



مجلة أبعاد مجتمعية

الأسرة والمجتمع في عالم متغير:
العلاقات الأسرية وجودة الحياة



العدد

2

67%
21.123%
10.675%



الأسرة والمجتمع في عالم متغير: العلاقات الأسرية وجودة الحياة

يشهد المجتمع المعاصر تحولات اجتماعية واقتصادية وثقافية متسارعة انعكست بصورة مباشرة على بنية الأسرة وطبيعة العلاقات بين أفرادها، وأثرت في العديد من الجوانب النفسية والاجتماعية المرتبطة بجودة الحياة والاستقرار الأسري. وقد أسهمت هذه المتغيرات في بروز قضايا تستحق الدراسة والتحليل لفهم أبعادها وآثارها على الأسرة والمجتمع، والبحث عن السبل الكفيلة بتعزيز التماسك الأسري والتنمية الاجتماعية.

انطلاقاً من ذلك، تتناول هذه المجلة مجموعة من الموضوعات المترابطة، التي تمس واقع الأسرة العربية، بدءاً من الذكاء العاطفي داخل الأسرة، وأثره في جودة العلاقات الأسرية، ودوره في تعزيز التواصل والتفاهم بين أفراد الأسرة، مروراً بالتفكك الأسري وعلاقته بانتشار السلوكيات الإدمانية وما يترتب عليه من آثار اجتماعية ونفسية، ثم استعراض تأثير ساعات العمل على العلاقات بين المتزوجين، والموازنة بين دور المرأة ومسؤوليات المنزل؛ باعتبارها من أبرز التحديات التي تواجه الأسرة في ظل متطلبات الحياة المعاصرة، وصولاً إلى الدعم الاجتماعي، وأثره في تعزيز جودة الحياة للأسر المحدودة الدخل، بوصفه أحد أهم المقومات التي تسهم في تحقيق الاستقرار الأسري، والحد من الضغوط المعيشية.

تهدف هذه المجلة إلى تقديم رؤية متكاملة تسلط الضوء على الترابط بين هذه القضايا، وإبراز أثرها في بناء أسرة أكثر تماسكاً وقدرة على مواجهة التحديات؛ بما يسهم في تعزيز الوعي المجتمعي، وترسيخ قيم الدعم والتنمية، وصولاً إلى مجتمع أكثر استقراراً وجودةً في الحياة.



الباب الأول

الشؤون والأواصر الأسرية: الذكاء العاطفي الأسري وأثره في تعزيز جودة العلاقات الأسرية

المقدمة

تُعدّ الأسرة النسق الاجتماعي الأول والإطار الرئيسي لتشكيل البناء النفسي والقيمي للأفراد؛ إذ تؤدي دوراً محورياً في تنمية المهارات الاجتماعية والانفعالية، وترسيخ أنماط التفاعل التي تنعكس على استقرار المجتمع وتماسكه. وفي ظل التحولات الاجتماعية والاقتصادية والتقنية المتسارعة التي تشهدها دولة الإمارات العربية المتحدة ودول مجلس التعاون الخليجي، وما رافقها من تغيرات في أنماط الحياة، والتوسع في استخدام التقنيات الرقمية، وتزايد الضغوط المهنية والأسرية، برز الذكاء العاطفي الأسري بوصفه أحد المتغيرات الرئيسية المؤثرة في جودة العلاقات الأسرية، وقدرة الأسرة على التكيف مع التحديات المعاصرة.

لم يعد الذكاء العاطفي يُنظر إليه باعتباره مهارة فردية معزولة، وإنما أصبح يُعد منظومة متكاملة من المهارات الانفعالية والاجتماعية التي تنظم فهم المشاعر وإدارتها، وتعزز التعاطف والتواصل الإيجابي بين أفراد الأسرة، بما يسهم في بناء بيئة أسرية آمنة وداعمة. وتشير الأدبيات السوسيولوجية والنفسية إلى أن انخفاض مستويات الذكاء العاطفي يرتبط بزيادة صعوبات التواصل، وارتفاع احتمالية النزاعات الأسرية، وتراجع الرضا عن العلاقات داخل الأسرة، في حين يسهم ارتفاعه في تعزيز التماسك الأسري، والمرونة النفسية، والقدرة على مواجهة الضغوط الحياتية بصورة أكثر فاعلية.¹

تزداد أهمية دراسة الذكاء العاطفي الأسري في المجتمعات الخليجية في ضوء التحولات التنموية المتسارعة، وما يصاحبها من تغير في الأدوار الأسرية، وأنماط التنشئة، ومتطلبات التوازن بين الحياة الأسرية والعملية؛ الأمر الذي يستدعي تعزيز المهارات العاطفية بوصفها أحد مقومات جودة الحياة الأسرية والاستقرار المجتمعي.



1 جولمان، دانيال، "الذكاء العاطفي"، ترجمة: ليلى الجبالي، القاهرة: دار المعارف، 2000.



انطلاقاً من ذلك، يهدف هذا المقال إلى تحليل مفهوم الذكاء العاطفي داخل الأسرة، واستعراض أبعاده الرئيسية، وتفسير آليات تأثيره في جودة العلاقات الأسرية، مع مناقشة أبرز التحديات التي تواجه تنميته، وطرح مجموعة من الآليات والتوصيات المستندة إلى الأدبيات العلمية، بما يساهم في دعم استقرار الأسرة وتعزيز جودة الحياة في المجتمعات العربية، ولاسيما في دول الخليج العربية. ولتحقيق ذلك، يعتمد هذا المقال على المنهج التحليلي القائم على مراجعة الدراسات والأبحاث العلمية ذات الصلة بالذكاء العاطفي الأسري وجودة العلاقات الأسرية؛ بهدف تفسير العلاقة بين المتغيرين، وتحليل أبعادها في ضوء التحولات الاجتماعية والثقافية المعاصرة، مع التركيز على خصوصية السياق الخليجي.

في هذا السياق، لم يعد الذكاء العاطفي الأسري مجرد رفاهية سلوكية، وإنما أصبح أحد المقومات الاستراتيجية لتعزيز جودة الحياة الأسرية، وتتكامل أهدافه بشكل مباشر مع "الاستراتيجية الوطنية لجودة الحياة 2031" في دولة الإمارات العربية المتحدة، ولاسيما محور "الأسرة المتماسكة"²، إضافة إلى "السياسة الوطنية للأسرة"، التي تركز على ترسيخ الصحة النفسية والمجتمعية، وتوفير أدوات التكيف النفسي والاجتماعي مع متغيرات العصر الرقمي.³

أولاً: التأطير المفاهيمي

(1) الذكاء العاطفي الأسري

يُقصد بالذكاء العاطفي الأسري قدرة أفراد الأسرة على إدراك مشاعرهم الذاتية، وفهم مشاعر الآخرين داخل النسق الأسري، وتنظيم الانفعالات وإدارتها بصورة واعية، بما يعزز التعاطف، والتواصل الإيجابي، والتفاعل البناء بين أفراد الأسرة، ويساهم في بناء بيئة أسرية داعمة وقادرة على التكيف مع الضغوط والتحديات المختلفة.⁴

لا يقتصر الذكاء العاطفي الأسري على كونه مجموعة من المهارات الفردية، وإنما يُعد مورداً اجتماعياً يساهم في تنظيم العلاقات داخل الأسرة، وتحسين جودة التفاعل اليومي بين أفرادها. وتشير الأدبيات الحديثة إلى أن ارتفاع مستوى الذكاء العاطفي يرتبط بزيادة التماسك الأسري، وتحسن القدرة على إدارة الخلافات، وتعزيز المرونة النفسية؛ الأمر الذي يجعله أحد العوامل المؤثرة في استقرار الأسرة وجودة حياتها.

(2) جودة العلاقات الأسرية

تُعرّف جودة العلاقات الأسرية بأنها مستوى التفاعل الإيجابي المستمر بين أفراد الأسرة، الذي يتجلى في مشاعر المودة، والثقة، والاحترام المتبادل، والتعاون، والتواصل الفعال، إضافة إلى القدرة على إدارة الخلافات بصورة بناءة والتكيف مع المتغيرات الحياتية، بما يحقق الرضا والاستقرار والتماسك الأسري.⁵

تُعد جودة العلاقات الأسرية من أبرز مؤشرات الصحة الأسرية؛ إذ تعكس كفاءة الأسرة في إشباع الاحتياجات النفسية والاجتماعية لأفرادها، وتعزيز شعورهم بالأمن والانتماء والدعم المتبادل. كما تشير الدراسات إلى أن الأسر التي تتمتع بعلاقات عالية الجودة تكون أكثر قدرة على مواجهة الضغوط والأزمات، وأفضل في توفير بيئة نفسية واجتماعية تساهم في النمو المتوازن للأبناء واستدامة الاستقرار الأسري.

2 وزارة تنمية المجتمع، "السياسة الوطنية للأسرة"، دبي: وزارة تنمية المجتمع، 2018.

3 وزارة شؤون مجلس الوزراء والمستقبل، "الاستراتيجية الوطنية لجودة الحياة 2031"، أبوظبي: حكومة دولة الإمارات العربية المتحدة، 2019.

4 جولمان، دانيال، 2000، "الذكاء العاطفي"، ترجمة: ليلى الجبالي، مراجعة: محمد يونس، الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، سلسلة عالم المعرفة، العدد 262.

5 أحمد، انتصار عبدالعزيز ذكي، وأحمد، إيمان أحمد سيد، 2022، "جودة العلاقات الأسرية وعلاقتها بالكفاءة الإنتاجية لدى عينة من ربّات الأسر بمحافظة الشرقية"، مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية، العدد 43 (985-1042).



ثانياً: أبعاد الذكاء العاطفي وخصوصيتها في الأسرة الخليجية

يكتسب الذكاء العاطفي خصوصية سوسيولوجية في مجتمعاتنا الخليجية، نابغة من المكانة المركزية التي تحتلها الأسرة وتداخل الأدوار والتفاعلات بين الأجيال. فالذكاء العاطفي يتجاوز البعد الفردي ليعالج التوازن بين القيم الأسرية الموروثة وسلطة الوالدين من جهة، ومتطلبات العصر الرقمي والتنوع الثقافي من جهة أخرى. وتتكامل هذه المنظومة عبر أربعة أبعاد رئيسية:

(1) الوعي العاطفي المتبادل

يتيح القدرة على قراءة الإشارات غير اللفظية والانفعالات الحقيقية داخل البيئة الأسرية، ويقلل هذا الوعي من سوء الفهم الناتج عن الفجوة بين الأجيال، ويوفر بيئة قائمة على التقبل المتبادل.

(2) تنظيم الانفعالات وإدارة الضغوط

يشير هذا البعد إلى قدرة أفراد الأسرة على التحكم في ردود الفعل المتسارعة أو الحادة في أثناء الخلافات الأسرية، واستبدال استراتيجيات عقلانية بها تُحافظ على الاتزان الانفعالي، وتضمن الأمن النفسي للمحيط الأسري.

(3) الاستيعاب والتعاطف الوجداني

الاستجابة لمتطلبات الآخر النفسية بالاستغراق في فهم موقفه دون إطلاق أحكام مسبقة، وهو ما يُشكل عاملاً وقائياً مهماً في الحد من مشاعر العزلة والاعترا ب النفسي لدى الأبناء داخل أسرهم.

(4) التواصل الفعّال وإدارة العلاقات

يمثل هذا البعد التطبيق العملي لمهارات الذكاء العاطفي؛ إذ يقوم على الإنصات الفعّال، والتعبير الواضح عن المشاعر، واحترام الرأي الآخر، وإدارة الخلافات من خلال الحوار والتفاوض بدلاً من الصراع أو الإقصاء. ويسهم التواصل الفعّال في تعزيز الثقة المتبادلة، وتحسين جودة العلاقات الأسرية، ودعم قدرة الأسرة على التكيف مع المتغيرات الاجتماعية والتقنية المعاصرة.

تؤكد الأدبيات أن هذه الأبعاد لا تعمل بصورة مستقلة، بل تتفاعل فيما بينها لتشكّل منظومة متكاملة تعزز جودة العلاقات الأسرية. فكلما ارتفع مستوى الوعي العاطفي والتنظيم الانفعالي والتعاطف والتواصل الإيجابي، ازدادت قدرة الأسرة على احتواء الخلافات، وتحقيق التماسك، وتعزيز الصحة النفسية لأفرادها، بما ينعكس إيجاباً على استقرار الأسرة وجودة الحياة فيها.⁶

6 جولمان، دانيال 2000، "الذكاء العاطفي"، ترجمة: ليلى الجبالي، مراجعة: محمد يونس، الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، سلسلة عالم المعرفة، العدد 262.



ثالثاً: التحليل العلمي لأثر الذكاء العاطفي في جودة العلاقات الأسرية

تشير الدراسات السوسولوجية والنفسية إلى وجود علاقة إيجابية بين الذكاء العاطفي وجودة العلاقات الأسرية؛ إذ لا يقتصر تأثيره على تحسين إدارة الانفعالات، وإنما يمتد إلى تعزيز أنماط التفاعل الاجتماعي داخل الأسرة، ورفع قدرتها على التكيف مع الضغوط والتغيرات الحياتية. ويمكن تفسير هذا التأثير من خلال مجموعة من الآليات النفسية والاجتماعية التي تنعكس بصورة مباشرة على استقرار الأسرة وتماسكها.⁷

(1) احتواء النزاعات وتعزيز التوافق الأسري

يسهم الذكاء العاطفي في الحد من تصاعد النزاعات الأسرية من خلال تنمية مهارات التنظيم الذاتي للانفعالات، وإعادة تفسير المواقف الخلافية بصورة أكثر موضوعية؛ الأمر الذي يساعد أفراد الأسرة على التعامل مع الخلاف بوصفه فرصة للحوار وإيجاد الحلول، بدلاً من اعتباره تهديداً للعلاقات الأسرية. وتشير الأدبيات إلى أن الأسر التي تتمتع بمستويات مرتفعة من الذكاء العاطفي تميل إلى استخدام أساليب قائمة على التفاهم والتفاوض والتعاون، في حين تنخفض لديها أنماط الانتقاد المستمر أو التجاهل أو الاستجابات الانفعالية الحادة؛ وهو ما يسهم في تعزيز التماسك الأسري وتقليل الآثار السلبية للنزاعات.⁸

(2) دعم الصحة النفسية والاجتماعية للأبناء

يمتد أثر الذكاء العاطفي إلى تنمية الصحة النفسية للأبناء من خلال ما يُعرف بالتدريب العاطفي، الذي يقوم على الاعتراف بمشاعر الأبناء، ومساعدتهم على فهمها والتعبير عنها وإدارتها بصورة إيجابية. وتوضح الدراسات أن هذه الممارسات تسهم في تنمية المرونة النفسية، وتعزيز الثقة بالنفس، ورفع الكفاءة الاجتماعية، كما أنها ترتبط بانخفاض احتمالية ظهور مشكلات القلق والسلوكيات الانفعالية لدى الأطفال والمراهقين. ويؤكد ذلك أن البيئة الأسرية الداعمة تمثل أحد أهم العوامل الوقائية التي تعزز النمو النفسي والاجتماعي السليم للأبناء.⁹

(3) تعزيز الرضا والتوافق الزوجي

تُعد العلاقة الزوجية الركيزة الأساسية التي تُبنى عليها بقية العلاقات داخل الأسرة؛ ولذلك ينعكس مستوى الذكاء العاطفي لدى الزوجين بصورة مباشرة على جودة المناخ الأسري. وتشير الأدلة العلمية إلى أن امتلاك الزوجين مهارات التعاطف، والإنصات الفعال، وتنظيم الانفعالات، والتواصل الإيجابي، يسهم في رفع مستويات الرضا الزوجي، وتقليل حدة الضغوط اليومية، والحد من الاحتراق العاطفي الناتج عن متطلبات العمل والحياة الأسرية. كما يسهم ذلك في تقديم نموذج إيجابي للأبناء في إدارة العلاقات والخلافات؛ الأمر الذي يعزز الاستقرار الأسري على المدى البعيد.¹⁰

7 الزغول، عماد عبد الرحيم، "الذكاء العاطفي: المفهوم والتطبيقات في السياق الأسري والاجتماعي"، عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع، 2021.

8 جولمان، دانيال، "الذكاء العاطفي"، ترجمة: ليلى الجبالي، القاهرة: دار المعارف، 2000.

9 المعاني، محمد خالد، وصالح اللوزي، "التنشئة الاجتماعية الأسرية في عالم متغير".

10 الخولي، سناء، "الأسرة والحياة العائلية"، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية، 2014.



وتدعم نتائج الدراسات الميدانية في البيئة الخليجية أهمية العوامل النفسية والأسرية في تعزيز استقرار العلاقة الزوجية؛ فقد أظهرت دراسة ميدانية أجريت على عينة من الأسر الإماراتية أن جودة الأداء الوظيفي للأسرة ومستوى الصحة النفسية لدى أفرادها يرتبطان بدرجة الرضا الزوجي، وأن ارتفاع مستوى التفاعل الإيجابي والتفاهم بين الزوجين يسهم في تعزيز استقرار العلاقة الأسرية. وتشير هذه النتائج إلى أن المهارات المرتبطة بالذكاء العاطفي الأسري، مثل فهم الاحتياجات الانفعالية، والتواصل الفعال، وإدارة الخلافات، تمثل عوامل مهمة في دعم جودة العلاقات الأسرية في السياق الخليجي.¹¹



11 Al-Darmaki, Fatima, Hamzeh Dodeen, Saad Yaaqeb, Shaima Ahammed, and Mary J. Jacobson. "Predictors of Emirati Marital Satisfaction, Contributions of Psychological Health and Family Functioning", Journal of Family Issues 40, no. (804–785), (2019) 6.



دراسة حالة تطبيقية



دعمت نتائج الدراسات التطبيقية فاعلية الذكاء العاطفي في تحسين العلاقات الأسرية؛ فقد أظهرت دراسة، أجرتها السبائية والخطاطبة (2024) على عينة من (32) زوجًا وزوجة من مراجعي مركز خدمات المجتمع في محافظة إربد بالأردن، فاعلية برنامج إرشاد أسري قائم على مهارات الذكاء العاطفي في تحسين مستوى التوافق الزوجي لدى أفراد المجموعة التجريبية، مقارنة بالمجموعة الضابطة. كما أظهرت نتائج القياس التبعي استمرار الأثر الإيجابي للبرنامج؛ ما يشير إلى أن تنمية مهارات الوعي بالمشاعر، وتنظيم الانفعالات، والتعاطف، والتواصل الفعال تسهم بصورة مباشرة في تعزيز جودة العلاقات الأسرية واستقرارها؛ الأمر الذي يدعم ما توصلت إليه الأدبيات النظرية حول أهمية الذكاء العاطفي بوصفه أحد العوامل الرئيسية في تحقيق التماسك الأسري.¹²

توضح الدراسات أن أثر الذكاء العاطفي لا يرتبط بكل بُعد من أبعاده بصورة منفصلة، بل ينتج عن التفاعل بين الوعي العاطفي، وتنظيم الانفعالات، والتعاطف، والتواصل الفعال. فكلما ارتفع مستوى التكامل بين هذه الأبعاد، ازدادت قدرة الأسرة على احتواء الضغوط، وإدارة الخلافات بصورة بناءة، وتحقيق مستويات أعلى من التماسك والرضا وجودة الحياة الأسرية. في المقابل، فإن ضعف هذه المهارات لا يؤدي بالضرورة إلى اضطراب العلاقات الأسرية بصورة مباشرة، وإنما يزيد من احتمالية ظهور أنماط تواصل سلبية وصعوبات في التكيف مع التحديات الأسرية، ولاسيما في ظل التحولات الاجتماعية والتقنية المتسارعة التي تشهدها المجتمعات الخليجية.¹³

12 السبائية، سوسن عارف، وعدنان مصطفى الخطاطبة 2024، "فاعلية برنامج إرشاد أسري إسلامي قائم على مهارات الذكاء العاطفي في تحسين مستوى التوافق الزوجي لدى عينة من الأزواج في محافظة إربد"، مجلة الزرقاء للبحوث والدراسات الإنسانية، 24 (3)، (676-657).

13 جولمان، دانيال، "الذكاء العاطفي: لماذا يمكن أن يكون أهم من معامل الذكاء"، ترجمة: ليلى الجبالي، القاهرة: دار المعارف، 2000.



رابعاً: التحديات المعاصرة المؤثرة في كفاءة الذكاء العاطفي الأسري

تشهد الأسرة العربية، ولاسيما في دولة الإمارات العربية المتحدة ودول مجلس التعاون الخليجي، تحولات اجتماعية واقتصادية وتقنية متسارعة ألقت بظلالها على أنماط التفاعل بين أفراد الأسرة. وتشير الأدبيات السوسولوجية إلى أن هذه التحولات لا تؤثر في الذكاء العاطفي بصورة مباشرة، وإنما قد تحد من فرص ممارسته وتطويره إذا لم تُواكبه استراتيجيات أسرية قائمة على الحوار والدعم المتبادل.¹⁴

ويمكن تصنيف أبرز هذه التحديات في أربعة أبعاد رئيسية:

(1) الانعزال الرقمي وتراجع التفاعل الوجداني

أدى التوسع في استخدام التقنيات الرقمية والأجهزة الذكية إلى تغير أنماط التواصل داخل الأسرة؛ حيث تراجعت في بعض الحالات فرص الحوار المباشر والتفاعل الوجداني بين أفرادها. وترتبط هذه الظاهرة بانخفاض جودة التواصل، وصعوبة قراءة الإشارات غير اللفظية، وتراجع فرص المشاركة الوجدانية، الأمر الذي ينعكس سلباً على تنمية مهارات التعاطف والوعي العاطفي داخل الأسرة.¹⁵

تؤكد أهمية هذا التناول في ضوء البيانات الإحصائية الحديثة؛ إذ تشير التقارير الصادرة عن المركز الاتحادي للتنافسية والإحصاء (2023) إلى أن نسبة انتشار استخدام الهواتف الذكية ونفاذ شبكة الإنترنت بين الأفراد في دولة الإمارات تجاوزت 99%، وهو معدل يترافق مع ارتفاع متوسط الاستخدام اليومي للشاشات إلى أكثر من 7 ساعات يومياً. هذا الواقع الرقمي المكثف ينعكس بصورة مباشرة على تقليص "الوقت الأسري المباشر" (Quality Family Time)؛ ما يجعل تعزيز الذكاء العاطفي ضرورة سوسولوجية لإعادة التوازن وتفادي العزلة الوجدانية داخل البيت الواحد.¹⁶

(2) الأساليب التربوية غير المرنة وكبت المشاعر

لا تزال بعض أساليب التنشئة الاجتماعية تعتمد على الحد من التعبير عن المشاعر أو ربطه بمظاهر الضعف؛ وهو ما ينعكس سلباً على نمو الوعي العاطفي لدى الأبناء. وتشير الدراسات إلى أن إتاحة الفرصة للتعبير الانفعالي بصورة متوازنة، إلى جانب توجيهه بطريقة تربوية سليمة، يسهمان في تنمية مهارات التعاطف، والثقة بالنفس، والقدرة على بناء علاقات اجتماعية صحية.¹⁷

14 سلامة، رانيا محمد، "الذكاء العاطفي الأسري وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى أفراد الأسرة"، مجلة العلوم التربوية والنفسية 4، ع 12 (2020)، (75-95).

15 جولمان، دانيال، "الذكاء العاطفي"، ترجمة: ليلى الجبالي، الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، سلسلة عالم المعرفة، ع 259، 2000.

16 المركز الاتحادي للتنافسية والإحصاء، تقرير أرقام الإمارات، مؤشرات الاتصالات والتكنولوجيا، دبي: المركز الاتحادي للتنافسية والإحصاء، 2023.

17 الزغول، عماد عبد الرحيم، مبادئ علم النفس التربوي، ط 2، العين: دار الكتاب الجامعي، 2012.



(3) ضغوط العمل والإجهاد النفسي للوالدين

تفرض متطلبات الحياة المعاصرة وساعات العمل الطويلة ضغوطاً متزايدة على الوالدين، قد تؤثر في جودة التفاعل اليومي مع الأبناء، وفي قدرتهم على تقديم الدعم الانفعالي والإرشاد التربوي. وتوضح الأدبيات أن استمرار هذه الضغوط يرتبط بارتفاع مستويات الإجهاد النفسي، وانخفاض جودة التواصل الأسري؛ الأمر الذي يستدعي تعزيز التوازن بين المسؤوليات المهنية والأسرية، ودعم السياسات التي تعزز جودة الحياة الأسرية.¹⁸

(4) الفجوة بين الأجيال والتحول الثقافي

أسهمت التحولات الثقافية والانفتاح الرقمي في ظهور اختلافات ملحوظة بين الأجيال في أنماط التفكير والتواصل والتعبير عن المشاعر؛ ما يؤدي إلى تباين في تفسير المواقف والانفعالات داخل الأسرة. ويستدعي ذلك تنمية مهارات الحوار، والإنصات، والتفاهم المتبادل، بما يساعد على تقليل آثار هذه الفجوة، وتعزيز التماسك الأسري في ظل المتغيرات المجتمعية المتسارعة.¹⁹

تشير الدراسات الحديثة إلى أن هذه التحديات لا تعمل بصورة منفصلة، بل تتفاعل فيما بينها لتؤثر في المناخ الأسري بصورة متراكمة؛ فقد تؤدي ضغوط العمل إلى تقليل فرص التواصل المباشر، فيما يسهم الاستخدام المفرط للتقنيات الرقمية في إضعاف التفاعل الوجداني، وتتداخل معهما الفجوة بين الأجيال؛ ما يزيد من تعقيد العلاقات الأسرية. ومن ثم، فإن تعزيز الذكاء العاطفي لا يقتصر على تنمية المهارات الفردية، وإنما يتطلب تبني ممارسات أسرية ومجتمعية داعمة، وسياسات تعزز التوازن بين متطلبات الحياة المعاصرة والحفاظ على جودة العلاقات الأسرية، ولاسيما في المجتمعات الخليجية.²⁰



18 الخضيرى، محسن أحمد، ضغوط العمل وأثرها على التوافق الأسري والصحة النفسية، القاهرة: المجموعة العربية للتدريب والنشر، 2019.

19 الخولي، سناء، الأسرة والحياة الأسرية، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية، 2018.

20 الجنيني، بدرية عبدالله، "تأثير وسائل التواصل الاجتماعي والتقنيات الحديثة على العلاقات الأسرية في المجتمع الإماراتي"، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية 8، ع 3، 2021، (98-125).



خامساً: آليات وتوصيات عملية لتعزيز الذكاء العاطفي الأسري

استناداً إلى التحليل السابق، فإن تعزيز الذكاء العاطفي الأسري يتطلب الانتقال من الوعي النظري بالمفهوم إلى بناء ممارسات وبرامج تطبيقية تستهدف الأفراد والمؤسسات، بما يساهم في دعم جودة العلاقات الأسرية، وتعزيز قدرتها على التكيف مع المتغيرات الاجتماعية المعاصرة. ويمكن تحديد أبرز الآليات في الآتي:

(1) تطوير برامج التأهيل والإرشاد قبل الزواج

تُعد مرحلة ما قبل الزواج فرصة مهمة لبناء الوعي بالمهارات العاطفية والتواصلية اللازمة لإنجاح العلاقة الزوجية. لذلك، يُوصى بتضمين موضوعات الذكاء العاطفي، وإدارة الخلافات، وتنظيم الانفعالات، والتواصل الفعال ضمن برامج التأهيل الأسري للمقبلين على الزواج، بما يعزز قدرتهم على بناء علاقات زوجية أكثر استقراراً.

(2) تعزيز برامج التربية الوالدية العاطفية

تساهم برامج التربية الوالدية في تطوير مهارات الآباء المتعلقة بفهم مشاعر الأبناء، والإنصات الفعال، وأساليب التعامل الإيجابي مع السلوكيات والانفعالات المختلفة. ويمكن تنفيذ هذه البرامج من خلال المدارس، والمراكز المجتمعية، ومؤسسات الإرشاد الأسري؛ بهدف نشر ثقافة التربية القائمة على الحوار والدعم النفسي.

(3) تعزيز التفاعل الأسري المباشر في ظل التحول الرقمي

في ضوء تأثير التكنولوجيا في أنماط التواصل الأسري، تبرز أهمية تشجيع الأسر على تخصيص أوقات منتظمة للتفاعل المباشر بعيداً عن الأجهزة الرقمية، بما يعزز الحوار الوجداني، ويعيد بناء المساحات المشتركة بين أفراد الأسرة. ولا يعني ذلك رفض التكنولوجيا، وإنما تحقيق توازن بين استخدامها والحفاظ على جودة التواصل الإنساني داخل الأسرة.

(4) دعم البحث العلمي والتقييم المستمر

تتطلب تنمية الذكاء العاطفي الأسري دعم الدراسات الميدانية في دولة الإمارات ودول الخليج العربية؛ بهدف قياس مستوى انتشار هذه المهارات، وتحليل علاقتها بمؤشرات الاستقرار الأسري، والرضا الزوجي، والمرونة النفسية، وتطوير برامج تدخلية قائمة على الأدلة العلمية.²¹

21 وزارة تنمية المجتمع، "السياسة الوطنية للأسرة: نحو أسرة متماسكة ومجتمع متلاحم"، دبي: وزارة تنمية المجتمع، 2018.



توصيات عامة

- ◆ إدماج مهارات الذكاء العاطفي ضمن برامج الإرشاد الأسري والتربية الوالدية.
- ◆ تعزيز الشراكة بين المؤسسات التعليمية والاجتماعية والصحية في نشر الوعي بالمهارات الانفعالية.
- ◆ تطوير مبادرات مجتمعية تدعم جودة الحوار والتواصل داخل الأسرة.
- ◆ تشجيع الدراسات التطبيقية حول الذكاء العاطفي في المجتمعات العربية والخليجية.
- ◆ تصميم أدوات قياس علمية تساعد المؤسسات المختصة على تقييم الاحتياجات الأسرية وتطوير البرامج المناسبة.²²

الخاتمة

تخلص هذه المقالة التحليلية إلى أن الذكاء العاطفي الأسري لا يمثل مجرد مهارة سلوكية مساندة، وإنما يُعد أحد المرتكزات الأساسية لتعزيز جودة العلاقات الأسرية واستقرارها في الأسرة المعاصرة؛ إذ يتجاوز دور الأسرة وظيفتها التقليدية في إشباع الاحتياجات المادية ليشمل قدرتها على فهم المشاعر، وتنظيم الانفعالات، وبناء أنماط تواصل قائمة على التعاطف والتفاهم المتبادل.

وقد أوضح التحليل العلمي أن تنمية أبعاد الذكاء العاطفي المتمثلة في الوعي العاطفي، وتنظيم الانفعالات، والتعاطف، والتواصل الفعال، تسهم في تعزيز المرونة النفسية للأسرة، وتحسين قدرتها على مواجهة الضغوط الاجتماعية والتحديات الرقمية المعاصرة. في المقابل، يرتبط ضعف هذه المهارات بزيادة صعوبات التواصل، وارتفاع احتمالية نشوء النزاعات، وتراجع جودة التفاعل الوجداني بين أفراد الأسرة.

بناءً على ذلك، تبرز أهمية الاستثمار المؤسسي والمجتمعي في تنمية الذكاء العاطفي الأسري في دولة الإمارات ودول مجلس التعاون الخليجي، من خلال تطوير برامج الإرشاد الأسري، والتأهيل قبل الزواج، والتربية الوالدية القائمة على المهارات العاطفية، بما يدعم استقرار الأسرة وجودة الحياة لأفرادها.

ختامًا، يمثل تعزيز الذكاء العاطفي داخل الأسرة خطوة محورية نحو بناء أسر أكثر تماسكًا وقدرة على التكيف مع متطلبات المستقبل، بما يساهم في دعم الأمن النفسي والاجتماعي، وتحقيق الاستدامة المجتمعية، انطلاقًا من كون الأسرة الركيزة الأولى في بناء المجتمع.

22 وزارة تنمية المجتمع، "السياسة الوطنية للأسرة: نحو أسرة متماسكة ومجتمع متلاحم"، دبي: وزارة تنمية المجتمع، 2018.



الباب الثاني

سيكولوجية الإدمان والمجتمع: التفكك الأسري وعلاقته بانتشار السلوكيات الإدمانية: مقارنة نفسية-اجتماعية في السياق العربي

المقدمة والإطار العام

تعدّ الأسرة المؤسسة الاجتماعية الأولى التي تتشكل داخلها شخصية الفرد، وتتكون من خلالها خبراته النفسية والاجتماعية والسلوكية؛ فهي البيئة التي يكتسب فيها الفرد أساليب التواصل، وتنظيم الانفعالات، والتعامل مع الضغوط، كما تمثل مصدراً أساسياً للشعور بالأمان والانتماء والدعم النفسي. ومن ثم، فإن استقرار الأسرة لا ينعكس على أفرادها فحسب، وإنما يمتد أثره ليعزز تماسك المجتمع وقدرته على مواجهة التحديات والتحوللات الاجتماعية المتغيرة.

غير أن الأسرة في المجتمعات المعاصرة تواجه تحولات متعددة مرتبطة بالتغيرات الاقتصادية والثقافية والتكنولوجية المتسارعة؛ الأمر الذي أسهم في ظهور أنماط مختلفة من الاضطراب داخل العلاقات الأسرية. ولا يقتصر التفكك الأسري على الانفصال أو غياب أحد أفراد الأسرة، وإنما قد يظهر أيضاً في صورة ضعف التواصل بين أفرادها، وتراجع الدعم العاطفي، وغياب الحوار، واستمرار الصراعات، بما يؤثر في المناخ النفسي والاجتماعي الذي ينشأ فيه الأبناء.

ويُعدّ الإدمان من الظواهر النفسية والاجتماعية المركبة التي تتداخل في تشكيلها مجموعة من العوامل الفردية والأسرية والمجتمعية؛ إذ لا ينشأ السلوك الإدماني بمعزل عن البيئة المحيطة بالفرد، وإنما يتأثر بدرجة الاستقرار النفسي، وطبيعة العلاقات الاجتماعية، ومستوى الدعم المتاح، إلى جانب عوامل أخرى مرتبطة بالخصائص الشخصية والظروف المحيطة. من هذا المنطلق، تبرز أهمية دراسة دور الأسرة باعتبارها أحد العوامل المؤثرة في تشكيل أنماط السلوك، وتعزيز القدرة على التكيف مع الضغوط.

بناءً على ذلك، تسعى هذه الدراسة إلى تحليل العلاقة بين التفكك الأسري وانتشار السلوكيات الإدمانية، من خلال تناول الأطر النظرية المفسرة لهذه العلاقة، واستعراض بعض الشواهد الميدانية في البيئتين العربية والخليجية؛ بهدف الوصول إلى فهم أكثر شمولاً لعوامل الخطورة والحماية، واقتراح مقاربات وقائية تسهم في تعزيز دور الأسرة والمجتمع في الحد من انتشار هذه الظواهر.



أولاً: مفهوم التفكك الأسري وأبعاده

يُنظر إلى التفكك الأسري بوصفه حالة من الاضطراب التي قد تصيب طبيعة العلاقات والأدوار داخل الأسرة؛ ما يؤثر في قدرتها على أداء وظائفها الأساسية المرتبطة بالتنشئة والرعاية والدعم العاطفي. وقد يظهر هذا الاضطراب في صور متعددة؛ منها ما يرتبط بالتغيرات التي تصيب البناء الأسري (كالطلاق أو غياب أحد الوالدين)، ومنها ما يظهر في طبيعة التفاعلات الوظيفية واليومية بين أفراد الأسرة من خلال ضعف التواصل واستمرار الصراعات وتراجع المساندة العاطفية. وتتشكل هذه الظاهرة في سياق مجموعة متداخلة من العوامل الاجتماعية والاقتصادية والنفسية والثقافية التي تؤثر في استقرار الأسرة وتماسكها.

ثانياً: الخصائص البنيوية والوظيفية للأسرة المفككة

اضطراب الأدوار والمسؤوليات:	انقطاع التواصل الفعّال:
يظهر من خلال عدم وضوح الأدوار الوالدية، أو ضعف ممارسة وظائف الرعاية والتوجيه والإشراف؛ ما قد يؤثر في عملية التنشئة الاجتماعية للأبناء.	يتمثل في ضعف الحوار الأسري البناء، وتراجع القدرة على التعبير عن الاحتياجات والمشاعر بصورة إيجابية، مع انتشار أنماط تواصل سلبية كالنقد المستمر واللوم المتبادل.
تزايد حدة الصراعات الأسرية:	غياب الاحتواء والانتماء:
يرتبط بارتفاع مستوى الخلافات بين أفراد الأسرة، وضعف مهارات إدارة النزاعات والحوار التفاوضي؛ ما ينعكس على استقرار العلاقات الأسرية. ²³	يتمثل في انخفاض مستويات التماسك الأسري والدعم العاطفي، وتراجع شعور الأبناء بالأمان النفسي والانتماء داخل الأسرة.



23 السمرى، عدلي محمود، ومحمد محمود الجوهري، المشكلات الاجتماعية، الطبعة الثانية، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع، 2019.



ثالثاً: الآثار النفسية والاجتماعية للتفكك الأسري

لا تقتصر آثار التفكك الأسري على اضطراب البناء الداخلي للأسرة أو ضعف أداء وظائفها الأساسية، بل تمتد لتؤثر في الجوانب النفسية والاجتماعية والسلوكية للأبناء، باعتبار الأسرة الإطار الأول للتنشئة والدعم العاطفي. وتتخذ هذه الآثار أبعاداً رئيسية عدة؛ من أبرزها:

(1) الانعزال الرقمي وتراجع التفاعل الوجداني

أدى التوسع في استخدام التقنيات الرقمية والأجهزة الذكية إلى تغير أنماط التواصل داخل الأسرة؛ حيث تراجعت في بعض الحالات فرص الحوار المباشر والتفاعل الوجداني بين أفرادها. وترتبط هذه الظاهرة بانخفاض جودة التواصل، وصعوبة قراءة الإشارات غير اللفظية، وتراجع فرص المشاركة الوجدانية، الأمر الذي ينعكس سلباً على تنمية مهارات التعاطف والوعي العاطفي داخل الأسرة.

تؤكد أهمية هذا التناول في ضوء البيانات الإحصائية الحديثة؛ إذ تشير التقارير الصادرة عن المركز الاتحادي للتنافسية والإحصاء (2023) إلى أن نسبة انتشار استخدام الهواتف الذكية ونفاذ شبكة الإنترنت بين الأفراد في دولة الإمارات تجاوزت 99%، وهو معدل يترافق مع ارتفاع متوسط الاستخدام اليومي للشاشات إلى أكثر من 7 ساعات يومياً. هذا الواقع الرقمي المكثف ينعكس بصورة مباشرة على تقليص "الوقت الأسري المباشر" (Quality Family Time)؛ ما يجعل تعزيز الذكاء العاطفي ضرورة سوسيولوجية لإعادة التوازن وتفادي العزلة الوجدانية داخل البيت الواحد.

المجال السلوكي والأكاديمي:

قد ينعكس اضطراب البيئة الأسرية على سلوك الأبناء وتكيفهم المدرسي، من خلال ظهور بعض المشكلات السلوكية، مثل صعوبة ضبط الانفعالات، والانسحاب الاجتماعي، أو السلوك العدواني، إضافة إلى احتمالية انخفاض مستوى التحصيل الدراسي وضعف التركيز؛ نتيجة الضغوط النفسية المرتبطة بالبيئة الأسرية غير المستقرة.

المجال النفسي والانفعالي:

يرتبط التفكك الأسري بزيادة احتمالية ظهور بعض الصعوبات النفسية والانفعالية لدى الأبناء، مثل ارتفاع مستويات القلق والتوتر، وضعف الشعور بالأمان النفسي، وانخفاض تقدير الذات؛ نتيجة تراجع الدعم العاطفي والاحتواء الأسري.

المجالان الاجتماعي والتربوي:

يؤدي ضعف المتابعة الوالدية واضطراب عمليات التنشئة الاجتماعية إلى تراجع قدرة الأبناء على التكيف الاجتماعي، وتعزيز الشعور بالانتماء، كما قد يزيد من قابليتهم للتأثر بالسلوكيات السلبية في البيئة المحيطة، بما فيها بعض أنماط السلوك المنحرف أو السلوكيات الإدمانية بوصفها استجابات غير تكيفية لمواجهة الضغوط.²⁴



رابعاً: السلوكيات الإدمانية: المفهوم والتصنيف المعاصر

السلوكيات الإدمانية إلى أنماط من السلوك أو الممارسات المتكررة التي يواجه الفرد صعوبة في التحكم بها، ويستمر في ممارستها على الرغم من إدراكه الآثار السلبية المحتملة المترتبة عليها على المستويات النفسية والاجتماعية والصحية. وتتميز هذه السلوكيات بوجود عناصر مشتركة، مثل ضعف السيطرة، والانشغال المتزايد بالسلوك، واستمراره رغم تأثيره في جوانب الحياة اليومية.

(1) تطوير برامج التأهيل والإرشاد قبل الزواج

تُعد مرحلة ما قبل الزواج فرصة مهمة لبناء الوعي بالمهارات العاطفية والتواصلية اللازمة لإنجاح العلاقة الزوجية. لذلك، يُوصى بتضمين موضوعات الذكاء العاطفي، وإدارة الخلافات، وتنظيم الانفعالات، والتواصل الفعال ضمن برامج التأهيل الأسري للمقبلين على الزواج، بما يعزز قدرتهم على بناء علاقات زوجية أكثر استقراراً.

وتُصنّف السلوكيات الإدمانية بصورة عامة إلى نمطين رئيسيين:



(1) الإدمان المرتبط بالمواد (Substance Addiction)

ويدشير إلى الاعتماد النفسي أو الجسدي على مواد ذات تأثير نفسي أو عصبي، مثل المواد المخدرة، والكحول، والنيكوتين، وبعض العقاقير، وقد يرتبط بظهور أعراض انسحابية واضطرابات في الأداء اليومي عند التوقف عن استخدامها.

(2) الإدمان السلوكي (Behavioral Addiction)

ويتمثل في الانخراط المتكرر والقهري في بعض الأنشطة أو السلوكيات، رغم ما قد يترتب عليها من آثار سلبية. ومن أمثلته الاستخدام المفرط للإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي، والألعاب الإلكترونية، والتسوق القهري، وبعض أنماط السلوكيات القهرية الأخرى.

ويدشير التصنيف المعاصر للإدمان إلى أن هذه الأنماط قد تتشارك في بعض الخصائص النفسية، مثل ضعف التحكم الذاتي، والاستمرار في السلوك، رغم نتائجها السلبية، وتأثيره في العلاقات الاجتماعية والأداء الوظيفي أو الأكاديمي.²⁵

25 محمود موسى سالم الشديفات، "الإدمان وأثره على المجتمعات: الأسباب-الوقاية-العلاج، عمان: دار الخليج للنشر والتوزيع، 2019.



خامساً: الأطر النظرية المفسرة للعلاقة بين التفكك والسلوك الإدماني

تسهم مجموعة من الأطر السوسيولوجية والنفسية في تفسير العلاقة بين اضطراب البناء الأسري وظهور بعض السلوكيات الإدمانية لدى الأبناء، من خلال التركيز على دور الروابط الاجتماعية، والتعلم بالملاحظة، وطبيعة التفاعل داخل النسق الأسري.

(1) نظرية الضبط الاجتماعي (Social Control Theory – Hirschi)

تفترض هذه النظرية أن قوة الروابط الاجتماعية، خاصة الارتباط بالأسرة والالتزام بالقيم والمعايير الاجتماعية والمشاركة في الأنشطة التقليدية، تسهم في الحد من احتمالية الانخراط في السلوكيات المنحرفة. وعندما تضعف الروابط الأسرية؛ نتيجة التفكك أو ضعف الرقابة والدعم، قد تزداد قابلية الأبناء للتأثر بالضغوط الاجتماعية والانخراط في بعض السلوكيات الخطرة، ومنها تعاطي المواد.²⁶

(2) نظرية التعلم الاجتماعي (Social Learning Theory – Bandura)

تري هذه النظرية أن السلوك الإنساني يتشكل جزئياً من خلال الملاحظة والتقليد والتعزيز الاجتماعي. وبناءً عليه، فإن الأبناء الذين يعيشون في بيئات أسرية يسودها الإهمال أو النماذج السلوكية السلبية قد يكونون أكثر عرضة لاكتساب أنماط سلوكية غير تكيفية، خاصة عند غياب النماذج الإيجابية والدعم الأسري.²⁷

(3) النظرية الأسرية النسقية (Family Systems Theory)

تنظر هذه النظرية إلى الأسرة باعتبارها نسقاً مترابطاً يؤثر كل جزء فيه في الأجزاء الأخرى. ومن ثم، فإن الصراعات الأسرية أو اضطراب العلاقات بين أفراد الأسرة قد تنعكس على سلوك الأبناء؛ حيث يمكن أن تمثل بعض السلوكيات الإدمانية مؤشرات على اختلال التوازن والتفاعل داخل النسق الأسري.²⁸

في ضوء التحولات المعاصرة بالسياقين العربي والخليجي

عند إسقاط الأطر النظرية السابقة على واقع الأسرة العربية والخليجية المعاصرة، يتضح أن مفهوم "التفكك الأسري" لم يعد يقتصر على أشكاله البنيوية التقليدية (كالطلاق أو غياب أحد الوالدين الجسدي)؛ وإنما امتد ليتشكل في صورة "تفكك وظيفي أو عاطفي رمزي".

ففي ظل التسارع التكنولوجي والطفرة الاقتصادية والثقافية التي تشهدها مجتمعات المنطقة، برز نمطٌ جديد من العزلة داخل البيت الواحد؛ حيث يوجد الأفراد تحت سقف واحد مع غياب التواصل الوجداني الفعال.

26 الحراحشة، راكان راضي، الضبط الاجتماعي والانحراف، عمان: دار الراجحة للنشر والتوزيع، 2016.

27 عماد عبد الرحيم الزغول، "مبادئ علم النفس التربوي"، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع، 2023.

28 حجازي، مصطفى، "الأسرة وصحتها النفسية: مقارنة نسقية"، بيروت: المركز الثقافي العربي، 2018.



سادساً: الآليات النفسية والاجتماعية التي تفسر انتقال الفرد نحو السلوك الإدماني

لا يشير اضطراب البيئة الأسرية إلى حتمية الانزلاق نحو السلوك الإدماني، وإنما يُعدّ عامل خطورة ترجيحياً تتفاعل معه ميكانيزمات نفسية واجتماعية متعددة؛ حيث تُبيّن الشواهد الإكلينيكية والاجتماعية أن الانتقال نحو الإدمان يمر عبر آليات عدة:

الانزياح نحو جماعة الأقران التعويضية:

عندما يضعف شعور الفرد بالانتماء والأمان داخل النسق الأسري، يزداد احتمال توجيهه نحو شبكات اجتماعية خارجية أو جماعات أقران توفر له الشعور بالمكانة والقبول، بغض النظر عن طبيعة السلوكيات السائدة داخل تلك الجماعات.

الهروب النفسي وآليات التكيف غير التكيفية:

يُشكل الفراغ العاطفي والضغط الناجم عن الصراعات الأسرية بيئة تزيد من احتمالية بحث الفرد عن وسائل سريعة لتخفيف التوتر الانفعالي. وهنا، قد تُستغل المواد المخدرة أو الأنشطة القهرية كآلية بديلة للتعامل مع المشاعر السلبية في ظل غياب المساندة الوالدية.

عوامل الحماية والمرونة النفسية:

في المقابل، تؤكد المقاربات النفسية الحديثة أن التفكك الأسري لا يؤدي تلقائياً إلى التعاطي أو السلوكيات القهرية؛ إذ تلعب "عوامل الحماية" -مثل وجود شخص بالغ مدعوم خارج نطاق الوالدين، أو الاعتماد على المرونة النفسية الذاتية، والتنشئة الدينية والقيمية- دوراً حاسماً في كسر هذه السلسلة السلوكية، وتوجيه الأبناء نحو التكيف الإيجابي وتجاوز اضطراب المناخ الأسري.²⁹



29 جابر، عبد السلام علي، (2021)، "المرونة النفسية وعلاقتها بعوامل الحماية والخطورة لدى الشباب"، القاهرة: دار الفكر العربي.



سابعاً: الشواهد والأدلة الميدانية: إحصاءات ودراسات من العالم العربي والخليج وبلاد الشام

تشير التقارير الدولية والدراسات الميدانية إلى أن السلوكيات الإدمانية تمثل قضية صحية واجتماعية مركبة، تؤدي فيها البيئة الأسرية والمناخ النفسي الداخلي دوراً جوهرياً في تحديد مستويات الوقاية أو القابلية للتعرض، لاسيما لدى فئتي المراهقين والشباب.

(1) المؤشرات الدولية والإقليمية

أوضح تقرير المخدرات العالمي، الصادر عن مكتب الأمم المتحدة المعني بالمخدرات والجريمة (UNODC, 2024) أن عدد متعاطي المواد حول العالم بلغ نحو 292 مليون شخص، مُبرِّزاً أن ضعف التماسك الأسري والإهمال الوالدي يمثلان أبرز عوامل الخطر النفسية-الاجتماعية المزيدة للهشاشة لدى الشباب.³⁰ وفي الاتجاه ذاته، تؤكد تقارير منظمة الصحة العالمية (WHO, 2024) أن البيئة الأسرية الداعمة تشكل الحصن الوقائي الأول ضد بدء التعاطي المبكر.³¹

(2) الشواهد والدراسات في دولة الإمارات العربية المتحدة ودول الخليج

تشير السياسة الوطنية للأسرة في دولة الإمارات العربية المتحدة إلى أهمية تعزيز التماسك الأسري، ودعم العلاقات الإيجابية داخل الأسرة، وتوفير بيئة أسرية قادرة على مواجهة ضغوط الحياة، باعتبار الأسرة أحد المراكز الأساسية للاستقرار الاجتماعي وجودة الحياة. كما تؤكد السياسة أهمية العلاقات الأسرية، ورعاية الأبناء، وتوفير الدعم الاجتماعي والنفسي للأسرة، وهي عوامل ترتبط بدورها الوقائي في الحد من عوامل الخطورة الاجتماعية والسلوكية لدى أفرادها.³²

(3) الشواهد والدراسات في بلاد الشام (الأردن، ولبنان، وفلسطين)

تُبين الدراسات الاجتماعية والمسوح الميدانية في بلاد الشام أن الضغوط الاقتصادية والاجتماعية المتزايدة انعكست على استقرار الأسرة ووظائفها. وفي الأردن، أظهرت أبحاث ميدانية تناولت محددات الجنوح والتعاطي أن الانفصال الوالدي، وجفاف التواصل داخل المنزل يتصدران العوامل المؤدية للاغتراب النفسي والتفتيش عن البدائل التعويضية كالمخدرات أو التكنولوجيا.³³ وفي لبنان، تشير دراسات أعدتها جمعيات متخصصة (مثل جمعية JAD - شبيبة ضد المخدرات) إلى أن الصراعات الأسرية الناتجة عن أزمت المعيشة تضاعف من خطر لجوء الشباب للإدمان كآلية للهروب النفسي.³⁴

30 منظمة الصحة العالمية، "استراتيجية صحة المراهقين والوقاية من المخاطر السلوكية في إقليم شرق المتوسط"، جنيف: منظمة الصحة العالمية، 2024.

31 مكتب الأمم المتحدة المعني بالمخدرات والجريمة، تقرير المخدرات العالمي 2024، فيينا: الأمم المتحدة، 2024.

32 وزارة تنمية المجتمع، 2018، السياسة الوطنية للأسرة، أبوظبي: حكومة دولة الإمارات العربية المتحدة.

33 الحبيس، فراس علي، وإيمان حسن محمود النصور، علم نفس الإدمان، عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع، 2023.

34 جمعية شبيبة ضد المخدرات (JAD)، التقرير الميداني حول الأزمت الأسرية والسلوك الإدماني لدى الشباب في بلاد الشام، بيروت: منشورات جمعية JAD، 2023.



دراسة حالة تطبيقية



دعمت دراسة زرداني (2023) العلاقة المباشرة بين التفكك الأسري والسلوكيات الإدمانية من خلال دراسة ميدانية أجريت في مركز بن عاشور لإعادة التربية بالبليدة، واعتمدت منهج دراسة الحالة على خمس حالات من المراهقات. وأظهرت النتائج أن الصراعات الأسرية المستمرة، والحرمان العاطفي، والعنف الأسري، وغياب أحد الوالدين؛ بسبب الطلاق أو الوفاة أو الهجرة، إلى جانب تدني المستوى الاقتصادي، شكلت عوامل رئيسية دفعت المراهقات إلى تعاطي المخدرات. وتؤكد هذه النتائج أن اختلال البناء الأسري يمثل عامل خطر نفسيًا-اجتماعيًا يزيد من احتمالية الانخراط في السلوكيات الإدمانية، وهو ما ينسجم مع الأدبيات التي تؤكد الدور الوقائي للأسرة المتماسكة.³⁵

35 دور التفكك الأسري في اتجاه المراهقات نحو تعاطي المخدرات"، Zerdani, Fatiha, 2023، مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف 8 (1)، (215-226).



ثامناً: استراتيجيات المواجهة والتوصيات الوقائية

لكسر الدائرة المغلقة بين التفكك الأسري والإدمان، يُوصى بتبني استراتيجية وقائية وعلاجية متكاملة:

(1) الوقاية الأولية (تمكين البناء الأسري):

ب. التوسع في تقديم الاستشارات الأسرية المجانية لحل النزاعات الوالدية، وتجنب آثار التفكك الوظيفي وأثاره على الأبناء.

أ. إطلاق برامج توعوية متخصصة في التربية الإيجابية، وتعزيز مهارات التواصل والذكاء العاطفي داخل الأسرة، إلى جانب تفعيل برامج الإرشاد الأسري الموجهة للمقبلين على الزواج؛ لتزويدهم بمهارات إدارة الخلافات.

(2) الوقاية الثانوية (التدخل المبكر والرصد):

ب. تطوير أندية الشباب والمراكز الثقافية والاجتماعية؛ لاستيعاب طاقات المراهقين وتنمية المهارات الذاتية والمرونة النفسية.³⁶

أ. تفعيل دور الإرشاد الاجتماعي والنفسي في المدارس والجامعات لرصد الأبناء القادمين من أسر مفككة وتقديم الاحتواء والدعم مبكراً.

(3) الوقاية الثالثة (الدمج وإعادة التأهيل):

ب. دعم برامج الرعاية اللاحقة وتوفير شبكات دعم اجتماعي ممتدة للأسر المتعثرة.³⁷

أ. تعزيز مشاركة الأسرة بوصفها شريكاً أساسياً في برامج العلاج والتأهيل النفسي والاجتماعي للمتعافين من الإدمان بما يدعم الاستقرار، ويقلل احتمالية الانتكاس.

36 المجلس الوطني لشؤون الأسرة، دليل الإرشاد الأسري، عمان: المجلس الوطني لشؤون الأسرة، 2026.

37 United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC) and World Health Organization (WHO), International Standards for the Treatment of Drug Use Disorders: Revised Edition Incorporating Results of Field-Testing, Vienna, United Nations Office on Drugs and Crime, 2020.



الخاتمة

يتضح مما سبق أن العلاقة بين التفكك الأسري والسلوكيات الإدمانية هي علاقة متبادلة وتفاعلية؛ فالتداعي في الجبهة الأسرية يخلق بيئة خصبة تزيد من احتمالية تعرض الأبناء للسلوكيات الإدمانية كاستجابة تعويضية للهروب. ويعمق الإدمان بدوره تصدع الروابط الأسرية، ويفاقم من اضطراب العلاقات الأسرية واستقرارها. انطلاقاً من ذلك، فإن حماية البناء الأسري وترسيخ الحوار والتلاحم الداخلي لا يمثلان مجرد إجراءات اجتماعية، بل هما ركيزتان أساسيتان لحماية أمن المجتمع ومستقبله، وبناء أجيال قادرة على التكيف الإيجابي مع متطلبات الحياة. وتكتسب هذه القضية أهمية خاصة في المجتمعات الخليجية والعربية، التي تشهد تحولات اجتماعية واقتصادية متسارعة تستدعي تطوير سياسات أسرية ووقائية متكاملة.





الباب الثالث

الظواهر السلوكية العامة: ساعات العمل وتأثيرها في العلاقات بين المتزوجين والموازنة بين دور المرأة ومسؤوليات المنزل

المقدمة والإطار العام

تُشكّل الموازنة بين متطلبات العمل المهني والالتزامات الأسرية إحدى أبرز القضايا السوسولوجية والاجتماعية، التي فرضتها التحولات الاقتصادية وأنماط العمل الحديثة في المجتمعات المعاصرة. فقد أسهمت التغيرات المتسارعة في بيئات العمل، وارتفاع متطلبات الأداء المهني في زيادة الضغوط الواقعة على مؤسسة الأسرة، بما انعكس على استقرار العلاقات الزوجية، وأنماط التفاعل اليومي بين أفرادها. تبرز هذه الإشكالية بصورة أكثر وضوحاً لدى المرأة العاملة، التي تؤدي أدواراً متعددة تتطلب التوفيق بين مسؤولياتها المهنية والتزاماتها الأسرية والرعاية؛ الأمر الذي قد يؤثر في جودة الحياة الزوجية ومستوى التوافق الأسري. انطلاقاً من ذلك، يسعى هذا المقال إلى تحليل أثر امتداد ساعات العمل وبيئات العمل الحديثة في جودة الحياة الزوجية، مع مناقشة أبرز العوامل المؤثرة في تحقيق التوازن بين التطور المهني واستقرار البناء الأسري في ضوء الأدبيات الاجتماعية والنفسية المعاصرة.

أولاً: إعادة تعريف ساعات العمل في العصر الرقمي

لم يعد مفهوم ساعات العمل يقتصر على عدد الساعات التي يقضيها الموظف في مقر العمل مقابل أجر، وإنما شهد تحولات جوهرية بفعل الرقمنة، وانتشار أنماط العمل المرن والعمل عن بُعد. فقد أسهمت التقنيات الرقمية ووسائل الاتصال الحديثة في إعادة تشكيل العلاقة بين الحياة المهنية والحياة الأسرية؛ إذ أصبحت الحدود الفاصلة بينهما أقل وضوحاً، وأضحى العديد من العاملين مطالبين بمتابعة مهامهم الوظيفية، والاستجابة لمتطلبات العمل خارج أوقات الدوام الرسمي.³⁸

وقد أدى هذا التحول إلى بروز ما يُعرف بـ«ساعات العمل غير المرئية»، وهي الفترات التي يظل فيها الموظف متاحاً للتواصل المهني، أو إنجاز المهام الوظيفية دون أن تُحتسب ضمن ساعات العمل الرسمية. ومن منظور سوسولوجي، يُعد هذا الامتداد الزمني للعمل أحد العوامل التي تؤثر في قدرة الأفراد على تحقيق التوازن بين متطلبات العمل والالتزامات الأسرية؛ إذ يؤدي إلى تقليص الوقت المخصص للتفاعل الأسري والراحة والاستشفاء النفسي.

وتشير الدراسات الاجتماعية والنفسية إلى أن استمرار التعرض للضغوط المهنية خارج أوقات العمل يزيد من احتمالية الإجهاد النفسي والاحتراق الوظيفي؛ الأمر الذي قد ينعكس على جودة الحياة الزوجية من خلال انخفاض مستوى التواصل، وتراجع الدعم العاطفي، وارتفاع احتمالات التوتر والخلافات بين الزوجين. ومن ثم، فإن فهم ساعات العمل في العصر الرقمي لم يعد يرتبط بالمدة الزمنية للعمل فحسب، وإنما يشمل أيضاً درجة امتداد الالتزامات المهنية إلى الحياة الخاصة، وتأثيرها في استقرار العلاقات الأسرية.

38 الظاهري، فاطمة سيف، وحسين العثمان، "التوازن بين العمل والحياة: دراسة في تأثير العمل في جودة حياة النساء العاملات"، مجلة الآداب، العدد 138 (2021)، (121-145).



ثانيًا: التحولات البنيوية في أدوار المرأة ومفهوم العبء المزدوج

(1) اتساع المشاركة الاقتصادية للمرأة

شهدت العقود الأخيرة تحولاً نوعياً في ارتفاع معدلات مشاركة المرأة في القوى العاملة؛ نتيجة لارتفاع مستويات التعليم، وتطور التشريعات الداعمة لتكافؤ الفرص، وتزايد الحاجة الاقتصادية لدعم دخل الأسرة. ولم تعد هذه المشاركة مجرد خيار فردي، وإنما أصبحت ركيزة ضمن استراتيجيات التنمية المستدامة ورأس المال البشري في العديد من الدول.³⁹

(2) ظاهرة استمرار "العمل غير المأجور"

على الرغم من هذا التحول في الأدوار الاقتصادية، فإن المقاربات السوسيولوجية تُشير إلى بطء التغير في الموروث الثقافي المرتبط بتوزيع الأعباء المنزلية؛ إذ تواجه كثير من النساء العاملات ما يُعرف بـ"العبء المزدوج" (Double Burden)، حيث تتولى وظيفة مدفوعة الأجر خارج المنزل دون تخفيف موازٍ في أعباء الرعاية والتدبير الداخلي غير المأجور.⁴⁰

(3) نموذج الشراكة الأسرية ودور الزوج

وتشير أدبيات علم اجتماع الأسرة إلى أن إعادة تشكيل الأدوار تتطلب الانتقال من مفهوم "مساعدة الزوج العابرة" إلى "نموذج الشراكة الكاملة". وتُظهر التحليلات الميدانية أن مشاركة الزوج الفاعلة في المهام الأسرية والرعاية تسهم في:

ب. الحد من انتقال الضغوط بين بيئة العمل والأسرة (Work–Family Spillover).

أ. خفض مستويات صراع الأدوار (Role Conflict) لدى الطرفين.

ج. تعزيز التقارب العاطفي والاستقرار النفسي بين أفراد الأسرة.⁴¹

39 وزارة تنمية المجتمع، السياسة الوطنية للأسرة، دبي: وزارة تنمية المجتمع، 2018.

40 الخولي، سناء، علم اجتماع الأسرة، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية، 2016.

41 الخولي، سناء، علم اجتماع الأسرة، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية، 2016.



ثالثاً: التحديات البنيوية والمؤسسية التي تواجه المرأة العاملة

تتأثر قدرة الأسرة على تحقيق التوافق الزوجي في ظل متطلبات العمل بمجموعة من التحديات البنيوية والمؤسسية المرتبطة بتنظيم العمل وتوزيع الأدوار الأسرية، وتوافر الخدمات الداعمة. ويمكن توضيح أبرز هذه التحديات على النحو الآتي:

المحور	طبيعة التحدي	الآثار على العلاقات الزوجية والأسرية
ساعات الدوام والتنقل	امتداد ساعات العمل وطول الوقت المستغرق في التنقل	انخفاض الوقت النوعي المتاح للحوار والتفاعل الأسري؛ ما قد يؤثر في جودة التواصل بين الزوجين
الضغوط النفسية	تعدد المسؤوليات وصراع الأولويات بين المتطلبات المهنية والأسرية	ارتفاع مستويات التوتر والإجهاد النفسي وانعكاسها على المناخ العائلي داخل الأسرة
الخدمات المساندة	ارتفاع تكلفة خدمات رعاية الأطفال أو محدودية توافرها	زيادة الضغوط النفسية والمالية التي تؤثر في الخيارات المهنية للمرأة العاملة
البيئة المؤسسية	محدودية ترتيبات العمل المرنة في بعض القطاعات	صعوبة التوفيق بين المتطلبات المهنية والاحتياجات الأسرية الطارئة

توضح هذه التحديات أن أثر العمل في العلاقات الزوجية لا يرتبط فقط بطول ساعات العمل، وإنما يتأثر أيضاً بمدى قدرة المؤسسات والأسر على توفير آليات داعمة لتحقيق التوازن.

وتشير الأدبيات الاجتماعية إلى أن غياب التوازن بين متطلبات العمل والالتزامات الأسرية لا يرتبط فقط بعدد ساعات العمل، وإنما يتأثر أيضاً بمدى مرونة بيئة العمل، وتوافر أنظمة الدعم الأسري والمؤسسي.⁴²

24 وزارة تنمية المجتمع، السياسة الوطنية للأسرة، دبي: وزارة تنمية المجتمع، 2018.



رابعاً: الإحصاءات والدلالات العلمية

(1) سياق دول الخليج العربية ودولة الإمارات العربية المتحدة

تشير التحولات الاجتماعية والاقتصادية في دول مجلس التعاون الخليجي، ودولة الإمارات العربية المتحدة بصورة خاصة، إلى تنامي الاهتمام بتمكين المرأة وتعزيز مشاركتها في المجالات المهنية، في إطار سياسات وطنية داعمة لدورها الاقتصادي والاجتماعي. في المقابل، تبرز أهمية تحقيق التوازن بين المتطلبات المهنية والمسؤوليات الأسرية، خاصة مع توسع مشاركة المرأة في سوق العمل، وتزايد الحاجة إلى بيئات عمل أكثر مرونة تدعم استقرار الأسرة وتماسكها.⁴³

(2) الأردن: انخفاض مشاركة المرأة في سوق العمل رغم ارتفاع التعليم

تشير مؤشرات سوق العمل في الأردن إلى استمرار انخفاض معدلات المشاركة الاقتصادية للمرأة مقارنة بمستويات التعليم المرتفعة، التي حققتها خلال العقود الأخيرة؛ إذ بلغ معدل المشاركة الاقتصادية للمرأة الأردنية نحو 14.9% عام 2024، وفق بيانات مسح قوة العمل الصادر عن دائرة الإحصاءات العامة الأردنية. ويعكس هذا المؤشر استمرار وجود مجموعة من العوامل الاقتصادية والاجتماعية والمؤسسية التي تؤثر في قدرة المرأة على الاندماج في سوق العمل؛ من بينها التحديات المرتبطة بالتوفيق بين المسؤوليات المهنية والأسرية. كما يشير ذلك إلى أن مشاركة المرأة الاقتصادية لا ترتبط فقط بفرص العمل المتاحة، وإنما تتأثر أيضاً بمدى توفر بيئات عمل داعمة وخدمات مساندة تساعد على تحقيق التوازن بين العمل والحياة الأسرية.⁴⁴

(3) الدول العربية: محدودية ترتيبات العمل المرنة ودورها في تحقيق التوازن

تشير تقارير منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية حول تمكين المرأة اقتصادياً في دول مختارة من منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا إلى أن ترتيبات العمل المرنة، مثل العمل الجزئي والمرونة في ساعات الدوام، لا تزال محدودة التطبيق في عدد من الدول، رغم دورها المهم في دعم التوازن بين العمل والحياة الأسرية، ولاسيما بالنسبة للنساء العاملات اللاتي يتحملن مسؤوليات أسرية إلى جانب أدوارهن المهنية.⁴⁵

(4) ساعات العمل الطويلة وتأثيرها في التوازن بين العمل والحياة الأسرية

وفق تقرير منظمة العمل الدولية (ILO) حول ساعات العمل والتوازن بين العمل والحياة، فإن 35.4% من العاملين عالمياً يعملون أكثر من 48 ساعة أسبوعياً بشكل منتظم. كما أشار التقرير إلى أن العمل لساعات أطول من المرغوب يرتبط بتراجع القدرة على تحقيق التوازن بين الحياة المهنية والشخصية.⁴⁶

43 وزارة تنمية المجتمع، السياسة الوطنية للأسرة، دبي: وزارة تنمية المجتمع، 2018.

44 دائرة الإحصاءات العامة الأردنية، 2024، "مسح قوة العمل 2024"، عمان: دائرة الإحصاءات العامة الأردنية.

45 منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية (OECD)، "تمكين المرأة اقتصادياً في دول مختارة من منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا"، باريس: منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية، 2017.

46 منظمة العمل الدولية، Working Time and Work-Life Balance Around the World، جنيف، مكتب العمل الدولي، 2022.



دراسة حالة تطبيقية



دعمت نتائج دراسة أجراها Davis وآخرون (2008) العلاقة بين أنماط ساعات العمل وجودة الحياة الأسرية، من خلال تحليل بيانات (1,166) من البالغين المتزوجين العاملين في الولايات المتحدة، إضافة إلى عينة متابعة يومية بلغت (458) مشاركاً. وأظهرت النتائج أن العاملين في نوبات العمل الليلية أو غير المنتظمة كانوا أكثر عرضة للشعور بعدم الاستقرار الزوجي، وارتفاع انتقال الضغوط بين العمل والأسرة، مقارنة بمن يعملون في ساعات العمل النهارية. كما بينت الدراسة أن امتداد ساعات العمل، أو عدم انتظامها يؤدي إلى زيادة الضغوط اليومية، وانخفاض جودة التفاعل الأسري؛ ما يؤكد أن تأثير ساعات العمل في العلاقات الزوجية لا يرتبط بطول ساعات العمل فحسب، وإنما أيضاً بطبيعة تنظيمها ومدى تأثيرها في التوازن بين العمل والحياة الأسرية.⁴⁷

في الختام، إن ساعات العمل ليست عاملاً سلبياً في حد ذاتها، وإنما تكمن المشكلة في غياب التوازن بين المتطلبات المهنية والأسرية، وأن تحقيق الاستقرار الزوجي يتطلب تعاون الأسرة ودعم المؤسسات وتطوير سياسات عمل أكثر مرونة.

47 Davis, Kelly D., W. Benjamin Goodman, Amy E. Pirretti, and David M. Almeida, 2008. "Nonstandard Work Schedules, Perceived Family Well-Being, and Daily Stressors", Journal of Marriage and Family (1003–991), (4), 70.



خامساً: آليات تعزيز الاستقرار الأسري وتحقيق التوازن بين العمل والحياة الأسرية

يتطلب تحقيق التوازن بين المتطلبات المهنية والالتزامات الأسرية تبني مقاربة متكاملة تجمع بين التدخلات المؤسسية، والدعم الأسري، وتنمية المهارات الفردية. فاستقرار الأسرة لا يعتمد على قدرة الفرد وحده على إدارة أدواره المتعددة، وإنما يرتبط أيضاً بطبيعة السياسات التنظيمية، ودرجة مرونة بيئات العمل، وتوافر شبكات الدعم الاجتماعي.

(1) المستوى المؤسسي والتشريعي

تسهم سياسات العمل المرنة، مثل خيارات الدوام الجزئي والعمل عن بُعد، في تقليل التعارض بين المسؤوليات المهنية والأسرية، من خلال منح العاملين قدرة أكبر على إدارة الوقت والاستجابة للاحتياجات الأسرية. كما يمثل توفير خدمات رعاية الأطفال ذات الجودة والتكلفة المناسبة أحد العوامل الداعمة لاستمرار مشاركة المرأة في سوق العمل دون التأثير السلبي في الاستقرار الأسري.

(2) المستوى الأسري والاجتماعي

يُعد الانتقال من نموذج توزيع الأدوار التقليدي إلى نموذج الشراكة الأسرية أحد المتطلبات الأساسية لتعزيز التوافق الزوجي؛ إذ تسهم المشاركة المتوازنة في المسؤوليات المنزلية والرعاية في تخفيف الضغوط المرتبطة بتعدد الأدوار، وتعزيز جودة التواصل بين الزوجين. كما تساعد الإدارة الفعالة للوقت وتخصيص مساحات للتفاعل الأسري بعيداً عن متطلبات العمل في دعم الروابط العاطفية داخل الأسرة.

(3) المستوى الفردي

يتطلب تحقيق التوازن الأسري والمهني تنمية الوعي الذاتي بحدود الأدوار المختلفة، وإعادة النظر في التوقعات غير الواقعية المرتبطة بفكرة الكمال في أداء المسؤوليات المهنية والأسرية. كما تسهم مهارات إدارة الوقت وتنظيم الأولويات في تعزيز قدرة الأفراد على التعامل مع ضغوط الحياة المعاصرة بصورة أكثر استقراراً.⁴⁸

48 وزارة تنمية المجتمع، السياسة الوطنية للأسرة، دبي: وزارة تنمية المجتمع، 2018.



الخاتمة

توضح المناقشة أن تأثير ساعات العمل في الحياة الزوجية لا يمكن اختزاله في قدرة الأفراد على إدارة الوقت أو التكيف الشخصي مع متطلبات العمل، وإنما يمثل قضية اجتماعية وبنوية تتداخل فيها عوامل مؤسسية وثقافية وأسرية. فالتغيرات التي طرأت على أنماط العمل الحديثة، بما في ذلك امتداد ساعات العمل، وظهور أنماط العمل الرقمية، تستدعي تطوير سياسات داعمة للتوازن بين العمل والحياة الأسرية، وتعزيز مرونة بيئات العمل، وترسيخ نموذج الشراكة الأسرية في توزيع المسؤوليات. ومن ثم، فإن تحقيق الاستقرار الأسري في ظل التحولات المهنية المعاصرة يُعد جزءاً من متطلبات التنمية الاجتماعية المستدامة، وليس مجرد مسؤولية فردية تقع على عاتق المرأة العاملة أو الأسرة وحدها.





الباب الرابع

التنمية والدعم الاجتماعي: الدعم الاجتماعي وأثره في تعزيز جودة الحياة للأسر المحدودة الدخل

المقدمة

تُمثل منظومة الدعم الاجتماعي إحدى الآليات الأساسية في الحد من الآثار الاجتماعية والاقتصادية الناتجة عن محدودية الدخل، وتعزيز قدرة الأسر على مواجهة التحديات المعيشية المتزايدة. وفي ظل التحولات الاقتصادية والاجتماعية المعاصرة، وارتفاع تكاليف المعيشة، لم يعد الدعم الاجتماعي يقتصر على تقديم المساعدات الإغاثية المؤقتة لتلبية الاحتياجات الأساسية، وإنما أصبح مدخلاً تنموياً يساهم في تعزيز الاستقرار النفسي، ودعم التماسك الأسري، وتحسين جودة الحياة بمختلف أبعادها.

يناقش هذا المقال أبعاد الدعم الاجتماعي وأشكاله المختلفة، ودوره في تمكين الأسر المحدودة الدخل وتعزيز قدرتها على التكيف مع الضغوط الاقتصادية والاجتماعية، مع تحليل أبرز التحديات التي تواجه فاعلية هذه المنظومات، واستعراض أهمية تطوير برامج الحماية الاجتماعية في السياق العربي والخليجي بما يحقق الانتقال من المساندة المؤقتة إلى التمكين والاستدامة.

أولاً: مفهوم الدعم الاجتماعي وأبعاده الوظيفية

يُعرّف الدعم الاجتماعي بأنه منظومة من المساندة المتبادلة التي يحصل عليها الفرد أو الأسرة من مصادر اجتماعية ومؤسسية مختلفة، وتشمل الأسرة، وشبكات العلاقات الاجتماعية، والمؤسسات الحكومية والأهلية. ولا يُنظر إلى الدعم الاجتماعي باعتباره مساعدة منفردة أو استجابة مؤقتة، وإنما باعتباره مورداً اجتماعياً يساهم في تعزيز قدرة الأسر على مواجهة الضغوط، وتحسين مستويات التكيف والاستقرار.⁴⁹

ويتخذ الدعم الاجتماعي أربعة أبعاد وظيفية رئيسية متكاملة:

(1) الدعم المادي والاقتصادي (Tangible Support)

ويشمل المساعدات المالية والعينية، وبرامج الدعم النقدي، وتوفير الخدمات الأساسية، والمساندة المرتبطة بالسكن أو التعليم أو الرعاية الصحية، بما يساعد الأسر المحدودة الدخل على تخفيف الأعباء الاقتصادية، وتحقيق قدر أكبر من الاستقرار المعيشي.

49 وزارة تنمية المجتمع، التقرير السنوي لوزارة تنمية المجتمع 2023، أبوظبي: وزارة تنمية المجتمع، 2023.



(2) الدعم العاطفي والنفسي (Emotional Support)

ويتمثل في توفير المساندة الوجدانية، والاستماع، والتشجيع، والإرشاد النفسي والاجتماعي، بما يعزز شعور الأفراد بالأمان والانتماء، ويساعدهم على التعامل مع الضغوط المرتبطة بالظروف الاقتصادية والاجتماعية.

(3) الدعم المعلوماتي والتوجيهي (Informational Support)

يرتبط بتوفير المعلومات والإرشادات التي تمكن الأسر من الوصول إلى الموارد المتاحة، مثل فرص التدريب والتأهيل، والخدمات الاجتماعية، وبرامج التمكين الاقتصادي، بما يعزز قدرتها على اتخاذ قرارات أكثر فاعلية.

(4) الدعم التقييمي (Appraisal Support)

ويتمثل في تقديم التغذية الراجعة والتوجيه المستمر الذي يساعد الأفراد على تقييم أوضاعهم، وتنمية مهارات حل المشكلات، وتعزيز الثقة بالقدرة على مواجهة التحديات.⁵⁰

وتشير الأدبيات الاجتماعية إلى أن فاعلية الدعم الاجتماعي لا ترتبط بوجود أحد هذه الأبعاد منفردًا، بل بدرجة التكامل بينها؛ فالدعم المادي يخفف الضغوط المباشرة، فيما يسهم الدعم النفسي والمعلوماتي والتقييمي في بناء قدرات الأسرة، وتعزيز قدرتها على الاعتماد على الذات، وتحقيق الاستقرار الطويل المدى.



ثانيًا: أبعاد جودة الحياة لدى الأسر المحدودة الدخل: المقاربة التنموية

تتجاوز جودة الحياة المؤشرات الاقتصادية المرتبطة بمستوى الدخل فقط، لتصبح مفهومًا تنمويًا متعدد الأبعاد يعكس قدرة الأفراد والأسر على تحقيق الاستقرار والرضا والشعور بالأمان، إلى جانب امتلاك الموارد والفرص التي تساعدهم على التكيف مع التحديات المعيشية والاجتماعية. من هذا المنطلق، فإن جودة الحياة ترتبط بمدى قدرة الأسرة على الوصول إلى الخدمات الأساسية، وبناء علاقات اجتماعية داعمة، وتنمية قدراتها بما يعزز اندماجها واستقلاليتها.⁵¹

50 عبدالمعطي، حسن مصطفى، "الدعم الاجتماعي والصحة النفسية: دراسات وبحوث في علم النفس الاجتماعي"، القاهرة: دار الزهراء للنشر والتوزيع، 2020.

51 جوان إسماعيل بكر، "جودة الحياة وعلاقتها بالانتماء والقبول الاجتماعي"، عمان: دار الحامد للنشر والتوزيع، 2013.



وتتحدد أبعاد جودة الحياة لدى الأسر المحدودة الدخل في ستة أبعاد مترابطة:

المؤشرات التحليلية	البُعد
استقرار مصادر الدخل، والقدرة على تلبية الاحتياجات الأساسية، وامتلاك قدر من المرونة المالية لمواجهة الأزمات.	أ. البعد الاقتصادي
قوة العلاقات الأسرية، وتوافر شبكات الدعم الاجتماعي، وتعزيز المشاركة والحد من العزلة والتمييز.	ب. البعد الاجتماعي
القدرة على الوصول إلى الخدمات الصحية، وتحقيق مستوى مناسب من الصحة الجسدية والنفسية.	ج. البعد الصحي
الشعور بالرضا والأمان، والاستقرار العاطفي، والقدرة على إدارة الضغوط اليومية.	د. البعد النفسي
توافر السكن الآمن، والخدمات الأساسية، وبيئة معيشية تساعد على الاستقرار.	هـ. البعد البيئي
إتاحة فرص التعليم وتنمية المهارات، التي تسهم في تحسين الفرص المستقبلية، وتقليل انتقال الفقريين الأجيال.	و. البعد التعليمي

تتسم هذه الأبعاد بطبيعة تكاملية: إذ إن ضعف أحدها قد ينعكس على بقية الأبعاد؛ فمحدودية الدخل، على سبيل المثال، قد تؤثر في فرص التعليم والرعاية الصحية والاستقرار النفسي، في حين يمكن لشبكات الدعم الاجتماعي وبرامج التمكين أن تخفف من هذه الآثار، وتعزز قدرة الأسرة على تحسين جودة حياتها.⁵²

52 بن غضبان، فؤاد، "جودة الحياة بالتجمعات الحضرية: تشخيص مؤشرات التقييم"، عمان: دار المنهجية، 2015.



ثالثاً: أثر الدعم الاجتماعي (نموذج التخفيف من الضغوط)

تفسر أدبيات علم الاجتماع النفسي أثر الدعم الاجتماعي في تحسين جودة الحياة من خلال "نموذج التخفيف من الضغوط" (Buffering Hypothesis). ويشير هذا النموذج إلى أن توأمة شبكة دعم اجتماعي قوية يعمل كـ"حائل أو مصد" يقلل من التأثير السلبي للآزمات الاقتصادية والصحية على الفرد والأسرة، عبر تعديل التقييم المعرفي للموقف الضاغط، وتعزيز استراتيجيات التكيف الإيجابي.⁵³

وتتبدى انعكاسات هذا النموذج في مستويين:

المستوى الأسري والمجتمعي:	الفردى والنفسى:
تعزىز التماسك الأسرى، وتقليل حدة النزاعات الناجمة عن الضغوط المالية، إلى جانب تحقيق الاندماج الاجتماعى، والتحول من النمط الاتكالى إلى الإنتاجى.	خفض التوتر والقلق المترتبين على عدم اليقين الاقتصادى، وتحسين الصحة العامة، وحفز السلوكيات الصحية الوقائية.

رابعاً: التحديات المركبة والعوائق الهيكلية

تنظر الأدبيات التنموية الحديثة إلى الفقر باعتباره ظاهرة متعددة الأبعاد لا تقتصر على انخفاض الدخل فقط، وإنما ترتبط أيضاً بالحرمان من فرص التعليم، والرعاية الصحية، والخدمات الأساسية، وضعف القدرة على المشاركة الاجتماعية والتنمية.⁵⁴

وتواجه فاعلية برامج الدعم الاجتماعى مجموعة من التحديات؛ من أبرزها:

(1) التحديات المؤسسية والبنىوية

تتمثل فى تعقيد الإجراءات الإدارية، وصعوبة وصول بعض الأسر المستحقة إلى برامج الحماية الاجتماعية، إضافة إلى محدودية الموارد أو عدم كفاءة توزيعها؛ ما قد يقلل من قدرة هذه البرامج على تحقيق أهدافها التنموية.

53 عبد الرحمن، محمد السيد، "المساندة الاجتماعية وعلاقتها بضغوط الحياة وأساليب مواجهتها"، القاهرة: دار الفكر العربى، 2002.
54 "برنامج الأمم المتحدة الإنمائى والمفوضية الاقتصادية والاجتماعية لغربى آسيا" (الإسكوا)، "تقرير التنمية العربية: الفقر متعدد الأبعاد"، بيروت، الإسكوا، 2023.



(2) الفجوة بين الاحتياج والتنفيذ

لا ترتبط فاعلية الدعم بمجرد تقديم المساعدة، وإنما بمدى توافقها مع احتياجات الأسرة الفعلية؛ فقد تحتاج بعض الأسر إلى خدمات نفسية أو إرشادية أو برامج تمكين، وليس إلى دعم مادي فقط. كما أن بعض أشكال الدعم غير المدروسة قد تؤدي إلى تعزيز الاعتماد بدلاً من تنمية القدرة على الاستقلالية.

(3) العوائق الشخصية والثقافية

قد تحد بعض العوامل الاجتماعية والنفسية من الاستفادة من برامج الدعم، مثل الوصمة المرتبطة بطلب المساعدة، أو ضعف المعرفة بالخدمات المتاحة، أو تراجع قوة شبكات المساندة التقليدية؛ نتيجة التحولات الاجتماعية الحديثة.

خامساً: التطبيقات والمؤشرات الإقليمية (دول مجلس التعاون والمنطقة العربية)

تشير التجارب الإقليمية الحديثة في دول الخليج والمنطقة العربية إلى تحول تدريجي في فلسفة الدعم الاجتماعي من نموذج المساعدة التقليدية إلى نموذج الحماية الاجتماعية، القائم على التمكين وبناء القدرات. فلم تعد برامج الدعم تركز فقط على توفير الاحتياجات الأساسية، وإنما أصبحت تهدف إلى تعزيز قدرة الأسر على الاعتماد على الذات، وتحسين جودة الحياة على المدى الطويل.

دولة الإمارات العربية المتحدة ودول الخليج

اعتمدت دول الخليج، خلال السنوات الأخيرة، توجهات متزايدة نحو تطوير منظومات الحماية الاجتماعية وربط الدعم ببرامج التمكين الاقتصادي والتأهيل المهني، من خلال مبادرات تستهدف تعزيز المشاركة الاقتصادية، ودعم الأسر في تحسين قدراتها الإنتاجية، وتوفير فرص التدريب والعمل بما يساهم في تحقيق الاستدامة الاجتماعية.⁵⁵

المنطقة العربية

توضح تقارير المؤسسات الدولية المعنية بالتنمية الاجتماعية أن برامج التحويلات النقدية المشروطة أصبحت إحدى الأدوات المهمة في الحد من آثار الفقر المتعدد الأبعاد، حيث ترتبط بعض هذه البرامج بدعم التعليم والرعاية الصحية للأطفال، بما يساعد على حماية رأس المال البشري، وتقليل احتمالية انتقال الفقريين الأجيال.⁵⁶

55 وزارة تنمية المجتمع، "التقرير السنوي لوزارة تنمية المجتمع 2023"، الإمارات العربية المتحدة، وزارة تنمية المجتمع، 2023.

56 منظمة الأمم المتحدة للطفولة (اليونيسف)، ومنظمة العمل الدولية، "نحو حماية اجتماعية شاملة للأطفال"، تحقيق الهدف 1.3 من أهداف التنمية المستدامة، جنيف: منظمة العمل الدولية واليونيسف، 2019.



تشير الأدلة الإحصائية الحديثة إلى أن برامج الدعم الاجتماعي تؤدي دورًا محوريًا في تحسين جودة الحياة لدى الأسر محدودة الدخل في الوطن العربي؛ فقد أظهر برنامج "تكافل وكرامة" في مصر وصول الدعم النقدي إلى نحو 4.67 ملايين أسرة فقيرة وضعيفة، بما يقرب من 17 مليون فرد؛ الأمر الذي ساعد على تعزيز قدرة الأسر على تلبية احتياجاتها الأساسية المرتبطة بالغذاء والتعليم والصحة. كما يؤكد البنك الدولي أن أنظمة الحماية الاجتماعية في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا تُعد من الأدوات الأساسية للحد من الفقر والهشاشة وتحسين قدرة الأسر على مواجهة الأزمات الاقتصادية والاجتماعية.⁵⁷

دراسة حالة تطبيقية

أظهرت دراسة الزامل وآخرين (2014)، التي تناولت الأسر السعودية المحدودة الدخل المستفيدة من خدمات الإسكان الخيري، وجود علاقة إيجابية بين مستوى الرضا عن خدمات الدعم الاجتماعي وتحسن نوعية الحياة لدى الأسر المستفيدة. وأشارت النتائج إلى أن توفير الدعم السكني والاجتماعي أسهم في تعزيز الشعور بالأمان والاستقرار الأسري، وتحسين القدرة على تلبية الاحتياجات الأساسية؛ الأمر الذي انعكس إيجابًا على جودة الحياة. وتؤكد هذه النتائج أن فاعلية الدعم الاجتماعي لا تقتصر على المساعدات المادية، وإنما تمتد إلى تحسين الجوانب النفسية والاجتماعية وتعزيز التماسك الأسري.⁵⁸

الخاتمة والتوصيات

يستنتج هذا المقال أن الدعم الاجتماعي يُعد أحد المرتكزات الأساسية لتعزيز جودة حياة الأسر محدودة الدخل، شريطة أن يقوم على نهج التمكين والاستدامة، لا على تقديم المساعدات المؤقتة فحسب. كما أظهرت الأدبيات والدراسات التطبيقية أن التكامل بين الدعم المالي، والنفسي، والاجتماعي، والتأهيلي يسهم في تحسين الاستقرار الأسري، وتعزيز القدرة على مواجهة الضغوط الاقتصادية والاجتماعية، ورفع مستوى الاندماج المجتمعي. ومن ثم، فإن الاستثمار في سياسات الحماية الاجتماعية يمثل استثمارًا في رأس المال البشري، والتنمية الاجتماعية المستدامة.

بناءً على ذلك، يُوصى بما يأتي:

- تطوير قواعد بيانات موحدة: اعتماد مؤشرات الفقر المتعدد الأبعاد؛ لضمان وصول الدعم إلى الأسر المستحقة بدقة وكفاءة.
- التكامل بين أشكال الدعم: عدم الاكتفاء بالدعم المالي، ودمجه بالدعم النفسي، والإرشادي، والمعلوماتي، والتأهيل المهني.
- تبسيط الإجراءات الحوكمية: تقليل البيروقراطية في مؤسسات التنمية الاجتماعية، وتوسيع خدمات التحول الرقمي بما يضمن وصول الأسر الأكثر هشاشة إلى الخدمات بيسر وكرامة.
- تعزيز الشراكات المؤسسية: دعم التعاون بين الجهات الحكومية، ومؤسسات المجتمع المدني، والقطاع الخاص لتقديم برامج دعم اجتماعي أكثر شمولًا واستدامة.
- التقييم الدوري للبرامج: إجراء تقييمات دورية لبرامج الدعم الاجتماعي؛ لقياس أثرها في تحسين جودة الحياة، والاستفادة من نتائج التقييم في تطوير السياسات والبرامج المستقبلية.

57 البنك الدولي، "تعزيز تنمية رأس المال البشري على نحو شامل للجميع وبناء القدرة على الصمود في مصر من خلال برامج التحويلات النقدية"، واشنطن العاصمة، البنك الدولي، 2024.

58 الزامل، الجوهرة بنت فهد، ونجوى إبراهيم الشرقاوي، وهدي محمود حسن حجازي، ومضاوي عبدالعزيز المشعل، 2014، "الرضا عن خدمات الإسكان الخيري وعلاقته بنوعية الحياة لدى الأسر السعودية محدودة الدخل: دراسة من منظور الخدمة الاجتماعية"، المجلة الأردنية للعلوم الاجتماعية، 7 (3)، 545-513.



TRENDS OBSERVATORY
مركز تريندز



TRENDS GROUP
مجموعة تريندز