

فعالية برنامج إرشادى معرفى سلوكى لتعديل الإدراك الاجتماعى الخاطى للفرد تجاه الآخر لتحقيق التوافق المجتمعى

إعداد

د. أحمد محمد أبوزيد
استاذ علم النفس المساعد
كلية الآداب
جامعة بورسعيد

د. رأفت عبد الباسط قايل
استاذ علم النفس المساعد
كلية الآداب
جامعة سوهاج







ملخص : هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مدى فعالية برنامج معرفى سلوكى لتعديل الإدراك الاجتماعى الخاطئ للفرد تجاه الآخر لدى بعض فئات المجتمع المصرى. تكونت عينة الدراسة التجريبية من ٦٠ مفحوصاً مقسمون إلى ٣٠ مفحوصاً للمجموعة التجريبية بواقع ١٥ ذكور، ١٥ إناث، ممن يتصفون بانخفاض مستوى التوافق المجتمعى ولديهم إدراك اجتماعى خاطئ تجاه الآخر، و ٣٠ مفحوصاً للمجموعة الضابطة ١٥ ذكور ، ١٥ إناث بمتوسط عمرى ٣٤ عاماً ، وانحراف معيارى ٣،٤ . باستخدام مقياسى الإدراك الاجتماعى، والتوافق المجتمعى من إعداد الباحثان، وتم الاعتماد على التصميم التجريبى ذى المجموعتين. أوضحت نتائج الدراسة وجود فروق بين متوسطى القياسين فى الإدراك الاجتماعى لدى أفراد المجموعة التجريبية، لصالح القياس البعدى، وكذلك وجود فروق بين متوسطى المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى الإدراك الاجتماعى، لصالح المجموعة التجريبية، كما أوضحت النتائج وجود فروق بين متوسطى القياسين البعدى والتتبعى فى الإدراك الاجتماعى لدى أفراد المجموعة التجريبية ، لصالح القياس التتبعى، مما يعنى فاعلية البرنامج الإرشادى المعرفى السلوكى فى تعديل الإدراك الاجتماعى الخاطئ للفرد تجاه الآخر. بذلك يتحقق التوافق المجتمعى. الكلمات المفتاحية: الإدراك الاجتماعى، والتوافق المجتمعى.

The Effectiveness of a Cognitive Behavioral Counseling Program to Modify Wrong Individual Social Perception towards the Other to Realize Common Adjustment.

Ahmed Mohamed Abo zaid* Raafat Abd El-Baset Kapeel**

Abstract: This study aimed at identifying the effectiveness of a cognitive behavioral counseling program to modify wrong individual social perception towards the other in some categories of the Egyptian society. The study sample consisted of sixty subjects, divided into two categories, of thirty subjects each: (15) males and (15) females. Those subjects are of low common adjustment and wrong social perception towards the other. The control group consisted of thirty subjects: (15) males and (15) females of an average age 34 years, and a standard deviation of (3.4), using a measure of social perception and common adjustment, prepared by the researchers, and relying on the experimental design of the two groups. The results of study show the existence of differences between the averages of the two measurements of the social perception of the experimental group in favor of the post-measurements. There are also differences between the averages of the experimental group and control group in social perception, in favor of experimental group. The study also shows differences between the averages of the post-measurements and the follow-up measurement in the social perception of the experimental group, in favour of the follow-up measurement. This reflects the effectiveness of the cognitive behavioral counseling program in modifying the wrong individual social perception towards the other which achieves common adjustment.



Keywords: *social perception, comme adiustment*

*Department of psycholcogy, Facutly of Arts, Port Said University

*Department of psycholcogy, Facutly of Arts, Sohag University



المقدمة:

الإنسان كائن اجتماعي لا يستطيع أن يعيش في الحياه بمفرده، فهو عضو في جماعة معينة يتواجد فيها ويتبنى أفكارها وقيمتها ، ويتوقف نجاح أو فشل هذا التفاعل على كيفية إدراكه وتفسيره لسلوكيات الآخرين وتوقعاتهم. فالإدراك الاجتماعي الذي يقوم به الفرد عبر تطوره مجموعة من التوقعات الاجتماعية المرتبطة بموقف معين، إذ يرتبط بتوضيح سلوكيات الأفراد الآخرين، فالفرد يكتسب المعرفة والخبرات الاجتماعية عن طريق التفاعل معهم بفعالية تؤهله لتصور أنماط ونماذج سلوكية يُظهرها الآخرون تُشكل أساساً لوضع استنتاجات بشأنها ، بما يسمح له بالوصول إلى الدوافع الداخلية للأفراد و أفكارهم ومشاعرهم الخفية .

ويتوقف سلوك الفرد على كيفية إدراكه وانتباهه لما يحيط به من أشياء وأشخاص ونظم اجتماعية، ويتعامل مع المثيرات الموجودة في البيئة كما يفهمها ويدركها وليس كما هي عليه في الواقع، لذلك فإن أسلوب إدراكه للأشياء من حوله يحدد سلوكه تجاه هذه الأشياء وتجاه هؤلاء الأشخاص، والحواس وسيلة للانتباه إلى المثيرات المحيطة، ثم تأتي مجموعة من العمليات الذهنية التي تمثل الجانب العقلي لتلك المثيرات ، فيقوم باختيار بعضها، ثم يقوم بتنظيمها، ثم يفسرها، ثم يتصرف في النهاية بشكل معين (ماهر ، ٢٠١٣ : ٣٤) .

ويُعد الإدراك الاجتماعي أحد الموضوعات المعقدة التي تضم العديد من الموضوعات الفرعية الأخرى منها: "لعب الدور، والإدراك الحسي ومشاطرة وجهات نظر الآخرين والاتصال" .

الأساس المشترك بين جميع هذه الموضوعات هو الافتراض الذي يرى أن الشخص بصفته فرداً يفكر ويسهم بفاعلية في تطوره الاجتماعي الخاص، حيث تفضي قدراته المعرفية ومهاراته إلى استنتاج كثير من المعاني والاعتبارات الاجتماعية من خلال تفاعلاته الاجتماعية مع الآخرين (Youmiss, 2011 : 174)

وقد أوضح العبيدي (٢٠٠٩ : ٢٣٤) أن للإدراك صلة وثيقة بالسلوك، فنحن نستجيب للبيئة لا كما هي في الواقع، إنما يتوقف سلوكنا على كيفية إدراكنا لما يحيط بنا من أشياء وأشخاص ونظم اجتماعية ، فالإدراك يوجه السلوك وينظمه .

وتُعتبر العلاقة المتبادلة بين الفرد وبيئته واحدة من المحددات المهمة للشخصية ، فأبي ظرف يبعد الفرد عن بيئته كالفرق الملحوظ في تكوينه أو مظهره، يكون له أثر ظاهر في تطوير شخصيته وفي انحرافها بدرجة ما عن المألوف وهذا الانحراف يؤثر في طريقة تعامل الفرد مع باقي أفراد مجتمعه كما يؤثر في طريقة تعامل هؤلاء الأفراد معه (محمود ، ٢٠٠٤ : ٣٥) .



وينطوى السلوك التوافقي على درجة من الانتماء يقيّمها الفرد إزاء موضوع توافقه، سواء كان ذلك مع الأسرة أو المجتمع أو البيئة التي ينتمى إليها الفرد بما فيها من نظم اقتصادية أو اجتماعية أو خلقية، بما يجعل الفرد قادراً على التوافق مع بيئته الاجتماعية بشكل مرّن وفعال

(أنطوان : ٢٠١٢ ، ١٧٧) .

فلا غني للفرد عن الانسجام والتناغم ولو بالحد الأدنى من أجل المواصلة والاستمرار في الحياة بعيداً عن الشذوذ عن بقية أفراد المجتمع مما يجنبه التوترات والصراعات الداخلية مع ذاته والخارجية مع المجتمع المحيط به، والشعور بالأمن، وإشباع الحاجات، والقبول من الآخرين

(أبو سكران ، ٢٠٠٩ : ١٧) .

مشكلة الدراسة :

تتم عملية إدراك الفرد لنفسه وللآخرين من خلال ملاحظة السلوك، وتفسير تلك العملية الإدراكية ليس من البساطة التي يتصورها البعض، إذ إنه في الغالب يتم هذا التفسير من خلال الخبرة الذاتية الماضية للفرد، وكذلك خبراته المعاشة في الواقع الذي يحياه.

إن عقل الإنسان ليس خاملاً يتلقى الواقع بشكل سلبي ويسجله بشكل مباشر، وإنما هو مبدع، وخلق يعيد صياغة الواقع من خلال النماذج المعرفية والإدراكية أثناء أبسط عمليات الإدراك، أي أن استخدام النماذج مسألة حتمية تدخل في صميم عملية الإدراك. ومن ثم فعملية الإدراك هي ذاتها عملية تفسير، ورغم أن النموذج بنية تصوّرية، فإن من الممكن اختباره لاكتشاف مقدراته التفسيرية والتصنيفية.

ويرجع عدم التوافق المجتمعي في المجتمع المصري إلى مشكلات عديدة، منها الإدراك الاجتماعي الخاطئ، حيث أصبح - وهو الشائع- أن الشخص ينظر إلى الآخر كما يحب أن يكون عليه، لا كما يكون عليه الآخر، وكذلك إلى عدم قدرة الفرد على عقد صلات اجتماعية متوازنة وراضية مرضية، يرضى عنها الفرد بنفسه ويرضاها الناس منه، وعدم قدرته على التوافق مع البيئة المحيطة وما تتضمنه من مختلف المجالات الاجتماعية التي يتفاعل معها الفرد وخصوصاً الأسرة، والمدرسة أو الجامعة، ومحيط العمل، وجماعات الصداقة وغيرها .

مشكلة التوافق المجتمعي لدى الفرد تشكل عائقاً كبيراً أمام توافقه في البيئة الاجتماعية، فالتوافق ضروري في حياة الأفراد الاجتماعية فهو سلوك الفرد كي ينسجم مع غيره من الأفراد خاصة باتباع التقاليد والخضوع للالتزامات الاجتماعية، ولكن الفرد عندما يواجه مشكلة خلقية أو إعاقة أو صراعا نفسياً تقتضي معالجتها أن يغير من عاداته واتجاهاته ليوائم الجماعة التي يعيش فيها (الربيعي ، ٢٠٠٥ : ١٦) .

وفي ضوء ذلك يمكن تحديد مشكلة الدراسة في محاولة الإجابة على التساؤلات التالية :



١ - ما الفرق بين متوسطى القياس القبلي والقياس البعدي في الإدراك الاجتماعى لدى أفراد العينة التجريبية ؟

٢ - ما الفرق بين متوسطى المجموعتين التجريبية والضابطة في الإدراك الاجتماعى ؟

٣ - ما الفرق بين متوسطى القياسين البعدي والتتبعي في الإدراك الاجتماعى لدى أفراد العينة التجريبية ؟

٤ - هل يمكن تحقيق التوافق المجتمعى بتعديل الادراك الاجتماعى الخاطى للفرد تجاه الآخر؟
هدف الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى محاولة تحقيق التوافق المجتمعى، وذلك بتعديل الإدراك الاجتماعى الخاطى للفرد تجاه الآخر من خلال الاجراءات التجريبية المتضمنة فى الدراسة الحالية، والتي تتمثل فى إعداد برنامج إرشادى معرفى سلوكى، ومن أهمها قياس فعالية البرنامج الإرشادى المعرفى السلوكى وتطبيق مقاييس الدراسة.

مفاهيم الدراسة وتعريفاتها:

١ - مفهوم الإدراك الاجتماعى *Social Perception* :

سوف يعرض الباحثان أو لا بعض التعريفات السابقة للإدراك الاجتماعى سواء العربية أو الأجنبية، ثم يقدم تعقياً عليها، ثم يقدم تعريفه الحالى للإدراك الاجتماعى، ويقدم أيضاً التعريف الاجرائى لمفهوم الادراك الاجتماعى بما يتلاءم مع طبيعته داخل إطار الدراسة الحالية.

عرفه منصور (٢٠٠٢ : ١٧٧) بأنه: " نشاط عقلى معرفى استقصائى يصدر عن الفرد عند احتكاكه المباشر بموضوع ما وتفاعله معه بهدف تحديد خصائصه وهويته والفئة التى ينتمى إليها ، ثم تكوين صورة أو نموذج له وتوجيه سلوكه إزاءه استناداً لهذه الصورة أو النموذج " .

فى حين عرفه شاننز (Shantz, 2005 : 526) بأنه: " القدرات الاجتماعية المتطورة التي ترتبط إيجابياً بتكرار السلوك المقبول اجتماعياً، وسلبياً بتكرار السلوك غير المقبول اجتماعياً " .



وعرفه أيضاً ولمان (243 : 2006) *Wolfman* بأنه: " إدراك سلوكيات الفرد الآخر، التي توضح مشاعره ونياته، واتجاهاته " .

كما عرفه تايلور *Taylor* وفيسك *Fisk* بأنه "الكيفية التي تؤثر فيها البيئة الاجتماعية على الفكر والمعتقدات والإدراك الاجتماعي الفرد، فضلاً عن العمليات المعرفية الأخرى له" (2010: 658) *Wade*.

وعرف نيروز وبرلين (513 : 2010) *Nurius&Berlin* الإدراك الاجتماعي بأنه: " العملية التي تشير إلى طرق أو أساليب الناس في الإدراك والتفسير والتذكر، وتطبيق المعلومات عن أنفسهم والحياة الاجتماعية الخاصة بهم" .

وعرفه كردى (٢٠١١ : ٨) بأنه: " العملية المنوط بها فهم الآخرين، وأيضاً الممارسات التي تؤدي إلى توليد استجابة *Making response* لمثير معين ، كما يمكن التعامل مع الإدراك باعتباره عملية استقبال وتنظيم وتفسير وترجمة المدخلات التي ترد إلى الفرد من البيئة المحيطة حيث يتم عمل مقارنات وتفاعل بين ما يرد من معلومات أو بيانات وبين مثيلاتها المخزونة في الذاكرة على نحو يؤدي إلى سلوك محدد " .

ويخلص الباحثان من التعريفات السابقة أنها قد تباينت فيما بينها، فمنها ما يرى أن الإدراك الاجتماعي نشاط عقلي مثل: (منصور ، ٢٠٠٢) ، ومنها ما يرى أنه قدرات اجتماعية مثل شانتر (2005) *Shantz* ، ومنها ما يرى بأنه العملية التي تشير إلى طرق أو أساليب الناس في الإدراك والمنوط بها فهم الآخرين مثل نيروز وبرلين (2010) *Nurius&Berlin* وكردى (٢٠١١) .

ومن خلال التعريفات السابقة انتهى الباحثان إلى تعريف الإدراك الاجتماعي بأنه: عملية يقوم بها الفرد من أجل إدراك وتفسير وفهم السلوك الاجتماعي للآخرين من خلال التفاعل الإيجابي الفعال مع البيئة المحيطة.

ويُعرفه إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الإدراك الاجتماعي المستخدم في الدراسة الحالية، حيث تدل الدرجة المرتفعة على إدراك اجتماعي إيجابي تجاه الآخر، والدرجة المنخفضة على إدراك اجتماعي خاطئ تجاه الآخر .

٢ - مفهوم التوافق المجتمعي : *Community Adjustment*

عرفه الحفنى (٢٠٠١ : ٥٧) بأنه: " تلك التغيرات التي تحدث في سلوك الفرد أو اتجاهاته أو عاداته بهدف موازنة البيئة وإقامة علاقة منسجمة معها وفقاً لحاجات الفرد ومتطلبات البيئة " .



وعرفه عبد العزيز (٢٠٠٣ : ٩١) بأنه: " السعادة مع الآخرين والالتزام الاجتماعي والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرتها وفقاً للمعايير الاجتماعية وقواعد الضبط والتغيير الاجتماعي ، وسهولة التفاعل والاختلاط مع الآخرين " .

في حين عرفه حسين (٢٠٠٦ : ١٥) بأنه: " تغيير في سلوك الفرد كي ينسجم مع غيره من الأفراد خاصة بإتباع التقاليد والخضوع للالتزامات الاجتماعية، ولكن عند ما يواجه الفرد مشكلة خلقية أو يعاني صراعاً نفسياً تقتضي معالجتها أن يغير من عاداته واتجاهاته ليوائم الجماعة التي يعيش فيها" .

كما عرفه الصويط (٢٠٠٧ : ٢٣) بأنه " قدرة الفرد على عقد صلات اجتماعية راضية مرضية مع من يعاشره أو يعملون معه من الناس، صلات لا يغشاها التشكي أو الشعور بالاضطهاد ودون أن يشعر الفرد بحاجة ملحة إلى السيطرة أو العدوان على من يقرب منه أو برغبة ملحة في الاستماع إلى إطرانهم له أو في استدرا عطفهم عليه أو طلب المعونة منهم " .

وعرفه عقيلان (٢٠١١ : ٣٨) بأنه: " تكيف الإنسان مع الآخرين من خلال تقبلهم واحترامهم والتفاعل معهم وإقامة علاقة اجتماعية سليمة، والتخطيط للأهداف لتحقيقها بما يتفق مع أهداف المجتمع" .

عرفه محمود (٢٠١٣ : ١٣) بأنه: " التغلب على الإحباطات وتحقيق الأهداف وإشباع الدوافع والحاجات بطريقة يقبلها الآخرون وتقبلها القيم الاجتماعية من جانب ، وتحقيق الانسجام والتوافق بين الدوافع والحاجات وانعدام الصراع النفسي من جانب آخر ، فإذا تحقق ذلك أصبح الفرد متوافقاً توافقاً حسناً" .

يخلص الباحثان من التعريفات السابقة أنه بالرغم من تباين التعريفات التي تناولت التوافق المجتمعي فيما بينها، إلا أن معظم هذه التعريفات أوضحت أن التوافق المجتمعي هو التغييرات التي تحدث في سلوك الفرد أو اتجاهاته أو عاداته كي ينسجم مع غيره ومع المجتمع ، والتغلب على الإحباطات مثل: الحفنى (٢٠٠١) ، وحسين (٢٠٠٦) ، وعقيلان (٢٠١١) ، ومحمود (٢٠١٣) .

ومن خلال ما قدم من تعريفات سابقة للتوافق المجتمعي انتهى الباحثان إلى تعريف التوافق المجتمعي على النحو التالي: هو قدرة الفرد على الانسجام مع ثقافة وعادات وتقاليد وقيم مجتمعة، والمشاركة في الأنشطة الاجتماعية، والقدرة على إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين تتصف بالاحترام والتقدير والعطاء المتبادل.

ويُعرفه إجرانيا بأنه: "الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس التوافق المجتمعي المستخدم في الدراسة الحالية، حيث تدل الدرجة المرتفعة على التوافق المجتمعي ، والدرجة المنخفضة على سوء التوافق المجتمعي" .

٣ - مفهوم البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي *The Cognitive Behavioral Counseling program*



عرف سكوت وآخرون (٢٠٠٢: ٣٧٩) الإرشاد المعرفي السلوكي بأنه: " ذلك الإرشاد الذي يُركز على دور العمليات العقلية بالنسبة للدوافع والانفعالات والسلوك ، حيث تتحدد الاستجابة الانفعالية والسلوكية الخاصة بشخص ما عن طريق كيفية إدراكه وتفسيره، والمعنى الذي يُعطيه لحدث ما ، كما أن اضطرابات الشخصية بأشكالها المختلفة عادة ما يصاحبها تناقض وغموض في التفكير عن الذات والبيئة ، ولهذا يجب أن تعتمد سياسة الإرشاد النفسي على تغيير مفاهيم المُسترشد وإعادة تشكيل مدركاته حتى يتيسر له التغيير في سلوكه " .

ويُعرّف عبد الخالق (٢٠٠٢ : ٨٧) البرنامج بأنه: "مجموعة من الخطوات المنظمة والقائمة على أسس علمية تهدف إلى تقديم خدمات تُسهم في حل مُشكلات الأفراد وتنمية مهاراتهم وقدراتهم لتحقيق النمو السوي في شتى مجالات حياتهم، ويتم ذلك في صورة جلسات مُنظمة في إطار علاقة متبادلة" .

أما عبد الحميد (٢٠١٠ : ١٩) فعرف البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي بأنه: " تقنية إرشادية يتم من خلالها إعادة التفكير والتفسير والتحكم في المواقف الضاغطة، وكذلك تعديل السلوك وإزالة السلوكيات غير المرغوبة . كما عرّف الحشاش (٢٠١٢ : ١٩٣) البرنامج المعرفي السلوكي بأنه: " برنامج مُخطط ومنظم في ضوء أسس علمية لتقديم الخدمات المباشرة وغير المباشرة فردياً وجماعياً بهدف مساعدة الأفراد في تحقيق النمو السوي" .

يُعرف الباحثان البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في الدراسة الحالية بأنه: " برنامج يتضمن مجموعة من المهارات الإرشادية والمعرفية والسلوكية، ويقوم على أسس علمية تتضمن التخطيط والمراقبة الذاتية والتقييم، بهدف مُساعدة مجموعة متعددة من فئات المجتمع المصري على مراقبة أفكارهم، وتعديل إدراكاتهم الاجتماعية الخاطئة للمجتمع ، ونظرتهم السلبية للحياة، وممارسة كافة السلوكيات الإيجابية وتحقيق التوافق المجتمعي" .

ويُعبّر عنه إجرائياً بأنه الدرجة المرتفعة التي يحصل عليها المفحوص بعد التدريب على البرنامج في القياسين البعدي والتتبعي، والذي يُسهم في تعديل الإدراك الاجتماعي الخاطيء، من خلال الفنيات التالية: "المحاضرة والمناقشة الجماعية، الدحض والإقناع، إعادة البنية المعرفية، الاكتشاف الموجه (الحوار السقراطي)، الواجبات المنزلية، الاسترخاء، التعزيز، التدريب على المهارات الاجتماعية، التدريب على حل المشكلات، التعليم الذاتي، التغذية الراجعة، المقابلة ، لعب الدور، النمذجة، المرح والدُعابة،



التَّفيس الانفعالي"، كما يستند البرنامج على مهارات الإرشاد النفسي والذي يتضمن المهارات التالية: التعاطف، الإيضاح، الإنصات، الصمت، التلخيص.

الإطار النظري

سوف يشتمل الإطار النظري على عدة أبعاد تبدأ باستعراض الإدراك الاجتماعي من حيث مفهومه ومهامه وخصائصه، وأهم النظريات المفسرة له، وبعض الدراسات والأبحاث السابقة المرتبطة به، ثم التوافق المجتمعي من حيث تعريفه في الدراسة الحالية ومعوقاته، ومعايره، وبعض النظريات النفسية المفسرة له والدراسات السابقة المرتبطة به، وأخيراً الإرشاد المعرفي السلوكي كمرجعية نظرية استند إليها البرنامج المطبق في الدراسة الحالية، واشتمل الإرشاد المعرفي السلوكي على أهم مهارات وفنيات التعامل التي تستخدم في البرامج الإرشادية المعرفية السلوكية.

أولاً : الإدراك الاجتماعي

يعيش الإنسان في عالم معقد حيث يتعرض ما بين لحظة وأخرى للعديد من المثيرات لا يستجيب أو يتعامل معها أو يختار من بينها بشكل عشوائي، وإنما من خلال عمليات محددة ومنتظمة يطلق عليها العلماء الإدراك (بلال، ٢٠٠٥: ١٥)

والإدراك عملية استقبال وانتقاء وتفسير لمثير أو أكثر في البيئة المحيطة بالفرد، فالناس يرون من يخاطونهم ويستمعون لما يقولون ويتلقون معلومات ومثيرات من مصادر شتى محيطة بهم يستقبلونها وفقاً لقدرات حواسهم، ثم يفسرونها وفقاً لدرجة وضوح واكتمال وجاذبية هذه المعلومات أو المثيرات، وكذا وفقاً لحاجاتهم ودوافعهم وتوقعاتهم وخبراتهم (٢٠٠٥: ٣٠)

ففي هذه البيئة المليئة بالمثيرات يساعد الإدراك على تصنيف وتنظيم ما يتلقاه المرء، فيتصرف وفقاً لتفسيراته للحقيقة التي يراها ويدركها، وكثيراً ما تكون الحقيقة التي يراها غير الحقيقة التي يراها أو يدركها الآخرون، أي أن الإنسان يفسر ما يراه وقد يكون ما يدركه هو الحقيقة أو لا تكون.

إن مهمات الإدراك الاجتماعي التي يقوم بها الفرد عبر تطوره ترتبط بتوضيح سلوكيات الأفراد الآخرين وتمثلها، إذ يكتسب المعرفة والخبرات الاجتماعية عن طريق التفاعل معهم بفعالية تؤهله إلى تصور أنماط ونماذج سلوكية يظهرها الآخرون تشكل أساساً لوضع استنتاجات بشأنها، هذه المهارة المعرفية – الاجتماعية تسمح له بالوصول إلى ما وراء الملامح الخارجية للسلوك، أي إلى الدوافع الداخلية للأفراد – أفكارهم ومشاعرهم الخفية – وعلى الفرد أن يتعامل مع سلوكيات الأفراد الآخرين المقبولة وغير المقبولة اجتماعياً بوصفها مفاتيح مهمة توصله إلى استنتاجات معقولة (Shantz, 2005: 497).



خصائص الإدراك الاجتماعي

أوضح زهران (٢٠٠٠ : ٢٦٦) خصائص الإدراك الاجتماعي فيما يلي :

١. عملية وجدانية: تتضمن مشاعر التواصل و المحبة و الميل و التقبل، أو مشاعر الكره والضغينة والبغضاء، و يلاحظ أن الفرد يميل إلى إدراك الأفراد الآخرين، الذين يتعاطف معهم وجدانيا بصورة إيجابية وعلى نحو يختلف عن إدراكه للأفراد الذين يكون شعوره الوجداني معهم بصورة سلبية.
٢. عملية خبرية: حيث تكون الأحاسيس و المشاعر التي تلون الإدراك - إيجابية كانت أو سلبية - في ضوء خبرات الفرد الاجتماعية السابقة السارة والمؤلمة.
٣. عملية تبادلية: حيث يكون الإدراك الاجتماعي غالبا في اتجاهين متبادلين بين الفرد و الآخرين، وبين الجماعة و الجماعات الأخرى . و من المعروف أن مشاعر الحب والثقة والتقدير والاحترام والتعاون تكون في أفضل صورها عندما تكون متبادلة.
٤. عملية مقارنة: حيث يقارن الفرد بين إطاره المرجعي و بين الأطر المرجعية للآخرين، مما يدعم إدراكه لمن يشابهه و يكن على شاكلته، ويقلل إدراكه لمن يختلف عنه في السمات العامة للشخصية و يختلف عنه في المعايير الاجتماعية والخلفية الثقافية والمستويات الاجتماعية والاقتصادية .

هذا ، وعلى الرغم من ندرة الدراسات العربية والأجنبية - وهذا في حدود علم الباحثان - التي تناولت الإدراك الاجتماعي، إلا أن هناك بعض الدراسات الأجنبية التي استهدفت التعرف على الإدراك الاجتماعي ، وكذلك التعرف على مدى فعالية البرامج الإرشادية لتحسين وتعديل هذا الإدراك .

ومن هذه الدراسات دراسة سكارلش (Scharlach, 2009) التي هدفت إلى تقييم برنامج إرشادي موجه للمقيمين القدامى بدور الرعاية للعمل كمرشدين للمقيمين الجدد، وتقديم المساندة الاجتماعية لهم لتحسين مستوى توافهم النفسي، وإدراكهم الاجتماعي للإقامة الجديدة بدور الرعاية، على ثلاثين مقبلاً جديداً باستخدام برنامج إرشادي وتم تطبيقه من قبل نظرائهم المقيمين القدامى، وأوضحت النتائج فاعلية البرنامج الإرشادي في تحسين مستوى التوافق والإدراك الاجتماعي للمقيمين الجدد، كما أبدى المقيمون الجدد كفاءة عالية في الوظائف الاجتماعية والعلاقات مع الآخرين .

كما أجرى جونكالفيس (Goncalves, 2011) دراسة هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج لتحسين الإدراك الاجتماعي لدى عينة من الأفراد في بلدان شمال أوروبا، باستخدام مقياس الإدراك الاجتماعي



وبرنامج الحياة لتحسين الإدراك، وأوضحت نتائج الدراسة فعالية البرنامج لتحسين الإدراك الاجتماعي لدى هؤلاء الأفراد وذلك عن طريق تلبية احتياجاتهم وتطوير كافة الخدمات المقدمة لهم .

كما أجرى هاراهوسو وآخرون (Harahousou et al., (2012) دراسة هدفت إلى فحص تأثير العمر والتّعليم والجنس وكذلك مستوى النّشاط الجسمي على الصّحة الجسمية والحالة الوظيفية لدى بعض الأفراد فوق الخمسين، على ١٠٤ فرداً (٥٢ ذكور و ٥٢ إناث)، باستخدام مقياس الحالة الصحية والحالة الوظيفية، وأوضحت نتائج الدراسة فروق دالة إحصائية بين الأفراد الممارسين وغير الممارسين للنشاط الجسمي في كلّ من الصّحة الجسمية والحالة الوظيفية، وفوقاً بين الجنسين في الصّحة الجسمية والحالة الوظيفية، كما أوضحت النتائج أنّ الإدراك الاجتماعي الإيجابي يُؤثر إيجابياً على الصّحة والحالة الوظيفية وتحقيق السعادة الذاتية .

يتضح من ذلك إن الإدراك عملية معرفية قائمة على الوعي والانتباه، ويشمل فهم جميع المثيرات القادمة عبر الحواس، وأن فهم سلوك الأفراد وطريقة تصرفاتهم في المواقف الاجتماعية المختلفة يؤدي إلى تحقيق التوافق المجتمعي وتعديل الإدراك الاجتماعي الخاطيء.

النظريات المفسرة للإدراك الاجتماعي

توجد العديد من الأطر النظرية المفسرة للإدراك الاجتماعي، وفيما يلي عرضاً لبعض منها:

١- وجهة النظر البيئية: *Environmental Perspective*

ترى أن الإدراك عملية مباشرة لا شعورية تعتمد علي خصائص الأشياء الموجودة في العالم الخارجي التي تصل عبر الحواس، وتكون مميزة لكل مثير مما يكفي لتمييزها والتعرف عليها دون تدخل النظام الإدراكي بإجراء تعديلات أو عمليات وسيطة، فالنظام الإدراكي سلبي، مهمته التقاط الخصائص وتجميعها دون أيّ تعديلات، ومصدر الخطأ في الإدراك قد يرجع لخصائص الأشياء فتكون غامضة أو غير واضحة أو عدم وجود معلومات كافية عنه، أو يرجع لعوامل شخصية مثل القلق والتعب (الزغلول، ٢٠٠٣: ١١٥)

٢- النظرية البنائية: *Constructed Perspective*

تؤكد أن الإدراك عملية تقدير تخمينية *computational process* للأشياء لا تعتمد علي خصائص الأشياء التي يتم التقاطها، وأن النظام الإدراكي له طبيعة نشطة يعدل الانطباعات الحسية عن العالم الخارجي من أجل تقديرها وتفسيرها، فيلجأ الفرد لاستخدام مصادر إضافية من المعلومات غير التي تزوده بها الإحساسات المباشرة، وتلك المصادر تعتمد علي طبيعة العمليات المعرفية والخبرات



المخزنة بالذاكرة ، وتدمج مع المعلومات الحسية مما يتيح بناء خبرات جديدة وإدراكات جديدة . (Guenther,1998 : 201) .

٣ - نظرية الحدس : *Theory of intuition*

تستند هذه النظرية إلى ثلاثة فروض أساسية هي :

١. إن الإدراك الاجتماعي فطري أو موروث فالتعبيرات والملاحم الخارجية للوجه وعمليات التعرف عليها فطرية ولا دخل للعوامل البيئية فيها .
٢. إن الإدراك الاجتماعي ذو طبيعة كلية، حيث يدرك الفرد الآخرين ككل و ليس كأجزاء مستقلة.
٣. إن الإدراك الاجتماعي يتم بشكل مباشر، وهو من الفروض الغامضة في نظريات الحدس، فهناك صعوبة تواجه الباحثين في التمييز بين الإدراك الاجتماعي المباشر وغير المباشر . (عبد الله ، وخليفة ، ٢٠٠١ : ٤٥٧) .

يُلاحظ على هذه الافتراضات الثلاثة المكونة لنظرية الحدس أنها ليست مرتبطة ولا يجمعها إطار أو مقام مشترك يسمح بتفسير عملية الإدراك الاجتماعي على أسس واضحة ودقيقة.

٤ - نظرية البنى الشخصية *personal constructs theory* :

طبقاً لهذه النظرية فإن توقعات الفرد للأحداث هي التي تؤدي إلى تقرير سلوكه وما يترتب على هذه التوقعات سيؤدي بطبيعة الحال إلى تشكيل أنماط معينة من السلوك، فمثلاً إذا كانت توقعات الفرد لحدث معين تتسم بالتفاؤل ، فمن المتوقع أن تصدر منه أنماط من السلوك تتسم بالتفاؤل ، وبذلك فإن التوقعات هي النظام الرئيسي في النظرية ، إذ يعتمد عليها كثيراً في عملية التفسير للوقائع والأحداث التي يتعرض لها الفرد (عبد الرحمن ، ٢٠٠٤ : ٢٠١) .

أكد ذلك نتائج دراسة ديفيد وآخرين (David et al. , 2010) والتي هدفت إلى تحسين الإدراك الاجتماعي لدى عينة من الأفراد المعرضين للخطر طبيياً يعيشون داخل مراكز الرعاية الصحية، على ٢٢٥ مفحوصاً أعمارهم ٥٠ عاماً باستخدام المقابلة الشخصية ومقياس الإدراك الاجتماعي، وجد أن توقعات الفرد للأحداث تؤثر على الإدراك الاجتماعي لديه، وأن هناك فروقاً بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الإدراك الاجتماعي، لصالح أفراد المجموعة التجريبية، وكذلك توجد فروق بين القياس القبلي والقياس التتبعي في الإدراك الاجتماعي لدى أفراد المجموعة التجريبية، لصالح القياس التتبعي، كما أوضحت النتائج ارتباط الإدراك الاجتماعي بجميع مؤشرات صحة الفرد والصحة العامة



والدخل والحالة الاجتماعية للفرد، كما أوضحت نتائج الدراسة ارتباط سوء صحة الفرد وانخفاض الروح المعنوية والمزيد من الضغوط الحياتية بانخفاض مستويات إدراكه الاجتماعي، ومما يعنى أن اضطرابات صحة الفرد لها تأثير سلبي على الإدراك الاجتماعي الإيجابي للفرد.

كذلك أكدت دراسة أنتونيس وآخرين (2010) *Antunes et al.* التي هدفت إلى التعرف على تأثير برنامج قوة تحمل اللياقة البدنية على الاكتئاب والقلق والإدراك الاجتماعي، على ٤٦ فرداً تراوحت أعمارهم ما بين ٤٠ إلى ٥٥ عاماً، باستخدام مقاييس للاكتئاب والقلق والإدراك الاجتماعي وبرنامج قوة التحمل المعد في الدراسة، وأوضحت النتائج انخفاض مستوى القلق والاكتئاب وتحسن في مستوى الإدراك الاجتماعي في المجموعة التجريبية عنها في المجموعة الضابطة.

٥ - نظرية الاستدلال: *inference theory*

تفسر الإدراك الاجتماعي من خلال عملية الاستدلال التي يقوم بها الشخص بالاعتماد على الشواهد المتاحة لديه عن الآخرين، وكذلك بعض المبادئ العامة المتعلقة بالسلوك الإنساني، والتي يمكن التعميم من خلالها، ويطلق على تلك المبادئ "نظريات الشخصية الضمنية" ومضمونها:

أن عملية تكوين الأحكام عبارة عن علاقة يعقدها الفرد بين السمة المشاهدة وبين تصوره الداخلي، ومعتقداته، وتوقعاته. وفي ضوء نظريات الشخصية الضمنية التي توجد لدى الأفراد تؤثر هذه الأبنية المعرفية على إدراكهم للأشخاص الآخرين وكذلك على الاستنتاجات التي يصلون إليها، فإدراك الفرد لا يتحدد كلية بالمعلومات المتاحة لديه، ولكن بوظيفة هذه المعلومات في نظرية الشخصية الضمنية. (خليفة، ٢٠٠٣ : ٩٢)

يؤكد ذلك نتائج دراسة سبنس (2013) *Spence* ، التي هدفت إلى تحسين وتعديل الإدراك الاجتماعي للأمريكيين من أصول أفريقية والمقيمين في المناطق الريفية وذلك من خلال برامج التعليم المقدمة لهم، على ١٢٣ مفحوصاً تراوحت أعمارهم ما بين ٤٥ و ٥٥ عاماً، باستخدام مقياس الإدراك الاجتماعي، أوضحت أن هناك فروقاً بين القياس القبلي والبعدي في الإدراك الاجتماعي لصالح القياس البعدي، وأنه يمكن تحسين وتعديل الإدراك الاجتماعي من خلال بعض البرامج التي تُكسب الأفراد مهارات الحياة اليومية، وزيادة المشاركة في أنشطة الحياة اليومية، كما أوضحت أنه يجب أن يوضع في الاعتبار عند إجراء هذه البرامج خصائص المجتمع والعمر والصحة والحالة الاقتصادية ومستوى التعليم



وبرامج الدعم التي يقدمها المجتمع للفرد والتي تنعكس آثارها على إدراكه الاجتماعي للمجتمع من حوله

ثانياً : التوافق المجتمعي

عملية معقدة ومتداخلة تتأثر بالعديد من العوامل والمتغيرات النفسية والاجتماعية الداخلية والخارجية.

إذا ما دققنا النظر في مصطلح التوافق فقط نجد أنه يميل إلى البعد النفسي الداخلي للفرد فقط، إلا أن الدراسة الحالية تنظر إلى التوافق المجتمعي باعتباره يستند إلى بعدين أو عمليتين أحدهما داخلية تتعلق بالفرد ذاته، من حيث خلوه من الصراعات الداخلية الشعورية واللاشعورية، وتوافقه مع مطالب النمو عبر مراحل العمر المختلفة، والثانية خارجية تكمن في قدرة الفرد على التوافق مع مجتمعه بما فيه من معايير وتقاليده وأعراف، وعدم الخروج عليها أو الاصطدام معها. مما لا شك فيه أن البعدين الداخلي والخارجي متداخلين ومرتبطين ببعضهما ارتباطاً وثيقاً.

لذا يمكن القول أن التوافق المجتمعي عملية سلوكية تمثل حالة الإنسجام والتوازن والموائمة بين متطلبات الفرد النفسية الذاتية، ومتطلبات البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها الفرد بكل ما تتضمنه من محددات اجتماعية واقتصادية وسياسية. (Fergusson & Horwood, 2013 : 91)

ويرتبط مفهوم التوافق المجتمعي بالشخصية، ويمكن القول : إن التوافق والشخصية مفهومان متلازمان يمثلان وجهين لعملة واحدة، ومن الصعب التحدث عن أحدهما دون الآخر والعكس صحيح (Busk; 2010, 53)

معوقات التوافق المجتمعي :

رغم أن هدف الفرد في الحياة هو تحقيق التوافق والاتزان إلا أنه يواجه عقبات تحول بينه وبين تحقيق توافقه الذاتي والمجتمعي، قد يرجع ذلك إلى عوامل داخلية خاصة بالفرد ذاته، أو إلى البيئة التي يعيش فيها ، وفيما يلي عرضٌ لبعض تلك المعوقات :

أ - المعوقات الخاصة بالقدرات الفردية :

الفرد في مراحل حياته يتعرض للعديد من المعوقات سواء كانت عضوية كضعف السمع، أو البصر، أو ضعف الصحة العامة، أو عقلية كانهماض الذكاء، وبالتالي يكون لديه نقص في الأداء والاستعداد، أو نفسية كالقلق وعدم الثقة، وعدم القدرة على إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين، وعدم الرضا عن ذاته وعن حياته .



وفي هذا السياق أوضحت نتائج دراسة سيشون وآخرين (2013) *Schoon et al.* أن المخاطر الاجتماعية خلال الحياة ، وعدم الرضا عن الذات وعن الحياة تؤثر على التوافق السلوكي خلال فترة الطفولة ، والتوافق المجتمعي خلال فترة الرشد.

ب - المعوقات الاجتماعية:

بالإضافة إلى المعوقات الذاتية التي يواجهها الفرد، هناك معوقات اجتماعية تحول دون تحقيق الفرد لتوافقه المجتمعي، وتقلل مهاراته الاجتماعية، كالعادات السيئة والصراعات الاجتماعية، وعدم القدرة على اكتساب المهارات الاجتماعية، وعدم تقبله لعادات وتقاليد المجتمع، وعدم الامتثال للتقاليد الأسرية الخاصة بأسرته (فروجه، ٢٠١١ : ١٢٣).

يؤكد ذلك نتائج دراسة رامرز وآخرين (2014) *Ramirez et al.* أن العمل والعلاقات العائلية لها اسهام كبير في تحقيق التوافق المجتمعي للفرد.

معايير التوافق المجتمعي :

لتحقيق التوافق المجتمعي يجب الأخذ بعين الاعتبار المعايير التالية :

- ١) أن يتقبل الفرد الآخرين كما يتقبل ذاته، وأن يضع نفسه في مكانهم ، وأن يكون قادراً على التفكير والشعور والتصرف بنفس الطريقة التي يعقلها الآخرون .
- ٢) أن يكون الفرد متسامحاً مع الآخرين، وأن يمد يد المساعدة إليهم .
- ٣) نجاح الفرد في إقامة علاقات اجتماعية سوية مع الآخرين يتيح له أن يشارك بحرية في أنشطة الجماعة، كما يتطلب منه أن يُسخر مهاراته وامكاناته لصالح الجماعة .
- ٤) أن تكون أهداف الفرد متسقة مع أهداف الجماعة قائمة على احترام حقوق الآخرين .
- ٥) شعور الفرد بالمسؤولية الاجتماعية بين أفراد الجماعة، ويُقصد بذلك التعاون والتشاور فيما بينهم من أجل مواجهة مشكلة اجتماعية او تنظيمية تخص أمور الجماعة وتنظم حياتهم وأعمالهم (حشمت ، وباهي ، ٢٠٠٧ : ٥٦) .

ولا يتوقف التوافق المجتمعي علي التغيرات التي تحدث في البيئة المحيطة ، إنما يجب المسايرة الإيجابية والتناغم الفعال والمتبادل بين الفرد ومحيطه الاجتماعي، وحتى يحدث التوازن مع البيئة المحيطة



لابد من التعديل والتغيير المطلوب وصولاً للانسجام التام بين الفرد ونفسه وبين الفرد والبيئة (أبو سكران ، ٢٠٠٩ : ١٦) .

تؤكد نتائج العديد من الدراسات على دور التوافق المجتمعي في حياة الفرد ومدى قدرته على تحقيق التوازن والانسجام بين الفرد وبيئته، مثل: دراسة فيرجوسن وهورود (*Fergusson & Horwood* 2013) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين التقارير المأخوذة بصورة استرجاعية للتعرض للعنف الوالدي في مرحلة الطفولة، ومشاكل التوافق المجتمعي في مرحلة الشباب. وانتهت إلى أن الذين تعرضوا لعنف والدي عال لديهم مشاكل في الصحة النفسية، والجرائم العدوانية، والقلق ، والاعتداء على الآخرين ، وعدم القدرة على تحقيق التوافق المجتمعي .

كذلك دراسة مكنتوش وآخرين (2013) *mcintosh et al.* التي هدفت إلى التعرف على دور الدين في تحقيق التوافق المجتمعي لأزواج فقدوا أطفالهم نتيجة الموت المفاجئ. وأكدت أن للدين دوراً إيجابياً في تحقيق التوافق المجتمعي وزيادة الدعم الاجتماعي .

النظريات المفسرة للتوافق المجتمعي:

تعددت وتنوعت النظريات المفسرة للتوافق المجتمعي، وسنعرض لبعضها على النحو التالي:

- نظرية التحليل النفسي: *Psychoanalysis Theory*

تعتمد على الأنا، فهي التي تجعل الفرد متوافقاً أو غير متوافق، فالأنا القوية التي تسيطر على الهو والأنا الأعلى تحدث توازناً بينهما وبين الواقع، أما الأنا الضعيفة فتضعف أمام الهو فتسيطر على الشخصية وتصبح الشخصية شهوانية تحاول إشباع غرائزها دون مراعاة القيم أو المثل العليا، أو أن تسيطر الأنا على الأنا الأعلى وتجعل الشخصية متشددة إلى درجة عدم المرونة وتعمل على كبت الرغبات وتؤدي إلى سوء التوافق، ويرى فرويد أن التوافق نادر لدى الإنسان، وإن بداية سوء التوافق غالباً ما ترجع إلى مرحلة الطفولة حيث تنمو الأنا نمواً غير سليم (الزبيدي وجاسم: ٢٠٠١: ٢٢)

وتؤكد نظرية التحليل النفسي أن الشخصية السوية التوافقية هي القادرة على الحب والعمل وإقامة علاقات مناسبة مع الآخرين ومع الذات، أما الشخصية التي تعاني من سوء التوافق فهي التي تفشل في تحقيق التوافق بين الهو والأنا الأعلى والعالم الخارجي (محمود ، ٢٠٠٤ : ٤٠) .

- النظرية السلوكية: *Behavioral Theory* :



ترى أن الفرد يتعلم من خلال تفاعله مع البيئة المحيطة به، بذلك يمكن وصف الشخص بأنه كائن مستجيب للمؤثرات البيئية التي تعد مهمة له. ومن خلال تلك العملية تتكون أنماط السلوك، وتتكون الشخصية في نهاية المطاف. فالشخصية السوية من وجهة نظر السلوكيين تتطلب الكفاية والسيطرة على الذات، إذ يتحقق التوافق إذا استطاع الشخص أن يكتشف الشروط والقوانين الكامنة في الطبيعة والمجتمع لكي يستطيع بموجبه سد حاجاته وتجنب المخاطر (سيدني، ٢٠٠٣ : ٤٣) .

ويرى سكنر *Skinner* أن السبب الأساسي في نشوء السلوك المتوافق والسلوك غير المتوافق هو ان الأنماط السلوكية لم تحصل على الدعم والتعزيز من ناحية، ومن ناحية أخرى يجب أن يكافأ الفرد على السلوك الجيد بحسب قواعد التعزيز (الربيعي، ٢٠٠٥ : ٤) .

وفسر سكنر التوافق على أساس البيئة التي يعيش فيها الانسان ، فالتوافق مقرون بالبيئة، وأن الفرد يتوافق بصورة مناسبة وإن حدثت تغيرات في البيئة تظهر أزمات الحياة وعندها يفشل الفرد في اكتساب التوافق السلوكي والانسجام مع هذا التغيير والحصول على التعزيزات (دافيدوف، ١٩٩٠ : ٦٠) .

- نظرية علم النفس الإنساني: *Humanistic Psychology Theory*:

تقوم على جوهر الفرد المنافع نحو إشباع رغباته الذاتية، وهي تتبنى فكرة شمولية الوجود الإنساني، وتولى اهتماما خاصا بظواهر الإبداع والإرادة الحرة (3 : 2010 Andrew M.) .
وأوضحت العامري (٢٠٠٠ : ٤٠) أن هذه النظرية تتضمن أربعة مكونات تتلخص فيما يلي:
(١) **الخبرة** : يمر الإنسان في حياته بسلسلة متواصلة من الخبرات تؤثر في سلوكه، وهذه الخبرات بعضها ينسجم مع مفهوم الذات عند الفرد ويؤدي إلى تحقيق السرور والتوافق النفسي لديه .
(٢) **الفرد** : لدى كل فرد دافع قوى لتحقيق ذاته ، وهو في تعامله مع المحيط والواقع الذي يعيش فيه يسعى لتحقيق ذاته بكسب حب الآخرين واحترامهم وتقديرهم وقبولهم له .
(٣) **السلوك** : ما يقوم به الفرد من نشاط عقلي أو جسدي أو هما معا من أجل إشباع حاجاته كما يدركها في الواقع .



٤) **المجال الظاهرياتي** : المدركات الشعورية للفرد في بيئته، وهو عالم الخبرة المتغير باستمرار ويتعامل الفرد مع المجال الظاهري كما يدركه هو، سواء كان إدراكه صحيحاً أو خاطئاً، والمجال الظاهري يرتبط بالجانب الشعوري من الذات وهو يختلف عن المجال غير الظاهري الذي يرتبط بالاشعور و الذي لا تعطيه نظريات الذات أهمية في تفسير سلوك الفرد.

- نظرية التعلم الاجتماعي : *Social Learning Theory*

ترى أن الناس يتعلمون السلوكيات التوافقية عن طريق ملاحظة أفراد المجتمع من حولهم، وحين يرى الناس نتائج إيجابية ومرغوبة للسلوك الذي يلاحظونه تزداد احتمالية تقليدهم ومحاكاتهم وتبنيهم لهذا السلوك.

وتستند عملية التعلم الاجتماعي على التفاعل المباشر للفرد مع الأشخاص الحقيقيين في الحياة الواقعية التي يعيشها، ومن هنا يظهر الإدراك الاجتماعي كأحد العوامل الأساسية في عملية التعلم الاجتماعي والتي يترتب عليه عملية حدوث توافق مجتمعي أو لا، بجانب هذا التفاعل المباشر تحدث عملية التعلم الاجتماعي أيضاً من خلال التفاعل غير المباشر بين الفرد وكافة وسائل الإعلام المختلفة. (الزغلول، ٢٠٠٣،

(٢٥)

ثالثاً : الإرشاد المعرفي السلوكي:

يهدف الإرشاد المعرفي السلوكي إلى التّعامل مع تحريف الفرد للواقع والذي يُستنتج دون تمييز، فمثلاً عندما يرى أن الآخرين يريدون أن يؤذوه، أو قد يرى آخر الاكتئاب في أنه لم يعد قادراً على أن يقرأ أو يقود السيارة، ومع ذلك فعندما يطلب منه أداء هذه المهمة فإنه يقوم بأدائها، وهناك تحريفات سهلة الكشف نسبياً، ومن أمثلة ذلك (إني عبء على أسرتي) ، وهناك أحكام يتطلب التّحقق منها جهداً أكبر مثل: (لا أحد يحبني)، وفي مثل هذه الحالات فإن الفرد عندما يُصبح مدرباً على تسجيل أفكاره فإنه يكون قادراً على كشف التّحريفات الموجودة في أفكاره (بيك ، ٢٠٠٠ : ١٧٥).

وتتضمن برامج التعديل المعرفي السلوكي العديد من مهارات التعامل، وفيما يلي عرضٌ لبعض

مهارات وفنيات التعامل التي تستخدم في هذا المجال :

- المحاضرة والمناقشة الجماعية:



المحاضرات والمناقشات الجماعية أسلوب من أساليب الإرشاد الجماعي التعليمي ، حيث يغلب فيها المناخ شبه العلمي ، ويلعب فيها عنصر التعليم وإعادة التعليم دوراً رئيسياً ، حيث يعتمد أساساً على إلقاء محاضرات سهلة على العملاء المسترشدين يتخللها ويلبها مناقشات ، وتهدف المحاضرات والمناقشات الجماعية أساساً إلى تغيير الاتجاهات لدى المسترشدين (زهران ، ٢٠٠٢ : ٣٣٠) .

- الدحض والإقناع :

الدحض والإقناع عبارة عن أسئلة عامة وشاملة (مثال ذلك هل لي أن أعرف كيف تأكدت أن هذه الفكرة ستحدث فعلاً ؟) يمكن أن تُطبق على كل الأفكار التلقائية (بارلو ، ٢٠٠٢ : ٢٧١) .

- إعادة البنية المعرفية:

حيث يتم تبصير الفرد وتعريفه بالمهارة المطلوبة، وتوضيح فوائدها، وتبيان المشكلات المترتبة على نقصها، والربط بين المشاعر والأفكار والسلوك ، وتوضيح الأفكار الخاطئة من خلال التحليل المنطقي وإعادة تنظيم البناء المعرفي للشخص ، وتعريفه بالحقوق المشروعة له ، بالاستعانة ببعض الفنيات المساعدة مثل : الاكتشاف الموجه (وهي التي يكتشف فيها المسترشد الأفكار البديلة لأفكاره السلبية ، وذلك بتوجيه غير مباشر من المرشد) والانفتاح على الخبرة ، والتدريب على النقد الذاتي ، والإقناع المنطقي (سكوت وآخرون ، ٢٠٠٢ : ٣٧٩) .

- الاكتشاف الموجه (الحوار السقراطي) :

إن استخدام التساؤل بوصفه جانباً علاجياً أساسياً أصبح هو السمة الرئيسية للعلاج المعرفي السلوكي، إذ يستخدم كأداة عامة خلال العلاج، وعند تعديل معتقد سلبي أساسي، يوجه المعالج العميل لأن يختبر معتقده على مواقف محددة ونوعية ، وعبر هذه العملية يمكن للمعالج أن يقود العميل إلى دليل قيم حيث يمكن تنفيذ المعتقد في موقف بعينه، ويمكن أن يمتد ذلك إلى مدى واسع من المواقف ، ويتم تعميمه على أنه معتقد إيجابي بديل (بيرني ، ٢٠٠٨ : ١٣) .

- الواجبات المنزلية:

تقوم على فكرة تكليف العميل ببعض الواجبات المنزلية عقب كل جلسة ، فالمهارات التي تعلمها العميل داخل الجلسة لابد له من التدريب عليها في مواقف الحياة الواقعية ، ويتم ذلك في نهاية كل جلسة



حيث يعطى العميل واجب منزلي محدد يقوم فيه بممارسة المهارات التي تعلمها ، وتكون بداية الواجبات من الجلسة الثانية في الغالب ، وعلى العميل أن يقدم تقريرًا عن هذه الواجبات خلال الجلسة القادمة ومن المهم جدًا في أداء هذه الواجبات أن تكون مرتبة في شكل مدرج هرمي يبدأ بالمهم فالأقل إثارة للقلق لكي تكون إمكانية النجاح فيها عالية ثم تدريجياً يتم التدريب على أداء الواجبات الأكثر صعوبة (حسين ، ٢٠٠٤ : ٨٢) .

- الاسترخاء:

يشمل على إحداث استرخاء على نحو متعاقب، في مجموعات عضلية معينة، ومساعدة المتعالج "المسترشد" على التمييز بين حالة الاسترخاء وحالة التوتر على افتراض أن ذلك يساعده في الوصول إلى أقصى درجة ممكنة من الاسترخاء (الخطيب ، ٢٠٠٣ : ٣١٥).

- التعزيز:

أوضح مرسي (٢٠٠٢ : ١٥٠) أن التعزيز أو التدعيم سلوك ينسجم مع مقتضيات الواقع الاجتماعي وهذا ما يطلق عليه تعزيز إيجابي، أو يتجه إلى الكف عما يراه غير مناسب من سلوكيات وذلك عن طريق استخدام التعزيز السلبي مثل : العقاب والمعززات منها ما هو مادي ، ومنها ما هو معنوي ، ومنها ما هو اجتماعي .

- التغذية الراجعة:

حيث يجد المتدرب عائداً من سلوكه الذي قام به سواء من قبل الآخرين الذين يشجعون أداءه أو من نفسه حيث يشعر بالارتياح نتيجة لأدائه الدور الذي تدرب عليه، وقد يكون العائد استحساناً وثناءً أو يكون ذا طبيعة توجيهية ناقدة تبين جوانب الضعف والقوة لديه (قنديل ، ٢٠٠٩ : ٢٤).

- لعب الدور :

يُعد لعب الدور أحد الفنيات التي تُتيح الفرصة للتفيس الانفعالي وتفرغ الشَّحَنات والرغبات الظاهرة والمكبوتة، ويتم ذلك من خلال تمثيل سلوك أو موقف اجتماعي معين كما لو أنه يحدث بالفعل، على أن يقوم المُرشد بدور الطرف الآخر من التفاعل والحوار والمناقشة (شقيير، ٢٠٠٠ : ٢٧٢).

- النمذجة :



ويقوم هذا الأسلوب على نظرية التعلم الاجتماعي" بندورا" ويمكن استخدامه في زيادة السلوك المرغوب فيه، وكذلك يمكن استخدامه في خفض وتقليل السلوك غير المرغوب فيه ، وهو عملية تعلم تتضمن تغيير الفرد لسلوكه نتيجة لملاحظة وتقليد سلوك فرد آخر (حسين ، ٢٠٠٤ : ٨٢) .

- المرح والدُعابة :

ويعتبر المرح والدُعابة فنية انفعالية معرفية ، فالأفراد عندما يضطربون يفقدون الإحساس بالمرح أو الفكاهة، بحيث يجعل أفراد العينة يضحكون، لا على أنفسهم ولكن على أفكارهم اللاعقلانية ، ومن أساليب المرح أيضاً أن يستمع الفرد إلى أغنية أو شيء محبوب له عندما يكون في موقف قلق أو اكتئاب (دردير ، ٢٠١٠ : ١٦٨) .

- التنفيس الانفعالي :

يُقصد به المحاولات السلوكية التي يقوم بها الفرد لخفض توتره بالتعبير عن مشاعره ، وهو أسلوب مهم في عملية الإرشاد ويقصد به تنفيس وتفريغ المسترشد عن المواد المشحونة انفعاليًا حتى يتمكن من التعامل مع الناس ويشق طريقه في الحياة ، وهي تُعتبر الطريقة الصحيحة لإعادة التوازن النفسي للشخص المضطرب (عطية ، ٢٠٠٢ : ١٥٦) .

التعقيب:

ويخلص الباحثان من أبعاد الدراسة الحالية ونتائج الدراسات السابقة التي تناولت بعض متغيراتها إلى ما يلي :

١- عدم وجود دراسات عربية أو أجنبية - وهذا في حدود علم الباحثان - حاولت التعرف على مدى فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتعديل الإدراك الاجتماعي الخاطيء تجاه الآخر لتحقيق التوافق المجتمعي:

٢- العينة : تباينت عينات هذه الدراسات، فمنها ما تم تطبيقه على عينة من المرضى، مثل دراسة رامرز وآخرين (Ramirez et al., 2014) ، وعلى عينة من الآباء الذين فقدوا أطفالهم نتيجة موتهم فجأة مثل دراسة مكنتوش وآخرين (mcintosh et al., 2013) ، وكذلك على عينة من المسنين مثل دراسة هاراهوسو وآخرين (Harahousou et al. , 2012) ، ودراسة جونكالفيس (Goncalves , 2011) .



٣- الأدوات : اشتملت الدراسات السابقة على العديد من الأدوات والمقاييس السيكمترية والتي جاء في مقدمتها مقياس الإدراك الاجتماعي، ومقياس التوافق المجتمعي، والبرنامج التدريبي لتحسين الإدراك الاجتماعي الخاطئ .

٤- النتائج : برغم تباين أهداف ووجهات نظر الباحثين فيما يتعلق بكل دراسة من الدراسات السابقة على حده، إلا أن معظم نتائج هذه الدراسات أوضحت أنه يمكن تنمية وتحسين الإدراك الاجتماعي الخاطئ، مثل دراسة سكارلش (2009) ، Scharlach ، وديفيد وآخرين (2010) ، David et al. ، وجونكاليفيس (2011) ، Goncalves .

فروض الدراسة

- ١) توجد فروق جوهرية بين القياس القبلي والقياس البعدي في الإدراك الاجتماعي لدى أفراد المجموعة التجريبية ، لصالح القياس البعدي .
 - ٢) توجد فروق جوهرية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الإدراك الاجتماعي، لصالح أفراد المجموعة التجريبية.
 - ٣) توجد فروق جوهرية بين القياس البعدي والقياس التتبعي في الإدراك الاجتماعي لدى أفراد المجموعة التجريبية، لصالح القياس التتبعي .
 - ٤) يتحقق التوافق المجتمعي بتعديل الإدراك الاجتماعي الخاطئ للفرد تجاه الآخر.
- منهج الدراسة الحالية وإجراءاتها:
- أولاً - المنهج المتبع في الدراسة الحالية هو المنهج التجريبي : حيث يتم التعرف على فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتعديل الإدراك الاجتماعي الخاطئ للفرد تجاه الآخر في تحقيق التوافق المجتمعي.
- ثانياً - مجتمع الدراسة يتكون مجتمع الدراسة من بعض فئات المجتمع المصري .
- ثالثاً - عينة الدراسة:



تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٤٣٧) مفحوصاً من فئات متعددة من المجتمع المصري، وتم اختيارهم بطريقة عشوائية، تراوحت أعمارهم ما بين ٢٠ إلى ٢٥ عاماً، من ذوى المؤهلات المتوسطة والجامعية، والجدول التالى يوضح توزيع أفراد العينة الأساسية على بعض فئات المجتمع المصري.



جدول (١)

يوضح توزيع أفراد العينة الرئيسية على فئات المجتمع المصري

العينة		
إناث	ذكور	بعض فئات المجتمع المصري
١٧	٤٠	محامون
٤٠	٣٣	مدرسون
٤١	٥٤	إداريون بأجهزة الدولة
٣٣	٢٠	موظفون بالمجلس المحلى
٩	١٥	أخصائيون نفسيون بمحاكم الأسرة
٨٢	٥٣	طلاب جامعيون
المجموع الكلى : ٤٣٧		

أما عينة الدراسة التجريبية تكونت من (٦٠) شخصا تم اختيارهم من عينة الدراسة الأساسية ممن يقعون فى الإرباع الأدنى لكل من مقياس الإدراك الاجتماعى، والتوافق الاجتماعى، أى أنهم يتصفون بانخفاض مستويات التوافق الاجتماعى ، ولديهم إدراك اجتماعى خاطئ نحو الآخر.

قسمت العينة التجريبية إلى مجموعتين الأولى التجريبية مكونة من ٣٠ مفحوصاً (١٥ ذكور ، و١٥ إناث)، والثانية الضابطة مكونة من ٣٠ مفحوصاً (١٥ ذكور و١٥ إناث).

والجدول التالى يوضح التجانس بين المجموعة التجريبية والضابطة فى درجة الإدراك الاجتماعى ن = (٦٠) .

جدول (٢)



يوضح التجانس بين المجموعة التجريبية والضابطة في الإدراك الاجتماعي (ن = ٦٠)

درجة الإدراك الاجتماعي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
المجموعة التجريبية	٧٥,٣٥	٤,٢	٠,٠٣٣	غير دال
المجموعة الضابطة	٧٠,٠٦	٣,١		

يتضح من الجدول رقم (٢) أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين درجة الإدراك الاجتماعي بالنسبة للأفراد العينة التجريبية مما يدل على تجانس أفراد العينة في درجة الإدراك الاجتماعي.

أدوات الدراسة :

(١) مقياس الإدراك الاجتماعي (إعداد الباحثان) (٠).

فيما يلي خطوات إعداد مقياس الإدراك الاجتماعي :

١ - الاطلاع على التراث النفسى العربى والأجنبى فى موضوع الإدراك الاجتماعي ، ولقد استفاد الباحثان فى إعداد هذا المقياس من خلال اطلاعهما على بعض المقاييس ونتائج الدراسات والبحوث السابقة ، مثل دراسة كل من منصور (٢٠٠٢) ، محمود (٢٠٠٧) ، ديفيد وآخرين *David et al.* (2010).

٢ - قام الباحثان بإعداد استبانة مفتوحة تم توجيهها إلى عينة مأخوذة من العينة الأساسية عددهم ٥٠ (٢٥ ذكور و ٢٥ إناث) يمثلون بعض فئات المجتمع المصرى، وقد تم اختيارهم عشوائياً، وقد احتوت هذه الاستبانة على الأسئلة التالية :

(أ) ما المقصود بالإدراك الاجتماعي ؟ .

(ب) ما العوامل التى تساعد على تشكيل الإدراك الاجتماعي لدى الفرد ؟ .

• ملحق (٢) مقياس الإدراك الاجتماعي .



(ج) ما أسباب تشكيل الفرد لإدراكات اجتماعية خاطئة عن المجتمع والآخرين؟

٣ - تم قراءة الاستبيانات بعناية شديدة وحُسبت التكرارات والنسب المئوية لجميع إجابات المفحوصين، وحذفت العبارات المكررة ، كما تم إعادة صياغة بعض العبارات وتحديد اتجاهها ، ومن ثم استطاع الباحثان صياغة مجموعة من العبارات في ضوء التعريف الإجرائي لمفهوم الإدراك الاجتماعي .

هذا، وقد سعى الباحثان في صياغة العبارات في صورتها الأولية إلى أن تكون سهلة، وواضحة، وقصيرة، ولا تحمل أكثر من معنى، وأن تقيس ما وُضعت لقياسه دون غموض، وأن تُعبر عن وجهات النظر المختلفة ، وأن تكون الاستجابة مقيدة وقصيرة .

