

التصورات الاجتماعية للصحة النفسية لدى المجتمع الجزائري من منظور علم النفس الايجابي
- دراسة ميدانية على عينة من الطلبة الجامعيين -

د.وازي طاوس، جامعة قاصدي مرباح -ورقلة-الجزائر
د.سليمة حمودة، جامعة محمد خيضر-بسكرة-الجزائر
أ.د. الماسوي فريد، جامعة باريس8-فرنسا

تاريخ القبول: 2018-12-09

تاريخ الارسال: 2018-11-08

الملخص:

يسعى هذا المقال لتقصي التصورات الاجتماعية التي يحملها المجتمع الجزائري متمثلا في طلبة الجامعة للصحة النفسية من منظور علم النفس الايجابي، ومن ثم البحث عن الفروق بين الاناث والذكور في هذه التصورات. ومن أجل جمع المعلومات فقط اعتمد على المنهج الوصفي وطريقة العينة العرضية حيث تم استخدام استبيان التصورات الاجتماعية نحو المرونة النفسية. توصلت الدراسة الى أن طلبة الجامعة يعتبرون أن كل من المرونة النفسية والكفاءة الذاتية والتفاؤل والتطوير مؤشرات للصحة النفسية، كما اتضح أنه لا يوجد فروق في هذه التصورات بين الاناث والذكور في كل من المرونة النفسية والتطور وهناك فروق بينهما في التفاؤل والكفاءة الذاتية.

الكلمات المفتاحية: علم النفس الايجابي، المرونة النفسية، الكفاءة الذاتية، التفاؤل، التطور، التصورات الاجتماعية.

Résumé :

Cet article aborde les représentations sociales de la santé mentale chez un échantillon des étudiants en utilisant la méthode descriptive et un questionnaire pour mesurer les représentations sociales de la santé mentale.

Les résultats on démontrés que les étudiants considèrent que la résilience, l'auto-efficacité, croissance et l'optimisme sont des indicateurs de la santé mentale ainsi qu'il n'existe pas des différences entre les filles et les garçons en ce qui concerne la résilience et la croissance, en revanche il existe des différences en l'optimise et l'auto-efficacité.

Mots clés : La psychologie positive, résilience, auto -efficacité, optimisme, croissance, représentations sociales.

المقدمة:

تأسس علم النفس الإيجابي La psychologie positive منذ فترة قصيرة على يد M.Seligman نتيجة لتساؤله:

"أما من مكان أكبر لعلم النفس الإيجابي المرتكز على الراحة الفكرية الدائمة، أي على السعادة؟"

انطلاقاً من هذا التحول عَقَدَ سيلجمان Seligman حلقات دراسية مع بعض رفاقه الاختصاصيين في علم النفس الذين شاركوه اتجاهه الجديد، ووضع ذلك الفريق البحثي الخطوط العريضة لمشروع يهدف إلى جمع الأبحاث الضرورية والإعانات المالية، في سبيل تثبيت رؤيته حول علم النفس الإيجابي الذي كان رائده . ومنذ ذلك الحين، اجتاز علم النفس الإيجابي درباً طويلة، إذ يمارسه اليوم نحو ألف شخص في الولايات المتحدة وبضع مئات في أوروبا خارج دائرة المحترفين، وخاصة بعدما استطاع ان يظفر باهتمام العديد من الباحثين والعلماء. والاهتمام المتزايد بموضوعات علم النفس الإيجابي كنوع من التعديل والتجديد وتقييم ما فات وطرح أفكار جديدة ومبتكرة وعقدت له مؤتمرات ودراسات متخصصة ومحاضرات علمية وصار له هيئات باسمه مثل رابطة وجمعية دولية لعلم النفس الإيجابي (IPPA)، والشبكة الأوروبية لعلم النفس الإيجابي (ENPP)، وأعدت تحت مظلته وباسمه آلاف الأبحاث الحديثة التي تسعى نحو تأسيس اطر نظرية و علمية للعلم.

فعلم النفس الذي اهتم منذ ظهوره بدراسة الضغوط والأزمات النفسية والاحباطات والخلل النفسي وبكل تلك المتغيرات السلبية والجوانب المرضية للفرد، فان علم النفس الايجابي حسب، يهتم بالاستراتيجيات والآليات التي تساعد الفرد على تنمية قدراته وإمكانياته نحو الوقاية والتصدي وتجنب الوقوع في القلق المسبب الاساسي لمختلف الاضطرابات والأمراض النفسية والعضوية، ويذهب بالإنسان نحو تحقيق مستويات مرتفعة من السعادة (الإحساس بالعواطف الإيجابية أكثر، والشعور أن الحياة جديرة بأن نعيشها).

وانطلاقاً من دراسات حول التصورات الاجتماعية للصحة، فان أغلبها تناولت التصورات الاجتماعية التقليدية والمتمثلة في السحر والشعوذة وبعض الطقوس والتصورات الاجتماعية الحديثة والتي لها علاقة بالطب والعلاج الحديث ومفهوم الصحة من منطلق مفهوم الاضطراب والامراض والازمات والضغوط.

وبهذا فان دراستنا تهدف نحو الكشف عن التصورات الاجتماعية للصحة النفسية متمثلة في المؤشرات (مرونة الأنا، الكفاءة الذاتية، التطوير، التفاؤل) لدى الطلبة الجامعيين من منظور علم النفس الايجابي ثم التعرف على الفروق بين الإناث والذكور في تصوراتهم لهذه المؤشرات.

1 . مشكلة الدراسة:

ان علاقة الفرد بمحيطه الفيزيائي علاقة دائمة ومستمرة، ومن بين الميكانيزمات العديدة التي تضمن ديمومة واستمرارية هذه العلاقة نجد التصورات الاجتماعية. فهي أساس حياتنا النفسية لانها تحدد موقعنا في بيئتنا الفيزيائية و توجه كل أشكال سلوكياتنا (Pierre Mannoni,2016). فهي من منظور Claude Abriac Jean (1989) "سيرورة نشاط عقلي، تمكن الفرد او الجماعة من بناء الواقع الذي يواجهه، كما يضيف عليه معنى خاص".

وبناء على ذلك، فان التصور الاجتماعي يشير الى مجموع الآراء، الاتجاهات، المعتقدات والمعلومات المنظمة التي ترتبط بموضوع معين او بوضعية معينة، والتي يحددها في نفس الوقت الشخص (من خلال معاشه، حياته...) ومن خلال النظام الاجتماعي الذي يعيش فيه إلى جانب علاقة الفرد بذلك النظام.

وتعد الصحة النفسية من منظور علم النفس الايجابي الى كل ما هو ايجابي في شخصية البشر أكثر ما هو سلبي، وعليه فان علم النفس الايجابي يتعدى المفهوم التقليدي للطب والعلاج النفسي في علاج المشكلات والاضطرابات نحو التطوير الذاتي من خلال توظيف كل أفضل ما في الطرق العلمية في دراسة مشكلات البشر وتحليلهم من المعاناة النفسية لا بالتركيز على هذه الصور المختلفة أو المرضية بل بالتركيز على ما في الانسان من مكامن قوة وفضائل انسانية ايجابية.

فالصحة النفسية ليست مجرد الخلو من الاضطرابات العقلية، حيث ركزت المنظمة العالمية للصحة OMS (1948) على أبعادها الايجابية، فهي حالة من تكامل الإحساس الجسدي والنفسي والاجتماعي.

كما يمكن تحديد الصحة النفسية بمدى إحساس الفرد بإمكانياته الشخصية وبقدرته على تجاوز مواقف الحياة الضاغطة مستغلا موارده الفردية، ويكون منتجا في البيئة التي يعيش فيها.

وهذا ما يمكن اختصاره فيما يسمى بالمرونة النفسية (La résilience) التي تتحدد بمجموعة من المؤشرات كالتفاؤل، الفاعلية الذاتية، النمو او التطور.

وبما ان التصورات الاجتماعية هي جهاز من القيم والأفكار والممارسات المتعلقة بمواضيع مختلفة، وكذا بكل ما له صلة بالبيئة الاجتماعية، التي تهدف إلى توجيه سلوك الأفراد والجماعات، فقد ارتأينا من خلال هذه الدراسة محاولة الكشف عن طبيعة هذه التصورات الاجتماعية لدى المجتمع (من خلال عينة من الطلبة) تجاه الصحة النفسية الايجابية، هذا الموضوع الذي ظل ولا يزال محل اهتمام الباحثين والمختصين مع عدم وجود اتفاق حول تحديد مفهومها نظرا لنسبيتها.

فما هي التصورات الاجتماعية للطلبة نحو مؤشرات الصحة النفسية المتمثلة في (المرونة النفسية، الكفاءة الذاتية، التطور، التفاؤل). وهل تختلف هذه التصورات تبعاً لاختلاف الجنس؟

2. فرضيات الدراسة:

- يعتبر الطلبة الجامعين كل من المرونة النفسية، الكفاءة الذاتية، التطوير، التفاؤل من مؤشرات الصحة النفسية.
- توجد فروق بين الاناث والذكور في تصوراتهم لمؤشرات الصحة النفسية.

حدود الدراسة:

مكانيا تمت الدراسة بجامعة قاصدي مباح ورقلة أما زمانيا فتتمت خلال الاسبوع (17 الى 25 نوفمبر 2016) وبشريا تمت الدراسة على عينة من طلبة جامعة قاصدي مباح ورقلة قسم اللغة الفرنسية وقسم علم النفس.

3. خلفية نظرية

1.3 الصحة النفسية من منظور علم النفس الايجابي:

يعرف سيلجمان Seligman علم النفس الايجابي كما يلي " علم النفس الايجابي هو فرع من فروع علم النفس يركز على تحسين الأداء النفسي الوظيفي العام للانسان الى ما هو أبعد من مفهوم الصحة النفسية بمعناه التقليدي، ويهتم علماء النفس الايجابي ببحث محددات السعادة البشرية والتركيز على العوامل التي تفضي الى تمكين الانسان من حياه مرضية ومشبعة يحقق فيها قدراته الى أقصى حد ممكن، ووصولاً الى الرضا عن الذات وعن الآخرين وعن العالم بصفة عامة" (M.Seligman,2006)

اهتمت المنظمة العالمية للصحة (OMS) بالصحة النفسية الايجابية، وعرفتها كما لي: " حالة من الرفاهية والتي من خلالها يواجه الفرد الضغوط الحياتية بشكل طبيعي، وينتهي عمله بانتاجية مرتفعة وبنجاح ويساهم في تطوير مجتمعه ". (Grable et Haidt, 2005, p104)

وعرف كل من (Grable et Haidt (2005 علم النفس الايجابي بأنه " دراسة الشروط والعملية التي تساعد على رقي وتطوير الافراد و الجماعات والمؤسسات. (المرجع ذكر سابقا)

2.3 المرونة النفسية Resilience

ان المهتم بتحديد مفهوم المرونة النفسية، يدرك أن أغلبها ذات طابع وصفي أكثر مما هو مفاهيمي، اذ يرى Jacques Lecomte (2004) " انه لا وجود لنظرية المرونة النفسية، بل و من أجل توضيح هذا المفهوم يتطلب وضعه أمام الخلفيات النظرية المتعددة.

(Jacques Lecomte, 2004,p350). بمعنى أننا حين نطلع على الإطار النظري المختلف والثري الذي حلل ووقف على جميع

العوامل التي لها علاقة سواء بطريقة مباشرة أو غير مباشرة بالمفهوم

وسنكتفي بتعريف كل من Adger Neil الذي عرف المرونة النفسية على أنها " القدرة على الاستمرار والتكيف ". و Brian

Walker وزملاءه الذين عرفوا المرونة النفسية بأنها " صيرورة المرونة النفسية مع نظم معقدة في تكيف مستمر مع التغيرات المفاجئة

والمستمرة ". (Juster, Marin, 2013,pp2,3).

التفاؤل Optimisme

ابتكر (Sheier and Carver) مفهوم نزع التفاؤل لتصف نظرتهم لهذا المفهوم بوصفه توقع عام بان الأشياء الجيدة ستكون وفيرة

الحدوث في المستقبل ، ويقترحان أن التفاؤل يرتبط ويؤدي الى زيادة الانتاجية الايجابية في حين يرتبط التشاؤم بحدوث النتائج السيئة

(Sheier and Carver 1985,1987)

وعرفا التفاؤل بأنه " النظرة الايجابية، والاقبال على الحياة، والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل، بالإضافة الى الاعتقاد

باحتمال حدوث الخير أو الجانب الجيد من الأشياء بدلا من حدوث الشر أو الجانب السيء ". ويضيفان أن التفاؤل استعداد

يكمن داخل الفرد الواحد للتوقع العام لحدوث الأشياء الجيدة أو الايجابية، أي توقع النتائج الايجابية للأحداث القادمة. " كما

يبرهنان وجود علاقة بين التفاؤل والصحة البدنية، حيث أن التفاؤل يوظف استراتيجيات فعالة لدى الفرد للتغلب على الضغوط

الواقعة له. (بدر الأنصاري،1998)

الكفاءة الذاتية Auto Efficacité

القدرة الشخصية على تنظيم مجموعة من الأفعال وتنفيذها للوصول الى الهدف المنشود، فهي تركز بشكل خاص على المهام أو

النشاطات التي يرى الفرد أنه قادر على أدائها أكثر مع التركيز على التقييم العام لمدى جودة أداء الفرد لشيء ما بوصفه أحد

متطلبات تقييم مفهوم الذات (أميرة محمد الدق،2011)

التطور Croissance

تطوير الذات " هو منهج أو اسلوب لتنمية واكتساب المهارات، المعلومات، والسلوكيات التي تجعل الانسان يشعر بالرضا، والتي تمكنه من

تحقيق أهدافه والتعامل مع مختلف المعوقات التي تواجهه. "

3.3 التصورات الاجتماعية

مفهوم التصورات الاجتماعية:

يعود موضوع التصورات الاجتماعية على غرار أغلبية مواضيع العلوم الاجتماعية والإنسانية إلى أحضان الفلسفة اليونانية، وبالضبط إلى صاحب النزعة النقدية والفلسفة المثالية إيمانويل كانط Emmanuel Kant (1724-1804) الذي اهتم بدراسة المعرفة والعقل، واعتبر هذا الأخير عضوا هاما في تكوين الأحاسيس وجعلها أفكارا، ويحول جميع الأحداث والوقائع الخارجية إلى وحدة فكرية منضمة (Lacharité,1997).

ولقد استعارته فيما بعد وطورته على نحو واسع تخصصات مختلفة، ففي علم الاجتماع طوره صاحب المدرسة الفرنسية اميل دوركايم الذي ميز بين التصورات الفردية والجماعية، هذه الأخيرة التي تمثل جوهر تصوراتنا الاجتماعية، بينما التصورات الفردية فهي هشة وظرفية.

اما في مجال علم النفس وبالتحديد علم النفس المعرفي، فقد اهتم جون بياجيه Piaget بعملية التفكير الذي يتطور عند الطفل بصفة تدريجية، ارتقائية، اين اهتم بياجيه Piaget بدراسة العلاقة بين الفرد كعارف ومتلقي للمعرفة والعالم الخارجي كموضوع ومنتج لتلك المعرفة، حيث ركز على سبل وآليات تكوين المعرفة عند الطفل وطريقة تشكل بعض المفاهيم خلال مساره النمائي كالعدد والفضاء والزمن...

اد يؤكد بياجيه Piaget أن الطفل لا يولد حاملا للأفكار في ذهنه وليس خاضعا للبيئة بصفة مطلقة وإنما هي نتاج عملية تفاعل بينه وبين العالم الخارجي من خلال عمليات مختلفة كالتكيف والذكاء مثلا. ولعل الفضل يعود بصفة كبيرة في تطوير موضوع

التصورات الاجتماعية موسكوفيسي Moscovici

الذي يعتبرها نشاط ذهني، يشير الى علاقة الفرد بمحيطه الاجتماعي، اذ تتميز بعملية البناء والتركيب، يقوم بمما الفرد عن طريق الادراك والفكر من خلال دمج موضوع خارجي بالمواضيع التي تم بناءها من قبل (Moscovici,1972,p07).
طبيعة التصورات الاجتماعية: نظرا لأهمية التصورات الاجتماعية في توجيه سلوك الأفراد، وكذا في تحديد علاقتهم بالبيئة التي يعيشون فيها، فانه يمكن استخلاص طبيعتها في مجموعة من النقاط أهمها:

– **التصورات الاجتماعية بمثابة نظام من الأفكار:** نحا تعكس علاقة الفرد بالوسط الاجتماعي الذي يعيش فيه من خلاله

يشكل مجموعة من الآراء و الأفكار ذات طبيعة معرفية (Riordan,O ,1981) وعليه يمكن وصف التصورات الاجتماعية

كمجموع المعارف واقعية أو وهمية ترتبط بالوسط الاجتماعي (Moliner,2001).

– التصورات الاجتماعية ذات بعد اجتماعي: مادامت تعكس علاقة الفرد بالوسط الاجتماعي الذي يعيش فيه، لأنها تشكل وتبنى بطريقة جماعية.

– التصورات الاجتماعية موجهة لسلوكيات الأفراد: ما دامت التصورات الاجتماعية ذات طبيعة معرفية، شكلها الفرد في البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها، فإنها تتحول الى ممارسات توجه كل اشكال سلوكه. حيث يرى موسكوفيسي انها تمثل نظام رمزي يخضع لبناء منظم، فالتصورات الاجتماعية فردية كانت ام اجتماعية تشير الى ان العالم هو ما ن فكر فيه كما هو او كما يجب ان يكون.

– وظائف التصورات الاجتماعية:

تلعب التصورات الاجتماعية دورا هاما في ديناميكية العلاقات والممارسات الاجتماعية وبالتالي فلديها وظائف أساسية هي:

– وظيفة فهم ومعرفة الواقع لأنها تمكننا من بناء وتشكيل معارف وافكار عن المحيط الذي نعيش فيه والتي تمكننا من اكتشافه وتفسيره، كما تلعب دورا مهما في عملية التواصل الاجتماعي.

–وظيفة الهوية: بما ان التصورات الاجتماعية تنتقل عن طريق التنشئة الاجتماعية، فإنها تعكس طبيعة تفكير واستجابات الجماعة الانتمائية وتعكس الإطار المرجعي للفرد، فهي تحدد هوية الافراد وتسمح لهم بالحفاظ عليها.

–وظيفة التوجيه: ذكرنا سابقا ان التصورات الاجتماعية هي بناء معرفي اجتماعي ' اذ يعيد الفرد بناء الموضوعات في ذهنه والموجودة في الوسط الذي يعيش فيه ' حيث يتأثر بنظام القيم والمعايير الموجودة في بيئته ' وبالتالي فهي سيرة توجيه لسلوكه.

–وظيفة التبرير: تسمح للفرد بتبرير مواقفه وسلوكياته اتجاه الافراد الاخرين او الجماعات الاخرى. (Jean-ppp,15-16-17)

(Claude Abrid,1994)

4. الاجراءات المنهجية للدراسة

1.4 منهج الدراسة

المنهج الوصفي هو المنهج الأنسب للبحث عن تصورات الطلبة الجامعيين نحو الصحة النفسية من خلال مؤشرات النفسية الايجابية. وكذا دراسة الفروق بين الاناث والذكور في تصور هذه المؤشرات.

2.4 عينة الدراسة

تمثلت عينة الدراسة في طلبة جامعتي قاصدي مرياح ورقلة ومحمد خيضر بسكرة، حيث يبلغ حجم العينة 153 طالب وطالبة تتوزع كما يلي:

جدول رقم(1) يوضح توزيع عينة الدراسة حسب الجنس

النسبة المئوية	التكرار	الجنس
61 %	93	اناث
49%	60	ذكور
100%	153	المجموع

3.4 أدوات الدراسة:

اعتمدنا على استبيان التصورات الاجتماعية نحو المرونة النفسية، والذي يتضمن الأبعاد التالية: الكفاءة الذاتية، التطوير، التفاؤل. انطلاقا من مقياس المرونة النفسية (El Massioui et al,2016) في بحثهم حول علاقة السلطة الوالدية بالمرونة النفسية لدى الشباب الجزائري.

5 عرض نتائج الدراسة

1.5 تصور الطلبة الجامعيين لمؤشرات الصحة النفسية.

وللتعرف على تصور الطلبة الجامعيين للمرونة الأنا تم حساب المتوسط الحسابي للعينة على مقياس تصورات الطلبة نحو مرونة الأنا وكانت قيمته 17,46، أما قيمة المتوسط النظري فقد بلغت 10.5. ومنه فان للطلبة يعتبرون بان المرونة النفسية مؤشر من مؤشرات الصحة النفسية.

جدول رقم(3) يوضح قيمة المتوسط الحسابي للمرونة النفسية

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	أقل قيمة	أكبر قيمة	ن	المرونة النفسية
2,59	17,46	6	21	153	

وللتعرف على تصور الطلبة الجامعيين تجاه الكفاءة الذاتية. تم حساب المتوسط الحسابي للعينة على مقياس تصورات الطلبة نحو الكفاءة الذاتية وكانت قيمته 8,76، أما قيمة المتوسط النظري فقد بلغت 5. ومنه فان للطلبة يعتبرون بان الكفاءة الذاتية مؤشر من مؤشرات الصحة النفسية.

جدول رقم(4) يوضح قيمة المتوسط الحسابي للكفاءة الذاتية

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	أقل قيمة	أكبر قيمة	ن	
1,79	8,76	2	10	153	الكفاءة الذاتية

وللتعرف على تصور الطلبة الجامعيين تجاه التطوير، تم حساب المتوسط الحسابي للعينة على مقياس تصورات الطلبة نحو الكفاءة الذاتية وكانت قيمته 4، أما قيمة المتوسط النظري فقد بلغت 2.5. ومنه فان الطلبة يعتبرون بان التطور مؤشر من مؤشرات الصحة النفسية.

جدول رقم(5) يوضح قيمة المتوسط الحسابي للتطوير

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	أقل قيمة	أكبر قيمة	ن	
0,71	4,68	1	5	153	التطوير

وللتعرف على تصور الطلبة الجامعيين تجاه التفاؤل باعتبارها مؤشرا من مؤشرات الصحة النفسية تم حساب المتوسط الحسابي للعينة على مقياس تصورات الطلبة نحو التفاؤل وكانت قيمته 4,68، أما قيمة المتوسط النظري فقد بلغت 3. ومنه فان الطلبة يعتبرون بان التفاؤل مؤشر من مؤشرات الصحة النفسية.

جدول رقم(6) يوضح قيمة المتوسط الحسابي للتفاؤل

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	أقل قيمة	أكبر قيمة	ن	
1,00	4,68	2,00	6.00	153	التفاؤل

2.5) الفروق بين الاناث والذكور في تصورات مؤشرات الصحة النفسية المتمثلة في (المرونة النفسية، الكفاءة الذاتية، التطوير، التفاؤل).

جدول رقم(7) يوضح الفروق بين الاناث والذكور في تصورات الصحة النفسية

مؤشرات الصحة النفسية	الجنس	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
المرونة النفسية	اناث	93	17,51	2,54	0,39	غير دالة
	ذكور	60	17,30	2,75		
الكفاءة الذاتية	اناث	93	8,60	1,85	1,78	دالة عند 0,05
	ذكور	60	9,26	1,48		
التطوير	اناث	93	4,08	0,63	1,93	غير دالة
	ذكور	60	3,80	0,88		
التفاؤل	اناث	93	4,82	0,92	2,91	دالة عند 0,05
	ذكور	60	4,23	1,1		

كما هو واضح في الجدول أعلاه ليس هناك فروق بين الاناث والذكور في تصورهم للمناعة النفسية، التطوير بينما كان هناك فروق دالة احصائيا بينهما في الكفاءة الذاتية لصالح الذكور حيث بلغت قيمة $t = 1,78$ وهي دالة عند 0.05 . وهناك فروق دالة احصائيا بينهما في التفاؤل لصالح الاناث حيث سجلت قيمة $t = 2,91$ وهي دالة عند 0.05 .

(6) مناقشة نتائج الدراسة

1.6) يعتبر الطلبة الجامعيون كل من (المرونة النفسية، الكفاءة الذاتية، التطوير، التفاؤل) مؤشرات للصحة النفسية.

ويبدو من الدراسات المهمة عن التصورات الاجتماعية للصحة دراسة ل بومدين(2005) حول التصورات الاجتماعية للصحة والمرض في الجزائر حالة سكيكدة، توصل الباحث الى أن أفراد العينة لم تتفق على تعريف علمي ، فالصحة هي شعور ذاتي في الغالب واعتبر 26 % من أفراد العينة الصحة بأنها عدم وجود مرض أو ألم .وهو الاتجاه التقليدي في دراسة التصورات الاجتماعية للصحة، ولذلك فجاءت دراستنا لتبرز أهمية التصورات الاجتماعية للصحة النفسية حيث اعتبر طلبة الجامعة أنه من مؤشرات الصحة النفسية كل من المرونة النفسية، الكفاءة الذاتية، التطوير، التفاؤل.

ويعتبر مجدي عبد الله (2013) بأن علم النفس الايجابي " السعي العلمي لأكثر الوسائل الواعدة بحياة مفعمة بالصحة والاكتفاء، نشأ (علم النفس الإيجابي) في مقابل (علم النفس السلبي) ويراد بالإيجابي والسلبي هنا طبيعة أو ماهية المتغيرات النفسية المدروسة ". ويعتبره (ابراهيم يونس، 2016) فيقول " إنه المدخل الإيجابي الذي من خلاله تتم الدراسة العلمية للانفعالات والسمات الإيجابية في الشخصية ويهتم ببناء القوة والقدرة والمتعة والصحة في الإنسان المعاني وغير المعاني وصولا إلى أقصى حالات الاقتدار والتمكين والإنجاز والرضا والسعادة وجودة الحياة".

وهذا يعكس طبيعة المجتمع الجزائري وما يحمله من أفكار ومعتقدات تبرز أهمية التفاؤل، الذي يؤثر الى حد بعيد بصورة ايجابية على الصحة النفسية والجسمية للأفراد (Bruinincks et Malle, 2005)، كما يؤثر ايضا على توقعات الافراد وانفعالاتهم واستراتيجيات مواجهة الضغوط، النجاح، الاداء (Carver et al., 1989; Scheier et Carver, 1992)

ونتيجة للحقبة الاستعمارية وما تعرض له المجتمع الجزائري من تعذيب وتشريد وقتل وسلب للممتلكات فان الفرد الجزائري تحسن بكفاءة ذاتية ومرونة نفسية اضافة لسنوات العشرية السوداء والتي خلفت مئات الالاف من القتلى وخلقت حالة من اللأمن وعدم الاستقرار ورعب زادت من طاقته النفسية نحو مواجهة اي أزمة يمر بها. كما انه صمد امام الثورات العربية ولم يتأثر بالأزمات التي مرت بها الدول المجاورة.

كذلك فان المرأة الجزائرية امرأة صامدة انشأت جيلا يتمتع بأفكار واتجاهات تحمل في تفاصيلها روح التحدي والتصدي وفي نفس الوقت الامل في حياة أفضل.

كما ان طبيعة التنشئة الاجتماعية للفتاة في المجتمع الجزائري تهدف الى اعداد المرأة لمواجهة ضغوطات الحياة. كما تركز أيضا على تنمية الجانب العاطفي كالحنان والحب وخدمة الآخر (الاب، الاخ، الزوج) هذا الجانب الذي يساعد الفرد على تطوير التفاؤل والامل (Scioli et al 1997)

2.6 الفروق بين الاناث والذكور في تصورات مؤشرات الصحة النفسية المتمثلة في (المرونة النفسية، الكفاءة الذاتية، التطوير، التفاؤل)

توصلت النتائج الى وجود الفروق بين الاناث والذكور في تصورات مؤشرات الصحة النفسية المتمثلة في (المرونة النفسية، الكفاءة الذاتية، التطوير، التفاؤل). فعندما يتعلق الامر بالاختلاف بين الذكور والاناث حول مواضيع عديدة كالتصورات نحو الصحة والمرض، فقد يمكن تفسير ذلك بغياب المساواة الاجتماعية بين النساء والرجال والتي هي خاصية المجتمعات التقليدية والمعاصرة رغم التقدم العلمي والتكنولوجي. (Aich,1997,p71)

وتتفق نتيجة البحث مع نتيجة دراسة ل (بجي شاقورة، 2012) توصل الى وجود فروق في المرونة النفسية لصالح الذكور وفسر الباحث النتيجة الى التركيب الفيسيولوجي للذكور الذي يمكنهم من تحمل الأعباء الجسدية والضغط النفسية بدرجة أكبر من الاناث، كما أن تصوراتهم تنطلق من العادات والتقاليد والثقافة السائدة التي يفرضها المجتمع والذي يحيط الاناث بالحماية الزائدة ولا يسمح لهن بالحرية المطلقة، والمجتمع الذي نعيشه فيه مجتمعا ذكور يتحمل فيه الذكور الأعباء ويواجهون صعوبات الحياة بدرجة أكبر وبالتالي تزيد قدرتهم على التكيف. ولا تتفق هذه النتيجة مع دراسة ل هالة سعيد (2006) على طلاب الجماعة من الجنسين والتي كشفت عن ارتفاع مستوى الكفاءة الذاتية لدى الاناث مقارنة بالذكور.

خاتمة:

هدفت الدراسة الى التعرف على التصورات الاجتماعية التي يحملها الطالب الجامعي عن الصحة النفسية من منظور علم النفس الايجابي حيث توصلت نتائج الدراسات إلى أن الطلبة الجامعيين يعتبرون بان كل المرونة النفسية، الكفاءة الذاتية، التطوير، التفاؤل مؤشرات للصحة النفسية.

ونحن نعلم أن منظمة الصحة العالمية في تعريفها الأخير للصحة النفسية ذكرت أنه لا يعني خلو الفرد من الاضطرابات بينما هو الاستمتاع بالحياة والشعور بالرفاهية وهي مشاعر ايجابية تحمل مؤشرات الصحة النفسية من منظور علم النفس الايجابي.

كما توصلت النتائج الى وجود فروق في التصورات الاجتماعية بين الذكور والاناث في مؤشرات الصحة النفسية في الكفاءة الذاتية لصالح الذكور والتفاؤل لصالح الإناث.

فالذكور في الاسرة العربية ينشئون على تحمل الصعاب والتكيف مع الظروف الصعبة بينما الفتاة فليديها نظرة تأملية وتفاؤلية نحو المستقبل.

قائمة المراجع:

- بدر محمد الانصاري(1998). التفاؤل والتشاؤم -المفهوم والقياس، مطبوعات جامعة الكويت، الكويت.
- عبد المنعم أحمد الدردير (2004): دراسات معاصرة في علم النفس المعرفي، ط 1، عالم الكتب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة. مصر.
- أميرة محمد الدق(2011)، أنماط السلوك الصحي لدى مرضى الكبد الفروسي المزمن في ضوء فاعلية الذات الصحية والعقلية، ايتراك للطباعة والنشر، القاهرة
- مجدي أحمد محمد عبد الله (2013). مقدمة في علم النفس الإيجابي، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.
- ابراهيم يونس (2016). علم النفس الايجابي في <http://www.sasapost.com/opinion/positive-psycholo>
- سليمان بومدين(2005). التصورات الاجتماعية للصحة والمرض في الجزائر حالة مدينة سكيكدة، مجلة شؤون اجتماعية، عدد 88، مجلة تصدر عن جمعية الاجتماعيين والجامعة الامريكية، الشارقة.
- Abric J. C (1989) . L'étude expérimentale des représentations sociales, in Denise Jodelet(dir), les représentations sociales, Paris, PUF. l'ouvrage cité est Jean Claude Abric , coopération compétition et représentations sociales. Cousset : Del Val 1988.
- Abrid J.C. (1994). Pratiques sociales et représentations, PUF, Paris, France.
- Aich,p(1997) . La santé et ses inégalités, Esprit, n°229, p.63-71
- Bruininks P. Bertram F. Malle.(2005).Motivation and Emotion, Volume 29, issue 4,pp 324-352
- Carver, Charles S et al (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. Journal of Personality and Social Psychology, Vol 56(2), 267-283.
- Cottraux J. (2008).La psychologie positive : un nouveau modèle pour la psychothérapie et la prévention.psychiatr Sci Hum Neurosci 6 :175-180.

-
- Robillard R.et Boutet C. (2015). Intervenir positivement in <http://slideplayer.fr/slide/1168551>
- Lacomte J (2004) :Guérir de son enfance, Paris Odile Jacob, p350.
- El Massioui F, Ouazi T, Hamouda S (2016) .L'autorité parentale et son impact sur la résilience chez les jeunes Algeriens,3 eme congré international sur la résilience et la culture,université de Québec a trois rivières ,Canada.
- Lacharité N. (1997) . Lisons Kant, analyses, commentaire, paraphrases, résumés et tableaux pour aider a lire la critique de la raison pure et la critique de la raison de la faculté de juger. Ouvrage reproduit et relié par les services de reprographie de l'université du Québec à Montréal.
- Mannoni P. (2016). Les représentations sociales, édition que sais-je ? PUF, Paris, France
- Michel.F.S.Charle.S.C.(1992).Effect of optimism on psychological and physical well.being :Theoretical overview and empirical update,Cogn Ther Res 16: 201. doi : 10.1007/BF01173489
- .Moliner. P (ouvrage sous la direction de). (2001). La dynamique des représentations sociales, PUG, Grenoble, p 303.
- . Moscovici S (1972). Introduction à la psychologie sociale, 4 éditions, PUF, Paris, France.
- Riordan T. O' (1981). Environnementalismes, Pion Limited, London, p409.
- Juster P, Marin M-F (2013) : Stress et résilience, Mammouth magazine. Institut universitaire en santé mentale de Montréal.
- Scioli, A., Chamberlin, C. M., Samor, C. M., Lapointe, A. B., Campbell, T. L., Macleod, A. R., & McLennon, J. (1997). A prospective study of hope, optimism, and health. *Psychological reports*, 81(3), 723-733.