الشعور بالأمن الذي يغمره تماما مثل ما يشعر به الإنسان حين يعود إلى أسرته وذويه. ربما اعتبر نفسه قد تحققت له الحماية المطلقة لمجرد إحساسه بالانتماء إلى المجتمع خاصة إذا صاحبه قبول من الآخرين. فالإنسان الذي يتمكن من احتلال موقع داخل المجتمع فقد يكون ضمن لنفسه سندا معنويا وماديا قويا يطمئنه على مساره ويؤكد له بالصورة الواقعية العملية إمكانية التكفل به، وعمليا فإن كثيرا من مظاهر قلقه تخنفي كما أن حالة التوتر تنزل حداثتها نتيجة قناعاته العميقة بأنه في أحضان مجتمعه (Cobb, 1976). هذه الوضعية الصحية يحرم منها، بطبيعة الحال، من بقي بسلبية يتفرج على الأحداث ويعيش على هامش المجتمع، حيث يكون معرضا كما سبق وأن أشرنا إلى أن تغزوه الأفكار السلبية التي تشوش عليه حالة استقراره. فكما أن المجتمع يزداد قوة بتكثير أفراد المؤهلين ودعم مهارتهم التواصلية التعاونية، كذلك يزداد الفرد طمأنينة حين ينخرط وسط هذا المجتمع. (Antonucci and Jackson, 1990)، والذي سوف يتحول في واقع علاقته مع الآخرين كتحصيل حاصل إلى مصدر طمأنينة وتفاؤل وأمل لغيره. بهذه الكيفية ينتشر في ربوع هذا المجتمع الشعور بالأمن و يتحقق الاستقرار الذي يطال جميع الأفراد المندمجين.

5- إبعاد الشعور بالاغتراب: إن الذي مد جسورا مع المجتمع وظل على تواصل دائم مع أفرادهِ لا يعرف مثل هذا الشعور حتى حين يكون في خلوة مع نفسه، بينما قد نجد أفراداً أخفقوا في بناء مثل هذه العلاقة يشعرون بالغربة حتى وهم يتحركون وسط أفراد المجتمع (Vitkus., & Horowitz, 1987) ذلك أن حضورهم في الوسط الاجتماعي حضور جسدي لا روح فيه، حيث لا تصاحبه دعائم أساسية وعلى رأسها القناعة بالتعايش مع الآخر والرغبة في التعاون وتقديم المساهمات والاستعداد للدخول في التنافس الشريف لتجسيد الأهداف الطموحة وتحقيق الذات. إن الاندماج الإرادي بالمؤهلات الاجتماعية الكافية والمهارات المكملة لا يواجه صاحبه الشعور بالاغتراب لأنه مستغرق في أنشطته العامة والخاصة التي يستمتع بمباشرتها، ومن المتوقع أن تأخذ كل اهتماماته و لا تترك له سوى فسحة للشعور بالرضا والفرح لما حققه من إنجازات بواسطتها وما اكتسبه من خبرة وتجربة وما أضافه إلى رصيده من معارف وفوائد.

خاتمة

ويمكن القول في النهاية إن الفرد المندمج يصبح مع الوقت جزءاً أصيلاً لا يتجزأ من مشروع المجتمع. فينخرط في هذا الأخير بكل إيجابية مع استعداده الكامل لتقديم ما في الوسع واستقراغ الجهد تعاوناً مع الآخرين وتضامناً وتعايشاً، ومع الحرص المطعم بالقناعة الراسخة على ضرورة المحافظة على المجتمع وتحسينه وتطويره في صالح كل فرد فيه، وهذا واحد من أبرز عناصر الصحة النفسية " الشعور بالتآلف مع المجتمع " و ربط الهوية الذاتية بالموقع الجغرافي الثقافي.

قائمة المراجع

- الخطيب، رجاء عبد الرحمن (1991). اغتراب الشباب وحاجاتهم النفسية. بحوث المؤتمر السابع لعلم النفس في مصر، الجمعية المصرية للدراسات النفسية.
- خليفة، خليف، عبد اللطيف محمد(2003). دراسات في سيكولوجية الاغتراب. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع .
- عبد المختار، محمد خضر(1999). الاغتراب والتطرف نحو العنف: دراسة نفسية اجتماعية . القاهرة: دار غريب.
- Antonucci, T. C., & Jackson, J. S. (1990). *The role of reciprocity in social support*. In B. R. Sarason, I. G. Sarason, & G. R. Pierce, *Social support: an interactional view* (pp. 173-198). New York: John Wiley.
- Austin, J. (1962). *How to do things with Words*. London: Oxford University Press
- Baumeister, R. F., & Boden, J. M. (1998). Aggression and the self: High self-esteem, low self-control, and ego threat. In Geen, R. G., & Donnerstein, E.D. (Eds.). (1998). *Human aggression: Theories, research, and implications for social policy* (pp. 111-137). Academic Press.
- Leary, M.R., & Baumeister, R.F. (1995). The need to belong. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529.
- Booth, T., & Ainscow, M. (2005). *Guide de l'éducation inclusive: développer les apprentissages et la participation à l'école*. Institut québécois de la déficience intellectuelle IQDI

- Brewer, M.B., & Gardner, W.(1996). Who is this" We"? Levels of collective identity and self representations. *Journal of personality and social psychology*, 71(1), 83-93.
- Brown, J.D., & Smart, S. (1991). The self and social conduct: Linking self-representations to prosocial behavior. *Journal of Personality and Social psychology*, 60(3), 368-375.
- Burke, P.J.,& Reitzes, D.C.(1981). The link between identity and role performance. *Social psychology quarterly*,(44), 83-92.
- Cacioppo, J. T., & Patrick, W. (2008). *Loneliness: Human nature and the need for social connection*. New York: W.W Norton & Company.
- Cobb, S.(1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic medicine*, 38(5), 300-314.
- Council of Europe. Directorate of Social, & Economic Affairs. (1997). *Measurement and indicators of integration*. Council of Europe.
- Ferreiro, E., & Teruggi, L. A. (2012). La diversité des langues et des écritures: un défi pédagogique pour l'accès à l'écrit chez les enfants de 4 et 5 ans. *Lettrure*, 2, 5-21.
- Felthous, A.R. (1997).Does" isolation" cause jail suicides?. *Journal of the American Academy of Psychiatry and the Law Online*, 25(3), 285-294.
- Freud, S. (1930) Civilization and Its Discontents, vol.22, pp. 64-145.
- Delander, L., Hammarstedt, M., Månsson, J.,& Nyberg, E.(2005). Integration of immigrants: The role of language proficiency and experience. *Evaluation review*, 29(1), 24-41.
- Geen, R.G. (1968). Effects of frustration, attack, and prior training in aggressiveness upon aggressive behavior. *Journal of personality and social psychology*, 9(4), 316.-321.
- Krumm, H. J., & Plutzar, V. (2008). Tailoring language provision and requirements to the needs and capacities of adult migrants. Seminar-The linguistic integration of adult migrants. Strasbourg: Council of Europe. Retrieved July 13.
- Hawkey, L.C., & Cacioppo, J.T. (2003). Loneliness and pathways to disease. *Brain, behavior, and immunity*, 17(1), 98-105.
- Henne, D., & Locke, E.A. (1985). Job dissatisfaction: what are the consequences?. *International journal of psychology*, 20(2), 221-240.
- House, J.S., Landis, K.R., & Umberson, D. (1988). Social relationships and health. *Science*, 241(4865), 540-545.
- Leary, M. R. (1990). Responses to social exclusion: Social anxiety, jealousy, loneliness, depression, and low self-esteem. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9(2), 221-229.
- Leary, M. R. (1999). The social and psychological importance of selfesteem. In R. Kowalski, R.M., & Leary, M.R.(1999). *The social psychology of emotional and behavioral problems: Interfaces of social and clinical psychology*. American Psychological Association.
- Leonard L.B.(2009).Is expressive language disorder an accurate diagnostic category? . *American journal of speech-language pathology*, 18(2), 115-123.
[https://doi.org/10.1044/1058-0360\(2008/08-0064\)](https://doi.org/10.1044/1058-0360(2008/08-0064))
- Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of being*. (2nded.). New York: Van Nostrand .
- Mercer, N. (2000). *Words and minds: How we use language to think together*. London: Routledge . DO - 10.1016/S0346-251X(02)00044-1

- Mirowsky, J., & Ross, C. E. (2003). *Education, social status, and health*. NY: Aldine de Gruyter.
- Murray, S. L., Holmes, J. G., MacDonald, G., & Ellsworth, P. C. (1998). Through the looking glass darkly? When self-doubts turn into relationship insecurities. *Journal of personality and social psychology*, 75(6), 1459-1480.
- Raines, C., & Ewing, L. (2006). *The art of connecting: How to overcome differences, build rapport, and communicate effectively with anyone*. New York: AMACOM/American Management Association.
- Roberts, J. E., & Monroe, S. M. (1992). Vulnerable self-esteem and depressive symptoms: prospective findings comparing three alternative conceptualizations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(5), 804-812
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press
- Ng, S. H., & Bradac, J. J. (1993). *Power in language: Verbal communication and social influence*. Sage Publications, Inc.
- Thoits, P.A., & Virshup, L.K. (1997). Me's and we's: Forms and functions of social identities. In R.D. Ashmore & L.J. Jussim (Eds.), *Self and identity: Fundamental issues* (pp. 106–133). Oxford University Press.
- UNESCO.(2005).*Principes directeurs pour l'inclusion: Assurer l'accès à l'Éducation pour tous*. Paris, UNESCO,.
- UNESCO .(2001). *Dossier sur l'éducation intégratrice. Matériels de soutien à l'usage des directeurs et administrateurs*. Paris. UNESCO.
- UNESCO.(2001). *Including the excluded: Meeting diversity in education. Example from Uganda*. Paris.
- Vitkus, 1., & Horowitz, L. M. (1987). *Poor social performance of lonely people: Lacking skill or adopting a role?* *Journal of Personality and Social Development*, 52, 1266-1273