مقالات تربوية

التلوث النفسي وآثاره السلبية على الفرد والمجتمع

إعداد:
أ / نجلاء عبد النبى المزين..
باحثة دكتوارة (صحة نفسية).. كلية التربية .. جامعة كفرالشيخ .. مصر..

تعد ظاهرة التلوث النفسى(psychological pollution) من الظواهر النفسية الخطيرة التى لها أثر سلبي على الفرد والمجتمع، و التى يجب لفت النظر إليها، والتعامل معها على أنها من المخاطر المعرض لها الإنسان والتى تؤثر على البيئة النفسية للفرد وتعوق استمرار الحياة السوية.

خُلق الإنسان على الفطره كصفحة بيضاء تتلوث بتراكم الملوثات الخارجية المحيطة بالفرد من خلال اكتساب سلوكيات سلبية أو تنشئة اجتماعية وأسرية مفككة وغير سوية؛ لذلك تعمل على تلوث الصفحة البيضاء النقية، ويصبح محتواها القيم الفاسدة غير الأخلاقية والشاذة عن المجتمع الذى يعيش فيه وضوابطه وعاداته وتقاليده، لذلك تكون هذه الملوثات بمثابة ضغط نفسي على الفرد ويصعب التحكم فيه؛ لأن العقل أصبح فريسة لهذا التلوث فتظهر فى شكل سلوكيات سلبية تدمر النفس النقية الذى خُلق عليها الإنسان خالية من كل نوازع الشر.

التلوث النفسي ظاهرة سلبية نراها من خلال الواقع الذى نعيشه مما أظهر قيم غير أخلاقية وسلوكيات تنعكس أثارها السلبية على المجتمع وتراثه الحضارى مما ترتب على ذلك ظهور سلوكيات لم تكن مألوفة فى المجتمع، وخاصة فئة الشباب والمراهقين الذين هم مستقبل الأمة ودرعها الواقى؛ حيث أن هذه الفئة تنجذب إلى الحياة المليئة بالمثيرات والحداثه والتغير والميل إلى ما هو جديد لكسر الروتين اليومى مما يجعلهم عرض للتلوث النفسي والبعد عن ضوابط المجتمع وعاداته وتقاليده.

هناك تعريفات كثيرة للتلوث النفسي تناولها المختصون فى مجال علم النفس كما أشارت إليها بعض الدراسات والبحوث العلمية كالتالى:

هناك من عرف التلوث على أنه هو تعرض الفرد لملوثات خارجية لا يمكن التحكم بها والتى تؤثر على سلوكه وانفعالاته من خلال هذ الضغط الذى يولده هذا الملوث.

وهناك أيضًا من عرفه على أنه حدوث خلل فى النظام البيئة النفسي بفعل عوامل خارجية تسبب الفوضي والتأثير السيىء فى توازنها وتكيفها مع الواقع .

وهناك من عرف التلوث النفسي على أنه ظاهرة معبرة عن حالة استعمار الشخصية خلال سعيها إلى تدمير النفوس والحيلولة فى اجتثائها من جذورها وأصولها بعد إفسادها وتلوثيها.

كما أن هنا اسباب لهذه الظاهرة تؤدى دوراً فاعلاً فى التلوث النفسي كما أشارت إليها بعض الدراسات والبحوث العلمية كالتالى:

البعض يرى أن أسباب التلوث النفسي ماهو إلا نتاج للحروب والصراعات الدائرة فى مختلف مناطق العالم، بينما آخرون يرجعونه إلى التقدم التكنولوجى والضغط الناتج عنه، وهناك من يرى أنه يرجع إلى التنشئة الإجتماعية والأسرية غير السوية وخبرات الطفولة السلبية وهنا من يرى أنه جميع هذه الأسباب ونذكرها كالتالى :

١-الحروب :

التى لها أثار نفسية خطيرة تؤثر على الفرد والمجتمع وتؤثر أيضًا على جوانب الحياة الاجتماعية والاقتصادية والثقافية والنفسية؛ لأنها من الأزمات التى تسبب قلق وتوتر و الانفعال وتغير المزاج والخوف من المستقبل واضطرابات سلوكية، فهى تؤثر على البناء النفسي للفرد، فالحروب تعمل على هدم المعاني الإنسانية والأخلاقية وتسهم فى تلوث النفوس(عبد الأميرعبود الشمسى وأحمد نصر مبارك، ٢٠١١ ، ٢١٦).

وتهدد الحروب بكل أنواعها، المعاني الإنسانية؛ لأنها تؤدى إلى نتائج خطيرة مما تعمل على عدم الايمان بالمثل العليا والفضيلة والصدق والإخلاص، وتؤدى أيضًا إلى ظهور مجموعة من الظواهر السلوكية السلبية كالرشوة، والاختلاس، والغش، والاحتكار وزيادة عدد المتسولين، والمشردين، والسرقة والاغتصاب (صالح سالم خوالدة و فاطمة محمد التلاهين،٢٠١٨، ١٨).

٢- التكنولوجيا الحديثة:

تعتبر هذه الأجهزة الحديثة هى الباب الذى يدخل منه الشباب ويرى من خلالها ثقافات العالم نتيجة للعولمة، وانفتاحهم على ثقافات مختلفة مما يكسبهم عادات هذه الثقافة التى تتعارض مع قيمنا وعاداتنا وتقاليدنا، وكذلك حب التقليد الأعمى لبعضهم بعض عند هذا الجيل، مما يجعل الباب مفتوحا لأنواع السلوك المنحرف، وتأثيرها على شبابنا وعلى المنظومة الأخلاقية مما يؤدى إلى تلوث النفوس.

فالشباب والمراهقين لايتحمل كل منهم الضغوط والمشكلات الأسرية فيرتمى فى أحضان هذه الأجهزة الحديثة والتعارف والتواصل مع من هم فى نفس الفئة العمرية ليحكوا لبعضهم بعض عن مشكلاتهم وصعوباتهم و خبرتهم ومشوارهم فى الحياة غير المكتمل، لذلك تكون أفكارهم ونصائحهم لبعضهم بعض غير ناضجة ؛ لأن هناك فجوة بين الأبناء والآباء فى التفكير، وعدم الاحتواء وعدم السماح لهم بالتنفس بالحوار والمناقشة عن مشاعرهم السلبية ومشكلاتهم، لذلك يغوصون فى أعماق هذه الأجهزة الحديثة، فيكون تأثيرها سلبي نتيجة انتشار بعض الصور السيئة والقدوة غير الحسنة والسلبية فتساعد فى تلوث النفس.

٣- التنشئة الاسرية المضطربةِ والمفككة:

أن الأسر المفككة تولد سلوكا غير اجتماعي لدى أبنائها وتشجع فيهم بشكل مباشر أو غير مباشر نمط السلوك السلبي بشكل أكبر وأسرع وأن الأبناء الذين يتعرضون لسخط وشراسة آبائهم يتعلقون بأصدقاء السوء للمشاعر السلبية التى يحملها أولئك الأبناء لآبائهم (صالح سالم خوالدة و فاطمة محمد التلاهين،٢٠١٨، ١٨).

إن التنشئة الأسرية الغير مضطربة والمفككة تحمى النفس من أن تتلوث، فالاحتواء لأولادنا عما بداخلهم من مشاعر سلبية وعدم القسوة والتواصل معهم بالحوار بدل العقاب البدنى مهم، فالحب لغة التربية؛ فاحتواء المشاعر السلبية بالحب والإهتمام والاستماع لهم بدل ما ينفس عنها بالسلوكيات سلبية فتكون تراكمات تساعد على تلوث النفس من خلال الخبرات السلبية.

وأضيف على ذلك من وجهة نظرى أن الضغوط النفسية تمثل سبب من أسباب ظهور ظاهرة التلوث النفسي، لأنه نتيجة لضغوط الحياة ومصاعب التى تواجه الفرد على المستوى الخاص والعام، فيصبح كالبالون عند الضغط عليه ينفجر بكل ماهو سلبي، ومدمر لذاته ولغيره مما يؤثر سلبا على المجتمع ككل، فإحساس الفرد بأن هذه الأحداث والمواقف تفوق قدراته وإمكانياته يجعل هذه الضغوط مصدرًا للقلق والتوتر؛ حيث تصبح ثقل على جهازه النفسي، فهى قنبلة عندما تزيد الضغوط على الفرد؛ فتفجر كل المشاعر السلبية المكبوته المخزنة داخل عقله الباطن فى أى وقت، ومع أى شخص مهما كان بالنسبة له؛ لأنه تم استثارة مشاعره، بالإضافة لعدم الإحساس به، وتحميله أكثر من طاقته النفسية، وهو أساسا قنبلة محملة بكل الانفعالات والطاقات السلبية غير المفصح عنها فى وقت حدوث الأحداث والمواقف الضاغطة، ويتم حبس انفعالاته ولا يتم التعبير عنها على أرض حياته الواقعية، وما أدراك عندما تنفجر كل هذه الشحنات المكبوتة؛ فحينها يكون دويها مرعب يحمل أقسي معاني الغضب والعنف غير المبرر؛ لأن الفرد فى هذه الحالة لايوجد لديه القدرة على السيطرة على انفعالاته حيث لم يصبح لديه طاقة نفسية تسمح له بحبس انفعالاته وغضبه تجاه الأخرين، وهذا ما نراه يوميا فى أحداث الحياة فى مواقف كثيرة تحمل غضب غير مبرر وعدوانية فى التعامل مع الآخر، فنجد الإنسان ثائر ويقوم بتصرفات غريبة ويقول كلمات تخالف طبيعته الذى تعود عليها من حوله، ولكن هو تحت تأثيرضغط نفسي بسبب تراكمات سابقة لم يتم التنفيس عنها فى وقت حدوثها، فهو فى حالة عدم توازن داخلي.

◙ صور وأشكال التلوث النفسي [الأبعاد]

النفس البشرية تتلوث مثلها مثل البيئة والطبيعة، تتلوث النفس بطاقات وسلوكيات سلبية تظهر فى صور وأشكال تعبر عن هذا التلوث الذى أصاب النفس كما أشارت إليها بعض الدراسات والبحوث العلمية كالتالى:

١- التنكر للهوية الحضارية والإساءة إليها:

هى حالة التذمر والرفض للواقع الحضاري بكل خصوصياته الثقافية والاجتماعية والتربوية ومن ثم التصريح بتقبيح هذا الواقع(عبد الأمير عبود الشمسى وأحمد نصر مبارك، ٢٠١١ ، ٢١٩).

أن كل إنسان فى هذا العالم له هويته الخاصة، فهو يعيش فى وطن يمثل المجتمع بكل فئاته وله أفكاره ومعتقداته وتاريخه الذى يميزه عن المجتمعات الأخرى، وتكون هذه هى هوية الفرد والمجتمع الذى يعيش فيه، فهوية أى الأمة هى خصائصها الجوهرية التى تميزيها عن غيرها من الأمم الأخرى من لغة ودين وتاريخ وفكر وإنتاج ومعتقدات وتقاليد وغيرها، وهذه الخصائص تتميز بالثبات والإمتداد العميق فى تاريخ الأمة، لأنها راسخة طبيعيًا فى كينونتها وهويتها وتميزها عن غيرها من الأمم، كما تتميز هذه الخصائص بالاستمرارية

والانتقال عن طريق الإرث الاجتماعي إلى الأجيال القادمة مما يوفر لها فرصة الاحتفاظ والاستمرار.

إن محاولة إنكارها والإساءة إليها يعنى إنكار ذلك الوجود والإساءة ومهما جاهد الإنسان فى إنكار هويته الحضارية، فإنها لابد وأن تطفو على سطح صاحبها تكشف زيفه، لذلك ابتداء من وجهة وانتهاء بطبيعة مشاعره (حيدرعبد الرضا طراد، ٢٠١٢ ، ٩٩).

٢- التعلق بالمظاهر الشكلية الأجنبية:

تعنى حب وتقبل استعارة النماذج الشكلية الأجنبية فى الأكل واللغة والملبس؛ حيث يقتدى بالنموذج الأجنبى ويسعى إلى محاكاته فى كل سلوكياته ومشاعره وأساليب التفكير، وتعتبر شريحة الشباب من أكثر الشرائح فى المجتمعات تأثرا بالثقافات الأجنبية حتى يسعى الشباب بالكثير من السلوكيات التى تتنافى مع العادات والتقاليد المجتمع الذى يعيش فيه. (حيدرعبد الرضا طراد، ٢٠١٢، ١٠٠).

٣- التخنث :

أطلق معنى التخنث على كل فرد يتصرف التصرف بخلاف توقعات المجتمع لنوع جنسه الملاحظ أو بخلاف الدور الاجتماعى المحدد له سلفا؛ فمثلا أبدى الذكر تصرفات خلاف نوع جنسه مثل ارتدى ثيابا أو تزين بزينة أقرب للإناث فانه سينعت بهذا الوصف ،والحال نفسه إذا أظهرت الأنثى تصرفا استرجاليا فى المظهر أوالتصرفات.

وفى هذا الصدد يؤيد عدد كبير من الخبراء شيوع ظواهر شاذة واستفحالها كالتخنث والضعف الفكري والبلادة وشيوع التمرد والتجاوز على النظام واللامبالاة والرشوة ويفترضون أن السبب راجع إلى العقل الجمعى الذى ينتشر كالوباء أو العدوى بين الناس، وحينما لايقوى الفرد على التصرف بمعزل عنهم تحاشيا من اتهامهم له بالشذوذ عما أصبح مقبول فى قيمهم حتى لو كان من قبيل الخطأ الشائع (شروق كاظم سلمان و طلل غالب علوان،٢٠١٥، ٦٤٥)

٤- الفوضوية:

أو ما يسمى باضطراب التواصل حسب الدليل التشخيصى للأضطرابات النفسية وينشأ هذا الأسلوب فى الأغلب بين فئة الشباب وخاصة الذين يعانون من ضغوطات وحرمان، حيث يلجأ هؤلاء الشباب إلى ممارسة هذا السلوك لتحقيق ذواتهم وتأكيدها.

ومن مظاهر هؤلاء الشباب ممن يستخدمون السلوك الفوضوى سوء توافقهم النفسى والاجتماعي ، والتمرد والعدوان، ومخالفة الانظمة والمعايير الأخلاقية والاجتماعية نتيجة البيئة الحتمية وما يحدث فى سياقهم الاجتماعي من أوضاع اقتصادية صعبة جعلتهم لا يمتثلون إلى القوانين واللوائح والانظمة الاجتماعية(نزار محمد الزغبى،٢٠١٨ ، ٢٥٣٦).

٥- عدم الإحساس بالقيمة وفقدان المعنى والهدف والتفكير بالانتحار:

أن وجود هدف ومعنى لحياة الفرد تساعده على البقاء والإحساس بمعنى وجوده فى الحياة؛ لأن فقدان المعنى والهدف يدل على الانفصال الكلى والجزئى للإنسان حنيما يجد أن أفعاله وطموحاته وحاجاته الفردية ليس لها علاقة واضحة مع انشطة الحياة، فيبدأ بالتفكير فى اللجو إلى الإجرام والعنف وتعاطى المخدرات والتفكير فى الانتحار حيث يعد السلوك

الانتحارى سلوك مدفوعًا نتيجة الشعور بالفشل والتعاسة واليأس والاستسلام وعدم المقدرة على تحقيق الحاجات الاجتماعية التى تقوده إلى هذا السلوك غير السوى، فيصبح هؤلاء الافراد ينظرون للعالم المحيط بهم نظرة سلبية مشوهة نابعة من مركزهم الخاص بهم، وهذا كله يؤدى إلى التفكير وانهاء الحياة (نزار محمد الزغبى،٢٠١٨ ، ٢٥٣٥)

لذلك يجب ألقاء الضوء على هذه الظاهرة للتعرف على مصطلح التلوث النفسي؛ لأن البعض يرى هذه الظاهرة على أنها سوء أخلاق وتصرفات غير لائقة، ولكن ذلك سببا راجعًا إلى ظاهرة التلوث النفسي بمعنى أصح نتيجة لتلوث النفس، فلذلك غير الدراسين والأفراد العاديين يقولون هل النفس تتلوث؟ لأن المصطلح غير شائع بين العامة، فالمعروف هو تلوث البيئة و التلوث السمعى والبصرى؛ لذلك يجب الأهتمام بهذه الظاهرة، لأنها أصبحت وباء وعدوى منتشرة بين المجتمعات وخاصتا فئة الشباب، وانتشار السلوك الفوضوى نتيجة لتلوث النفس مما له أثر على المنظومة الأخلاقية لأى مجتمع، لأن عندما تتلوث النفس البشرية فلا تتسبب فى تلوث نفس الفرد فقط بل تتلوث كل المعانى الجميل فى الحياة؛ لأن المعنى والقيمة هوالصفاء والنقاء الداخلى للفرد لذلك يجب التوعيه بهذه الظاهرة والإهتمام بها من خلال:

- عمل ندوات ولقاءات وبرامج إعلامية للفت النظر إلي هذه الظاهرة للتخفيف من أثارها السلبية على الفرد والمجتمع.
- التركيز على إظهار نماذج للقدوة الحسنة ودورها الإيجابى فى المجتمع من خلال وسائل الإعلام أو مواقع التواصل الاجتماعى؛ للتقليل من النماذج السلبية كقدوة سيئة لشبابنا للعمل على ترسيخ المعانى والقيم الأخلاقية التى تساعد على عدم ظهور التلوث النفسي .

المراجع

صالح سالم خولدة وفاطمة محمد التلاهين(٢٠١٨).التلوث النفسى لدى طلاب الجامعات الأردنية وعلاقته ببعض المتغيرات ، مجلة المشكاة للعلوم الإنسانية والاجتماعية، ج٥، (١).

نزار محمد الزغبى (٢٠١٨).التلوث النفسى لدى خريجى كليات التربية فى الجامعات الحكومية والخاصة العاطلين عن العمل، مجلة كلية التربية للبنات، ج٢٩(٣).

حيدر عبد الرضا طراد(٢٠١٢).فاعلية برنامج إرشادى فى خفض التلوث النفسي لدى طلاب كلية التربية فى جامعة بابل، مجلة علوم التربية الرياضية،ع٣، ج٢.

شروق كاظم سلمان و طلل غالب علوان(٢٠١٥).التلوث النفسى، مجلة كلية التربية للبنات، ج٢٦ (٢).

عبد الأمير عبود الشمسى و أحمد نصر مبارك(٢٠١١).التلوث النفسى لدى طلبة جامعة بغداد، مجلة الأستاذ، ع١٤٠، ٢١٣-٢٥٢.