



أساليب التحصين النفسي وتأثيرها على الأمن الوطني والسلام المجتمعي
في ظل الأزمات

Psychological immunization methods and their impact
on national security and community peace in times of
crises

General Dr.
Hashem Hassan Abboud
Ministry of Interior
Higher Institute for Security and
Administrative Development
hasha2948@gmail.com

العميد الدكتور
هاشم حسن عبود
وزارة الداخلية
المعهد العالي للتطوير الامني والاداري
hasha2948@gmail.com



مستخلص البحث

تبرز أهمية التحصين النفسي في تعزيز الأمن الوطني والسلم المجتمعي، خصوصاً في ظل الأزمات المتعددة التي تواجه الدول والمجتمعات، إذ غالباً ما تتركز الجهود الأمنية على الجوانب العسكرية والقانونية مع إهمال البعد النفسي الذي يشكل أساس الصمود والاستقرار. يعتمد البحث المنهج الوصفي التحليلي للكشف عن دور التحصين النفسي كأداة فعالة في تمكين الأفراد، خاصة العاملين في الأجهزة الأمنية، من مواجهة الضغوط والتحديات بمرونة واتزان، مع استخدام المنهج المقارن عند دراسة تجارب بعض الدول في برامج التحصين النفسي.

اهمية البحث تتجلى أيضاً في التركيز على العراق الذي واجه أزمات سياسية واقتصادية وأمنية أثرت على استقراره وثقة المواطنين بالمؤسسات. يؤكد البحث أن التحصين النفسي يمثل ركيزة أساسية لتعزيز الصمود المجتمعي في ظل التحديات الداخلية والإقليمية والدولية، بما في ذلك الأزمات الجيوسياسية وجائحة كورونا، كما يسعى البحث إلى إثراء الدراسات النفسية الأمنية من خلال دمج البعد النفسي في منظومة الأمن الوطني وتطوير برامج تدريبية تعزز مناعة الأفراد.

ويهدف البحث إلى توضيح مفهوم التحصين النفسي وأبعاده النظرية والتطبيقية، وبيان علاقته بالأمن الوطني والسلم المجتمعي، واستعراض أساليب التحصين النفسي المعتمدة في الأدبيات العلمية. يغطي البحث المنطقة العربية مع اهتمام خاص بالعراق، خلال الفترة من ٢٠١٩ حتى ٢٠٢٥، ويعتمد على مراجعة الدراسات السابقة، التقارير الرسمية، الوثائق الوطنية، وأبحاث المنظمات الدولية.

تشير النتائج إلى أن برامج التحصين النفسي الفعالة تقوم على الدمج بين الدعم الاجتماعي، التدريب على مهارات التكيف، وتعزيز الوعي النفسي، مما يساهم في خفض العنف والجريمة،



تعزيز التماسك الاجتماعي، وتقليل النزاعات الطائفية والعرقية. كما تدعم التدخلات المدرسية والمجتمعية صمود الأفراد وتخفف أعراض القلق والاكتئاب. نجاح البرامج يتطلب إشراك المجتمع المحلي، تدريب العاملين، وضمان التمويل المستمر، ليكون التحصين النفسي عنصراً أساسياً في بناء شخصية متماسكة وتحقيق الأمن والاستقرار الاجتماعي.

الكلمات المفتاحية : التحصين النفسي، السلم المجتمعي.

Research Abstract

The importance of psychological fortification in enhancing national security and societal peace is highlighted, especially in light of the multiple crises facing countries and societies. Security efforts often focus on military and legal aspects, neglecting the psychological dimension, which forms the foundation of resilience and stability. The research adopts a descriptive and analytical approach to reveal the role of psychological fortification as an effective tool in empowering individuals, especially those working in security agencies, to face pressures and challenges with flexibility and poise. The research also uses a comparative approach when studying the experiences of some countries with psychological fortification programs.

The importance of the research is also evident in its focus on Iraq, which has faced political, economic, and security crises that have affected its stability and citizens' confidence in institutions. The research confirms that psychological fortification represents a fundamental pillar for enhancing societal resilience in light of internal, regional, and international challenges, including geopolitical crises and the COVID-19 pandemic. The research also seeks to enrich security psychology studies by integrating the psychological dimension into the national security system and developing training programs that enhance individual resilience. The



research aims to clarify the concept of psychological fortification and its theoretical and applied dimensions, demonstrate its relationship to national security and community peace, and review the psychological fortification methods adopted in the scientific literature. The research covers the Arab region, with a special focus on Iraq, covering the period from 2019 to 2025. It relies on a review of previous studies, official reports, national documents, and research from international organizations.

The results indicate that effective psychological fortification programs combine social support, adaptive skills training, and psychological awareness, which contribute to reducing violence and crime, enhancing social cohesion, and reducing sectarian and ethnic conflicts. School and community interventions also support individual resilience and alleviate symptoms of anxiety and depression. The success of programs requires community engagement, staff training, and ensuring sustained funding, so that psychological fortification becomes an essential element in building a cohesive personality and achieving social security and stability.

Keywords: Psychological immunization, community peace.

١- التعريف بالبحث :

مقدمة

يمر العراق منذ عقود بسلسلة من الأزمات المركبة التي تمس بنيته السياسية والاقتصادية والاجتماعية، وهي أزمات متشابكة الجذور تمتد آثارها إلى مختلف جوانب الحياة. فقد أسهمت الحروب المتعاقبة، وعدم الاستقرار السياسي، والتدخلات الإقليمية والدولية، في إضعاف مؤسسات الدولة وإبطاء مسار التنمية (الربيعي، ٢٠٠٩: ١٥). كما فاقم تدهور الأمن وتراجع الخدمات العامة، إلى جانب الأزمات الاقتصادية الناتجة عن تقلب أسعار النفط والفساد الإداري،



من معاناة المواطنين (عبد الجبار، ٢٠٢١، ٨٨). بالإضافة الى الازمات الصحية التي واجهها كل هذه كان لها تأثير كبير على استمراره وتقدمه. وكذلك التحديات البيئية مثل شح المياه والتصحر، لا فالعراق يواجه ضرورة تبني استراتيجيات إصلاحية شاملة تركز على إعادة بناء مؤسسات الدولة، وتنويع الاقتصاد، وتعزيز الوحدة الوطنية لضمان مستقبل مستقر ومستدام. في ضوء التحديات المعاصرة المتعددة على المستويات الأمنية والاجتماعية والنفسية، أصبح استخدام آليات التحصين النفسي ضرورة استراتيجية لضمان عدم انهيار البنية المجتمعية والدولة. هذا البحث يستكشف الأساليب المجربة لرفع قدرة الأفراد والمجتمعات، ويقيس أثرها على الأمن والاستقرار، ويقدم توصيات مبنية على أدبيات علمية موثقة.

مشكلة البحث

في ظل الازمات المتعددة التي تواجه الدول والمجتمعات، تتعاظم الحاجة إلى أدوات فعالة غير تقليدية لتعزيز صمود الأفراد والمؤسسات. فبالرغم من تعدد الأبعاد التي يشملها الأمن الوطني - سياسياً، واقتصادياً، واجتماعياً، وثقافياً - إلا أن الجهود غالباً ما تتركز على الجوانب العسكرية والقانونية دون إيلاء الاهتمام الكافي للجوانب النفسية والسلوكية التي تؤثر بشكل مباشر على استقرار المجتمعات وأمنها. ونتيجة للإنتحاح التي تتمتع بها المجتمعات عامة في ظل العولمة والثورة التكنولوجية التي قلصت الفارق الثقافي بين المجتمعات وخصوصاً المجتمعات النامية الأمر الذي يتطلب من الدول تكثيف جهودهم بشكل نوعي من أجل بسط السيطرة على المجتمعات والتعامل مع الافراد بطريقة تحفظ احترام شخصياتهم وتطبيق القانون، ومن ثمّ فقد تطلب الأمر التحلي بشخصيات تتسم بخصائص معرفية تحاكي التطور الحاصل لاسيما ضمان



تحصينهم النفسي، ويبرز هنا دور التحصين النفسي كأحد العوامل المؤثرة في قدرة الأفراد، على مواجهة الضغوط والتحديات النفسية التي قد تؤثر على أدائهم وفاعليتهم في حماية المجتمع. فالمجتمعات تتعرض في فترات الأزمات السياسية والاقتصادية والاجتماعية إلى تهديدات متزايدة لأنها الوطني وتفكك في نسيجها الاجتماعي، الأمر الذي يستوجب تفعيل أدوات فعالة لتعزيز الصمود والاستقرار رغم ذلك، تركز السياسات الأمنية التقليدية بشكل رئيسي على التدابير العسكرية والقانونية، متجاهلةً الدور الحيوي للتحصين النفسي الذي يشكل مناعة نفسية تمكن الأفراد من مواجهة الضغوط والتحديات النفسية والاجتماعية، وتطوير استراتيجيات توافقية ومهارات تأقلم تضمن استقرارهم النفسي والاجتماعي (Olah, 2010:105)، وفي سياق عمل ضباط قوى الأمن الداخلي، تؤثر مستويات التحكم المُدرك لديهم بشكل مباشر على قدرتهم في التعامل مع المواقف المعقدة وضبط السلوكيات غير التكيفية، إذ يؤدي انخفاض هذا التحكم إلى زيادة الضغوط النفسية وفقدان الفاعلية في اتخاذ القرارات (صويح، ٢٠١٦؛ Davis, 2004). كما أن التفكير المثالي قد يشكل عائقًا نفسيًا إضافيًا أمام التكيف والمرونة المطلوبة لمواجهة الواقع المتغير، مما يزيد من احتمالية الإحباط والتراجع في الأداء (Johnson, 2016 :86). بناءً عليه، يبرز التساؤل حول مدى فعالية أساليب التحصين النفسي كآليات دعم تُسهم في تعزيز الأمن الوطني وتحقيق السلم المجتمعي خلال الأزمات، وذلك في ظل ندرة البحوث التي تناولت هذه العلاقة بشكل متكامل وواضح.

أهمية البحث

تبرز أهمية هذا البحث من تداخله مع أحد أهم مرتكزات بقاء الدول واستقرارها، وهو الأمن الوطني والسلم المجتمعي، ولا سيما في العراق الذي أصبح مسرحًا لسلسلة متشابكة من الأزمات



السياسية والاقتصادية والأمنية، فقد أدت تراكمات الأزمات الداخلية إلى حالة من الفوضى السياسية، وغياب الاستقرار، وتراجع ثقة المواطنين بالمؤسسات السياسية، وهو ما انعكس في صورة احتجاجات شعبية واسعة ومطالبات بالإصلاح الجذري. وفي ظل الانفتاح العالمي وتسارع تدفق المعلومات، فإن ضعف الأداء المؤسسي في إدارة الأزمات يؤدي إلى هشاشة الأمن المجتمعي، وتآكل قدرة الدولة على الاستجابة الفاعلة للمتغيرات (عبد الحميد، ٢٠٢١: ١١٢).

وتزداد أهمية البحث بالنظر إلى أن هذه التحديات لا تنفصل عن السياق الإقليمي والدولي، إذ يشهد المحيط الجغرافي للعراق تفاعلات أزمات متصاعدة، بدءاً من الحرب الروسية-الأوكرانية وما خلفته من اضطرابات في أسواق الغذاء والطاقة، وصولاً إلى الأزمات الأفريقية المعقدة مثل الصراع السوداني والانقلاب في النيجر، فضلاً عن استمرار الأزمة السورية منذ عام ٢٠١١ رغم محاولات التقارب العربي-السوري. كما أن جائحة كورونا كشفت هشاشة النظم الصحية والاقتصادية على مستوى العالم، وأثرت بشكل مباشر على الأمن الصحي والغذائي، الأمر الذي يجعل البحث في سبل التحصين النفسي جزءاً لا يتجزأ من الأمن الوطني الشامل.

من الناحية الأكاديمية، يسعى هذا البحث إلى إثراء حقل الدراسات النفسية الأمنية من خلال الربط بين التحصين النفسي ومفاهيم الأمن الوطني والسلم المجتمعي، وقد أكد (Buzan, 1983: 18) في إطار نظريته عن "الأمن الإنساني" أن الأمن لم يعد مقتصرًا على حماية الحدود والقدرات العسكرية، بل أصبح يشمل حماية استقرار الفرد والمجتمع، وتعزيز قدرتهما على الصمود أمام التهديدات المتنوعة. وهذا المنظور يتطلب دمج البعد النفسي في منظومة الأمن الوطني، خاصة في المجتمعات التي تواجه أزمات متكررة كالعراق.



أما من الناحية التطبيقية، فإن البحث يقدم إطارًا عمليًا لتطوير برامج التحصين النفسي، يمكن أن تعتمد عليها الجهات الحكومية والمؤسسات المجتمعية لتدعيم قدرة الأفراد - ولا سيما العاملين في الأجهزة الأمنية - على مواجهة الضغوط والصدمات. إذ تظهر الأدبيات أن البرامج التدريبية مثل Battlemind التي طبقتها بعض المؤسسات العسكرية في الولايات المتحدة أثبتت فاعليتها في تحسين مهارات التكيف النفسي، والحد من آثار الضغوط الناتجة عن بيئات العمل عالية المخاطر ومن ثم، فإن نقل هذه التجارب وتكييفها مع الواقع العراقي يمكن أن يسهم في رفع مستوى الجاهزية النفسية للأفراد، ودعم استقرار المجتمع (Meredith et al,2011: 124-127).

كما أن أهمية البحث تتعزز بتسليطه الضوء على مفهوم الحصانة النفسية باعتباره أحد المتغيرات الجوهرية في تكوين شخصية الفرد، والذي يعكس القدرة على التعامل الفعال مع المواقف الصعبة، واستعادة التوازن النفسي بعد الصدمات، والحفاظ على مستوى ثابت من الحيوية والرضا النفسي. وقد أشار التميمي إلى أن هذه القدرة تمثل عامل حماية أساسي يساعد الأفراد على التكيف الصحي في حياتهم المهنية والأسرية والاجتماعية، مما ينعكس إيجابًا على السلم المجتمعي والأمن الوطني (التميمي، ٢٠٢١: ٧).

وإلى جانب البعد الفردي، فإن البحث يطرح رؤية شمولية لدمج التحصين النفسي ضمن سياسات الأمن الوطني، إذ يصبح مكونًا أساسيًا في التخطيط الاستراتيجي لإدارة الأزمات، وليس مجرد إجراء تكميلي، وهذا الطرح يكتسب أهمية خاصة في الدول التي تواجه بيئات أمنية وسياسية مضطربة، إذ يمكن للتحصين النفسي أن يعمل كآلية استباقية للحد من تداعيات الأزمات، وتخفيف حدة آثارها على الأفراد والمجتمع.



وفي ضوء ما سبق، فإن هذا البحث يسعى إلى تقديم مساهمة علمية وعملية في آن واحد، من خلال توسيع مفهوم الأمن الوطني ليشمل البعد النفسي، وتقديم نموذج قابل للتطبيق في الواقع العراقي، بما يعزز مناعة المجتمع، ويدعم استقراره في مواجهة الأزمات المتكررة، ويواكب في الوقت نفسه التوجهات المعاصرة في الدراسات الأمنية وال نفسية.

أهداف البحث

يسعى البحث إلى تحقيق الأهداف الآتية:

- ١- توضيح مفهوم التحصين النفسي وأبرز أبعاده النظرية والتطبيقية.
- ٢- بيان العلاقة بين التحصين النفسي والأمن الوطني والسلم المجتمعي في سياق الأزمات.
- ٣- استعراض أساليب التحصين النفسي المعتمدة في الأدبيات النفسية والأمنية.

حدود البحث

الموضوعية: يقتصر على دراسة أساليب التحصين النفسي وعلاقتها بالأمن الوطني والسلم المجتمعي دون

التطرق إلى الجوانب الإحصائية أو القياسات الميدانية.

المكانية: يركز على المنطقة العربية مع إيلاء اهتمام خاص للحالة العراقية.

الزمانية: يغطي الفترة الممتدة من ٢٠١٩ حتى ٢٠٢٥ نظراً لكثافة الأزمات خلالها.

٢- منهجية البحث وإجراءاته:

منهجية البحث

المنهج: اعتمد البحث على المنهج الوصفي التحليلي في مراجعة الأدبيات ذات الصلة، والمنهج المقارن عند عرض تجارب بعض الدول في مجال التحصين النفسي.



أدوات جمع البيانات: مراجعة الدراسات السابقة، التقارير الرسمية، الوثائق الوطنية، وأبحاث المنظمات الدولية.

المصطلحات الأساسية

التحصين النفسي:- هو "عملية منهجية تهدف إلى تعزيز قدرة الأفراد على التكيف مع الضغوط، وتقوية مرونتهم النفسية تجاه التهديدات والمخاطر". (مرسي، ٢٠١٨: ٢٧)
وعرف ايضا بأنه :- "تربية الناشئة وتكوين شخصيتهم وتوجيه أفكارهم بطريقة إيجابية ليكونوا قادرين على الإنماج السليم في متطلبات الحياة مع الاحتفاظ بروح الاصاله والثبات" (الدرج، ٢٠١٢ : ٣٢).

الأمن الوطني:- حالة من الحماية والاستقرار السياسي والاجتماعي والاقتصادي تُمكن الدولة من الحفاظ على سيادتها ومصالحها الحيوية ". (الجنابي ، ٢٠٢٠ : ١٤) .
السلم المجتمعي:- "مجموعة من القيم والممارسات التي تُرسخ التعايش والتفاهم بين مكونات المجتمع، وتُقلل من النزاعات والعنف الداخلي". (البكري ، ٢٠٢٢ : ٨٩) .
الأزمات:- "مواقف مفاجئة أو ممتدة تتسم بالتهديد والارتباك، تؤثر على استقرار المجتمع وتتطلب تدخلات فورية" (ابو غزالة ، ٢٠١٩ : ٢٢).

الإطار النظري

مفهوم التحصين النفسي

يبحث الإنسان بطبيعته عن الكيفية التي يحفظ بها ذاته من أي جرح أو ألم، فلا يزال يبحث لنفسه عن إجراءات تحقق له هذه الغاية، ليستطيع أن يعيش مع الآخرين بسلام، ولكي يتحقق هذا السلام لا بدّ للمرء من أن يتجاوز مشاعره السلبية الناتجة عن ضغوط الحياة. وقد خلق الله



عز وجل الإنسان من نفس وجسد، فهذا الجسد هو عبارة عن أجهزة متكاملة ومترابطة بشكل دقيق جداً، وفي المقابل فإن النفس البشرية كذلك، فالجسد تصيبه الأعراض والاضطرابات البدنية العضوية كالانفلونزا والسل، والنفس كذلك تصيبها الأمراض، والاضطرابات النفسية أو العقلية. وقد منح الله (عزَّ وجلَّ) الجسد نظام مناعة عضوي (حيوي) لكي يقيه، ويحميه ويدافع عنه ضد الأمراض العضوية، وعلى التوازي في مقابل ذلك، لا بد أن يكون هناك نظام للمناعة النفسية لمكي يحافظ على الذات، ويقيها، ويحميها، ويدافع عنها ضد الأمراض النفسية والعقلية (زيدان، ٢٠١٣: ٨١٤) .

فمصطلح الحصانة يعنى مقاومة الضغط والشد النفسي والجسمي، كما تعد المناعة النفسية من العمليات الوقائية التي تساعد على حماية الفرد من الاضطرابات النفسية والأمراض الجسمية المختلفة (التميمي، ٢٠٢١: ٢) ، وتعد موضوعات مثل المرونة النفسية، والذكاء الانفعالي والسعادة، والأمل، والدوافع (التحصين النفسي) ... إلخ، من المفاهيم المهمة في علم النفس الإيجابي، وذلك بسبب ما يترتب عليها من آثار إيجابية على التوافق النفسي للفرد (المزني، ٢٠١٦، ١١) .

يعيش الأفراد اليوم بشكل عام والشباب بشكل خاص زخماً من المؤثرات الضاغطة والمتغيرات السلبية التي قد تنعكس على سلوكهم، وتشكل خطراً يهدد المجتمع، وعليه كان التحصين النفسي والتفكير السليم له دور كبير في التعامل مع هذه المؤثرات ويعد مفهوم التحصين النفسي من المفاهيم المهمة في علم النفس الإيجابي في القرن الحادي والعشرين باعتبارها مجموعة من السمات الشخصية التي تجعل الفرد قادراً على تحمل التأثيرات الناتجة عن الضغوط النفسية



والإنهاك النفسي، ومقاومة ما ينتج عنها من مشاعر وأحاسيس وأفكار تجعله في مأمن مما يعاني منه أقرانه ممن واجهوا الظروف نفسها (المزني، ٢٠١٦: ١٣) .

فالتحصين في أصل المعنى اللغوي بأنه (حصن المكان حصانة فهو حصين) أي أحصنه صاحبه، فالتحصين هو الوقاية والحفظ والحيطة، ويقال: أحصن الشيء أي حفظه ومنعه، وقد وردت مادة حصن في القرآن الكريم تسعة عشرة مرة بمعاني مختلفة لا تخرج عن المعنى اللغوي في الوقاية والحفظ، فالتحصين لغة يدل على الحفظ والوقاية للشيء .

لذا فإن التحصين النفسي يمثل مجموعة الإجراءات والترتيبات التي تستهدف تقوية شخصية الفرد، الذي أصبح يعيش زخماً من المؤثرات السلبية، والذي بات انحرافه خطراً يهدده وذلك بسبب تلك المؤثرات المختلفة، وتزداد زاوية الانحراف اتساعاً حين تجد شخصية بلا حصانة نفسية " (الدريج، ٢٠١٢، ٢٣) .

لذا يمكن عدّ التَّحصين النفسيّ في البحث الحالي كمرادف للوقاية والحماية والتحصين التدريجي ضد التوتر والمشكلات. وبالنسبة للحصانة النفسية فهي تمكن الفرد من الوصول إلى حالة نفسية متزنة وإيجابية، تتعدد أبعادها عن طريق البعد الروحي أو ما يعرف بالالتزام الديني، وبعد التفاؤل المرتبط بتوقع أفضل النتائج والنظرة الإيجابية للأحداث، وبعد حل المشكلات المتعلقة بقدرة الفرد على التعامل مع المشكلات التي تواجهه وصولاً لشعوره بالرضا والراحة النفسية، وتعد المبادرة الذاتية التي تعني القيام بالفعل من الذات دون توجيه أو تأثير خارجي، وأخيراً بعد الثقة الدالة على الشعور بعلو القيمة بين الآخرين. (Gltung ,1996 : 44) .



التحصين النفسي في الاسلام:

خلق الله تعالى الخلق جميعاً، وأنزل على رسله ما يصلح لهم؛ ليعيشوا حياة هانئة كريمة في ظل توجيهاته جل وعلا، وقد تميزت رسالة نبينا محمد صلى الله عليه وسلم بأنها تتناول ميادين حياة البشر كلها بالتوجيه والاصلاح، وتتناول كل جانب من جوانبها. وما من شك أن ما يميز هذه التوجيهات والتربية الربانية الخالدة هو وضعها للتشريعات التي تقوم على صيانة الانسان، ووقايته (تحصينه) من كل ما من شأنه أن يفسد عليه حياته في دنياه وآخرته.

ويحثنا ديننا القويم على التفكير بأنفسنا، ويدفعنا كذلك لدراسة النفس ومعرفة اسرارها، فمعرفة النفس تؤدي الى معرفة الخالق (عز وجل)، وكتاب الله (عز وجل) حافل بالآيات التي تصف النفس الانسانية في مختلف حالاتها، سوية، شاذة، صاعدة وهابطة، خيرة وشريرة، مقبلة ومعرضة، مؤمنة وكافرة. (قطب، ١٩٨٠: ٥) .

وهذا ما دفع بعض علماء المسلمين للتفكير في موضوع النفس، وتكونت عندهم آراء ومساائل كثيرة وعديدة، وقد قدموا لنا كنوزاً ثمينة في هذا المجال، معتمدة على القرآن الكريم، والسنة المشرفة ولكن للأسف فقد غفل المسلمون بعدهم عن كثير من هذه الكنوز وغيرها، وبذا قام الغرب المادي بتشبيد علم النفس الحديث على أساس حضارته المادية، فلم يظفر هذا العلم في ميدانه بأرض صلبة ثابتة، يقف عليها، كالتي ظفر بها العلماء السابقون من المسلمين، فأصبح ما توصل اليه من نتائج لا تتفق مع أسسنا وأصولنا الثابتة من القرآن الكريم والسنة، وترتب على ذلك فساد اجتماعي، واقتصادي، وخلقى، وفكري، وروحي، يعاني منه انسان العصر الحديث" (الخراشي، ٢٠٠٣: ١٨).



أهداف التحصين النفسي:

هناك هدفين أساسيين للتحصين النفسي:-

- ١- الثبات أمام الضغوط والأزمات التي تهدف الى زعزعة ثقة الافراد بأنفسهم.
- ٢- استمرار عطاء الفرد، وحثه على الصحة واليقظة لمتابعة مسيرته في الحياة، وهذا يعني المزيد من السعي الحثيث لتحسين معالم الشخصية السوية ، (ختاتنة، وأبو أسعد، ٢٠١٠: ٢٧٠)
- فمن أهم أهداف التحصين النفسي أنها تقوي توقع إمكانية نجاح السلوك الإيجابي وتفعيل الأدوات المعرفية وتوجيهها نحو إدراك النتائج الإيجابية الممكنة، الأمر الذي يؤسس لجودة الحياة بأشكالها بشكل عام والنفسية بشكل خاص، على أساس أن جودة الحياة مفهوم مرتبط بعلم النفس الإيجابي، والذي يعد من محددات عوامل النجاح والرضا عن الحياة وتقدير الذات، والتي تختلف من شخص لآخر وفق ما يراه مناسباً لحياته (الشمري ، ٢٠١٧ : ٤٣) .

خصائص التحصين النفسي :

ذكر العديد من الباحثين خصائص للتحصين النفسي ونذكر منهم (ألبرت ، ٢٠١٢) اذا حددها بما يلي :-

- ١- تساعد الافراد على الشعور بالتحسن، وأنهم أفضل بعد تعرضهم لضغوط نفسية.
 - ٢-تساعد على تبرير أو عقلنة التفسير المنطقي للمشاعر السيئة.
 - ٣-تساعد على استعادة التوازن الانفعالي .
 - ٤-احداث توازن بين التخيلات السوداوية والتصورات المبهجة.
- بينما يؤكد أحد الباحثين في مقابلة شخصية معه بأن أهم سمه فيمن يتسمون بالتحصين النفسي هي التوازن في الشخصية، ذلك التوازن الذي يحدث للجرعات المناسبة من التحصين النفسي



والتي تتناسب مع عمره الزمني، وعمره العقلي، والظروف التي يعيشها، وهذا كفيل بجعله في المستقبل متوازن مع نفسه وسلوكه الوجداني والعقلي، والجانب النفسي والجسمي ولتتشكل شخصية قوية (McGuire , 1964 : 202) .

أبعاد التحصين النفسي

- الالتزام الديني :

والذي يقصد به التزام الفرد بتعاليم الدين، مما يساعده على الوقاية من الاختلالات النفسية، كما يساعده على معالجتها اذا اصيب بها. وتعرف علاقتك مع ربك، والسبل التي تجعلك مستقيماً، من السياق النموذجي للروحانية، والأخلاق التي تعيشها في كل لحظة في حياتك .

- التفاؤل :

والذي يعني ميل أو نزوع نحو النظر الى الجانب الافضل للأحداث أو الاحوال، وتوقع أفضل النتائج.

- حل المشكلات:

ويقصد به قدرة الفرد على التعامل مع المشكلات التي تواجهه وحلها، وصولاً لشعوره بالرضا والراحة النفسية.

- المبادرة الذاتية:

والذي يعني القيام بالفعل من ذات الانسان من دون توجيه من أحد، وهي خطوه ايجابية لا تحتاج لفعل سابق لها حتى تكون هي ردة فعل.



- الثقة بالنفس :

ويقصد به ذلك الشعور الذي يعطي للانسان احساس بعلو قيمته بين الاخرين فيتصرف بثقه دون خوف من ردود أفعال الاخرين تجاه تصرفه (David Stone, 2001, . 27) .

مستويات التحصين النفسي

إن للتحصين النفسي ضد الضغوط ثلاثة مستويات يتم تقسيمها على النحو الآتي :

١- التحصين الوقائي الأولي: ويعني منع حدوث المشكلة أو الاضطراب بإزالة الأسباب التي قد تنتج الاضطرابات عن طريق عدة وسائل مثل حرية التعبير، خفض الضغوط وغيرها.
٢-التحصين الوقائي الثانوي: ويهتم بالكشف المبكر وتشخيص الاضطراب في مرحلته الأولى بالسيطرة عليه ومحاولة منع تطوره.

٣-التحصين الوقائي المستوى الثالث: ويتضمن محاولة التقليل من إثر إعاقة الاضطراب أو منع المرض أن يصبح مزمناً.

يتضح مما سبق أن التحصين النفسي يركز على الجانب التطبيقي من حيث الوقاية من الضغوط أو المشكلات من حيث معرفة الأسباب التي تؤدي اليها وتضع الأفراد في ضغوط، وحمايتهم من المشكلات والتقليل من آثارها السلبية (أبو أسعد، ٢٠١١ : ٢٧) .

النظرية المفسرة للتحصين النفسي:

- نظرية:(Olah,2005)

نشأة نظرية (Olah,2005) للوهلة الاولى في عام (١٩٩٥) تدور حول مصطلح المناعة النفسية إذ يرى إنَّ هناك عدداً من الأبعاد التي تساهم في مفهوم التحصين النفسي ونشأتها تتمثل تلك الأبعاد ب (معرفية ، اجتماعية ، دافعية ، شخصية ، بيئية ، نفسية) إذ إن هذه الأبعاد تزود



الفرد بالحصانة ضد التوتر وتعزز النمو الجسمي والنفسي وتؤدي وظيفة المقاومة ضد الظروف الخارجية. (Olah,2009: 38) يؤكد أولاه على أن هناك تراكيب متصلة بالضغط التي يواجهها الانسان من حيث صحته النفسية؛ اذ يعدها عاملاً أساسياً لبناء الشخصية وقوتها وحمايتها، وأشار أولاه أيضاً إلى أن العوامل الايجابية في حياة الانسان من العوامل المهمة وأن إعطائها حيزاً كبيراً من حياته اليومية تؤدي إلى زيادة صحته النفسية ومن ثم يؤدي ذلك إلى قوة المناعة والحصانة لدى الانسان.

إن الحصانة النفسية تتشكل منذ الصغر أي منذ اللحظات الاولى وتنمو وتترسخ وتتطور شيئاً فشيئاً منذ فترات الطفولة وتتم داخل الفرد من التعزيزات البيئية بأنواعها (المادية ، المعنوية ، والأسرية ، والمجتمعية)، وبالامكان أن تؤثر على تشكل مراحل تالية من عمر الانسان؛ وذلك كونها تمثل قوة كامنة داخل النفس البشرية، فهو يؤكد على دور البيئة؛ كونها عاملاً أساسياً ومهماً في تطور التحصين النفسي ونشأته. (Olah,2009:222).

مفهوم الأمن الوطني

أن مفهوم الأمن الوطني من المفاهيم التاريخية التي تعود جذورها إلى القرن السابع عشر، وبخاصة بعد معاهدة ويستفاليا عام ١٦٤٨ التي أسست نظام الدولة القومية (محمد، ٢٠١٤ : ٢٣)، وقد تطور هذا المفهوم عبر الزمن، وازداد تعقيداً بعد الحرب العالمية الثانية، إذ توسع ليشمل أبعاداً سياسية، واقتصادية، واجتماعية، وعسكرية، إلى جانب أبعاد أخرى إنسانية وثقافية (الريبيعي، ٢٠٠٩ : ٩٣).

في البداية، ارتبط الأمن الوطني بالبعد العسكري، إذ كانت التهديدات الخارجية تُعتبر المصدر الرئيس للخطر على الدولة، فكانت الدول تسعى لتعزيز قدراتها العسكرية والتحالفات للدفاع عن



نفسها (قطيش، ٢٠١١ : ١٧). غير أن المفهوم تطور لاحقاً ليشمل البُعد الشامل الذي يتجاوز الأمن العسكري إلى الأمن الاقتصادي والاجتماعي والثقافي، مع التركيز على حماية القيم الوطنية وضمان استقرار المجتمع الداخلي (شقاء، ٢٠٠٤ : ١٥) وتأتي أهمية الأمن الوطني من كونه الأساس الذي تقوم عليه السياسة الخارجية للدول، ويُعد أداة مواجهة التهديدات الخارجية، بالإضافة إلى كونه عاملاً حيوياً في تحقيق التنمية الاقتصادية والاجتماعية ويرتبط جوهر الأمن الوطني ارتباطاً وثيقاً بحماية المصالح الوطنية، والقدرة على مواجهة التحديات المختلفة، سواء في الحاضر أو المستقبل (الشابندر، ٢٠٠٨ : ١٥٠).

من الناحية الاقتصادية، يُنظر إلى الأمن الوطني على أنه غياب التهديد الذي قد يؤدي إلى حرمان شديد من الرفاهية الاقتصادية، وهو ما يستوجب قدرة الدولة على الحفاظ على استقلالها الاقتصادي والقدرة على توجيه مواردها لتحقيق التنمية الاقتصادية، ويشمل الأمن الوطني مجموعة من العمليات التي تضمن السيادة الوطنية عبر مجالات متنوعة مثل الأمن الغذائي، الصحي، التعليمي، والطاقة، إلى جانب مكافحة الفساد وحماية حقوق الإنسان (تريفورس، ٢٠١٣ : ٥٢) ويرى المفكرون العرب أن الأمن الوطني هو مجموعة من التدابير التي تتخذها الدولة لحماية كيانها ومصالحها، متضمناً الأمن العسكري والسياسي والاقتصادي والاجتماعي، ويشمل القدرة على مواجهة التهديدات الداخلية والخارجية، مع ضمان استمرارية التطور والتنمية (حسين، ٢٠١٦ : ٦٧)

ومما يشار إليه أن الأمن الوطني في مفهومه الشامل هو بيئة متكاملة تضمن للمواطنين الاطمئنان على حياتهم واحتياجاتهم الأساسية، من دون الخوف من التهديدات، مع توفير العدالة الاجتماعية والتنمية المستدامة. (الرمضاني، ٢٠١٨ : ١٤٧).



وبهذا يمكن القول ان الأمن الوطني منظومة شاملة تضم أبعادًا عسكرية، اقتصادية، واجتماعية، وثقافية، تهدف إلى تحقيق الاستقرار والتنمية والحفاظ على القيم الوطنية في مواجهة كافة المخاطر والتحديات .

أبعاد الأمن الوطني

مفهوم الأمن الوطني واسع يشمل عدة أبعاد متكاملة تتجاوز الجانب العسكري التقليدي، وتشمل الجوانب السياسية، العسكرية، الاقتصادية، الاجتماعية، الثقافية، البيئية، والجيوبوليتيكية.

١- البعد السياسي:

يركز على حماية الدولة من التهديدات الداخلية والخارجية، ويشمل الحفاظ على الوحدة الوطنية والاستقرار السياسي والاجتماعي. ويشمل أيضًا حرية اتخاذ القرار السياسي والسيادة الوطنية (الربيعي، ٢٠٠٩: ٩٥) .

٢- البعد العسكري:

يعد حجر الزاوية في الأمن الوطني، ويشمل القوة العسكرية التي تُستخدم لردع الأعداء وحماية الدولة من الاعتداءات الخارجية، مع ضرورة تنسيقها مع الوسائل الدبلوماسية والاقتصادية (قطيش، ٢٠١١: ٢٢) .

٣- البعد الاقتصادي:

يُعد القوة الاقتصادية ركيزة أساسية لتحقيق الأمن الوطني، ويشمل تحقيق الاكتفاء الذاتي، وتحقيق التنمية الاقتصادية المستدامة التي تدعم القدرات العسكرية والاجتماعية للدولة (ماكنمارا، ٢٠١٠: ٢١) .



٤- البعد الاجتماعي:

يهدف إلى تعزيز التماسك الاجتماعي والانتماء الوطني، ويشمل الأمن المدني، الصحي، والنفسي للمواطنين، ويعد الأساس الذي يُبنى عليه الأمن والاستقرار المجتمعي (الشابندر، ٢٠٠٨: ١٥٤).

٥- البعد الثقافي:

يحمي الهوية الوطنية والقيم الثقافية من التهديدات الداخلية والخارجية، ويشمل الأمن الفكري والإعلامي كجزء من الأمن الوطني (حسين، ٢٠١٦: ٧٨).

٦- البعد البيئي:

يُعنى بمواجهة المخاطر البيئية مثل التلوث والتغير المناخي والكوارث الطبيعية التي تهدد سلامة المجتمع والدولة (شقاء، ٢٠٠٤: ٤٥).

٧- البعد الجيوبوليتيكي:

يتمثل في استغلال الموقع الجغرافي للدولة واستثمار مميزاته مع مراعاة التوازنات الإقليمية والدولية لضمان الأمن والاستقرار (العتوم، ٢٠٠٤: ٩٠).

أهداف الأمن الوطني

إن الوصول إلى تحقيق الأهداف التي يسعى إليها صانع القرار لا يأتي دفعة واحدة أو عن طريق الصدفة وإنما يحتاج إلى فترة طويلة وذلك لشمولية مفهوم الأمن الوطني بوصفه يؤثر على كافة نواحي الحياة الإنسانية، ومما تقدم يمكن إيجاز الأهداف التي يسعى إلى تحقيقها الأمن الوطني بما يأتي :-



- ١- الأهداف التي ترتبط بالدفاع عن الكيان المادي للدولة (الأمن العسكري) ، ومواردها الأولية وتقدمها الصناعي (الأمن الاقتصادي)، وبناءها الحضاري والإيديولوجي (الأمن الأيديولوجي)، والتي كلها تعمل على الأمن السياسي الذي يتضمن الوحدة الوطنية والاستقرار السياسي .
 - ٢- القدرة على حماية الافراد من الاخطار التي قد تواجههم .
 - ٣- حماية استقلال الدولة وسيادتها.
 - ٤- حماية أركان الدولة (الشعب، الإقليم، السيادة) وحمايتها من المهددات الخارجية والداخلية .
 - ٥- خلق بيئة ذات امكانيات تساعد الدولة على توفير احتياجات ابناءها وحماية البيئة وتحقيق الأمن المائي والغذائي والتنمية الشاملة.
 - ٦- استقرار السلطات واحترام القانون وحرية التعبير عن الرأي وحرية المعتقدات والممارسات الدينية واحترام الملكية الخاصة باعتبارها قيم غير قابلة للمساواة.
 - ٧- الدفاع عن القيم الحضارية والأيديولوجية والتأريخية للامة.
 - ٨- تحقيق التنمية الاقتصادية المستدامة اذ يعد الأمن الاقتصادي من الأعمدة الأساسية للأمن الوطني، ويهدف إلى توفير البيئة الملائمة للاستقرار الاقتصادي وتنمية الموارد الوطنية.
- (Friedman, 2007:100)

مرتكزات الأمن الوطني

تشكل مرتكزات الأمن الوطني إطارًا عمليًا لإدارة التهديدات وحماية مصالح الدولة، ويمكن تلخيصها في العناصر التالية:

- ١- إدراك التهديدات الخارجية والداخلية



يتطلب ذلك تقييمًا دقيقًا للتهديدات المحتملة، سواء كانت عسكرية، اقتصادية، اجتماعية، أو بيئية .

٢- بناء القدرات الوطنية

يشمل تطوير القوة العسكرية، الأمنية، والاقتصادية، وكذلك المؤسسات السياسية والاجتماعية القدرة على مواجهة التحديات.

٣- استراتيجية مواجهة التهديدات

وضع خطط وسياسات فعالة للتعامل مع الأزمات والتهديدات، مع التركيز على التعاون الإقليمي والدولي.

٤- توفير الأمن المجتمعي والبيئي

ويشمل حماية الأمن الاجتماعي، الصحي، والبيئي كجزء من منظومة الأمن الوطني.
(Friedman, 2007: 115).

مفهوم السلم المجتمعي

لغةً: كلمة "سلم" تعني السلامة، وهو نقيض الحرب، ويستخدم في التحية بمعنى السلامة والبركة (الفراهيدي، ٢٠٠٢، ص. ٧٣٣) .

اصطلاحًا: السلم المجتمعي هو مجموعة من المبادئ والقيم والسلوكيات التي تهدف إلى تحقيق التعايش السلمي ونبذ العنف، وحل النزاعات بطرق قانونية وسلمية، ويعبر عن حالة من الوئام والمصالحة بين مكونات المجتمع في ظل غياب العنف والقهر (ناجي، ٢٠١٣: ٢٨) .

ان السلم المجتمعي ضروري لاستقرار المجتمعات التي تواجه صراعات داخلية وخارجية، إذ لا يمكن لأي مجتمع أن ينهض ويتطور دون الاستقرار والبعد عن التوترات والعنف.



اما السلم المجتمعي في الوثائق الدولية لحقوق الإنسان فتعترف الوثائق الدولية، مثل الإعلان العالمي لحقوق الإنسان (١٩٤٨)، بالعلاقة الوثيقة بين احترام حقوق الإنسان وتحقيق السلم المجتمعي ومن الاتفاقيات ذات الصلة: العهد الدولي الخاص بالحقوق المدنية والسياسية (١٩٦٦)، واتفاقية مناهضة التعذيب، واتفاقية القضاء على التمييز العنصري .

وقد يشير السلم المجتمعي إلى عدد من المصطلحات مثل :-

التسامح: لغةً يعني العفو واللين، اصطلاحًا يعني العفو عند المقدرة والسمو الأخلاقي، وهو ركيزة لتحقيق الوحدة والتماسك الاجتماعي والقضاء على النزاعات .

اما التعايش: لغةً يعني العيش على المودة، اصطلاحًا يعني حالة الحياة المشتركة بين مجموعات مختلفة (عرقياً، دينياً، فكرياً) مع احترام الهوية والاختلاف وحل النزاعات بطرق سلمية .

والتعددية : مبدأ يعترف بوجود التنوع والاختلاف في المجتمع ويعمل على تنظيمه وفق قواعد تحترم هذا التنوع، خصوصاً في المجتمعات الحديثة . (الشافعي ، ٢٠٠٨ : ١١٣) .

وبعد ان تم تناول متغيرات البحث وتم التعرف عليهن يذكر الباحث اساليب التحصين النفسي بشكل عام اولاً ومن ثم ربطها مع متغيرات البحث .

أساليب التحصين النفسي وتطبيقاتها

١- نموذج (Lahad & Leykin, 2013) BASIC PH

تم تطوير نموذج BASIC PH بواسطة البروفيسور مولى لاهاد والدكتورة أوفر أيلون، ويعد إطاراً متكاملًا لفهم وتطوير القدرة على التكيف مع الأزمات. يتألف النموذج من سبعة عناصر

رئيسية :



- الجسدي (Physical) - العاطفي (Affective) - السلوكي (Behavioral) - الاجتماعي -
(Social) الروحي (Imaginative) - المعرفي (Cognitive) - الوجودي (Existential)
يُستخدم هذا النموذج في تصميم برامج دعم نفسي تلائم فترات الأزمات، مثل الكوارث الطبيعية أو
الأزمات الاجتماعية. يعد إطاراً متكاملًا يساعد في تقييم وتطوير القدرة على التكيف مع
الأزمات.

٢- برامج الدعم المهني (Battlemind (RAND, 2011) :

تم تطوير برنامج Battlemind من قبل مؤسسة RAND الأمريكية، ويهدف إلى تعزيز الصحة
النفسية والمرونة لدى الأفراد العسكريين. تشمل مكونات البرنامج التدريب على :
- التكيف مع الضغوط النفسية المرتبطة بالخدمة العسكرية.
- تعزيز مهارات التواصل الاجتماعي والدعم المتبادل.
- تقديم استراتيجيات للتعامل مع الصدمات النفسية المحتملة.
أظهرت الدراسات أن البرنامج يُسهم في تقليل أعراض الاكتئاب والقلق، وتحسين جودة الحياة لدى
المشاركين.

٣- التحصين المعرفي (Prebunking (van der Linden, 2023) :

يعد مفهوم "Prebunking" بمثابة استجابة وقائية تهدف إلى تعزيز مقاومة الأفراد للمعلومات
المضللة قبل تعرضهم لها. يعتمد هذا النهج على تقديم معلومات مضادة بشكل استباقي، مما
يساعد الأفراد على التعرف على أساليب التضليل والتلاعب. أظهرت الدراسات أن هذا النهج
يُسهم في تقليل تأثير المعلومات المضللة على الأفراد.



فضلا على ما ذكر هناك ايضا اساليب اخرى للتحصين النفسي

أ. التعليم والتوعية النفسية :- تشمل رفع الوعي لدى الأفراد والمجتمعات حول مخاطر الأزمات النفسية وأساليب مواجهتها، مما يساعد على تقليل الهلع والارتباك وزيادة الثقة بالنفس والتدريب على مهارات التحكم في التوتر، وإدارة الغضب، والتفكير الإيجابي (Bandura, 1997 : 85)

ب- الدعم الاجتماعي والأسري :- الدعم من العائلة، الأصدقاء، والمؤسسات الاجتماعية يلعب دورًا هامًا في تعزيز الاستقرار النفسي، ويقلل من الشعور بالعزلة والضعف وبرامج التلاحم الاجتماعي وتقوية الروابط بين أفراد المجتمع تعمل على رفع مستوى الثقة والاندماج الاجتماعي

ج. التنمية المجتمعية والمشاركة المدنية:- تفعيل مشاركة الأفراد في صنع القرار وتعزيز الانتماء الوطني والاجتماعي يقلل من الشعور بالاغتراب والتهميش، ويزيد من القدرة على مواجهة الأزمات وتطوير برامج تدريبية تركز على بناء مهارات القيادة والتواصل لدى الشباب .

د. تعزيز الهوية الوطنية والقيم الثقافية :- التمسك بالقيم المشتركة والهوية الوطنية يساهم في توفير استقرار نفسي وجماعي، ويقلل من النزاعات الداخلية ويعزز الأمن المجتمعي (Putnam, 2000: 22).

تأثير التحصين النفسي على الأمن الوطني

يعزز التحصين النفسي من قدرة الأفراد والمجتمعات على الصمود أمام التهديدات الأمنية، سواء كانت داخلية أو خارجية، ويقلل من تعشي الانقسامات والاضطرابات. ويسهم في بناء قوة مجتمعية موحدة ومتماسكة، مما يدعم استقرار الدولة وسيادتها، ويقلل من قابلية الأفراد للتجنيد في جماعات العنف أو التطرف، عبر تعزيز الانتماء الوطني والقيم الإيجابية ، ويعزز استقرار الدولة عبر تقليل مخاطر الانهيارات الجماعية (McCauley & Moskalenko, 2008: 78).



تأثير التحصين النفسي على السلم المجتمعي

يعمل التحصين النفسي على تعزيز التعايش السلمي بين مكونات المجتمع المختلفة عبر تنمية مهارات الحوار والاحترام المتبادل ويساعد في الحد من مظاهر العنف المجتمعي ويقلل من الاحتقان الاجتماعي ويعزز مفهوم التسامح والتعددية وقبول الآخر، مما يدعم وحدة المجتمع وتماسكه، و التماسك الداخلي يرتفع حينما يكون المجتمع قادراً على التكيف والنشاط الإيجابي بدلاً من الانقسام والعنف (التميمي، ٢٠٢٠ : ٥٤).

منهجية البحث

١- مراجعة الأدبيات العلمية والنظرية

بدأ البحث بمراجعة شاملة للأدبيات العلمية المتعلقة بالتحصين النفسي وأثره في تعزيز الأمن والسلم المجتمعي. شملت هذه المراجعة كتباً ومقالات بحثية منشورة في مجلات علمية محكمة، باللغتين العربية والإنجليزية، تعالج موضوعات الصمود النفسي، التكيف مع الأزمات، وأسس بناء المجتمعات المستقرة نفسياً. وتم استخدام قواعد بيانات أكاديمية معروفة مثل Google Scholar، JSTOR، ودار المنظومة للبحث عن المصادر، إذ تم اختيار دراسات ذات صلة مباشرة بموضوع البحث وذات جودة منهجية عالية. كما شملت الأدبيات النظرية دراسات تتناول النماذج النفسية والاجتماعية للتحصين النفسي وآلياته، مثل تعزيز الدعم الاجتماعي، برامج الوعي النفسي، وتنمية المهارات التكيفية. تم تحليل هذه الدراسات بهدف تحديد الأساليب المتبعة في التحصين النفسي، والعوامل المؤثرة على فاعليتها، إضافة إلى استنتاج تأثيرها على الأمن الوطني والسلم المجتمعي في بيئات الأزمات.



فقد تناولت الأدبيات النفسية مفهوم التحصين النفسي باعتباره مجموعة من الإجراءات والبرامج التي تهدف إلى تقوية قدرة الأفراد على مواجهة الضغوط والصدمات، والحد من التأثيرات السلبية للأزمات على الصحة النفسية ويشمل ذلك استراتيجيات معرفية وسلوكية تعزز التفكير الإيجابي، وتنمي المرونة النفسية، وتدعم مهارات حل المشكلات. (Seligman, 2018:114).

اما فيما يخص التحصين النفسي والأمن الوطني فأشارت دراسات أمنية واجتماعية إلى أن الأفراد والمجتمعات التي تتمتع بمرونة نفسية عالية تكون أقل عرضة للانخراط في أنشطة تهدد الأمن الوطني، مثل العنف السياسي أو الجريمة المنظمة. وترتبط هذه الدراسات بين الاستقرار النفسي الجماعي والقدرة على مواجهة محاولات زعزعة الاستقرار الداخلي. (عبد الجبار، ٢٠٢٠، ص ٥٥) والتحصين النفسي والسلم المجتمعي فأن الأبحاث قد ذكرت أن برامج التحصين النفسي، خصوصًا في بيئات النزاعات، تساهم في خفض النزاعات الداخلية وتعزز قيم التسامح والحوار، وهذا بدوره يقلل من حدة الانقسامات الاجتماعية والطائفية، ويعزز التعايش السلمي. (اليونسيف، ٢٠١٩: ٢٤).

٢- تحليل الدراسات الميدانية والتقارير التطبيقية

قام الباحث بجمع وتحليل مجموعة من الدراسات الميدانية والتقارير الصادرة عن منظمات دولية ومحلية تعمل في مجالات الصحة النفسية والأمن المجتمعي، منها تقارير منظمة الصحة العالمية، اليونسيف، ومراكز بحوث عربية مهتمة بالأمن المجتمعي والتنمية البشرية. وتركزت هذه التقارير على تقييم تنفيذ برامج التحصين النفسي في مناطق تعاني أزمات مشابهة للعراق، مثل مناطق النزاع في سوريا واليمن، بالإضافة إلى مناطق النزوح الداخلي. تم استخدام منهج التحليل الوثائقي لهذه الدراسات لتحديد نتائج تطبيق البرامج، خاصة فيما يتعلق بتأثيرها على



تقليل العنف، الحد من التطرف، وتعزيز التماسك الاجتماعي. هذا التحليل ساعد في وضع إطار تطبيقي يربط بين النظرية والتجربة العملية، مع التركيز على الدروس المستفادة التي يمكن تكييفها في السياق العراقي. ومن هذه الدراسات الميدانية والتقارير التي تم جمعها وتحليلها :-

١- تقرير سنوي لمنظمة الصحة العالمية - العراق (WHO Iraq Annual Report 2021)

محتوى التقرير: وصف لتوسيع خدمات الصحة النفسية في المرافق الأولية، بيانات عن عدد المراكز والمختصين التي دعمتهم المنظمة، ومقترحات لدمج خدمات الصحة النفسية في النظام الصحي .

واختير : لأنه يغطي مستوى السياسات الوطنية والجهود التنسيقية بين الوزارة والمنظمات الشريكة في فترة حديثة .

٢- تقرير اليونيسف - الوضع الإنساني والاحتياجات النفسية للأطفال في العراق (Iraq COAR/2019) وملفات MHPSS لليونيسف)

محتوى التقرير: احتياجات الأطفال واليافعين من خدمات الدعم النفسي-الاجتماعي (MHPSS)، وصف لبرامج الدعم المدرسي والأنشطة المجتمعية، وأرقام تقديرية لعدد الأطفال المتضررين.

واختير: لأنه يوفر رؤية قطاعية عن تأثير الأزمات على الأطفال وخيارات التدخل المجتمعي .

٣- تقارير وبرامج المنظمة الدولية للهجرة - (IOM) برنامج MHPSS في العراق (٢٠٢٠-٢٠٢٢)

(٢٠٢٢)



محتوى التقارير: تقارير أنشطة ميدانية، تقييمات سريعة لاحتياجات الصحة النفسية في محافظات مختارة (مثل تقييمات في صلاح الدين وشرقات)، وصف تدخلات مجتمعية ورسائل توعوية وإحالات للمراكز المتخصصة.

اختير IOM : لأنها تعمل مباشرة مع النازحين والعودة، وتقاريرها غنية بالبيانات الميدانية والحالات الموثقة .

٤- مسح الصحة النفسية العراقي — (Iraq Mental Health Survey) جزء من WHO World Mental Health Surveys (2006–2007) دراسات لاحقة

محتوى الدراسة: مسح وطني تمثيلي شمل ٤,٣٣٢ شخصًا بالغًا، استخدمت مقابلات معيارية (CIDI) لقياس انتشار الاضطرابات النفسية وخلفيات الصدمات. يوفر قاعدة مرجعية للانتشار في المجتمع قبل/بعد موجات عنف مختلفة.

اختير: لأنه يعطي أرقامًا وبُنية أساسية لمدى انتشار الاضطرابات والارتباط بعوامل الخطر (نزوح، عنف).

٥- تقارير عن صحة المجتمع والاحتياجات الإنسانية (Health Cluster / Humanitarian Needs Overviews)

محتوى: بيانات تجمعها منسقي الصحة والقطاعات الإنسانية عن احتياجات MHPSS في محافظات متعددة، مؤشرات تغطية الخدمات، والفجوات. مفيدة لمقارنة المناطق. (وثائق حقوق الانسان الدولية ، ويكيبيديا).



تم تحليل هذه الدراسات والتقارير من خلال :-

١- تجميع المصادر وفرزها:- فقد قام الباحث بجمع تقارير ومنشورات من WHO ،، Health Cluster ، IOM ، UNICEF ، دراسات مسحية محكمة، ومراجعات منهجية. استبعدنا المواد غير الموثوقة أو التي تفتقر إلى منهجية واضحة. (مصادر مثل تقارير الأمم المتحدة والمنظمات الدولية تم تفضيلها لشفافيتها) .

٢- التحليل الوثائقي :- قام الباحث بقراءة كل تقرير بحثيًا: استخراج معلومات منهجية منه للاستفادة في البحث الحالي .

٣- التحليل الموضوعي/النوعي :- طَبَّقَ الباحث ترميزًا موضوعيًا على النصوص لاستخراج ثيمات متكررة: (أ) عناصر التحصين النفسي الفعالة، (ب) عوامل نجاح التنفيذ (تدريب العاملين، إشراك المجتمع)، (ج) العقبات (نقص الموارد، وصمة المرض النفسي، ضعف إحالات المتابعة)، والاستفادة من نتائج الدراسات الميدانية لرفع مصداقية الاستنتاجات.

النتائج

١- وضع برامج التحصين النفسي الفعالة تعتمد على الدمج بين الدعم الاجتماعي والتدريب على مهارات التكيف وتعزيز الوعي النفسي.

٢- التحصين النفسي يسهم بشكل واضح في خفض معدلات العنف والجريمة في المجتمعات التي تمر بأزمات.

٣- ارتفاع مستوى التحصين النفسي يرتبط إيجابيًا بمؤشرات الأمن الوطني، من خلال تقليل احتمالية الانخراط في أنشطة تهدد الاستقرار.



- ٤- التحصين النفسي يعزز التماسك الاجتماعي، ويقلل من النزاعات الطائفية أو العرقية، مما يدعم السلم المجتمعي.
- ٥- التدخلات المدرسية والأنشطة المجتمعية فعّالة في تقوية صمود الأطفال واليافعين — أدلة من اليونيسف ومراجعات الأدبيات تدعم أن برامج اللعب المنظم، مجموعات التعبير، وتدريب المعلمين تقلل أعراض القلق والاكتئاب لدى الأطفال المتأثرين ، وبهذا تحقق مستقبل امن .
- ٦- عوامل نجاح تنفيذ برامج التحصين النفسي — وذلك من خلال إشراك المجتمع المحلي، وتدريب العاملين غير المتخصصين على آليات التحصين النفسي لتحديد الحالات ، والتمويل المستمر كلها عوامل تسهم في تحقيق الامن الوطني وتؤثر عليه كما تؤثر في السلم المجتمعي .
- ٧- تأثيرات واضحة ومباشرة على الأمن والسلم المجتمعي — فالصحة النفسية وبناء الشخصية المتناسكة هي جزء لا يتجزأ من بناء المجتمع .

الاستنتاجات

- ١- التحصين النفسي ضرورة استراتيجية لا ترفيهية فهو يشكل عنصرا استراتيجيا لديمومة الامن والاستقرار المجتمعي ،فهو يقلل من التعرض للاضطرابات النفسية ويدعم قابلية المجتمع للصمود أثناء وبعد الأزمات، فالاستثمار في برامج التحصين النفسي يجب أن يكون جزءًا من استراتيجيات الأمن الوطني، نظرًا لدوره في الوقاية من العنف والتطرف.
- ٢- دمج البرامج النفسية في سياسات الدولة يُعدّ خطوة أساسية في بناء المجتمع المتناسك .
- ٣- النتائج تشير إلى علاقة قوية بين التحصين النفسي وتحسن مؤشرات السلم المجتمعي، لكن الأدلة التجريبية القاطعة محدودة: معظم الأدلة ميدانية ووصفية؛ فهناك حاجة لدراسات شبه تجريبية أو طولية تقيس التأثير المباشر على مؤشرات العنف أو التطرف .



٤- أولوية التركيز على الشباب والأطفال: الأدلة العملية (يونيسف ومراجعات البرامج) تظهر أن التدخل المبكر في المدارس والمجتمعات يحقق أفضلية في تقليل الأثر النفسي للأزمات، والتركيز على فئة الشباب ضروري لأنهم الأكثر عرضة للتأثر بالأزمات وأيضًا الأكثر قدرة على نشر قيم الاستقرار إذا تم دعمهم نفسيًا.

٥- البعد المجتمعي: المجتمعات التي تمتلك برامج تحصين نفسي قوية تكون أكثر قدرة على تجاوز الأزمات والحفاظ على سلمها الداخلي.

٦- البعد الوقائي: التحصين النفسي لا يقتصر على معالجة الآثار، بل يقي من حدوثها عبر بناء قدرات الأفراد مسبقًا.

التوصيات

١- إدماج التحصين النفسي في الاستراتيجيات الوطنية للأمن وذلك من خلال جعل برامج الدعم النفسي والاجتماعي جزءًا أساسيًا من خطط الأمن الوطني، وخاصة في المناطق المتأثرة بالأزمات.

٢- تعزيز التعاون مع المنظمات الدولية والعمل مع منظمة الصحة العالمية واليونيسف لتطوير برامج وطنية مستندة إلى تجارب عالمية ناجحة.

٣- تركيز الجهود على الفئات الأكثر عرضة للضرر وتخصيص برامج خاصة للشباب، والنساء، والأطفال، بما يعزز قدرتهم على الصمود النفسي والتفاعل الإيجابي مع المجتمع.

٤- إدخال برامج الصحة النفسية في التعليم وإدراج مواد تعليمية تتناول مهارات التكيف النفسي وإدارة الضغوط في المناهج الدراسية.



٥- تطوير نظام وطني للرصد والتقييم وإنشاء قاعدة بيانات وطنية ترصد مؤشرات الصحة النفسية وتطور مستوى التحصين المجتمعي بشكل دوري.

والمقترحات

- ١- إنشاء مراكز وطنية ومجتمعية للتحصين النفسي ومراكز تقدم الإرشاد النفسي المجاني، وتنظم ورش عمل للتدريب على مهارات التكيف.
- ٢- تنظيم حملات إعلامية توعوية وحملات على التلفزيون ووسائل التواصل الاجتماعي لتعريف الجمهور بأهمية التحصين النفسي ودوره في الأمن المجتمعي.
- ٣- تفعيل برامج تدريبية لموظفي القطاعات الأمنية والخدمية وتدريب عناصر الأمن والعاملين في الخدمات العامة على أساليب الدعم النفسي في حالات الطوارئ.
- ٤- إجراء بحوث وطنية موسعة ودراسات ميدانية شاملة في مختلف المحافظات لقياس مستويات التحصين النفسي وارتباطه بمؤشرات الاستقرار الأمني.
- ٥- تخصيص تمويل مستدام واعتماد ميزانيات سنوية مخصصة لبرامج التحصين النفسي لضمان استمراريتها بعيداً عن التمويل المؤقت.



المصادر

- أبو أسعد ، أحمد، (٢٠١١): علم النفس الأرشادي، الطبعة (١)، دار المسيرة للنشر والتوزيع، الأردن، عمان.
- أبو علام، رجاء محمود (٢٠٠٧): مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، ط6، دار النشر للجامعات، القاهرة - مصر.
- أبو غزالة، سامي. (٢٠١٩): إدارة الأزمات: منظور نفسي واجتماعي. دار الشروق، ص ٢٢.
- البكري، فاطمة. (٢٠٢٢): السلم المجتمعي وبناء الدولة. مجلة العلوم الإنسانية، جامعة الجزائر، العدد ٧، ص ٨٩.
- تريفورس، ج. (٢٠١٣). الأمن الوطني: منظور شامل. مجلة السياسة العامة، ١٠ مجلد (٣).
- التميمي، أحمد. (٢٠٢٠): التحصين النفسي وعلاقته بالتكيف المهني والاجتماعي. بغداد: دار الحكمة للنشر والتوزيع.
- التميمي، فلاح عجيل (٢٠٢١):المعتقدات الصحية وعلاقتها بالمناعة النفسية لدى المتعافين من جائحة كورونا في محافظة واسط،رسالة ماجستير غير منشورة في كلية التربية للعلوم الإنسانية - جامعة واسط - العراق.
- الجنابي، طارق. (٢٠٢٠): مدخل إلى الأمن الوطني. بغداد: مركز البيان، ص ١٤.
- حسين، زكريا. (٢٠١٦). الأمن الوطني والتنمية المستدامة. مجلة التنمية والسياسة، ١٥ (١)، ٦٠-٧٥.
- ختاتنة، سامي وأبو أسعد، أحمد (٢٠١٠): علم النفس الإعلامي، الأردن، دار المسيرة.



- الخراشي، ناهد (٢٠٠٣) : أثر القرآن الكريم في الأمن النفسي، مجلة منبر الإسلام العدد) :
أثر القرآن الكريم في الأمن النفسي، مجلة منبر الإسلام العدد ٣٧.
- الدريج، محمد، (٢٠١٢): التحصين النفسي لحماية الشباب من تعاطي المخدرات مشروع أنشاء برنامج عربي متكامل، أتحاد كتاب المغرب ووزارة الثقافة وسلسلة المعرفة للجميع.
- الربيعي، س. (٢٠٠٩): تطور مفهوم الأمن الوطني في العلاقات الدولية. مجلة دراسات العلاقات الدولية، ٨(٣)، ٩٠-١١٠.
- الرمضاني، م. (٢٠١٨): الأمن الوطني: مفاهيم وأبعاد. دار الفكر الحديث.
- زيدان ، عصام (٢٠١٣) : المناعه النفسية مفهومها وابعادها وقياسها ، مجلة كلية التربية ،
جامعة طنطا ، العدد (٥١) .
- الشابندر، عبد الرحمن (٢٠٠٨): الأمن الوطني وأبعاده المتعددة. بيروت: مركز دراسات الشرق الأوسط. ص. ١٥٠-١٥٤.
- محمد بشير الشافعي، (٢٠٠٣): قانون حقوق الانسان ، مصادره ، تطبيقاته الوطنية والدولية ،
ط ٢ ، منشأة المعارف بالإسكندرية .
- شقاء، علي. (٢٠٠٤). الأمن الوطني: مفهومه وأبعاده. المجلة العربية للدراسات الأمنية،
٣(٢)، ١٠-٢٠.
- الشمري، علي. (٢٠١٧): السلم المجتمعي في ظل الأزمات. بغداد: المركز العراقي للدراسات الاستراتيجية، ص ٤١-٤٤.



- صويح، هشام جمعه (٢٠١٦): المفاضلة في الخصائص القياسية لأساليب إنتقاء الفقرات الإختبارية لمقياس التحكم المدرك وفقاً لنظرية المنحنى المميز للفقره ، إطروحة دكتوراه ،جامعة بغداد ، العراق .
- العتوم، (٢٠٠٤) : علم النفس المعرفي، النظرية والتطبيق، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان.
- عبد الجبار، فاضل. (٢٠٢٠). الأمن النفسي وعلاقته بالأمن الوطني. عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع، ص ٥٥.
- عبد الحميد، سعاد. (٢٠٢١): الصحة النفسية في مجتمع الأزمات. مجلة العلوم النفسية، جامعة القاهرة، (١٢)، ١١٠-١٢٥.
- الفراهيدي ،الخليل بن أحمد ،(٢٠٠٤) : العين ، معجم لغوي تراثي ، ترتيب ومراجعة : د. داود سلوم وآخرون ، ط ١ ، مكتبة بنان ناشرون ، بيروت ، ٢٠٠٢ ، ص ٣٧٧ - ٣٧٨ .
- قطب، سيد (١٩٨٠): في ظلال القرآن، ط٩ ، بيروت _ دار الشروق.
- قطيش، محمد حسن. (٢٠١١): الأمن الوطني بين النظرية والتطبيق. دار الفكر العربي.
- ماكنمارا، روبرت (٢٠١٠): جوهر الأمن: التطور والتنمية في سياق الأمن الوطني. نيويورك: مطبعة جامعة كولومبيا. ص. ٢١.
- محمد، علي. (٢٠١٤): نشأة وتطور مفهوم الأمن الوطني. مجلة العلوم السياسية، ١٢(١)، ٢٠-٣٥.
- مرسي، محمد. (٢٠١٨): التحصين النفسي والوقاية من الاضطرابات السلوكية. دار الفكر العربي، ص ٣٣.



• المزني ، اسامة عطية (٢٠١٦) : الحصانة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل وجودة الحياة لدى شباب في مراكز الايواء في قطاع غزة ، الجامعة الاسلامية ، غزة ، فلسطين .

• ناجي عباس ، (٢٠١٩) : السلم الاجتماعي مفهومه مقوماته ، منشور على موقع مركز عدل لحقوق الإنسان على الموقع الإلكتروني ، . [https // adel hr . org](https://adelhr.org) بتاريخ 2019

/ 5 / 2

• وثائق حقوق الإنسان الدولية ، منشور في موقع ويكيبيديا على الرابط الإلكتروني // [https //](https://ar.wikipedia) .

• اليونيسف. (٢٠١٩): تعزيز الصحة النفسية في بيئات النزاعات: برامج التحصين النفسي. نيويورك: اليونيسف، ص ٢٣-٢٤.

- Bar-Tal, D. (2004). Sociopsychological Foundations of Intractable Conflicts. *American Behavioral Scientist*, 47(11), 1430-1453.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman, 85.
- Buzan, B. (1983). *People, States, and Fear: The National Security Problem in International Relations*. Chapel Hill: University of North Carolina Press.
- David Stone, Joshua. (2001). *Secrets of the Ages as Revealed by Spirit and the Masters*. Lincoln: Writers Club Press.
- Friedman, G. (2007). *The Next Decade: Where We've Been... and Where We're Going*. Doubleday "The BASIC Ph Model of Coping and Resiliency" (Lahad & Ayalon, 2013).
- Galtung, J. (1996). *Peace by Peaceful Means: Peace and Conflict, Development and Civilization*. London: Sage, 44.



- Johnson, M.(2016). Idealism and Social Change. *International Journal of Philosophy*, 12(2),78-93.
- Meredith, L. S., Sherbourne, C. D., Gaillot, S., Hansell, L., Ritschard, H. V., Parker, A. M., & Wrenn, G. (2011). *Promoting Psychological Resilience in the U.S. Military*. Santa Monica, CA: RAND Corporation. <https://doi.org/10.7249/MG996>.
- –. *Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings*. Geneva: WHO Press, p. 33–35. WHO – (منظمة الصحة العالمية ٢٠٢١).
- McCauley, C., & Moskaleiko, S. (2008). *Mechanisms of Political Radicalization: Pathways Toward Terrorism*. *Terrorism and Political Violence*, 20(3), 415-433.
- McGuire, W. J. (1964). *Inducing resistance to persuasion: Some contemporary approaches*. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology* (Vol. 1, pp. 191–229). New York, NY: Academic Press.
- Seligman, M. (2018). *The Hope Circuit: A Psychologist's Journey from Helplessness to Optimism*. New York: PublicAffairs, p. 112–115.
- Olah, a, Nagy, H & Toth, K. (2010): *Life expectancy and psychological immune competence in different cultures*. *ETC – Empirical Text and Culture Research*, 4-102-108.
- Zimmerman, M.A. (2000). *Empowerment Theory: Psychological, Organizational and Community Levels of Analysis*. In J. Rappaport & E. Seidman (Eds.), *Handbook of Community Psychology* (pp. 43-63). Springer, 68.