

ورقة عمل

مقترح دليل لمواجهة الآثار الناجمة عن العقوبات السالبة للحرية

مقدم من

د/ ريهام محيي

خبير علم نفس بالمركز القومي للبحوث الاجتماعية والجنائية

ضمن فعاليات المؤتمر السنوي لمؤسسة حياه للتنمية والدمج المجتمعي  
في إطار مشروع

" نحو إعادة التأهيل والدمج المجتمعي للسجناء مع التركيز علي السجينات "

Life

## مقدمة

هناك العديد من الكتابات النظرية والدراسات السابقة التي تناولت الآثار النفسية الناجمة عن الايداع بالسجون ، فمما لاشك فيه أن سلب الحرية ينجم عنه العديد من المخاطر منها الاختلاط بالمجرمين والمنحرفين والتأثيرات السلبية المتمثلة في الثقافة الإجرامية والتي تعرف " بثقافة مجتمع السجن " ، فضلاً عن أمراض نفسية واجتماعية ناشئة من ظروف الحياة داخل السجن حيث تتفشى مشاعر الخوف والقلق ويسود الحرمان من إشباع كثير من الحاجات الطبيعية بالإضافة إلى ما يواجه السجن بعد الإفراج عنه من عزلة وسوء العلاقات وانقطاع للدخل مما يؤثر سلباً على التكيف الاجتماعي للمفرج عنهم ويدفعهم إلى العودة مرة أخرى إلى ممارسة السلوك المنحرف (1).

ومن أهم الآثار النفسية المترتبة على العقوبات السالبة للحرية ، كما جاء في دراسة (الهليل ، 2010) يعاني المفرج عنهم من السجن من كل من الشعور بالصراع والتوتر النفسي ، حيث إن الشخص يجد نفسه يعاني من عدم إشباع حاجاته المختلفة والشعور بالإحباط لعدم تقبل المجتمع له بعد الإفراج عنه ، كذلك نجد يشعر بالخوف ، فنجد أن السجن يعاني السجن من هذا الشعور عندما يواجه المجتمع ويشعر بالخوف من الوقوع في الذلل أو الجريمة مرة أخرى كما يشعر بالخوف على شخصيته ومكانته في المجتمع إلا أن الخوف الشديد قد يؤدي به إلى شخصية انطوائية إذا لم تجد التقبل المناسب والمساعدة المناسبة من المحيطين به ، الشعور بضيق الأمل في مستقبل جيد ، وخاصة أن النتيجة الحتمية للسجن تكون فقدانه لوظيفته وقد يفقد شريك حياته أو ترفضه أسرته ، وعلى الجانب الآخر نجد المركز القومي للبحوث الاجتماعية والجنائية وقد أجرى دراسة حول الآثار النفسية للعقوبات سالبة الحرية (2) ، والتي قدمها (طريف شوقي وآخرون ، 1992) وكانت من أهم تلك الآثار ما يصيب الفرد من ناحية الجوانب المزاجية حيث ترتفع لديه درجة العصابية والذهانية ، فضلاً عن الميل للاعتمادية والانبساطية ، أما عن مفهوم الذات لدى المفرج عنه يتأثر سلباً بشكل كبير حيث أن تصوراتهم حول ذواتهم تتغير وتصبح سلبية ، هذا بالإضافة لانخفاض تقدير الذات فكثير من الممارسات التي يقومون بها داخل السجن تفقد احترامهم لذواتهم ، كما يظهر لديهم فكرة المجازاة الاجتماعية للمسجونين معهم حتى يستطيعوا التكيف مع مجتمع السجن حتى لو اقتضى الأمر اكتسابهم لسلوكيات مرفوضة ، ويأتي الشعور بالاكنتاب والقلق بدرجة مرتفعة لديهم وخاصة في فترة السجن الأولى ، بل أن بعضهم مع حرمانهم من حياتهم الطبيعية يصبح الاكنتاب سمة لديه ، بل قد يرجع ذلك للبطالة أو المشكلات العائلية العديدة في حياتهم ، وعن سلوك المفرج عنهم فإنه يتأثر بطول مدة وجودهم داخل السجن ، حيث يتأثر التفاعل الاجتماعي لهم مع الآخرين كما يكتسبون سلوكيات منحرفة ، كذلك نجد الألفاظ النابية والتراشق بالألفاظ جزء من حديثهم العادي ، وعن سلوكهم الجنسي فيحدث فيه تدهور كبير نتيجة حرمانهم من إشباع حاجاتهم الجنسية ، فيلجأون للعديد من الممارسات الجنسية الخاطئة والمحرمة أما طواعية أو مجبرين من السجناء القدامى ، مما يترك أكثر سلباً عليهم ، مما يجعلهم يجدون صعوبة في الممارسات الطبيعية السوية عند خروجهم من السجن (3).

بعد التعرف على الآثار السلبية للعقوبات السالبة للحرية ، ومن ثم التعرف على بعض القدرات والمهارات الشخصية التي تتأثر سلباً لدى الفرد نتيجة إيداعه في السجن ، ومن ثم يمكننا بناء

على ذلك ، وضع مقترح لبرنامج يمكن تطبيقه على المفرج عنهم من السجن كجزء من الرعاية اللاحقة لهم ، بهدف إعادة بناء شخصيتهم ، وذلك بما يسمح لهم بإعادة الاندماج في المجتمع .

## الأساس النظري

سوف نعتمد في إعداد هذا الدليل على نظرية الذكاء الوجداني لـ (بار-أون Bar-on) ، وذلك نظراً لما يتضمنه هذا النموذج من ثراء في القدرات والمهارات الانسانية ، فضلاً عن أن الذكاء الوجداني كمفهوم يندرج تحت مجال علم النفس الايجابي ، وهو ما يتسق مع توجهنا في إعاد بناء شخصية المفرج عنهم بشكل يسعى لاكسابهم المهارات الحياتية اللازمة لإعادة دمجهم في المجتمع ، فضلاً عن هناك الكثير من الدراسات السابقة التي اتفقت على أن تمتع الانسان بقدرات ومهارات الذكاء الوجداني تساعده على أمرين في غاية الأهمية ، أولهما : النجاح في مجالات الحياة المختلفة (الدراسة – العمل – الزواج ..) ، وثانيهما : القدرة على مواجهة المشكلات والضغوط المختلفة ، ومما لاشك فيه أن خروج الشخص من السجن يمثل له صدمة ، تعرف ( بصدمة الإفراج) نظراً لما يواجهه من المجتمع من رفض ونفور ، ومن ثم فهو في حاجة لمجموعة من المهارات والقدرات التي تساعده على العودة للاندماج في المجتمع وإقامة علاقات اجتماعية سوية ، وقدرة على التواصل مع الآخرين ، وذلك بالإضافة للقدرة على مواجهة بل وإدارة الضغوط التي يتعرض لها من قبل أفراد المجتمع بعد خروجه من السجن ، وفي هذا الإطار نعرض هنا لنموذج بار-أون الذي سيتم الاعتماد عليه في بناء الدليل .

### نموذج ( بار – أون Bar-on ) للذكاء الوجداني (4)

يعد نموذج ( بار-أون) للذكاء الوجداني أحد النماذج المختلفة التي تتعامل مع القدرات العقلية ومجموعة من السمات المتنوعة، مثل : الدافع ، وحالات الإدراك ( مثل حالة التدفق والنشاط الاجتماعي) .

ويعرف ( بار – أون ) الذكاء الوجداني علي أنه " نظام من القدرات الشخصية والوجدانية والاجتماعية والمهارات التي تؤثر علي قدرة الفرد علي النجاح في مواجهة متطلبات البيئة وضغوطها".

ويتكون نموذج الذكاء الوجداني لدي ( بار \_ أون ) من منظورين مختلفين أحدهما منظومي والآخر طبوغرافي ، نعرض لها فيما يلي :

#### 1- المنظور المنظومي Systematic perspective :

ويتضمن مجموعة من العوامل المتشابهة المنتظمة منطقياً معاً داخل مجموعة واحدة ( مثل : العلاقات الاجتماعية ، والمسئولية الاجتماعية ، والتفهم ، جميعها جزء من مجموعة من المكونات المنتظمة المرتبطة بالمهارات الاجتماعية والتي تمثل مجموعه من المكونات الاجتماعية) ، وذلك كما يلي:

## الترتيب المنظومي لعوامل مكونات الذكاء الوجداني

1- المكونات الشخصية ( الذكاء الشخصي ) - الوعي بالذات - التوكيدية - تحقيق الذات - الاستقلالية	2- المكونات الاجتماعية (الذكاء الاجتماعي) - التفهم - العلاقات الاجتماعية - المسؤولية الاجتماعية
3- مكونات التكيف - حل المشكلات - إدراك الواقع - المرونة	4- مكونات إدارة الضغوط - تحمل الضغوط - ضبط الاندفاع
5- مكونات المزاج العام - السعادة - التفاؤل	

## 2- المنظور الطبوغرافي Topographic perspective :

ويتضمن مجموعة من المكونات العاملة للذكاء الوجداني طبقاً للترتيب بدءاً من " العوامل الأساسية أو الأولية " حتي " العوامل الناتجة أو في أعلي الترتيب " والتي ترتبط بمجموعة "العوامل المساندة أو الثانوية والمساعدة " والترتيب الطبوغرافي للعوامل وذلك كما يبدو في الجدول التالي:

### الترتيب الطبوغرافي لعوامل مكونات الذكاء الوجداني

1- العوامل الأساسية Core factors الوعي بالذات - التفهم - التوكيدية - إدراك الواقع - ضبط الاندفاع
2-العوامل المساعدة supporting factors تقدير الذات - الاستقلالية - المسؤولية الاجتماعية - التفاؤل - تحمل الضغوط - المرونة
3-العوامل الناتجة Resultant factors حل المشكلات - العلاقات الاجتماعية - تحقيق الذات - السعادة

إن ( بار – أون) أشار في بنائه النظري إلى أن الذكاء الوجداني يتكون من خمسة أبعاد أساسية يندرج تحتها خمسة عشر عاملاً فرعياً ونعرض لها تفصيلاً كما يلي (5):

### 1- الذكاء الشخصي The Intrapersonal Intelligence

يعد الذكاء الشخصي أحد أبعاد الذكاء الوجداني ، ويتضمن ما يتصل بالذات الداخلية والتي تحدد إلي أي مدى أنت مدرك لمشاعرك ؟ وماذا تفعل في حياتك ؟ ، والنجاح في هذا الجانب يعني أنك قادر علي التعبير عن مشاعرك وكذلك فإنك تعيش وتعمل مستقلاً وتشعر بقوة ولديك القدرة علي التعبير عن أفكارك ومعتقداتك.

ويتضمن هذا البعد خمس قدرات هي :

- الوعي بالذات Self – awareness : أي قدرة الفرد علي إدراك وفهم مشاعره الشخصية .

- التوكيدية **Assertiveness** : أي قدرة الفرد علي التعبير عن مشاعره ، ومعتقداته وأفكاره والدفاع عن حقوقه بطريقة غير مدمرة .
- تقدير الذات **Self – regard** : أي قدرة الفرد علي إدراك ذاته وفهمها وتقبلها واحترامها .
- تحقيق الذات **Self- actualization** : أي قدرة الفرد علي إدراك إمكاناته وقدراته علي توظيفها .
- الاستقلالية **Independence** : أي قدرة الفرد علي توجيه نفسه مستقلا عاطفيا عن الآخرين .

## 2- الذكاء الاجتماعي The Interpersonal Intelligence

وهو يتعلق بمهارات الأفراد وقدرتك علي التفاعل مع الآخرين لفترة طويلة ويتضمن :

- التفهم **Empathy** : أي قدرة الفرد علي إدراك مشاعر الآخرين وتفهمها وتقديرها
- المسؤولية الاجتماعية **Social responsibility** : أي قدرة الفرد علي توجيه نفسه كعضو متعاون وبناء في المحيط الاجتماعي الخاص .
- العلاقات الاجتماعية **Interpersonal relationship** : أي قدرة الفرد علي إقامة علاقات متبادلة مرضية مع الآخرين والمحافظة علي هذه العلاقات .

## 3- القدرة على التكيف Adaptability

هذا المكون للذكاء الوجداني يتعلق بقدرة الفرد علي الاستجابة لمدي واسع من المواقف الصعبة . والنجاح في هذا الجانب يعني إنك تستطيع فهم المشكلات وابتكار الحلول الفعالة ، ويتعامل معها ويحل الخلافات العائلية والصراعات التي يتعرض لها داخل الجماعة الاجتماعية له وفي مكان العمل.

ويتضمن هذا البعد ثلاث قدرات هي :

- إدراك الواقع **reality testing** : أي قدرة الفرد علي التمييز بين ما يشعره به وجدانياً وما يتواجد علي أرض الواقع .
- المرونة **Flexibility** : أي قدرة الفرد علي تعديل مشاعره ، وأفكاره وسلوكه كلما تغيرت ظروف حياته .
- حل المشكلات **Problem Solving** : أي قدرة الفرد علي تحديد وتعريف المشكلات كذلك إيجاد الحلول الفعالة له.

## 4- إدارة الضغوط Stress management

هذا البعد من أبعاد الذكاء الوجداني يتعلق بقدرة الفرد علي مواجهة الضغوط بدون انهيار أو فقدان للضبط ، والنجاح في هذا المجال يعني أن الشخص قادر عادة علي الهدوء ، وضبط اندفاعه ومواجهة الضغوط بشكل جيد ، وفي مكان العمل تساعد الشخص علي أن يتمتع بالحيوية ويواجه الكوارث ويؤدي أكثر من عمل في وقت واحد ، وفي المنزل يكون قادر علي القيام بالعديد من الأعمال المنزلية علي أن يكون يقظ ويتمتع بحالة جسدية جيدة.

ويتضمن هذا البعد قدرتين هما :

- **تحمل الضغوط Stress Tolerance** : أي قدرة الفرد علي البقاء هادئاً والمواجهة عند التعرض لأحداث غير ملائمة أو صراعات وانفعالات بدون انهيار.
- **ضبط الاندفاع Impulse Control** : أي قدرة الفرد علي مقاومة أو تأجيل اندفاعه نحو القيام بفعل معين وذلك عن طريق تحكمه في مشاعره.

#### 5- الحالة المزاجية العامة General mood

هذا البعد من أبعاد الذكاء الوجداني يتعلق بنظرة الفرد للحياة ، وبقدرته علي إمتاع نفسه والآخرين ، ومدى انسام مشاعره العامة بالرضا أو عدم الرضا.

ويتضمن هذا البعد قدرتين هما :

- **التفاؤل Optimism** : أي قدرة الفرد علي النظر للجانب المشرق من الحياة والمحافظة علي اتجاه إيجابي حتى في مواجهة مشاعره السلبية .
- **السعادة Happiness** : أي قدرة الفرد علي الشعور بالرضا عن حياته ، والرضا عن نفسه ، وعن الآخرين والاستمتاع بالحياة والتعبير عن مشاعره الإيجابية .

#### مقترح دليل لـ (المهارات الحياتية اللازمة لتأهيل السجناء وإعادة دمجهم مجتمعياً)

بناء على ما سبق عرضه من نموذج الذكاء الوجداني ، نشير إلى أن الدليل يتضمن تطبيق برنامج قائم على خمسة أقسام أساسية \_ وذلك بالاعتماد على نظرية الذكاء الوجداني \_ وهي ( الذكاء الشخصي ، الذكاء الاجتماعي ، إدارة الضغوط ، القدرة على التكيف ، الحالة المزاجية العامة ) ، وكل قسم من تلك الأقسام يقوم ببناء بعض جوانب الشخصية التي أضررت بفعل العقوبات داخل السجون .

**وتتضمن أقسام الدليل ما يلي :**

#### القسم الأول : الذكاء الشخصي

يسعى هذا القسم لعلاج بعض جوانب الشخصية المتمثلة في : ظهور كل من تغيير تصوراتهم حول ذواتهم ، انخفاض في تقدير الذات ، ظهور ارتفاع في الاعتمادية .. وغيرها من الجوانب الخاصة برؤية الشخص لذاته ، وذلك من خلال إعداد جلسات تسعى لرفع درجة الوعي بالذات وتقدير الذات وتحقيق الذات .

#### القسم الثاني : الذكاء الاجتماعي

يسعى هذا القسم لعلاج بعض جوانب الشخصية الخاصة بالتفاعل الاجتماعي مع الآخرين والتي تأثرت سلباً بدخول السجن ، حيث تتأثر علاقات السجن سلباً نتيجة العلاقات المضطربة المكونة مع السجناء ، فضلاً عن ظهور سلوك المجازاة الاجتماعية لسلوكيات مرفوضة ، هذا بالإضافة لتأثر علاقاته بأفراد أسرته واصدقائه خارج السجن ، كذلك ظهور بعض صور العدوان اللفظي والبدني التي يعتاد عليها داخل السجن كوسيلة للدفاع عن النفس ، وهنا يسعى هذا القسم لإعادة

تأهيل المفرج عنه من خلال تدريبه على التفاعل الاجتماعي السوي مع الآخرين ، وكذلك تدريبه على تحمل المسؤولية الاجتماعية نحو أفراد أسرته وأصدقائه والمجتمع بصفة عامة ، فضلاً عن أهمية تفهم الآخر وتقديم الاستجابة المرغوبة في مكانها وزمانها الصحيح.

### القسم الثالث : القدرة على التكيف

يقوم هذا القسم بشكل أساسي على تدريب المفرج عنه على إعادة التكيف مع المجتمع ، حيث أن تعرضه للسجن حرمة من العيش في البيئة الطبيعية ، مما اكسبه سلوكيات مرفوضة لا يقبلها المجتمع ولا الأسرة التي ينتمي لها ، فالكثير من السلوكيات والممارسات التي اعتادها الشخص تحتاج لأن تعدل ويحل محلها سلوك سوي يسمح له بالاندماج في المجتمع ، من خلال بناء مهارات خاصة بإدراك الواقع والتمييز بينه وبين ما يشعر به ، والمرونة في الاستجابات والتخلص من التصلب والعنف والحدة التي اعتادها داخل السجن ، وكذلك القدرة على حل المشكلات من خلال مواجهة الواقع ووالوقوف على العناصر التي الايجابية به للوصول لحلول منطقية .

### القسم الرابع : إدارة الضغوط

في هذا القسم يتدرب الفرد على تحمل الضغوط وضبط الاندفاع وهما عنصرين في غاية الأهمية ، حيث أن الفرد أثناء السجن يعتاد سرعة الانفعال وسرعة الاستجابة بشكل حاد وعنيف ودون تفكير حتى يستطيع أن يواكب مجتمع السجن دون أن يتعرض لضرر ، وهنا نجده يحتاج للتدريب على تغيير هذا الاسلوب وأن يعتاد التفكير واتخاذ القرار قبل الاستجابة وأن يتوقف عن الاندفاع في تصرفاته ، كذلك سيواجه السجين عند خروجه العديد من الضغوط بداية من الوصمة الاجتماعية أرفض أفراد الأسرة له وعدم توفر فرصة عمل وغيرها من المشكلات التي يواجهها والتي تحتاج منه لمواجهة وإدارة للضغوط حتى يستطيع التفاعل مع الآخرين ، دون أن يعرض نفسه لإيذاء نفسي .

### القسم الخامس : الحالة المزاجية العامة

يقوم هذا القسم على إصلاح الجوانب الخاصة بسمات شخصية المفرج عنه ، والتي أضررت بوجوده داخل السجن ، ومنها ارتفاع درجات سمات العصابية والذهانية ، ومن ثم فتسعى التدريبات هنا لتغيير الحالة المزاجية للمفرج عنه بمزيد من الشعور بالتفاؤل والسعادة ، وتغيير نظرتة حول الحياة ، وقدرته علي إمتاع نفسه والآخرين ، ورفع درجة شعوره بالرضا عن حياته برغم ما مر به من ظروف .

### جلسات البرنامج التدريبي

يتضمن الدليل خمسة أقسام : الذكاء الشخصي ، الذكاء الاجتماعي ، القدرة على التكيف ، إدارة الضغوط ، الحالة المزاجية العامة ، كل قسم يتضمن تنمية مجموعة من المهارات وفقاً للأساس النظري السابق ذكره أعلاه ، تتكون كل جلسة من مجموعة من الخطوات ، وذلك كما يلي :

1-عنوان الجلسة : الذي يعكس محتوى أجراءاتها وأهدافها .

## 2-الهدف من الجلسة .

3- الأدوات المستخدمة : سواء كانت أوراق – اقلام- أقراص مدمجة (سي دي) – افلام – وغيرها من الأدوات التي يمكن استخدامها في تطبيق الجلسة .

4-اجراءات الجلسة : ويتم فيها تحديد الاجراءات المتبعة في الجلسة تفصيلاً ، ودور كل من المدرب والمتدربين .

5- موضوع الجلسة : يتضمن شرح واضح لما يتم في الجلسة بواسطة الأدوات .

6- تقييم الجلسة : يتضمن مجموعة من الأسئلة توجه للمتدربين بشكل مباشر أوغير مباشر للتأكد من تحقيق أهداف الجلسة .

## عناصر الدليل

### يتضمن الدليل مجموعة من العناصر تتمثل في :

- 1- الخلفية النظرية لبناء الدليل التي تتضمن عرض من خلال الدراسات السابقة والأطر النظرية ، لأكثر الآثار السلبية \_انتشاراً بين المفرج عنهم \_ للعقوبات السالبة للحرية ، يليها شرح تفصيلي للنموذج النظري المعتمد عليه في إعداد الدليل .
- 2- البرنامج التدريبي الذي يتضمن الجلسات ، وكل جلسة تتضمن الخطوات السابق ذكرها .
- 3- استبيان أو مقياس لتقدير المهارات الحياتية للسجين المفرج عنه كقياس قبلي (قبل تطبيق البرنامج التدريبي ) ، ويتطبق نفس المقياس بعدياً للتعرف على مدى تحقق أهداف البرنامج .
- 4- وضع معايير لاختيار المدرب القائم بتطبيق البرنامج .

## المراجع

1-عبدالعزيز بن عبدالرحمن بن محمد الهليل . واقع الرعاية اللاحقة للمفرج عنهم من الموقوفين أمنياً في مركز محمد بن نايف للمناصحة والرعاية بالرياض ، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية ، كلية الدراسات العليا ، قسم العلوم الاجتماعية ، 2010، ص 35.

2-المرجع السابق ، ص ص 29 -31.

3-طريف شوقي وآخرون ، الآثار النفسية للعقوبات سالبة الحرية ، القاهرة ، المركز القومي للبحوث الاجتماعية والجنائية ، 1992.

4-Bar- on , R. (1997): **Bar-on Emotional Quotient inventory :**

**user's Manual :** Toronto, Canda: Multi- Health Systems,pp.3,7,8,9.

5-Steven , J.S., & Howard , E.(2001) : **The Eq Edge: emotional Intelligence and your success .** London : Kogan page,pp.21,22,51,53,143,169,194.